

자아개념과 정신건강 및  
모바일 커뮤니케이션 서비스 중독  
경향성간의 관계 연구

신 재 욱 (Shin, Jae-wook)\*  
(E-mail : jaewookshin@hanmail.net)  
신 민 철 (Shin, Min-cheol)\*\*  
(E-mail : mshin@hansung.ac.kr)

논문접수일 : 2013년 3월 7일  
논문심사일 : 2013년 4월 19일  
게재확정일 : 2013년 5월 20일

\* 학위취득대학 : 한성대학교  
현직: 한성대학교 경영학과 강사  
\*\* 학위취득대학 : Case Western Reserve 대학교  
현직: 한성대학교 경영학과 교수

자아개념과 정신건강 및  
모바일 커뮤니케이션 서비스 중독  
경향성간의 관계 연구\*

<국문요약>

본 연구의 목적은 자아개념과 정신건강이 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성에 미치는 영향을 경험적으로 밝히고자 한다. 이를 위하여 전국 15세에서 60세 미만 모바일 커뮤니케이션 서비스 사용자를 대상으로 연령대별 인구센서스 비례할당 표본추출 방법을 사용, 온라인 설문조사가 이루어졌으며, 이 중 300명의 응답이 분석되었다. 조사결과는 SPSS, AMOS 18.0을 사용하여 신뢰도, 타당성, 상관관계, 구조방정식 등을 통하여 통계적 검증을 실시하였다. 본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 자아성향이 정신건강에 미치는 영향력을 분석한 결과, 독립적 자아성향은 정신건강 요인인 외로움에 유의한 영향을 주는 것으로 나타났고, 상호적 자아성향은 우울감에 유의한 영향을 주는 것으로 분석되었다. 둘째, 우울감이 외로움에 미치는 영향력을 검증한 결과, 외로움은 우울감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 정신건강이 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성에 미치는 영향력을 분석한 결과, 외로움을 제외한 우울감이 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 넷째, 정신건강이 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성에 미치는 영향에 있어 자아존중감은 우울감과 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성간의 관계에서 조절효과 작용을 하는 것으로 분석되었다.

[ 주제어 ] 자아개념, 우울감, 외로움, 중독

\* 본 논문은 2012년도 한성대학교 연구년 지원과제임.

## I. 문제제기

인간은 사회적 동물이기 때문에, 자신과 둘러싼 환경과 사람들 사이에 생각, 의견, 또는 감정의 교환을 커뮤니케이션이라는 수단을 통하여 필연적인 상호작용을 맺으며 살아간다(지용근·김옥희 외 2004). 또한, 오늘날의 인간의 커뮤니케이션은 기술의 발달로 끊임없이 진화하고 있으며, 커뮤니케이션의 범위, 전달 속도, 그리고 정보량의 측면에서도 많은 변화를 경험하고 있다(김현주 2002). 그 대표적인 수단이 바로 ‘모바일 커뮤니케이션’이다. 최근 모바일 커뮤니케이션이 인간의 커뮤니케이션의 보편적 수단으로 자리 잡고 있는 사회적 현상은 스마트폰의 고유의 장점인 휴대성과 즉시성을 가진 커뮤니케이션 도구로 특히 사적 및 공적 공간을 가상공간에서 동시에 연결할 수 있으며, 현실 세계에서의 상호작용에 있어 중요한 연결고리로 작용하기 때문으로 볼 수 있다(이중식 2005). 이러한 현상은 웹브라우징과 모바일 커뮤니케이션 서비스가 스마트폰의 주 사용목적으로 나타난 정부의 조사결과와 일치하며(지디넷코리아 2012), 지속적으로 스마트폰의 가입자가 늘어나게 하는 원동력으로 작용하고 있다.

우리나라의 소비자가 스마트폰 구입 의향이 세계 1위라는 글로벌 정보서비스기업 닐슨의 조사결과(뉴스와이어 2011.06.09)를 반영하듯이 국내 스마트폰 가입자는 경제활동인구(2500만명) 기준으로 2011년 2300만명에서 2012년에는 3300만명 이상으로 급격히 늘었으며, 현재 경제활동인구 기준 132%의 가입자 시대에 살고 있다(방송통신위원회 2012). 이는 회사원, 자영업자 등 대부분의 사람들이 스마트폰을 보편적으로 사용하고 있다고 할 수 있다. 이러한 변화는 정치, 경제, 사회, 문화 등 각 분야에서 우리의 생활에 밀접한 영향에도 미치고 있다. 그러나 이와 같은 스마트폰의 대중화가 생활의 편리성, 접근성, 대인관계 형성, 정보교환의 장점이 있음에도 불구하고, 한편에선 하이퍼 커넥티드(hyper-connected, 과잉연결)라는 스마트폰 중독이란 괴물을 낳

았다(Turkle 2008). 이에 대해 정부가 2011년도에 처음으로 실시한 인터넷 중독 실태조사에 따르면, 스마트폰 중독 현황은 전체 조사대상자의 8.4%로 인터넷 중독 7.7% 경우를 능가하였다(주간동아 2013.02.04). 또한, 스마트폰 사용자 10명 중 3명이 스마트폰 사용으로 인한 중독 현상을 느끼는 것으로 나타났다(뉴스와이어 2012). 이와 같은 현상을 종합적으로 볼 때, 스마트폰의 과다사용에 따른 모바일 커뮤니케이션의 중독 현상도 증가될 수 있다는 점에서 이제는 현대 문명의 보편적 커뮤니케이션 도구인 모바일 커뮤니케이션 서비스의 중독 현상을 구체적으로 이해함과 동시에 능동적인 연구가 불가피해졌다.

한편, 최근 스마트폰과 관련된 연구들이 지속적으로 증가하고 있지만 전 세계적으로 스마트폰이 급속도로 대중화가 된지 몇 년 되지 않은 상황에서 인터넷 중독 연구(Young 1996)를 기초로 한 스마트폰과 관련된 중독 연구들은 주로 탐색적이거나 기술(descriptive)적인 연구에 머무르고 있으며, 주로 정신건강 개념간의 연구에 초점이 맞춰져 있다(Kuss and Griffiths 2011). 특히 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독과 관련된 연구는 전무하다. 따라서 연구 활용에 한계를 보이고 있는 실정이다. 또한, 선행연구(박용민 2011; 오운경 2012)에서는 정신건강요인 중 우울감과 외로움은 행위중독의 결과이기도 하나 선행변수의 역할도 하는 것으로 나타나 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독을 설명하는데 중요한 변수로 예측된다.

한 개인의 자아개념(self-concept)은 개개인의 심리적 현상의 처리 과정에 있어 다르게 나타날 수 있기 때문에, 다양한 심리적 현상에서의 개인차뿐만 아니라 개인과 사회적 맥락간의 상호작용을 연구하는데 유용하다(Triandis 1989). 또한, 자아개념은 경험 형성에 있어 자기(self)를 정신적, 사회적, 그리고 현상적으로 지각하는 것이며, 일관적으로 지속되는 개인 자신에 대한 준거체제로 개인의 성격을 형성하는 동시에 행동의 주체가 되는 인성의 중요한 부분이기도하다(Markus and Kitayama 1991). 다시 말해 개인이 매일 가지는 모바일 커뮤니케

이전 서비스 사용 경험은 그가 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독자인가 비중독자인가를 설명해주기도 하고, 그 경험이 다시 자아개념을 형성하기도 한다. 특히 자아개념은 한 개인이 자신에 대해 가지는 신념, 태도, 견해들의 총체(Purkey 1970)로서 모바일 커뮤니케이션 서비스 사용자들의 태도 및 행동과 그 과정을 이해하는데 결정적 요소임에도 불구하고 사용자의 자아개념을 통하여 모바일 커뮤니케이션 서비스 사용으로 인한 중독 현상을 구체적으로 설명하려는 연구는 미진한 상태다. 따라서 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 현상을 보다 깊이 이해하기 위해선 정신건강 변인(우울감, 외로움)들 외 인간의 자아개념을 이해할 필요가 있다. 특히 자아개념 중 자아성향이 우울감과 외로움에 중요한 선행변수인 이유는 자아성향 수준에 따른 외부환경 및 사회적 상호작용에 대한 사회적 및 심리적 욕구에 차이가 있어 우울감과 외로움을 느끼는 정도에도 차이가 있기 때문이다(김훈철·장영렬 2009; 곽금주 2012).

현재까지 스마트폰과 관련된 중독 연구들을 요약하면 다음과 같다. 첫째, 주로 스마트폰 또는 SNS 중독과 사회심리학적 개념간의 연구에 초점을 맞추는 연구가 대다수이며, 기술(descriptive)적 연구가 많다. 둘째, 보편화된 스마트폰의 사용에 불구하고 선행연구들은 연구조사가 다양한 연령층을 대상으로 이루어지기 보단 대학생, 지역 또는 특정 인구 분포에 한정되어 있다. 셋째, 행위중독 현상을 정서 또는 심리학적 개념간의 관계 연구에서 인간의 내면을 대변하는 자아개념간의 인과적 관계로 확장하여 동시에 규명한 연구가 미진하다. 위와 같은 이유로 스마트폰과 관련된 중독 연구들이 논리적 예측이 경험적으로 관찰되지 않는 등의 문제점이 있을 수 있다.

따라서 본 연구에서는 스마트폰의 보편화로 인한 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 현상이 사회적 문제가 되고 있는 현 시점에서 자아성향, 정신건강 및 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성간의 인과적 관계와 자아존중감의 조절효과까지 구조방정식 모형을 이용, 동시에 체계적

로 규명하여 학술적 그리고 실무적으로 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독과 관련된 연구에 한 걸음 다가설 수 있는 발판을 마련하고자 한다.

## II. 이론적 고찰 및 선행연구 논의

### 1. 이론적 배경

#### 1) 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성

모바일 커뮤니케이션(mobile communication)이란 모바일 환경에서 오래 전부터 제공되던 SMS, MMS, E-mail 뿐만 아니라, 카카오톡, 라인과 같은 소셜 메시징 서비스 그리고 페이스북이나 트위터 같이 웹기반 소셜을 지원하는 서비스(앱)을 모두 포함하는 광범위한 개념이다(이성연·이윤준 2012). 성혜령(2011) 연구에서는 모바일 커뮤니케이션을 무선이동통신망을 통해 매개되는 상호작용 행위로 정의하며, 정보통신의 기술적 속성에 초점을 맞춘 기술편향적인 개념으로 보았다. 또한, 터클(Turkle 2008)은 모바일 커뮤니케이션은 모바일 메신저, SNS, E-mail 등 다양한 커뮤니케이션 채널이 다중적으로 항시 누군가와 연결된 상태를 유지시켜 ‘하이퍼컨넥션(hyperconnection)’ 이라고 하였다. 이러한 모바일 커뮤니케이션의 특징은 이동성과 즉시성을 가지며, 사적 및 공적 공간을 동시에 연결 할 수 있는 장점과 정보화 체득 및 가상구조와의 연결을 도와준다(이중식 2005).

한편, 중독은 특정한 기호, 습관 또는 행동에 스스로 빠지거나 자신을 내맡기는 상태를 의미하며, 기분을 변화시키기 위해 특정 물질에 의존하는 물질 중독과 특정한 활동이나 사건에 의존하는 행위 중독으로 구분할 수 있다(양돈규 2000). 그러나 일상적으로 중독의 개념은 물질 중독과 행위 중독과 명확한 구분 없이 혼재되어 사용하고 있는 것이 현실이다(우상우·박기쁨 외 2010). 일반적으로 알려져 있는 물질 중독은 니코틴, 알코올 및 다양한 불법적인 약물중독이다.

반면, 최근 사회적 이슈가 되고 있는 스마트폰 사용과 관련된 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독은 스마트폰 중독이 인터넷 중독과 맥락을 같이 한다(강의향·박창호 2011)고 볼 때, 도박중독, 운동, 일, 성 중독 등과 같이 물질에 의한 신체 증상인 중독과 무관한 행위 중독에 속한다. 이러한 중독의 공통적인 특징은 일반적으로 반복적인 행동, 증가된 긴장, 높은 불안, 심리적인 의존성, 비현실적 사고, 불가항력적인 충동, 통제력 상실 등의 결과로 생활의 균형을 깨뜨릴 정도로 과도하게 빠져 있어 건전하고 정상적인 생활이 방해된다는 점이다(Eppinger and Lambert 1983). 한편, 쿠스와 그리피스(Kuss and Griffiths 2011)는 선행 중독의 정의를 바탕으로 중독 현상을 새로운 미디어를 열고 있는 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독의 의미와 비교해 볼 때, 과다사용 자체가 절대적이거나 병리적인 중독 상태를 의미하지는 않아, 일관된 진단 근거를 내리지 못한다는 주장을 하기도 하였다. 본 연구에서는 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성을 주로 휴대성과 즉시성이 용이한 스마트폰이나 태블릿 PC 등 모바일 환경에서 챗온(ChatON), 조인(joyn), 페이스북(Facebook), 트위터(Twitter), 카카오톡(Kakaotalk), 마이피플, 미투데이(m2day) 등과 기타 모바일 메신저 서비스의 과다사용 및 몰입으로 인한 행위 중독의 경향성으로 정의한다.

## 2) 우울감

인간은 삶을 살아가는 동안 좌절, 압력과 압박감, 인간관계의 문제, 생활 변화와 사건, 갈등, 과잉 부담 등 복잡하고 다양한 형태의 스트레스를 직면하게 된다(홍성열 2008). 과도한 스트레스는 정신건강에 부정적인 영향을 주어 정서적 반응뿐만 아니라 지각 및 사고하는 판단하는 인지적인 측면에서의 손상도 유발시킨다. 그 대표적인 반응이 우울감이다. 우울감의 주된 증상은 좌절감, 죄책감, 허무감 등의 기분 장애가 지속되고 전반적인 정신기능이 저하된 상태다. 우울감은 일차

리의 상실, 교우관계의 붕괴, 가족들로부터의 소외 등으로 인해 발생되기도 하지만 어떤 분명한 이유가 없음에도 장기간에 걸쳐 지속적으로 즐거움과 흥미 그리고 생산적 활동을 상실한 불행한 또는 슬픈 기분이기도 하다(American Psychiatric Association 1994). 즉, 우울감은 정서(emotion)라기 보다는 기분(mood)이나 감정(affect)으로 분류된다(Kalat and Shiota 2007).

사람들은 누구나 심리적 및 생리적인 측면 모두에서 비정상적으로 침체된 경험을 일시적으로 경험하면서 생활하지만 대부분은 곧 해소되어 안정감을 찾는다. 하지만, 이러한 우울감의 상태가 지속되고 악화되면 병적인 정신건강으로 반응하여 직업이나 일에 대한 의욕뿐만 아니라 대인관계에서의 어려움을 겪거나 자살관념이나 자살 시도 등 생활 전반에서의 부적응 상태를 보이기 쉽다(오세진·김용희 외 2010). 우울감에 쉽게 노출된 사람들의 특성은 기분 나쁜 일, 좋은 일을 밖으로 쉽게 표출하는 사람들이 아니고 모든 것을 마음에 담고 살기에 스트레스에 묻혀 사는 특징이 있다. 이런 사람들은 겉으로는 즐겁고 행복해 보이지만, 내적으로는 슬픔을 안고 있다. 그런 성격 때문에 오히려 더 열심히 일하고, 책임감 있고, 양심적이고 야망적인 측면도 있다(Friedman and Rosenman 1974). 본 연구에서는 우울감을 비정상적으로 침체된 또는 위축된 기분이나 감정으로 정의한다.

## 3) 외로움

인간은 성장 발달 기간 동안 지속적으로 타인과 다양한 관계를 맺고 친밀한 관계를 유지하려는 욕구를 가지고 있다. 외로움은 이러한 욕구가 상실되거나 불일치로 인해 발생한다(Weiss 1973). 페플라우와 펄먼(Peplau and Perlman 1982)는 외로움을 개인의 사회적 관계망이 양적이나 질적으로 그 개인이 기대하는 것의 차이에서 발생하는 주관적 불유쾌한 경험으로 보았으며, 외로움은 주관적인 경험이지 객관적인 사회적 고립이 아니기 때문에 인간은 홀로 있어도 외로움을 느낄

수도 있고, 군중 속에서도 외로울 수 있다고 주장 하였다. 코펠(Copel 1988)은 다른 사람들과 떨어져 있다는 느낌 때문에 나타는 반응이라고 하였다. 즉, 외로움이란 정서적이든 인지적이든 간에 자신이 가지는 주관적인 기대치만큼의 대인관계가 충족되지 못했을 때에 경험되는 감정이며, 반응이라고 할 수 있다.

외로움을 경험하는 사람들의 특징을 살펴보면, 첫째, 이들은 일괄 되게 낮은 자아존중감을 가지고 있다. 스스로에 대해 긍정적인 측면 보단 부정적으로 스스로를 매력 없이 바라보며, 자기거부적인 태도를 보인다. 또한, 스스로에 대해 사회적으로 무능하다고 여긴다(Jones and Hobbs, et. al. 1982). 둘째, 세상에 대해서 엄세적이고 냉소적이다(Kupersmidt and Sigda et. al. 1999). 외로운 사람들은 타인과의 관계에 있어 신뢰감과 애착이 부족하고 타인에 대한 사회적지도 약한 편이다. 따라서 타인과의 관계 접촉에 있어 수용과 정서적 유대감 외에 친밀감유지가 쉽지 않은 사람들이 많다. 셋째, 내성적인 성격이다. 외로운 사람들의 가장 두드러진 행동 특징 중 하나가 내성적이고 사교성이 떨어지는 성격이다. 외로운 사람들은 소극적이고 수동적이어서 사회적 대인관계와 관련하여 사회적 부적절감이 있다(Jones and Hobbs et. al. 1982; Hojat 1987). 본 연구에서는 외로움의 정의를 자신이 가지는 주관적인 기대치만큼의 대인관계가 충족되지 못했을 때에 경험되는 불쾌한 감정으로 한다.

#### 4) 독립적 자아성향

독립적 자아성향(independent self-construal)은 주로 서구화된 문화나 도시생활에 익숙한 현대인들에서 나타나는 자아성향으로 소위 개인주의적인 성향 또는 자기중심적인 성향이 강한 사람들로 표현된다. 독립적 자아성향의 주요 특징은 자신의 독특한 특성, 능력, 기호, 관심, 목적이나, 경험들은 상대적으로 사회적 맥락, 대인관계, 집단 구성원의 개념과는 거리가 있는 자아성향이다(Greetz 1975; Markus and

Kitayama 1991; Triandis 1989). 독립적 자아성향이 강한 사람들은 특정 사람과 사건은 개인적 성취의 관점에서 평가되고, 자신의 행동에 대한 내적 통제를 중요하게 여긴다(Ingman 1999).

독립적 자아성향을 가진 사람들은 그들만의 독특하고 개별성이 강한 정보에 더욱 주의를 기울이기 때문에, 역사적 사건과 사회적 이슈에 덜 민감하고 타인의 경험과 반응에 큰 관심을 두지 않는다(Cross and Bacon et. al. 2000). 또한, 독립적 자아성향을 가진 개인들은 타인 또는 집단과의 관계성을 추구하지만, 그들의 추구는 개인적 목표를 우선시 하는 경향이 있다(Markus and Kitayama 1994). 특히 이들의 행동양식은 유일함과 자기실현을 이루는 것이 목적이기 때문에 타인과 관계 속에서의 자기조직(self-schemata 자신에 대한 기억)은 타인과 구별하는 수단으로, 타인의 생각이나 느낌, 행동보다는 개인의 생각이나 느낌, 행동을 무엇보다도 중요시하며, 사회적 또는 상호적 상황에서는 크게 동요되지 않는다(Markus and Kitayama 1991). 예를 들어, 이들이 모바일 커뮤니케이션과 관련된 소비활동을 할 때, 개인의 자유, 성취, 행복감의 추구를 위해서라면 때와 장소 및 남의 눈을 의식하지 않는 동시에 현재 처해 있는 공적 및 사회적 관계의 측면을 희생하고서라도 준거 기준이 자기가 우선 시 되어 소비활동을 한다고 볼 수 있다. 따라서 본 연구에서는 독립적 자아성향의 정의를 자신을 타인과 개별적 존재로 판단하며, 자기중심적인 성향이 강한 사람으로 정의한다.

#### 5) 상호적 자아성향

상호적 자아성향(dependent self-construal)을 가진 사람들은 자기의 존재가 부모, 친구, 동료 또는 주변인들과의 관계가 우선시 되는 사람들이다(Markus and Kitayama 1991). 독립적 자아성향이 강한 집단에서의 개인은 사회에 적응하기 위해서 자신을 독특한 존재로서 표현하고, 자기중심적인데 반해, 상호의존적 자아성향이 강한 집단에서

의 개인은 타인과 관계를 중요시하고, 서로의 기분을 살피며, 공감하는 특징을 가지고 있다(Matsumoto 2000). 김(Kim 2002)은 주로 비서구권의 사람들이 여기에 속한다고 보고 있다. 상호적 자아성향을 가진 이들은 본인의 행동이나 태도가 타인과 어느 한 부분을 공유하고 있다고 여기는 사람들이다. 또한 이들은 어떠한 행동과 의사결정을 함에 있어, 그 기준을 자기를 우선시하기 보단 주변인들과의 관계를 우선시 한다. 상호의존적 자아성향이 강한 사람들은 사회적 맥락과 상황에 따라 적응적이고 변화하는 자아 구조를 가진 사람으로, 자신에게 주어진 역할, 집단 소속감, 관계에 중요한 의미를 부여하는 특징이 있다(Agrawal and Maheswaran 2005). 그리고 자기를 타인보다 낮게 평가하고, 부정적으로 평가하는 자기비판, 비하적인 경향이 상대적으로 높은 특징도 있다(Heine and Lehman 1997). 오카자키(Okazaki 1997)도 상호의존적 자아성향을 가진 개인은 타인으로부터의 부정적 평가를 두려워하는 경향이나 사회적 회피경향을 야기한다고 하였다.

벤 바렌과 매덕스 등(Van Baaren and Maddux et. al. 2003)의 연구에 의하면, 상호의존적 자아성향을 가진 소비자는 집단내의 구성원에게 깊은 주의를 기울인다. 그는 소속된 집단 내의 태도와 일치되는 방향으로 태도를 형성 할 뿐만 아니라, 행동까지 모방하려는 경향이 있다는 것을 밝혀냈다. 잉먼(Ingman 1999)도 역시 자신의 행동을 통제하는데 있어, 내적 요인보다 타인과의 유대관계성에 의존한다고 하였다. 상호적 자아성향을 다르게 표현하면, 개인적인 자기성향과 더불어 가족이나 친구, 동료 등과 같은 타인의 개념을 포함시켜서 더 큰 자기를 형성한다고 할 수 있겠다(Cross and Morris 2002). 그래서 의사결정에 있어 자기(self)를 위한 의사결정을 하기 보단, 집단의 이익이 개인적인 이익보다 우선적으로 고려되기도 한다. 따라서 본 연구에서는 상호적 자아성향을 개인적인 이익 보다, 주변인물 또는 사람들을 우선적으로 고려하는 의식이 강한 사람들로 정의한다.

## 6) 자아존중감

자아존중감은 자기 존중의 정도와 자신을 가치 있는 사람으로 생각하는 정도를 나타낸다. 자아존중감이 높다는 것은 자신을 수용, 존중하고 자신을 좋아하며, 스스로를 가치 있는 인간으로 느끼는 것을 말한다(Rosenberg 1965). 자아존중감과 자아개념은 매우 유사하여 두 개념간에 혼란을 초래하는 면이 있다. 자아존중감은 대상에 대한 긍정적, 부정적 방향이 설정된 평가이며, 양적 특성을 띤다. 반면, 자아개념은 인지적 활동에 의한 이해임으로, 질적 특성을 지니고 있다(Damon and Hart 1982). 즉, 자아개념은 서술적인 개념으로 자신의 특성에 대한 긍정적 또는 부정적 감정을 포함하지 않는다. 반면, 자아존중감은 자신의 특성에 대한 판단과 평가를 포함하는 개념이다.

쿠퍼스미스(Coopersmith 1981)은 자아존중감을 다음 3가지 특징으로 설명하고 있다. 첫째, 자아존중감은 평가상 구체적이고 일시적인 변화보다는, 비교적 지속적인 개인의 자아평가와 관련이 있다. 둘째, 자아존중감은 경험의 서로 다른 영역에 걸쳐 나이, 성별, 다른 역할 한정적인 상황에 따라서 달라질 수 있다. 셋째, 자아평가는 사람이 개인적 표준이나 가치에 비추어, 자신의 행동, 능력, 태도 등을 검사하여 가치 결정에 도달하게 하는 판단적 과정으로 설명하고 있다.

이러한 특징을 바탕으로 볼 때, 자아존중감이란 사람들이 자신에 대하여 관념적으로 가지고 있는 평가이다. 자신을 인정하는 태도나 불신의 태도를 나타내며 자신의 능력, 성공, 중요성, 가치 등을 믿는 정도를 나타낸다. 한 인간의 자아존중감은 자신에 대해 가지고 있는 태도로 표시되는 가치에 대한 판단으로 명백한 표현행동에 의해 다른 사람에게 전달되는 주관적인 경험이라고 정의할 수 있다.

## 2. 선행연구 논의

사람들은 저마다 자신의 견해라는 렌즈를 통해서 다른 사람들을

지각한다. 이때 일반적으로 자신을 타인과 개별적 존재로 자기(self)로서 판단하는 성향이 강한 사람들을 독립적 자아성향을 가진 사람들이라고 한다(Markus and Kitayama 1991). 이들의 특징은 그들만의 독특하고 개별성이 강한 정보에 더욱 주의를 기울이려고 개인의 목표 성취가 우선시되고 사회적 환경에 덜 민감하며, 외부환경 및 타인의 경험과 반응에 큰 관심을 두지 않는다(Cross and Bacon et. al. 2000). 반면, 집단주의 의식이 강한 상호적 자아성향이 강한 사람들은 그들이 상호적으로 맺고 있는 집단과 집단의 목표를 우선시하며, 존경, 신뢰, 공동체 의식에 기반을 둔다(Bellah and Madsen et. al. 1985). 또한, 상대방이 원하는 것을 존중하며, 예의바르고 자기를 낮추는 겸손함을 가지고 있으며, 사회적 맥락과 상황에 따라 적응적이고 변화하는 자아구조를 가진 사람이다(Agrawal and Maheswaran 2005). 특히 독립적 그리고 상호적 자아성향은 대인관계, 규범과 역할, 동기 등에서도 본질적인 차이가 있다(Kagitcibasi 1997; Triandis and Suh 2002).

이러한 관점에서 볼 때, 개인주의적 성향이 강한, 독립적 자아성향을 가진 사람들은 소속감과 사회적 상호작용에서 오는 심리적 안정에 대한 욕구 보다 개인적 공간을 유지하려는 욕구가 상호적 자아성향을 가진 사람들 보다 상대적으로 크기 때문에 외로움과 고립감을 더 느낀다(김훈철·장영렬 2009). 한성열·이홍표(1995)의 개인주의와 집단주의의 소외감과 관련된 연구에서는 개인주의적 사람들이 사회 전반적으로 가치기준이나 규범의 차이로 인하여 정서적 지지의 원천에서 분리되어 있어 집단주의적인 사람들 보다 소외감을 높게 느끼는 것으로 나타났다. 또한, 독립적 자아성향이 강한 사람들이 프라이버시를 즐기고 개인의 자유, 성취, 그리고 독특한 정체성 등을 중요시하다 보니 이들의 삶의 만족도가 높으나(Myers 2007), 외로움과 이혼, 자살 등의 대가를 치를 수가 있다(Popenoe 1993). 이들은 혼자임이 낯설지 않고 편하며, 외로움을 느끼는 동시에 자기애를 통해 우울함을 달래기도 한다.

반면, 집단주의의식이 강하면, 남들 의식하는 정도가 커 끊임없이

다른 누군가의 눈을 생각하고 그와 자신을 견주다 보면 도태되는 듯한 느낌에 사로잡히기가 쉽다. 결과적으로 상대적인 박탈감과 우울감이 쉽게 느끼게 된다(곽금주 2012). 이는 상호적 자아성향이 강한 사람들은 자기(self)를 타인보다 낮게 평가하고 부정적으로 평가하는 자기비판, 비하적 경향이 높은 특징 때문이기도 하다(Heine and Lehman 1997). 또한, 이들에게 행복감은 다른 사람들에 의해 조율되는 것으로 지각되고 있지만(Markus and Kitayama 2000), 현실적으로 모든 사회적 관계가 타인의 심리적 및 사회적 욕구와 이해에 항상 완벽하게 일치하는 것이 아니기에 항상 양보, 희생 그리고 타협이 따른다. 이 과정에서 갈등이나 문제들이 발생하여 큰 스트레스를 받기도 한다(오세진·김용희 외 2010). 특히 상호적 자아성향이 높은 사람들이 독립적 자아성향이 높은 사람들보다 집단, 공동체 활동 및 사회적 관계가 상대적으로 많다(Cross and Bacon et. al. 2000; Oyserman and Coon et. al. 2002)는 관점에서 볼 때, 인간관계의 문제, 갈등, 부담, 좌절, 박탈감 등으로 인한 우울감과 불안감 등의 정서적 스트레스를 더 받을 수 있을 것이다.

일반적으로 오랫동안 외로움은 우울감과 매우 밀접한 관계가 있다고 인식되어 왔다(Anderson and Arnoult 1985). 여러 선행연구에서도 우울감의 발전과 형성은 외로움이 기초적인 역할을 하는 것으로 보고되고 있다(Rich and Scovel 1987; Green and Copeland et. al. 1992). 그러나 외로움은 개인의 사회적 관계에서 기인한 것(Peplau and Perlman 1982)이며, 개인의 삶의 사회적인 영역과 관련된 것인 반면 우울감은 개인의 심리적, 정서적 및 다양한 감정이 혼합된 것을 특징을 한다며(Boivin and Hymel et. al. 1995), 카치오프와 휴스 등(Cacioppo and Hughes et. al. 2006)은 외로움과 우울감은 서로 다른 분리된 구조로 봐야한다고 주장하였다. 그들의 연구에 따르면, 우울감에 대한 외로움의 부하량은 매우 낮은 것으로 나타났으며, 외로움에 대한 우울감의 부하량도 마찬가지로 낮았다. 또한, 외로움은 인구통계학적 특성(성별, 교육, 나이, 수입 등), 사회적지지, 지각된 스트레스

및 심리학적 기질, 위험요인의 정도에 따라 우울감에 미치는 영향 역시 다르다고 언급하였다. 성인과 노인을 대상으로 한 연구(Nolen-Hoeksema and Ahrens 2002; Chou and Chi 2004)에서는 특히 고령층에서, 외로움은 우울감에 선행변인으로 나타났지만, 선천적으로 개인의 기질이 부적정서나 신경증이 있는 개인들은 그와 반대인 결과가 나타난다는 것이다(Kahan and Hessling et. al, 2003).

이렇게 외로움과 우울감은 매우 밀접한 관계가 있지만 동시에 서로 다른 상태로 유지되는 이유는 인간은 삶에서 정서적인 고통을 겪는 동안 그 부정적 정서를 해소하고 외로움의 고통을 덜기 위한 적응적인 행동과 잠재적으로 위협적인 세계에서 살아남기 위해 사람들과 다시 상호작용을 맺으려는 순환적 태도가 있기 때문이다(Cacioppo and Louise et. al. 2006). 모라한-마틴과 슈마허(Morahan-Martin and Schumacher 2003) 연구에서도 외로움이 커지면 사회적 행동패턴을 바꿈으로써 외로움과 관련된 부정적인 감정들을 완화시키는 것으로 나타났다. 즉, 외로움이 일시적으로는 기분장애를 가져다 줄 수 있지만 인간이 느끼는 외로움의 정도가 클수록 외로움으로 인한 우울감 같은 심리적 위축감이나 정신적 고통을 회피하기 위한 노력을 한다고 할 수 있다.

사이버 공간에서는 면대면의 만남이 아닌 문자화된 텍스트를 바탕으로 이루어지므로 현실적으로 감당해야 할 부담감이 없이 사람들을 사귄다. 또한, 사이버 공간을 이용하게 되는 많은 이유 중 하나는 일시적으로 스트레스 해소와 심리적인 안정감을 느끼고 새로움과 즐거움을 느낄 수 있게 하는 현실의 도피처 역할을 제공하기 때문이다(박상규·강성균 외 2011). 그 결과, 면대면의 관계가 아닌 문자화된 텍스트를 통하여 상대방에 대한 인상과 평가가 이루어지고 쉽게 정서적인 지지와 친밀감을 느낄 수 있기 때문에 심리적으로 고독감이나 외로움을 느끼는 사람들이 더욱 가상공간에 몰두하는 경향이 있다(Young and Rogers 1998). 킴과 썩(Kim and Peng 2009)의 연구에서는 외로운 사람들이 인터넷 중독에 빠지는 경향이 있어 업무, 학업 및

사회적 관계 등에 부정적 삶을 겪는 것으로 나타났다.

이와 관련하여 인터넷 중독과 같은 맥락으로 스마트폰 중독을 행위 중독 중 중동조절장애 관점(강희양·박창호 2011)에서 탐구된 오영경(2012)의 SNS 중독경향성의 관한 연구에서는 외로움과 우울감이 높은 집단에서 SNS 중독경향성 점수가 높은 것으로 나타났다. 또한, 박용민(2011)의 스마트폰 중독 정도에 따른 정신건강에 관한 연구를 위해 성인을 대상으로 한 연구에서도 스마트폰 중독 수준이 높은 사람일수록 강박증과 우울감이 스마트폰 중독에 선행변인으로 나타나 스마트폰의 중독 정도가 낮은 사람들에 비해 정신건강 문제가 심각한 것으로 나타났고, 페이스북 사용과 외로움에 관한 연구에서도 외로움과 상관관계가 높은 것으로 나타났다(Ryan and Xenos 2011). 폴렛과 로버트 등(Pollet and Robert et. al. 2011)은 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독의 사회적 문제점과 심각성을 주장하며, 모바일 커뮤니케이션은 인간적인 교류를 활발하게 일어나게 하는 커뮤니케이션 수단임과 동시에 외로움과 우울감과 같은 정신건강을 달래기 위한 수단으로 사용되고 있지만 실제 사회적 교류가 활발히 일어난다고 말할 수 없다고 하였다.

이외 물질중독자 및 다양한 행동중독자들의 심리적 특성에 대한 연구들도 일관되게 우울감을 비롯한 부정적 정서와 깊은 연관이 있는 것으로 분석되고 있다(Cooper and Russell et. al. 1992; Cooper 1994; Cox and Klinger 1998; 김민규·김주환 2008). 따라서 외로움과 우울감은 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독에 미치는 영향에 있어 중요한 선행변인들로 판단된다.

사람들은 근본적으로 높은 자아존중감을 유지하도록 동기화되어 있으며, 이로 인해 자기(self)를 고양하는 방향으로 자기에 관한 정보 처리가 일어날 수 있다. 또한, 자아존중감은 우리가 중요한 사회관계에 수용된 정도를 나타내주는 일종의 사회성의 계량기처럼 기능한다(한덕용·성한기 외 2010). 그 이유는 자아존중감이 대처를 돕는 중요한 감정적 자원으로 기능하기 때문이다(Steele 1988). 이 견해에 따르

면 자아존중감이 높은 사람들은 자신을 긍정적으로 볼 수 있는 다른 신념들이 많이 있으므로 자아존중감이 낮은 사람들에 비해서 실패나 부정적인 사건들에 있어 상대적으로 덜 부정적으로 반응한다고 볼 수 있다.

우상우와 박기쁨 등(2010)은 행동중독의 원인으로 자아존중감과 자기통제력을 변인으로 보고하며, 행동중독자들에게 낮은 자아존중감이 일관되게 나타난다고 주장하였다. 이와 같은 맥락으로 이승희(2005)의 인터넷 중독과 쇼핑중독과 관련된 연구에서도 자아존중감 수준이 행동중독과 높은 상관관계가 나타났다. 또한, 청소년을 대상으로 한 자아존중감의 연구들에서도 낮은 자아존중감이 정신건강, 약물남용, 우울, 범죄, 자살, 다양한 사회관계의 문제 등과 관련이 있다는 결과들이 있다(Rosenberg 1965; Bolognini et. al. 1966; Harter 1986; Yarcheski and Mahon 1989; Cornwell and Schmitt 1990). 휴대폰의 과다사용과 관련된 선행연구에서도 자아존중감이 낮은 사람들이 우울 및 충동성에 더 높은 관계가 있는 것으로 분석되었다(곽민주 2004; 정진영 2005; 이진영 2006).

특히 이러한 현상이 가상공간에서 이루어지는 것은 개인이 현재 처해져 있는 불편한 감정을 피하고 이상적인 자신의 모습을 표현할 수 있고, 이에 대한 긍정적인 자기평가가 가능함과 동시에 높은 자기(self)를 형성하고 자아존중감을 회복할 수 있는 기회가 제공될 수 있기 때문이다(Young 2000). 이 원리를 ‘반사된 빛에 몸 녹이기’라 한다(Cialdini and Bordern et. al. 1976).

그러나 자아존중감은 두 얼굴을 가지고 있다. 테일러와 브라운(Talyor and Brown 1988)은 자아존중감이 낮은 사람들은 매우 현실주의자이며, 자아존중감이 높다고 자기(self)를 무조건적으로 호의적 또는 긍정적으로 보는 편향이 잘 나타나지 않는 다는 것이다. 오히려 자아존중감이 높은 사람들이 자기에 관한 긍정적인 착각에 빠져 약물중독과 같은 자신의 건강 문제를 방치하는 등의 좋지 않은 결과를 초래하기도 한다(Baumeister and Scher 1988). 또한 자아존중감이 높은

사람들은 사람들과 상호작용 초기에는 상대방에게 좋은 인상을 심어주는 경향이 있지만 시간이 경과함에 따라 점점 약해진다(Paulhus 1998). 이때 자신들의 자기표출이 거부당하거나 위협 상황에 노출되면 자기통제력을 상실하여 결과적으로 부정적인 태도와 행동에 더 빠진다는 것이다(Baumeister 1998).

엠스타인(Epstein 1973)와 로젠버그(Rosenberg 1979)은 자아존중감이 높은 사람들은 타인으로부터 긍정적인 반응 및 자신의 가치 형성을 위해 자아존중감의 수준을 보호하고 강화하려는 경향이 있는 반면, 자아존중감이 낮은 사람들은 자아존중감을 높일 수 있는 정보를 받아드리지 않는다고 주장한 바 있다. 즉, 자아존중감이 높은 사람들이 자아존중감이 낮은 사람들 보다 상대적으로 자기고양을 보호하고 유지하기 위해 자신의 가치를 전달하는 주관적 경험이 더 클 수 있는 반면, 만약 그 주관적 경험이 타인으로부터의 손상을 입을 시에는 상대적으로 자기파괴적 행동에 더 빠질 가능성도 있는 것이다.

최근 자아존중감과 인터넷 중독간의 연구(Stieger and Burger 2010; 신흥식·배연려 외 2011; 조민자 2011; Fioravanti and Dèttore et. al. 2012)들을 살펴보면, 자아존중감은 인터넷 중독과 밀접한 관계를 가지고 그 수준에 따라 인터넷 중독 수준에 차이가 있는 것으로 분석되고 있다. 따라서 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성이 인터넷 중독과 유사한 행동중독이란 관점에서 본다면, 자아존중감의 수준에 따라 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 수준이 조절될 것으로 판단된다.

### 3. 연구문제

본 연구에서는 앞서 살펴 본 선행연구를 바탕으로 자아개념과 정신건강 및 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성간의 관계를 알아보기 위해 다음과 같은 연구문제를 제시한다.

### III. 연구 방법

#### 1. 연구대상 및 절차

본 연구에서 사용된 응답표본은 모집단을 전국으로 하되 표본의 안정성과 신뢰성 확보를 위해 전문 마케팅조사회사에 의뢰, 6대 광역시를 표본지역으로 설정하였으며, 표집방법은 최근의 통계청 인구센서스 자료(통계청, 2011)를 바탕으로 연령대별 할당표본 추출방식(quota sampling)으로 온라인 조사를 진행하였다. 조사기간은 2013년 1월 14일부터 약 1주일간 실시하였다. 그 중 무응답 및 불성실한 설문응답을 제외한 총 300명의 응답이 실증분석에 사용되었다. 조사대상자들의 일반적 특성은 아래의 <표 1>과 같다. 특히 최근에는 10대부터 다양한 연령층에서도 스마트폰 또는 휴대가 용이한 태블릿 PC를 사용한다는 점을 고려하여 부모의 동의 없이 설문응답이 가능한 15세부터 60세 미만까지 현재 모바일 커뮤니케이션 서비스를 사용하고 있는 다양한 연령층을 조사대상에 포함하였고, 남녀 구성비율도 50%로 설정하였다.

분석에 포함된 조사대상자들의 일반적 특성을 요약해 보면, 결혼여부에 대해서는 기혼자 167명(55.7%), 미혼자 133명(44.3%)로 기혼자 많았으며, 연령 분포는 40세~49세 76명(25.3%), 30세~39세 72명(24.0%), 20세~29세 61명(20.3%) 순으로 나타났다. 교육수준은 대학교 졸업 136명(45.3%), 중, 고등학교 졸업 52명(17.3%), 전문대 졸업 42명(14.0%) 순으로 대졸자가 가장 많이 분포되었다. 직업은 사무/관리직 127명(42.3%), 학생 51명(17.0%), 전업주부 34명(11.3%) 순으로 나타났다. 모바일 커뮤니케이션 사용과 관련해서는 설문 응답자들 중 218명(72.7%)와 53명(17.7%)이 주로 많이 사용하는 서비스를 카카오톡과 페이스북으로 조사되었으며, 모바일 커뮤니케이션을 서비스의 사용 이유에 대해서는 인맥관리/의사소통 160명(53.3%), 빠른정보/소식 58명(19.3%), 누군가와 연결된 느낌 33명(11.0%) 순으로 응답하였다.

- 연구문제 1: 자아성향은 정신건강에 어떤 영향을 미칠 것인가?  
1-1: 독립적 자아성향은 외로움에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.  
1-2: 상호적 자아성향은 우울감에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.
- 연구문제 2: 정신건강간의 영향은 어떠한가?  
2-1: 외로움은 우울감에 부(-)의 영향을 줄 것이다.
- 연구문제 3: 정신건강은 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성에 어떤 영향을 미칠 것인가?  
3-1: 우울감은 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.  
3-2: 외로움은 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.
- 연구문제 4: 자아존중감은 정신건강과 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성간의 관계에 있어 어떤 영향을 미칠 것인가?  
4-1: 자아존중감은 우울감과 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성간의 관계에 있어 조절역할을 할 것이다.  
4-2: 자아존중감은 외로움과 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성간의 관계에 있어 조절역할을 할 것이다.

<표 1> 조사대상자의 일반적 특성

변 수	특 성	표본 수(명)	비 율(%)
성 별	남	150	50.0
	여	150	50.0
결혼 여부	예	167	55.7
	아니오	133	44.3
연 령	15세~19세	31	10.3
	20세~29세	61	20.3
	30세~39세	72	24.0
	40세~49세	76	25.3
	50세~59세	60	20.0
교육수준	중, 고등학교 재학	20	6.7
	중, 고등학교 졸업	52	17.3
	전문대 재학	5	1.7
	전문대 졸업	42	14.0
	대학교 재학	25	8.3
	대학교 졸업	136	45.3
	대학원 재학	4	1.3
	대학원 졸업	16	5.3
직 업	학생	51	17.0
	사무/관리직	127	42.3
	판매/서비스직	28	9.3
	개인사업	23	7.7
	생산/기술직	18	6.0
	전업주부	34	11.3
주로 사용하는 서비스	기타	19	6.3
	페이스북	53	17.7
	트위터	13	4.3
	카카오톡	218	72.7
	마이피플	2	0.7
	미투데이	4	1.3
사용한 기간	싸이월드	10	3.3
	3개월 미만	18	6.0
	3개월 이상~6개월 미만	23	7.7
	6개월 이상~1년 미만	59	19.7
	1년 이상~2년 미만	121	40.3
	2년 이상~3년 미만	57	19.0
3년 이상	22	7.3	

사용 시간 (1일 평균)	30분 미만	62	20.7
	30분 이상~1시간 미만	105	35.0
	1시간~2시간 미만	66	22.0
	2시간~3시간 미만	34	11.3
	3시간~4시간 미만	10	3.3
사용 이유	4시간 이상	23	7.7
	인맥관리/의사소통	160	53.3
	빠른정보/소식	58	19.3
	업무/학업	6	2.0
	여가/취미	25	8.3
	남들이 다 해서	16	5.3
	누군가와 연결된 느낌	33	11.0
기타	2	0.7	

## 2. 분석방법

가설을 검증하기 전, PAWS SPSS 18.0을 이용하여 빈도분석을 통하여 인구통계학적 변수들을 우선적으로 알아보고 가설검증을 하기 위하여 측정하고자 하는 변수들이 정확하게 측정되었는지를 확인하기 위하여 신뢰도 분석을 실시하였다. Cronbach- $\alpha$ 값을 기준으로 측정하고자 하는 변수들의 신뢰성을 검증 한 후, 연구모델의 구성개념들의 타당성을 측정하기 위해 AMOS 17.0 program을 사용하여 자아성향(독립적, 상호적), 정신건강(우울감, 외로움), 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성 그리고 조절변수인 자아존중감에 대하여 확인적 요인분석(confirmatory factor analysis: CFA)을 실시하였다. 확인적 요인모델의 집중타당성을 분석하기 위해 평균분산추출값(average variance extracted: AVE)을 분석한 결과는 구성개념들간의 개념타당성과 신뢰성 <표 2>와 같다.

모든 구성개념들간의 확인적 요인들은 평균분산추출값이 0.5 이상으로 분석되었고(독립적 자아성향은 AVE가 0.47로 0.5 기준에 근접), 개념 신뢰도 역시 독립적 자아성향을 제외한 모든 변인들이 0.7이상

확보하여 수렴타당성(convergent validity) 또는 내적 일관성(internal consistency)이 있는 것으로 나타났다. 전체적으로 연구모형에 대한 확인적 요인들을 분석해 볼 때, 개념 타당성과 신뢰성이 만족스럽게 확보되었다. 또한 판별타당도를 검토하기 위하여 각 개념들에 대한 상관관계분석(correlation analysis)결과가 각 요인들에 대한 평균분산 추출값이 개념들 간의 상관계수의 제곱 값을 상회하는지의 여부를 통해 판별타당도도 확인하였다.

연구모형의 계산방법은 표본으로부터 모집단의 일반적인 분포를 알 수 있다는 가정을 바탕으로 모집단이 다변량 정규분포를 이룰 때 사용하는 추정방법인 최대우도법(maximum likelihood method)을 사용하였다. 이후 전체모형에 대한 적합도 지수를 비교, 평가하였으며, 연구 모형의 적합도를 높일 수 있도록 모형을 수정하였다. 수정된 모형은 산출된 기본모형의 적합도 지수를 바탕으로 수정지수(modification indices)를 반영하여 측정변수들 간의 오차(error)의 관계성을 밝힘으로써 모형의 적합성을 높였다. 본 연구에서는 독립적 그리고 상호적 자아성향 요인들 간의 측정 오차에 대한 관계성을 반영함으로써 적합도 지수를 높였다.

연구문제의 검증은 최종 수정모형을 세운 후 공분산구조분석(covariance structure analysis)을 통하여 분석결과에 따른 표준화 경로계수와 유의성의 결과를 바탕으로 이루어졌다. 마지막으로 자아존중감의 조절효과는 다중집단 비교방식(multi-group structural equation analysis)을 적용하였으며, 중위수 기준으로 측정변인을 높고 낮은 집단으로 분류하고 연구모형의 조절효과가 영향을 미칠 것으로 예상되는 경로에 동일화제약을 가한 제약모형과 비제약모형의 비교를 하여 조절 효과 유무를 판단하였다. 그 결과를 바탕으로 유의수준 0.05에서 집단 간 각 경로계수의 크기를 비교하여 영향력과 조절효과의 크기를 판단하였다.

<표 2> 구성개념들간의 개념타당성과 신뢰성

변 수	측정항목	표준화 계수	t값	AVE	개념 신뢰도
독립적 자아성향	독립적1	0.739	5.830	0.47	0.66
	독립적2	0.673			
상호적 자아성향	상호적1	0.756	10.654	0.51	0.78
	상호적2	0.710	10.315		
	상호적3	0.740			
우울감	우울감1	0.739		0.51	0.79
	우울감2	0.878	10.612		
외로움	외로움1	0.729		0.65	0.87
	외로움2	0.865	14.502		
	외로움3	0.912	14.912		
모바일 커뮤니케이션 서비스 중독	중독1	0.722		0.50	0.85
	중독2	0.878	13.571		
	중독3	0.842	13.363		
자아존중감	자아존중감1	0.705	13.264	0.60	0.88
	자아존중감2	0.814	16.110		
	자아존중감3	0.847	16.948		
	자아존중감4	0.836			

### 3. 측정도구의 구성

본 연구에서 사용 그리고 측정된 구성개념들은 기존 선행연구들에서 신뢰성과 타당성이 검증된 측정항목을 사용하는 것을 원칙으로 하고, 각 변수를 측정할 문항을 추출하였다. 모든 측정 개념은 리커트 7점 척도를 사용하여 응답자는 설문 문항에 대해 전혀 그렇지 않은 경우 1점, 매우 그렇다는 7점으로 표기하도록 하였다. 측정도구는 연구대상자들의 인구통

계학적 특성에 대한 문항을 포함하여 총 45문항으로 구성되었다. 측정도구의 문항구성은 아래의 <표 4>와 같다.

자아성향을 측정하기 위한 부분으로 독립적 자아성향과 상호적 자아성향은(Singelis, 1994) 각각 5개의 문항으로 총 10개의 측정문항으로 구성되었다. 정신건강요인 중 우울감은 라들로프(Radloff 1977)가 개발한 척도 중 6개의 측정항목을 이용하였다. 외로움 측정도구는 러셀과 페플라우 등(Russell, and Peplau et. al. 1978)이 25문항으로 제작한 원래의 외로움 척도를 러셀(Russell 1980)이 20문항으로 개정한 것을 사용하였다. 본 연구에서는 김교현과 김지환(1989)이 외로움 척도를 번안하여 표준화한 한국판의 외로움을 측정 할 수 있는 척도를 사용하였고, 그 중 6문항이 사용되었다. 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성의 측정도구는 아직 개발된 척도가 없는 관계로 영(Young 1996)가 개발한 인터넷 중독 측정도구와 한국정보화진흥원(2012)에서 한국형으로 표준화한 인터넷 중독 척도를 사용하되 본 연구와 적합하게 일부 수정하였으며, 총 10문항으로 구성하였다. 자아존중감의 측정도구는 로젠베그(Rosenberg 1965)가 개발한 4개의 측정문항을 사용하였다. 측정도구의 신뢰도를 검사한 결과, Cronbach's  $\alpha$  계수는 독립적 자아성향을 제외한 모두 0.7 이상으로 양호함이 검증되었다.

<표 4> 측정도구의 문항구성

변 수	설문 내용 범주	문항	신뢰도
독립적	주장력, 의견 수렴, 차별적 기질, 독립적 문제해결 등	5	0.694
상호적	이익 희생, 불이익 감수, 집단 가치관 등	5	0.819
우울감	울적한 기분, 피로도, 미래 희망, 소외된 느낌 등	6	0.704
외로움	주변 친구, 지인 만남, 친근감, 주위 관심, 외로움 등	6	0.872
모바일 중독	몰입, 정서 불안, 사용시간, 과도한 사용, 기분전환 등	10	0.878
자아존중감	좋은 인품, 스타일 만족, 가치여부, 기질	4	0.875

## IV. 연구결과

본 연구에서 제시한 구성개념들을 바탕으로 전체 연구모형에 대한 모형적합도 분석을 실시한 결과, 적합도 지수는  $\chi^2$ (카이자승 통계량)=(165.596),  $df$ (자유도)=(58),  $p$ 값=(.000), GFI(기초적합도 지수)=(.924), AGFI=(.880), RFI=(.865), NFI=(.899), CFI=(.931), RMSEA=(.079)로 RMSEA의 적합도 지수는 보통 기준인 .05-.08에는 부합하고 있지만 RFI, NFI, AGFI 등의 적합도 판단 지수가 일부 .9이하로 결과가 제시되어 연구모형의 적합도를 보다 높일 수 있도록 모형을 수정하였다. 구조방정식 수정모형은 산출된 기본모형의 적합도 지수를 바탕으로 수정지수(modification indices)를 반영하여 측정변수들 간의 오차(error)의 관계성을 밝힘으로서 모형의 적합성을 높였다. 수정된 모형에 대한 모형적합도 분석을 실시한 결과, 적합도 지수는  $\chi^2$ (카이자승 통계량)=(156.725),  $df$ (자유도)=(33),  $p$ 값=(.000), GFI=(.931), AGFI=(.892), RFI=(.872), NFI=(.905), CFI=(.937)으로 모형 적합도 지수를 .9 전후로 보다 높일 수 있었다. RMSEA(.075)값 또한 적합도 기준 .05-.08에 부합하여 전반적으로 적합도가 양호한 것으로 나타나, 가설 검증을 위한 모형으로 문제가 없다고 판단하였다. 수정된 연구모형<그림 1>의 구조방정식 분석 결과에 따른 표준화 경로계수와 이에 대한 유의성 검증 결과는 아래 <표 5>와 같다.

첫째, 연구문제 1의 자아성향(독립적, 상호적)과 정신건강(우울감, 외로움)간의 관계에 대한 구조방정식 검증 결과, 독립적 자아성향(경로계수: 0.361,  $t=4.227$ )은 유의수준 0.01에서 외로움에 유의한 영향을 주는 것으로 나타났다. 또한, 상호적 자아성향(경로계수: 0.225,  $t=3.136$ )은 우울감에 유의수준 0.01에서 영향력이 있는 것으로 분석되었다. 따라서 연구문제 1-1 그리고 1-2는 채택되었다.

이러한 결과를 바탕으로 볼 때, 인간관계에서 오는 삶의 가치와 의미를 스스로에게 부여하며, 주변 상황에 따라 자아가 변화하는 구조

를 가진 특성으로 본인의 행동이나 태도가 타인과 어느 한 부분을 공유하고 있다고 생각하는 집단주의적 성향이 강한 사람들과는 달리, 개인주의적 성향이 강하고 준거기준이 자기(self)가 우선시 되는 사람들은 사회적 맥락과 대인관계 지향성을 추구하기 보단 자신만의 독특한 목표, 능력, 관심, 목적을 중시하고 있는 사람들이기에 외부적 자극과 자아존중감에 크게 동요되지 않는 심리적 특성을 가지고 있지만, 이들은 집단 소속감이나 주변 인물들과의 원만한 관계가 상대적으로 좋지 않고 혼자만의 시간을 많이 보내는 특성을 고려해 볼 때, 대인관계의 결핍 등에서 오는 외로움을 더 크게 느끼는 것으로 볼 수 있다. 반면, 상호적 자아성향이 강한 사람들은 다양한 사람들과의 상호적 관계 속에서의 만족감이 떨어지거나 복잡한 대인관계에서 발생할 수 있는 갈등 등으로 상대적으로 외로움 보단 심리적 위축감을 더 크게 느끼는 것으로 판단된다.

둘째, 연구문제 2의 정신건강(외로움과 우울감)간의 관계에 대한 구조방정식 검증 결과, 외로움(경로계수:  $-0.355$ ,  $t=-4.716$ )은 유의수준  $0.01$ 수준에서 우울감에 유의한 영향력을 주는 것으로 분석되었다. 특히 외로움이 우울감에 미치는 영향이 높아지면 우울감에는 부정적인 영향력이 더 커지는 것으로 나타났다. 따라서 연구문제 2는 채택되었다. 이는 외로움으로 인해 대인관계에 대한 갈망, 욕구나 만족감이 높아짐으로 사회적 관계망의 탐색활동이 증가되어 우울감으로 인한 심리적 기분장애로 발생하는 대인관계의 회피나 소극적인 태도에 변화를 주어 부정적인 감정들을 완화시키는 것으로 판단된다.

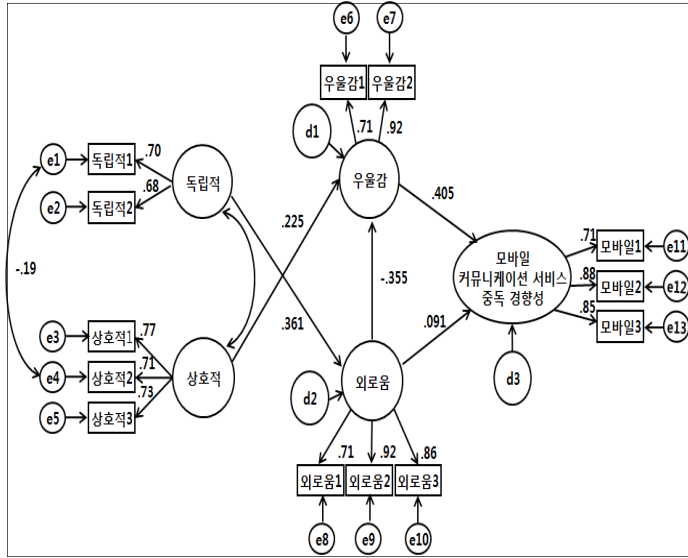
셋째, 연구문제 3의 정신건강(우울감, 외로움)과 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성간의 관계에 대한 구조방정식 검증 결과, 우울감(경로계수:  $0.405$ ,  $t=5.373$ )은 유의수준  $0.01$ 에서 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성에 유의한 영향력을 주는 것으로 분석되었다. 반면, 외로움(경로계수:  $0.091$ ,  $t=1.358$ )은 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성에 유의한 영향력을 주지 않는 것으로 분석되었다.

따라서 연구문제 3-1은 채택되었다. 즉, 모바일 커뮤니케이션 서

비스의 중독 경향성은 모바일 커뮤니케이션 서비스의 사용자가 우울감을 느낄 때 또는 심리적 감정이 위축된 상태거나 불안정한 상태일 때 일어나는 중독 현상이지 사용자가 외로움을 느끼기 때문에 일어나는 중독 현상이 직접적으로 발생한다고 볼 수 없는 것으로 판단된다. 또한, 모바일 커뮤니케이션 서비스는 많은 사람들과의 관계를 맺을 수 있는 순기능도 있지만 타인들과의 연결된 느낌으로 사용자의 심리적 우울감 해소와 안정감을 찾기 위한 문지기 역할로서 중요한 것으로 해석된다.

넷째, 연구문제 4의 정신건강(우울감, 외로움)과 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성간의 관계에 있어 자아존중감의 조절효과를 검증한 결과, 등가제약모형의 경우  $\chi^2=216.379(df=123)$ , 비제약모형의 경우  $\chi^2=205.182(df=118)$ 으로서 자유도 차이( $\Delta df$ )는 5이고 카이제곱 차이는  $11.197$ 이며, 이때의  $p$ 값은  $.048$ 으로 자아존중감(경로계수:  $.525$ ,  $t=5.036$ )은 유의수준  $.05$ 이내에서 유일하게 우울감만이 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성에 미치는 영향에 있어 조절역할을 하는 것으로 분석되었고, 더욱이 자아존중감이 높으면 우울감이 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성에 미치는 영향을 더욱더 강화시키는 조절역할로 나타났다. 따라서 연구문제 4-1은 채택되었다. 이러한 결과를 유추해 볼 때, 우리나라의 문화적 특성상 겸손과 체면을 타인에게 비추어 긍정적인 반응을 통하여 자기 자신의 자아존중감을 유지하고 발달시키려는 수단과 자신을 관념적으로 수용, 존중하고 스스로를 가치 있는 인간으로 인정하는 태도, 표현행동, 그리고 다른 사람에게 자신의 가치가 전달되는 주관적 경험이 클수록 우울한 기분을 느낄 때 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성에 더욱더 빠지는 것으로 해석된다. 특히 현실 세계에서는 자신만의 독특한 욕구나 가치를 타인들에게 표출하고 인정받아 자아존중감을 높이기 위한 시도가 어려운 경우라도 휴대성이 용이한 모바일 커뮤니케이션 서비스를 통하여 쉽게 표출되고 지지받을 수 있기 때문으로도 볼 수 있다.

<그림 1> 수정 모형



<표 5> 수정 모형의 구조방정식 결과

연구 개념	표준화 경로계수	S.E.	C.R.	P
외로움 <- 독립적	0.361	0.087	4.227	0.000*
우울감 <- 상호적	0.225	0.088	3.136	0.002*
우울감 <- 외로움	-0.355	0.091	-4.716	0.000*
모바일 중독 <- 우울감	0.405	0.079	5.373	0.000*
모바일 중독 <- 외로움	0.091	0.085	1.358	0.175

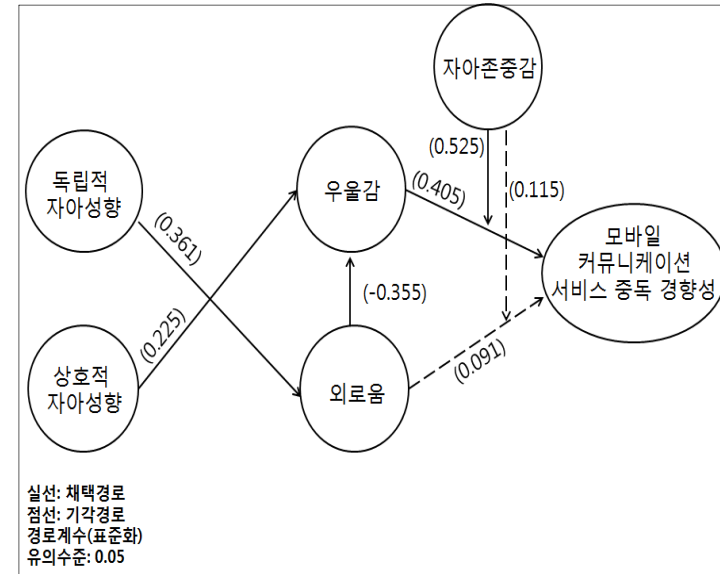
\*p<.01

<표 6> 각 경로별 자아존중감 조절효과

경로	구분	표준화	t	p
		경로계수		
모바일 중독←우울감	높음	0.525	5.036	0.000*
	낮음	0.255	2.263	0.024**
모바일 중독←외로움	높음	0.115	1.350	0.177
	낮음	-0.088	-0.875	0.382

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

<그림 2> 가설 검증 결과



## V. 결론 및 제언

### 1. 연구 결과의 요약 및 시사점

본 연구는 휴대폰의 기술적 발달과 다양한 삶의 변화를 이끌어낸 스마트폰이 대중화된 현 시점에서, 사회적 문제로 대두시 되고 있는 모바일 커뮤니케이션 서비스 사용으로 인한 행위 중독 현상을 다양한 사회심리학적 개념 중 인간의 내면을 대표적으로 설명할 수 있는 개념인 자아개념과 사용자의 정신건강 상태로 구체적으로 설명하려는데 목적을 두고 있다. 이를 통하여 학술적으로는 모바일 커뮤니케이션 서비스 사용자의 각 성향에 따른 심리 및 태도를 깊이 이해하고 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성으로 인한 사회적 문제를 해결하는데 한 걸음 다가설 수 있는 발판을 마련하고자 한다. 나아가 실무적으로는 중독 현상의 예방과 치료와 관련하여 공공부문에 보다 유용한 지침을 제공하고 모바일 커뮤니케이션 서비스 제공 기업의 성공적인 마케팅전략수립에 도움이 되고자 한다. 연구문제의 검증에 위한 구조방정식모형 분석에서 발견된 주요 연구결과들을 바탕으로 한 시사점과 제언은 다음과 같다.

첫째, 독립적 자아성향은 외로움의 관계에서 유의한 영향을 주고, 상호적 자아성향은 외로움에 유의한 영향력이 주는 것으로 분석되었다. 이는 자아성향 수준에 따라 정신건강에 미치는 유의한 영향이 차별적인 것으로 해석된다. 또한, 정신건강요인 중 우울감이 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성과 유의한 관계가 있는 것으로 분석된 것으로 봤을 때, 자아성향의 수준에 따라 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성에 각기 다른 정신건강 상태로 중독된다고 볼 수 있으며, 특히 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성의 수준 역시 상호적 자아성향이 강한 사용자들이 독립적 자아성향이 강한 사용자들보다 상대적으로 더 큰 것으로 볼 수 있다. 따라서 현재 사회적으로

문제가 되고 있는 모바일 커뮤니케이션 서비스에 중독된 사용자들을 일괄되고 동일한 접근 방법으로 심리상담 및 치료를 적용한다는 것은 효과적이고 효율적이지 않을 수 있다는 것이다. 이들의 행위중독을 보다 효과적이고 효율적으로 개선하기 위해선, 기존에 개발된 행위 중독과 관련된 심리상담 및 치료를 적용하기 전, 중독자들의 자아성향의 수준을 우선 적으로 파악하는 것이 선행되어야 할 것이다. 결과적으로 모바일 커뮤니케이션과 관련된 중독 예방 프로그램을 개발 시 모바일 커뮤니케이션 중독 현상에 대한 자아성향 수준별 차별화된 공공 캠페인이 가능할 것이고 적합한 학습모형과 중독예방교육 프로그램이 효과적으로 시행 될 수 있을 것으로 본다.

둘째, 자아개념은 인간이 주변 환경을 해석하고 수용, 평가로 사용되는 준거의 특 역할을 하고 소비자의 선택 및 행동 간에 중요한 역할을 하기 때문에, 본 연구 결과에 따른 다음과 같은 전략적 유용성을 기업에게 제공해 줄 것으로 본다. 앞서 독립적 자아성향과 상호적 자아성향은 정신건강과 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성간의 관계에 있어 자아성향 수준별 각기 다른 중독과정이 검증되었다. 또한, 독립적 자아성향이 강한 개인주의자들 보다 집단주의적 또는 상호주의적인 사람들이 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성과 관계가 더 깊은 것으로 분석되었다. 이는 인간의 성향별로 모바일 커뮤니케이션 서비스에 대한 욕구와 그 충족의 정도가 상이하다는 의미를 가지고 있다. 따라서 시장세분화의 가능성을 제시하며, 모바일 커뮤니케이션 서비스의 판매촉진 수단으로 각 자아성향 수준별 포지셔닝 전략이 가능하다. 독립적 자아성향이 강한 소비자에게는 대인관계 형성, 가상세상과의 연결, 그리고 서비스의 다양한 기술적 혹은 독특한 개성에 일치하는 서비스 제품으로 이미지가 소구되어야 할 것이며, 상호적 자아성향이 강한 소비자들에게는 인간의 내면적으로 위축된 감정과 기분을 달래줄 수 있는 서비스기능으로서 나아가 자존감을 높이는 수단으로 반응이 된다면 갈수록 경쟁이 심화되고 있는 모바일 커뮤니케이션 서비스 시장 속에서 차별화된 성장이 가능하다고 본다.

셋째, 현재까지 SNS 중독을 비롯하여 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성과 관련된 연구들은 인터넷 중독 척도를 일부 수정 및 반영하여 사용하고 있는 실정이다. 인터넷 중독 및 SNS중독과 관련된 선행연구들은 우울감과 외로움 모두 중독에 직접적인 원인 또는 정(+)적인 상관관계가 있는 것으로 분석되었고, 자아존중감이 낮은 사람들이 중독현상과의 관계가 더욱더 높은 것으로 나타났다. 더욱이 그러한 결과물들이 척도개발에 반영되어 있다. 그러나 본 연구의 구체적인 결과는 외로움을 제외한 우울감만이 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독에 직접적인 원인으로 나타났고, 자아존중감이 높은 사용자와 중독 현상간의 관계가 있는 것으로 나타났다. 또한, 우울감과 외로움간의 부(-)적인 인과관계로 검증되었다. 이는 선행연구들과 상반된 결과들이다. 따라서 향후 국내외 아직 연구가 미진한 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독과 기존의 인터넷 중독 및 스마트폰 사용과 관련된 연구결과들의 유사점 및 차이점을 척도 개발에 잘 반영한다면 타당 가능성이 높은 척도가 개발될 것으로 본다.

넷째, 스마트폰과 관련된 중독 현상에 관한 연구들이 지속적으로 이루어지고 있지만 대다수의 연구들은 인구통계학적 변수, 사회심리학적 변인들과의 상관관계 및 기술적인(descriptive) 분석이 주를 이루고 있어 연구 활용에 한계점이 있다. 본 연구는 이러한 점을 극복하고자 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성에 미치는 정신건강에서 자아성향까지 확장하여 중독 현상을 인과적으로 설명할 수 있는 모델을 구축했다는 점에서 의의가 있다. 따라서 앞으로 이 분야의 연구에서 제시된 모델이 유용하게 사용될 수 있을 것이다.

다섯째, 본 연구에서는 자아존중감이 높으면 오히려 우울감이 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성에 미치는 영향을 강화하는 역할을 하는 것으로 나타났다. 일반적으로 자아존중감이 높은 사람일수록 그렇지 않은 사람들에 비해 삶에 대한 긍정적인 태도를 보인다. 또한, 주관적 행복감이 크고 정서적 성숙미가 있다. 하지만 집단주의의 문화적 특성이 강한 우리나라에서 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독

을 부정적인 사회적 태도로 볼 때, 이러한 결과는 자아존중감이 가면 적이고 문화적 측면에 따라 두 얼굴을 가진 특성 때문으로 볼 수 있다. 우리나라에선 자아존중감이 높은 사람들은 타인들과 상호작용이 진행되면서 자칫 건방지고, 비우적이며, 교만하게 지각되어 비난받거나 자신들의 우월성과 태도가 거부당하는 등의 노출되기도 한다. 이러한 점을 볼 때, 타인들과의 상호적인 관계에서 자아존중감이 높은 사람들은 자기에 대한 존중과 호의적 태도를 얻기 위한 수단으로 모바일 커뮤니케이션 서비스의 과다사용 및 몰입하는 것으로 해석된다. 이때 자신들이 커뮤니케이션 상대방으로부터 자신들의 우월성과 태도가 거부당하게 되면 정신적 자기통제력 상실 및 자기파괴적(중독) 행동패턴이 일어나는 것으로 판단된다. 따라서 스마트폰을 처음 사용하게 되는 시기 전부터 모바일 커뮤니케이션의 사용에 있어 현실 및 가상세계속의 상대방을 배려하고 겸손을 중시하며, 올바른 자아존중감의 표출방법과 인성교육이 가족, 학교, 및 사회교육 등에 있어 필요할 것이다.

마지막으로 기존의 스마트폰과 관련된 중독 연구들은 주로 대학생들을 대상으로 설문조사가 이루어졌거나 특정한 연령층 또는 일부 지역에 초점이 맞추어져 연구가 이루어졌다. 따라서 지금까지 일반화 가능성에 있어 한계를 보여 왔다. 본 연구는 그러한 점의 한계를 극복하고자 최근 통계청(2011)에서 실시한 인구센서를 표집방법에 반영하고 전문설문조사기관을 통하여 전국 광역시를 대상으로 온라인 조사를 실시했다. 이는 중독 경향성 및 정신건강과 관련된 설문문항이 다소 응답자에게 민감하고 불편할 수 있는 내용인 점을 감안하여 보다 솔직한 응답을 이끌어내기 위해 대면조사가 아닌 온라인 조사로 이루어 졌다는 점에서 의미가 있다. 또한, 어린아이부터 고령층에서도 스마트폰을 사용하는 추세이기에 현재 법적대리인이 없이 설문조사에 응답할 수 있는 나이(15세)부터 60세 미만까지 다양한 연령층에 걸쳐 연구조사가 실행했다는 점에서도 기존 연구들보다 일반화의 가능성을 높였다.

## 2. 한계점 및 향후 연구 방향

끝으로 본 연구에서 나타난 제한점들은 향후 연구에 신중하게 반영되어야 할 것이며, 연구의 한계점들을 극복하기 위해 다음과 같은 제언을 하고자 한다. 첫째, 본 연구에서는 조사대상자들이 15세부터 60세 미만 사람들만을 대상으로 이루어졌다. 그러나 스마트폰이나 태블릿 PC와 같은 휴대성 및 사용편의성이 좋은 제품이 지속적으로 늘어나고 있는 추세이며, 젊은 층의 산유물이었던 모바일 커뮤니케이션 서비스 사용이 다양한 연령층으로 점차 확산되어 전 국민의 보편적 서비스가 되어가고 있는 추세다. 따라서 향후 연구에서는 실제 처음 모바일 커뮤니케이션 서비스를 접하는 10세 미만부터 60세 이상의 고령층까지 조사대상자를 확대함으로써 한층 보강된 연구가 수행되어야 할 것으로 본다. 나아가 향후 영유아 및 어린이들의 스마트폰과 관련된 중독 현상에 대한 연구도 이루어지길 바란다.

둘째, 본 연구에서 측정도구로 사용된 자아개념은 어느 한 개인 및 집단이 속한 사회 및 문화적 맥락 속에서 형성되고 기능하는 사회-문화적 산물임에도 우리 사회-문화적 측면을 잘 반영한 자아개념 척도가 개발되어 있지 않아 외국 문헌을 해석해야만 했다. 현재 주로 사용되고 있는 자아개념 척도들은 개인적 특성에 대한 평가에 기인한 것이고, 서양의 문화적 정서에 반응에 대한 결과물이다. 따라서 국내 모바일 커뮤니케이션 서비스 사용자의 자아를 명확하게 측정하는데 한계가 있다고 판단된다. 또한, 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독과 관련된 측정도구가 아직 명확하게 정립되어 있지 않는 상태이다. 이 역시 인터넷 중독의 측정척도를 수정 및 보완하여 본 연구에 반영하였기에 향후 연구에서는 우리 정서에 맞는 자아개념과 모바일 커뮤니케이션 서비스의 특성에 따른 정교한 측정 척도의 개발이 선행되어야 할 것이며, 그에 따른 한층 보강된 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독과 관련된 연구가 수행되어야 할 것이다.

셋째, 본 연구의 결과처럼 자아성향 수준에 따라 정신건강이 모바

일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성에 미치는 영향이 차별적인 것이 검증되었다. 그러나 모든 인간을 독립적 그리고 상호적 자아성향 수준으로 구분하는데 한계가 있다고 본다. 인간의 자아성향이 불분명하거나 보편적인 성향으로도 이루어져 있는 점을 고려한다면, 향후 연구에서는 이러한 점을 보완하기 위하여 보편적 또는 자아가 불분명한 성향까지도 측정되어 연구가 이루어진다면 보다 의미 있는 이론적 시사점을 이끌어 낼 것으로 판단된다. 또한, 본 연구에서 어떤 자아성향은 각각 어떤 인구통계학적 특성 및 라이프스타일로 이루어졌는지에 대한 연구가 이루어지지 않았다. 따라서 추가적인 연구를 통해 사용자의 시장세분화 연구까지 이루어진다면 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독의 현상을 보다 이해하고 나아가 중독현상을 치료하고 효율적 대응방안을 수립하는데 있어 실용성 있는 결과를 얻을 수 있을 것으로 본다.

마지막으로 인간의 심리적 구조는 다양한 메커니즘으로 형성되어 있다. 그러나 본 연구에서 정신건강요인인 우울감 및 외로움만으로 모바일 커뮤니케이션 서비스 중독 경향성을 설명하려는 시도는 한계가 있다고 판단된다. 향후 연구에서는 본 연구에서 검증된 정신건강요인인 우울감 및 외로움 외 불안, 적대감, 공포증, 강박증 등 다양한 정신건강을 확장한 연구가 이루어져야 할 것이다.

## < 참고문헌 >

- 강희양·박창호, 2011, “스마트폰 중독 척도의 개발 및 타당화”, 한국심리학회, 연차 학술발표대회 논문집.
- 곽금주, 2012, “우울증 권하는 세상, 미치거나 죽지 않고 살기”, 『W Korea』, (2월), pp. 175.
- 곽민주, 2004, “청소년의 휴대폰 이용실태와 중독적 이용”, 충북대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김교현·김지환 1989, “한국판 UCLA 고독척도”, 『충남대학교 학생생활연구』, 16, pp. 13-30.
- 김민규·김주환, 2008, “커뮤니케이션 능력이 대인불안과 우울증을 매개로 알코올 중독 성향에 미치는 영향”, 『한국언론학회』, 52(4), pp. 205-222.
- 김현주, 2002, “대인 커뮤니케이션 매체의 속성에 관한 연구: 매체 간 비교”, 『스피치와 커뮤니케이션』, 1, pp. 80-106.
- 김훈철·장영렬, 2009, 『비즈니스 코드』, 서울: 토네이도.
- 박상규·강성균·김교현·서경현·신성만·이형초·전영민, 2011, 『중독의 이해와 상담실제』, 서울: 학지사.
- 박용민, 2011, “성인들의 스마트폰 중독과 정신건강에 관한 연구”, 상지대학교 평화안보·상담심리대학원 석사학위논문.
- 성혜령, 2011, “모바일커뮤니케이션 경험이 이동성 인식과 네트워크 관계성에 미치는 영향에 관한 연구: 개인의 사회심리적 요인을 중심으로”, 이화여자대학교 박사학위논문.
- 신홍식·배연려·안진숙·최원지·장성화, 2011, “고등학생의 휴대폰 중독과 자아존중감의 관계”, 『한국상담심리치료학회』, 2(1), pp. 31-44.
- 이성연·이윤준, 2012, “안드로이드 플랫폼에서 모바일 커뮤니케이션 앱의 효율적 주소록 동기화”, 『한국정보과학학회』, 가을 학술발표논문집(대전, 11월 23~24일)

- 이승희, 2005, “인터넷 쇼핑 중독증과 영향요인에 관한 연구”, 『한국패션비즈니스학회』, 9(5), pp. 114-121.
- 이중식, 2005, “모바일 커뮤니케이션 환경에서의 가상성”, 『한국HCI학회』, 학술대회발표논문집(대구, 1월 31일~2월 3일)
- 이진영, 2006, “청소년의 휴대폰 중독에 영향을 미치는 사회 환경적 변인과 개인 심리적 변인 탐색”, 한국교원대학교 대학원 석사학위논문.
- 오세진·김용희, 2010, 『인간행동과 심리학』, 서울: 학지사.
- 오윤경, 2011, “SNS 중독경향성과 외로움, 우울, 대인관계, 사회적지지와의 관계”, 한국상담대학원대학교 석사학위논문.
- 이상우·박기쁨·정선훈·장문선, 2010, “행동중독의 예측인자로써 인지특성, 정서특성, 자아특성”, 『한국동서정신과학회』, 13(1), pp. 19-36.
- 양돈규, 2000, “청소년의 감각추구성향과 인터넷 중독 경향 및 인터넷 관련 비행 간의 상관성”, 『청소년학 연구』, 7(2), pp.117-136.
- 정진영, 2005, “고등학생의 이동전화 중독적 사용 관련 요인에 관한 연구”, 한림대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 조민자, 2011, “우울, 불안 및 부모의 방임적 양육태도가 인터넷 중독에 미치는 영향: 정서인식 명확성, 자아존중감 및 자기통제력의 조절효과”, 대구대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 지용근·김옥희·김희수·김병숙, 2004, 『인간관계론』, 서울: 박영사.
- 한덕웅·성한기·강혜자·이경성·최훈석·박근석·김금미·장은영, 2010, 『사회심리학』, 서울: 학지사.
- 한성열·이홍표, 1995, “개인주의-집단주의 지각된 소외감의 관련성 연구”, 『한국심리학회』, 2(1), pp. 113-129.
- 홍성열, 2008, 『사회심리학』, 서울: 시그마프레스.
- Agrawal, N. and D. Maheswaran, 2005, “The Effects of Self-Construal and Commitment on Persuasion,” *The*

- Journal of Consumer Research*, 31(4), 841-849.
- American Psychiatric Association, 1994, *Diagnostic and statistical manual of psychiatric disorders(4th ed.)*, Washington, DC: Author.
- Anderson, C. A., and Arnoult, L. H., 1985, *Attributional models of depression, loneliness, and shyness*, in Harvey, J. H. and G. Weary(Eds.), *Attribution: Basic issues and applications*, New York: Academic Press.
- Baumeister, R. F., and S. J. Scher, 1988, "Self-defeating behavior patterns among normal individuals: Review and analysis of common self-destructive tendencies," *Psychological Bulletin*, 104, pp. 3-22.
- \_\_\_\_\_, 1998, *The self*. in Gilbert, D. T., Fiske, S. T. and G. Lindzey(Eds.), *Handbook of social psychology*, New York: McGraw-Hill.
- Bellah, R. N., Madsen, R., Sullivan, W. M., Swidler, A., and S. M. Tipton, 1985, *Habits of the Heart: Individualism and Commitment in American Life*, Berkeley: University of California Press.
- Boivin, M., Hymel, S. and W. M. Bukowski, 1995, "The roles of social withdrawal, peer rejection, and victimization by peers in predicting loneliness and depressed mood in childhood," *Development and Psychopathology*, 7, pp. 765-785.
- Bolognini, M., Plancherel, B., Bettschart, W. and O. Halfon, 1996, "Self-esteem and mental health in early adolescence: Development and gender differences," *Journal of Adolescence*, 19, pp. 233-245.
- Cacioppo, J. T., Louise, C., Hawkley, L. C., Ernst, J. M., Burleson, M., Berntson, G. G., Nouriani, B., and Spiegel D., 2006, "Loneliness within a nomological net: An evolutionary perspective," *Journal of Research in Personality*, 40, pp. 1054-1085.
- Cacioppo, J. T., Hughes, M. E., Waite, L. J., Hawkley, L. C., and R. A. Thisted, 2006, "Loneliness as a specific risk factor for depressive symptoms: Cross-sectional and longitudinal analyses," *Psychology and Aging*, 21, pp. 140-151.
- Cialdini, R. B., Borden, R. J., Thorne, A., Walker, M. R., Freeman, S. and L. R. Sloan, 1976, "Basking in reflected glory: Three(football) field studies," *Journal of Personality and Social Psychology*, 34, pp. 366-375.
- Chou, K., and I. Chi, 2004, "Childlessness and psychological well-being in 149 loneliness and depression Chinese older adults," *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 19, pp. 449-457.
- Cooper, M. L., Russell, M., Skinner, J. B., Frone, M. R. and P. Muder, 1992, "Stress and alcohol use: Moderating effects of gender, coping, and alcohol expectancies," *Journal of Abnormal Psychology*, 101(1), pp. 139-152.
- \_\_\_\_\_, 1994, "Motivation for alcohol use among adolescents: Development and validation of four-factor model," *Psychological Assessment*, 6(2), pp. 117-128.
- Cornell, C. J. and M. H. Schmitt, 1990, "Perceived health status, self-esteem, and body image in woman with rheumatoid arthritis of systemic lupus erythematosus," *Research in Nursing and Health*, 13, pp. 99-107.
- Cox, M. and E. Klinger, 1988, "A motivational model of alcohol use," *Journal of Abnormal Psychology*, 97(2), pp. 168-180.

- Coopersmith, S., 1981, *Self-esteem Inventorie*, Palo Alto. CA: Consulting Psychologists Press Inc.
- Copel, L., 1988, "Loneliness: A conceptual model," *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 26(1), pp. 14.
- Cross, S. E., Bacon, P. L. and M. L. Morris, 2000, "The relational interdependent self-construal and relationships," *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, pp. 791-808.
- \_\_\_\_\_, 2002, "Thinking about oneself and others: The relational-interdependent self-construal and social cognition," *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, pp. 399-418.
- Damon, W. and D. Hart, 1982, "The development of self-understanding from infancy through adolescence," *Child Development*, 53, pp. 841-864.
- Epstein, S., 1973, "The self-concept revisited, or a theory of a theory," *American Psychologist*, 28, pp. 404-416.
- Eppinger, M. G. and M. J. Lambert, 1983, *Assessment of habit disorders: a tripartite perspective in measuring change*, New York: Wiley.
- Friedman, M., and R. H. Rosenman, 1974, *Type-A behavior and your heart*, New York: Knopf.
- Graeff, T. R., 1996, "Image congruence effects on product evaluation: the role of the self monitoring and public/private consumption," *Psychology and Marketing*, 13(8), pp. 481-99.
- Green, B. H., Copeland, J. R. M., Dewey, M. E., Sharma, V., Saunders, P. A., Davidson, I. A., Sullivan, C. and C. McWilliam, 1992, "Risk factors for depression in elderly people: A prospective study," *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 86, pp. 213-217.
- Greertz, C., 1975, "On the nature of horological understanding," *American Scientist*, 63, pp. 47-53.
- Hater, S., 1986, *Processes underlying the construction, maintenance and enhancement of the self-concept in children*. In J. Suls and A. Greenwald(eds.), *Psychological Perspectives on the Self*, Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Heine, S. J. and D. R. Lehman, 1997, "The cultural construction of self-enhancement: An examination of group-serving biases," *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, pp. 1268-1283.
- Hojat, M., 1987, "A psychodynamic view of loneliness and mother-child relationships: A review of theoretical perspectives and empirical findings," *Journal of Social Behavior and Personality*, 2, pp. 89-104.
- Ingman, K. A., 1999, *An Examination of social anxiety, social skills, social adjustment, and self-construal in chinese and American students at an American University*, Dissertation submitted to the faculty of the Virginia Polytechnic Institute and state University.
- Jones, W. H., Hobbs, S. A. and D. Hockenbury, 1982, "Loneliness and Social Skill deficits," *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(4), pp. 682-689.
- K. Young 저·김현수 역, 2000, 『인터넷 중독증(Caught in the net)』, 서울: 나눔의 집.
- Kagitcibasi, C., 1997, "Individualism and collectivism", in J. W.

- Berry, M. H. Segall, and C. Kagitcibasi (Eds.), *Handbook of cross cultural psychology: Social behavior and applications*, Boston: Allyn & Bacon.
- Kahn, J. H., Hessling, R. M. and D. W. Russell, 2003, "Social support, health, and well-being among the elderly: What is the role of negative affectivity?," *Personality and Individual Difference*, 35 (1), pp. 5-18.
- Kalat, J. W. and M. N. Shiota, 2007, *Emotion*, CA: Wadsworth/Cengage Learning.
- Kim, M. S., 2002, *Non-western perspectives on human communication*, Thousand oaks, CA: Sage.
- Kim, J., LaRose, R. and W. Peng, 2009, "Loneliness as the cause and the effect of problematic Internet use: The relationship between Internet use and psychological well-being," *CyberPsychology and Behavior*, 12, pp. 451-455.
- Kitayama, S. and H. R. Markus, 2000, "The pursuit of happiness and the realization of sympathy: Cultural patterns of self, social relations, and well-being", in. E. Diener & E. M. Suh (Eds.), *Subjective well-being across cultures*, Cambridge, MA: MIT Press.
- Kupersmidt, J. B., Sigda, K. B., Sedikides, C. and M. E. Voegler, 1999, "Social self-discrepancy theory and loneliness during childhood and adolescence", in. K. J. R. S. Hymel(Ed.), *Loneliness in childhood and adolescence*, Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Kuss, D. J., and M. D. Griffiths, 2011, "Online Social Networking and Addiction: A Review of the Psychological Literature," *International Journal of Environmental*

- Research and Public Health*, 8, pp. 3528-3552.
- Markus, H. R. and S. Kitayama, 1991, "Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation," *Psychological Review*, 98, pp. 224-253.
- \_\_\_\_\_, 1994, "The cultural shaping of emotion: A conceptual framework," in. S. Kitayama and R. Markus, eds., *Emotion and culture: Empirical studies of mutual influences*, Washington, DC: American Psychological Association, pp. 339-351.
- Matsumoto, D., 2000, *Culture and Psychology: People Around the World*, Belmont, CA: Wadsworth/Thompson Learning.
- Morahan-Martin, J. M, and P. Schumacher, 2003, "Loneliness and social uses of the internet," *Computers in Human Behavior*, 19(6), pp. 659-671.
- Myers, D. G., 2007, *Psychology, 8th edition*, New York and Basingstoke: Worth Publishers.
- Nolen-Hoeksema, S. and C. Ahrens, 2002, "Age differences and similarities in the correlates of depressive symptoms," *Psychology and Aging*, 17, pp. 116-124.
- Okazaki, S., 1997, "Sources of ethnic different between Asian American white American college students on measures of depression and social anxiety," *Journal of Abnormal Psychology*, 106, pp. 52-60.
- Oyserman, D., Coon, H. M., and M. Kimmelmeier, 2002, "Rethinking individualism and collectivism: Evaluation of theoretical assumptions and meta-analyses," *Psychological Bulletin*, 128, pp. 3 - 72.
- Paulhus, D. L., 1998, "Interpersonal and intrapsychic adaptiveness of trait self-enhancement: A mixed blessing?," *Journal of*

- Personality and Social Psychology*, 74, pp. 1197-128.
- Peplau, L. A. and D. Perlman, 1982, *Loneliness: A source book of current theory, research and therapy*, New York: Wiely.
- Pollet, T. V., Roberts, S. G., and R. I. Dunbar, 2011, "Use of social network sites and instant messaging does not lead to increased offline social network size, or to emotionally closer relationships with offline network members," *Cyberpsychology Behavior and Social Networking*, 14(4), pp. 253-258.
- Popenoe, D., 1993, *The evolution of marriage and the problem of stepfamilies: A biosocial perspective, Paper presented at the National Symposium on Stepfamilies*, Pennsylvania State University.
- Radloff, L. S., 1977, "The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population," *Applied Psychological Measurement*, 1, pp. 385-401.
- Rich, A. R., and M. Scovel, 1987, "Causes of depression in college students: A cross-lagged panel correlational analysis," *Psychological Reports*, 60, pp. 20 - 27.
- Rosenberg, M., 1965, *Society and the Adolescent Self-Image*, Princeton, NJ: Princeton University Press.
- \_\_\_\_\_, M., 1979, *Conceiving the self*, New York: Basic Books.
- Ryan, T., and S. Xenos, 2011, "Who uses Facebook? An investigation into the relationship between the Big Five, shyness, narcissism, loneliness, and Facebook usage," *Computers in Human Behavior*, 27, pp. 1658-1664.
- Singelis, T. M. 1994, "The measurement of independent and interdependent self-construals," *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, pp. 580-591.
- Steele, C. M., 1988, "The psychology of self-affirmation: sustaining the integrity of the self," in L. Berkowitz(Ed.), *Advances in experimental social psychology*, New York: Academic Press.
- Stieger, S., and C. Burger, 2010, "Implicit and explicit self-esteem in the context of Internet addiction," *CyberPsychology, Behavior, and Social Networking*, 13, pp. 681-688.
- Taylor, S. E., and J. D. Brown, 1988, "Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health," *Psychological Bulletin*, 103, pp. 193-210.
- Triandis, H. C., 1989, "The self and social behavior in differing cultural contexts," *Psychological Review*, 96, pp. 506-520.
- Triandis, H. C., and E. M. Suh, 2002, "Cultural influences on personality," *Annual Review of Psychology*, 53, pp. 133-160.
- Turkle, S., 2008, "Always-on/Always-on-you: The Tethered Self," in Katz, J.(Ed.), *Handbook of Mobile Communication and Social Change*, Cambridge, MA: MIT Press.
- Van Baaren, R. B., W. W. Maddux, T. L. Chartrand, Cris de Bouter and Ad van Knippenberg, 2003, "It takes two to mimic: behavioral consequences of self-construals," *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, pp. 1093-1102.
- Weiss, R. S., 1973, *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*, Cambridge, MA: MIT Press.
- Yarcheski, A. and N. E. Mahon, 1989, "A casual model of positive health practices: The relationship between

approach and replication,” *Nursing Research*, 38, pp. 88-93.

Young, K. S., 1996, “Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder,” *CyberPsychology and Behavior*, 1(2), pp. 237-244.

Young, K. S. and R. C. Rogers 1998, “The relationship between depression and internet addiction,” *CyberPsychology and Behavior*, 1(1), pp. 25-28.

방송통신위원회 홈페이지, <http://www.kcc.go.kr/>

통계청 홈페이지, <http://www.kostat.go.kr/>

한국정보화진흥원 홈페이지, <http://www.nia.or.kr/>

<http://news.donga.com/3/all/20130211/52917530/3>, 2013/02/04.

<http://www.newswire.co.kr/newsRead.php?no=550523&ected=>,  
2011/06/09.

<http://www.newswire.co.kr/newsRead.php?no=658125&ected=>,  
2012/10/18.

[http://www.zdnet.co.kr/news/news\\_view.asp?article\\_id=20120702094](http://www.zdnet.co.kr/news/news_view.asp?article_id=20120702094216)  
216, 2012/07/02.

## Study on Relationship between Self-Concept, Psychological Health and Mobile Communication Service Addiction

Shin, Jae-wook  
(Hansung University)  
Shin, Min-cheol  
(Hansung University)

### Abstract

The purpose of this study is to analyze the relationship between self-concept, psychological health and mobile communication service addiction. For this task, an on-line survey was conducted across the country by the census proportional allocation sampling method and 300 responses that used the mobile communications services were analyzed. The main conclusions of this study are as follows. Firstly, the relationship between self-construals and psychological health showed that independent self-construal affected loneliness whereas dependent self-construal affected depression.

Secondly, loneliness gave a negative impact to depression. Thirdly, the relationship between psychological health and mobile communication service addiction showed that only depression affected the mobile communication service addiction. Finally, it revealed that self-esteem, especially high self-esteem, was a role of moderating effect in the

relationship of loneliness and mobile communication service  
addiction.

**Keywords** : self-concept, depression, loneliness, addiction