

# 사회관계망 형성에 기여하는 소셜미디어

SNS가 뇌에 미치는 인지적 영향과 감정 전염 현상을 중심으로

20200422 이수빈

SNS는 인간의 본성 내에 존재하는 ‘연결됨’과 ‘소속됨’의 욕구를 충족시키기 위해 만들어진 참여자 중심의 인터넷 플랫폼이다.<sup>1)</sup> 우리는 SNS라는 가상공간에서 타인들과 관계를 맺고 살아간다. 이러한 관계 속에서 서로의 일상을 공유하고 정보를 수집할 수 있다는 장점은, 동시에 우리가 SNS를 쉽게 끊지 못하는 이유가 된다. SNS에서 타인과 관계를 맺는다는 것은 우리가 SNS를 할 때 가상공간임에도 불구하고 감정을 느끼고, 본인의 감정을 표출하거나 타인의 감정에 공감할 수 있음을 의미하기 때문이다. 이러한 사회심리적 현상을 생리심리학적 관점에서 분석해보자.

소셜미디어에는 다양한 시각, 청각 자료들이 존재하며, 우리의 뇌는 소셜미디어의 글, 사진, 영상 등을 접하는 동안 수많은 감각 정보들을 받아들인다. 이러한 감각 정보들은 뇌의 인지적 정보 처리 기능상, 객관적인 방식이 아니라 주관적이고 개별적인 방식으로 수용된다. 시각, 청각 정보와 같은 다양한 감각 정보들을 받아들일 때 뇌에서는 ‘시냅스 가소성’이 개입된다. 시냅스 가소성이란 어떠한 활동의 증가 또는 감소에 반응하여 시간이 지남에 따라 신경 회로가 강화되거나 약화되는 것을 말한다. 다시 말해, 개개인의 경험을 기반으로 사람들은 서로 다른 신경 회로, 서로 다른 인지적 프레임을 형성한다는 것이다. 이것은 우리가 객관적이라고 생각했던 감각 정보를 받아들일 때도 마찬가지다. 우리는 같은 사물 혹은 같은 사건을 접해도 다르게 지각하고 다른 생각과 감정을 경험할 수 있다. 소셜미디어에서 여러 게시물들을 접하면서 다양한 감각 정보들을 수용할 때에도 우리 뇌에서는 시냅스 가소성에 의해 각자의 인지적 프레임을 형성해간다. 즉, SNS라는 가상공간임에도 불구하고 우리는 여러 감각 자극을 통해 세상을 간접적으로 경험하고, 그에 적응적으로 뇌의 신경 회로가 시간이 지남에 따라 변형되어 간다. 이를 통해 SNS가 우리의 인지적 메커니즘에 얼마나 많은 영향을 끼치는지 알 수 있다.

이렇듯 SNS는 가상공간임에도 직접 경험과 동등하게 우리 뇌에 영향을 끼친다. 그렇다면 감각 정보를 넘어, 감정 정보까지도 SNS를 통해 전달될 수 있을까? 이에 관련하여, 전세계적으로 가장 큰 소셜미디어 플랫폼 중 하나인 페이스북에서는 2012년 1월에 일주일 동안 약 69만 명을 대상으로 은밀한 실험을 실시했다. SNS에서의 감정 전염이 실제로 일어나는지 확인하는 실험이었으며, 페이스북 사용자들이 접하는 뉴스 피드에서 긍정적, 부정적 포스트의 빈도를 조절하여 그 반응을 확인하는 방식으로 진행되었다.<sup>2)</sup> 실험 결과 긍정적 포스트를 더 많

1) 김선정, 김태용 (2012). SNS 콘텐츠의 감성이 사용자의 감정상태에 미치는 영향. 사이버커뮤니케이션 학보, 29(1), 5-47

2) 박현. “SNS로도 감정 전염된다” 페이스북, 69만명 ‘은밀한 실험’“. 한겨레. (2014.06.30.). <https://www.hani.co.kr/arti/international/america/644739.html>

이 접한 사람들은 긍정적인 글이나 사진을 더 많이 게시하였고, 반대로 부정적 포스트를 더 많이 본 사람들은 부정적인 글이나 사진을 본인의 게시물에 더 많이 생산하는 경향이 나타난 것이다. 따라서 연구진은 사회관계망서비스가 대규모 감정 전염 현상을 일으킨다고 결론 내렸다.<sup>3)</sup>

이러한 페이스북의 실험 결과와 많은 후속 연구들은, 사람들이 SNS에서 다양한 포스트들을 접할 때 그 내용의 부정적, 긍정적 글, 사진, 혹은 영상을 보며 ‘감정이 유발된다’는 것을 증명하는 데 유의미한 근거로 사용된다. 감정이 유발되면 우리 뇌에서는 감정 신호를 처리하게 되는데, 편도체와 전전두피질이 그 중추로 활동한다. 먼저, 편도체는 감정을 조절하고 우리의 행동에 대한 긍정적, 부정적 결과에 대해 인식한다. 특히 공포에 대한 학습 및 기억과 관련하여 매우 중요한 역할을 한다. SNS를 예로 들면, 아무리 가상공간일지라도 흥미로운 내용의 글을 보거나 혹은 공포스러운 사진을 봤을 때 편도체는 활동하기 시작한다. 즉, 타인이 올린 게시물에 대해 우리 뇌는 감정 신호를 전달받는다는 것이다. 다음으로 소개할 정서 관련 중추는 전전두피질이다. 계획하는 것, 감정을 표현하는 것, 의사결정하는 것, 언어와 발화 및 행동을 조절하는 것 등 고도로 정교한 정서 지각과 표현을 모두 담당하고 있어, 인간의 사회적 행동과 관련하여 매우 중요한 영역임을 알 수 있다. 현대 사회에서 SNS는 여러 사회적 행동들 중 큰 비중을 차지하고 있다. 즉, SNS에서 게시물들을 접할 때 받아들인 감정은 전전두피질에 영향을 미치기 때문에, 본인이 직접 게시물을 올릴 때, SNS 상에서 감정을 표현할 때, 나아가 SNS 외의 다른 활동을 할 때까지도 긍정적 혹은 부정적 감정이 지속될 수 있다는 것이다. 이러한 뇌의 인지적 메커니즘의 발생이 한 명이 아니라 여러 명, 몇십만 명이 된다면, 앞서 언급한 페이스북 실험과 같은 결과가 충분히 일어날 수 있다고 말할 수 있다.

SNS가 사회관계망의 역할을 하고, 나아가 감정의 분출구 혹은 타인의 감정에 대한 공감 창구로서의 기능을 할 수 있다는 것은 큰 순기능이라고 생각한다. 특히, 지난 1년 반 가량 코로나 바이러스로 인해 타인과의 대면 접촉이 제한되는 상황에서 SNS는 비대면으로 타인과 관계를 맺고 감정을 공유할 수 있는 공간이 되어 주었다. 이러한 관점에서 가상공간에서의 간접 경험에 의해서도 뇌가 활동한다는 것은 매우 감사한 일이다. 소셜미디어 플랫폼에서의 피드 조작 등으로 인해 SNS에서의 감정 전염이 어떠한 이유로든 악용되지만 않는다면, SNS는 앞으로도 ‘간접 경험을 통한 뇌의 인지 프레임의 형성 도구’와 ‘타인과의 감정 공유 및 소통망’으로 이용되어 사회관계망의 측면에서 계속해서 긍정적인 영향을 미칠 것이라 기대한다.

---

3) 물론 이 실험은 페이스북 사용자들이 실험 참가에 대한 동의가 충분히 이루어졌는지에 대한 논란이 있었으나, 해당 윤리적 사안에 대해서는 다루지 않기로 하겠다.