

대학생의 애착불안과 SNS 중독경향성의 관계: 과도한 재확인 추구의 매개효과*†

김 유 립

전북대학교 심리학과 석사 졸업

서 장 원‡

전북대학교 심리학과 교수

대학생들에게 Social Network Service(SNS)는 친밀한 관계를 형성하고 유지하기 위해 필요한 중요한 서비스이다. 하지만 SNS를 과도하게 사용하는 등의 부적응적인 행동은 중독과 같은 심각한 심리적 문제로 이어질 수 있다. 본 연구에서는 SNS의 부적응적 사용양상을 이해하기 위한 일환으로 대인관계 문제 및 중독의 유력한 발달적 기원으로 알려진 애착과 SNS 사용양상의 연관성을 살펴보았다. 특히 애착불안과 SNS 중독경향성의 관계를 탐색하였으며, 두 변인의 관계를 부적응적 대인관계 행동 및 동기 요인인 과도한 재확인 추구가 매개하는지를 검증하였다. 이를 위해 대학생 271명을 대상으로 SNS 중독경향성 척도와 친밀관계 경험 척도-개정판, 우울한 대인관계 질 문지-재확인 추구 하위척도를 실시하였고, 수집된 자료에 대해 상관분석 및 매개효과 검증을 실시하였다. 분석 결과, 애착불안과 SNS 중독경향성, 과도한 재확인 추구는 정적 상관관계를 맺고 있는 것으로 확인되었다. 또한 애착불안과 SNS 중독경향성의 관계를 과도한 재확인 추구가 부분 매개하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 대학생의 SNS 중독경향성을 개선하고자 할 때 애착불안이나 과도한 재확인 추구하고 같은 대인관계 관련 특징들을 고려하는 것이 중요할 수 있음을 시사한다.

주요어: 애착불안, SNS 중독경향성, 과도한 재확인 추구

* 본 논문은 제 1저자의 석사학위 논문 일부를 수정 보완한 것임.

† 본 연구는 한국연구재단 4단계 BK21사업(전북대학교 심리학과)의 지원을 받아 연구되었음(No.4199990714 213).

‡ 교신저자(Corresponding author): 서장원, (54896) 전북 전주시 덕진구 백제대로 567 전북대학교 심리학과 교수, Tel: 063-270-2927, E-mail: jangw.seo@gmail.com

인간은 타인과 관계를 맺으며 살아간다. 또한 각 개인이 맺는 대인관계의 양과 질은 다양한 심리적 문제에 중요한 영향을 미칠 수 있다. 이러한 사실은 심리학을 포함한 여러 정신건강 분야에 이미 잘 알려진 바이며, 특히 직접적인 접촉이 이루어지는 오프라인상에서의 대인관계 관련 연구에서 활발하게 다루어진 주제였다. 이 영역에서 최근 수십 년 동안 일어난 중요한 변화를 꼽자면 온라인상에서의 대인관계 활동을 빼놓을 수 없을 것이다. 과학기술의 빠른 발전으로 사회적 관계와 집단의 형성이 온라인 영역으로 확대되었고, 이에 따라 온라인과 오프라인을 넘나들면서 빠르고 다양하게 관계를 맺으며 소속감을 형성할 수 있게 된 것이다(Papacharissi, 2004). 이처럼 시간과 공간의 제약을 뛰어넘는 새로운 관계 형태에 크게 기여한 요인으로 인터넷과 컴퓨터 기술의 발전에 따른 Social Network Service(SNS)의 빠른 성장을 들 수 있을 것이다. SNS는 인터넷상에서 친구, 동료 등 지인과의 인간관계를 강화하거나 새로운 인적 네트워크를 형성하여 커뮤니케이션 및 정보를 공유하는 활동을 의미하며, 현대인들이 타인과 상호작용하는 매우 중요한 수단으로 활용되고 있다(한국인터넷진흥원, 2019).

SNS의 발전과 확산의 영향은 두 가지 측면에서 살펴볼 수 있다. 우선 긍정적인 측면에서 보면, SNS는 시간과 공간의 제약 없이 다른 사람들과 빠르게 소통할 수 있다는 큰 장점이 있다. 또한 인터넷상에 공유되는 다양한 정보들을 이용해 사용자들에게 즐거움과 재미를 제공해 주기도 한다. 이러한 장점들이 있는가 하면, 부적응적인 방식으로 사용할 경우 심각한 문제를 초래하기도 한다. 예컨대 SNS 사용에 과도하게 몰두할 경우 중독

으로 이어질 가능성이 있다(정소영, 김종남, 2014). SNS 중독이란 온라인상의 대인관계에 과도하게 몰입하여 금단 및 내성이 나타나는 등 일상생활에 지장을 주는 상태를 의미한다(정소영, 김종남, 2014). SNS 중독은 정신질환의 진단 및 통계 편람 등의 정식 진단체계에 공식적으로 등재되어 있는 진단 명칭은 아니지만, 일상생활에 다양한 부적응을 초래하는 중요한 문제행동임에 틀림없다. 실제로 이러한 문제행동을 일종의 연속선인 SNS 중독경향성으로 개념화하여 관련 특징들을 탐색하는 연구들이 현재 활발하게 진행되고 있는 상황이다(오윤경, 2012; 정소영, 김종남, 2014).

SNS 중독경향성은 정신적 피로감(윤명숙, 김남희, 2018)이나 우울 및 불안(김경호, 2016; Hui-Min, Sang-Min, & Moon, 2014)과 관련이 있으며, 전반적인 정신건강 수준을 낮추고, 심리적 스트레스와 자살 사고를 높일 가능성이 있는 것으로 확인되고 있다(Sampasa-Kanyinga & Lewis, 2015). 이처럼 SNS 중독경향성이 현대인의 정신적 건강과 일상생활을 위협할 수 있다는 측면에서 효과적인 예방 및 개입을 위한 연구들(예: 위험 요인 탐색 연구)이 요구되고 있는 실정이다(차유빈, 2015; Andreassen, 2015; Karaiskos, Tzavellas, Balta, & Paparrigopoulos, 2010).

SNS를 이용하는 동기는 연구자들에 따라 다양하게 분류되어 왔지만, 다수의 연구에서 공통적으로 사용되는 이용 동기로는 대인관계 추구, 자기표현 추구, 정보 추구, 오락 추구의 동기 등이 있다(안지은, 우도현, 성현아, 배성만, 2020). 또한 국내 이용자들에게 SNS를 사용하는 이유를 문자 친교 및 교제를 위해서 사용한다는 응답이 80%를 넘게 나타나기도 하는 등(한국인터넷진흥원,

2019), 대인관계적 요소는 SNS의 주된 이용 동기로 알려져 있다. 이에 더해 현실에서의 문제적 대인관계와 SNS의 과도한 사용이 밀접하게 연관되어 있는 것으로 나타났는데, 예컨대 신미경(2015)은 SNS를 과도하게 사용하는 사람들은 현실의 대인관계에서 다양한 어려움을 경험하며, 온라인상에서 대안적인 관계형성을 시도한다는 것을 확인하였다. 개인이 대인관계를 형성하고 유지하는 것에 어려움을 겪는 이유는 다양하겠지만, 중요한 원인 중 하나로 애착의 문제를 고려할 수 있을 것이다.

애착(attachment)이란 한 개인이 자신과 가장 가까운 사람에 대해 느끼는 강한 정서적 유대를 의미한다(Bowlby, 1982). Ainsworth(1989)에 따르면 어린 시절 양육자와의 애착경험은 기본적인 정신건강의 토대가 되고, 자기 통합감과 자기 가치감의 발달, 타인과의 관계 형성 등에 중요한 영향을 미치게 된다. 성장과정에 따라 애착대상은 부모에서 친구나 연인, 혹은 다른 사회적 관계로 확대되어가고, 애착 패턴 역시 사건의 시간의 흐름에 따라 변화될 수 있다(Furman & Buhrmester, 1992; Hazan & Shaver, 1994). 이처럼 부모로부터 또래나 연인 등으로 애착 대상이 전환된 것을 성인애착이라 한다.

성인애착은 ‘회피’와 ‘불안’의 차원으로 분류될 수 있다(Brennan & Bosson, 1998; Shaver & Mikulincer, 2007). 관련 연구자들은 이 두 차원 중 하나 이상이 높은 수준일 경우에는 불안정 애착, 두 차원이 모두 낮은 수준일 경우에는 안정 애착으로 간주할 수 있다고 제안하였다(Brennan & Bosson, 1998). 먼저 애착회피 수준이 높은 사람들은 타인을 멀리하는 특징을 지닌다.

Wallin(2007)은 이들이 독립성을 침해받는 것에 대한 공포감으로 타인과 과도하게 친밀해지는 것을 꺼리거나 불편해하며, 관계에서 일어나는 정서적 교류를 차단하고 자신의 내적 어려움을 내비치지 않는다고 하였다. 한편 애착불안 수준이 높은 사람들은 타인과 가까워지려는 욕구를 지니지만, 관계에서 쉽게 상처받으며 타인의 반응에 매우 예민한 특징을 지닌다(Brennan & Bosson, 1998; Shaver & Mikulincer, 2007).

한편, 애착은 중독과 밀접한 관계가 있는 변인으로 알려져 왔다. Flores(2001)는 개인이 안정적인 애착관계를 통한 친밀감과 안정감을 형성하지 못할 경우에 심리적인 불편감을 느끼게 되고, 이와 같은 불쾌한 감정에 압도되어 그런 상태가 지속되는 것이 중독 대상이나 행위에 집착할 가능성을 높일 위험이 있다고 주장하며 중독을 애착의 장애로 표현하였다.

SNS 중독경향성과 보다 밀접할 것으로 예상되는 성인애착의 차원은 애착불안이다. 타인과의 친밀한 관계형성에 대한 거부감을 보이는 애착회피에 반해, 애착불안은 타인과 관계 맺는 것에 대한 강한 욕구를 지니고 있기 때문이다. SNS의 주요 이용 동기가 친밀한 관계를 맺기 위함이며(성요안나, 현명호, 2016; 안지은 외, 2020; 한국인터넷진흥원, 2019), 오프라인에서 대인관계에 어려움이 있는 사람이 이를 온라인상에서 해소하려고 시도한다는 점을 고려해보면(Ebeling-Witte, Frank, & Lester, 2007), 애착불안 수준이 높은 사람들이 현실세계에서의 관계문제를 경험할 때 이를 만회하거나 대체하기 위해 SNS를 사용할 가능성이 높으며, 과도할 경우 SNS 중독경향성을 나타낼 수 있을 것이라 짐작해 볼 수 있다.

애착불안과 대인관계 문제 양상, SNS 사용으로 이어지는 관계에 대해서는 다양한 연구들이 진행된 바 있다. 예컨대 애착불안 수준이 높은 사람들은 대인관계 상호작용 과정에서 겪게 되는 스트레스나 갈등에 유연하게 대처하지 못하는 경향이 있으며(이지영, 권석만, 2006), 타인의 작은 반응에도 과민하게 받아들이고 상황을 부정적으로 해석하여 심리적 고통을 느끼는 것으로 확인되었다(Shaver & Mikulincer, 2002; Tucker & Anders, 1999; Wei, Vogel, Ku, & Zakalik, 2005). 오프라인 대인관계에서 경험되는 이러한 문제들은 온라인상에서 상호작용할 때 줄어들 가능성이 높다. 온라인에서는 선별적으로 정보를 제시할 수 있으며, 이를 통해 자신이 원하는 타인의 반응을 이끌어 낼 수 있기 때문이다. 또한 이전 연구들을 통해 관계에 대한 욕구는 높으나 현실의 대인관계에서 어려움을 겪고 있는 사람들이 SNS를 통해 이를 해소하려 한다는 사실이 확인된 바 있다(이선경, 김정규, 2019; Kuss & Griffiths, 2011).

이러한 결과들을 고려하면, 애착불안 수준이 높은 사람들의 경우 SNS를 이용해 좌절된 대인관계 욕구를 충족시키려 시도할 가능성이 있음을 예측해 볼 수 있다. 실제로 이들은 SNS를 일종의 대처전략으로 사용함으로써 대인관계에서 소외되지 않으려 한다는 점이 확인되었다(Sheldon, Abad, & Hinsch, 2011). 국내에서 대학생들을 대상으로 진행된 선행 연구들에서도 애착불안과 SNS 중독경향성 간에 정적인 상관관계가 있는 것으로 확인된 바 있다(권예진, 김다빈, 서보경, 2019; 김보경, 백용매, 허창구, 2016; 김진숙, 문현주, 최은, 2019; 박지수, 서영석, 2018; 이선경, 김정규, 2019; 하태희, 2016).

애착불안과 SNS중독경향성 간의 관계가 여러 연구들에서 확인되었지만, 두 변인의 관계 기제에 대한 연구는 아직 미흡한 상황이다. 이러한 상황에서 고려할 수 있는 방법은 애착불안 수준이 높은 사람들이 SNS를 사용하는 과정에서 나타나는 부적응적인 특성을 보다 정교하게 탐색하는 것이다. 사실 적절한 수준을 유지한다면 온라인은 훌륭한 소통 매체로 활용될 수 있다. 문제는 SNS에 과도하게 집착하게 만드는 부적응적인 동기가 작동할 경우이다. 관련된 기초 연구에 따르면, 애착불안 수준이 높은 개인은 거절에 대한 강한 두려움으로 인해 관계에 과도하게 몰두하고 집착하며, 타인의 관심과 사랑을 확인하기 위해 상대의 반응을 요구하는 경향이 있는 것으로 확인되었다(McDermott et al., 2015; Shaver & Mikulincer, 2002; Wei et al., 2005). 그러나 이와 같은 태도와 행동은 역설적이게도 상대에게 큰 부담감을 주어 관계를 악화시키며, 거절이나 유기 등의 문제를 유발하여 악순환을 초래하는 것으로 나타났다(김성현, 2004; Wei, Mallinckrodt, Russell, & Abraham, 2004). 따라서 연구 결과를 고려하면, 애착불안 수준이 높은 사람들이 타인을 대할 때 자신의 가치와 상대의 애정에 대해 반복적으로 확인하는 행동을 나타낼 것이라는 사실을 예상해 볼 수 있다.

이러한 행동을 포착하는 개념으로 과도한 재확인 추구(Excessive Reassurance Seeking: ERS)를 들 수 있다. ERS란 다른 사람으로부터 자신이 사랑스럽고 가치 있다는 사실을 확인해주는 정보가 이미 제공되었음에도 불구하고 지속적으로 과도하게 재확인을 요구하는 경향성을 의미한다(Joiner, Metalsky, Katz, & Beach, 1999).

Coyne(1976)에 따르면, 재확인 경향성이 높은 사람들은 상대방부터 긍정적 피드백을 받은 직후에 불안이 일시적으로 감소하지만, 장기적으로는 그 대답의 진위를 의심하면서 불안이 증가하게 되어 ERS를 나타내는 악순환의 과정을 보인다. 이들은 자신의 가치감을 유지하고 거절에 대한 두려움을 감소시키기 위해 반복적으로 ERS를 나타낸다(Rector, Kamkar, Cassin, Ayearst, & Laposa, 2011). 그러나 상대방에게 반응의 진위를 질문하면서 ERS 행동을 보이게 되면, 점차 상대방의 짜증과 불만을 유발하게 되고, 결국 거절과 단절을 초래하여 사회적으로 고립된 환경에 놓이게 될 수 있다(Joiner & Metalsky, 2001).

애착불안과 ERS의 관계를 탐색한 선행연구들은 실제로 두 변인 간의 높은 정적 상관관계를 보고하였다(Davila, 2001; Evraire & Dozois, 2011; Evraire & Dozois, 2014; Mikulincer et al., 2003; Shaver, Schachner, & Mikulincer, 2005; Stewart & Harkness, 2015; Wearden, Perryman, & Ward, 2006). 유기에 대한 불안이 높은 개인이 관계를 맺는 것에 지나치게 집착하면서 상대의 애정을 확인하고자 한다는 것은 초기 애착 이론에서 제안된 바 있다(Bowlby, 1980, 1982). 이는 버림받지 않고 관계를 유지시키는 것에 대한 욕구를 지닌 사람일수록 중요하다고 생각하는 사람에게 자신을 어떻게 생각하는지, 진짜로 자신에게 관심이 있는 것인지 반복해서 물어볼 가능성이 더욱 높아진다는 것을 시사한다. 이런 속성들이 애착불안인 개인이 ERS를 하도록 하는 것으로 보인다.

또한 애착불안 및 ERS와 심리적 문제의 관계를 탐색한 후속 연구들에 따르면, ERS는 우울이나 건강염려증 등의 심리적 문제와 애착불안의

관계를 매개하는 것으로 확인되었다(e.g., Davila, 2001; Shaver, Schachner, & Mikulincer, 2005; Wearden, et al., 2006).

애착불안과 SNS 중독경향성의 관계를 ERS가 매개하는지의 여부에 대해서는 아직 명확하게 밝혀진 바가 없지만, SNS 중독경향성에 밀접한 변인들과 ERS의 관계를 탐색한 소수의 연구들이 최근 진행되었다. 예컨대 문제적 스마트폰 사용과 ERS의 관계를 탐색한 연구들에 따르면, ERS 수준이 높을수록 문제적 스마트폰 사용 행동 또한 증가하는 것으로 나타났다(Elhai et al., 2020; Mitchell & Hussain, 2018). 스마트폰을 이용해 할 수 있는 행동들이 다양하기 때문에 이러한 결과를 직접적으로 SNS 중독경향성과 연결 지을 수는 없지만, SNS 이용자가 주로 사용하는 기기가 스마트폰이라는 점을 감안할 때(한국인터넷진흥원, 2019), ERS와 SNS 중독경향성의 관계 또한 유사한 양상을 나타낼 가능성이 있음을 짐작해 볼 수 있다. 더불어 SNS 이용 동기에 따른 SNS 중독경향성을 살펴본 연구에서, 타인에게 인정받고 긍정적 피드백을 추구하는 자기 확인 동기나 소속감을 느끼고 거절당하지 않고자 하는 유대감 확인 동기 등이 SNS 중독경향성과 높은 상관을 나타내었는데(성요안나, 현명호, 2016), 이처럼 자존감을 높이고 애정을 얻고자 하는 두 가지 동기는 ERS의 특징과도 결부되어 있다고 볼 수 있다.

이렇게 애착불안 및 SNS 중독경향성, ERS가 서로 밀접한 관련을 맺고 있을 가능성을 지지하는 근거들이 있지만, 애착불안과 SNS 중독경향성의 관계에서 ERS의 매개효과를 직접적으로 탐색한 연구는 아직까지 진행되지 못한 상황이다. 특히 본 연구의 대상이 되는 대학생 시기는 전 연

령에서 가장 높은 SNS 이용률을 보이며(한국인터넷진흥원, 2019), 친밀한 관계를 형성하는 것이 주된 발달 과업인 만큼, 대학생 시기에서의 대인관계 문제와 SNS 중독 경향성과 관련된 문제들을 주의 깊게 살펴야 할 필요성이 있다.

이러한 변인들 간의 관계를 종합하여 상정한 본 연구의 연구 문제는 다음과 같다.

연구 문제 1. 애착불안과 ERS, SNS 중독경향성이 각각 유의한 관계를 맺고 있는가?

연구 문제 2. 애착불안과 SNS 중독경향성의 관계를 ERS가 매개하는가?

방 법

연구대상

본 연구는 전라북도 소재의 대학에 재학 중인 대학생들을 대상으로 진행되었다. 자료는 온라인 설문조사를 통해서 수집하였으며 총 273명이 설문조사에 참여하였고, 그 중 SNS를 사용하지 않는다고 응답한 2명을 제외한 271명의 데이터를 최종 분석에 사용하였다. 연구대상의 성별 비율은 남자 61명(22.5%), 여자 210명(77.5%)이었으며, 평균 연령은 만 23.05세($SD = 2.72$)였다.

측정도구

SNS 중독경향성. SNS 중독경향성을 측정하기 위해 정소영과 김종남(2014)이 개발한 대학생용 SNS 중독경향성 척도를 사용하였다. 본 척도는 SNS 이용과 관련된 조절실패 및 일상생활 장애, 몰입 및 내성, 부정정서 회피, 가상세계 지향

성과 금단을 측정하며, 총 24문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 Likert식 4점 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 4 = 매우 그렇다)로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 SNS 중독경향성이 높음을 의미한다(예: 'SNS는 내가 다른 사람과 항상 연결되어 있어 외롭거나 소외감을 덜 느끼도록 한다.'). 본 연구에서의 내적합치도(Cronbach's α)는 .94였다.

애착불안. 애착불안 수준을 측정하기 위해 Brennan, Clark과 Shaver(1998)가 개발하고 김성현(2004)이 번안 및 타당화한 친밀관계 경험척도 - 개정판(Experience in Close Relationship Revised: ECR-R)을 사용하였다. 본 척도는 애착불안을 측정하는 18문항과 애착회피를 측정하는 18문항으로 구성되어 있으며, 본 연구에서는 애착불안 척도만을 사용하였다. 각 문항은 Likert식 7점 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 7 = 매우 그렇다)로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 애착불안 수준이 높은 것으로 해석한다(예: '다른 사람들이 나를 진심으로 사랑하지 않을까봐 자주 걱정한다.'). 본 연구에서의 내적합치도는 .95로 확인되었다.

과도한 재확인 추구. ERS를 측정하기 위해 Joiner, Alfano와 Metalsky(1992)가 개발하고, 조현주(1997)가 번안, 김슬기와 장혜인(2014)이 수정한 우울한 대인관계 질문지-재확인 추구(Depressive Interpersonal Relationship Inventory-Reassurance Seeking: DIRI-RS)를 사용하였다. 본 척도는 습관적 재확인 추구 경향성 2문항과 초과적인 재확인 추구 경향성 2문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 Likert식 7점 척도(1 =

전혀 그렇지 않다, 7 = 매우 그렇다)로 구성되어 있으며, 총점이 높을수록 실제 대인관계 상황에서 상대방에게 과도하게 재확인을 추구하는 경향성이 있다고 해석한다(예: ‘당신이 가깝게 느끼는 지인들이 얼마나 당신에게 관심을 갖고 있는지에 대해 자주 확인합니까?’). 본 연구에서의 내적합치도는 .88로 나타났다.

연구 절차

본 연구는 전라북도 소재 대학교 생명윤리심의 위원회(Institution Review Board: IRB)로부터 승인을 받고 진행하였다(2020-07-006). 승인 이후 대학생임을 인증한 후에 활동할 수 있는 대학 커뮤니티에 연구 배경, 목적, 비밀 보장 등 연구에 대한 안내문을 올리고 자발적인 참여 의사를 밝힌 대상자들에게 온라인 설문 조사를 실시하였다.

분석방법

최종 수집된 자료들은 SPSS 20.0 통계 프로그램을 사용하여 분석되었다. 연구에서 사용된 척도의 내적합치도 분석을 위해 Cronbach’s α 계수를 산출하였으며, 기본적인 기술통계 분석을 실시하였다. 이후 주요 변인들 간의 상관분석을 실시하

였으며, ERS의 매개효과 분석을 위해 SPSS PROCESS Macro(Hayes, 2012)를 사용하였다. 이는 Bootstrap을 활용하여 간접효과의 유의성을 검증하는 방법으로 데이터의 정규분포를 가정하지 않아 어떤 환경에서도 적용이 가능하다는 장점이 있다.

결 과

변인들의 기술통계치 및 상관관계

대학생의 애착불안과 ERS, SNS 중독경향성 간의 상관관계 분석 결과는 표 1에 제시하였다. 분석 결과, 애착불안 수준이 높을수록 SNS 중독경향성 또한 높은 것으로 나타났다. 또한 애착불안과 ERS 간에 정적 상관관계가 확인되었으며, ERS와 SNS 중독경향성도 정적 상관관계를 맺고 있는 것으로 나타났다.

애착불안과 SNS 중독경향성의 관계에서 ERS의 매개효과

대학생의 애착불안과 SNS 중독경향성의 관계에서 ERS의 매개효과를 살펴보기 위해 PROCESS Macro(모델 4)를 사용하였으며, 분석

표 1. 측정변인들의 기술통계치 및 상관관계

	1	2	3
1. 애착불안	-		
2. 과도한 재확인 추구	.54**	-	
3. SNS 중독경향성	.61**	.50**	-
평균	62.27	10.66	52.87
표준편차	20.62	5.28	15.24

주. $N = 271$, ** $p < .01$

표 2. 애착불안과 SNS 중독경향성, 과도한 재확인 추구의 관계

준거 변인	예측 변인	B	SE	t
SNS 중독경향성	애착 불안	.45	.03	12.56***
과도한 재확인 추구	애착 불안	.14	.01	10.52***
SNS 중독경향성	애착 불안	.36	.04	8.62***
	과도한 재확인 추구	.68	.16	4.23***

*** $p < .001$

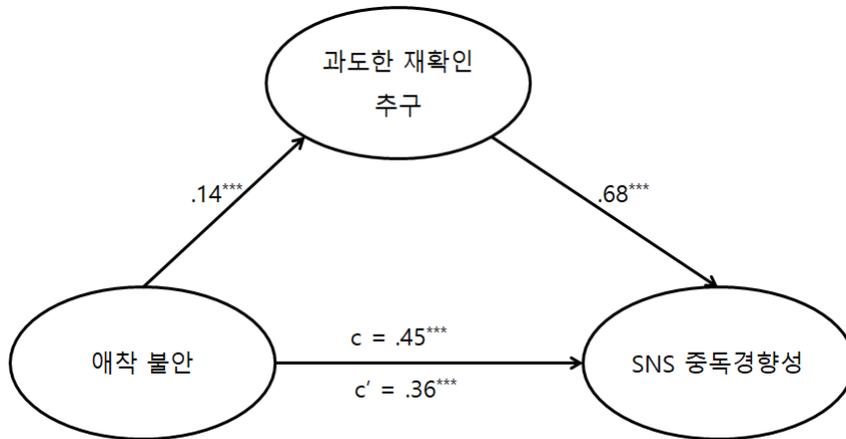


그림 1. 연구모형 및 주요경로의 계수

주. 경로계수는 비표준화 계수임. c는 전체효과, c'은 직접효과임. *** $p < .001$

표 3. 애착불안과 SNS 중독경향성의 관계에서 과도한 재확인 추구의 매개효과

	B	SE	t	95%신뢰구간	
				하한계	상한계
총 효과	.45	.04	12.56***	.38	.52
직접 효과	.36	.04	8.62***	.27	.43
간접 효과	.09	.02	3.94***	.05	.14
모형요약	$R^2 = .41, F(2, 268) = 92.72***$				

*** $p < .001$

결과는 표 2에 제시하였다. 우선 SNS 중독경향성을 준거변수로 두고 애착불안을 예측변수로 투입하였을 때 경로계수가 통계적으로 유의하였으며, 애착불안 수준이 높을수록 SNS 중독경향성 또한 높은 것으로 확인되었다. 다음으로 ERS를 준거변수로 두고 애착불안을 예측변수로 투입하였을 때에도 경로계수가 통계적으로 유의하였으며, 애착불안 수준이 높을수록 ERS 수준이 높은 것으로 나타났다. 마지막으로 SNS 중독경향성을 준거변수로 설정하고 다른 두 변인을 예측변수로 투입한 결과, 두 예측변수의 경로계수가 모두 유의한 것으로 확인되었다. 총효과를 분석한 결과, 전체 연구모형은 SNS 중독경향성 분산의 41%를 설명하는 것으로 확인되었으며, 직접효과 또한 유의한 것으로 나타났다.

애착불안과 SNS 중독경향성의 관계에서 ERS 매개효과의 유의성을 검증하기 위해 Bootstrap 방법을 사용하였다. 그 결과 ERS를 거쳐 가는 경로의 간접효과가 유의한 것으로 확인되었다. 즉 애착불안과 SNS 중독경향성 간의 관계에서 ERS의 매개효과가 있는 것으로 나타났다. 앞서 살펴본 대로 직접효과 또한 유의했기 때문에, ERS는 애착불안과 SNS 중독경향성의 관계를 부분매개하는 것으로 확인되었다.

논 의

본 연구에서는 대학생의 애착불안과 SNS 중독경향성, ERS의 관계를 살펴보고자 하였다. 특히 애착불안과 SNS 중독경향성의 관계에서 ERS의 매개효과를 검증하고자 하였다. 분석 결과에 대한 주요 논의는 다음과 같다.

첫째, 애착불안과 SNS 중독경향성, ERS는 서로 정적 상관관계를 맺고 있는 것으로 확인되었다. 애착불안이 SNS 중독경향성과 정적인 관계를 맺고 있다는 것은 선행 연구들과 일치하는 결과이다(권예진, 김다빈, 서보경, 2019; 김보경, 백용매, 허창구, 2016; 김진숙, 문현주, 최은, 2019; 박지수, 서영석, 2018; 이선경, 김정규, 2019; 하태희, 2016). 애착불안과 ERS 간의 정적인 관계 또한 애착이 ERS의 위험요인으로 작용할 수 있다는 선행연구 결과와 일치한다(Evraire & Dozois, 2011). 이러한 결과는 관계에서 버림받지 않고 그 관계를 유지하는 것에 대한 강한 욕구를 지닌 사람일수록, 중요하다고 생각되는 사람에게 자신을 어떻게 생각하는지, 자신에게 관심이 있는 것인지 등을 반복해서 확인할 가능성이 있음을 시사한다. ERS와 SNS 중독경향성의 관계를 직접적으로 탐색한 연구는 드문 편이지만, 본 연구에서 확인된 정적 상관관계는 문제적 스마트폰 사용과 ERS의 상관관계를 보고한 선행연구와 맥을 같이 한다고 볼 수 있다(Elhai et al., 2020; Mitchell & Hussain, 2018).

둘째, 애착불안과 SNS 중독경향성의 관계에서 ERS의 부분매개효과가 확인되었다. 이는 대학생의 애착불안이 SNS 중독경향성에 미치는 영향 중 일부분을 ERS가 설명한다는 것을 의미한다. 애착불안과 SNS 중독경향성의 관계를 설명하는 이론 및 경험적 연구가 부족한 상황이지만, 관련 연구들은 불안 등의 정서를 조절하기 위해 사용하는 부적응적 대인관계 전략들이 중요할 수 있음을 언급해 왔다. 예컨대 애착문제가 중독행동의 중요한 원인일 수 있음을 제안한 Flores(2001)에 따르면, 애착불안 수준이 높은 개인은 애착의 대

상으로부터 충분한 정서적 지지를 받지 못해 스스로 부정적인 정서를 감당할만한 내적자원이 부족하다. 이로 인해 쉽게 부정적 정서에 사로잡히게 되며, 부정적 정서의 강도 또한 과도하여 정서 조절의 어려움을 겪는 경향이 있다(Shaver & Mikulincer 2007; Wei et al., 2005). 특히 이들은 부정적 정서에 적절히 대처하지 못하고 부적응적인 전략을 사용하곤 한다. 애착불안이 대인관계에서의 애정에 대한 의심이 높음을 감안할 때, 이들이 사용할 가능성이 높은 전략은 상대의 관심과 애정을 확인하는데 도움이 되는 전략일 것이다. 적절한 수준의 재확인은 큰 문제가 되지 않겠지만, 애착불안 수준이 높은 사람들은 애정에 대한 의심이 과도하게 촉발되어 지나치게 반복적인 접촉 및 재확인을 요구할 가능성이 있다(Collins & Feeney, 2000). 앞서 소개한 대로 이러한 요구는 상대방에게 큰 부담을 안겨주어 관계를 악화시키는 원인이 될 수 있다(김성현, 2004; Wei et al., 2005). 이러한 상황에서 애착불안 수준이 높은 사람들의 SNS 사용은 두 가지 원인에 의해 증가할 가능성이 있다. 첫째로, 오프라인상에서 현재 관계를 맺고 있는 상대의 정보를 확인하고 접촉하는 활동으로 인해 SNS 사용이 증가할 수 있다. 둘째로, 오프라인상에서의 대인관계를 대체할 수 있는 다른 관계를 맺고 유지하게 위해 SNS 사용이 증가할 수 있다. 온라인 소통에 대한 많은 연구들에 따르면, 온라인상에서의 대인관계 상호작용은 오프라인보다 스트레스와 불안을 덜 수반하는 경향이 있다(Ebeling-Witte, Frank, & Lester, 2007; Kalkan, 2012; Ward & Tracey, 2014). 특히 원하는 때에 원하는 방식으로 자신을 드러낼 수 있어 타인으로부터 부정적인 평가를 받게 될 가능성이

상대적으로 감소한다(Desjarlais & Willoughy, 2010; Lee & Stapinshi, 2012). 또한 SNS는 ‘좋아요’나 ‘팔로우’, ‘댓글’ 등으로 즉각적인 반응을 간편하게 확인할 수 있다. 애착불안 수준이 높은 사람들은 이러한 장점을 이용하여 관계에서의 불안을 감소시키고 관계욕구를 충족시키려 시도할 수 있다. 본 연구의 결과는 이러한 시도가 과도해질 경우 중독경향성에 이를 가능성도 배제할 수 없음을 시사한다.

본 연구의 의의를 간단히 정리하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 애착불안이 SNS 중독경향성에 이르는 유력한 경로들 중 하나를 밝혀내었다는 점에서 의의가 있다. 특히 오프라인에서의 대인관계 갈등과 우울 등의 정서적 문제와 밀접한 것으로 알려진 ERS가 부적응적인 SNS 사용과도 밀접할 수 있음을 확인하여, ERS의 병리학적 중요성을 확인하는 자료를 제공하였다는 점에서 의미가 있다고 볼 수 있다. 둘째, 본 연구의 결과는 SNS 중독경향성에 대한 임상적 개입과정에서 염두에 두어야 할 몇 가지 사항들을 제안하고 있다. 인터넷 중독을 포함한 온라인 관련 중독행동은 치료에 대한 저항이 비교적 강하며 쉽게 재발하는 것으로 알려져 있다(Kuss & Griffith, 2014). 이러한 현상이 나타나는 이유는 다양하겠지만, 대표적인 이유로는 이들의 중독행동이 특정한 기능을 담당하고 있다는 점을 들 수 있다. 다시 말해, 이들의 중독행동은 어떤 의미에서 이들에게 필요한 행동인 것이다. 본 연구결과가 시사하는 중요한 측면은 과도한 SNS 사용행동이 대인관계와 관련된 욕구를 충족시키기 위한 수단으로 사용될 수 있으며, 이들의 대인관계 욕구 및 행동 관련 문제는 애착문제에 뿌리를 두고 있을 수 있다는

점이다. 따라서 과도한 SNS 사용으로 부적응을 경험하는 대학생들의 경우 단순히 SNS 사용 시간을 줄이기 위한 행동 치료적인 개입에서 멈추는 것이 아니라, 현실세계에서의 대인관계 문제를 경험하고 있는 지를 함께 탐색해야 할 필요가 있음을 시사한다. 특히 애착과 관련된 문제가 있는 것은 아닌지, 타인의 애정과 관심에 대해 과도한 재확인 경향성이 있는 것은 아닌지를 면밀하게 확인해야 할 것이다. 즉, 개인의 SNS 사용에 있어서 애착불안 수준이 높은 개인이 과도한 재확인 추구의 목적으로 SNS를 사용하고 있는 것은 아닌지 살펴볼 필요가 있다. 또한 애착불안과 과도한 재확인 추구가 개인의 대인관계 문제에 미치는 영향을 고려했을 때, 개인이 실제 대인관계 상황에서 건강한 관계를 형성할 수 있도록 교내 상담센터를 통한 집단치료 프로그램 등을 활용하여 사회 기술 훈련 등이 제공된다면 도움을 줄 수 있을 것이다.

이처럼 SNS 중독경향성과 과도한 재확인 추구 경향성, 애착불안이 밀접할 수 있음을 주의하면서 임상적 개입을 한다면, 보다 효과적이면서도 근본적인 문제개선을 통해 재발 가능성을 낮추는 등의 개입 효과를 기대할 수 있을 것이다. 더불어 SNS 중독경향성의 고위험군 선별에 도움을 줄 수 있으며, 이를 통해 예방 교육 등을 실시한다면 대학생들의 적응적인 SNS 사용에 도움을 줄 수 있을 것이다.

본 연구의 제한점과 후속 연구에 대한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 대학교 재학생들을 대상으로 진행되었다. 따라서 연구를 통해 확인된 결과들은 기본적으로 대학생의 SNS 사용양상을 이해하는 데에만 사용되어야 할 것이며, 향후에는

청소년 등의 주요 SNS 사용자들을 대상으로 결과를 재확인하는 연구를 진행해야 할 것이다. 둘째, 본 연구에서는 자기보고형 도구를 이용하여 연구변인들을 측정하였기 때문에 의도적인 왜곡이나 기억편향 등의 영향을 배제하기 어렵다. 중독 관련 연구에서 자기보고형 도구를 사용하는 것은 일반적이지만, 중독의 병리적 특성상 사용 정도를 과소 보고할 가능성이 있다. 따라서 향후 연구에서는 문제를 호소하는 개인뿐만 아니라 주변 사람들의 보고 또한 활용하여 측정의 정확성을 높일 필요가 있으며, 경우에 따라서는 반구조화된 인터뷰 등을 활용하여 교차 타당도를 확보하는 방법 등을 고려해 보아야 할 것이다. 셋째, 본 연구에서 사용한 ERS 척도는 실제 관계에서의 과도한 재확인 행동을 측정한다. 이 도구를 이용할 경우 현실세계와 온라인상에서 모두 재확인 행동을 보이는 사람들의 문제현상을 정확히 포착할 수 있다. 하지만 어떤 이유에서든 현실 관계에서는 재확인 행동을 보이지 않지만, 온라인상에서는 과도한 재확인 행동을 나타내는 경우도 존재할 수 있다. 물론 이렇게 선택적인 ERS를 보이는 경우는 상대적으로 증상의 심각도가 낮을 가능성이 높겠지만, 그렇지 않을 가능성도 배제하기 어렵다. 따라서 향후 연구에서는 과도한 재확인 추구 행동을 보다 세분화하여 온라인상에서의 행동 패턴 또한 고려할 수 있어야 할 것이다. 넷째, 본 연구에서는 애착불안과 SNS 중독경향성의 관계를 ERS가 부분매개하는 것으로 확인되었다. 하지만 간접효과에 비해 직접효과가 더 큰 것으로 나타나 애착불안과 SNS 중독경향성의 관계를 설명하는 또 다른 기제가 존재할 가능성을 시사했다. 이와 관련해서는 충분한 연구가 진행되지 않았지

만, 본 연구에서 측정된 측면이 실제 관계에서의 행동적 요소임을 감안할 때, 관련된 인지적/정서적 측면을 추가로 탐색하는 것은 두 변인의 관계를 이해하는데 큰 도움이 될 것이다. 특히 앞서 언급한 대로 재확인을 추구하는 성향이 행동화되지 않고 인지적이고 감정적인 수준에서만 발현되었다가 SNS 행동으로 이어질 가능성이 있기 때문에 이에 대한 추가 탐색이 필요할 것으로 생각된다.

참 고 문 헌

- 권예진, 김다빈, 서보경 (2019). 자아존중감 및 성인애착이 SNS 중독경향성에 미치는 영향. *한국콘텐츠학회논문지*, 19(1), 47-59.
- 김경호 (2016). 대학생의 스마트폰 중독이 우울을 매개로 수면의 질에 미치는 영향. *청소년학연구*, 23(5), 379-404.
- 김보경, 백용매, 허창구 (2016). 애착과 스마트폰 및 SNS 중독의 관계에서 대인관계 문제의 매개효과. *청소년학연구*, 23(3), 483-502.
- 김성현 (2004). 친밀 관계 경험 검사 개정판 타당화 연구: 확장적 요인분석과 문항 반응 이론을 중심으로. *서울대학교 석사학위 청구 논문*.
- 김슬기, 장혜인 (2014). 불확실성에 대한 인내력 부족과 지각된 부모의 과보호가 불안에 미치는 영향: 과도한 재확인 추구의 매개효과. *한국심리학회지: 건강*, 19(4), 997-1020.
- 김진숙, 문현주, 최은 (2019). 대학생의 SNS 중독경향성이 외로움에 미치는 영향-사회적 지지의 조절효과. *인문사회* 21, 10(1), 241-253.
- 박지수, 서영석 (2018). 대학생의 성인애착과 SNS 중독경향성의 관계: 기본 심리욕구 만족과 소외에 대한 두려움의 역할. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 30(4), 1239-1269.
- 성요안나, 현명호 (2016). 대학생의 SNS 이용 동기와 SNS 중독경향성의 관계에서 경험회피의 매개효과. *스트레스*, 24(4), 257-263.
- 신미경 (2015). 대학생의 SNS 중독경향성에 대한 구조 모형 검증: 심리·사회적 변인과 온라인 상호작용 선호 경향성 및 SNS 이용 동기를 중심으로. *인천대학교 박사학위 청구 논문*.
- 안지은, 우도현, 성현아, 배성만 (2020). SNS 이용동기와 자기조절이 대학생의 SNS 중독경향성에 미치는 영향. *사회과학연구*, 31(1), 227-243.
- 오윤경 (2012). SNS 중독경향성과 외로움, 우울, 대인관계, 사회적지지와의 관계. *한국상담대학원대학교 석사학위 청구 논문*.
- 윤명숙, 김남희 (2018). 성인의 SNS 중독과 SNS 피로감, 우울의 관계: SNS 이용의도의 조절된 매개효과를 중심으로. *정신건강과 사회복지*, 46(2), 120-149.
- 이선경, 김정규 (2019). 불안정성인애착과 SNS 중독경향성의 관계-거부민감성의 매개효과. *정서·행동장애연구*, 35(3), 317-334.
- 이지영, 권석만 (2006). 정서조절과 정신병리의 관계: 연구 현황과 과제. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 18(3), 461-493.
- 정소영, 김종남 (2014). 대학생용 SNS 중독경향성 척도 개발 및 타당화 연구. *한국심리학회지: 건강*, 19(1), 147-166.
- 조현주 (1997). 우울성향, 대인지각 및 대인관계에 관한 연구. *이화여자대학교 석사학위 청구 논문*.
- 차유빈 (2015). SNS의 역기능을 통한 우울감 확산의 방향성과 확대성: Facebook 사용자를 중심으로. *연세상담코칭연구*, 3, 287-308.
- 하태희 (2016). 대학생의 자기효능감 및 애착이 SNS 중독경향성에 미치는 영향. *한국데이터정보과학회지*, 27(3), 763-772.
- 한국인터넷진흥원 (2019). 2018 인터넷이용실태조사. 서울: 한국인터넷진흥원.
- Andreassen, C. S. (2015). Online social network site addiction: A comprehensive review. *Current Addiction Reports*, 2(2), 175-184.

- Ainsworth, M. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44(4), 709-716.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Loss (vol. 3)*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). New York: Basic Books. (1st ed., 1969).
- Brennan, K. A., & Bosson, J. K. (1998). Attachment-style differences in attitudes toward and reactions to feedback from romantic partners: An exploration of the relational bases of self-esteem. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24(7), 699-714.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York: The Guilford Press.
- Collins, N. L., & Feeney, B. C. (2000). A safe haven: An attachment theory perspective on support seeking and caregiving in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(6), 1053-1073.
- Coyne, J. C. (1976). Toward an interactional description of depression. *Psychiatry*, 39(1), 28-40.
- Davila, J. (2001). Refining the association between excessive reassurance seeking and depressive symptoms: The role of related interpersonal constructs. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 20(4), 538-559.
- Desjarlais, M., & Willoughby, T. (2010). A longitudinal study of the relation between adolescent boys and girls' computer use with friends and friendship quality: Support for the social compensation or the rich-get-richer hypothesis? *Computers in Human Behavior*, 24(5), 896-905.
- Ebeling-Witte, S., Frank, M. L., & Lester, D. (2007). Shyness, Internet use, and personality. *CyberPsychology & Behavior*, 10(5), 713-716.
- Elhai, J. D., Rozgonjuk, D., Alghraibeh, A. M., Levine, J. C., Alafnan, A. A., Aldraiweesh, A. A., ... & Hall, B. J. (2020). Excessive reassurance seeking mediates relations between rumination and problematic smartphone use. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 84(2), 1-19.
- Evraire, L. E., & Dozois, D. J. (2011). An integrative model of excessive reassurance seeking and negative feedback seeking in the development and maintenance of depression. *Clinical Psychology Review*, 31(8), 1291-1303.
- Evraire, L. E., & Dozois, D. J. (2014). If It Be Love Indeed Tell Me How Much: Early Core Beliefs Associated With Excessive Reassurance Seeking in Depression. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 46(1), 1-8.
- Flores, P. J. (2001). Addiction as an attachment disorder: Implications for group therapy. *International Journal of Group Psychotherapy*, 51(1: Special issue), 63-81.
- Furman, W., & Buhrmester, D. (1992). Age and sex differences in perceptions of networks of personal relationships. *Child Development*, 63(1), 103-115.
- Gross, J. J. (Ed.). (2013). *Handbook of emotion regulation*. Guilford publications.
- Hayes, A. F. (2012). *PROCESS: A versatile computational tool for observed variable mediation, moderation, and conditional process modeling*. Retrieved from <http://www.afhayes.com/public/process2012.pdf>.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22.
- Hui-Min, M., Sang-Min, C., & Moon, T. S. (2014). An empirical study on SNS characteristics and user acceptance on continuous intention to use

- SNSs. *The Journal of Internet Electronic Commerce Research*, 14(1), 143-163.
- Joiner, T. E., Alfano, M. S., & Metalsky, G. I. (1992). When depression breeds contempt: Reassurance seeking, self-esteem, and rejection of depressed college students by their roommates. *Journal of Abnormal Psychology*, 101(1), 165-173.
- Joiner, T. E., Metalsky, G. I., Katz, J., & Beach, S. R. (1999). Depression and excessive reassurance-seeking. *Psychological Inquiry*, 10(3), 269-278.
- Joiner Jr, T. E., & Metalsky, G. I. (2001). Excessive reassurance seeking: Delineating a risk factor involved in the development of depressive symptoms. *Psychological Science*, 12(5), 371-378.
- Kalkan, M. (2012). Predictiveness of interpersonal cognitive distortions on university students' problematic Internet use. *Children and Youth Services Review*, 34(7), 1305-1308.
- Karaiskos, D., Tzavellas, E., Balta, G., & Paparrigopoulos, T. (2010). P02-232-Social network addiction: A new clinical disorder? *European Psychiatry*, 25, 855.
- 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.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2014). *Internet addiction in psychotherapy*. London: Palgrave Macmillan.
- Lee, B. W., & Stapinski, L. A. (2012). Seeking safety on the internet: Relationship between social anxiety and problematic internet use. *Journal of Anxiety Disorders*, 26(1), 197-205.
- McDermott, R. C., Cheng, H. L., Wright, C., Browning, B. R., Upton, A. W., & Sevig, T. D. (2015). Adult Attachment Dimensions and College Student Distress: The Mediating Role of Hope. *The Counseling Psychologist*, 43(6), 822-852.
- Mikulincer, M., Gillath, O., Sapir-Lavid, Y., Yaakobi, E., Arias, K., Tal-Aloni, L., & Bor, G. (2003). Attachment theory and concern for others' welfare: Evidence that activation of the sense of secure base promotes endorsement of self-transcendence values. *Basic and Applied Social Psychology*, 25(4), 299-312.
- Mitchell, L., & Hussain, Z. (2018). Predictors of problematic smartphone use: An examination of the Integrative Pathways Model and the role of age, gender, impulsiveness, excessive reassurance seeking, extraversion, and depression. *Behavioral Sciences*, 8(8), 74-86.
- Papacharissi, Z. (2004). Democracy online: Civility, politeness, and the democratic potential of online political discussion groups. *New media & Society*, 6(2), 259-283.
- Rector, N. A., Kamkar, K., Cassin, S. E., Ayeairst, L. E., & Laposa, J. M. (2011). Assessing excessive reassurance seeking in the anxiety disorders. *Journal of Anxiety Disorders*, 25(7), 911-917.
- Sampasa-Kanyinga, H., & Lewis, R. F. (2015). Frequent use of social networking sites is associated with poor psychological functioning among children and adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(7), 380-385.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment and Human Development*, 4, 133-161.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2007). "Adult attachment strategies and the regulation of emotion", *Handbook of Emotion Regulation*, (Gross J.J., ed., New York: Guilford publications, 2007), 446-465.
- Shaver, P. R., Schachner, D. A., & Mikulincer, M. (2005). Attachment style, excessive reassurance seeking, relationship processes, and depression.

- Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(3), 343-359.
- Sheldon, K. M., Abad, N., & Hinsch, C. (2011). A two-process view of Facebook use and relatedness need-satisfaction: Disconnection drives use, and connection rewards it. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100(4), 766-775.
- Stewart, J. G., & Harkness, K. L. (2015). The interpersonal toxicity of excessive reassurance-seeking: Evidence from a longitudinal study of romantic relationships. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 34(5), 392-410.
- Tucker, J. S., & Anders, S. L. (1999). Attachment style, interpersonal perception accuracy, and relationship satisfaction in dating couples. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25(4), 403-412.
- Ward, C. C., & Tracey, T. J. (2004). Relation of shyness with aspects of online relationship involvement. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(5), 11-623.
- Wearden, A., Perryman, K., & Ward, V. (2006). Adult attachment, reassurance seeking and hypochondriacal concerns in college students. *Journal of health psychology*, 11(6), 877-886.
- Wei, M., Mallinckrodt, B., Russell, D. W., & Abraham, W. T. (2004). Maladaptive Perfectionism as a Mediator and Moderator between Adult Attachment and Depressive Mood. *Journal of Counseling Psychology*, 51, 201-212.
- Wei, M., Vogel, D. L., Ku, T. Y., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, affect regulation, negative mood, and interpersonal problems: The mediating roles of emotional reactivity and emotional cutoff. *Journal of Counseling Psychology*, 52(1), 14-24.
- 원고접수일: 2021년 8월 30일
 논문심사일: 2021년 9월 6일
 게재결정일: 2022년 1월 12일

The Relationship between Anxious Attachment and SNS Addiction Proneness in University Students: The Mediation Effect of Excessive Reassurance Seeking

Yurim Kim Jang-Won Seo

Department of Psychology, Jeonbuk National University

Although social network service (SNS) is an important service to develop and maintain intimate relationships among university students, maladaptive behaviors like excessive use may result in serious psychological problems. In this study, we investigated the relationship between SNS use behaviors and attachment style that has been regarded as a reliable developmental origin of interpersonal problems and addiction. Especially, the relationship between anxious attachment and SNS addiction proneness was examined and the median effect of excessive reassurance-seeking on the relationship between the two variables was tested. We administered self-reports that assess SNS addiction proneness, excessive reassurance-seeking and anxious attachment style to a sample of university students ($N = 271$), and conducted correlation and mediation analyses. Our results showed that anxious attachment, excessive reassurance-seeking and SNS addiction proneness were positively correlated. In addition, it was found that excessive reassurance-seeking partially mediate the relationship between anxious attachment and SNS addiction proneness. These findings suggest that it may be crucial to consider interpersonal features such as anxious attachment and excessive reassurance-seeking when treating SNS addiction proneness in university students.

Keywords: anxious attachment, SNS addiction proneness, excessive reassurance seeking