

# 대학생용 숏폼 동영상 콘텐츠 중독 척도 개발 및 타당화 연구<sup>†</sup>

유 희 정

서울여자대학교 교육심리학과  
석사졸업생

김 중 남<sup>‡</sup>

서울여자대학교 교육심리학과  
교수

이 연구는 숏폼 콘텐츠에 대한 대학생의 중독 정도를 측정하는 대학생용 숏폼 동영상 콘텐츠 중독 척도를 개발하고 검증하였다. 예비 연구에서 숏폼 동영상 콘텐츠 중독의 구인 검토 및 예비 문항 개발을 하였다. 선행 연구 고찰, 포커스 그룹 인터뷰(FGI), 내용타당도 검증을 통해 6 요인 32문항의 예비 문항을 개발했다. 전국 대학생 218명(남자 66명, 여자 152명)을 대상으로 예비조사 진행 후, 수집된 자료에 문항 분석, 탐색적 요인분석을 하였다. 그 결과, 27문항으로 구성된 3 요인이 식별됐다. 본연구는 예비조사에 불참여한 220명의 대학생(남자 66명, 여자 154명)을 대상으로 본조사를 실시했다. 본조사 문항은 예비연구로 개발된 27문항, 타당도 검증을 위한 3가지 척도(한국 우울증 검사(KDS), 한국판 소셜미디어 중독 척도(K-SAS), 한국판 단축형 자기통제 척도(BSCS))로 구성됐다. 수집된 자료에 문항 분석, 확인적 요인분석, 신뢰도 분석, 타당도 검증을 위한 분석을 시행했다. 그 결과, '현재성과 금단', '기분조절추구', '일상생활장애'라는 3 요인 23문항의 척도가 개발됐다. 이는 양호한 수준의 신뢰도를 보였다. 또, 한국 우울증 검사, 한국판 소셜미디어 중독 척도, 한국판 단축형 자기통제척도와 유의한 상관관계를 보여 척도의 타당도가 검증됐다. 마지막으로 본 연구의 의의, 한계점을 제시하였다.

주요어: 숏폼 동영상, 숏폼 동영상 중독, 척도 개발, 척도 타당화, SNS 중독

<sup>†</sup> 이 논문은 유희정의 석사학위 청구논문을 수정 보완한 것이며, 2024학년도 서울여자대학교 교내학술연구비의 지원을 받았음.

<sup>‡</sup> 교신저자(Corresponding author): 김중남, (01797) 서울특별시 노원구 화랑로 621 서울여자대학교 교육심리학과 교수, Tel: 02-970-5569, E-mail: kimjn@swu.ac.kr

코로나19 팬데믹 이후, 20대 사이에서 스마트폰 및 숏폼 콘텐츠에 대한 의존도가 급증하며, 이로 인한 중독 문제가 사회적 관심사로 부상하고 있다. 즉, 코로나19 이후 실내 여가 활동이 증가하고 정보 획득의 편리함으로 인해 2022년의 동영상 서비스 이용률은 4년 전과 비교하여 급격히 상승하였다(과학기술정보통신부, 2023).

특히, 다른 연령대에 비해 20대가 동영상 이용률이 높게 나타났으며, 성인 연령대 중에서 현저성, 조절 실패, 문제적 결과 같은 스마트폰 이용으로 인한 부정적 사용도 20대에서 가장 높은 것으로 나타났다(과학기술정보통신부, 2023). 만 19~24세까지를 ‘후기 청소년’이라 일컫는데(조혜영 외, 2012), 이 시기는 생애 주기적으로 청소년에서 성인기로 사회적 역할이 전환되는 성인 이행기다(이지연, 2023). 또한, 이 시기는 발달적인 과정 중 가장 혼란스러운 시점 중 하나다(김노은, 2011). 갓 성인이 된 후기 청소년들은 스마트폰과 같은 미디어 사용에 대해 부모의 관여가 약해짐에 따라 미디어 과의존 및 중독, 사이버 폭력의 위험에 놓여있다(강진숙, 권오현, 2022).

기존 SNS뿐만 아니라, SNS 속에서 새롭게 등장한 숏폼 동영상(Short-form video, 이하 ‘숏폼’으로 칭함)은 한국 대학생들의 일상에 강하게 스며들고 있다. 숏폼은 15초에서 10분 이내로, 짧고 강렬한 콘텐츠를 뜻한다(김현지, 오세립, 조수민, 2020). 오픈 서베이(2023)의 조사 결과, 15~59세 소비자 10명 중 8명은 숏폼 동영상을 알고, 이 중 7명은 시청 경험이 있는 것으로 나타났다. 특히 10대에서부터 30대까지 젊은 연령층의 시청률이 높게 나왔으며, 매일 평균 약 3회 정도 숏폼을 보기 위해 숏폼 플랫폼에 접속한다고 한다. 한 번

접속할 때, 인스타그램 릴스와 유튜브 쇼츠 이용자는 한 번에 약 11개, 틱톡 이용자는 약 15개의 숏폼을 연달아 보는 것으로 나타났다(오픈 서베이, 2023).

또한 대학내일 20대 연구소에서 진행한 조사(함지윤, 장지성, 송혜윤, 신지연, 이은재, 2022)에서는 최근 6개월 이내에 숏폼 플랫폼 이용 경험이 있는 Z세대는 무려 81.2%였다. 이들은 평균적으로 평일은 75.8분, 주말은 96.2분 동안 숏폼 콘텐츠를 시청하는 것으로 나타났다(함지윤 외, 2022).

채널 PNU에서 대학생을 대상으로 실시한 ‘숏폼 콘텐츠 소비에 대한 인식 조사’ 결과(최선우, 2023), 숏폼의 중독성이 강하다고 생각하는지 묻는 문항에서 ‘그렇다’, ‘매우 그렇다’의 응답 비율이 80% 이상으로 나타났다. 숏폼 콘텐츠 소비를 부정적으로 인식하는 경우, 그 이유에 대해 숏폼의 길은 중독성으로 관성적인 시청을 하게 된다는 응답이 59.5%, 인지 기능의 문제성을 느낀다는 응답의 비율이 51.4%였다.

종합하면, 숏폼은 대학생들에게 밀접하고 익숙하며, 이에 따라 일상에 많은 영향을 미칠 것으로 예상된다.

보통 숏폼을 시청할 때, 숏폼과 관련된 애플리케이션에 접속하여 핸드폰 화면에서 ‘슬라이딩 방식’을 통해 새로운 영상을 계속 볼 수 있다(곽익고, 2022). 숏폼은 영상 시청 방식이 간편할 뿐만 아니라 제작 과정도 단순하고, 제작된 영상이 짧아 시청에 있어 적은 시간을 사용하여 수시로 보기 쉬우며 정보 전달이 빠르다는 특징이 있다(윤건, 2022).

이러하듯 편리한 점도 있지만, 그와 동시에 부정적인 부분도 함께 존재한다. 숏폼의 특성 때문

에 숏폼 시청이 대학생들의 정신 건강에 부정적인 영향을 미칠 수 있다(안현미, 이신복, 노혜영, 2023). 주이모와 이상호(2021)에 따르면, 숏폼 이용자는 SNS 속 숏폼 콘텐츠를 통해 사회적 관계를 맺고 대인관계 애착을 형성한다. 그런데 숏폼 콘텐츠를 통해 형성된 대인관계 애착은 중독으로 발전하는 경향을 가진다(주이모, 이상호, 2021). 또한, 이용자가 직접 시청의 조작과 통제를 할 수 있는데, 이 과정에서 얻는 즐거움으로 자기효능감이 높을수록 숏폼의 몰입과 중독 가능성이 높아지는 경향을 보인다(곽익고, 2022).

더불어 SNS 속에서 단편적이고 짧은 정보에 과도하게 노출되면 집중력, 독해력, 인내력, 감정 인식 등이 저하된다(권혜정, 2016). 최근 숏폼으로 일상생활이 어려워져 병원을 찾는 20대가 늘고 있으며, 숏폼으로 인해 더욱 큰 자극만 추구하는 ‘팝콘 브레인’ 현상 같은 부작용을 겪을 수 있다(윤진호, 이하린, 2023). 이 현상은 자극적인 영상을 자주 볼 경우, 뇌가 자극적인 것에는 즉각적인 반응을 하지만, 그 외엔 무감각해지는 것으로(남길우, 2014; 서경현, 정구철, 정성진, 2016에서 재인용), 스마트 기기가 보급되고 제약 없이 인터넷을 사용할 수 있게 되면서 확산되고 있다(전은애, 2022). 특히 숏폼 콘텐츠는 짧은 시간 안에 시청자를 집중시키기 위해 자극적인 내용이 포함된 경우가 많다. 숏폼 시청이 지속되어 뇌의 과부하가 초래되면, 현실에 대한 집중력이 저하되는 등 뇌의 기능이 충분히 발휘되지 못할 수 있다(나건웅 외, 2024).

실제 연구 결과를 살펴보면 인터넷의 과도한 사용은 뇌의 여러 영역에 영향을 미쳐 인지, 감각, 감정 기능을 저하시킨다(Park et al., 2023). 특히

스마트폰과 같은 전자기기를 통한 인터넷 중독은 뇌의 신경 손상을 초래한다(구은희, 2015). 뇌의 영역 중 작업 기억과 연관이 있는 전전두엽은 어떤 정보에 집중할 것인지를 결정하고, 새롭게 인식하는 정보를 작업 기억에서 좀 더 오래 기억할 수 있는 장기기억으로 이동시키는 역할을 한다(성현란, 성은현, 장유경, 정명숙, 박혜원, 2019). 이 부위는 유아기, 청소년기를 거쳐 성인기에 이르기까지 지속적인 발달이 이루어지기 때문에, 숏폼을 통해 기능이 떨어지면 인지능력에 해로운 영향을 주고 충동성이 조절되지 않아 삶을 살아가는 데 어려움이 발생할 수 있다(Kalat, 2012/2014).

소셜 미디어의 집중적인 사용과 같은 중독 현상은 뇌의 여러 부분에서 생성되어 쾌감을 느끼게 하는 신경화학 물질인 ‘도파민’과 관련이 있다(Macit, Gungor, & Macit, 2018). 도파민이 사라진 후에 이를 되찾고자 뇌는 도파민을 유발했던 경험을 하도록 하는데 이를 도파민 루프(dopamine loop)라고 한다(Kotler, 2017; Macit, Gungor, & Macit, 2018에서 재인용). 이로 인해 소셜 미디어 사용을 중단하면 뇌가 도파민을 계속 요구하여 중독에 이를 수 있다(Macit, Gungor, & Macit, 2018). Macit과 동료들(2018)은 소셜 미디어의 도파민 루프는 약물 중독의 도파민 루프와 유사하다고 보았다. 즉, SNS를 통하여 발생하는 중독은 약물 중독과 유사하다. 중독 과정은 일상의 도파민 회로 반응성을 특정 행동으로 대체시켜 일상에서도 흥분하던 뇌의 보상회로가 강렬한 자극에만 반응하게 된다(한국상담학회, 2019; 장문선, 2022에서 재인용). 그렇기에 SNS, 숏폼 중독과 같은 중독은 후기 청소년에 해당하는 대학생의 일상을 무기력하게 만들 수 있다.

이와 같은 심각성에도 불구하고, 아직 국내 대학생들을 대상으로 한 연구는 적다. 현재 국내에서 청소년, 중장년을 대상으로 스마트폰으로 인한 영향에 관한 연구는 다수 진행되었지만(Park, 2023; 퀘웨, 2023; 광익고, 2022; 유현중, 정해원, 2021; 이나라, 2022; 한정, 배승주, 권만우, 이상호, 2022), 대학생의 스마트폰 중독에 초점을 맞춘 연구는 부족하다. 게다가 스마트폰 중독이 아닌 스마트폰 유형에 따라 어떤 콘텐츠가 소비되는지 알아보기 위한 비교적 단순한 연구이거나(유현중, 정해원, 2021), 스마트폰의 특징이 부정적인 경험에 미치는 영향에 초점을 맞춘 연구(Park, 2023)로 국내에서의 스마트폰 중독 관련 연구는 주로 기술적 측면에 치우쳐 심리적 변인을 깊이 있게 다루지 않았다. 해외에서도 스마트폰 중독에 관한 연구가 점차 활기를 띠고 있으나(Feng, Li, & Zhao, 2022; Huang, Hu, & Chen, 2022; Huang, Hu, & Zhang, 2022; Li et al., 2023; Liu, Ni, & Niu, 2021; Mu et al., 2022; Qin, Omar, & Musetti, 2022; Tian, Bi, & Chen, 2023; Wang, Wang, & Lei, 2023; Ye et al., 2022), 연구 대상을 대학생으로 선정한 연구는 저조한 실정이다.

이제까지 스마트폰과 관련된 연구는 주로 중국에서 활발히 전개되고 있다. 그런데 해외의 스마트폰 관련 연구들에서 스마트폰 중독을 측정하기 위해 사용된 도구들은 스마트폰 중독을 위해 독립적으로 개발된 척도가 아니라 기존에 개발되었던 온라인 경매중독, 인터넷 중독, SNS 중독, 온라인 게임중독 척도 등의 문항에서 주어진 변경한 것이 대다수이다(Feng, Li, & Zhao, 2022; Huang, Hu, & Chen, 2022; Huang, Hu, Zhang, 2022; Li et al., 2023; Liu, Ni, & Niu, 2021; Mu et al., 2022; Qin,

Omar, & Musetti, 2022; Tian, Bi, & Chen, 2023; Wang, Wang, & Lei, 2023; Ye et al., 2022). 국내에서 진행된 연구 역시 스마트폰 중독을 측정하기 위해 개발된 척도가 아닌, 타 중독을 측정하는 척도의 주어진 수정하여 사용하였다(광익고, 2022; 퀘웨, 2023). 게다가 이런 연구들은 대부분 틱톡과 같은 특정 스마트폰 플랫폼의 사용자만을 대상으로 해서, 보다 다양한 사용자 집단에 대한 연구는 부족한 상태다. 따라서 문항 내용에 스마트폰의 특성이 명확하게 반영되어 있지 않는 한계를 보인다.

앞서 언급한 바와 같이 해외 연구들은 대부분 기존 중독 척도의 주어를 스마트폰 중독으로 변경하여 중국인을 대상으로 연구했다. 또, 스마트폰의 과다 사용 행위의 영향 요인에 대해 밝힌 국내 연구(한정, 배승주, 권만우, 이상호, 2022)의 경우, 국내 연구임에도 한국인이 아닌 중국인 중장년층을 연구 대상으로 하였다. 스마트폰의 의존성에 관해 연구한 국내 연구(퀘웨, 2023)에서는 연구 대상을 중국인 재한 유학생을 대상으로 하였다. 연구 과정에서 국내 연구에 그대로 적용하는 것은 적합하지 않을 수 있다(Huang, Hu, & Zhang, 2022; Zhang, Wu, & Liu, 2019). 국내 스마트폰 중독 연구가 활발해지도록 국내에서 직면하는 스마트폰 중독 문제를 반영하는 척도의 개발이 요구된다.

최근 핸드폰 중독 유형에 대한 척도가 개발되었다(Liu et al., 2022). 아쉽게도 이 척도의 경우 중독 유형만 구별할 수 있을 뿐 중독의 정도는 측정할 수 없는 한계를 가지고 있다. 이 연구(Liu et al., 2022)에서 스마트폰 동영상 중독 유형도 해당 척도의 결과 유형 중 하나로 제시되고 있으나 중독의 정도는 알 수가 없다. 이에 본 연구에서는 문항에 스마트폰의 특성을 반영하고, 한국 대학생의

특성을 반영하여 중독의 정도를 측정할 수 있는 ‘대학생용 숏폼 동영상(Short-form video) 콘텐츠 중독 척도’를 개발하여 타당화 하고자 한다.

본 연구에서는 척도 개발에 있어 Rasch 모형을 활용하여 문항 분석을 시행하고자 한다. 문항반응 이론에 기초한 이 모형은 고전검사이론의 한계를 보완하며, 응답자가 문항에 대한 답변을 선택하거나 특정 점수를 얻을 확률에 초점을 맞춰 이를 통해 구인과 문항의 속성에 대한 개인의 측정 결과로 모형을 할 수 있다(Skaggs, 2022). 또한, 문항들에 대해 제공되는 적합도 통계치들을 통해 문항을 분석하여 문항의 타당성을 검증해볼 수 있으며, 실제로 심리적 특성을 목적으로 한 척도의 개발에 유용하게 활용되고 있다(지은림, 채선희, 2000).

본 연구는 척도 구성 계획 수립단계, 문항 개발 단계, 예비 조사 실시 및 분석, 본 조사 실시 및 분석을 통해 최종 척도를 확정하는 방식으로 전개하고자 한다. 본 연구에서 개발되는 척도는 행위 중독의 새로운 양상을 보이는 ‘숏폼 중독’ 연구의 기초자료로 활용될 수 있을 것이다. 즉, 다양한 숏폼 동영상 콘텐츠 관련 연구에 활용될 것으로 기대된다. 새롭게 개발된 척도를 통해 대학생들은 숏폼 동영상 콘텐츠에 대한 사용 수준을 스스로 자가 진단하여 조기에 문제점을 인식하여 숏폼에 대한 통제 능력을 향상시킬 수 있을 것이다. 또한, 해당 척도의 결과를 숏폼 동영상 콘텐츠 중독에 대한 예방과 교육을 위한 자료로 활용하는 것이 가능할 것이다. 뿐만 아니라, 개인 및 집단의 중독 치료에 있어서 치료 목표를 설정하고 치료 효과를 확인하는 데 있어 유용할 것으로 예상된다. 나아가, 숏폼 동영상 콘텐츠 중독으로 인한 인내

력, 자기 통제력 저하로 발생하는 일상생활 장애에 대한 치료에도 활용이 가능할 것으로 보인다.

## 방 법

### 참여자

본 연구는 숏폼 동영상 기반의 플랫폼에서 숏폼 동영상 콘텐츠(유튜브의 쇼츠, 인스타그램의 릴스, 틱톡 등)를 사용하고 있는 한국 대학생 대상으로 하였다. 포커스 그룹 인터뷰(Focus Group Interview: FGI) 10명, 예비 조사 220명, 본 조사 220명으로 총 450명을 대상으로 하였다.

연구 참여자 표집은 대학생 커뮤니티 앱을 활용한 편의 표집 방식을 채택하였다. 포커스 그룹 인터뷰(FGI)는 한 집단당 5명으로, 총 2집단으로 실시되었다. 첫 번째 집단의 경우 참석자 4명, 중도 탈락자 1명이었으며, 두 번째 집단의 경우 참석자 3명, 중도 탈락자 2명으로 총 7명이 참여하였다. FGI 종료 후, 참여자에게 10,000원 상당의 문화상품권을 제공하였다.

예비 조사, 본 조사 각 220명을 대상으로 인터넷 기반 설문인 모아품을 활용하였다. 탐색적 요인분석의 표본 크기에 관해 통일된 의견은 없다(이순목, 2006). 너무 작은 표본 크기는 바람직하지 않지만, 표본 크기에 지나치게 엄격한 기준을 적용할 필요도 없다(강현철, 2013). 선행 연구에서는 적어도 표본 크기가 200명이 되어야 한다고 주장한다(Guilford, 1956; 강현철, 2013에서 재인용).

확인적 요인분석의 표본 크기는 200명이 넘어야 큰 표본이며, 모집단에 일반화를 할 수 있다

(이순목, 2006). 일반적으로 탐색적 요인분석을 마친 후에 다른 표본으로 확인적 요인분석을 하는 것이 적합하는데, 그 이유는 탐색적 요인분석에서 사용된 동일 표본으로 확인적 요인분석을 진행하면 구인타당도와 모형적합도가 과장되기에 척도의 일반화를 높이기 위함이다(Hinkin, 1998). 이에 척도 개발을 진행한 다양한 선행 연구에서는 탐색적 요인분석과 확인적 요인분석의 표본을 나누어 분석하였다(권순구, 2020; 박찬훈, 2021).

만약 설문조사에서 불성실 응답이 존재한다면 통계적 가설 검정 과정에서 오류를 야기할 수 있다(Meade & Craig, 2012). 선행 연구(이윤석, 이지영, 이경택, 2008)에서는 온라인 조사 시행 시 불성실 응답 대처를 위해 실제 표본 수보다 많은 표본을 조사할 것을 권고한다. 그 예로 필요 표본 수보다 더 많은 표본에 대해 조사 실시 후, 응답 시간이 지나치게 짧은 상위 10%나 15%를 검토하여 필요시 분석에서 제외할 것을 말한다.

이러한 점들을 고려하여 본 연구에서는 조사 결과에 대한 분석 진행을 위해 예비 조사, 본조사의 표본수는 요인분석의 최소 표본 수인 200명에 10%를 더해 전국에 위치한 대학 및 전문 대학의 만 18세 이상의 재(휴)학생(본조사의 경우 예비조사 불참여자) 각 220명으로 산출하였다.

예비 조사의 경우 2024년 3월 1일부터 3월 2일까지, 본 조사의 경우 2024년 4월 1일부터 4월 3일까지 온라인 설문 조사방식을 통해 자료를 수집하였다. 각 조사의 설문 초반부에 연구에 대한 설명문을 넣어 연구에 대한 이해를 도왔다. 더불어 연구 참여 동의, 연구 대상자 선정 기준(전국에 위치한 대학 및 전문 대학의 만 18세 이상의 재(휴)학생 여부(예비조사, 본조사), 예비 조사 참

여 여부(본 조사))에 적합한지를 묻는 문항을 배치하여 연구대상을 선별했다. 설문 후반부에 보상 제공을 위한 연락처를 기재하도록 하여 입력한 경우에 한 해 2,000원 상당의 기프티콘을 보상으로 제공했다.

예비 조사의 경우 연구 대상자에 해당하지 않는 사람 2명의 자료를 제외하고 218명의 자료를 분석에 활용하였다. 본 조사의 경우 220명의 자료를 분석에 활용하였다.

본 연구는 2024년 1월 15일 서울여자대학교 생명윤리위원회에서 인간대상 연구심의 승인(승인번호: SWU IRB-2023A-55)을 받았다.

## 연구 절차

대학생용 숏폼 동영상 콘텐츠 중독 척도를 개발하고 타당화한 절차는 다음과 같다. 먼저, ‘척도 구성 계획 수립단계’로 척도의 개발 목적을 확립하고 선행 연구에 대한 문헌 고찰 및 기존 척도 분석을 통한 하위 구인을 도출하였다. 이에 더해 추후 진행된 예비문항 개발 절차에서 진행된 내용 타당도 검증 절차에서 하위 구인에 대해 나온 의견들을 반영하여 하위 구인을 확정하였다. 최종 하위 구인은 표 1에 제시하였다.

두 번째는 ‘문항 개발 단계’로 이론적 접근 및 대학생을 대상으로 한 포커스 그룹 인터뷰(FGI)을 통한 문항 개발하고, 문항 반응양식 결정하였다. 본 연구에서 개발하는 척도의 문항에 대한 반응양식으로는 ‘전혀 그렇지 않다(0점)’, ‘그렇지 않다(1점)’, ‘그렇다(2점)’, ‘매우 그렇다(3점)’의 4점 Likert 문항 양식으로 구성하였다. 개발된 예비 문항에 대해 1, 2차 내용 타당도 검증을 진행하였다.

이에 임상심리 전문가 자격증을 소지한 전문가 1인, 상담심리 전문가 자격증을 소지한 전문가 1인, 척도개발 경험이 있으며 교육측정 및 평가 전공 박사 과정 중인 1인으로 구성된 3인의 전문가에게 예비문항에 대한 검토를 요청하였다. 내용타당도 검증을 위한 통계적인 지표로 내용타당도 지수(content validity index: CVI)를 활용했다.

세 번째는 ‘예비 조사 실시 및 분석’ 단계로 예비 조사 실시 후 수집된 자료에 문항 분석, 탐색적 요인 분석을 하여 요인 구조 확인 및 구인타당도 검증했다.

네 번째는 ‘본 조사 실시 및 분석’ 단계로 본 조사 실시 후 수집된 자료에 대해 문항분석, 확인적 요인분석을 통한 모형의 일반화를 위한 적합도 및 구인타당도 검증한 후 최종 요인 및 문항을 확정하였다. 최종 요인 및 문항에 대한 신뢰도 분석과 타당도 검증을 진행하여 최종 척도를 확정하였다.

**측정 도구**

**대학생용 슷폼 동영상 콘텐츠 중독 척도.** 조사에서는 포커스 그룹 인터뷰(FGI), 선행 연구 고

찰, 내용타당도 검증을 통해 최종적으로 선정된 예비척도 문항을 사용했다. 이는 총 32문항의 자기보고식 검사로, 4점 Likert 척도(‘전혀 그렇지 않다(0점)’, ‘그렇지 않다(1점)’, ‘그렇다(2점)’, ‘매우 그렇다(3점)’)로 평가하였다.

본 조사에서는 예비 연구를 통해 최종적으로 선정된 본 척도 문항을 사용했다. 이는 총 27문항의 자기 보고식 검사로, 4점 Likert 척도(‘전혀 그렇지 않다(0점)’, ‘그렇지 않다(1점)’, ‘그렇다(2점)’, ‘매우 그렇다(3점)’)로 평가하였다.

**한국 우울증 검사(Korean Depression Scale: KDS).** 본 연구에서 제작될 대학생용 슷폼 동영상 콘텐츠 중독 척도의 수렴 타당도 검증을 진행하기 위해 이민수와 이민규(2005)가 개발한 한국 우울증 검사(KDS)를 활용하였다. 이 검사는 한국의 사회문화적 특성을 반영하여 개발된 검사로, 한국인의 우울 양상을 반영하는 국내 최초의 표준화 검사다. 또, 다른 척도 개발 연구에 다양하게 활용됐다(권경미, 2008; 허연주, 이민규, 2017). 해당 척도는 총 30문항으로, 5문항씩 총 6개의 하위 요인(미래에 대한 부정적 생각, 자기에 대한 부정적 생각, 걱정 및 초조, 우울기분, 신체화 증상, 의

표 1. 하위 구인 별 조작적 정의

구인	조작적 정의
현저성	스�폼을 보는 것이 개인의 정서, 인지, 행동 등을 지배하여 삶에서 가장 중요한 활동이 되는 것.
내성	스�폼을 보는 것을 통한 일정 수준의 변화를 경험하기 위해 행동의 양이 점점 증가하는 것.
급단	스�폼을 보는 것을 하지 못하는 상황에서 나타나는 불쾌한 감정적 변화와 신체적 영향.
기분조절	스�폼을 보는 것이 기분에 영향을 미치는 것.
일상생활 장애	스�폼을 보는 것이 과도하게 지속되면 그로 인해 나타나는 타인과의 갈등, 사회생활에서 중요한 활동과의 갈등, 내면에서의 갈등 등 일상생활에서 다양한 갈등을 보이는 것.
재발	스�폼을 보는 것의 부정적 영향을 깨닫고 행동을 줄이려 하거나 중단하였으나, 과도한 행동을 되풀이하는 상태로 돌아가는 것.

육의 상실)으로 구성되어 있다. 각 문항은 4점 Likert 척도로, 0점(전혀 아니다)~4점(매우 그렇다) 중에서 선택하여 자기 보고식으로 평정하게 되어 있다. 이민수와 이민규(2003)의 타당화 연구에서 전체 척도의 내적합치도(Cronbach's alpha)는 .95였다. 본 연구에선 Cronbach's alpha는 .97였다.

**한국판 소셜미디어 중독 척도(Korean version of the Social Media Addiction scale: K-SAS).** 본 연구에서 제작될 대학생용 스마트폰 동영상 콘텐츠 중독 척도의 수렴 타당도 검증을 진행하기 위해 신용주(2020)가 개발한 한국판 소셜미디어 중독 척도(K-SAS)를 활용하였다. 이 척도는 Liu와 Ma(2018)가 개발한 소셜미디어 중독 척도(Social Media Addiction scale)을 국내 실정에 맞게 번안하여 타당화한 척도로, 기존 SNS 중독 척도의 한계점을 보완하여 공통 개념을 구성했을 뿐만 아니라 핵심적인 SNS의 기능으로 여겨지는 '온라인 상호작용 선호'를 포함했다. 해당 척도는 총 31문항으로 6개의 하위 요인(금단, 조절실패, 기분조절, 현저성, 문제적 사용, 온라인 상호작용 선호)으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로, 1점(전혀 아니다)~5점(매우 그렇다) 중에서 선택하여 자기 보고식으로 평정하게 되어 있다. 신용주(2020)의 개발 과정에서 내적합치도(Cronbach's alpha)는 .95로 나타났다. 본 연구에선 Cronbach's alpha= .98였다.

**한국판 단축형 자기통제 척도(Korean Version of the Brief Self-Control Scale: BSCS).** 본 연구에서 제작될 대학생용 스마트폰

영상 콘텐츠 중독 척도의 수렴 타당도 검증을 진행하기 위해 홍현기 등(2012)이 개발한 한국판 단축형 자기통제 척도(BSCS)를 활용하였다. Tangney 등(2004)은 36문항의 자기통제 척도와 36문항 중 대표할 수 있는 13문항을 선정하여 단축형 척도를 개발하였다. 이 검사는 Tangney 등(2004)이 단축형으로 만든 척도를 한국어로 번안 후 타당화한 척도다. 해당 척도는 총 11문항으로 2개의 하위 요인(자제력, 집중력)으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로, 1점(그렇지 않다)~5점(매우 그렇다) 중에서 선택하여 자기 보고식으로 평정하게 되어 있다. 2번, 9번 문항을 제외한 모든 문항을 역코딩 하였다. 신뢰도는 홍현기 등(2012)의 개발 과정에선 내적합치도(Cronbach's alpha)는 .78로, 본 연구에선 Cronbach's alpha= .90이었다.

## 자료 분석

예비조사를 통하여 수집된 자료는 SPSS 23, Winstep Rasch 프로그램을 사용하여 분석했다. 대학생용 스마트폰 동영상 콘텐츠 중독 예비척도 문항의 적합성과 요인의 구조 평가를 위해 다음과 같은 절차로 분석하였다. 먼저, SPSS 23 프로그램을 사용하여 문항의 평균, 표준편차, 문항-총점 간 상관, 문항 간 상관을 분석했다. 다음으로, Winstep Rasch 프로그램을 사용하여 Rasch 모형을 기반으로 문항의 곤란도(난이도), 적합도, 변별도를 활용하여 문항의 타당성을 검증했다. 그 후 SPSS 23을 사용하여 Cronbach  $\alpha$ 값을 통해 문항의 신뢰도를 검증했다. 문항 분석을 마친 후, SPSS 23을 사용하여 구인타당도 검증을 위한 탐

색적 요인 분석을 진행했다. 수집된 자료의 첨도, 웨도를 통해 정규성 검증을 진행한 후, 탐색적 요인분석의 실시에 사용 가능한지 판단하기 위해 KMO와 Bartlett의 구형성을 검증했다. 요인 분석의 모형으로 공통요인 모형의 최대 우도법(ML), 사각 회전 중 promax을 사용하여 요인 추출을 시행했다. 이와 함께 스크리 검사를 시행하여 요인 구조를 확인하여 최종적인 요인 수를 결정했다.

본조사를 통해 수집된 자료는 SPSS 23, Winstep Rasch, AMOS 22 프로그램을 사용하여 분석했다. 대학생용 숏폼 동영상 콘텐츠 중독 척도 문항의 적합성과 최종 요인의 구조 평가를 위해 다음과 같은 절차로 분석했다. 먼저, SPSS 23를 사용하여 문항의 평균, 표준편차, 문항-총점 간 상관, 문항 간 상관을 분석했다. 다음으로, Winstep Rasch 프로그램을 사용하여 Rasch 모형을 기반으로 문항의 곤란도(난이도), 적합도, 변별도를 활용하여 문항의 타당성을 검증했다. 문항 분석을 마친 후, AMOS 22를 사용하여 확인적 요인 분석을 통해 모형의 적합도 및 구인타당도 검증을 진행했다. 최종 요인과 문항을 확정된 후, Cronbach  $\alpha$ 값을 통해 척도 및 하위 구인별 신뢰도를 검증했다. 다음으로 대학생용 SNS 숏폼 동영상(short-form video) 콘텐츠 중독 척도에 대하여 타당도 검증을 진행했다. 최종적으로 개발된 대학생용 SNS 숏폼 동영상 콘텐츠 중독 척도에 대해 SPSS 23 프로그램을 사용해서 수렴 타당도를 검증했다.

## 결 과

### 포커스 그룹 인터뷰(FGI)

FGI는 존중, 편안함이 기반인 분위기 속에서 자신의 의견을 참가자들이 자유롭게 말할 수 있다. 이를 통해 이어 진행할 연구 과정의 기초 작업이 되기도 하며, 연구 과정에서 포함될 수 있는 개념, 요인 등을 파악하기 위한 목적으로 사용되기도 한다(Krueger & Casey, 2009/2014). 본 연구에서는 숏폼을 자주 시청하는 대학생을 대상으로 FGI를 진행하였다. 참여자 표집은 편의 표집을 기반으로 하였다. 대학내일 20대 연구소에서 조사한 ‘2022 MZ세대 숏폼 콘텐츠 시청 및 제작 트렌드’에 따르면 평균적으로 평일은 75.8분, 주말은 96.2분 동안 숏폼을 시청하는 것으로 나타났다(합지윤 외, 2022). 이를 근거로 FGI 참여자 포함 기준은 ‘하루 1시간 이상 숏폼을 시청하는 경우’로 정했다.

FGI는 한 집단 당 5명, 총 2집단으로 실시됐다. 첫 번째 집단의 경우 참석자 4명, 중도 탈락자 1명, 두 번째 집단의 경우 참석자 3명, 중도 탈락자 2명으로 총 7명이 참여했다. FGI를 통해 예비 문항에 대한 평가와 하위 구인들과 숏폼 중독에 대한 구체적 질문들을 통해 의미 있는 진술문을 끌어내고자 하였다. 숏폼 이용, 숏폼이 미치는 영향, 숏폼 중독을 유발하는 숏폼의 특성, 숏폼과 숏폼 중독의 개념과 관련된 총 17개의 질문을 통해 약 1시간~1시간 30분에 거쳐 진행되었다. FGI 종료 후, 전사 작업을 통해 내용을 정리하였다. 정리한 전사 작업물은 각 참여자의 이메일을 통해 확인 받았다. FGI로 추출된 진술문들을 분석하여 제작

된 예비 문항은 총 19개였다. 이에 더해 문헌 고찰과 같은 이론적 접근을 기반으로 설문 중독 및 표본의 특성을 탐구하여 예비 조사에 활용될 35개 예비 문항을 제작했다.

## 내용 타당도 검증

1, 2차 내용타당도 검증을 통해 연구자가 설정한 ‘설문 동영상(short-form video) 콘텐츠’의 개념과 검사 구인의 적절성, 이를 문항이 적절하게 반영하고 있는지에 전문가 검증을 하였다. 통계적 지표로 내용타당도 지수(content validity index, CVI)를 활용했다. 이는 Lynn(1986)이 제안한 것으로 전문가에게 각 문항이 속한 척도 구인과의 관련성에 대해 4점 척도로 응답하도록 하여 그 중, 3, 4점 응답 비율을 산출한 것이다. 이를 통해 문항의 CVI 값인 I-CVI(item-level CVI, I-CVI)를 산출하여 1.0인 문항은 채택하고, 그 외의 경우 전문가들의 논의를 거쳐 문항의 수정, 삭제 여부가 결정된다(Polit et al., 2007). 또, 모든 I-CVI 값을 합하여 총 문항 수로 나눠 산출하는 S-CVI/Ave(average of content validity index for scale: S-CVI/Ave)의 경우, 0.90 이상이 권장된다(Polit & Beck, 2006).

1차 내용타당도 검증을 통해 검사 구인의 조작적 정의 중 3개 구인(현저성, 내성, 재발), 35문항 중 15문항을 수정 보완하였으며, 3문항을 삭제하였다. 총 32문항 중 3문항(I-CVI=0.67)을 제외하더라도 문항의 I-CVI는 1.0이었으며, S-CVI/Ave는 0.91이었다. I-CVI가 1.0 미만인 문항의 경우 제거 대신 수정 보완하여 2차 내용타당도 검증에 포함시켰다. 1.0 미만의 I-CVI를 보인 3문항의 경

우 설문지의 특징이 담겼거나 FGI를 통해 개발된 문항이었다. 또, S-CVI/Ave의 값이 0.90 이상으로 양호했다. 이러한 이유로 해당 문항을 바로 삭제하는 것이 아니라 1차 검증에서 나온 전문가 의견을 반영하여 문항을 수정하였다.

2차 내용타당도 검증 결과, 모든 문항의 I-CVI는 1.0이었으며, S-CVI/Ave 역시 1.0으로 매우 양호한 내용타당도 수준을 보였다. 2차 내용타당도 검증을 통해 검사 구인 중 ‘재발’의 조작적 정의를 수정하여 보완하였다. 문항에서는 기존의 32문항 중 1문항을 수정하여 보완하였다. 내용타당도 검증 이후 심리학 박사 1인과 연구자가 최종 검토 및 수정을 통해 예비조사 문항을 확정하였다. 2차 검증 결과 그대로 사용해도 되나, 완성도를 높이고자 문항의 의미에 지장을 주지 않는 선에서 명료하고 간결하게 문장을 다듬었다. 그 예로, 7번 문항 ‘나는 ‘다음 영상은 뭘까?’ 하는 새로운 영상에 대한 기대감 때문에 예상했던 것보다 훨씬 많은 개수의 설문 동영상을 보게 된다.’에서 ‘대한’이라는 말을 추가하였다.

## 예비조사, 본조사 참여자의 특성

예비 및 본 조사의 연구 참여자의 인구통계학적 정보는 표 2와 같다. 먼저, 전국에 있는 대학교에 재학 중인 대학생 220명을 대상으로 예비 조사를 시행했다. 연구 대상자에 해당하지 않는 사람 2명의 자료를 제외하여 총 218부가 분석에 사용되었다. 그 결과, 남자보다 여자 참여자의 비율이 69.7%로 많았으며, 20대 초반이 반 이상을 차지했다. 거주 지역의 경우 총 73.4%로 서울, 경기/인천과 같은 수도권 거주자가 대부분인 것으로

표 2 예비 조사 및 본조사 인구통계학적 정보 (예비조사  $n=218$ , 본조사  $n=220$ )

	구분	n(명)		비율(%)	
		예비조사	본조사	예비조사	본조사
성별	남	66	66	30.3	30
	여	152	154	69.7	70
나이 (만 나이)	18~19	20	8	9.2	3.7
	20~22	147	151	67.4	68.7
	23~25	49	54	22.5	24.6
	26~29	2	6	1	2.8
	30 이상	-	1	-	.5
재학 여부	재학 중	205	210	94	95.5
	휴학 중	13	10	6	4.5
거주 지역	서울시	106	99	48.6	45
	경기/인천	54	60	24.8	27.3
	충청도	19	15	8.7	6.8
	강원도	11	17	5	7.7
	전라도	13	11	6	5
	경상도	15	18	6.9	8.2
일평균 스툼 시청 시간	30분 미만	24	26	11	11.8
	30분 이상~1시간 미만	51	83	23.4	37.7
	1시간 이상~1시간 30분 미만	30	60	13.7	27.2
	1시간 30분 이상~2시간 미만	33	23	15.1	10.5
	2시간 이상~2시간 30분 미만	31	16	14.2	7.3
	2시간 30분 이상	49	12	22.5	5.5
일평균 스툼 시청 개수	5개 미만	12	20	5.5	9.1
	5개 이상~10개 미만	16	37	7.3	16.8
	10개 이상~15개 미만	18	35	8.3	15.9
	15개 이상~20개 미만	29	30	13.3	13.6
	20개 이상~25개 미만	26	41	11.9	18.6
	25개 이상	117	57	53.7	25.9

나타났다. 일평균 슷폼 시청 시간의 경우 30분 이상~1시간 미만이 23.4%, 2시간 30분 이상이 22.5%로 높게 나타났다. 참여자들의 일평균 슷폼 시청 개수는 25개 이상이 53.7%, 15개 이상~20개 미만이 13.3%로 나타나 25개 이상 시청하는 경우가 월등히 많은 것으로 나타났다.

예비 조사에서 확인된 요인 구조와 문항의 안

정성 확보를 위해 예비 조사에 불참한 전국 대학교에 재학 중인 대학생 220명 대상으로 본 조사를 실시했다. 불성실 자료는 없었으며 총 220부 모두 분석에 사용되었다. 연구 참여자는 3:7의 비율을 보여 여자 참여자가 남자 참여자보다 많았고, 예비 조사 때와 유사하게 20대 초반이 반 이상을 차지했다. 거주 지역의 경우 서울시 45%, 경

기/인천 27.3%, 경상도 8.2%, 강원도 7.7%, 충청도 6.8%, 전라도 5% 순으로 서울 거주자가 약 절반을 차지했다. 일평균 슷폼 시청 시간의 경우 30분 이상~1시간 미만 37.7%, 1시간 이상~1시간 30분 미만 27.2%, 30분 미만 11.8%, 1시간 30분 이상~2시간 미만 10.5%, 2시간 이상~2시간 30분 미만 7.3%, 2시간 30분 이상 5.5%였다. 일평균 슷폼 시청 개수의 경우 25개 이상이 25.9%로 가장 높게 나타났으며, 5개 미만이 9.1%로 가장 낮게 나타났다.

### 예비조사 문항 분석

문항 분석에는 두 가지 프로그램을 사용하였다. 먼저, SPSS 23 프로그램을 사용하여 문항의 평균, 표준편차, 문항-총점 간 상관, 문항 간 상관을 분석했다. 다음으로, Winstep Rasch 프로그램을 사용하여 Rasch 모형을 기반으로 문항의 곤란도(난이도), 적합도, 변별도를 활용하여 문항의 타당성을 검증했다.

먼저, 문항의 평균과 표준편차를 확인하였다. 4점 척도(0점~3점)의 중간 점수인 1.5점보다 지나치게 낮은 평균(0.5 이하) 혹은 지나치게 높은 평균(2.5 이상)을 보이면서, 동시에 표준편차가 과대(1.5 이상)하거나 과소(0.5 이하)한 경우 문항을 제거하였다(노영만, 전병길, 2004). 이 과정에서 제거된 문항은 없다.

문항-총점 간 상관이 0.30보다 낮을 경우, 척도 신뢰도를 위해 제거해야 한다(김남길, 2001). 예비조사의 문항-총점 간 상관은 최소 .51에서 최대 .86으로 나타났다.

문항 간 상관 분석에서 문항의 유사성을 검토

하였다. 검토 기준은 다음과 같다. 문항 간 상관계수가 0.30 이상, 0.70 이하에 해당하면 문항을 선정하고(Nunnally, Bernstein, 1994: 이병숙, 어용숙, 이미애, 2018에서 재인용), 그 외의 경우 연구자의 판단 하에 문항 선정 여부를 결정하였다. 0.30 이하의 낮은 상관 혹은 0.70 이상의 높은 상관을 보이는 경우, 연구자가 문항의 유사성을 판단하여 두 문항 중 하나를 삭제하거나 탐색적 요인 분석 후 검토하기 위해 삭제하지 않았다. 그 결과, 삭제한 문항은 총 2문항으로, 문항 13번(금단4), 문항 32번(재발4)이다.

문항의 분리지수가 2.00 이상으로 나타나면 문항의 신뢰도 지수는 .80이상으로 나타나 표본수에 문제가 없고 문항의 곤란도가 적절히 분포되었음을 뜻한다(김세형, 2023). 분석 결과, 문항의 분리지수는 5.95, 문항의 신뢰도 지수는 .97로 나타났다. 문항의 곤란도(난이도)의 경우 문항 11번(금단2)이 곤란도가 가장 높게 나타났고, 문항 16번(기분1)이 곤란도가 가장 낮게 나타났다.

문항의 적합도를 판단할 때, 문항의 내적합도 제공평균(INFIT MNSQ)과 외적합도 제공평균(OUTFIT MNSQ)이 0.5 미만이거나 1.5를 초과해선 안된다(김세형, 2023). 본 연구의 예비조사 분석 결과, 부적합하거나 과적합한 문항은 나타나지 않았다.

문항의 변별도는 0.30 미만으로 나타나면 부적합 문항으로 판단된다(김세형, 2023). 본 연구의 예비조사에서 문항 변별도는 최소 .50에서 최대 .84로 나타나 부적합한 변별도를 보이는 문항은 없었다.

**탐색적 요인분석**

탐색적 요인분석의 실시 전, SPSS 23을 사용하여 수집된 자료의 정규성 검정을 위해 왜도와 첨도를 확인하였다. 왜도의 통계량 범위는 최소 -0.943에서 최대 0.405, 첨도의 통계량 범위는 최소 -1.410에서 최대 0.579였다. 이는 절대값 2와 7 이내로 정규성 가정을 충족한다.

수집된 자료가 탐색적 요인분석의 실시에 사용 가능한지 판단하기 위해 KMO와 Bartlett의 구형성 검증을 진행했다. KMO 검증에서는 1에 가까울수록 표본 상관이 요인분석에 적합하다는 것을 의미하여 .90 이상일 경우 적합도가 상당히 좋은 수치로 볼 수 있다. Bartlett의 구형성 검증의 경우, 영가설 기각 여부를 유의수준 .05를 기준으로 판단한다(강태훈, 조혜영, 오민아, 2013). 검증 결과, KMO 검정 값이 .963, Bartlett의 구형성 검증에서 유의수준 .05미만으로 탐색적 요인분석에 적

합한 자료로 검증됐다.

이후 탐색적 요인분석을 실시했다. 요인 수 결정을 위해 패턴 행렬을 통해 요인이 어떻게 묶이는지 살펴본 후, 상관계수가 적용된 구조행렬을 추가 분석하였다(서원진 외, 2018). 추출된 요인들에 의해 설명되는 정도인 공통성과 요인부하량이 0.30 미만으로 나타난 경우, 설명력이 낮다고 판단한다(탁진국, 2007). 분석 결과, 해당하는 문항은 없었다. 척도의 개발 과정에서 연구자가 선행 연구의 문헌 고찰을 통해 가정한 하위 구인은 6가지였다. 하지만, 분석 결과 초기 고유값이 1이상 나타난 경우로 요인 3개로 묶였다. 스크리 도표에서도 고유값이 3에서 꺾인 후 차이가 나타나지 않아 3 요인으로 묶는 것이 적절한 것으로 나타났다. 이에 3요인으로 정하고, 요인들에 명확히 묶이지 않거나 검토를 통해 삭제가 필요한 문항을 제거하여 탐색적 요인분석을 재실시하였다.

총 30문항에 대한 분석 결과, ‘재발’에 관한 3문

표 3. 예비 조사 2차 탐색적 요인분석 결과 (27문항)

문항 내용	공통성	요인 (구조행렬)			문항명
		1	2	3	
나는 하루라도 슷폼 동영상을 보지 못하거나 그런 상황이 생긴다고 생각하면 짜증이 나거나 불안하다.	.740	.855	.496	.552	금단_2
나는 슷폼 동영상을 보고 있지 않아도 슷폼을 볼 때처럼 무의식적으로 화면의 위, 아래로 넘겨보는 동작(스와이프)을 하곤 한다.	.693	.829	.503	.474	금단_6
나는 여러 가지 이유로 얼마 동안 슷폼 동영상을 보지 못하게 되었을 때 지루하다.	.706	.809	.692	.631	금단_1
나는 수업을 듣거나 과제를 하기 위해서 슷폼 동영상 시청을 멈춰야할 때 흐름이 끊기는 것 같아 답답하다.	.673	.806	.505	.610	금단_3
요새 내 머릿 속은 최근에 본 슷폼 동영상의 내용으로 가득 차 있다.	.645	.795	.603	.540	현재성_4
나는 슷폼 동영상을 보지 못할 때 슷폼 시청과 유사한 행동(다른 콘텐츠 시청, SNS 등)을 하더라도 슷폼 동영상이 보고 싶다.	.629	.782	.609	.554	금단_5

나는 스포츠 동영상을 보기 위해 스마트폰에서 손을 뗄 수 없다	.659	.745	.678	.693	현재성_1
스포츠 동영상을 보는 것은 내 삶에서 빠질 수 없는 부분이다.	.542	.713	.601	.537	현재성_3
나는 종종 스포츠 동영상으로 인해 내 생각과 감정, 행동에 제한을 받는 것 같다.	.478	.670	.477	.558	현재성_2
나는 시간과 장소에 상관없이 스포츠 동영상을 본다.	.460	.571	.640	.537	현재성_6
나도 모르는 사이 습관적으로 스포츠 동영상을 보고 있다.	.555	.474	.668	.674	현재성_5
나는 스포츠 동영상을 시청할 때 외로움, 소외감이 해소된다.	.614	.692	.720	.473	기분_4
나는 힘들 때 스포츠 동영상을 보면 행복해진다.	.553	.562	.715	.376	기분_3
나는 부정적인 감정(우울, 불안, 슬픔)이 들 때, 스포츠 동영상을 보면 기분이 나아진다.	.528	.566	.705	.412	기분_5
나는 일상에서 겪는 스트레스에서 벗어나고자 스포츠 동영상을 시청한다.	.510	.545	.705	.462	기분_2
나는 '다음 영상은 뭘까?' 하는 새로운 영상에 기대감 때문에 예상했던 것보다 훨씬 많은 개수의 스포츠 동영상을 보게 된다.	.490	.502	.687	.545	내성_1
나는 재미, 즐거움을 느끼기 위해 스포츠 동영상을 시청한다.	.487	.375	.681	.495	기분_1
큰 노력을 들이지 않고 간단한 손 동작으로 나에게 맞는 새로운 영상을 계속 볼 수 있어 이러한 만족감을 얻고자 스포츠 동영상을 더 보게 된다.	.489	.281	.642	.506	내성_3
나는 이전과 동일한 시간으로 스포츠 동영상을 시청했음에도 더 많이 보고 싶다.	.664	.743	.727	.641	내성_2
나는 스포츠 동영상을 보는 것으로 인해 이전보다 집중력, 참을성이 부족해졌다.	.642	.600	.535	.791	일상_5
나는 스포츠 동영상을 접하기 전보다 긴 내용의 글이나 동영상을 보는 것이 힘들다.	.589	.589	.480	.751	일상_2
나는 스포츠 동영상을 보는 것으로 인해 이전보다 글을 이해하는 것이 어려워졌다.	.639	.693	.503	.740	일상_6
나는 스포츠 동영상 때문에 중요한 부분만 편집되어있거나 짧은 영상을 보는 것에 익숙해졌다.	.586	.423	.626	.720	일상_3
나는 스포츠 동영상을 보느라 내가 계획한 일을 제대로 못한 적이 있다.	.516	.612	.563	.673	일상_1
나는 가족, 친구와 보내는 시간보다 스포츠 동영상을 보는 것이 더 좋다.	.682	.811	.428	.416	일상_4
나는 스포츠 동영상을 보느라, 일상에 지장이 갈 정도로 멀티미디어 기기(휴대폰 등)사용량이 증가했다.	.629	.746	.633	.665	일상_7
나는 스포츠 동영상을 보는 것으로 인해 건강이 나빠졌다(안구건조증, 어깨 및 목통증 등).	.519	.698	.525	.581	일상_8

요인명	현저성과 금단	기분조절 추구	일상생활 장애	
	13.921	1.953	1.284	
초기 고유값	51.559	7.234	4.755	
	51.559	58.793	63.548	
추출 제곱합 적재량	전체	13.492	1.556	.869
	분산	49.971	5.764	3.220
	누적	49.971	55.736	58.956
회전 제곱합 적재량	전체	11.906	10.108	9.340

항이 각 요인에 하나씩 퍼져 있어 명확히 묶이지 않아 삭제 후, 탐색적 요인분석을 재 실시하였다.

총 27문항에 대한 탐색적 요인 분석 전, 수집된 자료가 탐색적 요인분석에 사용 가능한지 판단하기 위해 KMO와 Bartlett의 구형성 검증을 진행했다. 그 결과, KMO 검정 값이 .961, Bartlett 검정 값의 유의수준이 .05미만으로 적합한 자료로 검증됐다.

그 후, 27문항에 대한 탐색적 요인 분석 결과는 표 3과 같다. 분석 결과, 공통성과 요인부하량이 .30 아래인 문항은 없었다. 앞선 분석 결과와 동일하게 2차 탐색적 요인 분석에서도 스크리 도표에서 고유값이 3에서 꺾인 후 차이가 나타나지 않아 요인의 수를 3으로 결정하였다.

다음으로 각 요인의 특성에 맞는 문항의 최종 선정을 위해 요인 부하량을 검토하였다. 요인 부하량이 다른 요인과 겹치지 않음과 동시에 부하량의 값이 .40을 초과하는 문항을 추출하고자 하였다. 타 요인과 겹치면서 두 부하량 모두 .40을 초과할 경우, 더 적합한 요인에 분류될 수 있도록 검토하였다. 그 결과, 6문항(일상4, 일상7, 일상8, 내성2, 현저성6, 현저성5)에 대한 요인 분류 적절성을 검토하였다.

요인 1은 금단 5문항 중 5문항, 일상생활장애 8문항 중 3문항, 현저성 6문항 중 4문항, 내성 3문항 중 1문항으로 대부분 금단 및 현저성 문항으로 구성됐다. 슷폼 시청이 개인의 정서, 인지, 행동 등을 지배하여 타 행위보다 중요한 활동이 되는 현저성과 슷폼을 시청하지 못하면 발생하는 금단 증상을 연결하여 인식했을 수 있다. 이에 요인 1은 ‘현저성과 금단’으로 명명하였다. 문항 중 일상4(나는 가족, 친구와 보내는 시간보다 슷폼 동영상을 보는 것이 더 좋다.), 일상7(나는 슷폼 동영상을 보느라, 일상에 지장이 갈 정도로 멀티 미디어 기기(휴대폰 등) 사용량이 증가했다.), 일상8(나는 슷폼 동영상을 보는 것으로 인해 건강이 나빠졌다(안구건조증, 어깨 및 목통증 등))은 요인 3의 특성에 더 부합된다고 판단하여 요인을 옮겨 재검토하기로 하였다. 내성2(나는 이전과 동일한 시간으로 슷폼 동영상을 시청했음에도 더 많이 보고 싶다.)는 요인 2의 특성과 더 부합하다고 판단되어 삭제 후 요인을 옮겨 재검토하기로 하였다.

요인 2는 기분조절의 모든 문항, 내성 2문항, 현저성 1문항으로 구성되었다. 기분 조절은 슷폼을 보는 것이 기분에 영향을 미치는 것이고, 내성

은 스마트폰을 보는 것을 통해 만족감을 얻기 위해 행동량이 증가하는 것이다. 스마트폰 시청이 즐거움, 흥미를 충족시키는 정적 강화 또는 부정적 감정을 감소시키는 부적 강화처럼 어떤 영향을 줄 수 있다는 것이 공통 인식됐을 수 있다. 또, 이처럼 기분조절을 추구하고자 하는 것이 스마트폰 시청 및 중독의 동기이자 유지 요인이 되었을 수 있다. 따라서 요인 2를 ‘기분조절추구’로 명명했다. 현저성 6(나는 시간과 장소에 상관없이 스마트폰 동영상을 본다.)은 요인 1의 특성과 더 부합하다고 판단되어 삭제 후 요인 1로 옮겨 재검토하기로 하였다.

요인 3은 일상생활장애 8문항 중 5문항, 현저성 1문항으로 구성되었다. 현저성 5(나도 모르는 사이 습관적으로 스마트폰 동영상을 보고 있다.)은 요인 1의 특성에 더 해당한다고 생각하여 요인 1로 옮겨 재검토하기로 했다. 요인 3의 문항들은 집중력 저하처럼 스마트폰 중독의 부정적 결과를 보여주는 문항으로 요인명을 ‘일상생활장애’로 명명했다.

## 본 조사 문항 분석

본 조사의 문항 분석 과정은 예비 조사 때와 동일하다. 먼저, SPSS 23 프로그램을 사용하여 문항의 평균, 표준편차, 문항-총점 간 상관, 문항 간 상관을 분석했다. 그 다음, Winstep Rasch 프로그램을 사용하여 Rasch 모형을 기반으로 문항의 곤란도(난이도), 적합도, 변별도를 활용하여 문항의 타당성을 검증했다.

먼저, 문항의 평균과 표준편차를 확인하였다. 4점 척도(0점~3점)의 중간 점수인 1.5점보다 지나치게 낮은 평균(0.5 이하) 혹은 높은 평균(2.5 이상)을 보이면서, 동시에 표준편차가 과대(1.5 이

상)하거나 과소(0.5 이하)한 경우 문항을 제거하였다(노영만, 전병길, 2004). 이 과정에서 제거된 문항은 없다.

문항-총점 간 상관이 0.30보다 낮을 경우, 척도의 신뢰도를 위해 제거해야 한다(김남걸, 2001). 본 조사에서 문항-총점 간 상관은 최소 .593에서 최대 .764로 나타났다.

문항 간 상관 분석에서 문항의 유사성을 검토하였다. 검토 기준은 다음과 같다. 문항 간 상관계수가 0.30 이상, 0.70 이하에 해당하면 문항을 선정하고(Nunnally & Bernstein, 1994; 이병숙, 어용숙, 이미애, 2018에서 재인용), 그 외엔 연구자의 판단하에 문항 선정 여부를 결정하였다. 0.70 이상 높은 상관을 보이는 경우는 없었다. 0.30 이하 낮은 상관을 보이는 경우 연구자가 문항의 유사성을 판단하여 문항의 삭제 여부를 결정했다. 그 결과, 삭제한 문항은 없다.

문항의 분리지수가 2.00이상이면 문항의 신뢰도 지수는 .80이상으로 나타나 표본 수에 문제가 없고 문항의 곤란도가 적절히 분포되었음을 뜻한다(김세형, 2023). 본 조사에서 문항의 분리지수는 3.51, 문항의 신뢰도 지수는 .92로 나타났다. 문항의 곤란도(난이도)의 경우 문항 23번(요인3\_4)이 곤란도가 가장 높게 나타났고, 문항 12번(요인2\_1)이 곤란도가 가장 낮게 나타났다.

문항의 적합도를 판단 시, 문항의 내적합도 제공평균(INFIT MNSQ)과 외적합도 제공평균(OUTFIT MNSQ)이 0.5 미만이거나 1.5를 초과해선 안된다(김세형, 2023). 분석 결과, 부적합 혹은 과적합 문항은 없었다.

문항의 변별도는 0.30 미만으로 나타나면 부적합한 문항으로 판단된다(김세형, 2023). 본 연구의

표 4. 수정 전 모형(3요인) 및 수정 모형(1, 3, 6요인)의 확인적 요인분석 모형 적합도

		$\chi^2$	df	CMIN/DF	NFI	TLI	CFI	RMSEA
수정 전 모형	3요인	678.748	321	2.114***	.817	.884	.893	.071
	1요인	520.528	230	2.263***	.831	.887	.897	.076
수정 모형	3요인	427.253	227	1.882***	.861	.921	.929	.063
	5요인	.000	0	-	1.000	-	1.000	.226

주. \*\*\* $p < .001$

본 조사에서 문항의 변별도는 최소 .60에서 최대 .75로 나타났다. 따라서 본 연구의 본 조사에서는 부적합한 변별도를 보이는 문항은 없었다.

### 확인적 요인 분석

앞서 탐색적 요인분석의 결과로 선정된 27문항의 요인구조 적합성을 검증하고자 본 조사를 실시했다. AMOS 22를 사용하여 본조사 결과에 대해 확인적 요인분석을 실시했다. 3 요인 구조 모형의 적합도 평가를 위해  $\chi^2$ , CMIN/DF, NFI, TLI, CFI, RMSEA를 검토했다.  $\chi^2$ 의 경우 표본 크기에 민감하여 적합도 판단에 한계가 있기에 표본 수에 덜 민감한 적합도 지수들인 NFI, TLI, CFI, RMSEA를 종합적으로 고려하여 판단하였다(홍세희, 2000). CMIN/DF는 를 자유도로 나눈 것으로 3 이하일 경우 적합도가 우수하다(Wheaton, Muthen, Alwin, & Summers, 1977). NFI, TLI, CFI는 .90 이상일 경우 우수한 적합도로 보고, RMSEA는 .05 이하면 우수한 적합도, .08 이하일 경우 괜찮은 적합도, .10 이상은 나쁜 적합도로 판단된다(이순목, 2006). 27 문항에 대한 확인적 요인분석 결과의 모형 적합도는 표 4에 제시하였다.

분석 결과, CMIN/DF는 3이하로 우수한 적합도, RMSEA는 .08 이하로 괜찮은 적합도를 보였

으나 NFI, TLI, CFI가 .80 이상 .90 미만으로 나타났다. 이에 측정모형을 수정하고자 하였다.

먼저, 유의성(C.R.)과 표준화계수의 요인부하량을 검토하였다. 유의성(C.R.)의 경우 1.96 이상이면 유의하다고 볼 수 있고 표준화계수의 요인부하량의 경우 .50 이상일 때 관측변수들이 잠재변수를 타당히 측정한다고 본다(우종필, 2012). 본 연구에서 나온 3요인의 27문항에서 C.R.이 유의하지 않거나 요인부하량이 .05미만인 경우는 경우는 없었다.

그 다음 헤이우드 케이스(Heywood case)가 있는지 확인했다. 이는 표준화 계수가 음수(-)의 값을 가지는 경우로, 수용 불가능 데이터로 판단한다(Kline, 2016/2019). 분석 결과, 음수 값을 갖는 헤이우드 케이스는 존재하지 않았다.

또, SMC(Squared Multiple Correlation)를 검토하였다. SMC값이 1에 가까울수록 설명력이 높고, .40 미만의 값을 보일 경우 제거한다(송지준, 2015). .40보다 낮은 SMC값을 보인 문항은 요인 2\_4(나는 슷폼 동영상을 시청할 때 외로움이나 소외감이 해소된다), 요인2\_8(큰 노력을 들이지 않고 간단한 손 동작으로 나에게 맞는 새로운 영상을 계속 볼 수 있어 슷폼 동영상을 더 보게 된다), 요인3\_3(나는 슷폼 동영상 때문에 중요한 부분만 편집되어있거나 짧은 영상을 보는 것에 익숙해졌

다), 요인3\_4(나는 가족이나 친구와 보내는 시간보다  
다 스포츠 동영상을 보는 것이 더 좋다)로 총 4문항  
이다.

위 절차들을 통해 모형 적합도를 저해하는 4개  
문항(.40보다 낮은 SMC 값)을 제거한 수정 모형

으로 확인적 요인 분석을 실시했다. 그 결과는 표  
4, 표 5와 같다.

수정 후에도 CMIN/DF는 우수한 적합도를 보  
였다. RMSEA는 수정 후 더 높은 적합도를 보였  
다. 수정 전 모형에서는 TLI, CFI가 .90보다 낮았

표 5. 모형 수정 후 3요인(23문항)의 비표준화 계수, S.E., C.R.

	비표준화계수	S.E.	C.R.	표준화계수 요인부하량( $\beta$ )
<b>요인 부하</b>				
요인1_1←aa	1.000			.770
요인1_2←aa	1.058	.090	11.707***	.745
요인1_3←aa	.983	.088	11.205***	.718
요인1_4←aa	.857	.090	9.564***	.626
요인1_5←aa	1.029	.099	10.431***	.676
요인1_6←aa	1.106	.089	12.470***	.786
요인1_7←aa	1.064	.094	11.312***	.724
요인1_8←aa	1.074	.091	11.843***	.753
요인1_9←aa	1.173	.096	12.274***	.775
요인1_10←aa	1.021	.096	10.678***	.689
요인1_11←aa	.985	.088	11.193***	.718
요인2_1←bb	1.000			.675
요인2_2←bb	1.035	.116	8.945***	.678
요인2_3←bb	.941	.105	8.944***	.677
요인2_5←bb	.908	.110	8.294***	.623
요인2_6←bb	.977	.111	8.782***	.664
요인2_7←bb	1.079	.109	9.886***	.760
요인3_1←cc	1.000			.765
요인3_2←cc	.966	.086	11.187***	.738
요인3_5←cc	.959	.085	11.320***	.746
요인3_6←cc	1.001	.090	11.146***	.736
요인3_7←cc	.914	.086	10.617***	.705
요인3_8←cc	.843	.092	9.168***	.618
<b>요인 간 공분산</b>				
요인1과 요인2	.425	.061	6.969***	.870
요인1과 요인3	.515	.068	7.563***	.898
요인2와 요인3	.454	.066	6.828***	.847

주. aa=요인1=현재성과 금단, bb=요인2=기본조절과 내성, cc=요인3=일상생활장애.

\*\*\* $p < .001$ .

지만, 수정 모형에선 .90이상의 우수한 적합도를 나타냈다. NFI의 경우 .90에 근접한 적합도 지수를 보였다.

요인 간 변별성 검증을 위해 초기에 설정했던 6가지 구인으로 수정 모형의 적합도를 보고자 하였으나, 23문항 중 ‘재발’에 속하는 문항이 없애 이를 제외한 5가지 구인으로 나눈 5요인 모형, 수정 모형의 모든 문항을 하나의 구인으로 간주한 1요인 모형을 설정하여 모형 적합도를 비교하였다. 그 결과, 표 4와 같이 수정 모형의 3요인 모형이 가장 우수한 모형 적합도를 보이며 요인 간 변별도가 있음을 알 수 있다. 요인 간 상관에서도 모두 0.9보다 작은 유의한 정적 상관을 보였는데, 이 역시 변별 타당성을 갖는 것으로 판단된다(Kline, 2016/2019) 최종 개발된 척도의 신뢰도 검증 결과, 전체 신뢰도는 .95로 우수하였고, 각 하위 구인의 신뢰도는 요인 1 .92, 요인 2 .84, 요인 3 .86으로 모두 양호한 결과를 보였다.

확정적 요인분석 및 문항 분석 결과를 바탕으로 ‘대학생용 숏폼 동영상 콘텐츠 중독 척도’의 최종 요인 및 문항을 3요인(요인 1 11문항, 요인 2 6문항, 요인 3 6문항), 총 23문항으로 확정하였다.

최종 선정된 문항에 대한 신뢰도 분석은 SPSS 23을 사용하였다. Cronbach’s  $\alpha$ 를 통해 척도 및 하위 구인별 신뢰도를 확인했다. 그 결과, 표 6과 같이 척도 및 하위 구인별 신뢰도 모두 매우 양

표 6. 척도 및 하위 구인별 신뢰도 검증 결과

	Cronbach’s $\alpha$	항목 수
전체척도	.95	23
요인 1	.92	11
요인 2	.84	6
요인 3	.86	6

호한 수준이었다.

### 최종 척도 타당도 검증

대학생용 SNS 숏폼 동영상 콘텐츠 중독 척도에 대하여 SPSS 23을 사용하여 타당도 검증을 진행했다. 이를 위해 먼저 본 연구에서 개발된 척도와 한국판 소셜 미디어 중독 척도(K-SAS), 한국 우울증 검사(KDS), 한국판 단축형 자기통제 척도(BSCS)와의 Pearson 상관 분석을 실시하여 수렴 타당도를 검증하였다.

표 7과 같이 본 연구에서 개발된 척도의 총점과 한국판 소셜미디어 중독 척도(K-SAS)의 총점과 각 상관관계를 분석한 결과, .87로 유의한 정적 상관을 보였다. 본 연구에서 개발된 척도의 요인 1(현재성과 금단)의 총점과 K-SAS의 총점 간에는 .85의 유의한 정적 상관관계를 보였다. 요인2(기본조절추구)의 총점과 K-SAS의 총점 간 상관관계는 .73, 요인3(일상생활장애)의 총점과 K-SAS의 총점 간 상관관계는 .81로 유의했다.

‘대학생용 SNS 숏폼 동영상 콘텐츠 중독 척도’의 총점과 한국 우울증 검사(KDS)의 총점과 상관관계를 분석 결과, .65로 유의한 정적 상관관계가 나타났다. 본 연구에서 개발된 척도의 요인1(현재성과 금단)의 총점과 KDS의 총점 간 상관관계는 .65로 유의했다. 요인2(기본조절추구)의 총점과 KDS의 총점 간 상관관계는 .51이었으며 요인3(일상생활장애)의 총점과 KDS의 총점 간 상관관계는 .59로 유의했다.

또, 본 연구에서 개발된 척도와 한국판 단축형 자기통제 척도(BSCS)의 총점과 상관관계를 살펴본 결과, -.82로 유의한 부적 상관관계가 나타났

표 7. 수렴타당도

	한국 우울증 검사 (KDS)	한국판 소셜미디어 중독 척도 (K-SAS)	한국판 단축형 자기통제 척도 (BSCS)
대학생용 SNS 숏폼 동영상 콘텐츠 중독 척도	.65**	.87**	-.82**
현저성과 금단(요인1)	.65**	.85**	-.79**
기분조절추구(요인2)	.51**	.73**	-.68**
일상생활장애(요인3)	.59**	.81**	-.78**

주. \*\* $p < .01$

다. 본 연구에서 개발된 척도의 요인들의 각 총점과 BSCS의 총점 간 상관을 분석한 결과, 요인1(현저성과 금단)과 BSCS에선 -.79의 유의한 부적 상관관계를 보였다. 요인2(기분조절추구)와 BSCS에선 -.68, 요인3(일상생활장애)과 BSCS에선 -.78로 유의한 부적 상관관계가 나타났다.

## 논 의

언제 어디서나 숏폼을 통해 신속하게 정보를 얻고, SNS를 통해 빠르게 공유된다. 숏폼 동영상 콘텐츠는 현대인들에게 간결하고 효과적인 정보 전달 도구로 자리 잡았다. 플랫폼의 알고리즘은 시청자의 선호에 맞는 콘텐츠를 제공하여 지속적인 관심을 유지한다. 짧고 강렬한 메시지를 전달하는 숏폼은 우리의 일상에 깊이 스며들어 있으며, 적절히 활용할 경우 시간 절약의 효율성을 제공한다. 그러나 과도한 사용은 중독을 초래하여 심리적, 인지적, 관계적 문제를 일으킬 수 있다. 본 연구는 대학생의 숏폼 중독 수준을 측정하기 위해 숏폼 동영상 콘텐츠 중독 척도를 개발하고, 한국 대학생을 대상으로 타당화하였다.

결과를 간단히 언급하면 다음과 같다. 첫째, 예

비 연구에서 대학생용 숏폼 동영상 콘텐츠 중독 척도의 하위 구인 확인 후 숏폼 중독 관련 선행 연구 분석 및 FGI를 통해 문항을 고안했다. 총 35개의 예비 문항을 전문가 3인에게 두 차례 검증 받아 32문항으로 수정하였다. 예비 조사 실시 후 문항 분석, 신뢰도 분석, 탐색적 요인분석을 진행하여 3요인 모형을 확인하고 27개의 예비 문항을 선별하였다. 요인 1은 금단과 현저성을 포함하며, ‘현저성과 금단’으로 명명되었다. 요인 2는 숏폼 시청이 기분에 영향을 미치는 ‘기분조절추구’로, 긍정적 기분을 느끼거나 부정적 감정을 회피하는 경향을 보인다. 요인 3은 ‘일상생활장애’로 명명되었다.

둘째, 본 연구에서 본조사를 실시하고, 수집된 자료로 문항 분석과 확인적 요인 분석을 통해 최종 문항 및 요인구조를 확정하였다. 확인적 요인 분석 결과, 3요인 모형이 확인되었고, 모형 적합도를 저해하는 문항을 제거하여 총 23문항이 선별되었다. 요인 1은 11문항, 요인 2는 6문항, 요인 3은 6문항이었다. 모형 수정 후 재분석 결과 양호한 적합도를 보였다.

종합적으로, 본 연구는 예비 연구와 본 연구를 통해 대학생용 숏폼 동영상 콘텐츠 중독 척도를

개발하고, 탐색적 및 확인적 요인 분석, 수렴 타당도 검증을 통해 타당성을 확보하였다. 이러한 연구 과정을 통해 해당 척도가 한국 대학생의 숏폼 중독 수준을 측정할 수 있는 유용한 도구임을 확인하였다.

셋째, 최종 모형의 신뢰도 검증 결과 우수한 신뢰도를 보였으며, 3개 척도와 타당도 검증에서 타당성을 확보하였다. 숏폼 중독과 관련성이 높은 한국판 소셜미디어 중독 척도와 상관 분석을 통해 수렴 타당도가 검증되어 SNS를 통해 유통되는 숏폼의 특성을 고려하여 대학생용 숏폼 동영상 콘텐츠 중독 척도가 개발되었음을 시사한다. 또, 한국 우울증 검사, 한국판 단축형 자기통제 척도와 상관 분석을 통해 수렴 타당도가 검증됐다. 이는 숏폼 중독과 같은 인터넷 중독이 대학생의 우울과 연관성을 보이며(김영선, 박영수, 2019), 병적인 인터넷 사용이 높은 우울을 뒷받침한다는 선행 연구와 같은 맥락에서 이해된다(Kimberly, 2009). 주현정 등(2019)은 연구 과정에서 스트레스보다 자기통제가 대학생의 스마트폰 중독에 가장 큰 영향을 미치는 것을 밝혔다. 김서연(2017)은 대학생의 자기 통제력이 높을수록 스마트폰 중독 현상이 약하게 나타난다는 것을 밝혔다. 또한, 송채현과 이장한(2024)의 연구에서는 스마트폰 중독의 고위험 사용자가 자신이 가진 자기통제 자원이 고갈될 때 중독 자극을 갈망하게 되는 것으로 나타났다. 한국판 단축형 자기통제 척도는 점수가 높을수록 자기통제 수준이 높음을 의미한다(홍현기 등, 2012). 개발된 척도는 한국판 단축형 자기통제 척도와 유의한 부적 상관을 보여 숏폼 중독이 심할수록 자기 통제력이 저하됨을 의미한다. 또, 하위 구인 또한 자기통제 척도와 유의한 부적

상관을 나타내어, 척도가 숏폼 중독 현상을 잘 반영하고 있음을 보여준다. 즉, 대학생용 숏폼 동영상 콘텐츠 중독 척도의 총점수와 각 하위 구인의 점수가 우울, 자기통제와 같은 심리적 부적응과 연관이 있음을 뜻한다. 이러한 연구 과정을 통해 해당 척도가 한국 대학생의 숏폼 중독 수준을 측정할 수 있는 유용한 도구임을 확인하였다.

본 연구는 다음과 같은 의의와 시사점을 갖는다. 첫째, 숏폼 동영상 콘텐츠 중독 척도 개발을 통해 이 분야 연구의 기로를 마련하였다. 본 연구에서는 숏폼이 갖는 기술적 특징으로 인한 부정적 영향을 반영하여 숏폼 중독 척도를 개발했다. 숏폼 동영상 콘텐츠는 틱톡, 인스타그램 릴스, 유튜브 쇼츠 등의 플랫폼을 통해 빠르게 확산되고 있다. 동시에 정보, 오락을 제공하는 새로운 트렌드로 현대인의 일상에 자리 잡았다. 이러한 상황을 반영하여 숏폼과 숏폼으로 인해 발생하는 부정적 영향에 관한 연구는 증가하고 있다. 그러나 선행 연구 현황을 보았을 때 기존의 유사 척도의 주어만 수정하여 사용했을 뿐, 숏폼 중독이라는 구인을 제대로 측정하는 척도는 부재했다.

이에 유사한 구인을 측정하는 기존의 타 중독 척도에서 단지 단어만 수정하는 것이 아닌, 숏폼 중독의 특성을 반영한 척도 개발의 필요성이 제기되었다. 본 연구는 숏폼과 그로 인해 발생하는 중독 현상에 주안점을 두었다. 이를 통해 숏폼 동영상 중독의 특성을 반영한 신뢰롭고 타당한 척도를 개발. 이를 토대로 숏폼 중독 관련 후속 연구와 인터넷 및 미디어 중독 관련 분야의 학문적 발전에 기여할 것으로 기대된다.

둘째, 본 연구에서는 대학생을 대상으로 한 숏폼 동영상 콘텐츠 중독 척도를 개발하고 타당화

하였다. 숏폼은 성별과 나이를 불문하고 많은 사람에게 인기가 높다. 특히 SNS를 통해 신속하게 유통되고 단시간에 다양한 정보와 최신 유행을 접할 수 있는 특성으로 인해 젊은 세대에게 더욱 사랑받고 있다. 그러나 이러한 인기와 함께 대학생들의 숏폼 중독 문제가 심각해지고 있다(최선우, 2023). 이에 대한 해결책을 모색하기 위해 본 연구에서는 대학생을 대상으로 한 숏폼 중독 척도를 개발하였다. 연구 과정에서 대학생들의 실제 의견을 반영하기 위해 FGI(Focus Group Interview)를 실시하였다. 그 후, 두 차례에 걸친 내용타당도 검증을 통해 척도 문항들에 대한 세심한 검토와 수정을 거친 후 전국 대학생 대상의 예비 및 본조사를 진행하였다. 이로써 본 연구에서 개발한 대학생용 숏폼 동영상 콘텐츠 중독 척도는 국내 대학생들이 직면할 수 있는 숏폼 중독 문제를 명확히 평가할 수 있도록 하였다. 본 연구를 통해 개발된 척도는 타당도와 신뢰도 면에서 우수함이 검증되었다. 이에 본 연구는 대학생들의 숏폼 시청에 따른 중독 가능성을 조사하고 이에 대한 조기 선별 및 예방책 마련에 이바지할 것으로 예상된다. 또한, 학교나 사회와 같은 다양한 현장에서 대학생의 숏폼 중독 문제에 대한 인식이 높이고 관련 정책을 수립하는 데도 초석이 될 것으로 기대된다.

셋째, 숏폼 동영상 콘텐츠의 중독과 심리적, 행동적 부적응의 관계에 관해 확인했다. 본 연구의 타당도 검증 과정에서 대학생용 숏폼 동영상 콘텐츠 중독 척도와 한국 우울증 검사, 한국판 단축형 자기통제 척도와의 관계를 분석했다. 그 결과, 숏폼 중독은 우울과 정적인 관련성이 있었으며, 자기통제와는 부적의 관련성이 있었다. 즉, 숏폼

중독이 강할수록 우울함이 증가하거나 자기통제가 약해질 수 있다는 점을 확인하였다. 숏폼 동영상 콘텐츠의 중독이 개인의 심리적 안녕과 행동에 부정적 영향을 줄 수 있으며 이에 추가적인 연구와 개인이나 단체 수준의 대책 마련이 필요함을 시사한다.

본 연구에서 개발한 척도를 활용하여 향후 숏폼 중독과 다른 변인과의 관련성을 활발하게 탐구할 수 있을 것이다. 예를 들어, 사회적 고립, 자아존중감 등의 다양한 변인과의 관계 검증에 본 척도를 활용한다면 숏폼 중독이 인간의 삶에 미치는 다양한 영향력을 자세히 파악할 수 있을 것이다. 이를 통해 숏폼 동영상 콘텐츠 중독의 심리적, 행동적, 사회적 영향을 더 포괄적으로 이해할 수 있을 것으로 전망된다.

넷째, 대학생용 숏폼 동영상 콘텐츠 중독 척도는 임상적으로 다양하게 활용될 수 있을 것이다. 이 척도는 대학생의 숏폼 중독 수준과 위험성을 평가할 수 있으며 상담, 임상 분야의 치료 장면에서 활용될 수 있다. 본 조사에서 하루 평균 숏폼 시청시간을 묻는 문항에 가장 높은 응답값인 ‘2시간 30분 이상’에 응답한 참여자의 본 연구에서 개발된 척도의 총점 분포는 51~64점이었다. 척도의 최고점이 69점인 것을 고려하였을 때, 중독군을 선별하여 치료에 도움을 줄 수 있을 것이다. 또, 숏폼 사용 수준에 대한 자가 진단이 가능하여 해당 척도의 결과를 통해 숏폼 중독을 스스로 점검하는 자료로 활용할 수 있다. 더불어 숏폼 중독의 예방 및 조기 개입에도 기여할 수 있다. 이를 참고하여 대학생의 숏폼 사용 패턴을 파악하고 중독 위험군을 선별하여, 예방 프로그램을 통해 조기 개입할 수 있다. 따라서 본 연구에서 개발된 대학

생용 슷폼 동영상 콘텐츠 중독 척도는 여러 장면에서 유용하고 활용성 높은 도구임을 시사한다.

본 조사에서 하루 평균 슷폼 시청 개수를 묻는 문항에 가장 높은 응답값인 '25개 이상'에 응답한 참여자의 본 연구에서 개발된 척도의 총점 분포는 13~64점이었으며, 23점 이하로 응답한 참여자는 57명 중 15명이었다. 전 문항을 '그렇지 않다(1점)' 이하로 응답할 경우 총점은 23점 이하이다. 이러한 점들을 종합하여 보았을 때, 슷폼 중독에 있어 '스툼 시청 개수'보다 '스툼 시청 시간'이 유의미한 변수임을 알 수 있다.

본 연구는 몇 가지 제한점을 보이며, 후속 연구에 대한 제언을 함께 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 수집된 표본의 한계성을 보인다. 본 연구는 전국의 대학교에 재학 중인 대학생을 대상으로 자료 수집이 이루어졌다. 전국 단위로 성별에 상관없이 표집을 하고자 하였으나, 성별과 지역의 비율이 다소 균형을 보이진 못했다. 예비조사, 본조사 분석 결과, 수집된 표집의 성비는 약 3 : 7로 남성보다 여성의 표집이 더 많이 이뤄졌다. 또, 표집의 비율에서 서울에 거주하고 있는 경우가 약 40% 이상을 차지했다. 본 척도를 좀 더 표준화된 검사 도구로 활용하기 위해 후속 연구에서는 성별과 지역별 균형을 맞추어 표집을 하는 것이 필요할 것이다. 또한, 본 연구를 기초로 성인 연령층의 슷폼 중독 척도 개발 연구가 확장될 필요성이 있다. 슷폼과 같은 SNS, 미디어 중독은 전 연령대에 걸쳐 심각한 문제가 될 수 있다. 대학생 대상으로 개발된 본 척도를 기반으로 성인 연령층으로 대상을 확장하거나, 20대 이하의 연령대 혹은 30대 이상의 연령대와의 비교를 통해 연령대별 심각성과 취약성을 비교할 수 있을

것이다. 이러한 후속 연구를 통해 보다 많은 사람들에게 슷폼 중독 예방 및 치료와 관련된 도움을 줄 수 있다.

둘째, 본 연구에서 개발된 척도는 슷폼 중독 수준이 파악되지만, 기준점(cut-off score)이 부재하다. 개발된 척도는 척도 총점을 통해 대학생의 슷폼 중독 수준이 파악되지만, 기준점에 따른 해석의 판단 기준을 제시하지는 못하였다. 적합한 기준점 산출 방식을 활용하여 척도의 점수를 해석할 수 있다면 임상, 연구 분야에서 분류의 정확성을 높일 수 있을 것이다. 추후 연구를 통해 본 척도의 기준점을 세밀하게 설정하고, 이에 따른 표준화 연구의 진행이 요구된다.

셋째, 슷폼 중독이 다양한 심리적, 행동적 부적응 변인과 어떤 관계를 맺으며 개인에게 어떠한 영향을 주는지를 밝히는 추가 연구가 필요하다. 본 연구에서는 슷폼 중독과 우울, 자기통제의 관련성을 확인하였다. 인간의 심리적 행동적 부적응은 단순히 몇 가지 변인으로 설명되지 않는다. 선행 연구에서도 여러 가지 변인과의 관계성을 밝히고 있다. 그렇기에 본 연구에서 확인된 변인들 외에도 여러 변인과의 관계를 검증하는 연구가 진행될 필요가 있다. 이를 통해 아직 시작 단계에 있는 슷폼 중독 관련 연구가 더욱 활발히 이뤄질 것으로 기대된다.

## 참 고 문 헌

- 강진숙, 권오현 (2022). 후기청소년(19-24세)의 미디어 리터러시 교육과 미디어 정책에 대한 인식 연구. 한국청소년정책연구원.
- 강태훈, 조혜영, 오민아 (2013). 교육 연구에서의 탐색적

- 요인분석 사용 실태에 관한 조사연구. *교육방법연구*, 25(3), 521-541.
- 강현철 (2013). 구성타당도 평가에 있어서 요인분석의 활용. *대한간호학회지*, 43(5), 587-594.
- 구은희 (2015). 3.0 T 자기공명영상에서 확산텐서 영상을 이용한 정상인과 인터넷 중독자의 뇌량과 내섬 유막 구조의 변화. *한국방사선학회 학술대회 논문집*, 2015(3), 44-48.
- 과학기술정보통신부, 한국지능정보사회진흥원 (2022). 2022년 스마트폰 과의존 실태조사. (NIA VIII-RSE-C-22052). 과학기술정보통신부, 한국지능정보사회진흥원. <https://www.msit.go.kr/bbs/view.do?sCode=user&mId=99&mPid=74&pageIndex=&bbsSeqNo=79&nttSeqNo=3173539&searchOpt=ALL&searchTxt=>
- 과학기술정보통신부 정보통신정책관 디지털산업제도과 (2023). 『인터넷이용실태조사』 통계정보보고서. (국가승인 지정통계 제 120005호). 과학기술정보통신부, 한국지능정보사회진흥원. <https://www.narastat.kr/metasvc/index.do?confmNo=120005&inputYear=2022>
- 곽익고 (2022). 미디어 이용자의 TIKTOK 동영상 플로우와 중독 원인에 대한 연구. *한양대학교 대학원 석사학위논문*.
- 권경미 (2008). 교양무용 참여 대학생을 위한 우울증 및 대인관계 (성격장애) 척도개발과 적용. *원광대학교 대학원 박사학위논문*.
- 권순구 (2020). 고전교육 성과측정도구 개발 및 타당화 연구. *Korean Journal of General Education*, 14(3), 189-204.
- 권해정 (2016). [트렌드 연구소] 팝콘 브레인... 자극 좇는 일상이 행복할까. *유레카*, 396, 86-89.
- 퀘웨 (2023). 뉴미디어 숏폼의 의존성 연구- 20대에서 30대 틱톡 이용자를 중심으로-. *동명대학교 대학원 석사학위논문*.
- 김노은 (2011). 대학생의 스트레스, 탄력성, 삶의 질의 관계. *청소년복지연구*, 13(4), 1-19.
- 김남걸 (2001). Likert 척도 개발을 위한 문항선정 방법의 비교 분석. *연세대학교 대학원 석사학위논문*.
- 김서연 (2017). 대학생의 학교생활 적응과 자아존중감 및 자기통제력이 스마트폰중독에 미치는 영향에 관한 융합연구. *융합정보논문지*, 7(6), 103-111.
- 김세형 (2023). Rasch 모형 기반 FACETS/WINSTEPS 프로그램을 활용하여 논문 결과 작성하기. 서울: 황소걸음 아카데미.
- 김영선, 박영수 (2019). 간호대학생의 또래애착, 우울이 인터넷 중독에 미치는 효과. *예술인문사회 융합 멀티미디어 논문지*, 9(5), 503-512.
- 김현지, 오세림, 조수빈 (2020). 숏폼 콘텐츠 트렌드. *마케팅* 2020, 54(7), 60-69.
- 나건웅, 조동현, 이유리, 류승현, 김지연 (2024). “짧지만 홀린다” 숏폼 마케팅. *매경이코노미*, 2250, 46-51.
- 노영만, 전병길 (2004). 레스토랑 서비스관련 심리반응 척도개발. *관광레저연구*, 16(3), 175-192.
- 박찬훈 (2021). 상담 윤리 자기효능감 척도의 타당도 탐색. *서울대학교 대학원 석사학위 논문*.
- 서경현, 정성진, 정구철 (2016). *중독상담전문가*. 서울: 한샘미디어.
- 서원진, 이수민, 김미리혜, 김재중 (2018). 탐색적 요인 분석 연구의 현황과 제언: 심리학 분야를 중심으로. *사회과학연구*, 29(1), 177-193.
- 성현란, 성은현, 장유경, 정명숙, 박혜원 (2019). *발달심리학*. 서울: 학지사.
- 송지준 (2015). 논문작성에 필요한 SPSS/AMOS 통계분석방법. *경기: 21세기사*.
- 송채현, 이장한 (2024). 자기통제고갈이 스마트폰 중독자의 스마트폰 사용욕구 증가에 미치는 영향. *Journal of The Korean Data Analysis Society*, 28(1), 381-394.
- 신용주 (2020). *한국판 소셜미디어 중독 척도의 타당화 연구*. 단국대학교 대학원 석사학위논문.
- 안현미, 이신복, 노혜영 (2023). 쇼츠 영상 매체의 특성 및 대학생들의 조직 몰입이 정신 건강에 미치는 영향. *The Journal of the Convergence on Culture Technology*, 9(6), 263-272.
- 오픈 서베이 (2023). *소셜 미디어 검색포털 트렌드 리포*

- 트 2023. 소비자 데이터 플랫폼 오픈 서베이. <https://blog.opensurvey.co.kr/trendreport/socialmedia-2023/>
- 우종필 (2012). 구조방정식모델 개념과 이해. 서울: 한나래출판사.
- 유현중, 정해원 (2021). 숏폼 콘텐츠 유형과 청소년의 이용 동기가 콘텐츠 소비에 미치는 영향. *아시아태평양융합연구교류논문지*, 7(8), 53-67.
- 윤건 (2022). 틱톡 같은 쇼트 비디오가 전통 동영상 산업에 미치는 충격과 영향. *한국엔터테인먼트산업학회 학술대회 논문집*, 59-62.
- 이나라 (2022). 청소년의 숏폼 콘텐츠 이용이 스트레스에 미치는 영향 연구. *명지대학교 대학원 석사학위논문*.
- 이민수, 이민규 (2003). 한국우울증척도의 개발. *신경정신의학*, 42(4), 492-506.
- 이병숙, 어용숙, 이미애 (2018). 임상간호사의 직무만족 측정도구 개발. *한국간호과학회*, 48(1), 12-25.
- 이순목 (2006). 요인분석의 기초 (연구방법14). 경기: 교육과학사.
- 이윤석, 이지영, 이경택 (2008). 온라인 조사의 응답 오차에 대한 연구: 설문 응답 시간과 응답 성실성의 관계. *조사연구*, 9(2), 51-83.
- 이지연 (2023). 후기청소년 대상 정책 현황과 과제. *가정과학의질학회 학술발표대회 자료집*, 309-309.
- 장문선 (2022). 청소년 인터넷 중독의 특징과 개입 방안. *위(wee)프로젝트 우리가 희망이다*, 63, 2-4.
- 전민애 (2022). 검색만 하고 사색은 하지 않는 시대의 딜레마: '팝콘 브레인'을 풍자한 영화 <돈 룩 업>. *브레인*, 93, 8-9.
- 윤진호, 이하린 (2023년 3월 2일). '숏폼' 보다 밤 새우는 대학생들, 중독 치료하려 병원 찾는다. *조선일보*. [https://www.chosun.com/national/national\\_general/2023/03/02/OLMFUGWXTBB7LCCS3EJ6LLJUE/](https://www.chosun.com/national/national_general/2023/03/02/OLMFUGWXTBB7LCCS3EJ6LLJUE/)
- 조혜영, 김지경, 전상진, 정민주, 정윤미, 김신경, 이재연 (2012). 후기청소년 세대 생활·의식 실태조사 및 정책과제 연구 I. *한국청소년정책연구원*.
- 주이모, 이상호 (2021). Tiktok 서비스 이용자의 몰입과 중독에 미치는 영향요인 연구. *한국융합학회논문지*, 12(3), 125-132.
- 주현정, 전호선, 박미경 (2019). 대학생의 스트레스, 자기효능감, 자기통제력이 스마트폰 중독에 미치는 영향. *디지털융복합연구*, 17(11), 395-407.
- 지은림, 채선희 (2000). Rasch모형의 이론과 실제. 경기: 교육과학사.
- 최선우 (2023년 5월 3일). "잠 안자고 봐요"...대학생 '숏폼 중독' 주의보. 채널 PNU. <https://channelpnu.pusan.ac.kr/news/articleView.html?idxno=32928>
- 탁진국 (2007). 심리검사 개발과 평가방법의 이해. 서울: 학지사.
- 한정, 배승주, 권만우, 이상호 (2022). 중장년층 모바일 숏폼 동영상 과다사용 행위의 영향요인 연구. *한국융합학회논문지*, 13(3), 173-184.
- 함지윤, 장지성, 송혜윤, 신지연, 이은제 (2022). 2022 MZ세대 숏폼 콘텐츠 시청 및 제작 트렌드. (IR 2022-08호). *대학내일 20대 연구소*. <https://www.20slab.org/Archives/38305>
- 허연주, 이민규 (2017). 사회적 재난으로 인한 간접외상 척도의 개발과 타당화 연구. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 23(3), 381-407.
- 홍세희 (2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정 기준과 그 근거. *한국임상심리학회지:임상*, 19(1), 161-177.
- 홍현기, 김희송, 김진하, 김종한 (2012). 한국판 단축형 자기통제 척도(BSCS)의 타당화 및 신뢰도 연구. *한국심리학회지: 일반*, 31(4), 1193-1210.
- Feng, Y., Li, L., & Zhao, A. (2022). A Cognitive-Emotional Model From Mobile Short-Form Video Addiction to Intermittent Discontinuance: The Moderating Role of Neutralization. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 40(7), 1505-1517.
- Hinkin, R. H. (1998). A brief tutorial on the development of measures for use in survey questionnaires. *Organizational Research Methods*,

- (1), 104-121.
- Huang, Q., Hu, M., & Chen, H. (2022). Exploring Stress and Problematic Use of Short-Form Video Applications among Middle-Aged Chinese Adults: The Mediating Roles of Duration of Use and Flow Experience. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*(1), 132. doi: 10.3390/ijerph19010132
- Huang, Q., Hu, M., & Zhang, N. (2022). A techno-psychological approach to understanding problematic use of short-form video applications: The role of flow. *Frontiers in Psychology*, *13*, 971589. doi: 10.3389/fpsyg.2022.971589
- Kalat, J. W. (2014). 생물심리학 [Biological Psychology]. (김문수, 문양호, 박소현 역). 서울: 박학사. (원전은 2012년에 출판)
- Kimberly, Y. (2009). Internet Addiction: Diagnosis and Treatment Considerations. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, *39*(4), 241-246.
- Kline, R. B. (2019). 구조방정식모형(원리와 적용) 4판 [Principles and Practice of Structural Equation Modeling]. (이현숙, 장승민, 신혜숙, 김수진, 전경희 역). 서울: 학지사. (원전은 2016년에 출판)
- Li, F., Wang, G., Zhu, D., Liu, S., Liao, J., Zhang, S., & Li, J. (2023). Parental neglect and short-form video application addiction in Chinese adolescents: The mediating role of alexithymia and the moderating role of refusal self-efficacy. *Child Abuse & Neglect*, *143*, 106345. doi: 10.1016/j.chiabu.2023.106345
- Liu, C., & Ma, J. (2018). Development and validation of the Chinese social media addiction scale. *Personality and Individual Differences*, *134*, 55-59.
- Liu, Y., Ni, X., & Niu, G. (2021). Perceived Stress and Short-Form Video Application Addiction: A Moderated Mediation Model. *Frontiers in Psychology*, *12*, 747656. doi: 10.3389/fpsyg.2021.747656
- Liu, Q. Q., Xu, X. P., Yang, X. J., Xiong, J., & Hu, Y. T. (2022). Distinguishing Different Types of Mobile Phone Addiction: Development and Validation of the Mobile Phone Addiction Type Scale (MPATS) in Adolescents and Young Adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*(5), 2593. doi: 10.3390/ijerph19052593
- Lynn, M. R. (1986). Determination and Quantification Of Content Validity. *Nursing Research*, *33*(6), 382-386.
- Macit, G., Güngör, O., & Macit, B. H. (2018). A RESEARCH ON SOCIAL MEDIA ADDICTION AND DOPAMINE DRIVEN FEEDBACK. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, *53*(3), 882-897.
- Meade, A. W., & S. B. Craig (2012), Identifying careless responses in survey data. *Psychological Methods*, *17*(3), 437-455.
- Qin, Y., Omar, B., & Musetti, A. (2022). The addiction behavior of short-form video app TikTok: The information quality and system quality perspective. *Frontiers in Psychology*, *13*, 932805. doi: 10.3389/fpsyg.2022.932805
- Park, J. (2023). An Empirical Investigation on the Behavior of Binge-scrolling Short-form video based on Stimulus-Organism-Response (SOR) model. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- Park, M., Jang, J. H., Yoo, S. Y., Choi, A., Kim, H., & Choi, J. S. (2023). Regional brain activity of resting-state fMRI and auditory oddball ERP with multimodal approach in individuals with internet gaming disorder. *Journal of Behavioral Addictions*, *12*(4), 895-906.
- Polit, D. F., Beck, C. T. (2006). The content validity index: are you sure you know what's being reported? Critique and recommendations.

- Research in Nursing & Health*, 29(5), 489-497.
- Polit, D. F., Beck, C. T., & Owen, S. V. (2007). Focus on Research Methods Is the CVI an Acceptable Indicator of Content Validity? Appraisal and Recommendations. *Research in Nursing & Health*, 30, 459-467.
- Krueger, R. A., Casey, M. A. (2014). 포커스그룹·응용 조사 실행방법 [Focus Groups :A Practical Guide for Applied Research]. (민병오, 조대현 역). 서울: 명인 문화사. (원전은 2009년에 출판)
- Skaggs, G. (2022). *Test Development and Validation*. California: Sage Publications, Inc.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72, 271-324.
- Tian, X., Bi, X., & Chen, H. (2023). How short-form video features influence addiction behavior? Empirical research from the opponent process theory perspective. *Information Technology & People*, 36(1), 387-408.
- Wang, J., Wang, M., & Lei, L. (2023). Longitudinal links among paternal and maternal harsh parenting, adolescent emotional dysregulation and short-form video addiction. *Child Abuse & Neglect*, 141, 106236. doi: 10.1016/j.chiabu.2023.106236
- Wheaton, B., Muthen, B., Alwin, D. F., & Summers, G. F. (1977). Assessing reliability and tability in panel models. *Sociological Methodology*, 8(1), 84-136.
- Ye, J. H., Wu, Y. T., Wu, Y. F., Chen, M. Y., & Ye, J.N. (2022). Effects of Short Video Addiction on the Motivation and Well-Being of Chinese Vocational College Students. *Frontiers in Public Health* 10, 847672. doi: 10.3389/fpubh.2022.847672
- Zhang, X., Wu, Y., & Liu, S. (2019). Exploring short-form video application addiction: Socio-technical and attachment perspectives. *Telematics and Informatics*, 42, 101243. doi: 10.1016/J.TELE.2019.101243
- 원고접수일: 2024년 8월 18일  
 논문심사일: 2024년 9월 4일  
 게재결정일: 2024년 9월 30일

# Development and Validation of the Short-Form Video Content Addiction Scale for College Students

Heejung Yu

Jongnam Kim

Department of Educational Psychology, Seoul Women's University

This study developed and validated a scale for measuring college students' addiction to short-form video content. In the preliminary study, constructs related to short-form video content addiction were reviewed and preliminary items were developed. Through literature review, focus group interviews (FGI), and content validity verification, a set of 32 preliminary items across six factors was created. A preliminary survey was conducted with 218 college students (66 males and 152 females), Item analysis and exploratory factor analysis were performed for collected data. As a result, three factors consisting of 27 items were identified. A main study was conducted with an additional 220 college students (66 males and 154 females) who did not participate in the preliminary survey. Items for the main study included the 27 items developed in the preliminary research and three scales for validity verification: Korean Depression Scale(KDS), Korean version of the Social Media Addiction Scale (K-SAS), and Korean version of the Brief Self-Control Scale (BSCS). Item analysis, confirmatory factor analysis, reliability analysis, and validity verification analyses were conducted for collected data. Results revealed a scale consisting of 23 items across three factors 'Salience and Withdrawal', 'Mood Regulation Seeking', and 'Life Impairment', demonstrating a good level of reliability. The scale showed significant correlations with Korean Depression Scale(KDS), Korean version of the Social Media Addiction Scale (K-SAS), and Korean version of the Brief Self-Control Scale (BSCS) demonstrating the scale's validity. Finally, this study discussed its significance and limitations.

*Keywords:* short-form video, short-form video addiction, scale development, scale validation, SNS addiction

**부록. 대학생용 숏폼 동영상(short-form video) 콘텐츠 중독 척도 검사**

※ 다음은 숏폼 동영상 시청에 관한 문항입니다.

아래 문항을 읽으신 후, 각 문항에 대해 숏폼을 시청하면서 평소 당신의 모습과 가장 비슷하다고 생각 하는 응답(숫자)에 표시해주시길 바랍니다.

	문항	응답			
		전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그렇다	매우 그렇다
1	나는 여러 가지 이유로 얼마 동안 숏폼 동영상을 보지 못하게 되면 지루하다.	①	②	③	④
2	나는 하루라도 숏폼 동영상을 보지 못하거나 그런 상황을 생각만 해도 짜증이 나거나 불안하다.	①	②	③	④
3	나는 수업을 듣거나 과제를 하기 위해서 숏폼 동영상 시청을 멈춰야 할 때 흐름이 끊겨 답답하다.	①	②	③	④
4	나는 숏폼 동영상을 보지 못할 때 그와 유사한 행동(웹툰 같은 다른 콘텐츠 시청, SNS 등)을 하더라도 숏폼 동영상이 보고 싶다.	①	②	③	④
5	나는 숏폼 동영상을 보고 있지 않아도 숏폼을 볼 때처럼 무의식적으로 화면의 위, 아래로 넘겨보는 동작(스와이프)을 하곤 한다.	①	②	③	④
6	나는 숏폼 동영상을 보기 위해 스마트폰에서 손을 뗄 수 없다	①	②	③	④
7	나는 종종 숏폼 동영상으로 인해 내 생각과 감정, 행동이 제한을 받는 것 같다.	①	②	③	④
8	숏폼 동영상을 보는 것은 내 삶에서 빠질 수 없는 부분이다.	①	②	③	④
9	요새 내 머릿 속은 최근에 본 숏폼 동영상의 내용으로 가득 차 있다.	①	②	③	④
10	나도 모르는 사이에 습관적으로 숏폼 동영상을 보고 있다.	①	②	③	④
11	나는 시간과 장소에 상관없이 숏폼 동영상을 본다.	①	②	③	④
12	나는 재미, 즐거움을 느끼기 위해 숏폼 동영상을 시청한다.	①	②	③	④
13	나는 일상에서 겪는 스트레스에서 벗어나고자 숏폼 동영상을 시청한다.	①	②	③	④
14	나는 힘들 때 숏폼 동영상을 보면 행복해진다.	①	②	③	④
15	나는 부정적인 감정(예: 우울, 불안, 슬픔)이 들 때, 숏폼 동영상을 보면 기분이 나아진다.	①	②	③	④
16	나는 '다음 영상은 뭘까?' 하는 새로운 영상에 대한 기대감 때문에 예상했던 것보다 더 많은 개수의 숏폼 동영상을 보게 된다.	①	②	③	④
17	나는 이전과 동일한 시간으로 숏폼 동영상을 시청했음에도 더 많이 보고 싶다.	①	②	③	④
18	나는 숏폼 동영상을 보느라 내가 계획한 일을 제대로 못한 적이 있다.	①	②	③	④
19	나는 숏폼 동영상을 접한 이후 긴 내용의 글이나 동영상을 보는 것이 힘들다.	①	②	③	④
20	나는 숏폼 동영상을 보는 것으로 인해 이전보다 집중력이 부족해졌다.	①	②	③	④
21	나는 숏폼 동영상을 보는 것으로 인해 이전보다 글을 이해하는 것이 어려워졌다.	①	②	③	④
22	나는 숏폼 동영상을 보느라, 일상생활에 지장이 생길 정도로 멀티미디어 기기(휴대폰 등)의 사용량이 증가했다.	①	②	③	④
23	나는 숏폼 동영상을 보는 것으로 인해 건강이 나빠졌다(예: 안구건조증, 어깨 통증, 목통증 등).	①	②	③	④