



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

교육학석사학위 논문

청소년의 학업스트레스가 스마트폰
과의존에 미치는 영향:
부모-자녀의사소통의 조절효과

대구가톨릭대학교 교육대학원

상 담 심 리 전 공

민 동 옥

지도교수 성 한 기

2019년 2월

청소년의 학업스트레스가 스마트폰
과의존에 미치는 영향:
부모-자녀의사소통의 조절효과

대구가톨릭대학교 교육대학원

상 담 심 리 전 공

민 동 옥

이 논문을 교육학석사학위 논문으로 제출함

지도교수 성 한 기

2019년 2월

민동옥의 교육학석사학위논문을 인준함

심사위원_____인

심사위원_____인

심사위원_____인

대구가톨릭대학교 교육대학원

2019년 2월

목 차

(Abstract)

I. 서 론	1
II. 이론적 배경	4
1. 스마트폰 과의존	4
2. 학업스트레스	6
1) 학업스트레스의 개념 및 특성	6
2) 학업스트레스와 스마트폰 과의존의 관계	7
3. 부모-자녀의사소통	8
1) 부모-자녀의사소통의 개념 및 특성	8
2) 부모-자녀의사소통과 스마트폰 과의존의 관계	10
4. 학업스트레스 및 부모-자녀의사소통과 스마트폰 과의존의 관계	11
5. 연구문제 및 가설	12
6. 연구모형	12
III. 방 법	13
1. 연구대상	13
2. 측정도구	15
1) 스마트폰 과의존	15
2) 학업스트레스	15
3) 부모-자녀의사소통	16
3. 자료분석	17

IV. 결 과	18
1. 주요 변인에 대한 기술통계	18
2. 주요 변인들 간의 상관분석	19
3. 학업스트레스와 스마트폰 과의존 관계에서 부모-자녀의사소통의 조절효과	21
V. 논 의	23
VI. 요 약	27
참고문헌	28
부록	38

표 목 차

표 1. 연구대상의 인구학적 특성	14
표 2. 스마트폰 중독척도의 신뢰도	15
표 3. 학업스트레스 척도의 신뢰도	16
표 4. 부모-자녀의사소통 척도의 신뢰도	17
표 5. 학업스트레스, 스마트폰 과의존, 부모-자녀의사소통의 평균과 표준편차	18
표 6. 학업스트레스, 스마트폰 과의존, 부모-자녀의사소통 간의 상관관계	19
표 7. 하위 변인을 포함한 학업스트레스, 스마트폰 과의존, 부모-자녀의사 소통 간의 상관관계	20
표 8. 학업스트레스와 스마트폰 과의존 관계에서 부모-자녀의사소통의 조절효과	21

그 립 목 차

그림 1. 연구모형	12
그림 2. 학업스트레스와 부모-자녀의사소통의 상호작용 효과	22

The Effect of Adolescent's Academic Stress On Smartphone Over-Dependence: Moderating Effect of Parent-Adolescent Communication

Min, Dong Ok

Department of Counseling Psychology
The Graduate School of Education, Daegu Catholic University

(Supervised by Professor Seong, Han Gee)

(Abstract)

The purpose of this study was to examine the influence of academic stress on smartphone over-dependence and the moderating effect of parent-adolescent communication on the relationship between academic stress and smartphone over-dependence among middle school students. For this study, 402 students, the participants in this research were 2 grade students at middle school in Ulsan.

The main results are summarized as follows.

First, academic stresses perceived by adolescents showed a positive correlation with smartphone over-dependence, and parent-adolescent communication showed negative correlation with smartphone over-dependence. That is, the higher the academic stress, the higher the smartphone over-dependence and the more positive the parent-adolescent communication functions, the lower the smartphone over-dependence.

Second, parent-adolescent communication moderated the relationship between academic stress and smartphone over-dependence. In other words, positive parent-child communication can lower the risk of smartphones over-dependence by lowering academic stress.

In this study, academic stress and parent-adolescent communication influence smartphone over-dependence, which means that adolescents' smartphone over-dependence should be mediated with a direct

understanding and concern in home and school. In addition, the positive communication between parents and their adolescent moderates the relationship between academic stress and their smartphone over-dependence, which means that the quality of parent-adolescent communication can serve as a protective factor to prevent smartphone over-dependence. Therefore, various communication programs should be developed and implemented to prevent smartphone over-dependence.

I. 서론

우리나라의 **스마트폰 보유인구**는 2017년 8월 기준으로 약 89.5%이며, 청소년은 90%이상 스마트폰을 가지고 있는 것으로 파악되고 있어(과학기술정보통신부, 2018) 스마트폰의 사용은 일상화되었다고 할 수 있다. 청소년들은 스마트폰을 통해 자기를 표현하고, 또래와의 관계를 형성하거나 유지하며, 지식과 정보를 습득하고, 인터넷과 게임 등으로 즐거움을 얻는 등 다양한 욕구를 충족시키지만, 스마트폰의 과다사용과 습관적 사용은 청소년에게 많은 부정적 문제를 초래하여 우려를 낳고 있다.

‘2017년 스마트폰 과의존 실태조사’ 결과(한국정보화진흥원, 2018)에 따르면, 10대 청소년들의 스마트폰 과의존 위험군 비율은 30.3%로 2015년(31.6%)보다 약간 감소했으나, 여전히 30%이상의 높은 비율을 차지하고 있어 사회적 예방에 대한 대책이 시급한 것으로 나타났다. 학령별 과의존 위험군 비율을 보면 중학생이 34.8%로 가장 높고, 고등학생이 28.7%, 초등학생이 24.2%였으며, 과의존 위험군 중 고위험군은 상대적으로 중학생(3.9%)과 고등학생(3.4%)에서 많았다(한국정보화진흥원, 2018).

스마트폰 과의존(over-dependence)이란 스마트폰의 과도한 사용으로 스마트폰에 대한 현저성은 증가하고, 이용 조절능력은 감소하여 문제적 결과를 경험하고 있는 상태를 말한다(한국정보화진흥원, 2017). 청소년기는 신체적, 정서적 그리고 사회적으로 급격한 발달적 변화를 겪으며, 정체성을 획득해 가면서 성인기로의 성공적 이행을 준비하는 중요한 시기이다. 스마트폰 과의존 또는 중독은 청소년 발달의 여러 영역에 부정적인 영향을 미치는데, 금단현상과 강박 증세, 우울, 불안, 수면장애 등과 같은 정신 병리적 문제가 나타날 수 있으며(이수진, 문혁준, 2013), 또한 과도한 요금으로 경제적 문제를 유발하여 부모와의 불화가 생기고, 학업에 집중할 수 없을 뿐 아니라 학교 교사와의 갈등, 일탈행동으로 또래관계 형성에 문제를 보이기도 한다(이민석, 2011). 스마트폰을 갖고 있지 않을 때의 불안감, 업무 및 학업에 집중할 수 없는 증상, 벨이나 진동소리를 잘못 듣게 되는 환청현상

등을 보일 수도 있다(박지선, 2011). 또한 직·간접적인 대인 상호작용의 기회를 감소시키고 가상세계지향성을 증가시킴으로써 사회성 발달을 저해할 가능성이 있다(김병년, 2013). 특히 폭력적이거나 자극적인 경험에 노출됨으로써 행동양식에 부정적 영향을 줄 수 있으며, 공격성과 같은 외현화 문제를 일으키는 원인이 될 가능성도 있다(서창민, 이종훈, 최태영, 김지현, 신임희, 우정민, 2012; 장여옥, 조남익, 2014).

청소년은 성인에 비해 자신과 환경을 조절하고 통제하는 능력과 기술이 충분히 발휘되지 않는 시기이며, 급격한 발달적 변화로 불안정한 시기에 놓여 있기 때문에 쉽게 스마트폰에 빠질 위험이 있다. 이에 스마트폰 과의존에 영향을 미칠 수 있는 원인에 대한 이해를 통해 적절한 개입이 필요하다고 볼 수 있다.

스마트폰 과의존에 영향을 줄 수 있는 변인들로 또래관계(금지현, 김동심, 정수인, 2016; 주석진, 조성심, 2015), 학교적응(김태량, 최용민, 2016; 서인균, 이연실, 2017), 학업스트레스(김일옥, 신선화, 2016) 등의 학교요인과 부모와 자녀간의 의사소통(김유진, 조규환, 2016; 여종일, 2015), 양육태도(임정아, 김명식, 2018; 정경아, 김봉환, 2015), 가족관계(오영덕, 2014), 애착(여지영, 강석영, 김동현, 2014; 최선우, 김승현, 2015) 등 가족요인을 들 수 있다.

청소년기의 중요한 발달과업 중 하나가 바로 학업이다. 높은 교육열과 입시위주의 환경에 놓인 청소년들은 학업문제로 가장 많이 고민하고 있으며, 경험하고 있는 스트레스 중 학업스트레스가 가장 높은 비율을 차지하고 있다(남석진, 2014; 통계청, 2015). 학업스트레스는 스마트폰 과의존의 원인이 될 수 있다. 청소년들은 가장 손쉬운 스트레스 해결방식으로 스마트폰을 선택하게 되는 것이다(김보연, 2011). 학업스트레스가 낮은 집단은 높은 집단에 비해 인터넷 중독율이 낮았고(김도희, 박영준, 장재원, 2017; 박미숙, 구자경, 2012; 박미애, 2016; 최연희, 서부덕, 최은희, 2007), 학교를 억지로 다니는 집단이나 공부에 대한 부담감이 높은 집단이 인터넷 중독 정도가 높았다(임은미, 2003).

부모와 자녀의 의사소통은 서로의 감정을 나누고 변화시킬 수 있는 방법이

며(Satir, 1972), 자녀의 인격 형성 및 사회화에 중요한 영향을 미친다. 특히 의사소통은 부모-자녀관계를 강화시키거나 약화시키는 요인으로 가장 중요한 매개체이다(Thomas, 1977). 부모와 자녀 사이의 의사소통은 Barnes와 Olson(1985)의 순환 모형에 따라 개방형과 문제형으로 나눌 수 있는데, 개방형 의사소통을 할수록 청소년의 스마트폰 중독이 낮았고(김영미, 2015; 김유진, 조규판, 2016; 여종일, 2015; 이수진, 문혁준, 2013; 최지수, 2015), 인터넷 중독이 낮았다(김소연, 전종설, 2016; 장갑수, 2013; 장재홍, 김광현, 2009).

학업스트레스가 높은 학생이 모두 스마트폰 과의존을 보이는 것은 아닐 것이기 때문에 스마트폰 과의존을 예방하거나 낮출 수 있는 조절변인으로 작용하는 요인에 주목할 필요가 있다. 부모-자녀의사소통이 학업스트레스를 예측하는 주요 변인이라는 연구결과(김순미, 2013; 손영미, 2009; 이한열, 2010)와 스마트폰 중독, 인터넷중독, 분노, 자살 등 청소년의 적응문제에서 부모와 자녀 간의 건강하고 개방적인 의사소통이 보호요인임을 밝히는 연구들(김경숙, 2017; 김재엽, 이현, 김지민, 2015)을 바탕으로, 부모-자녀의사소통은 학업스트레스와 스마트폰 과의존 요인으로 예측할 수 있다.

따라서 본 연구에서는 학업스트레스와 부모-자녀의사소통, 스마트폰 과의존간의 관계를 알아보고, 학업스트레스와 스마트폰 과의존 관계에서 부모-자녀의사소통의 조절효과를 살펴보고자 한다. 그리하여 청소년 스마트폰 과의존에 대한 이해의 폭을 넓히고, 사회적으로 문제가 되고 있는 청소년 스마트폰 과의존에 대한 예방을 계획하고 중재하는데 필요한 기초자료가 될 것이라 기대한다.

II. 이론적 배경

1. 스마트폰 과의존

과학기술정보통신부(2018)는 현재 우리나라 만 6세 이상 스마트폰을 보유한 인구의 비율은 89.5%에 달한다고 보고 하였다. 스마트폰 이용자 10명 중 9명(97.8%)이 ‘하루에 1회 이상’ 스마트폰을 이용하며, 주 평균 14시간 이상 이용하는 사람은 31.1%를 차지하며, 스마트폰 이용자의 주 평균 이용시간은 10시간으로 알려졌다. 주로 이용하는 기능은 문자 및 전화(80.2%), 메신저(94.7%)이며, 이메일(60.2%), 쇼핑(54.0%), 인터넷뱅킹(57.1%), 음악, 동영상, 온라인 게임 등의 여가활동(91.5%)으로 나타났다. 스마트폰은 우리의 생활 전반에 걸쳐 다양한 영역에서 활용되고 있으며, 그 이용도도 높다고 볼 수 있다.

스마트폰이 빠르게 확산되면서 휴대폰과 컴퓨터의 두 가지 기능이 접목되어 그 중독성은 인터넷 및 휴대폰 중독보다 위험성이 더 큰 것으로 나타났다(강희양, 박창호, 2012). 특히 호기심이 많고 통제력이 약한 청소년의 경우 다양한 기능의 스마트폰을 손쉽게 다루면서 반복적이며 습관적으로 사용하게 된다. 스마트폰 과의존이란 스마트폰에 지나치게 몰두함에 따라 스마트폰 사용의 내성과 금단 증상이 생겨 수면, 학업, 건강 등 일상생활에 어려움이 나타나는 현상이다(미래창조과학부, 2015). 과의존이라는 명칭은 흔히 과다사용, 과몰입, 중독, 중독적 성향 등과 함께 사용되고 있다. 국내의 인터넷 및 휴대전화 관련 대부분의 연구들에서도 그 용어를 명확히 구분하지 않고 있으며, ‘중독’이라는 용어로 사용되는 경우가 흔하다(김동만, 이철현, 2015). 한국정보화진흥원은 중독이라는 용어가 병리적 개념의 성격을 띠는 점에서 2016년 과의존이라는 용어로 대체하였다. 하위요인으로 일상생활장애, 가상세계지향, 내성, 금단이 있으며, 메신저, 게임, 뉴스검색, 음악 등의 순으로 과의존이 나타나고 있다.

스마트폰 과의존 현황을 보면, 2015년 16.2%, 2016년 17.8%, 2017년

18.6%로 스마트폰 과의존 위험군이 점점 증가하고 있는 추세이다(과학기술정보통신부, 2018). 이러한 증가추세는 이제 개인적 차원을 넘어서서 가족, 사회, 국가가 함께 고민하고 예방 및 개입 대책을 마련할 필요성이 있다.

특히 청소년의 스마트폰 과의존 위험군은 2013년(25.5%)부터 크게 상승하기 시작하여 2017년 30.3%로 여전히 높은 수치이며, 특히 중학생이 34.3%로 가장 높은 비율을 차지하고 있으며, 이는 성인(17.4%)에 비해 두 배 가까이 높다. 청소년의 스마트폰 과의존 원인으로 조절실패(2.86%)가 가장 큰 요인으로 나타났는데, 이는 신체적 심리적으로 급격한 변화가 이루어지는 청소년들의 발달적 특성을 잘 반영한다. 즉 성인에 비해 낮은 통제력으로 외부 자극에 쉽게 노출되며, 충동적이고 무의식적으로 계속 스마트폰을 사용한다는 것을 알 수 있다.

스마트폰 과의존의 심각성이 사회적 문제로 대두되면서 이와 관련된 다양한 선행연구들이 진행되어왔다. 청소년기 스마트폰 과의존은 내재화 문제로 신체증상, 외현화 문제로 공격성과 비행이 나타나며(장여옥, 조남익, 2014), 학교생활적응의 어려움(박두환, 백지숙, 2014)과 낮은 자기효능감(김정현, 정인경, 2015)에 영향을 준다. 또한 통제력을 약화시키고, 강한 충동성을 나타내 성인기의 부적응을 예측하는 변인(오주, 2015)으로 언급되어 진다. 또래들과 같은 공간에 있지만 대화를 단절 시키거나 학업 및 수업시간에 집중력을 저하시키기도 한다(강혜령, 2015). 과도한 스트레스를 받는다는 느낌과 낮은 학업성취도로 학업에 대한 흥미를 잃고, 사회성이 부족과 함께 자기표현에 어려움을 겪는 현상을 보인다. 특히, 10대 청소년이 내성, 강박, 집착, 부적응 등 스마트폰 과의존에 매우 취약하며(신영미, 2011), 어린 나이 일수록 스마트폰에 쉽게 노출되며, 스마트폰 과의존은 우울, 자기비난, 의사소통 불안에 영향을 미친다(이민석 2011)고 보았다. 이상으로 스마트폰 과의존의 위험은 신체적 증후를 비롯한 심리적 문제, 행동문제, 학교생활의 어려움 나아가 정신과적 문제까지 초래한다고 볼 수 있다.

2. 학업스트레스

1) 학업스트레스의 개념 및 특성

정서적으로 불안정한 시기에 있는 청소년은 성인에 비해 더 무겁고 다양한 형태의 스트레스를 겪고 있다(박성자, 2002; 황정규, 1990). 특히, 한국 청소년의 경우에는 성적을 중요시하는 입시위주의 현실에서 부모의 지나친 관심과 기대, 학업 부진에 대한 열등감 등으로 상당한 학업스트레스를 경험하고 있다.

청소년들에게 학업스트레스는 자신감과 성적, 학업동기를 낮추고, 학교적응에 어려움을 야기하는 요소로 확인되어왔다. 학업스트레스란 학교 공부 또는 성적으로 인해 학업이 힘들고 부담스럽게 느껴져 겪게 되는 정신적인 부담, 긴장, 우울, 그리고 공포 등과 같은 불편한 심리상태이다(오미향, 천성문, 1993).

통계청(2018)에 따르면, 청소년들의 37.2%가 스트레스를 겪고 있으며, 그 원인으로는 학업성적에 대한 압박감, 부모님의 기대 및 주위의 시선, 부족한 수면, 동급생들과의 경쟁, 지나치게 많은 학원 또는 과외수업으로 나타났다. 그 중 학업성적에 대한 압박감이 가장 큰 스트레스 요인으로 작용하였다. 이러한 학업성적에 대한 스트레스로 집중력저하, 위염 및 장염과 같은 소화기관 문제, 온라인 게임 및 스마트폰 과의존 등 다양한 형태로 후유증을 겪고 있다.

청소년들의 정신건강을 해치고 삶의 질을 낮추는 학업스트레스는 중요한 심리적 기제로 언급되면서 다양한 선행연구가 이루어졌다. 학업스트레스는 우울한 정서를 높이고 자살 및 정신건강에 부정적 영향을 주며(김재엽, 박하연, 황선익, 2017; 손혜선, 2014; Brent & Moritz, 1996), 현실을 도피하거나 비행, 자퇴 등 반항적 행동을 유발할 수 있다(이선애, 2008; Cotten, 2001; Morgan & Cotten, 2003). 부모의 지나친 기대로 좌절감을 겪고 자존감과 자기효능감이 낮아지게 되며(민경수, 2012), 심리적 부담감이 자아정체성에 까지 영향을 끼치게 된다(태은주, 2015). 또한 학교적응에 어려움을 겪고(김정현, 김성벽, 정인경, 2014; 서보준, 이진열,

2018; 아영아, 정원철, 2011), 인터넷 중독, 게임중독, 스마트폰 중독(고재량, 변상해, 2014; 김도희, 박영준, 장재원, 2017; 아영아, 정원철, 2010; 주석진, 2011)으로 이어진다고 확인되었다. 정리하면, 학업스트레스는 정신건강에 부정적 영향을 주고, 비행과 같은 부적응행동을 유발할 수 있으며, 학교적응의 문제와 함께 인터넷 및 스마트폰 중독까지 초래하는 등 청소년기 발달적 측면의 위험 요인이라고 볼 수 있다.

2) 학업스트레스와 스마트폰 과의존의 관계

청소년의 발달수준에 맞지 않은 부모의 지나친 기대는 학업스트레스의 주요 원인이 되며(Elkind, 1981), 감각추구성향이 강하며, 새로운 매체에 쉽게 흥미를 보이는 청소년은 스트레스 상황에서 스마트폰에 노출되기 쉽다. 학업문제로 고민하고 심리적 어려움을 겪고 있는 청소년들 중에는 편리하고 다양한 콘텐츠를 검비한 스마트폰을 습관적으로 사용하게 됨으로써 과의존의 문제를 초래하기도 한다. 학업성적이라는 경쟁상황에서 잠깐이라도 벗어나고 싶은 마음에 온라인 게임을 하게 되고, 결국은 게임 시간을 스스로 조절하지 못하고 깊이 빠지는 경우가 생긴다(노수원, 2003; 이은수, 2012). 또한 또래와의 경쟁구도에서 벗어나 매체를 통해 타인과 관계를 형성하고 자신의 존재감을 확인하기 위해 스마트폰에 의존하게 된다(오현희, 김현진, 2014).

스마트폰과 특성이 비슷한 매체인 인터넷 및 휴대폰과 관련된 선행연구를 살펴보면, 청소년들이 스트레스 해소를 위해 휴대전화를 습관적으로 무분별하게 사용하여 정신건강을 해치는 결과를 초래하였다(한상훈, 2008). 스트레스가 인터넷 중독을 예측하는 주요한 요인이며, 청소년들의 불안, 충동성, 스트레스 등이 휴대폰 과다사용의 예측 요인으로 확인하였다(이해정, 김명수, 손현경, 안숙희, 김정순, 김영혜, 2007).

유성자, 최연희 및 김희숙(2010)의 연구에서 학업스트레스가 높은 집단은 낮은 집단에 비해 인터넷 중독 수준이 높았다. 류진아와 김광웅(2004)은 학업 스트레스 중 인터넷 중독 예측하는 하위요인으로 성적 스트레스를 제시하였다. 휴대폰 중독 정도가 높고 학업스트레스를 더 많이 받는 집단일수

록 성적이 낮은 집단을 이루었고, 학교를 억지로 다니는 집단이나 공부에 대한 부담감이 높은 집단이 상대적으로 인터넷 중독 정도가 높다(임은미, 2003). 이러한 결과는 학업스트레스가 인터넷과 휴대폰의 기능을 둘 다 가지고 있는 스마트폰 과의존 증상을 나타낼 수 있음을 예측하게 한다.

3. 부모-자녀의사소통

1) 부모-자녀의사소통의 개념 및 특성

의사소통은 상호작용과 교류를 의미하는 것으로 일반적으로 언어적 행동과 비언어적 행동의 모든 것을 포함한다(Satir, 1972). Bienvenu와 McClain(1970)은 의사소통은 서로를 이해하고 타인의 입장에서 문제를 바라보려 하며, 서로의 입장 차이를 알기 위해 자신의 느낌과 의미를 서로 교류하는 방법이라고 정의하였고, Cross와 Crandall, Knoll(1988)은 의사소통이란 인간관계에서 감정, 신념, 생각, 태도, 사실 등을 전달하는 과정으로 상호간에 영향을 주고받고 이해하는 모든 수단을 포괄한다고 정의하였다.

부모-자녀간 의사소통이란 부모와 자녀 사이의 상호작용에서 감정, 느낌, 생각, 태도 등의 메시지를 전달하는 수단으로 상호간의 이해를 도모하는 과정이며(민하영, 1991), 부모-자녀간 의사소통은 자녀의 인성 및 행동발달과 관련이 크고, 기존의 부모와 자녀관계 변화에 따른 갈등을 해결하는 등의 중요한 기능을 갖는다(조윤미, 이숙, 2008). 의사소통은 인간관계를 유지하고 원활하게 이끌 수 있도록 촉진적인 역할을 하는 중요한 도구이다(심보현, 2013). 부모는 자녀에게 살아가는 데 기반이 되는 다양한 영역에서 경험을 하고, 부모의 언어나 습관이나 태도를 통해 성장기에 있는 자녀에게 직접 그리고 간접적으로 영향을 미치게 된다.

부모-자녀간 의사소통의 하위요인에 대하여 의사소통의 유형을 보면, Satir(1983)는 의사소통을 언어와 비언어적 행동의 일치라는 관점으로 순기능적 의사소통과 역기능적 의사소통의 두 가지 유형으로 구분하였다. 순기능적 의사소통은 사람들 간의 소통에 있어서 언어 및 비언어적 행동이 일치하여 상대가 말하고자 의도하는 요점을 정확하게 이해하고 자신의 의사를

정확하게 전달하는 경우를 의미한다. 역기능적 의사소통은 상대와의 갈등이 일어날 것을 지나치게 염려하거나 자신의 취약점이 드러날 것을 우려한 나머지 언어 및 비언어적 행동이 일치하지 않는 경우를 의미한다. 더불어 의사소통의 기술과 유형은 부모 및 가족들과의 경험에 의해 습득된 것으로써 필요에 따라 새롭게 학습한다면 변화가 가능하다고 언급하였다.

Barnes와 Olson(1985)은 부모와 자녀 간의 의사소통 유형을 순환 모형에 기반을 두고 개방형과 문제형으로 나누었다. 개방형 의사소통은 부모와 자녀간의 상호작용에서 통제받지 않고 자유롭게 감정 또는 사실을 표현하는 의사소통유형이며, 문제형 의사소통은 부모와 자녀간의 상호작용에서 의사소통을 주저하고, 부모로부터 애정적 반응보다는 비난적 반응을 더 많이 경험하는 등 의사소통이 원활하게 이루어지지 않는 유형이다. 이는 건설적이지 않은 의사소통을 사용하며, 이중메시지, 모순된 메시지, 낮은 문제해결 기술 등을 의미하기도 한다.

청소년기는 부모에 대한 기존의 애정관계 및 의존적 태도에서 벗어나 긴장과 갈등관계로 전환되는 시기이다. 이는 청소년의 발달과업과 이어지는 자연스러운 관계변화로 기존의 관계가 무너지게 되고, 상호작용패턴과 역할의 재구조화와 부모와 자녀 관계의 새로운 방향이 모색된다. 따라서 청소년기 부모와 자녀 사이에 서로에 대한 역할과 기대, 가치, 그리고 책임을 새롭게 이해하기 위해서는 의사소통이 주요한 역할을 하게 된다. 효과적인 의사소통은 부모와 자녀간의 갈등과 문제를 해결하고, 서로에 대한 신뢰와 애정을 발전시키며, 자녀의 성격과 행동발달 및 사회화에도 중요한 영향을 미치게 된다(박진채, 홍경자, 2004).

부모-자녀의사소통 유형과 관련된 선행연구를 살펴보면, 부모-자녀간 개방적인 의사소통을 할수록 불안 및 우울수준이 낮으며(노성향, 1994), 또래와 원만하고 좋은 관계를 유지하였다(신희이, 문혁준, 2009). 이와는 반대로 부모-자녀간 문제적 의사소통을 할수록 타인과의 관계에서 어려움을 느끼며(Ko, 2000), 청소년의 문제행동이 증가하였다(박희숙, 하정희, 2007). 이러한 결과는 부모-자녀의사소통의 하위요인인 개방형과 문제형 의사소통이 청소년의 정신건강이 및 적응에 영향을 미치는 요인임을 알 수

있다.

2) 부모-자녀의사소통과 스마트폰 과의존의 관계

스마트폰과 같은 매체 중독에서 부모의 역할이 무엇보다 중요하며, 특히 부모와 자녀 관계에서 의사소통 방법을 변화시킬 필요가 있다(이형초, 심경섭, 2006). 먼저 부모와 자녀 간의 의사소통이 인터넷 중독에 미치는 영향에 관한 연구를 보면, 부모 자녀 간의 의사소통이 역기능적일수록 청소년의 인터넷 중독이 심하였다(배성만, 박종교, 고영삼, 2012). 부모의 의사소통이 문제중심적일수록 자녀의 인터넷 중독 수준이 높았으며, 개방적일수록 인터넷 중독 수준은 낮았다(임미림, 2014). 부모가 모두 문제중심적 의사소통을 하는 경우 자녀의 인터넷 중독은 더 심각 하였다(한상임, 2010). 또한 부모-자녀간의 폐쇄적 의사소통이 많을수록 인터넷 게임중독에 빠질 위험성이 크게 나타났다(Ju & Jwa, 2011).

스마트폰 중독에 영향을 미치는 연구에서는 부모와 부정적인 의사소통을 경험한 청소년은 스마트폰 중독의 한 범주인 SNS를 과다하게 사용하였으며(Floros & Siomos, 2013). 개방적인 의사소통을 사용하는 부모일수록 스마트폰 중독이 낮아졌고(Lee & Moon, 2013), 폐쇄적 의사소통의 경우 휴대폰 중독수준이 높았다(Yu, 2010), 이수진과 문혁준(2013)은 부모의 역기능적 의사소통이 청소년 스마트폰 중독에 부정적 영향을 준다고 보았다. 청소년기는 부모와 자녀 간의 개방적인 대화가 타인과의 관계 형성에 중요한 영향을 미치며, 스마트폰 사용에 대하여 일방향적인 대화가 아닌 상호교류적 대화 일수록 부모와 자녀간의 갈등은 줄어들고 스마트폰 중독 경향이 낮아진다는 것을 의미한다. 또한 스마트폰 중독으로 인해 가상세계 지향성이 높아질수록 부모-자녀간 역기능적 의사소통수준이 높다고 하였다(임미림, 2014). 즉, 부모-자녀간 역기능적 의사소통을 경험할수록 스마트폰에 더욱 의존하게 된다는 것이다. 부모-자녀의 관계형성에 있어 개방적이고 상호교류적인 의사소통이 매우 중요하다는 것을 알 수 있다.

4. 학업스트레스 및 부모-자녀의사소통과 스마트폰 과의존의 관계

앞에서 살펴본 바와 같이 청소년의 학업스트레스가 높을수록 스마트폰 과의존 경향이 높았으며, 부모-자녀간 의사소통이 개방적일수록 스마트폰 과의존 경향이 낮았다.

학업으로 인한 스트레스가 청소년의 스마트폰 과의존에 부정적인 영향을 미친다는 연구는 학업스트레스가 스트레스원(stressor)으로 작용하여 스마트폰 과의존을 증가시킨다는 것을 의미한다. 성적, 공부, 수업 등으로 인한 학업스트레스를 풀기위해 스마트폰을 사용하게 되면 부모와의 의사소통은 점점 줄어들게 될 것이다. 그 결과 부모와의 의사소통이 점점 줄어드는 청소년들은 학업스트레스로 인한 어려움이 더 커질 것이다. 김순미(2013)와 장민혜(2016)의 연구에서 빈약한 부모-자녀의사소통은 청소년의 학업스트레스를 높이고, 건강한 부모-자녀의사소통은 학업스트레스를 경감시키는 효과가 있음을 밝히고 있다. 이와 같이 부모와 자녀간의 의사소통이 학업스트레스의 크기를 설명할 수 있음을 고려할 때, 부모-자녀간의 의사소통을 통해 학업스트레스가 스마트폰 사용 수준에 미치는 부정적인 영향이 완화될 것임을 예상해 볼 수 있다.

즉, 청소년의 학업스트레스와 스마트폰 과의존의 관계에서 부모-자녀의사소통은 조절기능을 지녀서 학업스트레스가 높더라도 부모-자녀의사소통이 원활하다면 스마트폰 과의존 경향을 감소시킬 수 있을 것으로 추론된다.

5. 연구문제 및 가설

이상의 논의를 바탕으로 다음과 같은 연구문제와 가설을 설정하고 실증조사를 통해 검증하고자 한다.

연구문제 1. 청소년의 학업스트레스와 부모-자녀의사소통, 스마트폰 과의존의 관계는 어떠한가?

가설 1-1. 청소년의 학업스트레스가 높을수록 스마트폰 과의존은 높아질 것이다.

가설 1-2. 부모-자녀의사소통 수준이 높을수록 스마트폰 과의존은 낮아질 것이다.

연구문제 2. 부모-자녀의사소통은 청소년의 학업스트레스와 스마트폰 과의존 관계를 조절하는가?

가설 2-1. 부모-자녀의사소통은 청소년의 학업스트레스와 스마트폰 과의존의 관계에서 조절효과를 가질 것이다.

6. 연구모형

본 연구는 학업스트레스가 스마트폰 과의존 관계에 미치는 영향과 이들 관계에서 부모-자녀의사소통의 조절효과를 알아보는데 그 목적이 있다. 이러한 연구목적을 달성하기 위해 다음과 같이 연구모형을 설정하였다.

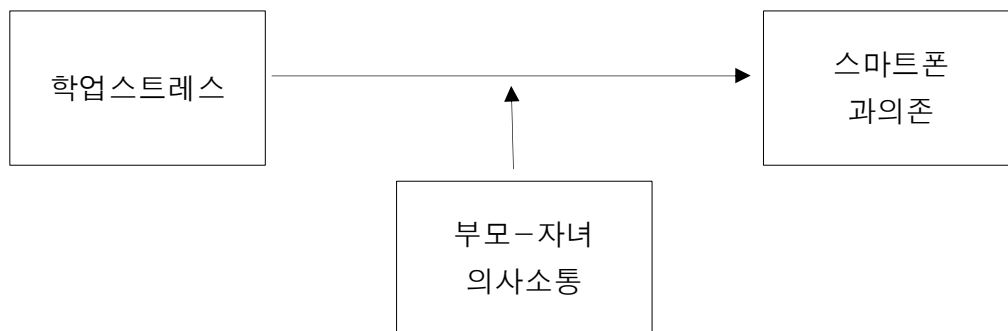


그림 1. 연구모형

Ⅲ. 방 법

1. 연구대상

울산광역시 소재 중학교 3곳에 재학 중인 2학년 학생들에게 430부의 설문지를 배포 및 실시하였고, 회수된 416부 중 무성의하게 응답한 14부를 제외한 402부를 최종 자료 분석에 사용하였다. 본 연구 대상자의 인구학적 특성은 표 1과 같다.

연구 대상자의 성별은 남자 237명(59.0%), 여자 165명(41.0%)이었다. 하루 평균 사용시간은 2시간~3시간 미만 120명(29.6%)으로 가장 높았으며, 다음으로 1시간~2시간 미만 95명(23.6%), 3시간~4시간 미만 85명(21.1%), 4시간이상 63명(15.7%), 1시간 미만 40명(10.0%) 순으로 나타났다. 한국정보화진흥원(2011)에서 개발한 청소년 자기보고형 스마트폰 과의존 채점기준에 따라 41점 이하는 일반사용자군, 42~44은 잠재적 위험사용자군, 45점 이상은 고위험 사용자군으로 분류하였다. 이에 스마트폰 과의존 총점에서 스마트폰 과의존 수준을 분류한 결과, 일반 사용자군이 365명(90.6%)으로 가장 높았으며, 잠재적위험 사용자군 20명(5.1%), 고위험 사용자군 17명(4.3%) 순 이었다. 스마트폰 사용용도는 채팅, 카카오톡, 트위터, 페이스북 등 151명(37.6%)로 가장 높았으며, 음악, 영화 및 동영상 시청 121명(30.1%), 게임 등 취미오락 84명(20.9%), 문자메시지 20명(5.0%), 인터넷정보 검색 15명(3.7%), 음성통화 11명(2.7%) 순으로 나타났다. 다음으로 스마트폰 사용에 대한 부모의 반응에 대한 응답은 ‘나의 자율성에 맡기신다’ 181명(44.3%), ‘하지 마라고 하신다’ 123명(31.0%), ‘시간을 정해 주신다’ 77명(19.4%), ‘전혀 상관하지 않으신다’ 21명(5.3%)으로 나타났다. 학업성적은 중 128명(31.8%), 상중 95명(23.6%), 상 75명(18.7%), 중하 64명(15.9%), 하 35명(8.7%)로 나타났다.

표 1. 연구대상의 인구학적 특성

(N=402)

특성	구분	빈도(명)	비율(%)
성별	남학생	237	59.0
	여학생	165	41.0
학년	2학년	402	100.0
스마트폰 사용경험 유무	예	402	100.0
	아니오	—	—
하루평균 스마트폰 사용시간	1시간 미만	40	10.0
	1시간~2시간 미만	95	23.6
	2시간~3시간 미만	120	29.6
	3시간~4시간 미만	85	21.1
	4시간이상	63	15.7
스마트폰 과의존 수준	일반 사용자군	365	90.6
	잠재적위험 사용자군	20	5.1
	고위험 사용자군	17	4.3
스마트폰 사용용도	음성통화	11	2.7
	문자메시지	20	5.0
	게임 등 취미오락	84	20.9
	인터넷정보 검색	15	3.7
	음악, 영화 및 동영상 시청	121	30.1
	채팅, 카카오톡, 트위터, 페이스북 등	151	37.6
스마트폰 사용에 대한 부모 반응	하지 마라고 하신다	123	31.0
	시간을 정해 주신다	77	19.4
	나의 자율성에 맡기신다	181	44.3
	전혀 상관하지 않으신다	21	5.3
학업성적	상	75	18.7
	상중	95	23.6
	중	133	33.1
	중하	64	15.9
	하	35	8.7
전체		402	100

2. 측정도구

1) 스마트폰 과의존

스마트폰 과의존척도는 한국정보화진흥원(2011)이 개발한 청소년 자기보고용 스마트폰 중독척도를 사용하였다. 이 척도는 총 15문항이며, 하위요인은 일상생활 장애(5문항), 가상세계 지향성(2문항), 금단(4문항), 내성(4문항)으로 구성되어 있다. 응답방식은 4점 Likert 척도로 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점부터 ‘매우 그렇다’ 4점으로 평정한다. 총점은 15점에서 60점까지 얻을 수 있으며, 총점이 높을수록 스마트폰 과의존이 높다는 것을 의미한다. 본 척도의 하위요인별 문항구성 및 신뢰도(Cronbach's α)는 표 2와 같다. 일상생활장애 .84, 가상세계 지향성 .79, 금단 .75, 내성 .81이며, 전체신뢰도는 .87이었다.

표 2. 스마트폰 중독척도의 신뢰도

하위요인	문항번호	문항수	신뢰도계수
일상생활 장애	1,5,9,12,13*	5	.84
가상세계 지향성	2,6	2	.79
금단	3,7,10*,14	4	.75
내성	4,8*,11,15	4	.81
전체		15	.87

*역채점 문항

2) 학업스트레스

학업스트레스척도는 오미향과 천성문(1993)이 개발하고 김혜자(2006)가 수정 보완한 척도 중 성적스트레스, 수업스트레스, 공부스트레스 요인과 박병기와 박선미(2012)가 개발한 척도 중 과외스트레스 요인을 박미애(2016)가 재구성한 척도를 사용하였다. 이 척도는 성적스트레스(5문항),

수업스트레스(5문항), 공부스트레스(5문항), 과외(학원)스트레스(5문항) 총 20문항으로 구성되어 있다. 응답방식은 5점 Likert 척도로 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점부터 ‘매우 그렇다’ 5점으로 평정한다. 얻을 수 있는 총점은 20점에서 100점이며, 총점이 높을수록 학업스트레스가 높다는 것을 의미한다. 본 척도의 하위요인별 문항구성 및 신뢰도(Cronbach's α)는 표 3과 같다. 성적스트레스 .81, 수업스트레스 .79, 공부스트레스 .82, 과외(학원)스트레스 .78이며, 전체신뢰도는 .84이었다.

표 3. 학업스트레스 척도의 신뢰도

하위요인	문항번호	문항수	신뢰도계수
성적스트레스	1, 2, 3, 4, 5	5	.81
수업스트레스	6, 7, 8, 9, 10	5	.79
공부스트레스	11, 12, 13, 14, 15	5	.82
과외(학원)스트레스	16, 17, 18, 19, 20	5	.78
전체		20	.84

3) 부모-자녀의사소통

부모-자녀의사소통척도는 Barnes와 Olson(1985)이 개발한 부모-자녀 의사소통도(Parent-Adolescent Communication Inventory; PACI)를 김윤희(1990)가 번안한 척도를 사용하였다. 하위요인으로 개방형과 문제형으로 나뉘어진다. 개방형 의사소통은 자신의 의사 및 감정을 자유롭게 표현할 수 있는 긍정적인 측면으로 10문항이며, 문제형은 의사소통과정에서 갈등을 느끼며 원활하게 이루어지지 않는 부정적인 측면으로 10문항이고 총 20문항으로 구성되어 있다. 응답방식은 5점 Likert 척도로 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점부터 ‘매우 그렇다’ 5점으로 평정한다. 얻을 수 있는 총점은 20점에서 100점이며 문제형 문항은 역채점 하였다. 부모-자녀 의사소통 총점 높을수록 개방적이며 기능적임을 의미한다. 본 척도의 하위요인별 문항구성

및 신뢰도(Cronbach's α)는 표 4와 같다. 개방형 .93, 문제형 .87이며, 전체 신뢰도는 .93이었다.

표 4. 부모-자녀의사소통 척도의 신뢰도

하위차원	문항번호	문항수	신뢰도계수
개방형	1,3,6,7,8,9,13,14,16,17	10	.93
문제형	2*,4*,5*,10*,11*,12*,15*,18*,19*,20*	10	.87
전체		20	.93

*역채점 문항

3. 자료분석

본 연구에서 수집된 자료는 통계프로그램을 사용하여 분석하였다. 구체적인 통계분석 방법은 다음과 같다.

첫째, 청소년들의 스마트폰 과의존, 학업스트레스와 부모-자녀의사소통의 일반적인 경향을 알아보기 위해 기술통계를 이용하여 평균과 표준편차를 산출하였다. 또한 스마트폰 과의존, 학업스트레스, 부모-자녀의사소통 측정 도구들의 신뢰도를 확인하기 위해 Cronbach's α 값을 산출하였다.

둘째 주요변인인 스마트폰 과의존, 학업스트레스와 부모-자녀의사소통들 간의 관련성을 알아보고자 Pearson의 적률상관분석을 실시하였다.

셋째, 학업스트레스와 부모-자녀의사소통이 스마트폰 과의존에 미치는 영향을 알아보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 위계적 회귀분석 1단계에서는 학업스트레스와 부모-자녀의사소통, 2단계에서는 학업스트레스와 부모-자녀의사소통 상호작용항을 투입하였다.

IV. 결 과

1. 주요 변인에 대한 기술통계

학업스트레스, 스마트폰 과의존, 부모-자녀의사소통의 평균과 표준편차를 살펴본 결과는 표 5와 같다.

표 5. 학업스트레스, 스마트폰 과의존, 부모-자녀의사소통의 평균과 표준편차
($N=402$)

		평균(M)	표준편차(SD)	왜도	첨도
1. 학업 스트레스	전체	2.75	0.60	.21	.20
	1-1. 성적스트레스	3.09	1.02	-.18	-.60
	1-2. 수업스트레스	2.40	0.43	.54	.72
	1-3. 공부스트레스	3.04	0.83	.27	-.19
	1-4. 과외스트레스	2.47	0.97	.24	-.44
2. 스마트폰 과의존	전체	2.14	0.44	-.10	.18
	2-1. 일상생활장애	2.29	0.55	-.14	-.14
	2-2. 가상세계지향성	1.64	0.61	.42	.34
	2-3. 금단	1.99	0.43	.35	1.10
	2-4. 내성	2.37	0.55	-.24	0.10
3. 부모-자녀 의사소통	전체	3.37	0.73	-.09	-.27

학업스트레스(5점 척도)는 평균 2.75, 표준편차 0.60이었다. 스마트폰 과의존(4점 척도)은 평균 2.14, 표준편차 0.44로 나타났다. 부모-자녀의사소통(5점 척도)은 평균 3.37, 표준편차 0.73이었다.

2. 주요 변인들 간의 상관분석

학업스트레스와 스마트폰 과의존 및 부모-자녀의사소통 간의 상관관계를 살펴본 결과는 표 6과 같다.

표 6. 학업스트레스, 스마트폰 과의존, 부모-자녀의사소통 간의 상관관계
($N=402$)

	1	2	3
1. 학업스트레스	1		
2. 스마트폰 과의존	.49**	1	
3. 부모-자녀의사소통	-.45**	-.44**	1

** $p<.01$

학업스트레스와 스마트폰 과의존 간에 유의한 정적 상관관계($r=.49$, $p<.01$)가 나타난 반면, 부모-자녀의사소통과는 유의한 부적 상관($r=-.45$, $p<.01$)을 나타냈다. 그리고 스마트폰 과의존과 부모-자녀의사소통과의 관계에서 유의한 부적상관이 있는 것으로 나타났다($r=-.44$, $p<.01$). 이에 따라 각 변인들 간에는 유의미한 상관관계가 있음을 알 수 있다. 즉 학업스트레스가 높을수록 스마트폰 과의존이 높으며, 부모-자녀의사소통이 높을수록 스마트폰 과의존이 낮음을 의미한다.

이어 학업스트레스, 스마트폰 과의존, 부모-자녀의사소통의 하위 변인에 따라서 상관을 알아보기 위해 함께 상관분석을 실시하였고, 표 7과 같이 주요 변인간의 관계에서와 마찬가지로 하위 변인들 간에도 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

표 7. 하위 변인을 포함한 학업스트레스, 스마트폰 과의존, 부모-자녀의사소통 간의 상관관계

(N=402)

	1	1-1	1-2	1-3	1-4	2	2-1	2-2	2-3	2-4	3
1. 학업스트레스	1										
1-1. 성적스트레스	.83**	1									
1-2. 수업스트레스	.44**	.24**	1								
1-3. 공부스트레스	.81**	.63**	.34**	1							
1-4. 과외스트레스	.71**	.39**	.13**	.35**	1						
2. 스마트폰 과의존	.49**	.34**	.24**	.44**	.38**	1					
2-1. 일상생활장애	.42**	.28**	.19**	.38**	.34**	.90**	1				
2-2. 가상세계지향성	.42**	.24**	.31**	.36**	.34**	.74**	.54**	1			
2-3. 금단	.38**	.27**	.23**	.33**	.27**	.78**	.55**	.63**	1		
2-4. 내성	.41**	.32**	.14**	.40**	.31**	.87**	.74**	.50**	.55**	1	
3. 부모-자녀의사소통	-.45**	-.33**	-.26**	-.46**	-.28**	-.44**	-.41**	-.42**	-.26**	-.37**	1

** $p < .01$

3. 학업스트레스와 스마트폰 과의존 관계에서 부모-자녀의사소통의 조절효과

부모-자녀의사소통이 학업스트레스와 스마트폰 과의존의 관계를 조절하는지 검증하기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 다중공선성의 문제를 줄이기 위해 상호작용항을 구할 때 독립변수와 조절변수는 평균중심화(mean centering)한 값을 분석하여 사용하였으며 분석결과는 표 8과 같다.

표 8. 학업스트레스와 스마트폰 과의존 관계에서 부모-자녀의사소통의 조절효과 (N=402)

구분	모델1			모델2			모델3		
	B	β	t	B	β	t	B	β	t
(상수)	2.14		106.62***	2.140		111.15***	2.16		105.25***
학업스트레스	.35	.47	10.27***	.25	.34	6.88***	.25	.34	6.95***
부모-자녀의사소통				-.17	-.29	-5.74***	-.17	-.29	-5.83***
학업스트레스*부모-자녀의사소통							.11	.13	2.92**
R^2		.22			.28			.30	
adj R^2		.22			.28			.29	
F		105.48***			32.95***			8.53**	

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

1단계에서는 학업스트레스가 스마트폰 과의존에 미치는 영향이 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며($\beta = .47, p < .001$), 설명력은 22%인 것으로 나타났다. 이는 청소년의 학업스트레스가 높을수록 스마트폰 과의존이 증가한다는 것을 의미한다. 다음으로 2단계에서는 조절변수인 부모-자녀의사소통을 추가로 투입하였으며, 그 결과 부모-자녀의사소통이 스마트폰 과의존에 미치는 영향이 유의한 것으로 밝혀졌고($\beta = -.29, p < .001$), 6%를 조절변인이 추가적으로 설명하는 것으로 나타났다. 즉, 이 결과는 부모-자녀의사소통 수준이 높을수록 스마트폰 과의존 정도가 낮아진다는 것을 의미한다. 3단계에서는 독립변인과 조절변인의 상호작용항을 함께 넣어 분석한 결과 통계적으로 유의하였고($\beta = .13, p < .01$), 모형의 전체 설명력은 30%로 나타났으며, 이 중 2%를 상호작용항이 설명하는 것으로 나타났다.

이러한 관계를 그래프로 나타낸 것은 그림 2와 같다.

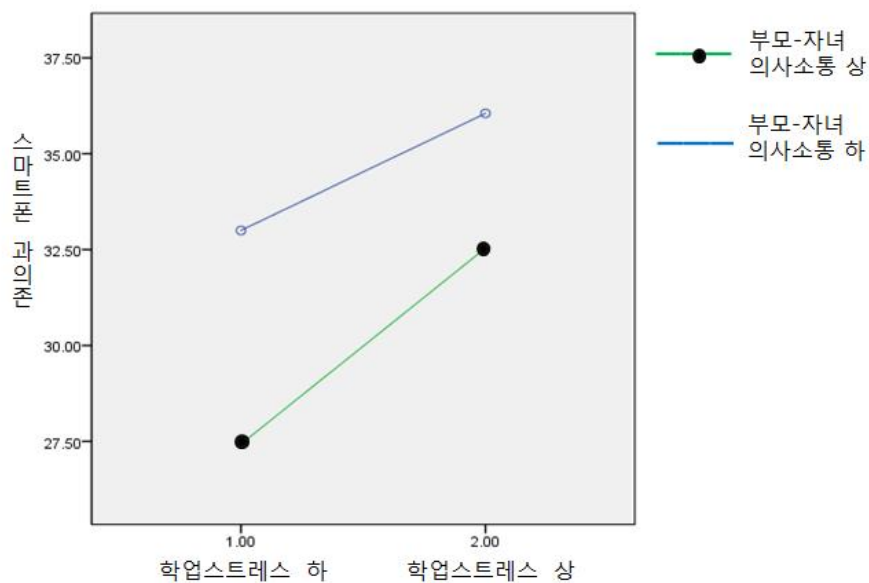


그림 2. 학업스트레스와 부모-자녀의사소통의 상호작용 효과

V. 논 의

본 연구의 목적은 청소년을 대상으로 학업스트레스와 부모-자녀의사소통, 스마트폰 과의존의 관계를 살펴본 후, 부모-자녀의사소통이 학업스트레스와 스마트폰 과의존의 관계에서 조절효과가 있는지를 알아보는 데 있다. 본 연구에 나타난 결과를 토대로 논의를 하고자 한다.

첫째, 스마트폰 사용실태를 먼저 조사한 결과, 스마트폰 사용은 하루 평균 2시간~3시간 미만을 사용하는 학생이 29.6%로 상당수를 차지하였다. 스마트폰 과의존 수준은 일반 사용자군이 90.6%로 가장 높은 비율을 차지했으며, 스마트폰의 사용 용도는 채팅, 카카오톡, 트위터, 페이스북 등(37.6%)이라고 응답한 학생이 가장 많았다. 이는 청소년들이 주로 SNS를 이용하기 위해 스마트폰을 사용한다는 것을 알 수 있으며, 추후 SNS 사용 목적 및 유형이 어떠한지에 대해 살펴볼 필요가 있다. 스마트폰 사용에 대한 부모의 반응은 자녀의 ‘자율성’에 맡기는 경우가 44.3%로 가장 높았고, ‘시간’을 정해주는 경우도 19.4%로 나타나 스마트폰 사용에 대한 자녀의 의사를 존중해 주거나 시간약속을 하고 사용하게 하고 있음을 알 수 있다. 그러나 ‘하지마라’고 하는 경우가 꽤 높은 수치인 31.0%로 나타나 무조건적인 사용금지와 같은 강한 통제는 오히려 부모에 대한 자녀의 반발심을 불러일으키게 할 수 있으며, 부모의 눈을 피해 몰래 스마트폰을 사용할 경우 사용시간 조절에 실패하거나 과다노출 될 우려도 간과할 수 없다. 따라서 자녀의 스마트폰 사용에 있어 부모 반응에 대한 개입의 필요성을 시사하고 있다.

둘째, 청소년의 학업스트레스 높을수록 스마트폰 과의존이 높은 것으로 나타났다. 이는 가설 1을 지지하는 결과이다. 이러한 결과는 학업스트레스가 높을수록 스마트폰 과의존이 높아지고 학업스트레스가 낮을수록 스마트폰 과의존이 낮아진다는 연구(김빛누리, 2014; 김세란, 2015; 남은경, 2013; 신지선, 2015)와 일치한다. 많은 청소년들이 과도한 대학입시경쟁의 사회적 분위기로 인하여 학업에 대한 중압감을 해소하기 위한 하나의 방편으로

스마트폰에 시간과 에너지를 할애하는 것으로 보인다. 청소년이 과도한 학업스트레스에 노출되지 않도록 가족과 학교 그리고 사회가 함께 노력하는 것은 청소년의 스마트폰 과의존을 예방하기 위해서 매우 필요하다고 본다. 학업에 대한 부담을 줄이고 학업스트레스를 해소하는 방법을 청소년들이 찾을 수 있도록 환경을 조성할 필요가 있다. 즉, 입시위주의 교육보다는 청소년의 흥미와 잠재력을 개발하기 위한 다양한 학습 및 여가활동 프로그램을 개발하여 즐겁게 학교생활을 할 수 있도록 돕는 것이 중요하다. 또한 스마트폰 사용에 대한 올바른 이해와 활용법을 익힐 수 있도록 지도하고, 스마트폰 과의존의 위험성에 대한 문제의식을 가질 수 있도록 교육이 이루어져야 할 것이다.

셋째, **부모-자녀의사소통이 원활하게 기능 할수록 스마트폰 과의존은 낮은 것으로 나타났다.** 이는 가설 2를 지지하는 결과이다. 부모-자녀의사소통이 긍정적이고 개방적일수록 청소년의 스마트폰 과의존은 낮아지고 부모-자녀의사소통이 부정적이고 폐쇄적 일수록 청소년의 스마트폰 과의존은 높아진다는 선행연구(여종일, 2014; 이경미, 김완일, 2014; 이수진, 문혁준, 2013; 최지수, 2015)와 일치한다. 또한 부모가 자녀에게 무관심하거나 반대로 지나치게 잔소리가 많을 경우 스마트폰 과의존에 빠진다는 연구결과(윤혜정, 권경인, 2011)와도 일관된다. 청소년들은 부모와의 의사소통이 효과적으로 이루어지지 않을 때 스마트폰을 통한 가상공간을 가정보다 더 편안하게 느끼며 스마트폰을 통한 또래관계에 더 집중하는 것으로 보인다. 이러한 관계추구적인 스마트폰 사용은 청소년들에게 긍정적인면도 있지만, 스마트폰 과의존에 쉽게 노출되는 요인이 되기도 한다. SNS등의 커뮤니케이션 활동을 많이 하는 청소년들이 더 쉽게 스마트폰에 중독된다고 하는 보고는 이를 뒷받침한다(Salehan & Negahban, 2013). 따라서 스마트폰 과의존을 예방하고 낮추기 위해 원활한 부모-자녀의사소통 방식을 배울 수 있는 부모교육 프로그램을 개발하여 제공할 필요가 있다. 자녀의 스마트폰을 무조건 제한하기 보다는 자녀가 부모와의 소통과 지지를 바탕으로 스마트폰 사용을 스스로 통제할 수 있도록 지도하는 것이 무엇보다 중요하다고 본다.

넷째, **부모-자녀의사소통이 학업스트레스와 상호작용하여 스마트폰 과의**

준의 수준이 달라짐을 알 수 있었다. 이는 청소년이 경험하는 학업스트레스가 스마트폰 과의존에 부정적인 영향을 미칠 수 있지만 부모-자녀의 의사소통이 학업스트레스와 스마트폰 과의존의 관계를 조절한다는 것을 의미한다. 그러나 예상과는 달리 부모-자녀의 의사소통의 효과는 학업스트레스가 높은 집단 보다는 낮은 집단에 더 큰 영향을 미친 것으로 나타났다. 이는 낮은 수준의 학업스트레스는 부모-자녀 간의 원활한 의사소통을 통해 스마트폰 과의존을 중재할 수 있지만, 높은 수준의 학업스트레스는 부모-자녀 간의 의사소통으로 스마트폰 과의존을 중재하는 데 어느 정도 어려움이 있다고 볼 수 있다. 이러한 본 연구결과는 청소년들이 학업스트레스를 해소하기 위한 방안으로 스마트폰을 과도하게 사용하지 않도록 하기 위해서는 부모-자녀 간의 의사소통이 강화되어야 함을 알 수 있다. 학업스트레스가 커지는 중학생 시기에 가족으로부터 심리적 지지와 함께 원활하고 개방적인 의사소통이 이루어진다면 스마트폰 과의존을 예방할 수 있을 것이다.

청소년기는 또래 및 학교에서의 관계가 늘어남에 따라 부모자녀 관계가 약화되고 복잡해지면서, 부모에게 자주성을 과시하여 부모의 지배에 반항하고 부모로부터 벗어나고 자신의 정체감을 형성하고자 하는 시기이다(Barnes & Olson, 1982). 따라서 청소년이 있는 가족은 다른 발달단계에 있는 자녀의 가족보다 가족 구성원간의 효율적이고 건강한 의사소통이 더 많이 요구된다. 청소년들은 부모와의 효과적인 의사소통 부족을 가장 큰 문제로 생각하며, 부모와의 갈등과 불화가 주 원인이 되어 가출과 비행, 스트레스, 우울을 경험하는 것으로 보고되고 있다(Olson, 1983). 청소년들이 과도한 학업에 대한 부담과 스트레스를 경험하고 이로 인해 스마트폰 과의존에 이르지 않도록 하기 위해 청소년 자녀를 둔 부모는 가족의 의사소통방식의 변화가 필요하다는 것을 인식하고 효과적인 의사소통을 위한 노력이 필요할 것이다.

본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 스마트폰 과의존에 영향을 미치는 요인을 확인하고 조절변인을 밝힘으로써, 청소년의 스마트폰 사용에 대한 예방 및 중재를 위해서는 개인차원을 넘어서서 가족과 학교차원에서 함께 노력해야 할 필요성이 있음을 시사

한다. 즉, 청소년의 발달에 가장 직접적인 영향을 미치는 가족 특히, 부모는 자녀와 건강한 대화를 통해 학업으로 인해 겪는 스트레스를 해소하고, 많은 시간을 보내고 있는 학교에서는 경쟁적 요소, 학습의 양, 성적에 대한 압박감 등을 줄여 학업스트레스를 완화시키는데 동참할 수 있다.

둘째, 청소년들의 학업에 대한 부담을 줄이고, 스마트폰의 오락적 기능을 대체하거나 또래관계 증진을 위한 여가활동의 지원 방안을 마련할 필요가 있다. 또한 자녀에 대한 심리적 지원과 부모-자녀간의 원활한 의사소통이 요구된다. 나아가 교육 및 상담을 통해 스마트폰 과의존에 대한 적극적 개입과 함께 정책적으로 예방교육을 위한 프로그램개발과 상담기관 확대의 필요성을 시사한다.

다음으로 본 연구의 제한점과 후속 연구에 대한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 학업스트레스와 스마트폰 과의존이 급격하게 증가하는 시기에 있는 중학생을 대상으로 연구하였다. 현재 울산광역시의 중학생들만을 대상으로 실시하였기에 연구결과를 일반화하기에는 무리가 따른다. 추후 연구에서 전국에 걸친 대규모 표집을 통해 대표성을 충분히 확보하고, 연구대상자를 지역, 성별, 학년으로 세분화 하여 연구를 진행 할 필요가 있다. 더불어 고등학생을 대상으로 하였을 때 학업스트레스, 부모-자녀의사소통, 스마트폰 과의존의 관계가 동일하게 나타나는지 연구해 볼 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서 나타난 청소년들의 응답을 살펴보면 평균적으로 기술통계치가 다소 긍정적으로 높게 나타나 있음을 확인 할 수 있었는데, 이는 자기 보고식 측정도구를 사용하였다는 점을 고려해 보았을 때 자신의 생각과 의견 보다는 사회적 바람직성에 근거하여 올바른 행동으로 보여 지는 것에 응답했거나 자신을 긍정적으로 지각하여 더 우호적으로 반응했을 가능성이 있다. 따라서 후속연구에서는 부모의 보고를 병행하고, 면접 및 관찰법과 같은 다양한 조사 방법을 통한 연구를 할 필요가 있다.

VI. 요약

본 연구는 청소년의 학업스트레스와 부모-자녀의사소통, 스마트폰 과의존 관계의 유의성을 살펴보고, 학업스트레스와 부모-자녀의사소통이 상호작용하여 스마트폰 과의존을 감소시킬 수 있는가에 대해 알아보았다. 연구는 울산광역시 중학교에 재학 중인 2학년 학생 402명을 대상으로 하였다.

검증된 주요 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 청소년이 지각하는 학업스트레스는 스마트폰 과의존과 정적 상관관계를 나타냈으며, 부모-자녀의사소통은 스마트폰 과의존과 부적 상관관계를 나타냈다. 즉, 학업스트레스가 높을수록 스마트폰 과의존이 높으며, 부모-자녀의사소통이 원활하게 기능할수록 스마트폰 과의존이 낮다는 것을 알 수 있다.

둘째, 부모-자녀의사소통은 학업스트레스와 상호작용하여 스마트폰 과의존을 조절하는 효과가 있었다. 즉, 원활한 부모-자녀의사소통은 학업스트레스를 낮춰 스마트폰 과의존의 위험성을 낮출 수 있다는 것이다.

본 연구에서 스마트폰 과의존의 예측변인으로 학업스트레스와 부모-자녀 의사소통이 영향을 미친다는 결과는 청소년의 스마트폰 과의존은 이제 개인의 범위를 넘어서서 가정 및 학교장면에서 보다 직접적인 이해와 관심을 가지고 중재해야 함을 의미한다. 또한 부모와 자녀 간의 원활한 의사소통이 청소년의 학업스트레스와 스마트폰 과의존의 관계를 조절한다는 결과는 부모-자녀간 의사소통의 질이 스마트폰 과의존을 예방하는 보호요인으로 작용할 수 있다는 것을 의미한다. 이는 청소년 자녀와 부모의 원활한 의사소통의 중요성을 상기시키고 충분히 발달시켜나갈 수 있도록 다양한 의사소통 프로그램을 적용하고 부모교육을 실시함으로써 스마트폰 과의존의 위험성을 낮추고 예방시켜줄 수 있음을 시사한다.

참고문헌

- 강혜령(2015). 고등학생의 스마트폰 중독이 학교생활적응에 미치는 영향: 자아탄력성과 가족탄력성을 매개변수로. 조선대학교 대학원 석사학위논문.
- 강희양, 박창호(2012). 스마트폰 중독 척도의 개발. 한국심리학회지, 31(2), 563-580.
- 고재량, 변상해(2014). 청소년의 학업 스트레스, 인터넷 중독 및 학습된 무기력의 구조적 관계 분석. 청소년학연구, 21(7), 27-54.
- 과학기술정보통신부(2018). 2017 스마트폰 과의존 실태조사. 서울: 한국정보화진흥원.
- 과학기술정보통신부(2018). 2017 인터넷이용 실태조사. 서울: 한국정보화진흥원.
- 권순영(2014). 중학생의 학교생활 스트레스와 가족건강성이 스마트폰 중독에 미치는 영향. 한국외국어대학교 대학원 석사학위논문.
- 금지현, 김동심, 정수인(2016). 남자 청소년의 컴퓨터 사용시간, 스마트폰 의존도, 음란물중독, 학습활동, 교우관계의 관계규명. 청소년학연구, 23(4), 219-241.
- 김경숙(2017). 스마트폰 중독과 학교생활적응 관계에서 아동의 자기조절력과 부모-자녀 간 의사소통의 매개효과. 학습자중심교과교육연구, 17(23), 945-971.
- 김도희, 박영준, 장재원(2017). 청소년의 학업스트레스가 스마트폰 중독에 미치는 영향연구: 자아존중감 부모지지 친구지지의 매개중심으로. 학교사회복지, 1(37), 67-89.
- 김동만, 이철현(2015). 초등학생의 스마트폰 과몰입 경험에 대한 현상학적 접근. 한국실과교육학회지, 28(2), 65-90.
- 김병년(2013). 청소년의 스마트폰 중독이 사회성 발달에 미치는 영향. 한국콘텐츠학회논문지, 13(4), 208-217.

- 김보연(2011). 고등학생의 인터넷 게임중독 및 스마트폰 중독과 수면부족 및 스트레스와의 관계. 삼육대학교 대학원 석사학위논문.
- 김빛누리(2014). 학업스트레스와 스마트폰 중독의 관계: 불안과 경험적 회피의 이중매개 효과. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 김세란(2015). 청소년이 지각한 부모의 양육태도가 스마트폰 중독에 미치는 영향: 자기통제력과 학업스트레스의 매개효과. 순천대학교 사회문화예술대학원 석사학위논문.
- 김소연, 전종철(2016). 청소년의 부모-자녀 의사소통, 우울, 불안 및 정서조절곤란과 인터넷 중독 간의 구조모형 검증. 청소년복지연구, 18(1), 159-183.
- 김순미(2013). 중학생이 지각한 부모-자녀간 의사소통과 학업스트레스가 우울에 미치는 영향. 성균관대학교 대학원 석사학위논문.
- 김영미(2015). 청소년의 스마트폰 과다사용이 학교적응에 미치는 영향: 사회적지지와 자기통제력을 매개변수로. 신라대학교 대학원 박사학위논문.
- 김유진, 조규관(2016). 고등학생의 부모-자녀 의사소통과 스마트폰 과몰입 간의 관계에서 또래관계의 매개효과. 열린부모교육연구, 8(1), 1-14.
- 김윤희(1990). 부부관계 및 부모자녀 의사소통 가족기능과 청소년 자녀 비행과의 관계연구. 숙명여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 김일옥, 신선화(2016). 중학생의 학업 스트레스가 스마트폰 중독에 미치는 영향: 자아존중감과 자기통제력의 조절효과. 정신간호학회지, 25(3), 262-271.
- 김재엽, 박하연, 황선익(2017). 청소년기 학업스트레스와 자살생각의 관계. 청소년학연구, 24(11), 53-78.
- 김정현, 김성벽, 정인경(2014). 청소년의 학업스트레스가 학교생활적응에 미치는 영향. 한국청소년연구, 25(4), 241-269.
- 김정현, 정인경(2015). 청소년의 자기효능감이 스마트폰 중독에 미치는 영향. 한국가정과교육학회지, 27(1), 111-126.

- 김태량, 최용민(2016). 중학생의 스마트폰 중독과 학교적응의 관계에서 정신건강의 매개효과. 사회과학연구, 32(3), 185-210.
- 김혜자(2006). 청소년의 학업스트레스, 자아존중감과 사회문제해결력의 관계. 단국대학교 대학원 석사학위논문.
- 남석진(2014). 부모양육태도, 학업스트레스가 청소년의 삶의 만족도에 미치는 영향: 중학생을 중심으로. 국제신학대학원대학교 석사학위논문.
- 남은경(2013). 학업스트레스와 친구 관계 만족도가 스마트폰 중독에 미치는 영향. 수원대학교 대학원 석사학위논문.
- 노성향(1994). 청소년이 지각한 부모와의 의사소통유형과 청소년의 부적응. 고려대학교 대학원 석사학위논문
- 노수원(2003). 아동의 인터넷 중독과 스트레스 양식과의 관계. 한국교원대학교 대학원 석사학위논문.
- 류진아, 김광웅(2004). 청소년의 인터넷 중독에 영향을 미치는 생태체계변인. 청소년상담연구, 12(1), 65-80.
- 미래창조과학부(2015). 2014년 인터넷 중독 실태조사. 서울: 한국정보화진흥원
- 민경수(2012). 학업스트레스, 학업적 자기효능감, 우울간의 관계 연구: 외국어 고등학교 학생을 대상으로. 국민대학교 대학원 석사학위논문.
- 민하영(1991). 청소년 비행정도와 부모-자녀간 의사소통, 가족의 응집 및 적응과의 관계. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 박두환, 백지숙(2014). 청소년 스마트폰 이용자 유형에 따른 스마트폰 중독과 학교적응: 스마트폰 이용 동기를 기반으로. 청소년시설환경, 12(3), 37-47.
- 박미숙, 구자경(2012). 중학생의 학업스트레스와 휴대폰중독의 관계: 가족기능의 조절효과를 중심으로. 상담학연구, 13(4), 2001-2015.
- 박미애(2016). 중학생의 학업스트레스와 스마트폰 이용수준의 관계에서 자기효능감의 조절효과. 고려대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박병기, 박선미(2012). 학업스트레스 척도의 개발 및 타당화. 교육심리연구, 26(2), 563-585.

- 박성자(2002). 스트레스, 자기통제력, 사회적 불편감 및 부모태도가 인터넷 중독에 미치는 영향. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박지선(2011). 청소년 및 대학생의 스마트폰 중독 경향성에 영향을 미치는 관련변인. 단국대학교 대학원 석사학위논문.
- 박진채, 홍경자(2004). 가족의사소통, 합리적 진로의사결정, 진로결정 효능감의 관계모형 검증. 한국심리학회지, 1(1), 37-52.
- 박희숙, 하정희(2007). 부모-자녀 간 의사소통 수준과 정서적 자율성이 청소년의 분노표현방식과 비행행동에 미치는 영향. 한국청소년연구, 18(2), 89-110.
- 배성만, 박중규, 고영삼(2012). 부모-자녀 의사소통과 인터넷 중독과의 관계. 한국심리학회지, 19(3), 529-544.
- 서보준, 이진열(2018). 청소년의 학업스트레스가 학업중단의도에 미치는 영향: 자아탄력성의 조절효과. 미래청소년학회지, 15(2), 179-200.
- 서신자(2014). 청소년의 가족 스트레스와 스마트폰 중독 간의 관계: 자아존중감의 매개효과를 중심으로. 남부대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 서인균, 이연실(2017). 청소년기 스마트폰 이용동기가 학교생활적응에 미치는 영향: 자기효능감의 매개효과. 학교사회복지, 1(39), 69-93.
- 서창민, 이종훈, 최태영, 김지현, 신임희, 우정민(2012). 스마트폰 중독 정도와 한국형 청소년 자기행동평가척도와의 상관성에 대한 연구. 생물치료정신의학, 18(2), 223-230.
- 손영미(2009). 청소년이 지각한 부모와의 의사소통유형과 지각된 정서적 유능성 및 스트레스 대처방식 간의 관계. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 손혜선(2014). 청소년 학업 스트레스가 우울과 스마트폰 중독에 미치는 영향. 안동대학교 대학원 석사학위논문.
- 신영미(2011). 스마트폰 이용동기 및 정도와 과다사용 간의 관계. 단국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 신지선(2015). 청소년의 또래관계 스트레스, 학업 스트레스, 스트레스 대처

- 방식이 스마트폰 중독에 미치는 영향. 동국대학교 대학원 석사학위 논문.
- 신희이, 문혁준(2009). 부모-자녀 간의 의사소통유형 및 아동의 자아개념과 또래관계. 아동학회지, 30(4), 33-46.
- 심보현(2013). 청소년의 거절 민감성 및 부모-자녀 의사소통과 스마트폰 중독의 관계. 홍익대학교 대학원 석사학위논문.
- 아영아, 정원철(2010). 청소년의 학업스트레스와 학교부적응 관계에서 인터넷중독의 매개효과 검증. 청소년학연구, 18(2), 27-50.
- 아영아, 정원철(2011). 청소년의 학업 및 가족갈등 스트레스가 인터넷 중독에 미치는 영향: 스트레스대처능력의 조절효과 중심으로. 청소년복지연구, 12(4), 257-277.
- 여종일(2015). 가족관계와 부모와의 의사소통이 청소년의 스마트폰 중독에 미치는 영향: 자아존중감과 충동성의 매개효과. 열린부모교육연구, 7(1), 101-112.
- 여지영, 강석영, 김동현(2014). 초기 청소년의 애착불안과 스마트폰 중독과의 관계에서 충동성, 외로움의 매개효과: SNS 집단과 게임 집단의 차이를 중심으로. 청소년상담연구, 22(1), 47-69.
- 오미향(1993). 중학생의 학업스트레스 요인 및 증상분석과 그 감소를 위한 명상훈련의 효과. 경북대학교 대학원 석사학위논문.
- 오미향, 천성문(1993). 청소년의 학업스트레스 요인 증상 분석과 그 감소를 한 명상 훈련의 효과. 인간이해, 15, 547-553.
- 오영덕(2014). 스마트폰 중독이 가족관계에 미치는 영향: 스마트폰 이용자 청소년을 대상으로. 한일장신대학교 심리치료대학원 석사학위논문.
- 오주(2015). 고등학생의 스마트폰 중독이 충동성, 스트레스, 자기효능감, 자기통제력에 미치는 영향. 수산해양교육학회, 27(4), 998-1012.
- 오현희, 김현진(2014). 중·고등학생이 지각하는 부·모애착과 인터넷 및 스마트폰 중독의 관계에서 가족의사소통의 매개효과 분석. 한국청소년연구, 25(4), 35-57.
- 유성자, 최연희, 김희숙(2010). 고등학생의 자아정체성, 스트레스 및 인터

- 넷 중독정도와와의 관계. 정신간호학회지, 19(2), 173-185.
- 윤혜정, 권경인(2011). 휴대전화 중독 청소년들의 특성 및 중독과정 촉진 요인. 상담학연구, 12(2), 577-598.
- 이경미, 김완일(2014). 부모-자녀간 의사소통과 스마트폰 중독과의 관계에서 내현적 자기에의 매개효과. 상담학연구, 15(6), 2627-2644.
- 이민석(2011). 스마트폰 중독에 영향을 미치는 요인연구. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 이선애(2008). 청소년스트레스가 인터넷 이용시간에 미치는 경로분석: 자아통제, 부모애착, 우울의 매개효과를 중심으로. 한국가족복지학, 13(1), 103-122.
- 이수진, 문혁준(2013). 중학생의 자기통제, 부모-자녀 간의 의사소통 및 학교생활만족도가 스마트폰 중독에 미치는 영향. 한국생활과학회지, 22(6), 587-598.
- 이한열(2010). 초등학생의 스트레스에 관한 연구: 스트레스 대처방식, 부모-자녀간의 의사소통 유형, 학습동기와의 관련성. 경희대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이해정, 김명수, 손현경, 안숙희, 김정순, 김영혜(2007). 중학생의 휴대폰 중독적 사용에 대한 인구사회적·심리적 변인들의 판별예측력. 대한간호학회지, 37(6), 957-965.
- 이형초, 심경섭(2006). 인터넷중독 완전정복. 서울: 시그마프레스.
- 임미림(2014). 청소년의 스마트폰 중독이 자아존중감, 부모-자녀 의사소통, 학교생활 적응에 미치는 영향. 가천대학교 대학원 석사학위논문.
- 임은미(2003). 중고생의 진로성숙도와 학업동기 및 인터넷 중독의 관계. 한국교육심리학회. 17(2), 355-370.
- 임정아, 김명식(2018). 부모양육태도가 스마트폰 중독에 미치는 영향: 공격성과 충동성의 매개효과. 디지털복합연구, 16(3), 395-405.
- 장갑수(2013). 부모-자녀의사소통의 유형이 청소년 인터넷 게임중독에 미치는 영향: 가족기능의 매개 효과를 중심으로. 한국컴퓨터게임학회논문지, 27(1), 181-188.

- 장민혜(2016). 청소년이 지각한 부모의 양육행동 및 부모-자녀 간 의사소통이 학업효능감과 학업스트레스에 미치는 영향. 인천대학교 대학원 석사학위논문.
- 장여옥, 조남익(2014). 스마트폰 중독이 청소년 문제행동에 미치는 영향: 경기도지역 청소년을 중심으로. 미래청소년학회지, 11(2), 137-156.
- 장재홍, 김광현(2009). 인터넷 중독에 관한 국내외 연구동향과 향후 연구에 대한 제언: 1996년부터 2007년까지 학술지 게재논문을 중심으로. 미래청소년학회지, 6(4), 157-183.
- 정경아, 김봉환(2015). 청소년의 스마트폰 중독수준에 따른 자아탄력성과 부모양육태도 불일치의 차이. 디지털융복합연구, 13(2), 299-308.
- 조운미, 이숙(2008). 중학생의 부모-자녀 의사소통과 자기효능감이 학교생활적응에 미치는 영향. 한국지역사회생활과학회지, 19(4), 641-658.
- 주석진(2011). 청소년의 인터넷 중독을 결정짓는 위험요인과 보호요인에 관한 연구. 숭실대학교 대학원 박사학위논문.
- 주석진, 조성심(2015). 청소년의 스마트폰 중독 판별요인에 관한 연구: 일평균 스마트폰 사용시간, 충동성, 교우관계, 모의 권위주의형 부모양육태도, 학교부적응을 중심으로. 청소년복지연구, 17(1), 98-118.
- 지선화(2013). 부모-자녀 의사소통과 청소년의 우울이 학교적응에 미치는 영향. 경기대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 최선우, 김승현(2015). 청소년의 부모와의 애착이 스마트폰 중독에 미치는 영향. 한국심리학회지, 12(3), 365-383.
- 최연희, 서부덕, 최은희(2007). 청소년의 인터넷 중독, 스트레스와 사회적 지지. 지역사회간호학회지, 18(3), 452-459.
- 최지수(2015). 청소년이 지각한 부모-자녀의사소통과 스마트폰 중독의 관계에서 우울증상의 매개효과. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 태은주(2015). 학업스트레스 대처 프로그램이 과학고등학교 학생의 학업스트레스와 학업탄력성에 미치는 효과. 경북대학교 교육대학원 석사학

위논문.

통계청(2015). 2015 청소년 통계.

통계청(2018). 2018 청소년 통계.

한국정보화진흥원(2008). 인터넷 중독예방 가이드북.

한국정보화진흥원(2011). 스마트폰중독 진단척도 개발 연구. 서울: 한국정보화진흥원.

한국정보화진흥원(2017). 2016년 스마트폰 과의존 실태조사. 서울: 한국정보화진흥원.

한국정보화진흥원(2018). 2017년 스마트폰 과의존 실태조사. 서울: 한국정보화진흥원.

한상임(2010). 가족의사소통이 청소년의 인터넷 중독에 미치는 영향. 경기대학교 대학원 석사학위논문.

한상훈(2008). 중학생의 휴대폰 중독 유형과 정신건강과의 관계. 학습자중심교과교육연구, 8(1), 403-420.

허나예(2010). 청소년이 지각한 부모-자녀 간 의사소통유형과 대인관계성향의 관계. 상담평가연구, 3(2), 59-74.

황정규(1990). 한국학생의 스트레스 측정과 형성. 사대논총, 41(12), 25-66.

Barnes, H. L., & Olson, D. H. (1982). *Parent-adolescent communication, family inventories*. MN: University of Minnesota.

Barnes, H. L., & Olson, D. H. (1985). Parent-adolescent communication and the circumplex model. *Child Development*, 38, 438-447.

Bienvenu, M. J, McClain, S. (1970). Parent-adolescent communication and self-esteem, *Journal of Home Economics*, 62, 43-88.

Brent, D. A., & Moritz, G. (1996). Developmental pathways to adolescent suicide. *Rochester Symposium on Developmental*

- Psychopathology*, 7, 233–258.
- Cotten, S. R. (2001). Implications of internet technology for medical sociology in the new millennium. *Sociological Spectrum*, 21, 319–340.
- Elkind, D. (1978). Understanding the young adolescent. *Adolescence*, 13, 127–134.
- Floros, G., & Siomos, K. (2013). The relationship between optimal parenting, Internet addiction and motives for social networking in adolescence. *Psychiatry Research*, 209, 529–534.
- Gross, I. H., Crandoll, E. W., & Knoll, M. M. (1988). *Management for modern families*. Englewood Cliffs, N. J. : Prince Hall.
- Ju, S. J., & Jwa, D. H. (2011). A prediction model for internet game addicted adolescents: Focusing on socioeconomic and family related traits. *Korean Journal of Youth Studies*, 18(5), 165–190.
- Ko, S. M. (2000). *The impact of parent–child dysfunctional communication on children's stress and problem behavior: In case of children of fifth and sixth graders in elementary school*. Master's Dissertation, Sogang University, Korea.
- Lee, S. J., & Moon, H. J. (2013). Effects of self–control, parent–adolescent communication, and school life satisfaction on smart–phone addiction for middle school student. *Korean Journal of Human Ecology*, 22(6), 587–598.
- Morgan, C., & Cotten, S. R. (2003). The relationship between internet activities and depressive symptoms in a sample of college freshmen. *Cyberpsychology and Behavior*, 6(2), 133–142. New York : The Free Press.
- Olson, D. H. (1993). Circumplex model of marital and family systems: Assessing family functioning. In F. Walsh (Ed.),

- Normal Family Processes* (2nd ed., 104–137). NY: Guilford Press.
- Salehan, M., & Negahban, A. (2013). Social networking on smartphones: When mobile phones become addictive. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2632–2639.
- Satir, V. (1972). *The new people making*. Palo Alto, California: Science and Behavior Books Inc.
- Satir, V. (1983). *Conjoint family therapy*. Palo Alto, California: Science and Behavior Book, Inc.
- Thomas, E. J. (1977). *Marital communication and decision making*.
- Yu, P. S. (2010). Study of the relationship among academic records, parents' children communication, and cellular phone addiction in middle-school student. *Journal of Youth Studies*, 17(1), 33–51.

부록

부 록 1 학업스트레스 척도

부 록 2 스마트폰 과의존 척도

부 록 3 부모-자녀의사소통 척도

설 문 지

안녕하십니까?

설문에 응해주셔서 대단히 감사합니다.

이 설문은 청소년들 여러분들이 즐겨 쓰는 스마트폰 사용과 관련 있는 요인들을 알아보기 위한 목적으로 실시하는 것입니다.

모든 문항에는 맞고 틀리는 답이 없으며, 여러분의 주관적 의견을 알아보고자 하는 것이므로 생각나거나 느낀 대로 솔직하게 응답해 주시면 됩니다. 또한 여러분의 이름을 적을 필요가 없으며, 통계법 제33조의 규정에 따라 응답하신 내용은 비밀이 철저히 보장됩니다.

설문지가 유용하게 사용될 수 있도록 한 문항도 빠짐없이 작성해 주시기 바랍니다.

학업스트레스 척도

♠ 다음은 학업에 대한 생각을 묻는 것입니다. 평소 자신의 생각과 가깝다고 느끼는 번호에 (V)표시를 하세요.

번호	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1	공부에 매진해도 성적이 오르지 않으면 마음이 괴롭다.	①	②	③	④	⑤
2	성적이 잘 나오지 않으면 나에게 화가 난다.	①	②	③	④	⑤
3	성적을 생각하면 갑자기 가슴이 답답해진다.	①	②	③	④	⑤
4	성적이 떨어질 것 같아 불안하다.	①	②	③	④	⑤
5	목표는 높은데 내 성적은 매우 낮은 것 같아 우울하다.	①	②	③	④	⑤
6	수업시간이 되면 가슴이 답답해지고 무언가에 쫓기는 듯한 기분이다.	①	②	③	④	⑤
7	수업시간이 되면 무언가를 때려 부수고 싶은 기분이 든다.	①	②	③	④	⑤
8	수업시간이 되면 책을 찢고 싶은 기분이 든다.	①	②	③	④	⑤
9	수업 듣는 것보다 차라리 혼자 공부 하는 것이 더 나은 것 같아 짜증난다.	①	②	③	④	⑤
10	수업시간에 이해하기 어려운 부분이 많아 괴롭다.	①	②	③	④	⑤
11	해야 할 공부양이 많아 답답하다.	①	②	③	④	⑤
12	점점 어려워지는 공부로 인해 두렵다.	①	②	③	④	⑤
13	공부를 해야 하는 이유를 모른 채 공부를 하기 때문에 가슴이 답답하다.	①	②	③	④	⑤
14	각 과목마다 효율적인 공부 방법을 몰라서 가슴이 답답하다.	①	②	③	④	⑤
15	공부를 해야 하지만 하기 싫다.	①	②	③	④	⑤
16	과외수업(학원) 수업시간이 길다.	①	②	③	④	⑤
17	과외수업(학원)에서 시험을 자주 친다.	①	②	③	④	⑤
18	과외수업(학원)을 같이하는 친구들과 성적으로 경쟁의식이 있다.	①	②	③	④	⑤
19	과외수업(학원)으로 인해 성적이 오를 것이라는 부모님의 기대가 크다.	①	②	③	④	⑤
20	부모님은 내가 원하지 않는 과외수업(학원)을 받도록 요구하신다.	①	②	③	④	⑤

스마트폰 과의존 척도

♠ 다음은 스마트폰 이용 수준에 대한 생각을 묻는 것입니다. 평소 자신의 생각과 가깝다고 느끼는 번호에 (V)표시를 하세요.

번호	문항	전혀 그렇지 않다	그 렇지 않다	그 렇 다	매 우 그 렇 다
1	스마트폰의 지나친 사용으로 인해 학교성적이 떨어졌다.	①	②	③	④
2	가족이나 친구들과 함께 있는 것보다 스마트폰을 사용하고 있는 것이 더 즐겁다.	①	②	③	④
3	스마트폰을 사용할 수 없게 된다면 견디기 힘들 것 같다.	①	②	③	④
4	스마트폰 사용시간을 줄이려고 해보았지만 실패한다.	①	②	③	④
5	스마트폰 사용으로 계획한 일(공부, 숙제 또는 학원 수강 등)을 하기 어렵다.	①	②	③	④
6	스마트폰을 사용하지 못하면 온 세상을 잃은 것 같은 생각이 든다.	①	②	③	④
7	스마트폰이 없으면 안절부절 못하고 마음이 초조해진다.	①	②	③	④
8	스마트폰 사용시간을 내 스스로 조절할 수 있다.	①	②	③	④
9	수시로 스마트폰을 사용하다가 주변사람들로부터 지적을 받은 적이 있다.	①	②	③	④
10	스마트폰이 없어도 불안하지 않다.	①	②	③	④
11	그만해야지 하면서도 스마트폰을 계속한다.	①	②	③	④
12	스마트폰을 너무 자주 또는 오래 한다고 가족이나 친구들과로부터 불평을 들은 적이 있다.	①	②	③	④
13	스마트폰 사용이 지금 하고 있는 공부에 방해가 되지 않는다.	①	②	③	④
14	스마트폰을 사용할 수 없을 때 공황상태에 빠진다.	①	②	③	④
15	스마트폰 사용에 많은 시간을 보내는 것이 이미 습관화 되었다.	①	②	③	④

부모-자녀의사소통 척도

♠ 다음은 부모님에 대한 질문입니다. 평소 자신의 생각과 가깝다고 느끼는 번호에 (✓)표시를 하세요.

번호	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1	주저하거나 망설이지 않고 부모님께 내 생각을 말한다.	①	②	③	④	⑤
2	때때로 부모님의 말씀이 믿어지지 않을 때가 있다.	①	②	③	④	⑤
3	부모님께서 내 이야기를 잘 들어주신다.	①	②	③	④	⑤
4	때때로 내가 원하는 것을 부모님께 말하기가 조심스럽다.	①	②	③	④	⑤
5	부모님은 내가 당연히 알고 있는 것도 굳이 이야기를 꺼내서 내 기분을 상하게 하신다.	①	②	③	④	⑤
6	부모님은 내가 말하지 않아도 내 기분이 어떤 상태인지 잘 짐작하신다.	①	②	③	④	⑤
7	부모님과 이야기 나누는 것이 즐겁다.	①	②	③	④	⑤
8	고민거리가 있으면 불편해하지 않고 부모님과 의논할 수 있다.	①	②	③	④	⑤
9	부모님에 대한 내 감정을 솔직히 말씀드릴 수 있다.	①	②	③	④	⑤
10	부모님과 나 사이에 갈등이 생기면 나는 부모님과 말을 하지 않는다.	①	②	③	④	⑤
11	부모님과 이야기 나누는 것이 망설여진다.	①	②	③	④	⑤
12	부모님께 말대꾸를 종종 하는 편이다.	①	②	③	④	⑤
13	무언가를 부모님께 물어보면 솔직하게 대답해 주신다.	①	②	③	④	⑤
14	부모님께서 나를 이해하려고 노력하신다.	①	②	③	④	⑤
15	부모님과 이야기 나누고 싶지 않은 화젯거리가 있다.	①	②	③	④	⑤
16	고민거리가 있을 때 불편해하지 않고 부모님께 말씀드릴 수 있다.	①	②	③	④	⑤
17	속마음을 터놓고 부모님께 말씀드릴 수 있다.	①	②	③	④	⑤
18	부모님은 나에게 잔소리를 많이 하신다.	①	②	③	④	⑤
19	부모님께서 나에게 화를 내실 때 모욕감을 주면서 꾸중하신다.	①	②	③	④	⑤
20	어떤 일에 대해 솔직한 내 감정을 부모님께 이야기하기 어렵다.	①	②	③	④	⑤

♠ 다음은 여러분의 일반적인 사항에 관한 질문입니다. 해당하는 곳에 (V) 표시를 하세요.

1. 여러분의 성별은?

- ① 남자 ② 여자

2. 여러분의 학년은?

- ① 1학년 ② 2학년 ③ 3학년

3. 여러분이 주말을 포함하여 하루에 스마트폰을 사용하는 평균 시간은?(통화, 문자, 음악 감상, SNS, 게임, 웹검색 등 모두 포함)

- ① 1시간 미만 ② 1시간~2시간 미만 ③ 2시간~3시간 미만
④ 3시간~4시간 미만 ⑤ 4시간 이상

4. 여러분이 스마트폰을 사용하는 것에 대해 부모님은 대체로 어떻게 반응하시나요?

- ① 하지 마라고 하신다. ② 시간을 정해 주신다. ③ 나의 자율성에 맡기신다. ④ 전혀 상관하지 않으신다.

5. 여러분이 스마트폰에서 많이 사용하는 기능은?

- ① 음성통화 ② 문자메시지 ③ 게임 등 취미 오락 기능 ④ 인터넷정보 검색
⑤ 음악/영화 감상 및 동영상 시청 ⑥ 채팅, 카카오톡, 트위터, 페이스북 등

6. 여러분의 학업 성적은?

- ① 상 ② 상중 ③ 중 ④ 중하 ⑤ 하

※ 성실히 응답해주셔서 감사합니다.