

고등학생의 정신·사회건강과 SNS 중독경향성

변종희¹ · 최연희² · 나윤주²

경북대학교 병원¹, 경북대학교 간호대학²

Relationship between High School Students' Mental · Social Health and Tendency toward Social Networking Addiction

Jong Hee Byun¹ · Yeon Hee Choi² · Yoon Joo Na²

¹Kyungpook National University Hospital, ²College of Nursing, Kyungpook National University

ABSTRACT

Purpose: This study was conducted to explore the relationship between high school students' mental · social health and their tendency toward social networking addiction. **Methods:** The subjects were 543 high school boys and girls living in D city. The data were collected from the 3rd to 21st of March in 2014. Data were analyzed using t-test, ANOVA, Duncan's post-hoc test, Pearson's correlation analysis, and hierarchical regression with SPSS/ Win 21.0. **Results:** Social networking addiction showed significant differences depending on gender ($t=-7.03, p<.001$), academic achievement ($t=4.571, p=.011$), and the level of maternal education ($t=3.344, p=.019$). Social health was correlated with the tendency toward social networking addiction. Multiple regression analysis found that gender, academic achievement and social health were associated with the level of social networking addiction ($F=8.750, p<.001, Adj. R^2=.201$). **Conclusion:** The results suggest that it is necessary to take into account gender characteristics, academic achievement and social health in order to develop effective management programs for social networking addiction among high school students.

Key Words: High school students, Mental health, Social health, SNS addiction

서 론

1. 연구의 필요성

2011년 청소년 매체이용 실태조사(2012)에 따르면 우리나라 청소년의 스마트폰 보유율은 2010년 5.8%에서 36.2%로 급증했으며, 전체 청소년의 59.7%(남 29.1%, 여 71.1%)는 SNS (Social Network Service, SNS) 계정을 소유하고 있고 SNS를 이용하는 청소년 중 28.3%는 하루에 한번 이상 SNS를

이용하는 것으로 나타났다. 방송통신위원회와 한국인터넷진흥원(2012)의 조사에서도 SNS를 가장 활발히 이용하는 연령층은 20대(89.7%)였으나 6~19세의 SNS 이용률도 78.9%로 높은 수준이었으며, 최근 모바일을 통한 SNS이용률이 증가하고 있는 점을 고려하면 청소년들의 SNS 이용률은 점차 증가하는 추세라고 할 수 있다.

SNS란 스마트폰 보급과 함께 급부상하고 있는 인터넷 기반의 소통과 자기표현의 매체로, 사람들 간 사회망을 구축하고 사회관계를 형성하여 흥밋거리나 활동 등을 실시간으로 교류

Corresponding author: Yeon Hee Choi

College of Nursing, Kyungpook National University, 680 Gukchaebosang-ro, Jung-gu, Daegu 700-422, Korea.
Tel: +82-53-420-4926, Fax: +82-53-421-2758, E-mail: yeonheechoi@naver.com

- 이 연구는 제1저자인 변종희의 석사학위논문 일부 발췌한 것임.
- This manuscript is a revision of the first author's master's thesis.

Received: Dec 1, 2015 / Revised: Dec 11, 2015 / Accepted: Dec 12, 2015

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

하도록 특화된 온라인 서비스 플랫폼을 의미한다(Kelsey, 2010). 특히 모바일 기기를 이용해 SNS에 접속함으로써 실시간으로 자신의 상태와 의견을 표명하고 여러 인간관계를 새로 맺거나 유지하며 정보를 빠르게 공유할 수 있게 되었다. 청소년들은 SNS를 통해 자신의 관심사를 공개할 수도 있고 빠르게 커뮤니케이션을 할 수 있어 관계 맺기를 위한 수단으로 사용하고 있으며 현실세계보다 간편하고 통제가 쉬운 SNS를 통한 소통과 자기표현을 하는 것을 선호하는 경향이 있다(Kang, 2014).

SNS는 네트워크를 확장시켜주는 측면이 있는 동시에 그동안 전통적으로 가치 있게 여겨왔던 가족이나 친구와의 관계를 대신하기 시작하였다. 스마트폰과 연동되어 사용되는 SNS는 실체가 아닌 가상적 공존상태를 유지할 수 있게 해주어 친밀한 우정에 대한 지속적인 노력 없이도 함께 한다는 느낌을 제공 한다. 그러나 이러한 연결 상태의 유지는 현실의 삶으로부터의 이탈을 심화시킬 수 있고 사람들을 더욱 고립되게 만들고 있으며(Hampton, Sessions, Her, & Rainie, 2009) SNS 과다사용으로 인해 학업성적 및 업무 효율성 저하, 다른 활동에 대한 흥미 실추, 가족과의 대화단절, 시력저하, 수면 부족 등의 문제점이 나타났다(Woo, 2011). 나아가 SNS의 과다사용은 주변 대인관계에 영향을 미치고 결국에는 중독에 빠지게 만들어(Choi, Lee, & Ha, 2011) 신체적, 정신적 건강 악화와 같은 부정적 결과를 초래한다. SNS의 과다사용은 자아존중감, 대인관계, 우울, 강박, 대인예민 등과 관련이 있었으며 휴대폰 중독과 정신건강에 관한 연구에서 중독수준이 높을수록 정신건강 수준이 낮게 나타났다(Song, 2006; Pee, 2013; Yoon & Park, 2014). 또한 청소년의 카카오톡과 페이스북 등 결속형 매체와 블로그나 트위터 등 교량형 매체의 이용은 사이버 왕따 피해 경험에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타나(Lee & Lee, 2013) SNS가 학교폭력을 사이버세계까지 확장시킬 수 있는 위험성을 지니고 있음을 알 수 있다.

청소년은 통제조절력이 완성되지 않은 상태로 성인에 비해 쉽게 중독적 행동을 보일 수 있다(Gladwin, Figner, Crone, & Wiers, 2011). 청소년기에는 가정을 넘어 타인과의 상호작용을 통해 자아정체감을 확립해 나가는 시기로 소통과 자기표현 기능을 지닌 SNS 사용과 관련하여 다른 세대보다 더 많은 영향을 받게 되며 SNS 과다 사용으로 인한 심리적으로 심각한 문제에 노출될 수 있는 취약성이 있다. 따라서 SNS 중독의 원인으로 개인의 심리적, 사회적 요인에 중점을 두어 탐색해야 할 필요가 있겠다. 지금까지 SNS 중독에 관한 연구는 성인과 대학생들을 대상으로 한 연구들이 대부분이었으며(Choi,

Lee, & Ha, 2011; Park, 2014; Yoon & Park, 2014), 정신건강과 SNS 중독에 관한 연구는 일부 간호대학생들을 대상으로 시행되었다(Lee & Cho, 2012). 또한 고등학생을 대상으로 한 소셜미디어 이용실태 연구(Lee, Sung, & Jung, 2012)는 시행되었지만 고등학생을 대상으로 하여 SNS 중독에 영향을 미치는 정신적·사회적 건강요인에 대한 연구는 미흡한 실정이다. 이에 본 연구는 고등학생들의 정신·사회건강과 SNS 중독 경향성에 영향을 미치는 요인을 파악하고 과도한 SNS 사용으로 인한 문제행동을 예방할 수 있는 프로그램의 기초를 마련하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구는 SNS를 사용하는 고등학생들의 정신·사회건강과 SNS 중독과의 관계를 중심으로 중독경향성에 영향을 미치는 요인을 파악하고자 하며 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 대상자의 일반적 특성에 따른 중독경향성을 파악한다.
- 대상자의 정신건강, 사회건강 및 SNS 중독경향성간의 관계를 파악한다.
- SNS 중독경향성에 영향을 미치는 요인을 분석한다.

연구방법

1. 연구설계

본 연구는 SNS를 사용하는 고등학생들의 정신·사회건강과 SNS 중독과의 관계를 알아보고 SNS 중독경향성에 미치는 영향요인을 알아보기 위한 서술적 조사연구이다.

2. 연구대상

본 연구는 2014년 3월 3일부터 21일까지 대구광역시에 위치한 6개 고등학교(남녀 공학 특성화 고등학교 1개교, 남자 고등학교 1개교, 여자 특성 고등학교 2개교, 남자 특성화 고등학교 2개교)의 남녀 고등학교 2학년생을 대상으로 하였다. 연구자는 연구의 윤리적 측면을 고려하여 먼저 해당 학교장에게 본 연구의 목적을 설명하고 동의를 구하였으며, 연구대상자의 담임선생님들께 연구의 목적과 자료수집방법을 설명한 후 참여를 허락한 학급의 학생들을 대상으로 하였다. 연구자는 연구의 목적과 절차를 설명하였으며 개인정보는 유출되지 않을 것임을 알렸다. 연구참여에 스스로 동의한 대상자들에게 서면으

로 동의서를 받고 설문지를 배부하였다. 대상자가 원하는 경우 언제든지 설문조사를 중단할 수 있음을 설명하였으며 답변이 부족한 대상자에게 답변을 하도록 강요하지 않았다. 연구 설문지는 자기기입식으로 조사를 실시하였으며 설문지 작성에 소요된 시간은 약 10분~15분으로 설문지 작성을 종료한 후 바로 설문지를 회수하였다. 배포한 570부의 설문지 중에서 554부를 회수하였으며 이중 응답이 부족한 11부를 제외한 543부를 최종 분석하였다. 연구대상자 수는 G*Power 프로그램을 이용하여 계산하였다. 다중선택 회귀분석에 포함된 독립변수는 11개, 효과크기 0.15, 유의수준 .05, 검정력 .95를 유지하는데 필요한 표본수는 205명이었다. 이에 본 연구에 사용된 543명의 자료는 충분한 것으로 확인되었다.

3. 연구도구

본 연구의 도구는 구조화된 설문지로 일반적 특성 9문항, 정신건강 60문항, 사회건강 30문항, SNS 중독경향성 15문항으로 이루어졌다.

1) 일반적 특성

일반적 특성으로 성별, 용돈, 성적, 가정의 경제적 수준, 부모님과 관계, 가정생활만족도, 학교생활만족도, 아버지의 학력, 어머니의 학력을 포함하였다. 성별은 남학생과 여학생으로, 용돈은 2만원 미만, 2만원 이상에서 3만원 미만, 3만원 이상으로 분류하였다. 성적과 가정의 경제적 수준은 상, 중, 하로 나누었으며, 가정생활만족도와 학교생활만족도는 좋음, 보통, 나쁨으로 분류하였다. 아버지의 학력과 어머니의 학력은 중학교 졸업 이하, 고등학교 졸업, 대학교 졸업 이상으로 분류하였다.

2) 정신건강

정신건강은 Derogatis와 Cleary (1977)가 개발한 간이정신진단검사(Symptom Check List-90-Revision)를 Kim, Kim, & Won (1983)이 한국의 정서에 맞게 수정한 한국판 청소년용 자기보고식 다차원적 정신건강 목록검사를 사용하였다. 이 설문지는 6개의 하위영역(신체화, 강박증, 대인예민, 우울, 불안, 적대감)을 포함한 60문항으로 구성되어 있으며 5점 Likert 척도로 이루어져 있으며 점수가 높을수록 정신건강이 나쁜 것을 의미한다. 본 도구의 개발당시 Cronbach's α 는 .89이며, 본 연구에서는 .93이었다.

3) 사회건강

사회건강은 Gresham과 Elliot (1990)의 Social Skill Rating System을 Moon (2003)이 한국의 정서에 맞게 수정한 한국판 청소년용 사회적 기술 평정척도(K-SSRS)를 사용하였다. 이 설문지는 4개의 하위영역(공감, 주장성, 자기조절, 협동성)을 포함한 30개의 문항으로 구성되어 있으며 3점 Likert 척도로 점수가 높을수록 사회성이 좋음을 의미한다. Moon (2003)의 연구에서 Cronbach's α 는 .84이며, 본 연구에서는 .89였다.

4) SNS 중독경향성

SNS 중독경향성 척도는 한국정보화진흥원(2011)이 개발한 '한국형 청소년 SNS 중독경향성' 척도를 사용하였다. 이 설문지는 4개의 하위영역(일상생활장애, 가상세계 지향성, 금단, 내성)을 포함한 15개의 문항으로 구성되어 있으며 4점 Likert 척도로 점수가 높을수록 SNS 중독경향성이 높은 것을 의미한다. 개발당시 Cronbach's α 는 .87이며, 본 연구에서는 .90이었다.

4. 연구분석

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS/WIN 21.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성은 빈도와 백분율로 분석하였고, 대상자의 일반적 특성에 따른 SNS 중독경향성의 차이는 t-test, ANOVA 및 Duncan 사후 검정으로 분석하였다. 대상자의 정신건강과 사회건강 및 SNS 중독경향성의 상관성 정도는 Pearson's correlation coefficient로 산출하였으며 SNS 중독경향성에 영향을 주는 예측변수는 위계적 회귀분석으로 분석하였다.

연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성으로 남학생이 45.3%, 여학생이 54.7%를 차지하였다. 1주일간 용돈은 2만원 미만이 67.6%로 가장 많았으며, 학교성적은 중정도의 성적이 64.1%인 것으로 나타났다. 대상자가 주관적으로 생각하는 가정의 경제적 수준은 중정도가 77.9%로 가장 많았으며, 부모님과 관계에서는 대체적으로 원만하다고 느끼는 대상자가 69.6%로 나타났다. 가정생활만족도에서도 만족한다는 대상자가 60.2%로 가장 많았으며, 학교생활만족도는 대체적으로 만족한다는 대상자가 60.2%였

다. 아버지의 학력은 고등학교 졸업이 61.7%로, 어머니의 학력은 고등학교 졸업이 67.4%으로 나타났다<Table 1>.

Table 1. Demographic Characteristics of Participants (N=543)

Characteristics	Categories	n (%)
Gender	Boys	246 (45.3)
	Girls	297 (54.7)
Pocket money/ weekly (won)	< 20,000	367 (67.6)
	20,000~< 30,000	122 (22.5)
	≥ 30,000	54 (9.9)
School achievement	High	50 (9.2)
	Middle	348 (64.1)
	Low	145 (26.7)
Economic status	High	17 (3.1)
	Middle	423 (77.9)
	Low	103 (19.0)
Relationships with parents	Good	378 (69.6)
	Moderate	150 (27.6)
	Bad	15 (2.8)
Satisfaction of family life	Satisfied	327 (60.2)
	Moderate	186 (34.3)
	Unsatisfied	30 (5.5)
Satisfaction of school life	Satisfied	254 (46.8)
	Moderate	231 (42.5)
	Unsatisfied	58 (10.7)
Level of paternal education	≤ Middle school	58 (10.7)
	High school	335 (61.7)
	≥ College	150 (27.6)
Level of maternal education	≤ Middle school	56 (10.3)
	High school	366 (67.4)
	≥ College	121 (22.3)

2. 대상자의 일반적 특성에 따른 SNS 중독경향성

대상자의 일반적 특성에 따른 SNS 중독경향성은 성별과 성적, 어머니의 학력에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 성별에 따라서는 남학생이 26.6점, 여학생이 30.9점으로 남학생보다 여학생이 SNS 중독경향이 높은 것으로 나타났으며($t = -7.03, p < .001$), 성적에 따라서는 성적이 상인 경우 27.3점, 중인 경우 28.6점, 하인 경우 30.42점으로 나타나 성적이 떨어질수록 SNS 중독경향이 높은 것으로 나타났다($t = 4.57, p = .011$). 어머니의 학력에 따라서는 중학교 졸업 이하 33.6점, 고등학교 졸업 35.8점, 대학교 졸업 이상 33.8점으로 어머니의 학력이 고등학교 졸업인 경우가 SNS 중독경향성이 가장 높은 것으로 나타났다($t = 3.34, p = .019$)<Table 2>.

3. 대상자의 정신건강, 사회건강 및 SNS 중독경향성 간의 상관관계

대상자의 정신건강, 사회건강 및 SNS 중독경향성간의 상관관계 결과는 Table 3과 같다. 사회건강과 SNS 중독경향성은 유의한 음의 상관관계($r = -.105, p < .05$)를 보였지만 상관계수 값은 매우 낮았고, 정신건강과 SNS 중독경향성은 상관관계가 나타나지 않았다.

4. 대상자의 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 요인

대상자의 SNS 중독경향성에 영향을 주는 요인들의 상대적 영향력을 살펴보기 위해 1단계에서 일반적 특성을 투입하였으며, 2단계에서는 정신건강과 사회건강을 추가 투입한 위계적 회귀분석을 실시하였다. 먼저 독립변수에 대한 회귀분석의 가정을 검증하기 위하여 다중공선성, 잔차, 특이값을 진단하였다. 독립변수들 간의 다중공선성의 문제를 확인한 결과 상관관계는 .015~.676로 .80 이상인 설명변수는 없어 예측변수들이 독립적임이 확인되었으며, Durbin-Watson 통계량은 1.622으로 2.016~1.525 범위에 있어 자기상관의 문제는 없었다. 또한 다중공선성의 문제는 공차 한계(tolerance)가 .733~.847으로 1.0 이하로 나타났으며, 분산 팽창인자(Variance Inflation Factor, VIF)도 1.226~1.541으로 기준인 10.0 이상을 넘지 않아 문제는 없었다. 잔차의 가정을 충족하기 위한 검정결과 선형성(linearity), 오차항의 정규성(normality), 등분산성(homoscedasticity)의 가정도 만족하였다. 특이값을 검토하기 위한 Cook's Distance 값은 1.0을 초과하는 값은 없었다. 따라서 회귀식의 가정이 모두 충족되어 회귀분석결과는 신뢰할 수 있는 것으로 판단되었다.

위계적 회귀분석 1단계에서 SNS 중독경향성에 유의하게 영향을 미치는 변수는 성별($\beta = .353, p < .001$)과 성적($\beta = .121, p < .01$)이었으며 설명력은 13.6%였다. 위계적 회귀분석 2단계에서 정신건강과 사회건강을 추가로 포함했을 때 성별($\beta = .372, p < .001$)과 성적($\beta = .092, p < .01$), 사회건강($\beta = -.134, p < .01$)이 SNS중독경향성에 유의하게 영향을 미치는 변수로 확인되었으며 설명력은 20.1%였다. 그 외 다른 변수들은 유의한 영향을 미치지 못하였다<Table 4>.

논 의

본 연구는 SNS를 사용하는 고등학생들의 정신·사회건강

Table 2. SNS Addiction Tendency by General Characteristics of Participants

(N=543)

Characteristics	Categories	SNS addiction tendencies		
		M±SD	t or F	p (Duncan)
Gender	Boys	26.6±6.98	-7.03	< .001
	Girls	30.9±7.28		
Pocket money/ weekly (won)	< 20,000	29.1±7.21	0.26	.775
	20,000~ < 30,000	29.1±7.92		
	≥ 30,000	28.3±8.16		
School achievement	High	27.3±7.55 ^c	4.57	.011 (b, c < a)
	Middle	28.6±7.11 ^b		
	Low	30.4±8.06 ^a		
Economic status	High	30.0±7.19	0.81	.447
	Middle	29.1±7.36		
	Low	28.2±7.89		
Relationships with parents	Good	28.6±7.39	1.82	.163
	Moderate	29.9±7.61		
	Bad	27.5±7.29		
Satisfaction of family life	Satisfied	29.7±9.29	0.44	.646
	Moderate	29.1±7.09		
	Unsatisfied	28.7±7.33		
Satisfaction of school life	Satisfied	28.3±8.10	0.77	.383
	Moderate	29.0±7.34		
	Unsatisfied	29.1±7.46		
Level of paternal education	≤ Middle school	27.3±6.49	2.56	.054
	High school	28.7±7.24		
	≥ College	29.2±8.19		
Level of maternal education	≤ Middle school	33.6±9.70 ^c	3.34	.019 (b, c < a)
	High school	35.8±8.63 ^a		
	≥ College	33.8±7.84 ^b		

Table 3. Correlations of Mental Health, Social Health and SNS Addiction Tendency (N=543)

Variables	Mental health	Social health	SNS addiction tendency
Mental health	-		
Social health	-.068	-	
SNS addiction tendency	.051	-.105*	-

*p < .05.

과 SNS 중독과의 관계를 알아보고 고등학생의 SNS 중독경향성의 영향요인을 파악하기 위해 시행되었다.

대상자의 일반적 특성에 따른 SNS 중독경향성은 성별과 성적과 어머니의 학력에 따라 유의한 차이가 있었다. 성별에 따

라서는 여학생이 남학생보다 SNS 중독경향이 높은 것으로 나타났다. 청소년의 SNS 사용이 상당부분 휴대폰에 의해 이루어진다고 볼 때 또래관계를 중시하는 여학생에게 있어 친구 관계 유지를 위해 휴대폰을 더 많이 사용한다는(Ko, 2012) 연구결과와 Pee (2013)의 연구에서 SNS를 하는 사람들 중 여자가 중독의 가능성이 높게 나타나는 결과와도 일치하는 결과로 보여진다. 따라서 SNS 중독 예방 프로그램을 적용할 때는 대상자의 성별을 고려한 프로그램의 적용이 필요하며, 특히 남학생에 비해 장시간 스마트폰을 사용하여 메신저나 채팅을 즐기는 여학생들에게 초점을 맞춘 SNS 사용에 대한 교육과 건강 증진 프로그램 운영이 필요하다고 생각한다.

SNS 중독경향성은 성적이 떨어질수록 높은 것으로 나타났다. 비록 연구대상이 다르지만 대학생의 SNS 중독경향 연구

Table 4. Factors related to SNS Addiction Tendency

(N=543)

Variables	Model I			Model II		
	B	β	t	B	β	t
(Constant)	21.358		-6.98***	28.145		7.73***
Gender	5.283	.353	7.48***	5.557	.372	7.83***
Pocket money/weekly	0.134	.012	0.29	0.216	.019	0.47
School achievement	1.579	.121	2.98**	1.199	.092	2.24**
Economic status	-0.638	-.038	-0.93	-0.604	-.036	-0.88
Relationships with parents	0.540	.038	0.93	-0.004	.007	-0.01
Satisfaction of family life	-0.857	-.077	-1.86	-0.647	-.058	-1.40
Satisfaction of school life	-1.259	-.110	-1.34	-1.366	-.115	-1.47
Level of paternal education	0.332	.041	0.87	0.363	.045	0.96
Level of maternal education	0.829	.090	1.91	0.838	.092	1.95
Mental health				0.008	.063	1.57
Social health				-0.115	-.134	-3.09**
	Adj. R ² =.136, F=9.29, p<.001			Adj. R ² =.201, F=8.75, p<.001		

p<.01, *p<.001.

에서 성적이 낮은 집단이 높은 집단에 비해 중독 경향이 높게 나타난 결과와(Yoon & Park, 2014), 중학생의 스마트폰 과다사용의 요인에 관한 연구에서 낮은 학업성적이 유의하게 나타난 결과와 일치한다(Park & Kim, 2014). 치열한 입시위주의 교육환경에서 학업성적이 낮은 학생들이 불안감을 느끼며 이러한 부정적인 정서를 피하기 위해 손쉽게 가상세계를 통해 자신의 욕구를 충족할 수 있는 스마트폰을 의존적으로 사용하여 중독으로 이어질 수 있기에 더욱 관심을 기울여야 할 것이다. 반면 Chae (2013)의 고등학생을 대상으로 한 스마트폰 중독과 학업성취도 간의 연구에서는 스마트폰 중독 수준이 높을수록 학업성취도가 낮은 것으로 나타났다. 중독 수준이 높은 대상자의 경우 학업에 집중 할 시간이 부족하고 이로 인해 성적이 낮게 나타날 수도 있을 것이다. 따라서 추후 성적과 SNS 중독경향에 대한 인과관계를 파악할 수 있는 연구가 필요 하겠다.

어머니의 학력은 고등학교 졸업인 경우가 대학교 졸업 이상 인 경우보다 SNS 중독경향성이 높은 것으로 나타났는데, 중 학생을 대상으로 한 선행연구에서 어머니의 학력이 휴대폰 중독과 비중독군에서 유의하지 않게 나타났던 결과와는 다르게 나타났다(You & Kwon, 2011). 본 연구에서도 다변량 분석 결과에서는 어머니의 학력이 통계적으로 유의한 변수로 나타나지 않았다. 비록 단변량 분석 결과가 선행연구의 결과들과

다르게 나타났지만 부모의 학력수준이 자녀의 성적과 비례한 다는 한국개발연구원(2006)의 연구결과를 참고해 볼 때 어머니의 교육수준이 낮은 경우 자녀들의 성적이 낮게 나올 가능성이 높으며 이는 SNS 중독경향성이 높아 질 수 있으리라 추측된다. 또한 연구대상자의 차이로 인한 결과일 수도 있으므로 추후 반복연구가 필요하다고 사료된다.

사회건강은 SNS 중독경향성과 음의 상관관계를 보였다. 중독에 관한 기존의 연구들은 중독의 경우 종류에 관계없이 사회적으로 고립되고 외로움을 많이 타는 사람일수록 중독경향이 높았다(Yoon & Park, 2014). 특히 청소년들의 경우 학교에서 머무르는 시간이 많으며 교우관계를 중요시 하는데 친구들과의 협동성이나 타인에 대한 공감능력이 낮을수록 SNS에 빠져드는 경향을 보이는 것으로 나타났다. 인터넷 중독자들은 비중독자들에 비해 대인관계에서 오는 스트레스를 더 많이 겪고 있으며 주변의 친구, 가족, 교사로부터의 사회적 지지를 못 받고 있는 것으로 나타났으며, 사회생활에 잘 적응하지 못하는 사람들이 SNS 상에서 자신의 모습을 숨기고 자신이 되고자 하는 이상적인 모습을 가질 수 있기 때문에 이들에게 SNS는 중독적인 공간이 될 수 있다는 결과(Pee, 2013; Yoon & Park, 2014)가 본 연구의 결과를 지지한다. 중학생의 스마트폰 중독에 영향을 미치는 요인에 관한 연구에서 사회적 건강 요소 중 자기통제력은 스마트폰 중독에 유의한 영향을 미쳤으

며, 자기관리는 스마트폰의 습관적 사용이나 중독에 위험요인으로 나타났다(Deursen et al., 2015; Kim & Lee, 2012; Kim & Shin, 2015). 최근 스마트폰을 가진 청소년들이 늘어나면서 스마트폰 등의 모바일 기계를 통해 SNS에 손쉽게 접속할 수 있게 되었고, 자기관리 능력이 부족한 청소년들의 경우 SNS 사용을 적절하게 조절하지 못하여 SNS 중독경향성을 나타난 결과로 보인다. 청소년들의 자기관리능력과 타인과의 협동성 등의 능력을 키울 수 있는 적절한 프로그램을 학교를 중심으로 시행하여야 할 것이다.

스마트폰 중독이 우울감, 불안감, 강박증상 등과 같은 정신건강의 문제와 관련이 있었던 기존 연구결과(Im, Suh, & Byun, 2014; Kim & Shin, 2015)와 달리 본 연구에서 정신건강과 SNS 중독수준은 상관관계가 나타나지 않았다. 연구결과에는 제시하지 않았지만 정신건강의 하위영역인 신체화($p < .001$), 대인애민($p = .005$), 우울($p = .001$), 불안($p < .001$), 적대감($p < .001$)에서는 통계적으로 유의한 차이가 나타나 기존의 선행연구들에서 우울, 불안과 초조, 강박증상 등이 스마트폰 중독과 상관관계가 있었던 연구결과(Im, Suh, & Byun, 2014; Kim & Shin, 2015; Yoon & Park, 2014)와 일치한다. 다만 대상자의 대부분의 정신건강이 양호한 일반 학생들이었다는 점과 자기기입식 척도의 한계점으로 인해 조사 대상자가 확대 또는 축소 보고할 가능성을 배제할 수 없기에 추후 반복 연구가 필요하겠다.

고등학생의 중독경향성에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해서 1단계에서는 일반적 특성을 2단계에서는 정신건강과 사회건강을 추가 투입하여 위계적 회귀분석을 실시한 결과 성별과 성적, 사회건강이 최종 회귀모형에서 유의한 영향을 미치는 변수로 확인되었다. 여학생, 성적이 낮은 학생, 낮은 사회건강의 학생들은 SNS 중독경향성이 높으며, 이는 또 다른 육체적, 정신적, 사회적 문제들을 초래할 수 있다. 따라서 SNS 중독경향성이 높은 대상자에 대한 상담과 SNS 사용을 스스로 통제할 수 있는 프로그램의 적용으로 SNS 중독에서 벗어나도록 학교의 상담센터를 통하여 사회건강을 증진시키고 사회적 기술들을 향상시킬 수 있는 다양하고 실제적인 교육이 이루어져야 할 것이다. 주변 환경에 영향을 많이 받는 청소년은 성숙한 대인관계 및 정서기능을 높이기 위한 지지적 역할이 필요하며, 무분별한 스마트폰 및 SNS의 사용이 학업 및 현실에서의 부적응이 나타날 수 있으므로 가정과 학교에서 스마트폰 및 SNS의 올바른 사용을 할 수 있도록 교육과 제재가 필요하며 SNS 중독과 관련된 치료를 위해서는 사회적 기술들을 향상시킬 수 있는 접근이 필요하겠다.

결론

본 연구는 고등학생의 정신·사회건강과 SNS 중독경향성의 관계를 알아보고 SNS 중독에 영향을 미치는 요인을 파악하고자 하였다.

연구결과 사회건강이 낮을수록 SNS 중독경향성이 높게 나타났다으며 성별과 성적이 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 요인으로 나타났다. 스마트폰의 보급으로 인해 SNS를 사용하는 청소년은 계속 늘어날 것이며 청소년의 SNS 중독적 사용은 인터넷 중독처럼 사회적 문제가 될 가능성이 높다. 이를 예방하기 위해 홍보활동, 캠페인 등 다양한 활동들이 학교보건을 중심으로 국가적인 차원에서 이루어져야 한다고 본다.

본 연구는 일개 광역시의 고등학교 2학년생을 대상으로 하였기에 연구의 결과를 전체 고등학생에게 일반화 하는 데에는 제한이 있고 SNS 중독에 영향을 줄 수 있는 정신·사회건강 변수외의 다른 변수들을 충분히 고려하지 못한 한계점이 있다. 따라서 추후 연구대상을 확대하고 다양한 관련 변수들을 포함하는 후속연구가 뒤따라야 할 것이다. 이 연구의 결과로서 제기된 청소년의 사회건강 특성이 고려된 효과적인 SNS 중독 예방 및 치료에 대한 체계적인 대안활동 개발과 이에 대한 추가적인 연구개발이 필요하다. 또한 현재 청소년을 대상으로 한 정신·사회건강 측면에서 SNS 중독과의 연구가 미흡한 실정에서 단순 설문도구만이 아닌 실제적으로 그들을 관찰하고 인터뷰 하는 등의 질적 연구 등 폭넓은 연구가 추가로 이루어진다면 SNS를 중독적으로 사용하는 청소년을 이해하는데 더욱 도움이 될 것이라고 제안하는 바이다.

REFERENCES

- Chae, K. H. (2013). *The moderating effect of smartphone addiction on school life adjustment and academic achievement of high school students*. Unpublished master's thesis, Chonnam University, Gwangju.
- Choi, H. S., Lee, H. K., & Ha, J. C. (2011). The influence of smartphone addiction on mental health, campus life and personal relations-focusing on K university students. *Journal of the Korean Data & Information Science Society*, 23(5), 1005-1015.
- Deursen, A. J. A. M., Bolle, C. L., Hegner, S. M., & Kommers, P. A. M. (2015). Modeling habitual and addictive smartphone behavior: The role of smartphone usage types, emotional intelligence, social stress, self-regulation, age, and gender. *Computers in Human Behavior*, 45, 411-420. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2014.12.039>

- Derogatis, L. R., & Cleary, P. A. (1977). Confirmation of the dimensional structure of the scl-90, a study in construct validation. *Journal of Clinical Psychology, 33*(4), 981-989.
- Gladwin, T. E., Figner, B., Crone, E. A., & Wiers, R. W. (2011). Addiction, adolescence, and the integration of control and motivation. *Developmental Cognitive Neuroscience, 1*(4), 64-76.
- Gresham, F. M., & Elliott, S. N. (1990). *Social skills rating system*. Minneapolis, MN: Pearson Assessments.
- Hampton, K., Sessions, L., Her, E. J., & Rainie, L. (2009). *Social isolation and new technology: How the internet and mobile phones impact American's social network*. Washington, DC: Pew Internet & American Life 57 Project.
- Im, K. J., Suh, N. R., & Byun, J. N. (2014). The differences in smartphone addiction symptom between highly addicted and non-addicted college students. *Journal of the Korean Society of School Health, 27*(3), 189-195.
- Kang, J. H. (2014). *Effects of social anxiety and self-presentational motivation on SNS addiction proneness of male and female middle school students*. Unpublished master's thesis, Myongji University, Seoul.
- Kelsey, T. (2010). *Social Networking Space: From Facebook to Twitter and Everything In Between*. New York: Spinger-Verlag.
- Kim, G. I., Kim, J. H., & Won, H. T. (1983). Symptom Checklist-90-Revision (SCL-90-R) in mental psychiatric outpatients. *Mental Health Research, 1*, 150-168.
- Kim, H. M., & Shin, S. H. (2015). Comparison of gender factors affecting middle school students' smartphone addiction. *Journal of Korean Academy Psychiatric Mental Health Nursing, 24*(3), 145-155.
- Kim, N. S., & Lee, K. E. (2012). Effects of self-control and life stress on smart phone addiction of university students. *Journal of The Korea Society of Health Informatics and Statistics, 37*(2), 72-83.
- Korea Communication Commission., Korea Internet & Security Agency. (2012). *Survey use SNS of Internet users*. Seoul: Korea Communication Commission.
- Ko, C. S. (2012). The effects of addictive cell-phone use of adolescence on mental health. *The Research Center for Korea Youth Culture, 30*, 8-30.
- Korea Development Institute. (2006). *Socio-economic policies for distributional improvement and social cohesion*. Sejong: Author.
- Lee, C. H., & Lee, K. S. (2013). An exploration of the impact of social media use on cyber bullying by youth: A focus on network characteristics. *Studies on Korean Youth, 24*(3), 259-285.
- Lee, C. H., Sung, Y. S., & Jung, N. W. (2012). *A study on the SNS use of young people* (12-R05). Sejong: National Youth Policy Institute.
- Lee, I. S., & Cho, J. Y. (2012). A study on social networking service addiction and mental health among nursing college students. *Journal of the Korean Society of School Health, 25*(1), 22-30.
- Moon, S. W. (2003). The validity and the utility of the Korean version of social skill rating system-secondary level, student form (K-SSRS: secondary level, student form I. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy, 15*(2), 235-258.
- National Informatization Society Agency. (2011). *2011 A Survey on Internet Addiction*. Daegu: Author.
- National Youth Policy Institute. (2012). *2011 Youth media use survey*. Sejong: Author.
- Park, K. W., & Kim, K. S. (2014, October). *Protective factors and risk factors for smartphones excessive use of middle school students*. Poster session presented at the fall meeting of the Korean Association of Family Relations, Seoul.
- Park, W. K. (2014). An explorative study on college students' SNS addiction: Using psychological variables as predictors. *Kookmin Social Science Reviews, 27*(1), 95-125.
- Pee, S. J. (2013). *Difference in SNS addiction possibility, self-esteem*. Unpublished master's thesis, Danguk University, Gyeonggi-do.
- Song, E. J. (2006). The relationship between the using mobile phone and mental health state of high school students. *Journal of Korean Academy Psychiatric Mental Health Nursing, 15*(3), 325-333.
- Woo, K. S. (2011). *A study on the use gratification and addiction of the mobile social network service: centered on twitter*. Unpublished master's thesis, Dongguk University, Seoul.
- You, M. S., & Kwon, M. K. (2011) The comparative study on mother's rearing attitude and communication among mother and student between mobile phone addiction group and non-addiction group: Middle school students. *Journal of Korean Parent Child Health, 14*(2), 76-83.
- Yoon, M. S., & Park, W. K. (2014). Psycho-social factors influencing to the SNS(social networking service) addiction tendency among university students. *Korea Academy of Mental Health Social Work, 42*(3), 208-236.