한국보육지원학회지 제14권 제5호
Korean J of Childcare & Education
https://doi.org/10.14698/jkcce.2018.14.05.117 2018, Vol. 14, No. 5, pp. 117-136

어머니의 양육행동과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계에서 유아의 자기조절능력의 매개적 역할

The Mediating Roles of Preschoolers' Self-regulation in the Relationship Between Maternal Parenting Behaviors and Preschoolers' Excessive Immersion in Smartphones

박보경[1] 박남심[2]

Bokyung Park[1] Nam-Shim Park[2]

ABSTRACT

Objective: This study examined the mediating roles of preschoolers' self-regulation in the relationship between maternal parenting behaviors and preschoolers' excessive immersion in smartphones.

Methods: A total of 268 mothers of preschoolers responded to questionnaires on three research variables. Data were analyzed by correlation analyses and regression analyses.

Results: First, maternal warmth/encouragement was negatively related to preschoolers' excessive immersion in smartphones, while maternal overprotectiveness/permission and rejection/neglect were positively related to preschoolers' excessive immersion in smartphones. Second, maternal warmth/encouragement and limit setting were positively linked to preschoolers' self-regulation, but maternal overprotectiveness/permission and rejection/neglect were negatively linked to preschoolers' self-regulation. Third, preschoolers' self-regulation was negatively associated with their excessive immersion in smartphones. Finally, preschoolers' self-regulation fully mediated the relationship between maternal warmth/encouragement and preschoolers' excessive immersion in smartphones, and preschoolers' self-regulation partially mediated the relationship between maternal overprotectiveness/permission, rejection/neglect and preschoolers' excessive immersion in smartphones.

Conclusion/Implications: The results of this study suggest that positive maternal parenting behaviors and preschoolers' effective self-regulation are important in order to decrease preschoolers' smartphone overuse. These findings provide empirical evidence to develop programs for prevention and intervention of preschoolers' smartphone addiction.

key words maternal parenting behaviors, self-regulation, excessive immersion in smartphones, preschooler

[1] **제1저자**
경민대학교 아동보육과 조교수

[2] **교신저자**
수원대학교 아동가족복지학과 박사과정
(e-mail : hayoung-sky@hanmail.net)

Ⅰ. 서 론

우리의 삶 가운데 스마트폰의 사용이 보편화되면서 2010년 이후부터 스마트폰 과몰입이나 중독에 대해 연구자들이 관심을 갖기 시작하였다. 이에 대한 국내외 연구들은 주로 대학생이나 청소년을 대상으로 하여 활발히 이루어졌다. 국외의 경우 아동이나 유아를 대상으로 한 연구들이 아직까지는 매우 드문 편이나, 국내에서는 최근 들어 스마트폰 이용자의 연령이 하향화되는 실정에 맞춰 아동이나 유아를 대상으로 한 연구들도 점차 증가하고 있다. 예를 들어, 스마트폰을 처음 사용하는 시기는 만 2-3세가 가장 높은 비율을 차지하였으며(김민석, 문혁준, 2015), 유아는 주로 스마트폰을 통해 게임을 하거나 동영상을 시청하는 것으로 보고된다(김현수, 이미연, 2017; Genc, 2014; McCloskey et al., 2018). 유아의 스마트폰 과몰입에 대한 선행 연구들에 의하면, 스마트폰을 과다하게 사용하는 유아는 스마트폰을 사용하지 않는 유아보다 기억과 추론 능력에서 낮은 점수를 받았고(전초원, 성현란, 2017), 스마트폰의 사용 빈도가 높거나 사용 시간이 긴 유아는 정서조절이나 주의집중에 어려움을 경험하였으며(김정겸, 강영식, 2016), 스마트폰에 의존하는 정도가 높은 유아는 적대·공격성, 걱정・불안, 과잉행동・산만과 같은 문제행동을 더 많이 나타내었다(조경서, 김은주, 2016; Cho & Lee, 2017). 또한, 스마트폰 게임에 과몰입하는 유아의 경우 친사회적 행동은 덜 보이고 문제행동은 더 많이 보였으며(조정진, 조안나, 2015), 컴퓨터, 게임기, 스마트폰, TV 등 스마트미디어를 이용하는 정도가 높은 유아는 수면시간이 짧고 놀이성이 낮은 것으로 보고되었다(김윤나, 박희숙, 2016; 이종은, 김지윤, 박은혜, 강현아, 2017). 이를 통해 유아의 스마트폰 과다사용이 유아의 신체, 인지, 정서, 사회성 등 전반적인 발달에 부정적 영향을 미침을 알 수 있으며, 이에 유아의 스마트폰 과몰입에 대해 더 많은 학문적 관심이 필요하겠다.

유아의 스마트폰 과몰입에 영향을 미치는 선행 요인들과 관련하여, 선행 연구들은 유아에게 가장 가까운 환경인 부모의 영향력에 많은 관심을 가져왔다. 몇몇 연구들은 아버지와 관련하여 아버지의 양육참여(김민석, 문혁준, 2015; 오윤경, 이미현, 최혜순, 2016)가 미치는 영향에 대해 연구하기도 하였으나, 대부분의 연구들은 어머니와 관련된 변인들을 중심으로 연구가 이루어졌다. 구체적으로 어머니의 스마트폰 의존성 또는 중독 경향성(권미영, 정윤주, 2018; 김민석, 문혁준, 2015; 김민희, 2015; 조경서, 김은주, 2016; 조윤미, 이형선, 2016), 양육효능감(권미영, 정윤주, 2018), 양육스트레스(권미경, 박현숙, 유주희, 한경옥, 2016), 양육행동(권미경 등, 2016; 권미영, 정윤주, 2018; 김민희, 2015; 남경희, 2018), 미디어에 대한 중재 역할(남경희, 2018), 역할지능(김민석, 문혁준, 2015), 어머니-자녀 간 애착안정성(김송이, 김현수, 2016) 등이 유아의 스마트폰 사용에 미치는 영향에 대해 연구되었다.

자녀의 발달 및 적응에 대해 연구할 때 연구자들은 자녀와 함께 많은 시간을 보내며 주양육자로서 주로 자녀를 양육하는 어머니의 양육행동에 커다란 관심을 보여왔으며, 이는 유아의 스마트폰 과몰입에 대한 연구들에서도 마찬가지이다. 특히 유아기는 발달단계 특성상 주양육자의 양육에 의해 커다란 영향을 받을 수 있는 시기이므로, 어머니의 양육행동은 유아의 스마트폰 과몰입을 예측하는 중요한 선행 요인으로 작용하리라 짐작해볼 수 있다. 어머니의 양육행동과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계에 대해 살펴본 선행 연구들에 의하면, 어머니가 온정・격려, 애

정, 반응성, 한계설정, 합리적 지도 등과 같은 양육행동을 많이 보일수록 유아는 스마트폰에 과몰입되는 경향이 낮았으며(권미경 등, 2016; 권미영, 정윤주, 2018; 김민희, 2015; 남경희, 2018), 어머니가 과보호・허용과 같은 양육행동을 많이 보일수록 유아는 스마트폰에 과몰입되는 경향이 높았다(권미영, 정윤주, 2018; 김민희, 2015; 남경희, 2018). 한편, 어머니의 거부・방임과 관련해서는 연구결과들이 서로 일치하지 않는데, 어머니의 거부・방임이 유아의 스마트폰 과몰입과 정적 상관을 나타내었다는 연구결과(남경희, 2018)도 보고되는 반면, 어머니의 거부・방임이 유아의 스마트폰 의존 정도와 유의한 상관이 발견되지 않았다는 연구결과들(권미영, 정윤주, 2018; 김민희, 2015)도 보고되어 양자 간의 관계를 명확히 확인해볼 필요가 있다. 어머니의 양육행동의 상대적 영향력을 살펴본 연구에 의하면, 어머니의 양육행동 가운데 특히 과보호・허용이 유아의 스마트폰 과몰입에 가장 커다란 영향을 미치는 것으로 나타났다(남경희, 2018). 또한, 권미영과 정윤주(2018)는 어머니의 스마트폰 의존 정도를 통제한 후에도 어머니의 양육행동이 유아의 스마트폰 의존 정도에 영향을 미침을 확인하였다. 한편, 유아를 대상으로 한 선행 연구들과 유사한 연구결과들이 학령기 아동이나 청소년을 대상으로 한 선행 연구들에서도 보고되었는데, 부모가 애정을 덜 보이거나 심리적 통제를 많이 보일수록 학령기 아동은 휴대폰이나 스마트폰에 더 많이 의존하였으며(유숙경, 김진숙, 박영진, 2018; Lee et al., 2016), 부모가 과잉기대나 과잉간섭, 방임, 심리적 학대 등을 많이 보일수록 청소년은 높은 수준의 스마트폰 중독을 나타내었다(박가화, 이지민, 2018; Kwak, Kim, & Yoon, 2018; Sun, Liu, & Yu, 2019).

앞서 언급한 부모의 특성 외에도, 유아의 개인 내적 특성 역시 유아의 스마트폰 과몰입에 영향을 미치는 것으로 보고된다. 예를 들어, 유아의 기질(권미경 등, 2016; 김송이, 김현수, 2016; 김현수, 이미연, 2017), 자기조절능력(김민희, 2015; 조윤미, 이형선, 2016), 실행기능(박라진, 박혜원, 2016), 자아탄력성(반하라, 신나리, 2017) 등이 유아의 스마트폰 사용에 영향을 주는 것으로 나타났다. 이때 유아의 기질적 특성 중 자극을 추구하는 기질을 지닌 유아(김송이, 김현수, 2016; 김현수, 이미연, 2017) 또는 실행기능이 낮은 유아(박라진, 박혜원, 2016)가 스마트폰을 과다하게 사용하였다는 연구결과들은 유아의 자기조절능력이 스마트폰 과몰입과 관련될 수 있음을 예측하게 한다. 자기조절능력은 충동이나 즉각적 만족을 억제하고 상황에 적절하게 자신의 행동을 조절하고 통제하는 능력을 의미하며, 유아기에 그 기초가 형성되어진다. 이러한 자기조절능력은 유아가 스마트폰의 사용을 중단하기를 힘들어하고 스마트폰을 끊임없이 사용하고자 하며 이에 지나치게 몰입하는 행동을 잘 설명해줄 수 있으리라 사료된다. 실제로 두 변인 간의 관계를 살펴본 선행 연구들에서는 자기조절을 잘하지 못하는 유아가 스마트폰에 대해 높은 중독 경향성을 나타내었으며(조윤미, 이형선, 2016), 스마트폰과 태블릿 PC 등 스마트기기를 보다 많이 이용하는 것으로 나타났다(김민희, 2015). 하지만 이처럼 유아의 자기조절능력과 스마트폰 과몰입 간의 관계를 살펴본 연구들은 아직 그 수가 많지 않은 실정이며, 주로 청소년이나 대학생을 중심으로 자기조절능력 또는 자기통제력과 스마트폰 중독 간의 부적 관련성이 보고되었다(김남선, 이규은, 2012; 이수진, 문혁준, 2013; 진미령, 신성만, 2016; Gökçearslan, Mumcu, Haşlaman, & Çevik, 2016). 뿐만 아니라, 유아의 자기조절능력과 스마트폰 중독 간에 유의한 상관을 밝히지 못한 연구(임경심, 김수향, 홍혜경, 2014)도 보고되어 그 연구결과들이 일치하지 않으므로, 양자 간

의 관계를 보다 명확히 하기 위해 이에 대한 연구가 요구된다.

본 연구는 이상에서 살펴본 것과 같이 개인 외적 특성 중 어머니의 양육행동과 개인 내적 특성 중 유아의 자기조절능력이 유아의 스마트폰 과몰입에 영향을 미치리라 가정하고 있는데, 다수의 선행 연구들은 어머니의 양육행동과 유아의 자기조절능력 간에도 밀접한 관련성이 있음을 보고하고 있다. 구체적으로 어머니가 온정·격려, 애정, 반응성, 한계설정, 합리적 지도, 논리적 설명, 독립성 지향 등과 같은 긍정적 양육행동을 많이 보일수록 유아는 높은 자기조절능력을 나타내었다(김리진, 정옥분, 2012; 김민희, 2015; 김영옥, 홍지명, 김세루, 김권일, 2008; 박경선, 문혁준, 2014; 이연실, 2010; 이정미, 김진경, 2017; 이화선, 손수민, 2017; 장영숙, 2009; 조영숙, 이양희, 2009; 조유나, 최윤이, 2010; 채경진, 유연옥, 2015; Choe, Olson, & Sameroff, 2013; Suchodoletz, Trommsdorff, & Heikamp, 2011). 반면, 어머니가 강압적 처벌, 통제, 과보호·허용, 거부·방임 등과 같은 부정적 양육행동을 많이 보일수록 유아는 낮은 자기조절능력을 나타내었다(김민희, 2015; 박경선, 문혁준, 2014; 이정미, 김진경, 2017; 장영숙, 2009; 채경진, 유연옥, 2015; Colman, Hardy, Albert, Raffaelli, & Crockett, 2006; Karreman, van Tuijl, van Aken, & Dekovic, 2006). 유아를 대상으로 한 연구들과 마찬가지로, 학령기 아동이나 청소년을 대상으로 한 연구들에서도 어머니의 민주적, 애정적, 반응적, 자율적 양육행동은 자녀의 자기조절능력에 정적 영향을, 권위주의적 양육행동은 부적 영향을 미치는 것으로 보고된다(김영선, 이숙, 2013; 김정희, 안귀여루, 2013; Heimpel, Qian, & Song, 2018). 뿐만 아니라 어머니의 양육행동과 자녀의 자기조절능력 간의 관계는 종단적 연구를 통해서도 밝혀졌는데, 유아기 때 어머니의 온정은 학령기 아동의 높은 자기조절능력을 예측한 한편, 유아기 때 어머니의 신체적 처벌은 학령기 아동의 낮은 자기조절능력을 예측하였다(Colman et al., 2006). 이와 같이 선행 연구들은 대체로 두 변인 간 관계를 일관되게 보고하고 있어, 이러한 연구결과들을 기초로 어머니의 긍정적 양육행동과 유아의 자기조절능력 간에는 정적 관련성을, 어머니의 부정적 양육행동과 유아의 자기조절능력 간에는 부적 관련성을 예측할 수 있다.

이처럼 어머니의 양육행동과 유아의 스마트폰 과몰입, 유아의 자기조절능력과 스마트폰 과몰입, 어머니의 양육행동과 유아의 자기조절능력 간에 서로 관련성이 있음에도 불구하고, 세 변인 간의 관계를 다룬 선행 연구(김민희, 2015)는 각 변인들 간의 관계와 상대적 영향력만을 살펴보는 것에 그치고 있어, 본 연구는 어머니의 양육행동과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계에서 유아의 자기조절능력이 매개적 역할을 하는지를 탐색해보고자 하였다. 비록 유아를 대상으로 한 선행 연구는 발견되지 않으나, 청소년이나 대학생을 대상으로 해서는 유사한 연구들이 이미 시행된 바 있다. 예를 들어, 애정, 합리적 설명, 감독 등과 같은 부모의 긍정적 양육태도 또는 과잉간섭, 과잉기대, 비일관성 등과 같은 부모의 부정적 양육태도는 고등학생의 자기통제력을 매개로 스마트폰 중독에 영향을 미쳤으며(진은희, 이경순, 2017), 부모의 과보호적 양육태도는 대학생의 자기통제력을 통해 스마트폰 중독에 영향을 주었다(김병년, 최홍일, 2013). 이와 같은 청소년이나 대학생을 대상으로 한 선행 연구결과들을 기초로, 본 연구는 유아의 경우에도 유아의 자기조절능력이 매개적 역할을 하리라 기대한다. 본 연구는 아버지와 어머니를 모두 포함하여 부모의 양육행동에 대해 다룬 선행 연구들(김병년, 최홍일, 2013; 진은희, 이경순, 2017)과 달리 주

양육자인 어머니의 양육행동에 초점을 두어, 어머니의 양육행동과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계를 유아의 자기조절능력이 매개하는지를 살펴보았다.

종합하면, 본 연구는 유아와 그들의 어머니를 대상으로 유아의 스마트폰 과몰입이 개인 외적 특성인 어머니의 양육행동과 개인 내적 특성인 유아의 자기조절능력에 의해 어떻게 발달하는지를 확인하고자 하였다. 이를 위해 어머니의 양육행동, 유아의 자기조절능력 및 스마트폰 과몰입 간의 각각의 관계를 먼저 살펴본 후, 유아의 자기조절능력이 어머니의 양육행동과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계를 매개하는지에 대해 알아보았다.

연구문제 1. 어머니의 양육행동, 유아의 자기조절능력 및 스마트폰 과몰입 간에는 어떠한 관계가 있는가?

연구문제 2. 어머니의 양육행동과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계에서 유아의 자기조절능력은 매개적 역할을 하는가?

Ⅱ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 수도권에 소재한 어린이집 또는 유치원에 재원 중인 만 3～6세 유아 268명과 그들의 어머니들을 대상으로 하였으며, 연구대상의 사회인구학적 특성은 표 1과 같다. 먼저 유아의 특성에 대해 살펴보면, 성별은 남아가 125명(46.6%), 여아가 143명(53.4%)이었고, 연령은 만 3세가 57명(21.3%), 만 4세가 88명(32.8%), 만 5세가 78명(29.1%), 만 6세가 45명(16.8%)이었으며, 출생순위는 첫째가 150명(56.0%), 둘째가 101명(37.7%), 셋째가 15명(5.6%), 넷째 이상이 2명(0.7%)이었다. 다음으로 어머니의 특성에 대해 살펴보면, 연령은 35～39세가 116명(43.3%), 40～44세가 74명(27.6%) 순이었고, 교육수준은 4년제 대학 졸업이 122명(45.5%), 전문대학 졸업이 78명(29.1%) 순이었으며, 직업은 전업주부가 115명(42.9%)으로 가장 많았고 그 다음은 전문직이 53명(19.8%), 사무직이 34명(12.7%)이었다. 가정의 월소득은 600만원 이상이 58명(21.6%)으로 가장 높은 비율을 차지하였고, 그 다음은 400～500만원 미만이 53명(19.8%)이었다.

2. 조사도구

본 연구의 조사도구는 어머니의 양육행동, 유아의 자기조절능력 및 스마트폰 과몰입을 측정하기 위한 3가지 척도로 이루어졌으며, 모두 어머니 보고로 측정되었다. 각 척도는 ‘거의 그렇지 않다’, ‘그렇지 않은 편이다’, ‘그런 편이다’, ‘매우 그렇다’의 Likert식 4점 척도로 구성되어 있다.

1) 어머니의 양육행동

어머니의 양육행동을 측정하기 위해 박주희(2001)의 척도를 사용하였다. 이는 총 34문항으로,

표 1. 연구대상의 사회인구학적 특성 (*N* = 268)

변인	빈도	(%)	변인	빈도	(%)
유아의 성별			어머니의 교육수준		
남아	125	(46.6)	고등학교 졸업	50	(18.7)
여아	143	(53.4)	전문대학 졸업	78	(29.1)
유아의 연령			4년제 대학 졸업	122	(45.5)
만 3세	57	(21.3)	대학원 졸업 이상	18	(6.7)
만 4세	88	(32.8)	어머니의 직업		
만 5세	78	(29.1)	전업주부	115	(42.9)
만 6세	45	(16.8)	판매 및 서비스직	18	(6.7)
유아의 출생순위			사무직	34	(12.7)
첫째	150	(56.0)	전문직	53	(19.8)
둘째	101	(37.7)	공무원	16	(6.0)
셋째	15	(5.6)	생산 및 제조업직	5	(1.9)
넷째 이상	2	(.7)	기타	27	(10.1)
어머니의 연령			가정의 월소득		
30세 미만	4	(1.5)	200만원 미만	15	(5.6)
30~34세	61	(22.8)	200~300만원 미만	51	(19.0)
35~39세	116	(43.3)	300~400만원 미만	51	(19.0)
40~44세	74	(27.6)	400~500만원 미만	53	(19.8)
45세 이상	13	(4.9)	500~600만원 미만	38	(14.2)
			600만원 이상	58	(21.6)
			무응답	2	(.7)

온정・격려(11문항), 한계설정(8문항), 과보호・허용(7문항), 거부・방임(8문항)의 4가지 하위요인으로 구성되어 있다. 각 하위요인에 대해 살펴보면, 온정・격려는 자녀를 수용하며 자녀에게 애정을 표현하거나 적절한 도움을 주고 자녀가 스스로 할 수 있도록 기다려주며 격려하는 양육행동을 의미하며, '나는 아이에게 뽀뽀하기나 안아주기와 같은 애정표현을 많이 한다', '나는 아이가 스스로 결정할 수 있는 기회를 항상 준다' 등의 문항이 포함된다. 한계설정은 일상생활 가운데 자녀에게 규칙을 제공하고 이를 지킬 수 있도록 돕는 양육행동을 의미하며, '나는 아이가 정해진 시간에만 텔레비전을 보게 한다', '나는 아이가 놀고 난 후에 장난감을 스스로 정리하게 한다' 등의 문항이 포함된다. 과보호・허용은 자녀의 요구에 대해 무조건적으로 수용하며 자녀를 적절하게 통제하지 못하는 양육행동을 의미하며, '나는 아이가 무엇을 하든지 무조건 해주려고 한다', '나는 야단치다가도 아이가 울면 중단하고 얼른 달래준다' 등의 문항이 포함된다. 거부・방임은 자녀에게 화를 내거나 큰소리를 치며 자녀가 어머니의 의견에 따르도록 하거나 자녀를 혼자서 놀도록 내버려두는 양육행동을 의미하며, '나는 아이가 조금만 잘못해도 금방 화를 낸다', '나는 아이가 혼자서 놀게 내버려둔다' 등의 문항이 포함된다. 점수가 높을수록 어머니가 각각의 양육행동을 더 많이 나타냄을 의미하며, 어머니의 양육행동의 Cronbach's α는 온정・격려가 .79, 한계설정이 .64, 과보호・허용이 .72, 거부・방임이 .71이었다.

2) 유아의 자기조절능력

유아의 자기조절능력을 측정하기 위해 이정란(2003)이 개발한 척도를 수정, 보완한 한은애(2013)의 척도를 사용하였다. 이는 총 31문항으로, 자기평가(5문항), 자기결정(9문항), 행동억제(10문항), 정서성(7문항)의 4가지 하위요인으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 유아의 전반적인 자기조절능력을 파악하기 위해 한은애(2013)에 기초하여 방향성이 다른 문항들을 역채점한 후 전체 문항의 평균을 구하여 분석하였다. 유아의 자기조절능력을 측정하기 위한 문항에는 '자신이 할 수 있는 것과 할 수 없는 것을 구별하여 언어로 표현하는 편이다', '자신이 계획한 일이 있을 경우 끝까지 완성하는 편이다', '위험한 행동을 하려고 할 때 하지 말라고 하면 억제하는 편이다', '어떤 일이나 놀이를 할 때 순서를 기다리기 힘들어하는 편이다' 등이 포함된다. 점수가 높을수록 유아의 자기조절능력이 높음을 의미하며, 유아의 자기조절능력의 Cronbach's α는 .91이었다.

3) 유아의 스마트폰 과몰입

유아의 스마트폰 과몰입을 측정하기 위해 윤태정(2015)의 척도를 사용하였다. 이는 총 22문항으로, 크게 스마트폰 과몰입 증상(17문항)과 스마트폰 사용환경(5문항)으로 구성되어 있다. 스마트폰 사용환경은 '아이가 울면 달래기 위해 스마트폰을 준다', '가족 중에 스마트폰을 과도하게 오래 또는 많이 사용하는 사람이 있다'와 같이 유아의 주변 환경에 대한 내용을 다루고 있으므로, 본 연구에서는 이를 제외하고 스마트폰 과몰입 증상에 대한 17문항만을 사용하였다. 예를 들어, '스마트폰을 할 때, 아이를 불러도 소리를 잘 듣지 못한다', '아이가 스마트폰을 멈추지 못하고 화장실에도 스마트폰을 가지고 간다', '스마트폰 이용 이후, 아이가 평소에도 흥분된 감정표현을 조절하지 못하거나 욕설, 때리기 등과 같은 공격적인 행동이 눈에 띄게 드러난다' 등의 문항이 포함된다. 점수가 높을수록 유아의 스마트폰 과몰입 정도가 높음을 의미하며, 유아의 스마트폰 과몰입의 Cronbach's α는 .94이었다.

3. 연구절차 및 자료분석

본 연구는 수도권에 소재한 어린이집 6곳과 유치원 1곳을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 연구자가 어린이집과 유치원 기관장에게 전화 또는 방문하여 연구의 취지에 대해 설명한 후, 기관장의 승인 하에 유아의 어머니들에게 설문지를 배포하였다. 총 400부의 설문지를 배포하여 285부를 회수하였으며, 불성실하게 응답하였거나 자녀의 연령이 만 3~6세 유아가 아닌 경우 등 부적절한 설문지 17부를 제외하고 268부의 설문지를 본 연구의 분석에 사용하였다.

수집된 자료는 SPSS 18.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 먼저 연구대상의 사회인구학적 특성을 살펴보기 위해 빈도와 백분율을 산출하였고, 조사도구의 신뢰도를 확인하기 위해 Cronbach's α를 산출하였다. 다음으로 어머니의 양육행동, 유아의 자기조절능력 및 스마트폰 과몰입의 일반적 경향을 알아보기 위해 평균과 표준편차, 최소값, 최대값 등을 산출하였으며, 세 연구변인들 간의 관계를 살펴보기 위해 상관관계를 산출하였다. 마지막으로 어머니의 양육행동과 유아의 스

마트폰 과몰입 간의 관계에서 유아의 자기조절능력이 매개적 역할을 하는지를 알아보기 위해 Baron과 Kenny(1986)의 세 단계 접근 모형에 근거하여 회귀분석을 실시한 후, Sobel test를 통해 매개효과의 유의성을 검증하였다.

Ⅲ. 결과 및 해석

1. 어머니의 양육행동, 유아의 자기조절능력 및 스마트폰 과몰입 간의 관계

어머니의 양육행동, 유아의 자기조절능력 및 스마트폰 과몰입 간의 관계를 살펴보기에 앞서, 세 연구변인들의 평균과 표준편차, 최소값, 최대값 등을 산출하였다(표 2). 어머니의 양육행동의 평균을 고려할 때 어머니는 온정・격려(M = 3.09, SD = 0.30)나 한계설정(M = 2.81, SD = 0.36)과 같은 긍정적 양육행동을 과보호・허용(M = 2.01, SD = 0.43)이나 거부・방임(M = 2.25, SD = 0.40)과 같은 부정적 양육행동보다 유아에게 많이 나타낸다고 지각하였다. 유아의 자기조절능력의 경우 평균은 2.77(SD = 0.36)이고 최소값은 1.58, 최대값은 4.00이며, 유아의 스마트폰 과몰입의 경우 평균은 1.84(SD = 0.54)이고 최소값은 1.00, 최대값은 3.47이었다.

표 2. 어머니의 양육행동, 유아의 자기조절능력 및 스마트폰 과몰입 간의 관계 (N = 268)

	1	2	3	4	5	6
어머니의 양육행동						
1. 온정・격려	-					
2. 한계설정	.39***	-				
3. 과보호・허용	-.20**	-.11	-			
4. 거부・방임	-.51***	-.09	.38***	-		
5. 유아의 자기조절능력	.49***	.27***	-.19**	-.44***	-	
6. 유아의 스마트폰 과몰입	-.24***	-.09	.48***	.33***	-.36***	-
M	3.09	2.81	2.01	2.25	2.77	1.84
SD	.30	.36	.43	.40	.36	.54
최소값	2.18	1.50	1.00	1.00	1.58	1.00
최대값	4.00	3.75	3.29	3.50	4.00	3.47

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

이와 더불어, 세 연구변인들 간의 관계를 알아보기 위해 상관관계를 산출하였다(표 2). 첫째, 어머니의 양육행동과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계에 대해 살펴보면, 어머니의 온정・격려(r = -.24, p < .001)는 유아의 스마트폰 과몰입과 부적 상관을, 과보호・허용(r = .48, p < .001), 거부・방임(r = .33, p < .001)은 유아의 스마트폰 과몰입과 정적 상관을 나타내었다. 즉, 어머니가 유아에게 온정・격려하는 양육행동을 많이 보일수록 유아는 스마트폰에 덜 몰입하며, 과보호・

허용, 거부・방임하는 양육행동을 많이 보일수록 유아는 스마트폰에 더 몰입하는 경향이 있었다. 한편, 어머니의 한계설정은 유아의 스마트폰 과몰입과 유의한 상관이 나타나지 않았다(r = -.09, p > .05). 둘째, 어머니의 양육행동과 유아의 자기조절능력 간의 관계에 대해 살펴보면, 어머니의 온정・격려(r = .49, p < .001), 한계설정(r = .27, p < .001)은 유아의 자기조절능력과 정적 상관을, 과보호・허용(r = -.19, p < .01), 거부・방임(r = -.44, p < .001)은 유아의 자기조절능력과 부적 상관을 나타내었다. 즉, 어머니가 유아에게 온정・격려, 한계설정과 같은 양육행동을 많이 보일수록 유아는 높은 자기조절능력을 나타내는 반면, 과보호・허용, 거부・방임과 같은 양육행동을 많이 보일수록 유아는 낮은 자기조절능력을 나타내는 경향이 있었다. 셋째, 유아의 자기조절능력과 스마트폰 과몰입 간의 관계에 대해 살펴보면, 유아의 자기조절능력은 스마트폰 과몰입과 부적 상관을 나타내었다(r = -.36, p < .001). 즉, 자기조절능력이 낮을수록 유아는 스마트폰에 더 몰입하는 경향이 있었다.

2. 어머니의 양육행동과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계에서 유아의 자기조절능력의 매개적 역할

유아의 자기조절능력이 어머니의 양육행동과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계를 매개하는지를 알아보기 위해 Baron과 Kenny(1986)가 제시한 세 단계 접근 모형을 기초로 회귀분석을 실시하였다. 첫 번째 모형에서는 독립변인이 매개변인에 미치는 영향을 살펴보았고, 두 번째 모형에서는 독립변인이 종속변인에 미치는 영향을 살펴보았으며, 세 번째 모형에서는 독립변인과 매개변인이 동시에 종속변인에 미치는 영향을 살펴보았다. 이 때 매개변인은 종속변인에 유의한 영향을 미쳐야 하며, 독립변인이 종속변인에 미치는 영향은 이전 모형보다 감소하거나 사라져야 한다. 이와 같이 Baron과 Kenny(1986)가 제시한 세 단계 접근 모형을 살펴보기 위해서는 독립변인, 매개변인, 종속변인 간에 서로 유의한 상관이 있어야 한다. 본 연구에서는 어머니의 온정・격려와 유아의 자기조절능력 및 스마트폰 과몰입 간의 관계, 어머니의 과보호・허용과 유아의 자기조절능력 및 스마트폰 과몰입 간의 관계, 어머니의 거부・방임과 유아의 자기조절능력 및 스마트폰 과몰입 간의 관계가 이러한 조건에 부합하여, 다음의 세 가지 경우에 대해 유아의 자기조절능력의 매개적 역할을 분석하였다.

1) 어머니의 온정·격려와 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계에서 유아의 자기조절능력의 매개적 역할

유아의 자기조절능력이 어머니의 양육행동 가운데 온정・격려와 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계를 매개하는지를 살펴보았다(표 3). 첫 번째 모형에서 어머니의 온정・격려는 유아의 자기조절능력에 정적으로 유의한 영향을 미쳤으며(β = .49, p < .001), 두 번째 모형에서 어머니의 온정・격려는 유아의 스마트폰 과몰입에 부적으로 유의한 영향을 미쳤다(β = -.24, p < .001). 세 번째 모형에서 유아의 자기조절능력은 스마트폰 과몰입에 부적으로 유의한 영향을 미쳤으나(β = -.32, p < .001), 어머니의 온정・격려가 유아의 스마트폰 과몰입에 미치는 영향은 더 이상 유의하지 않았다(β = -.24, p < .001 → β = -.08, p > .05). Sobel test를 실시한 결과 매개효과는 유의

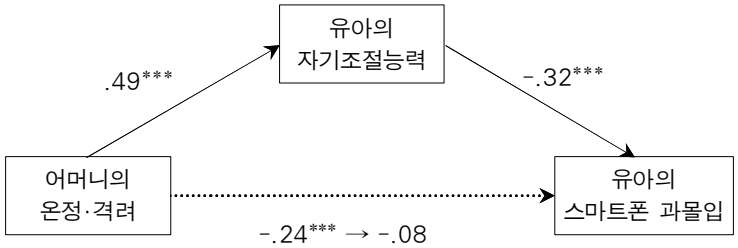
하여(z = -4.27, p < .001), 어머니의 온정・격려와 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계를 유아의 자기조절능력이 완전 매개하는 것으로 나타났다(그림 1). 즉, 어머니가 온정・격려하는 양육행동을 많이 보일수록 유아는 높은 자기조절능력을 나타내었으며, 이는 유아가 스마트폰에 덜 몰입하는 것으로 연결되었다.

표 3. 어머니의 양육행동과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계에서 유아의 자기조절능력의 매개적 역할

(N = 268)

모형	독립변인		종속변인	β	F	R^2	z
1	어머니의 온정・격려	→	유아의 자기조절능력	.49***	82.14***	.24	-4.27***
2	어머니의 온정・격려	→	유아의 스마트폰 과몰입	-.24***	15.88***	.06	
3	어머니의 온정・격려	→	유아의 스마트폰 과몰입	-.08	20.30***	.13	
	유아의 자기조절능력			-.32***			
1	어머니의 과보호・허용	→	유아의 자기조절능력	-.19**	9.87**	.04	2.71**
2	어머니의 과보호・허용	→	유아의 스마트폰 과몰입	.48***	79.71***	.23	
3	어머니의 과보호・허용	→	유아의 스마트폰 과몰입	.43***	57.91***	.30	
	유아의 자기조절능력			-.28***			
1	어머니의 거부・방임	→	유아의 자기조절능력	-.44***	64.58***	.20	3.74***
2	어머니의 거부・방임	→	유아의 스마트폰 과몰입	.33***	31.57***	.11	
3	어머니의 거부・방임	→	유아의 스마트폰 과몰입	.21**	25.72***	.16	
	유아의 자기조절능력			-.27***			

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



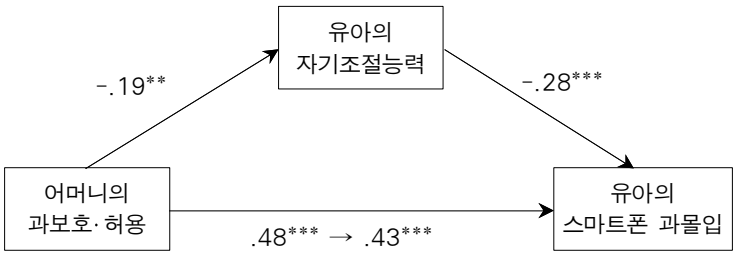
***p < .001.

그림 1. 어머니의 온정·격려와 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계에서 유아의 자기조절능력의 매개적 역할

2) 어머니의 과보호·허용과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계에서 유아의 자기조절능력의 매개적 역할

유아의 자기조절능력이 어머니의 양육행동 가운데 과보호・허용과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계를 매개하는지를 살펴보았다(표 3). 첫 번째 모형에서 어머니의 과보호・허용은 유아의 자기조절능력에 부적으로 유의한 영향을 미쳤으며(β = -.19, p < .01), 두 번째 모형에서 어머니의 과보호・허용은 유아의 스마트폰 과몰입에 정적으로 유의한 영향을 미쳤다(β = .48, p < .001). 세 번째 모형에서 유아의 자기조절능력은 스마트폰 과몰입에 부적으로 유의한 영향을 미

쳤으며(β = -.28, p < .001), 어머니의 과보호・허용이 유아의 스마트폰 과몰입에 미치는 영향은 이전 모형보다 감소되었다(β = .48, p < .001 → β = .43, p < .001). Sobel test를 실시한 결과 매개효과는 유의하여(z = 2.71, p < .01), 어머니의 과보호・허용과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계를 유아의 자기조절능력이 부분 매개하는 것으로 나타났다(그림 2). 즉, 어머니가 과보호・허용하는 양육행동을 많이 보일수록 유아는 스마트폰에 더 몰입하였을 뿐만 아니라 과보호・허용하는 어머니의 유아는 낮은 자기조절능력을 나타내었고 이는 유아가 스마트폰에 몰입하는 것으로 이어졌다.

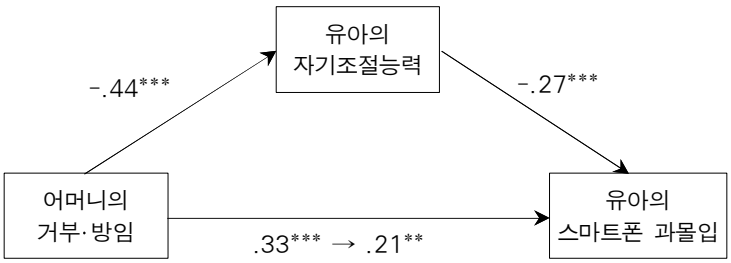


**p < .01, ***p < .001.

그림 2. 어머니의 과보호·허용과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계에서 유아의 자기조절능력의 매개적 역할

3) 어머니의 거부·방임과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계에서 유아의 자기조절능력의 매개적 역할

유아의 자기조절능력이 어머니의 양육행동 가운데 거부・방임과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계를 매개하는지를 살펴보았다(표 3). 첫 번째 모형에서 어머니의 거부・방임은 유아의 자기조절능력에 부적으로 유의한 영향을 미쳤으며(β = -.44, p < .001), 두 번째 모형에서 어머니의 거부・방임은 유아의 스마트폰 과몰입에 정적으로 유의한 영향을 미쳤다(β = .33, p < .001). 세 번째 모형에서 유아의 자기조절능력은 스마트폰 과몰입에 부적으로 유의한 영향을 미쳤으며(β = -.27, p < .001), 어머니의 거부・방임이 유아의 스마트폰 과몰입에 미치는 영향은 이전 모형보다 감소되었다(β = .33, p < .001 → β = .21, p < .01). Sobel test를 실시한 결과 매개효과는 유의하여(z = 3.74, p < .001), 어머니의 거부・방임과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계를 유아의 자기조절능력이 부



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

그림 3. 어머니의 거부·방임과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계에서 유아의 자기조절능력의 매개적 역할

분 매개하는 것으로 나타났다(그림 3). 즉, 어머니가 거부・방임하는 양육행동을 많이 보일수록 유아는 스마트폰에 더 몰입하였다. 또한, 거부・방임하는 어머니의 유아는 낮은 자기조절능력을 나타내었고 이는 유아가 스마트폰에 몰입하는 것으로 연결되었다.

Ⅳ. 논의 및 결론

본 연구는 유아와 그들의 어머니를 대상으로 하여 어머니의 양육행동, 유아의 자기조절능력 및 스마트폰 과몰입 간의 관계에 대해 알아본 후, 세 연구변인들 간의 밀접한 관련성을 토대로 유아의 자기조절능력이 어머니의 양육행동과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계에서 매개적 역할을 하는지를 살펴보았다. 본 연구의 주요 연구결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 어머니의 양육행동과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계와 관련하여, 어머니가 유아에게 온정・격려를 덜 보일수록, 과보호・허용이나 거부・방임을 더 보일수록 유아는 스마트폰에 보다 많이 몰입하는 경향이 있었다. 이러한 결과는 어머니의 양육행동 가운데 온정・격려와 유아의 스마트폰 과몰입 간의 부적 상관과 과보호・허용과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 정적 상관을 보고한 선행 연구들(권미영, 정윤주, 2018; 김민희, 2015; 남경희, 2018)과 일치한다. 한편, 어머니의 거부・방임과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계를 살펴본 선행 연구들에서는 서로 일치하지 않는 연구결과들이 보고되었는데, 본 연구는 어머니의 거부・방임과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 정적 상관을 밝힌 남경희(2018)의 연구결과를 지지한다. 또한, 이는 어머니의 거부와 유아의 인터넷 게임 중독 경향성 가운데 금단과 정서경험 간의 정적 상관을 발견한 김지현(2010)의 연구결과와도 유사한 맥락이다. 본 연구의 결과는 온정・격려와 같은 어머니의 긍정적 양육행동이 유아의 스마트폰 과몰입을 감소시킬 수 있는 반면, 과보호・허용 및 거부・방임과 같은 어머니의 부정적 양육행동이 유아의 스마트폰 과몰입을 증가시킬 수 있음을 시사한다. 유아의 스마트폰 과몰입에 대해 연구한 선행 연구들이 보고한 것처럼 유아의 스마트폰 과다사용은 신체, 인지, 정서, 사회성 발달을 비롯한 유아의 전반적 발달에 부정적 영향을 미칠 수 있으므로(김정겸, 강영식, 2016; 이종은 등, 2017; 전초원, 성현란, 2017; 조경서, 김은주, 2016), 어머니들은 이에 대한 경각심을 가지고 유아에게 과보호・허용이나 거부・방임과 같은 부적절한 양육행동을 보이는 것을 지양하고 온정・격려와 같은 보다 적절한 양육행동을 더 많이 보이도록 노력할 필요가 있다. 뿐만 아니라, 유아기 자녀를 둔 어머니를 대상으로 하는 부모교육 프로그램에서는 최근 유아의 스마트폰 이용이 점차 증가하고 있는 현실을 반영하여 스마트폰 과다사용이 유아의 발달에 미치는 부정적 영향에 대한 정보를 제공하고 유아의 스마트폰 과몰입을 예방하기 위한 바람직한 자녀양육방법을 제시해주는 것이 필요하다.

둘째, 어머니의 양육행동과 유아의 자기조절능력 간의 관계와 관련하여, 어머니가 유아에게 온정・격려나 한계설정을 더 많이 나타낼수록, 과보호・허용이나 거부・방임을 덜 나타낼수록 유아는 높은 수준의 자기조절능력을 보이는 경향이 있었다. 이는 어머니의 양육행동 가운데 온

정 · 격려(김민희, 2015; 채경진, 유연옥, 2015; Choe et al., 2013; Suchodoletz et al., 2011), 애정(김영옥 등, 2008; 이화선, 손수민, 2017), 한계설정(김민희, 2015; 김영옥 등, 2008; 이화선, 손수민, 2017; 채경진, 유연옥, 2015)과 유아의 자기조절능력 간의 정적 상관을, 과보호 · 허용(김민희, 2015; 채경진, 유연옥, 2015), 거부 · 방임(박경선, 문혁준, 2014; 장영숙, 2009; 채경진, 유연옥, 2015)과 유아의 자기조절능력 간의 부적 상관을 보고한 선행 연구들과 동일한 맥락이다. 본 연구는 이미 다수의 선행 연구들을 통해 밝혀진 것처럼 유아의 자기조절능력 발달을 위해 어머니의 양육행동이 중요함을 강조한다. 유아의 높은 자기조절능력은 사회적 능력(이유진, 2016a)이나 사회적 유능성(김수미, 최진아, 2015; Russell, Lee, Spieker, & Oxford, 2016), 또래 상호작용(남궁령, 2014), 유아교육기관 적응(박경선, 문혁준, 2014; Garner & Waajid, 2012) 등에 긍정적 영향을 미치는 한편, 공격성(윤진주, 강신영, 이복주, 2005)이나 문제행동(송주연, 장미연, 2014; Choe et al., 2013; Lonigan et al., 2017; Willoughby, Kupersmidt, Voegler-Lee, & Bryant, 2011) 등을 감소시키는 것으로 나타나, 유아의 사회적 적응에 중요한 개인 내적 특성임을 알 수 있다. 이에 어머니들은 유아의 자기조절능력을 향상시키기 위하여 유아가 스스로 할 수 있도록 따뜻하게 격려하며 유아가 정해진 규칙을 지킬 수 있도록 돕는 양육행동을 보여야 한다. 반면, 어머니들은 유아가 원하는 대로 무조건 허용하거나 유아에게 화를 내며 자신의 의견에 따르도록 요구하거나 유아에게 무관심한 양육행동을 보이지 않도록 주의해야 한다.

셋째, 유아의 자기조절능력과 스마트폰 과몰입 간의 관계와 관련하여, 자기조절능력이 낮을수록 유아는 스마트폰에 보다 더 몰입하는 경향이 있었다. 아직까지 유아의 자기조절능력과 스마트폰 과몰입 간의 관련성을 살펴본 선행 연구들이 많지 않은 실정이나, 이에 대해 살펴본 몇몇 연구들은 본 연구의 결과와 마찬가지로 낮은 자기조절능력을 지닌 유아가 스마트폰 중독 경향성이 높고(조윤미, 이형선, 2016), 스마트폰이나 태블릿 PC 등 스마트기기를 과다하게 이용하는 것을 확인하였다(김민희, 2015). 유아의 자기조절능력은 스마트폰 과몰입 뿐만 아니라 게임 중독에도 영향을 미치는 것으로 보고되는데, 자기조절능력이 부족한 유아는 스마트폰, 컴퓨터, 오락기기 등을 이용한 게임에 더 많이 몰입하였다(김경희, 정지나, 2014; 이유진, 2016b). 본 연구의 결과와 선행 연구들의 결과를 종합해보면, 유아의 자기조절능력은 유아가 스마트폰을 비롯한 컴퓨터, 오락기기 등을 적절하게 사용하는 생활습관을 형성하는 데 중요한 능력임을 알 수 있다. 따라서 부모는 유아가 충동을 억제하고 스스로 자신의 행동이나 정서를 조절하고 통제할 수 있는 능력을 기를 수 있도록 보다 많은 관심을 가져야 할 것이다.

넷째, 어머니의 양육행동과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계에서 유아의 자기조절능력의 매개적 역할과 관련하여, 유아의 자기조절능력은 어머니의 온정 · 격려와 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계를 완전 매개하였으며, 어머니의 과보호 · 허용 및 거부 · 방임과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계를 부분 매개하였다. 이처럼 어머니의 양육행동과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계에서 유아의 자기조절능력의 매개적 역할을 밝힌 본 연구결과는 청소년이나 대학생을 대상으로 한 선행 연구결과들과 유사하다. 구체적으로 부모의 긍정적 또는 부정적 양육태도는 청소년의 자기통제력을 통해 스마트폰 중독에 간접적으로 영향을 주었고(진은희, 이경순, 2017), 부모의 과보호적 양육태도는 대학생의 자기통제력을 매개로 스마트폰 중독에 영향을 미쳤다(김병년,

최홍일, 2013). 본 연구는 청소년이나 대학생을 대상으로 실시된 선행 연구들을 보다 확장하여, 보다 어린 유아의 경우에도 자기조절능력이 어머니의 양육행동과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계를 매개함을 발견하였다. 이러한 결과는 자녀가 스마트폰을 과다하게 사용하는 것을 막기 위해 부모가 자녀의 자기조절능력에 관심을 갖고 이를 어렸을 때부터 키워줄 필요가 있음을 시사한다. 다시 말해, 자녀의 스마트폰 사용을 지도할 때 부모는 높은 온정・격려, 낮은 과보호・허용 및 거부・방임 등과 같은 바람직한 양육행동을 통해 자녀가 스스로 만족을 지연하고 계획에 따라 행동하는 능력을 향상시킴으로써 궁극적으로는 자녀가 이러한 자기조절능력을 발휘하여 일상생활 중에 스마트폰을 과다하게 이용하지 않도록 도와주어야 하겠다.

자기조절능력의 매개적 역할에 대해 보다 구체적으로 살펴보면, 청소년(진은희, 이경순, 2017)이나 대학생(김병년, 최홍일, 2013)을 대상으로 한 선행 연구들에서는 청소년 또는 대학생의 자기통제력이 부모의 양육태도와 스마트폰 중독 간의 관계를 완전 매개하는 것으로 보고되었으나, 유아를 대상으로 한 본 연구에서는 유아의 자기조절능력이 어머니의 온정・격려와 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계는 완전 매개하는 한편, 어머니의 과보호・허용 및 거부・방임과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계는 부분 매개하는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과의 차이는 청소년이나 대학생의 경우 스마트폰 과다사용이 스스로 자기 자신을 통제하는 능력에 의해 영향을 많이 받을 수 있으나, 유아의 경우 발달단계상 양육자의 양육을 통해 자신의 행동을 통제하는 능력을 내면화시키는 시기이므로 그 이후 시기보다 어머니의 양육행동의 영향력이 클 수 있음을 의미한다. 또한, 본 연구의 결과에서 어머니의 온정・격려는 유아의 자기조절능력과 동시에 고려했을 때 그 영향력이 사라져 유아의 자기조절능력이 완전 매개하는 것으로 나타난 반면, 어머니의 과보호・허용 및 거부・방임은 유아의 자기조절능력과 동시에 고려했을 때에도 계속적으로 유아의 스마트폰 과몰입에 유의한 영향을 미쳐 유아의 자기조절능력이 부분 매개하는 것으로 나타났는데, 이는 유아의 스마트폰 과몰입과 관련하여 과보호・허용이나 거부・방임과 같은 어머니의 부정적 양육행동이 미치는 영향이 상대적으로 더 클 수 있음을 시사한다. 이는 상관관계를 산출한 결과에서 어머니의 온정・격려(r = -.24, p < .001)에 비해 과보호・허용(r = .48, p < .001)이나 거부・방임(r = .33, p < .001)의 상관계수가 더 컸음을 통해서도 이해할 수 있다. 뿐만 아니라, 본 연구와 같이 어머니의 양육행동을 온정・격려, 한계설정, 과보호・허용, 거부・방임 등의 하위요인들로 살펴본 선행 연구에서는 이 중 특히 과보호・허용이 유아의 스마트폰 과몰입에 가장 커다란 영향을 미치고 그 다음은 거부・방임인 것으로 보고하였는데(남경희, 2018), 이러한 결과는 본 연구결과의 해석을 뒷받침해준다.

결론적으로, 본 연구는 어머니의 부정적 양육행동과 유아의 낮은 자기조절능력이 유아의 스마트폰 과몰입을 증가시키는 한편, 어머니의 긍정적 양육행동과 유아의 높은 자기조절능력이 유아의 스마트폰 과몰입을 감소시킬 수 있음을 확인하였다. 본 연구의 결과는 유아의 스마트폰 과다사용을 예방하기 위해 어머니가 유아에게 보다 적절한 양육을 제공하며 평소 유아가 자신의 사고, 정서, 행동 등을 스스로 점검하고 통제하는 자기조절능력을 기를 수 있도록 관심을 가져야 함을 시사한다. 이를 위해 사회적으로 유아교육기관이나 건강가정지원센터 등을 통해 유아기 자녀를 둔 어머니들이 바람직한 자녀양육방법을 습득할 수 있도록 돕는 부모교육 프로그램을 더

욱 활성화할 필요가 있다. 또한, 본 연구에서는 어머니의 양육행동, 유아의 자기조절능력 및 스마트폰 과몰입 간의 밀접한 관련성을 기초로, 어머니의 양육행동과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계에서 유아의 자기조절능력의 매개적 역할을 밝혔다. 어머니의 스마트폰 중독 경향성과 유아의 스마트폰 중독 경향성 간의 관계에서도 유아의 자기조절능력이 매개적 역할을 수행하는 것으로 보고한 선행 연구결과(조윤미, 이형선, 2016)와 본 연구결과를 종합할 때, 어머니의 스마트폰 중독 경향성이나 양육행동과 같은 어머니 관련 변인이 유아의 스마트폰 과몰입에 영향을 미치는 과정에서 유아의 자기조절능력이 양자 간의 관계를 설명해주는 기제로 작용함을 알 수 있다. 이러한 결과는 유아의 효과적인 자기조절능력의 중요성을 강조하는 것으로, 가정이나 유아교육기관에서 유아의 자기조절능력 향상에 보다 많은 관심이 요구된다. 뿐만 아니라 높은 수준의 스마트폰 중독을 보이는 유아에게는 자기조절능력을 증진시키는 중재 프로그램을 제공하는 것이 도움이 될 것으로 사료된다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 먼저, 본 연구는 어머니의 양육행동, 유아의 자기조절능력 및 스마트폰 과몰입이 모두 어머니 보고에 의해 측정되어, 연구변인들 간의 관계가 실제보다 부풀려졌을 가능성이 있다. 따라서 후속 연구에서는 어머니 외에 아버지나 교사와 같이 다양한 보고자에 의해 측정하거나 제 3자에 의한 관찰을 활용하여 자료를 수집할 필요가 있다. 다음으로, 본 연구는 주양육자로서 주로 자녀양육을 담당하는 어머니의 양육행동에 초점을 두고 있다. 하지만 최근 자녀양육에서 아버지의 역할이 강조되고 있으므로, 추후 연구에서는 어머니의 양육행동과 함께 아버지의 양육행동의 영향력도 고려해볼 필요가 있다. 마지막으로, 본 연구는 유아를 대상으로 하여 어머니의 양육행동과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계에서 유아의 자기조절능력의 매개적 역할을 살펴보았다. 앞서 언급한 것처럼 청소년이나 대학생을 대상으로 해서는 유사한 선행 연구들이 수행되었으나, 학령기 아동을 대상으로 한 연구는 발견하기가 쉽지 않으므로 후속 연구에서는 학령기 아동을 대상으로 세 연구변인들 간의 관계를 확인해보는 것도 흥미로울 것이다.

이와 같은 제한점에도 불구하고, 본 연구는 다음과 같은 의의를 갖는다. 본 연구는 최근 유아의 스마트폰 이용이 급증하는 상황 가운데 유아의 스마트폰 과몰입에 영향을 미치는 선행 요인으로서, 개인 외적 특성인 어머니의 양육행동과 개인 내적 특성인 유아의 자기조절능력의 중요성을 확인하였다. 이와 더불어, 본 연구는 세 연구변인들 간의 관계를 단편적으로 탐색하는 것에서 나아가, 이들 간의 관계를 종합하여 유아의 자기조절능력이 어머니의 양육행동과 유아의 스마트폰 과몰입 간의 관계에서 매개적 역할을 함을 발견하였다는 점에서 의의가 있다. 본 연구의 결과는 유아기 자녀를 둔 어머니를 위한 부모교육 프로그램을 개발하거나 스마트폰 중독 정도가 높은 유아를 대상으로 한 중재 프로그램을 개발하는 데 중요한 기초자료가 되리라 기대된다.

참고문헌

권미경, 박현숙, 유주희, 한경옥 (2016). 유아기 스마트폰 과몰입에 영향을 미치는 변인에 관한

연구. **인간발달연구**, **23**(4), 121-138. doi:10.15284/kjhd.2016.23.4.121
권미영, 정윤주 (2018). 어머니의 스마트폰 의존, 양육효능감, 양육행동과 유아의 스마트폰 의존 간 관계. **한국놀이치료학회지**, **21**(1), 153-169. doi:10.17641/KAPT.21.1.8
김경희, 정지나 (2014). 유아의 자기조절력과 어머니의 양육행동이 남녀 유아의 게임몰입성에 미치는 영향. **한국생활과학회지**, **23**(2), 219-229. doi:10.5934/kjhe.2014.23.2.219
김남선, 이규은 (2012). 대학생의 자기통제력과 생활스트레스가 스마트폰 중독에 미치는 영향. **한국보건정보통계학회지**, **37**(2), 72-83.
김리진, 정옥분 (2012). 유아의 기질과 자기조절능력의 관계: 보육교사-유아 관계와 어머니의 양육행동의 매개효과 검증. **인간발달연구**, **19**(1), 89-104.
김민석, 문혁준 (2015). 유아의 스마트폰 사용실태 분석 및 부모 관련 변인 연구. **인간발달연구**, **22**(1), 77-99. doi:10.15284/kjhd.2015.22.1.77
김민희 (2015). 유아의 자기조절, 어머니의 양육행동과 스마트기기 중독이 유아의 스마트기기 이용에 미치는 영향. **한국보육지원학회지**, **11**(6), 133-151. doi:10.14698/jkcce.2015.11.133
김병년, 최홍일 (2013). 과보호적 부모양육태도가 스마트폰 중독에 미치는 영향에 대한 자기통제력의 매개효과 -대학생을 중심으로-. **사회과학연구**, **29**(1), 1-25.
김송이, 김현수 (2016). 유아의 자극추구 및 위험회피 기질과 스마트폰 과다사용과의 관계에서 모-유아 애착안정성의 매개 효과. **한국아동심리치료학회지**, **11**(3), 45-63.
김수미, 최진아 (2015). 어머니의 놀이성, 유아의 놀이성, 자기조절 능력과 유아의 사회적 유능성 간의 관계. **놀이치료연구**, **19**(2), 39-54.
김영선, 이숙 (2013). 초등학생의 어머니 양육태도 지각과 자기조절에 관한 연구. **한국부모놀이치료학회지**, **4**, 57-72.
김영옥, 홍지명, 김세루, 김권일 (2008). 어머니의 양육태도와 유아의 자기조절능력 및 사회적 능력과의 관계. **열린유아교육연구**, **13**(1), 205-228.
김윤나, 박희숙 (2016). 유아의 스마트기기 몰입경향성과 놀이성 간의 관계에 대한 연구. **유아교육학논집**, **20**(4), 337-353.
김정겸, 강영식 (2016). 유아의 스마트폰 사용경험이 정서조절과 주의 집중력에 미치는 영향. **예술인문사회융합멀티미디어논문지**, **6**(4), 97-109. doi:10.14257/AJMAHS.2016.04.13
김정희, 안귀여루 (2013). 지각된 부모양육태도가 중학생의 학교적응에 미치는 영향: 자기조절능력을 매개변인으로. **한국심리학회지: 건강**, **18**(4), 823-836. doi:10.17315/kjhp.2013.18.4.013
김지현 (2010). 유아의 인터넷 게임 중독 경향성에 영향을 주는 어머니 양육행동과 유아의 정서조절. **Family and Environment Research**, **48**(8), 77-86.
김현수, 이미연 (2017). 스마트폰 과다사용과 관련 있는 유아 개인 변인 연구. **한국아동심리치료학회지**, **12**(1), 1-21. doi:10.23931/kacp.2017.12.1.01
남경희 (2018). 어머니의 양육행동과 미디어 중재역할이 유아의 스마트폰 과몰입에 미치는 영향. **육아지원연구**, **13**(1), 117-137. doi:10.16978/ecec.2018.13.01.005
남궁령 (2014). 유아 또래상호작용에 영향을 미치는 어머니 정서표현성, 어머니 양육효능감, 유

아 자기조절력 간의 관계 검증. **열린유아교육연구**, **19**(3), 131-157.

박가화, 이지민 (2018). 과잉양육행동과 또래소외가 중학생의 학교생활적응에 미치는 영향: 스마트폰 의존경향성의 매개효과 및 성별에 따른 다집단분석. **Family and Environment Research**, **56**(2), 145-156. doi:10.6115/fer.2018.011

박경선, 문혁준 (2014). 어머니의 양육태도와 유아의 기관적응의 관계에서 유아의 자기조절능력의 매개효과. **유아교육학논집**, **18**(3), 135-157.

박라진, 박혜원 (2016. 9). **유아의 실행기능 및 부모중재가 유아의 스마트폰 중독에 미치는 영향**. 2016 한국보육지원학회·한국생애학회 공동추계학술대회 포스터발표 논문, 성남.

박주희 (2001). 아동의 또래 유능성에 관련된 어머니의 양육목표, 양육행동 및 또래관계 관리전략. 연세대학교 대학원 박사학위논문.

반하라, 신나리 (2017). 유아의 과잉행동성향과 자아탄력성이 스마트폰 게임 과몰입에 미치는 영향. **아동학회지**, **38**(4), 117-128. doi:10.5723/kjcs.2017.38.4.117

송주연, 장미연 (2014). 유아의 자기조절력 및 자기효능감이 문제행동에 미치는 영향. **한국영유아보육학**, **84**, 121-142.

오윤경, 이미현, 최혜순 (2016). 유아기 자녀를 둔 아버지의 양육참여와 스마트폰 과몰입 간의 관계. **어린이미디어연구**, **15**(4), 169-191. doi:10.21183/kjcm.2016.12.15.4.169

유숙경, 김진숙, 박영진 (2018). 부모양육태도, 정신건강, 학교생활적응이 초등학생의 스마트폰 중독에 미치는 영향. **아동교육**, **27**(2), 145-161. doi:10.17643/KJCE.2018.27.2.08

윤진주, 강신영, 이복주 (2005). 유아의 공격성과 관련변인들의 관계성 연구 -유아의 기질과 자기조절 및 어머니의 양육효능감과 양육행동을 중심으로-. **한국생활과학회지**, **14**(5), 761-770.

윤태정 (2015). 만 3, 4, 5세 유아의 스마트폰 과몰입 평가 척도 개발. 덕성여자대학교 대학원 석사학위논문.

이수진, 문혁준 (2013). 중학생의 자기통제, 부모-자녀 간의 의사소통 및 학교생활만족도가 스마트폰 중독에 미치는 영향. **한국생활과학회지**, **22**(6), 587-598. doi:10.5934/kjhe.2013.22.6.587

이연실 (2010). 어머니의 양육행동과 유아의 자기조절과의 관계. **정서·행동장애연구**, **26**(3), 63-90.

이유진 (2016a). 유아의 의사소통능력과 사회적 능력의 관계에 대한 자기조절력의 매개효과. **생애학회지**, **6**(1), 57-71. doi:10.30528/jolss.2016.6.1.002

이유진 (2016b). 만 3-5세 유아의 인터넷 게임중독 경향성 요인에 대한 어머니의 양육태도와 유아의 자기조절력의 상대적 영향력. **미래유아교육학회지**, **23**(1), 101-125.

이정란 (2003). 유아의 자기조절 구성 요인 및 관련 변인에 대한 구조 분석. 덕성여자대학교 대학원 박사학위논문.

이정미, 김진경 (2017). 부모의 애착표상 및 양육행동이 유아의 자기조절력에 미치는 영향. **아동학회지**, **38**(1), 17-31. doi:10.5723/kjcs.2017.38.1.17

이종은, 김지윤, 박은혜, 강현아 (2017). 모-자녀 상호작용이 유아의 수면시간에 미치는 영향: 스마트미디어 이용 정도를 매개로. **한국보육지원학회지**, **13**(6), 163-179. doi:10.14698/jkcce.2017.13.06.163

이화선, 손수민 (2017). 어머니의 양육효능감과 양육행동이 유아의 자기조절능력에 미치는 영향. **열린유아교육연구**, **22**(1), 249-271. doi:10.20437/KOAECE22-1-10

임경심, 김수향, 홍혜경 (2014). 유아의 스마트폰 중독 정도와 자기조절력 및 자아존중감과의 관계. **미래유아교육학회지**, **21**(4), 203-221.

장영숙 (2009). 어머니의 양육태도 및 유아의 기질과 유아의 자기조절능력간의 관계. **열린유아교육연구**, **14**(3), 207-225.

전초원, 성현란 (2017. 8). **스마트폰 과다사용이 유아의 기억과 추론에 미치는 영향: 이야기 회상, 일반 추론 및 사회적 추론을 중심으로**. 2017 한국심리학회 연차학술대회 포스터 발표 논문, 서울.

조경서, 김은주 (2016). 어머니의 스마트폰 의존성이 유아의 문제행동에 미치는 영향 -유아의 스마트폰 의존성의 매개효과를 중심으로-. **한국아동복지학**, **53**, 77-104.

조영숙, 이양희 (2009). 어머니의 양육관련 변인과 유아의 자기조절 능력과의 관련성 탐색. **Family and Environment Research**, **47**(6), 51-66.

조유나, 최윤이 (2010). 유아의 식습관과 자기조절력의 관계와 어머니의 양육행동의 매개효과에 관한 연구. **한국영유아보육학**, **61**, 217-233.

조윤미, 이형선 (2016). 어머니의 스마트폰 중독 경향성이 유아의 스마트폰 중독 경향성에 미치는 영향: 유아의 자기조절능력의 매개효과. **한국아동심리치료학회지**, **11**(2), 1-16.

조정진, 조안나 (2015). 유아의 스마트폰 게임 과몰입 정도가 유아의 친사회적 행동 및 문제행동에 미치는 영향. **한국콘텐츠학회논문지**, **15**(10), 647-657. doi:10.5392/JKCA.2015.15.10.647

진미령, 신성만 (2016). 애착외상, 자아존중감, 우울, 자기통제력이 청소년의 스마트폰 중독에 미치는 영향: '도피이론(Escape Theory)' 모형을 중심으로. **한국심리학회지: 중독**, **1**(1), 31-53.

진은희, 이경순 (2017). 고등학생이 지각한 부모의 양육태도와 스마트폰 중독 간 관계에서 자기통제력의 매개효과. **교육정보미디어연구**, **23**(4), 683-708. doi:10.15833/KAFEIAM.23.4.683

채경진, 유연옥 (2015). 유아의 활동성 기질, 어머니의 양육행동과 유아의 자기조절능력의 관계. **열린부모교육연구**, **7**(1), 19-34.

한은애 (2013). 어머니의 행복감 및 양육행동과 유아의 자기조절능력간의 관계. 한국외국어대학교 교육대학원 석사학위논문.

Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, *51*(6), 1173-1182. doi:10.1037/0022-3514.51.6.1173

Cho, K. S., & Lee, J. M. (2017). Influence of smartphone addiction proneness of young children on problematic behaviors and emotional intelligence: Mediating self-assessment effects of parents using smartphones. *Computers in Human Behavior*, *66*, 303-311. doi:10.1016/j.chb.2016.09.063

Choe, D. E., Olson, S. L., & Sameroff, A. J. (2013). Effects of early maternal distress and parenting on the development of children's self-regulation and externalizing behavior. *Development and*

Psychopathology, *25*(2), 437-453. doi:10.1017/S0954579412001162

Colman, R. A., Hardy, S. A., Albert, M., Raffaelli, M., & Crockett, L. (2006). Early predictors of self-regulation in middle childhood. *Infant and Child Development*, *15*(4), 421-437. doi:10.1002/icd.469

Garner, P. W., & Waajid, B. (2012). Emotion knowledge and self-regulation as predictors of preschoolers' cognitive ability, classroom behavior, and social competence. *Journal of Psychoeducational Assessment*, *30*(4), 330-343. doi:10.1177/0734282912449441

Genc, Z. (2014). Parents' perceptions about the mobile technology use of preschool aged children. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, *146*, 55-60. doi:10.1016/j.sbspro.2014.08.086

Gökçearslan, Ş., Mumcu, F. K., Haşlaman, T., & Çevik, Y. D. (2016). Modelling smartphone addiction: The role of smartphone usage, self-regulation, general self-efficacy and cyberloafing in university students. *Computers in Human Behavior*, *63*, 639-649. doi:10.1016/j.chb.2016.05.091

Heimpel, N. F., Qian, X., & Song, W. (2018). Parenting and child self-regulation in Chinese families: A multi-informant study. *Journal of Child and Family Studies*, *27*(7), 2343-2353. doi:10.1007/s10826-018-1063-y

Karreman, A., van Tuijl, C., van Aken, M. A. G., & Dekovic, M. (2006). Parenting and self-regulation in preschoolers: A meta-analysis. *Infant and Child Development*, *15*(6), 561-579. doi:10.1002/icd.478

Kwak, J. Y., Kim, J. Y., & Yoon, Y. W. (2018). Effect of parental neglect on smartphone addiction in adolescents in South Korea. *Child Abuse & Neglect*, *77*, 75-84. doi:10.1016/j.chiabu.2017.12.008

Lee, S., Lee, K., Yi, S. H., Park, H. J., Hong, Y. J., & Cho, H. (2016). Effects of parental psychological control on child's school life: Mobile phone dependency as mediator. *Journal of Child and Family Studies*, *25*(2), 407-418. doi:10.1007/s10826-015-0251-2

Lonigan, C. J., Spiegel, J. A., Goodrich, J. M., Morris, B. M., Osborne, C. M., Lerner, M. D. et al. (2017). Does preschool self-regulation predict later behavior problems in general or specific problem behaviors? *Journal of Abnormal Child Psychology*, *45*(8), 1491-1502. doi:10.1007/s10802-016-0260-7

McCloskey, M., Johnson, S. L., Benz, C., Thompson, D. A., Chamberlin, B., Clark, L. et al. (2018). Parent perceptions of mobile device use among preschool-aged children in rural head start centers. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, *50*(1), 83-89. doi:10.1016/j.jneb.2017.03.006

Russell, B. S., Lee, J. O., Spieker, S., & Oxford, M. L. (2016). Parenting and preschool self-regulation as predictors of social emotional competence in 1st grade. *Journal of Research in Childhood Education*, *30*(2), 153-169. doi:10.1080/02568543.2016.1143414

Sun, J., Liu, Q., & Yu, S. (2019). Child neglect, psychological abuse and smartphone addiction among

Chinese adolescents: The roles of emotional intelligence and coping style. *Computers in Human Behavior*, *90*, 74-83. doi:10.1016/j.chb.2018.08.032

Suchodoletz, A. v., Trommsdorff, G., & Heikamp, T. (2011). Linking maternal warmth and responsiveness to children's self-regulation. *Social Development*, *20*(3), 486-503. doi:10.1111/j.1467-9507.2010.00588.x

Willoughby, M., Kupersmidt, J., Voegler-Lee, M., & Bryant, D. (2011). Contributions of hot and cool self-regulation to preschool disruptive behavior and academic achievement. *Developmental Neuropsychology*, *36*(2), 162-180. doi:10.1080/87565641.2010.549980

논 문 투 고 : 18.08.15
수정원고접수 : 18.09.11
최종게재결정 : 18.10.04