

고등학생의 초기부적응도식과 SNS중독경향성의 관계: 거부민감성과 외로움의 매개효과*

김 기 숙

인제대학교 / 학생

김 영 근†

인제대학교 / 교수

본 연구는 고등학생의 초기부적응도식이 SNS중독경향성에 미치는 영향에서 거부민감성과 외로움의 매개효과를 구조방정식 모델을 통해 검증하고자 하였다. 이를 위해 부산 지역 고등학생 450명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 주요 연구결과를 살펴보면, 초기부적응도식이 직접적으로 거부민감성과 외로움에 영향을 미치고, 거부민감성과 외로움이 SNS중독경향성에 직접적인 영향을 미치는 반면, 초기부적응도식이 SNS중독경향성에는 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 측정변인들의 개별적 매개효과를 살펴본 결과, 초기부적응도식이 거부민감성을 매개로 SNS중독경향성에 영향을 미치고, 초기부적응도식이 외로움을 매개로 SNS중독경향성에 영향을 미치며, 초기부적응도식이 거부민감성과 외로움을 순차적으로 거치는 이중매개로 SNS중독경향성에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 본 연구를 통해, 초기부적응도식으로 인해 생겨난 거부민감성과 외로움이 청소년 시기의 SNS중독경향성과 높은 관련성이 있다는 것이 확인되었으므로, SNS중독경향성을 보이는 청소년의 상담 과정에서 거부민감성과 외로움 및 이러한 정서반응에 영향을 미치는 초기부적응도식을 살펴서 주요한 요소로 다루는 전략을 세울 필요성이 제시되었다. 연구결과를 토대로 본 연구의 의의와 제한점 및 후속연구를 위한 방향을 논의하였다.

주요어 : 초기부적응도식, 거부민감성, 외로움, SNS중독경향성

* 본 연구는 김기숙(2019)의 인제대학교 석사학위논문 ‘청소년의 초기부적응도식, 거부민감성, 외로움, SNS중독경향성의 구조적 관계’ 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.

† 교신저자 : 김영근, 인제대학교 상담심리치료학과, 경남 김해시 인제로 197

Tel : 055-320-4024, E-mail : ykkim@inje.ac.kr

SNS는 인터넷을 기반으로 하여 사람과 사람을 연결하고 정보 공유와 인맥관리 및 자기 표현 등을 통해 타인과의 관계를 형성하고 유지하며 관리할 수 있는 서비스이다(한국인터넷진흥원, 2009). 스마트폰이 일반화되면서 많은 사람들이 SNS를 이용하고 있고 SNS의 종류도 다양화되고 있는데, 최근 많이 사용되고 있는 SNS로는 카카오톡, 페이스북, 트위터, 인스타그램 등이 있다. SNS의 사용 빈도를 살펴보면, 10명 중 7명은 일 4회 이상 접속하고, 10대~20대의 40%는 일 10회 이상 SNS에 접속하는 것으로 보고되었다(정보통신정책연구원, 2016). SNS는 장소나 시간에 제약 없이 다양한 사람들과 관계를 맺고 소통할 수 있으며, 신속하게 정보를 나눌 수 있다는 장점을 갖고 있어서 급성장하여왔다. 이처럼, SNS 이용률이 높아짐에 따라 무분별한 정보의 확산, 사생활의 침해와 같은 역기능적인 측면들이 발생하고 있으며, 과다사용과 과몰입에 의한 SNS중독경향성이 문제점으로 제기되고 있다(한국정보화진흥원, 2013). SNS를 과다 사용함으로써 인해 학업성적 및 업무 효율성이 저하되고 다른 활동에 대한 흥미가 실추되며 가족과의 대화 단절 및 시력 저하와 수면 부족 등의 문제가 발생하고 있다(우공선, 2011). SNS중독경향성을 지닌 청소년의 경우, 일반적 SNS 사용자에 비해 일정 시간 동안 SNS를 확인하지 못할 때 느끼는 심리적 불안감과 SNS 이용에 따라 발생하는 학습의 피해 정도, 현실 속 관계보다 SNS 내 관계가 편한 정도가 높게 나타났다(한국정보화진흥원, 2015). 아울러, SNS중독 문제에 있어서 트위터나 페이스북 등의 SNS를 확인하고자 하는 욕구는 술이나 담배의 독성보다도 더 강한 것으로 보고되었다(Hofmann, Vohs, & Baumeister, 2012).

최근 들어, 사회적 문제로 급부상하고 있는 SNS중독경향성의 다양한 원인에 대해 연구가 진행되고 있다. 이와 관련된 여러 선행연구들을 통해 대인관계와 관련된 변인들이 SNS중독경향성에 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다. 대인관계문제가 SNS중독경향성에 유의미한 영향을 끼치고(오누리, 2018; 임도윤, 2017; 홍구표, 전해성, 2017), 대인관계지향성은 중학생의 SNS중독경향성에 조절효과가 있다(황희은, 김향숙, 2015)고 보고되었다. 또한, 정춘화(2018)의 연구에서는 대인관계능력과 SNS중독경향성이 부적 상관관계에 있는 것으로 나타났다. 이와 관련해서, 사회적 보상 가설(Valkenburg, Schouten, & Peter, 2005)은 사회불안을 지니고 있고, 대인관계에서 어려움을 겪고 있는 사람들이 현실 세계의 사회적 상호작용에서 생겨난 불만족감을 보상하기 위해 SNS를 더 자주 이용하게 된다고 설명한다. 따라서 SNS중독경향성의 도움 추구를 위해서는 대인관계에 영향을 미치는 변인들에 주목할 필요가 있는데, 그 변인들 중 하나로 초기부적응도식을 들 수 있다. Young(1999)은 어린 시절에 중요한 타인들과 상호작용이 원활하게 이루어지지 않아 핵심적인 정서욕구가 충족되지 못하면 자기-패배적인 사고와 감정의 패턴이 반복되어 나타나게 되는데 이것을 ‘초기부적응도식’이라고 명명하였다. 이는 자신과 타인에 대해 형성된 정신적 표상과 도식으로, 이후에 자신이 직면하게 되는 다양한 대인관계의 경험에 대해 해석하고 대처하는 방식에 영향을 미치게 된다(김은정, 2010; Bretherton, Ridgeway, & Cassidy, 1990). 이 도식을 지닌 사람의 경우, 성인이 되어서도 다른 사람들과 안정적이고 만족스러운 애착을 형성하지 못하고 자기 파괴적인 관계의 반복이나 친한 관계

를 회피해버리는 태도를 취한다(Young, Klosko, & Weishaar, 2003). 이에 초기부적응도식이 SNS 중독경향성에 미치는 영향에 대해 살펴보고자 한다.

한편, Young 등(2003)은 초기부적응도식이 변화되기 위해서는 도식과 연합되는 정서에 우선순위를 두어야 한다고 주장하였다. 이는 초기부적응도식의 치료 성과를 높이기 위해서는 일차적으로 도식과 관련되는 정서 요인의 확인이 필요함을 의미한다. SNS중독경향성에 영향을 미치고, 대인관계에 대한 어려움의 특징을 나타내는 정서요인으로 거부민감성을 들 수 있다. Feldman과 Downey(1994)는 거부민감성을 대인관계 상황에서 거부당할 것에 대한 불안한 예측과, 항상 거부를 지각하고 있으며 거부당하는 것에 과민한 반응을 하는 인지-정서적 과정이라고 설명하고 있다. 생애 초기에 주요 대상과의 관계에서 갑작스러운 거부나 장기간 거부상태를 경험했을 때 거부민감성이 발달할 수 있고, 이러한 경험을 반복적으로 하게 되면 거부경험과 관련된 상황에서 얻어진 거부단서 사이에 강한 심적 연상(mental association)이 형성되게 된다(이희경, 김경희, 이흥권, 2014; Pietzak, Downey, & Ayduk, 2005). 정하나(2015)의 연구에서 초기부적응도식은 거부민감성을 예측하는 유의미한 변인으로 나타났다. 유아진과 서영석(2017)의 연구에서는 초기부적응도식의 한 영역인 단절 및 거절 도식이 거부민감성에 유의미한 영향을 미치는 것으로 보고되었다. 초기부적응도식의 단절 및 거절 도식을 가진 내담자들은 중요한 타인과의 연결이 불안정하다고 지각하며 타인과의 정서적 연결에 대한 자신의 소망이 적절하게 충족되지 않을 것이라고 기대하는데, 이러한 특징들이 의미 있는 타인으로부터 정서적인

거부를 당할지도 모른다는 불안인 거부민감성에 영향을 준다고 볼 수 있다. 거절에 민감한 사람들은 수용과 관계유지의 욕구가 높고(김진선, 2009) 친해지고 싶은 욕구, 배척과 따돌림에 대한 두려움, 중독적으로 휴대폰을 사용하는 경향이 높으며(심보현, 2013), 거부민감성이 높을수록 SNS를 과다 사용하게 된다(김지하, 2014). 거부민감성이 높은 사람은 관계욕구가 높지만 거부에 대한 두려움 때문에 사회적 관계를 형성하는데 어려움을 느끼고 SNS라는 가상공간을 통해 소통하려 할 수 있다.

또한, 대인관계에 대한 주관적 불만족감인 외로움도 SNS중독경향성의 위험요인 중 하나이다. 외로움은 ‘홀로되어 쓸쓸한 마음이나 느낌’으로, 어떤 면에서 개인의 사회적 관계가 충족되지 않고 있음을 내적으로 지각하는 상태이다(Heinrich & Gullone, 2006). 외로움은 사회적 관계의 수, 사회적 접촉 빈도와 같은 객관적이고 양적인 특성에 의해 영향을 받기도 하지만 관계 만족감, 지각된 사회적 수용과 같은 주관적인 질적 평가에 영향을 더 많이 받게 된다(Asher & Paquette, 2003). 외로움이 어린 시절 해소되지 못한 불충분한 친밀감의 욕구로 인한 정서(Sullivan, 1953; Weiss, 1973)라는 견해에 대해 어린 시절 주 양육자와의 경험이 개인의 외로움과 밀접한 관련이 있다는 사실들이 확인되었다(김현지, 2003; 도현심, 1999; 전효정, 이귀옥, 1999). 그리고 연구를 통해 외로움이 초기부적응도식의 영향을 받으며(김지연, 신민섭, 이영호, 2011), 초기부적응도식이 외로움과 대인관계문제 사이에서 영향을 미친다는 것(이수진, 2012)이 밝혀졌다. 초기부적응도식의 단절 및 거절도식을 가진 내담자들은 자신이 무가치하고 열등한 존재라고 여기고, 남들이 이러한 자신의 결함을 알게

되면 사랑하지 않을 것이라고 생각하며, 자신은 어떤 집단의 사람들과는 다르다고 느껴 소속감을 갖지 못하는데, 이러한 특징들이 외로움에 영향을 미치는 것으로 볼 수 있다.

청소년기는 친밀성에 대한 욕구가 높은 발달단계로 소속감과 지지적인 사회적 관계망에 대해 의존하는 정도가 높고, 친밀한 상태를 기대하는 경향성이 있다(Brennan, 1982; Russell, Peplau, & Cutrona, 1980). 실제로 다른 연령대에 비해 청소년은 더 외로움을 많이 느끼는 것으로 나타났다(Woodward, 1988). 이와 함께, 부모와 자녀의 관계가 빈약하여 어린 시절에 애착 결속의 위협을 받은 청소년들이 더 많은 외로움을 경험한다고 보고되었다(Shaver & Rubenstein, 1980). 외로움과 매체 관련 중독 연구에서 외로운 사람들은 외로움을 해소하고 정서적인 지지를 받기 위해서 매체라는 대상을 찾고 탐닉적인 행위를 한다(장혜진, 2002)고 밝혀졌으며, 외로움을 타는 청소년 집단은 습관적으로 SNS를 사용하고 외로움을 많이 탈수록 이를 보완하기 위해서 SNS를 과다 이용한다(김형지, 김정환, 정세훈, 2012)고 보고되었다. 또한, 외로움은 거부민감성과도 관련이 있는 것으로 나타났다. 김진선(2009)의 연구에서 거부민감성이 높을수록 외로움을 높게 느끼는 것으로 보고되었으며, Watson과 Nesdale(2012)은 거부민감성이 높은 사람은 거부를 경험하지 않기 위해 회피 전략을 사용하고, 사회적인 상호작용을 감소시켜 외로움을 유발한다고 설명하였다. 이러한 연구결과들을 토대로 초기부적응도식이 거부민감성과 외로움의 정서를 일으키는 데 영향을 주고, 대인관계의 불만족감이 SNS중독경향성에 영향을 미치는 원인이 되는 것으로 유추해 볼 수 있다. 생애 초기 중요한 대상과의 관계에서 핵심적인 정

서욕구가 충족되지 않음으로 인해 형성된 초기부적응도식이, 대인관계에서 거부기대를 갖게 되는 거부민감성을 일으키고, 이로 인한 대인관계의 위축은 외로움을 발생시켜, 채워지지 않은 관계의 욕구가 SNS중독경향성으로 이어지는 것으로 볼 수 있다.

최근 들어, 초기부적응도식이 SNS중독경향성과 유의미한 관계가 있다(김수성, 2016; 임도윤, 2017)는 연구 결과가 보고되고 있지만 이에 대한 연구는 미비하다. 따라서 본 연구에서는 초기부적응도식이 SNS중독경향성에 미치는 영향을 확인하고, 이들과 관련된 정서인 거부민감성과 외로움을 매개변인으로 설정하여 영향을 검증하고자 한다. 거부민감성과 외로움의 정서적 특징을 보이는 SNS중독경향성 내담자의 경우, 그 정서들을 다루어야 할 뿐 아니라 효과적인 상담적 개입을 위해서는 이에 선행하여 SNS중독경향성 현상의 근원적인 심리적 부적응 기제를 밝히는 것이 필요하다.

연구 대상을 고등학생으로 선정한 이유는 만 10-19세의 청소년기가 SNS중독경향성이 높은 시기(한국정보화진흥원, 2014)이고, 이에 따른 문제점들이 많이 발생하고 있어서 상담적인 개입의 필요성이 높기 때문이며, 고등학생의 SNS 이용률이 중학생보다 높게 나타나서(통계청, 2017) SNS 이용자가 비교적 더 많은 고등학생을 선정하였다. 이에, 본 연구는 초기부적응도식이 SNS중독경향성, 외로움, 거부민감성에 미치는 영향을 살펴봄으로써 SNS중독경향성을 지니고 있는 청소년의 상담을 위한 기초 자료 제공에 그 의의를 두고자 한다.

본 연구를 위해 선행연구들을 검토한 결과, 초기부적응도식과 SNS중독경향성의 관계가 연구에 따라 완전 매개와 부분 매개로 다르게 나타나고, 거부민감성이 외로움에 직접

적인 영향을 미친다는 연구 결과를 토대로 본 연구에서는 독립변인인 초기부적응도식과 종속변인인 SNS중독경향성 사이를 거부민감성, 외로움이 부분이중매개하는 모형을 연구 모형으로 제시함과 동시에 경쟁모형으로 두 매개변인이 완전히중매개하는 모형을 제시해 검증하였다.

본 연구에서 알아보고자 하는 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 초기부적응도식, 거부민감성, 외로움 및 SNS중독경향성과의 관계는 어떠한가?

연구문제 2. 초기부적응도식과 SNS중독경향성과의 관계에서 거부민감성은 매개효과가 있는가?

연구문제 3. 초기부적응도식과 SNS중독경향성과의 관계에서 외로움은 매개효과가 있는가?

연구문제 4. 초기부적응도식과 SNS중독경향성과의 관계에서 거부민감성과 외로움은 이중매개효과가 있는가?

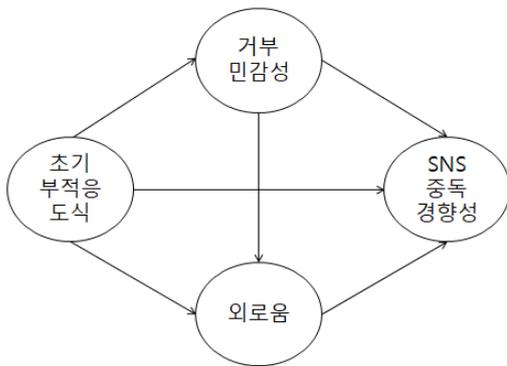


그림 1. 연구모형

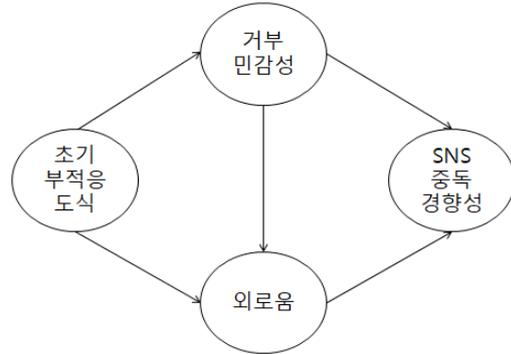


그림 2. 경쟁모형

방 법

연구 대상 및 절차

본 연구는 인제대학교 생명윤리위원회 (Institutional Review Board: IRB)의 심의를 거쳐 (IRB 승인번호: INJE 2018-12-016) 부산광역시 3개 고등학교를 방문하여, 각 반 게시판에 ‘연구 참여자 모집 공고문’을 게시하고, 연구 참여에 자발적으로 동의한 연구자 450명에게 연구대상자 설명서와 동의서가 포함된 설문지를 배포하여 설문조사를 실시하였다. 연구 참여자 450명 중 불성실하게 응답한 설문지와 무응답 결측치가 있는 설문지 60부를 제외한 390부가 연구 분석자료로 사용되었다. 응답자의 성별 분포는 남학생이 145명(37.2%), 여학생이 245명(62.8%)이었으며, 학년 분포는 1학년이 178명(45.6%), 2학년이 166명(42.6%), 3학년이 46명(11.8%)으로 나타났다.

측정도구

초기부적응도식

초기부적응도식을 측정하기 위해 Young

(1990)이 개발하고 이미엘(2006)이 번안한 YSQ-단축판 질문지(Young Schema Questionnaire Short Form: YSQ-Short Form)를 사용하였다. 초기부적응도식의 하위요인들이 다섯 개의 범주로 묶인다는 근거(Young et al., 2003)에 따라 15개의 요인이 각각 5개의 심리도식 영역인 단절 및 거절 도식, 손상된 자율성 및 수행 도식, 타인 중심성 도식, 과잉경계 및 억제 도식, 손상된 한계 도식으로 구성되어 있다. 각 도식별로 5 문항씩 총 75개의 문항으로 이루어진 6점 Likert 척도이며, 점수가 높을수록 초기부적응도식의 특징이 더 많이 반영되는 것으로 간주한다. 단절 및 거절 도식은 타인들과의 관계 속에서 만족스럽고 안정적인 애착을 형성하지 못하며, 돌봄, 안정감, 수용, 존중, 공감, 감정 공유 등의 욕구가 자신의 예상대로 충족되지 않을 것이라고 지각하고 기대한다(예: ‘가까운 사람들이 내 곁을 떠나거나 나를 버릴 것만 같은 걱정을 떨칠 수가 없다.’). 손상된 자율성 및 수행 도식은 생존, 독립적인 기능, 타인으로부터의 분리, 성공적인 수행에 대한 자신의 능력을 잘못 지각하도록 하는 자신과 환경에 대한 기대를 가지고 있다(예: ‘일이나 성취 면에서 나는 남들에 비해 능력이 뒤처진다.’). 타인 중심성 도식은 타인의 사랑과 인정을 받고자 하며, 타인과의 연결감을 유지하기 위해 자기 자신의 욕구는 희생하고 다른 사람의 감정과 반응, 소망에 지나치게 집착한다(예: ‘사람들과의 관계에서, 상대방에게 우선권을 양보할 수밖에 없다.’). 과잉경계 및 억제 도식은 자신의 자연스러운 충동과 느낌, 선택을 과도하게 억제하고, 윤리적인 행동 및 수행에 관해서 내면화된 엄격한 규칙이나 기대의 충족을 지나치게 강조한다(예: ‘나는 내가 하는 모든 일에 최선을 다해야 한다. 최선을 다하지

않는 것을 받아들일 수 없다.’). 손상된 한계 도식은 내적 한계, 다른 사람에 대한 책임감, 장기적인 목표의 지향 등에서 결함을 가지고 있으며, 타인의 권리 존중, 협동, 현실적인 목표 설정과 달성에 있어서 어려움을 보인다(예: ‘목표에 이를 수 없을 것 같으면, 나는 쉽게 좌절하고 포기해버린다.’). 이미엘(2006)의 연구에서 각 요인들의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .63~.91이었으며, 본 연구에서는 전체 .97, 단절 및 거절 도식 .92, 손상된 자율성 및 수행 .93, 타인 중심성 .84, 과잉 경계 및 억제 .81, 손상된 한계 .84였다.

SNS중독경향성

SNS중독경향성을 측정하기 위해 서경현과 조성현(2013)이 개발한 SNS중독경향성척도를 사용하였다. 이들은 오윤경(2012)의 척도질문지에 포함된 11개 문항에 전문가의 자문을 통해 9문항을 추가하여 총 20개의 문항으로 SNS중독경향성을 측정하였다. 이 척도의 하위요인은 SNS 집착 및 금단증상(예: ‘SNS를 사용하지 않으면 불안하거나 우울하다.’), SNS 과잉소통과 몰입(예: ‘길을 걸거나 다른 사람들과 대화 중에도 SNS를 사용한다.’), SNS를 위한 과도한 시간 투자(예: ‘SNS를 일단 시작하면 처음 생각했던 것보다 더 많은 시간을 사용한다.’)의 세 가지 요인으로 구성되어 있다. 4점 Likert 척도이며, 점수가 높을수록 SNS중독경향성이 높음을 의미한다. 서경현과 조성현(2013)의 연구에서 Cronbach's α 는 전체 .94, SNS 집착 및 금단증상 .91, SNS 과잉소통과 몰입 .86, SNS를 위한 과도한 시간소비 .78이었으며, 본 연구에서는 전체 .92, SNS 집착 및 금단증상 .86, SNS 과잉소통과 몰입 .75, SNS를 위한 과도한 시간낭비 .80이었다.

거부민감성

본 연구에서는 거부민감성을 측정하기 위해 Levy, Ayduk과 Downey(2001)의 거부민감성 모델에 근거하여 박명진과 양난미(2017)가 개발하고 타당화한 거부민감성 척도를 사용하였다. 이 척도의 하위요인은 거부당할지도 모른다는 기대에 대한 예기분노(예: '관계가 점점 멀어진다고 생각되면 짜증이 나거나 화가 난다. '), 거부당할지도 모른다는 기대에 대한 예기불안(예: '배신당하거나 버려질까 걱정되거나 불안하다. '), 거부를 지각한 후의 반응인 과잉반응(예: '거부당했다고 생각되면 앞으로는 깊은 관계를 맺기 힘들 것이다. '), 거부지각(예: '나를 보고 인사를 하지 않고 지나간다면 거부당했다는 생각을 할 것이다. ')의 네 가지 요인으로 구성되어 있다. 총 16문항의 5점 Likert 척도로, 점수가 높을수록 거부민감성 수준이 높은 것을 의미한다. 본 연구는 고등학생을 대상으로 한 연구이므로 대상자의 연령에 맞는 표현을 사용하기 위해 박지은(2018)의 연구와 같이 '데이트 신청'을 '이성친구에게 호감을 표시하는 것'으로 수정하여 사용하였다. 박명진과 양난미(2017)의 연구에서 거부민감성의 내적 합치도 계수는 전체 .91, 예기분노 .88, 예기불안 .82, 과잉반응 .83, 거부지각 .80이었으며, 본 연구에서는 전체 .91, 예기분노 .86, 예기불안 .77, 과잉반응 .79, 거부지각 .81로 나타났다.

외로움

외로움을 측정하기 위하여 Russell 등(1980)이 제작한 개정판 UCLA 외로움 척도(Revised UCLA Loneliness Scale)를 청소년에 맞게 변안하여 사용한 박선영과 도현심(1998)의 외로움 척도를 본 연구에서 사용하였다. 이 척도의 문

항은 자신의 사회적 관계에 대한 불만족(예: '나는 친구 관계가 부족하다. ')과 만족(예: '나는 내 주위에 사람들과 사이가 좋다고 느낀다. ') 여부에 대하여 각 10문항씩 총 20문항으로 4점 Likert 척도로 구성되었다. 점수가 높을수록 사회적 관계에 있어서 부적응적이며 외로움을 많이 느끼는 것을 의미하고, 점수가 낮을수록 외로움을 느끼는 정도가 낮은 것을 의미한다. 신뢰도 계수는 박선영과 도현심(1998)의 연구에서 전체 .90이며, 본 연구에서는 .95였다.

자료분석

본 연구에서는 연구문제 검증을 위해 설문 조사를 통하여 자료를 수집한 후 SPSS 21.0과 AMOS 21.0을 사용하여 다음과 같은 방법으로 자료를 분석하였다. 먼저, 연구에 사용한 변인들의 정규성을 확인하기 위하여 기술통계를 통해 평균과 표준편차, 왜도, 첨도를 산출하였고, 주요 연구변인들의 관계를 파악하기 위해 Pearson 상관분석을 실시하였으며, Russell, Kahn, Spoth와 Altmaier(1998)가 제안한 문항묶음(item parceling)을 제작하였다. 다음으로, 측정모형에 대한 확인적 요인분석을 실시하여 모형의 적합도 지수를 산출하였다. 변인들 간의 구조적 관계를 잘 설명하는 최종모형을 선정하기 위하여 연구모형과 경쟁모형을 설정하여 구조방정식모형 분석을 실시하였다. 최종 모형에서 측정변인들 사이의 구조적 관계에 대한 보다 구체적인 파악을 위하여 거부민감성과 외로움을 매개로 하여 SNS중독경향성에 미치는 영향이 통계적으로 유의미한지 확인하는 절차를 거쳤다. 이를 위해, Taylor, MacKinnon과 Tein(2008)이 제안한 부트스트랩

방식을 통하여 통계적 유의성을 검증하고, 팬텀변수를 활용하여 개별 매개효과를 검증하였다.

결 과

기술통계 및 상관분석

주요 변인들 간의 상관관계를 분석한 결과, 초기부적응도식은 거부민감성과 높은 정적 상관($r=.618, p<.001$)을 나타냈고, 외로움과도 높은 정적 상관($r=.597, p<.001$)을 나타냈으며, SNS중독경향성 또한 높은 정적 상관($r=.527, p<.001$)으로 나타났다. 높은 상관을 보이고 있지만 다중공선성 진단을 통해 공차한계와 분산팽창지수(VIF)를 확인한 결과, 초기부적응도식, 거부민감성, 외로움, SNS중독경향성의 측정변인들이 모두 공차한계 .50 이상, VIF 2.0 이하로 나타나 다중공선성의 문제는 없는 것으로 나타났다.

이는 주요 변인들 간에 모두 높은 정적 상관을 가지고 있는 것으로, 초기부적응도식이 높을수록 거부민감성과 외로움이 높으며 초기부적응도식이 높을수록 SNS중독경향성 또한 높음을 의미한다. 주요 변인들의 기술통계 및 상관분석 결과를 표 1에 제시하였다.

측정모형 검증

측정변인들이 잠재변인을 적합하게 측정하고 있는지를 확인하기 위해 확인적 요인분석을 실시한 결과, NFI와 TLI, CFI는 .90 이상의 좋은 적합도를 보였고, RMSEA는 .08 이하의 괜찮은 적합도를 보여 측정모형의 적합도가

양호하므로 수용되었다. 측정모형에서 각 변인들의 적합도 지수는 표 2에 제시하였다.

측정변인들의 표준화된 요인부하량(β)을 살펴보면, 모든 경로가 .60이상의 표준화 경로계수를 가지며, 또한 모든 경로가 .001 수준에서 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 측정모형에서 각 변인들의 요인부하량은 표 3과 같다.

구조모형 검증

본 연구에서 설정한 각 변인들의 구조적 관계를 확인하기 위하여 구조모형 검증을 실시하였다. 연구모형과 경쟁모형의 NFI와 TLI, CFI는 .90 이상의 좋은 적합도를 보였고, RMSEA는 .08 이하의 괜찮은 적합도를 보여 두 개의 모형은 모두 적합도가 양호한 것으로 나타났다. 연구모형과 경쟁모형에 대한 모형의 적합도 및 각 모형에 대한 검증 결과는 표 4, 그림 3, 그림 4와 같다.

연구모형과 경쟁모형의 적합도는 모두 양호한 수준이었으나 χ^2 차이검증에서 $df(1) = .27$ ($p<.05$)로 유의한 차이가 나타나지 않아 모형 간 비교에 더욱 적합한 ECVI와 BIC를 검토하였다(강현철, 2013; 홍세희, 2000). 경쟁모형 비교를 위해 개발된 ECVI 지수는 작을수록 더 좋은 모형임을 의미하고, 표본크기가 클 경우 모형의 간명성을 더 고려하는 BIC 지수도 작을수록 더 좋은 적합도로 간주한다. 이에 따라 연구모형과 경쟁모형의 적합도를 비교한 결과, 경쟁모형의 ECVI 지수와 BIC 지수가 연구모형에 비해 더 좋은 적합도를 보였다. 또한, 연구모형은 초기부적응도식에서 SNS중독경향성에 이르는 직접경로가 통계적으로 유의하지 않아, 모든 경로가 유의하고 모형의

표 1. 주요변인들의 기술통계 및 상관관계

	1	1-1	1-2	1-3	1-4	1-5	2	2-1	2-2	2-3	2-4	3	4	4-1	4-2	4-3
1. 초기부적응도식	1															
1-1. 단절 및 거절	.913 ^{***}	1														
1-2. 손상된 자율성 및 수행	.923 ^{***}	.796 ^{***}	1													
1-3. 타인 중심성	.745 ^{***}	.565 ^{***}	.668 ^{***}	1												
1-4. 과도한 관계 및 억제	.764 ^{***}	.601 ^{***}	.618 ^{***}	.604 ^{***}	1											
1-5. 손상된 한계	.673 ^{***}	.515 ^{***}	.550 ^{***}	.352 ^{***}	.474 ^{***}	1										
2. 거부민감성	.618 ^{***}	.587 ^{***}	.536 ^{***}	.453 ^{***}	.480 ^{***}	.429 ^{***}	1									
2-1. 예기분노	.420 ^{***}	.398 ^{***}	.357 ^{***}	.272 ^{***}	.288 ^{***}	.377 ^{***}	.836 ^{***}	1								
2-2. 예기불안	.586 ^{***}	.571 ^{***}	.519 ^{***}	.458 ^{***}	.474 ^{***}	.305 ^{***}	.836 ^{***}	.575 ^{***}	1							
2-3. 과잉반응	.521 ^{***}	.488 ^{***}	.451 ^{***}	.389 ^{***}	.438 ^{***}	.341 ^{***}	.782 ^{***}	.482 ^{***}	.569 ^{***}	1						
2-4. 거부지각	.515 ^{***}	.478 ^{***}	.447 ^{***}	.389 ^{***}	.397 ^{***}	.371 ^{***}	.795 ^{***}	.550 ^{***}	.592 ^{***}	.536 ^{***}	1					
3. 외로움	.597 ^{***}	.575 ^{***}	.518 ^{***}	.416 ^{***}	.467 ^{***}	.413 ^{***}	.498 ^{***}	.377 ^{***}	.408 ^{***}	.445 ^{***}	.401 ^{***}	1				
4. SNS중독경향성	.527 ^{***}	.480 ^{***}	.484 ^{***}	.350 ^{***}	.382 ^{***}	.422 ^{***}	.574 ^{***}	.504 ^{***}	.459 ^{***}	.440 ^{***}	.455 ^{***}	.647 ^{***}	1			
4-1. 짐작 및 금단	.567 ^{***}	.504 ^{***}	.526 ^{***}	.391 ^{***}	.434 ^{***}	.439 ^{***}	.564 ^{***}	.450 ^{***}	.468 ^{***}	.472 ^{***}	.448 ^{***}	.674 ^{***}	.934 ^{***}	1		
4-2. 과도한 시간낭비	.360 ^{***}	.355 ^{***}	.339 ^{***}	.175 ^{***}	.210 ^{***}	.323 ^{***}	.401 ^{***}	.414 ^{***}	.292 ^{***}	.286 ^{***}	.279 ^{***}	.473 ^{***}	.815 ^{***}	.696 ^{***}	1	
4-3. 과잉소통 및 몰입	.424 ^{***}	.389 ^{***}	.380 ^{***}	.296 ^{***}	.306 ^{***}	.340 ^{***}	.522 ^{***}	.480 ^{***}	.412 ^{***}	.365 ^{***}	.431 ^{***}	.533 ^{***}	.908 ^{***}	.732 ^{***}	.655 ^{***}	1
평균	2.097	1.837	1.992	2.341	2.374	2.438	2.137	2.181	2.099	2.062	2.214	1.794	1.788	1.582	2.043	1.974
표준편차	.688	.806	.816	.815	.825	.856	.758	.937	.912	.888	.999	.531	.542	.527	.726	.652
예도	.847	1.121	.815	.644	.469	.099	.365	.445	.562	.539	.332	.828	.483	.781	.138	.338
침도	.151	.578	-.199	-.023	-.116	-.892	-.527	-.847	-.486	-.472	-.874	.925	-.609	-.297	-.868	-.639

주. ** $p < .01$, *** $p < .001$

표 2. 측정모형의 적합도 지수

(N=390)

	χ^2	df	RMR	NFI	TLI	CFI	RMSEA
측정모형	288.009	98	.027	.938	.949	.958	.071

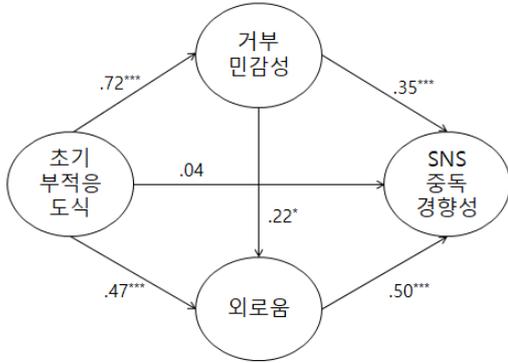
표 3. 측정모형의 요인부하량

잠재변수	측정변수	B	β	S.E.	t
초기부적응도식	단절 및 거절	1.00	.870		
	손상된 자율성 및 수행	1.04	.898	.045	23.449***
	타인중심성	.826	.711	.051	16.245***
	과도한 경계 및 억제	.846	.719	.051	16.526***
	손상된 한계	.740	.606	.057	13.064***
거부민감성	예기분노	1.00	.701		
	예기불안	1.11	.804	.080	13.918***
	과잉반응	.966	.716	.077	12.621***
	거부지각	1.13	.748	.087	13.123***
외로움	외로움1	1.00	.889		
	외로움2	1.03	.932	.035	29.262***
	외로움3	.975	.913	.035	27.781***
	외로움4	.933	.900	.035	26.875***
SNS중독경향성	집착 및 금단	1.00	.934		
	과도한 시간낭비	1.10	.746	.061	18.065***
	과잉소통 및 몰입	1.05	.797	.053	20.066***

주. *** $p < .001$

표 4. 연구모형과 경쟁모형의 적합도 비교

	χ^2	df	RMR	NFI	TLI	CFI	RMSEA	ECVI	BIC
연구모형	288.009	98	.027	.938	.949	.958	.071	.936	552.722
경쟁모형	288.279	99	.027	.938	.949	.958	.070	.931	509.027
χ^2 차이검증 A : B			$\Delta\chi^2 = \chi_{B^2} - \chi_{A^2} = .27(\Delta df = 1)$						



주. * $p < .05$, *** $p < .001$

그림 3. 연구모형 검증

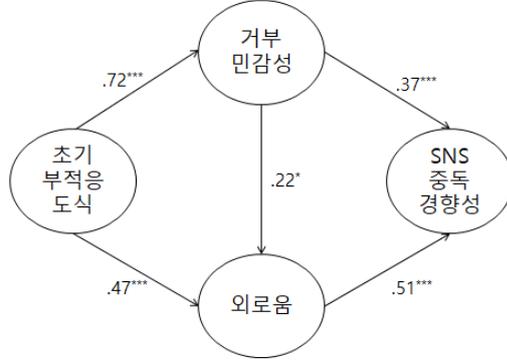


그림 4. 경쟁모형 검증

간명성에 따라 자료를 더 잘 설명하는 모형이라 할 수 있는 경쟁모형이 최종모형으로 선택되었다. 연구모형과 경쟁모형의 경로계수를 살펴 본 결과, 경쟁모형에서 초기부적응도식이 거부민감성에 이르는 표준경로계수는 .72($p < .001$)로 유의하게 영향을 미치고, 거

부민감성은 SNS중독경향성에 .37($p < .001$)로 유의한 영향을 미치며, 초기부적응도식이 외로움에 이르는 표준경로계수는 .47($p < .001$)로 유의하게 영향을 미치고, 외로움도 .51($p < .001$)로 SNS중독경향성에 유의한 영향을 미쳤다. 또한, 거부민감성이 외로움에 이르는 표준경로

표 5. 연구모형과 경쟁모형(최종모형)의 경로계수 비교

		경로	B	β	S.E.	t	
연구 모형	초기부적응도식	→	거부민감성	.675	.720	.058	11.636***
	초기부적응도식	→	외로움	.354	.468	.056	6.371***
	거부민감성	→	외로움	.175	.217	.060	2.905*
	초기부적응도식	→	SNS중독경향성	.025	.036	.048	.596
	거부민감성	→	SNS중독경향성	.260	.347	.052	4.996***
	외로움	→	SNS중독경향성	.468	.504	.049	9.486***
경쟁 모형	초기부적응도식	→	거부민감성	.677	.722	.058	11.687***
	초기부적응도식	→	외로움	.355	.470	.056	6.375***
	거부민감성	→	외로움	.173	.215	.061	2.864*
	거부민감성	→	SNS중독경향성	.277	.370	.040	6.842***
	외로움	→	SNS중독경향성	.476	.514	.046	10.320***

주. * $p < .05$, *** $p < .001$

계수도 .22($p < .05$)로 유의하게 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 이러한 결과는 초기부적응도식 그 자체로 SNS중독경향성에 직접적으로 영향을 주어 증상을 증가시키기보다는 초기부적응도식이 거부민감성에 영향을 주어 SNS중독경향성을 증가시키거나 초기부적응도식이 외로움에 영향을 주어 SNS중독경향성을 증가시키고, 초기부적응도식이 거부민감성에 영향을 주고 이는 외로움으로 이어져 SNS중독경향성을 증가시킨다는 것을 보여주는 결과이다. 연구모형과 경쟁모형의 경로계수는 표 5에 제시하였다.

최종모형의 매개효과 검증

본 연구는 원자료(N=390)에서 1,000개의 부트스트랩 표본을 추출하여 95% 신뢰구간에서 매개효과를 검증하였다. 부트스트랩 절차에 따른 간접효과 검증 결과는 표 6과 같다.

매개효과 검증 결과, 초기부적응도식에서 SNS중독경향성에 이르는 직접경로가 유의하지 않음을 알 수 있고 다른 모든 경로는 유의한 것으로 나타났다. 따라서 부트스트랩을 통한 간접효과가 유의한 경로는 초기부적응도식이 거부민감성을 통하여 SNS중독경향성에 영향

을 미치는 경로와 초기부적응도식이 외로움을 통하여 SNS중독경향성에 영향을 미치는 경로, 초기부적응도식이 거부민감성에 영향을 미치고 거부민감성이 외로움에, 외로움이 SNS중독경향성에 영향을 미치는 경로이다.

개별 매개효과를 확인하기 위해 팬텀변수를 활용하여 검증한 결과, 초기부적응도식에서 거부민감성을 매개로 하여 SNS중독경향성에 영향을 미치는 경로 .187($p < .01$), 초기부적응도식에서 외로움을 매개로 하여 SNS중독경향성에 영향을 미치는 경로 .169($p < .01$), 초기부적응도식에서 거부민감성과 외로움을 순차적으로 매개로 하여 SNS중독경향성에 미치는 경로 .056($p < .01$) 즉, 세 개의 경로에서 유의하게 나타났다. 경로는 각각 95%의 신뢰구간에서 0을 포함하지 않아 각각의 개별 간접효과 유의성이 검증되었다(표 7). 초기부적응도식에서 거부민감성을 매개로 하여 SNS중독경향성에 영향을 미치는 경로가 유의하게 나타난 결과는 초기부적응도식이 거부민감성을 일으키고, 거부민감성이 SNS중독경향성에 영향을 준다는 의미이며, 초기부적응도식에서 외로움을 매개로 하여 SNS중독경향성에 영향을 미치는 경로가 유의하게 나타난 결과는 초

표 6. 매개효과 검증 결과

	경로	직접효과	간접효과	총효과
초기부적응도식	→ 거부민감성	.722**	-	.722**
	→ 외로움	.470**	.155**	.625**
	→ SNS중독경향성	-	.589**	.589**
거부민감성	→ 외로움	.215**	-	.215**
	→ SNS중독경향성	.370**	.110**	.480**
외로움	→ SNS중독경향성	.514**	-	.514**

주. ** $p < .01$

표 7. 팬텀변수를 통한 개별매개효과의 유의성 검증

경로	B	Bootstrapping 95% 신뢰구간 {Lower, Upper}
초기부적응도식 → 거부민감성 → SNS중독경향성	.187**	{.137, .239}
초기부적응도식 → 외로움 → SNS중독경향성	.169**	{.115, .236}
초기부적응도식 → 거부민감성 → 외로움 → SNS중독경향성	.056**	{.022, .089}

주. ** $p < .01$

기부적응도식이 외로움을 일으키고, 외로움이 SNS중독경향성에 영향을 미친다는 것을 의미한다. 또한, 초기부적응도식에서 거부민감성과 외로움을 순차적으로 매개하여 SNS중독경향성에 미치는 경로가 유의하게 나타난 결과는 초기부적응도식이 거부민감성을 일으키고, 거부민감성이 외로움을 발생시켜 SNS중독경향성에 영향을 주는 것을 의미한다.

논 의

본 연구는 청소년의 SNS중독경향성과 관련하여 상담 장면에서 활용할 수 있는 실제적인 개입 방안의 기초 자료를 제공하기 위하여, 초기부적응도식과 SNS중독경향성의 관계에서 거부민감성과 외로움의 매개효과 및 주요 변인들의 구조적 관계를 확인하였다. 본 연구의 결과를 정리하고 이를 논의하면 다음과 같다.

첫째, 주요 변인들 사이의 관련성을 살펴보기 위하여 상관분석을 실시한 결과, 초기부적응도식, 거부민감성, 외로움, SNS중독경향성은 모두 유의한 정적 상관을 보였다. 초기부적응도식의 모든 영역이 SNS중독경향성과 정적인 상관관계를 보였는데, 이는 선행연구(김수성,

2016)와도 일치된 결과이다. 초기부적응도식과 거부민감성의 관계에 있어서는 단절 및 거절도식이 거부민감성과 유의한 정적 상관을 보였다는 선행연구(유아진, 서영석, 2017; 이주희, 2019)와 타인-중심성 도식과 거부민감성이 정적인 상관관계라는 연구 결과(최시원, 2019)를 재확인한 것일 뿐 아니라, 초기부적응도식의 다른 하위변인인 손상된 자율성 및 손상된 수행도식, 과잉경계 및 억제도식, 손상된 한계도식도 거부민감성과 유의한 정적인 상관관계가 있음이 확인되었다.

둘째, 초기부적응도식, 거부민감성, 외로움, SNS중독경향성의 구조적 관계를 확인하기 위해 구조모형을 검증한 결과, 초기부적응도식은 거부민감성과 외로움에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 초기부적응도식이 거부민감성에 유의한 영향을 미친다는 연구 결과(유아진, 서영석, 2017; Young et al., 2003)를 경험적으로 지지하며, 초기부적응도식이 외로움에 영향을 준다는 연구 결과(김지연 외, 2011; 이수진, 2012)와 일치한다. 본 연구에서의 구체적인 결과를 살펴보면, 초기부적응도식이 거부당할지도 모른다는 기대에 대한 예기분노와 예기불안, 거부를 지각한 후의 과잉반응과 거부지각 수준에 정적인 영

향을 미친다는 것이다. 이는 초기부적응도식을 가진 내담자가 사회적 상황에서 거부를 당할지도 모른다고 예상하면서 분노와 불안 수준이 높아지고, 모호하고 사소한 상황에서도 예민하게 거부로 지각하여, 회피와 같은 과잉 반응을 하게 된다고 해석할 수 있다. 이와 함께, 초기부적응도식의 모든 영역이 외로움에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 초기부적응도식의 단절 및 거절영역은 외로움과 가장 높은 영향 관계를 보였다. 이는 외로움이 어린 시절 주양육자와의 상호작용 경험과 관련되며, 이것이 초기부적응도식의 발달을 이끈다(Young, 1994)는 주장을 뒷받침하는 결과이다. 생애 초기 중요한 타인과의 관계가 만족스럽고 안정적으로 형성되지 못하여 채워지지 않은 관계의 욕구가 외로움을 유발한다고 볼 수 있다.

거부민감성은 외로움에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 거부민감성이 높은 사람의 경우, 사회적 회피와 철수와 같은 기제를 사용함으로써 사회적 상호작용의 양과 질을 감소시켜 외로움을 유발한다(Watson & Nesdale, 2012)는 연구 결과를 지지한다. 또한, 거부민감성과 외로움이 SNS중독경향성에 직접적인 영향을 주는 것으로 나타났다. 이는 거부민감성이 높을 때 중독적으로 휴대폰을 사용하는 경향이 높으며(심보현, 2013), 거부민감성이 높을수록 SNS중독경향성이 높다(이선경, 2017)는 선행연구를 지지한다. 그리고 외로움을 SNS중독경향성의 위험요인으로 확인한 연구(이정화, 김호영, 강정석, 2017), 외로움을 많이 느낄수록 외로움을 보상받기 위해 SNS를 습관적으로 사용하게 되고 SNS 중독으로까지 이어질 가능성이 높은 것으로 보고한 연구(박웅기, 2013)와 일치하는 결과이다. 이처럼 거

부민감성과 외로움을 지닌 내담자들이 현실세계에서 충족되지 못한 관계의 욕구를 충족시키기 위해 SNS의 가상공간을 통해 타인과 유대감을 형성해 나가려는 경향성이 높다고 볼 수 있다.

초기부적응도식이 SNS중독경향성에 미치는 영향에 대해서는 간접효과만이 유의하게 나타났다. 이는 초기부적응도식이 거부민감성과 외로움을 거쳐서 SNS중독경향성에 영향을 미치는 것으로, 초기부적응도식 그 자체가 SNS중독경향성을 바로 일으키는 것이 아니라 초기부적응도식이 거부민감성과 외로움을 일으켜서 SNS중독경향성에 영향을 미친다는 것을 의미한다. 청소년기는 친밀성의 욕구가 높은 발달단계로, 소속감과 지지적인 사회적 관계망에 대해 의존하는 정도가 높으며, 그러한 친밀한 상태를 기대하는 경향성이 있다(Brennan, 1982; Russell et al., 1980). 따라서 청소년들에게 관계의 욕구가 좌절되는 경험과 관련된 정서인 거부민감성과 외로움의 영향력이 클 것으로 예상되며, 초기부적응도식을 지닌 청소년이 거부민감성과 외로움을 느낄 때 사회적 관계망인 SNS를 통해 이러한 관계의 욕구를 충족해 가려는 것으로 볼 수 있다. 이를 통해, SNS중독경향성을 지닌 청소년 내담자의 경우 초기부적응도식이 유발하는 정서적인 요인에 초점을 두어 상담적 개입을 하는 것이 효과적일 것으로 기대할 수 있다.

셋째, 연구모형과 경쟁모형을 검증한 결과 초기부적응도식과 SNS중독경향성의 관계에서 거부민감성과 외로움이 완전매개 및 이중매개하는 경쟁모형이 유의하여 최종모형으로 선정되었다. 이는 초기부적응도식이 거부민감성을 매개로 SNS중독경향성에 영향을 미치고, 초기부적응도식이 외로움을 매개로 SNS중독경향성

에 영향을 미치며, 초기부적응도식이 거부민감성과 외로움을 순차적으로 거치는 이중매개로 SNS중독경향성에 영향을 미치는 결과다. 이를 통해 초기부적응도식이 거부민감성이나 외로움을 일으켜서 SNS중독경향성에 영향을 주며, 초기부적응도식이 거부민감성을 일으키고 거부민감성은 외로움을 유발하여 SNS중독경향성에 영향을 미치는 것으로 볼 수 있다. 이는 결국 초기부적응도식 그 자체보다 초기부적응도식이 일으키는 부정적인 정서가 SNS중독경향성에 높은 영향력을 갖고 있다는 것을 경험적으로 입증한 것이다. 따라서 초기부적응도식에서 SNS중독경향성의 문제로 이어지는 매개경로인 거부민감성과 외로움이 SNS중독경향성을 해결하는 데 있어서 중요한 단서가 될 수 있다.

연구 결과를 바탕으로 한 본 연구의 의의와 시사점은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 SNS중독경향성에 영향을 미치는 보다 근원적인 요인에 대한 탐색이 이루어졌다고 볼 수 있다. 지금까지 SNS중독경향성에 영향을 미치는 다양한 변인들에 대한 연구가 이루어지고, 여러 정서적인 변인과 SNS중독경향성 간의 관계에 대한 연구가 이루어졌으나 SNS중독경향성과 관련하여 초기부적응도식에 대한 연구는 미비한 실정으로 최근에서야 연구되고 있는 추세이다. 본 연구에서는 대인관계의 어려움과 그로 인한 부정적인 정서가 SNS중독경향성에 영향을 끼치는 점에 주목하여 부정 정서를 일으키는 초기부적응도식에 대해 탐색하였으며, SNS중독경향성과 초기부적응도식의 관계성을 밝혔다는데 의의가 있다. SNS중독경향성을 보이는 내담자에 대한 상담 과정에서 생애 초기 주요한 타인과의 관계 속에서 좌절되었거나 충족되지 못했던 욕

구를 탐색하여 SNS중독경향성의 근본적인 원인을 찾아가는 것은 SNS중독경향성을 가진 청소년을 이해하는 기초 자료가 되며, SNS중독경향성 문제점 해결에 있어서 효과를 높일 수 있을 것이다.

둘째, 고등학생의 초기부적응도식과 SNS중독경향성의 관계에서 거부민감성과 외로움의 매개효과를 살펴봄으로써 거부민감성과 외로움이 초기부적응도식에 의해 활성화되어 SNS중독경향성에 영향을 주는 정서변인임을 확인하였다는 데 의의가 있다. 이러한 결과는 초기부적응도식으로 인해 생겨난 거부민감성과 외로움이 청소년 시기의 SNS중독경향성과 높은 관련성이 있고, 이러한 정서적 요인에 의해 SNS중독경향성의 정도가 달리 나타날 수 있음을 시사한다. 내담자의 삶에서 무의식적이고 자동적으로 작용하는 심리도식을 확인하고 치료하기 위하여 우선적으로 정서 요인에 초점을 둘 것을 제안한 Young의 심리도식치료 이론을 바탕으로, 상담자는 SNS중독경향성을 가진 내담자가 거부민감성이나 외로움의 정서 반응을 보이는지 살펴서 상담 과정에서 주요한 요소로 다루는 전략을 세울 필요성이 제시되었다. 상담자는 거부민감성과 외로움이 높은 내담자가 신뢰롭고 안전한 치료적 관계에서 어린 시절 좌절되었던 내담자의 핵심욕구를 탐색하여 내담자가 이를 자각하고 그에 대한 정서를 충분히 느끼고 표현할 수 있도록 도와주어야 한다. 상담자를 통해 제공되는 안전한 환경으로서의 치료적 관계는 내담자가 과거의 관계에서는 기대하지 못했던 환경을 경험하게 하고 자신의 고통스러운 경험에 담겨 있는 정서를 있는 그대로 수용하고 조절할 수 있는 능력을 가지게 하며 타인에게도 변화된 모습을 보일 수 있게 한다(김영근, 2016).

이것은 상담자 자신이 상담과정에서 치료적 도구로 사용되어 내담자의 변화를 이끌게 되는 것(김영근, 2013)이라 볼 수 있다. 이처럼, 상담자를 통해 자신의 있는 모습 그대로를 이해 받고 수용 받는 경험은 자신의 거부민감성과 외로움을 이해하고 수용하는 데 있어서도 매우 중요하며, 이를 통해 내담자는 자신의 삶 속에서 안정적이고 만족스러운 관계를 확장해가고 재경험함으로써 심리도식을 약화시켜 그에 따른 부적응적인 대처방식을 줄여나가게 된다면 SNS중독경향성을 해결하는데 효과적일 것이다. 이것은 치료적 관계가 내담자의 심리도식을 치유하는 해독제 역할을 한다(Young et al., 2003)고 강조한 심리도식치료이론의 적용이라 할 수 있다.

셋째, 본 연구는 청소년의 초기부적응도식, 거부민감성, 외로움, SNS중독경향성의 관계를 통합적으로 확인하고, 청소년의 SNS중독경향성이 초기부적응도식, 거부민감성, 외로움을 통해 영향을 미치는 경로를 밝힌 첫 연구라는 것에 의의가 있다. 초기부적응도식이 다양한 대인관계의 경험에 대해 해석하고 대처하는 방식에 영향을 미친다(김은정, 2010; Bretherton et al., 1990)는 점을 염두에 두고, 청소년들의 심리적 상태를 점검하는 적절한 개입을 통해 청소년들이 적응적인 대인관계를 형성하도록 돕는 것이 SNS중독경향성의 문제를 해결해 나가는 좀 더 효율적인 접근임을 시사한다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 청소년의 SNS중독경향성에 영향을 주는 초기부적응도식 관련 정서적 요인 중 거부민감성과 외로움의 영향만을 확인하였다. 따라서 후속 연구에서는 초기부적응도식이 유발하는 다양한 정서적 요인들을

탐색하여 SNS중독경향성과의 관련성을 확인할 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서는 초기부적응도식, 거부민감성과 외로움, SNS중독경향성의 관계를 각각의 하위요인별로 구체적으로 살펴보는 못했다. 후속연구에서 각 변인들 간의 관계를 하위요인별로 살펴보면 내담자의 치료 개입에 보다 구체적인 정보를 제공할 수 있을 것으로 보인다.

셋째, 본 연구는 청소년들 중에서 고등학생만을 대상으로 연구가 실시되었기 때문에 연구 결과를 모든 청소년들에게 일반화하기는 어렵다. 중학생에 대한 연구를 포함한 보다 광범위한 표집 대상을 선정하여 일반화할 수 있는 후속 연구가 요구된다. 또한, SNS의 이용 연령층이 다양한 만큼 아동, 대학생, 성인 등 여러 연령층을 대상으로 한 연구의 확장이 필요하다.

넷째, 설문 참여자들이 미성년자들인데 문항의 수가 많다 보니 무성의하거나 불성실하게 응답하는 경우가 많았다. 연구 계획 수립과 자료 수집 시 이를 고려할 필요가 있다. 특히, 남학생 설문지의 탈락률이 높아서 계획과 달리 남녀의 비율이 균등하지 않은 한계점이 있었다. 후속 연구에서 성비의 균형을 보완하면 일반화의 가능성이 더 높아질 것이다. 또한, 남녀 간의 비교 연구도 보다 구체적인 상담 전략을 세우는 데 의미가 있을 것이다.

마지막으로, 부산의 여러 지역 참여자들을 대상으로 설문조사를 진행했으나 특정한 지역 학생들의 비율이 높으므로 추후 연구에서는 보다 지역별로 비슷한 비율로 표집하는 연구를 진행할 필요가 있다.

참고문헌

- 강현철 (2013). 구조방정식모형에서 적합도지수의 해석과 모형적합 전략에 대한 논의. 한국자료분석학회지, 15(2), 653-668.
- 김수성 (2016). 초기부적응도식이 SNS 중독경향성에 미치는 영향: 정서조절곤란의 매개효과. 전북대학교 석사학위논문.
- 김영근 (2013). 치료적 요인으로서의 상담자 요인에 대한 내담자의 인식 차원. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 25(2), 203-226.
- 김영근 (2016). 치료적 관계 안에서의 내담자의 변화와 성장. 인간·환경·미래, (17), 111-142.
- 김은정 (2010). 아동기 외상과 초기성인기 우울 수준과의 관계: 초기부적응도식과 정서표현 양가성 회피대처방식의 매개효과. 경북대학교 박사학위논문.
- 김지연, 신민섭, 이영호 (2011). 대학생의 외로움 및 우울의 인지적 특성: 초기부적응도식을 중심으로. 청소년문화포럼, 27, 40-60.
- 김지하 (2014). 성격특성과 친애욕구가 페이스북 활동과 SNS 중독경향성에 미치는 영향. 한국상담대학원 석사학위논문.
- 김진선 (2009). 거절민감성이 외로움에 미치는 영향: 자기 침묵을 매개변인으로. 아주대학교 석사학위논문.
- 김현지 (2003). 어머니와의 애정적 유대와 아동의 외로움 및 대인관계 성향. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 김형지, 김정환, 정세훈 (2012). 스마트폰 중독의 예측 요인과 이용 행동에 관한 연구. 사이버커뮤니케이션학보, 29(4), 55-93.
- 도현심 (1999). 부모에 대한 애착 및 또래경험과 초기 청소년의 외로움간의 관계. 아동학회지, 20(3), 33-49.
- 박명진, 양난미 (2017). 대학생 거부민감성척도 개발 및 타당화. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 29(1), 103-127.
- 박선영, 도현심 (1998). 가족기능 및 자아존중감과 청소년의 외로움간의 관계. 아동학회지, 19(1), 229-244.
- 박용기 (2013). 청소년의 SNS 중독에 관한 탐색적 연구. 언론과학연구, 13(4), 305-342.
- 박지은 (2018). 고등학생의 거부민감성이 또래관계의 질에 미치는 영향: 정서표현 양가성의 매개효과. 한양대학교 석사학위논문.
- 서경현, 조성현 (2013). SNS 중독경향성 관련 요인 탐색: 내현적 자기애, 자기체시 동기 및 소외감을 중심으로. 한국심리학회지: 건강, 18(1), 239-250.
- 심보현 (2013). 청소년의 거절 민감성 및 부모-자녀 의사소통과 스마트폰 중독의 관계. 홍익대학교 석사학위논문.
- 오누리 (2018). 대인관계문제가 SNS중독경향성에 미치는 영향: 자기개념명확성의 매개효과. 한국외국어대학교 석사학위논문.
- 오윤경 (2012). SNS중독경향성과 외로움, 우울, 대인관계, 사회적지지의 관계. 한국상담대학교 석사학위논문.
- 우공선 (2011). 모바일 소셜 네트워크 서비스의 이용 충족과 중독 연구. 동국대학교 석사학위논문.
- 유아진, 서영석 (2017). 단절 및 거절 도식과 정서적 단절의 관계에서 거부민감성과 친밀함에 대한 두려움의 매개효과. 상담학연구, 18(5), 41-60.
- 이미열 (2006). 청소년기 애착과 우울증과의 관

- 계: 초기부적응도식의 매개효과를 중심으로. 아주대학교 석사학위논문.
- 이선경 (2017). 불안정 성인애착과 SNS중독경향성의 관계: 거부민감성의 매개효과. 성신여자대학교 석사학위논문.
- 이수진 (2012). 외로움과 대인관계문제의 관계에서 초기부적응도식의 조절효과. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 이정화, 김호영, 강정석 (2017). 외로움이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향. 성별에 따른 대인관계 지향성의 조절 효과. 한국심리학회지: 임상, 36(2), 154-164.
- 이주희 (2019). 단절 및 거절도식과 외로움의 관계: 거절민감성, 정서표현 양가성 및 친밀함에 대한 두려움의 매개효과. 인제대학교 석사학위논문.
- 이희경, 김경희, 이홍권 (2014). 거부민감성이 공격성에 미치는 영향: 긍정정서를 통한 파국적 사고의 매개된 조절효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 26(1), 97-121.
- 임도윤 (2017). 청소년의 내현적 자기애, 초기부적응도식, 대인관계문제, SNS 중독경향성의 관계. 인천대학교 석사학위논문.
- 장혜진 (2002). 휴대폰 중독적 사용집단 청소년들의 심리적 특성: 자기개념, 애착, 자기통제력, 충동성을 중심으로. 성신여자대학교 석사학위논문.
- 전효정, 이귀옥 (1999). 청소년기 외로움과 부적응에 관한 이론 고찰. 경성대학교 논문집, 20(1), 289-303.
- 정하나 (2015). 청소년의 초기부적응도식과 거부민감성이 대인관계문제에 미치는 영향. 대구 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 정춘화 (2018). 고등학생의 SNS 이용동기, 대인관계능력, 자아존중감이 SNS 중독경향에 미치는 영향. 학습자중심교과교육연구, 18, 637-655.
- 최시원 (2019). 대학생의 초기부적응도식과 관계중독의 관계: 거부민감성과 정서조절곤란의 매개효과. 대구가톨릭대학교 석사학위논문.
- 통계청 (2017). 2017년 청소년 통계. <http://kosis.kr> 에서 검색
- 홍구표, 전해성 (2017). 대학생의 SNS중독경향성과 대인관계문제 간의 관계: 사회적 지지의 조절효과를 중심으로. 보건사회연구, 37(1), 34-67.
- 홍세희 (2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정 기준과 그 근거. 한국심리학회지: 임상, 19(1), 161-177.
- 황희은, 김향숙 (2015). 자존감, 사회불안 및 대인관계 지향성이 중학생의 SNS 중독경향성에 미치는 영향. 청소년학연구, 22(9), 233-253.
- 정보통신정책연구원 (2016). 한국의 소셜 네트워크 서비스(SNS)의 사용자 특성 및 사용 결정 요인 분석. 서울: KISDI 보고서. <http://www.kisdi.re.kr> 에서 검색
- 한국인터넷진흥원 (2009). 인터넷 이용자의 SNS 이용 실태 조사. <http://www.kisa.or.kr> 에서 검색
- 한국인터넷진흥원 (2014). 2014모바일 인터넷 이용 실태 조사 최종보고서. <http://www.kisa.or.kr> 에서 검색
- 한국정보화진흥원 (2013). 2012년 인터넷 중독 실태 조사. 서울. <http://www.nia.or.kr> 에서 검색
- 한국정보화진흥원 (2015). 2015년 인터넷 과의존 실태 조사. <http://www.nia.or.kr> 에서 검색

- Asher, S. R., & Paquette, J. A. (2003). Loneliness and peer relations in childhood. *Current Directions in Psychological Science*, 12(3), 75-78.
- Brennan, T. (1982). Loneliness at adolescence. In L. Peplau, & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A source book of current theory, research and therapy* (pp. 269-290). New York: Wiley.
- Bretherton, I., Ridgeway, D., & Cassidy, J. (1990). Assessing internal working models of the attachment relationship. In M. T. Greenberg, D. Cicchetti, & E. M. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (pp. 273-308). Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Feldman, S., & Downey, G. (1994). Rejection sensitivity as a mediator of the impact of childhood exposure to family violence on adult attachment behavior. *Development and Psychopathology*, 6(1), 231-247.
- Heinrich, L. M., & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26(6), 695-718.
- Hofmann, W., Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. (2012). What people desire, feel conflicted about, and try to resist in everyday life. *Psychology Science*, 26(6), 582-588.
- Levy, S. R., Ayduk, O., & Downey, G. (2001). *The role of rejection sensitivity in people's relationships with significant others valued social groups*. New York: Oxford University Press.
- Pietrzak, J., Downey, G., & Ayduk, O. (2005). Rejection sensitivity as an interpersonal vulnerability. *Interpersonal Cognition*, 1, 62-84.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The Revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472-480.
- Russell, D. W., Kahn, J. H., Spoth, R., & Altmaier, E. M. (1998). Analyzing data from experimental studies: A latent variable structural equation modeling approach. *Journal of Counseling Psychology*, 45(1), 18-29.
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: Norton.
- Shaver, P. R., & Rubenstein, C. (1980). Childhood attachment experience and adult loneliness. In L. Wheeler (Ed.), *Review of personality and social psychology* (Vol. 1, pp. 42-73). Beverly Hills, CA: Sage.
- Taylor, A. B., MacKinnon, D. P., & Tein, J. Y. (2008). Tests of the three-path mediated effect. *Organizational research methods*, 11(2), 241-269.
- Valkenburg, P. M., Schouten, A. P., & Peter, J. (2005). Adolescents' identity experiments on the Internet. *New Media & Society*, 7(3), 383-402.
- Watson, J., & Nesdale, D. (2012). Rejection sensitivity, social withdrawal, and loneliness in young adults. *Journal of Applied Social Psychology*, 42(8), 1984-2005.
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Woodward, J. (1988). *The solitude of loneliness*. Lexington, MA: Lexington Books.
- Young, J. E. (1990). *Cognitive therapy for personality disorders*. Sarasota, FL: Professional Resources

- Press.
- Young, J. E. (1994). *Young Parenting Inventory*.
New York: Cognitive Therapy Center of New
York.
- Young, J. E. (1999). *Cognitive therapy for personality
disorders: A schema-focused approach* (rev. ed.).
Sarasota, Fl: Professional Resources Press.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E.
(2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*.
New York: Guilford Press.

원 고 접 수 일 : 2019. 09. 03

수정원고접수일 : 2019. 11. 16

게 재 결 정 일 : 2020. 01. 22

The Structural Relationships Among Early Maladaptive Schema, Rejection Sensitivity, Loneliness, and Social Network Services Addiction Tendency in High School Students

Gisuk Kim

Inje University / Student

Youngkeun Kim

Inje University / Professor

This study aimed to verify the structural relationship of early maladaptive schema, rejection sensitivity, loneliness, and social network services (SNS) addiction tendency in adolescents and to analyze the mediating effects of rejection sensitivity and loneliness on the effect of early maladaptive schema on SNS addiction tendency, using structural equation modeling. The results indicated that early maladaptive schema affected SNS addiction tendency through rejection sensitivity or loneliness, and early maladaptive schema was affected through double mediation through rejection sensitivity and loneliness, sequentially. This study confirmed that rejection sensitivity and loneliness caused by early maladjustment schema are highly correlated with SNS addiction tendency in adolescents, which suggests that counseling strategies for these clients should address emotional responses. The significance and limitations of the study, as well as recommendations for future research are discussed.

Key words : early maladaptive schema, rejection sensitivity, loneliness, SNS addiction tendency