한국청소년연구
Studies on Korean Youth
2013. Vol. 24. No. 3. pp. 67~98.

대학생의 스마트폰 중독에 영향을 미치는 요인에 관한 연구 : 중독 위험군 분류에 따른 차이를 중심으로

김병년* · 고은정** · 최홍일***

초 록

본 연구는 스마트폰 중독의 예측요인을 주로 개인적 관점에서만 다룬 기존연구의 한계를 극복하기 위해 자기통제 및 우울과 같은 개인적 요인과 더불어 부모양육태도, 대인관계지지와 같은 환경적 요인이 스마트폰 중독에 미치는 인과적 영향력을 검증하였다. 특히 이러한 개인적, 환경적 예측요인들의 영향력이 스마트폰의 중독 분류군(고위험군 및 잠재적 위험군, 일반사용자군)에 따라 다르게 나타나는지를 검증함으로써 스마트폰 중독의 예방과 치료를 위한 구체적이고 실천적인 함의를 제시하는데 그 목적을 두고 있다. 이를 위해 현재 대학에 재학 중인 학생 중 스마트폰을 사용하고 있는 477명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 연구결과 자기통제력 및 우울은 스마트폰 중독에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 개인적, 환경적 요인의 유의미한 효과는 스마트폰 중독군에 따라 다르게 나타나는데, 위험사용자군(고위험군 및 잠재적 위험군)의 경우에는 환경적 요인이 유의미하게 영향을 미쳤으며, 일반사용자군은 개인적 요인이 스마트폰의 중독적 사용에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 스마트폰 중독의 예방 및 치료를 위한 개입에 있어서 그 실천적 방안이 모든 대상자들에게 일괄적으로 적용되기 보다는 그들이 가진 중독 수준에 따라 차별화되어 이루어져야 할 필요성을 시사하고 있다.

주제어 : 스마트폰 중독, 우울, 자기통제력, 부모양육태도, 대인관계지지

* 가톨릭대학교 사회복지학과 시간강사, 제1저자
** 가톨릭대학교 사회복지학과 박사과정
*** 가톨릭대학교 사회복지학과 박사과정, 교신저자, chi1121@nate.com

Ⅰ. 서 론

디지털 미디어 기술의 발달은 우리 사회뿐만 아니라 일상생활에도 커다란 변화를 가져왔다. 특히 최근 스마트폰의 급속한 발달과 보급은 인터넷 및 휴대전화에 이어 이러한 변화를 주도하고 있다. 2012년 11월 기준 3,200만 명 이상이 스마트폰의 사용에 가입되어 있으며(한국방송통신위원회, 2012), 한국의 6세 이상 인구 63.7%가 스마트기기를 사용하고 있는 것으로 나타났다(김원, 이재일, 조찬형, 나은아, 황혜선, 2012). 이와 같이 스마트폰의 폭발적인 보급과 사용은 짧은 시간 내에 일상생활에 다양한 영향을 미치고 있는 것이 현실이다.

스마트폰은 휴대전화와 달리 전화나 문자뿐만 아니라 현존하는 모든 디지털 기기들의 기능이 결합되어 있는 것이 사실이다. 때문에 음악, 동영상, 게임, 정보검색, 쇼핑, 학습, 금융, 회사 업무, TV시청, 메일업무 등 다양한 편의 기능을 사용자에 맞게 이용할 수 있다는 장점이 있다. 또한 스마트폰은 PC기반의 인터넷 사용과 같이 고정된 특정 장소에서만 이용해야하는 한계를 벗어나 시간과 장소에 구애받지 않고 언제 어디서나 편리하게 정보와 네트워크에 접근할 수 있는 생활이 가능해졌다.

그러나 스마트폰의 편리한 기능과 휴대성은 오히려 스마트폰의 중독적 사용과 같은 부정적인 현상을 유발할 수 있다. 스마트폰 중독은 기존의 인터넷 중독과 휴대전화 중독이 결합된 형태로 나타나는데(황경혜, 유양숙, 조옥희, 2012), 인터넷 및 휴대전화에 비해 어디서든 조금씩 오랜 시간 사용할 수 있다는 점에서 그 중독의 강도가 상대적으로 높다. 또한 스마트폰 중독은 손목터널증후군과 거북목증후군, 상지통증, 팝콘브레인, 척추전만증이나 디스크 등의 신체적 문제(김보연, 2012; 경향신문, 2012; 동아일보, 2012; 황경혜 외, 2012)와 우울, 불안과 같은 정신건강 문제(한주리, 허경호, 2004; 박용민, 2011), 부정적인 대인관계형성과 사회성 발달 저해(이민석, 2011; 조수진, 2012; 최현석, 이현경, 하정철, 2012) 등을 야기한다고 보고된 바 있다. 현재 우리나라 스마트폰의 보급 및 사용률 추이를 감안하면 앞으로 스마트폰의 중독적 사용과 이로 인해 파생되는 문제가 심화될 가능성이 높다고 볼 수 있으며, 이에 대한 인식과 대비가 시급하다(김병년, 2013).

반면, 스마트폰의 보급과 사용이 비교적 최근에 나타나는 현상임에 따라 관련 국내외 연구가 절대적으로 부족하다. 또한 현존하는 스마트폰 중독의 예측요인에 관한 연

구들도 다소 제한적으로 이루어져 스마트폰 중독 예방을 위한 실천적 함의를 찾고 그 방안을 모색하는 데 어려움이 있다. 특히 스마트폰 중독에 영향을 미치는 예측요인을 밝히는 연구들은 주로 우울, 충동성, 스트레스, 외로움과 같은 개인적 요인에 주목해 왔다(강주연, 2012; 박용민, 2011; 박지선, 2012; 서지혜, 2012; 이민석, 2011; 조현옥, 2012). 때문에 개인을 둘러싸고 있는 환경과 같은 다차원적인 측면이이 스마트폰 중독에 미치는 영향력을 고려하지 못하였다. 또한 예측요인의 영향력 검증을 위한 분석기법의 한계로 인해 인과적 관계 파악과 해석에 무리가 있어 실천적 근거 제시의 설명력이 떨어진다. 그나마 황승일(2013)은 생태체계적 관점을 통해 가족 및 환경적 요인까지 예측요인을 고려하였다는 점에서 앞선 연구들의 한계를 일부 극복하였으나 예측변수들의 효과를 통합적으로 분석하지 못해 인과적 영향력을 명확하게 밝혀내지 못했으며, 청소년에 국한된 연구로 연구결과의 일반화에 한계가 있었다.

이에 본 연구는 스마트폰 중독의 예방과 치료를 위한 실천적 방안을 제시하기 위해 보다 구체적인 수준에서 스마트폰 중독에 영향을 미치는 요인의 영향력을 검증하고자 한다. Compton과 Galaway(1999)는 하나의 문제는 한 가지 단면과 증상 보다는 다차원적인 체계를 고려한 환경과의 상호작용에 초점을 두고 파악해야함을 강조한 바 있다. 이러한 관점에서 본 연구는 이론적 논의를 통해 스마트폰 중독에 영향을 미치는 개인적 요인뿐만 아니라 환경적 요인을 포함한 다양한 수준에서 이들의 인과적 영향력을 통합적으로 살펴보고자 한다. 이와 더불어 스마트폰 중독에 영향을 미치는 예측요인들의 효과가 스마트폰 중독 위험군 분류기준 즉, 중독 위험군 및 잠재적 위험군 그리고 일반 사용자군에 따라 어떠한 차이가 나타나는지를 탐색적으로 검증해보고자 한다. 지금까지 선행연구들은 예측 요인의 효과를 일괄적으로 검토함에 따라 스마트폰 중독 수준에 따른 사용자 간의 차이를 고려한 보다 구체적인 예방과 치료 방안을 제시할 수 없었기 때문이다.

이러한 논의를 바탕으로, 본 연구는 스마트폰 중독 분류군에 따라 스마트폰의 중독적 사용에 영향을 미치는 개인 및 환경 요인들의 인과적 영향력을 규명함으로써 스마트폰 중독의 예방과 치료를 위한 구체적인 방안 모색에 필요한 실천적 함의를 제시하고자 한다. 이에 따른 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 대학생의 스마트폰 중독 수준은 어떠한가?

둘째, 대학생의 스마트폰 중독에 영향을 미치는 요인은 무엇인가?

셋째, 대학생의 스마트폰 중독에 영향을 미치는 요인은 스마트폰 중독 수준에 따라 어떠한 차이가 있는가?

Ⅱ. 이론적 배경

1. 스마트폰 중독

스마트폰의 편리성과 유용성 및 활용에 관한 연구들에 비해 스마트폰 중독과 같은 사용의 부작용이나 역기능에 관한 연구들은 아직 제한적인 수준에서 이루어지고 있다. 이는 서구사회에 비해 우리나라에서 스마트폰의 보급과 확산이 비교적 최근에 매우 급속하게 일어났기 때문으로 추측된다. 때문에 아직까지 스마트폰 중독 개념에 대한 정의는 일관되게 제시되지 못하고 있다.

선행연구에서는 주로 휴대전화에 컴퓨터의 인터넷 기능이 결합된 형태라는 스마트폰의 기능적 특성에 주목하여, 기존의 인터넷 중독 및 휴대전화 중독의 개념을 활용하거나, 그러한 개념 구성에 스마트폰을 대입하여 정의하는 경향이 있다(강희양, 박창호, 2012; 서지혜, 2012; 박지선, 2012; 조현옥, 2012; 박용민, 2011). 그러나 스마트폰 중독은 그 특성상 휴대전화 중독 및 인터넷 중독의 양상과 유사하면서도 고유의 특성을 가지고 있으므로 단순히 기존의 개념에 스마트폰을 대입하여 정의하는데 한계가 있다(신광우, 김동일, 정여주, 2011). 이러한 관점에서 신광우 외(2011)는 스마트폰 중독의 개념을 스마트폰의 과도한 사용으로 일상생활을 제대로 수행하지 못해 문제를 일으키는 '일상생활장애', 현실에서 보다 가상공간에서 관계를 더 편하게 생각하는 '가상적 대인관계 지향성', 스마트폰을 이전보다 더 많이 사용해야 만족을 느끼게 되는 '내성', 그리고 스마트폰 사용이 중단되거나 감소하면 초조와 불안 또는 강박적 증상이 일어나는 '금단'이라는 4가지 차원으로 개념으로 설명하고자 하였다.

종합하면, 스마트폰 중독이란 스마트폰의 다양한 기능에 대한 지나친 사용과 몰입으로 스스로의 통제력을 상실해 일상생활에 장애를 초래하고, 이에 의존성이 높아져 사용하지 못할 경우 심각한 심리적 불안함을 느끼는 상태를 의미하며, 현실세계보다

가상공간에서의 대인관계형성을 편안하게 느끼면서 이를 추구하게 되는 상태로 정의 내릴 수 있다(김병년, 2013).

스마트폰 중독에 관한 국내외 연구는 아직 활발하게 진행되지 않고 있다. 특히 우리나라는 세계에서 유례없이 빠른 스마트폰의 보급과 사용이 이루어진 국가라 관련 해외문헌도 찾아보기 어렵다. 국내에서 처음으로 스마트폰 중독의 원인을 규명한 이민석(2011)은 스마트폰이 가져다준 긍정적인 부분도 많지만 중독과 같은 부정적인 측면이 사회문제로 재생산될 수 있음을 지적하며 자기감시나 외로움의 증가가 스마트폰 중독을 야기할 수 있다고 보았다. 또한 박지선(2012)은 인터넷 중독이 스마트폰 중독으로 연결될 수 있음을 지적하며 인터넷 중독 정도가 높고, 스마트폰사용시간이 길수록 스마트폰 중독이 높음을 보고하였다. 한편 강주연(2012), 김보연(2012), 박용민(2011), 서지혜(2012)는 수면시간의 감소, 높은 일상적 스트레스, 낮은 충동성과 높은 우울감은 스마트폰 중독을 높이는 요인일 수 있음을 지적하였다.

이 같은 연구들은 스마트폰 중독의 원인을 규명하려는 시도라는 점에서 큰 의미를 갖는다. 그러나 예측변수에 대한 고려가 개인적 차원에만 국한되어 있어 보다 환경적 요인의 영향력을 파악하는데 한계가 있다. 또한 인터넷 또는 휴대전화 중독 척도를 활용하여 측정하거나, 분석에 있어서 대부분 평균비교 및 상관관계검증만을 사용함에 따라 예측요인들의 인과적 효과를 해석에 내는데도 무리가 있었다. 따라서 기존 연구에서 언급된 개인적 요인뿐만 아니라 환경적 요인들을 고려한 보다 포괄적 수준에서 스마트폰 중독에 영향을 미치는 예측변수들의 영향력을 보다 정밀한 수준에서 검증할 필요가 있다.

2. 스마트폰 중독의 영향요인

스마트폰 중독의 예측요인에 관한 논의는 개인적 및 환경적 요인으로 분류하여 제시하고자 한다. 개인적 요인은 자기통제력과 우울을, 환경적 요인은 역기능적 부모양육태도와 대인관계지지를 설정하여 그 타당성을 논의하였다.

1) 스마트폰 중독에 영향을 미치는 개인적 요인

(1) 자기통제력

자기통제력(self-control)은 외부의 지시나 감독 없이도 사회적·상황적 요구에 적합한 행동을 하거나 미래의 더 좋은 결과를 얻기 위해 즉각적인 만족을 자제하고 인내하는 자기조절 능력을 말한다(김현숙, 1998; 이경님, 2003). 특히 무엇인가에 중독되었다는 것은 그 자체로 이미 자기 스스로 사용을 통제할 수 있는 능력을 잃어버렸다는 것을 의미하므로(최혜진, 최연실, 안연주, 2011) 자기통제력은 중독에 영향을 미칠 수 있는 중요한 요소로 볼 수 있다.

특히 Young(1997)은 자기통제력이 미디어 중독과 깊은 관계를 맺는 것으로 제시하고 있다. 이러한 맥락에서 많은 선행연구들은 낮은 자기통제력이 인터넷 중독을 높이는데 영향을 미치는 요소임을 실증적으로 검증하여 제시하고 있다(김선영, 2005; 남수정, 2011; 송원영, 1999; 이상주, 이약희, 2004; 이선경, 2001; 전영자, 서문영, 2006; 조민자, 2012; 최혜진 외, 2011; Hur, 2006; Kim, Murry & Brody, 2001; Young, 1996). 이는 자기통제력이 낮은 사람이 인터넷을 사용하게 되면 자신이 처리해야 할 다른 일이 있음에도 불구하고 작은 보상물에 집중하게 되어 스스로를 조절하지 못하게 되고 인터넷 사용시간이 길어지면서 이를 중독적으로 사용하게 된다고 보았다(송원영, 1999; 이선경, 2001). 또한 자기통제력은 휴대전화 중독에도 영향력 있는 변수로 제시되고 있다(양심영, 박영선, 2005; 우형진, 2007; 이연미, 이선정, 신효식, 2009; 한주리, 허경호, 2004). 이연미 외(2009)는 자기통제 실패는 휴대전화의 즉시성 및 편리성과 결합되어 휴대전화의 사용을 억제하지 못하게 됨에 따라 중독적 사용이 나타난다고 설명하였다.

이상의 선행연구들을 비추어보면 자기통제력은 인터넷 중독과 휴대전화 중독을 잘 예측하는 변수로 볼 수 있다. 또한 스마트폰은 휴대전화와 인터넷을 결합한 미디어 기기라는 점에서 두 가지 매체 즉 인터넷 및 휴대전화로 인한 중독성향을 복합적으로 갖추고 있으며, 스마트폰 중독을 예측하는 중요 변수로서도 자기통제력이 제시될 수 있다. 따라서 자기통제력이 낮을 경우 스마트폰 중독은 높아질 것이라는 가정을 도출할 수 있다.

(2) 우울

우울(Depression)은 정신건강상태를 보여주는 일반적인 지표로 인간이 경험할 수 있는 광범위한 부분에 영향을 미칠 수 있는 부정적인 마음상태를 나타낸다(고충숙, 2012). 많은 선행연구들은 인터넷, 휴대전화 및 스마트폰의 중독적 사용을 예측할 수 있는 변인으로써 우울에 주목한다.

구체적으로 살펴보면, Young(1999)은 우울과 같은 부정적 정서의 발생이 이에 대한 회피 수단으로 인터넷의 중독적 사용을 증가시킨다고 보았다. 즉, 우울한 성향이 높은 경우 현실에서의 어려움을 피하고 자기 자신의 사회적 욕구를 인터넷이라는 가상공간에서 채우려고 하는 경향이 과도한 인터넷 사용으로 이어지게 된다는 것이다(Petrie & Gunn, 1998). 따라서 높은 우울수준은 인터넷 중독 수준을 높이는데 기여할 수 있다(김교헌, 2006; 김윤희, 2006; 조민자, 2012; 오효숙, 2012; Kim & Davis, 2009; Spada, Lanngston, Nikcevic & Moneta, 2008). 또한 높은 우울수준은 휴대전화의 중독적 사용 역시 높아짐을 실증적으로 검증한 연구도 다수 존재한다(김정숙, 2003; 박용민, 2011; 양심영, 박영선, 2005; 이만제, 장해숙, 2009; 이혜경, 2008; 장성화, 박영진, 2010; 장성화, 조경덕, 2010; 한상훈, 2008). 또한 비록 제한적이긴 하나 스마트폰 중독관련 선행연구들도 우울이 스마트폰 중독에 영향을 미치는 강력한 변수로 제시한다(박용민, 2011; 황경혜 외, 2012). 박용민(2011)은 스마트폰 중독 사용군이 정상 사용군에 비해 우울정도가 높다는 점 그리고 우울과 스마트폰 중독간의 정적인 상관관계가 있음을 검증하였다.

이러한 연구결과들을 종합하면 우울이 인터넷 및 휴대전화 중독과 같이 스마트폰 중독을 높이는 주요 위험요인임을 제시하고 있다.

2) 스마트폰 중독에 영향을 미치는 환경적 요인

(1) 역기능적 부모양육태도

부모양육태도(parent's Raising Attitude)는 부모 또는 양육자가 자녀를 양육할 때 가지는 일반적 또는 보편적 태도를 의미한다(신원식, 최말옥, 2008). 이는 자녀의 성장과 발달에 지대한 영향을 미치는 요인으로(고두흔, 2008; 정미선, 2010) 많은 선행

연구들은 부모의 양육태도가 인터넷 및 휴대전화의 중독적 사용에 영향을 미칠 수 있음을 보고해 왔다(김경신, 김진희, 2003; 박정은, 2001; 안석, 2000; 안세라, 2003; 윤영민, 2001; 이정연, 최영선, 2002; 장미경, 이은경, 2007; 전영자, 서문영, 2006; 조춘범, 2001; 황상민, 2000).

구체적으로 장미경과 이은경(2007)은 부모의 부적절한 양육태도는 자녀에게 스트레스로 작용해 인터넷과 같은 도피처를 찾아 가상공간을 통해 심리적 만족과 정서적 지지를 획득함에 따라 중독적 사용의 가능성을 높이게 되는 것으로 보았다. 특히 부모통제 수준이 높을수록(윤영민, 2001; 이정연, 최영선, 2002; 전영자, 서문영, 2006; 황상민, 2000), 부모감독과 일방적인 지시행동이 많을수록(조춘범, 2001), 부모의 과보호적 자녀생활 제한수준이 높을수록(박정은, 2001; 안세라, 2003), 방임적 양육태도를 가질수록(김경신, 김진희, 2003), 낮은 부모지지(안석, 2000)나 거부적 양육태도를 가질수록(윤지영, 2001) 자녀들은 인터넷을 중독적으로 사용하는 것으로 보고된다. 뿐만 아니라 부모양육태도는 휴대전화의 중독적 사용에도 영향을 미치는데 류미숙과 권미경(2011)은 휴대전화의 중독적 사용군이 일반 사용자군에 비해 통제적이고 부정정적인 부모의 양육태도를 인지하고 있다는 점을 검증함으로써 부모양육태도가 휴대전화의 중독에도 영향력 있는 변수임을 보여주었다. 또한 이어리와 이강이(2012)도 거부·제재적 또는 허용·방임적 양육태도는 휴대전화 중독의 심화에 영향을 미칠 수 있다고 보고하였다.

이러한 연구결과를 고려할 때, 자녀에 대한 부모의 부적절한 양육태도인 과보호적이거나 방임적인 양육태도가 스마트폰 중독에 영향을 미칠 가능성을 유추해볼 수 있다.

(2) 대인관계지지

스마트폰 중독자 10명 중 7명은 채팅, 트위터, 페이스북과 같은 소셜네트워크서비스(SNS)가 주된 이용 목적이며, 인터넷 중독과는 달리 자기과시, 체면 차리기, 인정에 대한 동기 등이 주요한 이용 동기라는 점(신광우 외, 2011)은 스마트폰 중독은 타인과의 관계와 밀접한 관련성을 지닌다는 점을 보여준다. 선행연구에서는 중독자를 둘러싼 환경적 요인은 주요하게 다루어지지 않아왔지만, 유사 매체인 인터넷 및 휴대전화 중독 연구에서는 대인관계로부터 오는 사회적 지지가 주요한 변인으로 고려되어왔다.

대인관계 지지는 지각된 사회적 지지(social support)를 의미하는데, 일반적으로 안정적 대인관계를 통해 주고받게 되는 애정, 관심, 문제해결을 위한 조언, 자신에 대한 인정 등 모든 형태의 지지, 원조, 도움을 의미한다(Cohen & Hoberman, 1983). 즉 이는 스마트폰 사용자(유기체)를 둘러싼 의미 있는 미시체계로서 가족, 친구 등을 포괄하는 주요한 사회적 관계로부터 받는 지지를 모두 포괄하는 개념이라고 볼 수 있다.

청소년의 경우 이러한 사회적 지지가 부족하고(김준걸, 2004; 류미라, 2002; 서승연, 2001; 오윤경, 2012; 이경민, 2002; 전선경, 2005; 황수정, 2000), 대인관계가 좋지 않다고 인식할수록(이도형, 2012) 인터넷을 중독적으로 사용하는 것으로 보고되고 있다. 박정화(2006)의 연구에서는 대학생의 경우에도 주관적 사회적 지지가 낮을수록 중독적 인터넷 사용이 증가하는 것으로 나타난다. 즉, 실질적인 사회적 지지의 결핍을 해소하기 위한 방안으로서 인터넷에 집착하거나(김준걸, 2004; Young, 1997), 온라인에서 지지를 더 친밀하게 느끼게 됨으로써(박정화, 2006) 일상생활에 지장을 주는 문제적 인터넷 사용 경향이 나타나게 되는 것이라고 볼 수 있다. 반면 인터넷 중독에도 불구하고 지각된 사회적 지지가 높을수록 대인과의 문제 상황에서 문제해결방안을 더 많이 생성해내는 대인문제 해결 능력이 높은 것으로 나타나(김병석, 정은희, 2004), 사회적 지지는 인터넷 중독을 야기하는 원인이 되기도 하지만, 완충작용을 하는 요인임을 알 수 있다.

한편, 인터넷이나 스마트폰을 통해 주요하게 사용하는 소셜네트워크서비스(SNS)와 대인관계에 관한 연구결과는 일치하지 않는다. 페이스북 사용과 대인관계 건강에 관한 백초롱(2012)의 연구에 따르면, 페이스북 사용정도가 높을수록 대인관계 격려수준과 건강수준이 높은 것으로 나타나 오프라인 상에서 부족한 사회적 지지를 보완해주는 역할을 하는 것을 알 수 있다. 그러나 미국 대학생의 경우 페이스북 사용강도가 높아질수록 사회적 자본이 증가하는 경우는 자존감이나 삶에 대한 만족도가 낮은 학생에 국한되어 나타나는 결과임이 보고되고 있다(Ellison, Steinfield & Lampe, 2007; 오윤경, 2012 재인용). 유럽 성인들을 대상으로 한 연구에서도 SNS 사용이 실질적인 대인관계에 긍정적인 영향을 미치지만은 않는 것으로 나타나며(Pollet, Roberts & Dunbar, 2010), 오윤경(2012)의 연구에서는 SNS 사용자의 경우 또래집단의 사회적 지지가 높은 것으로 나타나지만, 이는 오프라인의 사회적 상호작용을 대체하는 차원이 아닌 기존의 인간관계를 강화하는 차원이라고 분석하고 있다.

이와 같은 연구결과는 대인관계에서 주관적으로 경험하는 지지가 부족할 경우 인터넷이나 이를 활용한 SNS와 같은 매체에 중독될 가능성이 높지만, 이것이 실질적인 대인관계를 대체해주지는 못한다는 것을 보여준다는 점에서 스마트폰 중독을 예측할 수 있는 환경적 요인이라고 볼 수 있겠다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구모형

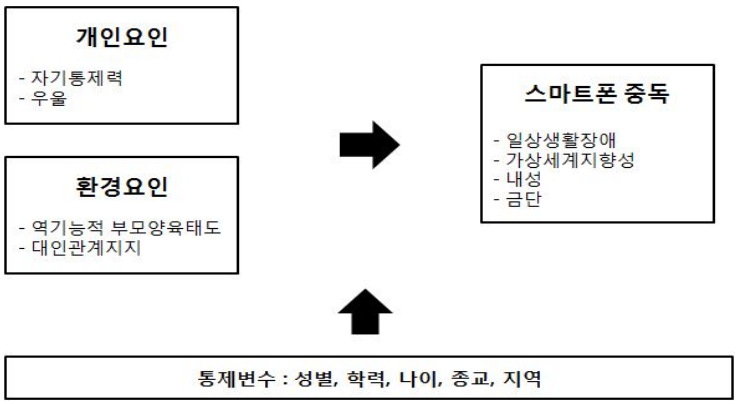

그림 1. 연구모형

본 연구에서는 이론적 논의를 바탕으로 스마트폰 중독에 영향을 미치는 요인들을 개인적 요인과 환경적 요인으로 나누어 살펴보았으며, 이에 따른 연구모형은 그림 1과 같다.

2. 조사대상

본 연구의 조사대상자는 서울 및 수도권 소재 2, 4년제 대학 12곳을 무작위로 선

정하였으며[1], 조사원을 통해 스마트폰을 사용하고 있는 대학생을 편의표집하였다. 대상자에게는 연구의 목적과 방법을 설명한 후 동의한 경우만 조사하였으며, 조사대상자가 자기기입식 질문지에 직접 응답하여 작성하도록 하였다. 조사는 2012년 11월부터 12월까지 한 달간 이루어졌으며. 총 500부를 배포하여, 불성실한 설문 응답지를 제외한 477개의 설문지를 분석에 사용하였다.

3. 측정도구

1) 스마트폰 중독

본 연구에서는 스마트폰 중독을 측정하기 위해 신광우 외(2011)가 개발하고 신뢰도와 타당도를 검증한 성인용 스마트폰 중독 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 15문항으로 일상생활장애, 가상세계경험지향성, 내성, 금단의 4개 하위영역으로 구성되어 있다. 문항은 “매우 그렇다”에서 “전혀 그렇지 않다”까지 Likert식 4점 척도 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 스마트폰 중독이 높은 것을 의미한다. 본 척도의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .846으로 나타났다.

2) 자기통제력

본 연구에서는 남현미(1999)가 Gottefedson과 Hirschi(1990), 김현숙(1997)의 연구결과를 참고하여 재구성한 자기통제력 척도를 사용하였다. 해당 척도는 즉각적인 만족추구정도와 장기적 만족추구정도를 물어보는 문항 총 20개로 구성되어 있다. 문항은 “매우 그렇다”에서 “전혀 그렇지 않다”까지 Likert식 4점 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 자기통제력이 높은 것을 의미한다. 본 척도의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .781로 나타났다.

1) 스마트폰 사용 목적, 빈도 등은 일상생활과 밀접한 관련이 있기 때문에 2년제 대학과 4년제 대학 간에 큰 차이가 없을 것으로 예상된다.

3) 우울

우울의 측정은 Zung(1965)에 의해 개발된 자기평가 우울척도(Self-Rating Depression Scale ; SDS)를 사용하였다. 자기평가 우울척도는 일상생활에서 경험하는 우울함을 정서적 증상, 생리적 증상, 심리적 증상들에 대해서 총 20개 문항으로 물어보고 있다. 문항은 “매우 그렇다”에서 “전혀 그렇지 않다”까지 Likert식 4점 척도 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 우울함을 의미한다. 본 척도의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .756으로 나타났다.

4) 역기능적 부모양육태도

역기능적 부모양육태도를 측정은 송지영(1992)이 PBI(Parent Bonding Instrument)를 번안한 한국판 부모 자녀 결합형태 검사지를 사용하였다. 원래는 성인을 대상으로 회고적 자기보고를 통하여 부모 자녀 관계를 평가할 목적으로 16세까지의 기억을 토대로 각각 25문항의 내용에 대하여 아버지와 어머니를 대상으로 하여 각각 평정하여 사용되고 있는 척도이다. 그러나 본 연구에서는 핵심적인 부모양육 차원 중 과보호적이고 방임적 양육태도의 문항들을 통해 현재 부모와 자녀 관계를 평가할 수 있도록 수정하여 사용하였다. 문항은 “매우 그렇다”에서 “전혀 그렇지 않다”까지 Likert식 4점 척도 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 역기능적 부모양육태도가 높은 것으로 인식함을 의미한다. 본 척도의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .828으로 나타났다.

5) 대인관계지지

Cohen과 Hoberman(1983)이 개발한 대인관계지지 평가 척도(Interpersonal Suppport Evaluation List : ISEL)를 기초로 김정희(1987)가 우리나라 상황에 맞도록 수정, 번안하였다. 지각된 사회적 지지를 측정하는 것으로 각 문항에 대해 연구대상자가 주관적으로 지각한 정도에 따라 반응하게 되어있다. 이는 정서적지지, 도구적지지, 자존적지지, 평가적지지의 4가지 하위개념 총 40문항으로 이루어진 Likert식 4점 척도이다. 문항은 “매우 그렇다”에서 “전혀 그렇지 않다”까지 구성되어 있으며, 점수

가 높을수록 대인관계지지 정도가 높은 것을 의미한다. 본 척도의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .950으로 나타났다.

4. 분석방법

조사를 통하여 수집된 자료는 SPSS 15.0 패키지를 활용하여 통계분석을 실시하였다. 자료분석의 순서는 다음과 같다. 첫째, 연구대상자의 인구사회학적 변인들의 기술통계 결과를 산출하였다. 둘째, 주요변수들의 평균 및 표준편차, 신뢰도, 왜도 및 첨도를 분석하다. 셋째, 주요변수들 간의 상관관계를 분석하여 연관성과 다중공선성을 확인하였다. 넷째, 스마트폰 중독에 영향을 미치는 개인 및 환경요인들의 효과를 다중회귀분석을 통해 분석하였다. 분석은 전체대상자와 스마트폰 중독 분류군(고위험군, 잠재적 위험군, 일반사용자군)으로 분류하여 실시하였다. 다만 고위험군의 비율이 낮아 잠재적 위험군과 합쳐서 분석하였다.

Ⅳ. 연구결과

1 . 연구대상자의 일반적 사항 및 주요변수 기술통계

본 연구에 참여한 연구대상자들의 일반적 사항은 표 1과 같다. 먼저, 성별로는 여성이 306명(64.3%), 남성이 170명(35.7%)으로 나타났다. 학력은 4년제 대학생이 153명(32.1%), 2년제 대학생이 323명(67.9%)으로 나타났다. 학년은 2학년이 235명(51.1%)으로 가장 많았으며, 3학년이 113명(24.6%), 1학년이 93명(20.2%), 4학년이 19명(4.1%)의 순으로 나타났다. 종교의 경우 없음이 240명(50.8%), 있음이 232명(49.2%)으로 나타났으며, 거주 지역은 대도시가 240명(50.5%), 중소도시가 235명(49.5%)으로 나타났다.

주요변수의 기술통계 결과는 표 2와 같다. 주요 변수에 대한 조사 결과, 4점 만점에 자기통제력은 2.81점(표준편차=.331), 우울은 2.21점(표준편차=.359)으로 나타났다.

또한 역기능적 부모양육태도의 경우 1.81점(표준편차=.421), 대인관계지지는 3.16점(표준편차=.426)으로 나타났다. 스마트폰 중독 수준은 2.19점(표준편차=.534)으로 나타났다. 각 하위영역별로 살펴보면, 내성이 2.40점(표준편차=.614), 일상생활장애가 2.27점(표준편차=.604), 금단이 2.13점(표준편차=.655), 가상세계지향성은 1.70점(표준편차=.658)의 순으로 나타났다.

표 1

연구대상자의 일반적 사항

구 분		빈도	비율(%)	구 분		빈도	비율(%)
성별	여성	306	64.3	종교	없음	240	50.8
	남성	170	35.7		있음	232	49.2
	합계	476	100.0		합계	472	100.0
학력	4년제대학	153	32.1				
	2년제대학	323	67.9				
	합계	476	100.0	거주 지역	중소도시	235	49.5
학년	1학년	93	20.2				
	2학년	235	51.1		대도시	240	50.5
	3학년	113	24.6				
	4학년	19	4.1		합계	475	100.0
	합계	460	100.0				

본 연구에 참여한 연구대상자들의 일반적 사항은 표 1과 같다. 먼저, 성별로는 여성이 306명(64.3%), 남성이 170명(35.7%)으로 나타났다. 학력은 4년제 대학생이 153명(32.1%), 2년제 대학생이 323명(67.9%)으로 나타났다. 학년은 2학년이 235명(51.1%)으로 가장 많았으며, 3학년이 113명(24.6%), 1학년이 93명(20.2%), 4학년이 19명(4.1%)의 순으로 나타났다. 종교의 경우 없음이 240명(50.8%), 있음이 232명(49.2%)으로 나타났으며, 거주 지역은 대도시가 240명(50.5%), 중소도시가 235명(49.5%)으로 나타났다.

주요변수의 기술통계 결과는 표 2와 같다. 주요 변수에 대한 조사 결과, 4점 만점에 자기통제력은 2.81점(표준편차=.331), 우울은 2.21점(표준편차=.359)으로 나타났다. 또한 역기능적 부모양육태도의 경우 1.81점(표준편차=.421), 대인관계지지는 3.16점(표준편차=.426)으로 나타났다. 스마트폰 중독 수준은 2.19점(표준편차=.534)으로 나

타났다. 각 하위영역별로 살펴보면, 내성이 2.40점(표준편차=.614), 일상생활장애가 2.27점(표준편차=.604), 금단이 2.13점(표준편차=.655), 가상세계지향성은 1.70점(표준편차=.658)의 순으로 나타났다.

표 2

주요변수 기술통계

구분			최소값	최대값	평균	표준편차	신뢰도
독립변수	자기통제력		1.80	3.75	2.81	.331	.781
	하위영역	장기적만족추구	1.60	4.00	2.78	.365	.662
		즉각적만족추구	1.40	4.00	2.83	.445	.778
	우울		1.20	3.35	2.21	.359	.756
	역기능적 부모양육태도		1.00	3.52	1.82	.421	.828
	하위영역	과보호적양육	1.00	3.46	1.97	.438	.807
		방임적양육	1.00	4.00	1.68	.596	.820
	대인관계지지		1.40	3.98	3.16	.426	.950
	하위영역	정보적지지	1.60	4.00	3.09	.378	.719
		정서적지지	1.00	4.00	3.19	.484	.870
		도구적지지	1.00	4.00	3.10	.484	.837
		평가적지지	1.90	4.00	3.24	.505	.871
종속변수	스마트폰 중독		1.00	4.00	2.19	.534	.846
	하위영역	일상생활장애	1.00	4.00	2.27	.604	.528
		가상세계지향성	1.00	4.00	1.70	.658	.583
		내성	1.00	4.00	2.40	.614	.714
		금단	1.00	4.00	2.13	.655	.656

각 변수들의 하위변인의 신뢰도를 살펴보면, 자기통제력(α=.781)의 하위변인인 장기적만족추구와 즉각적만족추구의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 각각 .662와 .778로 나타났다. 역기능적 부모양육태도(α=.828)는 과보호적 양육태도가 .807, 방임적 양육태도가 .820으로 높게 나타났으며, 대인관계지지(α=.950)의 경우는 정보적 지지가 .719, 정서적지지 .870, 도구적지지 .837, 평가적지지 .871로 분석되었다. 마지막으로 스마트폰중독(α=.846)은 일상생활장애가 .528, 가상세계지향성이 .583, 내성이 .714, 금단이 .656으로 나타나 모든 변수들이 전체변수와 하위변수에 있어서 적절한 수준의 신뢰도를 갖는 것으로 분석되었다.

2. 스마트폰 중독 위험 분류군[2)]

조사대상자를 스마트폰 중독 수준에 따라 분류한 결과를 살펴보면 표 3과 같다. 고위험사용자군이 35명(7.4%), 잠재적위험사용자군이 97명(20.4%), 일반사용자군이 343명(72.2%)인 것으로 나타났다. 같은 척도로 조사된 신광우 외(2011)에 따르면 고위험군은 1.0%, 잠재적위험군이 6.7%, 일반사용자군이 92.2%로 보고되었다. 이러한 연구결과는 표집방법 및 표본수 등을 고려할 때 절대적인 비교에는 다소 한계가 있으나 2011년도의 측정치에 비해 고위험사용자군과 잠재적위험사용자군의 비중은 늘어나고, 일반사용자군의 비중은 감소하고 있는 경향을 보여주고 있다. 특히 두 연구 시점이 크게 차이 나지 않으며, 20대 대학생의 사용자가 가장 많다는 점에서 이들의 특성을 고려한 스마트폰 중독 예방과 치료의 필요성을 시사한다.

표 3
스마트폰 중독 분류군

구분		빈도	비율(%)
스마트폰 중독 수준	고위험사용자군	35	7.4
	잠재적위험사용자군	97	20.4
	일반사용자군	343	72.2
	합계	475	100.0

3. 주요변수 상관관계

주요 변인 간 상관관계를 살펴보면, 표 3과 같다. 구체적으로 살펴보면, 스마트폰 중독은 자기통제력(r=-.325, p<.001) 및 대인관계지지(r=-.165, p<.001)과 부(-)적으로 상관이 나타났다. 반면 우울(r=.353, p<.001) 및 역기능적 부모양육태도(r=.250,

2) 고위험 사용자군은 표준화점수(T점수) 71점을 기준으로 하여 원점수 총점 44점 이상 또는 일상생활장애 15점 이상, 금단 13점 이상, 내성 13점 이상의 세 가지 조건 모두 충족시키는 경우임. 잠재적 위험 사용자군은 표준화점수(T점수) 66점을 기준하여 원점수 총점 40점 이상에서 43점 이하 또는 일상생활장애 14점 이상인 경우 해당됨. 일반사용자군은 위의 두 집단 중 어느 하나에도 속하지 않는 집단을 의미함(신광우 외, 2011).

p<.001)와는 정(+)적으로 상관이 나타났다. 스마트폰 중독 하위변인의 경우 내성과 대인관계지지의 관계를 제외하고 모두 통계적으로 유의미한 상관관계를 나타냈다. 또한 모든 요인들의 상관계수가 .53을 넘지 않아 다중공선성 문제를 초래할 수 있는 기준은 0.8로 보기 때문에 다중공선성으로 인한 문제는 없는 것으로 보인다.

표 4
주요변수 상관관계 및 기초통계

구분	자기통제력	우울	역기능적 부모양육태도	대인관계지지	스마트폰중독
자기통제력	1				
우울	-.326***	1			
역기능적 부모양육태도	-.330***	.377***	1		
대인관계지지	.319***	-.529***	-.413***	1	
스마트폰중독	-.318***	.353***	.250***	-.165**	1

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

4. 스마트폰 중독에 영향을 미치는 요인

본 연구에서는 인구사회학적 요인이 통제된 상태에서 스마트폰 사용자의 개인 및 환경 요인이 스마트폰 중독에 유의미한 영향을 미치는지 살펴보기 위하여 회귀분석을 실시하였다. 이때, 스마트폰 중독 위험군 분류기준에 따른 차이를 파악하기 위해 조사대상자 전체에 대한 분석 외에도 위험사용자군(고위험사용자군 및 잠재적위험사용자군)과 일반사용자군으로 구분하여 살펴보았다.[3)]

모든 회귀분석에서 공차한계가 1미만, 분산팽창계수 .10이하로 나타나 분석에 있어서 변수들 간의 다중공선성의 문제는 없는 것으로 나타났다

3) 스마트폰 중독 위험군은 고위험사용자군, 잠재적위험사용자군, 일반사용자군 3가지로 분류되나 본 연구에서 의미 있는 분석과 연구목적 달성을 위해 위험사용자군(고위험사용자군 및 잠재적위험사용자군)과 일반사용자군으로 분류하여 실시하였다.

조사대상자 전체 및 스마트폰 중독 위험 분류군에 따라 스마트폰 중독에 미치는 영향에 대한 다중회귀분석결과는 표 5와 같다.

표 5
스마트폰 중독에 영향을 미치는 요인

구 분		전체대상자 (n=475)		위험사용자군 (n=132)		일반사용자군 (n=343)	
		Beta	t	Beta	t	Beta	t
(Constant)		1.984	3.480**	1.962	2.759**	2.190	4.086***
통제변수	성별	-.135	-2.312*	.108	.890	-.069	-.967
	학력	-.178	-3.181**	-.075	-.671	-.100	-1.457
	나이	-.033	-.573	-.043	-.359	-.038	-.546
	종교	.010	.182	-.026	-.239	-.046	-.685
	지역	-.112	-2.018*	.084	.769	-.138	-2.032*
개인요인	자기통제력	-.147	-2.493*	-.234	-1.948	-.081	-1.139
	우울	.284	3.989***	.099	.736	.277	3.137**
환경요인	역기능적 부모양육	.065	1.047	.415	3.015*	.000	-.003
	대인관계지지	.049	.744	.275	2.253**	-.098	-1.183
R^2		.217		.237		.185	
adj, R^2		.191		.139		.148	
F		8.551***		2.421*		4.994***	

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

더미처리 : 성별(남=1), 학력(2년제=1), 종교(있음=1), 지역(대도시=1)

첫째, 조사대상자 전체를 대상으로 스마트폰 중독에 미치는 영향력을 살펴보면, 모델의 설명력은 21.7%이며 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다(F=8.551, p〈.001).

구체적으로 살펴보면, 통제변수 중 성별(β=-.135, p〈.05), 학력(β=-.178, p〈.01), 지역(β=-.112, p〈.05)이 각각 부(-)적으로 스마트폰 중독에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 남성보단 여성이, 2년제보다는 4년제 대학에 재학 중일수록, 중소도시보

다 대도시에 거주하는 대학생일수록 스마트폰 중독수준이 높음을 의미한다. 또한 개인요인 중 자기통제력은 부(-)적으로(β=-.147, p<.05), 우울은 정(+)적으로(β=.284, p<.001) 유의미하게 스마트폰 중독에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 스마트폰 사용자의 자기통제력이 낮을수록, 우울은 높을수록 스마트폰 중독은 높아지는 것으로 볼 수 있다. 본 연구에서 상정한 요인 중에서 환경요인은 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

둘째, 스마트폰 고위험 사용자군과 잠재적 위험 사용자군을 합친 위험사용자군의 스마트폰 중독에 미치는 영향에 관한 분석 결과는 다음과 같다. 스마트폰 중독에 미치는 영향력을 살펴보면, 모델의 설명력은 23.7%로 나타났으며, 모형은 적합한 것으로 나타났다(F=2.421, p<.05).

위험 사용자군의 경우 전체 조사대상자에 대한 분석 결과와 상이하게 통제변수와 개인요인 모두 스마트폰 중독에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이는 자기통제력과 우울 수준과 같은 개인적 요인이 중대한 영향을 미친다고 보고되는 인터넷 또는 휴대전화 중독(김선영, 2005; 이연미 외, 2009; 이혜경, 2008; Young, 1997; Young, 1998)과 스마트폰 중독은 차이가 있음을 의미한다. 우울이 스마트폰 중독에 영향을 미친다는 선행연구(박용민, 2011; 황경혜 외, 2012)와도 그 결과를 달리하는데, 이는 스마트폰 중독 수준에 따라 영향요인에 차이가 있을 수 있음을 시사한다.

한편 환경요인은 두 변수 모두 유의미하게 영향을 미치는 것으로 분석되었다. 역기능적 부모양육태도(β=.415, p<.05)와 대인관계지지(β=.275, p<.01)가 모두 정(+)적으로 스마트폰에 유의미하였다. 즉, 과보호적이고 방임적인 부모양육태도를 경험한 대학생일수록 스마트폰 중독 수준이 높은 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 지나친 보호나 방임과 같은 부적절한 부모양육태도는 선행연구에서 보고된바와 같이 인터넷과 휴대전화 중독만이 아니라 스마트폰 중독에도 중대한 영향을 미치는 요인임을 보여준다. 대인관계지지 변인의 경우 그 수준이 높을수록 스마트폰 중독 수준이 높은 것으로 나타나, 대인관계 수준이 낮을수록 인터넷 중독 가능성이 높다는 기존 연구결과(김준걸, 2004; 류미라, 2002; 전선경, 2005)와는 상반된 결과를 보였다. 이는 SNS와 같은 스마트폰 기능을 활용함으로써 기존의 인간관계를 강화하는 경향(오윤경, 2012)에서 그 원인을 찾아볼 수 있겠다.

셋째, 스마트폰 사용과 관련하여 중독적인 사용 성향을 보이지 않는 일반 사용자군

을 대상으로 스마트폰 중독에 미치는 영향에 관하여 분석한 결과, 모델의 설명력은 18.5%이며 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다(F=4.994, p<.001).

구체적으로 살펴보면, 통제변수에서 거주지역은 부(-)적으로 유의미한 것을 볼 수 있다(β=-.138 p<.05). 즉, 대도시보다는 중소도시에 거주할수록 스마트폰 중독이 높아지는 것으로 나타났다. 개인요인에서는 우울(β=.277, p<.01)이 정(+)적으로 유의미게 영향을 미치는 것으로 나타나 우울수준이 높아질 경우 스마트폰의 중독적 사용이 높아지는 것을 알 수 있다. 반면, 환경요인들은 스마트폰 중독에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 스마트폰 중독에 영향을 미치는 요인이 고위험 사용자 및 잠재적 위험 사용자군과는 동일하지 않음을 의미하며, 스마트폰 중독 예방을 위해서는 사용자의 특성을 고려한 대책이 요구됨을 시사한다.

Ⅴ. 결론 및 제언

본 연구는 대학생의 개인 및 환경요인이 스마트폰 중독에 미치는 영향을 스마트폰 중독 분류군에 따라 살펴보고, 이를 바탕으로 스마트폰 중독 수준에 따른 예방 및 치료에 있어서 실천적 함의를 제공하고자 하는 목적으로 진행되었다. 이를 위하여 서울 및 수도권의 대학생 477명을 대상으로 조사 및 분석을 실시하였다. 연구결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 전체 대상자의 스마트폰 중독에 유의미한 영향을 미치는 것은 자기통제력과 우울 수준의 수준이었다. 자기통제력은 그 수준이 낮을수록 스마트폰 중독 수준이 증가하는 것으로 나타났다. 이는 자기통제력이 낮을수록 매체가 주는 즐거움에 집중하게 된다는 인터넷 중독 연구결과(송원영, 1999; 이선경, 2001)와 낮은 자기통제력으로 인하여 매체 사용을 억제하지 못함으로 인해 중독에 빠질 가능성이 높다는 휴대전화 중독 연구결과(이연미 외, 2009)와 그 맥락을 같이한다. 우울은 그 수준이 높을수록 스마트폰을 중독적으로 사용할 수 있는 것으로 나타났다. 이는 인터넷 중독(김교현, 2006)이나 휴대전화 중독(장성화, 박영진, 2010)과도 유사한 결과이며, 두 매체의 특성이 결합된 스마트폰 중독 연구결과(박용민, 2011; 황경혜 외, 2012)와도 일치한다.

둘째, 스마트폰의 중독적 사용에 영향을 미치는 예측요인들의 영향력은 사용자의

중독 수준에 따라 차이가 있음을 확인할 수 있었다. 구체적으로, 고위험사용자군 및 잠재적 위험 사용자군과 같은 위험사용자군의 경우 개인적 요인보다는 역기능적인 부모양육 경험과 대인관계지지 같은 환경적 요인이 스마트폰 중독에 영향을 미치며, 일반 사용자군의 경우 환경적 요인보다는 우울과 같은 개인적 요인이 스마트폰의 중독적 사용에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 스마트폰 중독의 예방과 치료를 위한 접근방식은 스마트폰 사용자의 중독 및 사용 수준에 따라 달라질 필요가 있다는 점을 제시한다는 점에서 의미가 있다.

이와 같은 연구결과에 따른 실천적 함의는 다음과 같다.

첫째, 낮은 자기통제력은 인터넷과 휴대전화만이 아니라 스마트폰 중독 가능성을 높이는 것으로 나타나 자기통제력이 스마트폰 중독을 진단하는 하나의 척도가 될 수 있으며, 스마트폰 중독 예방 및 치료를 위한 개입 목표로써 자기통제력 수준을 높이는 것이 필요함을 보여준다. 따라서 대학생뿐만 아니라 스마트폰을 처음 접하게 되는 아동 및 청소년기부터 스스로의 행동을 인식하고 통제할 수 있는 자기통제력을 길러주기 위한 노력이 요구된다. 이를 위해 가정에서 주 양육자들의 적절한 관심과 양육은 물론, 지역사회 및 학교 차원의 접근이 요구된다. 특히 자기통제력 향상을 위한 다양한 프로그램의 접근성을 높이고, 자기통제력이 낮은 경우 개별적인 개입을 통하여 이를 향상할 수 있도록 하는 상담 프로그램의 강화 등은 인터넷, 휴대전화는 물론 스마트폰 중독을 예방할 수 있는 효과적인 방안이 될 수 있을 것이다.

둘째, 전체 대상자 및 일반사용자군의 경우 높은 수준의 우울은 스마트폰의 중독 가능성을 높이는 것으로 나타나 스마트폰 중독 예방 및 치료에 있어서 우울에 대한 관심이 필요함을 보여준다. 그러나 중독 위험군 및 잠재적 위험군에서는 우울이 유의미하게 영향을 미치지 않는 것으로 나타나, 스마트폰 중독 초기에만 우울이 그 동기로서 작용할 수 있음을 예상해볼 수 있다. 즉, 우울과 스트레스 등은 현실을 회피하거나 스마트폰을 이용한 게임, 가상세계로의 몰입을 유도하는 일종의 동기로 파악할 수 있는 것이다. 이는 개인의 우울에 대한 개입이 스마트폰 중독을 초기에 예방하는 데에 효과적일 수 있음을 시사한다. 따라서 일반적인 스마트폰 중독 예방 프로그램에서는 스마트폰의 올바른 사용법에 대한 지도에만 초점을 맞출 것이 아니라 개개인의 우울 수준을 파악하고, 그에 따른 접근방법을 구체화하기 위한 노력이 필요할 것이다.

셋째, 스마트폰 중독 위험군 및 잠재적 위험군의 경우 역기능적인 부모양육태도의

경험이 중독적 사용에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 부모로부터 역기능적인 양육을 경험하며 성장한 자녀일수록 자율성이나 독립성 등의 제약에 대한 스트레스를 스마트폰을 이용해 해소하려 하는 경향이 중독적 사용으로 이어지게 됨을 유추할 수 있는 결과이다. 부모의 양육방식은 성인이 되기까지 신체적, 정신적 성장에 있어서 영향력을 가지기 때문에 지나치게 보호적이거나 방임적인 태도는 인격형성이나 정신건강에 부정적이기 쉽다는 점을 보여주고 있다. 이는 스마트폰 중독 예방을 위해서는 사용자 개인만이 아니라 개인에게 가장 큰 영향을 미치는 환경으로써 성장기의 가정에 관심을 가질 필요성이 있음을 보여준다. 즉, 향후 스마트폰 중독 예방을 위한 프로그램은 아동, 청소년, 대학생 개인만이 아니라, 자녀를 두고 있는 성인들을 대상으로도 마련될 필요성이 있다. 이러한 프로그램에서는 성장기 자녀들을 위한 적절한 양육방식은 물론, 가정에서부터 스마트폰을 올바로 사용할 수 있도록 지도할 수 있는 방법을 함께 제공하는 것이 필요할 것이다. 또한 자녀 양육에 어려움이 있거나, 자녀의 스마트폰 중독이 우려되는 가정에서 부모와 자녀가 함께 참여할 수 있는 프로그램이 지역사회나 학교에서 제공될 필요가 있음을 시사한다.

넷째, 중독 위험군 및 잠재적 위험군의 경우 대인관계로부터 많은 지지를 받을수록 스마트폰 중독 수준이 높아지는 것으로 나타났다. 이는 실질적인 대인관계에서 지지를 받지 못할수록 온라인상에서의 관계에 몰입하게 된다는 기존의 연구결과와는 상이하게 나타나 보다 다각적인 분석이 요구된다. 자기과시, 인정에 대한 동기 등이 스마트폰의 주된 이용 목적(신광우 외, 2011)임을 고려할 때, 다양한 의사소통, 소셜 게임, SNS 등을 통한 활동으로 주변의 관심과 지지를 얻는 도구가 될 때, 그 사용이 증가하게 됨을 유추할 수 있다. 일반적으로 사회적 지지는 개인의 스트레스를 완화시키는 보호요인으로 논의되지만(이미숙, 1996), 이러한 현상을 긍정적으로만 보기는 어렵다. 오윤경(2012)의 연구에서 보듯이, 온라인을 통한 대인관계지지 추구는 자존감이나 삶에 대한 만족도가 낮은 학생 등에게서 나타나는 현상이라는 것을 간과할 수 없기 때문이다. 따라서 스마트폰 중독 예방을 위해서는 적정 시간 및 필요에 따른 적절한 스마트폰 사용을 위한 개입이 요구되며, 이미 스마트폰 중독 위험군 또는 잠재적 위험군의 사용자에 대해서는 개인 사용자의 대인관계 경험에도 관심을 가질 필요가 있다. 특히 개인을 둘러싼 대인관계가 온라인상에 지나치게 집중되어 있거나, 이러한 관계 유지를 위한 스마트폰 사용이 일상생활에 지장을 줄 경우, 근본적으로 자존감이나 삶의 만족도를 높

이고 오프라인 상의 관계를 강화할 수 있도록 접근하는 것이 필요할 것이다.

다섯째, 스마트폰 중독 수준에 따라 사용자군을 구분하여 분석하였을 때, 전체 사용자를 대상으로 분석한 것은 물론 선행연구와도 그 경향을 달리한다는 점은 스마트폰 중독 연구에 있어서 사용자의 특성을 고려한 연구가 요구됨을 시사한다. 또한 기존의 연구에서 고려되지 않았던 환경요인의 경우 특히 중독 및 잠재적 위험 사용자군의 스마트폰 중독적 사용을 예측할 수 있는 요인으로 나타나 향후 다양한 환경요인을 고려할 필요가 있음을 보여준다. 이러한 연구결과는 이미 스마트폰 사용을 중독적으로 하고 있거나, 그럴 위험이 있는 잠재적 가능성이 있는 대상자들에 대한 개입과 그러한 위험이 없거나 비교적 낮은 집단에 대한 개입이 서로 차별적이어야 함을 알 수 있다. 즉, 스크리닝 결과 스마트폰 중독으로 판정이 나거나 위험수위에 있는 대상자들의 경우 개인을 둘러싼 환경적 요인에 보다 관심을 갖는 것이 필요하며, 본 연구에서 제시된 부모양육태도와 대인관계지지 등이 영향을 미칠 수 있음을 고려할 필요가 있다. 일반사용자들에 있어서는 일상생활 전반에 있어서 일시 또는 지속적으로 우울을 경험하지 않을 수 있는 환경을 만들어주거나 그러한 위험요소를 제거해주는 것이 스마트폰 중독을 미연에 방지할 수 있는 경로가 될 것이다.

본 연구의 의의와 한계는 다음과 같다. 먼저, 지금까지 스마트폰 중독에 대한 연구들이 개인적 요인만을 비중 있게 다뤄온 반면, 부모의 양육태도와 대인관계지지 같은 환경적 요인에 관심을 가짐으로 스마트폰 중독 예측요인의 범주를 확대하였다는 점에서 의의가 있다. 그러나 그 변수들은 제한적이다. 따라서 향후 연구를 통하여 개인, 환경은 물론이고 더 다양한 차원에서 다양한 예측요인들이 설정되어 스마트폰 중독과의 관계를 규명하여 이를 예방하고 개입하는 데 있어 더 실증적인 근거를 마련해야 할 필요성이 있다.

다음으로 기존 연구와 달리 스마트폰 중독 수준에 따라 예측요인의 영향력 차이를 보여주고, 이에 따른 예방 및 치료 방법을 제시하였다는 점에서 의의를 갖는다. 그러나 조사 대상자의 규모가 제한적이어서 위험군과 잠재적 위험군을 분리하지 못했다는 점은 한계가 있다. 향후 연구에서는 위험군에 따라서 보다 세분화된 분석에 기반한 실천적 제언이 필요할 것이다.

끝으로 본 연구가 가지는 한계 및 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째로, 현재 대학에 재학 중인 학생들만을 대상으로 하였다는 점에서 대상의 특성을 드러낼

수 있지만 연구결과의 일반화에는 한계가 있다. 연구 진행 당시 스마트폰은 20대 대학생 집단에 가장 많이 보급되어 있는 상황이었지만, 그 추이를 살펴보았을 때, 모든 연령대로 빠르게 확대되어가는 경향을 확인할 수 있다. 또한, 본 연구는 연구 대상자 선정에 있어서 편의표집을 사용하였기 때문에 대학의 종류(2년제, 4년제), 성별 등 집단의 대표성에 취약한 부분이 존재할 가능성을 가지고 있다. 따라서 후속연구에서는 전 연령에 대한 연구를 비롯하여 각 연령대를 대상으로 세분화된 연구 즉, 연령대별 중독현황, 공통된 또는 차별화된 예측요인, 개입방법 등 좀 더 포괄적이면서 세분화된 대상에 대한 연구가 진행되어야 할 것이다. 더불어서 좀 더 대표성 있는 표집을 통해 연구결과가 높은 수준의 일반화를 보일 수 있어야 할 것이다.

본 연구는 최근 이슈화되고 있는 스마트폰 중독에 대한 다양한 연구가 활성화 되고 있는 시점에서, 이에 대한 기초적이면서 탐색적인 연구가 미비하다는 목적의식에서 시작되었다. 따라서 본 연구를 기반으로 향후, 스마트폰에 영향을 미치는 요인들과 그러한 영향력 관계를 조절 또는 매개를 통해 강화, 완충하는 요인들에 대한 연구가 지속적으로 이루어져야 할 것이다.

참 고 문 헌

강주연 (2012). **직장인의 스트레스와 스트레스 대처방식, 충동성이 스마트폰 중독에 미치는 영향.** 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위 청구논문.

강희양, 박창호 (2012). 스마트폰 중독 척도의 개발. **한국심리학회지, 31**(2), 563-581.

경향신문 (2012.12.26). 임산부 스마트폰 사용 시 뼈 압력, 전자파 노출 쉽다. http://news.khan.co.kr/kh_news/khan_art_view.html?artid=201212261906242&code=900303 에서 2013년 1월15일 인출.

고두흔 (2008). **부모양육태도와 학교생활적응이 일반 청소년 자살생각에 미치는 영향.** 연세대학교 대학원 석사학위 청구논문.

고충숙 (2012). 청소년의 휴대폰 중독적 사용이 정신건강에 미치는 영향. **청소년문화포럼, 30,** 8-29.

김경신, 김진희 (2003). 청소년의 심리적 변인과 인터넷 중독, 사이버관련 비행의 관계. **청소년복지연구, 5**(1), 85-97.

김교헌 (2006). 중독과 자기조절: 인지신경과학적 접근. **한국심리학회지: 건강, 11**(1), 63-105.

김병년 (2013). 대학생의 자기통제력과 스마트폰 중독 간의 관계에서 우울의 매개효과. **한국가족복지학, 39,** 49-81.

김병석, 정은희 (2004). 인터넷 채팅중독 청소년의 공격성, 사회적지지 지각, 인지적 대인문제 해결능력간의 관계. **청소년 상담연구, 12**(1), 91-99.

김보연 (2012). **고등학생의 인터넷 게임 중독 및 스마트폰 중독과 수면부족 및 스트레스와의 관계.** 삼육대학교 대학원 석사학위 청구논문.

김선영 (2005). **초등학생의 인터넷 중독에 영향을 미치는 요인에 관한 연구.** 한양대학교 행정대학원 석사학위 청구논문.

김윤희 (2006). **인터넷 중독 청소년의 정신건강 모형구축.** 중앙대학교 대학원 박사학위 청구논문.

김정숙 (2003). **휴대폰 과다사용 청소년의 자아존중감 및 우울, 충동성.** 단국대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.

김정희 (1987). **지각된 스트레스 · 인지 세트 및 대처방식의 우울에 대한 작용.** 서울

대학교 대학원 박사학위 청구논문.

김준걸 (2004). **고등학생의 사회적지지 및 스트레스가 인터넷 중독에 미치는 영향.** 대전대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.

김현숙 (1998). **청소년의 건강행위와 비행의 영향요인에 관한 모형 구축.** 서울대학교 대학원 박사학위 청구논문.

남수정 (2011). 긴장과 낮은 자기통제력이 사이버 일탈에 미치는 영향: 인터넷 중독의 매개효과와 익명성의 조절효과 검증. **대한가정학회지,** 49(2), 63-74.

남현미 (1999). **가족의 심리적 환경과 청소년의 자아통제력 및 친구특성이 문제행동에 미치는 영향.** 서울대학교 대학원 석사학위 청구논문.

동아일보 (2012.11.20). 스마트폰 중독 어린이들 '팝콘브레인' 된다?. http://news.donga.com/3/all/20121120/50982172/2 에서 2013년 1월 15일 인출.

류미라 (2002). **청소년의 인터넷 중독과 사회적지지 및 자아정체감의 관계.** 서강대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.

류미숙, 권미경 (2011). 휴대폰 중독군과 비중독군의 어머니의 양육태도와 의사사통 차이 비교: 중학생을 대상으로. **부모·자녀건강학회지,** 14(2), 76-83.

박용민 (2011). **성인들의 스마트폰 중독과 정신건강에 관한 연구.** 상지대학교 평화안보상담심리대학원 석사학위 청구논문.

박정은 (2001). **청소년의 인터넷 중독적 사용 및 영향변인 연구.** 숙명여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.

박정화 (2006). **대학생의 사회적 지지 및 의사소통 불안이 인터넷 사용에 미치는 영향.** 연세대학교 대학원 석사학위 청구논문.

박지선 (2012). **청소년 및 대학생의 스마트폰 중독 경향성에 영향을 미치는 관련변인.** 단국대학교 대학원 석사학위 청구논문.

방희정, 조아미 (2002). 청소년들이 지각한 사회적 지지와 게임중독의 관계. **한국청소년복지학회 춘계학술대회 자료집,** 51-78.

백초롱 (2012). **페이스북 사용과 대인관계 건강, 외로움의 관계에서 지각된 유용성 및 지각된 격려의 매개효과.** 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.

서승연 (2001). **일상적 스트레스, 몰두성향, 사회적지지와 병리적 인터넷 사용.** 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.

서지혜 (2012). **고등학생의 개인, 부모, 또래 및 스마트폰 이용동기 요인과 스마트폰 중독과의 구조적 관계분석.** 성신여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.

송원영 (1999). **자기효능감과 자기통제력이 인터넷의 중독적 사용에 미치는 영향.** 연세대학교 대학원 석사학위 청구논문.

송지영 (1992). 한국판 부모-자녀 결합 형태 검사(Parenting Bonding Instrument): 신뢰도 및 타당도 검증. **신경정신의학, 31**(5), 979-992.

신광우, 김동일, 정여주 (2011). **스마트폰 중독 진단척도 개발 연구.** 서울: 한국정보화진흥원.

신원식, 최말옥 (2008). 가정폭력 피해 여성들의 부부간 역기능적 의사소통유형과 양육태도 유형 비교: Q방법론의 활용. **상황과복지, 25,** 7-38.

안석 (2000). **인터넷의 중독적 사용에 관한 연구.** 연세대학교 대학원 석사학위 청구논문.

안세라 (2003). **인터넷중독에 영향을 미치는 사회 심리적 요인에 관한 연구: 서울 인천 지역 중학생을 대상으로.** 경희대학교 대학원 석사학위 청구논문.

양심영, 박영선 (2005). 청소년의 휴대폰 중독성향의 예측모형. **대한가정학회지, 43**(4), 1-16.

오윤경 (2012). **SNS중독경향성과 외로움, 우울, 대인관계, 사회적지지의 관계.** 한국상담대학원대학교 상담학과 석사학위 청구논문.

오효숙 (2012). 농촌 지역 초등학생의 정신건강, 우울정도 및 인터넷 중독과의 상관관계. **한국학교보건학회지, 25**(1), 31-38.

우형진 (2007). 휴대폰 이용자의 자아성향이 휴대폰 중독 구성요인에 미치는 영향에 관한 연구. **한국방송학보, 21**(2), 391-427.

윤영민 (2001). 사이버공간의 청소년행동: 정책개발을 위한 이론적 탐색. **청소년학연구, 8**(2), 199-228.

윤지영 (2001). **부모의 양육태도와 자기효능감이 인터넷 중독에 미치는 영향: 공업계 고등학교 남학생들을 대상으로.** 한양대학교 상담심리대학원 석사학위 청구논문.

이경민 (2002). **인터넷 중독자의 자기개념과 자기도피 및 사회적 지지에 대한 연구.** 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.

이경님 (2003). 아동이 지각한 어머니와의 의사소통과 자기통제가 게임중독에 미치는 영향. **대한가정학회지, 41**(1), 77-91.

이도형 (2012). **대인관계 특성이 문제성 인터넷 사용에 미치는 영향: 온라인 상호작용 선호의 매개효과.** 계명대학교 대학원 석사학위 청구논문.

이만제, 장해순 (2009). 대인불안, 외로움, 소외감이 대학생의 휴대전화 중독성향에 미치는 영향. **청소년학연구, 16**(11), 1-96.

이민석 (2011). **스마트폰 중독에 영향을 미치는 요인연구.** 연세대학교 대학원 석사학위 청구논문.

이상주, 이약희 (2004). 인터넷의 중독적 사용에 관한 원인과 결과 변인 탐색. **한국청소년연구, 15**(2), 305-332.

이선경 (2001). **청소년의 인터넷 사용현황과 우울 및 자기통제력과의 관계.** 서강대학교 대학원 석사학위 청구논문.

이어리, 이강이 (2012). 부모요인, 친구요인, 심리적 요인이 초등학생의 중독적인 휴대전화 사용에 미치는 영향. **한국아동교육학회지, 21**(2), 27-40.

이연미, 이선정, 신효식 (2009). 청소년의 휴대폰 중독성에 영향을 미치는 개인, 가족, 학교환경 변인. **한국가정과교육학회지, 21**(3), 29-49.

이정연, 최영선 (2002). 청소년기 자녀의 인터넷 중독에 영향을 미치는 관련 변인. **한국생활과학회지, 11**(4), 335-346.

이혜경 (2008). 휴대폰의 중독적 사용을 예측하는 변인들의 탐색. **한국심리학회지, 22**(1), 133-165.

장미경, 이은경 (2007). 초등학생의 인터넷 사용욕구와 부모관련 변인이 게임중독에 미치는 영향. **한국상담및심리치료학회지, 19**(4), 1125-1138.

장성화, 박영진 (2010). 휴대폰 중독 수준에 따른 청소년들의 정신건강, 자기통제력, 자아존중감의 관계 연구. **한국교육논총, 8**(3), 25-41.

장성화, 조경덕 (2010). 청소년의 우울, 대인불안, 학교적응이 휴대전화 중독에 미치는 영향. **한국콘테츠학회논문지, 10**(11), 285-293.

전선경 (2005). **청소년 인터넷 중독적사용의 하위집단별 대인관계 효능감과 사회적지지 지각에 관한 연구.** 동의대학교 대학원 사회복지학과 석사학위 청구논문.

전영자, 서문영 (2006). 중고등학생의 인터넷 중독과 관련 변인 연구. **대한가정학회지, 44**(3), 13-25.

정미선 (2010). **청소년이 지각한 부모의 양육태도와 또래관계가 자아존중감에 미치는**

영향. 대구한의대학교 대학원 석사학위 청구논문.

조민자 (2012). 청소년의 우울과 불안 및 부모의 방임적 양육태도가 인터넷 중독에 미치는 영향에서 자기통제력의 조절효과. **청소년시설환경, 10**(1), 15-25.

조수진 (2012). **고등학생의 스마트폰 중독과 자존감, 충동성 및 사회성과의 관계.** 서강대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.

조춘범 (2001). **청소년의 인터넷 중독과 가정 및 학교환경과의 관계에 관한 연구: 서울지역 인문계 고등학생들을 중심으로.** 경희대학교 대학원 석사학위 청구논문.

조현옥 (2012). **중학생의 스마트폰 중독수준에 따른 자아존중감, 충동성 및 지각된 스트레스의 차이.** 계명대학교 대학원 석사학위 청구논문.

최현석, 이현경, 하정철 (2012). 스마트폰 중독이 정신건강, 학교생활, 대인관계에 미치는 영향: K대 대학생을 중심으로. **한국데이터정보과학회지, 23**(5), 1005-1015.

최혜진, 최연실, 안연주 (2011). 부모양육태도, 자기통제력 및 또래관계가 청소년의 인터넷중독에 미치는 영향. **한국가족관계학회지, 15**(4), 113-133.

한국방송통신위원회 (2012). **유무선통계.** http://www.kcc.go.kr에서 2012년 12월 1일 인출.

김원, 이재일, 조찬형, 나은아, 황혜선 (2012). **2011년 스마트폰이용실태조사** (제1205호). 서울: 한국방송통신위원회, 한국인터넷진흥원.

한상훈 (2008). 중학생의 휴대폰중독 유형과 정신건강과의 관계. **학습자중심교과교육학회, 8**(1), 403-420.

한주리, 허경호 (2004). 이동전화 중독 척도 개발 및 타당성 검증. **한국언론학보, 48**(6), 138-165.

황경혜, 유양숙, 조옥희 (2012). 대학생의 스마트폰 중독사용 정도에 따른 상지통증, 불안, 우울 및 대인관계. **한국콘텐츠학회논문지, 12**(10), 365-375.

황상민 (2000). 인터넷이 인간성을 바꾼다. **현대사회연구소, 221,** 46-48.

황수정 (2000). **청소년의 인터넷 중독과 사회적지지 지각 및 사회적응력간의 관계.** 계명대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.

황승일 (2013). **청소년의 스마트폰 중독에 영향을 미치는 생태체계변인에 관한 연구.** 조선대학교 대학원 석사학위 청구논문.

Compton, B. R., & Galaway, B. (1999). *Social work processes* (6th ed.). Pacific

Grove: Brooks/Cole Publishing.

Cohen, S., & Hoberman, H. (1983). Positive events and social supports as buffers of life stress. *Journal of Applied Social Psychology, 13*, 9-125.

Gottfredson, M., & Hirschi, T. (1990). Marketing in hypermedia computer-mediated environments: Conceptual foundations. *Journal of Marketing, 60*, 50-68.

Hur, M. H. (2006). Demographic, habitual, and socioeconomic determinants of internet addition disorder: An empirical study of Korean teenagers. *Cyber Psychology & Behavior, 9*(5), 514-525.

Kim, H. K., & Davis, K. E. (2009). Toward a comprehensive theory of problematic internet use: Evaluating the role of self-esteem, anxiety, flow, and self-rated importance of internet activities. *Computer in Human Behavior, 25*(2), 490-500.

Kim, S., Murry, V., & Brody, G. H. (2001). Studying the relationship between children's self-control and academic achievement: An application of second-order growth curve model analysis. *paper presented at the annual meeting of the american educational research association.*

Petrie, H., & Gunn, D. (1998). Internet "addiction": The effects of sex, age, depression and introversion. *Paper presented at the conference of the British Psychological Society,* London.

Pollet, T. V., Roberts, S. G., & Dunbar, R. I. (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. *Cyberpsycology Behavior and Social Networking, 14,* 253-258.

Spada, M. M., Lanngston, B., Nikcevic, A. V., & Moneta, G. B. (2008). The role of metacognitions in problematic internet use. *Computer in Human Behavior, 24*(5), 2325-2335.

Young, K. S. (1996). Internet can be as addicting as alcohol, drug and gambling. *An APT news release*.

Young, K. S. (1997). What makes the internet addictive: Potential explanations for

pathological internet use. *Paper presented at the 105th annual conference of the American Psychological Association, Aug 15,* Chicago, IL.

Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyber-Psychology, Behavior and Social Networking, 1*(3), 237-244.

Young, K. S. (1999). Cyber-disorders: The mental concern for the new millenium. *Cyber-Psychology and Behavior, 3*(5), 475-479.

Zung, W. K. (1965). A self-rating depression scale. *Arch Gen Psychiatry, 12*(1), 63-70.

ABSTRACT

A study on factors affecting smart-phone addiction in university students : A focus on differences in classifying risk groups

Kim, Byoungnyun* · Ko, Eunjung* · Choi, Hongil*

This study aimed to investigate the effects of individual and environmental factors on Smartphone addiction among university students, focusing on differences by type of risk groups. Data for this study came from a survey that was conducted by the authors targeting 477 university students. The major findings of this study are as follows. First, lower levels of self control and higher levels of depression among students were significantly associated with higher levels of has effect on Ssmartphone addiction. Second, the association differed by type of risk group. Students in the high risk group were associated with environment factors, whereas students in the normal risk group were associated with individual factors. Based on these findings, this study suggests that intervention for students with Smartphone addiction may be needed and that intervention needs to be tailored to students according to their particular degree of addiction.

Key Words : smart-phone addiction, self-control, depression, dysfunctional parent's raising attitude, interpersonal support

투고일 : 2013. 3. 11, 심사일 : 2013. 6. 12, 심사완료일 : 2013. 7. 1

* Catholic University