

---

발행처 : 한국건강심리학회

발행일 : 2014년 3월 30일

발행인 : 현 명 호

인쇄일 : 2014년 3월 30일

주 소 : (156-756) 서울특별시 동작구 흑석로 84 중앙대학교 대학원  
성격 및 개인차 연구회 (302동 B107호)

제작처 : 나노미디어(전화: 02-703-7507)

전 화 : 070-4806-3331 팩스 : 02-816-5124

홈페이지 : <http://www.healthpsy.or.kr>

편집장 e-mail 주소 : rhoma777@hanmail.net

편집위원장 : 서경현(삼육대학교)

편집위원 : 강성군(강원랜드) 고영건(고려대학교) 권선중(침례신학대학교) 김용희(광주대학교)

유제민(강남대학교) 이민규(경상대학교) 이인혜(강원대학교) 장문선(경북대학교) 조성근(충남대학교)

---

「한국심리학회지: 건강」은 한국심리학회의 기관지로서 연 4회 간행되며, 건강심리학 분야의 연구논문, 자료 및 논설을 게재하며, 건강심리학회의 공식적 학술 모임의 발표 내용과 건강심리학 분야의 국내 석·박사학위 논문 목록을 게재할 수 있다. 「한국심리학회지: 건강」은 일정한 구독료를 받고 배부하며, 구독에 관해서는 한국건강심리학회로 문의하기 바란다.

---

**Vol. 19, No. 1.**

**March. 2014.**

---

**The KOREAN JOURNAL OF HEALTH PSYCHOLOGY**

published by

**by Korean Health Psychological Association**

This journal is issued quarterly per year and publishes original research articles and data. The Journal also publishes reports of the proceedings of academic meetings under the auspices of the Korean Society for Health Psychology, Korean Psychological Association, reviews on the profession of Health Psychology, and a list of M. A. theses and Ph.D. dissertation in this area. Inquiries concerning the guidelines of the subscription for the Journal and the submission of manuscripts should be sent to: Editor, Kyung-Hyun Suh, Department of Counseling Psychology, Sahmyook University, 815 Hwarangro, Nowon-gu, Seoul, Korea(E-mail : rhoma777@hanmail.net)

Editor : Kyung-Hyun Suh(Sahmyook University)

Associate Editor : Sung-Gun Kang(Kangwonland Addiction Care Center), Young-Gun Go(Korea University), Sun-Jung Kwon(Korea Baptist Theological University), Yong-Hee Kim(Gwangju University), Jhe-Min You(Kangnam University), Min-Kyu Rhee(Gyeongsang National University), In-Hyae Yi(Kangwon National University), Mun-Sun Chang(Kyungpook National University), Sung-Gun Cho(Chungnam National University)

Korean Health Psychological Association,

Chungang University, 84, Heukseok-ro,

Dongjak-gu, Seoul 156-756

KOREA

---

이 학술지는 2013년도 정부재원(교육과학기술부)으로  
한국연구재단의 지원을 받아 출판되었음

---

---

# 한국건강심리학회 임원진

회 장 현 명 호 (중앙대학교 심리학과)

수석부회장 서 경 현 (삼육대학교 상담심리학과)  
국내협력부회장 김 청 송 (경기대학교 청소년학과)  
국제협력부회장 서 경 현 (삼육대학교 상담심리학과)

총무이사 조 성 근 (충남대학교)  
교육이사 권 선 중 (침례신학대학교 상담심리학과)  
홍보이사 최 성 진 (부산메리놀병원)  
학술이사 조 현 주 (영남대학교 심리학과)  
재무이사 심 은 정 (부산대학교 심리학과)

윤리위원장 박 경 (서울여자대학교 특수치료전문대학원)  
편집위원장 서 경 현 (삼육대학교 상담심리학과)  
수련위원장 박 준 호 (대전대학교 산업광고심리학과)

선임이사 고 영 건 (고려대학교 심리학과)  
고 진 경 (송실사이버대학교 상담심리학과)  
김미리혜 (덕성여자대학교 심리학과)  
김 용 희 (광주대학교 심리학과)  
박 경 (서울여자대학교 특수치료전문대학원)  
안귀여루 (강남대학교 학교 교육대학원)  
장 문 선 (경북대학교 심리학과)  
정 경 미 (연세대학교 심리학과)  
최 미 례 (육군사관학교 리더십센터)

감 사 이 민 규 (경상대학교 심리학과)  
고 문 김 교 현 (충남대학교 심리학과)

사무국장 주 해 원 (중앙대학교 심리학과)  
사무간사 홍 혜 인 (중앙대학교 심리학과)  
편집간사 김 선 미 (삼육대학교 상담심리학과)

---

# 한국심리학회지

## 건강

제 19 권 제 1 호

### [개관논문]

발달적 관점에서 본 아동·청소년의 정서조절 ..... 박 지 선 / 1

### [경험논문]

마음챙김 요가와 요가니드라가 마음챙김, 스트레스 지각 및 심리적 안녕감에 미치는 영향 ..... 양 희 연·조 옥 경 / 23

마음챙김에 기초한 관계증진 훈련이 기혼여성의 결혼만족도에 미치는 효과 ..... 정 화 숙·정 봉 교 / 43

웰빙인지기법이 버스 운전기사들의 스트레스 및 웰빙에 미치는 효과 ..... 민 경 은·김 정 호·김미리혜 / 63

마음챙김 명상이 중년 여성의 화병 증상, 우울, 불안 및 스트레스에 미치는 효과 ..... 유 승 연·김 미 리 혜·김 정 호 / 83

긍정 심리치료가 학교부적응 청소년의 우울, 자아존중감 및 낙관성에 미치는 효과 ..... 정 지 현·손 정 략 / 99

The Validation of the Korean Version of the Knowledge of Evidence-based Services Questionnaire ..... Chad Ebesutani · Sungwon Choi / 119

대학생용 SNS 중독경향성 척도개발 및 타당화 연구 ..... 정 소 영 · 김 종 남 / 147

Parental Knowledge of Peer Networks and Peer Influences on Adolescent Substance Use: Ethnic Group Comparisons within a National Study of Adolescents ..... Jieun Lee · Lisa Jordan-Green · Hyungcho Lee / 167

불확실성에 대한 인내력 부족과 정서조절곤란이 걱정에 미치는 영향: 경험적 회피의 매개효과 ..... 양 경 은 · 박 기 환 / 187

대학생의 거부민감성이 우울증상에 미치는 영향에 대한 인지적 정서조절의 중재효과 ..... 류 혜 라 · 박 기 환 / 203

알코올 중독자의 정서인식력과 자기개념, 대인관계 문제 간의 관계 ..... 박 현 립 · 박 현 진 · 장 문 선 · 구 본 훈 · 배 대 석 / 219

다이어트, 섭취귀인양식 및 초기 부적응 도식이 정서적 섭식과 외부단서적 섭식에 미치는 영향 ..... 박 윤 선 · 최 윤 경 / 235

흡연갈망과 금단증상이 금연유지에 미치는 영향: 대처와 금연효과지각의 중재효과를 중심으로 .....	김 지 회 · 이 영 호 / 253
Big-win과 Big-loss의 경험 유/무가 문제성 도박 심각성에 미치는 영향 .....	목 현 수 · 박 기 뽐 · 강 성 군 · 황 순 택 / 271
사회적 불안 상황에서 시각조망과 해석 수준의 효과 .....	최 성 은 · 최 훈 석 / 283
양육시설아동들의 인지능력 특성 .....	이 선 주 · 조 혜 수 · 오 상 우 / 303
성인에착과 실연 스트레스 및 실연 후 성장의 관계: 자기가치감 수반성의 조절효과 .....	임 지 준 · 권 석 만 / 321
노인의 신체건강과 주관적 행복에 대한 스트레스와 자기노출의 역할 .....	김 혜 경 · 서 경 현 / 353
완벽주의, 반추, 우울의 관계: 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의 .....	박 지 연 · 이 인 혜 / 371
분리개별화와 우유부단의 관계에서 자기존중감과 자기개념 명확성의 매개효과 .....	정 선 경 · 정 남 운 / 387

**[Brief Report]**

아주 연민사랑척도 개발: Sprecher와 Fehr의 Compassionate Love Scale의 한국판 단축형 .....	김 완 석 · 신 강 현 / 407
자아강도, 스트레스 대처 및 긍정적 정신건강 간 관계에 대한 구조방정식 모델: 청소년을 중심으로 .....	김 진 영 / 421
신체손상을 입은 산업재해 환자가 경험하는 심리적 문제에 관한 질적 연구 .....	이 해 경 · 서 경 현 / 431
여대생의 섭식 조절 행동에 대한 동기의 순서적 연계 모형 검증 .....	이 미 령 · 신 용 균 / 443

# 대학생용 SNS 중독경향성 척도개발 및 타당화 연구<sup>†</sup>

정 소 영      김 중 남<sup>‡</sup>  
서울여자대학교 교육심리학과

본 연구는 SNS 과다이용자들의 중독경향성 수준을 측정하기 위한 척도로서 '대학생용 SNS 중독 경향성 척도'를 개발하고 타당화 하는데 그 목적이 있다. 먼저 SNS 중독경향성의 개념을 밝히고, 중독경향성의 구성요인을 현저성, 내성, 기분전환, 재발, 금단, 갈등, 일상생활장애, 가상세계지향성 8개로 규명하였다. 이후 7개 요인을 바탕으로 52개 문항을 개발 한 다음 요인분석을 실시하였다. 탐색적 요인분석을 통해 SNS 중독경향성 척도를 6개 요인으로 구분하여 31개 문항으로 구성된 후 본 조사를 실시하였다. 본 조사 대상은 남녀대학생 331명(연령: 17-29세) 이었고 문항분석, 신뢰도 분석, 탐색적 요인분석 결과 최종 4개 요인의 구조를 가진 24문항을 구성했다. 4개 요인은 일상생활장애 및 조절실패, 몰입 및 내성, 부정 정서의 회피, 가상세계지향성 및 금단이며 척도의 전체 신뢰도(Cronbach'  $\alpha$ )는 .92였다. 개발된 척도의 공인타당도를 확인하기 위해 스마트폰 중독 척도, 외로움척도, 우울척도와의 상관관계를 분석하였으며, 분석 결과 개발된 척도의 타당도를 확인하였다. 개발된 척도는 성별 및 이용시간, 이용빈도에 따라 유의한 차이가 있었으며, 외로움과 우울은 SNS 중독경향성을 예측하는 변인이었다. 이러한 결과를 바탕으로 추후연구를 위한 논의와 시사점을 제시하였다.

주요어: SNS 중독, 척도 개발, 타당화 연구

<sup>†</sup> 본 논문은 제1저자의 석사학위논문을 수정, 보완한 것임. 이 논문은 2013학년도 서울여자대학교 사회과학연구소 교내학술연구비의 지원을 받았음.

<sup>‡</sup> 교신저자(Corresponding author) : 김중남, (139-774) 서울특별시 노원구 화랑로 621 서울여자대학교 교육심리학과, Tel: 02-970-5569, E-mail: kimjn@swu.ac.kr

2012년 '인터넷 이용실태조사'(한국인터넷진흥원, 2012b)에서 73,063명을 대상으로 한 SNS 이용 현황 조사 자료를 보면, 인터넷 사용자 중 67.1%가 SNS를 사용하고 있으며 20대(90.2%)가 가장 압도적인 이용량을 보였다. 한국인터넷진흥원(2012a)의 '스마트폰 이용 실태조사'에서는 SNS 이용자가 60.3%였고, 일평균 이용시간은 같은 해 1월보다 19.9분이 늘어난 66분으로 나타났다. 대인간 상호작용이 주 기능인 소셜네트워크서비스(Social Network Service: 이하 SNS)는 단문 메시지(트위터, 미투데이) 및 프로필 기반형 서비스(페이스북)등이 있는데 이러한 이용자는 매년 크게 늘고 있다(정보통신정책연구원, 2013). 또한 스마트폰이 통신수단 이상의 기능을 갖게 되면서 SNS의 이용은 더욱 보편화 되었다.

SNS의 정의를 구체적으로 살펴보면 2007년 Boyd와 Ellison은 '1) 특정 시스템 내에 자신의 신상 정보를 공개 또는 준-공개적으로 구축하게 하고, 2) 그들이 연계를 맺고 있는 다른 이용자들의 목록을 제시해 주며 3) 다른 이용자들이 맺고 있는 연계망의 리스트와 시스템 내의 다른 사람이 맺고 있는 연계망의 리스트를 둘러볼 수 있게 해 주는 웹-기반 서비스'라고 하였다. 한국정보화진흥원(2012)에서는 SNS의 정의를 '인터넷상에서 친구, 동료 등 지인과의 인간관계를 강화하거나 새로운 인맥을 형성함으로써 폭넓은 인적 네트워크를 형성할 수 있게 해 주는 서비스'라고 하였다. 기존의 카페나 블로그에서 트위터, 페이스북으로 확장된 형태를 가진 SNS는 이용자의 사생활 공유와 신속한 정보전달이라는 개방형 미디어의 장점을 갖고 있다. 그러나 이용량이 증가하면서 SNS의 장점과 함께 과다사용으로 인한 피로감과

정신건강침해의 우려(한국일보, 2011; 미디어다음, 2012; 아시아투데이, 2012)가 대두되고 있다.

SNS의 과다사용으로 인한 구체적 결과는 페이스북을 2004년에 처음 만든 미국의 사례에서 알 수 있는데, 페이스북 과다이용으로 일상생활이 불가능하고(Karaiskos, Tzavellas, Balta, & Paparrigopoulos, 2010), 학업성적하락 및 기업 생산성 감소에까지 영향을 미쳤다는 결과가 보고되었다(한국정보화진흥원, 2011a에서 재인용). 이에 SNS의 부정적 결과를 사회문제로 인식하여 학문적 연구가 진행되었고, SNS의 과다사용을 '소셜네트워크 중독'(Kuss & Griffiths, 2011). 혹은 '페이스북 중독 장애(Facebook Addiction Disorder)'(Karaiskos et al., 2010)라고 지칭하여 심리적 변인과의 관계연구가 이루어지고 있다. 국내에서는 '중독 경향성'(오윤경, 2012; 조성현, 서경현, 2013) 혹은 '페이스북 중독'(서거, 2013)으로 정의해 연구 되었으나 SNS 중독연구는 최근에 실시되고 있기 때문에 중독이란 명칭의 개념 및 정의가 확립되지 않았고 일관된 진단 준거가 마련되지 못했다(Kuss & Griffiths, 2011).

그럼에도 불구하고 SNS의 과다사용을 중독으로 보려는 관점은 인터넷 중독의 이론적 배경과 연관되어 있다. 인터넷 중독의 초기 연구자인 Young(1999)은 인터넷 중독의 다섯 가지 유형으로 컴퓨터중독(게임), 정보과부하(웹서핑), 충동적 인터넷 이용(온라인도박 및 쇼핑), 사이버섹스 중독(포르노그래피 혹은 온라인 성 중독), 사이버-관계 중독(온라인 관계에 대한 중독)이 있다고 구분하였다. 이와 같은 인터넷 중독의 분류를 우리나라에서는 하지현과 전미유(2012)의 연구에서 웹서핑형, 관계집착형, 게임형, 정보수집형, 사이버섹스 중독

형 등 5가지 유형으로 나누었다. Young (1998)의 사이버-관계중독은 온라인 관계에 과도하게 몰입함으로 온라인 우정이 실제 생활에서의 친구와 가족을 대치하게 되는 것이고, 하지현과 전미유 (2012)가 분류한 관계집착형은, 개인 홈페이지, 인터넷 동호회 등을 운영하거나 소셜네트워크서비스를 사용하는 데 과도하게 시간을 쏟아 붓는 것이라고 설명하였다. SNS가 온라인상에서 상호관계를 특징으로 구현된 커뮤니티임을 고려할 때 SNS의 과다사용은 인터넷 중독의 한 유형인 관계중독 혹은 관계집착형으로 그 맥락을 같이 한다고 볼 수 있다. 이러한 이론을 뒷받침 할 수 있는 또 다른 견해로서, 이상호(2013)가 SNS중독을 사이버 중독의 일종 및 '관계집착형 SNS 중독'으로 정의한 것과, Karaiskos(2010)등이 SNS 중독을 인터넷 중독 장애의 스펙트럼으로 분류한 것이다.

SNS 중독에 대한 연구가 점진적으로 나타나고 있는 시점에 SNS 중독의 개념을 정립하는 것은 중요하며, 추후 SNS 관련 연구의 지표가 될 수 있을 것이다. 이에 앞서 기존 연구의 중독 정의를 살펴보면, '특정 대상에 지나치게 몰두함으로써 그 대상으로부터 만족감과 편안함을 찾게 되는 의존성, 시간이 지남에 따라 점점 의존의 강도가 높아지는 내성, 그리고 그 대상과 접촉하지 않으면 부정적인 신체적, 심리적 현상을 경험하게 되는 금단 증상을 수반하는 경우'라고 하였다(권준모, 2001; 라민오, 2001; Davis, 2001). 한국정보화진흥원(2011c)에서는 인터넷 중독을 '인터넷 사용에 대한 금단과 내성을 지니고 있으며 이로 인해 일상생활의 장애가 유발되는 것'이라 정의 했고, 강희양과 박창호(2012)의 연구에서는 스마트폰 중독의 정의를 '스마트폰의 과도한 몰입으로 인하여

생기는 초조 불안과 같은 일상생활에서의 장애'라고 하였다. SNS는 인터넷과 기능적으로 구별되나 SNS 중독은 인터넷 중독의 스펙트럼으로서 구성 개념이 중첩되며, SNS를 지나치게 이용할 경우 스마트폰 중독으로 발전할 가능성이 있다(우공선, 2011). 이에 기존의 중독 개념 및 인터넷 중독, 스마트폰 중독 정의에 근거하여 SNS 중독의 조작적 정의를 '온라인상의 대인관계에 과도하게 몰입하여 금단 및 내성이 나타나며, 일상생활에 지장을 주는 것'이라고 하였다. 그러나 중독이라는 개념 및 정의가 아직 확립되지 않았으므로 중독과 의미는 중첩되나 용어를 '중독경향성'이라 명명하여 사용하고자 한다.

SNS 중독과 관련된 선행연구를 살펴보면, Spraggins(2009)는 SNS의 문제적 사용이 자존감, 행복, 삶의 만족감소와 관련이 있었고, Wilson, Fornasier와 White(2010)는 성격특질과 관련지어 높은 외향성과 낮은 성실성을 지닌 사용자들이 SNS 중독경향성 수준이 높다고 하였다. 중국 대학생을 대상으로 연구한 Wan(2009)은 외로움이 SNS 중독과 정적상관이 있었고, 터키 대학생을 대상으로 연구한 Koc과 Gulyagci(2013)는 우울 및 불안이 페이스북 중독을 유의미하게 예측하였다. 오윤경(2012)은 SNS 중독경향성이 높은 사람은 외로움과 우울이 높고 대인관계에서의 만족감은 낮다고 하였고, 유현숙(2013)은 중독경향성에 영향을 미치는 요인으로 사회불안과 외롭지 않기 위한 동기 등을 확인했다. 특히 우울과 외로움은 SNS 사용과 관련이 있다는 연구결과가 지속적으로 발표되고 있다(최은진, 염우성 외, 2012; Moreno, 2011; Spraggins, 2009). 불안과의 관련성은 좀 더 세분화 되었는데, 사회적 불안이 SNS

중독의 예측 변수였고(이선자, 2013), 의사소통 불안과는 부적상관이 있었다(Watson, 2007; Zhang, Tang, & Leunig, 2011). 그 밖의 관련 변인으로는 자아정체성의 부정적 영향(서거, 2013), 무력감 및 규범상실감이 예측변인 이었고(조성현, 서경현, 2013), 자아정체감 및 소속감을 확인하고자 이용하는 사람이 SNS 중독으로 발전할 위험이 있었다(Pelling & White, 2009).

SNS 중독에 관한 국내연구는 점진적으로 이루어지고 있는데, 최근에 실시되고 있기 때문에 SNS 중독을 측정할 수 있는 측정도구의 신뢰성 문제가 제한점으로 언급되어 왔다(김기모, 2013; 서거, 2013; 오윤경, 2012; 이인숙, 조주연, 2012). 척도의 신뢰성 문제는 연구결과에 제한을 주기 때문에(이인숙 외, 2012), 이러한 한계점을 보완하는 몇몇 SNS 중독 측정도구들이 개발되었다. 척도개발 연구는 신뢰도를 높이는 측면에서 의의가 있으나 몇 가지 제한점을 갖고 있어 지속적인 연구가 필요함을 보여주고 있다.

### 기존 SNS 중독 측정도구와 제한점

기존의 SNS 중독 연구에서 사용한 척도는, 인터넷 중독 척도를 수정·보완 했거나(고아라, 2012; 오윤경, 2012; 이인숙, 조주연, 2012; Dhaha, 2013; Elphinston & Noller, 2011; Wan, 2009; Wu, Cheung, Ku, & Hung, 2013), 중독경향성 척도(Pelling & White, 2009; Wilson et al., 2010) 및 인터넷 강박 이용척도(우공선, 2011)를 수정하여 사용했다. 이에 노르웨이에서는 2012년 ‘베르겐 페이스북 중독 척도(Bergan Facebook Addiction Scale: 이하 BFAS)’(Andreassen, Torsheim,

Brunborg, & Pallesen, 2012)를 SNS 중독척도로 처음 개발 했으며, 국내에서는 ‘한국형 SNS 중독 지수(Korean SNS Addiction Index: 이하 KSAI)’(이상호, 2013)와 ‘SNS 중독 경향성 척도’(조성현, 서경현, 2013)가 개발되었다.

각 척도의 특징 및 제한점을 살펴보면 첫째로, ‘BFAS’는 대학생 423명을 대상으로 타당화를 실시했다. 5점 리커트 척도로 실시하였으며, 최초 개발문항 18개에서 요소별 문항-전체 간 상관이 가장 높은 한 문항씩을 선정해 최종 6문항이 구성되었다. 6개 요인은 현저성, 내성, 기분전환, 재발, 금단, 갈등이다. 분석은 확인적 요인분석, 수렴타당도 및 변별 타당도, 신뢰도 분석으로 척도가 타당함을 확인하였다. 신뢰도 계수(Cronbach’s  $\alpha$ )는 .83이고, 검사-재검사 신뢰도계수는 .82였다. BFAS는 국외척도이기 때문에 그대로 번안하여 사용하면 문화적 차이가 고려되지 않는다. 서거(2013)의 연구에서도 BFAS가 한국형 중독척도로 타당화 되어야 함을 제안하였다. 또한 BFAS는 최초 18문항에서 문항-전체 상관이 높은 것만을 채택하여 최종 6개 문항으로 구성했기 때문에 채택되지 않은 문항들이 국내 정서와 부합하는가를 검증할 필요성이 있다.

둘째로, ‘KSAI’는 페이스북 이용자 500명을 대상으로 온라인 설문을 실시했고, 4가지 요인(시간적 내성, 생활 장애, 중단 시도 실패, 금단 불안)의 총 10문항으로 구성되었다. 분석은 확인적 요인분석을 통해 신뢰도 및 수렴타당도를 확인하였다. 그러나 페이스북 이용자만 표집 했기에 대상을 포괄적으로 선정할 필요성이 있다. 페이스북은 가장 대중적인 SNS이지만 급변하는 흐름 속에 SNS사용이 다양해지고 있다(정보통신정책연구원, 2013).



마지막으로 'SNS 중독경향성 척도'는 대학생 302명을 대상으로 실시한 연구이며, 구인타당도를 통해 3개 요인을 추출하였다(SNS 집착 및 금단증상, SNS 과잉소통과 몰입, SNS를 위한 과도한 시간소비). 총 20문항으로 구성되었고 반응양식은 4점 리커트 척도이며, 신뢰도 계수(Cronbach'  $\alpha$ )는 .94였다. SNS 중독경향성 척도는 기존척도에 새로운 문항을 첨가하여 타당도를 확인한 점에서 공헌도가 있으나, 공인타당도가 실시되지 않아 추출된 요인이 기존 중독 척도 요인과 상관이 있는지에 대한 추가적 검증이 필요하다.

SNS 중독의 하위개념을 구인화 하고 척도를 개발하는 것은 미디어매체가 대중에게 어떤 심리적 변인과 관련이 있는가에 관한 기초자료를 제공하는 것이며, 미디어중독의 속성을 밝히는데 기여하는 것이라 판단된다. 이에 본 연구는 SNS 중독의 심리적 예측변인을 연구하기에 앞서 척도개발의 시급함을 인식하고 타당화하고자 한다.

## 방 법

### 연구 흐름도

'대학생용 SNS 중독경향성 척도'는 그림1과 같

은 절차를 통해 연구를 수행하였다.

### 문항 개발 단계

연구절차의 세부적 사항은 다음과 같다. 문항을 개발하기 전, SNS 중독경향성의 심리구성개념을 알아보기 위해 SNS 중독과 관련된 선행연구 및 척도 개발연구, 휴대폰 중독척도 및 인터넷 중독척도 개발 연구들을 문헌고찰하였다. 중독의 정의에 포함되는 내성 및 금단, 일상생활장애와 BFAS의 구성요인, 기존 중독 척도에서 포함된 구인들을 기준으로 하위요인을 도출하였다. 설정된 구인은 총 8개(현재성, 내성, 기분전환, 재발, 금단, 갈등, 일상생활장애, 가상세계지향)이며, 하위요인에 대한 정의는 표 1에 제시하였다.

1차 예비문항은 문헌고찰을 통해 설정된 하위 구인에 의거하여 BFAS 18문항과 '성인 인터넷 중독 자가진단 간략형 척도(KS-A)'(한국정보화진흥원, 2011c) 15문항을 수정하여 총 33문항을 구성했다. BFAS 원문(English version)은 18문항 중 영역별로 문항-전체 간 상관(Item-total Correlation)이 가장 높은 한 문항씩을 선택해 총 6문항으로 구성되었으나, 본 연구에서는 문항-전체 간 상관이 .42에서 .73으로 나타난 최초 18문항

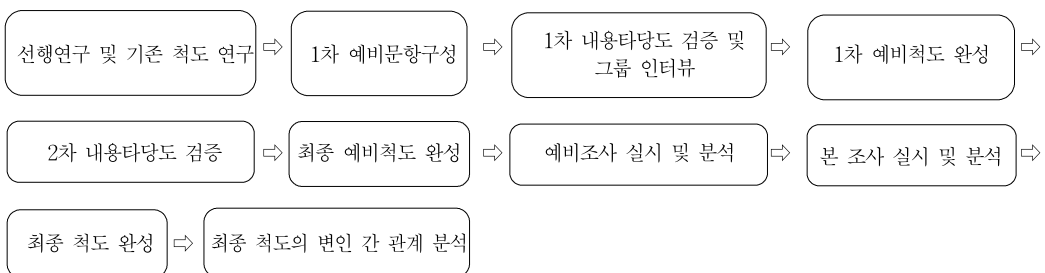


그림 1. 대학생용 SNS 중독경향성 척도 개발 및 타당화 절차

모두를 포함시켰다. 이에 BFAS 원문은 번안과정을 거쳐 1차 예비문항에 포함시켰다. BFAS 척도의 번안과정은 다음과 같다.

첫째로 영-한 번역에 경험이 있는 심리학전공 대학원생 3명이 ‘버전 페이스북 중독 척도(BFAS)’를 한글로 번역(translation)하였다. 둘째로 미국에서 10년 이상 거주하였고 심리학 전공생인 대학원생 이중언어자(bilingual) 1명이 척도원문을 접하지 않은 상태에서, 번안된 한글본을 영어로 역번역(back translation)하였다. 이후 미국에서 10년 이상 거주 한 심리학전공 박사학위 소지자 1명이 SNS 중독 척도 원문과 영어로 역번역된 척도(backtranslated version)를 비교하면서 내용면에서 두 척도 간 합치도를 구술로 평정하였다. 이 과정을 통해 문제가 있다고 보고된 문항에 대해서는 다시 위의 과정(재번역, 역번역, 문항의 동질성 검토)을 실시한 후 페이스북이라는 단어를 SNS로 바꾸고, 의문형을 평서문으로, 현재완료형을 현재형으로 변경하여 번역본 18개 문항을 구성했다. 1차 예비문항은 내용타당도 검증을 통해 2차 예비문항을 구성했다.

2차 예비문항은 내용타당도 검증에 근거해 1차 예비문항을 수정하고 기존 스마트폰 중독 척도 및 페이스북 척도 일부 문항(강희양, 박창호, 2012; 김동일, 정여주 외, 2012; 오윤경, 2012; 황성욱, 박재진, 2011)을 새롭게 추가한 후, 경험적 접근을 통해 문항을 개발하였다. 경험적 접근은 두 가지 방식을 선택했는데, 첫 번째는 대학생 중 SNS를 매일 하루에 1시간 이상 이용하는 4명을 선정하여 1시간 동안 개방형 질문의 그룹 인터뷰를 한 것과 두 번째는 인터넷 웹사이트 상에서 SNS 과다사용의 불편을 호소한 글 5사례를 선정한 것이다. 이를 통해 내용분석을 하였고, 문항을 새롭게 개발 하여 최종예비문항을 구성하였다. 내용타당도 검증을 통해 구성 요인을 7요인(몰입, 내성, 기분전환, 조절실패, 금단, 일상생활장애, 가상세계지향성)으로 수정하였고, 5점 리커트 척도 총 52문항으로 예비조사를 실시했다. 새롭게 추가된 구인인 ‘조절실패’ 요인의 정의는 ‘SNS의 절제 또는 통제 시도의 실패’라고 하였다. 예비조사 52문항의 구성 및 작성의 출처는 표 2에 제시하였다.

표 1. 대학생용 SNS 중독경향성 예비척도 하위 영역에 대한 정의

차원	요인	정의
	현저성	SNS가 개인에게 중요한 것으로 자리 잡아 SNS를 생각하는데 많은 시간을 할애하는 것
	내성	SNS를 사용하면서 이전과 같은 효과를 느끼기 위해 의도한 시간보다 더 오래 사용하게 되는 것
	기분전환	SNS를 이용했을 때 이전 불쾌감이 개선됨을 느끼는 것
중독 경향성	재발	SNS를 절제하거나 통제한 이후에도 다시 하고 싶어 재빠르게 돌아가 사용하며 이를 되풀이 하는 반복적인 경향성
	금단	SNS가 중단되거나 못하게 되었을 때 불쾌한 기분이 발생하는 것
일상생활 장애	갈등	SNS의 과도한 이용으로 대인관계, 일, 학업, 다른 활동들에서 갈등이 일어나는 것
	가상세계지향성	SNS 활동과 관계되어 전반적 생활에서의 곤란이 생기는 것
		현실적인 대인관계보다 SNS를 통해 만나는 사람들에 대해서 더 많은 친밀감과 인정을 받고 자 하는 욕구가 증가되어 자신의 가치를 온라인상에서 찾고자 하는 경향성

표 2. 대학생용 SNS 중독경향성 척도 예비조사 52문항 구성내용

요인	문항	출처
몰입	SNS를 생각하거나 어떻게 이용할 것인가에 많은 시간을 보낸다.	BFAS(현저성)
	최근 SNS에서 일어난 일에 대해 많이 생각 한다.	BFAS(현저성)
	항상 SNS를 생각한다.	오윤경(내성과몰입요인)
	SNS에서 타인의 댓글을 보기 위해 시간이 날 때마다 수시로 확인 한다.	연구자
	SNS를 확인하기 위해 스마트폰에서 손을 뗄 수가 없다.	연구자
내성	하루 중 대부분의 시간을 SNS를 하며 보낸다.	연구자
	SNS 사용에 많은 시간을 보내지 않는다.	김동일 외(내성)
	처음 의도 보다 더 많은 시간을 SNS를 하며 보낸다.	BFAS(내성)
	SNS를 하고 싶은 충동을 점점 더 많이 느낀다. (BFAS)	BFAS(내성)
	SNS에서 즐거움을 얻기 위해 점점 더 많이 SNS를 해야 한다고 느낀다.	BFAS(내성)
기본 전환	일단 SNS를 시작하면 처음에 마음먹었던 것보다 오랜 시간 SNS를 하게 된다.	KS-A(내성)
	SNS 사용을 줄여야 한다는 생각을 더 자주 한다.	KS-A(내성)
	SNS 사용에 많은 시간을 보내는 것이 습관화 되었다	김동일 외(내성)
	개인적 문제를 잊기 위해 SNS를 한다.	BFAS(기분전환)
	죄책감을 줄이기 위해 SNS를 한다.	BFAS(기분전환)
조절 실패	걱정을 줄이기 위해 SNS를 한다.	BFAS(기분전환)
	무력감을 줄이기 위해 SNS를 한다.	BFAS(기분전환)
	우울감을 줄이기 위해 SNS를 한다.	BFAS(기분전환)
	초조함을 줄이기 위해 SNS를 한다.	BFAS(기분전환)
	불안감을 줄이기 위해 SNS를 한다.	연구자
금단	스트레스 받는 문제를 잊기 위해 SNS를 사용한다.	오윤경(긍정적기대요인 수정)
	SNS를 하면 마음이 편안해 저서 계속 하게 된다.	연구자
	아무것도 하고 있지 않을 때 초조하거나 불안해서 SNS를 한다.	연구자
	다른 사람들이 나에게 SNS 사용을 줄여야 한다고 말했지만, 듣지 않은 적이 있다.	BFAS(갈등)
	SNS 사용을 줄이려 했지만 성공하지 못했다.	BFAS(조절실패)
일상 생활 장애	“그만 해야지” 하면서도 반번이 SNS를 하게 된다.	KS-A(내성)
	SNS 사용 시간을 줄이지 못해 후회한 적이 있다.	연구자
	SNS 사용시간을 줄이는 것은 매우 어렵다.	연구자
	SNS 사용 시간을 스스로 조절 할 수 있다.	KS-A(내성, 역문항)
	SNS를 하지 못하게 되었을 때 초조해지거나 불안해진다.	BFAS(금단)
가상 세계 지향성	SNS를 하지 못하게 되었을 때 짜증이 난다.	BFAS(금단)
	여러 상황들 때문에 얼마간 SNS에 접속 할 수 없었을 때 기분이 나빠진다.	BFAS(금단)
	SNS를 하지 못하면 무슨 일이 일어났는지 궁금해서 다른 일을 할 수가 없다.	KS-A(금단)
	SNS를 못해도 불안하지 않다.	KS-A(금단, 역문항)
	SNS를 너무 많이 해서 그것이 나의 일 또는 학업에 부정적인 영향을 미친다.	BFAS(갈등)
일상 생활 장애	SNS 때문에 취미, 여가생활, 운동을 덜 중요시 한다.	BFAS(갈등)
	SNS 때문에 가족이나 친구들을 소홀히 한다.	BFAS(갈등)
	SNS 사용으로 인해 학교 성적 또는 업무실적이 떨어졌다.	KS-A(일상생활장애)
	SNS 사용 때문에 피곤해서 수업시간 또는 업무시간에 잔다.	KS-A(일상생활장애)
	SNS를 하다가 계획한 일을 제대로 못 한 적이 있다.	KS-A(일상생활장애)
가상 세계 지향성	SNS 사용으로 인해 가족이나 타인과 갈등을 겪었다.	연구자
	SNS를 하는 동안 타인의 댓글에 따라 기분이 쉽게 변한다.	연구자
	피곤할 만큼 SNS를 하지는 않는다.	KS-A(일상생활장애, 역문항)
	SNS를 하더라도 계획한 일들을 제대로 한다.	KS-A(일상생활장애, 역문항)
	SNS를 하는 동안 더욱 자신감이 생긴다.	KS-A(가상세계지향성)
가상 세계 지향성	SNS를 하면 기분이 좋아지고 쉽게 흥분한다.	KS-A(가상세계지향성)
	SNS를 하는 동안 현실의 일을 모두 잊어버린다.	연구자
	SNS를 하는 동안만큼은 내 자신이 인정을 받는다고 느낀다.	연구자
	SNS가 없다면 내 인생에 재밌는 일이 하나도 없을 것 같다.	오윤경(가상세계지향성)
	나는 SNS를 할 때 존재감을 느낀다.	황성욱 외(오프라인사회성결여)
친구나 이성파 있는 시간보다 SNS에 흥미를 더 느낀다.	강희양 외(생활문제)	
SNS가 없어도 시간을 재밌게 보낼 수 있다.	연구자(역문항)	

## 예비조사 실시 및 문항 재구성

대학생용 SNS 중독경향성 척도의 적절성을 평가하기 위해 서울 지역 대학생 총 72명을 대상으로 진행되었다. 대학생용 SNS 중독경향성 척도의 예비조사 분석결과를 통해 문항의 제거, 수정, 첨가가 이루어졌으며 요인이 수정되었다. 수정된 문항에 대해 안면타당도를 실시하였고 본 조사를 위한 최종 문항이 구성되었다. 또한 본 조사에서는 리커트 4점 반응양식을 채택해 중독경향성의 좀 더 뚜렷한 정도를 파악하고자 했다.

## 본 조사 실시

대학생용 SNS 중독경향성 척도 본 조사의 설문대상은 서울지역 4년제 대학교 대학생이었고 극단값 및 SNS를 사용하지 않는다고 대답한 응답자를 제외한 총 331명의 자료를 수집하였다. 본 조사 분석 후 공인타당도의 검증을 위해 기존의 스마트폰중독 척도와 외로움, 우울척도와의 상관관계를 분석하였다.

## 측정도구

**성인 스마트폰중독 자가진단 척도.** 스마트폰 중독을 구별해 내기 위한 척도(한국정보화진흥원, 2011b)로서 4가지 요인(일상생활장애, 가상세계지향성, 금단, 내성)으로 구성되었고 총 15문항이다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(4점)'까지 리커트 척도로 구성되어 있다. 척도의 신뢰도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .81 이다.

## 외로움 척도(UCLA Loneliness Scale).

Russell(1996)의 UCLA 외로움 척도를 김옥수(1997)가 번안하여 신뢰도와 타당도를 검증한 한국판 UCLA 외로움 척도를 백초롱(2012)이 구성한 척도를 사용했다. 요인은 '친밀한 주변인', '사회적 주변인', '소속감'이며 각 문항이 설명하고 있는 느낌 또는 생각을 얼마나 자주 경험했는지를 '늘 느낀다'에서 '전혀 느끼지 않는다'로 답하게 되어 있다. 리커트식 4점 척도이고 총 20문항으로 구성되어 있다. 김옥수(1997)의 연구에서 신뢰도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .93 이었고, 백초롱(2012)의 연구에서는 .91이었다.

## 우울척도(Center for Epidemiologic

**Depression Scale: CES-D).** CES-D는 일반인들이 경험하는 우울한 증상을 재는 척도로서 미국 정신보건 연구원에서 개발한 도구이다(Radloff, 1977).

본 연구에서는 전경구, 최상진, 양병창(2001)이 우리나라 실정에 맞게 개발한 통합적 한국판 CES-D척도를 설문으로 사용했고 이 연구에서는 요인에 대한 이름이 명명되지 않아, 한영민(2009)이 탐색적 요인분석을 통해 하위요인을 구성한 것으로 공인타당도를 검증하였다. 구성요소는 부정적 정서, 긍정적 정서, 대인관계 총 18문항이다. 지난 일주일 동안 경험한 빈도에 따라 전혀(0점)에서 대부분(3점)까지로 평정한다. 전경구(외, 2001)의 신뢰도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .91이며, 한영민(2009)의 연구에서는 (Cronbach's  $\alpha$ ) .90으로 나타났다.

## 자료분석

예비조사와 본 조사를 통해 수집된 자료는 기술통계 및 문항분석을 위해 문항의 평균 및 표준편차, 문항-전체 간 상관, 문항 간 상관이 검토되었다. 이후 문항의 신뢰도를 측정하고 최종문항으로 요인분석을 실시하였다. 요인구조를 알아내기 위한 방법으로 주성분 분석과 직각회전방식(Varimax)을 실시하고, 요인부하량이 .40 이상인 문항을 기준으로 고유치, 스크리 도표, 설명량 등을 참고 했다. 본 조사에서는 공인타당도를 평가한 후 최종척도의 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )를 확인하였다. SNS 사용이 성별, 이용시간, 이용기간, 접속률에 따라 차이가 있는지를 알아보기 위해  $t$ 검정과 일원분산분석, 사후검정으로 scheffé 검증을 실시하였고, 우울과 외로움이 SNS 중독경향성을 예측하는가 알아보기 위해 중다회귀분석을 실시하였다. 분석은 모두 SPSS 18.0을 이용하였다.

## 결 과

### 예비조사 결과

응답 수는 총 101명이었고 이 중 모두 '매우 그렇지 않다'에 응답하는 등의 불성실한 응답 24부가 제외되어 총 72명의 자료를 분석했다. 극단 값의 경우 이용자의 '중독경향성'을 측정하는 문항이기 때문에 사용량이 낮은 응답자의 반응은 극단으로 치우칠 수 있다. 성별은 남자29명(40.3%), 여자43명(59.7%)이었고, 학년별로는 1학년 6명(8.3%), 2학년 28명(38.9%), 3학년 28명(38.9%), 4학년 10명(13.9%)로 2,3학년의 비율의 가장 높았다.

문항분석은 평균점수가 극단으로 치우치는 것이 없었고 표준편차는 고르게 분포되었다. 문항-전체 간 상관에서 상관계수가  $r=.30$ 미만인 5문항은 삭제했고, 문항 간 상관분석에서 상관이  $r=.60$  이상인 문항은 쌍 문항중 하나를 삭제하거나 남겨두어 6문항을 제거했다. 남겨진 41문항의 전체 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .93이었다.

탐색적 요인분석은 요인부하량 및 문항검토 등을 통해 문항 수정 및 첨가가 이루어졌다. 요인분석 결과 10개의 요인구조를 갖는 것으로 나타났는데, 요인2와 요인3은 내성과 몰입을 묻는 문항이 섞여 있어 두 요인을 하나로 묶어 '몰입 및 내성'으로 명명하였고, 구인에 정의에 부합하지 않는 문항은 삭제 했으며, 구인의 정의를 좀 더 뚜렷이 나타내도록 문항을 수정하였고 연구자가 새롭게 개발한 문항과 기존 SNS 중독경향성 척도의 문항 일부를 첨가하였다. 그리하여 최종 6개요인(기분전환, 몰입 및 내성, 금단, 조절실패, 일상생활장애, 가상세계지향성)의 31문항을 구성하였다. 예비조사를 통해 선정된 본 조사 31문항의 내용 및 작성의 출처는 표 3에 제시하였다.

### 본 조사 결과

본 조사에 참여한 응답자는 389명 이었고, 이 중 불성실한 응답 및 극단 값을 제외하여 331명의 자료를 분석하였다. 성별은 남자 164명, 여자 167명으로 비율이 거의 같았고, 연령은 19세부터 22세(72.2%)의 비율이 주를 차지했다.

주 사용 SNS는 페이스북이 72.2%로 가장 많았으며, 카카오 스토리(14.9%), 트위터(5.9%)순이었다. 다음으로 SNS 주 접속기기는 스마트폰

(77.3%)이 가장 높았고, 그 다음은 데스크탑 (20.5%)순이었다. 이용기간은 2년 이상 사용자 151명(45.6%)으로 가장 많았고, 매일 사용하는 응답자도 249명(75.2%)이었으며, 30분 미만에서 2시

간까지의 사용자가 279명(84.3%)으로 대부분을 차지했다.

문항분석 결과는 평균의 극단값이 없었고, 표준편차가 고르게 분포되었으며, 문항-전체 간 상관

표 3. 대학생용 SNS 중독경향성 척도 본 조사 31문항 구성내용

요인	문항	출처
기분 전환	무력감 또는 우울감을 줄이기 위해 SNS를 한다.	BFAS(수정)
	초조함 또는 불안감을 줄이기 위해 SNS를 한다.	BFAS(기분전환)
	스트레스 받는 문제를 잊기 위해 SNS를 사용한다.	오윤경(긍정적기대요인 수정)
	개인적 문제를 잊기 위해 SNS를 한다.	BFAS(기분전환)
	기분을 좋게 하기 위해 SNS를 한다.	연구자
몰입 및 내성	SNS를 생각하거나 어떻게 이용할 것인가에 많은 시간을 보낸다.	BFAS(현저성)
	최근 SNS에서 일어난 일에 대해 많이 생각 한다.	BFAS(현저성)
	SNS를 하고 싶은 충동을 점점 더 많이 느낀다.	BFAS(내성)
	SNS 사용에 많은 시간을 보내지 않는다.	김동일 외(내성, 역문항)
	하루 중 대부분의 시간을 SNS를 하며 보낸다.	연구자
	일단 SNS를 시작하면 처음에 마음먹었던 것보다 오랜 시간 SNS를 하게 된다.	KS-A(내성)
금단	SNS를 확인하기 위해 스마트폰에서 손을 뗄 수가 없다.	연구자
	SNS에서 타인의 댓글을 보기 위해 시간이 날 때마다 수시로 확인 한다.	연구자
	길을 걸거나 다른 사람들과 대화중에도 끊임없이 SNS를 한다.	조성현 외(과잉소통과 몰입)
	여러 상황을 때문에 얼마간 SNS에 접속할 수 없을 때 기분이 나빠진다.	BFAS(금단)
조절 실패	SNS를 하지 못하게 되었을 때 짜증이 난다.	BFAS(금단)
	SNS를 하지 못하게 되었을 때 초조해지거나 불안해 진다.	BFAS(금단)
	SNS를 하지 못하게 되면 사는 즐거움 또는 재미를 잃는다.	오윤경(가상세계지향성 수정)
일상 생활 장애	SNS 사용 시간을 줄이지 못해 후회한 적이 있다.	연구자
	SNS 사용을 줄이려 했지만 성공하지 못했다.	BFAS(제발)
가상 세계 지향성	"그만 해야지" 하면서도 번번이 SNS를 하게 된다.	KS-A(내성)
	SNS 사용시간을 줄이는 것은 어렵다.	연구자
	SNS 사용 때문에 피곤해서 수업시간 또는 업무시간에 잔다.	KS-A(일상생활장애)
	SNS 때문에 취미, 여가생활, 운동을 덜 중요시 한다.	BFAS(갈등)
	SNS를 하다가 계획한 일을 제대로 못 한 적이 있다.	KS-A(일상생활장애)
가상 세계 지향성	SNS를 너무 많이 해서 그것이 나의 일 또는 학업에 부정적인 영향을 미친다.	BFAS(갈등)
	SNS로 인해 오프라인에서의 다른 활동에 대한 흥미가 감소했다.	조성현 외(집착 및 금단증상)
	SNS로 인해 원하는 시간보다 더 늦게 잠들거나 잠을 이루지 못하는 일이 자주 있다.	조성현 외(과잉소통과 몰입)
가상 세계 지향성	SNS는 내가 다른 사람과 항상 연결되어 있어 외롭거나 소외감을 덜 느끼도록 한다.	조성현 외(과잉소통과 몰입)
	SNS를 하는 동안만큼은 내 자신이 인정을 받는다고 느낀다.	연구자
지향성	SNS를 하는 동안 더욱 자신감이 생긴다.	KS-A(가상세계지향성)

표 4. 대학생용 SNS 중독경향성 척도 구성내용 및 요인부하량(N=331)

요인	문항(요인1)	출처	M(SD)	요인 부하량			
				1	2	3	4
일상생활 장애	SNS를 너무 많이 해서 그것이 나의 일 또는 학업에 부정적인 영향을 미쳤다.	BFAS(갈등)	1.96(.88)	.74	.28	.18	.06
일상생활 장애	SNS로 인해 오프라인에서의 다른 활동에 대한 흥미가 감소했다.	조성현의 (집착및 금단증상)	1.61(.67)	.73	-.00	.12	.18
일상생활 장애	SNS 때문에 취미, 여가생활, 운동을 덜 중요시 한다.	BFAS(갈등)	1.79(.76)	.67	.15	.04	.36
조절실패	SNS 사용시간을 줄이지 못해 후회한 적이 있다.	연구자	2.17(.91)	.62	.35	.19	-.18
일상생활 장애	SNS 사용 때문에 피곤해서 수업시간 또는 업무 시간에 잔다.	KS-A (일상생활장애)	1.48(.65)	.54	.20	-.00	.37
일상생활 장애	SNS로 인해 원하는 시간보다 더 늦게 잠들거나 잠을 이루지 못하는 일이 자주 있다.	조성현의 (과잉소통과 몰입요인 수정)	2.48(.95)	.51	.48	.14	-.01
요인	문항(요인2)	출처	M(SD)	요인 부하량			
				1	2	3	4
몰입	SNS 사용에 많은 시간을 보내지 않는다.	김동일의 (내성,역문항)	2.49(.81)	.24	.66	.04	.00
몰입	SNS에서 타인의 댓글을 보기 위해 시간이 날 때마다 수시로 확인한다.	연구자	2.61(.89)	.09	.61	.15	.14
몰입	SNS를 생각하거나 어떻게 이용할 것인가에 많은 시간을 보낸다.	BFAS(현재성)	2.08(.76)	.09	.61	.16	.25
및 조절 실패*	"그만 해야지" 하면서도 번번이 SNS를 하게 된다.	KS-A(내성)	2.58(.90)	.51	.55	.16	.25
내성	길을 걷거나 다른 사람들과 대화중에도 끊임 없이 SNS를 한다.	조성현의 (과잉소통과 몰입)	2.08(.81)	.31	.53	.09	.16
몰입	최근 SNS에서 일어난 일에 대해 많이 생각한다.	BFAS(현재성)	2.34(.84)	-.01	.53	.04	.48
몰입	하루 중 대부분의 시간을 SNS를 하며 보낸다.	연구자	1.74(.79)	.39	.52	.26	.30
내성	SNS를 하고 싶은 충동을 점점 더 많이 느낀다.	BFAS(내성)	1.88(.79)	.45	.50	.31	.20
요인	문항(요인3)	출처	M(SD)	요인 부하량			
				1	2	3	4
기분전환	무력감 또는 우울감을 줄이기 위해 SNS를 한다.	BFAS (기분전환 수정)	1.92(.82)	.15	.14	.78	.15
기분전환	스트레스 받는 문제를 잊기 위해 SNS를 사용한다.	오윤경 (긍정적기대요인 수정)	2.22(.89)	.01	.08	.77	.14
기분전환	초조함 또는 불안감을 줄이기 위해 SNS를 한다.	BFAS(기분전환)	1.75(.73)	.34	.17	.70	.06
기분전환	개인적 문제를 잊기 위해 SNS를 한다.	BFAS(기분전환)	1.87(.78)	.27	.06	.68	.26
기분전환	기분을 좋게 하기 위해 SNS를 한다.	연구자	2.33(.87)	-.02	.24	.55	.25
요인	문항(요인4)	출처	M(SD)	요인 부하량			
				1	2	3	4
가상세계 지향성	SNS를 하는 동안만큼은 내 자신이 인정을 받는다고 느낀다.	연구자	1.63(.74)	.22	.05	.36	.61
가상세계 지향성	SNS를 하는 동안 더욱 자신감이 생긴다.	KS-A (가상세계지향성)	1.82(.66)	.15	.06	.40	.61
금단	SNS를 하지 못하게 되면 사는 즐거움 또는 재미를 잃는다.	오윤경(가상세계지향성 요인 수정)	1.82(.77)	.45	.30	.18	.50
가상세계 지향성	SNS는 내가 다른 사람과 항상 연결되어 있어 외롭거나 소외감을 덜 느끼도록 한다.	조성현의 (과잉소통과 몰입)	2.32(.76)	-.08	.25	.37	.47
금단	SNS를 하지 못하게 되었을 때 짜증이 난다.	BFAS(금단)	1.83(.79)	.31	.36	.31	.48

\*는 1요인에 포함되었음.

도  $r=.30$  이하로 변별력이 낮은 문항이 없었다. 문항 간 상관분석에서 상관이  $r=.60$  이상인 문항은 문항 검토 후 7문항을 삭제하였다. 6요인 24문항의 전체 신뢰도 (Cronbach's  $\alpha$ )는 .92였다.

탐색적 요인분석은 표4에 요인명과 문항내용, 출처, 평균 및 표준편차와 부하량을 제시하였다. 4개 요인들은 전체 분산의 54.16%를 설명하였으며 요인부하량은 .40 이상이었다. 한 요인에 개별의 구인이 포함되어 나타났으며, 이에 요인부하량 및 문항검토를 통해 요인 명을 수정하였다. 요인1은 '조절실패 및 일상생활장애', 요인2는 '몰입과 내성', 요인3은 '부정 정서의 회피', 요인4는 '가상세계지향성 및 금단'이다. 요인 간 상관분석의 상관계수는  $r=.42$ 에서  $r=.67$  이었으며, 척도의 하위 요인 별 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .77에서 .84, 전체 신뢰도는 .92였다. 요인 간 상관계수와 신뢰도 결과는 표 5와 표 6에 제시하였고, 대학생용 SNS 중독경향성 최종척도는 부록에 제시하였다.

### 대학생용 SNS 중독경향성 척도의 공인타당도

대학생용 SNS 중독경향성 척도의 공인타당도를 검증하기 위해 '성인 스마트폰중독 자가진단 척도', '외로움 척도', '우울척도(CES-D)와의 상관관계를 분석하였다. 그 결과, SNS 중독경향성 척도는 성인 스마트폰 중독 자가진단 척도( $r=.44$ ), 외로움 척도( $r=.16$ ), 우울 척도( $r=.25$ )와  $p<.01$  수준에서 유의한 상관관계가 있었다. 하위요인 수준에서 볼 때, 외로움의 경우 '친밀한 주변인' 요인과 SNS 중독경향성이  $p<.01$  수준에서 정적 상관이 있었고( $r=.22$ ), '사회적 주변인'과 '소속감' 요인에서는 유의한 결과가 나타나지 않았다. 우울척도는 '부정적 정서'( $r=.27$ ) 요인과 '대인관계'( $r=.17$ ) 요인이  $p<.01$  수준에서 유의한 정적 상관이 있었고, '긍정적 정서'는 SNS 중독경향성과 유의한 상관이 없었다. 이로써 대학생용 SNS 중독경향성 척도의 타당도가 확인되었다.

표 5. 최종 개발된 대학생용 SNS 중독경향성 척도의 요인 간 상관관계(N=331)

구분	조절실패 및 일상생활장애	몰입 및 내성	부정 정서의 회피	가상세계지향성 및 금단
조절실패 및 일상생활장애	1			
몰입 및 내성	.67**	1		
부정 정서의 회피	.42**	.50**	1	
가상세계지향성 및 금단	.53**	.63**	.64**	1

\*\* $p<.01$ .

표 6. 최종 개발된 대학생용 SNS 중독경향성 척도 하위요인, 문항, 신뢰도(N=331)

요인	최종척도 문항번호	문항 수	Cronbach's $\alpha$	
요인1	조절실패 및 일상생활장애	4, 10, 14, 17, 20, 22, 24	7	.84
요인2	몰입 및 내성	1, 5, 9, 15, 18, 21, 23	7	.80
요인3	부정 정서의 회피	3, 8, 11, 16, 19	5	.81
요인4	가상세계지향성 및 금단	2, 6, 7, 12, 13	5	.77
전체		24문항		.92



**성별 및 이용기간, 이용시간, 접속률에 따른 차이검증**

최종 개발된 대학생용 SNS 중독경향성 척도의 24개 문항을 통해 SNS 중독경향성이 성별, 이용기간, 이용시간, 접속률에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있는가를 확인하였다. 이를 실시한 결과는 표 7과 같다. 먼저 성별에 따른 SNS 중독경향성을 비교했을 때 여자가 남자보다 유의하게 높은 것으로 나타났다( $t(329)=-3.71, p<.01$ ). 이용기간에 따른 SNS 중독경향성은 유의한 차이가 없었고( $F(4, 326)=1.04, p>.05$ ), 이용시간은 2시간을 기준으로 2시간미만 사용자와 2시간이상 사용자

간에 유의한 차이가 있었다, ( $t(329)=-8.01, p<.01$ ). 접속률에서는 매일 사용하는 집단과 그렇지 않은 집단 간에 유의한 차이가 있었다, ( $t(329)=4.60, p<.01$ ).

**우울과 외로움이 SNS 중독경향성에 미치는 영향**

우울 및 외로움의 하위변인이 SNS 중독경향성에 미치는 영향에 대한 중다회귀 분석을 실시한 결과는 다음 표 8과 같다. 외로움은 SNS 중독경향성을 6%로 설명하였고( $F(3, 327)=7.08, p<.01$ ), 우울은 SNS 중독경향성을 7%로 설명하였다( $F(3, 327)=8.68, p<.01$ ).

표 7. 성별에 따른 SNS 중독경향성의 차이( $N=331$ )

변인	성별	N	M	SD	t
SNS 중독 경향성	남	164	46.53	10.32	-3.71**
	여	167	51.02	11.67	
	2시간 미만	197	45.06	9.91	-8.01**
	2시간 이상	134	54.28	10.82	
	주6회 이하 접속	82	43.99	10.65	4.60**
매일 접속	249	50.38	10.98		

\*\* $p<.01$ .

표 8. 외로움 및 우울의 하위변인이 SNS 중독경향성에 미치는 영향 ( $N=331$ )

종속변인	독립변인	$\beta$	t	$R^2$	Adj $R^2$	F
SNS 중독 경향성	친밀한 주변인	.29	4.35**	.06	.05	7.08**
	외로움 사회적 주변인	-.01	-.17			
	소속감	-.13	-1.67	.07	.07	8.68**
	부정적 적서	.27	3.90**			
	우울 긍정적 정서	-.03	-.53			
대인관계	.02	.26				

\*\* $p<.01$ .

## 논 의

본 연구는 문헌고찰을 통해 설정된 8개의 하위 요인을 중심으로 국외에서 개발된 BFAS와 기존의 인터넷 중독척도, 스마트폰 중독척도, 연구자가 개발한 문항을 바탕으로 하여 대학생용 SNS 중독경향성 척도를 개발 및 타당화한 것이다.

예비조사에서는 72명을 대상으로 조사를 실시하여, 6개 하위요인(기분전환, 몰입 및 내성, 금단, 조절실패, 일상생활장애, 가상세계지향성)을 확인하고, 31문항으로 본 조사를 실시하였다. 본 조사에서는 331명을 대상으로 실시했고, 4개 하위요인(조절실패 및 일상생활장애, 몰입 및 내성, 부정 정서의 회피, 가상세계지향성) 총 24문항이 최종 구성되어 구인 타당도를 확인하였다. 또한 스마트폰 중독, 외로움, 우울과의 상관을 통해 척도의 공인타당도를 확인하였다. 신뢰도는 안정된 수준으로 나타났고, 요인 간 상관에서도 유의한 상관을 보여 본 척도가 타당화 되었음을 입증하였다.

예비조사 결과에서는 몰입 요인과 내성 요인이 함께 포함되어 두 개의 요인으로 구분되었다. 이것은 응답자가 SNS 과다이용을 심리적 개념(생각과 충동을 억제하지 못하는)과 물리적 개념(시간을 더 많이 할애하게 되는)으로 나누어 인식했음을 알 수 있다. '몰입'과 '내성'은 그 의미가 다르면서도 심리적 및 물리적으로 빠져든다는 맥락에서 중첩되는 것이다. 이에 두 요인을 한 요인으로 묶어 '몰입 및 내성'으로 명명하게 되었다.

본 조사 결과에서는 요인1이 일상생활장애와 조절실패 요인이 함께 포함되었다. SNS 사용통제가 실패하면 학업곤란 및 다른 활동의 흥미가 감소되는 등의 일상생활장애를 초래하는 것으로 볼

수 있다. 두 요인은 서로 다른 개념이지만 SNS 과다사용으로 인한 부정적 결과는 연속선상에 있다고 볼 수 있다. 이에 요인1을 '조절실패 및 일상생활장애'라고 명명하였다. 요인2는 예비조사결과와 마찬가지로 몰입과 내성이 한 요인으로 묶였다. 이것은 SNS에 많은 시간과 생각을 할애하는 몰입과, 의도한 시간보다 더 오래 사용하게 되는 내성이 SNS를 많이 한다는 측면에서 중첩되고 있음을 알 수 있다. 요인3은 기분전환 요인으로만 구성되었는데 예비조사에서 불쾌감의 정서를 개별로 질문했을 때 변별력이 낮았던 것에 비해(예, '무력감을 줄이기 위해 SNS를 한다') 비슷한 정서를 한 문항에 포함시켜 질문했을 때(예, '무력감 또는 우울감을 줄이기 위해 SNS를 한다') 변별력이 높았다. 이 요인의 경우 문항내용이 무력감, 우울감, 스트레스 등의 부정적 정서를 잊거나 줄이기 위해 SNS를 사용한다는 내용이었으므로 '부정 정서의 회피'라는 이름으로 재명명하였다. 마지막으로 요인4는 가상세계지향성과 금단 요인이 함께 포함되었다. 두 요인은 서로 다른 개념이지만 SNS에서 자신의 가치를 찾는 경향이 강할수록 SNS를 못하게 되는 상황이 되었을 때 불쾌감을 크게 경험하는 것으로 보인다. 즉, 가상세계지향성이 두드러질수록 금단증상을 심하게 경험하는 것이다. 이에 요인4를 '가상세계지향성 및 금단'으로 명명하였다.

새로 개발된 '대학생용 SNS 중독경향성 척도'가 기존 SNS 중독 척도의 구성과 다른 점은 기존에 분리되어있던 구인(금단, 가상세계지향성 등)이 한 요인에 포함된 것이다. 특히 금단은 SNS를 못하게 되었을 때의 불쾌감을 나타내는 내용이므로(예, '여러 상황들 때문에 얼마간 SNS에 접속

할 수 없을 때 기분이 나빠진다') 다른 요인들 보다 응답반응이 명확할 것이라 예측했지만, 예비조사 때와 마찬가지로 독립된 구인으로 나타나지 않았다. 이에 '조절실패 및 일상생활장애'와 '가상 세계지향성 및 금단'은 각 정의가 구별됨에도 독립된 의미보다 동일한 맥락으로 응답자들이 인식하고 있음을 알 수 있다. 서로 다른 개념이지만 SNS 과다사용으로 인한 부정적 결과는 연속선상에 있다고 볼 수 있다. 그러나 구성요인의 근거를 더욱 뒷받침하기 위해서는 각 요인과 관련 있는 심리적 변인을 밝히는 연구가 꾸준히 이루어져야 할 것이다.

성별 및 이용기간, 이용시간, 접속률에 따른 SNS 중독경향성을 분석했을 때는 여자가 남자보다 SNS 중독경향성이 높고, 이용시간과 접속률이 SNS 중독경향성과 유의한 상관이 있었다. 피승정(2013)의 연구에서도 성별에 따라 여자가 남자보다 평균이 높고 유의한 차이가 있었으며, 오윤경(2012)과 Wu(2013)의 연구에서는 사용시간이 SNS 중독과 유의한 상관이 있었다. 스마트폰 중독 연구에서도 사용시간이 중독과 관련이 있다고 하였는데(박용민, 2011; 신연섭; 2012), 스마트폰과 SNS 사용 모두 이용시간과 유의미한 상관이 있음을 알 수 있다. 이것은 추후 SNS 중독연구에서 이용시간이 중요한 변수가 될 수 있음을 보여준다.

SNS 중독경향성 척도개발 및 타당화 연구를 통한 본연구의 의의는 첫째로 척도개발을 통한 SNS 중독 척도 연구에 초석을 다질 수 있게 된 것이다. 무엇보다 국외에서 개발된 페이스북 중독 척도(BFAS)의 최초 18문항을 타당화 함으로 한국 대학생들에게 변별력 있는 아홉 문항을 추출하게 된 것이 본 연구의 공헌점이라고 할 수 있다.

둘째는, 척도의 타당화를 통해 추후 관련 변인간 연구의 신뢰성을 높이게 되었다. 기존 연구에서 SNS 중독경향성이 우울 및 외로움과 상관이 있거나(강현욱, 2013; 오윤경, 2012; Wan, 2009), 사회불안(유현숙, 2013)과의 관련, 소속감이 예측변인인 것으로 나타났는데(Pelling, 2009), 본 연구에서 또한 외로움과 우울 이 SNS 중독경향성의 예측변인으로 확인되었다. 타당화된 척도를 사용할 때 보다 더 SNS 중독 연구의 신뢰성을 확보할 수 있을 것이며, 이후 SNS 중독연구의 활성화에 기여할 수 있기를 기대해 본다.

셋째로 또 다른 의의는 상담현장에서 SNS를 과다사용 하는 내담자들의 심리를 이해하는 데 기초자료가 된다는 점이다. 관계지향성이 특정한 SNS로 인해 불안 및 초조함을 호소하거나 타인과의 갈등을 호소하는 점은 뉴스기사에서 뿐만 아니라 척도개발을 위한 그룹 인터뷰를 통해서도 알 수 있었다. 새로 개발된 대학생용 SNS 중독경향성 척도는 상담 장면에서 SNS가 내담자들의 일상생활에 얼마나 지장을 주는지, 그들이 얼마나 SNS에 몰입되어 있는지 등을 판단할 수 있는 평가도구로 활용될 수 있을 것이다.

척도의 타당화로 인한 공헌점에도 불구하고 SNS 중독 척도개발이 초기연구단계이기 때문에 발생할 수 있는 제한점 및 제언은 다음과 같다. 첫째, 대학생만을 대상으로 실시해서 일반 성인과 청소년을 대상으로 한 타당화가 실시될 필요가 있다. 대상을 달리하여 타당화 하는 것은, 연령별로 발달과업이 다르고 이것이 심리적 요인에 미치는 영향과 행동경향성이 다르게 나타날 수 있기 때문이다.

둘째, 표집의 한계를 들 수 있다. 본 연구에서는

일반 대학생을 대상으로 조사하였기 때문에 SNS 중독경향성이 높은 대학생들의 비율이 높지 않았다. 이후 연구에서는 SNS 중독경향성이 높은 대학생들을 많이 표집하여서 이들과 SNS 중독경향성이 높지 않은 일반 대학생들을 비교분석하는 것도 의미가 있을 것으로 생각된다.

셋째, 본 척도는 구인 타당도 및 공인타당도, 신뢰도 검증만 이루어졌기 때문에 추후 사후검증이 지속되어야 한다. 이를 위해 확인적 요인분석 및 기준점 설정 등이 필요하며, 추후 개발되는 척도들 간의 비교·분석이 이루어질 필요가 있다. 덧붙여 스마트폰 중독 요인 분석 연구(김병년, 고은정, 최홍일, 2013)에서 일반 사용자는 개인적 요인(자기통제력, 우울)이 스마트폰 중독에 영향을 미친다고 했고, 고위험군 및 잠재적 위험군은 환경적 요인(역기능적 부모양육태도, 대인관계지지)이 영향을 미친다는 최근 연구 결과가 있었다. 이에 중독 위험군에 영향을 미치는 환경적 요인인 '대인관계' 관련척도를 공인타당도로 실시한다면 의미 있는 결과를 얻을 것이라 예측한다.

마지막으로 SNS의 이용흐름이 매우 빠르게 달라지는 것과 관련된 한계를 들 수가 있다. 단적인 예로 연구수행시점에 이용률이 높지 않던 몇 개의 SNS 브랜드가 연구를 수행한 이후 새롭게 대두되어 회자되고 있고(예, 인스타그램), 개방형 SNS의 흐름이 몇 년여 간 지속적으로 증가하다가 이에 못지않게 최근에는 폐쇄형 SNS 이용자가 증가된 점(예, 카카오토키)(정보통신정책연구원, 2013) 등이 급격히 변화하고 있는 증거로 꼽을 수 있다. 이러한 흐름이 대중의 어떤 심리적 변화에 기인한 것인지 그것이 SNS의 중독경향성을 측정하는데 어떤 영향을 미치는지 등은 지속

적인 타당화 및 변인 간의 관계연구를 통해 밝혀져야 할 것이다.

## 참 고 문 헌

- 강현옥 (2013). 대학生の SNS중독성향과 사회적지지, 외로움, 건강지각, 대인관계의 관계와 신체활동을 통한 치료 레크레이션 적용. 한국체육과학회지, 22(1), 121-133.
- 강희양, 박창호. (2012). 스마트폰 중독 척도의 개발. 한국심리학회지: 일반, 31(2), 563-580.
- 고아라 (2012). 소셜 네트워크 서비스(SNS) 사용자의 몰입과 중독에 미치는 영향 요인 연구. 경성대학교 디지털디자인전문대학원 석사학위논문.
- 김기모 (2013). 청소년의 부모-자녀간 의사소통과 SNS 중독의 관계에서 기본 심리 욕구의 매개효과. 성균관대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김동일, 정여주, 이주영, 김명찬, 이윤희, 강은비, 금창민, 남지은 (2012). 성인용 간략형 스마트폰 중독 자가진단 척도 개발. 상담학연구, 13(2), 629-644.
- 김옥수 (1997). Korean version of the revised UCLA Loneliness Scale: Reliability and validity test. 대한간호학회지, 27(4), 871-879.
- 미디어다음(2012). <http://mediadaum.net/culture/others/view.html?cateid=culture/others/view.html?cateid=1026&newsid=20120612150513907&p=sisapress>. 2012. 6. 12 인출.
- 백초롱 (2012). 페이스북 사용과 대인관계 건강, 외로움의 관계에서 자각된 유용성 및 자각된 격려의 매개효과. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 서 거 (2013). 페이스북(Facebook) 이용 중독이 대학생의 사회성 및 자아정체성에 미치는 영향에 관한 연구. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 아시아투데이 (2012). <http://www.asiatoday.co.kr/news/view.asp?seq=518754>. 2012. 8. 24 인출.

- 오윤경 (2012). SNS중독경향성과 외로움, 우울, 대인관계, 사회적지지의 관계. 한국상담대학원대학교 석사학위논문.
- 우공선 (2011). 모바일 소셜 네트워크 서비스(Mobile social network service)의 이용 충족과 중독 연구. 동국대학교 석사학위논문.
- 유현숙 (2013). 사회불안 및 페이스북 이용동기가 SNS 중독과 페이스북 이용에 따른 심리적 문제에 미치는 영향. 카톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 이상호 (2013). 소셜미디어 사용자의 중독에 관한 정책적 함의 연구 : 한국형 SNS 중독지수(KSAI) 제안을 중심으로. 한국디지털정책학회, 11(1), 255-265.
- 이선자 (2013). 또래와의 의사소통과 사회적 불안이 스마트폰 SNS 중독 정도에 미치는 영향. 단국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이인숙, 조주연 (2012). 일부 간호대학생들의 SNS 중독과 정신건강에 대한 연구. 한국학교보건학회지, 25(1), 22-30.
- 전경구, 최상진, 양병장 (2001). 통합적 한국판 CES-D 개발. 한국심리학회지: 건강, 6(1), 59-76.
- 정보통신정책연구원 (2013). SNS(소셜네트워크서비스) 이용현황. KISDI STAT Report. 서울: 정보통신정책연구원
- 조성현, 서경현 (2013). SNS 중독경향성 관련 요인 탐색: 내현적 자기에, 자기제시 동기 및 소외감을 중심으로. 한국심리학회지: 건강, 18(1), 239-250.
- 최은진, 염우성, 이선우, 김솔, 이청아, 김주환(2012). 트위터와 페이스북 이용 행태 연구. 한국 HCI학회 학술대회, 2012(1), 911-916.
- 피승정 (2013). SNS 사용행동에 따른 SNS 중독 가능성, 자아존중감, 대인관계의 차이. 단국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 하지현, 진미유 (2012). 인터넷 중독의 임상양상. 한국중독정신의학회, 16(1), 3-10.
- 한국인터넷진흥원 (2012a). 2012년 상반기 스마트폰이용 실태조사. 서울: 한국인터넷진흥원.
- 한국인터넷진흥원 (2012b). 인터넷 이용실태조사 최종보고서. 서울: 한국인터넷진흥원.
- 한국정보화진흥원 (2011a). 스마트 사회 실현의 충분조건, 소셜미디어 활성화를 위한 소셜미디어 부작용 유형 분석 및 대응방향. 서울: 한국정보화진흥원.
- 한국정보화진흥원 (2011b). 스마트폰중독진단척도개발연구. 서울: 한국정보화진흥원.
- 한국정보화진흥원 (2011c). 인터넷중독 진단척도 고도화(3차) 연구. 서울: 한국정보화진흥원.
- 한국정보화진흥원 (2012). 국가정보화백서. 서울: 한국정보화진흥원.
- 한국일보 (2011). <http://news.hankooki.com/lpage/economy/201112/h20111201213235111720.htm>. 2011. 12. 1 인출.
- 한영민 (2009). 대학생의 가족건강성, 자아탄력성과 우울의 관계에서 적극적 스트레스 대처의 매개효과. 홍익대학교 대학원 박사학위논문.
- 황성욱, 박재진 (2011). 페이스북, 무엇이 문제인가? 심리적 문제점 요인 분석. 한국광고홍보학회 광고연구, 19, 68-95.
- Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., & Pallesen, S. (2012). Development of a facebook addiction scale. *Psychological Reports, 110*(2), 501-517.
- Boyd, D. & Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication, 13*(1), 11.
- Dhaha, I. S. Y. (2013). Predictors Of Facebook Addiction Among Youth: A Structural Equation Modeling (Sem). *Journal of Social Sciences (COES&RFJ-JSS), 2*(4), 186-195.
- Elphinston, R. A., & Noller, P. (2011). Time to face it! facebook intrusion and the implications for romantic jealousy and relationship satisfaction. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 14*(11), 631-635.
- Jelenchick, L. A., Eickhoff, J. C., & Moreno, M. A.

- (2012) "Facebook depression?" Social networking site use and depression in older adolescents. *Journal of Adolescent Health, 52*(1), 128-130.
- Karaiskos, D., Tzavellas, E., Balta, G., & Paparrigopoulos. T. (2010). social network addiction: A new clinical disorder? *EUROPEAN PSYCHIATRY, 25*//SUP1(-), 855.
- Koc, M., & Gulyagci, S. (2013). Facebook Addiction Among Turkish College Students: The Role of Psychological Health, Demographic, and Usage Characteristics. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 16*(4), 279-284.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction—A review of the psychological literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 8*(9), 3528-3552.
- Moreno, M. A., Jelenchick, L. A., Egan, K. G., Cox, E., Young, H., Gannon, K. E., & Becker, T. (2011). Feeling bad on Facebook: Depression disclosures by college students on a social networking site. *Depression and anxiety, 28*(6), 447-455.
- Pelling, E. L., & White, K. M. (2009). The theory of planned behavior applied to young people's use of social networking web sites. *CyberPsychology, Behavior and Social Networking, 12*(6), 755-759.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement, 1*, 385-401.
- Spraggins, A. (2009). *Problematic use of online social networking sites for college students: Prevalence, predictors, and association with well-being*. Ph.D. University of Florida.
- Wilson, K., Fornasier, S., & White, K. M. (2010). Psychological predictors of young adults' use of social networking sites. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 13*(2), 173-177.
- Wan, C. (2009). *Gratifications & Loneliness as Predictors of Campus-SNS Websites Addiction & Usage Pattern among Chinese College Students*. The Chinese University of Hong Kong. MS Thesis.
- Watson, B. R. (2007). *Speaking up in the 21st century: The effects of communication apprehension and internet self-efficacy on use of social networking websites*. M.A. University of Missouri, Columbi, USA.
- Wu, A. M., Cheung, V. I., Ku, L., & Hung, E. P. (2013). Psychological risk factors of addiction to social networking sites among Chinese smartphone users. *Journal of Behavioral Addictions, 2*(3), 160-166.
- Young, K. (1999). Internet addiction: Evaluation and treatment. *Student British Medical Journal, 7*, 351-352.
- Zhnag, Y., Tang, L. S. T., & Lung, L. (2011). Gratification, collective self-esteem, online emotional openness, and traitlike communication apprehension as predictors of Facebook uses. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 14*(12), 733-739.

원고접수일: 2014년 1월 28일

논문심사일: 2014년 2월 17일

게재결정일: 2014년 2월 20일

# Development and Validation of SNS Addiction Proneness Scale for College Students

So-Young, Jung      Jong-Nam, Kim  
Department of Education Psychology,  
Seoul Women's University

The purpose of this study is to develop and validate the 'SNS Addiction Proneness Scale for College Students', which can be used to measure the SNS addiction proneness. First of all, we have to clarify the concepts of SNS addiction, and derive at the eight factors: salience, tolerance, mood modification, relapse, withdrawal, conflict, disturbance of adaptive, and virtual life orientation. Then, 52 items were developed, based on 7 factors. We extract 6 factors from the SNS Addiction Proneness Scale after the Exploratory Factor Analysis at the preliminary item analysis. In the main survey, data from 331 male and female undergraduates (ages: 17-29) were analyzed. Item analysis, reliability analysis, and exploratory factor analysis are performed and we reach the final 4 factors composing of 24 items. The 4 factors were disturbance of adaptive life and control failure, preoccupation and tolerance, avoidance of negative emotions, and virtual life orientation and withdrawal, and reliability (Cronbach's  $\alpha$ ) was .92. Concurrent validity was conducted with other instruments such as the Smart phone Addiction Proneness Scale for Adults: Self-diagnosis, Loneliness Scale, and Depression Scale in order to confirm the newly developed instrument. The results demonstrated that the SNS Addiction Proneness Scale had appropriate degree of correlations with the existing smart phone addiction scale and related variables. And, loneliness and depression were used as the variables to predict the SNS addiction proneness. Lastly, based on these results, we discussed several values and limitations of this study and provided suggestions for further researches.

*Keywords:* SNS Addiction, scale development, validation study

부록

대학생용 SNS 중독경향성 척도

※ SNS를 사용하면서 얼마나 자주 다음과 같이 느꼈는지 표시해 주십시오.

번호	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그렇다	매우 그렇다
1	SNS를 생각하거나 어떻게 이용할 것인가에 많은 시간을 보낸다.	①	②	③	④
2	SNS는 내가 다른 사람과 항상 연결되어 있어 외롭거나 소외감을 덜 느끼도록 한다.	①	②	③	④
3	스트레스 받는 문제를 잊기 위해 SNS를 사용한다.	①	②	③	④
4	SNS 사용 때문에 피곤해서 수업시간 또는 업무 시간에 잔다.	①	②	③	④
5	최근 SNS에서 일어난 일에 대해 많이 생각한다.	①	②	③	④
6	SNS를 하지 못하게 되었을 때 짜증이 난다.	①	②	③	④
7	SNS를 하는 동안만큼은 내 자신이 인정을 받는다고 느낀다.	①	②	③	④
8	무력감 또는 우울감을 줄이기 위해 SNS를 한다.	①	②	③	④
9	SNS 사용에 많은 시간을 보내지 않는다.	①	②	③	④
10	SNS 사용 시간을 줄이지 못해 후회한 적이 있다.	①	②	③	④
11	초조함 또는 불안감을 줄이기 위해 SNS를 한다.	①	②	③	④
12	SNS를 하는 동안 더욱 자신감이 생긴다.	①	②	③	④
13	SNS를 하지 못하게 되면 사는 즐거움 또는 재미를 잃는다.	①	②	③	④
14	SNS 때문에 취미, 여가생활, 운동을 덜 중요시 한다.	①	②	③	④
15	SNS에서 타인의 댓글을 보기 위해 시간이 날 때마다 수시로 확인 한다.	①	②	③	④
16	개인적 문제를 잊기 위해 SNS를 한다.	①	②	③	④
17	SNS를 너무 많이 해서 그것이 나의 일 또는 학업에 부정적인 영향을 미쳤다.	①	②	③	④
18	하루 중 대부분의 시간을 SNS를 하며 보낸다.	①	②	③	④
19	기분을 좋게 하기 위해 SNS를 한다.	①	②	③	④
20	"그만 해야지" 하면서도 번번이 SNS를 하게 된다.	①	②	③	④
21	SNS를 하고 싶은 충동을 점점 더 많이 느낀다.	①	②	③	④
22	SNS로 인해 오프라인에서의 다른 활동에 대한 흥미가 감소했다.	①	②	③	④
23	길을 걷거나 다른 사람들과 대화중에도 끊임없이 SNS를 한다.	①	②	③	④
24	SNS로 인해 원하는 시간보다 더 늦게 잠들거나 잠을 이루지 못하는 일이 자주 있다.	①	②	③	④

※역문항 9번