Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society
Vol. 19, No. 6 pp. 405-413, 2018

https://doi.org/10.5762/KAIS.2018.19.6.405
ISSN 1975-4701 / eISSN 2288-4688

# 간호대학생의 SNS 중독경향성, 우울과 의사소통능력간의 관계

권명진, 김지현*, 정선경
대전대학교 간호학과

# The relationship among SNS addiction, Depression and Communication skill of nursing students

**Myoungjin Kwon, Jihyun Kim*, Sunkyung Jung**
**Division of Nursing, Daejeon University**

요 약 본 연구의 목적은 대학생의 SNS 중독경향성, 우울 및 의사소통능력 정도를 알아보고 SNS 중독경향성 관련 영향요인을 분석하는 것이다. 200명의 대학생을 대상으로 설문지를 이용하여 자료수집을 하였다. 자료수집기간은 2016년 10월 11일부터 11월 24일까지였다. 수집된 자료는 SPSS 23.0 프로그램을 이용하여 t-test, ANOVA, LSD와 피어슨 상관관계 분석이 되었고 다중회귀분석이 실시되었다. 대상자의 일반적인 특성에 따른 SNS 중독경향성 차이는 연령(t=2.47, $p$=.044), SNS 사용시간(F=10.20, $p$<.001), SNS 사용 장소(t=2.54, $p$=.012)에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 변수들 간의 상관분석을 보면, SNS 중독경향성은 우울과 양의 정적상관관계를 보여 우울이 높을수록 SNS 중독경향성이 높은 것으로 나타냈다. 의사소통능력과 SNS 중독경향성은 유이한 상관관계를 보이지 않았다. 대상자의 SNS 중독경향성의 영향변수로는 우울(ß=.265, $p$<.001), SNS 사용시간(ß=.265, $p$<.001)이 나타났으며, 대상자의 SNS 중독경향성을 15.5%를 설명하는 것으로 나타났다. 결론은 대학생의 SNS 중독경향성을 감소시키기 위한 간호중재가 필요하며, 대학생의 SNS 중독을 조기 선별할 수 있는 검사의 필요와 취약 그룹에 대한 건강증진프로그램이 요구되어진다.

**Abstract** The purpose of this study was to investigate the influence of SNS addiction tendency, depression, and communication skill among university students. Subjects were 200 associate nursing students in Korea. The data were collected using a self-reporting questionnaire from October 11 to November 24, 2016. Data were analyzed by descriptive statistics, t-test, ANOVA, LSD test, Pearson's correlation coefficients, and multiple regression analysis using the SPSS/WIN 23.0 program. The levels of SNS addiction tendency were dependent on age (t=2.47, p=.044), connection SNS time (F=10.20, p<.001), and place of SNS use (t=2.54, p=.012). SNS addiction tendency was significantly correlated with depression. Higher SNS addiction was associated with higher rates of depression. SNS addiction tendency was not significantly correlated with communication skill in nursing students. Influential factors that affect SNS addiction tendency were depression (ß=.265, p<.001) and SNS usage time (ß=.265, p<.001), which explains about 15.5% of the variance. The results of this study indicate that nursing interventions are necessary to improve SNS addiction tendency, and early screening of nursing students is needed to develop health promotion programs for the vulnerable.

**Keywords :** Social network, Addiction, Depression, Communication skill, Nursing students

## 1. 서론

### 1.1 연구의 필요성

구글이 발표한 '아태지역 모바일 앱 보고서 2016'에 의하면 세계 스마트폰 보급률은 약 70%인데 반해 우리나라의 스마트폰 보급률이 91%로 가장 높게 나타났다

*Corresponding Author : Jihyun Kim (Daejeon Univ.)
Tel: +82-10-9110-5095 email:jheyelin@dju.kr
Received March 29, 2018 Revised (1st April 26, 2018, 2nd May 11, 2018)
Accepted June 1, 2018 Published June 30, 2018

[1]. 또한 설치한 앱의 개수도 평균 53개로 일본의 36개에 비해 많았는데, 이렇게 많은 앱을 설치한 주된 목적은 주로 소셜 네트워킹 활동과 메시지를 보내기 위한 것이었다[1]. 실제로 카카오톡, 카카오스토리, 트위터, 페이스북 등이 소셜 네트워킹을 유지하기 위해 많이 사용되고 있고, 새로운 온라인 서비스 플랫폼도 많이 개발되고 있다[2].

이러한 스마트폰 소지 증가와 유용한 앱의 보급 그리고 초고속 통신망 확충 등으로 인한 인터넷 사용 확대로 인해 인터넷의 주된 사용 목적인 SNS(Social Net-working Site) 활동은 증가하고 있다[3-4]. 우리나라의 SNS 활동은 2012년 65.7%에서 2015년 82.4%로 16.7% 증가하였는데 이는 OECD 평균 0.8% 보다 더 많은 증가폭이다[5].

SNS와 인터넷을 가장 많이 사용하는 연령층은 10-20대이다[2]. 대학생의 경우 98.8%가 스마트폰을 소지하고 있고, 그 중 91.0%가 SNS를 이용하고 있으며, 그 이용시간은 주당 평균 21시간으로, 청소년들의 14.3시간보다 더 많음을 알 수 있다[2].

대학생은 청소년기에 비해 증가된 대인관계 및 사회적 교류를 성숙하고 효율적으로 유지해야 하는 부담이 있는데, 이를 능숙하게 처리할 능력은 부족하다. 시간적, 공간적 편리함을 제공하고 신속하게 친화욕구를 충족시켜 줄 수 있는 SNS 이용은 특히 활동반경이 크게 확대되고 대인관계의 폭이 증가한 대학생들에게 이러한 문제를 매우 효율적으로 처리할 수 있는 방법으로 인지될 수 있으며, 이러한 이유로 그 이용빈도와 시간이 증가될 수 있다[6].

대학생들의 활발한 SNS 활동은 넓고 집중적인 대인관계 형성뿐 아니라 낯선 사람과의 의사소통까지 가능하게 할 수 있다. SNS 이용은 간편하게 인맥관리를 할 수 있고, 시공간을 초월하여 타인과 소통할 수 있는 긍정적 기능이 있다[7]. 그리고 부정적 사고나 감정을 분산시키고 외로움, 슬픔 또는 불안과 같은 감정을 경감시키는 효과가 있는 반면 무분별한 정보의 확산, 사생활의 노출, 대화의 단절, 몰입, 중독 등과 같은 역기능도 존재한다[7].

현실세계의 대인관계에 만족하지 못할 경우 SNS와 같은 가상현실의 활동을 통해 자신을 확인받고 고립과 소외감을 피하려 하는데 이 경우 개인의 사고, 감정, 행동을 지배할 정도로 지나치게 SNS의 이용에 몰두하게 되어 일상생활에 어려움을 초래하는 SNS 중독을 야기할 수 있다[8].

실제 대학생들이 SNS을 통해 맺고 있는 인맥의 수는 약 100명 내외인데, 이 들 중 현실에서 만나지 않고 SNS만으로 유지되는 인맥이 약 72.4%에 달한다[9]. 대학생의 SNS중독을 연구한 Seong & Hyun[10]에 의하면 자신의 긍정적인 부분을 부각하여 나타내기 쉬운 SNS는 현실에서 충분한 대인관계 만족감을 경험하지 못한 대학생들에게 자기 확인동기와 경험회피를 충족시키는 수단이 될 수 있다. 즉 SNS라는 가상공간에만 머물러 있다면 현실에서 경험할 수 없는 높은 자존감과 만족스러운 대인관계 등을 경험할 수 있는 것이다. 그러므로 실제 대학생의 SNS 사용 및 중독여부에 대해 살펴볼 필요가 있다.

대학생은 스마트폰 사용에 대한 환경적 제약이 비교적 적어 SNS를 가장 많이 활용하는 집단으로 중독가능성도 그만큼 높다고 할 수 있다[11]. SNS중독은 신체적・심리적・사회적 건강에 부정적인 영향을 주어 일상생활에 문제가 초래될 수 있다.

SNS 중독은 의사소통 양상 등의 변화를 초래해 대인관계의 깊이와 질의 저하를 가져오며 대인관계 갈등 회피, 소외감 강화 등을 야기하고 이러한 낮아진 대인관계 만족감은 사회성에 부정적인 영향을 줄뿐만 아니라 우울과 외로움 등의 정서장애를 유발한다[2,8-12].

기존 연구결과 우울은 SNS 중독과 정적 상관관계가 있어 SNS 중독 경향이 높은 집단에서 우울도 높게 나타났으며 우울정도가 심할수록 SNS 이용 행태가 증가하는 것으로 나타났다[12-13]. 즉 대인관계에 만족하지 못하는 등 우울한 정서가 심해질수록 SNS의 가상세계에 더욱 몰입하게 되며, 이러한 SNS의 가상세계 몰입으로 현실세계의 대인관계에 불만족과 외로움이 더욱 가중되어 우울이 발생할 가능성이 높아진다고 할 수 있다. 특히 대학생의 경우 외로움과 우울을 해결하기 위해 실제 대인관계보다 직접적 대면접촉을 요구하지 않고 SNS이용에 몰입하는 경향이 더 강하고[14], 이는 실제 대인관계에 부정적인 영향을 줄 수 있다. 그러므로 대학생의 SNS중독과 우울간의 관계를 좀 더 살펴본 후 필요 시 적절한 중재가 이루어져야 한다.

SNS의 의사소통은 현실세계에서 불충분하거나 불만족스러운 대인관계를 보상받을 수 있는 긍정적인 효과도 있지만, 현실세계의 대화를 줄어들게 하는 등 비효과적인 의사소통을 초래할 수 있다[6]. 즉 의사소통이 효과적

일수록 SNS 중독은 감소하지만, 역기능적인 의사소통 시 SNS 중독은 증가한다[15]. 기존 연구결과 SNS 중독과 의사소통능력 간에는 부정적 결과들이 나타났으며, 특히 대학생의 경우 SNS 중독은 대인관계 특히 의사소통에 유의미한 조절효과를 나타내어 결과적으로 학업성적 및 시간관리 능력에도 부정적인 영향을 미치게 된다[15-18]. 편리한 반면 많은 문제들을 야기하는 SNS의 중독과 이의 영향요인인 우울, 의사소통 능력에 대한 분석은 대학생의 SNS 중독을 예방하기 위해 반드시 미리 파악해야만 하는 요인들이다.

이에 본 연구는 대학생의 SNS 중독경향성, 우울, 의사소통 능력 정도를 파악하고, SNS 중독경향성에 영향을 미치는 요인을 파악함으로서 SNS 중독 예방을 위한 교육적 기초자료를 제공하고자 한다.

### 1.2 연구목적

본 연구의 목적은 대학생의 SNS 중독경향성,우울, 의사소통능력을 파악하고, 각 변수들 간의 상관관계를 확인하고, SNS 중독경향성 관련 영향요인을 파악하기 위함이며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

첫째, 대학생의 SNS 중독경향성, 우울 및 의사통능력 수준을 파악한다.

둘째, SNS 중독경향성, 우울 및 의사소통능력과의 상관관계를 파악한다.

셋째, SNS 중독경향성 관련 영향요인을 파악한다.

## 2. 연구방법

### 2.1 연구설계

본 연구는 간호대학생의 SNS 중독경향성과 우울, 의사소통능력 간의 관계를 규명하기 위한 서술적 조사연구이다.

### 2.2 연구대상

연구 대상자는 충남지역 소재 대학에 재학중 인 대학생을 대상으로 자기 보고식 설문지를 이용하여 설문조사하였다. 자료 수집은 해당 학과의 학과장을 직접 방문하여 연구 목적과 취지를 설명한 후 설문 조사를 허락받았다. 대상자들에게 연구 윤리적 측면을 고려하여 연구의 목적과 취지를 설명하고 서면동의서를 받은 후 설문조사를 시행하였다. 연구에 참여한 대상자들에게 연구의 자발적 참여와 연구 도중 참여를 원하지 않을 경우 언제든지 철회가 가능함을 설명하였다. 본 연구의 표본 크기는 G*Power 3.1.7 프로그램을 이용하여 회귀분석에서 13개의 변수, 효과크기 0.15, 유의수준 α=.05, 검정력 .95로 계산한 결과, 필요한 대상자의 수는 189명이었으나, 탈락율을 고려하여 220명을 대상으로 하였고 이중 불충분한 답변을 한 20부를 제외하고 최종 200부를 분석에 사용하였다(90.9%). 자료수집은 2016년 10월 11일부터 11월 24일까지 시행되었다.

### 2.3 연구도구

#### 2.3.1 대인의사소통 능력

Rubin[19]의 ICCS(Interpersonal Communication Competence Scale)를 Shin[20]이 번안한 대인 커뮤니케이션 능력 척도를 사용하였다. 총 30문항의 5점 Likert 척도로 30-150점 분포이며, 점수가 높을수록 대인 의사소통 능력이 좋다는 것을 의미한다. Shin[20]의 연구에서 Cronbach's alpha는 .71이었고, 본 연구의 Cronbach's alpha는 .70이었다.

#### 2.3.2 우울

Radloff[21]가 개발한 CES-D(Center for Epidermiological Studies-Depression Scale)를 Cho와 Kim 등[22]이 번안한 우울척도를 사용하였다. 총 20문항의 4점 Likert 척도로 20-80점 분포이며, 점수가 높을수록 우울감이 높다는 것을 의미한다. Kim[23]의 연구에서 Cronbach's alpha는 .91이었고, 본 연구의 Cronbach's alpha는 .91이었다.

#### 2.3.3 SNS 중독경향성

Jung과 Kim[24]이 SNS 과다이용자들의 중독경향성 수준을 측정하기 위해 개발한 것을 사용하였다. 이 척도는 조절실패 및 일상생활장애, 몰입 및 내성, 부정정서의 회피, 가상세계지향성 및 금단의 4개 하부영역으로 구성된 총 24문항의 4점 Likert 척도이다. 24-96점 분포이며, 점수가 높을수록 SNS중독경향성이 높다는 것을 의미한다. Jung과 Kim[24]의 연구에서 Cronbach's alpha는 .92이었고, 본 연구의 Cronbach's alpha는 .95이었다.

### 2.4 자료분석방법

본 연구의 자료분석은 SPSS Win 23.0 version

program을 이용하였다. 일반적 특성, SNS 중독경향성, 우울 및 의사소통능력 정도는 기술적 통계를 실시하였으며, 일반적 특성에 따른 SNS 중독경향성 수준의 차이는 t-test, ANOVA, 사후검증은 LSD로 분석하였다. 대상자의 SNS 중독경향성, 우울 및 의사소통능력 정도 간의 상관관계는 Pearson's Correlation Coefficient를 사용하였고, SNS 중독경향성 영향요인을 파악하기 위해 다중회귀분석을 실시하였다.

## 3. 연구결과

### 3.1 일반적 특성

연구대상자의 나이는 평균 20.75세로 20세 이하가 전체의 60.5%였으며 성별은 여성이 150명으로 전체의 75%를 차지하였다. 학년은 1학년 121명(60.5%), 2학년 68명(34%)이었으며 주거형 태는 가족이나 친척과 동거가 68(33%)명, 기숙사 54명, 자취 78명으로 혼자 생활하는 경우가 전체의 66%였다. SNS에 접속하는 방법은 스마트폰이나 태블릿 등 이동 가능한 기기를 이용해 접속하는 대학생이 167명으로 전체 대상자의 83.5%를 차지했다. 1일 SNS 이용 시간은 2시간 이내로 이용하는 대학생은 93명(46.5%), 2-3시간 이용한다고 응답한 대학생이 76명(38%), 4시간 이상 이용하는 대학생이 16명(8%)이였으며 SNS 이용 장소는 집에서 이용하는 대학생이 139명(69.5%), 공공장소에서 이용하는 대학생 44명(22%)로 나타났다. SNS 사용 목적은 소식확인이 95명(47.5%), 타인과의 교류 60명(28.2%), 정보전달 27명(13.5%)의 순으로 나타났다(Table 1).

Table 1. General Characteristics of the Particpants (N=200)

| Characteristics | Categories | n(%) |
|---|---|---|
| Age (year) | ≥20 | 121(60.5) |
| | 21 | 55(27.5) |
| | 22 | 10(5) |
| | ≤23 | 14(7) |
| | M±SD | 20.75±1.84 |
| Gender | Female | 150(75) |
| | Male | 50(25) |
| Grade | 1 | 121(60.5) |
| | 2 | 68(34) |
| | 3 | 11(5.5) |
| Economic status | High | 13(6.5) |
| | Middle | 166(83) |
| | Low | 21(10.5) |
| Interpersonal relation | Good | 133(66.5) |
| | Moderate | 62(31) |
| | Bad | 5(2.5) |
| Method of SNS | PC | 19(9.5) |
| | Smart phone | 167(83.5) |
| Connection SNS time (hr/day) | <2 | 93(46.5) |
| | 2-3 | 76(38) |
| | >4 | 16(8) |
| Place of SNS use | House | 139(69.5) |
| | Public place | 44(22) |
| Reason of SNS use | Convenience of relationship mana-gement | 60(28.2) |
| | Quick information and news delivery | 27(13.5) |
| | Check news | 95(47.5) |

### 3.2 일반적 특성에 따른 SNS 중독경향성, 의사소통능력, 우울의 차이

대상자의 특성에 따른 SNS 중독경향성은 연령(t=2.47, $p$=.044), 1일 SNS 이용 시간(F=10.20, $p$<.001), SNS 이용 장소(t=2.54, $p$=.012)에 따라 차이를 보였다. 연령이 23세 이상인 그룹이 다른 그룹보다 SNS 중독경향성이 낮았으며 1일 SNS 이용 시간은 2시간미만으로 사용하는 대학생(48.27±17.30)이 SNS 중독경향성이 가장 낮았다. SNS 이용 장소는 학교나 대중교통 등의 공공장소에서 SNS를 이용하는 대학생(47.98±16.34)이 집에서 SNS를 이용하는 대학생(54.74±15.06)보다 중독경향성이 낮았다(Table 2).

대상자의 의사소통능력은 학년(F=5.37, $p$=.005), 대인관계(F=12.05, $p$<.001), SNS 접속방법(t=-2.31, $p$=.022)에 따라 차이를 보였다. 3학년(87.73±6.05)이 1학년(94.77±7.71)과 2학년(95.19± 6.14)보다 의사소통능력이 낮았으며 대인관계가 좋을수록 의사소통능력이 높았다(좋음: 96.07± 7.34, 보통: 91.93±5.92, 나쁨: 85.40±5.94). SNS 접속방법은 PC를 이용하는 그룹(91.10±5.59)보다 스마트폰을 이용하는 그룹(95.17±7.45)이 의사소통능력이 높았다(Table 2).

우울은 성별(t=-2.67, $p$=.008), 경제상태(F= 6.81, $p$=.001)에 따라 차이를 보였다. 여학생(38.98±10.90)이 남학생(34.26±10.52)보다 더 우울이 높았으며 경제상태가 하인 그룹(44.80±10.97)이 중인 그룹(36.56±10.13)보다 우울이 높았다(Table 2).

Table 2. Difference of SNS Addiction Tendency, Communication, Depression according to General Characteristics (N=200)

| Characteri -stics | Categories | SNS addiction tendency | | Communication | | Depression | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | M±SD | t or F (*p*) | M±SD | t or F (*p*) | M±SD | t or F (*p*) |
| Gender | Female | 52.30±16.12 | -.71 (.748) | 94.09±6.99 | 1.48 (.141) | 38.98±10.90 | -2.67 (.008) |
| | Male | 50.44±15.71 | | 95.84±8.02 | | 34.26±10.52 | |
| Grade* | 1[a] | 51.83±15.62 | .63 (.534) | 94.77±7.71 | 5.37 (.005) c<a,b | 36.91±10.83 | 2.14 (.121) |
| | 2[b] | 52.66±15.79 | | 95.19±6.14 | | 38.43±10.70 | |
| | 3[c] | 46.82±21.59 | | 87.73±6.05 | | 43.73±13.12 | |
| Economic status* | High[a] | 52.46±17.96 | .28 (.758) | 93.84±6.78 | .54 (.581) | 42.30±13.57 | 6.81 (.001) b<c |
| | Middle[b] | 52.10±15.73 | | 94.75±7.43 | | 36.56±10.13 | |
| | Low[c] | 49.38±17.55 | | 93.09±7.28 | | 44.80±10.97 | |
| Interpersonal relation* | Good[a] | 51.90±15.90 | .92 (.402) | 96.07±7.34 | 12.05 (<.001) a>b>c | 36.57±10.25 | 2.05 (.084) |
| | Moderate[b] | 50.95±15.90 | | 91.93±5.92 | | 40.16±11.38 | |
| | Bad[c] | 61.00±20.74 | | 85.40±5.94 | | 41.01±20.02 | |
| Method of SNS | PC | 56.11±19.06 | .75 (.460) | 91.10±5.59 | -2.31 (.022) | 42.36±13.54 | 1.85 (.066) |
| | Smart phone | 52.69±15.30 | | 95.17±7.45 | | 37.40±10.79 | |
| Connection SNS time (hr/day)* | <2[a] | 48.27±17.30 | 10.20 (<.001) a<b,c | 95.52±6.84 | 1.79 (.169) | 37.69±10.70 | .18 (.830) |
| | 2-3[b] | 56.64±11.89 | | 93.53±6.80 | | 38.05±11.06 | |
| | >4[c] | 62.56±12.81 | | 96.06±11.85 | | 36.18±13.49 | |
| Place of SNS use | House | 54.74±15.06 | 2.55 (.012) | 94.72±7.60 | -.01 (.986) | 37.64±10.68 | .15 (.875) |
| | Public place | 47.98±16.34 | | 94.75±6.95 | | 37.34±11.88 | |
| Reason of SNS use | Convenience of relationship mana-gement | 54.08±13.43 | .46 (.635) | 95.67±6.97 | .51 (.671) | 39.05±12.77 | .77 (.508) |
| | Quick information and news delivery | 55.04±16.20 | | 95.07±6.61 | | 37.29±9.97 | |
| | Check news | 52.26±16.55 | | 94.13±8.04 | | 36.95±10.22 | |

* LSD

### 3.3 SNS 중독경향성과 우울, 의사소통능력과의 상관관계

SNS 중독경향성과 우울, 의사소통능력과의 상관관계를 분석한 결과 SNS 중독경향성은 우울과 유의미한 상관관계가 있는 것으로 나타났다(r=.26, $p$<.001). 즉 우울할수록 SNS 중독경향성은 증가한다(Table 3).

Table 3. Correlation of related Variables with SNS Addiction Tendency, Communication, Depression (N=200)

| | SNS addiction tendency r(*p*) | Communication r(*p*) |
|---|---|---|
| SNS addiction tendency | 1 | |
| Communication | -.01(.837) | 1 |
| Depression | .26(<.001) | -.07(.303) |

### 3.4 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 요인

SNS 중독경향성에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 위계적 다중선형회귀분석을 실시한 결과는 Table 4와 같다.

Table 4. Results of Multiple Regression Analysis of Factors to the SNS Addiction Tendency (N=200)

| Variables | | ß | t | *p* |
|---|---|---|---|---|
| Depression | | .265 | 3.89 | <.001 |
| daily use time (hr/day) (<2hr/day) | 2-3 | .265 | 3.76 | <.001 |
| | ≥4 | .245 | 3.43 | .001 |
| $R^2$=.155, F=7.74, $p$<.001 | | | | |

SNS 중독경향성에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여 일반적 특성 중 SNS 이용 시간은 더미변수로, 주요변수인 우울, 의사소통능력은 연속변수로 유의확률.05로 다중회귀분석을 실시하였다. SNS 중독경향성에 영향을 미치는 요인이 회귀식의 가정을 충족하는지 검정한 결과 투입한 독립변수는 회귀분석의 가정을 모두 충족하는 것으로 나타났다. 먼저 회귀분석의 가정을 검증하기 위해 Durbin-Watson을 이용하여 오차의 자기상관을 검정한 결과 1.877로 자기상관이 없었다. 공차한계(Tolerance)와 VIF 값을 이용하여 다중공선성을 검정한 결과 공차한계가 .903～.992로 0.1이상이었고 VIF 값은 1.009～1.108로 10보다 크지 않으므로 모든 변수는 다

중공선성의 문제가 없는 것으로 나타났다. 영향력 분석을 위해 Cook's distance를 분석한 결과 185개 중 1.0 이상인 개체는 없었다. 잔차 분석 결과 모형의 선형(linearity), 오차의 정규성(normality), 등분산(homoscedasticity)이 확인되었다.

회귀모형을 분석한 결과 회귀모형은 유의한 것으로 나타났으며(F=7.740, p<.001), 모형의 설명력은 15.5%로 나타났다. SNS 중독경향성에 가장 영향을 주는 변수는 우울(ß=.265, p<.001)과 1일 이용시간(2-3시간)(ß=.265, p<.001)으로 나타났으며, 1일 이용시간(4시간 이상)(ß=.245, p=.001)이 그 다음으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

## 4. 논의

본 연구는 간호학과 재학생을 대상으로 SNS 중독경향성과 우울, 의사소통능력과의 관련성을 살펴보고 관계를 확인함으로서 간호대학생의 SNS 사용에 따른 정신건강문제 예방 프로그램 개발에 필요한 기초자료를 제공하고자 시도되었다.

일반적 특성에 따른 간호대학생의 SNS 중독경향성의 차이를 살펴보면 본 연구에서는 연령에 따라 유의한 차이가 나타났다. 연구 참여자 중 연령이 높은 23세 이상의 대상자가 23세 미만의 대상자보다 SNS 중독 경향성이 낮은 것으로 나타났다(t=2.474, *P*=.044). 이를 통해 연령이 낮은 대학생의 경우에서 SNS 중독 경향성이 더 높음을 알 수 있다. 이같은 현상은 연령이 낮은 대상자 즉 신입생과 저학년의 경우 대인관계 형성의 어려움과 학교생활의 부적응 문제 등으로 인해 고학년에 비해 상대적으로 SNS를 사용하는 시간과 의존도가 높은 것으로 사료된다.

선행연구[23-25]에서 대상자의 SNS 중독경향성은 성별에 따라 유의한 차이를 나타냈다. 그러나 본 연구에서는 여성의 SNS 중독경향성이 남성에 비해 높은 점수를 보이기는 하였으나 통계적으로 유의한 차이는 없었다. 이러한 결과는 본 연구대상자의 75%가 여성으로 구성되어져 성별에 따른 SNS 중독경향성의 차이를 검증하기에는 한계가 있었던 것으로 분석된다. Cho와 Kim의 연구[26]와 Cho와 Suh[27]의 연구에서 여성의 SNS 중독경향성은 남성에 비해 유의하게 높게 나타났다. 이러한 차이는 남성들의 경우 스마트폰을 통해 게임이나 동영상 시청 등을 주로 하는데 비해 여성들은 SNS를 통해 주변인과 의사소통을 하는 경우가 더 많으며 관계지향적인 여성의 성향이 원인으로 제시되고 있다[23-25]. 이러한 성별의 차이는 SNS 중독 예방 및 중재의 목표, 방법 설정 측면에서 성별에 따라 다르게 접근되어야 함을 의미한다. 즉, SNS 중독에 대한 상담과 예방교육은 성별에 따라 차별적으로 실시되어야 하며, SNS 중독 경향에 대한 남녀 차이에 대한 연구도 지속적으로 이루어져야 할 것이다.

본 연구에서 SNS 중독경향은 학년별 차이를 보이지 않았다. 이는 대학생을 대상으로 SNS 중독경향을 연구한 Lee와 Kim[28]의 연구와 상반되는 결과이나 Moon[29]의 연구와는 일치한다. 대학생을 대상으로 한 Lee와 Kim[28]의 연구에서 2학년이 3.4학년에 비해 SNS 중독경향이 높게 나타났다. 이에 대한 원인으로 3.4학년의 이론과 실습이 병행되며 교육과정을 제안하였다. 이처럼 대학생의 SNS 중독경향은 성별, 학년, 학과만족도 등의 다양한 원인에 의해 차이를 나타낼 수 있으며 이에 따른 다양한 중재 전략이 마련되어져야 한다. 그러나 현재 일반적 특성에 따른 SNS 중독경향의 차이를 분석한 연구결과는 일관되지 못하고 있어 후속연구의 필요성이 제언된다.

본 연구결과 우울은 SNS 중독경향성에 가장 영향력이 높은 요인으로 나타났다. 이러한 결과는 성인을 대상으로 한 스마트폰 중독과 불안, 우울의 유의미한 정적 상관관계를 밝힌 Koh와 Kim[25]의 연구 결과와 일치한다. 우울은 청소년 대상 연구[30]와 성인 대상 연구에서[31] 일관 되게 스마트폰 중독 및 SNS 중독과 정적 상관관계를 나타내는 것으로 보고되었다. 이러한 결과에 대해 Moon[29]는 정신건강상태가 좋지 않은 대상자들이 자신의 우울, 불안, 대인관계의 예민함을 SNS 대화로 풀어가려는 경향을 보이며 이러한 경향은 현실세계의 적응과 의사소통의 문제를 이차적으로 야기할 수 있다고 하였다. 선행연구들을 통해[30-32] SNS 중독은 불안 및 우울을 회피하기 위한 수단으로 사용되며, 이것이 부정적 정서를 다시 유발하는 악순환 구조를 갖고 있음을 유추할 수 있다. 이에 우울을 포함한 불안, 스트레스, 자기통제력 등의 정신건강 요인과 SNS 중독과의 관계를 규명하는 연구가 지속적으로 이루어져야 할 것이다. 또한 우울과 같은 정서적인 문제는 겉으로 잘 드러나지 않고 간과될 수 있다. 향후 SNS 중독 예방 및 중재를 위해서는 SNS 과다 사용의 위험성에 대한 인식 및 올바른 사용에 대한 교육과 더불어 우울, 불안 등의 정신 건강 상태에 대한 확인과 관리가 함께 이루어져야 한다.

본 연구에서 의사소통능력과 SNS 중독경향성은 유의한 상관관계를 나타내지 않았다. 이러한 결과는 Moon[29]의 연구에서 의사소통능력과 SNS 중독이 음의 상관관계를 보인 결과와 일치하지 않는다. 그러나 Lee와 Kim[33]의 연구에서 스마트폰 중독과 의사소통능력과 상관관계가 없는 것으로 분석된 결과와는 일맥상통한다. 이렇듯 일관되지 않은 선행연구의 결과들을 바탕으로 SNS 중독과 의사소통능력에 대한 추후 반복 연구의 필요성이 제기된다.

본 연구는 간호대학생의 우울과 SNS 중독경향성과의 관계를 규명하였다. 본 연구를 통해 우울과 같은 정신적 건강상태가 좋지 않은 경우 SNS 중독경향성이 높음을 알 수 있었다. 간호대학생의 SNS 중독 상태는 학업 및 현실에서의 부적응의 문제와 대인관계의 문제를 유발할 수 있다. 그러므로 SNS 중독경향성이 높은 대상자들에 대한 관리 프로그램의 적용과 이를 예방할 수 있는 실제적인 교육이 이루어져야 할 것이다.

본 연구의 제한점은 충남 소재 3개의 대학에서 연구를 진행하여 연구결과를 일반화시키는 데 제한점을 가진다. 향후 지역 및 연령의 다양성을 확보 한 후속연구가 필요하다. 또한 성별 구성의 차이가 많아 성별에 따른 SNS 중독경향성의 차이를 규명하는데 한계가 있었다. 이에 남성과 여성의 비율을 유사하게 구성하여 성별에 따른 SNS 중독경향성의 차이를 규명하는 후속 연구가 필요하다. 본 연구는 일반적 특성, 의사소통능력, 우울이 SNS 중독경향성에 미치는 영향을 분석하였다. 그러나 SNS 중독경향성에 영향을 미치는 다변적인 요소를 충분히 고려하지 못하였다는 제한점을 가진다. 이에 SNS 중독경향성에 영향을 미칠 수 있는 일반적 특성, 사용관련 특성, 사회심리적 요인, 학업 및 학과 관련 요인 등을 포함한 구조방정식 모형 검증을 제언한다.

## 5. 결론 및 제언

본 연구는 간호대학생의 SNS 중독경향성과 의사소통능력, 우울간의 관계를 규명하여 간호대학생의 SNS 중독을 감소시키는 전략을 마련하기 위한 기초자료를 제공하기 위하여 시도되었다.

본 연구결과 SNS 중독경향성은 연령과 1일 사용시간, 이용 장소에 따라 차이를 보였다. SNS 중독경향성과 우울은 유의한 정적 상관관계를 보였으며(r=.268, p<.001), SNS 중독경향성과 의사소통능력은 유의한 상관관계를 보이지 않았다(r=.073, p=.303). 중독경향성에 영향을 미치는 요인으로는 1일 사용시간과 우울이었으며, 설명력은 15.5%로 나타났다.

이러한 연구결과를 토대로 다음과 같은 후속 연구를 제언을 한다.

첫째, 지역 및 연령, 성별의 다양성을 확보하고 일반적 특성에 따른 SNS 중독 경향성을 규명하는 연구가 필요하다.

둘째, 우울을 포함하여 보다 다양한 정신건강 요인과 SNS 중독과의 관계를 탐색하는 연구가 필요하다.

## Reference


[1] Mobile Apps in APAC: 2016 Report, 2016. https://apac.thinkwithgoogle.com/intl/en/articles/mobile-apps-in-apac-2016-report.html. 2016.

[2] Statistical Korea, 2016 Youth Statistics. http://kostat.go.kr/, 2016.

[3] Y. H. Kim, “SNS (Social Network Service) use analysis”, KISDI STAT REPORT, 15, pp. 7-12, 2015.

[4] Korea Internet & Security Agency. “Internet Usage Survey”, 2015.[cited 2016. Feb]. https://isis.kisa.or.kr(accessed Feb. 26, 2016)

[5] H. S. Kim, H. S. Kim, J. S. Kim, A. N. Shin, “Trend Analysis of ICT Accessibility and Utilization Levels of Korean Students based on OECD PISA Data”, Informatization policy, vol. 24, no. 4, pp. 17-43, 2017

[6] K. P. Hong, H. S. Jeon, “The Relationship between College Students’ SNS Addiction Tendency and Their Interpersonal Problems: Focused on the Moderating Effect of Social Support”, *Health and social welfare review*, vol. 37, no. 1, pp. 34-67, 2017. DOI: http://dx.doi.org/10.15709/hswr.2017.37.1.34

[7] S. M. Kim, K. H. Suh, “ Relationships between covert narcissism and SNS addiction proneness: focus on the mediating effects of experiential avoidance”, *The Korean Journal of Health Psychology,* vol. 20, no. 3, pp. 587-603, 2015. DOI: http://dx.doi.org/10.17315/kjhp.2015.20.3.006

[8] H. S. Choi, H. K. Lee, J. C. Ha, “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,* vol. 23, no. 5, pp. 1005-1015, 2015.

[9] K. P. Hong, H. S. Jeon, The Relationship between College Students` SNS Addiction Tendency and Their Interpersonal Problems: Focused on the Moderating Effect of Social Support. *Health and Social Welfare Review*, vol. 37, no. 1, pp.34-67, 2017. DOI: https://doi.org/10.15709/hswr.2017.37.1.34

[10] Y. N. Seong, M. H. Hyun. The Mediating Effect of Experiential Avoidance on the Relationship between Undergraduate Student’s Motives for Using SNS and SNS Addiction Tendency: Focused on Facebook, *The*

*Korean Journal of Stress Research,* vol. 24, no. 4, pp.257-263, 2016.
DOI: https://doi.org/10.17547/kjsr.2016.24.4.257

[11] E. J. Oh, A. S. Aha. A Study on the Mental Health, Adaptation to College Life, and SNS Addiction Tendency of College Students, *The Journal of Humanities and Social Science 21,* vol. 9, no. 1, pp. 547-561, 2017.
DOI http://dx.doi.org/10.22143/HSS21.8.1.31

[12] Y. K. Oh, A Study on the Influence of SNS Addiction tendency on Loneliness, Depression, Interpersonal Relationship and Social Support, Unpublished master's thesis, Korea Counseling Graduate University, 2012.

[13] E. J. Choi, W. S. Yeom, S. W. Lee, S. Kim, C. A. Lee, C. H. Kim, "A study on characteristics of Twitter and Facebook users", HCL, 2012, 1, pp. 911-916, 2012.

[14] H. S. Jeon, K. P. Hong., "Relationship of user characteristics of SNS and Interpersonal Problems of university students", *Korean Society For Computer Game*, vol. 30, no. 1, pp.41-47, 2017.
DOI: http://dx.doi.org/10.21493/kscg

[15] S. M. Kim, Smartphone use level of nursing college students, the relationship between communication competence, social avoidance and distress, Unpublished master's thesis, Chungnam National University, Daejeon, 2014.

[16] K. M. Kim, H. C. Kim, "The Mediating Effects of the Basic Psychological Needs in the Relationships between the Parent-Adolescent Communication and the SNS Addiction of Adolescents", *The Korea Journal of Youth Counseling,* vol. 21, no. 2, pp. 477-495, 2013.

[17] P. A. Kirschner, A. C. Karpininski, Facebook and academic performance Computers in Human Behavior, vol. 12, no. 4, 451-455, 2010.
DOI: https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.024

[18] Y. E. Kwon, J. M. Lee, "The Influence of Parent-Adolescent Communication on SNS Ad -diction Tendency among High School Students : The Mediating Effect of Self -control", *Journal of Korean Home Management Association*, vol. 35, no. 2, pp. 17-29, 2017.
DOI: http://dx.doi.org/10.7466/JKHMA.2017.35.2.17

[19] R. B. Rubin. "Communication competence : Ess -ay to commemorate the 75th anniversary of the speech", Communication Association, pp. 94 -129, 1990.

[20] J. Y. Shin. The effect of creative dance programs on interpersonal communication competence in university students, Kookmin University, Unpublished Master's Thesis, 2008.

[21] L. Radloff, "The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population", Applied Psychological Measurement, 1, pp. 385-401, 1977.
DOI: https://doi.org/10.1177/014662167700100306

[22] M. J. Cho, K. H. Kim, "Diagnostic validity of the CES-D(Korean version) in the assessment of DSM-III-R major depression", *Journal of Korean Neuropsychiatric Association,* vol. 32, no. 3, pp. 381-399, 1993.

[23] H. Y. Kim. "Comparisons of Depression, Marital Intimacy, Sexual Function and Quality of Life in Sexual Active or Inactive Groups of Post-menopausal Married Women", *Journal of the Korean Academy of Fundamentals of Nursing,* vol. 22, no. 3, pp. 258-267, 2015.
DOI: https://doi.org/10.7739/jkafn.2015.22.3.258

[24] S. Y. Jung, J. N. Kim. "Development and Validation of SNS Addiction Proneness Scale for College Students", Korean *Journal of Health Psychology,* vol. 19, no. 1, pp. 147-166, 2014.
DOI: https://doi.org/10.17315/kjhp.2014.19.1.008

[25] E. Y. Koh, E. H. Kim. "The impacts of anxiety and depression on smartphone addiction: Focusing on the moderating effect of gender", *Journal of Digital Convergence,* vol. 15, no. 5, pp.419-429, 2017.
DOI: https://doi.org/10.14400.2017.15.5.419

[26] G. Y. Cho, Y. H. Kim. "Factors influencing SNS addiction among university students", *Journal of Fisheries and Marine Sciences Education,* 26, pp. 1138-1150, 2014.
DOI: https://doi.org/10.13000/JFMSE.2014.26.1.166

[27] S. H. Cho, K. H. Suh. "An exploratory study on factors related with SNS addiction proneness: focus on covert narcissism, self-presentational motivation, and sense of alienation", *Journal of Korean Psychology.: Health,* 18, pp. 239-250, 2013.

[28] O. S. Lee, M. J. Kim, "The relationship among smartphone addiction, emotional intelligence, critical thinking disposition and communication skill for nursing students", *Journal of Digital Convergence,* vol. 15, no. 7, pp. 319-328. 2017.
DOI: http://dx.doi.org/10.14400/kjhp.2017.15.7.319

[29] M. Y. Moon. "Correlation social nerworking service addiction and mental social health and communication competence among nursing students", *The Korean Journal of Stress Research,* vol. 24, no. 4, pp. 243-251, 2016.
DOI: http://dx.doi.org/10.17547/kjhp.2016.24.4.243

[30] Y. M. Park. A study on adult`s smart phone addiction and mental health, Master`s thesis, Sangii University, 2011.

[31] I. S. Lee. "A study on the smartphone addiction, anxiety, depression and self control of worker", *Journal of the Korean Society for Multicultural Health,* vol. 4, no. 1, pp. 19-27, 2014.

[33] O. S. Lee, M. J. Kim. "The ralationship among smartphone addiction, emotional intelligence, critical thinking disposition and communication skill for nursing students", *Journal of Digital Convergence,* 15(7). pp. 319-328, 2017.
DOI: https://doi.org/10.14400.2017.15.7.319

권 명 진(Myoungjin Kwon) [정회원]

- 2004년 8월 : 충남대학교 간호학과 (간호학석사)
- 2008년 8월 : 충남대학교 간호학과 (간호학박사)
- 2010년 3월 ~ 2014년 2월 : 혜천대학교 간호학과 조교수
- 2014년 3월 ~ 현재 : 대전대학교 간호학과 조교수

<관심분야>
정서, 만성질환

김 지 현(Jihyun Kim) [정회원]

- 2006년 2월 : 이화여자대학교 간호학과 (간호학석사)
- 2014년 2월 : 가톨릭대학교 간호학과(간호학박사)
- 2013년 3월 ~ 2014년 4월 : 충청대학교 간호학과 조교수
- 2014년 5월 ~ 현재 : 대전대학교 간호학과 조교수

<관심분야>
건강증진, 만성질환

정 선 경(Sunkyung Jeong) [정회원]

- 2016년 2월 : 대전대학교 간호학과 (간호학석사)
- 2016년 3월 ~ 현재 : 대전대학교 간호학과 박사과정
- 2016년 3월 ~ 현재 : 대전대학교 간호학과 조교수

<관심분야>
아동, 모성