

중학생의 정서적 외상경험이 인터넷·스마트폰 중독 성향에 미치는 영향 : 자아존중감의 조절효과

The Effect of Middle School Students' Emotional Trauma to Internet·Smart Phone Addiction : The Moderating Effect of Self-Esteem

최은실

가톨릭대학교 심리학과

Eun-Sil Choi(ces726@catholic.ac.kr)

요약

본 연구의 목적은 중학생의 정서적 외상경험이 인터넷·스마트폰중독과의 관계에서 자아존중감의 조절효과를 검증하기 위한 것이다. 이를 위해 정서적 외상경험을 독립변인, 자아존중감을 조절변인, 인터넷·스마트폰중독을 종속변인으로 설정하여 조절효과를 밝히고자 하였다. 연구대상은 중학생 645명을 대상으로 정서적 외상경험, 자아존중감, 인터넷·스마트폰중독에 대한 설문조사를 실시하였다. 연구 결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 정서적 외상경험은 자아존중감과 부적 상관관계를 나타냈으며, 인터넷·스마트폰중독과는 정적 상관관계를 나타냈다. 둘째, 위계적 회귀분석을 통해 분석한 결과 정서적 외상경험과 인터넷·스마트폰중독 간의 관계에서 자아존중감의 조절효과가 나타났다. 즉, 자아존중감의 수준에 따라 정서적 외상경험과 인터넷·스마트폰중독의 상호작용 효과가 나타났다. 이 연구의 의의로는 첫째, 정서적 외상경험이 인터넷·스마트폰 중독의 원인변인임을 확인하였다. 둘째, 청소년의 정서적 외상경험의 부정적 영향력을 줄이기 위해 자아존중감에 대한 개입이 필요함을 확인하였다.

■ 중심어 : | 정서적 외상경험 | 자아존중감 | 인터넷·스마트폰중독 | 조절효과 |

Abstract

The purpose of this study is to verify the moderating effect of self-esteem between emotional trauma and internet·smart phone addiction of adolescents. For this purpose, this study confirmed moderating effect by setting emotional trauma as predicting variable, self-esteem as moderating variable and internet·smart phone addiction as dependent variable. The study conducted a questionnaire survey on 645 middle school students regarding emotional trauma, self-esteem and internet·smart phone addiction. The results of this study are as follows; first, emotional trauma had negative correlation with self-esteem and positive correlation with internet·smart phone addiction. Self-esteem had negative correlation with internet·smart phone addiction. Second, as the result of hierarchical regression analysis, there was an interaction effect of emotional trauma and self-esteem on internet·smart phone addiction. The meaning of this study are as follows; first, it is proved that one of the causes of internet·smart phone addiction is adolescent's emotional trauma and, second, it is proved that the intervention of self-esteem is required to reduce the negative effect of adolescent's emotional trauma. That is, it turned out that self-esteem moderated the relationship between emotional trauma and internet·smart phone addiction.

■ keyword : | Emotional Trauma | Self-Esteem | Internet·Smart Phone Addiction | Moderating Effect |

* 본 연구는 2015년도 가톨릭대학교 교비연구비의 지원으로 이루어졌음.

접수일자 : 2016년 12월 30일

심사완료일 : 2017년 01월 26일

수정일자 : 2017년 01월 16일

교신저자 : 최은실, e-mail : ces726@catholic.ac.kr

I. 서론

최근 우리나라는 IT 기술의 발달로 스마트폰의 빠른 진화와 높은 보급률을 보이고 있다. 스마트폰은 휴대전화 기능에 인터넷을 접속하여 컴퓨터 기능을 추가한 단말기로, 시간이나 장소에 구애받지 않고 인터넷을 사용할 수 있다. 과거에는 컴퓨터에 한정되어 있던 인터넷 사용 및 중독이 최근에는 스마트폰의 사용 확대로 스마트폰 사용 및 중독으로 이어지고 있어, 인터넷 중독과 스마트폰 중독을 구분하는 것은 의미가 없어졌다. 중독이란 스스로 쾌락을 얻기 위해 반복적으로 어떠한 물질이나 활동 등에 몰입하는 행동 특성을 말하며, 크게 행동중독과 물질중독을 나눌 수 있다. 과거에는 알코올 중독이나 마약 중독에 관심이 두어왔다면, 최근에는 인터넷 중독, 스마트폰 중독, 쇼핑 중독, 도박 중독 등에 관심이 높아지고 있다[1].

이러한 인터넷·스마트폰은 청소년들이 가장 선호하는 활동으로, 국내 청소년 10~19세의 99%이상이 사용하고 있다[2]. 전체 인구당 인터넷 사용인구의 비율이 세계에서 가장 높은 우리나라의 청소년은 하루 평균 2시간 이상을 인터넷·스마트폰을 사용하고 있으며, 3시간 이상을 사용하는 청소년도 36%에 육박하고 있다[3]. 한국정보화진흥원에 따르면, 청소년의 인터넷 중독 위험군 비율이 12.5%로 매해 증가하고 있고 성인(5.8%)의 약 2배에 이르고 있어 인터넷 과다사용에 대한 예방과 대응의 필요성을 시사하고 있다[2].

인터넷·스마트폰은 즉각적인 정보 제공, 사회적 교류, 건강관리 등 순기능도 있지만, 과도한 의존성과 통제력 상실의 문제로 사회적 문제로 대두되고 있다. 또한 청소년들이 인터넷·스마트폰을 과다 사용함으로써 사회적 기회비용 손실이 초래되고 신체적 문제(시력 저하, 수면장애, 거북목)와 심리적 문제(사회적 철수, 대인관계문제, 비현실감 등)를 발생시켜 전반적 적응에 어려움을 겪게 된다[4]. 정신의학 분야에서는 인터넷 중독 문제를 알코올 중독과 유사한 진단 기준으로 설명하고 있으며 행동 중독 장애로 설명하고 있다[5].

인터넷 중독을 나타내는 사람들의 특성이 표면적으로는 동질해 보이지만, 중독에 이르는 과정이나 동기는

매우 다를 수 있다[6]. 인터넷·스마트폰 중독의 원인은 개인적 특성, 환경적 특성, 인터넷 매체의 특성으로 구분할 수 있으며, 인터넷 사용자가 모두 중독 문제를 보이는 것은 아니다[7]. 즉, 환경적 특성과 인터넷 매체의 특성은 현시대를 살고 있는 많은 청소년이 동일하게 경험하고 있다는 점을 감안한다면, 인터넷·스마트폰 중독은 개인적 특성과 밀접한 관련이 있음을 시사한다. 개인적 특성에는 동기와 욕구, 행동적 특성, 성격 특성, 정서적 특성, 발달적 특성 등 다양한 측면이 존재한다. 이러한 개인적 특성들은 자신의 아동기 경험과 밀접한 관계를 갖게 되며, 부정적인 아동기 경험은 인터넷·스마트폰 중독의 원인으로 작용할 수 있다.

정서적 외상경험은 신체적 폭력이나 정서적 충격을 일으키는 스트레스적인 외상 사건 및 사고를 의미하며, 성인들에 비해 아동청소년기에 경험하는 정서적 외상들은 정서행동 및 사회성 발달에 치명적인 영향을 미칠 수 있다[8]. 아동청소년들이 경험하는 외상 사건에는 사랑하는 사람의 죽음, 양육자의 구타, 가정 내 폭력, 심각한 사고 등이 있으며[9], 정서적 외상경험은 가정 내에서 경험될 수 있고, 사회적 상황에서 경험될 수도 있다. 가정 내에서 경험되는 경우는 부모의 학대나 방임, 모욕을 당하거나 수치스러운 경험을 하는 등이 있으며[10], 사회적 상황에서 경험되는 경우는 대개 또래로부터의 괴롭힘, 비웃음, 거부, 무시, 고립 등과 같은 또래로부터의 직접적 정서적 외상경험과 또래와 함께하는 상황에서 특정 수행을 하거나 또래관계 상황에서 경험되는 외상적 사건들이 포함된다[11].

이러한 정서적 외상경험과 인터넷·스마트폰 중독 간의 관계를 살펴보면, 가정 내에서 경험하는 정서적 외상 경험(방임, 학대, 가정폭력 등)이 자녀의 스마트폰 중독으로 이어지게 한다는 연구들[12-14]과 사회적 상황에서 경험하는 정서적 외상(또래 거부, 무시, 고립 등)이 스마트폰 중독으로 이어지게 한다는 연구들이 있다[13]. 또한 심한 스트레스 경험이 청소년기의 인터넷 중독과 높은 관련성이 보고되고 있으며[15][16], 정서적 외상경험이 다양한 정신병리 및 외상후 스트레스장애와 관련성이 높다는 주장도 있다[8]. 또한, 정서적 외상경험이 대인관계능력의 손상[17][18], 자살[19], 우울이

나 불안[20-22]과의 높은 관련성이 있다고 보고되고 있다. 이처럼 아동청소년기의 정서적 외상경험은 청소년의 정신건강에 심각한 영향을 미치게 되고, 이러한 영향을 생활 전반의 적응에 지속적으로 영향을 미치게 된다.

그렇다면 정서적 외상경험과 인터넷·스마트폰 중독과의 관계에서 다른 변인들의 영향을 고려해볼 필요가 있다. 정서적 외상경험을 한 사람들이 항상 인터넷·스마트폰 중독의 위험이 높은 것은 아니기 때문이다. 어떠한 사람들은 심각한 외상이나 스트레스를 경험하고 부정적인 결과를 나타내지만, 일부는 심각한 외상에도 부정적인 결과를 나타내지 않기도 한다. 그 이유는 심각한 정서적 외상 경험에 인터넷·스마트폰 중독과 같은 부정적인 결과에 미치는 영향력을 조절하는 요인들이 있기 때문이다. 이러한 부정적인 결과를 줄여주는 조절 요인들은 보호 요인으로 불리며, 개인 내적인 것(자아존중감, 사회성 등)과 외적인 것(가족관계, 사회적 지지 체계 등)이 있을 수 있다. 본 연구에서는 개인 내적인 변인으로 자아존중감이 정서적 외상경험과 인터넷·스마트폰 중독 간의 관계에서 미치는 영향을 살펴보고자 한다.

자아존중감이 높은 사람일수록 인터넷·스마트폰 중독이 낮으며, 자아존중감이 낮을수록 인터넷·스마트폰 중독이 높다는 연구들[23-26]이 있다. 이는 자아상이 부정적인 사람일수록 현실세계의 문제를 보상해주는 통로로 가상공간을 장시간 이용한다는 것이다. 또한 자신을 숨기고 과장하며 현실에 대한 보상을 원하는 자아존중감이 낮은 청소년들에게 인터넷상의 관계는 익명성을 유지할 수 있어서 유혹적일 수 있기 때문이다 [27][28].

지금까지 살펴본 바와 같이, 정서적 외상경험이 청소년의 인터넷·스마트폰 중독에 영향을 미치는 주요 요인이 된다는 점에서 정서적 외상경험과 청소년의 인터넷·스마트폰 중독의 관계를 완화시킬 수 있는 변인으로 자아존중감이 초점을 두고자 한다. 구체적으로 본 연구에서는 중학생을 대상으로 정서적 외상경험과 인터넷·스마트폰 중독의 관계에서 자아존중감의 조절효과가 유의한지 알아보려고 한다. 이를 통해 정서적 외상경험이 인터넷·스마트폰 중독에 영향을 미치는 과정에 대해 이

해를 높이고, 정서적 외상경험과 인터넷·스마트폰 중독의 관계를 개선하기 위해서 중요하게 고려해야 할 변인과 치료적 개입을 위한 정보를 제공해 줄 수 있을 것으로 기대한다.

이에 본 연구에서는 청소년의 정서적 외상경험이 인터넷·스마트폰 중독의 관계를 자아존중감이 조절하는지를 검증하고자 한다. 이러한 연구목적을 달성하기 위해 다음과 같은 연구가설을 설정하였다.

- 가설1. 청소년의 정서적 외상경험이 인터넷·스마트폰 중독에 영향을 미칠 것이다.
- 가설2. 청소년의 정서적 외상경험과 인터넷·스마트폰 중독의 관계를 자아존중감이 조절할 것이다.

II. 연구방법

1. 연구 대상과 자료 수집

본 연구는 2016년 4-5월에 서울, 경기 지역 소재 중학교에 재학 중인 남녀 1, 2, 3학년 중학생 700명을 대상으로 설문 조사를 실시하였다. 회귀분석에서 표본 크기를 설정하기 위해서는 표본 크기를 N이라고 했을 때, 설명변수의 개수가 N/10 또는 N/20보다 작아야 한다[29]. 본 연구에서 설명변인은 3개이지만, 내용 결과의 일반화를 위해 3개 학교의 중학교 1, 2, 3학년 학생 700명을 대상으로 하였다. 그리고 3개 지역 중학교를 선정하여 무선적으로 학급을 배정하였다. 윤리적 문제를 고려하여, 설문을 실시할 학급의 학부모를 대상으로 설문에 대한 안내를 하고 동의를 구하였다. 또한 설문을 실시하는 중학생들에게도 서면 동의를 받았다. 학급단위로 실시하였기에 담임교사가 나누어주어야 하는 상황을 고려하여, 학년 및 성별에 대한 정보를 제외하고 개인적 정보를 표기하지 않도록 하였다. 수거된 설문지 중 불성실하게 작성한 학생과 스마트폰을 미소지하면서 설문지를 작성한 학생을 제외한, 645부의 설문지를 최종 분석 대상으로 하였다. 성별로는 남자는 300명, 여자는 345명이었고, 중학교 1학년 204명, 2학년 214명, 3학년 227명이었다.

2. 측정 도구

2.1 정서적 외상경험

본 연구에서는 정서적 외상을 측정하기 위해, 한국가이던스에서 판권을 보유하고 있는 청소년용 성격5요인검사의 하위 요인인 정서충격(Emotional trauma)을 사용하였다[30]. 이 외상척도는 청소년이 사건, 사고, 학대, 따돌림 등으로 인한 외상을 경험이 여전히 정서, 행동, 사고에 영향을 미치고 있는지를 측정하고 있다. 문항의 구성은 총 6개 문항으로 구성되어 있으며, Likert식 5점 척도 상에서 응답하도록 되어 있으며, 전혀 아니다(1), 아니다(2), 보통(3), 그렇다(4), 매우그렇다(5)로 측정한다. 가능 점수 범위는 6 - 30점으로 점수가 높을수록 정서적 외상경험이 높다는 것을 의미하고, 낮을수록 정서적 외상경험이 낮다는 것을 의미한다. 정서적 외상경험 척도의 내적 일치도(Cronbach's α)는 .81으로 나타났다

2.2 자아존중감

본 연구에서는 자아존중감을 측정하기 위해 Rosenberg의 자아존중감 척도(SESE; Self-Esteem Scale)를 변안하여 사용하였다[31]. 이 척도는 일반적인 자아존중감을 측정하기 위해 가장 많이 사용되는 것으로 자기와 관련된 진술문 10문항이 포함되어 있으며 5개는 긍정적 문항이고 5개는 부정적인 문항으로 구성되어 있다. Likert식 5점 척도 상에서 응답하도록 되어 있으며, 가능 점수 범위는 10-50점으로 점수가 높을수록 자아존중감이 높고 점수가 낮을수록 자아존중감이 낮다. 본 연구에서 자아존중감 척도 전체의 내적 일치도 계수(Cronbach's α)는 .91으로 나타났다.

2.3 인터넷·스마트폰 중독

본 연구에서는 한국정보화진흥원에서 개발한 인터넷·스마트폰 중독 자가진단 척도인 K-척도를 사용하였다[32]. 기존의 K-척도는 인터넷 중독을 알아보기 위한 척도이며, 본 연구에서는 인터넷·스마트폰 중독을 함께 측정하기 위해 2013년 보건복지부 아동종합실태조사에서 사용한 방식인 인터넷·스마트폰 중독문항으로 사용하였다. 본 척도는 청소년 척도를 근간으로 개발되었으

며, 하위요인으로 일상생활 장애 5문항, 가상세계 지향성 2문항, 금단 4문항, 내성 4문항으로 총 15개 문항으로 이루어져 있다. 설문지의 형식은 각각의 문항에 자신의 인터넷·스마트폰 사용에 관하여 자신의 생각과 일치하는 정도에 대하여 Likert식 5점 척도 상에서 응답하도록 하였다. 가능 점수 범위는 15-75점으로 점수가 높을수록 인터넷·스마트폰 중독 수준이 높다는 것을 의미한다. 인터넷·스마트폰 중독 척도 전체의 내적 일치도 계수(Cronbach's α)는 .85로 나타났다.

4. 자료분석

본 연구의 분석을 위해 SPSS 21.0 프로그램을 사용하였다. 연구 대상자들이 인식하는 정서적 외상경험과 자아존중감, 인터넷·스마트폰 중독의 관계를 분석하기 위해서 변인간 상관관계를 분석하였고, 정서적 외상경험과 인터넷·스마트폰 중독의 관계에서 자아존중감의 조절효과를 분석하기 위하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 조절효과를 분석할 때 Cohen 등이 제시한 방법에 따라 상호작용 항을 만들기 전, 변인 간 다중공선성의 문제를 줄이기 위하여 독립변인과 조절변인의 원점수에서 평균을 빼는 작업을 통해 예측변인과 조절변인을 중심화 한 후 상호작용 항을 생성하는 작업을 실시하였다[33].

III. 연구결과

1. 정서적 외상경험, 자아존중감, 인터넷·스마트폰 중독의 평균, 표준편차 및 상관관계 분석

각 변인들의 학년과 성별에 따른 평균 및 표준편차를 [표 1]에 제시하였다. 정서적 외상경험은 여학생(M=14.48; SD= 4.52)이 남학생(M=13.54; SD=4.49)보다 높았다. 학년별로는 중학교 2학년(M=14.09; SD=4.40), 중학교 3학년(M=14.02; SD=4.57), 중학교 1학년(M=14.01; SD=4.64) 순이었다. 자아존중감은 남학생(M=36.12; SD=7.61)이 여학생(M=34.67; SD=7.45)보다 높았다. 학년별로는 중학교 3학년(M=36.33; SD=7.26), 중학교 2학년(M=34.90; SD=6.76), 중학교 1학년

(M=34.73; SD=8.53) 순이었다. 인터넷·스마트폰 중독은 여학생(M=36.66; SD=8.84)이 남학생(M=35.02; SD=9.00)보다 다소 높았다. 학년별로는 중학교 2학년(M=36.69; SD=8.53), 중학교 1학년(M=36.05; SD=9.51), 중학교 3학년(M=35.00; SD=8.77) 순이었다. 전체학생을 평균 및 표준편차를 살펴보면, 정서적 외상경험이 14.05(4.53), 자아존중감이 35.35(7.55), 인터넷·스마트폰 중독이 35.90(8.96)으로 나타났다. 그리고 정서적 외상경험, 자아존중감, 인터넷·스마트폰 중독 간의 상관분석 결과를 [표 2]에 제시하였다. 정서적 외상경험은 자아존중감과 유의미한 부적상관을 나타냈다($r = -.39, p < .001$). 또한 정서적 외상경험은 인터넷·스마트폰 중독과 유의미한 정적상관을 나타냈다($r = .29, p < .001$). 한편 자아존중감은 인터넷·스마트폰 중독과 유의미한 부적상관을 나타냈다($r = -.30, p < .001$).

표 1. 주요 변인들의 평균 및 표준편차

구분	빈도	구성 비율	정서적 외상경험	자아 존중감	인터넷 스마트폰중독	
성별	남	300	46.5	13.54(4.49)	36.12(7.61)	35.02(9.00)
	여	345	53.5	14.48(4.52)	34.67(7.45)	36.66(8.84)
학년	중1	204	31.6	14.01(4.64)	34.73(8.53)	36.05(9.51)
	중2	214	33.2	14.09(4.40)	34.90(6.76)	36.69(8.53)
	중3	227	36.2	14.02(4.57)	36.33(7.26)	35.00(8.77)
합계	645	100%	14.05(4.53)	35.35(7.55)	35.90(8.95)	

표 2. 주요 변인들의 상관관계

	1	2	3
1. 정서적 외상경험	1		
2. 자아존중감	-.39	1	
3. 인터넷·스마트폰 중독	.29	-.30	1

2. 정서적 외상경험과 인터넷·스마트폰 중독의 관계에서 자아존중감의 조절효과

정서적 외상경험과 인터넷·스마트폰 중독의 관계에서 자아존중감의 조절효과를 [표 3]에 제시하였다. 자아존중감을 조절변인으로 투입하였을 때 정서적 외상경험과 인터넷·스마트폰 중독의 관계에서 정서적 외상경험과 자아존중감의 상호작용항이 유의미하였다. 구체적으로 살펴보면, 1단계에서 정서적 외상경험이 인터

넷·스마트폰 중독에 미치는 영향력을 분석하였다. 정서적 외상경험만을 투입한 결과, 인터넷·스마트폰 중독 전체 변량의 8.4%를 유의하게 설명하였다($F=59.30, p < .001$). 2단계에서 정서적 외상경험과 자아존중감을 투입한 결과, 인터넷·스마트폰 중독 전체의 12.7%를 유의하게 설명하였다($F=46.87, p < .001$). 그리고 인터넷·스마트폰 중독에 미치는 자아존중감의 주효과도 유의미하였다($\beta = -.23, p < .001$). 즉, 자아존중감이 높을수록 인터넷·스마트폰 중독이 낮아짐을 보여준다. 3단계에서는 정서적 외상경험과 자아존중감의 상호작용을 검증한 결과, 인터넷·스마트폰 중독에 대한 1.3%를 추가적으로 유의미하게 설명하였고($F=34.95, p < .001$), 정서적 외상경험과 자아존중감의 상호작용($\beta = .12, p < .01$)도 유의미하였다. 즉, 자아존중감이 인터넷·스마트폰 중독에 미치는 정서적 외상경험의 영향에 대한 조절변인임을 확인하였다.

표 3. 중학생의 정서적 외상 경험과 인터넷·스마트폰 중독의 관계에서 자아존중감의 조절효과

단계	독립변인	인터넷·스마트폰 중독				
		β	t	R^2	ΔR^2	F
1	정서적외상경험(A)	.29	7.70	.08	.08	59.30
2	정서적외상경험(A)	.20	5.11	.13	.04	46.87
	자아존중감(B)	-.23	-5.62			
3	정서적 외상경험(A)	.22	5.44	.14	.01	34.95
	자아존중감(B)	-.23	-5.90			
	A×B	.12	3.14			

위에 검증된 상호작용 효과를 구체적으로 살펴보기 위해, 검증된 상호작용 효과를 그림으로 제시하였다. 이를 위해 평균값으로부터 표준편차가 -1인 지점을 자아존중감이 낮은 수준(low)으로, 표준편차가 0인 지점을 자아존중감이 중간 수준(med)으로, 표준편차가 +1인 지점을 자아존중감이 높은 수준(high)으로 설정하고, 이에 해당하는 점수를 회귀방정식에 대입하여 상호작용효과를 시각적으로 나타내었다.

[그림 1]은 인터넷·스마트폰 중독에 대한 정서적 외상경험과 자아존중감의 상호작용항을 나타낸 것이다. 즉, 자아존중감의 수준에 따른 정서적 외상경험과 인터넷·스마트폰 중독 간의 관계를 살펴본 것이다. 그림에

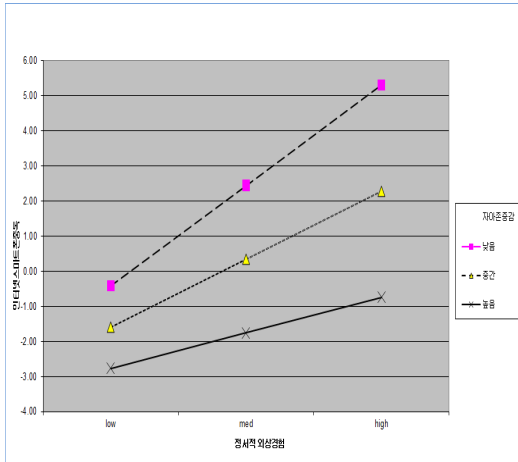


그림 1. 자아존중감의 조절효과

서 보는 바와 같이, 자아존중감의 수준에 따라 정서적 외상경험과 인터넷·스마트폰 중독 간의 관계에서 차이를 보였다. 정서적 외상 경험의 수준이 낮을 때에는 자아존중감에 따라 인터넷·스마트폰 중독 수준은 별 차이가 없지만, 정서적 외상 경험이 높을 때에는 자아존중감에 따라 인터넷·스마트폰 중독 정도가 상당히 달라진다. 자아존중감이 낮을수록 인터넷·스마트폰 중독 수준이 심해지며, 자아존중감이 높을수록 인터넷·스마트폰 중독 수준이 낮은 것으로 나타났다. 즉, 인터넷·스마트폰 중독에 있어서 정서적 외상경험이 높은 집단에서의 자아존중감의 역할이 훨씬 더 중요하게 작용하는 것으로 분석되었다. 따라서 자아존중감은 아래의 그림과 같이 정서적 외상경험과 인터넷·스마트폰 중독의 관계를 조절하고 있음을 알 수 있다.

IV. 논의

본 연구는 중학생을 대상으로 정서적 외상경험이 인터넷·스마트폰 중독에 영향을 미치는지 살펴보고, 자아존중감이 정서적 외상경험과 인터넷·스마트폰 중독과의 관계를 조절하는지 살펴보고자 하였다. 최근 들어, 청소년들을 대상으로 인터넷과 스마트폰 중독에 대한 관심이 증대되고 있으며, 인터넷·스마트폰 중독에 미치

는 다양한 요인들에 대한 연구가 진행되고 있다. 본 연구는 인터넷과 스마트폰 중독에 위험요인인 정서적 외상경험의 영향력을 조절 및 완화시키는 요인으로 자아존중감의 역할에 대해 살펴보았다. 주요 연구 결과에 따른 논의점 및 의의는 다음과 같다.

첫째, 정서적 외상경험, 자아존중감, 인터넷·스마트폰 중독의 세 변인 모두 유의미한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 정서적 외상경험과 인터넷·스마트폰 중독은 유의미한 정적 상관을 보였는데, 이것은 정서적 외상경험의 수준이 높은 사람들이 인터넷·스마트폰 중독이 높다는 것을 의미한다. 이는 정서적 외상경험이 높을수록 인터넷·스마트폰 중독이 높게 나타남을 보여준 선행연구들과 일치한다[15][16]. 그리고 정서적 외상경험과 자아존중감은 부적상관을 나타냈다. 이것은 정서적 외상경험 수준이 높은 사람들이 그 당시에 경험한 수치심을 성격특성으로 내면화하여 스스로에 대한 부적절감을 느끼고, 자신을 비난하여 자아존중감이 낮아졌을 가능성이 있다[34]. 그리고 자아존중감과 인터넷·스마트폰 중독은 부적 상관을 나타냈는데, 자아존중감이 높은 사람들이 인터넷·스마트폰 중독이 낮다는 것을 의미한다. 이는 자신을 숨기고 과장하며 현실에 대한 보상을 원하는 자아존중감이 낮은 청소년들에게 인터넷상의 관계는 익명성을 유지할 수 있어서 매력을 느끼며[27], 현실 세계에서 소외감과 부적절감을 느끼는 청소년들이 인터넷세계에 빠져든다는 연구 결과와도 일맥상통한 결과이다[28][35].

둘째, 정서적 외상경험이 인터넷·스마트폰 중독과의 관계에서 자아존중감이 조절역할을 하는 것으로 나타났다. 구체적으로 살펴보면, 우선 정서적 외상경험은 인터넷·스마트폰 중독에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 과거나 현재의 정서적 외상경험이 인터넷·스마트폰 중독 성향을 높인다는 것을 의미한다. 이러한 결과는 인터넷·스마트폰 중독의 원인 변인으로 정서적 외상경험을 고려해야함을 의미한다. 즉, 인터넷·스마트폰 중독의 원인 변인을 개인적, 환경적, 인터넷 매체로 구분할 때[7], 정서적 외상이라는 요인은 환경적 사건 및 사고가 개인적 성향과 상호작용하여 나타난 결과라고 할 수 있다. 다음으로 정서적 외상경험과 인터넷·스마

트폰 중독 간의 관계에서 자아존중감이 조절 요인으로 작용한다는 것이 밝혀졌다. 이는 정서적 외상경험이 인터넷·스마트폰 중독에 영향을 미침에 있어서 자아존중감의 수준에 따라 영향력이 달라진다는 것을 의미한다. 특히, 정서적 외상경험이 낮은 경우보다 높은 경우에 자아존중감의 역할이 더 크게 나타났다. 즉, 정서적 외상경험이 높거나 낮은 경우 모두 자아존중감에 따라 인터넷·스마트폰 중독에 영향을 미치지, 정서적 외상경험이 높은 경우에 자아존중감이 높을 때가 낮을 때보다 인터넷·스마트폰 중독 성향이 상대적으로 더욱 낮게 나타났다. 연구결과를 통해서 정서적 외상경험이 인터넷·스마트폰 중독에 영향을 미친다는 연구의 결과[15][16]를 재확인하였으며, 정서적 외상경험과 인터넷·스마트폰 중독의 관계가 자아존중감을 통해서 조절될 수 있음을 확인하였다. 정서적 외상경험은 인터넷·스마트폰 중독과 인과관계를 가지고 있어 높은 정서적 외상경험은 높은 인터넷·스마트폰 중독으로 이어질 가능성이 높다. 이러한 관계에서 자아존중감이 인터넷·스마트폰 중독 성향을 낮추는데 영향을 미치는 변인이라는 연구들[24-26][36]에 근거하여, 자아존중감을 향상시키기 위한 다양한 노력을 기울인다면 정서적 외상경험이 높더라도 인터넷·스마트폰 중독으로 이어질 가능성이 줄어든다는 것을 보여주고 있다. 또한, 자아존중감을 높은 수준으로 유지하고 있는 청소년의 경우에 인터넷·스마트폰 중독 비율이 낮으며, 정서적 외상경험이 낮거나 높을 경우 모두 인터넷·스마트폰 중독으로 이어질 가능성이 낮다는 것으로 보여주고 있다.

연구 결과에는 몇 가지 제한점이 있다. 첫째, 본 연구는 서울, 경기 지역의 중학생으로 표본이 한정되어 있다. 따라서 추후 연구가 이루어진다면, 다양한 지역의 표본을 연구할 필요가 있다. 둘째, 본 연구는 정서적 외상경험의 유무에 관계없이 모든 학생을 대상으로 하여 연구를 진행하였다. 추후 연구가 진행된다면, 정서적 외상경험 유무를 구분하여 연구할 필요가 있겠다. 셋째, 본 연구는 인터넷·스마트폰 중독 성향을 차원적으로 살펴보고 있다. 추후 연구가 진행된다면, 인터넷·스마트폰 중독 성향이 높은 집단, 낮은 집단을 구분하여 연구를 진행한다면 더 의미있는 결과를 얻을 수 있을 것

라 사료된다. 넷째, 정서적 외상경험과 인터넷·스마트폰 중독 관계에서 자아존중감의 조절효과만을 살펴본 것이 때문에 그 외의 다양한 보호요인에 대한 영향력을 파악하는 것에 어려움이 있었다. 따라서 다양한 보호요인에 대한 후속 연구도 필요할 수 있다.

이러한 한계점에도 불구하고 본 연구에는 몇 가지 의의가 있다. 첫째, 정서적 외상경험이 인터넷·스마트폰 중독의 원인변인임을 확인함으로써 심리치료 및 상담 장면에서 정서적 외상경험의 여부와 영향력에 대해 확인할 필요가 있겠다. 인터넷·스마트폰 중독에 대한 개입보다 과거나 현재의 정서적 외상경험에 대한 우선적이고 직접적인 개입이 필요할 수 있음을 시사한다. 둘째, 정서적 외상경험과 인터넷·스마트폰 중독과의 관계에서 자아존중감이 조절변인임을 확인함으로써, 과거나 현재의 정서적 외상경험을 제거할 수는 없지만, 자아존중감을 높일 수 있는 다양한 심리치료적 작업을 통해 정서적 외상경험의 영향력을 줄일 수 있을 것이다. 따라서 상담 및 심리치료 현장에서 정서적 외상경험이 있는 청소년들에게 자아존중감에 대한 개입을 실시함으로써 부정적인 행동결과를 줄일 수 있을 것이다.

참고 문헌

- [1] 김용학, *인터넷 시대의 사회적 위험, 12세기 한국 메가트렌드 시리즈*, 정보통신정책연구원, 2005.
- [2] 한국정보화진흥원, *2014년 인터넷중독 실태조사*, 2015.
- [3] 통계청, *2013년도 아동종합실태조사*, 2014.
- [4] K. S. Young, "Psychology of computer use: XL: Addictive use of the internet: a case that breaks the stereotype," *Psychological Reports*, Vol.79, pp.899-902, 1996.
- [5] K. S. Young, "Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder," *Cyberpsychology & Behavior*, Vol.1, No.3, pp.237-244, 1998.
- [6] T. Sim, D. A. Gentile, F. Bricolo, G. Serpelloni, and F. Gulamoydeen, "A conceptual review of

- research on the pathological use of computers, video games, and the internet,” *International Journal of Mental Health and Addiction*, Vol.10, No.5, pp.1-2, 2012.
- [7] 임은미, “인터넷 역기능현상 및 개인정보침해 대응방안: 한국형 사이버중독 자가진단 및 분석기법 개발,” 정보통신부 일반정책연구지정 공모사업 01-GP-09, pp.113-130, 2001.
- [8] I. L. Spertus, R. Yehuda, C. S. Wong, S. Halligan, and S. V. Seremetis, “Childhood emotional abuse and neglect as predictors of psychological and physical symptoms in women presenting to a primary care practice,” *Child Abuse and Neglect*, Vol.27, No.11, pp.1247-1258, 2003.
- [9] R. Orozco, G. Borges, C. Benjet, M. E. Media-Mora, and L. Lopez-Carrillo, “Traumatic life events and posttraumatic stress disorder among Mexican adolescents: results from a survey,” *Salud Publica de Mexico*, Vol.5, No.1, pp.29-37, 2007.
- [10] D. G. Dutton, “Traumatic origins of intimate rage,” *Aggression and Violent Behavior*, Vol.4, No.4, pp.431-447, 1999.
- [11] 허정윤, 유영달, “아동기 정서적 정서적 외상경험이 대학생의 정신건강과 삶의 만족도에 미치는 영향: 자아존중감을 매개변인으로,” *가족과 문화*, Vol.24, No.1, pp.177-211, 2012.
- [12] 김남선, 이규은, “대학생의 자기통제력과 생활스트레스가 스마트폰 중독에 미치는 영향,” *한국보건정보통계학회지*, 제37권, 제2호, pp.72-83, 2012.
- [13] 김병년, 최홍일, “과호호적 부모양육태도가 스마트폰 중독에 미치는 영향에 대한 자기통제력의 매개효과,” *사회과학연구*, 제29권, 제1호, pp.1-25, 2013.
- [14] 진미령, 신성만, “애착외상, 자아존중감, 우울, 자기통제력이 청소년의 스마트폰 중독에 미치는 영향: 도피이론 모형을 중심으로,” 제1권, 제1호, pp.31-53, 2016.
- [15] 김은화, 김나현, “인터넷게임중독 청소년과 비중독 청소년의 스트레스 수준과 HPA axis 활성화도 비교,” *기초간호자연과학회지*, 제15권, 제3호, pp.173-183, 2013.
- [16] 배성만, “Data Mining을 이용한 아동 및 청소년의 인터넷 게임중독의 예측요인 탐색,” *청소년학연구*, 제21권, 제9호, pp.259-278, 2014.
- [17] 김도우, 이윤호, “Heckman의 2단계 모형을 활용한 청소년의 온라인 게임 중독과 비행요인 분석,” *한국공안행정학회보*, 제48권, pp.11-49, 2012.
- [18] K. E. Bolger, C. J. Patterson, and J. B. Kupersmidt, “Peer relationships and self-esteem among children who have been maltreated,” *Child Development*, Vol.69, No.4, pp.1171-1197, 1998.
- [19] S. J. Stevens, B. S. Murphy, and K. McKnight, “Traumatic stress and gender differences in relationship to substance abuse, mental health, physical health, and HIV risk behavior in a sample of adolescents enrolled in drug treatment,” *The Journal of Child Maltreatment*, Vol.8, pp.46-57, 2003.
- [20] 김동일, 이윤희, 강민철, 정여주, “정신건강문제와 인터넷 중독: 다층메타분석을 통한 효과크기 검증,” *상담학연구*, 제14권, 제1호, pp.285-303, 2013.
- [21] W. R. Downs and B. Rindels, “Adulthood depression, anxiety and trauma symptoms: a comparison of women with nonabusive, abusive and absent father figures in childhood,” *Violence and Victims*, Vol.19, No.6, pp.659-671, 2004.
- [22] X. Huang, H. Zhang, M. Li, J. Wang, Y. Zhang, and R. Tao, “Mental health, personality, and parental rearing styles of adolescents with internet addiction disorder,” *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, Vol.13, pp.401-406, 2010.

- [23] 유지돈, 이익선, 양재호, “지역별 스마트폰 중독 실태 및 인구, 사회적 요인에 대한 연구,” 사회과학연구, 제40권, 제3호, pp.51-75, 2014.
- [24] 김정숙, *휴대전화 다가사용 청소년의 자아존중감 및 우울, 충동성에 관한 연구*, 단국대학교, 석사학위논문, 2013.
- [25] 박승민, 김은하, 강민철, “청소년의 인터넷 중독 수준 변화에 대한 잠재계층분석과 잠재계층 분류에 대한 영향요인 탐색,” 상담학연구, 제14권, 제5호, pp.2987-3002, 2013.
- [26] S. Laconi, R. F. Rodgers, and H. Chabrol, “The measurement of internet addiction: a critical review of existing scales and their psychometric properties,” *Computers in Human Behavior*, Vol.41, pp.190-202, 2014.
- [27] 이종훈, 신성철, “중학생의 인터넷 중독이 정신건강에 미치는 영향에 대한 자아존중감의 조절효과,” *청소년보호지도연구*, 제18권, pp.33-54, 2012.
- [28] 이주연, 전종철, “청소년의 인터넷 중독이 학업적응에 미치는 영향-정서조절의 매개효과를 중심으로,” *청소년복지연구*, 제17권, 제1호, pp.287-303, 2015.
- [29] F. E. Harrell, *Regression Modeling Strategies, with Applications to Linear Models, Survival Analysis and Logistic Regression*. Springer, New York, 2001.
- [30] 정승철, 최은실, *성격5요인검사(BFI)*, 서울: 한국가이던스, 2015.
- [31] M. Rosenberg, *Society and the adolescent self-image*, Princeton, NJ: Princeton University Press, 1965.
- [32] 한국정보화진흥원, *스마트폰 중독 진단척도 개발연구*, 2011.
- [33] J. Cohen, P. Cohen, S. G. West, and L. S. Aiken, *Applied multiple regression/correlation analysis for the behavioral science (3rd ed.)*, Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum, Associates, 2013.
- [34] 최은영, 안현의, “여대생의 아동청소년기 대인간 외상 경험과 자기역량 손상의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과,” *한국심리학회지: 여성*, 제16권, 제3호, pp.285-302, 2011.
- [35] 정구철, “대학생들의 정신건강과 인터넷 중독 및 스마트폰 중독 간의 관계,” *한국콘텐츠학회논문지*, 제16권, 제4호, pp.655-665, 2016.
- [36] 이종하, “청소년 스마트폰 중독모형에 관한 연구,” *한국콘텐츠학회논문지*, 제16권, 제9호, pp.433-442, 2016.

저 자 소 개

최 은 실(Eun-Sil Choi)

정희원



- 1998년 : 이화여자대학교 교육심리학과(문학사)
- 2001년 : 이화여자대학교 심리학과(문학석사)
- 2010년 : 이화여자대학교 심리학과(심리학박사)

▪ 현재 : 가톨릭대학교 심리학과 교수

<관심분야> : 아동심리치료, 발달정신병리