

# 청소년의 스마트폰 중독이 사회성 발달에 미치는 영향

## Effect of Smart-phone Addiction on Youth's Sociality Development

김병년

가톨릭대학교 사회복지학과

Byoung-Nyun Kim([byoung99@catholic.ac.kr](mailto:byoung99@catholic.ac.kr))

### 요약

본 연구는 청소년의 스마트폰 중독이 사회성 발달에 미치는 영향력을 실증적으로 규명함으로써 청소년들의 건전한 스마트폰 사용 방안을 제시하기 위해 실시하였다. 조사는 서울시 10개 고등학교에서 스마트폰을 사용하고 있는 339명의 고등학생을 대상으로 실시하였다. 분석결과를 살펴보면, 스마트폰 중독이 높을수록 사회성 발달은 낮아지는 것으로 나타났다. 구체적으로 스마트폰 중독의 하위영역 중 일상생활장애, 가상세계지향성, 내성이 사회성 발달에 부적적으로 영향을 미쳤다. 특징적인 것은 스마트폰사용시간은 사회성 발달에 정적으로 영향을 미쳤다는 점이다. 이러한 점은 청소년의 사회성 증진을 위해서 무조건적인 스마트폰 사용의 양적 제지 보다는 중독적인 사용을 하지 않고 건전한 사용을 유도하는 질적차원의 교육이 바람직하다는 점을 통해 스마트폰중독 예방의 정책적, 실천적 논의를 제시해주고 있다.

■ 중심어 : | 스마트폰 중독 | 사회성 | 청소년 |

### Abstract

This study examined effects of smart-phone addiction on the youth's sociality development empirically by questionnaire survey. To conduct this study, 339 high school students participated in the survey. The major findings of the study were as follows; Smart-phone addiction had a significant influence on sociality development in negative way. Specifically, sub-domain of smart-phone addiction(disturbance of adaptive, virtual life orientation, tolerance) affect on sociality development in negative. Interesting, Smart-phone using time affect on sociality development in positive. The implications of these results for research, practice and future directions were also discussed.

■ keyword : | Smart-phone Addiction | Sociality Development | Youth |

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성

최근 한국사회는 디지털 전자기기의 발전에 따라 ‘한 손의 인터넷[6]’이라 불리는 스마트폰의 사용과 보급이 꾸준히 증가하고 있다. 2012년 스마트폰이용실태조사에 따르면 전국 가구의 42.9%가 스마트기기를 1대 이

상 보유하고 있는 것으로 나타나 2010년 대비 9배 증가하였다[8]. 또한 2009년 55만 명에 달하는 스마트폰 가입자는 2010년 721만 명, 2011년 2,258만 명, 2012년 9월 기준 3,087만 명이 가입한 것으로 집계되어 불과 3년 사이에 56배 이상 늘어나 앞으로도 이용인구는 급속하게 증가할 것으로 추정된다[8][20].

스마트폰은 휴대전화에 인터넷 접속 등의 데이터 통

신기능을 결합시켜 휴대전화의 기능과 PC 컴퓨터 기능을 손쉽게 이용할 수 있는 지능형 단말기이다[32]. 때문에 스마트폰은 휴대전화 통화, TV 시청, 카메라, 게임, 멀티미디어, 정보검색 등이 어디에서나 가능할 뿐만 아니라 사용자의 다양한 욕구에 따라 원하는 애플리케이션을 통해 생활상의 많은 편리함과 다양한 분야의 문제 해결에 유용성을 보여주고 있다[37]. 또 사람들 사이의 의사소통방식 변화, 유비쿼터스를 통한 시공간의 극복, 사회경제문화의 다양한 패러다임 전환 등을 통해 우리의 일상생활 전반에 걸쳐 혁명적인 변화를 가져왔다[27].

그러나 스마트폰의 진화와 보급이 순기능만을 가지는 것은 아니다. 특히 스마트폰은 PC와 달리 하루 종일 어디든지 소지할 수 있는 휴대성을 기반으로 장소에 상관없이 인터넷의 사용과 접근이 가능하므로 조금씩 오랜 기간에 걸쳐 사용이 가능하다는 점에서 중독적 사용 가능성이 인터넷 중독에 비해 더 높다[43]. 이는 스마트폰 이용자의 8.4%가 스마트폰 중독으로 인터넷 중독률 7.7% 보다도 높게 나타났다는 한국정보화진흥원(2011)의 연구결과에서도 입증되었다. 또한 기존의 사회적 문제였던 인터넷 중독과 휴대전화 중독의 문제들이 모바일로 대체되어 나타나며 스마트폰 중독의 심화로 이어지는 양상을 보인다[34].

특히 스마트폰 중독과 그 부작용은 성인에 비해 상대적으로 자아통제력이 낮은 청소년들에게 심각하게 나타날 수 있다[5][19]. 실제 청소년의 스마트폰 사용률도 2010년도 5.9%에서 2011년 40%로 급격하게 증가하는 추세이다[9]. 또한 청소년의 스마트폰 중독률 역시 11.4%로 성인의 중독률 7.9%와 비교해도 상대적으로 높게 나타난다[8]. 때문에 최근 교육관련 시민단체들은 스마트폰의 오남용문제를 막기 위해 입법청원을 제기하고 있으며, 정부차원에서도 교육과학기술부가 전국의 초·중·고에 스마트폰 중독 치유에 관한 생활지도 안내서를 배포하고, 경기도청에서는 청소년 스마트폰 중독예방사업을 실시하고 있어 청소년의 스마트폰 중독문제는 이제 우리사회에서 적극적으로 대처하고 해결해야 할 시급하고 중요한 이슈가 되었다.

이에 반해 청소년의 스마트폰 중독과 관련된 연구들은 아직 초보적인 수준이며, 이마저도 주로 청소년의

신체 및 정신건강에 미치는 영향력을 중심으로 제시되고 있다[16][34][37]. 때문에 청소년의 스마트폰중독을 예방하기 위한 다차원적인 실천적 정책적 대안 제시가 어려운 것이 사실이다.

이러한 한계를 극복하기 위해 본 연구는 스마트폰 중독이 야기할 수 있는 다양한 문제들 중 심리사회적 관점에 초점을 두고 청소년의 사회성 발달에 미치는 영향력을 검증하고자 한다. 이미 우리나라의 많은 청소년들은 스마트폰을 손에 달고 살며 온라인상에서 SNS 등을 통해 친구들과 의사소통과 관계형성을 하는 것이 일상화되어 있다[7]. 스마트폰 이용실태 조사에 따르면 청소년들은 스마트폰의 기능 중 SNS(Social Network Service)에 가장 많은 시간을 보내는 것으로 나타나 이를 반증하고 있다[5][27]. 또한 일부 청소년들은 직접 만나서 대화하는 것 보다 스마트폰을 통한 의사소통을 더 편하게 여기는 등 스마트폰을 통한 대인관계의 상호작용은 이미 청소년 문화에 있어 중요 요소로 자리 잡고 있다[26]. 따라서 인터넷 및 휴대전화 중독에서처럼 스마트폰 중독은 청소년기 중요한 발달과업 중 하나인 사회성의 형성과 발달을 위한 청소년들의 직간접적인 대인 상호작용의 기회를 감소시킴으로서 사회성 발달을 저해할 가능성을 가지고 있다.

이에 본 연구는 청소년기의 스마트폰 중독이 사회성 발달에 부정적인 영향을 미치는지 실증적으로 검증함으로써 청소년들이 사회성을 유지 발전하면서도, 건전한 스마트폰사용을 유도하기 위한 실천적 대안을 제시해보고자 한다.

## II. 이론적 배경

### 1. 스마트폰 중독

스마트폰 중독이란 일반적으로 스마트폰에 지나치게 몰입하여 이용증가를 스스로 제어할 수 없는 상태에 이른 것으로 정의하고 있다[19][26][30]. 그러나 아직까지 합의된 스마트폰 중독에 관한 개념 정의는 제시되지 못하고 있다. 이는 스마트폰의 보급이 최근 몇 년 사이에 급속하게 이루어졌으며, 때문에 관련된 선행연구가 부

족한 뜻이다. 스마트폰이란 손안의 PC라는 개념에서도 알 수 있듯 인터넷과 휴대전화를 결합한 지능형 단말기를 의미한다[1][23]. 때문에 선행연구들은 스마트폰 중독의 개념을 설명하기 위해 인터넷 중독의 개념에 스마트폰을 대입하여 정의하거나, 스마트폰을 휴대폰의 진화된 형태라고 보는 관점에서 휴대전화 중독으로 정의하고 개념을 구성하여 두 가지 매체로부터 도출된 중독의 개념을 종합하여 사용하였다[9][19][23][26][30].

그러나 스마트폰 중독은 그 특성상 휴대전화 중독 및 인터넷 중독과 유사하지만 다른 특성을 가지고 있다.

우선, 인터넷 중독과 달리 스마트폰 중독은 가상공간에서의 대인관계만을 편하게 생각하기보다 현실세계의 사람들과 스마트폰을 활용해 관계 맺는 것을 더 편하게 생각한다. 또 인터넷 중독에서처럼 현실도피적인 차원에서 이용하기보다 오히려 자기과시나 주변에서 인정받기 위한 차원에서 사용되는 경우가 많다[26][27].

한편 스마트폰 중독은 휴대전화 중독과도 구분된 특성을 가진다. 즉, 스마트폰은 휴대전화와 달리 인터넷 기능과 어플리케이션 등 다양한 사용자 편의기능에 기반을 둔 오락적, 실용적 요소를 포함하고 있다. 따라서 스마트폰 중독은 휴대전화 중독과 달리 이용주체의 더 많은 능동성과 개입활동성이 게임, 채팅, 음란물중독 등 콘텐츠별로 중독이 나타날 수 있다는 점에서 차이가 있다[27].

이러한 관점을 고려하여 스마트폰 중독의 개념을 4가지 차원 즉, 일상생활장애, 가상세계지향성, 내성, 금단으로 제시하고 있다[27]. 구체적으로 살펴보면 ‘내성’은 이전보다 더 많이 사용해야 만족을 느끼는 것을 의미한다. ‘금단’은 사용이 중단되거나 감소하면 초조와 불안 또는 강박적 증상을 의미한다. 또한 ‘일상생활장애’는 스마트폰의 사용으로 일상생활에 문제를 일으키는 경우를 의미하며, ‘가상세계지향성’은 현실에서 보다 가상공간에서 대인관계를 편하게 생각하는 것을 의미한다.

## 2. 사회성

사회성은 한 개인이 속한 사회나 집단에서 적절한 사회생활을 영위하기 위해 필요한 기초적 특성을 의미하는 것으로 사회의 적응정도를 말한다[3][11], 또한 개인

이 다양한 사람과 사귀 수 있는 능력 즉 긍정적인 대인관계형성을 의미한다[28][29]. 따라서 사회성이 높은 사람은 학급이나 집단과 같은 주위환경에 잘 적응하므로 사회활동, 집단 활동을 즐기며, 친구가 많고, 협동적이며, 인정이 많고, 남과 의견이 잘 맞고 충돌이 적다. 또한 새로운 환경에 접했을 때에도 잘 적응하는 것으로 볼 수 있다[31][35]. 이러한 관점에서 사회성은 다른 사람들과 관계를 맺을 수 있는 능력 즉 의사소통능력을 기반한 사교성, 개인의 사회적 적응이나 관계에 대한 타인의 평가에 대한 자신감 정도, 다양한 사람들과의 편안하게 관계를 형성하는 정도인 대인관계 이 3가지의 개념으로 구성된다[14].

이러한 사회성은 타인과의 직접적인 인간관계를 통해서 표현되고 발달하는데, 특히 자신과 타인의 행동에 대한 건강한 관심과 관찰을 통해 발달하기 마련이다[14]. 따라서 선천적으로 형성되기보다 후천적인 교육에 의한 경험으로 습득되는 것으로 본다[3][10][15][35]. 때문에 사회성은 성인기보다 청소년기의 성장과정에서 반드시 형성되어야 할 중요한 발달과업으로 제시되고 있다[25]. 특히 청소년기는 성인기로 넘어가는 중요한 시기이며, 가정에서 벗어나 보다 넓은 사회에 적응할 수 있는 역량을 갖추어야 하는 시기라는 점에서 이 시기 사회성의 확립은 다양한 사회 환경에 적절한 행동을 수행과 다양한 사회 구성원과 원만한 관계형성에 도움을 준다. 청소년기 사회성의 발달이 원만하게 이루어지지 않는 경우 반사회적 행동 및 학업상의 문제를 초래할 뿐만 아니라 역할혼미, 아노미 및 사회부적응상태에도 빠뜨릴 수 있게 된다[25][18]. 따라서 청소년기에는 충분한 직접적 대면적 대인관계와 상호작용이 무엇보다 중요하다.

## 3. 스마트폰 중독과 사회성의 관계

최근에는 스마트폰의 사용이 한국의 청소년들 사이에서 매우 빠르게 증가하고 있으며, 이와 더불어 중독을 역시 휴대전화 및 인터넷에 비해 높은 것으로 보고되고 있다[27]. 때문에 인터넷 및 휴대전화 중독의 문제가 스마트폰 중독으로 결합되어 이어져 청소년들에게 나타날 수 있다.

특히 한국은 이미 많은 청소년들이 스마트폰을 이용하고 있으며, 이를 통한 의사소통이 하나의 청소년 문화로 자리 잡았다. 때문에 스마트폰의 SNS와 같은 커뮤니케이션 기능을 통해 온라인상에서 친구들과 의사소통을 하는 것이 일상화되었다[26]. 그러나 스마트폰의 중독적 사용은 청소년기 중요한 발달과업 중 하나인 사회성의 형성과 발달을 위한 청소년들의 직간접적인 대인 상호작용의 기회를 감소시킬 수 있다는 점에서 청소년의 사회성 발달에 부정적인 영향력을 미칠 가능성이 크다[5][7][27][26].

많은 선행연구들은 인터넷 중독은 지속적으로 가상공간에서의 관계 형성 활동에 의존하게 됨에 따라 현실 세계에서 사회적 관계를 축소 또는 단절시킴에 따라 대인관계 형성에 부정적인 영향을 미칠 수 있음을 지적해왔다[4][12][13][15][18][22][24][38-42]. 또 휴대전화중독정도가 높은 경우 타인과 부정적인 의사소통을 하게 되고, 고립적인 유형의 대인관계를 갖출 수 있음을 지적하고 있어[17][33]. 인터넷 및 휴대전화 중독이 바람직한 사회성 발달에 부정적인 영향을 미칠 수 있음을 보여주고 있다.

한편 제한적이나 스마트폰 중독의 연구들을 살펴보면 스마트폰 중독정도가 높은 집단이 그렇지 않은 집단에 비해 낮은 대인관계 및 사회성 발달이 나타났다[32][34][29]. 이러한 연구결과는 인터넷 및 휴대전화 중독과 마찬가지로 스마트폰 중독 역시 청소년의 사회성 발달에 부정적인 영향을 미칠 수 있음을 시사한다. 다만 이들 연구들은 몇 가지 한계를 갖고 있다. 우선 관련 연구의 수가 다소 제한적이며, 이에 반해 연구대상은 다양하여 청소년에 일반화하여 사용하는데 한계가 있다. 또한 연구가설 검증에 위해 주로 평균비교나 상관관계수준의 분석방법을 활용함에 따라 변수들 간의 관계를 인과적으로 해석하는데 한계를 가진다. 따라서 스마트폰 중독이 미치는 청소년의 사회성 발달에 미치는 영향력을 정확하게 파악하지 못함에 따라 이를 예방하기 위한 실천적 함의를 찾기 어렵다.

따라서 본 연구에서는 청소년의 스마트폰 중독 수준이 높을수록 사회성의 발달이 낮아질 수 있다는 가설을 세우고 이를 실증적으로 검증하고자 한다.

### III. 연구방법

#### 1. 연구모형

앞선 이론적 논의를 통해 구성된 본 연구의 모형은 [그림 1]과 같다.

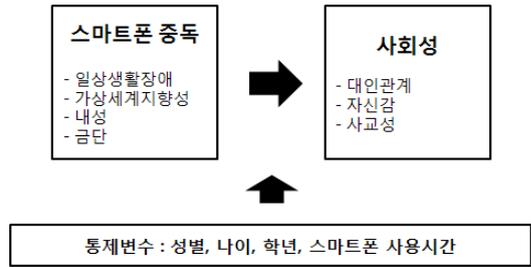


그림 1. 연구모형

#### 2. 연구대상 및 자료수집방법

본 연구는 서울시에 거주하는 고등학교 재학생 중 스마트폰을 사용하고 있는 자를 대상으로 조사하였다. 이를 위해 군집표본추출을 실시하여 무작위로 서울시 내 5개 구를 선정하고 이들 구에 소재한 고등학교를 구별 2개교씩 무작위추출하여 10개의 고등학교를 선정하였다. 표본으로 선정된 학교의 학생들을 대상으로 임의표본추출을 통해 조사원이 자기기입식설문지를 바탕으로 직접 조사하여 수거하였다. 조사기간은 2012년 9월부터 10월까지 한 달간 이루어졌으며 불성실한 설문 응답지를 제외한 339개의 설문지를 최종 분석에 사용하였다.

#### 3. 측정도구

##### 3.1 스마트폰 중독척도

본 연구에서는 스마트폰 중독정도를 측정하기 위해 한국정보화진흥원(2011)이 개발한 청소년용 스마트폰 중독 척도를 사용하였다. 스마트폰 중독척도는 ‘일상생활장애’, ‘가상세계경험지향성’, ‘내성’, ‘금단’ 총 4개의 하위영역이 구성되어 있다. 총 15문항이며 Likert식 4점 척도를 활용하였다. 신뢰도 계수는 .865로 나타났다.

##### 3.2 사회성척도

본 연구에서 청소년의 사회성 측정은 서봉연·황상민

(1993)이 개발한 사회적 성숙도 척도(Social Maturity Test)를 참고하여 조성연(1996), 이순덕(2004)이 재구성한 사회적 척도를 사용하였다[29]. 사회적 척도의 하위 요인은 ‘대인관계’, ‘자신감’, ‘사교성’으로 크게 3가지로 총 19문항으로 되어있으며 Likert식 4점 척도를 사용하였다. 척도의 신뢰도 계수는 .799로 나타났다.

#### 4. 자료분석방법

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 15.0 패키지를 활용하여 Coding 및 Data cleaning 작업을 실시 한 후 검증 실시하였다. 우선 연구대상자의 일반적 특성, 스마트폰사용실태 및 주요변수의 기술통계를 실시하였다. 또한 스마트폰 중독이 청소년의 사회성에 미치는 영향력을 상관관계 및 다중회귀분석으로 검증하였다.

### IV. 연구결과

#### 1. 연구대상자의 일반적 특성

표 1. 일반적 사항 빈도분석 (N=399)

	빈도	비율(%)
성별	남자	120 35.4
	여자	219 64.6
나이	16세	109 32.2
	17세	138 40.7
	18세	90 26.5
	19세	2 6.0
학년	1학년	95 28.0
	2학년	137 40.4
	3학년	107 31.6
하루 중 스마트폰 사용시간	30분미만	22 6.5
	30분~1시간미만	33 9.7
	1시간~2시간미만	75 22.1
	2시간~3시간미만	99 29.2
	3시간~5시간미만	56 16.5
	5시간이상	54 15.9

연구대상자의 일반적 특성은 [표 1]과 같다. 성별의 경우 여학생이 219명(64.6%), 남학생 120명(35.4%)으로 나타났다. 나이의 경우 17세가 138명(40.7%)으로 가장 많았으며, 16세 109명(32.2%), 18세 90명(26.5%), 19세 2

명(6.0%)의 순으로 나타났다.

학년의 경우 2학년이 137명(40.4%), 3학년 107명(31.6%), 1학년 95명(29.0%)의 순으로 나타났다. 하루 평균 스마트폰 이용시간은 2~3시간 정도 이용한다가 99명(29.2%)으로 가장 많았으며, 1~2시간이 75명(22.1%), 3~5시간이 56명(16.5%), 5시간 이상도 54명(15.9%) 등의 순으로 나타났다.

#### 2. 주요변수 기술통계

청소년들의 스마트폰 중독 수준 및 사회성의 기술통계 결과를 살펴보면 [표 2]와 같다. 청소년의 스마트폰 중독수준은 평균 1.98점(표준편차=.45)으로 나타났다. 하위영역에 따라 살펴보면, 내성이 2.37점(표준편차=.58), 일상생활장애가 2.25점(표준편차=.54), 금단이 2.05점(표준편차=.58), 가상세계경험지향성이 1.75점(표준편차=.68)의 순으로 나타났다. 청소년들의 사회성의 경우 평균 2.63점(표준편차=.31)으로 나타났다. 하위영역별로 살펴보면, 사교성이 2.94점(표준편차=.52), 대인관계가 2.54점(표준편차=.48), 자신감이 2.42점(표준편차=.52)으로 나타났다.

표 2. 주요변수 기술통계 분석

측정변인	하위변인	평균	표준편차
스마트폰 중독	일상생활장애	2.25	.54
	가상세계경험지향성	1.75	.68
	금단	2.05	.58
	내성	2.37	.58
	전체	1.98	.45
사회성	대인관계	2.54	.48
	자신감	2.42	.52
	사교성	2.94	.52
	전체	2.63	.31

#### 3. 상관관계

청소년의 스마트폰 중독정도와 사회성간의 연관성에 대한 결과는 [표 3]에 나타나 있다. 스마트폰 중독의 하위영역들은 사회성의 하위영역 중 대인관계와는 상관이 없는 것으로 나타났으며, 자신감 및 사교성과는 전 영역에서 부적으로 상관이 나타났다.

표 3. 주요변수 상관관계

		사회성		
		대인관계	자신감	사교성
스마트폰 중독	일상생활장애	.072	-.273***	-.194***
	가상세계경험	-.021	-.168**	-.377***
	금단	-.033	-.155**	-.273***
	내성	.037	-.271***	-.110*

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

4. 스마트폰 중독이 사회성에 미치는 영향

1.1 스마트폰 중독이 사회성 전체에 미치는 영향

회귀분석에 앞서 독립변수들의 상관관계 분석결과 상관관계수가 .65을 넘지 않았으며, 공차한계(tolerance)는 1미만, 분산팽창계수(VIF)는 .10이하로 나타나 독립변수들 간의 다중공선성 문제는 없는 것으로 나타났다.

스마트폰 중독이 사회성 전체에 미치는 영향력은 [표 4]와 같다.

표 4. 스마트폰 중독이 사회성에 미치는 영향

독립변수		종속변수 : 사회성		
		B	β	t
(상수)		3.550		6.685***
일반적 상황	성별(남성=1)	-.002	-.002	-.043
	나이	-.040	-.102	-1.174
	학년	.026	.064	.745
	스마트폰사용시간	.045	.205	3.648***
스마트폰 중독	일상생활장애	-.045	-.079	-1.066
	가상세계경험지향	-.103	-.222	-3.132**
	금단	-.035	-.065	-.908
	내성	-.047	-.086	-1.259
R <sup>2</sup>		.137		
Adjusted R <sup>2</sup>		.116		
F		6.565***		

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

구체적으로 살펴보면, 회귀모형은 적합하며(F=6.565, p<.001), 모델의 설명력은 13.7%로 나타났다. 일반적 상황에서는 스마트폰 사용시간이 청소년의 사회성에 정적으로 유의미하게 영향을 미치는 것으로 나타났다(t=3.648, p<.001). 즉 스마트폰사용시간이 높을수록 사회성은 높아지는 것으로 나타났다. 한편 스마트폰 중독

의 하위변수 중 가상세계경험지향이 부적으로 유의미하게 사회성에 영향을 미치는 것으로 나타났다(t=-3.132, p<.01). 즉, 현실에서 보다 스마트폰을 통해 가상세계에서 주변사람들과 관계를 맺는 것이 더 즐겁고 편안하게 인식할수록 사회성 발달은 낮아지는 것으로 나타났다.

1.2 스마트폰 중독이 사회성 하위영역에 미치는 영향

청소년의 스마트폰 중독이 사회성의 각 하위영역에 미치는 영향에 관한 연구결과는 [표 5]와 같다.

표 5. 스마트폰 중독이 사회성의 하위변수에 미치는 영향

독립변수		종속변수 : 사회성		
		대인관계	자신감	사교성
		B	B	B
(상수)		2.326**	3.741***	4.822***
일반적 상황	성별	-.004	.094	-.092
	나이	.003	-.041	-.095
	학년	.000	-.017	.098
	스마트폰사용시간	.054**	.027	.056**
스마트폰 중독	일상생활장애	.079	-.173*	-.060
	가상세계경험지향	-.029	-.048	-.241***
	금단	-.070	.037	-.068
	내성	-.015	-.142*	.016
R <sup>2</sup>		.034	.114	.183
Adjusted R <sup>2</sup>		.011	.093	.163
F		1.463	5.313***	9.251***

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

첫째, 스마트폰 중독이 대인관계에 미치는 영향력의 회귀모델은 적합하지 않은 것으로 나타났다. 구체적으로 스마트폰사용시간이 대인관계에 정적으로 유의미하게 영향을 미쳤다(t=2.651, p<.01). 즉 스마트폰사용시간이 높을수록 대인관계가 좋아지는 것으로 나타났다.

둘째, 스마트폰 중독이 자신감에 미치는 영향에 대한 회귀모델은 적합하였고, 설명력은 11.4%이다(F=5.313, p<.001). 구체적으로, 스마트폰 중독의 하위변수 중 일상생활장애(t=-2.395, p<.05)와 내성(t=-2.268, p<.05)이 각각 부적으로 자신감에 영향을 미쳤다. 즉, 스마트폰의 과도한 사용으로 생활상에 문제를 일으키는 정도가 높

아질수록, 또 스마트폰을 점점 더 많은 시간 동안 사용하게 되어 나중에 더 많이 사용해도 만족감이 줄어들수록, 관계에 대한 타인의 평가나 자신감이 낮아지는 것으로 나타났다.

셋째, 스마트폰 중독이 사교성에 미치는 영향에 대한 회귀모델은 적합하며, 설명력은 18.3%로 나타났다( $F=9.251, p<.001$ ). 구체적으로 살펴보면, 스마트폰 사용시간이 높아질수록 의사소통과 같은 사교성이 높아지며( $t=2.821, p<.01$ ), 또한 주변사람들과 가상세계에서 관계형성을 지향할수록 사교성은 낮아지는 것으로 나타났다( $t=-4.573, p<.001$ ).

## V. 논의 및 제언

본 연구는 청소년의 스마트폰 중독이 사회성에 미치는 영향력을 실증적으로 규명함으로써 청소년들의 건전한 스마트폰 사용을 증진하고 스마트폰 중독 예방을 위한 실천적, 정책적 방안을 제시하기 위해 실시하였다.

본 연구의 분석결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 청소년의 스마트폰 사용시간은 사회성 발달에 정(+)적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 청소년들이 스마트폰 기능 중 SNS나 메시지를 가장 많은 시간을 할애하여 사용함에 따라 오프라인 상에서 부족한 대인관계와 사회적 지지를 온라인을 통해 보완적으로 습득하기 때문이라는 선행연구의 연구결과를 지지하는 것으로 볼 수 있다[21][36].

둘째, 청소년의 스마트폰 중독은 사회성 발달에 부(-)적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 구체적으로, 스마트폰 사용으로 인한 일상생활장애 및 내성의 증가는 대인관계에 대한 자신감에 부정적인 영향을 미치며, 가상세계지향성의 증가는 사회성 전체 및 사교성 발달에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 청소년의 스마트폰 중독 수준이 높은 집단에서 사회성 발달수준이 낮았다는 조수진(2012)의 연구와, 대학생들의 스마트폰 중독수준이 높을수록 대인관계 수준이 낮아진다는 최현석·이현정·하정철(2012), 황경혜·유양숙·조옥희(2012)의 연구결과와 맥을 같이 한다.

이러한 연구결과들을 종합하면, 스마트폰 사용시간의 증가가 꼭 청소년의 사회성 발달에 부정적이지는 않는 점을 보여준다. 우리나라 청소년은 스마트폰 기능 중 주로 SNS와 메시지를 가장 오랜 시간 사용한다[29][26]. 따라서 청소년의 스마트폰 사용은 사회성의 단절을 의미한다기보다는 기존의 인간관계를 보완 또는 강화하는 차원에서 사용되는 것으로 볼 수 있다[21][36]. 따라서 절대적인 사용시간의 증가가 청소년의 사회성 발달에 부정적인 역할을 한다고 단정하기 어려운 것으로 볼 수 있다.

그러나 스마트폰을 중독적으로 사용하는 경우 특히 스마트폰의 사용으로 일상생활의 수행에 문제가 발생되거나, 스마트폰 사용에 대한 강박성을 가지거나 심각하게 매몰되어 있는 경우에는 스마트폰 사용이 현실적 대인관계를 강화하는 차원에서 활용되는 것이 아니라 이를 대체하는 수단으로 활용되면서 오히려 사회성 발달을 저해될 수 있다는 점을 시사한다[29].

결국 청소년들에게 있어 스마트폰의 사용은 주변 사람들과의 의사소통과 관계형성 등 사회성을 증진하는 하나의 보완적 강화 수단으로 활용될 수 있으나 중독적 차원에서의 사용은 오히려 이를 저해하는 수단으로 작용을 할 수 있다는 점을 보여준다. 따라서 스마트폰의 사용과 스마트폰의 중독은 구분해서 접근할 필요가 있으며, 청소년의 사회성 발달을 위해서 절대적인 스마트폰 사용 시간에 대한 양적 차원에서의 관리보다 청소년의 스마트폰 사용에 대한 스스로의 통제력, 또는 우울 등 부정적 정서를 회피할 목적으로 사용하지는 않는지, 스마트폰 사용으로 일상생활에 문제를 초래하지는 않는지, 스마트폰 사용에 대한 강박적 증상을 보이는지 등에 대한 질적 차원에서의 관리와 교육이 중요하다는 점을 시사한다.

이러한 맥락에서 본 연구는 다음과 같은 실천적, 정책적 함의를 제시한다.

청소년의 스마트폰 사용은 청소년의 사회성 발달에 무조건 부정적이라고 볼 수는 없다. 한국 청소년의 스마트폰 사용 특성을 고려할 때 오히려 건전한 사용은 대인관계나 사교성을 증진하는데 도움이 될 수 있다. 그러나 스마트폰을 중독적으로 사용하게 될 경우 관계에

대한 자신감 저하나 사교성과 같은 전반적인 사회성 발달에 저해가 될 수 있다는 점에서 스마트폰에 중독되어 오남용하지 않도록 교육과 지도 감독을 통한 예방이 중요하다[37][38].

이를 위해 학교에서는 청소년의 건전한 스마트폰 사용에 대한 교육과 지원 모듈을 개발하여 보급하는 노력이 필요하다. 이러한 맥락에서 2012년 10월부터 교육과 학기기술부와 경기도청 등은 초·중·고교의 교사들을 대상으로 스마트폰 사용에 관한 교육자료 배포하는 등의 노력은 매우 고무적이라 할 수 있다[44-46]. 다만 스마트폰은 휴대전화나 인터넷에 비해 개별적 사용이 가능하여 부모나 교사의 통제와 감시감독이 어렵다는 점에서 청소년기 자기통제력을 향상시키기 위한 프로그램의 도입이 함께 고려될 필요가 있다. 또한 한국정보화진흥원(2011)이 개발한 청소년용 스마트폰 중독 자가진단 척도를 통해 정기적으로 자가진단을 실시하여 청소년들이 스스로 스마트폰 중독성향을 관리하도록 학교 차원에서 지원이 필요하다. 스마트폰 중독 자가진단 척도의 경우 중독 수준에 따라 고위험군, 잠재적 위험군, 일반 사용자군으로 진단이 가능하다는 점에서 중독의 예방과 치료에 있어 기초적 기준으로 사용될 수 있다.

한편 이미 청소년들의 스마트폰을 통한 관계형성은 하나의 문화로 자리 잡았다[29]. 따라서 청소년기 사회성 발달을 증진시키기 위한 노력은 온오프라인 상에서 동시에 이루어질 필요가 있다. 즉, 사회성 발달의 기초라고 할 수 있는 긍정적인 자아형성을 위한 단계적 프로그램과 청소년들의 대인관계기술 및 의사소통기술 등을 향상시켜주기 위한 다양한 프로그램이 오프라인에서 이루어져 직접적 관계의 경험과 기회 확대에 대한 지원을 실시되어야한다. 동시에 온라인상에서의 건전한 스마트폰 사용과 관계형성에 대한 예절 및 기술 교육 등의 지원이 쌍방향적으로 이루어질 때 청소년의 사회성 발달이 긍정적으로 나타날 것으로 기대된다.

최근 50여개 교육시만단체들은 “청소년의 스마트폰 오남용 방지 법안” 발의를 위한 정책적 움직임을 통해 청소년에게 미치는 스마트폰의 부정적인 영향력을 줄이고자 시도하고 있다[44]. 다만 이러한 정책적 움직임에 있어 무엇보다 중요한 것은 무조건적인 스마트폰 사

용의 저지가 아닌 중독적 사용의 억제를 통한 건전한 활용 방안 강조에 있다는 점이다. 또한 스마트폰 중독의 예방 및 치료를 위한 교사나 부모의 역할 강조뿐만 아니라 학교사회복지사와 같은 전문가를 통해 앞서 언급한 다양한 프로그램들을 실시하고 모니터링하는 방안 등이 보다 구체적으로 고려될 필요가 있다.

이처럼 본 연구는 기존 연구의 한계를 극복하고 청소년의 스마트폰 중독이 미치는 부정적인 영향력을 실증적으로 검증함으로써 스마트폰 사용을 위한 실천적 정책적 방안을 제시하였다는 점에서 의의가 있다. 그러나 연구의 의의에도 불구하고 본 연구는 스마트폰 중독이 미칠 수 있는 다양한 심리사회적 차원에 미치는 영향력을 고려하지 못했다는 점에서 한계를 가진다. 따라서 후속연구에서는 스마트폰 중독에 따른 다양한 차원에서 문제점들을 규명하고 스마트폰 중독의 예방을 위한 보호 및 위험요인을 규명하는 연구가 진행되어야 할 것으로 보인다. 또한 스마트폰의 건전한 사용을 위한 지침 등에 대한 구체적이고 실증적인 연구들이 후속연구에서 제시될 것으로 기대한다.

**참 고 문 헌**

[1] 강주연, *직장인의 스트레스와 스트레스 대처방식, 충동성이 스마트폰 중독에 미치는 영향*, 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문, 2012.

[2] 강희양, 박창호, “스마트폰 중독 척도의 개발”, 한국심리학회지, 제31권, 제2호, pp.563-581, 2012.

[3] 권윤희, “청소년의 인터넷게임 중독과 자기효능감, 사회성 및 충동성과의 관계”, 대구과학대학 논문집, 제27호, pp.81-101, 2006.

[4] 강석기, “청소년의 대인관계태도, 자아존중감, 조절 및 인터넷 중독간 관계의 구조방정식 모형 분석”, 한국청소년연구, 제16권, 제1호, pp.165-193, 2005.

[5] 김보연, *고등학생의 인터넷 게임 중독 및 스마트폰 중독과 수면부족 및 스트레스와의 관계*, 삼육대학교 대학원 석사학위논문, 2012.

- [6] 김동일, 이윤희, 이주영, 김명찬, 금창민, 남지은, 강은비, 정여주, “성인용 간략형 스마트폰 중독 자가진단 척도 개발”, 상담학연구, 제13권, 제2호, pp.629-644, 2012.
- [7] 김영민, 임영식, “민주적 양육방식, 자아탄력성 및 휴대전화의존과 자기주도학습능력의 구조모형 검증”, 한국청소년연구, 제23권, 제2호, pp.273-299, 2012.
- [8] 방송통신위원회, 한국인터넷진흥원, 2011년 스마트폰이용실태조사, 2012.
- [9] 방송통신위원회, 한국인터넷진흥원, 2011년 인터넷이용실태조사, 2011.
- [10] 김성복, 자기성장프로그램이 중학생의 자아존중감과 사회성 발달에 미치는 효과, 한남대학교 교육대학원 석사학위논문, 2004.
- [11] 김태호, 미니게임의 협동적인 게임플레이가 학습자의 자아효능감과 사회성에 미치는 영향, 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문, 2010.
- [12] 김희경, 인터넷중독 수준에 따른 자아존중감과 학교적응 비교, 명지대학교 상담심리대학원 석사학위논문, 2002.
- [13] 노지현, 인터넷 게임중독이 청소년의 학교적응 및 사회성 발달에 미치는 영향에 관한 연구, 가톨릭대학교 대중문화영상대학원 석사학위논문, 2012.
- [14] 박민정, 집단상담이 여고생의 자아존중감과 사회성 및 욕구에 미치는 영향, 이화여자대학교 대학원 석사학위논문, 1996.
- [15] 박은숙, “인터넷 중독 성향이 중학생의 자아존중감과 사회성에 미치는 영향”, 상담심리연구 제9권, 제1호, pp.1-35, 2009.
- [16] 박용민, 성인들의 스마트폰 중독과 정신건강에 관한 연구, 상지대학교 평화안보상담심리대학원 석사학위논문, 2011.
- [17] 박용기, “대학생들의 이동전화 중독증에 관한 연구”, 한국언론학보, 제47권, 제2호, pp.250-181, 2003.
- [18] 박수혁, 청소년의 인터넷 중독이 사회성발달, 학업성취 및 학교적응에 미치는 영향, 한양대학교 대학원 석사학위논문, 2009.
- [19] 박지선, 청소년 및 대학생의 스마트폰 중독 경향성에 영향을 미치는 관련변인, 단국대학교 대학원 석사학위논문, 2012.
- [20] KT경영전략연구소, 스마트혁명, 세상을 바꾸다 - 아이폰 도입 3주년을 맞이하여, 2012.
- [21] 오윤경, SNS중독경향성과 외로움, 우울, 대인관계, 사회적 지지의 관계, 한국상담대학원대학교 상담학과 석사학위논문, 2012.
- [22] 이만제, “대학생 인터넷게임 중독 집단의 의사소통유형 및 문제해결능력”, 한국콘텐츠학회논문지, 제9권, 제11호, pp.108-119, 2009.
- [23] 이민석, 스마트폰 중독에 영향을 미치는 요인연구, 연세대학교 정보대학원 석사학위논문, 2009.
- [24] 이옥렬, 인터넷의 중독적 사용이 청소년의 대인관계 및 의사소통에 미치는 영향, 인하대학교 상담심리대학원 석사학위논문, 2002.
- [25] 이중섭, 모상현, “학교의 민주적 운영이 청소년의 사회성 발달에 미치는 영향연구 : 학생회의 민주적 운영과 자아존중감의 매개효과를 중심으로”, 청소년학연구, 제19권, 제9호, pp.291-308, 2012.
- [26] 서지혜, 고등학생의 개인, 부모, 또래 및 스마트폰 이용동기요인과 스마트폰 중독과의 구조적 관계분석, 성신여대 대학원 석사학위논문, 2012.
- [27] 한국정보화진흥원, 스마트폰 중독 진단척도 개발 연구, 2011.
- [28] 장광수, 초등학교 아동의 자아존중감과 사회성 및 정신건강과의 관계, 한국교원대학교 대학원, 석사학위논문, 1999.
- [29] 조수진, 고등학생의 스마트폰 중독과 자존감, 충동성 및 사회성과의 관계, 서강대학교 교육대학원 석사학위논문, 2012.
- [30] 조현옥, 중학생의 스마트폰 중독수준에 따른 자아존중감, 충동성 및 지각된 스트레스의 차이, 계명대학교 대학원 석사학위논문, 2012.
- [31] 정범모, 인성검사요감(초등학교 고학년용), 코리아안테스팅센터, 1971.
- [32] 최현석, 이현경, 하정철, “스마트폰 중독이 정신

건강, 학교생활, 대인관계에 미치는 영향 - K대 대학생을 중심으로”, 한국데이터정보과학회지, 제23권, 제5호, pp.1005-1015, 2012.

[33] 한승수, 오경수, “대인관계유형과 사용경향에 따른 이동전화중독 성향 연구 : 대학생들의 사례를 중심으로”, 한국방송학보, 제20권, 제4호, pp.371-405, 2006.

[34] 황경혜, 유양숙, 조옥희, “대학생의 스마트폰 중독사용 정도에 따른 자기통증, 불안, 우울 및 대인관계”, 한국콘텐츠학회논문지, 제12권, 제10호, pp.365-375, 2012.

[35] 황평식, *청소년 단체활동이 사회성 발달에 미치는 영향*, 한국교원대학교 대학원 석사학위청구논문, 2004.

[36] 백초롱, *페이스북 사용과 대인관계 건강, 외로움의 관계에서 지각된 유용성 및 지각된 격려의 매개효과*, 이화여자대학교 대학원 심리학과 석사학위논문, 2012.

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

[38] E. Elisabeth and S. Lennar, “Internet use, social skill and adjustment,” *CyberPsychology & Behavior*, Vol.7, No.1, pp.41-47, 2004.

[39] A. Oulasvirta, R. Tye, M. Lingyi, and R. Eeva, “Habits make smartphone use more pervasive,” *Pers Ubiquit Comput*, Vol.16, pp.105-114, 2012.

[40] M. Janet, “The Relationship between loneliness and internet use and abuse,” *CyberPsychology & Behavior*, Vol.2, No.5, pp.431-439, 2009.

[41] M. G. John, “Too much time online: internet addiction or healthy social interactions?,” *CyberPsychology & Behavior*, Vol.2, No.5, pp.395-401, 1999.

[42] R. Kruat, V. Lundmark, M. Patterson, S. Kiesler, T. Mukopadhyay, and W. Scherlies,

“Internet paradox : A social technology that reduces social involvement and psychological well-being?,” *American Psychologist*, Vol.53, pp.1017-1031, 1998.

[43] <http://www.naeil.com/News/economy/ViewNews.asp?nnum=687071&sid=E&tid=4>

[44] <http://news.kukinews.com/article/view.asp?page=1&gCode=kmi&arcid=0006359640&cp=nv>

[45] [http://www.naeil.com/news/Local\\_ViewNews\\_n.asp?bulyooid=6&nnum=691947](http://www.naeil.com/news/Local_ViewNews_n.asp?bulyooid=6&nnum=691947)

[46] <http://view.asiae.co.kr/news/view.htm?idxno=2012102408432671731&nvr=Y>

#### 저 자 소개

김 병 년(Byoung-Nyun Kim)

정회원



- 2006년 2월 : 가톨릭대학교 사회복지학과(문학사)
- 2008년 2월 : 가톨릭대학교 사회복지학과(문학석사)
- 2010년 2월 : 가톨릭대학교 사회복지학과 박사수료

<관심분야> : 아동청소년복지, 장애인복지, 중독 및 재활, 사회복지조직 및 행정