

## SNS 중독 경향자의 온라인 자기개방 수준에 따른 외현적/암묵적 자존감의 차이\*

서 채 리<sup>1)</sup> 김 지 영<sup>2)</sup> 김 기 호<sup>1)</sup> 강 리 라<sup>1)</sup> 이 장 헌<sup>1)†</sup>

<sup>1)</sup>중앙대학교

<sup>2)</sup>한림대학교 성심병원

본 연구는 사회 연계망 서비스(Social Network Service: SNS) 중독 경향자의 온라인 자기개방이 외현적 및 암묵적 자존감에 미치는 영향을 확인하고자 하였다. 대학생 394명을 대상으로 SNS 중독 경향 척도를 실시하여 SNS 중독 경향 집단과 SNS 저사용 집단으로 나누고, 온라인 자기개방 설문 점수를 반분하여 SNS 중독 경향-고자기개방 집단(High addiction-High disclosure: HH) 30명, SNS 중독 경향-저자기개방 집단(High addiction-Low disclosure: HL) 30명, SNS 저사용 집단(Low addiction-Null: LN) 28명으로 총 88명을 선별하였으며, 암묵적 자존감 연합검사와 자기보고식 설문지를 통해 암묵적 및 외현적 자존감을 측정하였다. 실험 결과, LN 집단에 비해 HL 집단의 암묵적 자존감은 낮았으며 외현적 자존감에선 차이가 없었다. 반면 LN 집단에 비해 HH 집단의 외현적 자존감은 낮았으며 암묵적 자존감에선 차이가 없었다. 본 연구는 SNS 중독 경향-저자기개방 집단에서 낮은 암묵적 자존감을 특징으로 하는 방어적 자존감 특성을 확인한 반면 SNS 중독 경향-고자기개방 집단에서는 낮은 외현적 자존감을 특징으로 하는 손상된 자존감 특성을 확인하였다. 이를 통해 SNS 중독 경향자의 온라인 자기개방과 자존감의 하위 유형 간 차별적인 패턴을 보였고, SNS의 자기개방 수준과 자존감 유형을 고려하여 SNS 중독 예방에 효과적인 훈련 프로그램을 개발할 수 있을 것으로 시사된다.

주요어: SNS 중독, 외현적 자존감, 암묵적 자존감, 온라인 자기개방

\* 이 논문은 2018년도 중앙대학교 CAU GRS의 지원과 2013년 정부(교육과학기술부)의 재원으로 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임 (NRF-2013S1A5A2A01019443).

† 교신저자: 이장헌, 중앙대학교 심리학과, (06974) 서울시 동작구 흑석로 84

Tel: 02-820-5751, E-mail: clipsy@cau.ac.kr

타인과의 온라인 관계망 구축을 전제로 하는 사회 연계망 서비스(social network service: SNS)는 다수의 사람이 공공의 주제를 공유하며 의견을 논하는 표현 매개체이다. SNS 이용자들은 자신의 일상이나 관심사, 관련 사진, 글 등을 게시할 수 있고, 전혀 알지 못하는 불특정 다수와 상호작용할 수 있다(우혜진 등, 2017; Ellison, 2007). SNS가 일상생활에 만연해지면서 과도한 사용에 따른 문제적인 면모를 보인다. 과도한 사용은 SNS의 중독적인 차원과 관련 되는데(Andreassen et al., 2013), SNS 중독 경향성은 온라인에서의 대인관계에 과도하게 몰두하고, 금단 및 내성 증상을 보이며, 일상생활에 역기능적인 영향을 주는 것으로 정의된다(정소영, 김종남, 2014). SNS 중독과 다른 행위 중독의 공통적인 개념은 금단, 내성, 일상생활 장애이며, 실제 대인관계에 부정적인 영향을 미친다(김은미, 이동후, 임영호, 정일권, 2011; 서경현, 조성현, 2013; 오윤경, 2012; 최현석, 이현경, 하정철, 2012).

SNS를 중독적으로 사용하는 사람 중에서도 SNS 사용 패턴은 이질적이다. SNS 중독을 설명하는 공통적인 동기는 자기표현으로, SNS 사용자는 자기표현의 맥락에서 서로 다른 패턴을 보인다. SNS에서 자기표현이란 자신의 있는 그대로의 모습을 보여주는 것이 아니라 타인에게 보여주고 싶은 자신의 정체성을 선별적으로 노출하여 자신에 대한 부정적인 인상을 최소화하는 것이다(Zhao, Grasmuck, & Martin, 2008. Goffman, 1959). 타인에게 긍정적인 자기상을 개방하고자 하는 차원에서 이루어기 때문에 SNS는 현실에서 실현하지 못한 이상적 자아의 모습을 온라인 가상 공간에서 형성할 수 있도록 한다(신혜선, 윤석희, 2017). 즉, SNS에서 '이상적 자기'를 개방하여 상호작용하는 방식은 SNS의 중독적인 사용에 영향을 미친다(Kalpidou, Costin, & Morris, 2011). SNS 중독 경향자 중에서도 자신과 관련된 글을 많이 올리며 자기개방을 많이 하는 이들이 있는가 하면 자기개방 없이 주로 타인의 게시글에 댓글만 달거나 눈으로만 보는 사람들이 있

다. 선행 연구에 따르면 이러한 온라인 자기개방의 서로 다른 유형은 자존감과 밀접하게 관련된다(Armstrong, Phillips, & Saling, 2000; De Cock et al., 2014; Kalpidou et al., 2011; Mehdizadeh, 2010).

SNS 중독은 자존감과 정적 상관을 가지며(Armstrong et al., 2000; De Cock et al., 2014; Steinfield, Ellison, & Lampe, 2008), SNS 중독 경향자 대부분은 대인관계에서 낮은 만족감 및 낮은 자존감과 높은 상관을 보였다(Andreassen et al., 2013; Andreassen, Torsheim, Brunborg, & Pallesen, 2012; Andreassen, Torsheim, & Pallesen, 2014; Ryan, Chester, Reece, & Xenos, 2014). 즉, 자존감이 낮은 사람일수록 SNS를 자주 확인하고 더 오랜 시간 머물며, SNS에서 자기표현 행동을 더 많이 한다(Mehdizadeh, 2010). 낮은 자존감 및 자기애를 가진 사람들은 직접적인 대인 상호작용 없이 자기개방을 할 수 있는 안전한 장소로서 SNS를 선택하고(Błachnio, Przepiorka, Boruch, & Bałakier, 2016), 이는 자기개방 전 자신을 검열할 기회가 있는 온라인에서 활발히 참여한다는 의미로 해석될 수 있다. SNS 사용에 자존감이 직접적으로 영향을 미치지 않는다는 연구에서도 암묵적 자존감에 비해 외현적 자존감이 낮을 경우 SNS의 사용 빈도가 높은 상관을 보인다고 보고했다(Barry, Doucette, Loflin, Rivera-Hudson, & Herrington, 2017). 이는 SNS에서의 자기개방 수준과 자존감의 하위 유형을 함께 고려해야 하며, 외현적/암묵적 자존감의 불일치에 따른 유형이 SNS의 고빈도 사용 및 자기개방 수준과 관련이 있음을 시사한다.

SNS 중독자의 낮은 자존감은 온라인 자기개방에 따라 자존감의 하위 유형에서 다르게 나타날 수 있다. 자아 개념에 대한 이중적 태도를 주장하는 자존감 불일치 이론에 따르면 자존감을 외현적 자존감(explicit self-esteem)과 암묵적 자존감(implicit self-esteem)이라는 두 가지 차원으로 구분한다(Jordan, Spencer, & Zanna, 2003). 외현적 자존감이란 자신에 대해 의식적으로 심사숙고

하여 내린 평가인 반면 암묵적 자존감은 의식 밖에서 자동으로 생기는 자신에 대한 평가이다 (Greenwald & Banaji, 1995; Wilson, Lindsey, & Schooler, 2000). 외현적 자존감과 암묵적 자존감이 모두 높거나 낮은 경우에는 자아 개념에 대한 태도가 일관적으로 유지되는 반면, 자존감 불일치로 인해 자기에 대한 양가적인 태도를 가지는 경우 SNS 중독 경향자의 SNS의 자기개방 패턴과 상관이 있다는 선행 연구에 따라, 외현적 자존감뿐 아니라 암묵적 자존감을 함께 측정하여 비교해야 할 필요성을 시사한다(우혜진 등, 2017; Barry et al., 2017).

자존감 불일치는 외현적 자존감과 암묵적 자존감 각각의 수준에 따라 다르게 나타날 수 있다. (1) 외현적 자존감은 높으나, 암묵적 자존감은 낮은 유형과 (2) 외현적 자존감은 낮지만, 암묵적 자존감은 높은 유형으로 구분되며, 두 유형은 서로 상반되는 성격적 특성을 보인다. 외현적 자존감은 높으나 암묵적 자존감은 낮은 유형은 방어적 자존감을 보이며, 자기와 관련된 정보를 타인에게 개방하는 데 위협을 느끼며, 타인의 평가와 반응에 민감하며 취약하다는 특성을 보인다(김효주, 2010; Jordan et al., 2003). 즉, 온라인 자기개방을 적게 하는 것은 잠재적인 위협으로부터 자신을 보호하기 위함이며, 외현적 자존감이 비해 암묵적 자존감이 낮을 것이다. 반면, 외현적 자존감은 낮지만 암묵적 자존감은 높은 유형은 손상된 자존감이라 일컬으며, 낮은 수준의 자기방어를 하고, 자기 해학적인 대처방식을 주로 사용한다(Creemers, Scholte, Engels, Prinstein, & Wiers, 2012). 적절한 수준의 자기방어를 하지 못하고 취약한 자존감에 대한 대처전략으로써 SNS에서 과도하게 자신을 드러내는 이들은 암묵적 자존감에 비해 외현적 자존감이 낮은 불일치 패턴을 보일 것이다. 따라서 개인의 자존감 유형은 SNS 사용자의 온라인 자기개방 행동을 설명하는 변인 중 하나로(우혜진 등, 2017), SNS 중독 경향자의 온라인 자기개방 수준에 따라 두 유형의 자존감에서 상이한 패턴

을 나타낼 것이다.

본 연구에서는 SNS 상 자기개방 행동을 고려하여 자존감의 하위유형을 이해하였다. 자기보고식 설문을 통해 외현적 자존감을 측정할 뿐 아니라 자존감에 대한 암묵적 태도를 함께 탐색하여 SNS 중독 경향자들의 자기개방과 관련된 자존감 하위유형 패턴을 보았다. 이를 통해 본 연구의 가설은 첫째 SNS 중독 경향-고자기개방(High addiction-High disclosure: HH) 집단은 SNS 저사용 집단(Low addiction-Null: LN) 집단에 비해 외현적 자존감이 낮을 것이다. 둘째, SNS 중독 경향-저자기개방(High addiction-Low disclosure: HL) 집단은 방어적 자존감 특성을 보이며 LN 집단에 비해 암묵적 자존감이 낮을 것이다.

## 방 법

### 연구대상

본 연구는 4년제 대학교의 대학생 394명에게 SNS 중독 경향성 척도(서경현, 조성현, 2013)로 실시한 후 임상적인 중독 수준에 가까운 참여자를 선정하기 위해 상/하위 15%(절단값: 상위 = 48점; 하위 = 37점)를 중독 경향 집단과 SNS 저사용 집단으로 나누었다(김성애, 이동형, 2017). 상위 15%에 해당하는 중독 경향자들은 온라인 자기개방 수준을 Ellison, Heino와 Gibbs(2006)의 연구에서 사용되고 국내에서 이경탁, 노미진, 권미옥, 이희욱(2013)이 번안하여 사용한 온라인 자기개방 수준 척도를 이용하여 SNS에서의 자기개방 수준을 고-저로 나누었다. SNS 사용자 90명을 대상으로, 실험 참가자는 연구의 목적과 절차에 관한 설명을 듣고 연구 참여에 동의한 학생들이며, 결과분석에서 이상치 2명을 제외한 후 최종 분석된 인원은 SNS 중독 경향-고자기개방 집단 30명( $M = 21.65$ 세,  $SD = 1.79$ ), SNS 중독 경향-저자기개방 집단 30명( $M = 21.89$ 세,  $SD = 1.77$ ), SNS 저사용 집단 28명( $M = 21.59$ 세,

SD = 2.23)이다.

측정도구

암묵적 측정도구

**암묵적 자존감 연합검사(Self-esteem Implicit Association Test: Self-esteem IAT):** 암묵적 자존감 연합검사는 스스로에 대해 느끼는 암묵적 태도의 연합강도를 측정하며, 키보드의 D키와 K키를 사용하여 단어를 가능한 한 빠르고 정확하게 적절한 상위 범주로 분류하는 과제이다. IAT에서는 두 개의 표적 범주와 두 개의 속성 범주가 제시되는데, 특정 표적 범주와 특정 속성 범주 간의 암묵적 연합이 강할수록 단어를 더 빠르게 분류한다고 가정한다(Greenwald, McGhee, & Schwartz, 1998).

본 실험에서는 Wiers, van Woerden, Smulders와 De Jong(2002)이 개발한 암묵적 자존감 연합검사를 한국인을 대상으로 수집한 단어로 수정하여 Inquisit 6.0(Millisecond Software, Seattle, WA)으로 제시하였다. 암묵적 자존감 연합검사서 두 가지 속성 범주는 '좋은'과 '나쁜'이며 두 가지 표적 범주는 '나'와 '타인'으로 제시되었다. 속성 범주인 '좋은' 관련 단어와 '나쁜' 관련 단어는 선행 연구에서 사용한 형용사를 대학원생 4명이 각자 국어로 번안한 후 대학생 25명을 대상에게 경험 빈도, 친숙도, 각성을 7점 척도로 평가하여 각각 8개씩 선정하였다('좋은' 관련 형용사: 기쁜, 사랑스러운, 즐거운, 우수한, 최고의, 영리한, 가치 있는, 아름다운; '나쁜' 관련 형용사: 고통스러운, 끔찍한, 비극적인, 괴로운, 쓸모없는, 불쾌한, 미운, 실패한). 표적 범주에 속하는 단어 역시 선행 연구에서 사용한 '나'와 '타인' 관련 단어를 같은 의미의 국어로 번안하여 사용하였다('나' 관련 단어: 나, 나의, 나는, 내가, 나를, 내 것; '타인' 관련 단어: 너, 네가, 너를, 너의, 네 것, 너는).

암묵적 자존감 연합검사는 속성 범주 또는 표적 범주를 제시하여 단어를 분류하며, 전체 5

단계로 구성되어 있다. 1단계는 표적 변별 연습 단계로 왼쪽과 오른쪽으로 구분하여 각각 자신 혹은 타인을 변별하게 된다. 2단계는 속성 변별 연습 단계로 왼쪽에 '좋은' 범주와 오른쪽에 '나쁜' 범주가 제시된다. 3단계는 표적 범주와 속성 범주의 연합을 측정하는 본 시행으로, 앞서 나왔던 8개 단어를 변별한다. 4단계는 1단계의 속성을 역변별하는 연습 단계로, '좋은' 범주와 '나쁜' 범주의 속성 변별 위치가 바뀌게 된다. 5단계 역시 표적 범주와 속성 범주의 연합을 측정하는 본 시행으로 표적 범주의 위치가 4단계에서 연습한 위치로 변경되어 제시된다.

결합 시행은 일치 조건('나' / 또는 '타인', 좋은, 긍정형용사; '나' 또는 '타인', 나쁜, 부정형용사)과 불일치 조건('나' 또는 '타인', 좋은, 부정형용사, '나' 또는 '타인', 나쁜, 긍정형용사)으로 나뉘는데, 두 조건(일치 조건, 불일치 조건) 중 평균 반응 속도가 빠른 조건과 관련된 연합이 암묵적으로 더 강하게 형성되어 있다고 본다. 따라서 본 검사에서는 5단계 중 연습 시행을 제외한 3단계와 5단계의 범주화 반응 시간과 정확성을 토대로 D600 알고리즘을 이용하여 IAT 점수를 계산하였으며(불일치 조건-일치 조건), 최종 결과는 D값으로 산출되었다(Greenwald, Nosek, & Banaji, 2003).

회피 IAT의 D값이 양수에 가깝거나 양수일수록 '나-좋은', '타인-나쁜' 연합이 더욱 강한 것으로 해석되며, 음수에 가깝거나 음수일수록 '타인-좋은', '나-나쁜' 연합이 강한 것으로 해석된다.

자기보고식 측정도구

**Rosenberg 자존감 척도(Rosenberg self-esteem scale: RSE):** Rosenberg(2015)가 만든 자아존중감 척도(SE; Self-Esteem Scale)를 전병제(1974)가 번역한 설문지로 외현적 자아존중감을 측정하였다. 이 척도는 일반적인 자아존중감을 측정하기 위해 가장 많이 사용되는 것으로 자기와 관련된 진술문 10문항이 포함되어 있으며 5개는 긍정적

문항, 5개는 부정적 문항으로 '전혀 그렇지 않다'(1)에서 '매우 그렇다'(5)까지의 5점 리커트 척도로 구성되어 있다. 문항의 예시로 '대체로 나는 실패한 사람이라는 느낌이 든다', '나는 자랑할 만한 것이 별로 없다', '내가 나 자신을 좀 더 존중할 수 있으면 좋겠다' 등이 있다. 본 연구에서의 내적 일치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .89인 것으로 나타났다.

**온라인 자기개방 수준(Online Self-Disclosure):**

본 연구에서는 Ellison et al.(2006)의 연구에서 사용한 항목을 번안하여 사용한 이경탁 등(2013)의 선행 연구를 참고하여, SNS 상에서의 자기개방의 양(amount)과 의도(intent)의 두 가지의 하위 개념을 측정하였다. 자기개방의 양과 의도는 Ellison et al.(2006)의 연구와 마찬가지로 각각 5개 항목과 2개 항목을 이용하여 7점 리커트 척도로 측정하였다. 문항의 예시로 '나는 SNS에서 친구들에게 나에 대해서 자주 이야기하는 편이다', '나는 SNS에서 내 자신의 감정에 대해 상세하게 표현한다', '나는 SNS에서 친구들과 꽤 오랜 시간동안 커뮤니케이션한다' 등이 있다. 본 연구에서의 내적 일치도는 .90으로 나타났다.

**SNS 중독 경향성 척도:** 서경현, 조성현(2013)이 개발한 척도를 사용하였으며 총 20문항의 4점 리커트 척도로 구성되어 있다. SNS에 대한 집착 및 금단 증상, SNS 과잉소통과 몰입, 그리고 SNS를 위한 과도한 시간투자와 같은 세 가지 하위요인으로 구성되어 있고, 점수가 높을수록 SNS 중독 경향성이 높은 것을 의미한다. 문항의 예시로 'SNS에서 무슨 일이 일어났는지 궁금해서 다른 일을 할 수가 없다', 'SNS 사용 시간을 줄이기 위해 늘 노력하지만 실패한다', 'SNS 때문에 원하는 시간보다 더 늦게 잠들거나 잠을 이루지 못한다' 등이 있다. 서경현, 조성현(2013)이 보고한 내적 일치도는 .94이었고, 본 연구에서는 .84이었다.

**한국판 CESD 척도(Center for Epidemiological Studies Depression: CESD):** Radloff(1977)에 의해 개발된 자기보고식 우울 평가 척도로, 일반 인구를 대상으로 우울 증상을 측정하기 위해 가장 널리 사용되는 척도이다. 본 연구에서는 조맹제, 김계희(1993)가 번안한 문항을 사용하였다. 총 20문항 4점 리커트 척도로, 지난 1주일 동안 각각의 항목에 대해 '극히 드물게(1일 이하)'(0), '가끔(1~2일)'(1), '자주(3~4일)'(2), '거의 대부분(5~7일)'(3)로 0점부터 3점까지 우울 정도를 측정하도록 하였으며 총 점수는 0점에서 60점의 범위로 점수가 높을수록 우울 증상이 심함을 반영한다. 문항의 예시로 '나는 지난 일주일동안) 우울했다', '갑자기 울음이 나왔다', '잠을 설쳤다. 잠을 잘 이루지 못했다' 등이 있다. 본 연구에서의 내적 일치도는 .89인 것으로 나타났다.

**한국판 상태-특성 불안 척도(State-Trait Anxiety Inventory-State: STAI-X-1):** 불안을 측정하기 위해 Spielberger(1970)가 개발한 STAI (State-Trait Anxiety Inventory)를 김정택, 신동균(1978)이 번안한 상태-특성불안 척도 중 상태 불안 척도를 사용하였다. 상태불안 척도는 피험자가 지금 현재 이렇게 느끼고 있는가를 나타내는 일시적인 불안상태를 측정하며, 본 척도는 4점 리커트 척도로써, 1점 '별로 그렇지 않다'에서 4점 '항상 그렇다'로 범위가 나뉜다. 문항의 예시로 '나는 긴장되어 있다', '나는 앞으로 불행이 있을까 걱정하고 있다', '나는 불안하다' 등이 있다. 본 연구에서의 상태불안 내적 일치도는 .92 이다.

**실험절차**

본 연구는 중앙대학교 생명윤리위원회의 승인(IRB No. 1041078-201908-HR-242-01)을 받은 후 진행하였다. SNS 중독 경향자 및 저사용자를 선별하기 위해 스크리닝을 하며 동시에 온라인 자기개방 수준 설문지를 실시하였다. 이후 선별된 참가자는 실험실에 방문하여 본 연구의 진행과

관련된 절차를 듣고 참가 동의서를 작성하였다. 참가자는 인구통계학적 특성과 외현적 자존감 및 우울, 불안 수준을 측정하기 위해 자기보고식 설문지(RSE, CES-D, STAI)를 실시하였다. 자기보고식 설문 응답을 마친 후 참가자들은 별도의 실험실 방으로 옮겨 암묵적 자존감 연합검사를 총 5분간 진행하였다. 이때 참가자들에게 화면에 단어가 나타나면 최대한 빠르고 정확하게 D 또는 K 키를 눌러 속성 범주 단어와 표적 범주 단어를 탐지하는 과제라 소개하였다. 참가자들은 6회의 연습 시행 이후 5단계로 구성된 암묵적 자존감 연합검사를 시행하였다. 1단계, 2단계, 4단계는 연습 시행으로 각 20회의 시행이 있으며, 결과 분석에 활용되는 3단계와 5단계는 각 20회의 연습 시행과 각 40회의 본 시행으로 이루어져 있다. 마지막으로 실험 전과 후의 상태 불안 수준이 변화했는지 확인하기 위해 상태-불안 STAI 설문을 실시하였다. 모든 실험 절차가 끝난 후 참가자들은 실험에 대한 간략한 디브리핑을 하고 사례비 5000원을 지급하였다.

자료분석

실험참가자의 IAT D값, RSE 점수, CES-D 점수, STAI 점수의 집단 간 차이를 확인하기 위해 일원배치분산분석을 실시하였다. 세 집단 간 통계적으로 유의한 차이가 나타난 경우 Tukey HSD를 통해 사후 분석을 실시하였으며, 자료분석은 윈도우용 SPSS 23.0을 사용하였다. 결과분석 시 무성의한 응답을 한 데이터(1명)와 자존감

의 수준이 2 표준편차 값보다 낮은 데이터(1명)는 제외되었다.

결 과

집단 특성

SNS 중독 경향-고자기개방, SNS 중독 경향-저자기개방, SNS 저사용 집단 간의 일반 특성에 차이가 있는지 확인하기 위해 집단별 연령과 SNS 중독 경향, 온라인 자기개방 수준을 비교하였다. 세 집단을 비교한 결과, 세 집단 간 연령 차이는 유의미하지 않았으며,  $F(2, 88) = .20, ns$ , 이는 표 1에 제시하였다. SNS 중독 경향성에서 집단 간 통계적으로 유의한 차이가 있었으며, Tukey HSD를 통해 사후 분석을 실시한 결과 두 중독 경향 집단과 저사용 집단 간에서 유의미하였고,  $F(2, 88) = 80.75, p < .001$ , HH 집단과 HL 집단 간의 차이는 없었다,  $ns$ . 온라인 자기개방 수준에서 역시 집단 간 통계적으로 유의한 차이가 나타났으며, HH 집단-LN 집단 및 HH 집단-HL 집단 간 차이가 통계적으로 유의한 반면,  $F(2, 88) = 87.82, p < .001$ , HL 집단과 LN 집단 간의 통계적으로 유의한 차이는 없었다,  $ns$ . 즉, SNS 중독 경향성에 따른 집단 간 구분은 명확했으며, 온라인 자기개방의 높낮음에 따른 집단 간 구분 역시 적절히 이루어졌음을 시사한다.

표 1. 집단 간 연령과 SNS 중독 경향성 및 온라인 자기개방 수준의 차이(표준편차)

	HH(N = 30)	HL(N = 30)	LN(N = 28)	F
연령	21.65(1.79)	21.89(1.78)	21.59(2.23)	.20
SNS 중독 경향성	53.60(5.53)	51.24(8.10)	30.58(6.08)	80.75*
온라인 자기개방	30.37(6.01)	15.64(3.81)	14.61(5.30)	87.82*

\*  $p < .001$ , HH = 중독 경향-고자기개방 집단, HL = 중독 경향-저자기개방 집단, LN = 저사용 집단, F = omnibus F-test 결과

암묵적 자존감

암묵적 자존감의 집단 간 차이를 알아보기 위해 일원배치 분산분석을 실시하였다. 그 결과, 집단에 따른 암묵적 자존감의 차이는 유의미했다,  $F(2, 88) = 3.26, p < .05, \eta_p^2 = .07$ . 이는 표 2에 제시하였다.

구체적으로 살펴보기 위해 사후 분석을 실시한 결과, HL 집단은 LN 집단에 비해 낮은 수준의 암묵적 자존감을 보였으며,  $p < .05$ , HH 집단-LN 집단 및 HH 집단-HL 집단 간의 암묵적 자존감 수준의 차이는 유의미하지 않았다, *ns*.

이는 그림 1에 제시하였다. 즉, SNS 저사용집단에 비해 SNS 중독 경향-저자기개방 집단의 암묵적 자존감이 낮게 나타났다.

외현적 자존감

외현적 자존감의 집단 간 차이를 알아보기 위해 일원배치 분산분석을 실시하였다. 그 결과, 집단에 따른 암묵적 자존감의 차이는 유의미했다,  $F(2, 88) = 3.58, p < .05, \eta_p^2 = .08$ . 이는 표 2에 제시하였다.

구체적으로 살펴보기 위해 사후 분석을 실시

표 2. 집단 간 암묵적-외현적 자존감 및 정서수준의 차이(표준편차)

	HH(N = 30)	HL(N = 30)	LN(N = 28)	F
암묵적 자존감	0.11(0.57)	-0.20(0.49)	0.17(0.71)	3.26*
외현적 자존감	29.70(4.39)	30.00(4.25)	32.46(4.25)	3.58*
우울	17.47(7.17)	18.13(8.02)	11.32(7.00)	7.34***
불안	40.20(6.25)	43.30(6.11)	35.82(10.01)	7.04**

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$ , 암묵적 자존감 = IAT D, 외현적 자존감 = RSE, 우울 = CES-D, 불안 = STAI, HH = 중독 경향-고자기개방 집단, HL = 중독 경향-저자기개방 집단, LN = 저사용 집단, F = omnibus F-test 결과

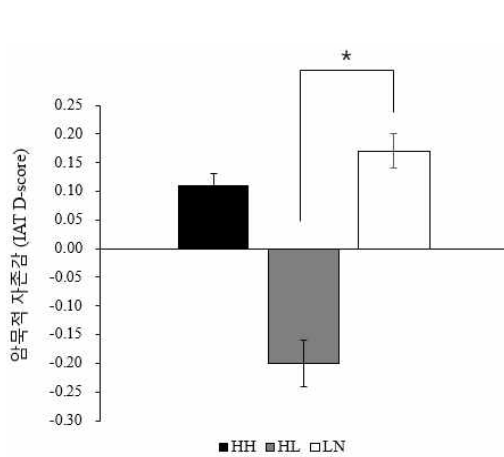


그림 1. 집단 간 암묵적 자존감 차이

\*  $p < .05$ , HH = 중독 경향-고자기개방 집단, HL = 중독 경향-저자기개방 집단, LN = 저사용 집단, 암묵적 자존감 = IAT D값.

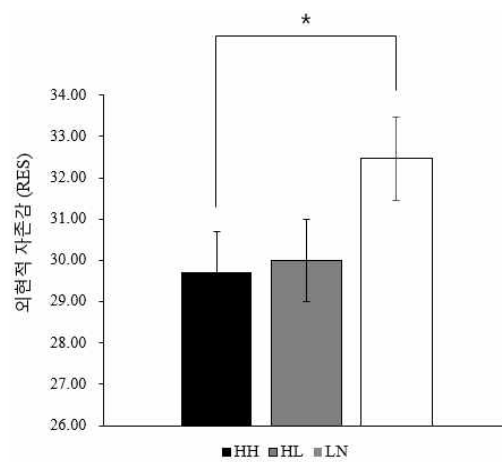


그림 2. 집단 간 외현적 자존감 차이

\*  $p < .05$ , HH = 중독 경향-고자기개방 집단, HL = 중독 경향-저자기개방 집단, LN = 저사용 집단, 외현적 자존감 = RSE 점수.

한 결과, HH 집단은 LN 집단에 비해 상대적으로 낮은 수준의 외현적 자존감을 보였으며,  $p < .05$ , HL 집단-LN 집단 및 HH 집단-HL 집단 간 외현적 자존감 수준의 차이는 유의미하지 않았다,  $ns$ . 이는 그림 2에 제시하였다. 즉, SNS 저사용 집단에 비해 SNS 중독 경향-고자기개방 집단의 외현적 자존감이 낮게 나타났다.

#### 우울 및 불안

집단에 따른 우울과,  $F(2, 88) = 7.34$   $p < .001$   $\eta_p^2 = .15$ , 불안의,  $F(2, 88) = 7.04$   $p < .01$   $\eta_p^2 = .14$ , 차이는 유의미했다. 이는 표 2에 제시하였다.

Tukey HSD를 사용하여 사후 검증을 실시한 결과, HH 집단은 LN 집단에 비해 유의미하게 높은 수준의 우울을 보고했다,  $p < .001$ . 또한 HL 집단은 LN 집단에 비해 상대적으로 높은 우울,  $p < .01$ , 및 불안,  $p < .001$ , 을 보였다. 즉, SNS 중독 경향자는 SNS 저사용 집단에 비해 우울 수준이 유의미하게 높았으며, 특히 자기개방을 적게 하는 경우 불안 수준 역시 높았다.

## 논 의

본 연구는 SNS 중독자의 온라인 자기개방 행동 경향에 따른 자존감의 하위 유형의 차이를 확인하였다. 연구 결과, SNS 중독 경향-고자기개방 집단은 SNS 저사용 집단에 비해 외현적 자존감이 낮은 반면, SNS 중독 경향-저자기개방 집단은 SNS 저사용 집단에 비해 암묵적 자존감이 낮았다. 해당 결과는 본 연구의 가설을 지지하였으며 이를 바탕으로 다음과 같이 논의해볼 수 있다.

SNS 중독 경향-고자기개방 집단은 SNS 저사용 집단과 비교했을 때 암묵적 자존감의 수준은 적절하게 유지되나 외현적 자존감이 유의미하게 낮았다. 이는 중독 경향자 중 자기개방 수준이

높을수록 외현적 자존감이 더 낮을 것이라는 본 연구의 가설을 지지한다. 외현적 자존감은 애매 모호한 상황에서의 귀인 편향 및 적대감 지각 편향 등 편집증적 특성과 부적 상관을 이룬다 (Park, Park, Chung, Song, & Jhung, 2019). 편집증적인 개인은 웅대하고 강한 자기와 열악하고 약한 자기가 공존하는데, 이들의 약한 자기를 보상하기 위한 이상적 자기를 형성하기 위해 SNS를 활용하는 것으로 해석할 수 있다. 또 다른 선행 연구에 따르면 암묵적 자존감은 적절히 유지되나 외현적 자존감이 낮은 것을 내현적 자기애의 특성으로 간주한다. 이들은 SNS에서 과시적 자기표현 행동을 하며, SNS에 사적인 정보를 게시하는 데에 긍정적인 태도를 가진다(우혜진 등, 2017; Lee, Choi, Lee, & Sung, 2019). 특히 내현적 자기애 요인 중 과민 취약성이나 소심함 혹은 자신감 부족 등 신경증적 경향성 요인이 SNS 과다 사용과 정적으로 상관된다(조성현, 서경현, 2013). 또한 본 연구는 자존감 불일치 이론의 손상된 자존감 개념으로 해석할 수 있다 (Creemers et al., 2012). 자존감의 하위 유형 중 암묵적 자존감은 이상적 자기(ideal self)를 나타내며, 외현적 자존감은 실제적 자기(actual self)를 가리킨다(Franck, De Houwer et al., 2007). 손상된 자존감을 가진 사람들은 이상과 현실 안에 갇혀 있다는 느낌을 받고 목표와 기준을 높게 설정하는 등 완벽주의의 부적응적인 형태와 관련하여 볼 수 있다(Zeigler-Hill & Terry, 2007). 그렇기 때문에 자기에 대한 이미지를 검열할 수 있는 SNS를 매개하여 자신의 이상적인 자아를 드러내고 가꿀 수 있도록 자기개방을 많이 하게 된다(신혜선, 윤석희, 2017; Blachnio et al., 2016). 본 연구의 결과와 부합하게 손상된 자존감을 가진 사람들은 상대적으로 높은 우울 수준을 보고한다 (Creemers et al., 2012).

반면 SNS 중독 경향-저자기개방 집단은 SNS 저사용 집단과 비교했을 때 외현적 자존감의 수준은 적절하게 유지되나 암묵적 자존감이 유의미하게 낮았다. 이는 SNS 중독 경향자 중 자기



개방 수준이 낮을수록 암묵적 자존감이 더 낮을 것이라는 본 연구의 가설을 지지한다. 암묵적 자존감이 낮은 사람들은 부정적 피드백을 빨리 읽는 특성이 있다. 부정적인 사회적 정보를 타인으로부터의 거절로 받아들이기 때문에 그전 이를 회피하기 위함이다(Schröder-Abé, Rudolph, Wiesner, & Schütz, 2007). 이러한 특성으로 인해 암묵적 자존감 낮으면 자기를 개방했을 때 생길 수 있는 잠재적인 부정 피드백에 예민하여 불특정다수가 볼 수 있는 공간에 자신을 쉽게 드러내지 않는 것으로 해석할 수 있다. 선행 연구에 따르면, 면대면 대인관계 상호작용에서 불안정감을 느끼는 사람일수록 집단 정체감에 가치를 두며, SNS를 통해 대인 간 상호작용의 사회적 보상(social compensation)으로써 활용한다(Barker, 2009). 이는 암묵적 자존감이 낮을수록 자신에 대한 확신 없이 타인과의 결속감을 유지하고자 하는 욕구를 반영할 수 있고, SNS 사용 빈도는 높지만 자신을 드러내지 않는 반비례적 행동 패턴이 드러나는 것으로 이해할 수 있다. 또한 이러한 자존감 불일치 패턴은 방어적 자존감 개념에 부합하며, 자기와 관련된 정보를 타인에게 개방하는 데 위협을 느끼며, 부정적인 피드백으로부터 방어적 반응을 보인다는 특성이 있다(김효주, 2010; Creemers et al., 2012; Jordan et al., 2003; Kernis, 2003). 특히, 자기개방을 위협 단서로 인식하고 철수하는 태도를 보이며, 오랜 과거의 경험이 누적되어 나타나는 것이 특징이며, 본 연구의 결과와 같이 상대적으로 높은 우울과 불안 수준을 보인다(Creemers et al., 2012).

본 연구의 제한점과 후속 연구에 대한 제안은 다음과 같다. 첫째, 본 연구의 참가자는 모두 대학생으로 SNS 중독 경향 점수가 높음에도 불구하고 SNS 중독 임상군 특성을 반영하지 못할 수 있다. DSM-5에서는 SNS 중독에 대한 진단적 개념이 명확하게 정립되어 있지 않아, 선행 연구들에 기초하여 SNS 중독 경향자를 모집하였으나, 추후 연구에서는 임상 표본을 대상으로 자기개방 수준에 따른 외현적/암묵적 자존감의 차

이를 알아볼 필요가 있다. 둘째, 자존감의 불일치는 개인 내에서 발생하는 것으로, 개인 내 하위 자존감의 특성 차이가 보이는 특징을 집단 간 자존감의 불일치로 해석하기에 제한이 있다. 따라서 후속 연구에서는 각 집단 내의 자존감 불일치 분석을 통해 자기개방 수준에 따른 외현적/암묵적 자존감의 차이를 알아볼 필요가 있다. 셋째, 본 연구에서는 주로 사용하는 SNS의 종류를 고려하지 못했다. 페이스북, 트위터, 인스타그램 등 각기 다른 방식으로 활용할 수 있는 SNS 고유의 방식을 고려하지 못했으며, 사용하는 특정 SNS 종류가 자기개방 수준에 영향을 미쳤을 수 있다. 예를 들어, 사진을 업로드하는 방식으로 소통하는 인스타그램과 140자 글자 제한 수가 있는 트위터는 자기개방에 따른 영향이 다를 것이다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 다음과 같은 의의를 가진다. 먼저 본 연구는 SNS 중독 경향자들의 온라인 자기개방 수준에 따라 자존감 불일치의 유형을 알아보았다는 이론적 함의가 있다. 본 연구에서 확인한 외현적 및 암묵적 자존감의 불일치는 SNS를 중독적으로 사용하는 이들에게서 특징적으로 나타날 수 있음을 보여준다. 이는 자존감의 하위유형을 고려하지 않고 SNS의 중독적인 사용과 단일요인 자존감을 다룬 기존 연구와 달리, 자기개방 수준에 따라 다르게 나타나는 자존감의 하위 유형을 보았다는 점에서 구분된다. 본 연구는 또한 SNS 중독 경향자 집단에서 자기개방 수준에 따라 나타나는 방어적 자존감 및 손상된 자존감 등 성격적 유형을 시사한다. 또한, SNS의 고빈도 사용이 점차 사회적 문제로 불거짐에 따라 SNS의 자기개방 수준과 자존감 유형을 고려하여 SNS 중독 예방에 효과적인 훈련 프로그램을 개발할 수 있을 것으로 시사된다.

### 저자 소개

서채리는 현재 중앙대학교 심리학과 석사 과정에 있다. 주요 관심사로는 폭식 장애, 물질 중독 등이 있다.

김지영은 중앙대학교 심리학과에서 석사 학위를 취득했고, 현재 한림대학교성심병원 정신건강의학과에서 임상심리전문가 및 정신건강 임상심리사 1급 수련 과정에 있다. 주요 관심사로는 행위 중독, 우울 장애 등이 있다.

김기호는 중앙대학교 심리학과에서 박사 학위를 취득했고, 현재 중앙대학교에서 전임연구원으로 재직 중이다. 주요 관심사로는 주의력 장애, 주의력 수정 훈련 등이 있다.

강리라는 현재 중앙대학교 심리학과 석사 과정에 있다. 주요 관심사로는 아동청소년, 부모 양육태도, 가족 내 의사소통 등이 있다.

이장한은 중앙대학교 심리학과에서 박사 학위를 취득했고, 현재 중앙대학교 심리학과 교수로 재직 중이다. 주요 관심사로는 물질 중독, 주의력결핍-과잉행동장애 등이 있다.

### 참고문헌

김은미, 이동후, 임영호, 정일권 (2011). SNS 혁명의 신화와 실제: “토크, 플레이, 러브”의 진화. 서울:나남.

김성애, 이동형 (2017). 동기강화 집단상담이 SNS 중독경향 여중생의 변화동기 및 스마트폰 전전사용에 미치는 효과. 청소년상담연구, 25(2), 253-271.

김정택, 신동균 (1978). STAI 의 한국표준화에 관한 연구. 최신의학, 21(11), 69-75.

김효주 (2010). 자기에 성향자들의 명시적, 암묵

적 자존감과 공격성의 관계. 가톨릭대학교 석사학위 논문.

서경현, 조성현 (2013). SNS 중독경향성 관련 요인 탐색: 내현적 자기에, 자기제시 동기 및 소외감을 중심으로. 한국심리학회지: 건강, 18(1), 239-250.

신혜선, 윤석희 (2017). 청소년의 SNS 중독과 현실공간 및 가상공간에서의 자아정체감의 관계. 디지털융복합연구, 15(8), 225-234.

양혜승, 김진희, 서미혜 (2012). 페이스북은 우리의 관계를 윤택하게 하는가? 한국언론학보, 56(5), 270-297.

우혜진, 박지윤, 탁현아, 이규연, 이지혜, 성용준 (2017). 자존감 불일치와 SNS 에서의 과시적 자기표현 간의 관계. 한국심리학회지: 소비자·광고, 18(3), 365-389.

이경탁, 노미진, 권미옥, 이희옥 (2013). SNS 사용자의 외로움, 자기노출, 사회적 지지 그리고 삶의 만족에 관한 실증연구. 인터넷전자상거래연구, 13(2), 19-39.

전병제 (1974). 자아개념 측정 가능성에 관한 연구. 연세 논총, 11, 107-124.

정소영, 김종남. (2014). 대학생용 SNS 중독경향성 척도개발 및 타당화 연구. 한국심리학회지: 건강, 19(1), 147-166.

조맹제, 김계희 (1993). 주요우울증 환자 예비평가에서 the Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D) 의 진단적 타당성 연구. 신경정신의학, 32(3), 381-399.

최현석, 이현경, 하정철. (2012). 스마트폰중독이 정신건강, 학교생활, 대인관계에 미치는 영향: K 대 대학생을 중심으로. 한국데이터정보과학회지, 23(5), 1005-1015.

한덕웅, 이창호, 탁진국 (1993). Spielberger 상태-특성 불안 검사의 표준화. 한국심리학회 학술대회 자료집, 1993(1), 505-512.

Andreassen, C., Griffiths, M., Gjertsen, S., Krossbakken, E., Kvam, S., & Pallesen, S. (2013). The relationships between behavioral

- addictions and the five-factor model of personality. *Journal of Behavioral Addictions*, 2(2), 90-99. <https://doi.org/10.1556/JBA.2.2013.003>
- Andreassen, C., Torsheim, T., Brunborg, G., & Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook addiction scale. *Psychological Reports*, 110(2), 501-517. <https://doi.org/10.2466/02.09.18.PR0.110.2.501-517>
- Andreassen, C., Torsheim, T., & Pallesen, S. (2014). Predictors of use of social network sites at work a specific type of cyberloafing. *Journal of Computer Mediated Communication*, 19(4), 906-921. <https://doi.org/10.1111/jcc4.12085>
- Armstrong, L., Phillips, J., & Saling, L. (2000). Potential determinants of heavier Internet usage. *International Journal of Human-Computer Studies*, 53(4), 537-550. <https://doi.org/10.1006/ijhc.2000.0400>
- Barker, V. (2009). Older adolescents' motivations for social network site use: The influence of gender, group identity, and collective self-esteem. *Cyberpsychology & Behavior*, 12(2), 209-213. <https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0228>
- Barry, C., Doucette, H., Loflin, D., Rivera-Hudson, N., & Herrington, L. (2017). "Let me take a selfie": Associations between self-photography, narcissism, and self-esteem. *Psychology of Popular Media Culture*, 16(1), 48-60. <http://dx.doi.org/10.1037/ppm0000089>
- Błachnio, A., Przepiorka, A., Boruch, W., & Bałakier, E. (2016). Self-presentation styles, privacy, and loneliness as predictors of Facebook use in young people. *Personality and Individual Differences*, 94, 26-31. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.12.051>
- Creemers, D., Scholte, R., Engels, R., Prinstein, M., & Wiers, R. (2012). Implicit and explicit self-esteem as concurrent predictors of suicidal ideation, depressive symptoms, and loneliness. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 43(1), 638-646. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2011.09.006>
- De Cock, R., Vangeel, J., Klein, A., Minotte, P., Rosas, O., & Meerkerk, G. (2014). Compulsive use of social networking sites in Belgium: Prevalence, profile, and the role of attitude toward work and school. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(3), 166-171. <https://doi.org/10.1089/cyber.2013.0029>
- Ellison, N., Heino, R., & Gibbs, J. (2006). Managing impressions online: Self presentation processes in the online dating environment. *Journal of Computer Mediated Communication*, 11(2), 415-441. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2006.00020.x>
- Ellison, N. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer Mediated Communication*, 13(1), 210-230. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>
- Goffman, E. (1959). *The presentation of self in everyday life*. GardenCity, NY: Doubleday Anchor Books.
- Greenwald, A., & Banaji, M. (1995). Implicit social cognition: Attitudes, self-esteem, and stereotypes. *Psychological Review*, 102(1), 4-27. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-295X.102.1.4>
- Greenwald, A., McGhee, D., & Schwartz, J. (1998). Measuring individual differences in implicit cognition: The implicit association test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(6), 1464-1480. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.74.6.1464>
- Greenwald, A., Nosek, B., & Banaji, M. (2003). Understanding and using the implicit association test: I. An improved scoring algorithm. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 197-216. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.197>
- Jordan, C., Spencer, S., & Zanna, M. (2003). I love

- me... I love me not: Implicit self-esteem, explicit self-esteem, and defensiveness. In Spencer, S., Fein, S., Zanna, M., & Olson, J (Vol. 9), *Motivated social perception: The Ontario symposium* (pp. 117-145). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Kalpidou, M., Costin, D., & Morris, J. (2011). The relationship between Facebook and the well-being of undergraduate college students. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 14*(4), 183-189. <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0061>
- Lee, E., Choi, T. R., Lee, T. D., & Sung, Y. (2019). Using Instagram While "In a Relationship". *Journal of Individual Differences, 40*, 111-117. <https://doi.org/10.1027/1614-0001/a000282>
- Lee, E., Lee, J., Moon, J., & Sung, Y. (2015). Pictures speak louder than words: Motivations for using Instagram. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 18*(9), 552-556. <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0157>
- Mehdizadeh, S. (2010). Self-presentation 2.0: Narcissism and self-esteem on Facebook. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 13*(4), 357-364. <https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0257>
- Park, Y. J., Park, J. Y., Chung, K. M., Song, Y. M., & Jhung, K. (2019). Discrepancies of Implicit and Explicit Self-Esteem as Predictors of Attributional Bias and Paranoia. *Psychiatry investigation, 16*(3), 185-192. <https://doi.org/10.30773/pi.2018.12.24>
- Radloff, L. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement, 1*(3), 385-401. <https://doi.org/10.1177/014662167700100306>
- Rosenberg, M. (2015). *Society and the adolescent self-image*. NJ: Princeton University Press.
- Ryan, T., Chester, A., Reece, J., & Xenos, S. (2014). The uses and abuses of Facebook: A review of Facebook addiction. *Journal of Behavioral Addiction, 3*(3), 133-148. <https://doi.org/10.1556/JBA.3.2014.016>
- Schröder Abé, M., Rudolph, A., Wiesner, A., & Schütz, A. (2007). Self esteem discrepancies and defensive reactions to social feedback. *International Journal of Psychology, 42*(3), 174-183. <https://doi.org/10.1080/00207590601068134>
- Spielberger, C., Gorsuch, R., Lushene, R., Pancheri, P., & Lazzari, R. (1980). *STAI: State-trait anxiety inventory: Questionario di autovalutazione per l'ansia di stato e di tratto: manuale di istruzioni*. OS.
- Steinfeld, C., Ellison, N., & Lampe, C. (2008). Social capital, self-esteem, and use of online social network sites: A longitudinal analysis. *Journal of Applied Developmental Psychology, 29*(6), 434-445. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2008.07.002>
- Wiers, R., Van Woerden, N., Smulders, F., & De Jong, P. (2002). Implicit and explicit alcohol-related cognitions in heavy and light drinkers. *Journal of Abnormal Psychology, 111*(4), 648-658. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.111.4.648>
- Wilson, T., Lindsey, S., & Schooler, T. (2000). A model of dual attitudes. *Psychological Review, 107*(1), 101-126. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-295X.107.1.101>
- Zhao, S., Grasmuck, S., & Martin, J. (2008). Identity construction on Facebook: Digital empowerment in anchored relationships. *Computers in Human Behavior, 24*(5), 1816-1836. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2008.02.0>
- 1 차원고접수 : 2019. 10. 04.  
수정원고접수 : 2019. 12. 24.  
최종게재결정 : 2020. 01. 17.

## The effects of SNS use and online self-disclosure on implicit and explicit self-esteem

Chai Lee Seo<sup>1)</sup> Ji-Young Kim<sup>2)</sup> Kiho Kim<sup>1)</sup> Li Ra Kang<sup>1)</sup> Jang-Han Lee<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup>Chung-Ang University

<sup>2)</sup>Hallym University Medical Center

This study investigated the effect of social network services (SNS) on implicit and explicit self-esteem, according to users' self-disclosure levels. 294 university students were recruited, with 88 SNS users selected and assigned to high-addiction and low-addiction groups, each having scored above or below 15% on the SNS Addiction Tendency Scale. Measured by Online Self-Disclosure Questionnaires, participants were distributed into an SNS high-addiction / high-disclosure group (HH;  $N = 30$ ), an SNS high-addiction / low-disclosure group (HL;  $n=30$ ), and an SNS low-addiction control group (LN;  $N = 28$ ; control). A Self-Esteem Implicit Association Test and the Rosenberg Self-Esteem scale were both used, finding that the HL group showed lower implicit self-esteem compared to the LN, but no significant difference in explicit self-esteem. Meanwhile, the HH group showed lower explicit self-esteem compared to the LN, with significant difference in implicit self-esteem. Individuals with SNS addiction tendencies, avoiding self-disclosure, showed defensive self-esteem characterized by low implicit self-esteem. Those who frequently disclosed themselves on SNS showed fragile self-esteem, characterized by low explicit self-esteem. This study confirms the differential effect of self-disclosure among SNS addiction tendencies, accounting for subtypes of self-esteem, and calls for intervention concerning defensive and fragile self-esteem.

*Keywords: SNS addiction, explicit self-esteem, implicit self-esteem, online self-disclosure*