

청소년의 부모 및 또래애착과 SNS 중독경향성의 관계: 소외에 대한 두려움(FoMO)의 매개효과*

한 다 정

한국외국어대학교 교육대학원 상담심리 전공
석사

김 빛 나*

가천대학교 심리학과
조교수

소외에 대한 두려움(fear of missing out; FoMO)은 흐름을 놓치거나 자신이 포함되지 않을 것이 두려워 남들이 어떤 활동을 하고 있는지 계속 확인하고 싶은 욕구를 의미하며, 특히 소셜미디어 분야에 널리 퍼져있는 현상으로 최근 주목받고 있다. 지금까지 소외에 대한 두려움은 SNS 중독과 밀접한 변인으로 조명되어 왔으나, 어떤 경로를 거쳐 소외에 대한 두려움이 SNS 중독으로 이어지는지에 대한 경험적 연구는 아직 부족한 실정이다. 이에 본 연구에서는 소외에 대한 두려움이 청소년의 애착과 SNS 중독경향성 사이를 매개하는지를 검증하였다. 총 517명의 중고등학생이 참여하였으며, 관련 척도들이 포함된 설문지를 작성하였다. 연구결과 소외에 대한 두려움은 부모애착과 SNS 중독경향성의 관계를 부분매개하고, 또래애착과 SNS 중독경향성의 관계는 완전매개 하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 부모 및 또래와 애착이 안정적이지 않다고 느낄수록 SNS 중독경향성이 높아지며, 또래애착의 경우 이러한 관계는 소외에 대한 두려움에 의해 거의 전적으로 설명된다는 것으로 해석될 수 있다. 마지막으로 이러한 결과의 이론적, 실용적 시사점과 추후 연구를 위한 제언을 논의하였다.

주요어 : 소외에 대한 두려움(FoMO), 애착, SNS 중독, 외로움, SNS 사용동기

* 본 원고는 한다정(2020)의 석사학위논문 중 일부를 수정 및 보완한 것임.

† 교신저자(Corresponding Author) : 김빛나, 가천대학교 심리학과, 경기도 성남시 수정구 성남대로 1342 가천대학교 가천관 926호 / E-mail: shjne-binna@hanmail.net

SNS(Social Networking Services)는 인터넷을 매개로 특정 목적을 위해 타인과 정보를 공유하거나 사회적 관계 형성을 돕는 쌍방향 소통 서비스이다(이윤희, 2014). 트위터나 페이스북, 인스타그램 등의 폭발적 성장에 따라 SNS 사용은 사회적, 학문적 관심의 대상으로 급격히 부상했다(이재현, 2012). SNS는 시공간의 제약 없이 새로운 정보와 다른 사람의 의견을 쉽게 접할 수 있고, 자신의 의견도 적극적으로 표현하고 공유할 수 있는 순기능이 있다(이윤희, 2014). 더욱이 인터넷 보급률이 높은 우리나라에서 SNS는 사람들의 일상 속에서 빠르게 파급되었으며, 유익한 온라인 대인관계의 장이 되기도 한다.

그러나 과도한 SNS 사용이 때로 문제를 유발하기도 한다. 그 중 SNS 중독은 SNS의 과다 사용으로 인해 신체적, 정신적 문제를 겪으며 일상생활에 지장을 초래하는 것을 일컫는다(오윤경, 2012). 특히 우리나라 청소년들은 SNS를 하며 많은 시간을 보내는 경향이 있으며, 이로 인한 중독문제 역시 증가하고 있다. 2018년 여성가족부 실태조사 보고서에 따르면, 중등학교 청소년 중 약 70%가 넘는 학생들이 거의 매일 SNS를 이용한다고 응답하였다. 청소년의 과도한 SNS 사용 및 중독은 학업적 어려움과 더불어 현실에서 관계를 맺고 있는 가족, 친구들과의 대화 단절을 유발하기도 한다(김윤희, 조규영, 2014).

한편 SNS 중독 관련 연구들에서는 SNS 중독 대신 'SNS 중독경향성(addiction proneness)'이라는 용어를 사용하기도 한다. SNS 중독경향성이란 "온라인상에서 대인관계에 과도하게 몰두하여 금단 및 내성 증상이 나타나 일상생활에 영향을 주는 것"으로 정의되며, 병리적인 고 강박적인 SNS 중독보다 다소 경미한 상태

까지를 포괄하는 개념으로 볼 수 있다(정소영, 김종남, 2014). SNS 중독경향성은 인터넷 중독과 유사한 점이 많아 그동안 인터넷 중독의 연장선 상에서 연구되었지만, 사교나 친밀감 등 대인관계 욕구를 충족시키기 위하여 SNS에 빠져들게 된다는 점에 있어서 기타 인터넷 중독과는 구별되며, 이에 '관계 집착형' 사이버 중독이라고도 할 수 있다(이상호, 2013).

청소년 애착과 SNS 중독경향성

애착(attachment)은 개인이 발달과정에서 중요한 타인과 형성하는 정서적 유대를 의미한다(Bowlby, 1958). 초기에는 애착에서 유아와 주 양육자와의 유대관계를 중심으로 이해하였으나, 이후 인생에서 중요한 다른 사람들과도 전 생애 동안 애착관계가 형성될 수 있다는 점이 인식되고 있다(이수하, 2005). 특히 청소년기는 아동기에서 성인기로 넘어가는 과도기적 발달단계로, 부모로부터 독립하고자 하는 욕구가 강해지면서 부모와의 애착에서 벗어나 또래와 애착관계 형성을 추구하는 것으로 알려져 있다(Ainsworths, 1989). 또래애착은 가장 친한 친구와의 관계에서 형성되는 정서적 유대관계로, 또래관계의 질적 특성을 가리킨다. 그러나 부모와 애착관계의 중요성이 완전히 사라지는 것은 아니며, 위협을 느끼는 경우 여전히 부모는 안전기지(secure base)로서 기능한다(유성경, 박승리, 황매향, 2010). 따라서 청소년 애착과 SNS 중독경향성의 관계를 연구할 때에는 애착을 부모애착과 또래애착으로 나누어 접근하는 것이 유용할 것이다. 최근 SNS 중 하나인 페이스북(Facebook) 중독과 청소년의 애착을 살펴본 연구에서도 부모애착과 또래애착이 모두 SNS 중독과 연관되었으며, 청소년

의 연령에 따라 초기(만 12~13세)에는 상대적으로 부모애착이, 이후(만 14~17세)에는 상대적으로 또래애착이 더 큰 영향을 미친다는 점이 보고되었다(Badenes-Ribera, Fabris, Gastaldi, Prino, & Longobardi, 2019).

불안정한 애착이 청소년의 심리적 적응에 부정적 영향을 미치며, 일반적으로 다양한 행위 중독(behavioral addiction)의 위험성을 높인다는 점은 지금까지의 선행연구들에서 비교적 일관되게 검증되어 왔다. 예를 들어 불안정한 부모애착은 청소년의 증가된 우울, 외로움과 관련되며, 인터넷, 휴대폰, 게임 등 여러 유형의 중독문제 위험성을 높이는 것으로 나타났다(예: 고수영, 2013; 김민경, 2012; 송두리, 2013; Estevez, Jauregui, & Lopez-Gonzalez, 2019; Oldfield, Humphrey, & Hebron, 2016). 또한 또래 애착 수준이 낮을수록 우울, 외로움, 불안, 낮은 자존감 등 부정적인 측면이 두드러지고(김기정, 2010; 조혜진, 2006), 스마트폰이나 인터넷 중독 위험이 높아지는 것으로 보고되었다(김유연, 2015).

보다 구체적으로 SNS 중독경향성과의 관련성을 살펴볼 때 SNS 중독경향성이 일반적인 인터넷 중독에 비해 대인관계 욕구와 밀접한 만큼 대인관계의 원형이 되는 애착 문제가 관여할 가능성은 충분히 추론할 수 있다. 이에 대한 최근의 체계적 고찰에 따르면, 2000년부터 2018년 사이에 출간된 경험적 연구들에서 불안정한 애착과 SNS 중독경향성 간에 유의한 정적 상관관계가 있는 것이 비교적 일관되게 보고되었다(D'Arienzo, Boursier, & Griffiths, 2019). 전반적으로 회피 애착에 비하여 불안 애착이 SNS 및 인터넷 중독에 취약성을 제공하는 것으로 여겨진다. 예를 들어 높은 불안 애착을 가지고 있는 사람일수록 페이스북

을 더 집중적으로 사용하였고 SNS 상에서 피드백을 추구하거나 그에 민감한 양상을 보였다(Hart, Nailling, Bizer, & Collins, 2015; Oldmeadow, Quinn, & Kowert, 2013). 청소년 연령대의 표본이 포함된 연구들로 범위를 좁혀 보면, 비록 그 수가 충분치는 않으나, 불안정한 부모 또는 또래애착이 SNS 중독경향성을 비롯한 전반적인 인터넷 중독 문제와 관련된다는 연구들이 있다(Monacis, de Palo, Griffiths, & Sinatra, 2017; Reiner, Tibubos, Hardt, Müller, Wölfling, & Beutel, 2017). 아울러 일군의 연구자들은 반대로 부모와 정서적으로 안정된 애착관계를 가질 때 청소년들이 또래관계에서도 소외감을 덜 느끼고, 회피나 보상 동기에 따른 문제적인 SNS 사용이 줄어든다는 점을 확인하면서, 강한 부모애착이 SNS 중독경향성에 있어 보호요인임을 주장하기도 하였다(Assunção, Costa, Tagliabue, & Matos, 2017; Lei & Wu, 2007).

그럼에도 불구하고 다른 유형의 행위 중독에 비해, 애착과 SNS 중독경향성의 관계에 대한 연구는 아직 양적으로 부족하며, 지금까지 주로 대학생이나 성인을 대상으로 진행되었다(김보경, 백용매, 허창구, 2016; D'Arienzo et al., 2019; Nitzburg & Farber, 2013). 청소년을 대상으로 한 국내 연구들도 최근 일부 시작되는 추세이나(김영숙, 2017; 유현욱, 2015), 이들 연구에서는 또래애착만을 다루었을 뿐 부모애착과 또래애착을 종합적으로 고려하지 않았으며, 자존감이나 자기통제 등 일반적인 변인 외에 구체적으로 어떤 심리적 요인이 그 과정에 영향을 미치는지에 대한 분석이 충분하지 못했다는 한계점이 있다고 할 수 있다.

소외에 대한 두려움(FoMO)

비교적 최근에 제안된 변인인 소외에 대한 두려움(fear of missing out; FoMO)은 흐름을 놓치거나 자신이 포함되지 않을 것에 대한 두려움 때문에 타인이 어떤 활동을 하고 있는지를 계속 확인하고 싶은 욕구를 의미한다(Przybylski, Murayama, Dehaan, & Gladwell, 2013). 본래 소외에 대한 두려움은 마케팅 전략가인 Herman(2000)이 사람들이 새로운 제품이나 브랜드를 추구하는 이유로서 제시한 것으로서, Przybylski 등(2013)의 연구를 통해 심리학 내에서는 사회심리학 분과에서 먼저 주목받게 되었다. 소외에 대한 두려움은 특히 SNS 문화에 널리 퍼져있는 현상으로, 과도한 SNS 사용을 초래하는 요인 중 하나로 언급되어 왔다(문화림, 2019; 박주리, 2020; 박지수, 서영석, 2018; Beyens, Frison, & Eggerment, 2016; Dempsey, O'Brien, Tiamiyu, & Elhai, 2019; Fabris, Marengo, Longobardi, & Settanni, 2020; Kim, 2019; Oberst, Wegmann, Stodt, Brand, & Chamarro, 2017).

소외에 대한 두려움이 왜 발생하는가에 대해서는 생물학적, 사회비교적 그리고 자기결정 이론의 관점에서 설명할 수 있다. 우선 생물학적 관점에서 소외에 대한 두려움은 인간의 소속에 대한 욕구와 관련이 있을 것으로 추측된다. 집단 내에서 중요 정보를 받지 못하거나 소외당했다고 느끼면 위협에 반응하는 편도체가 활성화되는데, 이러한 스트레스 반응이 불쾌하기 때문에, 이를 예방하는 목적으로 어떠한 정보도 놓치지 않으려는 감시체계가 활성화된다는 것이다(Lai, Altavilla, Ronconi, & Aceto, 2016). 다음으로 사회비교적 관점에 따르면, 인간은 자기 자신에 대한 지식을 얻

는 과정에서 타인을 준거로 비교하는 성향이 있다고 한다. 그런데 SNS를 통해 다양한 정보를 실시간으로 접하게 되면서 자신을 타인과 끊임없이 비교하게 되고, 이것이 소외에 대한 두려움을 촉진할 수 있다(박주리, 2020). 마지막으로 자기결정 이론에서는 인간의 3대 기본 심리욕구인 자율성, 유능성, 관계성 중 관계성이 결핍된 상태에서 소외에 대한 두려움이 발생한다고 설명한다(박지수, 서영석, 2018; Przybylski et al., 2013). 즉, 관계성이 결핍되어 사회적 관계에서 배제당하는 것에 두려움이 커지면, 자신의 내재적 욕구를 충족하는 것보다 외재적 동기에 의해 행동하게 되고, 집단에 참여하여 더 많은 시간을 보내야 한다는 압박을 느끼면서 소외에 대한 두려움을 느끼게 된다는 것이다.

이와 같이 소외에 대한 두려움은 SNS 중독 경향성과 매우 관련이 깊은 개념으로서 최근 학문적 관심을 받고 있으나, 아직까지 소외에 대한 두려움이 심리적으로 어떠한 특성을 가지는 변인인지에 대해서는 충분한 연구가 이루어져 있지 않은 것으로 보인다. 최근 불안, 우울과 같은 특성이 소외에 대한 두려움과 관련이 있다는 연구들이 진행되는 추세이고, 이러한 부정적인 심리적 특성이 SNS의 과도한 사용으로 이어진다는 점이 보고되기 시작했지만(Elhai, Gallinari, Rozgonjuk, & Yang, 2020; Holte & Ferraro, 2020; Oberst et al., 2017), 현 시점에서는 아직까지 국내에서 이와 직접적으로 관련된 연구들을 찾아볼 수 없었다.

애착, SNS 중독경향성과 소외에 대한 두려움의 관계

그렇다면 청소년에서 애착, SNS 중독경향성,

소외에 대한 두려움 간 관계는 어떻게 연결되어 있을 것인가? 지금까지의 선행연구 결과를 종합하면, 불안정한 애착과 소외에 대한 두려움 모두 SNS 중독경향성을 높일 수 있다는 점에 있어서는 상당한 연구결과들이 축적되어 있다고 할 수 있다(김보경 등, 2016; 문화림, 2019; 박지수, 서영석, 2018; Nitzburg & Farber, 2013; Kim, 2019).

그에 비하여 불안정 애착과 소외에 대한 두려움 간의 관계에 대해서는 아직 많은 연구가 존재하지는 않으며(박지수, 서영석, 2018), 이는 부분적으로 소외에 대한 두려움이 비교적 최근에 제안되고 연구된 변인이기 때문일 것이다. 최근 대학생을 대상으로 한 연구에서 불안애착과 SNS 중독 사이에서 소외에 대한 두려움이 매개한다는 것이 보고되었다(Liu & Ma, 2019). 또한 Lai 등(2016)은 소외에 대한 두려움과 사회적으로 소외되는 상황에서의 뇌파를 비교한 신경생물학적 상관관계 연구를 통해 소외에 대한 두려움이 성인애착유형척도(ASQ; Feeney, Noller, & Hanrahan, 1994) 중 인정욕구와 유의한 정적 상관이 있음을 확인하였다. 과거 Brennan, Clark 과 Shaver(1998)등이 ASQ의 인정에 대한 욕구는 애착 불안으로 분류될 수 있다고 언급한 것을 고려하면, Lai 등(2016)의 연구결과는 애착불안과 소외에 대한 두려움의 상관관계를 시사하는 것으로 해석될 수 있을 것이다. 권지영(2019) 역시 애착을 직접적으로 측정하는 것은 아니지만 부모에게서 타인에 대한 의존성을 높이는 양육 태도인 의존지향 심리적 통제를 받는 청소년들은 또래 관계에 높은 의존성을 보이면서 소외에 대한 두려움이 상승될 수 있고, 이로 인한 부정 정서를 완화하기 위하여 SNS 사용에 더욱 몰두할 수 있다는 결과를 발표하기도 하였다.

이러한 결과들로부터 개념적으로 추론해 볼 때 청소년의 불안정한 애착이 소외에 대한 두려움을 강화시킬 가능성이 충분히 있는 것으로 여겨진다. 아울러 애착이 상대적으로 생의 초기에 형성되고 유지되는 원격 요인(distal factor)인 반면, 소외에 대한 두려움은 시간적으로나 원인론적으로 SNS 중독경향성의 근접 요인(proximal factor)으로 작용할 것으로 예상된다. 이에 소외에 대한 두려움이 불안정한 애착과 SNS 중독경향성 간 관계를 매개할 가능성이 있을 것으로 여겨지나, 이러한 연구 문제를 특히 청소년 집단에서 부모애착뿐만 아니라 또래애착을 종합적으로 고려하여 검증한 연구는 아직까지 없는 것으로 생각된다.

따라서 본 연구에서는 국내 청소년을 대상으로 부모 및 또래애착과 SNS 중독경향성 간의 관계를 소외에 대한 두려움이 매개하는지를 검증하고자 하였다. 즉, 청소년이 부모나 또래와 애착이 불안정하게 형성된 경우 다른 관계에 더욱 집착하게 되면서, 혹시라도 내가 소외되거나 내가 없을 때 다른 사람들이 더 좋은 일을 하고 지낼까 봐 두려운 소외에 대한 두려움을 경험하게 됨으로써, SNS상에서 다른 사람들이 무엇을 하는지를 계속 확인하고 싶어지고 그 결과 SNS 중독경향성이 증가될 것이라고 예측하였다. 이를 가설로 정리하면 다음과 같다.

가설 1. 청소년의 부모애착과 SNS 중독경향성 간의 관계를 소외에 대한 두려움이 매개할 것이다.

가설 2. 청소년의 또래애착과 SNS 중독경향성 간의 관계를 소외에 대한 두려움이 매개할 것이다.

방 법

연구 참여자

575명의 서울, 경기/인천, 경상도 지역 중학교, 고등학교 학생이 연구에 참여하였다. 이 중에서 SNS를 사용하지 않아 연구 참여 기준에 해당되지 않거나 불성실하게 작성한 58명을 제외하고, 총 517명의 자료를 자료 분석에 사용하였다. 설문조사는 온라인 및 오프라인으로 실시되었으며, 사전에 연구 목적과 방법, 수집된 연구자료의 비밀유지 및 개인정보 보호에 대한 설명을 제공하고, 연구에 참여하지 않거나 중단할 권리에 대하여 고지하였으며, 연구 참여에 동의하는 학생을 대상으로 하였다.

측정 도구

부모 및 또래애착 척도 개정본(The Inventory of Parent and Peer Attachment-Revised; IPPA-R)

청소년의 부모 및 또래애착 정도를 측정하기 위하여, Armsden과 Greenberg(1987)가 개발한 IPPA를 옥정(1998)이 번안 및 수정한 부모 및 또래애착 척도 개정본을 사용하였다. 부모 그리고 또래애착은 모두 동일한 3개 하위요인(상호신뢰 10문항, 의사소통의 정도와 질 9문항, 소외감 6문항)으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 리커트 척도(1점 = 결코 그렇지 않다 ~ 5점 = 항상 그렇다)로 평정하게 되어 있으며, 점수가 높을수록 애착의 안정성이 높음을 의미한다. 원 척도를 개발한 Armsden과 Greenberg(1987)은 부모애착을 부모 애착, 모 애착으로 구분 없이 1개의 부모애착 척도로 측정하였고, 본 연구에서는 또래애착에 대응하

는 개념으로서 부모애착을 측정하려고 하였으며 부모 애착의 차별적 효과에 대하여 가정하지 않았기 때문에, 옥정(1998)의 문항을 사용하여 부모 애착의 값을 합산한 후 평균값을 구해 부모애착을 측정하였다. 옥정(1998)의 연구에서 한국어판의 내적 합치도(Cronbach's α)는 부모 애착 .93, 모 애착 .92, 또래애착 .92였으며, 본 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 부모 애착 .91, 모 애착 .91, 부모애착 .95, 또래애착 .92로 우수한 수준이었다.

SNS 중독경향성 척도

청소년의 SNS 중독경향성 정도를 측정하기 위하여, 정소영과 김종남(2014)이 대학생 대상으로 개발한 척도를 박선영(2014)이 중학생을 대상으로 수정한 척도를 사용하였다. SNS 중독경향성 척도는 4개 하위요인으로, 조절실패 및 일상생활 장애(7문항), 몰입 및 내성(7문항), 부정 정서의 회피(5문항), 가상세계 지향성 및 금단(5문항)으로 이루어져 있다. 각 문항은 4점 리커트 척도(1점 = 전혀 그렇지 않다 ~ 4점 = 매우 그렇다) 상에서 응답하도록 되어 있으며, 점수가 높을수록 SNS 중독경향성이 높음을 의미한다. 박선영(2014)의 연구에서 전체 척도의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .94였다. 본 연구에서 전체 척도의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .95로 역시 우수한 수준이었으며, 각 하위요인별로 살펴보면 조절실패 및 일상생활 장애 .88, 몰입 및 내성 .82, 부정 정서의 회피 .87, 가상세계 지향성 및 금단 .86으로 양호한 수준이었다.

소외에 대한 두려움(FoMO) 척도

소외에 대한 두려움을 측정하기 위하여, Przybylski 등(2013)이 개발하고 주은선, 전소연,

심술지(2018)가 한국어판으로 타당화한 척도를 사용하였다. 본래 척도의 측정대상은 대학생이었지만, 문항 내용이 청소년을 대상으로 사용하기에도 무리가 없다고 판단되었다. 한국어판 소외에 대한 두려움 척도는 3개 하위요인으로, 소속욕구 2문항(예: 나는 약속된 모임에 빠지게 되면 불안하다.), 외적동기 4문항(예: 나는 주변을 신경 쓰는 데 시간을 많이 보내는 것 같아 걱정된다.), 상대적 박탈감 2문항(예: 나는 내 친구들이 나보다 좀 더 나은 경험을 할까봐 두렵다.), 총 8문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 리커트 척도(1점 = 나와는 전혀 다르다 ~ 5점 = 매우 그렇다)로 평정하며, 점수가 높을수록 소외에 대한 두려움이 강함을 의미한다. 주은선 등(2018)에서 전체 척도의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .91이었으며, 각 하위척도별로는 소속욕구 .72, 외적동기 .69, 상대적 박탈감 .77이었다. 본 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 전체 척도에서 .91이었으며, 소속욕구 .88, 외적동기 .84, 상대적 박탈감 .86이었다.

자료분석

먼저 SPSS 22.0을 사용하여, 연구 참여자의 인구통계학적 변인과 주요 변인의 기초적 특성을 파악하기 위한 기술통계 분석을 실시하였고, 측정도구의 내적 합치도 계수로서 Cronbach's α 를 산출하였다. 다음으로 상관분석을 통하여 변인 간의 관계를 탐색적으로 살펴보았다. 이후 연구문제를 검증하기 위하여, PROCESS macro(Hayes, 2014)를 사용하여 부트스트랩(bootstrap)을 활용한 회귀분석의 방식으로 매개분석을 실시하였다. 이 방식은 실제로 충족하기 어려운 정규분포 가정에 기초하지

않으며, 경험적 분포를 활용하여 높은 검증력을 제공한다는 장점이 있어, 최근에는 매개효과 검증에 위하여 부트스트랩 방식의 회귀분석 사용이 증가하는 추세이다(조영일, 김지현, 한우리, 조유정, 2015; Hayes, 2013). 본 연구에서는 부트스트랩 사례 수를 5,000개로 설정하였으며, 95% 신뢰구간에 추정치가 0을 포함하지 않으면 매개효과가 통계적으로 유의한 것으로 판단하였다.

결 과

연구 참여자의 특성

전체 연구 참여자의 인구통계학적 특성 및 SNS 사용 관련 특성은 표 1과 같다. 성별로는 남학생이 57.6%, 여학생이 42.4%였으며, 학년별로 중학생이 47.2%, 고등학생이 52.6%를 차지하였다.

하루 평균 SNS 이용시간 및 횟수는 148.65분(표준편차 = 122.43, 범위 = 1~1440분), 14.43회(표준편차 = 33.95, 범위 = 1~500회)로 나타났다. '2018 인터넷 이용 실태조사'에서 만 6세 이상 이용자의 주 평균 SNS 이용빈도가 하루 평균 3.1회이며 주 평균 SNS 이용시간이 53분임을 감안할 때(과학기술정보통신부·한국인터넷진흥원, 2019), 범위가 다소 넓은 하지만 본 연구에 참여한 청소년들이 평균적으로 SNS를 사용하는 시간 및 빈도가 상당함을 알 수 있었다. 주로 이용하는 SNS의 종류를 중복 응답하도록 하였을 때 유튜브가 35.6%로 가장 많았으며, 그 다음으로 페이스북 28.8%, 인스타그램 20.6%, 트위터 8.7%, 기타 3.2%, 네이버 밴드 2.2%, 카카오톡이

표 1. 연구 참여자의 인구통계학적 및 SNS 사용 관련 특성 (N=515~517)

항목	구분	빈도(명)	백분율(%)
성별	남자	298	57.6
	여자	219	42.4
학년	중학교 1학년	85	16.4
	중학교 2학년	92	17.8
	중학교 3학년	67	13.0
	고등학교 1학년	216	41.8
	고등학교 2학년	46	8.9
	고등학교 3학년	10	1.9
	미응답	1	0.2
주로 이용하는 SNS 종류	유튜브	440	35.6
	페이스북	356	28.8
	인스타그램	255	20.6
	트위터	108	8.7
	네이버밴드	27	2.2
	카카오토리	10	0.8
	기타	40	3.2
SNS 이용 시간 (일)	30분 미만	48	9.3
	30분~1시간 미만	11	2.1
	1~2시간 미만	225	43.5
	2~4시간 미만	183	35.4
	4시간 이상	47	9.1
	미응답	3	0.6
SNS 이용 횟수 (일)	5회 미만	145	28.0
	5~10회 미만	137	26.5
	10~20회 미만	124	24.0
	20회 이상	98	19.0
	미응답	13	2.5

주. 주로 이용하는 SNS 종류는 중복 응답을 허용함.

0.8% 순으로 나타났다.

애착, SNS 중독경향성 및 소외에 대한 두려움 간의 관계

분석에 앞서 주요 변인들이 정규분포를 이루는지 확인하였을 때 모든 변인들의 왜도가 ± 2.0 , 첨도가 ± 4.0 을 넘지 않아 정규분포 가정을 충족시켰으며, 기술통계량은 표 2에 제시되어 있다. 또한 매개분석에 앞서 소외에 대한 두려움과 애착, SNS 중독경향성 간의 상관관계를 탐색하였다. 그 결과 부모애착과 또래애착 간에는 중간 크기의 정적 상관이 있었다($r = .43, p < .001$). 부모애착과 또래애착 모두 SNS 중독경향성($r = -.29, r = -.17, p < .001$) 및 소외에 대한 두려움($r = -.21, r = -.19, p < .001$)과 유의한 부적 상관을 맺고 있었다.

소외에 대한 두려움의 매개효과

먼저 부모애착과 SNS 중독경향성 사이에서 소외에 대한 두려움의 매개효과를 검증하기

위하여, PROCESS macro(모델 4)로 회귀분석과 부트스트랩 검증을 실시하였다(Hayes, 2014). 표 3에 제시된 분석 결과, 독립변인(부모애착)이 매개변인(소외에 대한 두려움)으로 가는 경로가 부적인 방향으로 유의하여($t = -4.77, p < .001$), 부모애착이 불안정할수록 소외에 대한 두려움 수준이 높아지는 것으로 나타났다. 또한 매개변인이 종속변인(SNS 중독경향성)으로 이어지는 경로에서도 소외에 대한 두려움 수준이 높을수록 SNS 중독경향성이 높아짐을 확인할 수 있었다($t = 17.45, p < .001$). 마지막으로 부모애착과 SNS 중독경향성 간의 관계에서 소외에 대한 두려움이 미치는 영향을 살펴보면, 간접효과가 유의한 것으로 나타났다(효과크기 = $-.11, 95\% CI = -.17 \sim -.06$). 부모애착은 SNS 중독경향성에 직접적으로도 유의한 효과를 미치는 것으로 확인되어, 부모애착과 SNS 중독경향성 사이에서 소외에 대한 두려움이 부분 매개함을 알 수 있었다(그림 1).

앞선 분석과 동일한 방식으로 또래애착과 SNS 중독경향성 사이에서 소외에 대한 두려움의 매개효과를 검증하였으며, 그 결과는 표 4

표 2. 주요 변인의 기술통계량 및 상관관계 (N=517)

	1	2	3	4
1. 부모애착	-			
2. 또래애착	.43***	-		
3. SNS 중독경향성	-.29***	-.17***	-	
4. 소외에 대한 두려움	-.21***	-.19***	.63***	-
평균	3.70	3.71	1.85	2.14
표준편차	.63	.59	.57	.88

주. 부모애착, 또래애착=부모 및 또래 애착척도 개정본(IPPA-R), SNS 중독경향성=SNS 중독경향성 척도, 소외에 대한 두려움=한국형 소외에 대한 두려움 척도. *** $p < .001$

표 3. 부모애착과 SNS 중독경향성 간의 관계에서 소외에 대한 두려움의 매개효과 (N=516)

종속변수	독립변수	B	SE	β	t	p	F	R ²
소외에 대한 두려움	부모애착	-.29	.06	-.21	-4.77***	.000	22.78***	.04
SNS 중독경향성	부모애착	-.15	.03	-.17	-4.90***	.000	189.98***	.43
	소외에 대한 두려움	.39	.02	.60	17.45***	.000		
간접효과 (Effect)		Boot SE		95% CI				
				LL	UL			
				-0.17	-0.06			

주. 또래애착=부모 및 또래 애착척도 개정본(IPPA-R), SNS 중독경향성=SNS 중독경향성 척도, 소외에 대한 두려움=한국형 소외에 대한 두려움 척도. CI=confidence interval, LL=lower limit, UL=upper limit, 부트스트랩 표본은 5,000회 추출함, *** $p < .001$.

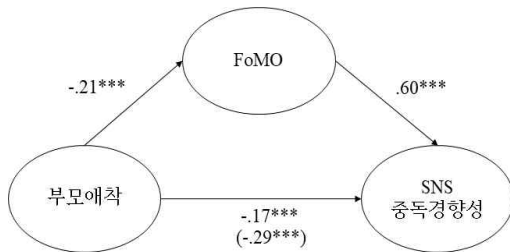


그림 1. 부모애착과 SNS 중독경향성 간의 관계에서 소외에 대한 두려움의 매개효과 (N=516)

주. 경로계수는 표준화된 계수임, *** $p < .001$.

와 같다. 분석 결과, 독립변인(또래애착)이 매개변인(소외에 대한 두려움)으로 가는 경로가 부적 방향으로 유의하여($t = -4.36, p < .001$), 또래애착이 불안정할수록 소외에 대한 두려움 수준이 높아지는 것으로 나타났다. 또한 매개변인이 종속변인(SNS 중독경향성)으로 이어지는 경로에서도 소외에 대한 두려움 수준이 높을수록 SNS 중독경향성이 높아짐을 확인할 수 있었다($t = 17.84, p < .001$). 나아가 또래애착의 간접효과가 유의하였으며(효과크기 = -.11,

표 4. 또래애착과 SNS 중독경향성 간의 관계에서 소외에 대한 두려움의 매개효과 (N=517)

종속변수	독립변수	B	SE	β	t	p	F	R ²
소외에 대한 두려움	또래애착	-.28	.06	-.19	-4.36***	.000	18.99***	.04
SNS 중독경향성	또래애착	-.05	.03	-.05	-1.56	.12	171.74***	.40
	소외에 대한 두려움	.41	.02	.62	17.84***	.000		
간접효과 (Effect)		Boot SE		95% CI				
				LL	UL			
				-0.17	-0.06			

주. 또래애착=부모 및 또래 애착척도 개정본(IPPA-R), SNS 중독경향성=SNS 중독경향성 척도, 소외에 대한 두려움=한국형 소외에 대한 두려움 척도. CI=confidence interval, LL=lower limit, UL=upper limit, 부트스트랩 표본은 5,000회 추출함, *** $p < .001$.

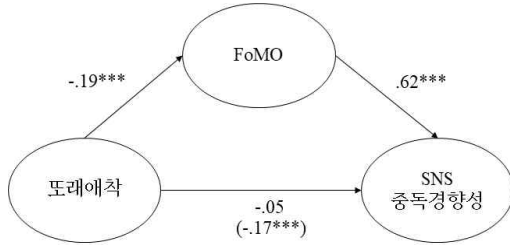


그림 2. 또래애착과 SNS 중독경향성 간의 관계에서 소외에 대한 두려움의 매개효과 (N=517)
 주. 경로계수는 표준화된 계수임, ***p<.001.

95% CI = -.17 ~ -.06), 소외에 대한 두려움이 투입된 이후 또래애착은 SNS 중독경향성에 더 이상 유의한 직접효과를 미치지 않는 것으로 확인되어, 소외에 대한 두려움이 완전매개 효과를 가진다는 점이 입증되었다(그림 2).

논 의

본 연구는 국내 청소년을 대상으로 애착과 SNS 중독경향성을 살펴보고, 애착을 부모애착과 또래애착으로 나누어 소외에 대한 두려움이 각 애착과 SNS 중독경향성 간의 관계를 매개하는지를 검증하고자 하였다. 먼저 본 연구의 주요 결과를 요약하면 다음과 같다. 우선 불안정한 애착, SNS 중독경향성 및 소외에 대한 두려움 간의 유의한 부적 상관관계가 있었다. 이는 부모 및 또래애착이 안정적이지 않다고 느낄수록 또는 소외에 대한 두려움이 강할수록 SNS 중독경향성이 높아진다는 기존의 국내외 선행연구의 결과와 일치하는 것이다(문화립, 2019; 박주리, 2020; 박지수, 서영석, 2018; Lai et al., 2016; Monacis et al., 2017; Przybylski et al., 2013; Reiner et al., 2017).

보다 중요하게 본 연구에서는 이 세 변인

간의 관계성을 보다 구체적으로 규명하면서, 소외에 대한 두려움이 청소년의 애착과 SNS 중독경향성 사이에서 매개효과를 가진다는 연구 가설에 부합하는 결과를 얻었다. 청소년의 발달단계를 고려하여 애착을 부모애착과 또래애착으로 구분하여 분석하였을 때, 다소 차별적인 매개효과가 발생하였다. 부모애착과 SNS 중독경향성 간 관계에서는 소외에 대한 두려움이 부분매개하는 것으로 나타났다. 이는 부모애착이 간접적으로 소외에 대한 두려움을 거쳐 SNS 중독경향성에 영향을 미칠 뿐만 아니라, 직접적으로도 SNS 중독경향성에 영향을 미친다는 것을 의미한다. 이는 부모와 불안정한 애착을 형성한 청소년들이 SNS 중독을 비롯한 일반적인 인터넷 중독에 취약하며, 실제 부모로부터 받지 못한 관심과 이해를 가상세계를 통해 채우고자 한다는 기존 연구결과들과 같은 맥락에서 이해될 수 있다(Lai & Wu, 2007). 생애 초기 부모와 형성하는 애착관계는 개인의 내적작동모델(internal working model)로서 자신, 타인, 세계에 대한 기본적 신념 형성에 관여하고(Bowlby, 1958), 개인의 전 생애에 걸쳐 다방면에 영향을 미치기 때문에, 소외에 대한 두려움이라는 매개변인을 통하지 않고도 SNS 중독경향성에 직접적인 영향을 미칠 수 있는 것으로 생각된다.

그에 비하여 또래애착과 SNS 중독경향성 사이에서는 소외에 대한 두려움이 완전매개 효과를 나타냈다는 것이 특기할 만 하다. 이는 청소년 시기의 발달적 특성과 아웃사이드(outsider)가 되고 싶지 않은 또래문화의 특성에 비추어 해석할 수 있을 것이다. 청소년 시기에는 또래집단의 규범과 행동 양식을 모방하거나 동일시하려는 경향이 강해지면서, 또래집단이 제시하는 것으로 지각되는 가치

규범에 동조하여 행동하려고 한다(Coleman & Hendry, 1990). 또한 청소년들은 또래와의 연결을 통해 자신의 존재나 정체감을 확인하려는 욕구가 있어, 또래관계가 안정되지 못하면 소외감과 소외당할 것에 대한 두려움을 가지기 쉽다(황은숙, 2011). 그 결과 청소년들은 타인 특히 또래에 많은 신경을 쓰게 되고 자신이 소외될 가능성에 민감하게 반응하므로, 성인보다 소외에 대한 두려움에 취약할 수 있다. 그리고 이를 극복하기 위하여 지속적으로 타인의 소식을 접할 수 있고 다른 사람들과 연결시켜주는 SNS에 접속하고 과잉 사용하게 될 수 있기 때문에, 소외에 대한 두려움이 또래 애착과 SNS 중독경향성 간 관계를 거의 전적으로 설명하는 핵심적인 매개변인으로 작용하는 것으로 생각된다.

본 연구의 이론적 의의는 비교적 큰 국내 청소년 표본에서 애착, SNS 중독경향성, 소외에 대한 두려움의 관계를 종합적으로 검증하였다는 것이다. 기존 연구들은 주로 대학생이나 성인 집단을 대상으로 위의 주제들을 살펴 보았다(김보경 등, 2016; 박주리, 2020; 박지수, 서영석, 2018; Liu & Ma, 2019). 또한 SNS 중독의 경우 대인관계적 욕구가 두드러짐에도 불구하고 청소년의 애착과 SNS 중독경향성 간의 관계를 검증한 국내 연구는 소수였다(김영숙, 2017; 유현욱, 2015). 본 연구에서는 소외에 대한 두려움이라는 SNS 현상과 관련성이 높은 변인이 양자 간 관계를 매개함을 새롭게 제안하였고, 애착이 상대적으로 결과적 행동 문제로부터 시간적, 원인론적 거리가 먼 원격 요인이라는 점, 소외에 대한 두려움이 근접 요인이라는 점을 고려하여 설정된 매개모형을 입증하는 결과를 얻었다. 그러므로 기존 연구결과를 청소년 집단으로 확장하고, 새로운 변인을

추가하여 청소년의 SNS 중독경향성을 더욱 폭넓은 맥락에서 이해할 수 있는 근거 자료를 제공하였다는 의의가 있을 것이다.

아울러 본 연구는 다음과 같은 잠재적인 교육적 및 치료적 함의를 지닐 수 있다. 기본적으로 본 연구결과는 기존 연구들과 일관되게 불안정한 애착을 가진 청소년들이 다른 행위 중독 문제뿐 아니라 SNS 중독에도 취약할 수 있음을 시사한다(김민경, 2012; 김영숙, 2017; 김유연, 2015; 송두리, 2013; Monacis et al., 2017; Reiner et al., 2017). SNS를 통한 온라인상 대인관계적 교류는 선용될 시 청소년들에게 생활에 활력소가 되는 즐겁고 유익한 경험이 될 수 있다. 그러나 불안정한 애착을 가진 청소년들은 실제 애착관계에서 충족되지 못한 관계적 욕구를 SNS 상에서 과잉보상하려 할 수 있으며(Assunção et al., 2017; Lei & Wu, 2007), 그 결과 SNS 중독에 빠지게 될 위험성이 있다. 더욱이 이러한 SNS 중독은 애착 문제로 인한 정서적 결핍 해소에 결과적으로 도움이 되지 않고 이를 심화시키거나, 간혹 더욱 심각한 경우에는 청소년들을 여러 가지 유형의 범죄 피해에 취약하게 만들 우려도 있다(허일수, 유진이, 2018).

또한 본 연구결과는 청소년들의 SNS 중독 예방 및 개입을 위한 생활지도 및 상담 프로그램 구성할 때 소외에 대한 두려움이 치료의 타깃이 될 수 있다는 점을 시사한다. 불안정한 애착을 가진 청소년은 소외에 대한 두려움을 매개로 SNS 중독에 빠져들 수 있는 바, 이들이 경험하는 소외에 대한 감정을 적절히 다루는 것이 교육 및 상담에 중요한 주제가 될 수 있다. 특히 또래애착에서 소외에 대한 두려움의 완전매개 효과를 고려하면, 청소년 시기 또래 집단의 문화에서 뒤떨어지거나 소

속되지 못하는 소외감에 대한 두려움을 방어하는 것이 SNS 중독으로 이어지는 매우 핵심적인 경로임을 인지하고 이에 대해 개입할 필요가 있을 것이다. 예를 들어 SNS 중독으로 어려움을 겪는 청소년을 상담할 때 먼저 이들의 부모 및 또래와의 애착관계가 어떠한지, 현재 소외에 대한 두려움 수준은 어떠한지를 평가해 볼 수 있다. 또한 안정된 또래관계를 형성하지 못한 학생들의 경우 소외에 대한 두려움을 쉽사리 경험하고 뒤이어 SNS 중독으로 이어질 수 있으므로, 잠재 위험이 있는 학생들을 미리 선별하여 예방적 조치를 취할 수도 있을 것이다.

치료적 목표를 설정함에 있어 자기결정이론의 관점에서 소외에 대한 두려움이 기본심리 욕구 중 관계성 결핍에 대한 반응으로서 발생하고(Przybylski et al., 2013), SNS 과몰입은 내재적 동기가 아닌 외재적 동기에 의해 행동하면서 기본심리욕구 결핍의 악순환을 유지시키는 문제 행동이라는 점을 유념할 필요가 있다. 즉, 외재적 동기에 의해 집단 참여 압력을 느끼는 상태에서 SNS 중독은 소외에 대한 두려움의 해소에 도움이 되기보다는 소외에 대한 두려움을 더욱 강화시킬 수 있다. 이러한 견지에서 과도한 SNS 사용은 결국 다른 사람과의 상황비교를 통하여 다른 사람들이 자신보다 더 좋은 경험을 하고 잘 지낸다는 생각을 갖게 함으로써 소외에 대한 두려움을 더욱 활성화시킨다는 연구결과는 그 악순환을 잘 보여준다(박주리, 2000). 따라서 보다 근본적이고 최종적인 치료의 목표는 청소년들이 SNS 외에 자신의 자율성, 유능성, 관계성을 실제로 충족시킬 수 있는 대안적인 활동들을 계획하고 그를 통하여 만족감을 경험할 수 있는 행동적 실천방안을 강구하는 것이 될 수 있다.

더불어 최근 특성 소외에 대한 두려움 (trait-FoMO) 대 상태 소외에 대한 두려움 (state-FoMO)이라는 개념을 제안한 Wegmann, Oberst, Stodt와 Brand(2017)는 인터넷이나 온라인 SNS 상황에 한정되어 나타나는 상태 차원의 소외에 대한 두려움을 개인과 인터넷 소통 사이를 매개하는 일종의 인지적 편향으로 바라보았다. 그렇기 때문에 상태 소외에 대한 두려움의 관점에서 치료적 개입을 하는 경우 인지행동적 접근이 유용할 수 있을 것이다. 이와 관련한 직접적 연구는 아직 이루어진 바 없으나, 다수의 선행연구에서 인지행동 치료적 접근은 스마트폰 중독이나 인터넷 중독 치료에 효과가 있다고 보고된 바 있다(이형초, 안창일, 2002; Stevens, King, Dorstyn, & Delfabbro, 2019). 따라서 후속 연구에서는 이러한 점을 고려하여 소외에 대한 두려움을 치료적으로 개입하는 효과적인 방안이 무엇인지를 탐색해 나갈 수 있을 것이다.

마지막으로 본 연구의 결과는 다음과 같은 제한점을 고려하여 해석되어야 할 것이다. 첫째, 편의 표본(convenience sample)이 사용되었다는 점이다. 본 연구에 참여한 청소년들은 주로 서울과 경기/인천, 경상도 지역의 학생들이며, 서울 지역 청소년들이 대다수를 차지했기 때문에, 연구결과를 전국의 청소년에게 일반화하는 데에는 신중해야 한다. 따라서 거주지를 포함한 인구통계학적 변인을 고려하여 표집하여 대표성을 강화한 표본에서 본 연구결과가 재검증되는지를 확인해 볼 필요가 있다. 아울러 SNS 중독경향성의 평균이 1.85로 그리 높지 않았다는 점을 고려하면, 본 연구에 참여한 청소년들이 SNS 사용 시간(양, 횟수)에 있어서는 충분하지만 중독경향성은 비교적 낮은 집단이라고 볼 수 있으므로, 향후 중독경

향성이 높은 참여자들을 충분히 확보한 표본에서도 본 연구결과를 재검증해 봐야 할 필요가 있을 것이다.

둘째, 본 연구에서는 자기보고식 설문지를 이용하여 일시에 자료 수집을 하는 횡단적 설계를 하였다는 점이다. 잘 타당화된 자기보고식 설문지는 다량의 정보를 경제적으로 수집하는 데 있어 효율적이며, 솔직한 반응을 전제할 때 청소년 이상의 연령대에서는 자신의 주관적인 내면 상태에 대하여 보고할 수 있는 장점이 있다. 그러나 방어성이나 사회적 바람직성 등 반응편향으로 인하여, 왜곡 가능성 또한 있다. 특히 주요 변인 중 하나인 애착 등을 부모 보고나 전문가 면담 방식이 아닌 회고적 자기보고에 의해 객관적으로 측정할 수 있는가에 대한 비판도 존재한다. 또한 본 연구에서는 변인 간 이론적 관계에 근거하여 연구 가설에서 변인 간 선후관계를 설정하였지만, 횡단적 설계의 특성 상 인과성에 대한 확정적 결론을 내릴 수 없다는 점도 고려해야 할 것이다. 그러므로 추후 연구에서는 이러한 한계를 극복하기 위하여, 측정 수단을 다변화하고 종단 연구, 조작을 가한 실험 연구가 이루어질 필요가 있다.

셋째, 본 연구는 회귀분석 방식의 매개효과 검증을 하면서, 부모애착과 또래애착을 별도의 모형으로 각기 분석하였다. 그러나 부모애착과 또래애착이 서로 일정한 관계성을 가지고 소외에 대한 두려움과 이후 SNS 중독경향성에 영향을 미칠 가능성도 생각해 볼 수 있다(Yang, Zhu, Chen, Song, & Wang, 2016). 이와 관련하여 청소년기에 또래애착의 중요성이 증가하지만 심리적 위협을 느끼는 시기에는 부모애착이 일종의 안전기지 역할을 다시금 할 수 있다는 점을 고려한다면(유성경 등, 2010),

또래애착의 불안정성을 안정적인 부모애착이 완충하는지 여부 등이 검증될 필요가 있다. 따라서 향후 연구에서는 구조방정식 분석 방법을 통하여, 부모애착과 또래애착을 모형 내에서 동시에 고려하는 분석을 시도해 보는 것도 유익할 것이다.

참고문헌

- 고수영 (2013). 부모애착이 청소년 우울에 미치는 영향: 정서조절양식의 매개효과 검증. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 과학기술정보통신부 · 한국인터넷진흥원 (2019). 2018년 인터넷 이용 실태조사. 서울: 한국인터넷진흥원
- 권지영 (2019). 중학생 자녀가 지각한 부와 모의 의존지향 심리적 통제가 SNS 중독경향성에 미치는 영향: 기본심리욕구와 소외에 대한 두려움의 매개효과. 서울여자대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 김기정 (2010). 부모애착과 또래 애착이 청소년의 외로움에 미치는 영향. 충북대학교 대학원 석사학위논문.
- 김민경 (2012). 청소년의 심리적 요인, 부모애착이 인터넷 게임 중독과 휴대전화 중독에 미치는 영향. 인간발달학회, 19(4), 1-22.
- 김보경, 백용매, 허창구 (2016). 애착과 스마트폰 및 SNS 중독의 관계에서 대인관계 문제의 매개효과. 청소년학연구, 23(3), 483-502.
- 김영숙 (2017). 청소년의 또래애착과 SNS 중독 경향성의 관계에서 자아탄력성의 매개효과. 경성대학교 교육대학원 석사학위논문.

- 김유연 (2015). 또래애착과 자기통제력이 중학생의 스마트폰 중독에 미치는 영향. 한국외국어대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김윤희, 조규영 (2014). B시 고등학생의 SNS 중독에 영향을 미치는 요인. 한국자료분석학회, 16(2), 1075-1086.
- 문화림 (2019). 자기개념명확성과 SNS 중독경향성의 관계: 사회비교경향성과 상태 소외에 대한 두려움의 이중매개효과. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 박선영 (2014). 중학생의 우울과 SNS 중독경향성 척도개발 및 타당화 연구. 서울여자대학교 석사학위논문.
- 박주리 (2020). 상향비교가 SNS 중독경향성에 미치는 영향에서 소외에 대한 두려움(FoMO)의 매개효과. 동덕여자대학교 석사학위논문.
- 박지수, 서영석 (2018). 대학생의 성인애착과 SNS 중독경향성의 관계: 기본 심리욕구 만족과 소외에 대한 두려움의 역할. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 30(4), 1239-1269.
- 송두리 (2013). 부모 및 또래애착이 청소년의 스마트폰 과다사용에 미치는 영향. 충남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 오윤경 (2012). SNS 중독경향성과 외로움, 우울, 대인관계, 사회적지지와의 관계. 한국상담대학원대학교 석사학위논문.
- 옥정 (1998). 청소년기 애착 안정성과 우울성향의 관계. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 유성경, 박승리, 황매향 (2010). 한국 초·중·고등학생용 부모애착척도의 타당화 연구. 초등상담연구, 9(1), 21-39.
- 유현욱 (2015). 중학생 또래애착과 SNS 중독경향성의 관계에서 자존감과 자존감 안정성의 매개효과. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 이상호 (2013). 소셜미디어 사용자의 중독에 관한 정책적 함의 연구: 한국형 SNS 중독지수(KSAI)제안을 중심으로. 한국디지털정책학회, 11(1), 256-265.
- 이수하 (2005). 부모애착 및 또래애착과 청소년의 학교생활적응간의 관계. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이윤희 (2014). 국내 SNS의 이용 현황과 주요 이슈 분석. Internet & Security Focus, 8, 56-78.
- 이재현 (2012). 트위터란 무엇인가: 다학제적 접근. 커뮤니케이션북스.
- 이형초, 안창일 (2002). 인터넷 게임중독의 인지행동치료 프로그램 개발 및 효과 검증. 한국심리학회지: 건강, 7(3), 463-486.
- 정소영, 김종남 (2014). 대학생용 SNS 중독경향성 척도개발 및 타당화 연구. 한국심리학회지: 건강, 19(1), 147-166.
- 조영일, 김지현, 한우리, 조유정 (2015). 임상연구에서 조절효과 및 매개효과의 비교 및 통합. 한국심리학회지: 임상, 34(4), 1113-1131.
- 조혜진 (2006). 청소년의 또래 애착과 우울, 불안: 자아 존중감의 매개 효과를 중심으로. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 주은선, 전소연, 심솔지 (2018). 한국형 소외에 대한 두려움 척도의 타당화 연구. 한국콘텐츠학회논문지 18(2), 248-261.
- 허일수, 유진이 (2018). 중장기청소년인터넷 여자 청소년들의 SNS 범죄경향 분석. 청소년시설행경, 16(3), 67-72.
- 황은숙 (2011). 청소년의 부적절한 휴대폰 사용

- 에 영향을 미치는 또래애착과 충동성에 관한 연구. 중앙대학교 일반대학원 석사학위논문.
- Ainsworth, M. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist, 44*, 709.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of Parent and Peer Attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 16*, 427-454.
- Assunção, R., Costa, P., Tagliabue, S., & Matos, P. (2017). Problematic Facebook use in adolescents: Associations with parental attachment and alienation to peers. *Journal of Child and Family Studies, 26*, 2990-2998.
- Badenes-Ribera, L., Fabris, M. A., Gastaldi, F. G. M., Prino, L. E., & Longobardi, C. (2019). Parent and peer attachment as predictors of Facebook addiction symptoms in different developmental stages (early adolescents and adolescents). *Addictive Behaviors, 95*, 226-232.
- Beyens, I., Frison, E., & Eggermont, S. (2016). "I don't want to miss a thing": Adolescents' fear of missing out and its relationship to adolescents' social needs, Facebook use, and Facebook related stress. *Computers in Human Behavior, 64*, 1-8.
- Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *International Journal of Psychoanalysis, 39*, 350-373.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford Press.
- Coleman, J. C., & Hendry, L. B. (1990). 청소년과 사회: 청소년기의 심리, 건강, 행동 그리고 관계의 본질 (강영배, 김기현, 이은주 역). 파주: 성안당.
- D'Arienzo, M. C., Boursier, V., & Griffiths, M. D. (2019). Addiction to social media and attachment style: A systematic literature review. *International Journal of Mental Health and Addiction, 17*, 1094-1118.
- Dempsey, A. E., O'Brien, K. D., Tiarniyu, M. F., & Elhai, J. D. (2019). Fear of missing out (FoMO) and rumination mediate relations between social anxiety and problematic Facebook use. *Addictive Behaviors Reports, 9*, 100150.
- Elhai, J. D., Gallinari, E. F., Rozgonjuk, D., & Yang, H. (2020). Depression, anxiety and fear of missing out as correlates of social, non-social and problematic smartphone use. *Addictive Behaviors, 105*, 106335.
- Estevez, A., Jauregui, P., & Lopez Gonzalez, H. (2019). Attachment and behavioral addictions in adolescents: The mediating and moderating role of coping strategies. *Scandinavian Journal of Psychology, 60*, 348-360.
- Fabris, M. A., Marengo, D., Longobardi, C., & Settanni, M. (2020). Investigating the links between fear of missing out, social media addiction, and emotional symptoms in adolescence: The role of stress associated with neglect and negative reactions on social media. *Addictive Behaviors, 106*, 106364.
- Feeney, J. A., Noller, P., & Hanrahan, M. (1994). Assessing adult attachment. In M. B. Spertling

- & W. H. Berman (Eds.), *Attachment in adults: Clinical and developmental perspectives* (pp. 128-152). New York: Guilford Press.
- Hart, J., Nailling, E., Bizer, G. Y., & Collins, C. K. (2015). Attachment theory as a framework for explaining engagement with Facebook. *Personality and Individual Differences, 77*, 33-40.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A regression-based approach*. New York: Guilford Press.
- Hayes, A. F. (2014). PROCESS 2.13. [Statistical software] <<http://www.afhayes.com>>/ (accessed 15. 08. 26)
- Herman, D. (2000). Introducing short-term brands: A new branding tool for a new consumer reality. *Journal of Brand Management, 7*, 330-340.
- Holte, A. J., & Ferraro, F. R. (2020). Anxious, bored, and (maybe) missing out: Evaluation of anxiety attachment, boredom proneness, and fear of missing out (FoMO). *Computers in Human Behavior, 112*, 106465.
- Kim, Seungyun (2019), *Fear of missing out and SNS addiction proneness: A moderated mediation model of cognitive distortion = 소외에 대한 두려움과 SNS 중독경향성의 관계: 인지적 왜곡의 조절된 매개효과*. 고려대학교 대학원 박사 학위논문.
- Lai, C., Altavilla, D., Ronconi, A., & Aceto, P. (2016). Fear of missing out (FOMO) is associated with activation of the right middle temporal gyrus during inclusion social cue. *Computers in Human Behavior, 61*, 516-521.
- Lei, L., & Wu, Y. (2007). Adolescents' parental attachment and Internet use. *CyberPsychology & Behavior, 10*, 633-639.
- Liu, C., & Ma, J. L. (2019). Adult attachment orientations and social networking site addiction: The mediating effects of online social support and the fear of missing out. *Frontiers in Psychology, 10*, 2629.
- Monacis, L., de Palo, V., Griffiths, M. D., & Sinatra, M. (2017). Exploring individual differences in online addictions: The role of identity and attachment. *International Journal of Mental Health and Addiction, 15*, 853-868.
- Nitzburg, G. C., & Farber, B. A. (2013). Putting up emotional (Facebook) walls? Attachment status and emerging adults' experiences of social networking sites. *Journal of Clinical Psychology, 69*, 1183-1190.
- Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M., & Chamarro, A. (2017). Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out. *Journal of Adolescence, 55*, 51-60.
- Oldfield, J., Humphrey, N., & Hebron, J. (2016). The role of parental and peer attachment relationships and school connectedness in predicting adolescent mental health outcomes. *Child and Adolescent Mental Health, 21*, 21-29.
- Oldmeadow, J. A., Quinn, S., & Kowert, R. (2013). Attachment style, social skills, and Facebook use amongst adults. *Computers in Human Behavior, 29*, 1142-1149.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., Dehaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior, 29*,

- 1841-1848.
- Reiner, I., Tibubos, A. N., Hardt, J., Müller, K., Wölfling, K., & Beutel, M. E. (2017). Peer attachment, specific patterns of internet use and problematic internet use in male and female adolescents. *European Child & Adolescent Psychiatry, 26*, 1257-1268.
- Stevens, M. W., King, D. L., Dorstyn, D., & Delfabbro, P. H. (2019). Cognitive-behavioral therapy for Internet gaming disorder: A systematic review and meta analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy, 26*, 191-203.
- Wegmann, E., Oberst, U., Stodt, B., & Brand, M. (2017). Online-specific fear of missing out and Internet-use expectancies contribute to symptoms of Internet-communication disorder. *Addictive Behaviors Reports, 5*, 33-42.
- Yang, X., Zhu, L., Chen, Q., Song, P., & Wang, Z. (2016). Parent marital conflict and Internet addiction among Chinese college students: The mediating role of father-child, mother-child, and peer attachment. *Computers in Human Behavior, 59*, 221-229.

원고접수일 : 2020. 06. 02.

수정원고접수일 : 2020. 07. 15.

최종게재결정일 : 2020. 07. 31.

The Relationship Between Parent and Peer Attachment on SNS Addiction Proneness among Adolescents: The Mediating Effect of the Fear of Missing Out

Da-Jung Han¹⁾

Bin-Na Kim²⁾

¹⁾Department of Counseling Psychology, The Graduate School of Education,
Hankuk University of Foreign Studies Master's degree student

²⁾Department of Psychology, Gachon University Assistant Professor

Fear of missing out (FoMO) refers to the desire to stay continually connected with what others are doing because they are afraid of missing the flow or not being included. Although FoMO has been recently proposed as a widespread phenomenon within social media, there has been few empirical research by which mechanism FoMO leads to social networking service (SNS) addiction. Therefore, this study examined whether FoMO mediated the relationship between adolescents' attachment and SNS addiction proneness. A total of 517 middle and high school students participated in the study and completed self-report questionnaires. Results showed that FoMO partially mediated the relationship between adolescents' parental attachment and SNS addiction proneness, whereas the relationship between adolescents' peer attachment and SNS addiction proneness was fully mediated by FoMO. These results suggest that unstable attachment might contribute to SNS addiction through FoMO, especially in case of peer attachment. Lastly, we discussed theoretical and practical implications of this study and suggestions for future research.

Key words : Fear of missing out(FoMO), Attachment, SNS addiction, Loneliness, SNS use motives