

## 불안전 애착과 스마트폰 중독 간의 관계: 사회적 지지로 조절된 충동성의 매개효과\*

최 윤 영

연세대학교 공학교육혁신센터

서 영 석<sup>†</sup>

연세대학교

본 연구에서는 선행연구들을 근거로 불안전 애착이 스마트폰 중독에 영향을 미치는 영향을 충동성이 매개하고, 이 과정을 사회적 지지가 조절하는지 살펴보았다. 이를 위해 서울, 경남 지역 4개 대학에 재학 중인 대학생과 온라인을 통해 설문을 실시하였고 연구에 참여한 대학생 431명 중 설문에 성실히 응답한 361명으로부터 얻은 자료를 분석에 활용하였다. 본 연구의 조절된 매개모형은 Preacher, Rucker와 Hayes(2007)가 제안한 모형을 근거로 설정하여 부트스트랩 절차를 통해 매개효과의 유의성을 검증하였고 Ping(1996)의 2단계 추정법에 따라 조절효과 및 조절된 매개효과의 유의성을 검증하였다. 본 연구의 조절된 매개모형은 자료에 적합하였고 조절된 매개효과는 일부 지지되었다. 첫째, 매개효과 검증 결과 애착불안과 애착회피는 충동성을 통해 스마트폰 중독에 간접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 조절효과 검증 결과 사회적 지지는 애착불안과 충동성의 관계만 조절하였다. 셋째, 조절된 매개효과 검증 결과 사회적 지지가 조절하는 애착불안과 충동성의 관계가 충동성을 매개로 스마트폰 중독에 간접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 본 연구의 결과를 바탕으로 시사점, 연구의 한계를 제시하였고 후속 연구를 제안하였다.

주요어 : 불안전 성인애착, 충동성, 스마트폰 중독, 사회적지지

\* 본 연구는 최윤영(2014)의 연세대학교 석사학위논문을 요약한 것임.

† 교신저자 : 서영석, 연세대학교 교육학과, 서울시 서대문구 연세로 50

Tel : 02-2123-6171, E-mail : seox0004@yonsei.ac.kr

스마트폰은 ‘손 안의 PC’라고 불릴 만큼 사용자가 쉽고 편하게 자신의 취향대로 다양한 기능을 수행할 수 있다. 그러나 최근 들어 스마트폰을 과도하게 사용함으로써 일상생활에 지장이 초래되고 사용자가 스마트폰 사용을 스스로 조절하지 못하는 현상이 문제가 되고 있다. 조사 결과, 설문에 참여한 스마트폰 사용자의 14.2%가 스마트폰 중독 위험군에 해당하였고, 고위험군과 잠재적 위험군 모두 전년 대비 평균 1.2% 상승하였다(미래창조과학부, 한국정보화진흥원, 2015). 청소년 중 스마트폰 중독 위험군은 29.2%, 성인 중 스마트폰 중독 위험군은 11.3%로 나타났다(미래창조과학부, 한국정보화진흥원, 2015). 이와 같이 스마트폰을 과도하게 사용하는 사람들은 대부분의 피로, 시력 저하, 손목과 손가락 통증 등 다양한 신체적 어려움을 호소한다(윤주영 등, 2011). 뿐만 아니라 스마트폰 중독은 심리적 고통을 유발하고 대인관계에도 영향을 미치는 것으로 보고되었는데, 스마트폰에 중독된 사람은 우울하거나 불안하고(유승숙, 최진오, 2015), 대인관계에서 갈등을 다루는 것을 어려워하는 경향이 있다(박순주, 권민아, 백민주, 한나라, 2014).

현재까지 스마트폰 중독의 심각성과 예방책에 대한 정책적 논의는 주로 청소년을 대상으로 이루어져왔다(미래창조과학부, 한국정보화진흥원, 2015; 미래창조과학부, 한국정보화진흥원, 2014). 또한 청소년에 대해서는 스마트폰 중독에 대한 심리적 부작용과 사회적 문제를 구체화하여 대책을 모색(이창호, 김경희, 장상아, 2013)하는 데에 비해 성인의 스마트폰 중독 문제에 대한 파악과 대책 마련은 모호한 경향이 있다. 성인은 청소년에 비해 스마트폰 중독률이 낮지만(미래창조과학부, 한국정보화

진흥원, 2015) 시간과 비용 면에서 사용이 제한적인 청소년보다 콘텐츠를 자유롭게 사용할 수 있다는 점을 고려할 때 성인 스마트폰 중독의 잠재적 위험성을 간과할 수 없다. 따라서 본 연구에서는 성인 초기에 속하는 대학생들을 대상으로 스마트폰 중독 관련 변인들 간 관계를 파악하고 적합한 보호요인을 검증하고자 한다.

본 연구에서는 스마트폰 중독에 영향을 미치는 심리적 특성으로 애착을 설정하였는데, 그 이유는 다음과 같다. 스마트폰 중독과 관련된 심리적 특성을 이해하기 위해서는 이용자들이 주로 어떤 스마트폰 기능을 사용하는지를 살펴볼 필요가 있다. 이용충족관점(The uses and gratifications paradigm; Katz, Blumler, & Gurevitch, 1974)에 따르면, 매체 이용자는 특정한 심리적 욕구를 충족시키기 위해 매체를 활용한다(Katz, Blumler, & Gurevitch, 1974; Rubin, 2009에서 재인용). 예를 들어, 인터넷은 정보 습득 욕구를 충족시키기 위해 사용되는 경향이 있고(Flanagin & Metzger, 2001), 휴대전화는 가까운 사람과 접촉하고 소통하기 위해 사용되는 측면이 강하다(Leung & Wei, 2000). 스마트폰 사용 또한 이용자들의 특정 심리적 욕구와 관련이 있을 것으로 예상해볼 수 있는데, 이때 스마트폰 중독자들이 자주 사용하는 스마트폰 기능을 확인함으로써 이들이 충족시키려는 심리적 욕구를 유추할 수가 있다. 국내 스마트폰 중독자들은 ‘모바일 메신저’를 가장 많이 사용하는 것으로 나타났는데, 이는 스마트폰 중독자들이 타인과 관계를 형성하고 유지하기 위해 스마트폰에 과몰입되었을 가능성이 큼을 시사한다(미래창조과학부, 한국정보화진흥원, 2015). 모바일 메신저란 카카오톡, 이피플과 같이 모바일 네트워크를 이용해서

문자메시지, 채팅, 사진 및 동영상 공유 등을 수행하는 기능을 의미한다. 종합하면, 타인과의 관계를 통해 친밀감과 안정감을 얻으려는 욕구가 스마트폰 중독의 단초가 되었을 것으로 유추할 수 있다. 본 연구에서는 대인관계 변인 중에서도 대학생들의 심리정서적 (부)적응에 영향을 미치는 것으로 보고된(김민선, 서영석, 2010; 조화진, 서영석, 2011) 애착을 예측변인으로 채택하여 스마트폰 중독에 미치는 직간접효과를 확인하였다.

#### 불안전 애착: 스마트폰 중독의 단초

중독의 메커니즘을 주장한 Flores(2008/2010)는 중독을 애착장애로 간주한다. 그에 따르면, 안정적인 애착관계를 통해 정서적 안정감과 친밀감을 경험하지 못할 경우 사람들은 안정과 친밀함에 대한 본능적인 욕구를 채우지 못해 심리적으로 불편한 상태에 놓이게 되고, 이 상태가 지속되어 불편한 감정에 압도되면 중독 대상 또는 행위(예, 술, 약물, 성, 도박, 쇼핑 등)에 집착할 가능성이 커지게 된다. 즉, 중독은 애착관계에서 얻지 못한 친밀감과 유대감을 외부로부터 보상받기 위해 중독대상을 강박적으로 추구하는 것으로 이해할 수 있다(Flores, 2008/2010). 중독자들에게 중독대상은 정서적 안정을 가져다주는 안전기지의 역할을 하는 것으로 가정할 수 있는데, 애착 대상과 이별하거나 상실했을 때 우울, 불안, 공격성 등이 증가하는 것처럼 중독자들이 중독 대상과 단절되었을 때 유사한 증상을 나타낸다(Brisch, 1999/2003; Flores, 2008/2010). 실제로, 불안전 애착(애착불안, 애착회피)이 약물이나 인터넷, 휴대폰 중독과 관련이 있는 것으로 나타났다(장혜진, 채규만, 2006; 전효정, 2006;

Caspers, Cadoret, Langbehn, Yucuis, & Troutman, 2005), 스마트폰 중독의 경우에도 애착불안과 관련이 있는 것으로 나타났다(여지영, 강석영, 김동현, 2014).

애착이론에 따르면, 양육자가 유아의 생리적, 심리적 욕구와 관련된 신호에 민감하고 일관되게 반응할 경우 유아의 고통은 완화되고 불편한 감정을 조절할 수 있는 내적 자원이 생기게 된다(Bowlby, 1988). 그러나 양육자가 민감하지 못하거나 비일관되게 반응할 경우 유아는 양육자의 반응에 과도하게 집착하거나(애착불안) 아예 자신의 정서적 욕구를 차단하는(애착회피) 모습을 보인다(Wallin, 2007/2010). 한편, 아동기 이후 청소년과 대학생을 포함한 성인의 경우 현재 관계를 맺고 있는 친밀한 타인(예, 또래, 연인)과의 애착패턴을 이해하는 것이 중요한데(조화진, 서영석, 2011; 최영희, 김민선, 서영석, 2012), 이들의 경우에도 애착불안과 애착회피 두 차원으로 애착패턴을 이해할 수가 있다(Brennan, Clark, & Shaver, 1998; Mikulincer & Shaver, 2003). 예를 들어, 애착불안 수준이 높을수록 상대방으로부터 버림받아 혼자되는 것을 두려워하기 때문에 관계에 더 몰입하고 사랑받고 있다는 것을 확인받기 위해 상대방에게 관심과 사랑을 과도하게 요구한다. 실증적인 연구에서도 관계에서 소외당할까봐 두려워하는 청소년들은 휴대폰으로 또래와 연락하는 것에 더 집착하는 것으로 나타났다(장혜진, 채규만, 2006). 반면, 애착회피가 강할수록 타인과 친밀해지는 것을 불편해하고 타인을 멀리하는 성향이 있다(Brennan et al., 1998). 그러나 관계를 통해 안정감과 친밀함을 경험하려는 욕구가 여전히 남아있기 때문에, 애착 대상을 통해 그 욕구를 충족시킬 수 없다면 매체를 통해 관계욕구

를 대리만족할 가능성이 높아진다. 실제로, 친밀한 관계형성을 힘들어하고 타인에게 의지하지 않으면서 혼자 시간을 보내는 청소년들은 인터넷을 통한 사이버 공간에서 피상적인 관계를 맺는 등 인터넷을 중독적으로 사용하는 것으로 나타났다(전효정, 2006). 최근 들어 초기 청소년을 대상으로 애착과 스마트폰 중독간의 관계를 검증한 연구(여지영 등, 2014)에서는 애착불안 차원만을 예측변인으로 설정하였는데, 본 연구에서는 애착회피 수준이 높을수록 부정적 정서를 조절하지 못하고 약물, 성, 도박 중독에 빠질 수 있다는 주장(Flores, 2008/2010)과 애착회피 또한 매체중독에 직간접적으로 영향을 미친다는 선행연구(이현덕, 홍혜영, 2011; 전효정, 2006)를 토대로, 불안전 애착 두 차원(애착불안, 애착회피)을 모두 예측변인으로 설정하여 스마트폰 중독과의 관련성을 검증하였다.

#### 충동성: 스마트폰 중독의 촉매제

많은 연구자들은 화가 나거나 두려울 때 안정을 얻기 위한 일환으로 특정 대상이나 행위에 충동적으로 집착한다고 가정했는데(김선희, 2002; 남현미, 1999; 장혜진, 채규만, 2006; Cyders & Smith, 2008; Flores, 2008/2010), 실제로 충동성은 인터넷, 게임, 휴대폰, 쇼핑 중독의 주요 설명 변인으로 밝혀졌고(박영욱, 김정택, 2009; 장혜진, 채규만, 2006; 최은미, 신점란, 배재홍, 김명식, 2014; Young, 1996), 특히 스마트폰 중독자의 심리적 특성인 것으로 나타났다(강희양, 박창호, 2012; 김수미 등, 2014; 여지영 등, 2014). 최근의 연구들에서도 충동성은 스마트폰 중독에 영향을 미치는 것으로 나타났다(강주연, 2012; 이은정, 2013; 이은정, 어

주경, 2015).

한편, Flores(2008/2010)는 중독자들이 불안정한 애착 때문에 충동적으로 약물 또는 특정 행위를 선택하고 남용한다고 주장하였다. 즉, 애착이 불안정한 사람들은 주요 타인과의 관계에서 정서적 유대감을 경험하지 못했기 때문에, 스스로 수용하기 어려운 부정적인 정서들을 적절하게 표현하지 못하고 대신 파괴적이고 충동적인 행동을 통해 표출하게 된다(Flores, 2008/2010; Searle & Meara, 1999). 예를 들어, 애착불안 수준이 높을수록 애착 관련 자극이나 정보에 집착하는데(Wallin, 2007/2010), 연인과 이별하는 상황에서 그리고 유아기 때 경험한 부정적인 정서들(예, 슬픔, 분노)이 떠오를 때 감정에 휩쓸리고 스스로 통제하지 못하는 경향이 있다(Fraley & Shaver, 1997; Gillath, Bunge, Shaver, Wendelken, & Mikulincer, 2005). 애착회피와 충동성의 관계를 실증적으로 검증한 연구는 부족하지만, 애착회피 또한 불안전 애착의 한 차원임을 고려했을 때 애착회피 수준이 높을수록 충동성 또한 높을 것으로 예상할 수 있다(Flores, 2008/2010; Searle & Meara, 1999). 즉, 애착회피 수준이 높을수록 외부로부터의 자극에 대해 심리정서적으로 반응을 차단하고, 내적으로 어려움을 경험한다 하더라도 스스로나 타인에게 ‘괜찮다’고 응답할 가능성이 높다(Wallin, 2007/2010). 따라서 애착회피 수준이 높은 사람들은 자신이 경험한 부정적 정서를 적절한 방식으로 해소하지 못하고 충동적으로 표출할 가능성이 높다. 실제로, 마약 중독자들 가운데 애착회피 수준이 높은 사람들은 자신의 심리적 어려움을 과소평가하지만 이를 해소하지 못해 결국 충동적으로 마약을 사용하는 것으로 나타났다(Padykula & Conklin, 2010). 본 연구에서는 애

착 및 중독 관련 학자들의 주장 및 선행연구 결과를 바탕으로, 불안전 애착(애착불안, 애착 회피) 수준이 높을수록 충동성이 커지고, 충동성이 클수록 스마트폰 중독 정도 또한 클 것으로 예상하였다.

#### 사회적 지지: 스마트폰 중독의 보호요인

최근 들어 많은 연구에서 보호 및 조절변인으로서 사회적 지지에 주목하고 있는데, 애착 이론에서도 사회적 지지의 조절효과에 대해 언급하고 있다. 즉, 애착이론가들은 애착 욕구가 충족되지 않아 불안정한 애착패턴이 형성된 사람들의 경우에도 친구, 연인, 상담자 등 새로운 관계에서 정서적 안정감과 친밀감을 형성한다면 공격성 등 자기파괴적인 정서 뿐 아니라 정서조절능력이 향상되어 적절한 방식으로 부정적 정서를 표현하고 대처할 수 있다고 가정한다(Brisch, 1999/2003; Flores, 2008/2010; Wallin, 2007/2010).

애착이론에 기반을 둔 Flores의 중독치료에서도 외부 지원 변인, 즉 공감, 정서적 유대 및 지지를 강조하는데, 외부 지원을 통해 중독자의 충동적인 물질 사용 또는 중독 행위가 감소된다고 가정한다(Flores, 2008/2010). 즉, 불안전 애착패턴 성향이 강한 중독자가 친밀한 관계 내에서 공감, 유대감, 지지 등을 경험하면 친밀감에 대한 이전의 손상된 욕구가 치유되고 결국 충동적인 중독 행위가 감소된다는 것이다. 실제로, 인터넷 중독 상담 시 상담자가 내담자의 사이버 중심적 세계관을 존중하고 공감하며 친밀감을 형성하기 위해 했던 활동들이 내담자들의 인터넷 중독 정도를 감소시키는 데에 효과적인 것으로 나타났다(배주미, 조영미, 김경은, 2012). 알코올 중독자들의

경우에도 다른 단주모임 구성원들과 자신의 감정을 진솔하게 공유하고 표현하면서 의미 있는 관계를 형성하면 구성원들을 통해 얻은 지지가 결여된 정서적 안정감을 회복시켜 불쾌한 감정을 충동적인 사고나 행동으로 표출할 가능성이 줄어들게 된다(Flores, 2008/2010). 이는 손상된 애착을 가지고 있더라도 안전한 관계망에서 적절한 사회적 지지가 제공될 경우 충동성이 줄어들고, 충동적인 행위 역시 감소될 수 있음을 시사한다.

한편, 애착차원에 따라 지지적인 상호작용에 대한 반응이 다를 수 있다. 예를 들어, 애착불안 수준이 높은 사람들의 경우 상대방이 자신을 거부할 지도 모른다는 두려움이 크기 때문에 타인과 지나치게 가까워지길 바라고 관계에 집착하는 경향이 있다(Brisch, 1999/2003; Wallin, 2007/2010). 따라서 애착불안 수준이 높은 사람들에게는 이들의 과장된 감정 표현을 수용하고 버텨주는 일관된 지지가 효과적일 가능성이 높다(지승희, 이혜성, 2001). 반면, 애착회피 수준이 높은 사람들은 상대방이 자신의 감정과 경험을 이해하지 못할 것이라는 뿌리 깊은 불신이 자리하고 있기 때문에 부정적인 사건이나 감정을 타인에게 숨기고 혼자 처리하는 경향이 있다(지승희, 이혜성, 2001). 따라서 상대방으로부터 지지를 받더라도 이를 수용하지 않고 차단할 가능성이 높다. 본 연구에서는 이런 두 애착차원(애착불안, 애착회피)의 차이점을 고려하여, 사회적 지지가 애착불안의 맥락에서는 조절효과를 가지지만 애착회피의 맥락에서는 조절효과를 갖지 않을 것으로 예상하였다.

한편, 사회적 지지는 매우 광범위한 개념으로, 지지 자원(예, 지지망), 구체적인 지지 행위(예, 조언), 지지에 대한 주관적 평가(예, 소

속감, 존중감) 등을 포함한다(Vaux et al., 1986). 본 연구에서는 실제 제공받는 지지의 규모보다는 수혜자가 주변 사람들로부터 지지를 받고 있다고 인식하는 것이 심리적 건강에 영향을 미친다는 점을 고려하여(Barrera, 1981; Vaux et al., 1986), 가까운 사람들로부터 사랑과 존중을 받고 있다고 지각하는 것을 사회적 지지로 정의하고 다른 변인들과의 관련성을 확인하였다.

### 연구가설과 연구모형

본 연구에서는 애착이론과 Flores의 주장 및 중독 관련 선행연구 결과들을 토대로, 불안전 애착(애착불안, 애착회피)이 충동성을 매개로 스마트폰 중독에 간접적으로 영향을 미칠 것으로 가정하였다(그림 1 참조). 이 때 사회적 지지가 불안전 애착(애착불안, 애착회피)과 충동성의 관계를 조절하고, 불안전 애착이 충동성을 거쳐 스마트폰 중독에 미치는 간접효과 역시 조절할 것으로 가정하였다. 본 연구를 통해 충동성의 매개효과가 유의한 것으로 나타난다면 개인의 성격특성인 애착보다는 상대적으로 수정과 개입이 용이한 내담자의 충동성에 상담의 초점을 맞추는 것이 효율적임을 시사한다. 또한 사회적 지지의 조절효과가 유

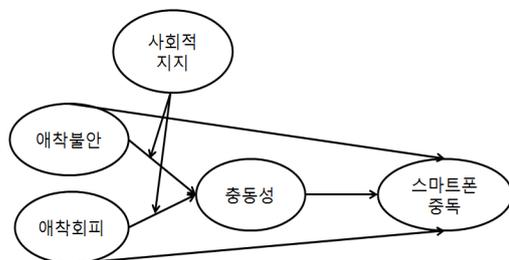


그림 1. 본 연구에서 가정한 조절된 매개모형.

의하게 나타나거나 스마트폰 중독에 대한 불안전 애착의 간접효과가 사회적 지지에 의해 조절되는 것으로 나타난다면, 상담자는 스마트폰 중독을 호소하는 내담자를 상담할 때 상담자가 자신 뿐 아니라 내담자의 주변 지지체계로부터 심리정서적 지원과 지지를 이끌어내어 내담자에게 제공할 필요가 있음을 시사한다.

### 방법

#### 연구대상

본 연구에서는 서울과 경남에 소재한 4년제 네 개 대학교에 재학 중인 대학생 241명과 온라인 설문에 참여한 대학생 190명으로부터 자료를 수집하였다. 온라인 설문은 연구자가 스마트폰을 사용하고 있는 대학생들에게 설문 문항이 게시된 사이트(<https://www.surveymonkey.com/s/RY8YNQV>)를 소셜네트워크서비스를 통해 홍보하였다. 또한 연구자의 지인들이 설문 사이트를 소셜네트워크서비스에 링크하여 스마트폰을 사용하는 대학생들이 설문에 참여할 수 있도록 하였다. 참여자가 설문 사이트에 접속하면 문항에 답하기 앞서 연구 목적과 설문에 대한 동의 절차를 할 수 있도록 공지하였다. 이 때, 척도의 제시 순서에 따라 발생하는 순서효과를 통제하기 위해 척도의 순서를 다르게 만든 세 종류의 설문지를 제작하여 참여자들에게 무선으로 할당하였다. 설문에 참여한 대학생 431명 중 문항에 상관없이 일관되게 반응했거나 전체 문항 중 25% 이상의 문항에 응답하지 않은 70명의 자료를 제외하고 361명의 설문지를 자료분석에 사용하였다.

361명 중 남학생이 130명(36.0%), 여학생이 221명(61.2%), 무응답 10명(2.8%)이었으며, 참여자들의 평균 연령은 23.2세( $SD = 3.21$ )로 나타났다. 참여자들의 학년은 1학년 62명(17.2%), 2학년 81명(22.4%), 3학년 83명(23.0%), 4학년 122명(33.8%), 초과학기 1명(0.3%), 무응답 12명(3.3%)이었다. 참여자들의 전공은 인문계열 138명(38.2%), 사회계열 30명(8.3%), 법학계열 14명(3.9%), 자연계열 16명(4.4%), 공학계열 18명(5.0%), 사범계열 69명(19.1%), 예술계열 7명(1.9%), 상경계열 43명(11.9%), 체육계열 2명(0.6%), 의학계열 0명(0%), 기타 9명(2.5%), 무응답 5명(1.4%)이었다.

#### 측정도구

##### 성인애착

본 연구에서는 대학생들의 애착패턴을 측정하기 위해 Brennan 등(1998)가 개발한 친밀관계경험척도(the Experience in Close Relationships Questionnaire: ECR)를 Fraley, Waller와 Brennan (2000)이 개정한 ECR-R을 김성현(2004)이 번안하고 타당화한 것을 사용하였다. ECR-R은 애착불안(18문항)과 애착회피(18문항)를 측정하는 36문항으로 구성되어 있다. 각각의 문항은 7점 리커트 척도로 평정하고(1 = 전혀 그렇지 않다, 7 = 매우 그렇다), 점수가 높을수록 애착불안과 애착회피 수준이 높음을 의미한다. 애착불안은 버림받는 것에 대한 두려움 때문에 상대방에게 지나치게 집착하거나 자신의 정서를 과도하게 표현하는 것을 의미하고(예, “내가 다른 사람들에게 관심을 갖는 것만큼, 그들도 내게 관심을 가져주지 않을까봐 걱정한다.”), 애착회피는 타인에게 의존하는 것을 불편하게 여기고 친밀함과 관련된 정서를 억

제하는 것을 의미한다(예, “다른 사람들에게 속내를 털어놓는 것이 편하지 않다.”). 김성현(2004)의 연구에서 두 개 요인(애착불안, 애착회피)이 우리나라 대학생들에게도 적합한 것으로 나타났다. 조화진과 서영석(2011)의 연구에서 ECR-R의 내적 일치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 애착불안 .89, 애착회피 .90이었다. 본 연구에서의 내적 일치도는 애착불안 .93, 애착회피 .91이었다.

##### 충동성

충동성을 측정하기 위해 Patton, Stanford와 Barratt(1995)가 개발한 Barratt 충동성 검사-11(Barratt Impulsiveness Scale-11: BIS-11)을 허심양, 오주용, 김지혜(2012)가 번안하여 타당화한 것을 대학생에게 적합하도록 연구자가 일부 수정하여 사용하였다. 허심양 등(2012)이 타당화한 한국판 BIS-11은 총 30문항, 3개 하위요인(인지충동성, 운동충동성, 무계획성)으로 구성되어 있다. 인지충동성(8문항)은 문제 해결 시 깊이 생각하지 않고 응답하거나 의사결정하는 것을 의미하고(예, “나는 집중을 잘 못한다”), 운동충동성(11문항)은 즉흥적인 행동을 통제하지 못하는 것(예, “나는 즉흥적으로 행동한다”), 무계획성(11문항)은 일을 착수하기 전에 계획을 세우지 않거나 안정성을 고려하지 않는 것을 뜻한다(예, “나는 미래보다는 현재에 더 관심있다”). 본 연구에서는 대학생에게 적합하지 않다고 판단되는 네 문항(“나는 직장을 옮겨 다닌다”, “나는 안정된 직장 생활을 유지하려 애쓴다”, “나는 깊이 생각하지 않고 일을 한다”, “나는 자주 이사 다니는 편이다”)을 제외한 26문항을 사용하였다. 각 문항은 4점 리커트 척도로 평정하고(1 = 전혀 그렇지 않다, 4 = 항상 그렇다), 점수가 높을수

록 충동적임을 의미한다. 허심양 등(2012)의 연구에서 한국판 BIS-11은 Eysenck 충동성 검사(이현수, 1985), 성인 ADHD 자기보고 척도(Kim, Lee, & Jung, 2012)와 정적 상관을 보여 수렴타당도가 확보되었고, Beck 우울척도(이영호, 송종용, 1991) 및 Beck 불안척도(Kwon, 1992)와 부적 상관을 보여 변별타당도가 확보되었다. 허심양 등(2012)의 연구에서 전체 문항에 대한 내적일치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .80이었고, 본 연구에서는 .77이었다.

### 스마트폰 중독

스마트폰 중독 정도를 측정하기 위하여 강희양과 박창호(2012)가 개발하고 타당화한 스마트폰 중독 척도를 사용하였다. 이 척도는 전체 23문항, 5개 하위요인으로 구성되어 있다(몰입, 6문항, 예, “스마트폰이 나의 동반자이다”; 생활문제, 5문항, 예, “스마트폰을 이용하는 시간 때문에 성적이 떨어졌다”; 일상성, 4문항, 예, “밤늦게까지 스마트폰을 사용하느라 잠을 못 잔다”; 과용, 6문항, 예, “무슨 일을 하기 전에 먼저 스마트폰을 확인한다”; 관계성, 2문항, 예, “스마트폰을 통해서만 알고 있는 친구와도 친하다”). 각 문항은 5점 리커트 척도로 평정하고(1 = 전혀 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다), 점수가 높을수록 스마트폰에 중독되었음을 의미한다. 강희양과 박창호(2012)의 연구에서 스마트폰 중독은 통제력과 부적 상관을 보였고, 충동성, 불안, 우울과는 정적 상관을 나타냈다. 강희양과 박창호(2012)의 연구에서 전체 문항의 내적 일치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .86이었고, 본 연구에서는 .90이었다.

### 사회적 지지

본 연구에서는 대학생들이 지각하는 사회적

지지를 측정하기 위해 Vaux 등(1986)이 개발하고 타당화한 사회지지평가척도(The Social Support Appraisals Scale: SS-A)를 사용하였다. SS-A 척도는 자신이 가족이나 친구 또는 타인들로부터 사랑과 존중을 받고 있다고 믿는 정도를 측정한다. 문항은 가족으로부터 받는 지지(8문항, 예, “나는 내 가족으로부터 사랑받는다”), 친구로부터 받는 지지(7문항, 예, “내 친구와 나는 서로에게 매우 중요하다”), 가족과 친구가 아닌 타인으로부터 받는 지지(8문항, 예, “나는 환영받는다”) 등 총 23문항으로 이루어져 있다. 각 문항은 4점 리커트 척도로 평정하고(1 = 전혀 그렇지 않다, 4 = 매우 그렇다), 점수가 높을수록 가족, 친구, 타인으로부터 사랑과 존중을 많이 받고 있다고 지각함을 의미한다. SS-A 척도는 고독, 우울, 의기소침과 부적 상관을, 삶의 만족과 낙천성 및 행복과는 정적 상관을 나타냈다(Vaux et al., 1986). 대학생을 대상으로 한 Vaux 등(1986)의 연구에서 문항의 내적 일치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 가족 .90, 친구 .80, 타인 .84로 나타났다. 본 연구에서 전체 문항에 대한 내적 일치도는 .92이었고, 가족 .84, 친구 .85, 타인 .83이었다.

본 연구에서는 번역-역번역 과정을 거쳐 SS-A 척도를 사용하였다. 우선, 연구자가 원문을 한국어로 번안하였고 이것을 이중 언어(한국어, 영어)를 사용하는 영어교육학 전공자 1명이 역번역(back translation)하였다. 이후, 이중 언어(한국어, 영어) 사용자인 교육학 석사과정생과 영문학 전공자에게 원척도(SS-A)의 문항과 역번역된 문항의 의미가 유사한지를 6점 리커트 척도(1 = 전혀 동일하지 않다, 6 = 매우 동일하다)로 평정하게 하였다. 2명의 평정자 모두 4점 이상으로 평정한 문항은 선택하였고, 3점 이하로 평정한 문항에 대해서는 평

정자의 피드백을 반영하여 수정 후 최종 문항으로 결정하였다. Vaux 등(1986)의 연구에서는 요인분석을 실시하지 않았는데, 본 연구에서 확인적 요인분석을 실시한 결과 다음과 같이 나타났다, CFI = .90, TLI = .89, RMSEA = .07(90% CI = .061-.074). 비록 TLI 수치가 .90 미만인 것으로 나타났지만, 하위척도의 문항이 5개 이상일 때 적합도 지수가 좋지 않게 나올 수 있음을 고려하여(Floyd & Widaman, 1995), 본 연구에서의 적합도 지수는 수용 가능한 것으로 판단하였다.

## 결 과

### 기술통계 분석

측정변인들의 평균, 표준편차와 변인 간 상관관계를 표 1에 제시하였다. 모든 측정변인들의 왜도와 첨도 절대값은 각각 2와 7 미만으로 나타나 정규분포 가정을 충족하는 것으로 간주하였다.

### 조절된 매개모형 검증

본 연구에서 가정한 조절된 매개모형은 매

개모형과 조절모형이 결합된 것으로 조절변인의 수준에 따라 매개효과가 달라지는 것을 의미하는데, 이 때 매개효과가 존재하는 것을 전제로 한다(Wu & Zumbo, 2008). 본 연구에서는 Preacher, Rucker와 Hayes(2007)의 제안에 따라, 조절된 매개효과를 검증하기 위해 매개모형, 조절모형, 조절된 매개모형 순으로 검증하였다. 각 모형의 적합도를 판단하기 위해 Hu와 Bentler(1999)의 기준을 적용하였는데, 조절된 매개모형으로 갈수록 잠재변인 및 추정 모수의 수가 증가한다는 점을 고려하여 가장 관대한 기준을 적용하였다: Tucker-Lewis index (TLI: .90 이상일 때 수용가능한 것으로 해석), comparative fit index(CFI: .90 이상일 경우 수용가능한 것으로 해석), root mean square error of approximation(RMSEA: .10 이하일 때 수용가능한 것으로 해석).

### 매개모형 검증

우선 본 연구에서는 단일 요인인 애착불안과 애착회피에 대해 각각 세 개의 문항꾸러미를 제작하여 측정지표로 사용하였다. 이를 위해 최대우도법(maximum likelihood estimate)을 활용하여 요인 수를 1로 지정한 후 탐색적 요인분석을 실시하였고, 꾸러미의 평균 요인부하량이 같아지도록 문항들을 꾸러미에 할당하였

표 1. 변인 간 상관, 측정변인의 평균과 표준편차, 왜도와 첨도

변인	1	2	3	4	5	M	SD	왜도	첨도
1. 애착불안	-	.44**	.28**	.42**	-.51**	3.32	1.05	0.19	-0.17
2. 애착회피		-	.25**	.19**	-.65**	3.47	0.94	0.20	0.11
3. 충동성			-	.27**	-.33**	2.33	0.33	0.26	1.10
4. 스마트폰 중독				-	-.25**	2.03	0.60	0.50	-0.28
5. 사회적 지지					-	3.16	0.42	-0.14	-0.04

주. N = 361. \*\*p < .01.

다. 이후 측정변인들이 해당 잠재변인을 적절히 구인하는지를 검증하기 위해 전체 변인들을 대상으로 확인적 요인 분석을 실시한 결과 측정모형은 자료에 적합한 것으로 나타났다,  $\chi^2(71, N = 361) = 211.34, p < .001$ ; CFI = .96; TLI = .94; RMSEA = .07(90% CI = .063-.086). 또한 모든 측정변인들이 해당 잠재변인에 통계적으로 유의하게 적재된 것으로 나타났다( $p < .001$ ) (그림 2 참조).

매개모형 또한 자료에 적합한 것으로 나타났다,  $\chi^2(71, N = 361) = 211.34, p < .001$ ; CFI = .96; TLI = .94; RMSEA = .07(90% CI = .063-.086). 그림 2에서 볼 수 있듯이, 애착불안은 스마트폰 중독에 직접적으로 정적인 영향을 미칠 뿐 아니라( $\beta = .41, p < .001$ ) 충동성에도 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta = .30, p < .001$ ). 애착회피의 경우 충동성에는 직접적으로 정적인 영향을 미쳤으나( $\beta = .23, p < .001$ ), 스마트폰 중독에 미치는 영향은 유의하지 않은 것으로 나타났다( $\beta = -.06, p > .05$ ). 마지막으로, 충동성은 스마트폰 중독에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta = .25, p < .001$ ).

불안전 애착(애착불안, 애착회피)의 간접효과를 검증하기 위해 Shrout와 Bolger(2002)가 제안한 부트스트랩 절차를 사용하였다. 이를 위해 원자료로부터 무선할당으로 형성된 1,000개의 표본에서 간접효과를 추정하였고, 95% 신뢰구간에 0이 포함되지 않을 경우 .05 수준에서 통계적으로 유의한 것으로 판단하였다. 검증 결과, 애착불안과 애착회피는 충동성을 통해 스마트폰 중독에 간접적으로 영향을 미쳤다(표 2 참조). 구체적으로, 애착불안이 스마트폰 중독에 이르는 경로를 충동성이 부분 매개하였고, 애착회피가 스마트폰 중독에 이르는 경로를 충동성이 완전 매개하는 것으로 나타났다(그림 2 참조).

### 조절모형 검증

앞서 언급한 것처럼, 본 연구에서는 Preacher 등(2007)의 제안에 따라 매개모형 검증 이후 조절모형을 검증하였다. 그림 3은 애착불안과 충동성의 관계를 사회적 지지가 조절하는 모형을 나타내고, 그림 4는 애착회피와 충동성의 관계를 사회적 지지가 조절하는 모형을 나타낸다.

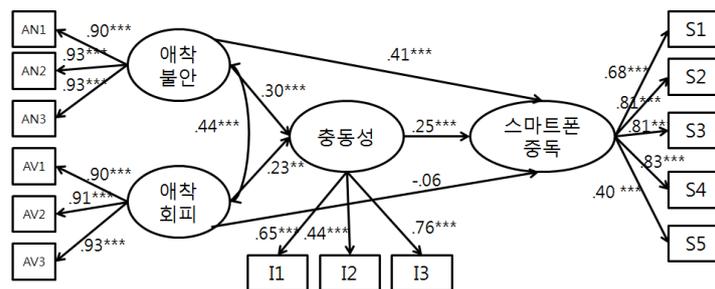


그림 2. 불안전 애착, 충동성 및 스마트폰 중독의 구조모형. 계수들은 표준화계수임.

주.  $N = 361$ . \*\*\* $p < .001$ . AN1-3 = 애착불안의 측정변수; AV1-3 = 애착회피의 측정변수; I1 = 무계획 충동성, I2 = 운동충동성, I3 = 인지충동성; S1 = 몰입, S2 = 생활문제, S3 = 일상성, S4 = 과용, S5 = 관계성.

표 2. 스마트폰 중독에 대한 불안전 애착(애착불안, 애착회피)의 간접효과 검증

독립변인	매개변인	종속변인	표준화계수	95%신뢰구간 (최저치와 최고치)	
애착불안	→ 충동성	→ 스마트폰 중독	.07**	.02	.15
애착회피	→ 충동성	→ 스마트폰 중독	.06**	.02	.13

주. N = 361. \*\*p < .01.

조절모형의 적합도와 조절효과의 유의성을 검증하기 위해 Ping(1996)의 2단계 방법을 사용하였다. Ping의 2단계 방법은 상호작용효과 분석에서 비선형제약을 가하지 않아도 된다는 점에서 유용하다. 다중공선성의 문제를 예상하여 예측변수와 조절변수를 각각 평균중심화(mean centering)한 후 상호작용 변인을 구성하였고(West, Aiken, & Krull, 1996), 단일지표로 구인하였다. 상호작용 변인(XZ)의 분산을 예측 변인(X)과 조절변인(Z)의 분산을 곱한 후 두 변인의 공분산을 더하였고, XZ의 요인계수는 X와 Z 각각의 요인계수 평균값을 곱하여 구하였다. 마지막으로, XZ의 오차분산은 X와 Z

각각의 요인계수를 제곱한 값에 해당 변인의 분산을 각각 곱한 후 X와 Z 각각의 오차분량을 변량의 수를 제곱한 값으로 나눈 것끼리 곱한 것을 더하였다(서영석, 2010).

각각의 조절모형에서 측정변인들이 해당 잠재변인을 적절히 구인하는지 확인하고, 조절모형 내에서의 구조모형 검증 시 상호작용 변인의 고정값을 계산하는데 필요한 추정치를 얻기 위해 측정모형을 검증하였다. 우선, 조절모형의 측정모형은 모두 자료에 부합한 것으로 나타났다,  $\chi^2(24, N = 361) = 79.26, p < .001$ ; CFI = .97; TLI = .96; RMSEA = .08(90% CI = .06-.10)(조절모형 1);  $\chi^2(24, N = 361) = 74.34, p < .001$ ; CFI = .97; TLI = .96; RMSEA = .08(90% CI = .06-.10)(조절모형 2). 조절모형 1의 구조모형 역시 자료에 적합한 것으로 나타났다,  $\chi^2(33, N = 361) = 159.78, p < .001$ ; CFI = .93; TLI = .91; RMSEA = .10(90% CI = .09-.12). 그러나 조절모형 2의 구조모형은 자료에 적합하지 않은 것으로 나타났다,  $\chi^2(33, N = 361) = 264.62, p < .001$ ; CFI = .88; TLI = .83; RMSEA = .14(90% CI = .12-.16). 자료에 부합한 것으로 나타난 조절모형 1에 대한 구조모형 검증 결과를 그림 5에 제시하였고, 자료에 부합하지 않은 것으로 나타난 조절모형 2에 대해서는 상호작용 변인의 조절효과 검증을 수행하지

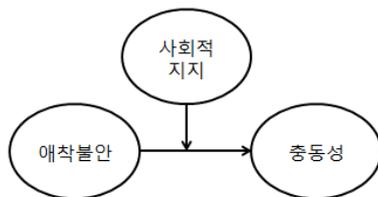


그림 3. 조절모형 1

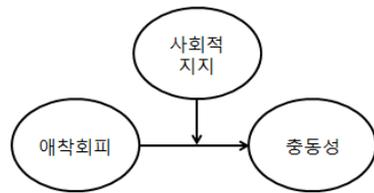


그림 4. 조절모형 2

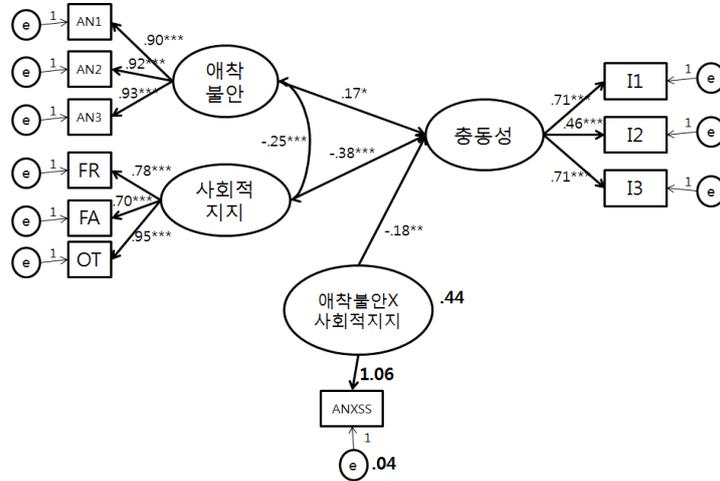


그림 5. 조절모형 1의 경로계수.

주.  $N = 361$ .  $*p < .05$ .  $**p < .01$ .  $***p < .001$ . AN1, 2, 3 = 애착불안 측정변수; FR = 친구지지, FA = 가족지지; OT = 타인지지; I1 = 무계획충동성, I2 = 운동충동성, I3 = 인지충동성; ANXSS = 애착불안과 사회적 지지의 상호작용 변인 단일지표.

않았다.

그림 5에서 볼 수 있듯이, 상호작용 변인(애착불안 X 사회적지지)이 충동성으로 향하는 직접경로가 유의한 것으로 나타나( $\beta = -.18$ ,  $p < .01$ ), 애착불안과 충동성의 관계를 사회적 지지가 조절함을 시사하였다. 사회적 지지의

조절효과를 구체적으로 확인하기 위해, 전체 집단을 사회적 지지가 낮은 집단(평균에서 표준편차 1 이상인 집단)과 높은 집단(평균에서 표준편차 1 이하인 집단)으로 구분하여 애착불안과 충동성의 관계가 두 집단에서 다른지를 확인하였다(서영석, 2010; Cohen, Cohen,

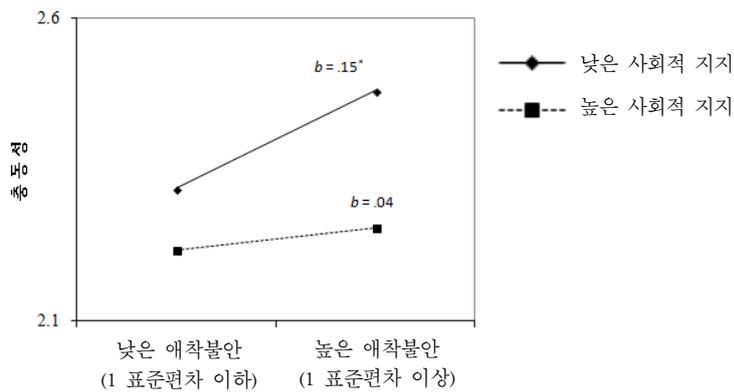


그림 6. 사회적 지지에 따른 애착불안과 충동성의 관계.

주.  $N = 361$ .  $*p < .05$ .

West, & Aiken, 2003). 그 결과, 사회적 지지의 수준에 따라 애착불안과 충동성의 관계가 다른 것으로 나타났다(그림 6 참조). 구체적으로, 사회적 지지가 낮은 집단에서는 애착불안과 충동성이 정적인 관계를 나타낸 반면( $b = .15, p < .05$ ), 사회적 지지가 높은 집단에서는 애착불안과 충동성의 관계가 유의하지 않게 나타났다( $b = .04, p > .05$ ). 즉, 사회적 지지를 적게 받는다고 지각하는 사람들의 경우 애착불안 수준이 높을수록 충동성 수준 또한 높지만, 사회적 지지를 많이 받는다고 지각하는 사람들은 애착불안의 정도와 상관없이 충동성 수준이 낮은 것으로 나타났다.

**조절된 매개모형 검증**

마지막으로, 사회적 지지 및 상호작용 변인 등 모든 변인들이 포함된 조절된 매개모형(그림 7)은 자료에 적합한 것으로 나타났다,  $\chi^2(127, N = 361) = 306.44, p < .001; CFI =$

$.96; TLI = .95; RMSEA = .06(90\% CI = .05-.07)$ .

부트스트랩 절차를 활용하여 애착불안이 충동성을 통해 스마트폰 중독에 미치는 간접효과를 사회적 지지가 조절하는지를 확인하였다. 표 3에 제시된 것처럼, 애착불안은 충동성을 매개로 스마트폰 중독에 정적인 영향을 미친 반면( $\beta = .05, p < .05$ ), 상호작용 변인(애착불안 X 사회적지지)은 충동성을 매개로 스마트폰 중독에 부적적인 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta = -.03, p < .05$ ). 조절모형 검증에서 애착불안과 충동성의 관계를 사회적 지지가 조절하는 것으로 확인되었기 때문에, 이러한 결과는 스마트폰중독에 대한 애착불안의 간접효과 역시 사회적 지지가 조절하는 것으로 이해할 수 있다. 즉, 사회적 지지는 애착불안과 충동성의 관계를 조절할 뿐 아니라, 애착불안이 충동성을 통해 스마트폰 중독에 미치는 간접적인 영향을 조절하는 것으로 이해할 수 있다.

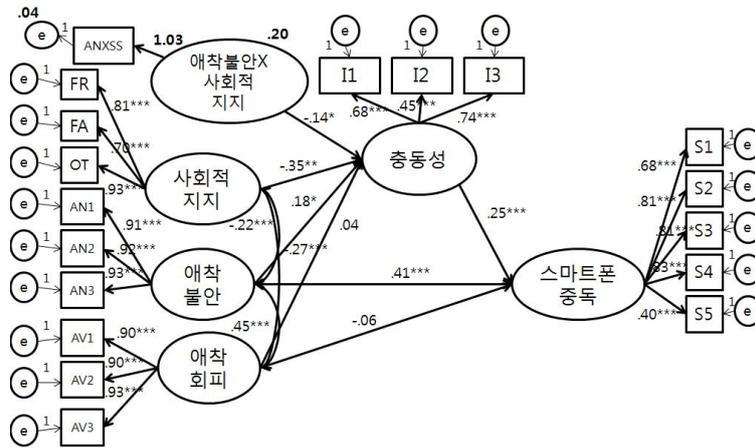


그림 7. 조절된 매개모형 검증 결과

주.  $N = 361. *p < .05. **p < .01. ***p < .001$ . AN1, 2, 3 = 애착불안 측정변수; AV1, 2, 3 = 애착회피 측정변수; FR = 친구지지; FA = 가족지지; OT = 타인지지; I1 = 무계획충동성, I2 = 운동충동성, I3 = 인지충동성; S1 = 몰입, S2 = 생활문제, S3 = 일상성, S4 = 과용, S5 = 관계성; ANXSS = 애착불안과 사회적 지지의 상호작용 변인의 단일지표.

표 3. 조절된 매개효과 검증

독립변인	매개변인	종속변인	표준화계수	95%신뢰구간 (최저치와 최고치)	
애착불안	→ 충동성	→ 스마트폰 중독	.05*	.002	.124
애착회피	→ 충동성	→ 스마트폰 중독	.01	-.042	.080
애착불안 X 사회적 지지	→ 충동성	→ 스마트폰 중독	-.03*	-.086	-.003

주. N = 361. \*p < .05.

### 논 의

본 연구에서는 Flores의 중독모델과 애착이론 및 관련 선행연구 결과를 토대로, 불안전 애착(애착불안, 애착회피)과 스마트폰 중독 간 관계를 충동성이 매개하고 불안전 애착의 간접효과를 사회적 지지가 조절하는 구조모형을 설정한 후 모형의 적합도와 변인들의 효과를 검증하였다. 연구결과를 선행연구와 비교하고 상담실제 및 후속 연구에 대한 시사점을 논하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 불안전 애착(애착불안, 애착회피)은 충동성을 매개로 스마트폰 중독에 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 우선, 애착불안의 간접효과는 선행연구 결과, 즉 애착불안이 충동성을 높이고(김정안, 2012; 여지영 등, 2014; Flores, 2008/2010; Gillath, Giebrecht, & Shaver, 2009), 충동성이 중독행위를 초래한다(여지영 등, 2014; Alberts, Martijn, & Vries, 2011; Caspers et al., 2005)는 것을 재차 확인했을 뿐만 아니라, 세 변인을 동시에 모형에 포함시켜 충동성의 매개효과를 검증한 것이 적합함을 의미한다. 애착불안은 특성상 관계에서의 거절이나 분리 관련 단서에 민감하고 이에 과도하게 반응하는 등 순기능적인 방식으로 정서를 처리하기 못하기 때문에 충

동성이 커지고 결국 스마트폰을 과도하게 사용하는 것으로 이해할 수 있다. 반면, 본 연구에서 애착회피는 스마트폰 중독에 직접적으로 영향을 미치지 않는 대신 충동성을 매개로 스마트폰 중독에 간접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이 결과 또한 애착회피의 특성을 토대로 해석할 수 있는데, 애착회피 수준이 높을수록 부정적인 정서를 억압하는 경향이 강하고(Wallin, 2007/2010), 억누른 감정은 대체물을 통해 충동적으로 조절될 가능성이 높다(Flores, 2008/2010). 즉, 애착회피 수준이 높을수록 억눌린 부정적 정서를 해소하기 위해 충동적으로 스마트폰을 사용하고 심할 경우 중독에 이른다고 이해할 수 있다.

둘째, 예상했던 것처럼 사회적 지지는 애착불안과 충동성의 관계를 조절한 반면 애착회피와 충동성의 관계는 조절하지 않는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 불안전 애착(애착불안, 애착회피) 수준이 높은 사람들이 중독 문제를 호소할 때 외부의 정서적 지원을 통해 충동성을 조절해야 한다는 Flores(2008/2010)의 주장을 부분적으로 지지하고, 불안전 애착과 충동성의 관계를 사회적 지지가 조절하는 것으로 보고한 선행연구(이귀선, 정남운, 2003; Wallace & Vaux, 1993; Wallin, 2007/2010)를 부분적으로 지지하는 것이다. 선행연구에서는

애착불안과 애착회피를 별개의 변인으로 설정하지 않고 통합하여 불안전 애착으로 구인한 후 충동성과의 관계 및 사회적 지지의 조절효과를 검증했기 때문에, 본 연구결과를 선행연구와 직접 비교하는 것은 한계가 있다. 다만, 본 연구결과를 통해 사회적 지지가 어떤 불안전 애착 변인(즉, 애착불안)의 영향을 조절하는지를 추론해 볼 수가 있다. 특히, 본 연구에서는 상대적으로 사회적 지지를 덜 지각하는 집단에서 애착불안과 충동성의 관계가 유의한 것으로 나타났다. 즉, 가족, 친구 등 친밀한 관계에서 사랑과 존중을 받지 못한다고 지각하는 사람들은 애착불안 수준이 높을수록 충동성 또한 커지지만, 주변으로부터 지지를 많이 받고 있다고 지각하는 사람들은 애착불안의 수준과 상관없이 충동성이 낮은 것으로 나타났다. 이는 환경 변인인 사회적 지지가 개인의 성격특성인 애착불안의 영향력을 완충 또는 상쇄하는 것으로 이해할 수 있다. 반면, 사회적 지지는 애착회피와 충동성의 관계를 조절하지 않는 것으로 나타났는데, 애착회피의 특성을 통해 그 이유를 추론해 볼 수 있다. 애착회피 수준이 높은 사람들은 타인과 친밀해지려는 욕구나 노력을 억제하는 경향이 강한데(Brisch, 1999/2003), 상대방으로부터 지지를 받더라도 이를 지지라고 받아들이지 않고 차단할 가능성이 높기 때문에(지승희, 이혜성, 2001) 주변 사람들로 부터 받는 사회적 지지는 애착회피의 부정적인 영향을 완충하지 못하는 것으로 이해할 수 있다.

셋째, 애착불안이 충동성을 통해 스마트폰 중독에 미치는 간접적인 영향을 사회적 지지가 조절하는 것으로 나타났다. 구체적으로, 애착불안의 간접효과(애착불안→충동성→스마트폰 중독)는 정적이던데 반해, 사회적 지지로 조

절된 간접효과(애착불안X사회적 지지→충동성→스마트폰 중독)는 부적인 것으로 나타났다. 이는 지각된 사회적 지지 정도에 따라 애착불안과 충동성의 관계가 달라질 뿐 아니라, 애착불안이 충동성을 통해 스마트폰 중독에 미치는 간접적인 영향 또한 달라지는 것으로 이해할 수 있다. 조절모형에서 드러난 애착불안과 사회적 지지의 상호작용 패턴을 고려해 보았을 때, 가족, 친구 등 주요 타인으로부터 신뢰와 존중을 많이 받고 있다고 지각할수록 애착불안의 영향이 완충 및 상쇄되어 충동성 수준은 감소하고, 결국 스마트폰 중독 수준 또한 감소하는 것으로 추론해 볼 수 있다.

한편, 매개모형에서는 충동성에 대한 애착회피의 직접효과가 유의했으나, 사회적 지지 관련 변인들이 추가로 투입된 조절된 매개모형에서는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 한 가지 가능성은, 애착회피와 사회적 지지의 부적 상관이 비교적 큰 상황에서( $r = -.65$ ) 애착회피보다 충동성과 상관이 큰 사회적 지지와 이를 포함한 상호작용 변수가 모형에 투입되어 충동성에 대한 애착회피의 영향력이 상대적으로 줄어들었기 때문인 것으로 추론할 수 있다. 위 결과를 애착의 특성을 고려하여 해석하자면 애착회피가 정서를 표현하는 상반된 방식 때문이며 이 방식이 대인관계 관련 변인인 사회적 지지의 개입 여부에 따라 달라진 것으로 추측해볼 수 있다. 우선 애착회피가 높으면 스트레스가 심한 상황에서 자신도 모르게 부정적 정서가 활성화되어 공격적인 행동(이현주, 안명희, 2012), 또는 특정 대상을 충동적으로 선택하고 강박적으로 추구하여 불쾌한 정서를 조절하려고 한다(Flores, 2008/2010). 이는 사회적 지지 없이 심리적 불편감이 과도한 상황에서 애착회피가 충동성에 미

치는 영향이 유의미하다는 것을 뒷받침한다. 한편, 타인과의 정서적 상호작용을 내포하는 사회적 지지가 개입이 되면 (즉, 타인으로부터 정서적 지지나 유대를 접하게 되면) 애착회피는 정서적 경험을 차단하고 친밀한 관계에서 심리적 거리를 둘 가능성이 크다(Brennan et al., 1998). 이로 인해 애착회피가 충동성에 미치는 영향이 현저하게 떨어진 것이다. 종합하면 애착회피와 강렬한 정동과 연관이 있는 충동성의 관계는 사회적 지지의 개입 여부에 따라 달라진다. 따라서 본 연구의 매개모형에서는 충동성에 대한 애착회피의 영향이 유의미했으나 상호작용 변수가 투입된 모형에서는 유의미하지 않은 것으로 보인다.

본 연구결과는 상담실제에 다음과 같은 시사점을 지닌다. 우선, 불안전 애착(애착불안, 애착회피)과 중독 간 직접적인 관련성을 밝힌 선행연구와 달리 본 연구에서는 불안전 애착(애착불안, 애착회피)이 충동성을 매개로 스마트폰 중독에 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 애착패턴은 긴 발달단계를 거쳐 형성된 개인의 성격특성이기 때문에 제한된 상담 회기 내에 이를 교정하거나 새로운 애착패턴을 학습하는 것은 매우 어려운 일이다. 반면, 충동성은 성격특성인 애착유형 및 패턴과 비교했을 때 탐색과 수정 또는 대체 반응 학습이 용이하다고 볼 수 있다. 따라서 본 연구 결과는 스마트폰 중독을 호소하는 내담자가 불안정한 애착패턴(애착불안, 애착회피)을 지니고 있을 경우, 상담자가 내담자의 충동성에 미치는 불안전 애착(애착불안, 애착회피)의 영향을 인식시키고, 더 나아가 충동성을 줄이기 위한 구체적인 개입전략을 모색하는 것이 보다 더 효율적인 상담전략임을 시사한다. 특히, 본 연구결과는 애착불안 수준과 스마트폰 중

독 수준이 높은 내담자의 충동성을 줄이기 위해서는 사회적 지지에 초점을 두고 개입할 필요가 있음을 시사한다. 앞서 기술한 것처럼, 본 연구에서는 사회적 지지가 애착불안과 충동성의 관계는 물론 애착불안이 충동성을 통해 스마트폰 중독에 간접적으로 미치는 영향을 조절하는 것으로 나타났다. 즉, 애착불안 수준이 높더라도 사회적 지지가 충분히 제공된다면 내담자의 충동성이 감소되고 결국 스마트폰 중독 또한 감소될 수 있음을 시사한다. 이는 애착치료 및 중독 관련 연구들에서 일관되게 주장하는 것과 맥을 같이 하는 것이다. 구체적으로, 상담자는 불쾌한 정서를 과도하게 지각하고 애착대상으로부터 버림받을까봐 두려워 상대방에게 더욱 집착하는 내담자(즉, 애착불안 수준이 높은 내담자)를 상담할 때, 주변으로부터 사랑과 존중을 받고 있다고 지각하도록 조력하는 것이 필요하다. 이 때 상담자가 지지의 원천으로 기능할 수 있는데, 거절 신호에 민감하고 상대방으로부터 과도하게 관심을 요구함으로써 결국 관계에서 좌절과 무기력을 경험하는 내담자의 대인관계패턴을 상담관계를 통해 인식시키고(Wallin, 2007/2010), 상담자와의 관계에서 나타내는 내담자의 과도한 정서 표현과 그 기저의 욕구 및 두려움을 상담자가 담아내고 버텨주는 일(지승희, 이해성, 2001), 상담자가 내담자의 주요 사회적지지의 원천으로 기능하는 방법일 것이다. 특히, 애착불안이 높은 내담자는 자신의 감정을 조절하지 못하고 충동적으로 표출할 가능성이 많은데, 상담자가 내담자의 과도하고 충동적인 감정표현을 진술하면서도 수용적으로 반영해준다면, 내담자는 자신의 불쾌한 정서를 객관적으로 바라보고 조절하는 학습경험을 상담자와 함께 할 수 있을 것이다. 즉,

애착불안 수준이 높은 내담자는 안전과 신뢰를 바탕으로 한 상담관계 안에서 유기에 대한 두려움과 이로 인해 학습한 기존의 과잉활성화 전략의 존재 및 영향을 새로운 시각으로 바라볼 수 있게 된다. 결국, 과거 반복적인 관계경험을 통해 특성으로 내재화된 애착불안의 영향력은 새로운 관계경험을 통해 상쇄되고, 자동적으로 표출되던 충동적인 감정 표현과 행동 또한 줄어들 것이다.

한편, 애착회피가 충동성을 매개로 스마트폰 중독에 간접적인 영향을 미친 것으로 드러났지만, 이러한 관계를 사회적 지지가 조절하지는 않는 것으로 나타났다. 이는 애착회피 수준이 높은 내담자의 경우 사회적지지 이외의 다른 개입이 필요함을 시사한다. 애착치료에서는 애착회피 수준이 높은 내담자들의 정서조절을 돕기 위해 공감 이상의 것이 필요하다고 주장한다(Wallin, 2007/2010). 상담자는 애착회피 수준이 높은 내담자를 상담할 때 의도적으로 내담자의 정서 관련 경험에 초점을 맞추고 내담자가 회피했던 감정을 스스로 경험할 수 있도록 조력하는 것이 필요하다. 특히, 친밀함에 대한 내담자의 욕구와 그것을 억누르기 위해 내담자가 사용하고 있는 방어기제 및 구체적인 전략들을 인식시켜 준다면, 내담자는 감정을 억압하는 행동패턴을 자각하고 자신의 욕구와 감정을 수용하는 일에 더 많은 에너지를 쏟을 수 있을 것이다(Wallin, 2007/2010). 이 때 상담자가 내담자에 대한 자신의 생각과 감정, 상담관계에 대한 상담자의 기대 및 실제 상호작용에 대한 느낌 등을 내담자에게 진솔하게 표현한다면, 내담자 또한 부인해왔던 자신의 기대와 좌절된 욕구를 수용하고 관련된 감정을 상담자에게 노출함으로써 충동적으로 표출되던 부정적 감정을 이전과는 다

른 방식으로 표현하고 조절할 가능성이 높아질 것이다(Adams, 2006; Wallin, 2007/2010). 내담자는 상담자의 이러한 개입을 통해 억눌렀던 정서를 솔직하게 개방하게 되고, 편안함, 시원함, 안도감을 느끼는 것으로 나타났다(Bowlby, 1988; Hazan & Hutt, 1990; Holmes, 1993). 결국, 애착회피가 클 경우 부정적 정서를 조절하고 충동성을 줄려면, 내담자가 자신의 애착전략을 직면하고, 상담자와의 관계에서 진솔한 표현을 시도함으로써 억눌렀던 자신의 분노와 슬픔 등을 표출하는 것이 효과적일 것이다.

본 연구의 제한점과 후속연구에 대한 제언을 논하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서 사용한 스마트폰 중독 척도는 미국정신의학회(American Psychiatric Associations, 2000) ‘정신질환진단 및 통계매뉴얼(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM)’을 토대로 문항을 구성하였다. 즉, 중독의 일반적인 특성 및 증상들이 문항에 포함되어 있는데, 스마트폰 중독은 기존의 다른 물질 중독 및 매체 중독과 구별되는 특성들을 포함하고 있을 가능성이 있기 때문에, 후속연구에서는 스마트폰 중독 특성이 포괄적으로 포함된 척도를 사용해서 주요 변인들과의 관련성을 살펴보는 것이 필요하다. 둘째, 본 연구가 대학생들의 참여로 이루어졌기 때문에 연구결과를 다른 연령대 또는 교육수준이 다른 집단에 일반화하는 것은 한계가 있다. 따라서 후속연구를 통해 다른 집단에서도 본 연구결과가 재연되는지를 확인할 필요가 있다. 예를 들어, 최근 스마트폰 중독률 증가세가 매우 큰 것으로 보고된 청소년을 대상으로 변인 간 관련성 및 모형의 적합도를 검증할 필요가 있는데, 특히 청소년기는 충동성이 급증하는 시기이기 때문

예(신상윤, 2012) 이들의 스마트폰 중독에 영향을 미치는 변인들의 구조적 관련성을 확인할 필요가 있다. 셋째, 본 연구에서는 일반적인 스마트폰 중독에 영향을 미치는 심리기제를 확인했는데, 후속연구에서는 스마트폰 이용 유형 별로 모형을 설정하고 검증할 필요가 있다. 즉, 스마트폰을 통한 게임, SNS, 쇼핑 등 주요 스마트폰 기능 이용에 영향을 미치는 변인들의 영향력을 확인할 필요가 있다. 넷째, 본 연구에서는 Flores의 중독모델과 애착이론을 토대로 불안전 애착과 충동성 및 사회적 지지를 스마트폰 중독에 영향을 미치는 변인으로 설정하였는데, 스마트폰 중독 변량의 27.8%를 설명하는 것으로 나타났다. 따라서 후속연구에서는 스트레스(맹미희, 2003), 우울(Young, 1996) 등 스마트폰과 유사한 기능을 가진 인터넷 중독을 예측하는 변인들을 함께 포함시켜 변인 간 구조적 관련성을 확인할 필요가 있다. 다섯째, 본 연구에서는 횡단 자료를 분석하였기 때문에, 기본적으로 변인 간 양방향의 인과관계를 가정하고 있다. 예를 들어, 본 연구에서는 충동성이 스마트폰 중독을 예측하는 것으로 가정했지만 스마트폰 중독이 충동성에 영향을 미칠 가능성 또한 배제할 수 없다. 따라서 후속연구에서는 교차지연설계 등 종단자료 분석을 통해 어떤 관계(충동성 → 스마트폰 중독, 스마트폰 중독 → 충동성)가 유의한지를 확인할 필요가 있다. 여섯째, 본 연구에서 애착불안과 충동성의 맥락에서 사회적 지지의 조절효과가 유의한 것으로 나타났다는데, 실험연구를 통해 사회적 지지의 정도에 따라 충동성에 대한 애착불안의 영향력이 달라지는지를 검증할 필요가 있다. 예를 들어, 연구 참여자들의 애착불안 정도에 따라 집단을 구분한 후 사회적 지지(예, 인정, 돌봄

등)의 양을 집단마다 다르게 제공했을 때 집단에 따라 충동성이 다른지를 검증할 수 있을 것이다. 일곱째, 본 연구에서는 모형검증이 진행되면서 잠재변수의 수와 추정모수의 수가 증가한다는 점을 고려하여 Hu와 Bentler(1999)가 제안한 기준 중 가장 관대한 기준을 적용하여 모형의 적합도를 판단하였다. 예를 들어, Hu와 Bentler는 RMSEA가 .06이하일 때 가장 적합하고, .06 이상 .08 이하일 때 적절하며, .08 이상 .10 이하일 때 모형이 나쁘지 않은 것으로 간주하였는데, 본 연구에서는 .10 이하일 때 수용 가능한 모형으로 판단하였다. 그러나 최근 들어 구조모형 관련 문헌들이 적합도 판정 기준을 보다 엄격하게 적용하는 추세이기 때문에[예, Worthington과 Whittaker(2006)는 RMSEA가 .05 이하일 때 좋은 모형으로 간주함] 본 연구에서 채택한 모형들의 적합도를 해석함에 있어서 주의를 요한다. 마지막으로, 사회적 지지가 애착에 영향을 미칠 가능성을 고려해볼 필요가 있다. 사회적 지지와 애착은 밀접한 관계가 있는 것으로 알려져 왔고(Kahn & Antonucci, 1980), 실제로 사회적 지지가 성인애착에 영향을 미친다는 연구결과 또한 보고되었기 때문에(백유미, 2015), 후속연구에서는 사회적 지지를 예측변인으로 설정하여 성인애착 및 스마트폰 중독 관련 변인들과의 관련성을 탐색해볼 수 있을 것이다.

## 참고문헌

- 강주연 (2012). 직장인의 스트레스와 스트레스 대처방식, 충동성이 스마트폰 중독에 미치는 영향. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 강희양, 박창호 (2012). 스마트폰 중독 척도의

- 개발. 한국심리학회지: 일반, 31(2), 563-580.
- 김민선, 서영석 (2010). 대학생의 부적응적 완벽주의와 성인애착에 따른 집단분류와 심리적 특성에 대한 집단 간 차이. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(2), 413-434.
- 김선희 (2002). 자기통제력과 청소년 비행에 관한 연구. 경기대학교 석사학위논문.
- 김성현 (2004). 친밀관계검사 개정판 타당화 연구: 확장적 요인분석과 문항반응이론을 중심으로. 서울대학교 석사학위논문.
- 김수미, 허휴정, 조 현, 권 민, 최지혜, 안희준, 이선우, 김연지, 김대진 (2014). 대학생에서 우울, 충동성, 회복탄력성이 스마트폰 중독에 미치는 영향. 신경정신의학, 53(4), 214-220.
- 김정안 (2012). 성인애착과 폭식행동의 관계에서 충동성과 감정표현불능성향의 매개효과. 경북대학교 석사학위논문.
- 남현미 (1999). 가족의 심리적 환경과 청소년의 자기통제력 및 친구특성이 문제행동에 미치는 영향. 서울대학교 석사학위논문.
- 맹미희 (2003). 스트레스, 자기통제력, 충동성, 자아존중감과 인터넷 중독의 상관 연구. 고려대학교 석사학위논문.
- 배주미, 조영미, 김경은 (2012). 상담자들이 인식하는 인터넷 중독 청소년 상담의 특성 분석. 상담학연구, 13(6), 2733-2761.
- 박순주, 권민아, 백민주, 한나라 (2014). 소셜네트워크서비스를 이용하는 대학생들의 스마트폰 중독과 대인관계능력의 관계. 한국콘텐츠학회논문지, 14(5), 289-297.
- 박영욱, 김정택 (2009). 고등학교 남학생의 인터넷 중독과 자존감, 자기통제력 및 충동성과의 관계. 인간이해, 30(2), 119-134.
- 백유미 (2015). SNS를 통해 지각된 사회적 지지가 교사의 성인애착과 직무만족도에 미치는 영향. 한국콘텐츠학회논문지, 15(2), 466-475.
- 서영석 (2010). 상담심리 연구에서 매개효과와 조절효과 검증: 개념적 구분 및 자료 분석 시 고려 사항. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(4), 1147-1168.
- 신상운 (2012, 1, 3) 학교폭력, 왜 중학교 2학년에 집중될까. [http://news.heraldcorp.com/view.php?ud=20120103000359&md=20120316023456\\_BL](http://news.heraldcorp.com/view.php?ud=20120103000359&md=20120316023456_BL)에서 2014, 03, 04 자료 얻음.
- 유승숙, 최진오 (2015). 대학생의 스마트폰 중독과 우울, 불안, 공격성의 관계: 자기통제의 조절효과. 청소년시설행정, 13(1), 131-144.
- 윤주영, 문지숙, 김민지, 김예지, 김현아, 허보름, 김재언, 정선이, 정지은, 정현지, 이은하, 최정혜, 홍서영, 배정미, 박현주, 홍희정 (2011). 대학생의 스마트폰 중독과 건강문제. 국가위기관리학회보, 3(2), 92-104.
- 여지영, 강석영, 김동현 (2014). 초기 청소년의 애착불안과 스마트폰 중독과의 관계에서 충동성, 외로움의 매개효과: SNS 집단과 게임 집단의 차이를 중심으로. 청소년상담연구, 22(1), 47-69.
- 이귀선, 정남운 (2003). 성인애착 유형에 따른 정서조절 양식과 효과성의 차이. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 15(4), 779-793.
- 이영호, 송종용 (1991). BDI, SDS, MMPI-D 척도의 신뢰도 및 타당도에 대한 연구. 한국심리학회지: 임상, 10(1), 98-113.
- 이은정 (2013). 고등학생의 지각된 스트레스, 충동성 및 부모의 양육태도가 스마트폰 중독에 미치는 영향. 연세대학교 석사학위논문.

- 이은정, 어주경 (2015). 고등학생이 지각한 스트레스, 충동성 및 부모의 양육태도가 스마트폰 중독에 미치는 영향. 가족과 가족치료, 23(1), 1-22.
- 이창호, 김경희, 장상아 (2013). 스마트폰 확산에 따른 청소년보호방안 연구. 한국청소년개발원 연구보고서, 1-311.
- 이현덕, 홍혜영 (2011). 중학생의 애착과 인터넷 중독성향간의 관계: 외로움의 매개효과. 청소년학연구, 18(10), 271-294.
- 이현수 (1985). 충동성 검사. 서울: 한국가이던스.
- 이현주, 안명희 (2012). 어머니의 불안정 성인 애착이 청소년 자녀에 대한 심리적 통제에 미치는 영향: 정신화 능력과 부정적 정서의 매개효과. 한국심리학회지: 여성, 17(3), 413-434.
- 장혜진, 채규만 (2006). 기술중독에 빠진 청소년들의 심리적 특성에 대한 연구 -휴대폰 사용 중독을 중심으로-. 한국심리학회지: 건강, 11(4), 839-852.
- 전효정 (2006). 대학생의 인터넷 중독에 따른 애착유형과 심리적 특성. 청소년학연구, 13(3), 137-159.
- 조화진, 서영석 (2011). 성인애착과 심리적 디스트레스의 관계: 부적응적 완벽주의와 기본 심리적 욕구 만족의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 23(2), 471-490.
- 지승희, 이혜성 (2001). 회피형 내담자가 지각하는 상담 과정 및 변화 요인 연구: 애착 이론적 조망에서. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 13(3), 55-73.
- 최영희, 김민선, 서영석 (2012). 한국판 청소년 또래애착 척도 타당화 연구: 고등학생들을 대상으로. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 24(2), 273-296.
- 최은미, 신점란, 배재홍, 김명식 (2014). 대학생의 우울, 불안, 충동성, 공격성과 인터넷 중독과의 관계. 한국콘텐츠학회논문지, 14(8), 329-341.
- 미래창조과학부, 한국정보화진흥원 (2014). 2013년 인터넷중독 실태조사 보고서.
- 미래창조과학부, 한국정보화진흥원 (2015). 2014년 인터넷중독 실태조사 결과.
- 허심양, 오주용, 김지혜 (2012). 한국판 Barratt 충동성 검사-11의 신뢰도 및 타당도 연구. 한국심리학회지: 일반, 31(3), 769-782.
- Adams, W. W. (2006). Love, open awareness, and authenticity: A conversation with William Blake and D. W. Winnicott. *Journal of Humanistic Psychology*, 46(1), 9-35.
- Alberts, H. J. E. M., Martijn, C., & Vries, N. K. (2011). Fighting self-control failure: Overcoming ego depletion by increasing self-awareness. *Journal of Experimental Social Psychology*, 47(1), 58-62.
- American Psychiatric Association (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-IV-TR®*. Washington, DC: American Psychiatric Pub.
- Barrera, M. Jr. (1981). Social support in the adjustment of pregnant adolescents: Assessment issues. In B. H. Gottlieb (Ed.), *Social networks and social support* (pp. 69-96). Beverly Hills: Sage.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. London: Routledge.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult

- attachment. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford Press.
- Brisch, K. H. (2003). 애착장애의 치료: 이론에서 실제까지 [*Bindungsstörungen von der Bindungstheorie zur Therapie*. Stuttgart]. (장휘숙 역). 서울: 시그마프레스. (원전은 1999년에 출판).
- Caspers, K. M., Cadoret, R. J., Langbehn, D., Yucuis, R., & Troutman, B. (2005). Contributions of attachment style and perceived social support to lifetime use of illicit substances. *Addictive Behaviors, 30*(5), 1007-1011.
- Cohen, J., Cohen, P., West, S. G., & Aiken, L. S. (2003). *Applied multiple regression analysis for the behavioral sciences* (3rd ed.). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Cyders, M. A., & Smith, G. T. (2008). Clarifying the role of personality dispositions in risk for increased gambling behavior. *Personality and Individual Differences, 45*(6), 503-508.
- Flanagin, A. J., & Metzger, M. J. (2001). Internet use in the contemporary media environment. *Human Communication Research, 27*(1), 153-181.
- Flores, P. J. (2010). 애착장애로서의 중독 [*Addiction as an attachment disorder*]. (김갑중, 박찬이 역). 서울: 학지사. (원전은 2008년에 출판).
- Floyd, F. J., & Widaman, K. F. (1995). Factor analysis in the development and refinement of clinical assessment instruments. *Psychological Assessment, 7*(3), 286-299.
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (1997). Adult attachment and the suppression of unwanted thoughts. *Journal of Personality and Social Psychology, 73*(5), 1080-1091.
- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. G. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*(2), 350-365.
- Gillath, O., Bunge, S. A., Shaver, P. R., Wendelken, C., & Mikulincer, M. (2005). Attachment-style differences in the ability to suppress negative thoughts: exploring the neural correlates. *Neuroimage, 28*(4), 835-847.
- Gillath, O., Giebrecht, B., & Shaver, P. R. (2009). Attachment, attention, and cognitive control: Attachment style and performance on general attention tasks. *Journal of Experimental Social Psychology, 45*(4), 647-654.
- Hazan, C., & Hutt, M. J. (1990). Continuity and change in inner working models of attachment. Presented at the Fifth International Conference on Personal Relationships, Oxford, England, July, 1990.
- Holmes, J. (1993). *John Bowlby and attachment theory*. London and New York: Routledge.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling, 6*(1), 1-55.
- Kahn, L. & Antonucci, C. (1980). Convoys over the life course: Attachment, roles, and social support. In Jr B. B. Paul & B. G. Orville (Eds.), *Life-span development and behavior*. New York: Academic Press.
- Katz, E., Blumler, J. G. & Gurevitch, M. (1974). Utilization of mass communication by the

- individual. In J. G. Blumler & E. Katz (Eds.), *The uses of mass communications: Current perspectives on gratifications research* (pp. 19-32). Beverly Hills, CA: Sage.
- Kim, J. H., Lee, E. H., & Jung, Y. S. (2012). The WHO adult ADHD self-report scale (ASRS): Reliability and Validity of the Korean Version. In submitting.
- Kwon, S. M. (1992). *Differential roles of dysfunctional attitudes and automatic thoughts in depression: An integrated model of depression*. Ph. D. Dissertation submitted to the University of Queensland in Australia.
- Leung, L., & Wei, R. (2000). More than just talk on the move: Uses and gratifications of the cellular phone. *Journalism and Mass Communication Quarterly*, 77(2), 308-320.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2003). The attachment behavioral system in adulthood: Activation, psychodynamics, and interpersonal processes. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology*. San Diego, CA: Academic Press.
- Padykula, N. L., & Conklin, P. (2010). The self regulation model of attachment trauma and addiction. *Clinical Social Work Journal*, 38(4), 351-360.
- Patton, J. H., Stanford, M. S., & Barratt, E. S. (1995). Factor structure of the Barratt impulsiveness scale. *Journal of Clinical Psychology*, 51(6), 768-774.
- Ping, R. A. (1996). Latent variable interaction and quadratic effect estimation: A two-step technique using structural equation analysis. *Psychological Bulletin*, 119(1), 166-175.
- Preacher, K. J., Rucker, D. D., & Hayes, A. F. (2007). Addressing moderated mediation hypotheses: Theory, methods, and prescriptions. *Multivariate Behavioral Research*, 42(1), 185-227.
- Rubin, M. A. (2009). Uses-and Gratifications perspective on media effects. In J. Briant, & B. M. Oliver (Eds.), *Media effects advances in theory and research* (pp. 165-184). New York: Talyor and Francis.
- Searle, B., & Meara, M. N. (1999). Affective dimensions of attachment style: Exploring self-reported attachment style, gender, and emotional experience among college student. *Journal of Counseling Psychology*, 46(2), 147-158.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and non-experimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422-445.
- Vaux, A., Phillips, J., Holly, L., Thomson, B., Williams, D., & Stewart, D. (1986). The Social Support Appraisal (SS-A) scale: Studies of reliability and validity. *American Journal of Community Psychology*, 14(2), 195-219.
- Wallace, J. L., & Vaux, A. (1993). Social support network orientation: The role of adult attachment style. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 12(3), 354-365.
- Wallin, D. J. (2010). 애착과 심리치료 [*Attachment in psychotherapy*]. (김진숙, 이지연, 윤숙경 역). 서울: 학지사. (원전은 2007년에 출판).
- West, S. G., Aiken, L. S., & Krull, J. L. (1996). Experimental personality designs: Analyzing categorical by continuous variable interactions. *Journal of Personality*, 64(1), 1-48.

- Worthington, R. L., & Whittaker, T. A. (2006). Scale development research: A content analysis and recommendations for best practices. *The Counseling Psychologist, 34*(6), 806-838.
- Wu, A. D., & Zumbo, B. D. (2008). Understanding and using mediators and moderators. *Social Indicators Research, 87*(3), 367-392.
- Young, K. S. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychology and Behavior, 1*(3), 237-249.
- 원 고 접 수 일 : 2015. 2. 8  
수정원고접수일 : 2015. 7. 6  
게 재 결 정 일 : 2015. 7. 13

## **The Relationship between Insecure Adult Attachment and Smartphone Addiction: The Mediation Effect of Impulsiveness Moderated by Social Support**

**Yun Young Choi**

Yonsei Innovation Center for Engineering Education

**Young Seok Seo**

Yonsei University

The current study was conducted to test whether social support moderated the indirect effect of insecure adult attachment on Smartphone addiction through impulsiveness. The total of 431 undergraduates were asked to complete the questionnaire and the data from 361 students were analyzed because of missingness. The results were analyzed through moderated mediation model which Preacher, Rucker, and Hayes(2007) proposed. Results showed the four noteworthy findings. First, the result indicated that attachment anxiety and attachment avoidance contributed to Smartphone addiction through impulsiveness. Second, social support moderated the effect of attachment anxiety on impulsiveness. Third, social support moderated the mediating effect of attachment anxiety on Smartphone addiction through impulsiveness. In addition, implications for counseling practice and suggestion for future research are discussed.

*Key words* : *Insecure adult attachment, Impulsiveness, Smartphone addiction, Social support*