

청소년의 스트레스와 스마트폰 이용이 학업에 미치는 영향과 부모 중재 효과

Impact of Adolescent Life Stress and Smartphone Use on Academic Impairment:
Focusing on the Effect of Parent Involvement on Adolescents' Smartphone Use

박남수*, 오하영**

건국대학교 신문방송학과*, 숙명여자대학교 미디어학부**

Namsu Park(park.namsu@gmail.com)*, Hayoung Oh(hayoungo@gmail.com)**

요약

본 연구는 청소년의 일상 스트레스와 스마트폰 이용 및 중독이 학업에 어떤 영향을 미치는지 파악하고, 스마트폰 이용에 대한 부모의 중재 효과를 분석하는 데 그 목적이 있다. 이를 위해 청소년(13~18세)을 대상으로 스마트폰 이용 전반에 관한 온라인 설문조사를 실시하였다. 분석 결과, 오락적 목적의 스마트폰 이용 및 스마트폰 중독 경향성이 청소년의 학업 장애 요인으로 나타났다. 또한 가족 간 갈등, 학업, 미래에 대한 압박감 차원의 스트레스가 스마트폰 이용에 따른 학업장애를 이끈다는 것 역시 확인할 수 있었다. 부모의 중재는 그 유형에 따라 스마트폰 이용 및 중독, 학업장애 요인에 대해 서로 다른 효과를 갖는 것으로 나타났다. 이용시간을 제한할수록 오락적 이용이 증가하고, 이용하는 앱을 제한할수록 정보적 이용이 감소하는 것으로 나타났다. 참여적 형태의 부모 중재는 커뮤니케이션을 위한 스마트폰 이용이 증가하며, 앱을 추천하는 방식의 부모 중재는 스마트폰 중독지수를 감소시키는 것을 알 수 있었다.

■ 중심어 : | 청소년 | 스마트폰 이용 | 학업 장애 | 부모 중재 |

Abstract

This study aims to examine the effect of adolescents' life stress and smartphone use on academic impairment and to investigate the impact of parents involvement on smatphone use. Online survey are performed among Korean adolescents from 13 to 18 years old. The results show that entertainment use of smartphone and high level of smartphone addiction are significant predictors of adolescent academic impairment. In addition, significant relationships were found between academic impairment and the dimensions of life stress, such as family conflict, academic, and pressure on the future. With respect to the impact of parent involment on academic impairment and smartphone use, time limit has the positive relationship with entertainment use of smartphone, while restriction on the specific smartphone application use has the negative relationship with information use of smartphone.

■ keyword : | Adolescents | Smartphone Use | Academic Impairment | Parent Involvement |

* 본 연구는 건국대학교 KU 연구교수 프로그램에 의해 지원받았습니다.

접수일자 : 2016년 06월 09일

수정일자 : 2016년 07월 15일

심사완료일 : 2016년 07월 19일

교신저자 : 오하영, e-mail : hayoungo@gmail.com

I. 문제 제기

스마트폰 사용과 보급의 증가는 시간과 공간을 초월해 생활에 많은 편리함을 주고 다양한 분야에 있어 유용함을 가져다주었다. 그러나 스마트폰의 편의성의 이면에는 중독이라는 심각한 사회적 문제가 제기되고 있다. 중독의 개념이 약물 등의 물질 중독의 개념을 넘어 인터넷, 게임 중독 등 비물질 중독의 개념으로 확산되고 있는 상황에서 스마트폰의 과다사용도 치료와 개입이 필요한 행동중독으로 판단되고 있다[1].

특히 스마트폰 중독은 상대적으로 충동 억제와 통제력이 약한 청소년들에게 보다 심각한 문제를 야기할 수 있다. 정보통신정책연구원에 따르면 청소년의 스마트폰 보유율은 2012년부터 크게 상승하기 시작하여, 2015년 기준 중학생과 고등학생이 각각 86.6%, 90.2%로 나타나 성인을 포함한 전체 응답자의 스마트폰 보유율인 77.6%를 크게 앞서고 있는 것으로 파악된다[2]. 스마트폰 보유율의 증가와 함께 스마트폰의 중독적 사용의 위험성 또한 보고되고 있다. 2015년 한국정보화진흥원의 발표에 따르면 청소년 스마트폰 이용자 중 중독위험군의 비율은 29.2%로 성인 11.3%의 약 2.6배 높은 것으로 나타났다. 청소년은 특히 스마트폰 과다사용이 야기할 수 있는 다양한 개인적 경험들 중 학업장애를 가장 큰 문제로 응답하였는데[3], 이는 스마트폰 중독과 이로 인한 학업 부진 간의 연관성에 초점을 맞춘 논의가 필요함을 시사한다.

최근 스마트폰 중독에 관한 연구는 중독의 원인을 인구조계학적 속성, 개인의 심리적 상태인 우울이나 불안·충동성·자기통제력에서 찾을 뿐만 아니라, 가족 및 학교 내에서의 관계에 집중하여 살펴보는 경향을 보인다. 스마트폰 중독에 따른 부작용의 경우, 주로 청소년의 신체 및 정신건강, 사회성에 미치는 영향력을 중심으로 논의한다[4][5]. 이러한 연구는 청소년 스마트폰 중독의 요인과 유해성에 관한 이해를 돕는 기초자료가 된다. 하지만 청소년 스스로가 가장 큰 문제로 인식하고 있는 학업장애에 초점을 맞춘 연구는 시행된 적이 없어 이를 예방하기 위한 다차원적인 실천적 대안 제시가 어려운 것이 사실이다.

이러한 한계를 극복하기 위해 본 연구는 청소년의 스마트폰 이용이 학업에 미치는 영향에 주목하고자 한다. 스마트폰 이용에 기인하는 학업 문제를 청소년이 경험하는 일상적 스트레스 차원에서 살피고, 해결 방안으로서 부모의 중재에 대하여 논의하고자 한다. 선행 연구는 청소년의 스트레스와 스마트폰 중독, 그리고 가족 기능 변인 사이에 유의한 관계가 있음을 밝힌 바 있다 [6][7]. 이에 본 연구는 청소년의 스트레스와 스마트폰 중독이 학업에 미치는 영향을 살펴보고, 부모의 스마트폰 이용에 대한 중재가 학업에 어떤 영향을 미치는지, 또한 스마트폰 이용 및 중독에 어떠한 효과가 있는지를 알아보고자 한다. 이에 연구문제를 다음과 같이 설정하였다.

연구문제 1. 청소년의 스트레스와 스마트폰 이용 및 중독, 부모의 스마트폰 이용 중재는 학업에 어떠한 영향을 미치는가?

연구문제 2. 부모의 스마트폰 이용 중재는 스마트폰 이용 및 중독에 어떠한 효과가 있는가?

II. 이론적 배경

1. 청소년의 스마트폰 이용이 학업에 미치는 영향

청소년의 스마트폰 이용이 학업에 미치는 영향에 관한 선행연구는 학업을 학교 수업 적응, 학교 수업 태도, 학업 성취도 등으로 개념화하고, 스마트폰 이용이 이들 하위항목에 미치는 영향을 분석했다. 이들 연구는 스마트폰을 지나치게 이용하는 ‘스마트폰 중독’과 학업 간의 상관관계를 살펴보았다는 데 공통점이 있다. 예컨대, 중학생을 대상으로 스마트폰 중독과 학업 성취 간 관계를 분석한 [8]은 스마트폰 중독이 국어, 영어, 수학 과목의 학업 성취도에 부정적 영향을 미친다는 연구결과를 제시한다. [9]는 초등학교 고학년 학생을 대상으로 스마트폰 중독 수준과 학업성적 간 연관성을 살펴보았는데, 성적이 낮은 학생들 가운데 스마트폰 중독 수준이 높은 학생들이 더 많이 분포되어 있다는 것을 밝혔다. 또한

[10]은 스마트폰 중독 수준이 높은 학생일수록, 교우관계, 학교 규칙 준수, 학교 수업에 문제를 보인다고 설명한다.

스마트폰 이용량과 더불어 이용 동기 역시 학업에 영향을 미치는 중요한 요인이 된다. [11]은 중학생의 스마트폰 이용 동기에 따른 학업 성취에 차이가 있음을 밝혔다. 정보획득, 오락 및 여가, 관계유지 등 스마트폰 이용의 모든 동기 요인이 높은 '적극형'과 일부 동기에 대해서만 높은 점수를 보이는 '중간형' 이용자가 모든 동기 요인에 대해 낮은 점수를 보이는 '소극형' 이용자보다 높은 학업 점수를 보였다. 이는 뚜렷한 동기를 가지고 스마트폰을 이용하는 사람이 그렇지 않은 사람보다 학업 성취도가 높다는 것을 의미한다. 또한 [12]는 스마트폰 이용 동기(예: 정보획득, 커뮤니케이션 및 사회적 관계, 서비스 통합성 등)가 스마트폰 어플리케이션(이하 앱) 이용 정도에 미치는 영향력이 상이하다는 결과를 제시하였다.

2. 청소년의 스트레스가 학업에 미치는 영향

청소년은 신체적·정서적·심리적 변화와 더불어 학교·가정·사회 속에서 혼란과 도전을 맞닥뜨리며 심각한 스트레스를 경험한다[13][14]. 여성가족부는 "평소 스트레스를 '대단히 많이' 또는 '많이' 느끼는 사람의 비율"(217쪽)을 의미하는 청소년 스트레스 인지율을 보고한 바 있는데, 남학생 29.6%, 여학생 41.7%로 여학생이 남학생보다 높게 나타나며, 학년이 올라갈수록 증가하는 경향을 보인다[15].

스트레스는 "개인과 환경의 관계에서 개인이 지닌 자원 이상을 요구하는 내·외적 환경으로 인해 유발되는 부정적 정서 상태"[16][17]를 일컫는 개념으로, 대체로 학업을 포함한 학교적응에 영향을 미치는 요인으로 설명된다. 선행연구는 청소년의 스트레스와 학교적응 간 부적상관관계를 검증하여[17][18] 스트레스가 청소년의 학업장애에 영향을 미치는 요인이 될 수 있음을 밝혔다. 또한 청소년의 스트레스가 인터넷 중독에 영향을 미치고[19], 휴대전화 이용이 청소년의 스트레스 대처 방식과 학교적응을 매개한다는 연구 결과는 스트레스, 스마트폰 이용, 그리고 학업 간의 연관성에 대한 주장

을 뒷받침한다.

이러한 청소년의 스트레스는 여러 가지 유형으로 구분된다. [20]은 스트레스 요인을 개인의 내적·외적·사회적 관계, 세 차원으로 구분하여 ① 학교 관련, ② 가족 관계, ③ 친구 관련, ④ 생활환경 관련, ⑤ 자기 자신 관련 스트레스 등으로 제시하였다. 또한 [21]은 ① 학업, ② 부모, ③ 친구, ④ 외모, ⑤ 물질 스트레스 등 보다 구체적인 수준에서 스트레스를 유형화하였다. 개인의 내적 요인이나 가족과의 관계를 배제하고, ① 학교 환경, ② 교사와의 관계, ③ 친구 관계, ④ 공부 문제에 기인한 스트레스만을 다룬 연구[22]도 찾아볼 수 있다. 스트레스 하위 요인과 학교적응 간 관계를 규명한 연구 [13][23][24]들은 학업장애와 연관성이 있는 스트레스 영역이 상이하다는 점을 밝혀 스트레스 변인을 유형화할 필요성이 있음을 보여준다.

3. 부모의 스마트폰 이용 중재 효과

선행연구는 스마트폰 이용의 역기능에 대한 해결책을 부모와 자녀 간 의사소통, 부모 애착, 가족 기능성 등에서 찾았다. [7]은 부모와 자녀 의사소통 수준과 스마트폰 중독 간 부적 상관관계를 밝힌 연구결과[25][26]을 토대로 부모와 개방형 의사소통을 많이 할수록 청소년의 스마트폰 중독 수준이 낮다는 결과를 제시하였다. 또한 [27]은 부모와 자식 간의 지속적인 정서적 유대감을 의미하는 애착이 스마트폰 중독과 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 즉 부모와의 정서적 유대감이 강한 청소년일수록 스마트폰 이용에 몰입하는 정도가 약하다는 것이다. [28]의 연구 결과에서도 청소년이 지각한 부모와의 애착수준이 높을수록 가족 간 의사소통이 원활해지고, 이것이 결국 인터넷 중독과 스마트폰 중독의 수준을 감소시킨다는 것을 알 수 있다. 부모를 포함한 가족 구성원 전체의 역할에 주목한 연구도 수행되었다[31][32]. [32]의 연구 결과에서 가족기능성은 학교적응에는 긍정적인 영향을 미치는 반면, 스마트폰 중독에는 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이러한 연구결과들은 부모의 역할, 부모와 자녀 간 관계가 스마트폰 중독, 스마트폰 이용으로 인한 부작용을 완화시킨다는 논의를 뒷받침한다. 이러한 논의를 바

탕으로 선행연구들은 부모의 미디어 이용 중재가 자녀의 미디어 이용에 미치는 영향에 대한 연구를 진행하였다. [33]은 부모들의 텔레비전 시청 중재 유형이 자녀가 주목하고 선호하는 콘텐츠의 종류, 이용 방식에 영향을 준다고 밝혔다. 그리고 [34]는 부모의 중재 유형(적극적 중재, 공동 이용, 기술적 중재, 소극적 중재)에 따라 자녀의 인터넷 중독 경향성에 차이를 보임을 살펴보았다. 이는 청소년의 스마트폰 이용에 대한 부모의 중재가 어떤 효과를 갖는지, 더 나아가 중재 유형에 따른 효과의 차이를 살피는 데 중요한 단초를 제공한다.

II. 연구방법

1. 연구대상 및 자료수집 방법

본 연구는 2015년 8월 한 주 동안 마크로밀 엠브레인의 패널 집단을 이용해 온라인 설문조사를 실시하였다. 조사회사의 패널 중 설문에 참여한 표본추출은 성별, 스마트폰 이용에 따른 할당 표집을 기본으로 임의 선택의 과정을 거쳤고, 중·고등학교에 재학 중인 13~18세 최종 402명의 응답을 분석에 사용했다.

2. 표본의 인구사회학적 특성

표본의 인구사회학적 분포는 남학생 168명, 여학생 234명으로 설문을 비교적 균등하게 할당했고, 응답자의 평균 연령은 16.56세였다[표 1].

표 1. 표본의 인구사회학적 변인의 분포 요약

구분	빈도	백분율 (%)	누적 백분율 (%)
성별	남학생	168	41.8
	여학생	234	58.2
	합계	402	100.0
연령	13세	4	1.0
	14세	23	5.7
	15세	79	19.7
	16세	58	14.4
	17세	114	28.4
	18세	124	30.8
합계	402	100.0	-

3. 변인의 측정

3.1 청소년의 일상생활 스트레스

청소년이 일상생활에서 받는 스트레스를 측정하기 위해서 [35]가 개발한 청소년 스트레스 척도(adolescent stress questionnaire, ASQ)를 사용하였다. ASQ 척도는 총 21문항으로 가정생활(home life)의 스트레스를 측정하는 7문항, 학업 스트레스 6문항, 또래 집단 간 스트레스 2문항, 미래에 대한 불확실성 3문항, 그리고 여가 부족에 대한 스트레스 3문항으로 구성되어 있다. 본 연구는 이 중 19개 문항을 선택하여 각 문항에 대한 경험을 5점 리커트 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)로 측정하고, 베리맥스 회전방법을 사용한 주성분 분석을 실시했다. 요인분석 결과, 가족 간 갈등(M=2.50, SD=1.14, Cronbach's α =0.864), 여가부족(M=3.11, SD=0.11, Cronbach's α =0.794), 학업(M=3.19, SD=0.50, Cronbach's α =0.731), 미래에 대한 부담감(M=3.74, SD=0.26, Cronbach's α =0.783), 친구관계(M=2.83, SD=0.41, Cronbach's α =0.611)의 5가지 요인이 추출되었다[표 2].

표 2. 청소년의 스트레스 주성분 요인분석 결과

문항	성분				
	1	2	3	4	5
요인1: 가족 간 갈등					
가족 간에 다툼이 많다	0.779	0.094	-0.097	0.137	0.228
부모님이 자주 다투신다	0.668	-0.006	-0.119	-0.031	0.404
나와 어머니 사이에 의견 충돌이 있다	0.763	-0.035	0.116	0.081	0.141
나와 아버지 사이에 의견 충돌이 있다	0.765	0.058	0.088	-0.017	0.182
부모님이 나를 이해해 주시지 않는 것 같다	0.765	0.019	0.244	0.042	0.031
부모님이 나에게 거는 기대가 부담스럽다	0.577	0.198	0.277	0.174	-0.291
부모님이 나에게 잔소리를 많이 하신다	0.724	0.086	0.230	0.148	-0.103
요인2: 여가부족					
놀 시간이 부족하다	0.060	0.753	0.037	0.285	0.100
과제가 너무 많다	0.049	0.806	0.153	0.073	0.139
자유 시간이 부족하다	0.081	0.865	0.113	0.077	0.003
요인 3: 학업					
이해가 잘 안되는 과목들을 공부해야 하는 것이 힘들다	0.171	0.106	0.772	0.159	-0.035

학교 공부를 따라가기가 쉽지 않다	0.148	0.022	0.762	0.073	0.247
내가 흥미없는 과목들을 공부해야 하는 것이 힘들다	0.012	0.179	0.612	0.268	0.310
요인 4: 미래에 대한 부담감					
공부에 대한 압박감을 자주 느낀다	0.041	0.310	0.352	0.608	0.088
미래에 대한 걱정을 자주 한다	0.115	0.090	0.064	0.865	0.181
미래의 직업이나 진학에 대한 결정을 해야 한다는 부담감이 있다	0.122	0.134	0.145	0.836	0.027
요인5: 친구관계					
친구를 사이에서 소외되지 않아야 한다는 압박감을 느낀다	0.132	0.131	0.291	0.357	0.575
나와 친구들 사이에 의견 충돌이 종종 있다	0.236	0.147	0.153	0.104	0.670
Eigen-value	3.994	2.297	2.265	2.233	1.393
분산설명력	21.020	12.090	11.920	11.755	7.331
Cronbach's α	0.864	0.794	0.731	0.783	0.611

3.2 스마트폰 이용

청소년 스마트폰 이용은 스마트폰 이용 목적 및 중독 정도로 나누어 측정하였다. 스마트폰 이용 목적은 스마트폰 개별 이용행위에 대한 사용 빈도를 5점 리커트 척도(1=거의 이용하지 않는다, 5=매우 자주 이용한다)로 응답하게 하였고, 뉴스검색, 웹서핑, 게임, 동영상, 모바일 인스턴트 메신저, 소셜네트워크사이트 등 10개의 개별 이용행위를 포함하였다. 이용 목적 분류를 위해 베리맥스 회전방법을 사용한 주성분 분석을 실시한 결과, 게임, 동영상 시청, 음악청취를 포함한 '오락적 이용'(M=4.06, SD=0.40, Cronbach's α =0.844), 뉴스검색, 쇼핑정보, 웹서핑을 포함한 '정보적 이용'(M=3.57, SD=0.47, Cronbach's α =0.644), 모바일 인스턴트메신저, 소셜네트워크사이트, 문자, 통화를 포함한 '커뮤니케이션'(M=4.05, SD=0.52, Cronbach's α =0.704) 등 세 가지 요인이 추출되었다.

청소년의 스마트폰 중독 정도는 [36]이 개발한 휴대 전화 중독 척도(Mobile Phone Addiction Scale, MPAS) 문항을 차용하여 측정하였다. "스마트폰을 쓰면서도 조금만 더 쓰고 싶다는 생각을 한다," "스마트폰을 쓰는 시간을 줄이려고 해봤지만, 잘 되지 않는다," "스마트폰

을 쓰다가 밤잠을 설친 적이 있다," 등 10개 문항에 대해 5점 리커트 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)로 응답하게 하였다. 중독정도를 지수로 나타내기 위하여 10개 문항의 값을 모두 합산하여 분석에 이용하였다(M=30.00, SD=8.23, Cronbach's α =0.884).

3.3 부모 중재

청소년 스마트폰 이용에 대한 부모 중재(parental mediation)를 측정하기 위해 [37]이 청소년 인터넷 이용에 대한 부모 중재 연구에서 활용한 4개 문항을 스마트폰 이용에 맞게 수정, 차용하였다. '인터넷 이용시간 제한(time limits)', '웹 사이트 이용 제한(web site restriction)', '웹 사이트 추천(web site recommendation)', '함께 사용(co-using)' 항목을 '스마트폰 이용시간 제한'(M=2.09, SD=1.05), '이용 앱 제한'(M=1.53, SD=0.89), '이용 앱 추천'(M=1.49, SD=0.85), '스마트폰 이용에 대한 부모 참여'(M=1.99, SD=1.05)로 수정, 5점 리커트 척도(1=거의 하지 않으신다, 5=매우 자주 하신다)로 측정하였다.

3.4 학업장애

학업장애(academic impairment)는 [38]이 실시한 인터넷 이용이 학업에 미치는 영향에 관한 연구에서 차용하여 측정하였다. "귀하의 학교 공부가 스마트폰 사용으로 인해 얼마나 방해받습니까?"에 대한 동의 정도를 5점 리커트 척도(1=거의 방해받지 않는다고 생각한다, 5=매우 자주 방해받는다고 생각한다)로 응답하게 하였다(M=2.67, SD=1.27).

IV. 연구결과

1. 학업장애에 영향을 미치는 요인

<연구문제 1>은 청소년의 일상생활 스트레스, 스마트폰 이용, 부모 중재가 학업장애에 어떠한 영향을 미치는지 살펴보고자 하였다. 이를 위해, 청소년이 경험하는 다섯 가지 유형의 스트레스와 스마트폰의 오락적 이용, 정보적 이용, 커뮤니케이션 및 스마트폰 중독지수,

그리고 네 가지 유형의 부모 중재를 독립변인으로 한 위계적 회귀분석을 실시하였다. [표 3]의 모형 2에 나타난 바와 같이 가족 간 갈등과 학업, 그리고 미래에 대한 부담감이 청소년의 스마트폰 학업장애에 영향을 미치는 유의한 변인인 것으로 나타났다. 모형 3에 투입된 스마트폰 이용의 목적 중에서는 오락적 이용이 학업장애와 정적관계를 보였고, 모형 4에서 볼 수 있듯이 스마트폰 중독 지수가 높은 청소년들이 학업장애를 경험하는 것으로 나타났다. 모형 5에 투입된 부모 중재의 네 가지 유형 중에서는 스마트폰 이용시간을 제한하는 것과 유익한 앱을 추천하는 것이 학업장애에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 부모가 스마트폰 이용시간을 제한할수록 오히려 학업에 더 큰 지장을 받으며, 유익한 앱을 추천할수록 학업장애 점수가 낮아지는 것을 확인할 수 있었다.

표 3. 학업장애에 영향을 미치는 요인

구분	스마트폰으로 인한 학업장애 정도				
	모형1	모형2	모형3	모형4	모형5
(상수)					
인구사회학적 속성					
성별	-0.17**	-0.13**	-0.11*	-0.10*	-0.10*
연령	-0.02	-0.04	-0.03	-0.03	-0.01
총소득	0.17**	0.20***	0.18***	0.17***	0.14**
ΔR ²	0.057				
스트레스					
가족 간 갈등		0.10*	0.10*	0.10	0.02
여가부족		-0.02	-0.03	-0.01	-0.01
학업		0.22***	0.22***	0.19***	0.19***
미래 압박감		0.12*	0.10 ⁺	0.10 ⁺	0.10 ⁺
친구관계		0.05	0.06	0.06	0.04
ΔR ²	0.124				
스마트폰 이용					
오락적 이용			0.15**	0.12*	0.10 ⁺
정보적 이용			0.06	0.05	0.07 ⁺
커뮤니케이션			-0.01	-0.03	-0.03
ΔR ²	0.028				
스마트폰 중독					
스마트폰 중독				0.18***	0.17***
ΔR ²	0.027				
부모 중재					
이용시간 제한					0.24***
이용 앱 제한					0.10 ⁺
앱 추천					-0.09 ⁺
함께 사용					-0.03
ΔR ²	0.055				
총R²	0.291				

2. 부모 중재가 스마트폰 이용에 미치는 영향

<연구문제 2>는 청소년 스마트폰 이용에 대한 부모 중재가 스마트폰 이용에 어떠한 영향을 미치는지 살펴 보기 위해 설계되었다. 이를 위해 부모 중재의 네 가지 유형을 독립변인으로 한 위계적 회귀분석을 실시하였다[표 4]. 세 가지 목적의 스마트폰 이용에 대해서는 부모가 이용시간을 제한할수록 오락적 이용이 오히려 증가하였고, 이용하는 앱을 제한할수록 정보적 이용이 감소하는 것으로 나타났다. 그리고 부모가 청소년 자녀의 스마트폰 이용에 함께 참여할수록 커뮤니케이션을 위한 스마트폰 이용은 증가한다는 것을 알 수 있었다. 스마트폰 중독에 있어서 부모 중재의 효과는 이용시간이나 사용 앱을 제한할수록 오히려 중독지수가 더 높아졌고, 앱을 추천하는 방식의 부모 중재는 스마트폰 중독 지수를 감소시킬 수 있음을 알 수 있었다.

표 4. 부모 중재가 스마트폰 이용에 미치는 영향

구분	스마트폰 이용			스마트폰 중독
	오락적 이용	정보적 이용	커뮤니케이션	
모델 1				
(상수)				
성별	-0.12*	0.00	-0.14**	-0.19***
연령	-0.08 ⁺	0.10 ⁺	-0.13*	0.01
총소득	0.04	0.14**	0.01	0.14**
ΔR ²	0.023	0.028	0.033	0.055
모델 2				
(상수)				
성별	-0.11*	0.01	-0.13**	-0.17***
연령	-0.07	0.09 ⁺	-0.12*	0.07
총소득	0.04	0.15**	-0.00	0.10*
이용시간 제한	0.15*	0.04	-0.00	0.32***
이용 앱 제한	-0.07	-0.16**	0.02	0.11*
앱 추천	-0.03	0.03	0.03	-0.14**
함께 사용	0.02	0.08	0.10 ⁺	0.01
ΔR ²	0.017	0.023	0.014	0.148
총 R²	0.039	0.051	0.047	0.189

V. 결론 및 의의

본 연구는 청소년의 일상 스트레스와 스마트폰 이용과 학업장애와의 관련성을 살펴보고, 스마트폰 이용에

대한 부모 중재 효과를 파악하였다. <연구문제 1>과 관련하여 청소년의 가족 간 갈등, 학업, 미래에 대한 부담감으로 인한 스트레스가 스마트폰 이용으로 인한 학업장애에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 동영상·음악·게임 등 오락적 이용을 많이 할수록, 스마트폰 중독 지수가 높을수록 학업장애 수준이 높은 것으로 나타났다. 부모 중재의 경우, 스마트폰 사용 시간 제한과 앱 제한과 같이 사용을 제한하는 유형의 관여는 오히려 학업장애를 부추기는 것으로 나타났던 반면, 앱 추천은 학업장애 수준을 감소시킨다는 것을 알 수 있었다. <연구문제 2>에서 탐색한 스마트폰 이용에 대한 부모 중재의 효과는 중재 유형에 따라 상이한 것으로 나타났다. 시간 제한이 오락적 이용을 증가시키고, 앱 제한은 정보적 이용을 감소시키며, 함께 사용하는 것은 커뮤니케이션 이용을 증가시키는 것으로 나타났다. 부모 중재 유형과 스마트폰 중독지수 간 연관성을 분석한 결과, 시간과 앱을 제한하는 방식의 관여가 중독지수를 상승시켰다면, 앱을 추천하는 관여는 중독지수를 감소시키는 효과가 있었다.

본 연구는 청소년의 스마트폰 이용이 학업장애의 원인이 될 것이라는 사회적 논의를 실증하였다는 데 의의가 있다. 그동안 스마트폰 중독이 중·고등학생의 학업성취도에 미치는 부작용은 스마트폰 이용의 유해성으로 꾸준히 지적되어 왔다[39]. 이러한 문제의식은 주로 청소년의 인식, 가령 청소년의 53.4%가 스마트폰 이용이 학업에 지장을 준다고 응답하였다는 조사결과에 근거한다[3]. 본 연구는 단순히 청소년의 인식만을 살피지 않고, 오락적 목적의 스마트폰 이용이 학업에 지장을 주며, 스마트폰 중독지수가 높은 청소년일수록 학업장애 수준 역시 높다는 구체적인 분석결과를 통해 사회적 논의를 뒷받침한다.

둘째, 청소년이 전형적으로 경험하는 일상적 스트레스의 유형을 살펴보고, 이러한 스트레스가 스마트폰으로 인한 학업장애에 미치는 영향을 분석하였다는 점에서 선행 연구와의 차별성을 담보한다. 아동 및 청소년의 일상적 스트레스가 인터넷 중독과 밀접한 연관성을 가진다는 결과는 선행 연구에서 밝혀진 바가 있으나(예: [19][40][41]), 청소년의 일상적 스트레스를 유형화

하고 스트레스의 유형과 스마트폰으로 인한 학업장애 간의 연관성을 살핀 연구는 수행되지 않았다. 본 연구는 청소년 스마트폰 이용의 유해성을 중독에서 학업 문제로 확장시켜 스마트폰 중독, 스마트폰 이용에 따른 학업 문제에 영향을 주는 스트레스 유형을 규명, 이에 대한 차별화된 부모 개입의 필요성을 제안한다.

셋째, 본 연구는 청소년의 스마트폰 이용과 관련하여 부모 중재 변인에 주목하였다는 점에서 특이점을 갖는다. 부모의 양육 태도나 가족 기능성, 부모에 대한 애착이 스마트폰 중독에 미치는 영향에 대한 연구는 다수 연구자에 의해 수행되어 왔다(예: [28][32][44]). 그러나 부모 중재를 유형화하고, 각 유형이 스마트폰 중독과 학업문제에 미치는 영향을 살핀 연구는 찾아보기 어렵다. 본 연구는 스마트폰 이용에 있어 부모 중재의 유형을 구체화하여 자녀의 스마트폰 이용으로 인한 부작용을 해소할 수 있는 효율적인 대안을 제시한다는 데 의의가 있다.

그럼에도 불구하고 본 연구는 몇 가지 한계점을 가진다. 본 연구에서는 위계적 회귀분석방법을 통해 학업장애의 예측 요인으로서 스마트폰 이용 목적, 중독 정도, 청소년의 일상적 스트레스, 부모 중재 변인의 영향력을 제시하였다. 하지만 이러한 결과로 변인 간의 인과관계를 설명하기는 어렵다는 점에서 연구의 제한점이 있다. 따라서 후속 연구에서는 잠재변인 간 가설적 인과관계를 밝히는 데 적합하다고 논의[45]되는 구조방정식 모형을 적용하여 학업장애와 예측 요인 간 관계를 파악하는 분석이 이루어져야 할 것이다. 구조방정식 모형은 매개변인의 유의성 검증이 용이하기 때문에[46], 스마트폰 이용과 학업장애의 매개변인으로써 부모 중재 변인의 유의성을 분석하는 데에도 의미가 있을 것이다.

또한 후후 연구에서는 부모 중재의 유형과 스마트폰 이용, 학업장애 변인들 간의 연관성에 영향을 미칠 수 있는 개인의 심리적 변인들을 고려하는 통합적 접근이 이루어질 필요가 있다. [44]는 부모의 긍정적 양육태도와 스마트폰 중독 간의 부적 상관관계 이면에 자아존중감이라는 매개변인이 있음을 밝혔다. 즉, 부모의 양육태도가 수용적이고 자율적일 때 청소년의 자아존중감이 높아지고, 그것이 스마트폰 중독 감소로 이어진다는 것

이다. 따라서 부모 중재와 스마트폰 이용, 학업장애 간 관계에 영향을 주는 가의변인을 고려할 필요가 있다. 가령, 본 연구에서는 부모 중재와 학업장애를 각각 독립변인과 종속변인으로 설정하였는데, 학업장애는 부모 중재의 영향을 받는 대상이 될 수도 있지만, 부모 중재에 선행하는 변인으로 기능할 수도 있다. 후속 연구에서는 연구문제를 구성하는 각 변인의 관계에 대해 보다 구체화된 분석을 수행함으로써 영향의 방향성을 명확히 제시할 필요가 있다.

이러한 제한점에도 불구하고, 본 연구의 결과는 청소년의 스마트폰 중독 및 스마트폰으로 인한 학업장애 문제를 개선시키기 위한 부모개입의 방향을 제시한다는 점에서 의의가 있다. 선행 연구에서는 가족기능성과 부모의 긍정적인 양육태도가 스마트폰 중독을 완화시키는 보호요인으로 작용할 수 있음을 알 수 있다[32][44]. 본 연구에서 제시한 청소년의 스마트폰 이용에 대한 부모의 긍정적 방식의 개입 효과는 부모의 수용적이고 자율적인 양육태도를 강조한다는 점에서 기존 연구의 결과와 궤를 같이 한다고 할 수 있겠다. 따라서 학업장애의 원인을 스트레스와 스마트폰 이용과 연관시켜 살펴보고, 스마트폰 중독 예방 및 해소방안으로서 부모의 역할에 대해 제시한 본 연구는 스마트폰 중독 예방 프로그램이나 청소년의 스트레스 극복 프로그램 개발 과정에서 유용한 근거를 제시할 것으로 기대된다.

참 고 문 헌

[1] 김동일, 이윤희, 이주영, 김명찬, 금창민, 남지은, 강은비, 정여주, “미디어 이용 대체 보완과 중독: 청소년과 성인의 인터넷 및 스마트폰 사용 형태를 중심으로,” 청소년상담연구, 제20권, 제1호, pp.71-88, 2012.

[2] 김윤화, “어린이, 청소년 휴대폰 보유 및 이용 행태 분석,” KISDISTAT Report, 제15권, 제18호, 2015.

[3] 한국정보화진흥원, 2014년 인터넷중독 실태 조사 결과, 2015.

[4] 황경혜, 유양숙, 조옥희, “대학생의 스마트폰 중독 사용 정도에 따른 상지통증, 불안, 우울 및 대인관

계,” 한국콘텐츠학회논문지, 제12권, 제10호, pp.365-375, 2012.

[5] J. K. Bae and H. M. Jeong, “An empirical study on the determinants factors by including functional attributes for smart phone adoption,” The E-business Studies, Vol.9, pp.337-361, 2008.

[6] 박미숙, 구자경, “중학생의 학업 스트레스와 휴대폰 중독의 관계: 가족기능의 조절효과를 중심으로,” 상담학연구, 제13권, 제4호, pp.2001-2015, 2012.

[7] 김영미, “부모-자녀 간 의사소통과 스트레스 대처가 청소년 스마트폰 중독에 미치는 영향: 자기통제력의 매개효과를 중심으로,” 한국자치행정학보, 제29권, 제1호, pp.223-242, 2015.

[8] 윤미애, 중학생의 스마트폰 중독 경향성이 학업성취도에 미치는 영향, 배재대학교 교육대학원, 석사학위논문, 2013.

[9] 이수정, “초등학생의 스마트폰 중독 실태 및 위험 분석,” 한국정보교육학회 논문지, 제18권, 제2호, 2014.

[10] 김혜주, 청소년의 스마트폰 중독이 사회성 발달 및 학교적응에 미치는 영향, 호남대학교 일반대학원, 석사학위논문, 2012.

[11] 박두환, 백지숙, “청소년 스마트폰 이용자 유형에 따른 스마트폰 중독과 학교적응: 스마트폰 이용 동기를 기반으로,” 청소년시설환경, 제12권, 제3호, pp.37-47, 2014.

[12] 양일영, 이수영, “이용동기에 기반한 스마트폰 초기 이용자 유형에 관한 탐색적 연구,” 한국언론학보, 제55권, 제1호, pp.109-139, 2011.

[13] 김기순, 신선순, “청소년이 지각한 스트레스가 학교생활 적응에 미치는 영향,” 교육종합연구소, 제9권, 제3호, pp.94-111, 2011.

[14] 박은혜, 강현아, “청소년의 스트레스 대처방식이 학교적응에 미치는 영향: 휴대전화 중독적 사용의 매개효과를 중심으로,” 한국청소년복지학회, 제16권, 제4호, pp.225-246, 2014.

[15] 여성가족부, 2015 청소년백서, 2015.

[16] R. S. Lazarus and S. Folkman, *Stress, appraisal and coping*, New York: Springer, 1984.

- [17] 강만식, 최혜경, 이선화, “중학생의 일상 스트레스와 스트레스 대처방식이 학교적응에 미치는 영향,” 사회과학연구, 제24권, 제4호, pp.23-43, 2013.
- [18] 정승현, 심미영, “청소년의 스트레스가 학교적응에 미치는 영향과 사회적 지지의 매개효과,” 한국콘텐츠학회논문지, 제14권, 제9호, pp.275-284, 2014.
- [19] 박지은, 최연희, “청소년의 스트레스, 사회적지지 및 충동성이 인터넷 중독에 미치는 영향,” 재활간호학회지, 제14권, 제2호, pp.145-152, 2011.
- [20] 이상택, *중학생의 스트레스 요인과 대처방식이 우울에 미치는 영향*, 계명대학교 교육대학원, 석사학위논문, 2001.
- [21] 김성경, “고등학생의 일상생활 스트레스가 심리 사회적 적응에 미치는 영향 연구: 보호 요인의 조절 효과를 중심으로,” 청소년학연구, 제15권, 제1호, pp.381-406, 2007.
- [22] 정동화, “대학생의 생활스트레스와 그에 따른 불안 및 우울에 대한 스트레스 대처의 효과,” 교육문제연구, 제33호, pp.221-244, 2009.
- [23] 김명식, “청소년의 지각된 스트레스와 우울이 학교적응에 미치는 영향,” 한국심리치료학회지, 제1권, 제2호, pp.53-67, 2009.
- [24] 김정현, 김성벽, 정인경, “청소년의 학업 스트레스가 학교생활적응에 미치는 영향: 스트레스 대처의 매개효과를 중심으로,” 한국청소년연구, 통권, 제75호, pp.241-269, 2014.
- [25] 이수진, 문혁준, “부모-자녀 간 의사소통과 스트레스 대처가 청소년 스마트폰 중독에 미치는 영향: 자기통제력의 매개효과를 중심으로,” 한국생활과학회지, 제22권, 제6호, pp.587-598, 2013.
- [26] 황승일, *청소년의 스마트폰 중독에 영향을 미치는 생태체계변인에 관한 연구*, 조선대학교 일반대학원, 석사학위논문, 2013.
- [27] 김효성, 서미아, “청소년의 부모애착 및 가족식에 대한 인식 및 태도가 스마트폰 중독에 미치는 영향,” 한국컴퓨터게임학회논문지, 제27권, 제3호, pp.101-111, 2014.
- [28] 오현희, 김현진, “중고등학생이 지각하는 부모 애착과 인터넷 및 스마트폰 중독의 관계에서 가족의사소통의 매개효과 분석,” 한국청소년연구, 제25권, 제4호, pp.35-57, 2014.
- [29] 신현숙, 구본용, “청소년의 스트레스 대처방식과 적응과의 관계,” 청소년 상담연구, 제9권, 제1호, pp.189-225, 2001.
- [30] 최정곤, *청소년의 자아개념, 스트레스와 비행*, 한양대학교 교육대학원, 석사학위논문, 1997.
- [31] N. W. Ackermann, *Treating the troubled family*, New York: Basic Books, 1966.
- [32] 고재수, “가족기능성과 학교적응유연성의 관계에서 청소년 스마트폰 중독의 매개효과 검증,” 한국콘텐츠학회논문지, 제14권, 제6호, pp.140-151, 2014.
- [33] E. W. Austin et al., “How and why parents take on the tube,” *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, Vol.43, No.2, pp.175-192, 1999.
- [34] 이숙경, 전소현, “인터넷 중독에 대한 부모 중재 효과,” 한국방송학보, 제24권, 제6호, pp.289-322, 2010.
- [35] D. G. Byrne, S. C. Davenport, and J. Mazanov, “Profiles of adolescent stress: The development of the adolescent stress questionnaire(ASQ),” *Journal of Adolescent*, Vol.30, No.3, pp.393-416, 2007.
- [36] F. Hong, S. Chiu, and D. Huang, “A model of the relationship between psychological characteristics, mobile phone addiction and use of mobile phones by Taiwanese university female students,” *Computers in Human Behavior*, Vol.28, pp.2152-2159, 2012.
- [37] S. Lee and Y. Chae, “Children’s Internet use in a family context: Influence on family relationships and parental mediation,” *Cyber Psychology & Behavior*, Vol.10, No.5, pp.640-644, 2007.
- [38] R. W. Kubey, M. J. Lavin, and J. R. Barrows, “Internet use and collegiate academic

performance decrements: Early findings,”
Journal of Communication, Vol.51, No.2,
pp.366-382, 2001.

- [39] 한국교육개발원, *스마트폰 · 인터넷 중독 예방*, CRM 2013-136, 2013.
- [40] J. Suler, Computer and cyberspace addiction, <http://www.rider.edu/users/suler/psycyber/cyba/ddict.html>, 1996.
- [41] 아영아, 정원철, “청소년의 학업 및 가족갈등 스트레스가 인터넷 중독에 미치는 영향: 스트레스 대처능력의 조절효과를 중심으로,” *청소년복지연구*, 제12권, 제4호, pp.257-277, 2010.
- [42] 정진영, 하정희, “일상적 스트레스와 정서표현이 초등학교 고학년 학생들의 스마트폰 중독에 미치는 영향,” *가족과 상담*, 제3권, 제1호, pp.61-77, 2013.
- [43] 이영선 외, “청소년의 스마트폰 사용에 대한 인식 연구: 중고생 이용자의 FGI를 중심으로,” *청소년상담연구*, 제21권, 제1호, pp.43-66, 2013.
- [44] 문두식, 최은실, “부모의 양육태도가 청소년의 스마트폰 중독에 미치는 영향: 청소년 자아존중감의 매개효과,” *청소년학연구*, 제22권, 제1호, pp.213-236, 2015.
- [45] 김진호, 홍세희, 추병대, “경영학 연구에서의 구조방정식 모형의 적용: 문헌연구와 비판,” *경영학연구*, 제36권, 제4호, pp.897-923, 2007.
- [46] 김주환, 김민규, 홍세희, *구조방정식모형으로 논문쓰기*, 커뮤니케이션북스, 2009.

오 하 영(Hayoung Oh)

정회원



- 2015년 8월 : 숙명여자대학교 정보방송학과(언론학 박사)
- 2011년 3월 ~ 현재 : 숙명여자대학교 미디어학부 강사

<관심분야> : 스마트 미디어 이용, 방송 영상 콘텐츠 이용 및 정책

저 자 소 개

박 남 수(Namsu Park)

정회원



- 2010년 5월 : The University of Texas at Austin, Department of Radio-TV-Film (PhD)
- 2011년 3월 ~ 현재 : 건국대학교 신문방송학과 연구전임교수

<관심분야> : 소셜네트워크, 디지털 격차, 모바일 기술