

# 부모-자녀 간 의사소통과 스트레스 대처가 청소년 스마트폰 중독에 미치는 영향 - 자기통제력의 매개효과를 중심으로 -

김영미(신라대학교)

본 연구에서는 부모-자녀 간 의사소통과 스트레스 대처가 청소년들의 스마트폰 중독에 미치는 영향과 이들 관계에서 자기통제력의 매개효과를 알아보고자 하였다. 이러한 연구 목적을 달성하기 위해 수도권 지역에 거주하면서 스마트폰을 이용하고 있는 청소년들을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 본 연구의 수집된 자료는 SPSS(Statistical Package for the Social Science) WIN 21.0 프로그램을 이용하여 빈도분석과 t-test, 일원변량분석, 상관관계분석, 다중회귀분석, 위계적 회귀분석, 그리고 Sobel Test를 실시하였다. 그 결과 다음과 같은 사실이 밝혀졌다. 첫째, 청소년들은 부모와 개방형 의사소통을 많이 할수록 스마트폰 중독이 낮은 것으로 나타났다. 둘째, 청소년들은 스트레스 대처 중 문제지향적 대처와 정서완화적 대처, 그리고 소망적 사고를 많이 할수록 스마트폰 중독이 낮은 것으로 나타났다. 셋째, 부모-자녀 간 의사소통이 스마트폰 중독에 미치는 영향과 스트레스 대처가 스마트폰 중독에 미치는 영향에서 자기통제력은 매개효과가 있는 것으로 나타났다. 이상에서 부모-자녀 간의 의사소통과 스트레스 대처는 스마트폰 중독에 영향을 미치며, 이들 관계에서 자기통제력의 매개효과가 있음을 알 수 있다. 이러한 연구결과를 볼 때, 부모-자녀 간 의사소통 향상을 위한 프로그램이 마련되어야 하며, 스트레스 관리가 학교보건의 주된 과제로 다루어져야 할 것으로 보인다.

[주제어: 부모-자녀 간 의사소통, 스트레스 대처, 스마트폰 중독, 자기통제력]

## I. 서 론

우리사회는 정보화 사회로 날로 발전하고 있으며, 이러한 정보화 사회는 새로운 유해환경이 되어 다양한 청소년 문제와 더불어 심각한 사회적 문제를 야기시키고 있다. 또한 다양한 기능들을 앞세워 다양한 스마트폰이 출시되고, 스마트폰의 보급률과 사용률은 계속 늘어나고 있는 추세이다. 이러한 디지털 전자기기의 발전은 그 유익함 못지않게 문제적 사용으로 인해 많은 부작용을 낳고 있다.

최근에 들어와서 중·고등학생은 물론 초등학생까지 스마트폰 사용이 보편화 되고 있다. 2012년 경기도교육청이 도내 초·중·고생 145만 명을 대상으로 실시한 ‘스마트폰 이용실태’ 조사 결과에 의하면, 전체 학생의 66%가 스마트폰을 보유하고 있었으며, 이 가운데 2.2%가 중독 고위험군에, 5.7%는 잠재적 위험군으로 분류됐다. 이는 인터넷 중독률보다 2배나 높은 수치이다. 특히 스마트폰은 PC에 비해 휴대와 이용이 간편하기 때문에 중독에 빠저들기 쉽고, 푸시 알림 등을 통해 즉각적인 피드백이 오기 때문에 손에서 떨어져 있기 쉽지 않다(한국기

독공보사, 2013).

정체성 확립이 불확실한 초·중등시기에는 휴대폰이라는 매체를 사용하면서 자신도 모르게 휴대폰에 의존하게 되며, 자기개념이 낮은 시기에 있어서 휴대폰 사용은 자신의 존재를 확인하게 되는 수단으로 작용하여 휴대폰 사용에 점점 더 몰입하게 한다(이수진, 문혁진, 2013). 또한 청소년은 아직 성장·발달하는 미성숙한 단계로 자아가 완전히 확립된 상태가 아니기 때문에 어느 연령층보다 역기능에 심각하게 노출되어 있다(Christensen et al., 2001). 한국정보화진흥원(2012)의 조사에 따르면, 스마트폰 이용자 중 스마트폰 중독률은 8.4%가 해당되는 것으로 나타났으며, 스마트폰 중독자 중 성인은 7.9%, 청소년은 11.4%로 청소년이 성인보다 스마트폰을 더 많이 이용하고 있다.

청소년의 스마트폰 사용의 증가에 따른 스마트폰의 지나친 과다 사용의 문제는 우울, 불안, 강박 증세, 뇌세포 손상 및 신체통증, 수업에서의 과도한 문자메시지 사용, 학업능력 저하, 고액의 사용요금과 같은 정신 및 신체건강, 학교적응, 경제적 문제 등에서 부적응을 야기시켜 심각한 사회적 문제로 부각되고 있다(William & Merten, 2008; 양수 외, 2013; 구현영, 2010; 구현영, 박현숙, 2010; 이정화, 박정인, 최선희, 2008; 남영옥, 2004). 이러한 스마트폰 중독은 전체적으로 점차 심화되는 모습을 보이고 있으며, 특히 청소년 시기에 더욱 취약할 뿐만 아니라 인터넷 중독보다 더욱 심각한 문제로 대두되고 있다.

청소년의 스마트폰 중독현상은 청소년의 대인관계, 학교생활 및 가정생활에도 역기능으로 작용하게 된다. You와 Gwon(2011)은 휴대전화 중독군이 비중독군보다 어머니와의 의사소통이 폐쇄적이고 역기능적이며, 어머니의 관계가 원만하지 않았고, 휴대폰 중독정도에 따른 부모-자녀 간의 의사소통 관계는 개방적인 의사소통이 많을수록 휴대폰 중독이 낮았다고 보고하였다. 또한 Lee(2001)는 가족의 불화정도가 높고, 부모의 자녀에 대한 감독이 잘 이뤄지지 않으며 부모-자녀 간 의사소통이 개방적이지 못하고 역기능적인 가족의 심리적 환경에서 성장한 청소년들은 중독행동에 빠질 위험 또한 크다고 하였다. 청소년들은 학교와 사춘기의 방향, 가족생활에서 오는 스트레스를 피하기 위한 수단으로 온라인 사회와 게임이나 스마트폰에 빠져든다(Young, 2000).

특히 자기통제력이 낮은 사람은 자기통제력이 높은 사람에 비해 충동적이고, 무감각하고, 행동적이고, 위험한 모험을 선호하며, 순간적이고, 단순한 사고를 하게 된다(하창순, 2004). 또한 자기통제력이 낮을 때 충동적이고 공격적인 대인관계, 낮은 학업성취, 사회적응 능력의 미숙과 문제해결능력의 부족으로 인한 어려움을 겪게 되고(김현숙, 1998), 자기통제력이 부족한 경우 충동조절 장애나 중독 등과 같은 문제 행동에 쉽게 빠질 수 있다(Logue, 1995; 김병년, 최홍일, 2013). 이처럼 청소년의 자기통제 실패는 여러 가지 부정적 결과를 가져올 수 있는데, 자기통제력이 부족한 경우 흡연, 음주, 약물남용 같은 다양한 행위들을 하게 되는 원인이 되기도 한다(김두섭, 민수홍, 1996). 따라서 자기통제력이 낮은 청소년들은 스마트폰 중독 위험에 빠질 가능성이 훨씬 높다고 할 수 있다.

스마트폰 중독 위험에 노출되어 있는 청소년기는 급격한 신체적, 심리적 변화를 겪으면서 많은 스트레스를 경험하고, 이로 인해 다양한 부적응이 표출되는 시기이다(한희진, 윤미선,

2009). 따라서 청소년들의 스트레스 대처는 스트레스에 대한 적응, 부적응을 결정짓는 핵심요인으로, 스트레스성 부적응 문제를 일으킬 수 있다. 스마트폰과 유사한 특성이 있는 인터넷 중독과 스트레스와의 관계를 살펴본 연구를 보면, 인터넷 중독집단은 비중독집단보다 일상생활에서 스트레스를 더 많이 받으며, 스트레스가 인터넷 중독에 부정적인 영향을 미친다는 연구결과가 일관되게 보고되고 있다(서승연, 이영호, 2007). 또한 지금까지 스마트폰에 관한 선행연구들은 주로 스마트폰 중독이 학습태도나 정신건강, 충동성 등에 미치는 영향(권재환, 2008; 김중운, 2008; 한정선, 김세영, 2006)에 초점을 맞추어 진행되어 왔으며, 스마트폰 중독에 영향을 미치는 요인을 파악한 연구는 미흡한 실정이다.

이에 본 연구에서는 청소년의 스마트폰 중독의 문제를 파악하기 위해 최초의 사회화가 이루어지는 가정환경에 초점을 두고, 부모-자녀 간 의사소통과 스트레스 대처가 청소년의 스마트폰 중독에 미치는 영향과 이들 관계에서 자기통제력의 매개효과를 알아보고자 한다. 이러한 연구를 통해 청소년의 스마트폰 중독을 예방하고, 부모교육에 필요한 기초자료를 제공하는 데에 그 목적이 있다. 본 연구의 목적을 달성하기 위해 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

첫째, 부모-자녀 간 의사소통은 스마트폰 중독에 어떤 영향을 미치는가?

둘째, 스트레스 대처는 스마트폰 중독에 어떤 영향을 미치는가?

셋째, 부모-자녀 간 의사소통 및 스트레스 대처와 스마트폰 중독과의 관계에서 자기통제력이 매개하는가?

## II. 이론적 배경

### 1. 청소년의 스마트폰 중독

스마트폰은 일반 PC와 같이 고기능의 범용 운영체제를 탑재하여 다양한 애플리케이션을 자유롭게 설치, 동작시킬 수 있는 고기능 휴대폰으로 ‘손안의 PC’라 불리운다(한국방송통신위원회, 2013). 이는 휴대전화 기능에 인터넷 통신과 정보처리 등 컴퓨터 기능을 추가한 지능형 단말기로서, 음성전화와 영상통화가 가능하고, 무선 데이터 네트워크와 Wi Fi(Wireless Fidelity)를 통해 인터넷에 접속할 수 있다.

중독의 사전적 의미는 ‘습관적으로 열중하거나 몰두하는 것’으로, ‘스마트폰 중독’이라는 용어는 실제로 ‘중독’이라고 명명할 수 있는지는 확실하지 않다. 이는 인터넷이나 휴대전화에서처럼 이용자의 정신적, 심리적, 정서적 상태에 따라 중독현상이 나타나기 때문이다. 이에 어떠한 상태에 있는 사람을 중독자로 보아야 하는가에 대한 단일화된 기준은 거의 없는 상태이다(김학범, 2013). 다만, 정신의학에서의 중독은 술이나 마약 기타 물질에 대하여 심리적 또는 생리적으로 의존하여 행동변화와 금단현상, 내성 등 신체 및 정신적으로 곤란한 상황에 이른 것을 의미하며, 일종의 충동 조절 장애 및 물질 사용 장애에 해당한다. 그러나 최근에 사회학

자들은 도박, 과식, 성, 운동, 게임 등의 특정 활동에 과도하게 몰입하여 자기통제를 상실하고 생활전반에 부정적 악영향을 끼치는 경우도 잠재적 중독으로 보고 있다(한주리, 허경호, 2004).

Shaffer(1999)는 중독을 결정하는 데에는 심리적, 사회적, 생물학적 에너지가 복합적으로 작용한다고 하였고, 송혜진(2011)은 스마트폰에 지나치게 의존, 몰입한 나머지 스스로를 제어할 수 없는 상태에 이르러 그에 따른 의존, 내성, 초조, 불안, 금단 증상으로 일상생활의 장애나 불편을 경험하는 것으로 정의하였다. 이계원(2001)은 스마트폰 중독은 스마트폰에 지나치게 몰입한 나머지 스스로를 제어할 수 없는 상태에 이른 것이라고 하였다. 스마트폰에 탑재된 다양한 기능들에 지나치게 몰입하여 스스로 절제하기 어려운 습관적인 상태와 금단현상에 이른 것(오세연, 2013)이라고 정의되기도 한다. 김학범(2013)은 스마트폰 중독을 스마트폰에 대한 의존 행동이 빈번하게 나타나고, 이용량이 갈수록 늘어나며, 스마트폰을 이용하지 않으면 불안하고 초조한 증상이 나타나, 이로 인해 일상생활에 많은 문제가 생기는 것으로 정의하였다.

이와 같이 스마트폰 중독은 인터넷 중독과 같은 매체중독으로 구분할 수 있고, 금단과 내성, 일상생활장애 등의 공동적인 중독개념을 가지고 있다. 스마트폰은 기존 온라인의 특수성에 모바일이 갖춘 개별성, 개방성, 전파성 등이 결합되면서 온라인상에서의 관계 맺기 현상들을 더욱 극대화시키고 있다. 이런 점에서 볼 때, 현실세계에서의 대인관계에는 관심을 갖지 않고 가상공간에서의 관계만을 지향하는 인터넷 중독과 달리 스마트폰 중독은 자기를 과시하거나 타인으로부터 인정받기 위한 목적 때문에 나타나는 경우가 많다(한국정보화진흥원, 2011). 이처럼 스마트폰 중독은 대인관계 지향성이나 편리성, 접근성, 다양성 등의 특징으로 인터넷 중독과 차별적 개념을 가지고 있음을 알 수 있다.

## 2. 부모-자녀 간 의사소통 및 스트레스 대처, 자기통제력과 스마트폰 중독과의 관계

### 1) 부모-자녀 간 의사소통과 스마트폰 중독

부모-자녀 간 의사소통은 청소년의 건강한 사회성 발달과 밀접한 관련이 있다고 할 수 있다. 청소년은 긍정적인 의사소통 유형을 보일수록 불안, 우울과 같은 문제행동이 적으며(Hartos & Power, 2000), 또래와의 긍정적인 관계를 형성하는 것으로 나타났다(Bryant & Elder, 2002; Guilamo et al., 2006; Videon, 2002). 이수진, 문혁준(2013)의 연구에 의하면, 부모-자녀 의사소통의 하위영역인 개방적 의사소통과 스마트폰 중독 간에 부(-)의 상관관계를 보이는 것으로 나타났다. 따라서 청소년들이 부모와의 기능적이며 촉진적인 의사소통이 원활히 이루어질 때, 부모-자녀 간의 친밀감을 증가시켜 원만한 관계를 형성하게 도와주며, 자녀의 스마트폰 중독 예방에도 기여할 것으로 보인다.

## 2) 스트레스 대처와 스마트폰 중독

청소년들에게는 발달적 과도기 속에서 경험하는 정체성의 혼란이 스트레스 그 자체라고 할 수 있으며(Erikson, 1969), 불명확한 미래에 대한 걱정 또한 높은 스트레스로 지각된다(Haidt, 2010). 청소년들의 공통적인 스트레스의 원인은 학업문제, 친구문제, 교사문제 등으로 일상생활에서 이를 해결하기 위해 다양한 노력을 한다. 청소년들이 갖고 있는 자원이나 방법들로 스트레스를 해결할 수 있다고 느낄 경우 긍정적인 방식으로 스트레스를 해소하겠지만 그렇지 못할 경우 쉬운 방법을 찾게 되고, 게임이나 인터넷 그리고 스마트폰은 이를 회피하는 손쉬운 방법 중 하나가 된다. 즉, 인터넷이나 스마트폰을 이용하는 동안에는 현실의 문제를 잊을 수 있고, 정서적 안도감과 현실로부터의 도피처를 제공받는다(Young, 2000).

아직까지 스트레스 대처와 스마트폰 중독의 관계를 분석한 연구는 없으나 스트레스 대처와 인터넷 중독의 관계를 다룬 연구결과(서승연, 이영호, 2007)에 의하면, 적극적-인지적 대처가 부족할수록 인터넷을 과도하게 사용하는 것으로 조사되었다. 즉, 스트레스에 대한 적절한 대처가 부족하고, 알코올이 부정적인 정서를 감소시켜 긍정적인 정서를 향상시킬 것이라 믿는 사람들은 스트레스 유발 자극에 대한 반응으로 음주를 더하게 된다(심옥녀, 2008). 따라서 일상의 작은 스트레스에 대한 대처가 부족한 개인은 쉽게 불쾌감과 긴장감을 느낄 것이고, 쉽고 빠르게 접근할 수 있는 스마트폰을 통해 심리적 불편감을 최소화하려 할 것이다.

이상에서 살펴본 바와 같이 청소년의 스트레스 대처와 스마트폰 중독은 밀접한 관계가 있음을 알 수 있다.

## 3) 자기통제력과 스마트폰 중독

자기통제력이란 장기적인 만족을 얻기 위해 즉각적인 만족을 주는 행동을 자제하는 능력이다. 즉 자기통제력은 자신이 자신의 인지나 정서, 행동을 원하는 대로 조절할 수 있는 능력을 말한다. 이러한 자기통제력은 자기가 원하는 목표를 달성하기 위해 충동적인 욕구나 행동을 제어할 수 있는 능력으로 유혹 저항 능력, 만족 지연 능력, 충동 억제 능력으로 구성되어 있다(구용근, 2013).

청소년에게는 외부 통제력이 영향이 거의 없는 가상공간이 최고의 놀이터라 할 수 있다. 그런데 자기통제력이 낮은 청소년의 경우 가상공간에 쉽게 빠질 매력적인 환경을 가지고 있다. 우리나라처럼 거의 모든 청소년에게 인터넷과 스마트폰과 같은 가상공간이 무한적으로 노출되어 있는 환경에서는 자기통제력이 청소년을 보호할 수 있는 요인이라 할 수 있다. 자기통제력은 스마트폰 중독에 부(-)적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 자기통제력이 높을수록 스마트폰 중독이 낮아지는 것을 의미한다(김남선, 이규은, 2012; 김병년, 2013; 노석준, 2013). 또한 박영욱(2005)은 고등학교 남학생의 인터넷 중독과 자존감, 자기통제력 및 충동성과의 관계를 알아보았는데, 인터넷 중독 집단이 일반 사용자 집단에 비해 자기통제력

이 유의미하게 낮게 나타났다. 따라서 자기통제가 낮은 청소년들은 게임 중독 수준이 높으며, 자기통제가 높은 청소년은 상대적으로 게임 중독 수준이 낮음을 알 수 있다.

이계원(2001)은 중·고·대학생 701명을 대상으로 한 연구에서 인터넷 중독과 자기통제력은 부적상관을 보여 자기통제 점수가 높을수록 인터넷 중독 점수가 낮음을 보고하였다. 김종원(2002)의 연구에서도 자기통제는 인터넷·컴퓨터 게임중독과 부적의 관계가 있는 것으로 나타났는데, 이는 자기통제가 강할수록 인터넷·컴퓨터 게임중독 점수가 낮아진다는 것을 보여주고 있다. 조해연(2002)도 인터넷 사용 시간이 많은 청소년일수록 자기통제력이 낮으며, 인터넷 중독과 자기통제력과의 관계는 부적 상관관계에 있다고 하였다.

이상에서 살펴본 바와 같이 자기통제력은 스마트폰 과다 사용과 부적 상관관계가 있다고 할 수 있으며, 자기통제력이 높을 때 스마트폰 의존이 낮음을 알 수 있다.

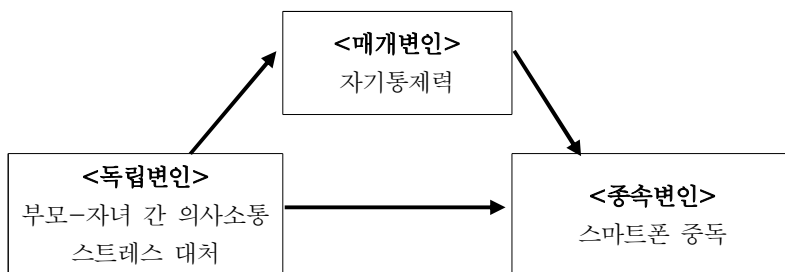
### Ⅲ. 연구방법

#### 1. 연구모형 및 가설

##### 1) 연구모형

본 연구는 부모-자녀 간 의사소통과 스트레스 대처가 스마트폰 중독에 미치는 영향과 이들 관계에서 자기통제력의 매개효과를 알아보는 데에 그 목적이 있다. 이러한 연구목적을 달성하기 위해 다음과 같이 연구모형을 설정하였다.

<그림 1> 연구모형



## 2) 연구가설

본 연구의 목적을 달성하기 위해 설정한 가설은 다음과 같다.

**가설 1.** 부모-자녀 간 의사소통은 스마트폰 중독에 유의한 영향을 미칠 것이다.

**가설 2.** 스트레스 대처는 스마트폰 중독에 유의한 영향을 미칠 것이다.

**가설 3.** 부모-자녀 간 의사소통이 스마트폰 중독에 미치는 영향에서 자기통제력은 매개효과가 있을 것이다.

**가설 4.** 스트레스 대처가 스마트폰 중독에 미치는 영향에서 자기통제력은 매개효과가 있을 것이다.

## 2. 연구대상 및 조사방법

본 연구는 수도권 지역에 거주하면서 스마트폰을 이용하고 있는 청소년들을 대상으로 하였다. 설문조사는 응답자가 설문항목에 대해 직접 기입하는 자기기입방법에 의해 실시하였으며, 2014년 3월 10일부터 2014년 4월 10일까지 약 한달 동안 이루어졌다. 설문지는 총 200부를 배부하여 180부를 회수하였으며, 회수된 설문지 중 불성실하게 응답한 설문지 9부를 제외하고 171부를 최종분석 자료로 활용하였다.

## 3. 측정도구

### 1) 부모-자녀 간 의사소통

본 연구에서는 부모-자녀 간 의사소통 정도를 측정하기 위해 Barnes & Olson(1982)이 개발하고 민혜영(1990)이 번안한 도구를 사용하였다. 부모-자녀 간의 의사소통 척도는 두 가지의 하위요인으로 구성되어 있다. 첫 번째 요인은 개방적 의사소통 척도로, 부모-자녀 간의 의사소통에 억압을 느끼지 않으며, 자유로운 감정으로 자신의 의사를 표현할 수 있는 긍정적인 측면을 측정하였다. 두 번째 요인은 문제형 의사소통 척도로 부모-자녀 간의 상호작용이 부정적이고 의사소통이 원활하게 이루어지지 않는 부정적인 측면을 측정하였다. 설문지는 5점 Likert 척도이며, 총 20문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서 개방형 의사소통의 신뢰도는 .93, 문제형 의사소통의 신뢰도는 .85로 신뢰도는 양호한 편이었다.

## 2) 스트레스 대처

본 연구에서 스트레스 대처 척도는 Lazarus와 Folkman(1984)이 수정 제작하고, 김정희(1987)가 번안하여 사용한 「대처방식 척도」를 토대로 문제 지향적 대처, 정서 완화적 대처, 소망적 사고 대처, 사회적 지지추구 대처로 분류하였다. 이 도구는 Likert의 5점 척도로 측정하였으며, 점수가 높을수록 대처수준이 좋다는 것을 의미한다. 본 연구에서 내적 합치도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )를 통한 신뢰도는 문제 지향적 대처는 .69, 정서 완화적 대처 .66, 소망적 사고 .72, 사회적 지지 추구 0.85로, 신뢰할만한 수준이었다.

## 3) 자기통제력

본 연구에서는 자기통제력을 측정하기 위해 Gottfredson와 Hirschi(1990)가 개발하고, 김현숙(1998)이 번안한 자료를 토대로 강숙영(2008)이 검증한 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 20 문항으로 구성되어 있으며, 5점 척도로 측정하였다. 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 0.96으로 나타났다.

## 4) 스마트폰 중독

본 연구에서 사용한 스마트폰 중독 척도는 한국정보화진흥원(2011)에서 개발한 청소년 스마트폰 자가진단 척도를 사용하였다. 스마트폰 중독 척도는 5점 리커트 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)로 구성되어 있으며, Cronbach's  $\alpha$ 는 .98로 양호한 편으로 나타났다.

**<표 1> 설문지 구성 현황 및 신뢰도**

구분	내용	문항수	신뢰도
부모-자녀 간 의사소통	개방형 의사소통	I. 1, 3, 6, 7, 8, 9, 13, 14, 16, 17	0.93
	문제형 의사소통	I. 2, 4, 5, 10, 11, 12, 15, 18, 19, 20	0.85
스트레스 대처	문제 지향적 대처	II. 5, 9, 14, 17, 21, 25	0.69
	정서 완화적 대처	II. 2, 6, 10, 11, 15, 18, 22, 26	0.66
	소망적 사고	II. 3, 7, 12, 16, 19, 23, 27	0.72
	사회적 지지 추구	II. 1, 4, 8, 13, 20, 24	0.85
스마트폰 중독		III. 1-25	0.98
자기통제력		IV. 1-14	0.96
일반적 사항	성별, 학년, 스마트폰 이용시간	V. 1-3	



## 4. 분석방법

본 연구의 수집된 자료는 SPSS(Statistical Package for the Social Science) WIN 21.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 분석기법으로는 응답자들의 일반적 특성을 파악하기 위해 빈도분석을 실시하였으며, 청소년의 스마트폰 중독을 알아보기 위해 t-test와 One-way ANOVA(일원변량분석)를 실시하였고, 변수간의 상관관계를 파악하기 위해 Correlation(상관관계분석)을 실시하였다. 그리고 부모-자녀 간 의사소통과 스트레스 대처가 스마트폰 중독에 미치는 영향을 살펴보기 위해 다중회귀분석(Multiple Regression)을 실시하였으며, 자기통제력의 매개효과를 알아보기 위해 위계적 회귀분석(Hierarchical Regression)과 Sobel Test를 실시하였다.

## IV. 연구 결과 및 해석

### 1. 연구대상

본 연구의 연구대상자의 일반적 특성은 <표 2>와 같다.

성별로는 남학생 49.7%, 여학생 50.3%로 비슷한 분포를 보였다. 학년별로는 중학교 3학년이 40.9% 가장 많았으며, 다음으로 중학교 2학년 31.6%, 중학교 1학년 17.0%, 고등학교 1학년 10.5% 순으로 나타났다. 스마트폰 이용시간별로는 1~2시간 미만 25.1%로 가장 높은 분포를 보였으며, 다음으로 2~3시간 미만 24.0%, 4시간 이상 20.5%, 1시간 미만 19.2%, 3~4시간 미만 10.5% 순이었다.

<표 2> 연구대상자의 일반적 특성

구분	빈도	백분율
성 별	남	49.7
	여	50.3
학 년	중학교 1학년	17.0
	중학교 2학년	31.6
	중학교 3학년	40.9
	고등학교 1학년	10.5
스마트폰 이용시간	1시간 미만	19.2
	1~2시간 미만	25.1
	2~3시간미만	24.0
	3~4시간 미만	10.5
	4시간 이상	20.5
전 체	171	100.0

## 2. 청소년의 스마트폰 중독과 변수간의 상관관계

### 1) 청소년의 스마트폰 중독

청소년들의 스마트폰 중독에 대해 살펴본 결과는 <표 3>과 같이 5점 만점 중 전체 평균이 3.07로, 청소년들은 스마트폰 중독이 그다지 높지 않은 것으로 나타났다.

<표 3> 스마트폰 중독

구 분		N	Mean	SD	t(F)
성 별	남	85	3.91	0.45	15.64***
	여	86	2.23	0.89	
학 년	중학교 1학년	29	2.24	1.00	24.05***
	중학교 2학년	54	2.61	1.13	
	중학교 3학년	70	3.49	0.69	
	고등학교 1학년	18	4.09	0.93	
스마트폰 이용시간	1시간 미만	34	1.79	0.70	68.11***
	1~2시간 미만	43	2.61	1.04	
	2~3시간 미만	41	3.42	0.63	
	3시간 이상	53	3.98	0.54	
계		171	3.07	1.10	

\*\*\* p<.001

성별로는 남학생이 여학생보다 스마트폰 중독이 높았으며, 성별에 따라 유의미한 차이를 보였다( $t=15.64$ ,  $p<.001$ ). 학년별로는 학년이 높을수록 스마트폰 중독이 높았으며, 학년에 따라 유의미한 차이를 보였다( $F=24.05$ ,  $p<.001$ ). 스마트폰 이용시간별로는 스마트폰 이용시간이 많을수록 스마트폰 중독이 높았으며, 스마트폰 이용시간에 따라 유의미한 차이를 보였다( $F=68.11$ ,  $p<.001$ ).

### 2) 변수간의 상관관계

부모 자녀 간 의사소통과 스트레스 대처, 그리고 스마트폰 중독 변수간의 상관관계에 대해 살펴본 결과는 <표 4>와 같다.

<표 4> 변수간의 상관관계

구 분	부모-자녀 간 의사소통			스트레스 대처					자기 통제력	스마트 폰 중독
	개방형 의사소통	문제형 의사소통	부모-자녀 간 의사소통	문제 지향적 대처	정서 완화적 대처	소망적 사고	사회적 지지 추구	스트레스 대처		
개방형 의사소통	1.000									
문제형 의사소통	-0.835 ***	1.000								
부모-자녀 간 의사소통	0.967 ***	-.947 ***	1.000							
문제 지향적 대처	0.559 ***	-0.397 ***	0.509 ***	1.000						
정서 완화적 대처	0.574 ***	-0.468 ***	0.550 ***	0.673 ***	1.000					
소망적 사고	0.510 ***	-0.342 ***	0.455 ***	0.816 ***	0.813 ***	1.000				
사회적 지지 추구	0.476 ***	-0.264 ***	0.399 ***	0.753 ***	0.659 ***	0.648 ***	1.000			
스트레스 대처	.586 ***	-.394 ***	0.523 ***	0.902 ***	0.873 ***	0.907 ***	0.877 ***	1.000		
자기통제력	0.619 ***	-0.499 ***	0.590 ***	0.774 ***	0.693 ***	0.732 ***	0.722 ***	0.807 ***	1.000	
스마트폰 중독	-0.551 ***	0.464 ***	-0.535 ***	-0.755 ***	-0.731 ***	-0.808 ***	-0.614 ***	-0.705 ***	-0.817 ***	1.000
Mean (SD)	2.74 (0.95)	3.23 (0.75)	2.76 (0.81)	3.15 (0.75)	3.05 (0.59)	3.37 (0.76)	3.10 (0.90)	3.15 (0.61)	3.61 (0.84)	3.07 (1.10)

\*\*\* p<.001

<표 4>에서 보는 바와 같이 스마트폰 중독은 개방형 의사소통( $r=-.551, p<.001$ )과 부모-자녀 간 의사소통( $r=-.535, p<.001$ ), 문제 지향적 대처( $r=-.755, p<.001$ ), 정서 완화적 대처( $r=-.731, p<.001$ ), 소망적 사고( $r=-.808, p<.001$ ), 사회적 지지 추구( $r=-.614, p<.001$ ), 스트레스 대처( $r=-.705, p<.001$ ), 그리고 자기통제력( $r=-.817, p<.001$ )과 통계적으로 유의미한 부적 상관관계를 보였으며, 문제형 의사소통( $r=.464, p<.001$ )과는 통계적으로 유의미한 정적 상관관계를 보였다. 따라서 청소년들은 부모와 개방적 의사소통과 의사소통, 문제지향적 대처, 정서 완화적 대처, 소망적 사고, 사회적 지지 추구, 스트레스 대처, 그리고 자기통제력이 높을수록 스마트폰 중독이 낮으며, 부모와 문제형 의사소통이 높을수록 스마트폰 중독이 높음을 알 수 있다.

### 3. 부모-자녀 간 의사소통과 스트레스 대처가 자기통제력과 스마트폰 중독에 미치는 영향

#### 1) 부모-자녀 간 의사소통과 스트레스 대처가 자기통제력에 미치는 영향

##### (1) 부모-자녀 간 의사소통이 자기통제력에 미치는 영향

부모-자녀 간 의사소통이 자기통제력에 미치는 영향을 살펴본 결과는 <표 5>와 같다.

<표 5> 부모-자녀 간 의사소통이 자기통제력에 미치는 영향

구 분	자기통제력		
	b	$\beta$	t
개방형 의사소통	0.545	0.668	6.080***
문제형 의사소통	0.061	0.059	0.538
constant	1.916		3.256**
R <sup>2</sup>		0.384	
F		52.400***	

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

약 38.4%(R<sup>2</sup>=.384)의 설명력을 지니며, 자기통제력에는 개방형 의사소통( $\beta$ =.668, p<.001)이 통계적으로 유의미한 정(+)의 영향을 미쳤다. 따라서 청소년들은 부모와 개방형 의사소통이 높을수록 자기통제력이 높음을 알 수 있다.

##### (2) 스트레스 대처가 자기통제력에 미치는 영향

스트레스 대처가 자기통제력에 미치는 영향을 살펴본 결과는 <표 6>과 같다.

<표 6> 스트레스 대처가 자기통제력에 미치는 영향

구 분	자기통제력		
	b	$\beta$	t
문제 지향적 대처	0.370	0.358	3.995***
정서 완화적 대처	0.240	0.183	2.285*
소망적 사고	0.133	0.131	1.339
사회적 지지 추구	0.212	0.248	3.488**
constant	0.601		3.256**
R <sup>2</sup>		0.678	
F		87.543***	

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

약 67.8%( $R^2=.678$ )의 설명력을 지니며, 자기통제력에는 문제 지향적 대처( $p<.001$ )와 정서 완화적 대처( $p<.05$ ), 그리고 사회적 지지 추구( $p<.01$ )가 통계적으로 유의미한 정(+)<sup>의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 청소년들은 문제 지향적 대처와 정서 완화적 대처, 그리고 사회적 지지 추구가 높을수록 자기통제력이 높음을 알 수 있다.</sup>

그런데 자기통제력에는 문제 지향적 대처( $\beta=.358$ )가 가장 큰 영향을 미쳤으며, 다음으로 사회적 지지 추구( $\beta=.248$ ), 정서 완화적 대처( $\beta=.183$ ) 순으로 영향을 미쳤다.

## 2) 부모-자녀 간 의사소통과 스트레스 대처, 자기통제력이 스마트폰 중독에 미치는 영향

### (1) 부모-자녀 간 의사소통이 스마트폰 중독에 미치는 영향

부모-자녀 간 의사소통이 스마트폰 중독에 미치는 영향을 살펴본 결과는 <표 7>과 같다. 약 30.4%( $R^2=.304$ )의 설명력을 지니며, 스마트폰 중독에는 개방형 의사소통( $\beta=-.539$ ,  $p<.001$ )이 통계적으로 유의미한 부(-)<sup>의 영향을 미쳤다. 따라서 청소년들은 부모와 개방형 의사소통이 높을수록 스마트폰 중독은 낮음을 알 수 있다.</sup>

<표 7> 부모-자녀 간 의사소통이 스마트폰 중독에 미치는 영향

구 분	스마트폰 중독		
	b	$\beta$	t
개방형 의사소통	-0.626	-0.539	-4.616***
문제형 의사소통	0.021	0.014	0.120
constant	4.714		5.293***
$R^2$		0.304	
F		36.666***	

\*\*\*  $p<.001$

### (2) 스트레스 대처가 스마트폰 중독에 미치는 영향

스트레스 대처가 스마트폰 중독에 미치는 영향을 살펴본 결과는 <표 8>과 같다.

<표 8> 스트레스 대처가 스마트폰 중독에 미치는 영향

구 분	스마트폰 중독		
	b	$\beta$	t
문제 지향적 대처	-0.412	-0.279	-3.205**
정서 완화적 대처	-0.394	-0.210	-2.700**
소망적 사고	-0.592	-0.409	-4.300***
사회적 지지 추구	0.001	0.011	0.012
constant	7.554		29.527***
$R^2$		0.695	
F		94.430***	

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

약 69.5%( $R^2=.695$ )의 설명력을 지니며, 스마트폰 중독에는 문제 지향적 대처( $p<.01$ )와 정서 완화적 대처( $p<.01$ ), 그리고 소망적 사고( $p<.001$ )가 통계적으로 유의미한 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 청소년들은 문제 지향적 대처와 정서 완화적 대처, 그리고 소망적 사고가 높을수록 스마트폰 중독은 낮음을 알 수 있다.

그런데 스마트폰 중독에는 소망적 사고( $\beta=-.592$ )가 가장 큰 영향을 미쳤으며, 다음으로 문제 지향적 대처( $\beta=-.279$ ), 정서 완화적 대처( $\beta=-.210$ ) 순으로 영향을 미쳤다.

### (3) 자기통제력이 스마트폰 중독에 미치는 영향

자기통제력이 스마트폰 중독에 미치는 영향을 살펴본 결과는 <표 9>와 같다.

<표 9> 자기통제력이 스마트폰 중독에 미치는 영향

구 분	스마트폰 중독		
	b	$\beta$	t
자기통제력	-1.163	-0.817	-18.420***
constant	7.259		31.183***
$R^2$		0.668	
F		339.315***	

\*\*\*  $p<.001$

약 66.8%( $R^2=.668$ )의 설명력을 지니며, 스마트폰 중독에는 자기통제력( $\beta=-.817$ ,  $p<.001$ )이 통계적으로 유의미한 부(-)의 영향을 미쳤다. 따라서 청소년들은 자기통제력이 높을수록 스마트폰 중독은 낮음을 알 수 있다.

## 4. 부모-자녀 간 의사소통 및 스트레스 대처와 스마트폰 중독과의 관계에서 자기통제력의 매개효과

### 1) 부모-자녀 간 의사소통과 스마트폰 중독과의 관계에서 자기통제력의 매개효과

부모-자녀 간 의사소통이 스마트폰 중독에 미치는 영향에서 자기통제력의 매개효과에 대해 살펴본 결과는 <표 10>과 같다.

먼저 독립변수로 부모-자녀 간 의사소통을 투입한 모델 I 은 약 30.4%( $R^2=.304$ )의 설명력

을 지니며, 스마트폰 중독에는 개방형 의사소통( $\beta=-.539, p<.001$ )이 통계적으로 유의미한 부(-)의 영향을 미쳤다.

다음으로 독립변수인 부모-자녀 간 의사소통과 매개변수인 자기통제력을 투입한 모델 II은 약 67.2%( $R^2=.672$ )의 설명력을 지니며, 스마트폰 중독에는 자기통제력( $\beta=-.773, p<.001$ )이 통계적으로 유의미한 부(-)의 영향을 미쳤다. 따라서 부모-자녀 간 의사소통이 스마트폰 중독에 미치는 영향에서 자기통제력은 완전 매개효과가 있음을 알 수 있다.

<표 10> 부모-자녀 간 의사소통과 스마트폰 중독과의 관계에서 자기통제력의 매개효과

구 분	모델 I			모델 II		
	b	$\beta$	t	b	$\beta$	t
부모-자녀 간 개방형 의사소통	-0.626	-0.539	-4.616***	-0.026	-0.023	-0.256
의사소통 문제형 의사소통	0.021	0.014	0.120	0.088	0.060	0.742
자기통제력				-1.101	-0.773	-13.689***
constant	4.714		5.293***	6.823		10.789***
R <sup>2</sup>		0.304			0.672	
$\Delta R^2$		0.304			0.368	
F		36.666***			114.030***	
$\Delta F$		36.000***			187.395***	

\*\*\* p<.001

2) 스트레스 대처와 스마트폰 중독과의 관계에서 자기통제력의 매개효과

스트레스 대처가 스마트폰 중독에 미치는 영향에서 자기통제력의 매개효과에 대해 살펴본 결과는 <표 11>과 같다.

<표 11> 스트레스 대처와 스마트폰 중독과의 관계에서 자기통제력의 매개효과

구 분	모델 I			모델 II			
	b	$\beta$	t	b	$\beta$	t	
스트레스 대처	문제 지향적 대처	-0.412	-0.279	-3.205**	-0.157	-0.106	-1.337
	정서 완화적 대처	-0.394	-0.210	-2.700**	-0.228	-0.122	-1.769
	소망적 사고	-0.592	-0.409	-4.300***	-0.500	-0.346	-4.154***
	사회적 지지 추구	0.001	0.001	0.012	0.148	0.121	1.938
자기통제력				-0.690	-0.485	-7.365***	
constant	7.554		29.527***	7.968		34.703***	
R <sup>2</sup>		0.695			0.770		
$\Delta R^2$		0.695			0.076		
F		94.430***			110.620***		
$\Delta F$		94.430***			54.239***		

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

먼저 독립변수로 스트레스 대처를 투입한 모델 I 은 약 69.5%( $R^2=.695$ )의 설명력을 지니며, 스마트폰 중독에는 문제 지향적 대처( $\beta=-.279$ ,  $p<.01$ )와 정서 완화적 대처( $\beta=-.210$ ,  $p<.01$ ), 그리고 소망적 사고( $\beta=-.409$ ,  $p<.001$ )가 통계적으로 유의미한 부(-)의 영향을 미쳤다.

다음으로 독립변수인 스트레스 대처와 매개변수인 자기통제력을 투입한 모델 II 은 약 77.0%( $R^2=.770$ )의 설명력을 지니며, 스마트폰 중독에는 스트레스 대처 중에 소망적 사고( $\beta=-.346$ ,  $p<.001$ )와 자기통제력( $\beta=-.485$ ,  $p<.001$ )이 통계적으로 유의미한 부(-)의 영향을 미쳤다. 따라서 스트레스 대처가 스마트폰 중독에 미치는 영향에서 자기통제력은 부분 매개효과가 있음을 알 수 있다.

### 3) Sobel 분석 결과

부모-자녀 간 의사소통과 스트레스 대처가 스마트폰 중독에 미치는 영향에서 자기통제력의 매개효과가 유의한지 살펴보기 위해 Sobel Test를 실시한 결과는 <표 12>와 같다.

<표 12> Sobel 분석 결과

구 분	Test Statistic	p-value
부모-자녀 간 의사소통 → 스마트폰 중독	-8.453***	0.000
스트레스 대처 → 스마트폰 중독	-12.740***	0.000

\*\*\*  $p<.001$

<표 12>에서 보는 바와 같이 부모-자녀 간 의사소통이 스마트폰 중독에 미치는 영향과 스트레스 대처가 스마트폰 중독에 미치는 영향 모두 test 통계량이 통계적으로 유의미하게 나타났다. 따라서 부모-자녀 간 의사소통과 스트레스 대처가 스마트폰 중독에 미치는 영향에서 자기통제력이 매개변인으로 스마트폰 중독에 영향을 미침을 알 수 있다.

## V. 논의 및 결론

본 연구에서는 부모-자녀 간 의사소통과 스트레스 대처가 청소년의 스마트폰 중독에 미치는 영향을 살펴보고, 부모-자녀 간 의사소통과 스트레스 대처가 청소년의 스마트폰 중독에 미치는 영향에서 자기통제력의 매개효과를 밝히고자 하였다. 본 연구에서 밝혀진 주요 결과는 다음과 같다.

첫째, 청소년들은 부모와 개방형 의사소통을 많이 할수록 스마트폰 중독이 낮은 것으로 나타났다. 이는 부모-자녀 간 의사소통이 스마트폰 중독간의 높은 음의 상관관계가 나타난 황



승일(2013)의 연구결과와 일치하며, 의사소통 불안이 스마트폰 과다사용에 정적인 요인으로 나타난 전민(2012)의 연구결과와 같은 맥락이다. 또한 부모-자녀 간의 의사소통에서 객관적이고 자유로운 표현유형이 자녀의 자아존중감을 증진시키고, 궁극적으로 자녀의 인간적 성장에도 긍정적인 영향을 미친다고 주장한 Gordon(1975)의 연구결과와 유사한 맥락이다. 이러한 결과를 볼 때, 청소년들의 스마트폰 중독을 예방하기 위해서는 부모가 자녀와의 개방적 대화를 통해 원만한 관계를 유지하고, 청소년들이 자신의 문제나 고민거리를 부모와 편하게 이야기할 수 있는 공감적인 분위기 조성이 필요한 것으로 보인다. 이와 더불어 부모-자녀 간 의사소통 향상을 위한 프로그램이 필요하다.

둘째, 청소년들은 스트레스 대처 중 문제 지향적 대처와 정서 완화적 대처, 그리고 소망적 사고를 많이 할수록 스마트폰 중독이 낮은 것으로 나타났다. 이는 Young(2002)과 Young(2001)의 연구결과와 유사한 맥락이다. 또한 청소년들은 직면한 문제나 스트레스 등 현실의 문제를 잊을 수 있고, 정서적 안도감과 현실로부터의 도피처를 제공받기 위해 스마트폰에 몰입한다는 Young(2000)의 주장을 뒷받침하고 있다. 따라서 청소년들의 스트레스 대처는 스마트폰 중독과 밀접한 관계가 있는 것을 볼 때, 청소년들의 스마트폰 중독을 예방하고 관리하기 위해서는 스트레스를 조절할 수 있도록 대처기술과 관리능력을 키워주는 것이 시급하다고 할 수 있다. 이를 위해서는 학생들의 스트레스 관리와 정신건강 관리가 학교보건의 주된 과제로 다루어져야 하고, 학생들에게 보다 실질적인 스트레스 관리 프로그램이 개발·제공되어야 할 것이다.

셋째, 부모-자녀 간 의사소통이 스마트폰 중독에 미치는 영향에서 자기통제력은 완전 매개효과가 있는 것으로 나타났다. 또한 스트레스 대처가 스마트폰 중독에 미치는 영향에서 자기통제력은 부분 매개효과가 있는 것으로 나타났다.

이상의 연구결과를 볼 때, 부모-자녀 간의 의사소통과 스트레스 대처는 스마트폰 중독에 영향을 미치며, 이들 관계에서 자기통제력의 매개효과가 있음을 알 수 있다. 본 연구는 청소년들의 스마트폰 중독을 예방을 위해서는 부모-자녀 간의 의사소통과 스트레스 대처, 그리고 자기통제 훈련의 중요성을 밝혀졌다는 점에서 의의를 지닌다고 할 수 있다. 그런데 본 연구는 수도권 지역에 거주하면서 스마트폰을 이용하고 있는 청소년들을 대상으로 하였으므로 향후 연구에서는 보다 광범위한 지역을 대상으로 연구대상을 표집할 필요가 있다. 또한 부모-자녀 간 의사소통과 스트레스 대처가 스마트폰 중독에 미치는 영향을 파악하였으므로, 후속연구에서는 스마트폰 중독에 영향을 미치는 다양한 변인뿐만 아니라 지역적 특색과 계층별, 심리적 특성 등을 고려한 연구가 이루어져야 할 것이다.

## 참 고 문 헌

- 강숙영. (2008). 초등학생의 인터넷 중독과 자기통제력 및 학업성취도의 관계. 석사학위논문, 충남대학교 교육대학원.
- 구용근. (2013). 부모 양육태도, 부모-자녀 의사소통, 사회적 지지가 청소년 스마트폰 중독에 미치는 영향: 자아존중감과 자기통제력의 매개효과를 중심으로. 박사학위논문, 한세대학교 대학원.
- 구현영. (2010). 고등학생의 휴대전화 중독과 예측요인. 「아동간호학회」, 16(3): 203-210.
- 권재환. (2008). 국내 인터넷중독 연구동향. 「청소년학연구」, 15(3): 137-157.
- 김남선, 이규은. (2012). 대학생의 자기통제력과 생활스트레스가 스마트폰 중독에 미치는 영향. 「한국보건정보통계학회지」, 37(2): 72-83.
- 김두섭, 민수홍. (1996). 「개인의 자기통제력이 범죄억제에 미치는 영향」. 서울: 한국형사정책연구원.
- 김병년. (2013). 대학생의 자기통제력과 스마트폰 중독 간의 관계에서 우울의 매개 효과. 「한국가족복지학」, 39: 49-81.
- 김병년, 최홍일. (2013). 과보호적 부모양육태도가 스마트폰 중독에 미치는 영향에 대한 자기통제력의 매개효과. 「사회과학연구」, 29(1): 1-25.
- 김정희. (1987). 지각된 스트레스요인 및 대처양식의 우울에 대한 작용. 박사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 김중운. (2008). 중학생의 인터넷 중독과 자기통제력 및 정신건강과의 관계. 「중등교육연구」, 56(3): 1-22.
- 김중원. (2002). 중·고등학생의 자기통제력, 사회환경적 요인 및 인터넷. 게임 중독과의 관계. 석사학위논문, 경남대학교 교육대학원.
- 김학범. (2013). 스마트폰 중독과 사이버 범죄의 관계에 관한 연구. 「한국중독범죄학회보」, 3(2): 1-21.
- 김현숙. (1987). 아동의 전자게임 활동이 시각적 정보처리에 미치는 영향. 석사학위논문, 성균관대학교 대학원.
- 김현숙. (1998). 청소년의 건강행위와 비행의 영향요인에 관한 모형 구축. 박사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 노석준. (2013). 고등학생의 환경 및 개인심리요인, 스마트폰 이용동기, 스마트폰 중독과의 구조적 관계 분석. 「교육정보미디어연구」, 19(4): 659-691.
- 남영옥. (2004). 청소년의 사이버섹스 중독과 성비행의 심리사회적 변인. 「청소년학연구」, 11(1): 167-192.
- 민혜영. (1990). Circumplex Model과 부모-자녀 간의 의사소통. 석사학위논문, 연세대학교 대학원.
- 박영옥. (2005). 고등학교 남학생의 인터넷 중독과 자존감, 자기통제력 및 충동성과의 관계. 석사학위논문, 서강대학교 대학원.
- 서승연, 이용호. (2007). 일상적 스트레스, 사회적지지, 몰두 성향과 인터넷 중독과의 관계. 「한국심리학회지 임상」, 26(2): 391-405.

- 송혜진. (2011). 스마트폰 이용을 통한 SNS 중독에 관한 연구. 「한국중독범죄학회보」, 1(2): 31-49.
- 심옥녀. (2008). 대학생의 인터넷 중독에 영향을 미치는 변인 탐색, 박사학위논문, 강원대학교 대학원.
- 양수, 하양숙, 이경순, 이정섭, 권혜진. (2013). 「정신건강 간호학」. 서울: 현문사.
- 오세연. (2013). 다문화가정 자녀의 스마트폰 중독 원인과 예방에 관한 연구. 「경찰학논총」, 8(1): 147-180.
- 이계원. (2001). 청소년의 인터넷중독에 관한 연구. 박사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 이수진, 문혁준. (2013). 중학생의 자기통제, 부모-자녀 간의 의사소통 및 학교생활 만족도가 스마트폰 중독에 미치는 영향. 「한국생활과학회지」, 22(6): 587-598.
- 이정화, 박정원, 최선희. (2008). 중학생의 성별 및 학년에 따른 인터넷 사용 · 휴대폰 사용 · 학업성취도와와의 관계. 「수산해양교육연구」, 20(2): 209-221.
- 전민. (2012). 「의사소통 불안과 우울취약성이 대학생 스마트폰 과다사용에 미치는 영향」. 석사학위논문, 전주대학교 대학원.
- 하창순. (2004). 「한국판 자기통제력 척도 타당화 연구」. 단국대학교 대학원 박사학위논문.
- 한국기독교공보사. (2013). 스마트폰 중독. 「한국기독교공보사」, 2892: 1-5.
- 한국방송통신위원회. (2013). 「청소년 스마트폰 이용현황 통계자료」. 서울: 한국정보화진흥원.
- 한국정보화진흥원. (2011). 「스마트폰중독 진단척도 개발 연구」. 서울: 한국정보화진흥원.
- 한국정보화진흥원. (2013). 「2012년 인터넷 중독 실태조사」. 서울: 한국정보화진흥원.
- 한정선, 김세영. (2006). 중학생의 인터넷 중독 수준에 따른 인터넷 활용 유형, 자기 통제력, 자기조절학습능력 및 학업성취도의 차이. 「교육정보미디어연구」, 12(2): 161-188.
- 한주리, 허경호. (2004). 이동전화 중독 척도 개발 및 타당성 검증. 「한국언론학보」, 48(6): 138-165.
- 한희진, 윤미선. (2009). 청소년의 휴대폰 과다사용에 대한 스트레스와 자아탄력성의 영향력. 「교육문제연구」, 34: 81-100.
- 황승일. (2013). 청소년의 스마트폰 중독에 영향을 미치는 생태체계변인에 관한 연구. 석사학위논문, 조선대학교 대학원.
- Baltes, P. B. & Baltes, M. M. (1994). 「Successful aging: Perspectives from the Behavioral Sciences」. New York: Cambridge University Press.
- Barnes, H. L., & Olson, D. H. (1982). 「Parent adolescent communication scale. In D. H. Olson et al.(Eds.)」. Family inventories(pp. 33-48). St. Paul: University of Minnesota, Department of Family Social Science.
- Bryant, C. M., & Elder, G. H. (2002). Parental behavior and the quality of adolescent friendship: A social-contextual perspective. *Journal of marriage and family*. 64: 676-689.
- Christensen, M. H., Orzack, M. H., Babington, L. M. & Pastsdaughter, C. A. (2001). Computer addiction: When monitor becomes control center. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*. 39(3): 40-49.
- Erikson, E. (1969). 「Childhood and society」. New York: W. W. Norton & Company Inc.
- Gordon, T. (1975). 「P.E.T(Parent Effectiveness Training)」. New York: New American Library.
- Gottfredson, M., & Hirschi, T. (1990). 「A general theory of crime」. Palo Alto, CA: Stanford University Press.
- Guilamo-Ramos, V., Jaccard, J., Dittus, P., & Bouris, A. M. (2006). Parental expertise,

- trustworthiness, and accessibility: Parent-adolescent communication and adolescent risk behavior. *Journal of Marriage and Family*. 68(5): 1229-1246.
- Haid, J. E. (2010). 「Impulse control disorders: A clinician's guide to understanding and treating behavioral addictions」. New York: W. W. Norton & Company.
- Hartos, J. I., & Power, T. G. (2000). Association between mother and adolescent reports for assessing relations between parent-adolescent communication and adolescent adjustment. *Journal of Youth and Adolescence*. 29(4): 441-450.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). 「Stress, Appraisal, and Coping」. New York: Springer.
- Lee, K. Y. (2001). The Study on Internet Addiction of Adolescent. Unpublished Doctoral Dissertation. Ewha Womans University, Korea.
- Logue, A. W. (1995). 「Self-control: Waiting until Tomorrow for What You Want Today」. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Videon, T. M. (2002). The Effects of Parent-adolescent Relationships and Parental Separation on Adolescent Well-beings. *Journal of Marriage and Family*. 68(5): 1229-1246.
- You, M. S. & Kwon, M. K. (2011). The Comparative Study on Mother's Rearing Attitude and Communication among Mother and Student between Mobile Phone Addiction Group and Non-addiction Group: Middle School Students. *Korea Youth Research Association*. 17(1): 33-51.
- Young, K. S. (2000). Caught in the net(1).Seoul: House of nanum.
- Williams, A. L. & Merten, M .J. (2008). A Review of Online Social Networking Profiles by Adolescents: Implications for Future Research and Intervention. *Adolescence*. 43(170): 253-274.

---

**김영미(金英美)**: 신라대학교 사회복지학과 외래교수로 재직중, 한국아동·청소년복지상담연구소 부소장이며 학문적 관심분야는 아동, 청소년, 가족상담복지분야이다. 연구 논문으로는 어린이집교사의 의사결정 참여정도와 교사효능감에 관한 연구, 아동양육시설 보호청소년의 사회적 지지가 학교적응 및 스티그마에 미치는 영향, 아동양육시설 청소년기 입소자의 시설생활 경험에 대한 현상학적 연구이다.<E-mail : okok2536@daum.net/ 논문접수일: 2015. 2. 16/ 논문수정일: 2015. 3. 10/ 게재확정일: 2015. 3. 23>

## Impact of Parent-Child Relationship and Stress-Coping on Smartphone Addiction in Adolescents: Mediating Effects of Self-Control

Kim, Young-Mi

The purpose of this study was to examine the influence of parent-child communication and stress-coping on smartphone addiction and the mediating effects of self-control on the relationship between the two variables. The subjects in this study were the selected adolescent residents in the metropolitan area who were smartphone users. The collected data were analyzed by SPSS (statistical package for the social science) WIN 21.0, and frequency analysis, t-test, One way ANOVA, correlation analysis, multiple regression analysis, hierarchical regression analysis and Sobel Test were made. After a survey was conducted, the following findings were given: First, the teens were less addicted to smartphones when they had a more open communication with their parents. Second, as for stress-coping, problem-focused coping, emotion-alleviation coping and wishful thinking led to less smartphone addiction. Third, self-control produced mediating effects when parent-child communication affected smartphone addiction and when stress-coping affected it. As a result, it's found that parent-child communication and stress-coping pattern affected smartphone addiction, and that self-control had mediating effects on the relationship of the variables. The findings of the study suggest that the preparation of programs geared toward boosting parent-child communication is required, and that stress management should be handled as one of major tasks for school health.

[Key Words: Parent-Child Communication, Stress-Coping, Smartphone Addiction, Self-Control]