



인터넷사회의 부모와 자녀관계에 관한 한·중·일 비교: 한국사례 분석

이창호 선임연구위원, ifsc334@nypi.re.kr

요약¹⁾

- 스마트폰이나 태블릿 PC 등 모바일기기의 확산은 부모와 자녀의 커뮤니케이션 양태에 많은 영향을 미치고 있음. 많은 부모들이 스마트폰을 하느라 자녀와 대화를 등한시하거나 자녀 또한 스마트폰에 열중하느라 부모와 상호작용을 원활히 못하고 있음. 특히 어린 자녀들의 경우 스마트기기를 이용해 게임을 하거나 동영상 보는 경우가 많아 디지털기기에 대한 의존이 갈수록 심화되고 있음.
- 본 연구의 초점은 스마트폰 등 디지털기기의 확산으로 부모와 자녀가 이러한 디지털네트워크를 활용하여 얼마나 상호 소통하느냐를 분석하는 데 있음. 즉 가정내 부모와 자녀의 상호작용이 이러한 디지털미디어에 의해 얼마나 영향을 받는지를 탐구하고자 함. 아울러, 가정내에서 자녀의 미디어이용과 몰입으로 인해 부모와의 갈등이 얼마나 발생하는지와 이를 해결하기 위해 어떤 조치를 취하는 지도 분석함. 특히 가정 내 컴퓨터나 휴대폰에 대한 사용규칙을 정해 놓는 것이 자녀의 인터넷이용을 줄이는 데 얼마나 효과가 있는 지도 검증하고자 함.
- 이를 위해 전국 초등학교(5, 6학년), 중학교(1, 2학년) 총 38개 학교를 대상으로 설문조사를 실시하여 총 1,936명을 표집하여 그 결과를 분석함. 그 결과 최근 발생한 부모와의 갈등요인 중에서 응답자 3명 중 1명 정도가 인터넷사용시간이나 내용에 대해 답한 것으로 나타나 가정 내에서 자녀의 인터넷사용과 관련하여 갈등이 심함을 알 수 있음. 또한 사용시간과 사용내용에 대한 규칙준수는 인터넷이용시간을 줄이는데는 효과적이었으나 스마트폰과의존위험성을 감소시키는 데는 효과적으로 작동하지 않았음. 한편, 스마트폰과의존위험집단은 부모가 규칙을 일방적으로 정한 집단보다 합의에 의해 정한 집단에게서 훨씬 덜 나타나 가정내에서 휴대전화에 관한 규칙을 정할 경우 부모와 자녀가 서로 논의하여 정하는 것이 좋다고 볼 수 있음.

1) 본 연구는 한국청소년정책연구원 2017년 수시과제 '인터넷사회의 부모와 자녀관계에 관한 한·중·일 비교: 한국사례 분석'을 바탕으로 한 것임.

1. 연구목적

- ▶ 스마트폰이나 태블릿 PC 등 모바일기기의 확산은 부모와 자녀의 커뮤니케이션 양태에 많은 영향을 미치고 있음. 많은 부모들이 스마트폰을 하느라 자녀와 대화를 등한시하거나 자녀 또한 스마트폰에 열중하느라 부모와 상호작용을 원활히 못하고 있음. 특히 어린 자녀들의 경우 스마트기기를 이용해 게임을 하거나 동영상을 보는 경우가 많아 디지털기기에 대한 의존이 갈수록 심화되고 있음.
- ▶ 이러한 인터넷이나 스마트폰에 대한 과의존과 이에 따른 부작용은 비단 우리사회 뿐 아니라 일본, 중국 등 동북아시아 국가들에게도 비슷하게 나타나고 있는 현상임. 이들 국가들은 인터넷이 빠르게 보급되면서 자녀의 인터넷 중독이나 사이버 폭력과 같은 다양한 문제에 직면해 있으며 공통적으로 이러한 변화가 부모와 자녀 간의 관계에 부정적인 영향을 미치는 상황에 직면해 있음. 이런 상황에서 한국, 중국, 일본 등 세 나라는 자녀들과 함께 부모들의 디지털 리터러시를 높여 자녀의 건강한 성장을 도모하는 한편 부모와 자녀 관계를 긍정적인 방향으로 개선하기 위한 노력이 필요한 상황임.
- ▶ 본 연구의 초점은 스마트폰 등 디지털기기의 확산으로 부모와 자녀가 이러한 디지털네트워크를 활용하여 얼마나 상호 소통하느냐를 분석하는 데 있음. 즉 가정내 부모와 자녀의 상호작용이 이러한 디지털미디어에 의해 얼마나 영향을 받는지를 탐구하고자 함. 아울러, 가정내에서 자녀의 미디어이용과 몰입으로 인해 부모와의 갈등이 얼마나 발생하는지와 이를 해결하기 위해 어떤 조치를 취하는 지도 분석함. 특히 가정 내 컴퓨터나 휴대폰에 대한 사용규칙을 정해 놓는 것이 자녀의 인터넷이용을 줄이는 데 얼마나 효과가 있는 지도 검증하고자 함.

2. 주요 연구결과

- ▶ 가정에서 휴대전화나 컴퓨터를 사용하는 것에 대한 규칙을 가지고 있는지 질문한 결과, 사용시간, 사용내용, 사용방법과 매너, 사용요금에 관한 규칙을 정해놓고 지키고 있다고 응답한 비율은 각각 45.1%, 47.2%, 58.7%, 55.0%였음. 즉 네 가지 규칙 중 사용방법과 매너에 관한 규칙을 마련하고 이를 지키는 비율이 가장 높았음. 대체로, 중학생에 비해 초등학생이 더 많이 규칙을 정해 놓고 지키고 있는 것으로 나타났음. 또한 여학생에 비해 남학생들이 규칙을 정해놓고 지키는 비율이 높은 것으로 분석됐음. 사용규칙을 정해놓고 준수할 경우 그 규칙을 어떻게 정하는지 질문한 결과 10명 중 3명 정도는 부모가 일방적으로 정해 놓는다고 답하였음. 즉 대부분의 경우 부모와 자녀가 상호 논의하에 규칙을 정하는 것으로 나타남.

[표 1] 휴대전화/컴퓨터 사용규칙 (단위: %)

구분			사용규칙 준수 여부			사용규칙을 정해놓고 준수할 경우 사용규칙을 정한 방법	
			정해놓고 지키고 있음	정해 놓았으나 지키지 않고 있음	정해놓지 않음	부모가 일방적으로 정함	상호 논의하에 정함
사용시간에 관한 규칙	전체		45.1	16.0	38.9	29.0	71.0
	성	남	49.9	15.0	35.1	30.4	69.6
		여	39.4	17.2	43.4	26.9	73.1
	교급	초	56.7	14.3	29.0	30.8	69.2
		중	33.9	17.7	48.4	26.1	73.9
사용내용에 관한 규칙	전체		47.2	6.6	46.1	29.4	70.6
	성	남	48.7	6.8	44.5	34.9	65.1
		여	45.6	6.4	48.0	22.4	77.6
	교급	초	60.3	5.8	33.9	31.2	68.8
		중	34.6	7.5	57.9	26.2	73.8
사용방법과 매너에 관한 규칙	전체		58.7	9.7	31.6	32.2	67.8
	성	남	60.7	9.2	30.1	34.4	65.6
		여	56.3	10.2	33.5	29.4	70.6
	교급	초	67.6	8.5	23.9	34.2	65.8
		중	50.2	10.7	39.1	29.6	70.4
사용요금에 관한 규칙	전체		55.0	3.2	41.8	41.9	58.1
	성	남	57.5	3.5	39.0	41.1	58.9
		여	51.9	2.9	45.1	42.9	57.1
	교급	초	63.8	2.6	33.6	41.1	58.9
		중	46.4	3.8	49.8	42.9	57.1

- ▶ 대부분의 응답자들은 SNS를 통해 부모와 대화하는 경우보다 면대면 대화를 하는 경향이 강했음. 또한 SNS 이용으로 부모와의 대화가 늘었다고 응답한 경우도 전체의 12% 정도 밖에 되지 않았음. 응답자 10명 중 8명 가량은 부모와 얼굴을 맞대고 대화를 나누는 것을 정보기기를 매개로 대화하는 것보다 좋아하는 것으로 나타났음. 한편, 응답자의 21.7%는 부모와 새로운 어플이나 SNS 사용에 대해 이야기를 나눈다고 답했음. 이 같은 결과는 청소년들이 디지털기기를 매개로 한 대화보다는 부모와의 직접적인 면대면 대화를 훨씬 더 선호하고 있음을 보여주고 있음. 전체응답자의 18.3%는 가족들과 식사하거나 단란한 시간에 자주 휴대폰을 사용한 적이 있다고 답했고, 21.1%는 인터넷에 빠져서 잠이 부족할 때가 있다고 호소했음. 특히 초등학생(13.0%)보다 중학생(28.7%)들이 인터넷으로 인한 수면부족을 많이 호소하였음. 게임이나 스마트폰 때문에 돈을 많이 쓴 적이 있다고 응답한 비율은 전체의 11.5%였음. 특히 여학생(4.0%)보다 남학생(17.8%)의 경우 디지털게임사용으로 돈을 많이 쓴 적이 있다고 응답한 비율이 훨씬 높았음. 이는 남학생들이 여학생보다 게임을 즐겨하기 때문인 것으로 보임.

[표 2] 디지털기기 영향 (단위: %)

문항	구분		매우 그렇다	어느정도 그렇다	별로 그렇지 않다	전혀 그렇지 않다
부모와 대화하는 것보다 이메일을 보내거나 SNS를 통해 대화하는 경우가 많다	전체		2.1	5.5	35.1	57.4
	성별	남	2.4	6.1	31.5	60.0
		여	1.6	4.7	39.3	54.3
	교급	초	1.9	4.2	31.7	62.2
		중	2.1	6.7	38.3	52.9
SNS 이용으로 부모와의 대화가 늘었다	전체		1.8	10.1	34.9	53.3
	성별	남	2.2	10.1	32.5	55.1
		여	1.3	10.0	37.6	51.0
	교급	초	1.7	10.1	27.9	60.3
		중	1.8	10.1	41.4	46.6
부모와 새로운 어플이나 SNS 사용에 대해 이야기를 나눈다	전체		4.0	17.7	30.1	48.2
	성별	남	3.7	14.8	30.0	51.6
		여	4.4	21.2	30.1	44.2
	교급	초	4.6	15.5	27.0	52.9
		중	3.5	19.8	33.0	43.8

문항	구분		매우 그렇다	어느정도 그렇다	별로 그렇지 않다	전혀 그렇지 않다
부모와 SNS나 전화보다는 얼굴을 맞대고 대화 나누는 것을 좋아한다	전체		46.7	33.6	10.0	9.7
	성별	남	42.1	34.0	11.2	12.7
		여	52.1	33.1	8.5	6.2
	교급	초	53.5	26.5	8.9	11.1
		중	40.3	40.3	11.0	8.4
가족들과 식사하거나 단란한 시간에 나는 자주 휴대폰을 사용한다	전체		3.2	15.1	33.5	48.2
	성별	남	3.9	14.5	33.0	48.6
		여	2.3	15.8	34.1	47.8
	교급	초	2.5	11.6	29.3	56.6
		중	3.8	18.4	37.6	40.2
나는 인터넷에 빠져서 잠이 부족할 때가 있다	전체		5.0	16.1	30.5	48.4
	성별	남	4.1	15.5	31.4	49.1
		여	6.1	16.9	29.4	47.6
	교급	초	4.0	9.0	27.4	59.6
		중	5.9	22.8	33.4	37.9
나는 게임이나 스마트폰 어플 때문에 돈을 많이 쓴 적이 있다	전체		3.4	8.1	15.4	73.1
	성별	남	5.4	12.4	20.4	61.9
		여	1.0	3.0	9.5	86.5
	교급	초	3.5	5.1	12.8	78.7
		중	3.4	10.9	17.9	67.8

- ▶ 응답자 본인들이 SNS에 올린 게시물을 부모와 공유하는지 알아본 결과 단지 18.1%만이 공유하는 것으로 나타났다. SNS에 타인이 올린 게시물을 부모와 공유하는 경우도 전체 응답자의 23.3%에 불과하였음. 대체로 남학생에 비해 여학생들이 부모와 게시물을 공유하려는 경향이 강하게 나타났음. 초등학생들의 경우 중학생들에 비해 자신들이 올린 게시물을 부모와 많이 공유하려 했음.

[표 3] SNS 게시물 공유 (단위: %)

구분		자신이 올린 게시물 공유			타인이 올린 게시물 공유	
		공유함	공유하지 않음	게시물을 올린적 없음	공유함	공유하지 않음
전체		18.1	37.6	44.2	23.3	76.7
성	남	14.9	36.4	48.7	18.0	82.0
	여	22.0	39.1	38.9	29.6	70.4
교급	초	21.7	22.8	55.6	24.2	75.8
	중	14.8	51.6	33.5	22.3	77.7

- ▶ 주말인터넷이용에 영향을 미치는 예측요인들을 분석한 결과 인구학적 변인 가운데는 학교급과 경제수준이 영향을 미쳤음. 즉 중학생들이 초등학생들에 비해 주말에 인터넷을 이용할 가능성이 훨씬 높았고, 경제수준이 낮다고 생각할수록 주말에 인터넷을 이용할 경향이 높았음. 또한 첫 인터넷사용연령대가 빠를수록 주말에 인터넷을 많이 할 가능성이 높았고, 스마트폰과의존위험군에 속할수록 주말에 인터넷을 많이 이용할 가능성이 높았음. 하지만, 부모애착은 주말인터넷이용에 유의한 영향을 미치지 않았음. 부모와의 상호작용 가운데 오프라인이나 온라인대화는 유의한 영향을 미치지 않았고, 자신이 SNS에 올린 게시물을 부모와 공유하는 경우에는 주말인터넷이용시간이 감소하는 것으로 나타났으며 타인이 올린 게시물을 부모와 공유하는 경우에는 주말인터넷이용시간이 오히려 늘어나는 경향을 보였음. 휴대전화와 컴퓨터에 관한 규칙준수의 경우 사용시간과 사용내용에 대한 규칙을 정해 놓고 이를 실천하는 경우 규칙이 없는 집단에 비해 주말인터넷이용시간이 줄어드는 것으로 나타났음. 이 같은 결과는 사용시간과 사용내용에 관한 규칙을 만들어 이를 실천하는 경우가 규칙이 아예 없는 경우보다 주말인터넷이용시간을 줄이는 데 효과적이라는 것을 암시해주고 있음.

[표 4] 주말인터넷이용에 영향을 미치는 요인

		B (표준화계수)	t 값	VIF
인구학적 변인	성(여학생=1)	.030	.991	1.055
	교급(중학교=1)	.178***	5.478	1.220
	경제수준(1~5)	.065*	2.083	1.109
첫 인터넷 사용연령		-.119***	-3.894	1.071
스마트폰과의존 (위험군=1)		.209***	6.643	1.138
부모애착		-.057	-1.563	1.510
부모와의 상호작용	오프라인대화	-.014	-.411	1.320
	SNS 대화	.046	1.451	1.157
	자신이 올린 게시물공유 (공유=1)	-.128***	-3.520	1.512
	타인이 올린 게시물 공유 (공유=1)	.075*	2.211	1.310
부모중재	사용시간규칙준수 (기준=규칙없음)	-.099*	-2.486	1.807
	사용시간규칙미준수 (기준=규칙없음)	-.005	-.149	1.548
	사용내용규칙준수 (기준=규칙없음)	-.084*	-2.016	2.007
	사용내용규칙미준수 (기준=규칙없음)	-.034	-.922	1.553
	사용방법규칙준수 (기준=규칙없음)	-.023	-.580	1.757
	사용방법규칙미준수 (기준=규칙없음)	.019	.511	1.622
	사용요금규칙준수 (기준=규칙없음)	.031	.853	1.517
	사용요금규칙미준수 (기준=규칙없음)	-.044	-1.328	1.286
수정된 R 제곱		.187		

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

- ▶ 스마트폰과의존척도점수의 평균값을 종속변인으로 하여 중다회귀분석을 실시하였음. 투입된 변수들은 전체변량의 23.4%를 설명하는 것으로 나타났음. 분석결과 인구학적 변인 가운데는 스마트폰과의존예측요인으로 경제수준이 유의미하게 나타났음. 즉 자신이 못산다고 생각할수록 스마트폰에 과의존하는 경향이 높은 것으로 나타난 것임. 비록 경제상황에 관한 응답자의 주관적 생각을 물었지만 경제적 수준과 스마트폰중독 간에는 어느 정도 관련성이 있는 것으로 드러났다고 볼 수 있음. 중학생집단이 초등학생집단에 비해 미약하나마 스마트폰과의존에 빠질 위험성이 높게 나타났음. 첫 인터넷사용연령은 유의한 영향을 미치지 않았음. 주말인터넷사용시간은 스마트폰과의존과 정적인 관련성이 있는 것으로 나타나 주말에 인터넷을 많이 이용하는 청소년들이 스마트폰에 지나치게 의존할 경향이 높은 것으로 나타났음. 부모애착은 스마트폰과의존과 부적인 관련성이 있는 것으로 분석됐음. 즉 부모애착이 높은 청소년일수록 스마트폰중독에 빠질 가능성이 낮은 것으로 나타났음. 부모와의 면대면 대화 또한 스마트폰과의존위험성을 낮추는 요인으로 나타났음. 하지만 타인이 SNS에 올린 게시물을 부모와 공유할 경우 스마트폰에 집착할 가능성이 높은 것으로 나타났음. 디지털기기에 관한 규칙의 경우 사용시간이나 사용방법에 관한 규칙을 정해 놓고 실천하지 않는 경우가 규칙을 아예 정해놓지 않는 경우에 비해서 스마트폰에 빠질 가능성이 높게 나타났음. 하지만, 규칙을 준수해놓고 이를 실천할 경우 스마트폰과의존에는 유의한 영향을 미치지 않았음.

[표 5] 스마트폰과의존예측요인

		B (표준화계수)	t 값	VIF
인구학적 변인	성(여학생=1)	.011	.381	1.051
	교급(중학교=1)	.057+	1.768	1.259
	경제수준(1~5)	.087**	2.873	1.112
첫 인터넷사용 연령		.007	.250	1.088
주말인터넷사용시간		.289***	9.226	1.197
부모애착		-.132***	-3.762	1.498
부모와의 상호작용	오프라인대화	-.060+	-1.813	1.314
	SNS 대화	.011	.366	1.157
	자신이 올린 게시물공유 (공유=1)	-.058	-1.638	1.531
	타인이 올린 게시물 공유 (공유=1)	.057+	1.748	1.313

		B (표준화계수)	t 값	VIF
부모중재	사용시간규칙준수 (기준=규칙없음)	.058	1.514	1.820
	사용시간규칙미준수 (기준=규칙없음)	.183***	5.160	1.532
	사용내용규칙준수 (기준=규칙없음)	.008	.190	2.014
	사용내용규칙미준수 (기준=규칙없음)	-.016	-.461	1.555
	사용방법규칙준수 (기준=규칙없음)	-.011	-.302	1.757
	사용방법규칙미준수 (기준=규칙없음)	.074*	2.038	1.609
	사용요금규칙준수 (기준=규칙없음)	-.053	-1.491	1.517
	사용요금규칙미준수 (기준=규칙없음)	.046	1.405	1.287
수정된 R 제곱		.234		

+p<.10, *p<.05, **p<.01, ***p<.001

- ▶ 부모와의 개방적 커뮤니케이션 정도 등 관련 요인들이 부모와의 면대면 대화에 어떤 영향을 미치는지 다중회귀분석을 실시하여 분석하였음. 그 결과 부모와의 개방적 커뮤니케이션 정도가 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났음. 즉 부모가 자녀의 이야기를 잘 들어줄 수 있는 환경에 놓인 청소년들이 부모와 면대면 대화도 활발히 하는 것으로 나타났음. 또한 부모와 SNS를 통해 대화를 하는 경우에도 면대면 대화를 많이 하는 것으로 분석됐음. 특히 타인이 올린 게시물을 부모와 공유하는 청소년의 경우 부모와 면대면 대화를 많이할 가능성이 높았음. 하지만, 스마트폰에 대한 지나친 의존은 부모와의 면대면 대화에 부적인 영향을 미쳤음. 즉 스마트폰에 지나치게 의존하는 청소년일수록 부모와의 대화는 감소하는 경향이 있는 것으로 분석됐음. 이러한 결과는 스마트폰중독이 부모와 자녀간의 대화를 단절시킬 수 있는 가능성을 보여주는 것임.

[표 6] 부모와의 대화에 영향을 미치는 예측요인

		B (표준화계수)	t 값	VIF
인구학적 변인	성(여학생=1)	.025	.866	1.034
	교급(중학교=1)	-.017	-.548	1.216
	경제수준(1~5)	-.052+	-1.721	1.114
첫 인터넷사용 연령		.014	.463	1.068
주말인터넷사용시간		-.014	-.442	1.259
스마트폰과의존정도		-.091**	-2.864	1.238
부모와의 개방적 커뮤니케이션		.368***	11.440	1.258
부모와의 SNS 대화		.071*	2.322	1.123
부모와 자신이 올린 게시물공유 (공유=1)		-.007	-.200	1.503
부모와 타인이 올린 게시물 공유 (공유=1)		.078*	2.374	1.296
수정된 R 제곱		.211		

+p<.10, *p<.05, **p<.01, ***p<.001

3. 정책제언

1) 미디어이용시간 등에 관한 규칙 준수 및 실천

디지털기기의 확산으로 카카오톡이나 페이스북 등 소셜네트워크서비스를 매개로 한 가족간의 소통이 활발해지고 있는 상황에서 미디어과다사용으로 인한 부모와 자녀간 갈등이 심해지고 있음. 하지만, 자녀들이 무조건 스마트폰을 사용하지 못하도록 강제로 빼앗는 등의 행위는 자녀에게 상처를 줄 수 있고 이는 곧 부모와 자녀의 신뢰나 애착을 떨어뜨릴 수 있기 때문에 바람직하지 않음. 그나마 좋은 방법은 자녀의 스마트폰이용시간에 관한 규칙을 부모와 자녀가 함께 논의하여 만들어 실천하는 것임. 앞서 연구결과에서도 나타났듯이, 미디어이용시간에 관한 규칙을 준수하는 경우 인터넷을 덜 사용하는 경향이 관찰됐음. 따라서, 가령 하루에 정해진 공부를 다 했으면 30분 정도 스마트폰을 이용하도록 하는 것과 같은 규칙을 세워 가정에서 실천해 볼 수 있음. 물론, 규칙을 준수했을 경우 그에 따른 긍정적 보상은 부모가 해 줄 필요가 있음. 이러한 과정을 통해 어렸을 때부터 규칙을 준수하고 실천하는 자세를 심어줄 수 있음.

2) 부모의 지나친 스마트폰 이용 자제

부모가 지나치게 스마트폰에 집착한 나머지 아이들을 제대로 돌보지 못하는 현상이 최근 두드러지고 있음. 더구나 아이들은 부모의 행동을 보고 따라하려는 경향이 강하기 때문에 부모의 스마트폰에 대한 지나친 의존은 자녀의 미디어이용에도 영향을 미칠 수 있음. 즉 아이들은 부모의 미디어이용행태를 모방하려는 경향이 강함. 특히 부모가 디지털기기를 지나치게 사용하게 되면 자녀와의 면대면 대화도 감소할 수 있음. 앞서 연구결과에서도 나타났듯이, 부모와 자녀간의 대화정도는 스마트폰과의존위험을 줄일 수 있는 요인이었음. 따라서, 부모들은 가급적 아이들과 함께 있는 자리에서 스마트폰을 사용하는 것을 자제할 필요가 있음. 굳이 스마트폰을 사용하고 싶으면 아이들 눈에 띄지 않는 장소나 아이들이 잠든 후 사용하는 것이 좋을 것 같음.

3) 가정 내에서 부모의 적극적 중재 역할 필요

부모의 중재에 관한 많은 연구들은 부모가 미디어의 긍정적, 부정적 기능을 자녀에게 충분히 설명해 줄 때 미디어가 자녀에게 미치는 부정적 효과를 줄일 수 있다고 주장하고 있음. 따라서, 부모가 자녀에게 휴대폰을 사줄 때 휴대폰이 어떤 기능을 갖고 있고 잘못 사용하면 어떤 위험성이 있는지를 자녀에게 충분히 설명해야 할 필요가 있음. 휴대전화를 사 줄 때도 가급적이면 피쳐폰을 사준 뒤 어느 정도 통제력이 형성된 다음에 스마트폰으로 바꾸는 것도 좋은 방법임. 따라서, 초등학교 때는 문자와 통화기능 중심의 피쳐폰을 사주는 것이 자녀의 미디어의존을 줄일 수 있을 것으로 예상됨.

4) 부모와 자녀의 애착 및 친밀감 형성

인터넷중독이나 게임중독, 스마트폰중독을 다룬 많은 연구들은 부모와 자녀의 애착이 중독을 줄이는 중요한 요인이라는 것을 경험적으로 입증해주고 있음. 즉 부모와의 애착이 결여된 청소년들은 사이버공간에서 위안을 얻으려고 하기 때문에 더욱더 디지털기기에 의존하게 된다는 것임. 따라서, 스마트폰중독 등 역기능을 예방하려면 자녀와의 친밀감형성이 무엇보다도 필요함. 또한 부모와 자녀의 면대면 대화도 활발히 이뤄질 필요가 있음.

5) 부모대상 미디어교육 강화

많은 부모들이 자녀의 지나친 미디어 이용에 관해 어떻게 중재해야 할지 잘 모르고 있음. 현재의 청소년들은 어렸을 때부터 디지털 기기에 익숙해 IT 기기를 부모보다 훨씬 능숙하게 다루고 있음. 이러한 정보격차를 해결하기 위해서는 부모를 대상으로 한 미디어 교육이 활성화돼야 함. 부모 대상 토크 콘서트의 활성화, 부모와 자녀가 함께 참여하는 캠프의 확대 등 여러 방안을 통해 미디어 교육에 대한 부모의 관심과 참여를 높일 필요가 있음.