

# 청소년의 우울, 대인불안, 학교적응이 휴대전화 중독에 미치는 영향

## Effects of Depression Scale, Interaction Anxiety and School Adjustment on Cellular Phone Addiction of Teenagers

장성화\*, 조경덕\*\*

건국대학교 교직과\*, 배재대학교 심리철학과\*\*

Sung-Hwa Jang(j9149@konkuk.ac.kr)\*, Kyung-Duk Cho(chokd@pcu.ac.kr)\*\*

### 요약

본 연구에서는 청소년을 대상으로 우울, 대인불안, 학교적응이 휴대전화 중독에 미치는 영향을 검증하였다. 연구대상은 대전지역 소재의 중·고등학교 각 2개 학교의 중학생 249명, 고등학생 337명으로 총 613명이었다. 응답결과는 상관계수분석과 중다회귀분석을 실시하여 분석하였다. 그 결과는 다음과 같다. 첫째, 청소년의 우울, 대인불안, 학교적응, 휴대전화 중독간의 관계를 살펴보면, 강박과 학교친구적응을 제외하고는 모든 하위변인들 간에 유의미한 상관이 나타났다. 둘째, 중다회귀분석 결과, 휴대전화 중독을 가장 잘 설명해 주는 변인으로 우울, 학교친구적응, 대인불안이 나타났다. 본 연구결과는 우울, 학교적응의 하위 변인인 학교친구적응, 대인불안에 어려움을 보이는 청소년들의 휴대전화 중독 경향이 높은 것을 시사한다.

■ 중심어 : | 청소년 | 우울 | 대인불안 | 학교적응 | 휴대전화 중독 |

### Abstract

The purpose of this study was to analyze the predictors of students depress, Interaction anxiety, school adjustment on cellular phone addiction of teenagers. The subjects for this study were 613 teenagers composed of 249 middle school students, 337 high school students in Daejeon. The data was conducted by using a correlations coefficient and the multiple regression analysis. According to the analysis result, correlations among measured variables of students depress, interaction anxiety, school adjustment, cellular phone addiction were significant. Secondly, the multiple regression analysis result showed that students depress, peer relations, and interaction anxiety variables to most greatly explain cellular phone addiction. These results indicate that cellular phone addiction related to depress, interaction anxiety of teenagers.

■ keyword : | Teenagers | Students Depress | Interaction Anxiety | School Adjustment | Cellular Phone Addiction |

## I. 서론

### 1. 문제제기

정보통신기술과 국민 생활수준의 향상으로 휴대전화

의 보급률이 매우 빠른 속도로 증가하고 있다. 휴대전화는 인터넷, 문자메시지, 자기표현기능, 이동기능, 의사소통기능, 오락기능 등의 다양한 기능을 가진 통신매체로 널리 이용되고 있다. 정보통신부(2008)에 따르면

2008년 8월 기준으로 우리나라 휴대전화 가입자는 4,500만 명을 넘어서고 있다[1]. 우리나라의 휴대전화 보급률은 1988년 전체인구 대비 0.1% 미만이었다가 2008년 현재 92.2%에 달하고 있다. 이제 휴대전화는 단순한 통신기기의 역할 뿐만 아니라 하나의 문화이자 일상생활에서 버릴 수 없는 생활필수품으로 자리 잡고 있다.

휴대전화는 일상생활의 편리함을 주는 순기능과 더불어 특히 청소년들에게 부정적인 영향을 주는 문제점도 발생시키고 있다. 일부 청소년들의 경우 정체성의 혼란으로 인해 학교와 가정을 중심으로 한 일상적인 대인관계보다는 의존적인 대인관계 성향을 보인다. 이로 인해 수업시간에 수백 건씩 문자메시지를 주고받는 등의 심각한 수준의 역기능이 나타나고 있다[2][3].

청소년들 사이에서 휴대전화를 과다하게 사용하는 중독적인 성향에 따른 문제들이 증가함에도 불구하고, 청소년들의 휴대전화 중독에 따른 선행연구의 수는 많지 않다. 청소년의 휴대전화 중독의 특성을 파악하기 위해서는 청소년들의 개인적, 심리적, 학업적 특성을 살펴 볼 필요가 있다.

장혜진과 채규만(2002)은 휴대전화 중독을 Goldberg(1996)의 인터넷 중독의 진단에 기초하여 다음과 같이 정의하였다[4][5]. 첫째, '의존'이다. 휴대전화를 사용하지 않으면 우울하거나 초조함, 답답한 기분을 느끼며, 습관적으로 이동전화를 이용하게 되는 것으로 이는 심리적 의존상태가 발생됨을 의미한다. 둘째, '내성'이다. 휴대전화 사용에 있어서 더 많은 사용을 해야 만족을 느끼게 되는 증상을 의미한다. 셋째, '초조 불안'이다. 휴대전화 사용을 중단하거나 줄이면 정신적으로 초조, 불안이 야기된다. 넷째, '금단'으로 휴대전화에 대한 강박적 사용이나 환상을 갖게 되며, 휴대전화를 갖고 있지 않을 때 어떤 중요한 전화들이와 있을지를 몹시 궁금해 하고 초조해지는 증상으로 정의하였다. 또한 휴대전화의 지속적인 사용으로 사용자가 통제력을 상실하여 사용자의 일상생활 또는 기능 수행에 부정적인 영향을 미치는 것으로 정의하였다[6]. 본 연구에서는 인터넷 중독을 청소년들이 휴대전화를 과다하게 사용하여 휴대전화에 대한 의존 및 내성, 집착, 생활 장애, 금단 증상이 신체적, 심리적, 사회적 면에 부적응하게 나타나

는 것을 휴대전화 중독이라고 정의하고 특히 심리적 요인의 영향을 검증하였다.

휴대전화 중독과 관련된 개인, 심리적, 사회적 특성의 관련성을 살펴본 선행연구의 결과는 다음과 같다. 한국 정보문화진흥원(2009)이 조사한 결과 대학생의 36.2%가 휴대전화 중독증상을 보였으며[7], 동아일보(2005)에 의하면, 청소년의 휴대전화 이용자 10명 중 7명은 휴대전화 배터리가 부족하거나 휴대폰을 집에 두고 오면 불안하고 초조감을 느낀다고 응답하였다[8].

또한 Rauschenberger(1995)는 강박증, 불안, 적대감, 정신증이 휴대전화 중독과 유의한 상관관계에 있으며, 특히 정신증과의 상관관계가 가장 높다고 설명하였다[9]. 양심영, 박영선(2005)과 박순천, 백경임(2004)은 휴대전화를 중독적으로 사용하는 청소년들의 경우 충동성과 우울성이 높게 나타났으며, 비중독적 사용집단에 비해 정신분열증 및 경조증, 충동성, 우울성 경향이 유의미하게 높게 나타났[10][6]. 한주리와 허경호(2004)는 휴대전화를 중독적 사용함으로 인해 휴대전화를 사용하지 않을 때 불안과 초조함을 경험하거나 휴대전화 가 울릴 것 같은 금단현상을 경험하거나[11], 장혜진과 채규만(2004)은 휴대전화에 중독된 청소년들은 자기개념이 낮고, 불안함을 보이고, 자기 통제력이 낮고, 충동성이 높은 경험을 하기도 한다[4]. 또한 송은주(2006)는 휴대전화에 집착하는 청소년들은 우울, 불안, 적응장애와 같은 정신적인 문제를 동반 할 수 있다. 따라서 청소년들의 휴대폰 과다사용을 불행하고 불안한 상태를 표시하는 것이라고 볼 수 있다[12].

황광민(2005)은 휴대전화 중독이 대인불안과 학교생활 적응에 미치는 영향을 살펴본 결과 휴대전화 중독집단이 비중독집단보다 불안 수준이 높고 학교생활적응력이 낮았다[13]. 장성화와 오은정(2009)은 휴대전화 중독은 우울, 불안을 동반하여 학교생활이 산만하고 수업에 집중하지 못하는 학교생활 부적응이 나타났으며[14], 광민주(2009)는 휴대전화를 과다 사용하는 청소년들이 비과다사용 청소년들에 비하여 자아존중감이 낮고 우울과 충동성이 더 높았다. 또한 휴대폰 과다사용이 수업시간에 방해를 주었다[15].

선행연구들의 결과 분석은 연구 집단의 점수를 사분

수위로 분류하여 중독군, 의존군, 비중독군으로 나누거나, 중독점수를 상, 중, 하로 나누어 그 결과를 해석하는 것이 대부분이다. 이 경우 연구 집단의 상위 점수 구간에서 구한 평균점수와 그 아래 구간에서 구한 평균점수 간에 통계적으로 유의미한 차이가 나타났을지라도, 그 결과는 상대비교를 위한 것이지 휴대전화 중독에 영향을 주는 요인에 대한 직접적인 검증이 아닐 수 있고 휴대전화 중독에 대한 해석이 제한을 받거나 자의적으로 흐를 수 있다는 지적이 있다[16]. 따라서 본 연구에서는 휴대전화 중독의 정도를 중독군, 의존군, 비중독군 혹은 상, 중, 하로 나누는 대신 휴대전화 중독 수준을 내성 및 의존, 강박, 생활장애, 집착으로 구분하였다. 본 연구는 학교현장에서 청소년들의 휴대폰 중독을 이해하는 실증적인 자료로 사용될 수 있을 것으로 기대된다.

2. 연구의 목적

본 연구에서는 청소년의 우울, 대인불안, 학교적응이 휴대전화 중독에 미치는 영향을 살펴보았다. 본 연구에서 설정한 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 청소년의 우울, 대인불안, 학교적응, 휴대전화 중독 간의 관계를 알아보기 위해 상관분석(Pearson)을 실시하였다.

둘째, 청소년의 우울, 대인불안, 학교적응이 휴대전화 중독에 미치는 영향을 알아보기 위해 단계별 중다회귀 분석을 실시하였다.

II. 연구 방법

1. 대상자 및 자료수집방법

본 연구의 대상자는 대전광역시 소재 중·고등학교 학생 총 613명이었다. 2010년 4월 12일부터 4월 25일에 걸쳐 우울 및 대인불안, 학교적응, 그리고 휴대전화 중독에 대한 설문조사를 실시하였다. 그 중 일부 응답이 누락된 대상을 제외한 총 586명의 응답을 최종 분석 대상으로 삼았다. 최종 분석에 포함된 청소년들의 일반 현황은 다음 [표 1]과 같다.

2. 연구 도구

설문지는 우울, 대인불안, 학교적응, 그리고 휴대전화 중독에 관한 내용으로 구성하였다.

표 1. 연구대상자 현황

구분	학년		전체	
	중학생	고등학생		
성별	남	113(44.0%)	144(56.0%)	257(100.0%)
	여	136(41.3%)	193(58.7%)	329(100.0%)
전체		249(42.5%)	337(57.5%)	586(100.0%)

2.1 우울증 척도(The center for Epidemiological Studies Depression Scale: CES-D)

본 연구에서는 청소년들의 우울 정도를 평가하기 위해 일반인들의 우울수준을 측정하기 위해 미국 정신보건 연구원(National Institute of Mental Health: NIMH)에서 제작한 도구를 사용하였다. 이 척도는 임상장면에서 진단이나 치료과정의 변화를 평가하는 기존의 우울 척도와 달리, 일반인이 경험하는 우울 증상을 용이하게 측정하고 우울의 정서적인 측면에 초점을 둔 것이 특징이다. 원래는 성인용으로 만들어졌으나 외국의 경우 청소년들을 대상으로 한 연구에서도 많이 사용되었으며 신뢰도와 타당도가 입증되었다[17]. 이 척도는 우울한 기분, 무가치감, 절망감, 식욕상실, 수면장애 등의 내용을 포함하는 20개의 문항으로 이루어진 자기보고식 척도이다. 총점의 범위는 20점~80점까지이며, 점수가 높을수록 우울경향이 높은 것으로 해석된다. 전체 문항의 Cronbach  $\alpha$ 는 .87로 나타났다.

2.2 대인불안 척도(Interaction Anxiousness Scale: IAS)

본 연구에서는 대인불안을 측정하기 위해 Leary (1983)가 개발한 Interaction Anxiousness Scales 김남재(1995)가 번안한 한국판 IAS를 사용하였다[18][19]. 이 도구는 총 15개의 문항으로 되어 있으며 각 항목은 리커트식 5점 척도로 측정하였다. 질문의 예로는 “나는 다른 사람들과 일상적인 만남에서 조차 자주 불안을 느

긴다”, “대인관계에서 나는 다른 사람들보다 수줍음을 많이 타는 편이다” 등이 있다. 전체 문항의 Cronbach  $\alpha$  는 .87로 나타났다.

2.3 학교적응(School Adjustment: SA)

본 연구에서는 청소년의 학교적응 수준을 살펴보기 위해 김용래(2000)의 학교적응 척도를 사용하였다[20]. 사용한 설문지는 학교환경적응(9문항), 학교교사적응(9문항), 학교수업적응(8문항), 학교친구적응(8문항), 학교생활적응(7문항)의 5개 하위영역으로 구성되어 있다. 각 문항에 대하여 5점 척도로 응답하며, 점수가 높을수록 학교적응을 잘 하는 것으로 해석된다. 이 척도는 1993년에 제작되어 1995년과 2000년에 타당도 검증 및 재구성의 과정을 거쳤다. 전체 문항 중 학교환경적응 Cronbach  $\alpha$  는 .84, 학교교사적응 Cronbach  $\alpha$  는 .73, 학교수업적응 Cronbach  $\alpha$  는 .87, 학교친구적응 Cronbach  $\alpha$  는 .80, 학교생활적응 Cronbach  $\alpha$  는 .63으로 나타났으며, 전체 신뢰도 Cronbach  $\alpha$  는 .89로 나타났다.

2.4 휴대전화 중독 척도(Cellular Phone Addiction: CPA)

본 연구에서 사용된 휴대전화 중독척도는 Griffiths(1999)의 중독에 대한 이론을 바탕으로 이진영(2006)이 개발하여 사용한 한국형 휴대전화 중독 척도이다[21][22]. 휴대전화 중독 척도의 문항은 총 20문항으로 구성되어 있으며, 각 문항별은 전혀 그렇지 않다(1점), 대체로 그렇지 않다(2점), 보통이다(3점), 대체로 그렇다(4점), 매우 그렇다(5점)의 자기보고식 5점 리커트식으로 구성되어있다. 전체 문항의 내성 및 의존 Cronbach  $\alpha$  는 .79, 집착 Cronbach  $\alpha$  는 .77, 생활장애 Cronbach  $\alpha$  는 .72, 강박 Cronbach  $\alpha$  는 .66으로 나타났으며, 전체 신뢰도 Cronbach  $\alpha$  는 .88로 나타났다.

3. 자료 분석

자료는 SPSS 15.0 통계 프로그램을 사용하여 분석하였다. 대상자들을 대상으로 분석방법으로는 청소년의 우울, 대인불안, 학교적응, 휴대전화 중독 간에는 어떤 관계가 있는지 알아보기 위해 상관계수를 실시하였다.

또한 청소년의 우울, 대인불안, 학교적응이 휴대전화 중독에 미치는 영향이 어떠한가를 살펴보기 위해 단계별 중다회귀분석을 실시하였다.

III. 연구 결과

1. 청소년의 우울, 대인불안, 학교적응, 휴대전화 중독 간의 상관관계

청소년의 우울, 대인불안, 학교적응, 휴대전화 중독 간의 상관관계를 알아보기 위해 상관계수(Pearson)를 산출한 결과는 [표 2]와 같다.

표 2. 청소년의 우울, 대인불안, 학교적응, 휴대전화 중독 간의 관계 (N=586)

구분	내성 및 의존	집착	생활장애	강박
우울	.294***	.364***	.363***	.273***
대인불안	.247***	.325***	.324***	.269***
학교환경	-.147***	-.271***	-.223***	-.171***
학교교사	-.265***	-.283***	-.229***	-.158***
학교수업	-.128**	-.119**	-.110**	-.070
학교친구	-.182***	-.265***	-.188***	-.195***
학교생활	-.116**	-.223***	-.178***	-.086*

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

[표 2]에 제시된 바와 같이 청소년의 우울, 대인불안, 학교적응의 하위변인에서 휴대전화 중독 간의 상관계수( $r = -.086 \sim .364, p < .05$ )가 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 학교적응의 하위변인인 학교환경적응, 학교교사적응, 학교수업적응, 학교친구적응, 학교생활적응은 모두 부적상관이 있는 것으로 나타났다. 또한 우울과 대인불안은 가장 높은 정적상관이 있는 것으로 나타났다. 반면, 휴대전화 중독의 하위변인인 강박과 학교수업적응은 통계적으로 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다( $p > .05$ ).

## 2. 청소년의 우울, 대인불안, 학교적응이 휴대전화 중독에 미치는 영향

우울, 대인불안, 학교적응이 휴대전화 중독의 하위영역과 휴대전화 중독의 전체에 미치는 영향을 살펴보기 위해 단계적 중다회귀분석을 실시한 결과는 [표 3]에서 [표 7]과 같다.

### 2.1 청소년의 내성 및 의존

[표 3]에 따르면, 내성 및 의존에 대해 청소년의 우울, 그리고 학교적응 중에서는 학교교사적응이 휴대전화 중독에 유의미한 설명력( $R^2$ )을 지니고 있음을 알 수 있다. 이들 중 청소년의 우울은 내성 및 의존에 대하여 8.6%의 설명력( $R^2$ )을 나타내고 있으며(모형 1), 여기에 학교교사적응이 더해지면 11%의 설명력( $R^2$ )을 가지고 있는 것으로 나타났다(모형 2). 즉, 내성 및 의존에 영향을 미치는 가장 설명력( $R^2$ )이 높은 변인은 우울로 나타났다. 그리고 대인불안과 학교적응의 하위변인 중 학교환경적응, 학교수업적응, 학교친구적응, 학교생활적응은 유의미하지 않는 것으로 인해 분석과정에서 제외였다.

표 3. 청소년의 우울, 대인불안, 학교적응이 내성 및 의존에 미치는 영향

모형	독립변수	R	R <sup>2</sup>	F	B	β	t
1	우울	.294	.086	55.218** *	.162	.294	7.431***
2	학교교사적응	.331	.110	35.911** *	.131 -.106	.220 -.170	5.072*** -3.906** *

### 2.2 청소년의 집착

[표 4]에 따르면, 집착에 대해 청소년의 우울, 그리고 학교적응 중에서 학교친구적응, 학교교사적응이 휴대전화 중독에 유의미한 설명력( $R^2$ )을 지니고 있음을 알 수 있다. 이들 중 청소년의 우울은 집착에 대하여 13.3%의 설명력( $R^2$ )을 나타내고 있으며(모형 1), 여기에 학교친구적응이 더해지면 15.7%의 설명력( $R^2$ )을(모형 2), 그리고 학교교사적응이 추가되면 전체 16.5%의 설명력( $R^2$ )을 가지고 있는 것으로 나타났다(모형 3). 즉,

집착에 영향을 미치는 가장 설명력( $R^2$ )이 높은 변인은 우울, 학교친구적응, 학교교사적응으로 나타났다. 그리고 대인불안과 학교적응의 하위변인 중 학교환경적응, 학교수업적응, 학교생활적응은 유의미한 예측변인이 아닌 것으로 나타났다.

표 4. 청소년의 우울, 대인불안, 학교적응이 집착에 미치는 영향

모형	독립변수	R	R <sup>2</sup>	F	B	β	t
1	우울	.364	.133	89.331***	.197	.364	9.452***
2	학교친구적응	.396	.157	54.185***	.168 -.128	.311 -.164	7.725*** -4.080** *
3	학교교사적응	.406	.165	38.291***	.150 -.100 -.066	.276 -.129 -.107	6.466*** -3.008** -2.375*

### 2.3 청소년의 생활장애

[표 5]에 따르면, 생활장애에 대해 청소년의 우울, 대인불안이 휴대전화 중독에 유의미한 설명력( $R^2$ )을 지니고 있음을 알 수 있다. 이들 중 청소년의 우울은 생활장애에 13.3%의 설명력( $R^2$ )을 나타내고 있으며(모형 1), 여기에 대인불안이 더해지면 14.5%의 설명력( $R^2$ )을 가지고 있는 것으로 나타났다. 즉, 생활장애에 영향을 미치는 가장 설명력( $R^2$ )이 높은 변인은 우울로 나타났다. 그리고 학교생활적응의 하위변인은 유의미한 예측변인이 아닌 것으로 나타났다.

표 5. 청소년의 우울, 대인불안, 학교적응이 생활장애에 미치는 영향

모형	독립변수	R	R <sup>2</sup>	F	B	β	t
1	우울	.364	.133	89.449***	.189	.364	9.458***
2	대인불안	.381	.145	49.455***	.138 .071	.267 .148	5.214*** 2.887**

### 2.4 청소년의 강박

[표 6]에 따르면, 강박에 대해 청소년의 우울, 대인불안, 그리고 학교교사적응이 휴대전화 중독에 유의미한 설명력( $R^2$ )을 지니고 있음을 알 수 있다. 이들 중 청소년

년의 우울은 강박에 7.4%의 설명력( $R^2$ )을 나타내고 있으며(모형 1), 여기에 대인불안이 더해지면 8.8%의 설명력( $R^2$ )을(모형 2), 그리고 학교교사적응이 더해지면 9.5%의 설명력( $R^2$ )을 지닌 것으로 나타났다(모형 3). 즉, 강박에 영향을 미치는 가장 설명력( $R^2$ )이 높은 변인은 우울로 나타난 반면, 학교적응의 하위변인 중 학교환경적응, 학교교사적응, 학교수업적응, 학교생활적응은 통계적으로 유의미한 예측변인이 아닌 것으로 나타났다.

표 6. 청소년의 우울, 대인불안, 학교적응이 강박에 미치는 영향

모형	독립변수	R	R2	F	B	$\beta$	t
1	우울	.273	.074	46.928**	.112	.273	6.850***
2	대인불안	.297	.088	28.209**	.069 .060	.169 .157	3.192** 2.976**
3	학교교사적응	.309	.095	20.424**	.066 .048 -.054	.159 .126 -.092	3.012** 2.309* -2.125*

2.5 청소년의 휴대전화 중독 전체

[표 7]에 따르면, 휴대전화 중독 전체에 대해 청소년의 우울, 학교적응 중에서 학교친구적응, 대인불안이 휴대전화 중독에 유의미한 설명력( $R^2$ )을 지니고 있음을 알 수 있다. 그 결과 청소년의 우울은 휴대전화 중독 전체에 대하여 14.7%의 설명력( $R^2$ )을 나타내고 있으며(모형 1), 여기에 학교친구적응이 더해지면 16.3%의 설명력( $R^2$ )을(모형 2), 그리고 대인불안이 더해지면 17.1%의 설명력( $R^2$ )을 지닌 것으로 나타났다(모형 3). 즉, 휴대전화 중독 전체에 영향을 미치는 가장 설명력( $R^2$ )이 높은 변인은 우울, 학교친구적응, 대인불안 순으로 나타난 반면, 학교적응의 하위변인 중 학교환경적응, 학교교사적응, 학교수업적응, 학교생활적응은 통계적으로 유의미한 예측변인이 아닌 것으로 나타났다.

표 7. 청소년의 우울, 대인불안, 학교적응이 휴대전화 중독 전체에 미치는 영향

모형	독립변수	R	R2	F	B	$\beta$	t
1	우울	.384	.147	100.827***	.661	.384	10.041**

2	학교친구적응	.404	.163	56.930**	.585 -.333	.340 -.134	8.483*** -3.356**
3	대인불안	.414	.171	40.053**	.461 -.269 .194	.268 -.109 .122	5.290*** -2.623** 2.331*

IV. 결론 및 논의

본 연구에서는 청소년의 우울, 대인불안, 학교적응 및 휴대전화 중독간의 어떠한 상관성이 있는지 살펴보았다. 또한 우울, 대인불안, 학교적응이 휴대전화 중독에 미치는 영향에 대하여 살펴보았다. 본 연구에서 나타난 결과는 다음과 같다.

첫째, 청소년의 우울, 대인불안, 학교적응, 휴대전화 중독간의 관계를 살펴보면, 휴대전화 중독의 하위변인인 강박과 학교적응의 하위변인인 학교수업적응을 제외한 모든 하위영역에서 상관성이 있는 것으로 나타났다. 그 중 우울은 휴대전화 중독의 하위영역인 내성 및 의존, 집착, 생활 장애, 강박을 예측해주는 유의미한 변수였다. 대인불안과 휴대전화 중독간의 관계에서는, 휴대전화 중독의 모든 하위영역에서 대인불안과 정적상관이 있는 것으로 나타났다. 또한 학교적응과 휴대전화 중독의 모든 하위영역에서 부적상관이 나타났다. 학교환경적응, 학교교사적응, 학교수업적응, 학교친구적응, 그리고 학교생활적응이 휴대전화 중독을 예측해 주는 유의미한 변수로 나타났다. 이러한 결과는 우울, 대인불안이 휴대전화 중독에 유의미한 정적상관이 있다는 한상훈[23]과 이만제, 장해순[24]의 연구결과와 일치하였다. 또한 휴대전화 중독과 학교적응에 부적상관이 있다는 장성화와 오은정[13], 황광민[14], 이연미와 이선정, 신호식[25]의 연구와 일치한 결과였다. 이상의 결과에서 우울, 대인불안, 학교적응이 휴대전화 중독과 밀접한 관계가 있으며, 휴대전화 중독 수준이 높은 청소년들이 학교생활에 부적응할 수 있다고 예측할 수 있다. 따라서 청소년의 휴대전화 중독 수준을 기준으로 하여 초등 학교 입학 때부터 학교적응의 중요한 요인으로 휴대폰 중독 문제가 다루어 질 필요성이 있다.

둘째, 청소년의 우울, 대인불안 및 학교적응의 하위변

인들을 예측변인으로 설정하고, 휴대전화 중독의 하위 변인들을 준거변인으로 단계적 중다회귀분석을 실시하였다. 그 결과, 청소년의 내성 및 의존에서 우울과 학교적응의 회귀식이 통계적으로 유의미한 예측변인으로 나타났다. 또한 우울과 학교적응의 하위변인인 학교교사적응에서 유의미한 결과가 나타났다. 즉, 내성 및 의존에서 우울이 가장 큰 설명력( $R^2$ ) 8.6%을 지니는 것으로 나타났다(모형 1). 여기에 학교적응의 하위변인 중 학교교사적응이 더해지면 추가적으로 2.4%의 설명력( $R^2$ )을 갖는 것으로 나타났다. 또한 청소년의 집착에서의 회귀식은 우울과 학교적응이 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며, 예측변인에 대한 설명력( $R^2$ )은 우울이 가장 큰 설명력( $R^2$ ) 13.3%을 지닌 것으로 나타났다(모형 1). 그리고 학교적응의 하위변인인 학교친구적응이 더해지면 추가적으로 2.4%의 설명력( $R^2$ )을 갖게 되고(모형 2), 학교적응의 하위변인인 학교교사적응이 추가되면 부가적인 설명력( $R^2$ )은 0.8%로 나타났다(모형 3). 그러나 대인불안과 학교적응의 하위변인인 학교환경적응, 학교수업적응, 학교생활적응은 통계적으로 유의미한 예측변인이 아닌 것으로 나타났다.

청소년의 생활 장애에서 회귀식의 우울과 대인불안이 통계적으로 유의미한 차이를 보였고, 예측변인으로 우울이 가장 큰 설명력( $R^2$ ) 13.3%을 지닌 것으로 나타났다(모형 1). 그리고 대인불안이 더해지면 부가적으로 설명력( $R^2$ )은 1.2%로 나타났다(모형 2). 반면, 학교적응의 모든 하위변인은 유의미한 예측변인이 아닌 것으로 나타났다. 또한 청소년의 강박에서의 회귀식은 우울, 대인불안, 그리고 학교적응의 하위변인인 학교교사적응에서 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 예측변인으로 우울이 가장 큰 설명력( $R^2$ ) 7.4%을 지니며(모형 1), 대인불안이 더해지면 추가적으로 1.4%의 설명력( $R^2$ )을 갖게 되고(모형 2), 그리고 학교적응의 하위변인인 학교교사적응이 추가되면 부가적인 설명력( $R^2$ )은 0.7%로 나타났다. 즉, 강박에 영향을 미치는 설명력( $R^2$ )은 우울, 대인불안, 학교교사적응 순으로 나타난 반면, 학교적응의 학교환경적응, 학교교사적응, 학교수업적응, 학교생활적응은 통계적으로 유의미한 예측 변인이 아닌 것으로 나타났다.

청소년의 휴대전화 중독 전체에서 우울, 학교적응의 하위변인인 학교친구적응, 대인불안이 통계적으로 유의미한 것으로 나타났으며, 휴대전화 중독의 전체 가장 큰 설명력( $R^2$ )은 우울(14.7%)로 나타났다(모형 1). 여기에 학교적응의 하위변인인 학교친구적응이 더해지면 추가적으로 1.6%의 설명력( $R^2$ )을 갖게 되지만(모형 2), 모형 3의 경우에 있어서 대인불안이 추가되면 부가적인 설명력( $R^2$ )은 0.8%였다. 즉, 휴대전화 중독 수준이 높을수록 우울, 대인불안, 학교적응의 하위변인인 학교친구적응이 유의미하게 나타난 반면, 학교적응의 하위변인인 학교환경적응, 학교교사적응, 학교수업적응, 학교생활적응은 통계적으로 유의미한 예측변인이 아닌 것으로 나타났다.

이러한 결과는 우울이 휴대전화 중독에 영향을 준다는 장성화와 오은정[14], 한상훈[23]의 연구와 대인불안이 높을수록 휴대전화 중독이 높다고 보고한 이만재와 장해순[24], 윤승욱과 박원준[26]의 연구와 일치하는 것이다. 한편, 학교적응이 휴대전화 중독을 예측해준다는 황광민[13], 이연미과 이선정, 신효식[25]의 연구결과와 일맥상통한다고 하겠다. 우울과 대인불안이 휴대전화 중독과 정적상관에 있는 것으로 나타났으며, 학교적응의 하위변인인 학교친구적응이 휴대전화 중독을 예측해 주는 유의미한 변수로 나타났다.

본 연구의 결과는 우울, 대인불안 수준이 높은 청소년과 학교적응이 낮은 청소년의 휴대전화 중독 경향성이 높음을 나타내고 있다. 학업 성취도 및 학교규범에 대한 의식이 낮고 학교적응에 흥미를 느끼지 못하며, 수업시간에 집중하지 못하고 문자메시지 등을 보내는 행위가 학교생활의 부적응을 가져 올 수 있다. 따라서 학교나 가정에서 청소년들의 우울, 대인불안, 학교적응 등의 심리적 감정 및 정서를 체계적으로 관리하는 제도적 방안이 마련되어야 휴대전화 중독을 예방할 수 있을 것이다. 또한 청소년들의 휴대전화 사용을 강압적으로 규제하는 것보다는 무분별한 휴대전화 사용으로 인한 휴대전화 사용이 미치는 부정적 영향을 청소년들 스스로가 인식할 수 있도록 하는 정보제공이 필요하다. 우울, 대인불안은 청소년의 휴대전화 중독을 예측하는 중요한 변인이며[14], 대인관계의 어려움이나, 학교적

용의 어려움 등이 휴대전화를 과다하게 사용하는 원인으로 작용할 수 있다[24][25]. 따라서 적절하게 휴대전화를 사용함으로써 우울과 대인관계 불안을 완화하여 오히려 휴대전화 중독을 막을 수 있는 프로그램 개발이 필요하다. 또한 휴대전화를 통해 휴대전화 중독에 대한 폐해를 알리는 콘텐츠의 제공, 취미와 적성을 개발할 수 있는 청소년용 콘텐츠 개발이 요구된다. 아울러 공공장소에서의 휴대전화 예절교육과 소비자 교육 등을 통하여 건전하게 휴대전화를 사용할 수 있도록 하여야 할 것이다.

본 연구는 대전지역에 소재한 중·고등학생 586명을 대상으로 실시한 결과로 모든 청소년에게 일반화하여 적용하기는 어려움이 있다. 그러나 본 연구 결과는 휴대전화 중독에 대한 통제력을 향상시키기 위한 프로그램을 개발하는데 도움을 줄 수 있을 것이다. 청소년의 휴대전화 중독에 대한 심리적, 경제적, 사회적 현상을 파악하는 다양한 접근이 이루어져야 할 것이며, 그 결과를 토대로 청소년들의 휴대전화 중독에 따른 효과적이며, 체계적인 중독치료프로그램이 개발되고 운영 될 것이다.

**참 고 문 헌**

[1] 정보통신부, “유·무선 가입자 현황”, <http://www.mic.go.kr>, 2008.

[2] 김영순, “고등학생의 휴대폰 중독과 심리성숙도와의 관계”, 인하대학교 석사학위논문, 2004.

[3] 최병목, 조규영, 연화준, 정무환, “청소년의 휴대전화 사용실태 조사연구”, 한국정보문화진흥원, 2005.

[4] 장혜진, 채규만, “기술중독에 빠진 청소년들의 심리적 특성에 대한 연구: 휴대폰 사용 중독을 중심으로”, 한국심리학회지, 제11권, 제4호, pp.839-852, 2006.

[5] I. Goldberg, “Internet addiction. electronic message posted to research discussion list. World Wide Web.

<http://www.emhc.com/mlists/research.html>”, 1996.

[6] 양심영, 박영선, “청소년의 휴대폰 중독성향의 예측모형”, 대한가정학회지, 제43권, 제4호, pp.1-16, 2005.

[7] 아시아경제, 2009년 7월 2일자

[8] 동아일보, 2005년 7월 20일자

[9] S. H. Rauschenberger, “Fantasy proness and psycho-pathology”, J. of Abnormal Psychology, Vol.104, No.2, pp.373-380, 1995.

[10] 박순진, 백경임, “휴대폰 중독적 사용 청소년의 MMPI 특성”, 대한가정학회지, 제42권, 제9호, pp.250-281, 2004.

[11] 한주리, 허경호, “이동전화 중독 척도개발 및 타당성 검증”, 한국언론학보, 제48권, 제6호, pp.138-165, 2004.

[12] 송은주, “고등학생의 휴대폰 사용실태와 정신건강과의 관계”, 정신간호학회지, 제15권, 제3호, pp.325-333, 2006.

[13] 황광민, “중학생의 휴대폰 사용, 불안 및 학교생활 적응과의 관계”, 경남대학교 석사학위논문, 2005.

[14] 장성화, 오은정, “학생들의 휴대폰 중독과 우울, 불안, 학교생활만족도와의 관계”, 수산해양교육학회, 제21권, 제2호, pp.259-268, 2009.

[15] 광민주, “청소년의 휴대폰 이용실태와 중독적 이용”, 생활과학연구논총, 제13권, 제1호, pp.183-205, 2009.

[16] 이경선, 이정화, “초등학생의 휴대전화 이용수준과 자기효능감 및 자기통제력과의 관계 연구”, 한국생활과학회지, 제17권, 제2호, pp.271-278, 2008.

[17] R. E. Roberts, P. M. Lewinsohn, and J. R. Seeley, “Screening for adolescent depression: A comparison of depression scales”, J. of American Academic Child and Adolescent Psychiatry, Vol.30, No.1, pp.58-66, 1991.

[18] M. R. Leary, “Social anxiousness: The construal and its measurement”, J. of Personality



Assessment, Vol.47, pp.66-75, 1983.

- [19] 김남재, “대인불안의 측정에 대한 연구”, 한국상담심리학회지, 제14권, 제1호, pp.73-81, 1995.
- [20] 김용래, “학교학습동기척도(A)와 학교적응척도(B)의 타당화 및 두 척도 변인간의 관계분석”, 홍익대학교 교육연구논총, 제17권, pp.3-39, 2000.
- [21] M. Griffiths, “Internet addiction”, The Psychologist, Vol.12, No.5, pp.245-250, 1999.
- [22] 이진영, “청소년의 휴대폰 중독에 영향을 미치는 사회 환경적 변인과 개인 심리적 변인탐색”, 한국교원대학교 석사학위논문, 2006.
- [23] 한상훈, “중학생의 휴대폰 중독 유형과 정신건강과의 관계”, 학습자중심교과교육학회, 제8권, 제1호, pp.403-420, 2008.
- [24] 이만제, 장해순, “대인불안, 외로움, 소외감이 대학생의 휴대전화 중독성향에 미치는 영향”, 청소년학연구, 제16권, 제11호, pp.71-96, 2009.
- [25] 이연미, 이선정, 신효식, “청소년의 휴대폰 중독성에 영향을 미치는 개인, 가족, 학교환경 변인”, 한국가정교과교육학회, 제21권, 제3호, pp.29-43, 2009.
- [26] 윤승욱, 박원준, “휴대전화 애착정도가 사용자의 정서적 반응에 미치는 영향”, 한국방송학회, pp.291-306, 2006.

조 경 덕(Kyung-Duk Cho)

정회원



- 1990년 2월 : 경북대학교(문학사)
- 1993년 3월 : 일본 치바(千葉)대학교 인문과학대학원(심리학석사)
- 1998년 3월 : 동경도립대학교 인문과학대학원 (심리학박사)
- 2003년 3월 ~ 현재 : 배재대학교 심리철학과 부교수 <관심분야> : 상담심리학, 인지심리학, 대인관계심리학, 경영심리학

저 자 소 개

장 성 화(Sung-Hwa Jang)

정회원



- 2000년 2월 : 건국대학교(공학사)
- 2005년 8월 : 건국대학교 일반대학원 교육학과(교육학석사)
- 2010년 2월 : 건국대학교 일반대학원 교육학과 (교육학박사)
- 2010년 3월 ~ 현재 : 건국대학교 교직과 외래교수 <관심분야> : 중독(인터넷, 휴대폰, 학교상담), 진로상담, 가족상담, 상담심리학