

대학생의 성인 애착과 내현적 자기애가 스마트폰 중독에 미치는 영향

The Effects of Adult Attachment and Covert Narcissism on Smartphone Addiction in College Students

이영창¹ · 김남희² · 권성진³ · 김보성^{4†}

Young-Chang Lee¹ · Namhee Kim² · Sung-Jin Kwon³ · Boseong Kim^{4†}

Abstract

Smartphones, now a necessity for modern people, have become more than just an appliance, but an object of obsession for many. This has resulted in smartphone addiction in many modern people. However, the phenomenon of object addiction can lie beyond the problem of the object itself, varying according to the psychological characteristics of the subjects who use it. For this reason, this study aimed to examine adult attachment and covert narcissism as factors influencing smartphone addiction in college students. In order to do this subjects' level of smartphone addiction, adult attachment and covert narcissism needed to be measured on a scale of smartphone addiction, adult attachment and covert narcissism. Regression analysis was conducted with smartphone addiction set as the dependent variable and adult attachment and covert narcissism as independent variables. As a result, we observed anxiety attachment related to adult attachment and hypersensitivity/weakness of covert narcissism played roles in smartphone addiction. These findings suggest that in order to understand smartphone addiction in college students, it is important to know the psychological characteristics of our subjects.

Key words: Smart-Phone Addiction, Adult Attachment, Covert Narcissism, College Student

요약

현대인의 생활필수품이 된 스마트폰은 단순히 생활필수품을 넘어 현대인들이 과도하게 몰입하게 되는 대상이 되었다. 이로 인해 현대인들의 다수는 스마트폰 중독 현상에 노출되게 되었다. 그러나 이러한 대상 중독 현상은 대상물 자체의 문제를 넘어 이를 이용하는 대상자들의 심리적 특성에 따라 서로 다를 수 있다. 이로 인해 본 연구에서는 대학생들을 대상으로 이들의 스마트폰 중독에 영향을 미치는 요소로써 대학생들의 성인 애착과 내현적 자기애의 특성을 살펴보고자 하였다. 이를 위해, 스마트폰 중독 척도, 성인 애착 척도, 내현적 자기애의 척도를 각각 사용하여, 스마트폰 중독, 성인 애착 및 내현적 자기애 수준을 측정하였다. 그리고 스마트폰 중독 정도를 종속변수로 하고, 성인 애착 정도와 내현적 자기애 정도를 독립 변인으로 하는 회귀분석을 실시하였다. 그 결과, 불안 애착과 내현적 자기애의 과민/취약성 요인이 스마트폰 중독에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 대학생들의 스마트폰 중독 현상을 이해하기 위해서 이에 영향을 미치는 대상자들의 심리적 특성 요소들의 영향에 따라 서로 다른 접근방법이 요구됨을 시사한다.

주제어: 스마트폰 중독, 성인 애착, 내현적 자기애, 대학생

* 본 논문의 자료는 2017년 한국감성과학회 춘계학술대회 및 ICEASS(International Conference on Education and Social Sciences) 2019에서 발표되었음.

¹ 이영창: 충남대학교 심리학과 강사

² 김남희: 서울대학교 행복연구센터 선임연구원

³ 권성진: 동의대학교 동의지천교양대학 외국어교양학부 조교수

^{4†} (교신저자) 김보성: 동의대학교 동의지천교양대학 철학인문교양학부 조교수 / E-mail : bkim@deu.ac.kr / TEL : 051-890-1290

1. 서론

애플사의 I-Phone이 국내에 등장하면서 2009년 본격적으로 스마트폰에 대한 시장이 형성되었다(Kim, 2017, Min, Cho, Kim, Kim, & Kim, 2011). 그 후로 10년이 지난 지금 시점에서 이 스마트폰은 현대인에게 없어서는 안 될 필수품으로 자리매김했다. 이는 한국 갤럽의 2018년 8월에 공개한 ‘2012-2018 스마트폰 사용에 대한 조사’ 결과에서도 알 수 있듯이, 스마트폰 사용 비율은 93%로 나타났으며, 대학생들이 포함된 나이 그룹(19세~29세)의 스마트폰 사용 비율은 100%로 보고되었다(Gallup, 2018). 이러한 결과는 현대사회를 살아가는 사람들의 스마트폰 의존도가 매우 높다는 점을 방증하는 것이며(Mannion, 2018), 이러한 과도한 의존은 스마트폰 중독(addiction)이라는 사회적 현상을 일으킬 수밖에 없다. 이는 스마트폰 사용과 관련된 부정적인 문제로 인식되며, 아동과 청소년을 비롯하여 성인에 이르기까지 부작용을 낳을 수 있다는 지적들이 끊임없이 제기되고 있다. 특히 정신건강의학과 전문의들이 밝힌 스마트폰 사용에 대한 임상적 의견을 고려할 때, 스마트폰 중독에 따른 부정적인 영향을 줄이기 위한 노력은 매우 중요하다(Lee et al., 2015).

그러나 스마트폰 중독이라는 현상을 결과적인 측면에서만 바라볼 것이 아니라, 스마트폰을 사용하는 대상자들이 왜 스마트폰에 과다하게 의존할 수밖에 없었는지의 그들의 내면적 원인에 초점을 두는 것이 필요하다. 이러한 관점에서 Lee, Cho와 Kim(2019)의 연구는, 중독이 일종의 애착 장애라는 Flores(2005)의 개념을 토대로 스마트폰 중독을 경험하는 대상자들의 애착유형 중 불안정한 애착이 이를 일으키는 원인일 수 있음을 주장하였다. 이러한 관점은 애착과 스마트폰 중독의 관계를 살펴본 연구를 통해서도 확인되고 있으며(Choi & Seo, 2015; Kim & Kim, 2016; Konok, Gigler, Bereczky, & Miklósi, 2016), 스마트폰 사용 나이가 낮아지는 흐름에 따라 청소년들에게도 이들의 애착과 스마트폰 중독의 관계가 성인들과 유사하게 밀접한 관계성을 가지고 있음이 확인되고 있다(Choi & Kim, 2015; Ihm, 2018; Kim & Lee, 2018; Lee, Kwon, Chae, 2019). 결국, 초기 사회적 관계, 즉 부모 및 또래와의 관계 형성의 상태가 물리적 대상인 스마트폰과의 관계에 영향을 미치게 됨을 의미한다고 볼

수 있다. 불안정 애착이 스마트폰 중독과 관련성이 높다는 일련의 연구를 고려한다면, 초기 사회적 관계 형성에 어려움을 겪게 된 사람들일수록 사람과 맺는 대인관계 상황에서 불안을 일으키며, 이러한 불안을 완화할 수 있는 측면에서 일방적인 관계 형성이 쉬운 스마트폰에 과 몰입하는 현상으로 이어진다고 해석할 수 있다.

이와 더불어, 타인과의 사회적 상호작용에서 나타나는 사회불안은 내현적 자기에(covert narcissism)와도 밀접하게 관련되어 있음을 알 수 있다(Min et al., 2011). 예를 들면, 부모와의 관계에서 부정적 성향을 지닌 부모와 상호작용을 한다면 그런 부모가 선호하는 부분들을 찾아 자기 자신을 과도하게 표현하되 상대적으로 스스로는 위축되어 자신만을 사랑하는 현상을 경험하게 된다(Kernberg, 1975). 따라서 이러한 내현적 자기에 성향은 앞서 언급한 사회적 관계의 불안을 완화하는 측면과 더불어 위축된 자기 자신 그대로 관계를 형성할 수 있는 측면으로서 스마트폰에 과다하게 몰입하게 할 수 있다. 관련 연구들도 이와 같은 관점으로 스마트폰 중독에 영향을 미치는 내현적 자기에의 영향을 살펴보았다고 볼 수 있다(Jeong & Hong, 2015; Kang et al., 2017; Kim, Lee & Kang, 2017; Nadeem, 2019; Park & Jeon, 2013).

이처럼 스마트폰 중독 현상에 영향을 미칠 수 있는 대상자들의 심리적 속성으로 애착과 내현적 자기에 각각의 영향들을 살펴본 연구는 상대적으로 많다. 그러나 초기 사회적 관계에서 형성될 수 있다는 두 변인의 공통점에도 불구하고, 두 변인을 동시에 고려하여 스마트폰 중독 현상을 설명한 연구는 드문 것이 사실이다(Lee, Kim, Kwon & Kim, 2019). 따라서 본 연구는 대학생 집단인 성인을 대상으로 스마트폰 중독에 영향을 미칠 수 있는 요소로서 성인 애착과 내현적 자기에의 영향을 동시에 살펴보고자 하였다.

2. 연구방법

2.1. 연구대상

본 연구는 4년제 대학교에 재학 중인 대학생 235명을 대상으로 실시되었다. 참여자들의 성별을 살펴보

면, 남성 47.7%, 여성 52.3%로 나타났으며, 평균 연령은 20.06세(SD=2.60)로 나타났다.

2.2. 조사도구

2.2.1. 성인 애착

조사대상자들의 성인 애착 특성을 측정하기 위해 Brennan, Clark, 그리고 Shaver(1998)가 개발하고 Hwang(2001)이 번안한 ECL(Experiences in Close Relationships)을 사용하였다(Kim, 2016; Min et al., 2011). ECL은 두 개의 하위유형, 불안 애착(anxiety attachment)과 회피 애착(avoidance attachment)으로 구성되어 있으며 총 36문항으로 이루어져 있다. 불안 애착을 측정하는 대표 문항으로 ‘나는 버림을 받는 것에 대해 걱정하는 편이다’, ‘나는 다른 사람에게 관심을 가지는 만큼 그들이 나에게 관심을 가지지 않을까봐 걱정이 된다’ 등이 있다. 회피 애착의 경우, ‘나는 다른 사람이 나와 매우 가까워지려 할 때 불편하다’, ‘나는 다른 사람에게 마음을 여는 것이 편안하지 못하다’, 그리고 ‘나는 상대방과 가까워지기를 원하지만 생각을 바꾸어 그만둔다’ 등이 포함되어 있다.

조사대상자들은 각 문항을 읽고 7점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 7=매우 그렇다) 상에 응답하였다. 본 연구에서 나타난 신뢰도는 불안 애착 .90, 회피 애착 .75로 나타났다.

2.2.2. 내현적 자기애

내현적 자기애를 측정하기 위해 Gang과 Chung(2002)이 개발한 내현적 자기애 척도(Covert Narcissism Scale; CNS)를 사용하였다(Min et al., 2011). 내현적 자기애 척도는 다섯 가지 하위요인, 총 45문항으로 구성되어 있다. 목표 불안정(target instability)은 목표를 계획하고 이를 추진하는 능력이 결여된 정도를 측정하는 것으로, 9문항으로 구성되어 있다. 대표적인 문항으로는 ‘나의 문제는 내가 무엇이 되고 싶은지를 정말 모른다는 것이다’가 있다.

인정욕구/거대자기 환상(stable desire/fantasy)은 다른 사람으로부터 사랑을 받고 싶은 욕구와 뛰어난 사람이 되고자 하는 욕구를 반영한다. 이 하위요인 역시 9문항으로 이루어져 있으며 대표 문항으로 ‘항상 다

른 사람로부터 인정받고 지지받고 싶다’, ‘나는 여러 가지 일에 모두 뛰어나기를 바란다’가 있다.

착취/자기중심성(exploitation/self-centeredness) 역시 9문항으로 이루어져 있으며, 자신 스스로에 대한 몰입과 타인에 대한 착취를 측정하기 위한 문항들로 구성되어 있다. 대표 문항으로 ‘필요하다는 나는 내가 원하는 것을 얻기 위해 사람들을 교묘하게 이용할 것이다’, ‘나는 나에게 득이 될 때만 ’공평의 원칙’을 지킨다’가 있다.

과민/취약성(hypersensitivity/weakness)은 평가에 대한 민감성 및 취약성을 측정하기 위한 것으로 10문항으로 구성되어 있으며 대표적인 문항으로 ‘나는 가끔 남의 비평을 너무 심각하게 받아들인다’, ‘내가 보잘 것 없는 존재로 느껴질 때가 있다’가 있다.

마지막으로 소심/자신감 부족(lack of timidity/confidence)은 내향적이며 부족한 자신감을 측정하기 위한 요인으로 8문항으로 이루어져 있다. 대표 문항으로는 ‘나는 겁이 많고 소심한 사람이다’, ‘나는 다른 사람들의 눈치를 많이 살피는 편이다’가 있다.

조사대상자들은 각 문항을 읽고 5점 척도 상(1=전혀 아니다, 5=매우 그렇다)에 응답하였다. 본 연구에서 내현적 자기애 척도의 전체 신뢰도는 .93로 나타났다. 하위 요인의 신뢰도를 살펴보면, 목표불안정 .90, 인정욕구/거대자기 환상 .82, 착취/자기중심성 .80, 과민/취약성 .86, 그리고 소심/자신감 부족 .79로 나타났다.

2.2.3. 스마트폰 중독

조사대상자들의 스마트폰 중독을 측정하기 위해 Kim, Byun과 Im(2016)이 개발한 성인용 스마트폰 중독 척도를 사용하였다. 성인용 스마트폰 중독 척도는 총 여섯 개 하위요인별 각 3문항으로 구성되었으며, 총 18문항으로 이루어져 있다.

먼저 현저성(salience) 요인은 스마트폰 사용이 개인의 일상생활 중 많은 부분을 지배하는 정도를 반영하는 정도로 대표 문항으로 ‘스마트폰 없는 나를 상상하기 힘들다’가 있다. 기분전환(mood modification)은 기분을 바꾸기 위해 스마트폰을 사용하는 것으로 대표적인 문항으로 ‘스마트폰을 사용하면 우울한 기분이 줄어든다’가 있으며, 갈등(conflict)은 스마트폰 사용이 일상생활의 중요한 활동과 충돌을 유발하는 것을 의미한다. 대표적인 문항으로는 ‘스마트폰 사용으로 인해 공부나 업무에 지장이 있다’가 있다. 내성(tolerance)은

스마트폰 사용에 있어 내성이 생긴 정도를 의미하며 대표 문항은 ‘스마트폰 사용 시간이 점점 더 늘어난다’이다. 금단(withdrawal)은 스마트폰을 사용하지 않을 때 유쾌하지 않은 감정과 신체 상태를 의미하는 것으로 대표적인 문항으로 ‘스마트폰이 나의 곁에서 없어지면 초조하고 불안해진다’가 있다. 마지막으로 재발(relapse)은 스마트폰 사용에 있어 통제력을 갖게 된 이후에 초기의 스마트폰 중독 상태로 되돌아가는 것을 의미하며 ‘스마트폰 사용을 줄였다가 다시 실패하는 과정이 여러 번 반복되었다’ 등을 통해 측정한다.

조사대상자들은 각 문항을 읽고 4점 척도(0=전혀 그렇지 않다, 3=매우 그렇다) 상에 응답하였다. 본 연구에서 나타난 전체 스마트폰 중독 척도의 신뢰도는 .94로 나타났다. 하위 요인별 신뢰도를 살펴보면, 현저성 .94, 기분전환 .81, 갈등 .79, 내성 .80, 금단 .85, 그리고 재발 .90으로 나타났다.

3. 연구 결과

3.1. 연구 변인 간의 상관관계

본 연구에서 사용된 변인 간의 상관관계를 살펴본

결과, Table 1에서 볼 수 있듯이, 불안 애착의 경우, 회피 애착, 내현적 자기애의 하위 요인, 그리고 스마트폰 중독의 하위 요인들과 모두 정적 상관관계($r=.23\sim.61$)가 있는 것으로 나타났다. 그러나 회피 애착의 경우, 내현적 자기애와 정적 상관관계($r=.13\sim.42$)가 있는 것으로 나타났지만 스마트폰 중독과는 상관관계가 없는 것으로 나타났다. 내현적 자기애와 스마트폰 중독의 경우, 내현적 자기애 중 목표불안정과 스마트폰 중독의 하위 요인인 재발간의 상관관계를 제외하고 모두 정적 상관관계($r=.16\sim.42$)가 있는 것으로 나타났다.

3.2. 애착 유형과 내현적 자기애가 스마트폰 중독에 미치는 영향

애착 유형과 내현적 자기애가 스마트폰 중독에 미치는 영향을 검증하기 위하여 불안 애착, 회피 애착 및 내현적 자기애의 하위 요인들을 독립변인으로 하고 스마트폰 중독을 종속 변인으로 하여 다중 회귀분석을 실시하였다. 그 결과, 회귀모형은 $F(7, 225)=8.88, p<.001$ 로 유의미한 것으로 나타났으며, 독립 변인들이 스마트폰 중독에 대한 전체 변량의 약 22%를 설명하는 것으로 나타났다(Table 2).

Table 1. Means, SDs and correlational coefficients between latent variables (N=235)

latent variables	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1. anxiety attachment	(.90)														
2. avoidance attachment	.27***	(.75)													
3. covert narcissism(total)	.60***	.41***	(.93)												
4. target instability	.27***	.32***	.71***	(.90)											
5. stable desire/fantasy	.51***	.13*	.75***	.34***	(.82)										
6. exploitation/self-centeredness	.43***	.24***	.66***	.28***	.46***	(.80)									
7. hypersensitivity/weakness	.61***	.42***	.88***	.46***	.64***	.53***	(.86)								
8. lack of timidity/confidence	.47***	.42***	.75***	.51***	.43***	.26***	.66***	(.79)							
9. smart-phone addiction(total)	.37***	.05	.42***	.25***	.32***	.28***	.39***	.31***	(.94)						
10. salience	.25***	.03	.30***	.19**	.28***	.16*	.29***	.22**	.86***	(.94)					
11. mood modification	.33***	.06	.40***	.24***	.37***	.26***	.38***	.27***	.75***	.61***	(.81)				
12. conflict	.32***	.03	.34***	.22**	.21**	.26***	.32***	.28***	.87***	.67***	.60***	(.79)			
13. tolerance	.23***	.10	.36***	.30***	.23***	.16*	.33***	.32***	.84***	.70***	.54***	.76***	(.80)		
14. withdrawal	.37***	.03	.36***	.19**	.29***	.25***	.34***	.27***	.83***	.70***	.51***	.63***	.59***	(.85)	
15. relapse	.30***	-.00	.29***	.11	.19**	.32***	.27***	.19**	.78***	.57***	.43***	.65***	.56***	.66***	(.90)
M	3.77	3.61	2.91	3.00	3.17	2.47	2.84	3.09	1.20	1.33	1.31	1.20	1.46	1.05	.83
SD	.94	.64	.52	.78	.64	.63	.71	.65	.63	.81	.79	.68	.78	.76	.75

() : cronbach's α
* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

Table 2. Multiple regression of smart-phone addiction

latent variable		B	Std. Error	Beta	t	R ²	Tolerance	VIF
adult attachment	anxiety	.12	.05	.18	2.32*	.22	.58	1.72
	avoidance	-.17	.07	-.17	-2.53*		.74	1.35
	target instability	.07	.06	.09	1.30		.69	1.44
	stable desire /fantasy	.02	.08	.02	.20		.52	1.91
covert narcissism	exploitation /self-centeredness	.09	.07	.09	1.28	.22	.65	1.53
	hypersensitivity /weakness	.16	.09	.18	1.73†		.31	3.18
	lack of timidity /confidence	.10	.08	.11	1.23		.47	2.14

† p<.10, * p<.05

독립변인 중 불안 애착 유형($\beta=.18, p<.05$)과 회피 애착 유형($\beta=-.17, p<.05$)이 스마트폰 중독에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 보다 구체적으로, 스마트폰 중독은 불안 애착이 높을수록, 그리고 회피형 애착이 낮을수록 더 강하게 나타났다.

한편, 내현적 자기애 중 과민/취약성의 경우 통계적으로 유의미하지 않지만, 스마트폰 중독에 영향을 미치는 경향성이 있는 것으로 나타났다($\beta=.18, p<.10$).

3.3. 애착 유형과 내현적 자기애가 스마트폰 중독의 현저성에 미치는 영향

애착 유형과 내현적 자기애가 스마트폰 중독의 하위 요인인 현저성에 미치는 영향을 검증한 결과, $F(7, 225)=4.26, p<.001$ 로 유의미하였으며, 독립 변인들이 스마트폰 중독에 대한 전체 변량의 약 12%를 설명하는 것으로 나타났다. 그러나 애착 유형과 내현적 자기애

하위 요인을 살펴보면, 모든 변인이 스마트폰 중독의 현저성을 예측하지 못하는 것으로 나타났다(All $p>.10$).

3.4. 애착 유형과 내현적 자기애가 스마트폰 중독의 기분전환에 미치는 영향

애착 유형과 내현적 자기애가 스마트폰 중독의 하위 요인인 기분전환에 미치는 영향을 살펴본 결과, 회귀모형은 $F(7, 225)=7.82, p<.001$ 로 유의하였으며, 독립변인들이 스마트폰 중독의 하위 요인인 기분전환을 약 20% 설명하는 것으로 나타났다(Table 3).

불안 애착 유형($\beta=.13, p<.10$)과 회피 애착 유형($\beta=-.12, p<.10$)이 기분전환을 위한 스마트폰 중독에 영향을 미치는 경향성이 있는 것으로 나타났다. 내현적 자기애 중 과민/취약성의 경우 통계적으로 유의미하지 않지만, 스마트폰 중독에 영향을 미치는 경향성이 있는 것으로 나타났다($\beta=.19, p<.10$).

Table 3. Multiple regression of mood modification in smart-phone addiction

latent variable		B	Std. Error	Beta	t	R ²	Tolerance	VIF
adult attachment	anxiety	.11	.07	.13	1.67†	.20	.58	1.72
	avoidance	-.15	.09	-.12	-1.77†		.74	1.35
	target instability	.09	.07	.09	1.23		.69	1.44
	stable desire /fantasy	.17	.10	.14	1.65		.52	1.91
covert narcissism	exploitation /self-centeredness	.05	.09	.04	.55	.20	.65	1.53
	hypersensitivity /weakness	.20	.12	.19	1.74†		.31	3.18
	lack of timidity /confidence	.03	.11	.03	.30		.47	2.14

† p<.10

Table 4. Multiple regression of conflict in smart-phone addiction

latent variable		B	Std. Error	Beta	t	R ²	Tolerance	VIF
adult attachment	anxiety	.14	.06	.19	2.41*	.17	.58	1.72
	avoidance	-.20	.08	-.19	-2.62**			
target instability	target instability	.08	.06	.09	1.27			
	stable desire /fantasy	-.11	.09	-.10	-1.24			
	exploitation /self-centeredness	.14	.08	.13	1.76 [†]			
covert narcissism	hypersensitivity /weakness	.13	.10	.13	1.23			
	lack of timidity /confidence	.15	.09	.15	1.65 [†]			
						.31	3.18	
						.47	2.14	

[†] p<.10, *p<.05, **p<.01

3.5. 애착 유형과 내현적 자기애가 스마트폰 중독의 갈등에 미치는 영향

애착 유형과 내현적 자기애가 스마트폰 중독의 하위 요인인 갈등에 미치는 영향을 살펴본 결과, 회귀모형은 $F(7, 225)=6.63, p<.001$ 로 유의하였으며, 독립 변인들이 스마트폰 중독으로 인한 갈등을 약 17% 설명하는 것으로 나타났다(Table 4).

애착 유형이 스마트폰 중독 중 갈등에 미치는 영향을 살펴보면, 불안 애착 유형($\beta=.19, p<.05$)과 회피 애착 유형($\beta=-.19, p<.01$)이 스마트폰 중독의 하위 요인인 갈등에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 한편, 내현적 자기애의 경우, 착취/자기중심성($\beta=.13, p<.10$)과 소심/자신감 부족($\beta=.15, p<.10$)이 스마트폰 중독으로 인한 갈등에 영향을 미치는 경향성이 있는 것으로 나타났다.

3.6. 애착 유형과 내현적 자기애가 스마트폰 중독의 내성에 미치는 영향

애착 유형과 내현적 자기애가 스마트폰 중독으로 인한 내성에 미치는 영향을 살펴본 결과, 회귀모형은 $F(7, 225)=5.86, p<.001$ 로 유의하였으며, 독립 변인들이 스마트폰 중독의 하위 요인인 내성을 약 15% 설명하는 것으로 나타났다(Table 5).

스마트폰 중독으로 인한 내성의 경우, 애착 유형은 영향을 미치지 않은 것으로 나타났으며 내현적 자기애 중 목표 불안정($\beta=.17, p<.05$)만 영향을 미치고, 과민/취약성($\beta=.20, p<.10$)은 경향성을 보이는 것으로 나타났다.

3.7. 애착 유형과 내현적 자기애가 스마트폰 중독의 금단에 미치는 영향

애착 유형과 내현적 자기애가 스마트폰 중독의 하

Table 5. Multiple regression of tolerance in smart-phone addiction

latent variable		B	Std. Error	Beta	t	R ²	Tolerance	VIF
adult attachment	anxiety	.03	.07	.04	.52	.15	.58	1.72
	avoidance	-.13	.09	-.11	-1.47			
target instability	target instability	.17	.07	.17	2.28*			
	stable desire /fantasy	-.02	.10	-.02	-.19			
	exploitation /self-centeredness	-.01	.09	-.01	-.13			
covert narcissism	hypersensitivity /weakness	.21	.12	.20	1.81 [†]			
	lack of timidity /confidence	.17	.11	.14	1.54			
						.31	3.18	
						.47	2.14	

[†] p<.10, *p<.05

Table 6. Multiple regression of withdrawal in smart-phone addiction

latent variable		B	Std. Error	Beta	t	R ²	Tolerance	VIF
adult attachment	anxiety	.20	.06	.24	3.10**	.19	.58	1.72
	avoidance	-.19	.08	-.16	-2.22*		.74	1.35
	target instability	.04	.07	.04	.59		.69	1.44
covert narcissism	stable desire /fantasy	.03	.10	.02	.27		.52	1.91
	exploitation /self-centeredness	.09	.09	.07	.95		.65	1.53
	hypersensitivity /weakness	.14	.11	.13	1.21		.31	3.18
	lack of timidity /confidence	.10	.10	.09	.98	.47	2.14	

*p<.05, **p<.01

Table 7. Multiple regression of relapse in smart-phone addiction

latent variable		B	Std. Error	Beta	t	R ²	Tolerance	VIF
adult attachment	anxiety	.14	.06	.18	2.23*	.16	.58	1.72
	avoidance	-.21	.08	-.18	-2.51*		.74	1.35
	target instability	-.01	.07	-.01	-.16		.69	1.44
covert narcissism	stable desire /fantasy	-.11	.10	-.09	-1.12		.52	1.91
	exploitation /self-centeredness	.30	.09	.25	3.34**		.65	1.53
	hypersensitivity /weakness	.11	.11	.11	1.00		.31	3.18
	lack of timidity /confidence	.11	.10	.09	1.02	.47	2.14	

*p<.05, **p<.01

위요인인 금단에 미치는 영향을 살펴본 결과, 회귀모형은 $F(7, 225)=7.33, p<.001$ 로 유의미하게 영향을 미치는 것으로 나타났다(Table 6).

또한, 각 독립 변인들이 스마트폰 중독의 인한 금단을 약 19% 설명하는 것으로 나타났다. 불안 애착이 높을수록($\beta=.24, p<.01$), 회피형 애착이 낮을수록($\beta=-.16, p<.05$) 스마트폰 중독으로 인한 금단이 강하게 나타났으나, 내현적 자기애의 하위 요인들은 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

3.8. 애착 유형과 내현적 자기애가 스마트폰 중독의 재발에 미치는 영향

마지막으로 애착 유형과 내현적 자기애가 스마트폰 중독의 재발에 미치는 영향을 살펴본 결과, 회귀모형은 $F(7, 225)=6.15, p<.001$ 로 유의미한 것으로 나타났으며, 스마트폰 중독의 재발을 약 16% 설명하는 것으로 나타났다(Table 7). 스마트폰 중독의 재발은 불안 애

착이 높을수록($\beta=.18, p<.05$), 회피형 애착이 낮을수록($\beta=-.18, p<.05$) 더욱 높은 것으로 나타났다. 한편, 내현적 자기애의 경우, 착취/자기중심성만 스마트폰 중독의 재발을 예측하는 것으로 나타났다($\beta=.25, p<.01$).

4. 논의 및 결론

본 연구는 성인남녀 대학생을 대상으로 불안 및 회피적 애착과 내현적 자기애, 그리고 스마트폰 중독의 관계를 살펴보고, 애착유형과 내현적 자기애가 스마트폰 중독에 미치는 영향을 검증하였다.

본 연구의 결과를 살펴보면 먼저, 불안 애착과 스마트폰 중독이 정적인 상관관계인 것으로 나타났다. 이는 불안 애착이 높은 사람의 경우, 타인의 사랑을 의심하고 과도하게 확인하고자 하고 두려움과 불안을 빈번하게 경험하는 특성이 있으며(Zapf, Greiner, & Carroll, 2008), 이러한 두려움과 불안을 낮추는 유용

한 도구로 스마트폰이 사용될 수 있다는 선행연구의 결과들과 일치한다(Choi & Seo, 2015; Jang, & Chae, 2006). 반면에 회피 애착과 스마트폰 중독은 상관관계가 나타나지 않았다. 이는 회피 애착이 높은 성인의 경우에는 타인 혹은 특정 대상에 대한 관심이 낮으며, 이러한 특성이 아동기와 청소년기를 지나 고착화되어 관계 및 대상을 통한 소속감이나 정서적 지지의 욕구가 상대적으로 낮기 때문일 수 있다. 그러나 회피 애착과 스마트폰 중독의 관계를 검증한 연구들은 연구의 대상과 시기 등에 따라 상반되는 결과를 보고하고 있어(Kim, & Gawk, 2016; Lee, Cho, & Kim, 2019; Lee, & Hong, 2011), 후속 연구를 통해 확인할 필요가 있다.

또한 내현적 자기에와 스마트폰 중독의 경우, 내현적 자기에의 목표 불안정성과 스마트폰 중독의 재발을 제외한 모든 하위요인에서 정적인 상관관계가 나타났다. 이는 내현적 자기에가 높은 성인은 자아 강도가 부족하고 높은 우울감과 낮은 자아존중감, 그리고 웅대한 자기 상을 주된 특성으로 한다는 점에서 중독과 관련성이 매우 높게 나타날 수 있다. 특히, 내현적 자기에가 높은 청소년과 성인은 SNS 및 인터넷 사용 시간이 과도하게 높으며, 이를 통해 보상을 얻고자 하는 욕구가 강력한 것으로 보고되고 있다(Je & Kim, 2014; Kuss & Griffiths, 2011).

다음으로 애착유형과 내현적 자기에가 스마트폰 중독에 미치는 영향을 살펴보면, 전체적으로 불안 애착은 스마트폰 중독에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회피 애착의 경우에는 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 세부적으로 스마트폰 중독의 하위요인인 기분전환, 갈등, 금단, 그리고 재발에서 불안 및 회피 애착이 스마트폰 중독 전체에 미치는 영향과 같은 방향의 효과가 나타났다. 즉 불안 애착이 높을수록 그리고 회피 애착이 낮을수록 스마트폰 중독이 강하게 나타난다는 것을 의미한다.

이는 불안 애착의 수준이 높은 성인일수록 감정적 변화가 심하고 관계 및 대상에 대한 갈망이 강력하다는 점에서 침체한 기분을 전환하거나 고조된 기분을 유지하기 위해 스마트폰 사용하며, 스마트폰 사용에 대한 조절 혹은 통제가 실패했을 수 있음을 의미한다(Lee, Cho, & Kim, 2019). 또한, 불안과 두려움과 같은 부정적인 기분에서 스마트폰을 사용할 수 없는 경우, 상대적으로 금단증상을 경험할 가능성이 크고 이러한 상태에서의 재발이 더욱 빈번하게 발생할 수 있음을

시사한다. 회피 애착의 경우, 상관분석의 결과에서는 관련성이 없는 것으로 나타났으나 다중 회귀분석에서는 스마트폰 중독에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 일관성이 없는 결과라 할 수 있다. 이러한 결과는 회피 애착이 불안 애착 및 자기에가 안정적인 상관관계에 기인한 오류일 수 있으며, 후속 연구를 통한 반복 검증이 필요할 것으로 판단된다.

반면에, 내현적 자기에의 경우에는 스마트폰 중독 전체에는 유의미한 영향을 미치는 하위 요인이 발견되지 않았다. 그러나 세부적으로는 착취/자기중심성과 소심/자신감 부족은 스마트폰 중독의 하위 요인인 갈등에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났고, 착취/자기중심성의 경우에는 스마트폰 중독의 재발에도 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 내현적 자기에가 높은 성인에게 나타나는 미성숙한 특성과 관련되어 있을 수 있다. 예를 들어, 착취/자기중심성과 소심/자신감 부족의 수준이 높은 성인일수록 상실이나 실패에 대한 과도한 두려움과 불안을 경험하지만 더불어 웅대한 자기 상과 자기 찬미, 자기 과시적 특권 의식 등을 동시에 가지고 있을 수 있다(Kernberg, 1975; Kohut, 1977). 이러한 이중적 상태에서 내현적 자기에가 높은 성인은 실제의 상실과 실패에 의해 발생할 수 있는 자기 상의 손상을 회피하고 긍정적 자기 표상을 유지하기 위해 스마트폰에 몰입할 가능성이 있으며, 작은 실패와 좌절에도 스마트폰 중독이 재발할 수 있음을 의미한다.

스마트폰 중독은 현재 명확하게 정신장애나 질병으로 받아들여지고 있지는 않다. 그러나 현상적 관점에서는 스마트폰 중독으로 인한 신체적, 사회적 문제들이 심심치 않게 발생한다. 특히, 스마트폰 중독이 특정한 시기 혹은 상황적 요인보다는 아동부터 성인까지 점진적으로 자라나는 특성일 수 있어 포괄적인 연구가 필요하다. 본 연구는 스마트폰 중독을 이해하기 위해 내부적 특성인 애착과 내현적 자기에에 대한 통합적 접근을 시도했다는 데 의의가 있다. 그러나 연구 대상을 한정하고 애착과 내현적 자기에와 스마트폰 중독을 매개할 수 있는 다양한 내·외부 요인들을 고려하지 못했다는 한계가 있다. 후속 연구에서는 아동, 청소년, 성인을 대상으로 스마트폰 중독에 영향을 미칠 수 있는 내·외부 특성을 보다 포괄적으로 고려한 연구가 수행될 필요가 있다.

REFERENCES

- Brennan, K. A., Clark, L. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrated interview, In F. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment Theory and Close Relationship* (pp. 46-76), New York: Guilford Press.
- Choi, S. W. & Kim, S. H. (2015). Influence of adolescent to parents on addiction to smart phone: mediation effect brought in by self-esteem. *The Korean Journal of School Psychology, 12*(3), 365-383. DOI: 10.16983/kjsp.2015.12.3.365
- Choi, Y. Y. & Seo, Y. S. (2015). The relationship between insecure adult attachment and smartphone addiction: The mediation effect of impulsiveness moderated by social support. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy, 27*(3), 749-772.
- Flores, P. (2004). *Addiction as an attachment disorder*. Lanham: Jason Aronson Inc.
- Gallup. (2018). *2012-2018 smartphone usage, Available from Gallup Korea Daily Opinion Database* (Gallup Report No. 943).
- Gang, S. H. & Chung, N. W. (2002). A study on the development and validation of the covert narcissism scale. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy, 14*(4), 969-990.
- Hwang, K. O. (2001). *The Relationship Between Attachment Style, Identity and Interpersonal Relation Tendency of University Students* (Unpublished master's thesis). Wonkwang University, Iksan, Republic of Korea. Retrieved from <http://www.riss.kr/>
- Ihm, J. (2018). Social implications of children's smart-phone addiction: The role of support networks and social engagement. *Journal of Behavioral Addictions, 7*(2), 473-481.
- Jang, H. J. & Chae, K. M. (2006) The psychological characteristics of adolescents with technological addiction(cellular phone addiction). *The Korean Journal of Health Psychology, 11*(4), 839-852.
- Je, H. C. & Kim, J. G. (2014). The influence of covert narcissism on internet addiction: Mediating effect of experiential avoidance. *Cognitive Behavior Therapy in Korea, 14*(2), 477-489.
- Jeong, B. W. & Hong, H. Y. (2015). The effects of covert narcissism on smart-phone addiction: Focusing on marital empathy and marital satisfaction as mediators. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy, 27*(1), 183-201.
- Kang, D., Kim, B., Kim, D., Seo, J., Ahn, J., Lee, B., & Lee, J. (2017). Effects of covert narcissism on smartphone addiction. *In Proceedings of 2017 Spring Conference of Korean Society for Emotion & Sensibility, 32*.
- Kernberg, O. F. (1975). *Borderline conditions and Pathological Narcissism*, New York: Jason Aronson.
- Kim, B. (2016). Differences of self-regulated learning ability due to adult attachment styles of college students. *Journal of the Korean Data Analysis Society, 18*(3), 1611-1619.
- Kim, B. (2017). Effects of smartphone addiction level on regulation ability of learning motivation in college students. *Journal of Physiological & Anthropological Sciences, 1*(2), 25-29. DOI: 10.26469/JPAS.2017.1.2.25
- Kim, H. J. & Kim, E. (2016). The relationship between anxious attachment and smartphone addiction: The mediating effects of loneliness and college adjustment. *Korean Journal of Counseling, 17*(2), 157-179. DOI: 10.15703/kjc.17.2.201604.157
- Kim, H. J. & Lee, E. (2018). The role of early maladaptive schemas between adolescents' insecure attachment and smartphone addiction. *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology, 8*(10), 651-659. DOI: 10.21742/AJMAHS.2018.10.02.
- Kim, J. U. & Gawck, T. E. (2016). The mediating effects of job-seeking stress and interpersonal problems between adult attachment and smartphone addiction of college students. *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction, 16*(10), 1055-1076.
- Kim, K. H., Byun, S. Y., & Im, S. (2016). Development of smart-phone addiction scale for Korean adults. *Journal of Social Science Research (Institute of Social Sciences Chungnam National University), 27*(1), 131-154. DOI: 10.16881/jss.2016.01.27.1.131
- Kim, S. S., Lee, Y. S., & Kang, J. (2017). The relationship

- among early maladaptive schema, emotional dysregulation, and SNS addiction. *Science of Emotion & Sensibility*, 20(2), 33-44.
DOI: 10.14695/KJSOS.2017.20.2.33
- Kohut, H. (1977). *The restoration of the self*, New York: International University Press.
- Konok, V., Gigler, D., Bereczky, B. M., & Miklósi, Á. (2016). Humans' attachment to their mobile phones and its relationship with interpersonal attachment style. *Computers in Human Behavior*, 61, 537-547.
- Kuss, D. J. & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction: A review of the psychological literature. *International Journal Environmental Research and Public Health*, 8(9), 3528-3552.
- Lee, H. D. & Hong, H. Y. (2011). Relationship between attachment and internet addition of middle school student: Mediation effects of loneliness. *Korean Journal of Youth Studies*, 18(10), 271-294.
- Lee, J. E., Cho, I. & Kim, E. Y. (2019). The relationship between adult insecure attachments and smartphone addiction in university students: The mediating effect of self-esteem. *Journal of Digital Convergence*, 17(1), 229-237. DOI: 10.14400/JDC.2019.17.1.129
- Lee, K. J. & Chung, N. W. (2007). The effect of covert narcissism and internet reinforcement experience on excessive internet use. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 19(1), 55-69.
- Lee, Y. J., Lee, S., Lee, A. R., Bahn, G. H., Choi, T. Y., Kim, J. Y., Kim, J. H., Park, E. J., Park, J. S., Bahng, S. Y., Lee, M. S., Lee, S. H., & Choi, S. (2015). Attitudes of psychiatrists towards smartphone usage of children and adolescents. *Journal of Korean Neuropsychiatric Association*, 54(4), 556-563.
- Lee, Y., Kwan, Y., & Chae, G. (2019). The effects of parental-attachment on smart phone addiction for the middle school students: Focusing on moderating effects of self-control. *Forum For Youth Culture*, 59, 55-79. DOI: 10.17854/ffyc.2019.07.59.55
- Lee, Y. C., Kim, N. H., Kwon, S. J., & Kim, B. (2019). The Effects of the adult attachment and covert narcissism on smart-phone addiction in male and female college students. In *Proceedings of 2019 ICEASS(International Conference on Education and Social Sciences)*, 371-372.
- Mannion, K. (2018). *The effect of smartphones on anxiety: An attachment issue or fear of missing out?* (Doctoral dissertation). Retrieved from <https://scholarship.shu.edu/dissertations/2521>
- Min, Y. K., Cho, W. H., Kim, J. H., Kim, J. H., & Kim, B. (2011). Differences in the sensitivity of information with the use of smart-phone. *Journal of the Korean Data Analysis Society*, 13(2), 787-794.
- Min, Y. K., Han, S. I., Lee, N., Kim, J. H., & Kim, B. (2011). Covert narcissism and social self-efficacy differences of college students in adult attachment styles. *Journal of the Korean Data Analysis Society*, 13(1), 163-171.
- Nadeem, M. (2019). *The Impact of Smartphone Addiction on Self-Control, Impulsivity and Narcissism among University Students* (Unpublished master's thesis). Retrieved from <http://hdl.handle.net/123456789/2297>
- Park, J. H. & Jeon, J. (2013). Relationship among covert narcissism, smart phone addiction and spiritual well-being in christian adolescences. *Faith & Scholarship*, 18(4), 141-164.
- Zapf, J. L. Greiner, J., & Carroll, J. (2008). Attachment styles and male sex addiction. *Sexual Addiction and Compulsivity*, 1(52), 158-175.

원고접수: 2020.02.02

수정접수: 2020.02.19

게재확정: 2020.02.19