

청소년의 학업관련 스트레스가 SNS중독에 미치는 영향:  
우울을 통한 또래애착의 조절된 매개효과 분석

The Effect of Academic Related Stress on SNS Addiction  
among: The Moderated Mediation Effect of Peer Attachment  
through Depression

강 선 경·차 유 정

서강대학교 신학대학원 사회복지학과 교수·

서강대학교 신학대학원 사회복지학과 박사과정 수료

**Kang, Sunkyung·Cha, Youjeong**

Sogang University Graduate School of Theology, Dept. of Social Welfare,  
Professor·Sogang University Graduate School of Theology, Dept. of Social  
Welfare, Ph. D. Completion.

# 청소년의 학업관련 스트레스가 SNS중독에 미치는 영향: 우울을 통한 또래애착의 조절된 매개효과 분석<sup>1)</sup>

The Effect of Academic Related Stress on SNS Addiction  
among: The Moderated Mediation Effect of Peer Attachment  
through Depression

강 선 경\*2)•차 유 정\*\*3)

Kang, Sunkyung\*•Cha, Youjeong\*\*

## 국 문 요 약

본 연구는 문제행동 이론에 근거하여 청소년의 학업관련 스트레스와 SNS중독의 관계에서 우울과 또래애착의 조절된 매개효과를 검증하는데 목적을 두었다. 이를 위해 스마트폰을 사용하고 있는 전국의 만14세에서 만18세까지의 청소년을 대상으로 2022년 9월 20일부터 10월 11일까지 온라인 설문조사를 실시하여 총 646명의 데이터를 최종분석에 활용하였다. SPSS(v.26.0)와 Process Macro(v.4.2)를 사용하여 분석한 결과는 다음과 같다. 첫째, 학업관련 스트레스와 SNS중독의 관계에서 우울은 부분 매개역할을 하였다. 둘째, 우울과 SNS중독의 관계에서 또래애착이 통계적으로 유의한 영향을 미치며 조절효과를 나타냈다. 셋째, 학업관련 스트레스가 SNS중독에 미치는 과정에서 우울이 매개하며, 우울과 SNS중독의 관계는 또래애착이 조절하는 것으로 나타나 조절된 매개효과를 확인하였다. 이상과 같은 연구결과를 바탕으로 청소년복지의 통합적 실천개입 및 연구의 한계점을 논의하였다.

**주제어:** 문제행동이론, 학업관련 스트레스, 우울, 또래애착, SNS중독, 조절된 매개효과

1) 본 논문은 2020년 대한민국 교육부와 한국연구재단(과제번호 NRF-2020S1A5B8100993)의 지원을 받아 수행된 연구임.

2) 서강대학교 신학대학원 사회복지학과 교수

3) 서강대학교 신학대학원 사회복지학과 박사과정 수료, 교신저자

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성

SNS는 Social Network Services의 약자로 특정한 관심이나 활동을 공유하는 사람들 사이의 관계망을 구축해주는 네트워크 온라인 서비스를 뜻한다. '2020년 한국 인터넷 백서'에 따르면 SNS 이용률은 2019년 47.7%, 2020년 52.4%, 2021년 55.1%로 전 세대에서 지속적으로 증가하는 추세이며, 10대(6~19세)의 주 평균 SNS 이용 빈도는 29.2회로 전 연령대 중 가장 높은 것으로 나타났다. 주로 이용하는 SNS 서비스 순위는 페이스북 49.8%, 인스타그램 29.6%, 카카오톡 7.1% 등으로, 청소년 세대에 있어 소통과 가장 빠른 정보가 공유되는 SNS는 그들에게 없어서는 안 될 존재가 되었다(한국지능정보사회진흥원, 2021; 김윤화, 2022). 그러나 한국은 2000년대부터 세계에서 인터넷 속도가 가장 빠르고 네트워크가 잘 구현된 나라라는 평가를 받으며 인터넷 및 스마트기기의 99% 이상의 보급과 SNS이용률(한국인터넷진흥원, 2019)로 전 세계 어떤 나라보다 가장 빠르고 다양한 서비스를 받고 있지만, 'SNS중독'이라는 부정적인 영향에서 벗어나지 못하고 있다. SNS중독은 청소년들의 문제적 행동 중 하나인 SNS 이용에 대한 강한 욕구와 이를 제어하지 못하는 현상으로, 인터넷 게임중독, 스마트폰 중독과 같은 디지털 미디어 사용으로 인해 발생하는 행위중독이라고 볼 수 있다.

청소년 문제행동의 원인을 이해하고 예방하기 위해 Jessor(1977)는 문제행동 이론(Problem Behavior Theory)을 제시하였는데, 이 이론에서 Jessor는 개인적인 특성과 환경적 요인이 상호작용하여 문제행동이 유발된다고 주장하였다. 즉 개인의 문제적 행동이 3가지의 체계(PPB: Personality system, Perceived environmental system, Behavioral system)로 서로 연관되어 작용함으로써 발생한다고 본 것이다(Jessor et al., 1991; 현안나, 2012). 성격체계(Personality system)는 가치, 신념, 자존감, 정서 등이며, 인지된 환경체계(Perceived environmental system)는 문제행동에 대한 인접 주체들의 기대와 관련된 사회적 영향요인들로 부모 및 또래집단의 관계들이다. 마지막 구성 요소인 행동체계(Behavioral system)는 성격체계와 환경체계의 영향을 받아 결과적으로 나타나는 행동이며, 약물 사용, 음주, 도박 등 다양한 문제적 행동들이 해당된다고 볼 수 있다(서동백, 김성재, 2017). 이에 본 연구는 성격체계와 인지된 환경체계가 행동체계에 영향을 미친다는 문제행동 이론에 근거하여 개인의 성격체계에는 정서영역인 스트레스와 우울을 인지된 환경체계에는 관계영역인 또래애착을 행동체계에는 SNS중독을 대입하여 변수들 간의 영향관계를 살펴보았다.

먼저, 스트레스는 개인이 가진 자원을 초과하여 개인의 안녕에 부정적 영향을 미치는 정도를 말하며, 스트레스 수준과 심각성에 따라 사회적 부적응을 초래한다(Lazarus & Folkman, 1984). 특히 성장기의 전환점에 있는 청소년들은 급격한 신체 및 심리발달, 가족과 사회의 기대 속에서 많은 스트레스를 경험하는데, 청소년들의 과도한 스트레스는 불안과 우울, 강박증 등과 같은 정신건강 상의 문제와 가출, 약물의존 및 자살 등 행동상의 문제들을 야기하는 요인으로 알려져 있다(장정현, 고재홍, 2010). 한국은 청소년기의 발달 단계상의 특성에서 오는 스트레스뿐만 아니라, 입시 위주의 사회문화적 압박으로 인한 학업관련 스트레스가 상당히 심각한 것으로 보고되고 있다(이희자, 2007; 김진웅, 홍서준, 김옥진, 2020). 학업 스트레스란 학업과 관련된 스트레스로 성적 때문에 느끼는 심리적 부담과 긴장, 시험불안, 근심 등의 부정적인 정서 상태를 의미한다(오미향, 천송문, 1994). 선행연구에서 청소년이 느끼는 스트레스 중 학업관련 스트레스의 평균이 가장 높으며(박소영, 문혁준, 2012), 코로나19 이후 청소년의 일상스트레스 중 학업관련 스트레스가 차지하는 비중이 46%로 초등학교생이나 대학생보다 높은 수치로 청소년들에게 미치는 학업 스트레스의 압박이 심각하게 나타났다(강선경, 권진, 2021; 이정인, 2022).

또한 학업 스트레스는 청소년 우울의 가장 큰 요인으로 주목되기도 하는데(김현순, 2014; 윤신애, 채규만, 2016; 황정희, 곽현석, 2019), 학업 스트레스가 과도하게 높고, 결과만 중시하는 사회 분위기 속에서 부모와 본인이 설정해 놓은 지나친 기대치와 기준으로 작은 실수에도 우울을 느끼기 쉽다는 것이다(한겨레신문, 2016.8.29). 우울은 흔히 근심, 침울함, 무력감, 상실감 등의 부정적 정서 상태를 동반하는 그릇된 인지체계의 왜곡된 결과로 나타나는 현상으로, 정서장애로 분류되기도 한다(강선경, 차유정, 2022). 이러한 우울상태가 심화되면 충동성과 공격성, 대인관계 문제, 자살 등의 문제행동을 야기하고, 부정적인 영향력은 지속되어 청소년기 이후의 발달까지 정서장애를 초래하는 요인으로 지목되기도 한다(Clark, 2010). 특히 “코로나19 팬데믹 이후 청소년 정신건강 변화기록”연구에 따르면 청소년들의 30.28%가 우울을 느끼고 있고(한국청소년상담복지개발원, 2021), 이들 중 17.5%는 중등도 이상인 불안위험군이나 우울위험군에 해당(한국트라우마스트레스학회, 2021)된다고 보고되었다. 따라서 우울을 단순히 청소년기의 발달과정에서 흔히 나타나는 일시적 현상으로 치부하거나 단순한 감정기복으로 간주하기에는 문제행동에 미치는 심각성이 매우 크다는 것을 알 수 있다.

온라인 생활이 일상이 된 코로나19 시기를 거치면서 전 연령층에서 인터넷 사용 시간과 비용이 증가하였는데(한국콘텐츠진흥원, 2021), 이는 불안정한 현실에서 벗어나고자 온라인 공간으로 도피함으로써 현실세계에서의 불안, 스트레스, 우울 등으로부터 일시적으로 벗어나

사회적 관계에 대한 욕구를 충족시키려는 행위의 연장선으로 볼 수 있다(강선경, 차유정, 2022). 특히 SNS는 오프라인에서 많은 시간과 노력을 기울였던 타인과의 관계형성 및 인맥 관리 기능을 IT기술과 접목시킴으로써 소통의 기회를 제공하고 접근방법을 쉽게 해 주었다(오승석, 2010; 홍구표, 전해성 2017). 그러나, 즉각적으로 확인하고 보상받으려는 심리로 SNS 이용을 과다하게 사용함으로 '중독'이라는 문제행동에 이르게 된 것으로 볼 수 있다.

청소년의 정신건강을 위협하는 스트레스와 우울, 문제행동인 SNS중독 관련 선행연구를 살펴보면, 먼저 배은숙 등(2020)은 학업 스트레스가 SNS중독 경향성에 유의한 영향을 미쳐 학업 스트레스가 높을수록 SNS중독 경향성도 높아진다고 보고하였고, 정연경(2009)은 스트레스가 우울에 유의한 영향을 미쳐 스트레스가 높을수록 우울이 심해진다고 분석하였다. 황윤지(2020)는 우울, 불안 등의 사회·정서적 고독이 SNS중독 경향성에 정적(+ )영향을 미친다고 보고하였다. 또한 곽효정과 강상준(2020)은 청소년의 스트레스(가정환경 스트레스, 학교생활 스트레스)가 우울에 영향을 미칠 뿐만 아니라 SNS중독 경향성에도 직접적인 영향을 미친다고 분석하여, 우울의 매개효과를 검증한 바 있다. 이에 본 연구에서는 선행연구들을 바탕으로 학업 스트레스가 SNS중독을 일으키는 요인이며, 우울은 이 요인들 간의 관계를 매개할 것이라는 가정으로 변수들과의 관계를 실증적으로 검증하였다.

다음으로, 또래애착은 또래들과 공유하는 정신적, 정서적 유대감을 뜻하며(Weiss, 1982), 청소년기에 발현하는 또래애착은 부모 애착을 능가하는 효과를 보일 수도 있으므로 청소년에게 절대적인 영향을 미친다(장휘숙, 1997). 청소년기는 학교에서 보내는 시간이 길고 이에 따라 부모와 조금씩 분화하며 친구와의 관계가 중요해지며, 동기간 강력한 애착관계가 성립될 수 있는 시기이기 때문이다(Steinberg & Silverberg, 1986; 김혜영, 이영애, 2018). 애착은 각자의 인간관계에서 가장 친밀한 이에게 정서적 측면의 영향을 받는 유대감을 의미하며, 애착의 질은 안정감의 원천이 되는 애착 대상에게 의존할 수 있는 정도에 따라 결정된다. 이런 형태로 만들어진 애착은 자신과 남에 대한 기대와 믿음을 가리키는 내적 작동 모델(internal working model)을 통해 심리적 적응에 지속적으로 영향을 미치게 되는 것이다(Bretherton & Munholland, 2008; 조영주, 2015).

필립 플로레스(P. J. Flores)는 중독을 애착장애의 일종으로 설명하였는데, 이는 모든 사회적 포유동물은 상호 작용 속에 있고 서로의 신경생리에 작용하여 서로를 변화시키고, 영향을 주고받고 있기 때문에 애착관계를 형성하지 못해 친밀함을 덜 느끼는 이는 약물남용이나 음주로 이를 대체하며 스스로를 압박하거나 반복적인 행동으로 정서적 친밀감을 대인관계에서 얻고자 한다고 본 것이다(김갑중 역, 2018). 또한, 현실에서 대인관계에 불만족하거나 벽을 느끼는 경우에 가상공간에서 맺어진 관계에 매료돼 더 빠져드는 경우가 있다는 분석도

있다(한국정보문화진흥원, 2008). 이러한 측면에서 애착이 불안하게 형성된다면 현실에서 만족하지 못한 관심과 애정을 보충하기 위해 가상 세계로의 회피를 추구하므로 SNS중독과 같은 문제행동을 보이게 되는 것이다(최선우, 김승현, 2015; 정귀임, 김장희, 2016). 특히 최근 청소년들은 친구들과 스마트폰을 통해 집단을 형성하고 상호 영향을 미치고 있어, 스마트폰을 활용한 과도한 SNS사용·게임이용 등의 일상 활동들이 '중독'이라는 문제행동으로 작동된 것으로 볼 수 있다.

청소년의 또래애착과 관련된 연구들을 살펴보면, 또래애착이 높아질수록 사이버폭력이 낮아지고(Burton. et al., 2013; 이창호, 이경상, 2015; 권진, 김미숙, 2019; 한다정, 김빛나, 2020), 집단따돌림과 다툼, 시기 등 친구 사이에 문제가 있다면 인터넷 게임중독으로 연결된다는 보고가 있다(박승민, 이주영, 2018). 반면 또래애착이 높아질수록 문제적 행동이 높아진다는 연구결과들도 공존한다. Willoughby(2008)는 친구와의 관계가 깊을수록 인터넷 사용이 활발해졌다는 결과를 제시하였고, Romera et al.,(2016)는 또래지지(peer support)라는 개념을 통해 사이버상의 잦은 폭력이 발생한다고 보았다. 국내 연구에서도 김영희와 서정아(2007)의 연구에서 친구들과의 상호작용이 잦을수록 인터넷 문제행동을 경험할 확률이 높다고 보고되었고, 김현주와 황은숙(2012)의 연구에서는 또래애착을 형성하는 하부 원인인 소외감이 휴대폰 오남용에 영향을 준다고 분석하였다. 이렇듯, 선행연구에서는 또래애착이 문제행동을 증가시키는 위험요인이거나 감소시키는 보호요인으로 나타나 일관되지 않은 결과를 도출하였다. 이는 또래애착과 문제행동의 관계에서 다른 변수들의 영향관계를 살펴볼 필요가 있음을 시사한다. 특히 본 연구는 청소년의 일상이 되어버린 과도한 SNS사용에 주목하여 청소년의 학업 스트레스로 인한 우울이 SNS중독에 미치는 영향에서 또래애착의 조절효과를 살펴보고자 한다. 이를 통해 청소년기의 문제행동을 예방하고 건강한 삶을 살아가는데 도움을 줄 수 있는 실천적 방안을 찾아보았다.

## 2. 연구목적

본 연구에서는 문제행동 이론에 근거하여 청소년의 학업관련 스트레스가 문제행동인 SNS중독에 미치는 영향에서 우울을 통한 또래애착이 어떻게 작용하는지 실증적으로 검증하기 위해 아래와 같은 연구문제를 설정하였다.

<연구문제 1> 청소년의 우울이 학업관련 스트레스와 SNS중독을 매개하는가?

<연구문제 2> 청소년의 또래애착은 우울과 SNS중독 사이에서 조절역할을 하는가?

<연구문제 3> 청소년의 학업관련 스트레스와 SNS중독의 관계에서 우울의 매개효과는 또래 애착에 의해 조절되는가?

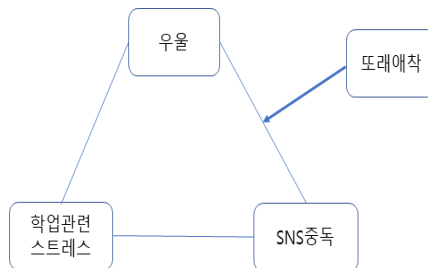
## II. 연구방법

### 1. 연구대상 및 자료수집

본 연구는 온라인 설문조사 전문업체를 통하여 스마트폰을 보유한 전국의 만14세에서 부터 만18세까지의 청소년을 대상으로 조사하였다. 편의할당추출(convenience quota sampling) 방식을 활용하여 조사대상자를 선정하였고, 온라인 조사방식으로 진행하였다. 자료 수집기간은 2022년 9월 20일부터 10월 11일까지 실시했고, 유효응답을 추출하기 위해 일괄적인 패턴, 불성실한 응답을 사용한 분석결과를 제외한 유효응답 총 646명의 데이터가 최종분석에 활용되었다. 연구의 윤리적 고려를 위하여 조사대상 참여자의 동의서와 본 연구의 연구자 전원이 연구자 윤리교육을 이수하였다.

### 2. 연구모형과 연구가설

본 연구에서 연구문제를 해결하기 위한 연구모형은 <그림1>은 다음과 같다.



<그림 1> 학업 스트레스가 SNS중독에 미치는 영향에서 우울을 통한 또래애착의 조절된 매개효과 연구모형

연구모형을 토대로 한 연구가설은 다음과 같다.

- 가설 1. 학업관련 스트레스와 SNS중독의 관계에서 우울은 매개효과를 나타낼 것이다.
- 가설 2. 우울과 SNS중독의 관계에서 또래애착은 조절효과를 나타낼 것이다.

가설 3. 학업관련 스트레스와 SNS중독의 관계에서 우울을 통한 또래애착은 조절된 매개 효과를 나타낼 것이다.

### 3. 분석방법과 절차

본 연구의 분석에 사용된 통계프로그램은 SPSS(v.26.0)와 Process Macro SPSS(v.4.2)이고, 분석절차는 다음과 같다.

첫째, 측정도구의 신뢰도 검증을 위해서 각 변수들의 크론바하 알파 계수(Cronbach's alpha)를 산출하여 척도의 적합도를 확인하였다.

둘째, 연구대상자의 인구사회학적 특성을 알아보기 위해 빈도분석을 실시하고, 연구문제의 주요변수들의 특성을 파악하기 위해서 기술통계와 상관분석을 진행하였다.

셋째, Process Macro Model 4를 사용하여 청소년의 학업관련 스트레스와 SNS중독의 관계에서 우울의 매개효과를 검증하였다.

넷째, 청소년의 우울과 SNS중독의 관계에서 또래애착의 조절효과 검증을 위해 위계적 회귀분석을 실시하였고, Process Macro Model 1를 사용하여 조절효과의 유의미성을 검증하였다.

다섯째, 또래애착의 조절된 매개효과 검증을 위하여 Process Macro Model 14를 사용하였고, 또래애착에 의한 조건부 간접효과를 알아보기 위해서 5,000회의 부트스트랩(Bootstrap)방법을 활용하여 상호작용의 평균지점과  $\pm 1SD$  지점에서의 유의성 검증을 실시하였다.

### 4. 측정도구

#### 1) 독립변수: 학업관련 스트레스

청소년의 학업관련 스트레스 측정은 한미현과 유안진(1995)이 개발한 한국 아동의 일상적 스트레스 척도를 사용하였다. 본 연구에서는 원척도의 42항목 중 학교관련 스트레스 요인 7 문항을 추출하여 사용하였다. 척도의 주요 내용은 학업을 할 때 느낄 수 있는 성취, 긴장, 걱정, 부담 등으로 구성되어 있으며, 각 문항은 '거의 그렇지 않다(1점)', '그렇지 않은 편이다(2점)', '그런 편이다(3점)', '매우 그렇다(4점)'으로 측정되는 리커트 4점 척도이다. 합산점수가 높을수록 청소년의 학업관련 스트레스 정도가 높다고 할 수 있다. 원척도의



Cronbach's  $\alpha$ 값은 .73이고, 본 연구의 학업관련 스트레스 Cronbach's  $\alpha$ 값은 .86로 나타났다.

## 2) 종속변수: SNS 중독

청소년의 SNS중독을 측정하기 위해 오윤경(2012)이 개발하고, 조성현과 서경현(2013)이 수정·보완한 SNS중독 척도를 사용하였다. 오윤경(2012)은 Young이 개발한 인터넷중독 진단 척도 8문항과 한국정보문화진흥원의 인터넷중독 자가진단 검사인 K척도 20문항을 가져와 SNS중독 관련질문과 유사질문을 통합하여 총 20문항으로 구성된 자기보고형 척도이다. 20개의 문항은 SNS 집착 및 금단, SNS 과잉의사소통과 몰입, SNS를 위한 과도한 시간 소비의 3가지 하위영역으로 구성되었으며, 각 문항은 전혀 그렇지 않다(1점), '대체로 그렇지 않다(2점)', '대체로 그렇다(3점)', '매우 그렇다(4점)'으로 측정되는 리커트 4점 척도로 합산점수가 높을수록 SNS중독 정도가 심하다고 볼 수 있다. 조성현과 서경현 연구의 Cronbach's  $\alpha$ 값은 .94이고, 본 연구의 SNS중독 Cronbach's  $\alpha$ 값은 .95로 나타났다.

## 3) 매개변수: 우울

청소년의 우울은 원척도인 Radloff(1977)의 우울척도를 전경구와 이민규(1992)가 번안하고 타당화한 한국판 CES-D(Center for Epidemiological Studies-Depression Scale)척도를 사용하였다. 한국판 우울척도 CES-D는 일상생활에서 주관적으로 느끼는 우울 정도를 평가하기 위한 척도로 응답자들이 최근 일주일간 우울과 관련된 증상들을 얼마나 자주 느꼈는지를 측정하는 내용으로 총 20문항으로 구성되었다. 각 문항은 7개 문항의 우울감정과 4개 문항의 긍정감정, 7개 문항의 신체 및 행동 둔화, 2개 문항의 대인관계의 4가지 하위영역으로 구성되었다. 각 문항의 점수는 0에서 3점으로 1일 미만 기준 '극히 드물었다(0점)', 1~2일 기준 '가끔 있었다(1점)', 3~4일 기준 '종종 있었다(2점)', 5~7일 기준 '대부분 그랬다(3점)' 측정되었으며 합산점수가 높을수록 우울정도가 심하다고 볼 수 있다. 긍정감정 4문항(다른 사람들만큼 능력이 있다고 느낀다, 미래에 대해 희망적이라 느낀다, 행복하다, 생활이 즐겁다)는 역점수 처리하여 측정하였다. 전경구와 이민규 연구의 Cronbach's  $\alpha$ 값은 .89이고, 본 연구의 우울 Cronbach's  $\alpha$ 값은 .94로 높게 나타났다.

## 4) 조절변수: 또래애착

청소년의 또래애착을 알아보기 위해 한국 아동·청소년 패널조사에서 사용된 또래애착 척도 9문항을 사용하였다. 원척도는 Armsden과 Greenberg(1987)의 애착척도 25문항 중 중복

되는 문항을 제외하고 3개의 하위영역 ‘의사소통’, ‘신뢰’, ‘소외’로 재구성하여 하위영역 별 3개 문항씩 총 9개의 문항으로 재구성되었다(황미경, 2010). 척도의 세부내용은 ‘내 친구들은 나와 이야기를 나눌 때 내 생각을 존중해 준다.’, ‘내 친구들은 내가 말하는 것에 귀를 기울인다.’, ‘나는 내 친구들에게 내 고민과 문제에 대해 이야기 한다.’, ‘내 친구들은 나를 잘 이해해 준다.’, ‘나를 속마음을 털어놓고 싶을 때 친구들에게 말할 수 있다.’, ‘나는 내 친구들을 믿는다.’, ‘나는 지금의 친구들 대신 다른 친구들을 사귀고 싶다(R).’, ‘나는 친구들과 함께 있어도 외롭고 혼자되는 느낌이 든다(R).’, ‘친구들은 내가 요즘 어떻게 지내는지 잘 모른다(R).’로 구성되었다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’, ‘그렇지 않은 편이다(2점)’, ‘그런 편이다(3점)’, ‘매우 그렇다(4점)’으로 측정되는 리커트 4점 척도로, 3개의 역문항(R)은 역점수로 처리하여 합산점수가 높을수록 또래애착이 강하다고 볼 수 있다. Armsden와 Greenberg 척도에서의 Cronbach’s  $\alpha$ 값은 .69이고, 본 연구의 또래애착 Cronbach’s  $\alpha$ 값은 .79로 나타났다.

### III. 분석결과

#### 1. 연구대상자의 인구사회학적 특성

연구대상자의 인구사회학적 특성은 <표 1>과 같다. 응답자는 여자 412명(63.8%), 남자 234명(36.2)으로 여자 청소년의 비중이 높았다. 연령은 만14세부터 만18세까지로 정규 학제상 학년으로는 중학생 1학년부터 고등학생 2학년까지이며, 중학생이 277명(42.9%), 고등학생이 233명(36.0%), 자퇴·유학준비·대안학교 등의 기타항목이 136명(21.1%)이었다. 2022년 1학기 성적을 본인이 생각하는 주관적 판단으로 기재한 성적은 매우 낮은 수준 6.3%(41명), 매우 높은 수준 8.2%(53명), 그 외의 수준이 전체의 85.8%(552명)을 차지했다. 본인을 제외한 동거인 수는 3명 동거가 전체의 67.1%(433명)으로 가장 높았다.

<표 1> 연구대상자의 인구사회학적 특성

항목	구분	빈도(명)	비율(%)
성별	여자	412	63.8
	남자	234	36.2
연령	만14세	164	25.4
	만15세	137	21.2
	만16세	116	18.0

항목	구분	빈도(명)	비율(%)
연령	만17세	117	18.1
	만18세	112	17.3
학년	중학생	277	42.9
	고등학생	233	36.0
	기타	136	21.1
성적 (22년 1학기 기준)	매우 낮은 수준	41	6.3
	낮은 수준	138	21.4
	중간	253	39.2
	높은 수준	161	24.9
	매우 높은 수준	53	8.2
동거인 수 (본인제외)	1	28	4.3
	2	128	19.8
	3	433	67.1
	4	39	6.0
	5명 이상	18	2.8
계		646	100

## 2. 기술통계 및 주요변수의 상관관계 분석

청소년의 학업관련 스트레스, 우울, 또래애착, SNS중독에 대한 기술통계 분석과 피어슨(Pearson's)의 상관관계 분석결과는 <표 2>와 같다.

<표 2> 주요변수 간의 상관관계

(n=646)

연구변수	평균	표준 편차	왜도	첨도	변수 간 상관관계			
					1	2	3	4
1. 학업관련 스트레스	2.58	.748	-.312	.192	1			
2. 우울	1.06	.553	.227	-.561	.479**	1		
3. 또래애착	2.87	.499	.080	-.029	-.220**	-.484**	1	
4. SNS중독	2.11	.690	.228	-.668	.367**	.449**	-.160**	1

\*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

먼저 기술통계를 살펴보면, 변수들의 평균과 표준편차(SD)는 각각 학업관련 스트레스 2.58(SD=.748), 우울 1.06(SD=.553), 또래애착 2.87(SD=.499), SNS중독 2.11(SD=.690)으로 나타났다. 또한 모든 변수들의 왜도와 첨도가 절대값 2와 4를 넘지 않아 정규분포성 기본가정에 부합하였다. 상관관계 분석결과, 학업관계 스트레스와 우울, SNS중독 그리고 우울과 SNS중독 간에는 통계적으로 유의미한 정적(+)관계가 나타났고, 학업관련 스트레스와 또래애착, 우울과 또래애착 그리고 또래애착과 SNS중독 간에는 통계적으로 유의미한 부적(-)관계가 나타났다. 즉 학업관련 스트레스와 우울·SNS중독, 우울과 SNS중독은 비례관계이고, 또래애착은 학업관련 스트레스·우울·SNS중독과 반비례관계이다. 이들 변수 중에서 우울과 또래애착의 상관관계 계수가 -.484로 가장 높게 나타났다.

### 3. 학업관련 스트레스와 SNS중독의 관계에서 우울의 매개효과

청소년의 학업관련 스트레스와 SNS중독 관계에 있어서 우울의 매개변수 역할을 살펴보기 위해, SPSS PROCESS Model 4를 활용하였다. 매개효과 분석결과는 <표 3>과 같다. 먼저 독립변수인 학업관련 스트레스와 매개변수인 우울에 대한 회귀분석 결과에 따르면, 두 변수간의 회귀분석은 통계적으로 유의하였고( $F=192.107, p<.001$ ), 설명력은 22.98%로 나타났다. 학업관련 스트레스가 강해질수록 우울수준도 높아졌으며(standardized coefficients =.4793), 통계적으로도 유의미하였다( $t=13.8603, p<.001$ ).

<표 3> 우울에 대한 학업관련 스트레스의 영향력 검증결과 (n=646)

연구변수	coeff	s.e	st. coeff.(β)	t	LLCI	ULCI
상수	.1487	.0689	-	2.1595**	.0135	.2840
학업관련 스트레스	.3545	.0256	.4793	13.8603***	.3043	.4047

R=.4793, R<sup>2</sup>=.2298, F=192.107\*\*\*

\*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$

다음으로, 독립변수 학업관련 스트레스와 매개변수 우울이 종속변수인 SNS중독에 미치는 영향을 <표 4>로 살펴보면, 회귀분석 결과는 통계적으로 유의하였고( $F=95.926, p<.001$ ), 설명력은 22.98%였다. 종속변수인 SNS중독에 대하여 학업관련 스트레스가 강해질수록, 우울수준이

높아질수록 SNS중독이 높아진다는 결과가 나타났으며, 표준화된 회귀계수( $\beta$ )는 각각 .1990 .3511로 우울이 SNS중독에 미치는 영향이 상대적으로 크게 나타났다. 각 변수들 간의 영향 관계는 모두 통계적으로 유의미하였다.

<표 4> SNS중독에 대한 매개효과 검정 (n=646)

연구변수	coeff	s.e	st. coeff.( $\beta$ )	t	LLCI	ULCI
상수	1.1687	.0864	-	13.5304***	.9991	1.3383
학업관련 스트레스	.1838	.0364	.1990	5.0455***	.1122	.2553
우울	.4384	.0492	.3511	8.9025***	.3417	.5351

R=.4794, R<sup>2</sup>=.2298, F=95.926\*\*\*

\*\* $p$ <.01, \*\*\* $p$ <.001

마지막으로 학업관련 스트레스가 SNS중독에 영향을 미치는 관계에서 우울의 매개효과를 <표 5>에서 총효과, 직접효과, 간접효과 계수로 살펴보면, 총효과는 .3392, 직접효과는 .1838, 간접효과는 .1554이었다. 부트스트래핑 검정 결과 95%신뢰 구간에서 하한값(BootLLCI =.1143)과 상한값(BootULCI=.1985) 사이에 '0'이 포함되지 않아 매개효과의 간접효과 유의성이 검정되었다. 즉 학업관련 스트레스와 SNS중독에 있어서 우울이 부분매개 역할을 하고 있으며, 효과성에 있어서 정(+ )방향으로 나타나 SNS중독을 가중시키는 것으로 볼 수 있다. 따라서 가설1이 검정되었다.

<표 5> 총효과, 직접효과, 간접효과 (n=646)

	Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI
총효과	.3392	.0339	.2727	.4056
직접효과	.1838	.0364	.1122	.2553
간접효과	.1554	.0214	.1143	.1985

#### 4. 우울과 SNS중독의 관계에서 또래애착의 조절효과

청소년의 우울이 SNS중독에 미치는 영향에서 또래애착의 조절효과 검증을 위해 위계적 회귀분석을 실시한 결과는 <표 6>과 같다. 회귀모형은 1단계(F=160.308, P<.001), 2단계(F=82.110, P<.001), 3단계(F=57.570, P<.001)에서 모두 통계적으로 유의미하였다. 회귀모형의 설명력은 1단계에서 19.9%, 2단계에서 20.3%, 3단계에서는 21.2%로 모형의 설명력이 순차적으로 증가한 것을 알 수 있다. 회귀계수의 유의성 검증 결과, 1단계에서는 우울( $\beta=.446$ ,  $P<.001$ )이 정적(+)영향으로 유의하게 나타났다. 즉 우울 수준이 높을수록 SNS중독이 높아지는 것을 의미한다. 2단계에서의 또래애착도( $\beta=.073$ ,  $P<.001$ )는 정적(+)영향으로 유의하게 나타났다. 다시 말해 또래애착이 강할수록 SNS중독이 높아진다고 볼 수 있다. 3단계에서는 우울과 또래애착 간의 상호작용항( $\beta=0.427$   $P<.01$ )은 정(+)의 방향으로 유의하게 확인되었다. 이는 우울이 증가할수록 SNS중독도 증가하는데, 이때 우울과 또래애착이 결합하면 우울에 의해 증가하는 SNS중독이 더 증폭된다고 해석할 수 있다. 또한 <표 7>과 같이 조절효과의 유의성 재검정을 위해 SPSS PROCESS Model 1를 사용하여 부트스트래핑을 진행한 결과, 또래애착이 M-1SD인 집단과 M+1SD인 집단에서 하한값(BootLLCI)과 상한값(BootULCI) 사이에 '0'이 포함되지 않아 또래애착의 조절효과가 재검정되었다. 따라서 가설 2도 채택되었다.

<표 6> 또래애착의 조절효과 검증(위계적 회귀분석) (n=646)

단계	구분	B	s.e	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	F
1	(상수)	2.111	.024	-	86.724***	.199	.198	160.308***
	우울	.308	.024	.446	12.661***			
2	(상수)	2.111	.024	-	86.881***	.203	.201	82.110***
	우울	.333	.028	.482	11.982***			
	또래애착	.051	.028	.073	1.825*			
3	(상수)	2.140	.026	-	80.829***	.212	.208	57.570***
	우울(M)	.330	.028	.478	11.933***			
	또래애착(Z)	.055	.028	.080	1.996*			
	M×Z	.059	.022	.093	2.639**			

\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$

<표 7> 또래애착의 조절효과 검증(Bootstrap)

(n=646)

	조절변수 수준에 따른 유의성 검증				
	Effect	S.E	t	LLCI	ULCI
-.4269(M-1SD)	.5065	.0617	8.2085***	.3853	.6276
.0175(Mean)	.6008	.0500	12.0154***	.5026	.6990
.5731(M+1SD)	.7187	.0668	10.7630***	.5876	.8498

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

### 5. 학업관련 스트레스와 SNS중독의 관계에서 우울을 통한 또래애착의 조절된 매개효과

앞의 분석에서 우울의 매개효과와 또래애착의 조절효과가 유의미하게 확인되었으므로, 두 모형을 결합한 조절된 매개효과를 살펴보고자, SPSS PROCESS Model 14를 사용하였다. <표 8>과 같이 조절된 매개효과를 살펴보면, 학업관련 스트레스는 우울에 유의미한 영향을 주는 것으로 나타났다( $t=13.8603$ ,  $p < .001$ ). 다음으로 SNS중독에 학업관련 스트레스( $t=4.8252$ ,  $p < .001$ )와 우울( $t=8.8240$ ,  $p < .001$ ), 또래애착( $t=1.9259$ ,  $p < .05$ ) 그리고 우울과 또래애착의 상호작용항( $t=2.2539$ ,  $p < .05$ )은 정적인(+) 영향을 미치는 것으로 나타났다.

<표 8> 조절된 매개효과 검증

(n=646)

	우울						
	coeff	s.e	t	LLCI	ULCI	R <sup>2</sup>	F
상수	-.9170	.0689	-13.3154***	-1.0522	-.7818	.2298	192.107***
학업관련 스트레스	.3545	.0256	13.8603***	.3043	.4047		
	SNS중독						
	coeff	s.e	t	LLCI	ULCI	R <sup>2</sup>	F
상수	1.6810	.0985	17.0578***	1.4875	1.8745	.2396	50.4970***
학업관련 스트레스	.1756	.0364	4.8252***	.1041	.2470		
우울(M)	.4822	.0546	8.8240***	.3749	.5895		
또래애착(Z)	.1050	.0545	1.9259*	-.0021	.2121		
M×Z	.1789	.0794	2.2539*	.0230	.3347		

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

또래애착의 조절된 매개효과의 유의성을 살펴보기 위하여 부트스트래핑을 진행한 결과는 다음과 같다. 또래애착의 추정치에 대한 95% 신뢰구간 안에서 하한값(BootLLCI)과 상한값(BootULCI) 사이에 '0'이 포함되지 않아 조건부 값에 따른 조절된 매개효과의 유의성이 검정되었다. 구체적으로 또래애착이 평균으로부터 높을수록 간접효과가 더 증가하는 것으로 (-1SD=.1439, Mean=.1721, +1SD=.2073) 나타났다. 이는 청소년의 또래애착이 학업관련 스트레스와 SNS중독의 관계에서 우울과 상호작용하여 SNS중독에 부정적인 영향을 미치는 것을 의미하며, 이러한 분석결과는 학업관련 스트레스, 우울, SNS중독의 경로를 통해 청소년의 또래애착의 수준에 따라 나타나는 효과가 유의하게 조절된다고 볼 수 있다. 따라서 가설 3이 채택되었다.

#### IV. 결론 및 제언

본 연구는 문제행동 이론에 근거하여 청소년의 학업관련 스트레스가 매개변수 우울을 통해 이르는 과정에서 또래애착이 조절효과를 나타내는지 알아보기 위해 SPSS PROCESS Model 14를 사용하여 조절된 매개모형을 검정하였다. 본 분석결과를 정리하면 다음과 같다.

첫째, 주요변수들 간의 상관관계 분석결과, 모든 변수 간에 통계적으로 유의한 상관을 나타냈으며, 이 중에 우울과 또래애착의 상관관계 계수가 가장 높게 나타났다.

둘째, 우울의 매개효과를 분석한 결과, 학업관련 스트레스는 SNS중독에 직접적인 영향을 미치고 또한 우울을 통해 간접적으로 SNS중독에 영향을 미치는 것으로 나타나 학업관련 스트레스와 SNS중독의 관계를 우울이 부분 매개하는 것으로 확인되었다. 이는 청소년의 학업관련 스트레스가 높을 때 SNS중독도 증가한다는 선행연구(배은숙 외, 2020)를 지지하고, 학업관련 스트레스는 우울과 직접 관련이 있으며 우울을 높인다는 연구결과들(정연경, 2009; 이정인, 2022)과 맥락을 같이하며, 우울이 SNS중독을 높인다는 분석결과(곽효정, 강상준, 2020; 황윤지, 2020)와 일치한다.

셋째, 청소년의 우울과 SNS중독의 관계에서 또래애착의 조절효과를 검정한 결과, 또래애착이 SNS중독에 미치는 주효과와 우울과 또래애착의 상호작용효과가 정(+)의 방향으로 유의하게 나타났다. 이는 우울수준이 높을수록 SNS중독도 증가되는데 이때 우울과 또래애착이 결합(bonding)하는 상호작용을 통해 청소년의 SNS중독을 더 악화시키는 변수로 작용하고 있다는 것을 보여주어 조절변수인 또래애착이 SNS 사용의 부정적 영향을 강화시키는 조절효과를 나타내고 있음을 확인하였다. 이는 또래애착이 증가할 때 문제행동이 감소한다는 선행연구(이창호, 이경상, 2015; 한다정, 김빛나, 2020)와 상반되며, 또래애착이 강할수록 문제행동을



높인다는 연구결과(김영희, 서정아, 2007; 이종하, 2016)와 같은 맥락이다.

넷째, 조절된 매개효과 분석결과, 학업관련 스트레스가 우울을 매개로 이어지는 경로에서 또래애착의 조절된 매개효과가 정(+)<sup>2</sup>의 방향으로 유의미하게 나타났다. 이는 청소년의 학업관련 스트레스와 SNS중독의 관계에서 우울의 매개효과는 우울과 또래애착의 상호작용에 의해 강화되고 있음을 보여준다. 이러한 영향력은 또래애착의 정도가 낮을 때보다 강할 때 더 크게 작용하여 우울수준이 높아지면 또래애착 강화가 더 크게 작동하여 SNS중독이 증가하는 것으로 해석할 수 있다. 따라서 청소년의 학업관련 스트레스가 SNS중독에 미치는 영향에서 우울을 통한 또래애착의 조절된 매개효과는 확인되었다. 본 연구는 청소년의 문제행동 중 하나인 SNS중독에 학업관련 스트레스, 우울, 또래애착이 영향을 주는 과정과 또래애착의 조절효과를 검정한 연구로써 이들 4개 변수들 간의 영향관계를 실증적으로 확인했다는 점에 의의가 있다.

본 연구결과를 토대로 문제행동 예방을 위한 개인적 요인과 환경적 요인의 상호작용을 고려한 통합적 실천개입을 다음과 같이 논의하였다.

먼저, 청소년의 스트레스와 우울 등의 정신건강과 관련된 문제는 해당 시기에만 그치지 않고, 성인이 된 후의 가정과 직장생활, 사회적응 등 인생 전반에 걸쳐 지속적인 영향을 미치기 때문에, 문제행동을 유발하는 개인체계의 위험요인에 인식개선과 사회적 지원체계가 무엇보다 필요하다. 현대사회는 과거 어느 때 보다 풍족함에도 불구하고, 우울·스트레스 등의 정신건강의 피폐로 인해 삶의 질이 떨어지고 있는 것을 어렵지 않게 목격하게 된다(장택용, 2015). 2020년 청소년건강행태조사에 따르면, 청소년의 정신건강은 성인에 비해 스트레스와 우울감이 취약하고, 고학년이 될수록 스트레스가 상승하고 있으며 고등학교 3학년의 스트레스 수준은 매 연도마다 제일 높게 나타난다고 보고되었다(교육부, 보건복지부, 질병관리청, 2021). 이는 한국 청소년들이 학업성적 및 입시위주의 교육환경 등으로 과도한 학업 스트레스에 노출되어 있으며 이로 인한 우울, 불안, 무력감 등의 부정적 정서문제를 겪고 있다는 것을 짐작하게 한다. 본 연구에서도 학업관련 스트레스와 부정적 정서인 우울이 SNS중독의 요인으로 확인되었다.

현재 청소년의 정신건강을 위한 지원 사업은 교육부, 보건복지부, 여성가족부 등에서 추진하고 있는데, 교육부는 학교 내의 학생의 정서·행동특성 검사와 사후관리를 담당하고, 여성가족부는 청소년사이버상담센터·청소년상담 1388채널·청소년상담복지센터를 통해 가출·학업중단·인터넷상담·성매매와 학교폭력 및 성폭력 상담 및 긴급구조와 법률지원 등의 역할을 한다. 보건복지부는 의료적 치료의 필요성이 높은 청소년을 대상으로 정신과적 치료를 기반으로 접근하고 있다. 그러나, 현행의 정책지원은 각 부처가 정신건강 관리를

전문성 있게 수행할 수 있는 자체적 여건이 미약하고 일상적이고 만성적인 스트레스와 우울감에 시달리고 있는 청소년들에게 적기에 접근할 수 없는 한계가 있다(박진우, 허민숙, 2021). 이는 청소년정책과 관련된 사업 전반들이 단일 주무부처가 아니라 여러 부처에 산발적으로 진행되고 있어 문제행동에 노출되어있는 청소년들을 조기에 발견하고 적절한 조치를 통합적으로 연계할 총괄부처 부재에 기인한다고 볼 수 있다(강선경, 차유정, 2021). 따라서 청소년 정책 전반을 기획, 관리, 집행, 책임지는 총괄부처가 필요하고, 허브에서 정신건강·디지털 중독을 비롯한 각 영역별로 질적인 변화를 주도하고 일관성 있는 실천개입을 할 수 있도록 청소년복지, 정신보건의료, 교육환경 등의 각 분야의 전문가들이 융합된 한팀의 전문가지원단 구성도 고려될 필요가 있다.

다음으로, 또래관계는 친구들과 함께 상호작용하고, 감정을 이해하고, 대인관계를 형성하며, 협력과 문제해결 능력을 키움으로써 청소년들이 성인으로 성장해가는 과정에서 중요한 경험이다(심희옥, 심유림; 2009). 그러나 이러한 또래관계는 긍정과 부정의 양면을 가져 복잡하고 다양한 기능과 상호작용을 통해 청소년들의 언행에 영향을 준다(곽금주, 2000). 이에 또래관계 안에서 긍정적 상호작용을 할 수 있는 프로그램 방안이 필요하다.

본 연구에서는 청소년들의 친밀한 또래관계인 또래애착이 문제행동 간의 상관분석에서는 부적(-)관계로 또래애착과 문제행동(SNS중독) 간의 반비례 관계를 보였지만, 학업 스트레스와 우울감과 같은 부정적 정서와 결합할 때 오히려 또래애착이 문제행동을 악화시키는 부정적인 요인으로 작용하였다. 이는 청소년이 또래집단에서 정서 및 사회생활을 관리하는 방식이 그들의 문제행동에 영향을 미치고 있는 것으로 볼 수 있다. 앞에서 서술한 바와 같이 현시대의 청소년들은 학업성적 및 입시위주 교육에 따른 스트레스, 우울감에 쉽게 노출되어 있는 환경이다. 이러한 환경적 위험요인들은 현실이고, 위험요인의 제거는 사실상 불가능하다. 그러나, 현대의 많은 사람들이 일상생활 전반에 많은 스트레스와 우울을 경험하고 있지만, 부정적 정서를 경험한 모든 사람들이 똑같은 반응을 보이는 것은 아니다. 이것은 부정적 정서에 대응하는 방식과 태도가 개인마다 다르기 때문이다. 즉 어떻게 대처하느냐에 따라 상황의 강화 혹은 완화가 나타날 수도 있는 것이다. 이에 청소년들에게 친화적이고 쉽게 접근할 수 있는 또래상담 프로그램으로 부정적 정서의 위험요인의 조기발견, 적절한 치료, 지속적 관리를 지원할 필요가 있다. 또래상담이란 비슷한 연령으로 유사한 경험 및 가치관 등을 공유하는 청소년들이 소정 시간의 훈련을 받은 후에 자신의 경험을 토대로 또래친구들의 고민이나 문제해결을 조력하며 상호 간 성장, 발달 할 수 있도록 일상생활 전반의 지지적인 도움을 제공하는 프로그램이다(채연희, 이현림, 2003). 청소년기는 또래의 상호작용에서 다양한 영향을 주고받으며 자아정체성을 확립하고 다양한 변화를 경험하는 시기로,

자신이 속한 또래집단에서 인정과 지지를 받으면서 사회성을 기르며 성인으로 성장하게 된다. 이러한 측면에서 또래상담 지원활동은 조력자 및 피조력자 모두에게 청소년문제에 당사자이자 주체자로서 역할을 하고, 문제행동을 유발하는 환경체계의 위험요인에 대응할 수 있는 보호요인을 또래관계망에서 형성할 수 있을 것으로 기대한다.

마지막으로, 본 연구는 횡단적 연구로써 4가지의 변수 간의 인과관계를 추론하는데 한계가 있고, 문제행동을 유발하는 다양한 변수들이 있음에도 세부적으로 반영하지 못하였다. 또한 온라인 공간과 오프라인 공간에 대한 또래애착 정도를 구분하여 파악하지 못하였다. 후속연구에서는 이러한 한계 사항이 보완된 연구설계가 필요하다.

## ■ 참고 문헌

- 강선경, 권진 (2021). 청소년의 학업 스트레스와 우울, 자기통제력에 관한 연구: 게임 과몰입 및 일반 청소년에 대한 다집단 분석. 학교사회복지, 56, 87-105.
- 강선경, 차유정 (2021). 게임이용 장애(gaming disorder) 기사에 대한 비판적 담론분석-청소년의 게임이용을 중심으로. 청소년문화포럼, 66, 5-32.
- 강선경, 차유정 (2022). 중년여성의 우울과 인터넷 중독 관계에서 사회적지지의 조절효과. 한국융합학회논문지, 13(4), 499-511.
- 곽금주 (2000). 또래간 사회적 관계-부정적 측면에 관한 개관. 한국심리학회지, 발달, 13(3), 77-89.
- 곽효정, 강상준 (2020). 청소년 우울이 인터넷게임중독과 SNS중독경향성에 미치는 영향연구. 인문사회21, 11(2), 581-596.
- 교육부, 보건복지부, 질병관리청 (2021). 제16차(2020년) 청소년건강행태조사 통계.
- 권진, 김미숙 (2019). 청소년의 또래애착과 사이버폭력의 관계 연구: 게임중독의 매개효과 검증. 한국웰니스학회지, 14(2), 41-53.
- 김영희, 서정아 (2007). 가족, 학교 및 지역사회 관련요인이 남녀 청소년의 인터넷관련 문제 행동에 미치는 영향. 한국지역사회생활과학회지, 18(1), 63-70.
- 김윤화 (2022). 세대별 SNS이용 현황. KISDI STAT Report.
- 김진웅, 홍서준, 김옥진 (2020). 청소년의 학업스트레스가 게임 과몰입에 미치는 영향: 부모-자녀 의사소통과 또래관계의 매개효과. 보건사회연구, 40(3), 429-458.
- 김현순 (2014). 청소년의 학업스트레스와 우울 간의 관계에서 자아존중감의 종단매개효과 검증. 청소년학연구, 21(3), 407-437.
- 김현주, 황은숙 (2012). 또래애착과 충동성이 청소년의 부적절한 휴대폰 사용에 미치는 영향. 청소년문화포럼, 32, 7-38.
- 김혜영, 이영애 (2018). 청소년의 또래애착과 스마트폰 중독경향성의 관계에서 자아존중감의 조절효과. 청소년상담연구, 26(2), 229-247.
- 박소영, 문혁준 (2012). 아동의 가족건강성 및 일상생활 스트레스에 따른 인터넷 게임중독 경향. 인간발달연구, 19(1), 143-162.
- 박승민, 이주영 (2018). 청소년들의 인터넷 게임중독에 대한 잠재프로파일 분석 및 영향요인 분석. 상담학연구, 19(6), 203-224.
- 박진우, 허민숙 (2021). 아동·청소년의 정신건강 현황, 지원제도 및 개선방향. 국회입법조사처.

- 배은숙, 강혜승, 이하나 (2020). 청소년의 학업스트레스와 소셜 네트워크 서비스 중독경향성의 관계에서 수면의 질의 매개효과. *지역사회간호학회지*, 31(3), 290-299.
- 서동백, 김성재 (2017). 문제행동이론을 기반으로 한 SNS중독과 게임중독의 비교. *한국경영정보학회*, 19(1), 25-48.
- 심희옥, 심유림 (2009). 또래관계. *아동학회지*, 30(6), 195-208.
- 오미향, 천송문 (1994). 중학생의 학업스트레스 요인 및 증상분석과 그 감소를 위한 명상훈련의 효과. *인간이해*, 5, 63-96.
- 오승석 (2010). 트위터와 페이스북의 이용 동기와 충족에 관한 연구. 석사학위논문. *한양대학교 대학원*.
- 오윤경 (2012). SNS중독경향성과 외로움, 우울, 대인관계, 사회적지지의 관계. 석사학위논문. *한국상담학대학원 대학교*.
- 윤신애, 채규만 (2016). 청소년의 학업스트레스가 정신건강 문제에 미치는 영향. *청소년학연구*, 23(12), 1-24.
- 이정인 (2022). 청소년의 학업스트레스가 우울에 미치는 영향: 인터넷게임중독을 통한 자기효능감의 조절된 매개효과. *생명연구*, 36, 127-151.
- 이종하 (2016). 청소년 스마트폰 중독모형에 관한 연구. *한국콘텐츠학회논문지*, 16(9), 433-442.
- 이창호, 이경상 (2015). 사회적 유대요인이 청소년들의 스마트폰을 통한 따돌림피해에 미치는 영향. *언론학연구*, 19(2), 33-59.
- 이희자 (2007). 대입수험생의 입시스트레스가 정신건강에 미치는 영향. 석사학위논문. *한국교원대학교 대학원*.
- 장정현, 고재홍 (2010). 청소년의 스트레스와 정신건강: 희망의 조절효과. *청소년상담연구*, 18(2), 101-116.
- 장택용 (2015). 청소년의 정신건강, 우울 및 스트레스가 삶의 질에 미치는 영향. 박사학위논문. *웨스트민스터신학대학원 대학교*.
- 장희숙 (1997). 청년기의 애착과 자아존중감 및 자기효능감의 관계. *인간발달연구*, 4(1), 88-106.
- 전경구, 이민규 (1992). 한국판 CES-D 개발 연구 I. *한국심리학회지*, 임상, 11, 65-76.
- 정귀임, 김장희 (2016). 중학생의 부모애착 및 또래애착과 스마트폰중독의 관계에서 자기효능감의 매개효과. *재활심리연구*, 23(3), 599-614.
- 정연경 (2009). 생활스트레스와 대인관계 문제가 청소년 우울에 미치는 영향. 석사학위논문. *인천대학교 교육대학원*.

- 조성현, 서경현 (2013). SNS중독경향성 관련요인 탐색: 내현적 자기에, 자기제시 동기 및 소외감을 중심으로. 한국심리학회지, 건강, 18(1), 239-250.
- 조영주 (2015). 대학생의 애착, 자동적 사고 및 사회적지지가 대인관계 유능성에 미치는 영향. 석사학위논문. 이화여자대학교 대학원.
- 채연희, 이현림 (2003). 또래상담 운영이 또래상담자의 자기평가와 학습응집력에 미치는 효과. 청소년상담연구, 11(1), 116-125.
- 최선우, 김승현 (2015). 청소년의 부모와의 애착이 스마트폰 중독에 미치는 영향: 자아존중감의 매개효과. 한국심리학회지. 학교, 12(3), 365-383.
- 필립 플로레스 저, 김갑중 역 (2018). 애착장애로서의 중독. 경기: (주)눈출판그룹
- 한겨레신문 (2016.08.29.). 사춘기라 그런거지 우울증이라뇨?  
<https://www.hani.co.kr/arti/society/schooling/759014.html>, 2023.02.01. 인출.
- 한국인터넷진흥원 (2019). 2018년 인터넷이용실태조사.
- 한국정보문화진흥원 (2008). 인터넷 중독의 특성 분석 연구: 인터넷 중독 고위험군의 심리적 특성을 중심으로.
- 한국지능정보사회진흥원 (2021). 2020년 한국인터넷 백서.
- 한국청소년상담복지개발원 (2021). 코로나19 이후 1년, 청소년 정신건강 변화기록. 청소년상담 이슈페이퍼 2월호.
- 한국콘텐츠진흥원 (2021). 2021년 게임이용자 실태조사.
- 한국트라우마스트레스학회 (2021). 코로나19 청소년정신건강 실태조사 발표자료. 2021.06.29.
- 한다정, 김빛나 (2020). 청소년의 부모 및 또래애착과 SNS중독경향성의 관계: 소외에 대한 두려움의 매개효과. 한국심리학회지: 학교, 17(3), 243-261.
- 한미현, 유안진 (1995). 한국아동의 일상적 스트레스 척도의 개발. 대한가정학회지, 33(4), 49-64.
- 현안나 (2012). 청소년 음주의 보호요인과 위험요인: Jessor의 문제행동이론을 중심으로. 청소년복지연구, 14(3), 305-333.
- 홍구표, 전해성 (2017). 대학생의 SNS중독경향성과 대인관계문제 간의 관계: 사회적지지의 조절효과를 중심으로. 보건사회연구, 37(1), 34-67.
- 황미경 (2010). 다문화가정 아동의 부모애착, 또래애착 및 사회불안과의 관계 연구. 석사학위 논문. 부경대학교 교육대학원.
- 황윤지 (2020). 대학생의 사회·정서적 고독과 SNS중독경향성 간의 관계: 지각된 사회적지지의 매개효과를 중심으로. 석사학위논문. 대구대학교 대학원.

- 황정희, 박현석 (2019). 학교급별 스트레스, 게임중독, 주관적 행복감과의 구조적 관계. *학습자 중심교과교육연구*, 19(110), 1-24.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427-454.
- Bretherton, I., & Munholland, K. A. (2008). Internal working models in attachment relationships: Elaborating a central construct in attachment theory. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 102-127). New York, NY: Guilford Press.
- Burton, K. A., Florell, D., & Wygant, D. B. (2013). The role of peer attachment and normative beliefs about aggression on traditional bullying and cyberbullying. *Psychology in the Schools*, 50(2), 103-115.
- Clark, S. L. (2010). Mixture modeling with behavioral data. Unpublished doctoral dissertation. University of California, Los Angeles.
- Jessor, R. & Jessor, S. L. (1977). *Problem behavior and psychosocial development: A longitudinal study of youth*, Academic Press. New York, NY.
- Jessor, R., J., Donovan, E. & Costa, F. M. (1991). *Beyond adolescence: Problem behavior and young adult development*. Cambridge University Press, New York, NY.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D Scale: A Self-Report Depression Scale for Research in the General Population. *Applied Psychological Measurement*, 1, 385-401.
- Romera, E. M., Cano, J. J., Garcia-Fernandez, C. M., & Ortega-Ruiz, R. (2016). Cyber bullying: Social competence, motivation and peer relationships. *Comunicar*, 48(24), 71-79.
- Steinberg, L., & Silverberg, S. B. (1986). The vicissitudes of autonomy in early adolescence. *Child Development*, 841-851.
- Weiss, R. S. (1982). Attachment in adult life. In C. M. Parkes, & J. Stevenson-Hinde (Ed.), *The Place of Attachment in Human Behavior* (pp. 171-184). New York: Basic Books.
- Willoughby, T. (2008). A short-term longitudinal study of Internet and computer game use by adolescent boys and girls: Prevalence, frequency of use, and psychosocial predictors. *Developmental Psychology*, 44(1), 195-204.

# The Effect of Academic Related Stress on SNS Addiction among: The Moderated Mediation Effect of Peer Attachment through Depression

Kang, Sunkyung\*4)•Cha, Youjeong\*\*5)

## Abstract

Based on the problem behavior theory, this study aimed to test the moderated mediation effect of depression and peer attachment in the relationship between adolescents' academic-related stress and SNS addiction. To this end, an online survey was conducted on teenagers aged 14 to 18 nationwide who were using smartphones from September 20 to October 11, 2022, and data of a total of 646 people were used for the final analysis. The results of analysis using SPSS (v.26.0) and Process Macro (v.4.2) are as follows. First, depression played a partial mediating role in the relationship between academic-related stress and SNS addiction. Second, peer attachment had a statistically significant effect in the relationship between depression and SNS addiction, showing a moderating effect. Third, depression was mediated in the process of academic stress on SNS addiction, and the relationship between depression and SNS addiction was found to be controlled by peer attachment, confirming the moderated mediating effect. Based on the research results, the practice implications for youth welfare and the study limitations were discussed.

**Key words:** problem behavior theory, academic-related stress, depression, peer attachment, SNS addiction, moderated mediation effect.

2023. 02. 28 투고

2023. 03. 23 심사완료

2023. 03. 27 게재확정

---

4) Sogang University Graduate School of Theology, Dept. of Social Welfare, Professor.

5) Sogang University Graduate School of Theology, Dept. of Social Welfare, Ph. D. Completion, Corresponding Author.