

## 중년여성의 스마트폰을 통한 SNS 사용경험

김정선<sup>1</sup>, 김혜경<sup>2\*</sup>, 김덕진<sup>3</sup>

<sup>1</sup>춘해보건대학교 간호학과, <sup>2</sup>중원대학교 간호학과, <sup>3</sup>안동과학대학교 간호학과

### The experiences of middle-aged woman using SNS through Smartphone

Jeong-Seon Kim<sup>1</sup>, Hey-Kyoung Kim<sup>2\*</sup>, Deok-Jin Kim<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Division of Nursing, Choonhae College of Health Science

<sup>2</sup>Division of Nursing, Jungwon University

<sup>3</sup>Division of Nursing, Andong Science College

**요약** 본 연구는 중년여성의 스마트폰을 통한 SNS 사용경험 현상의 본질을 밝히고 경험하는 의미를 이해하기 위해 Colaizzi(1978)의 방법을 적용한 현상학 연구이다. 연구 참여자는 중년여성 10명(연령범위 42-52세)이었다. 본 연구결과 75개의 의미있는 진술, 22개의 주제와 5개의 주제모음을 확인하여 2개로 범주화 하였다. 5개의 주제모음은 ‘만남-소통의 공간’, ‘정보 교류의 공간’, ‘문화창조의 공간’, ‘디지털 피로의 공간’, ‘진정성 없는 소통’이며 범주화된 2개의 주제군은 ‘긍정적인 사회적 관계의 재구조화’, ‘부정적인 사회적 관계의 재구조화’로 확인되었다. 이러한 결과는 중년여성의 SNS 사용에 대한 새로운 관점을 파악하고 중년여성의 사회적 관계 활성을 위한 중재 방안을 모색하는데 기여할 것이다.

**Abstract** This study was done to describe the experiences of middle-aged woman using SNS through smart phone. Data were analyzed using Colaizzi(1978)'s phenomenological method. The research participants were middle-aged woman 10 participants(age 42~52). As result of research, 75 significant statements, 22 themes, 5 themes cluster, and 2 categories of themes cluster were extracted. The 5 themes cluster are: 'space of meeting and communication', 'space of exchanging information', 'space of cultural creation', 'space of digital fatigue', 'dishonesty communication', and 2 categories of themes cluster are: 'Restructuring on positive social relationship', 'Restructuring on negative social relationship'. These results will promote understanding of middle-age woman using SNS through smartphone, and will be helpful in developing more effective nursing intervention for social relationship

**Keywords** : experience, middle-aged Women, phenomenological study, smartphone

## 1. 서론

### 1.1 연구의 필요성

생활수준의 향상과 의료기술의 발달로 인간의 평균수명이 연장되면서 인생주기에 있어서 중년기가 차지하는 비중이 커지고 있다. 중년기의 연령 기준은 40-60세이며 인생의 목표를 성취하고 완성하는 시기이며, 노년기를

준비하는 중요한 단계이다[1]. 즉 중년기는 다양한 변화에 잘 적응해야 함과 동시에 자신의 인생을 되돌아보는 시기이다[2]. 오늘날의 중년여성은 예전과는 다른 새로운 문체와 기회에 직면하게 되는데 여성은 보다 복합적인 문제를 가지고 중년기에 접어들게 된다. 자녀의 양육 역할이 감소되면서 여가시간의 증가와 심리적 해방감으로 인해 본인의 잠재된 능력이 새로운 방향을 전화되는

\*Corresponding Author : Hey-Kyoung Kim(Jungwon Univ.)

Tel: +82-43-830-8842 email: khk777@jwu.ac.kr

Received October 16, 2015

Accepted December 4, 2015

Revised (1st November 3, 2015, 2nd November 25, 2015, 3rd November 30, 2015)

Published December 31, 2015

시기를 맞기도 하지만, 가족 구조의 재 조직화 과정에서 허탈감, 심리적 분리감을 경험하고 있다[3].

중년기 여성에 관한 연구는 생애과정 초반기인 아동·청소년기 또는 노년기에 비해 상대적으로 학문적 탐색이 매우 부족한 실정이다[2].

이처럼 중년여성의 위기는 신체·심리·사회적인 기능 및 역할의 위축과 상실로 인해 누구에게나 발생할 수 있는 문제이기에 그들의 정신건강 및 주관적 행복증진을 위한 내·외적 자원을 개발하고 활성화시키는 것은 매우 중요하다[4]. 따라서 중년기에 드러나는 특징과 중년여성으로서 위기를 어떻게 대처하고 극복할 수 있을지 고민해 볼 필요가 있다.

중년여성의 정신건강과 관련된 선행연구에서도 중년 여성들이 자신을 표현하는 활동을 통해 정서적으로 환기 되는 경험을 갖게 되며[2], 활발한 사회적관계를 맺고 있는 중년여성 일수록 주관적 행복감이 높게 나타났다[4].

최근 중년여성들에게 정서적 교류를 위한 관계망으로 활용되는 모바일 메신저인 SNS(Social Network Service)는 온라인 공간에서 교류하는 것으로 실제 관계가 형성, 발전되어가고 있다는 점에서 SNS의 친밀감 형성의 의미를 부여하고 있다[5]. SNS는 연령 제한 없이 누구나 사용할 수 있는 소통의 공간이며 사용연령도 10대부터 50대까지 다양하다[6]. 여성들은 사적 공간 이외의 사회적 교류를 위한 동기로 휴대성이 좋고 온·오프에 걸리는 시간이 짧은 작동법 때문에 스마트폰을 쉽게 이용하고 있으며[7], 이를 통해 소셜 네트워크를 사용할 수 있는 공간이 확장되었다. 쌍방향으로 정보만을 제공하는 블로그, 다양한 방향으로 전 세계 사람들과 공유, 참여 할 수 있는 폐쇄형 SNS와 개방형 SNS가 대표적인 예이다[6]. 일반 휴대전화와는 달리 다양한 기능을 포함하고 있는 스마트폰을 이용하는 사람들이 점점 늘어나고 있으며, 최근 확산되고 있는 스마트폰 조기 수용자에 대한 연구결과에서도 성별, 연령에 따른 차이가 발견되고 있으며 여성들일수록 대인커뮤니케이션 매체로 휴대전화를 인식하고 있으며 여성들은 남성에 비해 재미나 긴장을 풀기 위해 더 긴 시간 휴대전화를 사용하며 이로 인한 중독 현상도 다소 높게 나타나고 있다[8]. Jang(2002)은 휴대전화 중독의 개념을 의존, 내성, 초조와 불안, 금단의 증상이 나타나는 것으로 보았다[9]. 하지만 스마트폰 중독의 개념은 기존의 휴대전화 중독에 인터넷 중독의 개념을 추가해서 생각할 필요가 있다

[10].

한국정보진흥원(2011)에서는 스마트폰 중독은 기존의 인터넷 중독의 특성에 편리성 증대, 접근성 증대, 사용자 중심의 다양한 앱 활용 가능, 새로운 콘텐츠별 중독 가능성을 가지고 있다고 보고하였다. 성인 스마트폰 중독 관련 추가분석을 실시한 결과, 주로 사용하는 스마트폰 앱은 카카오톡, 페이스북, 싸이월드, 마이피플 등의 SNS서비스가 64.5%로 가장 높게 나타났으며, 스마트폰의 사용 용도는 전화 및 문자가 85.5%, SNS서비스가 75.2%로 두 번째로 높게 나타났다[11]. 이처럼 스마트폰의 대표적인 기능이라 할 수 있는 SNS 기능의 경우 여성이 남성에 비해 의존도가 높으며[12], 사용량에 있어서도 남성 비해 여성이 더 오랜 기간 사용하며, 이용 동기에 있어서도 여성은 남성에 비해 관계 및 소통을 위해 많이 사용되고 있다[13]. 이렇듯 기존 연구들을 통해 스마트폰이 여성에게 미치는 영향력을 추측해볼 수 있으나, 이에 대한 스마트폰 중독과 중년여성의 정신건강 간에 관계를 고민해 볼 필요가 있다.

중년기 여성의 위기감은 다른 나라보다 심각하게 보고되고 있는데, 우리나라의 여성들은 남성위주의 사고방식에 따른 사회적 불이익을 경험하고 여성성을 극복하는데 정신적 고통과 분노감정을 경험하고 있기 때문이다 [2]. 후반기 노년의 삶을 위한 새로운 변화의 시점[14]이지만 아직까지 중년여성의 SNS 사용에 따른 정신건강에 미치는 영향에 대한 연구가 미비한 실정이다.

따라서 본 연구는 중년여성의 대인관계의 새로운 맥락으로 등장하게 된 스마트폰을 통한 SNS의 이용경험의 의미를 탐색해 보고자 한다.

## 2. 연구 방법

### 2.1 연구설계

본 연구는 중년여성의 스마트폰을 통한 SNS 사용경험 현상의 본질을 밝히고 경험하는 의미를 이해하기 위해 Colaizzi[15]의 방법을 적용한 귀납적이고 서술적인 현상학 연구이다.

### 2.2 연구참여자의 선정

본 연구에서는 중년여성의 스마트폰을 통한 SNS 사용경험을 알아보기 위하여 서울특별시와 경기도의 각각

2개시에 거주하며 최소 6개월 이상 스마트폰을 통한 SNS 사용 경험이 있는 40세 이상에서 59세 이하의 중년 여성 10명을 대상으로 하였다. 연구대상자는 연구주제와 관련된 현상에 대하여 풍부한 경험을 가지고 경험을 잘 나타낼 수 있다고 판단되는 참여자를 지인을 통하여 추천을 받았다. 인터뷰에 앞서 전화로 연구주제, 목적 및 방법에 대해 설명하고 자유로운 의사로 연구 참여를 결정하도록 했다.

### 2.3 윤리적 고려

본 연구는 일 대학에서 기관연구윤리심의위원회 승인(1044297-HR-201404-006-02)을 받은 후, 연구 참여자의 보호를 위하여 연구의 목적과 과정을 자세하게 설명한 후 자발적으로 연구 참여에 동의한 대상자를 연구 참여자로 선정하였다. 또한 연구자는 연구 참여자들에게 자료수집과정과 연구결과를 해석하고 기술하는 과정에서 발생할 수 있는 윤리적 문제를 설명하고, 참여과정 중이라도 원하지 않으면 언제든지 철회할 수 있음을 알려주었다. 연구 참여에 관한 불이익이나 강제성이 없으며 면담과정의 모든 내용에 대한 비밀유지를 약속한 후 자발적으로 연구 참여할 수 있도록 하였으며 모든 사항은 익명으로 처리하였다.

### 2.4 연구자의 준비

질적연구의 가장 중요한 도구인 연구자는 정신건강 관련 상담 경험이 풍부하며 연구자 3명 모두 박사과정에서 질적연구 방법론을 수학하였으며, 질적연구에 관한 논문을 발표한 바 있다. 또한 두 명의 연구자는 질적연구 방법을 사용하여 석사·박사학위논문을 마쳤으며, 질적연구 관련 월례회 참여 활동을 통해 질적연구자들과 지속적으로 학습해오고 있다. 연구자들은 연구대상자에 대한 편견과 선입견을 배제하고 지속적인 반성과정을 유지하고자 의식적으로 노력하였다.

### 2.5 자료수집

본 연구의 자료는 연구 참여자의 스마트폰을 이용한 SNS 사용 경험을 이해하고자 지속적인 면담기회를 얻어 심층면담과 참여관찰 및 메모 등을 통해 수집하였다. 자료수집기간은 2014년 10월부터 자료가 완전히 포화 상태에 이르게 된 2015년 6월까지였다. 본 연구의 분석대상이 된 참여자들은 10명이고, 면담시기와 장소는 참여

자가 원하는 경우 참여자의 집에서 만나거나 본인의 집을 공개하기 싫어하는 경우 학교 상담실을 이용하였다. 참여자들에 대한 심층면담은 1인당 평균 3-4회 이루어졌고, 1회 면담시간은 45분에서 60분이 소요되었다.

자료 분석은 수집과 동시에 이루어졌으며, 녹음된 과일을 연구자가 청취한 뒤 필사하고, 이후 다시 되풀이해서 녹음을 들으면서 재확인하고 비언어적 표현을 기재하였다. 연구자는 면담한 즉시 참여자에 대한 전반적 내용을 간략히 기록하고 분석하면서 다음 면담자를 위한 질문사항을 메모하였고, 이런 즉각적 메모와 분석이 참여자를 생생하게 기억하고 명확하게 파악할 수 있게 한 도구가 되었다. 모든 녹취와 전사된 자료는 연구종료 후 폐기처분할 것이다. 면담은 반구조화된 질문으로 수행되었고, 본 연구의 질문은 ‘스마트폰을 통한 SNS 사용 경험은 어떠한가?’이다.

### 2.6 자료분석

본 연구의 자료의 분석은 Colaizzi[15]의 분석 절차를 따랐다. 첫 단계로, 녹음한 모든 참여자의 면담내용을 듣고 필사하여 그것을 반복적으로 읽으면서 참여자들의 경험에 대해 공유하고자 하였다. 둘째 단계에서는 필사본에서 스마트폰을 이용한 SNS 사용 경험과 관련된 문장을 파악해 반복되는 진술은 제외하고, 참여자의 의미있는 진술(significant statement)을 끌어내었다. 셋째 단계로, 의미있는 진술로부터 유사한 것을 묶고 다시 원자료를 읽으면서 의미를(formulating meaning) 도출하였다. 넷째 단계로, 이 도출된 의미에서 유사한 것을 묶어 공통되는 주제(themes)를 뽑아 지금까지 도출된 주제에 따라 주제모음(themes cluster)으로 범주화(categories)하였고 경험 현상을 통합하여 본질적 구조를 진술하였다. 본 연구결과에 대한 타당성을 얻기 위해 10명의 연구 참여자에게 주제와 의미가 연구 참여자가 표현하고자 했던 의미나 경험과 일치하는지 확인하고 이러한 과정에서 얻은 새로운 자료를 연구에 통합하였다.

### 2.7 연구의 신뢰도와 타당성

연구의 신뢰도와 타당도를 높이기 위하여 Lincoln and Guba[16]가 제시한 4가지 항목인 사실적 가치, 적용성, 일관성, 중립성에 근거하였다. 사실적 가치는 참여자들의 생각과 실재를 반영하기 위해 참여자들의 표현을 ‘있는 그대로’ 수집하였다. 면담을 수행한 연구자의 SNS

사용 경험은 참여자가 표현하고자 하는 용어와 어휘 선택에 도움이 되었고, 참여자에게 신뢰의 요인으로 작용하였다. 적용성은 연구 주제와 관련한 다양한 범주를 도출하려고 노력하였고, 이를 위하여 새로운 자료가 나오지 않을 때까지 자료를 포화시켰다. 일관성을 유지하기 위해 연구 분석결과는 질적연구의 경험이 있는 3명의 연구자가 함께 자료의 타당성을 제고하였다. 중립성은 연구자의 SNS 사용 경험에 의한 가정, 편견 등에 유의하였으며, 중립성과 일관성을 높이기 위해 지속적으로 노력하였다.

### 3. 연구 결과

#### 3.1 연구참여자의 특성

본 연구에 참여하여 면담에 응한 중년여성은 총 10명으로 일반적 특성을 살펴보면 40대(60%)가 50대(40%)보다 많았으며, 고졸 5명 대졸 5명이었다. 기독교 4명, 불교 2명, 천주교 2명, 무교 2명으로 2명을 제외하고는 종교적인 활동을 하고 있었다. 연구 참여자의 직업은 풀타임 고용이 6명, 가정주부 3명, 자영업 1명이었으며, 스마트폰 사용 년 수는 1년 미만 30%, 2년 미만 20%, 3년 미만 30%, 4년 미만 20%으로 나타났다. 참여자들의 평균 SNS 이용시간은 2.8시간으로 나타났다[Table 1].

Table 1. Participants' characteristics

No	Age	Marital status	Education level	Religion	Occupation	Length of using smartphone (years)	Length of service SNS (time)
1	42	Married	high school	Protestant	Homekeeper	4	2
2	45	Married	high school	None	Office job	4	3
3	45	Married	college	Protestant	Homekeeper	1	3
4	47	Married	college	Catholic	Office job	1	2
5	47	Married	college	None	Serves	3	3
6	49	Married	college	Buddhist	Office job	2	4
7	50	Married	college	Protestant	Serves	3	3
8	52	Married	high school	Protestant	Serves	2	2
9	52	Married	high school	Buddhist	Self-Employed	3	4
10	53	Married	high school	Catholic	Homekeeper	1	2

Table 2. The experiences of middle-aged woman using SNS through smartphone

themes	themes clusters	categories
<ul style="list-style-type: none"> <li>overcoming restriction of time and space</li> <li>maintained of relationship management</li> <li>connection loop of lasting relationship</li> <li>had a sense of belonging</li> <li>enlarged meeting participants</li> <li>space of emotional exchanges</li> <li>formation of new community</li> <li>convenient decisions</li> </ul>	space of meeting and communication	Restructuring on positive social relationship
<ul style="list-style-type: none"> <li>learned new information</li> <li>convenient of sharing information</li> </ul>	space of exchanging information	
<ul style="list-style-type: none"> <li>expansion of self-expression</li> <li>cyberspace creator</li> </ul>	space of cultural creation	
<ul style="list-style-type: none"> <li>addicted to smartphone</li> <li>loneliness in cyberspace</li> <li>fall back on culture</li> <li>spent of time and energy</li> <li>misunderstanding of communication</li> <li>tired for meaningless chatter</li> </ul>	space of digital fatigue	Restructuring on negative social relationship
<ul style="list-style-type: none"> <li>afraid of outflowing of personal information</li> <li>invasion of privacy</li> <li>rejected at the meeting</li> <li>become accustomed communication at the cyberspace</li> </ul>	dishonesty communication	

### 3.2 주제 모음

중년여성의 스마트폰을 통한 SNS 사용경험을 나타내는 원 자료(protocols)로부터 도출된 75개의 의미있는 진술(significant statement)로 부터 22개의 주제(themes)와 5개의 주제모음(themes cluster)을 확인하여 범주화(categories)한 결과 ‘긍정적인 사회적 관계의 재구조화’, ‘부정적인 사회적 관계의 재구조화’의 2개 범주로 나타났다 [Table 2].

#### 3.2.1 범주 1. 긍정적인 사회적 관계의 재구조화

연구 참여자들은 스마트폰을 통한 SNS 사용 경험에 대하여 ‘만남-소통의 공간’, ‘정보 교류의 공간’, ‘문화창조의 공간’으로 긍정적인 사회적 관계를 재구조화하는 것으로 의미를 부여하고 있었다.

##### 주제모음 1. 만남-소통의 공간

연구 참여자들은 만남-소통의 공간에 대하여 ‘시공간 제약의 극복함’, ‘관계가 유지됨’, ‘지속적인 관계의 연결고리가 됨’, ‘소속감을 갖게 됨’, ‘참여 모임의 확대’, ‘정서적 교류의 공간’, ‘새로운 공동체 형성’, ‘의사결정이 편리함’으로 의미를 부여하고 있었다. 연구 참여자들은 스마트폰을 통한 SNS 사이버 공간에서 시공간의 제약을 받지 않고 지속적인 관계유지와 모임이 활성화되고 있었다. 또한 정서적인 교류를 통해 친밀감과 집단의 소속감을 갖게 되는 만남과 소통의 긍정적인 공간으로 이끌어내고 있었다.

카톡은 짧게 번개식으로 사용해요. 가까이 사는 사람들, 자주 모이는 사람들 위주로...밴드방은 정기적으로 모이는, 멀리 사는 친구들, 오프라인에서 자주 못 모이는 친구들 위주로 사용하고 있죠(참여자 1).

과거에 함께 지냈던 시간들, 여행도 다니고 했던 친구들과 나중이라도 연결이 되어 만남을 기다리게 되죠. 지속적인 만남의 연결고리가 되는 것 같아요(참여자 2).

오래된 친구들은 카스를 통해 이렇게 지내고 있구나, 댓글을 통해 이런 생각을 하고 사는구나...댓글을 안 달더라도 이 친구는 이번 주에 이렇게 지냈구나 하고 소식을 접할 수 있어서 좋은 점이 있어요(참여자 4).

밴드글을 읽다보면 좋은글에 대한 각자의 댓글들을 통해 이 사람이 이런 생각을 가지고 있었구나. 평소 대화

에서는 느낄 수 없었던 새로운 면, 이 사람한테 이런 센스가 있었나 하는 느낌을 받아요. 그 사람의 새로운 면을 볼 수 있는 계기도 되는 것 같아요(참여자 5)

오랫동안 해외에서 거주하다 최근 입국했는데도, 그동안 SNS를 통해 연락을 계속 해서 그런지 늘 곁에 있던 분들 같은 느낌이 들어요. 그보다도 날 잊지 않고 기억해줄 수 있는 연결 수단이 되어서 좋아요(참여자 7).

내가 어떤 일을 전달해야 할 때 의사소통이 빨리 진행되어 시간도 단축되고 빨리 결정될 수 있어서 편리하죠. 또 많은 사람들에게 동시에 연락하기가 쉽다는 편리성 때문에 자주 사용하게 되는 것 같네요(참여자 8)

몇 년 전에는 거의 연락을 못하고 지냈는데, 지금은 그렇지 않죠. 쉽게 연락을 하다 보니 친구들이나 모임이 점점 좋아지고 늘 함께 있는 것 같아요. 이걸 소속감이라 해야하나... 친밀도가 더 높아지는 것 같아요(참여자 10).

##### 주제모음 2. 정보교류의 공간

연구 참여자들은 정보교류의 공간에 대하여 ‘새로운 정보를 습득하게 됨’, ‘정보공유가 편리함’으로 의미를 부여하고 있었다. 연구 참여자들은 스마트폰을 통한 SNS 공간을 다양한 정보의 제공과 교류의 장이라고 느끼고 있었다. 자녀의 학교나 학원에 대한 정보를 공유하거나, 생활에 도움이 되는 글들을 보고 일상생활에 적용하거나 활용하는 긍정적인 공간에 대해 만족감을 느끼고 있었다.

저는 SNS를 평소에도 많이 활용하고 있어요. 요즘은 페이스북이나 카카오톡에 올라온 글을 읽다가 좋은 글이나 추천하고 싶은 글들이 있으면 모임방에 공유하는 글을 많이 올리는 편이죠(참여자 3).

저는 직장을 다니고 있어서 아이의 학교생활이나 학교 행사에 대해서 잘 몰라요. 그래도 직장에서 틈틈이 엄마들이 올린 글들을 보고 학교생활을 이해하게 되죠. 생일파티를 어디서 하는지, 이번 현장학습은 어디로 가는지... 핸드폰을 통해 쉽고 빠르게 볼 수 있어서 좋아요(참여자 5).

##### 주제모음 3. 문화창조의 공간

연구 참여자들은 문화창조의 공간에 대하여 ‘자기표현의 확장’, ‘사이버 공간의 창조자’로 의미를 부여하고 있었다. 연구 참여자들은 스마트폰을 통한 SNS 공간에

자기 신념을 표현하거나 사이버 공간의 문화창조자의 긍정적인 공간으로 이끌어내고 있었다.

페이스북이나 밴드방에 글과 사진을 올리는 건 꼭 누군가에게 보여주기 위한 건 아니지만, 누구든 들어와서 볼 수도 있어요. 남들을 의식하기보다는 그냥 현재의 내 삶과 생각을 기록하는 공간이죠(참여자 3).

제가 카카오토리에 글을 올리면 지인들이 댓글을 달아주고 또 그에 대해서 답변도 달아주죠. 친구들이나 지인들이 제 글에 관심을 갖고 보아준다는건 제 삶의 행복 에너지가 채워지죠(참여자 4).

정보를 얻는다는 건, 그 속에 있는 사람들의 욕구를 채워줄 수 있는 제 3의 수익창출이 가능하다는 뜻으로 들려요. 음..... 이런 게 있으면 좋을텐데 저런 게 있으면 좋을텐데 라는 생각이 단지 생각으로 끝나는데 아니고, 그런 걸 해소해 줄 수 있는 정보가 있는 거죠(참여자 8).

성격이 내성적인 편이라 모임은 별로 좋아하지 않아요. 하지만 여행을 다니거나 좋은 글이 있으면 어딘가에 흔적을 남기고 싶은데... 그 때 마다 쉽게 글을 올릴 수 있어 좋습니다(참여자 9).

### 3.2.2 범주 2. 부정적인 사회적 관계의 재구조화

연구 참여자들은 스마트폰을 통한 SNS 사용 경험에 대하여 ‘디지털 피로의 공간’, ‘진정성 없는 소통’의 부정적인 사회적 관계를 재구조화하는 것으로 이해되었다.

#### 주제모음 1. 디지털 피로의 공간

연구 참여자들은 디지털 피로의 공간에 대하여 ‘스마트 폰에 중독 됨’, ‘사이버 공간 속 외로움’, ‘문화에 뒤처짐’, ‘시간과 에너지가 소진됨’, ‘소통의 오해’, ‘의미 없는 수다로 지침’으로 이해되었다. 연구 참여자들은 많은 소통과 교류가 이루어지는 공간이지만 그 속에서 외로움, 소외감, 뒤처짐, 소통의 오해, 중독 등의 디지털 공간속의 피로감에 노출되기도 하였다.

가끔 가족들하고 여행가보면, 여행지에서 다들 사진 찍느라 난리죠. 그제 자기들 기념사진이 아니라 찍어서 어딘가에 올리거나 누군가에게 보여주기위해 하는거죠. 왜 여행을 오는지... 집에서 인터넷으로 좋은 배경사진 올리지. SNS가 사람들은 문자비용도 안 나간다고 좋아하지만, 같이 있는 가족이나 친구들을 더 소외시켜요(참

여자 1).

글이나 말로만 하는 것은 얼굴보고 하는 것 보다 이성적인 대화이기도 하지만, 이걸 왜 문자로 하지? 하면서 오해가 생기죠. 또 집단의 다수의 의견으로 몰아가는 분위기로 휩싸이기도 쉽죠(참여자 2).

스마트폰이 없었다면 ‘고00 사건’도 입에서 입으로 오랜 시간이 걸려 소문나겠지만, 요즘은 실시간으로 전파가 되고 진위여부까지 확인 안 된 글도 쉽게 전파가 되죠. 어느날 제가 그 피해자가 될 수도 있죠(참여자 3).

어떤 사람은 사진을 너무 올려요. 가는 곳 마다 다 찍어서 올리죠. 형편이 안 되어 못가는 경우에는 그걸 보면서 기분이 좋아지기 보다는 나는 뭐야.. 하면서 스트레스를 받죠(참여자 5).

카스는 과시용이거나 홍보용 인거 같아요. 왜냐하면 선별해서 꾸며서 올리니까... 진실이 아닌것 같아요. 스마트폰이 너무 보편화되면서 많은 사람들이 자신의 일상을 과장하거나 이런것 까지 올려야 하나? 하는 생각이 들어요(참여자 6).

사람들이 스마트폰을 많이 사용하는데 혼자만 2G폰을 사용하다보니 정보를 공유할 채팅방사용에서 불편이 생기기 시작했어요. 그리고 나만 뒤처진다는 생각과 핸드폰이 구형이라는 게 괜히 창피할 때도 있었죠. 그래서 스마트폰을 구입 했는데... 아직도 익숙하지 않아 힘들어요(참여자 7).

요즘 들어서는 괜히 한 번씩 핸드폰을 열어보고 확인하고, 용건이 없어도 핸드폰을 만지게 되는 시간이 엄청 늘었어요. 이런 게 핸드폰 중독인가 싶을 만큼이요. 스마트폰 알람소리로 하루 리듬이 깨어지는 게 싫어요(참여자 8, 10).

순식간에 많은 글이 지나갔는데 혼자만 그 대화에 참여 못하고 뒷북치는 경우가 자주 생겨요. 적시에 반응을 보여야 하는데... 직장생활을 하다보면 대화에 못 끼고 또 그 긴 글을 읽다보면 지칠 때도 있어요(참여자 9)

#### 주제모음 2. 진정성 없는 소통

연구 참여자들은 진정성 없는 소통에 대하여 ‘개인정보 유출의 두려움’, ‘사생활 침해’, ‘모임에서의 거절당함’, ‘사이버공간에서의 소통의 익숙해져버림’으로 이해되었다. 연구 참여자들은 스마트폰을 통한 SNS 편리한 이면에 개인정보 유출로 사생활을 침해받고 있으며, 사이버 친구의 경계에 대한 모호함으로 사이버 공간에 대

한 두려움을 느끼기도 하였다. 직접적인 노출을 하지 않는 사이버 공간에 익숙해져 면대면 관계로 상호작용해야 하는 오프라인 모임에 대해 피곤함과 불편함을 느끼기도 하였다.

어느 순간 나의 개인 사생활이 모든 사람들에게 노출된다는 생각이 들어서 요즘에는 카스나 카톡방에서 대화만 나누어요. 그리고 가족들도 자신의 의지와는 상관없이 본인의 사진이 sns상에 보여진다는 것에 대해 기분이 좋지 않다고 했어요(참여자 2).

카카오톡 대문 사진이나 단어를 보면 그 사람들의 심리상태를 알 수도 있지만 결국 제 자신의 느낌이나 생활이 노출될 수도 있다는 생각에 조심스러워 해요(참여자 4).

요즘 카페에 가면 연인들도 각자 스마트폰을 하고 있어서. 왜 그러고 있는지 이해가 안가요.. 얼마 전 우리 아들 친구들이 놀러왔는데... 조용해서 방에 가보니 다들 핸드폰 들고 각자 게임을 하거나 또는 다른 친구들과 카카오톡을 하고 있더라고요(참여자 6).

두 아들이 저를 친구로 거절했어요. 분명히 친구 신청이 되어 있었는데.. 어느 날 보니.. 안 보이더라고요. 제가 자기들 감시한다는 생각에 거절한 것 같아요. 많이 서운했어요(참여자 7).

페이스북에서 친하지 않은 친구가 친구요청을 했는데... 상대방이 승낙을 안 하면 오해가 생기기도 하고... 또 친하지 않는데... 내 생활을 다 공개해야 하나? 어디까지 친구로 승낙해야 하나 하는 생각도 들어요(참여자 8).

친한 지인들의 일상생활을 페이스북이나 카스를 통해 볼 수 있어서 친근감도 들지만, 가끔 모임에 아프다고 하거나 급한 일이 있다고 빠진 경우 나중에 보면 놀러갔거나, 다른 사람들을 만난 것을 올리곤 하죠. 그럴 때 진짜 배신감이 들죠(참여자 9).

밴드나 카톡방에서 마치 함께 있는 것처럼 실시간으로 대화를 나누곤 하지만 체온이나 그 사람의 표정, 목소리 톤까지 전달될 수는 없죠. 정서적 교류가 빠진 소통이다 보니... 의미 없는 정보로만 가득 채워지는 대화이기에 삭막해질 수밖에 없죠(참여자 10).

#### 4. 논의 및 결론

본 연구는 중년여성의 스마트폰을 통한 SNS 사용경

험의 의미를 규정하였다. 본 연구의 주요 결과는 ‘긍정적인 사회적 관계의 재구조화’, ‘부정적인 사회적 관계의 재구조화’ 등의 2개의 범주로 도출되었다.

중년여성들이 인식한 스마트폰을 통한 SNS 사용 경험의 의미들은 ‘만남-소통의 공간’, ‘정보 교류의 공간’, ‘문화창조의 공간’ 등의 긍정적인 사회적 관계의 장을 만드는 공간의 의미를 보여주고 있다. 한편 SNS 잦은 사용은 ‘디지털 피로의 공간’, ‘진정성 없는 소통’ 등의 개인 프라이버시 침해를 우려하게 되어 사용을 기피하는 측면도 보여주었다. 본 연구결과에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 참여자들은 SNS 사용경험의 의미를 ‘만남-소통의 공간’으로 여기고 있는데, 이는 시공간의 제약을 받지 않고 지속적인 관계유지와 정서적인 교류를 통해 집단의 소속감을 갖게 되는 만남과 소통의 긍정적인 공간으로 여기고 있음을 의미한다.

최근 스마트폰의 높은 보급률과 이를 통한 인터넷의 대중화를 통해 소셜 네트워킹이 급속하게 성장하고 있다. 특히 SNS는 이용자 간 실시간 소통능력을 향상시키고 있다[17]. 소통은 인간이 살아가는데 있어 가장 중요한 요소이며[6], SNS 이용자들 간의 관계 혹은 연결망의 형성은 공동체의 가치를 추구하게 되는 사회적 유대감을 형성하게 된다[17]. SNS 사용은 친밀한 사회적 네트워크 형성 단계를 지나, 서로에 대한 이해와 공감, 나아가 자신이 속한 사회적 네트워크의 공동가치를 통해 보다 긍정적이고 호의적인 경험으로 그 사용이 확대되고 있다[18]. 이처럼 스마트폰을 통한 접촉 가능성의 확대는 많은 사람들을 폭넓게 만날 수 있는 가능성을 높여주는 동시에 이미 알고 있는 사람들과의 접촉 기회를 확장하고 돈독하게 하고 있다[19]. 이는 본 연구에 참여한 중년여성 대부분이 ‘만남-소통의 공간’으로 활용하고 있다는 연구결과와 일치하는 것으로 보인다.

둘째, 본 연구의 참여자들은 스마트폰을 통한 SNS 공간을 새로운 정보의 제공과 교류의 장으로, 다양한 정보를 활용하는 긍정적인 공간으로써 만족감을 느끼고 있었다. 이는 단순한 통화 기능을 넘어서 다양하고 새로운 서비스 기능을 기대하고 있으며, 방대한 양의 정보, 접근성 및 다양한 서비스를 언제 어디서나 사용자에게 전송할 수 있는 환경을 구축하고 있는 스마트폰의 장점을 반영[20]하는 것으로 해석할 수 있다.

셋째, 스마트폰을 통한 SNS 공간은 자기 신념을 표현

하거나 사이버 공간에서 문화창조자의 긍정적인 공간으로 이끌어내고 있었다. SNS는 사용자 간의 상호작용을 기반으로 인맥관리, 자기표현 등을 유지관리 할 수 있는 서비스로 정의 되고 있다[20]. 최근 모바일 게임을 즐기는 50대 여성의 경험연구[21]에서 이들은 어머니로서 다른 가족 구성원의 게임 행동을 규제하는 감시자에서 함께 게임하는 참여자로 변화된 경험이 나타났다. 이는 SNS 이용자의 동기를 강화하여 순응적 관여에서 자발적인 홍보, 건전한 SNS 사이트 조성을 위한 참여자 역할 [18]의 확대로 해석할 수 있다.

즉 본 연구의 참여자들은 만남-소통, 정보 교류, 문화창조의 공간으로 보다 긍정적이고 호의적인 사회적 관계 재구조화 경험을 통해 SNS 사용이 점차 확대되는 것을 알 수 있었다.

넷째, 본 연구의 참여자들이 경험한 ‘디지털 공간속의 피로감’은 외로움, 소외감, 뒤처짐, 스마트폰 중독에 대한 의미를 가지고 있다. 한국정보화진흥원(2011)은 인터넷 중독 보다 스마트폰 중독이 높다는 연구결과를 발표하였다[22,23]. 최근 스마트폰 중독패턴 연구결과(2015)에서도 중독 심각 그룹과 주의그룹이 50%를 넘고 있는 것으로 나타났다. 비효율적인 사용이 지속되면 스마트폰 중독 증상까지 초래하여 일상생활에 지장을 초래할 수 있다고 하였다[24]. 따라서 스마트폰 중독 정도를 인지할 수 있는 교육과 대응방안이 필요함을 시사하고 있다.

또한 온라인상에서 SNS를 통해 의사소통과 관계 형성하는 것이 일상생활화 되고 있고[25], 본 연구의 참여자들도 외로움, 소외감을 경험하고 있는 것으로 나타났다. 이는 대화를 하는 동안 스마트폰을 보고 대화하거나 대화 도중 다른 사람과 대화하는 행동들이 인간관계의 형성에 어려움을 주는 연구결과[24]와 일치함을 보여주고 있다.

마지막으로, ‘진정성 없는 소통’은 개인정보 유출, 또는 사이버 공간에서 상호작용에 익숙해져 면대면 만남과 소통에 대한 소홀함을 의미하는 것이다. 사회적 상호작용은 중년 여성들이 여가에서 바라는 핵심적인 가치[8]라고 할 수 있지만, 오히려 SNS 사용으로 직접적 만남을 통한 사회적 상호작용이 방해 받고 있음을 나타내고 있다. 또한 프라이버시 침해가 우려됨에 따라 사회적 관계가 위축되고 ‘부정적인 사회적 관계의 재구조화’ 되는 것을 시사하고 있는 것이다.

Kim(2012)은 SNS 이용동기가 정보지식획득동기, 소

통관계유지동기, 의견정보제시동기이며, 이는 SNS를 통한 커뮤니케이션의 이용 및 가치는 스마트폰의 활성화와 더불어 점점 개인적 관계를 넘어, 조직과 개인 간 소통 채널로 활용되고 있다고 하였다[26]. 이처럼 스마트폰을 통한 접촉 가능성의 확대로 사회 관계망의 폭과 깊이가 심화되는 긍정적인 효과를 나타낼 수 있으나, 다른 한편 스마트폰을 통한 타인의 사생활 엿보기는 면대면 접촉 없이도 생활을 함께 공유하는 것처럼 오인함으로써 직접적인 연락의 횟수가 상대적으로 감소되고, 일과 가정의 경계가 불분명해져 ‘나만의 시간’ 확보가 어려워졌다는 부정적인 견해가[19] 함께 공존 하고 있음을 알 수 있었다.

본 연구결과 중년 여성들에게 정서적 교류를 위한 관계망으로 활용되는 모바일 메신저인 SNS는 관계 형성, 사회적 네트워크의 공동가치로 친밀감을 형성한다는 의미를 부여하고 있지만, 한편으로는 무분별한 사용으로 스마트폰의 역기능적인 실태에 대한 대응방안이 필요함을 보여주고 있다.

따라서 본 연구의 결과를 통해 중년여성의 SNS 사용에 대한 새로운 관점을 파악하고 중년여성의 사회적 관계 활성화를 위한 연구의 기초자료로 활용될 것으로 기대한다.

## References

- [1] Y. M. Lee, G. M. Kim, Y. H. Jung, "Factors affecting a health promoting lifestyle in middle-aged women", The Korea Contents Society, Vol.14, No. 10, pp. 570-582, 2014.
- [2] C. K. Kim, "A Qualitative study on depression experiences of middle aged depressed women", Korea Journal of Counseling, Vol.11, No.4, pp. 1783-1806, 2010. DOI: <http://dx.doi.org/10.15703/kjc.11.4.201012.1783>
- [3] A. L. Lee, "The effects of middle-aged women's self-esteem and marital intimacy on mid-life crisis". Graduate School of Kyungsung University:Busan. Doctorate Thesis. 2013.
- [4] H. Y. Jeong, "Influencing factors on subjective happiness of middle-aged women". Graduate School of Seonam University:Jeonlado. Master Thesis. 2013.
- [5] D. Y. Nam, "The influence of the interaction on facebook on the perceived intimacy". Graduate School of Korea University:Seoul. Doctorate Thesis. 2013.
- [6] H. R. Ma., I. H. Cho, "Effects of SNS communication on the interpersonal communication", Journal of Korea Entertainment Industry Association, Vol.5, No.10, pp. 56-61, 2014.



- [7] N. H. Hong, "Smartphones' Use of women in their early motherhood", Korean Women's Communication Association, Vol.12, pp. 135-164, 2012.
- [8] H. S. Hwang., S. H. Sohn., Y. J. Jang, "Exploring the way of news reporting and covering on the education issues", Korean Journal of Broadcasting and Telecommunication Studies, Vol.25, No.2, pp. 277-313, 2011.
- [9] H. J. Jang, "Psychological Characteristics of Adolescents Addictive Using Cellular Phone". Graduate School of sunghsin Women's University:Seoul. Master Thesis. 2002.
- [10] J. Liang, "The Critical Factors of Smartphone App Addiction". Graduate School of Hanyang university: Seoul. Master Thesis. 2015.
- [11] Korea Information Society Agency, "Development of Korean Smartphone Addiction Proneness Scale For Youth and Adults", 2011.
- [12] D. L. Kim., Y. J. Chung., Y. H. Lee., M. C. Kang., H. J. Jeon, "Effect of Smartphone Addiction on Psychological Problem by Mixed Regression Analysis", Korea Journal of Counseling, Vol.1 No.4, pp. 1783-1806, 2010.
- [13] H. B. Lee., D. W. Kim., J. Y. Choi., M. H. Shin, "A Study on Teenagers' SNS Use Features and Addiction - Focus on Middle School Student of Gyeonggi-do & Gangwon-do", GRI Review, Vol.16, No.1, pp. 365-391, 2014.
- [14] K. S. Kim., S. Y. Sung, "A Phenomenological Study on middle-aged women's change in the understanding life through bibliotherapy", The Korean Journal of women Psychology, Vol.17, No.3, pp. 475-516, 2012.
- [15] P. F. Colaizzi, "Psychological research as the phenomenologist views it", New York, Oxford University Press, p.6, 1978.
- [16] Y. S. Lincoln., E. G. Guba, Effective evaluation(4thed.). San Francisco: Jossey-Bass Publication. 1985.
- [17] Y. J. Kim., J. Y. Kim., J. M. Han, "The structural relationships among user citizenship behavior, aberrant user behavior, social connectedness, privacy concern, and user satisfaction", Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society. Vol.13, No. 11, pp. 4994-5004, 2014.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2012.13.11.4994>
- [18] S. K. Oh, "Development of Intelligent Services and Analyzing User Behavior Information Using", Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society, Vol.14, No.12, pp. 6441-6446, 2013.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2013.14.12.6441>
- [19] J. S. Kang, "Phenomenological Study on Telepresence and Experience of Smartphone Users", Korean Journal of Broadcasting and Telecommunication Studies, Vol.26, No.6, pp.7-45, 2012.
- [20] H. E. Kang, "The Impact of User Interface and Emotional Experience on Brand Identity: Focused on Social Network Service Environment", Journal of the Korean Society of Design Culture. Vol.18, No.1, pp. 1-12, 2012.
- [21] S. H. Park., H. J. Cheon, "A study on middle-aged women playing mobile casual games", Journal of Leisure Studies. Vol.11, No.2, pp. 1-29, 2013.
- [22] Korea Information Security Agency, "Smartphone Addiction Research Diagnostic Scale", 2011.
- [23] G. H. Hwang., Y. Y. Suk., O. H. Cho, "Upper extremity pain, according to the degree of use of the college smartphone addiction, anxiety, depression, and interpersonal relations", Journal of the Korea Contents Association, Vol.12, No.10, pp. 365-375, 2012.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2012.12.10.365>
- [24] E. Y. Kim, S. H. Kim, "Pattern Study on smartphone addiction group", Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society, Vol.16, No.2, pp. 1207-1215, 2015.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2015.16.2.1207>
- [25] Y. M. Kim., Y. S. Lim, "Structural Model of Democratic Parenting Style, Ego-resilience, Cell phone Dependency, Self-directed Learning", Korea Youth Studies, Vol.5, pp.273-299, 2012.
- [26] H. S. Kim, "A Study on Use Motivation of SNS and Communication Behavior", Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society. Vol.13, No. 2, pp. 548-553, 2012.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2012.13.2.548>

**김 정 선(Jeong-Seon Kim)**

[정회원]



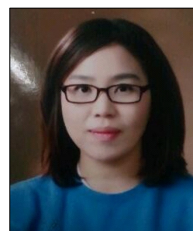
- 2010년 8월 : 한양대학교 대학원 (정신보건학석사)
- 2015년 2월 : 한양대학교 대학원 (간호학박사수료)
- 2014년 9월 ~ 현재 : 춘해보건대학교 간호학과 조교수

<관심분야>

정신보건, 정신건강, 아동·청소년, 리더십

**김 혜 경(Hey-Kyoung Kim)**

[정회원]



- 2009년 8월 : 한양대학교 대학원 (임상사례관리학석사)
- 2013년 8월 : 한양대학교 대학원 (간호학박사)
- 2013년 9월 ~ 현재 : 중원대학교 간호학과 조교수

<관심분야>

임상사례연구, 정신건강, 상담학

김 덕 진(Deok-Jin Kim)

[정회원]



- 2009년 8월 : 한양대학교 대학원 (간호학)
- 2015년 2월 : 한양대학교 대학원 (간호학박사 수료)
- 2015년 3월 ~ 현재 : 안동과학대학교 간호학과 조교수

<관심분야>

정신건강, 중독, 아동·청소년, 상담학