



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](#)

2015년 2월

석사학위 논문

고등학생의 스마트폰 중독이 학교생활적응에 미치는 영향

- 자아탄력성과 가족탄력성을 매개변수로 -

조선대학교 대학원

사회복지학과

강 혜 령

고등학생의 스마트폰 중독이 학교생활적응에 미치는 영향

- 자아탄력성과 가족탄력성을 매개변수로 -

The Effect of Smartphone Addiction on Academic Life
Adjustment of High School Students
- With Self Resilience and Family Resilience
as the Parameters -

2012년 2월 25일

조선대학교 대학원

사회복지학과

강혜령

고등학생의 스마트폰 중독이 학교생활적응에 미치는 영향

- 자아탄력성과 가족탄력성을 매개변수로 -

지도교수 김진숙

이 논문을 사회복지학 석사학위신청 논문으로
제출함

2014년 10월

조선대학교 대학원

사회복지학과

강혜령

강혜령의 석사학위논문을 인준함

심사위원장 조선대학교 교수 박희서 (인)

심사위원 조선대학교 교수 김용섭 (인)

심사위원 조선대학교 교수 김진숙 (인)

2014년 11월

조선대학교 대학원

목 차

ABSTRACT

제 1 장 서 론	1
제1절 연구목적	1
제2절 연구범위 및 방법	4
제 2 장 이론적 배경	7
제1절 스마트폰 중독	7
1. 스마트폰 중독의 개념 및 유형	7
2. 스마트폰 중독의 이용실태와 중독실태	12
3. 스마트폰 중독의 영향요인	16
제2절 학교생활적응	19
1. 학교생활적응의 개념	19
2. 학교생활적응의 영향요인	20
3. 학교생활적응의 중요성	22
제3절 탄력성	23
1. 탄력성의 개념 및 이론적 관점	24
2. 자아탄력성의 개념	30
3. 가족탄력성의 개념	32

제4절 선행연구	34
1. 스마트폰 중독과 학교생활적응	34
2. 스마트폰 중독과 자아탄력성	35
3. 스마트폰 중독과 가족탄력성	37
4. 자아탄력성과 학교생활적응	38
5. 가족탄력성과 학교생활적응	39
제 3 장 연구설계	41
제1절 분석모형의 정립과 가설의 설정	41
1. 분석모형의 정립	41
2. 가설의 설정	42
제2절 변수의 조작화와 측정	46
1. 변수의 조작화	46
2. 설문문의 구성과 측정	51
제3절 자료의 수집과 분석	52
1. 자료의 수집	52
2. 자료의 분석	53
제 4 장 실증분석	56
제1절 측정도구 검증	56
1. 타당도 분석	56
2. 신뢰도 분석	59

제2절 기술적 통계	60
1. 변수의 기술적 통계	60
2. 특성별 차이분석	65
3. 상관관계 분석	72
제3절 변수간 관계 분석	74
1. 스마트폰 중독과 학교생활적응	74
2. 스마트폰 중독과 자아탄력성	75
3. 스마트폰 중독과 가족탄력성	76
4. 스마트폰 중독과 학교생활적응에서 자아탄력성과 가족탄력성의 매개효과 검증	76
제4절 분석결과 논의	79
1. 기술적 통계 분석 결과	79
2. 스마트폰 중독과 학교생활적응	80
3. 스마트폰 중독과 자아탄력성, 가족탄력성	81
4. 자아탄력성, 가족탄력성의 매개효과	82
제 5 장 결 론	84
제1절 연구결과 요약	84
제2절 연구결과 시사점	88
1. 이론적 시사점	88
2. 정책적 시사점	89
제3절 향후 연구방향	91

참고문헌 93
[부록] 설문지 107

표 목 차

<표 2-1> 스마트폰 중독의 유형	12
<표 2-2> 2013년 스마트폰 이용습관 전수진단 결과	18
<표 2-3> 청소년 탄력성 구성요인:내적·외적 보호요인	29
<표 2-4> 자아탄력적인 아동(청소년)의 특성	31
<표 2-5> 가족탄력성 구성요인	34
<표 3-1> 스마트폰 중독과 휴대전화 중독의 특징 비교	44
<표 3-2> 스마트폰 중독척도의 하위요인별 문항구성	47
<표 3-3> 스마트폰 중독 분류 기준	47
<표 3-4> 자아탄력성 척도의 하위요인별 문항구성	49
<표 3-5> 가족탄력성 척도의 하위요인별 문항구성	50
<표 3-6> 학교생활적응 척도의 하위요인별 문항구성	51
<표 3-7> 설문지 구성	51
<표 3-8> 설문지 배부 및 회수현황	53
<표 3-9> 조사 대상자의 일반적 특성	54
<표 4-1> 스마트폰 중독 요인분석 결과	57
<표 4-2> 자아탄력성 요인분석 결과	57
<표 4-3> 가족탄력성 요인분석 결과	58
<표 4-4> 학교생활적응 요인분석 결과	58
<표 4-5> 주요변수의 신뢰성 분석결과	60
<표 4-6> 스마트폰 중독 하위차원별 기술적 통계 분석결과	61

<표 4-7> 자아탄력성 하위차원별 기술적 통계 분석결과	62
<표 4-8> 가족탄력성 하위차원별 기술적 통계 분석결과	63
<표 4-9> 학교생활적응 하위차원별 기술적 통계 분석결과	64
<표 4-10> 스마트폰 중독의 특별성 차이검증	66
<표 4-11> 자아탄력성의 특별성 차이검증	68
<표 4-12> 가족탄력성의 특별성 차이검증	69
<표 4-13> 학교생활적응의 특별성 차이검증	71
<표 4-14> 주요 변수들 간의 상관관계 행렬	73
<표 4-15> 스마트폰 중독과 학교생활적응 간의 관계	74
<표 4-16> 스마트폰 중독과 자아탄력성 간의 관계	75
<표 4-17> 스마트폰 중독과 가족탄력성 간의 관계	76
<표 4-18> 자아탄력성의 매개효과 검증을 위한 위계적 중다회귀분석	77
<표 4-19> 가족탄력성의 매개효과 검증을 위한 위계적 중다회귀분석	78

그림 목 차

<그림 2-1> 스마트폰 주 이용목적	14
<그림 2-2> 스마트폰과 인터넷과의 관계를 통한 중독 이론 모형	18
<그림 3-1> 연구 모형	41

ABSTRACT

The Effect of Smartphone Addiction on Academic Life Adjustment of High School Students

- With Self Resilience and Family Resilience
as the Parameters -

Kang Hye Ryoung

Advisor : Prof. Kim, Jin-suk, Ph.D.

Department of Social Welfare,

Graduate School of Chosun University

The very first environment a human being encounters after birth is the home environment; and this home environment becomes an intrinsic part of a human being from the time he or she is born. Furthermore, since it is the environment that has an effect during adolescence, it can be said that the home environment has the great influence on teenagers whom are rapidly growing and changing. Home is the very first society a human being encounters, and at the same time, the very first community to form secure attachment which will be the basis of the formation of self-concept, self-identity, and interpersonal relationship.

In accordance, adolescence is a period of sudden cognitive, emotional, and physical changes; and since adolescents are emotionally sensitive, they are easily exposed to addiction, which has direct connection to

secondary problems at times.

This research makes an inquiry into the influence of smartphone addiction on adolescents adjusting to school life, and verifies the mediation effect of self-resilience and family-resilience. Research strictly in connection with smartphone addiction was inadequate in preceding researches up to date, and most were researches that inquired into the influence and the simple relationship between internet addiction and mobile phone addiction. Especially in the case of one of the factors mediating variables, for example, the resilience was also studied mostly in the comprehensive approach. Taking into account all the arguments and the studies from preceding researches, this research attempts to acquire an even more concrete verification by analyzing smartphone addiction's influence on adolescents adjusting to school life while considering the causation and correlation between many mediation variables. By analyzing smartphone addiction's influence on adolescents adjusting to school life through mediation variables of self-resilience and family-resilience, this research strives to deduce theoretical and policy implications.

In order to achieve the object of this study, the data from preceding researches was analyzed. Also, data were analyzed by setting the smartphone addiction as an independent variable for the study, the school adjustment as the dependent variable, and both the self-resilience as well as the family-resilience as the mediation variables. The subjects were surveyed and they were randomly sampled 300 youths from first grade of middle school to third grade of high school students who resides in G metropolitan area. A survey was conducted, and for accuracy, a preliminary survey was conducted on 5 students from each grade. Through the survey, smartphone addiction, degree of adjustment to school life, self-resilience, and family-resilience were measured. The collected

data was utilized in the following method. In order to statistically analyze the survey, statistics program, SPSS 19.0, was utilized. The reliability of questionnaire was verified using Cronbach's alpha for the reliability of measurements in regards to questionnaires through verification of each variable and frequency analysis in regards to demographic characteristics of research subject. In addition, factor analysis was conducted to verify the validity of questionnaire in measuring the variables. The analysis method used to analyze the relationships between each variable was verified through T-Test, analysis of variance, multiple regression analysis, and hierarchial regression analysis.

This research's outcome is as follows. Social statistical characteristics of adolescents using a smartphone has a significant impact on smartphone addiction among youth, school adjustment, self-resilience, and family-resilience. Smartphone addiction also gives a significant influence on school adjustment, it can be seen that a meaningful indirect effect through the mediating effect of self-resilience and family-resilience. Summarized for each variables as follows:

First, the higher the economic and education level of the parents, the smartphone usage of the children has decreased.

Second, the lower self-resilience increases the chance of smartphone addiction. Addiction and attachment have an intrinsic relationship.

Third, the lower family-resilience increases the chance of smartphone addiction. Which means that among social support system, family-resilience notably influenced smartphone addiction.

Fourth, the higher smartphone addiction made lower academic performance. smartphone addiction made adjustment to ordinary life difficult, and this in turn caused greater dependence on smartphone, thus forming a vicious cycle.

Fifth, the higher the self-resilience, the greater school adjustment. These two are positively correlated.

Sixth, the higher the family-health and the higher family-resilience, the higher the ability to adjust to school life.

This research demonstrates that various variables among a variety of variables in connection with smartphone addiction influence adolescents adjusting to school life; and that, in terms of resilience, various variables such as self-resilience and family-resilience are intrinsically connected to adolescents adjusting to school life. The research deduced an outcome of adolescents' smartphone addiction having significant influence on adjustment to school life and of higher self-resilience and family-resilience inducing better adjustment to school life; thus hypothesis was verified.

With increase in the number of students using smartphones, the goal of this research was to verify adjustment to school life with smartphone addiction and relationship between self-resilience and family-resilience which effect that adjustment; to search for practical and concrete alternatives that could be applied in the field; and to minimize pathological aspect of a social problem by preventing the occurrence of problem through adolescents' own will as well as proper support of people around them using these alternatives.

* Keywords : Smartphone addiction, self-resilience, family-resilience, school adjustment.

제 1 장 서 론

제 1 절 연구목적

하루가 다르게 쏟아져 나오는 미디어와 매체의 새로운 발전은 우리생활에 큰 영향을 미친다. 현대사회는 정보화 사회라고 할 만큼 디지털 기술이 급속하게 발전되며 우리의 생활에 밀접한 관계를 형성하기도 한다. 이중에서도 최근 스마트폰은 장소에 제약을 받지 않음과 동시에 매우 큰 영향을 끼친다.

급속하게 발전하고 있는 정보 기술은 다양한 미디어기기의 개발과 발전을 가능하게 하였다(김대근, 태지호, 2010; 김동일 외, 2012; 신호경, 이민석, 김흥국, 2011). 디지털 문명이라는 새로운 문화가 만들어졌을 만큼 미디어기기의 발전은 새로운 삶의 양식들을 만들어 냈다(김재수, 2002).

스마트폰은 장소의 제약을 받지 않는 인터넷의 이용과 생활의 편리함을 극대화시키는 등의 긍정적인 역할도 하지만 늘 긍정적인 역할만 하는 것은 아니다.

스마트폰 사용은 근접성, 편리성 등의 삶에 편리함을 가져다준다. 하지만 동시에 스마트폰으로 인한 부작용들이 곳곳에서 나타나고 있다. 스마트폰의 과도한 사용은 여러 문제점을 야기(김혜주, 2012) 시키고, 이는 우리 주변에서도 어렵지 않게 찾아 볼 수 있다. 스마트폰을 사용하느라 주변 상황을 제대로 파악하지 못해 사고를 당하거나 같은 공간 내에 각자 스마트폰에만 신경을 쓰는 것이 단적인 예이다. 다른 것 보다 스마트폰 중독으로 인한 신체적, 정신적 피해(육수한, 2010)도 상당하다. 스마트폰을 과도하게 사용하게 되면 올바르지 못한 자세가 형성되기 쉽고, 이에 따른 여러 증후군을 앓게 될 수도 있다. 정신적인 폐해로는 수면장애로 인한 스트레스 및 불안이나 우울증을 예로 들 수 있다. 스마트폰은 단순한 통신기기의 기능을 넘어 청소년들의 학교생활에 적응하는 데에도 큰 영향을 미치고 있다. 특히 청소년들이 지나치게 스마트폰에 중독 될 경우 생활습관의 불편감, 정신적인 문제, 학업 능력 저하, 학교생활부적응 등의 부정적인 영향을 받는다. 이는 더 심해질 경우

정신적인 문제도 야기 시킨다(신은수, 2013). 스마트폰을 과다하게 사용할 경우 이 같은 따돌림과 폭력, 정의롭지 못한 대인관계 형성, 정신적인 문제 등 다양한 부작용을 일으키기도 한다. 이는 더 나아가 사회적으로 심각한 문제를 발생시키기도 한다. 특히 청소년 중 고등학생의 경우, 통계청(2013)조사에 의하면 15~24세의 69.6%가 ‘학교생활’과 ‘전반적인 생활’에서 스트레스를 느끼는 것으로 조사보고 되고 있다.

스마트폰 이용자 4,000명을 대상으로 조사한 결과 그중 67.4%가 ‘특별한 이유가 없어도 스마트폰을 자주 확인한다’고 응답하였고, 34.2%는 ‘스마트폰이 없는 경우 불안감을 느낀 적이 있다’고 응답하였다. 이렇듯 스마트폰을 사용하면서 생기는 부정적인 현상은 휴대전화 없으면 불안해 견디지 못하는 ‘노모포비아(No Mobile-Phone Phobia)’라는 신조어를 출현시킬 만큼 현저하게 심각한 상황이며 이는 스마트폰 사용으로 인해 생기는 역기능적인 부분에 대해 반증하는 것이라 할 수 있을 것이다(금창민, 2013).

스마트폰 중독과 학교생활적응에 대한 선행연구를 보면, 스마트폰 중독과 학교생활적응은 부적 상관관계(이재연, 2013)를 나타내고, 스마트폰 중독이 높아질수록 학교생활적응에 어려움을 겪으며, 중독성이 낮은 집단에 비하여 충동성향, 우울 및 불안의 정도가 높았고, 학업 성취도가 낮아지며(손현경, 2006), 학교생활의 부적응으로 나타난다고 하였다(장성화, 오은정, 2009).

지난 수세기 동안 중독(addiction)이라는 단어는 물질사용에 있어 통제력이 손상된 상태를 나타내는 데에 사용되어 왔으나(김교현, 2007; Potenza, 2006; Maddux & Desmond, 2000), 최근 중독 본래의 의미로 비물질 관련장애를 포함하여 의미가 점차 확장되어져 가고 있는 추세이다(Holden, 2001; Potenza, 2006; Shaffer, 1999).

본 연구에서는 청소년들의 스마트폰 중독이 학교생활적응에 미치는 영향에 대해 연구하고자 한다. 기존선행연구들을 살펴보면 직접적인 연구는 미비했으며 주로 인터넷 중독과 휴대폰 중독과의 단선적인 관계나 영향력에 대한 부분만을 보는 연구들이 대부분이었다. 최근 보호요인이 강조되고 있으며 병리적인 입장이 아니라 강점관점으로 접근되고 있다. 이는 사회복지실천의 가

치와 같으며 다각적인 접근과 생태체계학적 관점에서 본 연구를 규명하고자 한다는 점에서 차별성을 지닌다. 스마트폰 중독이 학교생활적응에 미치는 요인을 제대로 파악하기 위해서 자아탄력성, 가족탄력성의 여러요인을 유기적으로 고려하는 접근을 하였다.

학교란 물리적으로는 청소년들이 가장 오랜 시간, 그리고 일상생활을 하게 되는 곳인 동시에 더 나아가 사회적으로 잘 적응할 수 있도록 사회구성원으로서의 역할을 할 수 있게 수행하는 기관이기도 하다. 이러한 학교에서의 적응을 위해서 자신을 환경에 맞게 변화시키거나 혹은 환경을 적절하게 자신에게 맞추는 노력이 필요하다. 학교에서 학생들의 적응정도가 다르게 나타나는 이유는 개인적인 기질도 있지만 가정에서의 영향을 많이 영향을 받는다. 가정은 인간이 태어나 가장 먼저 접하게 되는 집단인 동시에 대부분의 행동양식과 가치관이 형성되는 곳이다. 김수주(2001)의 연구에서 보면 가정에서 스트레스를 많이 받는 청소년일수록 이후 적응하는 집단에서 문제행동과 부적응적인 모습을 더 많이 보이는 것으로 나타났다. 가족탄력성은 가족을 하나의 단위로 보고 스트레스 상황에서 가족이 잘 적응과 회복해 가는 능력을 강점관점에서 접근한 것이다. 강점관점이란 병리적인 측면보다 보호요인의 측면에서 바라보는 것을 말한다. 가족이 왜 탄력적으로 회복하지 못하였는지 가 아닌 어떻게 긍정적으로 회복해 나가는지에 대해 보는 것이다.

자아탄력성과 가족탄력성은 사회복지 실천에 있어서 개인이 스스로 회복해 내는 능력과 가족 스스로가 인내와 긍정적인 시각으로 문제해결 능력을 강화시키고 성장해 나가는데 현실적인 방향을 제시한다고 할 수 있다.

본 연구에서는 스마트폰 중독이 청소년기의 학교생활적응에 어떠한 영향을 미치는가를 자아탄력성과 가족탄력성이라는 매개변수를 통하여 분석해봄으로써 이론적, 정책적 시사점을 도출하는데 연구목적을 두고 있다. 스마트폰 중독이 학교생활적응에 미치는 요인을 제대로 파악하기 위해서는 자아탄력성, 가족탄력성의 여러 요인을 유기적으로 고려하는 접근이 필요하다. 청소년들이 속해있는 다양한 환경이 스마트폰 중독에 어떠한 영향을 미치는지 다양한 관점에서 분석하였다.

본 연구의 목적은 스마트폰 이용 학생의 증가와 함께 스마트폰 중독으로 인한 학교생활적응과 그에 영향을 미치는 자아탄력성과 가족탄력성이 어떠한 관계가 있는지 검증해보고 이를 통해 청소년들이 스스로 그리고 주변의 적절한 도움을 받아 문제를 예방하고 사회문제의 병리적인 부분을 최소화하는 것이다.

이를 위해 기존 스마트폰 중독 관련 연구에서 주요 변수로 언급되었던 요인들과 스마트폰의 특성을 고려하여 학교생활적응, 탄력성 등을 연구변수로 선정하고 연구모델 및 가설을 수립하였다.

첫째, 청소년기 스마트폰 중독은 학교생활적응에 어떠한 영향을 미치는가?

둘째, 청소년기 스마트폰 중독은 자아탄력성과 가족탄력성과 어떠한 영향을 미치는가?

셋째, 청소년기 자아탄력성과 가족탄력성은 학교생활적응에 어떠한 영향을 미치는가?

제 2 절 연구범위 및 방법

1. 연구범위

스마트폰 중독이 학교생활적응에 미치는 영향에 대한 분석모형을 정립하고 가설을 효율적으로 검증하고자 본 연구에서는 연구범위를 다음과 같이 한정하였다.

먼저, 연구의 전개를 위한 구체적인 연구범위를 설명하면 다음과 같다.

첫째, 연구의 내용적인 범위는 청소년 중 고등학생들의 스마트폰 중독과 관련된 선행연구를 기초로 하여 스마트폰 중독이 학교생활적응에 대한 이론적 배경을 검토한다.

둘째, 이론적 배경에 대한 논의를 통하여 스마트폰 중독이 학교생활에 미치는 영향을 제고하기 위한 변수들의 설정과 이에 대한 분석모형을 정립, 가설을 설정한다.

셋째, 위와 같은 논의를 바탕으로 가설의 검증을 통하여 스마트폰 중독적인 성향을 지닌 학생들 중 탄력성을 통해 학교생활적응을 향상시킬 수 있는 시사점을 제시하고자 한다.

다음으로, 본 연구는 A광역시 지역 소재의 청소년 중 고등학생을 분석단위로 설정하였다.

이상과 같은 연구범위에 따른 본 연구의 구성은 다음과 같다.

제 1장에서는 스마트폰 중독과 학교생활적응에 대한 연구목적, 연구범위와 방법에 대하여 서술하였다.

제 2장에서는 스마트폰 중독 및 중독에 관한 개념과 특성, 학교생활적응, 자아탄력성과 가족탄력성에 대한 의의 등과 관련된 선행연구고찰과 이론적 배경을 파악하였다.

제 3장에서는 이론적 배경을 바탕으로 하여 분석모형을 정립하고 관련된 각각의 변수들에 대한 조작적 정의와 설문지를 구성하였다.

제 4장에서는 분석모형에 대한 실증분석의 결과를 제시하였다.

제 5장에서는 연구결과를 정리 및 요약하고, 그에 대한 현장에서의 구체적 시사점과 향후 연구과제를 제시하였다.

앞선 내용들을 볼 때 스마트폰 중독은 학교생활적응문제를 초래 할 수 있어 자아통제력이 미성숙한 청소년의 스마트폰 사용에 대한 다양한 연구가 필요하다. 본 연구자는 청소년의 스마트폰 중독의 문제가 근래에 사회적 문제로 대두되고 있는 현 시점에서, 청소년을 대상으로 스마트폰의 중독이 학교생활적응, 학교생활적응수준에 차이가 있는가를 살펴보았다. 이러한 결과로 향후 청소년의 스마트폰 중독을 예방하고, 지도하는데 유용한 자료로 제공될 것이다.

2. 연구방법

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 이론적 배경 정리와 분석모형을 설정하였고, 각각 도출된 변수들에 대한 실증적 고찰을 위해 설문조사를 활용하여 실증분석을 하였다. 자료수집과 통계분석에 관하여 보다 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 스마트폰 중독과 학교생활적응, 청소년들의 자아탄력성과 가족탄력성이 학교생활적응에 미치는 영향 등에 대한 선행연구와 그와 관련된 이론적 배경과 문헌고찰을 위해 국내서적과 국외서적, 관련자료, 학술지, 저널 등을 중심으로 연구자료를 수집하여 활용하였다.

둘째, 이러한 이론적 고찰을 통해 연구주제와 관련된 중요한 변수를 선정하여 스마트폰 중독과 자아탄력성, 가족탄력성의 요인들이 학교생활적응에 영향을 미칠 것이라는 분석모형을 정립하였다.

셋째, 분석모형의 실증분석을 위한 설문내용은 스마트폰 사용, 학교생활적응, 자아탄력성과 가족탄력성, 조사대상자의 일반적 특성에 대한 항목으로 구성하였다.

넷째, 스마트폰 중독, 자아탄력성, 가족탄력성, 학교생활적응과의 관련성을 실증적으로 분석하기 위해 대상은 A광역시 지역소재 고등학교 학생 300명, 조사기간은 2014년 7월 15일부터 7월 28일까지이다.

다섯째, 설문조사 분석은 다음과 같은 방법으로 실시하였다. 설문조사를 통계적으로 분석하기 위해 통계프로그램 SPSS 19.0을 사용하였다.

조사대상자들의 인구통계학적 특성에 대해서 빈도분석과 각 변수들에 대한 검증통계치를 통해 설문문항에 대한 측정의 신뢰성을 위하여 Cronbach's alpha를 이용하여 설문문항들에 대한 신뢰를 검증하였다. 또한 설문문항들이 변수를 측정하는데 있어서 타당성을 검증하기 위하여 요인분석을 하였다.

각 변수들 간의 관계를 분석하기 위하여 사용된 분석기법은 t검정, 분산분석, 다중회귀분석, 위계적 회귀분석을 통하여 검증하였다.

제 2 장 이론적 배경

제 1 절 스마트폰 중독

1. 스마트폰 중독의 개념 및 유형

중독에 대한 연구가 많아지고 있으며 그 개념도 확장되어 가고 있다. 다양한 영역에서의 중독이 중독의 개념에 포함되고 있는 추세이기는 하지만 앞에서 언급된 행위중독의 개념들에 대한 논란이 존재하는 상태이다(송명준, 권정혜, 2000; 이계원, 2001; Griffiths, 1999).

‘중독’은 유해물질에 의한 신체증상인 중독(intoxiccation)과 알코올 마약 등 약물에 의한 정신적인 중독이 주 문제가 되는 중독(addiction, 의존증)을 지칭하는 단어로 정의 될 수 있다. 사회적 관계가 발달할수록 정신적 중독이 주 문제가 되는 중독(addiction, 의존증)이 증가하고 있다. 이는 직접적으로 신체에 섭취하는 것뿐만 아니라 특정한 행위에 대한 과도한 반복에 있어서도 문제가 발생된다는 개념(한상훈, 2008)로 확장되고 있고, 중독이라는 행동에 대한 다양한 현상연구가 이루어지고 있다.

이러한 중독 개념에 있어서 근래에는 다양하고 넓은 의미에서의 부정적인 행동을 포함하는 개념으로 정의되면서 (Winn, 1983), 인터넷 중독(이형초, 2005; Golberg, 1996), 그리고 휴대전화 중독(박웅기, 2003; 양심영, 박영선, 2005; 한주리, 허경호, 2004) 등의 미디어기기와 관련하여 중독의 개념이 사용되기 시작하였다. Bowen과 Firestone(2011)은 ‘전자미디어의 병리적사용(Pathological Use of Ekelectronic Media:PUEM)’이라는 개념으로 여러 종류의 미디어 매체의 병적인 사용을 함께 봐야 한다고 주장하였다(금창민, 2013, 재인용).

중독의 여러 개념들을 정리하여 보면 공통적으로, 중독이 되는 대상이 있고 그 대상을 스스로 규제할 수 있는 능력이 상실되는 것을 말한다. 이러한

능력의 상실과 내성, 금단, 집착과 의존 등의 문제가 야기되며 전반적(신체적, 사회적, 직업적, 심리적)으로 문제를 일으키는 상태라고 할 수 있다. 즉, 중독대상에 대한 의존과 집착, 금단과 내성이 2차적인 문제를 야기시킬 때 중독이라고 정의된다(이수진, 2005).

인터넷이나 휴대폰 사용에 대해서는 상당히 방대한 양의 연구가 이루어지고 있으나 스마트폰 연구에 대해서는 충분하지 못한 상황이다. 인터넷에 대한 관심과 사용이 스마트폰으로 옮겨지면서 새롭게 형성된 개념이라고 보고 인터넷 중독과 스마트폰 중독의 개념이 본격화되기 시작하였다. 기존의 인터넷 중독 등 중독의 개념 및 정의와 그 관계를 연계해 볼 때 스마트폰 중독도 통합적인 범주로 보아야 할 것이다.

황하성 외(2011)은 인터넷 중독과 휴대폰 중독의 선행연구를 통해, 스마트폰을 사용하는 시간이 많아졌으며 이는 일상생활에 불편감을 야기시키고 이를 스마트폰 중독으로 정의하고 있다. Chen(2011)은 스마트폰이 ‘올인원(all-in-one)시대’를 열어 각 개인과 전체적인 사회에 여러 변화를 주었지만 그로 인해 스마트폰 없이는 일상생활이 어려울 정도로 늘 스마트폰을 소지하고 다니고, 스마트폰에 중독이 되어 대처활동을 할 시간을 빼앗겼으며 여러 부작용이 야기되었다고 한다.

인터넷 중독과 휴대폰 중독은 내성현상과 금단증상을 보이고 현실세계보다 가상세계를 지향하게 하며 일상생활의 장애로 이어지는 모습을 보인다. 중독은 개인이 진단 받게 되지만 문제의 초점 자체는 가족에게 있다. Young(1998)은, 중독은 청소년기 혹은 아동기 시절 부모로부터의 건강한 관심을 받지 못하거나 애착이 형성되지 못하면 소외감과 고립감을 느끼게 된다고 했다. 자녀와 함께 시간을 보내지 않고 지지를 덜 하는 가정의 자녀일수록 상대적으로 무언가에 중독 될 경향이 높다(김지형, 2002). King(1996)은 대인관계를 잘 형성하지 못하거나 심한 불편감과 어려움을 겪는 사람들은 현실에서 채워지지 못하는 부분을 가상세계를 통해 그 욕구를 충족시킨다고 하였다. 가상세계에서는 자신의 익명성이 보장되며 자신이 원하는 모습을 타인에게 보여 줄 수 있기 때문에 더욱 중독되게 된다. 청소년은 부모와의 적절한 의사소통

을 통해 교감하며 자신의 욕구를 건강하게 충족시킬 수 있고 안정감이 형성된다. 즉 가정에서 부모와의 관계를 통해 청소년의 성격형성 및 인격형성이 되는 것이다. 중독성향을 띄게 되면 과도하게 시간을 많이 투자하게 되며 가족과의 모임에 불참하고 수면시간이 부족해지는 등 부모와의 갈등이 심해진다. 이렇듯 선행연구들을 전제로 했을 때 스마트폰 중독은 인터넷 중독과 휴대폰 중독의 원인과 증상을 포함하고 있다고 볼 수 있다.

2013년에 출간된 DSM-5에서도 ‘인터넷사용장애(Internet Use Disorder)’라는 용어로 제안되었으나 추후연구가 더 이루어져야 할 분야(Recommended for Further Study)로 분류되었다(APA, 2012). 많은 부분 DSM-IV-TR (APA, 2000)의 물질중독의 특성과 인터넷 중독의 특성에 기초하여 개념화되어 온 휴대전화의 경우(장혜진, 2002; Suler, 1996)도 마찬가지로 중독에 대한 정확한 개념정리가 되지 않고 있으며 중독애착, 의존, 중독적인 이용, 중독 경향성 등의 용어로 함께 쓰이고 있다(고성자, 2011; 천현진, 2008).

스마트폰 중독은 여러 가지 문제를 야기 시킨다. 신체에 직접적인 영향을 주는 것은 물론, 금단현상 등의 병리적인 문제, 일상생활이나 학업에 지장을 주는 등의 복합적인 사회문제를 유발한다.

첫 번째, 신체적 문제에 대해서는 다음과 같다.

스마트폰을 과다하게 사용할 경우 전자파에 노출되어 뇌세포를 손상시켜 뇌질환을 유발시키기도 하며 호르몬 분비에 이상이 올 수도 있다.

또한 대표적인 질환에는 손목터널증후군과 목통증이 있다(김혜주, 2012). 사람의 손은 손바닥뼈와 손목뼈, 인대, 힘줄 등으로 이루어져 있으며 스마트폰을 사용하기 위해서 이러한 조직들이 모두 함께 움직여야 한다. 스마트폰의 각종 기능을 사용하다보면 손목이 저리고 손가락의 통증 등 각종 저림 현상이 수반된다. 또한 스마트폰을 사용하는 대부분의 자세는 오랫동안 고개를 숙이기 때문에 터널증후군이 발생할 수 있다. 목통증이 심하면 두통이 발생할 수도 있다.

두 번째, 병리적인 문제에 대해서는 다음과 같다.

스마트폰을 과다하게 사용하다 중단하거나 그 사용량을 줄이게 되는 경우

금단현상을 유발할 수도 있다(한주리·허경호, 2004). 스마트폰을 집에 두고 왔을 경우 하루 종일 불안해하는 모습과 실제로 벨이 울리지 않았는데 벨소리를 듣는 등의 현상을 금단현상이라고 볼 수 있다. 이러한 금단현상 이외에도 집착과 강박, 불안과 우울, 적응장애 등을 유발하기도 한다. 실제 스마트폰 중독경향은 우울 및 불안, 공격성과 관련이 높다고 알려져 있다(김정숙, 2003).

세 번째, 학업상의 부적응 문제에 대해서는 다음과 같다.

스마트폰 중독의 진단기준으로 많은 연구에서 학업부적응과 일상생활장애를 그 기준으로 삼고 있다(곽민주, 2004; 한주리·허경호, 2004; 박웅기, 2003).

한국정보문화 진흥원이 2009년 조사한 자료에 따르면 스마트폰이 작동하지 않거나 없으면, 학교수업, 친구들과의 만남에도 스마트폰을 끄지 못하는 중독 성향을 가진 청소년이, 성인에 비해 스마트폰 중독성이 매우 심각한 수준이라는 연구결과를 발표하였다. 또한 청소년들의 건강하지 못한 스마트폰 사용은 학업성취도를 저하시킬 뿐만 아니라, 시험 시 부정행위의 도구로 악용될 가능성까지 안고 있다(Ling, 2000).

스마트폰 중독은 다른 연령층보다 청소년에게서 더 많이 나타나고 있는데 대표적인 원인으로서는 청소년기는 신체적 뿐만 아니라 심리적, 정서적으로 미완성되었으며 그렇기 때문에 규제가 없을 경우 중독의 가능성이 훨씬 높아진다는 것이다. 특히 자존감이 낮거나 자기제제가 약한 경우 더 큰 문제가 되기도 하는데 과도한 스마트폰 중독은 일상생활을 방해하게 된다. 학교에서 과도한 스마트폰 사용은 또래친구들과 같은 공간에 있지만 대화를 단절시키기도 하며 학업이나 수업시간에 집중력을 저하시키기도 한다. 하지만 비슷한 상황에서도 개인마다 큰 차이를 보이며, 극심한 스트레스 상황에 놓여있어도 발달상의 큰 문제를 보이지 않고 탄력적으로 잘 적응하는 학생이 있는 반면, 그 보다 약한 스트레스 상황에서도 긍정적으로 기능을 하지 못하는 경우가 있다. 이는 탄력성 중 자아탄력성에 따라 차이를 보이는 것이며 이렇게 보호요인으로서의 자아탄력성에 따라 비슷한 상황에서 개인의 행동대응 양식에는 차이가 있다. 즉, 청소년기의 자아탄력성은 중독을 설명하는데 중요한 변인이

라고 예측할 수 있다.

방송통신위원회가 2012년 발표한 자료에 의하면 스마트폰 사용자 수가 상반기만 4,000만 명을 넘었다고 한다. 최근 국내 스마트폰 사용률은 급격하게 증가하고 있으며 특히 10대의 스마트폰 보유현황도 100%에 육박할 정도로 급속도로 늘어나고 있다. 광주광역시교육청에서 2012년 9월 3일 ~ 21일 도내 초등학교 3 ~ 6학년 53만 6,000여명과 중학교 및 고등학교 전 학생인 94만 5,000여명 등 총 145만 1,000여명을 대상으로 스마트폰 이용습관을 조사한 결과가 있다. 이에 따르면 광주지역의 청소년 스마트폰 보유현황을 살펴보면 초, 중, 고등학생의 66%가 스마트폰을 소지하고 있었으며 등급별로는 초등학교생이 48%, 중학생이 76%, 고등학생이 77%로 나타났다(광주광역시교육청 2012).

이런 측면에서 스마트폰은 급속히 확산되고 사회적 관계에 있어 불가피한 매체로 작용하면서 단순 전자 기기의 의미를 넘어 문화이자, 삶의 양식으로 자리 잡고 있다고 볼 수 있다. 이러한 스마트폰 기능의 발전은 자연스레 우리 삶에 큰 영향을 미치는데 반하여 스마트폰 사용량과 습관 등을 조절하기 어려워하는 사람들이 급증하면서 병리적인 현상이 나타나고 있다.

즉, 스마트폰 중독이란, 스마트폰을 과다하게 이용하거나 이용하는 과정 중 사용량과 습관 등을 스스로 조절하기 어려워하게 되며 이로 인한 심리·사회적 측면에서 부적응을 경험하게 되는 것을 말한다. 스마트폰 사용에 지나치게 의존하거나 집착(강박 포함)하며, 스마트폰을 갈수록 더 많이 사용해야하거나(내성), 스마트폰을 사용하지 않았을 때 불안(금단)한 상태를 중독으로 정의한다(윤상오, 2005). 스마트폰의 여러 가지 기능은 기존의 인터넷 중독이나 휴대전화 중독과 같이 오락적인 요소를 포함하고 있으며 아래와 같이 중독의 유형은 크게 네 가지로 나눈다. 그 구체적인 내용은 다음 <표 2-1>과 같다.

<표 2-1> 스마트폰 중독의 유형

스마트폰 중독 유형	개념
금단	스마트폰을 과다하게 사용하여, 스마트폰이 옆에 없으면 불안하고 초조함을 느끼는 현상
내성	스마트폰을 점점 더 많은 시간동안 사용하게 되어 나중에는 많이 사용해도 만족감이 없는 상태
일상생활장애	스마트폰을 과다하게 사용하기 때문에 가정, 학교, 직장 등에서 생활의 문제를 일으키는 상태
가상세계 지향성	주변의 사람들과 직접 현실에서 만나서 관계를 맺기 보다는 스마트폰을 활용해서 관계를 맺는 것이 더 즐겁고 편한 상태

※ 출처 : 한국정보화진흥원, 스마트폰 중독 진단척도 개발 연구, 2011.

우리 사회의 전체적인 분위기는 전통적인 가치관과 개인주의적 가치관 모두 공존하고 있으며 전환기적 상황에 처해 있는 실정이다. 개인 내부와 외적, 가족 구성원과의 관계적 결핍현상은 중독적 성향을 더욱 높아지게 만들고 있다(이미정, 2006). 현재 교육여건에서 청소년들은 여가시간에 대처 가능한 프로그램에 대해 파악하지 못하고 스마트폰이 보이는 단편적인 부분, 편리성과 현실탈출로 인해 스마트폰 중독에 노출되고 있다.

2. 스마트폰 중독의 이용실태와 중독실태

본 스마트폰 이용특성은 엑스키퍼(2013)의 청소년 PC & 스마트폰 이용실태보고와 한국정보화진흥원에서 실시한 ‘2012년 인터넷 중독 실태조사’를 바탕으로 조사하였다.

가. 스마트폰 이용실태

(1) 스마트폰 일일 사용시간

엑스키퍼(2013)의 「청소년 PC & 스마트폰 이용실태보고서」에 따르면 2013년 일일 평균 스마트폰 사용에서 1분기에서는 주중 평균 2시간 44분, 주말평균 3시간 09분으로 전체 일일 평균 2시간 52분으로 나타났다. 2분기에서는 주중 2시간 15분, 주말 3시간 21분, 전체 일일 평균 2시간 35분으로 나타났다. 3분기에서는 주중 2시간 43분, 주말 3시간 26분, 전체 일일 평균 2시간 57분으로 나타났다.

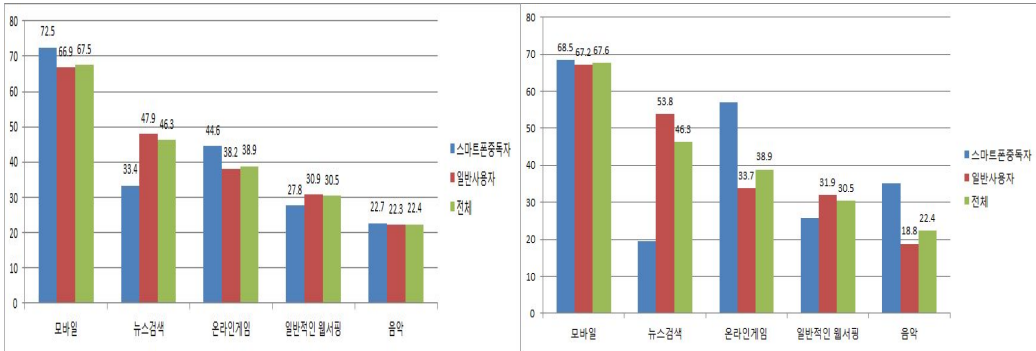
2013년 3분기 일일 평균 스마트폰 사용 시간은 2분기에 비해 전체적으로 22분 증가하였으며, 특히 주중에 28분 증가하였다. 방학이 포함된 기간과 포함되지 않는 기간의 차이는 대략 30분 정도로 보여지고 있다. 장소에 제약을 받지 않고 사용할 수 있는 스마트폰 역시 학기 중 보다 방학기간에 사용하는 시간이 더 높은 것으로 나타났다. 그에 반해 주말에 스마트폰을 사용하는 시간은 학기 중, 방학과 무관하게 계속적으로 증가하고 있다(엑스키퍼, 2013).

(2) 스마트폰 이용목적

스마트폰은 크게는 휴대폰의 형태를 가지면서 장소에 제약받지 않고 인터넷의 기능을 이용할 수 있다는 장점을 결합시킨 기기이다. 전화의 기능, 문자메세지 전송, 음악 감상, 일정관리, 애플리케이션 활용, 인터넷 정보, TV시청, 학습 동영상 활용, 영상통화를 할 수 있다는 여러 가지 장점을 가지고 있다. 특히 이러한 기능은 기존의 PC를 사용할 때 보다 접근성 측면에서 훨씬 편리해졌다. 연령에 따라 이용목적은 다르며 이를 정리하면 다음과 같다(한국정화진흥원, 2013). 이를 그래프로 나타내면 다음 <그림 2-1>과 같다.

이렇듯 같은 기기에 대해 개인이 활용하는 용도는 각기 달랐으며 연령층으로 분류한다면 청소년들의 경우 또래관계를 형성하는데 있어서 의사소통의 도구로 활용하는 경우가 대부분이었다. 청소년의 특성상 소속의 욕구와 공동체의 욕구가 큰 만큼 특별한 이유 없이 또래관계를 위해 스마트폰을 이용하

게 되는 상황이다. 게임역시 또래관계 형성 및 유지, 그리고 공감대 형성을 위해서 이용하는 경우가 많았다.



<그림 2-1> 스마트폰 주 이용목적

※ 출처 : 한국정보화진흥원, 2013.

(3) 청소년 스마트폰 이용습관

청소년의 스마트폰 보급률이 100%에 근접하고 있는 만큼 스마트폰 중독 성향을 보일 확률도 함께 높아지고 있다. 특히 연령이 낮고 일찍 스마트폰을 접한 학생일수록 높은 스마트폰의 중독적 성향을 보였다. 또한 스트레스에 취약한 경우 높은 중독성향을 띄기도 한다. 우리나라 특성상 학업성취에 대한 부담, 진학에 대한 가족의 기대 등으로 인해 청소년의 경우 학년이 높아 질수록 받는 스트레스의 강도가 높아지며 스트레스 해소 대처방안으로 무언가에 의존하려 한다. 스마트폰의 가상세계에서는 면대면의 상황과 달리 익명성이 보장되며 내가 원하는 나의 이미지를 만들 수 있다. 가상현상의 특성과 익명성, 다기능성 등의 장점이 청소년들로 하여금 스마트폰 이용으로 부추기고 있다. 양영하(2013)의 연구에 의하면 휴대전화 중독은 자아표현의 욕구과 관련이 있다고 하였다.

여성가족부는 스마트폰의 급격한 보급 확산에 따라 올해 처음으로 청소년 133만 8,407명(초4, 중1, 고1)을 대상으로 ‘2013 인터넷·스마트폰 이용습관 전수진단’을 실시한 결과, 전체 학생의 18%인 24만 여명이 스마트폰 중독 위험

군에 속한 것으로 나타났다. 이 중 인터넷·스마트폰 사용으로 인하여 일상생활에서 심각한 장애를 보이면서 내성 및 금단 현상이 나타내는 중독 정도별 사용군과 연령은 아래 <표 2-2>와 같다(여성가족부, 2013).

<표2-2> 2013년 스마트폰 이용습관 전수진단 결과

단 위(명, %)

구분	재학생수	집단참여자수	스마트폰 중독현황(명, %)		
			위험사용군	주의사용군	소계
초4	474,871	273,740	1,525(0.6)	8,847(3.7)	10,372(4.3)
중1	598,511	516,232	18,394(7.7)	84,208(65.0)	102,602(42.7)
고1	646,484,	548,435	108,145(45)	108,145(45)	127,275(53)
합계	1,719,866	1,338,407	201,200(83.7)	201,200(83.7)	240,249(100)

※ 출처 : 여성가족부, 스마트폰 이용습관 전수진단 결과, 2013.

나. 스마트폰 중독실태

한국정보문화진흥원이 2012년 12월 인터넷 중독 실태조사에 포함하여 조사한 스마트폰 중독 자가진단 결과에 따르면 자신의 스마트폰 사용 정도에 대해 전체 응답자의 64%가 자신을 스마트폰 중독 상태(심각한 중독+중독에 가까움)이라고 응답하여 2011년도 53%보다 11% 증가였으며, 청소년의 11.4%가 스스로를 스마트폰 중독 상태(심각한 중독+중독에 가까움)이라고 응답하였으며 이는 전년도 10.1% 대비 13% 증가했음 알 수 있다.

스마트폰 중독의 특징 중 하나는 가상세계지향성이다. 가상세계는 개방성, 익명성, 일방 혹은 쌍방소통이 모두 가능하다. 가상공간에서의 활동에 중독될 경우 일상생활에서의 장애를 겪게 된다. 주변과의 물리적, 정서적인 단절

(고립된 생활로 인한 일상생활동선의 축소, 일관되지 못한 기분의 변화, 대인관계의 단절, 주변 사람들과의 갈등, 이러한 상황의 반복적인 재발 등)이 현상이 나타난다. 갈수록 사회가 독립적이며 개인적인 특성을 갖게 되면서 인간의 활동 공간 역시 익명이 보장되는 동시에 지극히 개인적인 공간으로 변할 수밖에 없다. 스마트폰 중독성을 띄게 되는 경우 스마트폰 세계란 개인의 정보가 드러나지 않으면서 내가 원하는 모습으로 이미지를 만들 수 있기 때문에 중독적인 공간이 될 수밖에 없다(한국정보화진흥원, 2013).²⁾

성별, 연령별, 직업별로 각각의 차이를 보였다. 성별을 기준으로 분류했을 때는 여성이 남성에 비해 스마트폰 중독이라고 응답한 비율이 많았다. 연령별로 분류했을 때는 만9세~만12세, 만16세~만19세의 청소년 10% 이상이 자신을 스마트폰 중독이라고 판단하고 있었다. 그리고 성인연령층에서는 연령이 높을수록 자신을 중독이라고 평가한 비율이 낮았다. 직업별로 분류했을 경우에는 청소년들에게서 스마트폰에 중독되어 있다는 비율이 10.0%로 가장 높았으며 인터넷 중독 진단 결과별로는 고위험 사용자군에서 자신을 스마트폰 중독이라고 평가한 비율이 20.4%로 일반 사용자군 52%보다 약 4배 많게 나타났다으며, 인터넷을 사용하는 시간이 많을수록 자신 스스로를 중독이라고 응답한 비율이 많은 것으로 나타났다(한국정보문화진흥원, 2012년 인터넷 중독 실태조사). 2011년 한국정보문화진흥원이 발표한 자료에서는 스마트폰 이용자의 28.4%가 스마트폰 중독 정도가 심한 것으로 나타났으며, 43.1%는 스마트폰을 사용함에 있어 주의가 필요한 것으로 조사됐다(한국전정보문화진흥원, 2011년 인터넷 중독 실태조사).

3. 스마트폰 중독의 영향요인

청소년 시기의 스마트폰 중독은 현실과 가상세계를 혼돈하거나, 학교생활이나 현실에 부적응하면서 학교부적응, 학업 성취도의 저하, 대인관계의 불안정 등 부정적이면서 복합적인 문제를 일으킨다. 청소년기의 스마트폰 중독은 인터넷 중독과 밀접한 관련을 띄고 있으며 인터넷 중독은 대인관계, 또래관

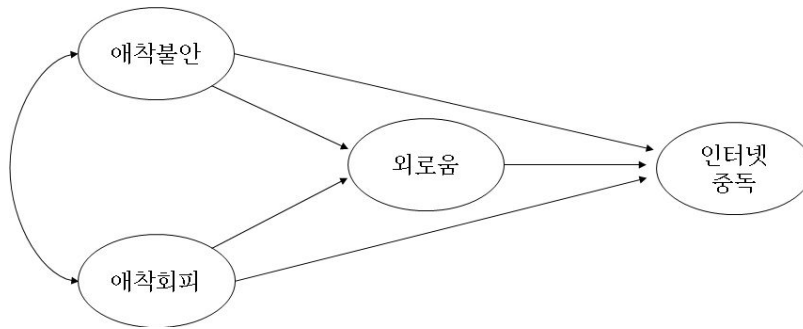
계 문제, 학업성취, 학교적응 등은 결국 스마트폰 중독을 야기시킨다(김기리, 이선정, 신호식, 2008).

유성희(2009)는 중독에 취약함을 보이는 사람들은 생애초기에 형성되는 애착과 성격은 밀접한 관련이 있으며 안정적 애착 형성의 중요성을 강조하였다. 중독의 근본적인 원인으로서는 애착을 들 수 있다. 애착(attachment)은 한 인간이 가까운 대상과 형성하고 있는 강하고 지속적인 정서적 유대를 말한다(Bowlby, 1973). Ainsworth(1978)는 애착을 애착 대상과 관계를 형성하려는 성향을 지속적으로 가지고 있는 내적상태로 보았다.

애착과 스마트폰 중독 연구가 진행된 연구결과를 보면, 부모와의 관계가 부정적이고 갈등이 많을수록 스마트폰 중독에 빠질 위험이 높다는 결과가 입증되었다(신지욱, 2006).

국외의 연구 사례에서도 청소년층의 심리적·, 성격적인 요인을 스마트폰 중독의 주요 원인으로 파악하고 있는데 Motoharu Takao·Susumu Takahashu·Masayoshi Kitamura(2009)는 대인민감성이 높고, 인정동기의 욕구가 높을수록 스마트폰 중독 성향이 높다고 하였으며 외로움은 스마트폰 중독의 원인이기 보다는 스마트폰 사용 패턴을 나타내는 것으로 연구결과를 발표하였다. Shari PWalsh(2009)은 청소년층의 자기 만족·과 사회적 만족이 스마트폰 사용에 영향을 미치고 자기동일성, 사회적 동일성, 소속감 등이 높을수록 스마트폰에 중독될 가능성이 높고 자존감이 높을수록 스마트폰에 중독될 가능성이 낮게 나타난다고 하였다.

선행연구들은 주로 인터넷 중독과 애착의 관련성을 주로 밝히고 있어 직접적으로 스마트폰 중독과 애착의 연구는 많지 않는 실정이다. 특히 구체적인 측면을 경험적으로 다루었던 연구는 부족한 실정이다. 하지만 인터넷 중독이 스마트폰 중독과 밀접한 관계가 있으며 어떠한 영향을 미치는 지는 기존 연구들을 통해 입증되었다. 이를 그림으로 나타내면 <그림 2-2>과 같다.



<그림 2-2> 스마트폰과 인터넷과의 관계를 통한 중독 이론 모형

※ 출처 : 이현덕, 홍혜영(2011). "중학생의 애착과 인터넷 중독성향간의 관계:외로움의 매개효과", 「청소년학회지」, 18(10): 271-294.

Hojat(1982)은 부모 및 가정에서 가족 구성원들과 많은 시간을 보내지 못하고, 부모에게 도움을 청하지 못하는 청소년의 경우 그렇지 않는 청소년에 비해 상대적으로 정서적인 공허함을 많이 느낀다고 하였다. 도현심과 박선영(1997)은 역기능적 가족일수록 공허함과 외로움을 느끼는 수준이 높다고 하였다. 결과들을 종합적으로 고려해 볼 때, 청소년의 외로움을 예측하는 변인 중 애착은 중독과 관련하여 높은 설명력을 가진다. 부모와의 애착정도가 높을수록 스마트폰 게임, 중독의 정도가 낮았고, 스마트폰 게임은 오프라인에서의 외로움이나 공허함에 대한 탈출구의 역할을 한다고 볼 수 있다. 즉, 회피적 대처수단이라고 할 수 있다(김영혜, 손현미, 양영옥, 조영란, 이내영, 2007).

사람은 출생과 동시에 가족의 일원이 되며 가족 구성원간의 상호작용에 의하여 성장하는 만큼 가정이란 인간에게 있어 가장 중요한 사회적 환경이다. 개인의 기초가 되는 모든 것은 가정에서 형성되어지며 이는 가족체계 밖에서의 관계에도 영향을 미친다. 가정은 인간관계를 배우며 가치관과 성격, 행동을 형성되는 중요한 환경인 것이다.

이에 본 연구에서는 이미 그 관련성이 입증되어, 스마트폰 중독에 대한 이론 중 애착이론과 보다 밀접한 관계가 있음에 대한 검증해 보고자 한다.

제 2 절 학교생활적응

1. 학교생활적응의 개념

인간은 살아가면서 지속적인 교육을 필요로 하며 공식적인 교육이 이루어지는 곳은 학교뿐만이 아니라 가정, 학교, 사회로 볼 수 있다. 이 중에서 학교는 양적, 질적인 측면에서 대부분의 교육이 이루어지는 곳이며 한 인간이 개인적, 사회적으로 잘 적응하여 자신의 능력을 발휘하여 충분히 기능하는 사람을 길러 나가는데 중요한 역할을 한다.

급변하는 사회환경에서 조화롭게 적응할 수 있기 위해서 중요한 역할을 하는 기관을 학교라고 할 때, 청소년들은 하루의 대부분을 학교에서 생활하게 된다. 청소년들에게 학교란 하나의 사회이고 학교적응을 청소년기의 중요한 발달과업으로 인식하며 중요하게 여기고 있다(김용래, 2000; 문은식, 2003; 오민선, 2006).

근래 여러 연구에서, 학교생활적응은 포괄적인 개념으로 설명되어지고 있다. 또래관계와 교사와의 관계 등 사회적인 부분을 중요하게 여기면서 학교의 전반적인 환경과 개인의 감정에 비중을 두는 개념으로 설명되어지고 있다(문은식, 2002; 김아영 & 이명희, 2008), 대개는 관계적 측면에 초점을 두어 개인과 학교환경과의 ‘조화로운 상호작용’을 강조하는 정의가 내려지고 있다(민영순, 1989; 최창진, 2003; 이미현, 2005).

학교생활적응에서의 ‘적응’에 대한 의미부터 살펴보고자 한다. 적응(adjustment)이란 유기체가 환경에 대해 만족한 관계를 가지는 것이며(교육학대사전, 2009), 생물학적으로는 순응(adaptation)이며 심리학적으로는 개인의 욕구 해소 과정으로써 걸림돌을 극복하려는 노력이 포함된 과정이기도 하다(유윤희, 1994). 즉 계속적으로 변화하는 외부환경에 개인 역시 지속적으로 변화하며 조화를 위해 균형 잡힌 관계를 유지하려 하는 것이다.

다시 말해 각각의 개체가 환경과 조화로운 관계 혹은 기타 다른 대상과의 조화로운 관계를 위해서 행동을 변화시키는 지속적인 과정이며, 개인이 스스

로 변화하기도 하고 환경을 개인에게 맞추기도 함으로써 능동적인 상호작용을 하는 것이라고 할 수 있다.

학교생활적응에서는 앞에서와 같이 적응의 일반적인 정의가 반영되어, 대인관계나 학교생활에 전반적으로 만족을 느끼고 이에 조화로운 학교생활을 유지하는 것으로 정의된다(민영순, 1979). 이는 학생의 생활이 학교의 전반적인 환경과 적절히 조화를 이루고 긍정적인 관계를 형성시킴으로써 또래관계와 교사 등 의미있는 타인들과 원만한 관계를 유지해가며 건강한 인격체로서 역할을 수행해가는 과정으로 설명되기도 하였다(이미현, 2005).

또한 최창진(2003)은 학생들이 교과활동, 비교과활동(예컨대 특별활동, 학교행사) 등의 활동에서 또래와 교사와의 원만한 관계가 유지되어 만족스러운 상태에 있는 것을 학교생활적응으로 정의 내리면서 이를 위해서 자신의 욕구를 합리적으로 해결하는 과정이라고 정의하기도 하였다.

문은식(2002)은 학교생활과 긴밀하게 연관된 여러 측면(학업적, 사회적, 정의적)에서의 적응을 위해 합리적으로 순응하거나 본인이 속한 환경을 변화시키려고 노력하는 청소년의 행동으로 학교적응을 설명하고 있다.

앞에서 정리해본 바와 같이 학교생활적응은 학교라는 영역을 토대로 하여 학업적, 사회적, 관계적, 정서적 측면 등 다양한 측면에서와 상호적인 유기체적, 포괄적 정의로 이루어진다고 볼 수 있다.

2. 학교생활적응의 영향요인

청소년은 가족과 학교, 또래집단 지역사회 등 지속적으로 관계를 형성하고 의미를 주고받는 사회적 상호작용을 한다. 인간의 전반적인 발달과정을 개인과 환경과의 상호작용의 맥락에서 해석하고자 하는 접근 방식이다. 개인과 환경의 상호작용에 대한 맥락으로서 이를 생태학적 측면에서 접근한다면, 또래와 교사뿐만 아니라 아동이 속해있는 영역에서의 대상들, 친구, 이웃 등의 대상과의 관계와도 별개로 볼 수 없으며 이 체제가 조화롭게 작용할 때 부적응이 없다고 말할 수 있다.

적응의 본래 생물학에서 유래된 개념으로 환경에 맞추어 변화됨을 의미한다. 사회학에서는 자신이 처한 환경에 지혜롭게 변화시켜가는 것이라고 정의한다. 개인이 물리적, 사회적 환경에서 살아남기 위해 개인이 투쟁하는 과정이라는 적극적인 의미도 포함된다. 황영희(2009)에 의하면 적응에 대한 개념을 개인과 환경과의 관계로 규명하였다. 이예승(2004)의 연구에서는 학교적응을 자신의 욕구를 학교와의 원활한 상호작용 속에서 해결해 가는 것으로 보았다.

Greene(1999)는 생태학적 관점에서, 사람들과 환경들 사이의 복잡한 상호작용을 다루는 복합적이고 다면적인 개념을 기초로 하여 긍정적인 발달을 촉진시킨다고 하였다. 생태학적 관점은 하나의 문제나 사회현상을 단면이 아닌 다양한 관점으로 바라보며, 인간과 환경과의 상호작용에 초점을 두고 현상을 파악하여야 한다고 하였다.

Bronfenbrenner(1979)는 인간발달의 생태학을 “능동적으로 성장하는 인간과 끊임없이 변화하는 환경 간 일생을 통하여 점진적으로 이루어지는 상호 조절 과정에 대한 과학적인 연구”라 정의하였다.

앞선 선행연구들에서 보면 학교생활적응은 한 측면에서가 아닌, 개인적·학교환경적·사회심리적인 변인 등 다양한 관점에서 바라보았다.

적응에는 두 가지 과정이 있다. 소극적인 과정과 적극적인 과정이 있다.

첫째, 소극적인 과정이란, 주어진 환경이나 상황에 스스로를 맞추어 가는 과정이다.

둘째, 적극적인 과정이란, 자신이 가진 욕구를 만족시키기 위하여 스스로가 속한 환경 및 요인을 변화시키는 과정이다(김용래, 허남진, 2003). 즉, ‘개인이 환경 속에서 자신의 삶을 유지하기 위한 개인의 투쟁과정’이라는 의미를 지니고 있다. 최근에 강조되는 건강한 적응이란 어느 상황에서나 잘 적응하여 나가는 것이라기보다 자신이 주체가 되어 자신만의 희소성을 유지하며 자기 실현을 만족시켜 나가는 것을 의미한다고 볼 수 있다.

적응은 개인과 환경과의 조화로운 관계를 유지하기 위해 제반 문제들을 적극적으로 해결해나가는 것으로 정의하고자 한다.

청소년 발달에서는 위험요인과 보호요인의 다양한 체계적 접근을 기반으로 연구하는 것이 중요하다(Smith & Carlson, 1997). 청소년 스마트폰 중독에 대해서 전반적으로, 깊이 이해하기 위해서는 위험요인과 보호요인을 생태학적 관점에서 다각적으로 바라볼 필요가 있다. 즉, 인간은 인간과 그를 둘러싼 복합적이고 상호작용적 체계와 맥락 속에서 그 환경들 하나하나가 영향을 미치며 연결되어 역동적으로 영향을 미치는 존재라는 것이다.

3. 학교생활적응의 중요성

청소년들이 하루 중 대부분의 시간을 보내는 곳은 학교이며 사회적 활동 및 사회적 관계가 학교에서 이루어진다고 할 수 있다. 청소년기에는 인지, 정서, 신체적으로 갑작스러운 변화가 일어나는 시기이며 이때 받는 영향은 인생 전반에 있어서 매우 큰 것으로 나타나고 있다. 하지만 상당수의 청소년들은 여러 가지 이유로 학교생활적응에 어려움을 겪고 있으며 학교에 적응하지 못하는 등 부적응적인 모습을 보이는 청소년들이 갈수록 증가하고 있는 것이 최근 학교의 현실이다.

안영복(1984)은 적응학생은 부적응학생보다 지적활동에 높은 관심을 보이고 활동적이며 정서가 안정되며, 또래관계 및 전반적인 대인관계가 원만하다고 하였다. 따라서 적응 및 부적응 행동과 대인관계, 학업은 밀접한 관계가 있다고 볼 수 있다.

학교 환경영역, 교사의 태도에 대한 만족, 친구영역 중 친구와의 관계, 특히 상호적 관계를 학교생활만족도의 척도영역으로 연구하였는데 전체적인 경향으로는 친구와의 관계가 가장 높았다.

주현정(1998)은 학교생활적응을 학생의 행동이 환경과의 상호작용에서 조화로운 관계를 형성시킴으로 또래친구들, 교사 등 밀접한 관련이 있는 타인들과의 원만한 관계를 유지하며 적극적이며 독립적인 역할을 원활하게 수행하는 것으로 정의 하였다.

국외의 연구를 살펴보면 Birch와 Ladd(1997)는 교사가 평가하는 학교생활

적응척도(TRSA:Teacher Rating of School Adjustment)에서 청소년의 학업 성취도뿐만 아니라 협동적 참여, 자발성을 그 하위척도로 제시하고 있으며 Roser와 Eccles(1998)는 청소년을 대상으로 한 연구에서 학업적인 적응(학업적인 자기개념, 교육의 가치, 수업이탈 혹은 결석), 심리적인 적응(자기 존중감, 분노, 우울증상), 학교지각(학생의 자율성, 학교능력목표의 구조, 학교과제 목표구조, 교사와의 긍정적인 관계)로 학교생활적응의 정도를 측정하였다.

김용래(2000)은 학교생활적응을 ‘학생이 학교의 전반적인 상황, 즉 학교 수업, 교내 생활, 교내 환경, 교내 또래와의 관계, 담임교사와의 관계 등에서 유발되는 스트레스에 대처하는 노력’이라고 정의하였다.

청소년기 학교생활적응은 각 개인의 독특성을 유지하며 자신이 처한 상황과의 긍정적인 조화를 이루는 것으로 다양하게 정의하고 있다. 앞에서 살펴본 바와 같이 학교생활적응에 척도영역을 학교의 전반적인 생활에 대한 느낌 등으로 하여 측정하였으며, 변인으로는 개인변인, 가정변인, 학교변인 등으로 선정하였다. 학교생활적응은 청소년들에게 중요한 환경이며 가정 못지않게 중요한 의의를 지니고 있다(이혜림, 2009). 본 연구에서는 선행연구를 토대로 하여 청소년의 스마트폰 중독이 학교생활적응에 어떠한 영향을 미치는지와 자아탄력성과 사회탄력성을 매개변수로서 어떠한 영향을 미치는지에 대해 다루고자 한다.

제3절 탄력성

본 연구와 관련하여 탄력성의 개념정의와 탄력성 연구의 흐름에 대해 살펴보고자 한다. 이는 탄력성의 배경과 과정을 함께 볼 수 있으며 최근 탄력성 발달 개념도 살펴볼 수 있다는 효과를 가져다 준다.

1. 탄력성의 개념 및 이론적 관점

가. 탄력성의 개념

탄력성은 오랜 기간 동안 여러 학문분야에서 연구된 개념이지만 한 마디로 단순하게 정의내리기는 쉽지 않다. 하지만 대부분의 개념은 역경·대처·대응하는데 필요한 개인의 강점에 초점을 맞춘다. 즉, 강점관점으로서 복귀하는 능력을 의미한다.

탄력성은 적응이나 발달의 심각한 위협상황에도 적절하게 잘 적응하여 좋은 결과를 이끌어내는 것을 특징으로 한다. 위협상황이란 개인이 받고 있는 현재의 상황보다 더 심각한 상태로 유지시키려는 영향을 말하며 이와 관련된 요인들을 위협요인이라고 한다. 이러한 위협요인은 다양한 문제를 일으킴과 동시에 복합적인 2차 문제의 가능성을 증사시킨다.

극심한 스트레스 상황에 놓였음에도 불구하고 발달상에 특별한 문제를 보이지 않고 발달과업을 잘 수행하는 현상을 ‘탄력성’이라고 지칭하면서, 아동의 삶에서 나타날 수 있는 문제를 사전에 차단시키고 유능성을 증진시키기 위해 연구된 것이 ‘resilience’ 관련 연구의 시초이다(Min, 2007). 하지만 탄력성은 개인적으로 삶이나 상황에 따라 전혀 다르게 보여 질 수 있는 특징을 가지고 있다. 예를 들어 어떤 한 사람이 일정 분야에서는 높은 탄력성을 보이지만 또 다른 분야에서는 낮은 탄력성을 보일 수도 있다.

Bowlby(1973)의 연구는 탄력성과 관련된 초기의 연구로써, 이 연구는 영아가 생애 일정 기간 동안 모성결핍을 경험하게 되는 경우 모성충족 혹은 대처할만한 대상이 형성되면 문제가 빠른 시일 내에 사라진다는 연구 결과이다.

Klohn(1996)은 탄력성을 외적·내적 문제와 상황에 맞서 융통성을 발휘하며 건강하게 적응할 수 있는 능력이라고 하였다.

국내에서도 탄력성에 관련된 연구가 점점 증가하고 있다. 탄력성이란 고난과 역경, 스트레스의 상황, 개인이 속한 삶과 상황의 변화 등을 극복하고 정상적 성장과 발달이 이루어지게 하는 개인의 내적 능력이라고 하였다. 즉, 탄

탄력성이란 위험한 상황에 놓인 아이들이 발달과정에서 성공적으로 견뎌나갈 수 있게 만든 보호요인이라고 할 수 있다. 그리고 모든 위협적인 상황이 부정적인 발달결과를 야기시키는 것은 아니며 위협적인 상황에 속에서도 긍정적인 발달을 이루는 경우도 많다.

앞에서처럼 최초 탄력성의 정의는, 위험하거나 스트레스 상황을 이겨내는 내적 요인을 발견하기 위해 연구되었으며 지금도 꾸준히 관련사례를 통해 연구되어져 오고 있다.

나. 탄력성의 이론적 관점

본 연구와 관련하여 탄력성의 관점에서 살펴보려고 한다. 앞에서 살펴본 바와 같이 탄력성은 여러 발달과정을 거쳐 왔다. 탄력성은 문화와 그를 둘러싸고 있는 환경에 따라 다르다. 이처럼 시대의 변화나 흐름에 따른 탄력성의 개념이 어떻게 변화되어 왔는지 살펴보려고 한다.

탄력성을 측정하는 방법은 간단하지 않다고 평가되어지고 있는데, 이는 추론적 기반위에서 탄력성을 평가하기 때문이며, 탄력성의 개념에 본질적으로 보다 가깝게 접근하기 위해서는 측정학적인 차원에서 탄력성의 구성체를 면밀히 살펴 볼 필요가 있기 때문이다.

(1) 3가지 이론적 관점

탄력성의 관점을 크게 3가지 관점에 근거하여 살펴보려고 한다. 정신분석학적 관점, 발달정신병리학적 관점, 발달적 맥락주의 관점으로 분류할 수 있다. 자세히 살펴보면 다음과 같다. 탄력성의 개념은 다양하게 정의되는데 환경에 따라 변화하는 과정으로 보느냐 혹은 발달단계로 보느냐에 따라 각기 다르게 해석되어지고 있다(Luthar, Cicchetti, & Becker, 2000; Masten, 1999). 또한 Lee(2012)의 연구에서는 탄력성의 개념을 개인적 속성의 개념, 역동적인 개념, 그리고 포괄적인 개념으로 구분 지었다. 이 관점은 정신분석학적 관점이라고 불리우며, 탄력성을 개인의 성격유형으로 정의하고 탄력적 아동과

비탄력적 아동의 차이를 검토한 연구들(Asendorpf & van Aken, 1999; Block & Kremen, 1996; Hart, Hofmann, Edelstein, & Keller, 1997; Robins, John, Caspi, Moffitt, & Stouthamer-Loeber, 1996)이 주를 이룬다. 즉, 이는 탄력성을 성격의 한 유형으로 보았으며 개인의 특성이나 개인의 일반적인 능력으로 구분 짓기도 하며, 정신분석학적 관점이라 불리운다(Garmezy, 1972; Block & Block, 1980).

이처럼 탄력성은 어떠한 특성을 지녔는지와 어떤 개념으로 정의되는 지에 따라 각기 다른 관점으로 보여 질 수 있다.

첫째, 정신분석학적 관점으로 본 것이다. 심리사회적인 입장이라고도 하며 유아기에서부터 성인기까지 자아탄력성의 수준이 일관되게 이어지며 이는 특정상황에서 잠시 일어나는 행동이 아닌 개인이 가지고 있는 특질로 간주하였다. 자아탄력성이란 개인의 특질로써 자아통제뿐만 아니라 적응 또한 주요하게 언급된다. 개인내적인 특질로 살펴보는 여러 학자들 중 국내의 연구에서는 유성경 외(2004)는 자아탄력성을, 인간이 가지고 있는 특질로써 유전적, 선천적이면서 원초적인 개념이라고 하였다. 한편 이렇게 개인적인 특질로 한정할 경우 자아탄력성을 갖지 못한 것에 대한 책임이 전적으로 개인에게 전가된다는 점이 있다.

둘째, 발달정신병리학적 관점으로 본 것이다. 고난과 스트레스의 상황에서도 시간의 흐름에 따라 가는 역동적인 변화이며 개인의 변화하는 속성으로 보았다. 탄력성을 어느 한 순간이 아닌 개인과 환경의 상호작용하는 생애 전체의 맥락에 걸쳐 변화하는 특성으로 정의한다. 이는 선천적으로 타고나는 특질과 함께 경험적인 요인들을 하나로 간주한다. 스트레스 상황과 이를 극복해나가는 중재의 의미로도 인식된다. 즉, 탄력성이란 개인뿐만 아니라 가족, 사회의 전반적인 환경측면을 고려하는 역동적인 과정이며 상호작용하는 과정에 따라 탄력성의 속성도 달라진다.

셋째, 발달적 맥락주의 관점으로 본 것이다. 포괄적 개념이라고 할 수 있으며 미래지향적인 개념으로 본다. 탄력성을 타고나는 특질인지 환경이 우선인지에 대해 중요성을 부여하지 않는다. 선천적인 것과 환경의 상호작용을 중

요시 한다. 탄력성은 개인적인 특질인 동시에 환경적 영향과의 상호작용의 맥락에서 설명되어야 한다. 또한 발달적 맥락주의 관점에서는 다차원성을 고려해야 한다. 맥락에 따라 탄력성이 향상되거나 쇠퇴할 수 있는 가변성을 지니고 있다는 것으로, 매 스트레스 상황마다 비슷한 수준의 탄력성을 보이는 어렵다는 것이다. 예컨대 동일한 사람일지라도 일정 스트레스 상황에서 높은 탄력성을 보였을 지라도 또 다른 스트레스 상황에서는 낮은 탄력성을 보일 수 있다는 것이다. Ungar(2008)은 탄력성에 대해 개인적인 것뿐만 아니라 가족, 사회문화 환경의 모든 역할이 중요하다.

(2) 측정학적 관점

탄력성을 정의할 때의 기준 중 하나가 탄력성을 단일차원성 혹은 다차원적 구인으로 볼 것인가에 대한 것이다. 만약 단일차원적인 차원에서 탄력성을 측정할 때는 어느 범위에서의 탄력성인지 구체적으로 세분화할 필요가 있으며 설명하고자 하는 탄력성의 영역을 구체화 해야 하는 한다는 번거로움이 있다. 하지만 다차원적 개념에서 측정하면 실제 측정치 오차를 줄일 수 있다. 이로 인해 탄력성의 개념에도 다차원성(multi-dimensionality)을 도입하자는 주장이 계속되고 있는데, 다차원적 개념으로의 탄력성은 지속적으로 연구, 강조되고 있는 개념이다. 정서적, 인지적, 사회적, 행동적 영역 등 각 영역들이 각기 다르게 진행되는 결과를 보이는 것을 말한다(Sperry, 1992; Olsson, et al, 2003). 각 영역들 간의 불균형은 탄력성이 평균적인 사람들에게서도 정상적으로 나타나는 일이기 때문에, 탄력성의 다차원성을 인정해야 한다는 의견을 보이고 있다. Luthar, Cicchetti & Becker(2000)는 평균적인 탄력성을 지닌 아동과 청소년에게서도 정서적, 인지적, 사회적, 행동적 영역 등 각 영역들의 불균형은 나타날 수도 있으며 탄력성의 다차원성 문제를 논의해야 한다고 하였다.

이미 많은 국외 선행연구들은(Olsson, Bond, Burns, Vella-Brodrick & Sawyer, 2003) 탄력성의 다차원성을 인정하면서 실제로 여러 다른 심리사회적 과정들이 탄력성 결과에 선행할 것이라고 보고, 사회적(관계적) 탄력성 혹은

은, 정서적 탄력성, 행동적 탄력성(Carpentieri Mullhem, Douglas, Hanna, & Fairdough, 1993), 심리사회적 탄력성(Tusaid-mumford, 2001), 심리적 탄력성 등과 같이 특정 탄력성의 정의들을 도입하는 것이 유용할 것이라고 제안하였다.

탄력성은 다차원적인 관점에서 접근해야 탄력성의 본질에 가깝게 접근할 수 있다.

나. 청소년 탄력성의 중요성

청소년기는 아동기에서 성인기로 넘어가는 발달단계이며 이때는 과도기적 특성으로 인해 발달하는데 있어서 많은 어려움을 겪게 되는 시기라는 것이 청소년을 대상으로 하는 다수의 연구들(김희화, 1998; 정현숙·정문자, 1995; 주현정, 1998)의 공통된 견해이다. 즉, 청소년기는 신체적 뿐만이 아니라 사회적, 정서적으로 급격한 발달이 요구되며 그로 인해 많은 긴장을 경험하게 되므로 이때에는 더 높은 수준의 적응이 요구되는 시기인 동시에 자신의 내부에서 일어나는 다양한 변화를 경험하며 정체성 확립이라는 발달상의 과제를 완수하여야 하는 시기이기도 하다. 또한 자신을 둘러싸고 있는 환경에 적응해 나가고 주어진 현실에 탄력적인 모습을 보이기 위해 많은 갈등이 야기되며 내재된 문제들이 한꺼번에 밖으로 분출되기도 한다.

청소년을 바라보는 관점 또한 바뀌어야 한다. 지금까지 청소년의 문제를 부적응의 문제로 여겨왔으며 병리적인 관점이 주를 이루어왔다. 이처럼 위험요인의 관점에서 청소년을 바라본다면 개선의 여지는 높아 보이지 않는다.

조그만 역경에도 쉽게 행동이 흐트러지고 정상적인 범주에서 벗어나는 청소년들이 있는가 하면 극심한 고난과 역경의 상황 속에서도 정상 범주에서 성장적인 성장을 하는 청소년들이 있다. 어려운 환경에 있음에도 발달상에 큰 문제를 보이지 않고 잘 적응해 나가는 청소년들에 관한 사례가 연구를 통해 밝혀지고 있으며 강점관점에서 청소년들의 특성을 파악하는데 주력하였다(Bonanno, 2004; Block& Kremen, 1996).

청소년 탄력성은 그들이 실제로 속해있는 집단에서의 사회적 지능과도 관련이 있다고 하였다. 사회적 지능이란 타인을 이해하기, 수용적이며 공감하는, 사람과 관계를 잘 형성하기, 개방적인 등을 이야기하며 청소년의 탄력성은 사회적 지능과도 거의 동일한 특성을 지녔다고 볼 수 있다(Block, 1980). 탄력성이 높은 청소년은 스트레스의 상황이나 고난의 상황에서도 잘 적응하고 자신에게 놓인 문제의 해결을 위하여 동기를 잘 조절하는 등의 행동특성을 보인다. 탄력성이 낮은 경우 자기조절 능력의 부족으로 인해 자신의 감정을 잘 다스리지 못하거나 대인관계에서 나타나는 갈등 문제를 해결 할 수 있는 능력이 부족하다고 하였다(Block & Block, 1980). 청소년 탄력성의 내적, 외적 특성은 다음 <표 2-3>로 정리하여 볼 수 있다.

<표 2-3> 청소년 탄력성 구성요인:내적 · 외적보호요인

내적 구분		외적구분	
지적 차원	자기효능감 (self-efficacy)	학교 차원	돌봄의 관계와 기대
	문제해결능력 (problem solving)		학교활동에서의 의미있는 상호작용
정서적 차원	감정과 충동조절 (emotional regulation/ impulse control)	가정 차원	가정에서의 돌봄의 관계와 기대
	공감과 수용 (empathy/ acceptance)		가정에서의 의미있는 상호작용
의지적 차원	목표와 희망 (goal/hope)	지역 사회 차원	돌봄의 관계와 기대
	낙관주의 (optimism)		지역사회 활동의 의미있는 상호작용
영성적 차원	의미추구 (meaningfulness)	또래 차원	또래와의 긍정적 상호작용
	종교적 영성 (spirituality)		또래의 친사회적 기대

※ 출처 : 이해리 · 조한익(2006), “한국청소년탄력성척도의 타당화 연구”, 한국심리학회지. 18:29.

2. 자아탄력성의 개념

Rutter(1979)에 의해 정의된 탄력성(resilience)은 ‘개인의 삶과 적응을 위협하는 외부 자극으로부터 잠재적인 적응을 유지하는 기회로 전환하는 기제’로 정의되며 이는 스트레스 상황이나 고난의 환경에서 순기능 하였던 스트레스 이전 환경의 적응했던 수준으로 회복할 수 있는 능력을 의미한다. 또한 이 탄력성의 기본이 되는 것은 ‘보호요인’이다. 보호요인이란, 개인과 환경의 안전망이 됨으로써 역경을 극복할 수 있는 능력을 발달시키며, Masten(2001)은 ‘보호요인’으로 인해 발달이나 적응에 위협을 받는 극심한 스트레스의 상황에서도 좋은 결과(good outcome)를 낼 수 있다고 하였다. Block & Block(1980)의 연구에 따르면 자아탄력성이란 지속적으로 변화하는 환경과 문제에 대한 해결능력과 적응능력을 말한다. 여기서 문제해결이란 개인적인 부분과 인지적인 부분, 사회적인 부분 모두를 포함한다. 이러한 포괄적인 부분을 통한 문제해결이 이루어지며 문제가 해결되고 나면 다시 본래의 자아통제 수준으로 되돌릴 수 있는 조절능력을 말한다.

자아탄력성은 좁게는 개인의 감정을 조절하고 환경과 상황에 적응하는 능력이며 넓게는 극한 상황에 대한 내적·외적 풍부한 적응 능력을 말한다.

본 연구에서는 탄력성이란 위험요인에의 노출에도 보호요인은 개인이 가진 적응능력과 개인의 발달을 돕고 건강하게 기능할 수 있는 능력이라고 정의 내릴 수 있다. 자아탄력성은 고난과 역경의 상황에서 스트레스를 견뎌내는 능력이나 충동이나 억압정도를 나타내는 자아통제의 개념뿐만이 아니라 환경의 요구에 따라 자아통제를 강화 혹은 완화시키는 능력을 의미하는 전체적으로 내포하는 개념이라고 할 수 있다(Block & Kremen, 1996; 고민숙, 2002).

아래의 <표 2-4>에서처럼 각 학자별 자아탄력적인 자아의 특성에 대한 정의는 다르다. Block(1980)은 탄력성의 개념과 구별하여 자아탄력성(Ego-Resilience)이란 용어를 정의하면서 개인의 행동 및 정서적 문제를 설명하기 위해 자아통제라는 개념을 접목시켰다. Block(1982)에 따르면 자아탄력성은 어떤 극한 환경에서도 일정하게 자아통제 수준을 유지하며, 또한 유지하기 위해 환경적

인 제약이나 일시적인 상황에서도 이전의 자아통제 수준으로 돌아갈 수 있는 능력 즉, 역동적인 적응 능력을 말한다. 자아탄력성이 높을 때 보이는 성격적 특징을 정리해봄으로서, 기존의 선행연구에서 언급된 특징들 중 몇 가지를 정리해보면 다음 <표 2-4>과 같다.

<표 2-4> 자아탄력적인 아동(청소년)의 특성

학자	자아탄력적인 자아의 특성
Block & Block (1980)	<ul style="list-style-type: none"> - 스트레스상황에서 융통성 있고 통합된 수행을 하며, 다양한 문제해결 전략을 가지고 있음 - 성격이 안정적이어서 덜 불안하며 자신감이 있음 - 학교와 사회에 능동적인 참여와 융통성 있는 적응을 보임
O'Connell-Higgins (1983)	<ul style="list-style-type: none"> - 삶의 어려운 문제들을 해결하는데 활동적이고 환기적인 접근 함 - 감정적으로 어려운 경험을 잘 헤쳐 나가는 능력이 있음 - 고통이나 괴로운 상황에서도 그들의 경험을 구조적으로 인식함 - 삶의 의미에서 긍정적인 신념을 유지하는 강한 능력이 있음
Block & Kremen (1996)	<ul style="list-style-type: none"> - 친구들에게 관대하며 대인관계에 보다 자신감 있음 - 행동전에 신중하며 놀랐을 때도 평정을 바로 찾음. - 누군가에게 분노를 느꼈을 때 이성적으로 대처하는 경향이 있음 - 인지적 효율성이 높아서 도전적인 과제에 대처할 수 있고 다양한 책략을 가지고 있음
윤현희 (1998), 고민숙 (2002)	<ul style="list-style-type: none"> - 낙천적, 자율적, 능동적인 활동성을 지님 - 타인에 대해 공감적이며 원만한 대인관계를 갖음
황순택, 구형모, 김지혜(2000)	<ul style="list-style-type: none"> - 적절한 수준의 자아통제를 하고 있음 - 성실하며 정서적으로 안정되어 있음 - 자신의 경험에 대해 개방적임
강문희 외 (2007)	<ul style="list-style-type: none"> - IQ가 높으며 학교에서의 수행이 우수함 - 정신병리의 수준이 낮으며 정서적으로 안정되어 있음 - 에너지가 풍부하고 품위 있으며 항상 개방적이고 신뢰감을 줌

또한 Block과 Kremen(1996)에 따르면 자아통제는 연속체의 개념으로서, 연속선상에 있는 각각의 끝에는 다른 통제들이 존재한다. 한쪽에는 과대통제,

다른 한쪽에는 과소통제가 존재한다. 과대통제는 충동성과 행동 및 감정, 자아통제를 억제하는 것이 극단적이며 보상과 만족을 과도하게 지연시켜, 행동을 규제하고 환경적인 위험요인을 철저히 차단하는 것을 말한다(차은주, 2010). 이에 반해 과소통제란 충동성과 행동 및 감정, 자아통제의 부족, 즉각적인 만족이나 보상의 추구, 환경적인 위험요인에 매우 취약한 것을 의미한다(차은주, 2010).

비록 국내의 연구에서는 자아탄력성이 복원력(전미영, 1996), 심리적 건강성(이완정, 2002), 유연성(유성경 & 심혜원, 2002), 극복력(김동희, 2003) 등의 용어로 다양하게 표현되고 있긴 하지만 본 연구에서 살펴본 바와 같이, 자아탄력성은 스트레스를 견뎌내는 저항능력인 탄력성이나 충동의 표출이나 억압 수준을 나타내는 자아통제의 개념을 넘어서 환경의 요구에 따라 자아통제를 강화 혹은 완화시키는 능력을 의미하는 포괄하는 개념이라고 할 수 있다(Block & Kremen, 1996; 고민숙, 2002).

3. 가족탄력성의 개념

탄력성 중 가족탄력성(family resilience)는 상대적으로 익숙하지 않은 개념으로, 강점관점과 가족스트레스이론에 이론적 기반을 두고 자아탄력성 연구에서 재구성된 개념이다(Hawley & Dehaan, 1996). 이는 가족을 하나의 큰 틀로 보고 스트레스나 역경 속에서 잘 적응하는 가족의 자질, 능력은 무엇인지에 대해 초점을 맞추었다. 다시 말해 가족탄력성이란 가족 구성원들의 내적 힘을 강화하는 능력을 말한다. 또한 더 나아가 회복뿐만이 아니라 회복을 포함한 적응의 개념까지 내포되어 있다(Walsh, 1998). 김미옥(2001)은 가족탄력성이란 가족이 놓인 위기상황 속에서도 적응이 되고 직면하여 서로가 적응할 수 있도록 돕는 속성이라고 정의하였다.

국내 연구를 보면, 사회복지학 분야에서 만성질환가족(이선애, 2004), 장애가족(김미옥, 2001; 서명석, 2005), 치매노인가족(윤수희, 2004)을 대상으로 한 연구가 주를 이루었다.

McCubbin은 가족 탄력성 모델의 하위요인으로 가족기능, 가족자원, 의사소통 방법, 가족내구력, 가족체마, 사회적지지 등을 제시하였다(홍정남, 2007, 재인용). 가족학적 관점에서 탄력성을 정의한다면 위협상황에서도 가족이 무너지지 않고 유연하게 적응할 수 있도록 도와주는 가족의 특성과 다차원속성이라고 할 수 있다. 탄력성을 지닌 가족은 보호요인만이 존재하는 것이라 아니라 위협요인과 보호요인이 상호작용하며 계속적으로 가변하는 미래지향적이라는 특성을 가지고 있다. 가족탄력성은 개인이 아닌 협동하며 주고받는 관계를 통해 성장하며, 가족이 위협상황에서도 이전과 같은 균형적인 상태를 유지하도록 해주는 능력이다.

첫째, 가족대체응집력이란 가족 구성원이 서로에게 집결되거나 정서적으로 결속이 되어있는 것을 의미한다(Olson, Portner & Lavee, 1985). 응집력이란 각 구성원이 가진 잠재적 능력들을 실제 사용가능하게 전화하는데 동기를 부여하며, 실제 변화가 가능하게 한다. 가족의 응집력은 너무 높거나 너무 낮은 응집성은 모두 가족에게 문제가 될 수 있다고 하였다(Anderson, 1994; Antonskyy & Sourani, 1988; 조혜련, 2009). 응집력이 과도하게 높을 때는 가족 구성원들이 서로를 지나치게 동일시하여 개별화가 인정되지 않을 수 있고, 반대로 응집력이 과도하게 낮을 때는 가족 구성원들의 접촉이 제한되어 각기 행동하기 때문이다.

둘째, 가족의 강인함이란 내면적인 힘을 의미하며, 생활전반에 대해 적극적으로 반응하는 경향이 특징이다. 내구력은 같은 스트레스 상황에서도 낮은 긴장감을 주고 완충역할을 해준다. 자신과 환경을 적극적으로 통제, 적응할 수 있게 해준다(이은희, 2008).

셋째, 의사소통은 가족의 역기능을 설명 할 수 있는 가장 결정적인 변인이기도 하다(이은희, 2008). 가장 기본적이면서 가족 구성원들 간의 문제해결은 의사소통을 통해서 문제해결 방법을 가지고 온다.

넷째, 사회적지지만 다른 표현으로 사회적 서비스를 말한다. 사회적 서비스란 내가 속해있는 가족 구성원 이외의 가족 구성원, 다른 가족, 확대가족 등의 자원을 이야기한다. 이러한 사회적 지지원은 완충작용을 할 뿐 아니라 간

접적으로 스트레스의 수준을 낮춰준다.

여러 학자마다 가족탄력성에 대한 정의는 다르며 이를 정리하면 다음 <표 2-5>과 같다.

<표 2-5> 가족탄력성 구성요인

학자	가족탄력성 요인
Smiliman	위임, 의사소통, 응집력, 적응력, 연결성, 시간공유, 효율성
McCubbin	가족형태, 가족쉐마, 가족지원, 가족기능, 문제해결과 대처, 사회적지지
Single & Power	유연한 의미해석, 균형잡힌 대처, 유연한 상호의존
Walsh	신념체계, 조직패턴, 의사소통과정

※자료출처:차은주(2010), 인문계 고등학생의 자아탄력성, 학업적 실패내성, 학교생활적응 간의 관계.

제 4 절 선행연구

1. 스마트폰 중독과 학교생활적응

청소년들은 일상생활의 대부분을 학교에서 보내며 자연스럽게 관계를 형성하는 대상의 대부분은 또래 혹은 교사이다. 특히 또래 내 관계에 있어서는 미디어 매체를 통한 관계 형성 및 유지가 밀접하게 관계를 맺고 있어 스마트폰 자체가 하나의 문화로 자리 잡아 가고 있다.

교육이 이루어지는 영역을 가정, 학교, 사회로 나누어 볼 수 있는데, 이 중 학교는 청소년들이 바르게 적응하며 성장할 수 있도록 신념을 길러주는 기관이다(김용래, 1993). 이런 학교에서 청소년들이 받는 교육을 전체적으로 일컬어 ‘학교생활’이라 한다(이훈진, 1999). 총체적인 관점에서 본다면 학교 이외

의 장소에서 이루어지는 비교육적인 부분도 ‘학교생활’이라고 할 수 있다. 즉, 교과활동 이외의 비교과활동, 소풍, 수학여행 등도 학교생활의 비교육적인 부분에 포함된다. 학교생활을 구성하고 있는 요소로는 학생과 교사와의 관계, 또래 학생들 간의 상호적관계가 있고 학습 성취도 등도 여기에 포함된다(임영희, 2004).

대부분의 학교생활적응과 인터넷 중독에 관련된 연구 결과가 많고 현재까지는 스마트폰 중독과 학교생활적응과 관련된 연구는 아직 미비한 상황이지만 시사점을 준다.

Goldberg(1996)는 중독이란 일정한 정도의 만족을 느끼기 위해서는 기존의 사용량보다 더 많은 시간을 웹상에 보내기를 원하게 되고 웹상에 존재하지 않을 때는 불안감을 느끼게 되는데 본인은 인터넷에 과몰입하고 있는 자신의 상황을 깨닫지만 사용을 그만두지 못하게 됨으로써, 일상생활의 어려움이나 또래관계 또는 학교에서 배척되는 경험을 하게 된다’고 하였다.

청소년들의 휴대폰 이용실태조사에 나타난 공통적인 결과에 의하면, 휴대폰의 충동적 이용은 피상적 인간관계를 조장할 수 있고(나은영, 2002), 휴대폰이 학업성취도를 저하시키거나 시험 중 부정행위의 도구로 사용될 가능성도 있다고 한다(Ling, 2000). 실제로 2004년 수학능력시험에서는 휴대폰의 악용으로 인한 부정행위가 사회적 문제가 되기도 했다.

또한 청소년들의 학교 내 휴대폰 이용은 학생들로 하여금 수업에 집중하지 못하게 하여 학습 분위기를 저하시키며, 수업진행에 방해받을 수도 있다(이정기·항상재, 2009)고 보고 하였다. 이러한 선행연구들은 정서적, 심리적으로 미성숙한 청소년들에게 스마트폰 중독은 심각한 문제를 초래할 수 있으며 원인을 살펴보고 현실적으로 대처할 필요가 있다고 보여진다.

2. 스마트폰 중독과 자아탄력성

자아탄력성에 대한 연구는 크게 두 가지로 분류할 수 있다. 하나는 결과중심으로 자아탄력성을 적응적 결과로 보는 연구와, 또 하나는 과정중심으로

자아탄력성을 매개효과와 같이 보호요인의 개념으로 보는 연구이다(구세희, 2014). 결과중심의 연구에서는 자아탄력성이 학교적응(박상희, 2009), 중도포기(유생열, 2012), 심리적 안녕감 등의 결과를 나타내는 것으로 확인되었다. 자아탄력성은 보호요인으로서 부정적인 상황을 완화시켜주거나 혹은 그 이상으로 부정적인 상황이 발생하는 가능성을 줄여주는 의미에서 연구되어지고 있다.

미디어 중독과 관련해 다루어진 몇 개의 연구 중 김영경(2013)의 연구는 청소년의 스트레스가 인터넷 중독과 도박행동에 어떠한 영향을 미치는지 알아보았다. 스트레스와 인터넷 중독, 도박은 유의미한 영향을 주는 것으로 보여졌다. 이때 자아탄력성이 스트레스와 문제 행동 간에 어떠한 역할을 하는지 분석한 결과, 주석진(2011)의 연구에서는 학업과 부모관련 스트레스가 인터넷 중독에 어떠한 영향을 주는지 알아보고자 자아탄력성 변인을 사용하였다. 김영민·임영식(2012)의 연구는 스마트폰 중독과 관련하여 자아탄력성을 매개변인으로 사용하였다.

Young과 Rogers(1998)의 연구에서 인터넷을 과도하게 사용하는 사람들을 심리·정서적으로 불안정하며 자신을 개방하지 않으며 혼자 있는 것에서 안정감을 찾는 사람이라고 설명하였다.

비슷한 정도의 스마트폰 중독성향이 있을지라도 자아탄력성의 높고 낮음에 의해 스마트폰 중독에 미치는 영향이 달라질 수 있다. 예를 들어 자아탄력성이 높은 사용자는 스마트폰의 기능을 필요에 따라 스스로에게 긍정적으로 활용한다. 반면, 자아탄력성이 낮은 이용자는 대인관계의 회피 등 부정적인 상황을 벗어나고자 의지하게 되었던 스마트폰으로 인하여 더욱 스마트폰에 중독되는 등 악순환적인 행동과 상황을 반복하게 된다. 자아탄력성이 높은 사람들은 스마트폰 중독 성향이 낮으며 이는 인과관계를 밝혀준다.

3. 스마트폰 중독과 가족탄력성

스마트폰 중독의 영향에 따른 청소년의 학교적응에 대한 연구는 상대적으로 아직 미비한 실정이며 그 범위 또한 협소하다. 스마트폰 중독과 가족구성원간의 탄력성을 중심으로 한 연구 역시 미비한 실정이다. 청소년이 가장 먼저 접하며 가장 많이 속하게 되는 집단은 가정이다.

가족은 내부·외부적으로 계속되는 조건의 변화에 균형을 유지하기 위한 반작용을 하기도 하며, 가족체계의 유지를 위해 가족구성원들 간의 관계, 가족 전체에 영향을 미치는 가치, 구조 등을 변화시켜 나간다. 이에 가정생활의 적응차원은 지속성과 변화사이의 변증법적 관계에 의해 형성되는 것(홍성애, 1988)으로 볼 수 있다. 부모가 얼마나 허용적이며 양육적인 태도를 보이며, 부모와의 관계에 있어서 어떠한 정서적인 관계를 형성하여 조절하는지에 따라 자율성이 이루어지기에 청소년기의 가정생활적응은 다른 무엇보다 그 의미가 크다고 할 수 있다(안복모, 2003).

Cook(1996) 역시 인간이 접하는 첫 사회가 가정이기 때문에 기본적인 심리 욕구들을 습득하는 첫 장면이 가정이라고 하였다. Abery와 Eggebeen(1993)도 가족 구성원들과 함께하는 상황에서 아동의 자기결정 획득에 도움이 될 수 있는 통제의 기회가 학습된다고 하였다.

가족탄력성에 대한 연구는 국외에서 1990년대 후반부터 많은 연구가 진행되고 있으나 국내에서는 환아를 둔 가족, 정신분열증 가족, 장애 구성원을 포함한 가족, 뇌성마비 가족, 만성질환 가족 등 현재 가족의 병리적인 문제를 가지고 있는 대상들이 주가 되었고, 아직까지 가족탄력성에 대한 선행연구가 부족한 실정이다.

조춘범(2001)은 청소년들의 휴대폰 중독과 가정환경과의 관계를 통하여, 부모가 갖는 자녀에 대한 관심의 정도, 서로간의 갈등관계, 부모의 양육태도 및 스마트폰 이용에 대한 통제력에 따라 중독의 차이가 있다고 하였다.

가족요인이 스마트폰 중독에 영향을 미친다고 보고 있으며, 비정서적인 가족과정은 부정적인 영향을 끼쳐 여러 가지 문제를 야기 시킨다고 할 수 있

다. 특히 이난이 처음 태어나 처음 접하게 되는 집단이 가정이며, 가정에서 가치관, 정체감 등이 형성되며 이는 이후 대인관계나 사회생활에 직접적인 영향을 준다. 이처럼 가족변수의 유의미한 영향을 바탕으로 가족탄력성도 스마트폰 중독에 영향을 미칠 수 있는 가능성을 제기할 수 있다.

4. 자아탄력성과 학교생활적응

자아탄력성과 학교생활적응의 관계를 직접적으로 살핀 선행연구들은 아직까지 소수이지만 계속적으로 연구되고 있다. 그간 선행연구에 의하면 자아탄력성은 환경에 적응하는 보호요인(김미화, 2003)이며, 이러한 청소년들의 특성으로는 가족 또는 타인에게 긍정적인 피드백을 유발하는 성격이며(Rutter, 1978), 긍정적인 자아상이 확립되었으며 명확한 느낌을 가지고 있었다(Klohn, 1996; Rutter, 1987). 또한 학업성취도 역시 높았으며 지적으로 우수한 아이들이 많았으며(Hilgram & Palit, 1993), 또래들과 관계를 잘 형성하는 등 학교생활을 즐겁게 하는 것(Kellam, Ensminger & Turner, 1977)으로 나타났다.

앞서 설명된 자아탄력성의 정의를 본다면, 자아탄력성이 높은 청소년은 역경의 상황에서 경직되기보다 상황을 유연하게 대처함으로써 그 환경을 극복하고 잘 기능해 나간다. 즉, 자아탄력성이 높은 청소년은 자아탄력성과 학교생활적응의 관계에서 보면 자아탄력성이 높은 청소년들은 학교생활적응도 잘 하는 동시에 학교생활의 만족도 또한 높은 것으로 보고되고 있다(구자은, 2000; 김옥선, 2005; 송미령, 2005; 이예승, 2004). 즉, 자아탄력성이 높은 청소년의 경우 자아탄력성이 낮은 청소년에 비해 학교생활을 비롯해 적응력이 높을 것이라는 가설을 뒷받침 해주고 있다.

또한 자아탄력성의 영향을 받는 중요한 요인 중 하나는 대인관계인데, 자아탄력성이 높을수록 관계형성에 있어서 안정적이며 원활하다는 선행연구결과(반금남, 2008; 정애리, 2009)는 학교생활적응은 대인관계를 포함(김아영, 2002)하고 있으며, 이는 자아탄력성과 학교생활적응은 밀접한 연관이 있다고 볼 수 있다.

구자은(2002)의 연구에서 개인적 변인이 학교생활적응에 유의미한 영향을 미친다는 결과에 비추어 보면 개인적 변인 중 가장 큰 부분을 차지하는 자아탄력성이 학교생활적응에 큰 영향을 미친다고 볼 수 있다.

5. 가족탄력성과 학교생활적응

생태체계이론에서는 인간과 환경이 조화로운 체계를 이루고 상호간의 역동적 영향을 준다고 정의하였다. 환경은 인간에게, 인간은 다시 환경에서 영향을 주며 인간발달을 설명하기 위해서는 인간이 처한 다차원적인 환경을 규명할 필요가 있다고 하였다(김태화, 2012).

청소년기에는 부모 혹은 가족으로부터의 영향에서 벗어나고 싶어 한다. 이러한 욕구는 커지지만 현실적으로는 부모에게 여전히 의존하고 있는 양가적인 모습을 보이며, 여전히 부모는 인지적, 정서적, 사회적 등 전반적으로 청소년에게 영향을 미친다(이승연, 2009). 청소년에게 부모가 미치는 영향에는 여러 가지 요인이 있는데 그 중 가장 큰 영향을 미치는 것이 부모의 양육태도(parenting attitudes)이다. 양육태도(parenting attitudes)란, 자녀의 내적인 부분과 외적인 부분을 얼마나 지지하는지에 대한 수준을 총괄하는 것으로 부모와 자녀의 관계를 형성하는데 큰 영향을 미친다.

청소년의 가정 내 부모와의 관계가 대인관계를 형성하는 기본을 이루게 된다. 부모와 자녀와의 상호작용 방식이 가정 이외의 대인관계를 형성하는데 중요한 요인이 된다. 부모와의 원활한 관계를 형성한 경우 자연스레 또래와의 관계 역시 긍정적으로 인식을 하게 된다. 이는 불안이나 우울과 같은 부정적인 부분을 감소시키고 학교생활적응에 큰 도움을 준다(Ladd & Price, 1987; Ladd, 1990).

선행연구들을 보면 청소년들이 자각하는 가족탄력성이 높을수록 학교생활적응을 원활하며(이혜경, 2008; 민동일, 2007; 장춘옥, 2013), 자아정체감에도 긍정적인 것으로 나타났다(오명희, 2007; 변진해, 2009; 한상미, 2011). 박연수(2003) 연구에서도 가족탄력성이 높을수록 청소년들이 학교에 적응하는 수준

이 높은 것으로 나타났다. 전유진(2006)은 청소년 스스로가 지각하는 가족탄력성의 정도에 따라 학교생활적응의 수준 또한 달라진다고 하였다.

이처럼 가족탄력성이 학교생활적응에 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. 앞서 이론적 고찰과 선행연구들을 볼 때 학교생활적응은 학교라는 영역을 기초로 하여 학업적인 부분, 사회적인 부분, 관계적인 부분 등 다양한 측면으로 이루어져 있다. 그리고 앞에서와 같이 학교생활적응은 학교라는 기본 영역을 토대로 정서적인 부분, 학업적인 부분, 관계적인 부분 등 포괄적인 측면에서 이루어진다. 곧 가족탄력성이 학교생활적응의 긍정적인 측면에 큰 영향을 준다는 것과 동시에 생태체계이론에 근거했을 때 자아개념, 자아탄력성, 가족탄력성, 학교생활적응 등은 변인들 간에 서로 밀접한 상관과 인과관계가 있으며 각각의 변인은 상호영향을 주는 것으로 해석할 수 있다.

제 3 장 연구설계

제 1 절 분석모형의 정립과 가설의 설정

1. 분석모형의 정립

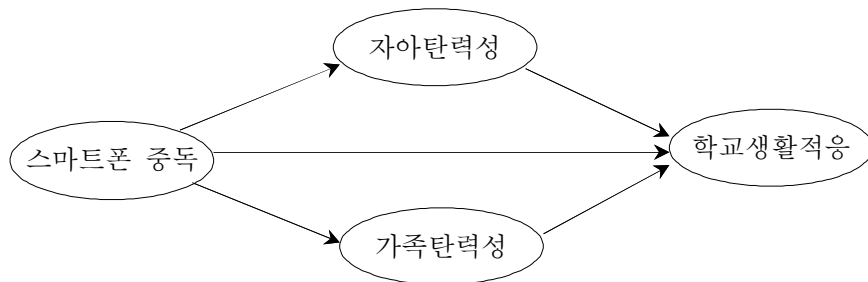
본 장에서는 제 2장에서 탄력성에 관련한 선행연구 결과를 바탕으로 분석모형을 설계하여 스마트폰 중독과 자아탄력성, 가족탄력성 그리고 이러한 요인들이 학교생활적응에 어떠한 영향을 미치는지 논의하고자 한다.

이를 위해 본 연구에서 스마트폰 중독을 독립변수로 설정하였으며, 종속변수는 학교생활적응으로 설정하였으며 매개변인으로는 자아탄력성, 가족탄력성으로 설정하였다.

본 연구에서는 자아탄력성과 가족탄력성을 매개변수로 사용하였는데 이는 개인들의 수준에 따라 다르다는 전제하에 매개변수로서 선정하였다.

학교생활적응의 요인들은 자아탄력성과 가족탄력성에도 영향을 받을 것으로 가정하여 학교생활적응의 요인들과 자아탄력성과 가족탄력성 간의 관계도 고찰하고자 한다. 따라서 본 연구에서는 스마트폰 중독이 학교생활적응에 직접적으로 미치는 영향과 청소년들의 자아탄력성과 가족탄력성에 의해 간접적으로 미치는 영향을 고찰하고자 한다.

이러한 변수들의 관계를 종합하여 본 연구에서는 아래 <그림 3-1>과 같은 분석모형을 제시하고자 한다.



<그림 3-1> 연구모형

2. 가설의 설정

본 연구에서는 고등학생들의 스마트폰 중독과 관련된 학교생활적응력을 높이기 위해 적용 가능한 요인과 각 요인들 사이의 인과관계를 실증분석하기 위해서 분석모형에 따라 연구가설을 설정하였다. 기존에 연구되었던 결과를 바탕으로 분석모형에 나타난 자아탄력성, 가족탄력성 사이의 인과관계 연구가설은 다음과 같다.

가. 스마트폰 중독과 학교생활적응

정보화 사회를 살아가는 남녀노소 모두에게 스마트폰은 미디어 기기의 기능을 넘어 인터넷, 쇼핑, 뉴스, 블로그, SNS 등 거의 모든 것을 할 수 있는 만능매체로 사용되어져왔다. 만능매체인 스마트폰은 우리생활에 편리성과 즐거움을 가져다준다. 하지만 이를 과다하게 사용하게 될 시 신체적 뿐만 아니라 심적, 사회적으로 적응상의 심각한 문제를 나타내기도 한다. 특히 탄력성이 낮은 학생들의 경우 그 폐해는 더욱 심각하다. 학생들의 생활에서 깊은 영향을 끼치고 있는 스마트폰은 그 중독성이 최근 학교생활부적응과 관련하여 부각되고 있다. 이는 결국 학교생활적응을 저하시키고 대인관계가 어려워지며 학업성취도 저하, 무기력 등 복합적인 부작용을 낳게 된다. 따라서 스마트폰 중독이 심각할수록 학교생활적응에 어려움을 경험 할 수도 있기 때문에 두 변인은 밀접한 관계가 있다 하겠다.

이러한 논거에 비추어 볼 때, 청소년의 스마트폰 중독과 학교생활적응은 인과관계가 있을 것으로 추론되어 본 연구에서는 다음과 같은 가설을 설정하고자 한다.

가설 1. 스마트폰 중독은 학교생활적응에 유의미한 영향을 미칠 것이다.

나. 스마트폰 중독과 자아탄력성

청소년기의 학생들은 성인들보다 일상생활에서 더 많은 시간을 스마트폰에 투자한다. 특히 스마트폰의 경우 접근성, 수용성, 가용성에 있어 마약, 도박 등 다른 물질중독(substance addiction)이나 행위중독(behavioral addiction)에 비해 훨씬 불편감이나 사회적 낙인 없이 쉽게 받아들여질 수 있는 경향이 있다(한국정보진흥원, 2012). 청소년 스마트폰 이용자들은 스마트폰 중독 심각성의 원인으로 편의성, 대안활동 부족 등을 꼽았다. 이처럼 청소년 스마트폰 중독률은 시간이 갈수록 높아지고 있으며 청소년기에는 인간의 발달과 성장에 있어 중요한 영향을 미친다는 의견과 연구결과들이 많아지면서 자아탄력성에 대한 관심도 높아지고 있는 상황이다.

이러한 논거에 비추어 볼 때 스마트폰 중독과 자아탄력성과의 인과관계가 있을 것으로 추론되어 본 연구에서는 다음과 같은 가설을 세우고자 한다.

가설 2. 스마트폰 중독은 자아탄력성에 유의미한 영향을 미칠 것이다.

다. 스마트폰 중독과 가족탄력성

스마트폰 중독과 휴대폰 중독의 경우 환경적인 영향이 상대적으로 많이 좌우한다. 한국정보화진흥원이 2011년 발표한 「스마트폰 중독 진단척도 개발 연구」에서는 스마트폰 중독과 휴대전화 중독의 특징을 다음 <표3-1>과 같이 비교하였다.

<표 3-1> 스마트폰 중독과 휴대전화 중독의 특징 비교

	유사점	차이점
구인	금단, 내성, 의존, 초조, 불안, 강박적사용, 생활 장애 등의 특징	인터넷 중독은 가상적대인관계지향성, 긍정적 기대, 현실 구분 장애 등을 포함하고 있으나 스마트폰 중독은 아직 개념의 확장이 이루어지지 않음
사용 동기	즐거움, 외로움, 대인관계	인터넷 중독은 현실도피, 도전/성취 동기가 있는데 비해 스마트폰 중독은 자기과시, 체면 차리기, 인정에 대하나 동기가 있음
사용 결과	사용하지 않을 때 금단, 내성의 증상을 보이고 일상생활의 어려움에 영향을 미치며 인터넷이나 휴대전화를 사용하지 않고 있을 때에도 하고 있는 듯한 환상 느낌	인터넷 중독이 스마트 중독보다 우울, 편집, 반항, 강박 등에서 더 큰 문제를 보이고 있을 가능성이 있으며, 스마트폰 중독은 우울보다는 산만하고 에너지가 상승하는 문제가 더 심각해보임

* 출처 : 한국정보화진흥원, 스마트폰 중독 진단척도 개발 연구, 2011.

이러한 논거에 비추어 볼 때 스마트폰 중독과 가족탄력성과의 인과관계가 있을 것으로 추론되어 본 연구에서는 다음과 같은 가설을 세우고자 한다.

가설 3. 스마트폰 중독은 가족탄력성에 유의미한 영향을 미칠 것이다.

라. 자아탄력성과 학교생활적응

Block과 Block(1980)은 자아탄력성 연구 초기에 아동들이 역경의 상황에도

불구하고 잘 적응하며 유연하게 문제를 해결하는 모습을 보이고, 학교와 사회에 적극적이고 융통성 있는 모습을 보인다는 연구 결과를 내놓았다. 그리고 자아탄력성이 높음과 동시에 지능이 높은 아동들은 인지적인 능력을 충분히 발휘하여 집이나 학교 등에서 사회적 지지를 얻어내는 경향이 있다(Cowne, Wyman, Work & Parker, 1990). 그리고 자아탄력성이 높은 집단은 낮은 집단에 비해 스트레스 대처 능력 또한 높은 것으로 알려져 있다(고민숙, 2002; 임상희, 2005).

이러한 논거에 비추어 볼 때 자아탄력성과 학교생활적응과의 인과관계가 있을 것으로 추론되어 본 연구에서는 다음과 같은 가설을 세우고자 한다.

가설 4. 스마트폰 중독과 학교생활적응의 관계에서 자아탄력성은 유의미한 매개효과가 있을 것이다.

마. 가족탄력성과 학교생활적응

사회적지지 및 가족탄력성은 일상생활 적응 및 복귀로의 유의한 영향을 미치는 변인으로 보여지며 그 설명력이 인구사회학적 변인보다 높게 나타났다. 이는 가족탄력성이 실제 중독의 상황에서 긍정적인 의미를 부여하고, 성공에 대한 경험을 축적할 수 있게 해준다는 점을 보여준다.

가족탄력성은 친구와 가족으로부터 받는 정서적인 지지, 상담, 멘토와의 관계 등이 있는 것으로 나타났으며, 가족 내·외부에서부터 받는 가족탄력성은 부정적 상황에 대해서 완충효과를 준다.

이러한 논거에 비추어 볼 때 가족탄력성과 학교생활적응과의 인과관계가 있을 것으로 추론되어 본 연구에서는 다음과 같은 가설을 세우고자 한다.

가설 5. 스마트폰 중독과 학교생활적응의 관계에서 가족탄력성은 유의미한 매개효과가 있을 것이다.

제 2 절 변수의 조작화 및 측정

1. 변수의 조작화

가. 스마트폰 중독

스마트폰이 본격적으로 보급되기 시작한지 불과 4년 정도 밖에 되지 않았지만, 스마트폰의 사용 확산 속도는 시간이 가히 따라잡지 못할 정도로 기하급수적이다. 중독(addiction)이라는 영어 단어의 어원은 “~에 사로잡히다”, “~의 노예가 되다”라는 의미로, 중독 현상에 대해서 사용된 단어였으나 중독이라는 용어가 병리적이고 진단적인 의미를 갖게 됨에 따라 중독(addiction)이란, 물질의 사용에 있어서 통제력이 손실된 상태를 나타내는데 사용되어 왔다(김교현, 2007; 금창민, 2013). 특히 새롭게 등장한 행위중독(behavioral addiction)의 한 형태로 스마트폰 중독을 들 수 있다(김혜주, 2012).

스마트폰 중독의 개념은, ‘휴대전화의 기능과 무선인터넷 환경을 갖춘 스마트폰에 대한 조절 능력을 상실하고, 내성에 따른 지속적 사용이 증가되며, 금단증상이나 강박적인 집착 또는 의존 등의 문제가 나타나 심리, 신체적인 문제를 야기시키는 상태’라고 할 수 있다.

스마트폰 중독 수준을 알아보기 위하여 한국정보화진흥원(2011)에서 개발한 자가진단용 스마트폰 중독 척도를 사용하였다. 자가진단용 스마트폰 중독 척도는 총 15문항으로 구성되어 있으며 15개의 하위문항으로 이루어져 있다. 15문항의 하위요소는 일상생활의 어려움 5문항, 가상세계 지향성 2문항, 금단현상 4문항, 내성현상 4문항으로 구성되어 있으며 답변의 전체 합과 하위요인의 합에 따라 스마트폰 중독의 수준이 구분된다.

각 하위요소들의 개념을 다루면 다음과 같다. 일상생활의 어려움은 스마트폰을 과도하게 사용하여 학교나 가정생활에서 불편함을 느끼며 문제가 지속적으로 생기는 상태를 말한다. 가상세계 지향성은 현실보다 가상, 스마트폰을 통해 사람들과 관계를 형성하는 것이 훨씬 익숙하다고 생각하는 것이다. 금

단현상이란 과도한 스마트폰 사용으로 인해 스마트폰이 없으면 불안하고 초조해지는 현상을 말하며, 내성현상이란 스마트폰 사용에 점점 더 많은 시간을 투자하게 되어 이후에 많은 사용을 해도 만족감이 현저히 낮은 상태를 말한다. 스마트폰 중독 척도의 하위요인별 문항구성은 다음 <표 3-2>과 같다.

<표 3-2> 스마트폰 중독 척도 하위요인별 문항구성

하위요인	문항	문항수
일상생활장애	1,5,9,12,13*	5
가상세계지향성	2,6	2
금단	3,7,10*,14	4
내성	4,8*,11,15	4
전체		15

* 역채점 문항

각각의 문항은 Likert식 4점 척도로 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘아주 많이 그렇다(4점)’에 대해 반응한다. 부정적인 문항은 역채점 한다. 채점을 통해 고위험 사용자군, 잠재적위험 사용자군, 일반 사용자군으로 분류되며 분류기준은 <표 3-3>와 같다.

<표 3-3> 스마트폰 중독 분류 기준

분류	채점기준
	① 원점수 총점 ② 일상생활장애(1,5,9,12,13번) 합계 ③ 금단(3,7,10,14번)합계 ④ 내성(4,8,11,15번 합계)
고위험 사용자군	① 45점 이상 또는 ② 16점 이상 & ③ 13점 이상 & ④ 14점 이상인 경우

잠재적 위험 사용자군	① 42점 이상 44점 이하 ② 14점 이상 ③ 12점 이상 ④ 13점 이상인 경우 ①~④ 중에서 하나라도 해당되는 경우
일반 사용자군	위의 두 집단 어디에도 속하지 않는 경우

※ 출처 : 한국정보화진흥원, 스마트폰 중독 진단척도 개발 연구, 2011.

나. 자아탄력성

탄력성(resilience)이란 본래의 의미는 물체의 신축성이나 유연성을 설명하는데 사용되어왔다(Greene, 2002). 이후 탄력성이란 스트레스 상황에서 혹은 상황의 변화에서 쉽게 회복되고 적응하는 개인이 지닌 능력으로 사용하고 있다. 즉, 개인이나 가족의 죽음과 장애, 사고 등 극심한 스트레스의 상황에도 불구하고 이전 수준의 현상을 유지하거나 정상적인 발달을 유지하여 스트레스 상황을 유연하게 대처하는 것, 혹은 스트레스 이전의 상황 이상의 성장을 하는 촉진제이다. 그러므로 탄력성이란 탄력성을 지닌 사람들이 스트레스 상황을 거쳐 오히려 그들의 삶을 강화시킬 수 있다(Grotberg, 1995). 탄력성을 가진 학생은 극심한 스트레스를 받아들이면서 유연하게 대처하거나 피해를 최소화하는 방법으로 역경에 효과적으로 대처한다. 자신들의 욕구에 맞도록 환경을 변화시키기도 하고, 문제에 대처하고 해결하기 위한 적극적인 접근을 한다. 또한 자기 효능감과 자기 존중감이 높고 전반적으로 긍정적인 자아상과 확고한 정체성을 가지고 있다(Klohn, 1996; Rutter, 1987).

자아탄력성의 정도를 알아보기 위해 정은옥(2006)의 검사도구를 사용하였다. 자아탄력성 척도는 긍정적 미래지향성, 감정조절, 흥미와 관심의 다양성 등 총 16문항으로 이루어져 있다. 각각의 문항은 Likert식 5점 척도를 사용하여 '전혀 아니다(1점)'에서 '매우 그렇다(5점)'까지 점수를 주어 점수가 높을수

록 자아탄력성이 높은 것으로 해석한다. 자아탄력성 척도의 하위요인별 문항 구성은 다음 <표 3-4>과 같다.

<표 3-4> 자아탄력성 척도의 하위요인별 문항구성

하위요인	문항번호	문항수
긍정적 미래지향성	3, 6, 10, 13, 15	5
감정조절	2, 5, 7*, 9, 12, 16*	6
흥미와 관심의 다양성	1, 4, 8, 11, 14	5
전체	1~16	16

* 역채점 문항

다. 가족탄력성

가족탄력성에는 여러 가지 하위요소들이 있다. 그 중 가족탄력성과 또래관계탄력성 요인을 고려하였다. 특히 가족탄력성의 개념은 비교적 익숙하지 않는 것이며 강점에 기반한 치료운동 위에 수립되었다(Walsh, 1998). 가족탄력성은 개인에게 적용되는 부분을, 생태체계 이론에서 균형을 유지하는 체계에 적용하는 부분을 가족과 관련된 중요한 이론에서 아이디어를 얻었다(Hawley & Dehaan, 1996). 또한 이는 자아탄력성 개념과 유사하다고 간주하여 가족탄력성이라 명명하게 되었다. 특히 강점관점이 가족탄력성의 중요한 관점으로 제기되면서 스트레스 상황 내 가족탄력성이 높은 즉, 적응적인 가족의 자질과 능력이 무엇인지에 대한 연구에 관심을 갖게 된다(김미옥, 2001).

가족탄력성을 측정하기위해 한국문화 및 가족특수성에 맞는 척도개발을 위해서 제작된 어은주와 유영주(1995)의 척도를 수정하여 사용한 최정혜(2005)의 척도를 사용하였다. 가족건강성 척도의 하위요인은 가족원간의 유대, 문제해결능력, 대화기술, 가족원간의 가치체계공유 등의 4개 영역 총 20문항으로

구성되었다.

각각의 문항은 Likert식 5점 척도를 사용하여 ‘전혀 아니다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’까지 점수를 주어 점수가 높을수록 자아탄력성이 높은 것으로 해석한다. 가족탄력성 척도의 하위요인별 문항구성은 다음 <표 3-5>와 같다.

<표 3-5> 가족탄력성 척도의 하위요인별 문항구성

하위요인	문항번호	문항수
가족간 의사소통	1, 5, 9, 13, 17	5
문제해결 수행능력	2, 6, 11, 14, 18	5
가족원간 유대	3, 7, 10, 15, 19	5
가치체계 공유	4, 8, 12, 16, 20	5
전체	1 ~ 20	20

라. 학교생활적응

학교생활적응에 대한 여러 하위요소 중 청소년들의 학교생활적응에 가장 큰 영향을 미치는 것이 또래관계임을 파악할 수 있었으며 친구와의 원만한 관계 형성 및 유지를 통해 학교에 더욱 잘 적응할 수 있도록 하는 것이 중요하다는 것을 알 수 있다. 또한 학업성취도 요인과 교사와의 관계 요인 등이 비교적 높은 영향을 미치는 것으로 보여진다.

본 연구에서는 박현선(1998)이 빈곤 청소년의 학교적응유연성에 관한 연구에서 학교에 대한 관심과 흥미, 학업관련, 교내 규칙 준수에 관한 문항으로 구성되어 있는 척도를 이용하였다. 이 척도는 학교생활에 대한 관심과 흥미, 학업관련, 교내 규칙 준수로 구성되어 있으며 총 21문항으로 이루어져 있다. 교내 규칙 준수를 비롯한 부정적인 진술문항은 역점수로 환산하였다. 각각의 문항은 Likert식 4점 척도로 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘아주 많이 그렇다(4점)’에 대해 반응하며 3개의 하위영역으로 나뉘어져 있다. 아래 <표 3-6>와

같다.

<표 3-6> 학교생활적응 척도의 하위요인별 문항구성

하위요인	문항번호	문항수
학교에 대한 흥미	1*, 2, 3, 4, 5*, 6, 7	7
학업성취에 대한 태도	8, 9*, 10*, 11, 12	5
학교규범 준수	13, 14, 15, 16*, 17*, 18*, 19*, 20*, 21*	9
전체	1 ~ 21	21

* 역채점 문항

2. 설문지의 구성과 측정

본 연구에서 스마트폰 중독이 청소년의 학교생활적응에 어느 정도 영향을 미치는지를 설명하기 위하여 사용한 도구는 설문지이다.

지금까지 조작적 정의에 따라 본 연구는 스마트폰 중독, 학교생활적응, 자아탄력성, 가족탄력성 등에 관하여 총 81개 문항의 질문을 기본으로 하여 설문지를 구성하였다. 이에 따른 설문지의 구성 내용은 다음 <표 3-7>와 같다.

<표 3-7> 설문지 구성

변수	측정항목	설문항목
스마트폰 중독	<ul style="list-style-type: none"> - 하루 평균 스마트폰을 사용하는 총 시간 - 주로 사용하는 스마트폰의 기능과 사용 시간 - 스스로 스마트폰 중독이라고 생각하는 정도 	15
자아탄력성	<ul style="list-style-type: none"> - 스마트폰을 사용하지 않을 경우의 증상 - 스마트폰을 사용함으로 인해 일상생활에서 겪는 어려움 - 스마트폰 사용 시 자제력 - 스마트폰을 사용하지 않았을 때 대처 활동 	16

가족 탄력성	- 문제 해결의 주체 - 가족의 화합 및 결속 분위기 - 가족 구성원간의 소통 및 교류 정도	20
학교생활 적응	- 교사와의 긍정적인 관계 - 또래와의 어울림 정도 - 학업성취도 및 학교생활 성실성	21
인구 통계학적 특성	- 연령, 경제적 수준, 부모의 학력수준, 가족구성원, 학업수준	5

제 3 절 자료의 수집과 분석

1. 자료의 수집

본 연구에서는 스마트폰 중독과 청소년들의 학교생활적응의 관계 중 자아탄력성과 가족탄력성과의 매개효과를 알아보기 위하여 연구대상의 범위를 청소년으로 선정하여 설문조사를 실시하였다. 조사대상자는 스마트폰을 사용하고 있는 청소년 중 고등학생을 대상으로 하였고, 학년은 1, 2, 3학년으로 구성되었다. 조사대상자들은 A광역시 소재의 고등학교 남, 여학생을 대상으로 선정하여, 총 300명의 학생들을 무작위 추출하여 그 표본으로 삼았다.

설문조사 시기는 2014년 7월 15일부터 7월 28일까지 시행되었다. 설문지 구성문항을 조사 대상자가 이해할 수 있는 수준인지 알아보기 위해 고등학생 1, 2, 3학년 각각 5명씩 사전 테스트를 실시하였다. 신뢰도 높은 조사결과와 조사 대상자들의 성실한 응답을 유도하기 위하여, 사전에 질문지를 실시하여 기재 시 요령 및 주의사항 등을 각 학급의 담임교사를 통하여 전달하였다. 설문지는 무기명 자기기입 방식을 사용하였다. 배포된 총 300부의 설문지 중 284부의 설문지가 회수됨으로써 회수율은 94.7%였다. 회수된 설문지 중 불성실한 응답과 응답항목 누락, 스마트폰을 이용하지 않는 학생 제외 등으로 활

용이 부적합한 27부를 제외한 257부를 최종적인 유효표본으로 확정하여 본 연구에 이용하였다. 이러한 설문지 배부와 회수현황은 아래 <표 3-8>과 같다.

<표 3-8> 설문지 배부 및 회수현황

설문지 배부	설문지 회수	설문지 회수율	분석대상 제외	분석활용 자료
300	284	94.7%	27	257

2. 자료의 분석

연구대상자들의 일반적인 특성을 정리하면 다음 <표 3-9>과 같다. 성별을 살펴보면 남학생이 139명(54.1%), 여학생이 118명(45.9%)으로 남학생이 여학생보다 많은 특성을 보이고 있다. 학년별로 살펴보면 1학년은 114명(44.4%), 2학년은 98명(38.1%), 3학년은 45명(17.5%)로 나타났다. 가정의 경제적 수준은 ‘부유한 편이다’가 20명(7.8%), ‘보통이다’가 197명(76.7%), ‘어려운 편이다’가 40명(15.6%)으로 나타났다. 종교적인 특성으로는 ‘종교가 없다’가 148명(57.6%), ‘불교’가 22명(8.6%), ‘기독교’가 69명(26.8%), ‘가톨릭’이 9명(3.5%), ‘기타’ 9명(3.5%)로 나타났다. 하루 평균 스마트폰을 사용하는 시간을 보면 ‘30분 미만 사용한다’가 12명(4.7%), ‘30분~1시간 사용한다’가 26명(10.1%), ‘1시간~2시간 사용한다’가 61명(23.7%), ‘2시간~3시간 사용한다’가 52명(20.2%), ‘3시간~5시간 사용한다’가 60명(23.3%), ‘5시간 이상 사용한다’가 46명(17.9%)으로 나타났다. 스마트폰을 사용하게 된 이유에 대해서는 다음과 같다. ‘최근 유행이어서’가 18명(7.8%), ‘친구가 사용하고 있어서’가 20명(7.8%), 학교생활에 도움이 되어서’가 6명(2.3%), ‘뉴스 등 각종 정보들을 바로 검색하기 위해서’가 60명(23.3%), ‘오락이나 게임하기 위해서’가 37명(14.4%), ‘아무 이유가 없이 그냥 사용한다’가 116명(45.1%)로 나타났다. 그리고 복수응답이 가능한 동거가족 구성원에 대해서는 다음과 같다. ‘친부모와 함께 살고 있다’가 183

명(61.6%), ‘친어머니와만 함께 살고 있다’가 36명(12.1%), ‘친아버지와만 함께 살고 있다’가 12명(4.0%), ‘할아버지 할머니와 함께 살고 있다’가 18명(6.1%), ‘형제자매와 자취(하숙)한다’가 29명(9.8%), ‘혼자자취(하숙)한다’가 3명(1.0%), ‘기타’는 12명(4.0%), ‘친아버지와 새어머니와 함께 산다’와 ‘친척과 함께 산다’가 각각 2명(0.7%). ‘새아버지와 친어머니와 함께 산다’와 ‘친구와 자취(하숙)한다’는 없는 것으로 나타났다.

<표 3-9> 조사 대상자의 일반적 특성

특 성	구 분	빈도(명)	퍼센트(%)
성별	남	139	54.1
	여	118	45.9
학년	1학년	114	44.4
	2학년	98	38.1
	3학년	45	17.5
경제상태	부유한 편이다	20	7.8
	보통이다	197	76.7
	어려운 편이다	40	15.6
학교성적	상위권	81	31.5
	중위권	103	40.1
	하위권	73	28.4
종교	없다	148	57.6
	불교	22	8.6
	기독교	69	26.8
	가톨릭	9	3.5
	기타	9	3.5

특 성	구 분	빈도(명)	퍼센트(%)
하루평균 스마트폰 사용시간	30분 미만	12	4.7
	30분 ~ 1시간	26	10.1
	1시간 ~ 2시간	61	23.7
	2시간 ~ 3시간	52	20.2
	3시간 ~ 5시간	60	23.3
	5시간 이상	46	17.9
스마트폰 사용동기	최근 유행이어서	18	7.0
	친구가 사용하고 있어서	20	7.8
	학교생활에 도움이 되어서	6	2.3
	뉴스 등 각종 정보들을 바로 검색 하기 위해서	60	23.3
	오락이나 게임하기 위해서	37	14.4
	아무 이유가 없이 그냥	116	45.1
	합계	257	100.0
동거가족 (복수응답)	친부모님 모두 함께	183	61.6
	친어머니와만 함께	36	12.1
	친아버지와만 함께	12	4.0
	친아버지와 새어머니와 함께	2	0.7
	새아버지와 친어머니와 함께	0	0
	친척과 함께	2	0.7
	할아버지 할머니와 함께	18	6.1
	형제자매와 자취(하숙)	29	9.8
	친구와 자취(하숙)	0	0
	혼자 자취(하숙)	3	1.0
	기타	12	4.0
	합계	297	100.0

제 4 장 실증 분석

제 1 절 측정도구 검증

본 연구에서는 통계프로그램 SPSS 19.0을 사용하여 다음과 같은 통계기법을 사용하여 분석하였다.

첫째, 모든 변수들의 정확성을 위하여 타당도 분석을 실시하였으며 사용한 분석방법은 요인분석방법이다.

둘째, 각 항목들의 신뢰도를 위하여 척도들의 내적 일관성을 검증하기 위한 Cronbach α 계수를 이용한 신뢰도 분석을 하였다.

또한 각 변수들과 항목에 대하여 측정하려했던 개념들의 정확성을 명확하게 규명하기 위하여 요인분석과 신뢰도 분석에 대한 결과를 제시하였다.

1. 타당도 분석

본 연구에서는 측정도구의 타당도를 측정하기 위하여 설문조사의 결과를 가지고 요인분석을 실시하였다. 요인분석은 측정지표의 실제 측정결과가 본래 의도된 이론적 개념과 부합하는지를 평가하는 일반적인 분석방법으로써 가장 보편적으로 이용되고 있다. 본 연구에서는 직교회전(varimax rotation) 방법을 사용하였으며, 기준의 추출방법은 주성분(principal component) 방법을 이용하였다. 변수 내에서의 기준의 수의 결정은 사회과학연구에서 일반적으로 인정되고 있는 기준인 아이겐 값(eigenvalue)이 1이상인 기준을 추출하였다.

스마트폰 중독에 대한 요인분석에서는 <표 4-1>과 같이 고유값이 1이상인 네 가지 요인이 추출되었다. 요인분석 결과 요인 적재치가 0.5이상으로 나타나 일상생활장애, 가상세계지향성, 금단, 내성의 측정도구들은 모두 타당성이 있는 것으로 나타났다.

<표 4-1> 스마트폰 중독 요인분석 결과

	성분			
	1	2	3	4
스마트폰7	.843	.252	.117	.222
스마트폰3	.810	.177	.274	.240
스마트폰1	.163	.876	.163	.301
스마트폰5	.476	.686	.347	.018
스마트폰11	.240	.251	.921	.128
스마트폰2	.298	.221	.121	.907

자아탄력성에 대한 요인분석에서는 <표 4-2>과 같이 고유값이 1이상인 세 가지 요인이 추출되었다. 요인분석 결과 요인 적재치가 0.5이상으로 나타나 긍정적 미래지향성, 감정조절, 흥미와 관심의 다양성의 측정도구들은 모두 타당성이 있는 것으로 나타났다.

<표 4-2> 자아탄력성 요인분석 결과

	성분		
	1	2	3
자아탄력성4	.819	.187	.226
자아탄력성1	.780	.180	.307
자아탄력성8	.730	.288	.202
자아탄력성11	.728	.342	.230
자아탄력성13	.074	.816	.274
자아탄력성10	.413	.790	.066
자아탄력성15	.177	.789	.284
자아탄력성6	.473	.663	.182
자아탄력성3	.542	.597	.224
자아탄력성12	.117	.231	.823
자아탄력성2	.410	.182	.704
자아탄력성9	.432	.366	.570
자아탄력성5	.538	.187	.568

가족탄력성에 대한 요인분석에서는 <표 4-3>과 같이 고유값이 1이상인 네 가지 요인이 추출되었다. 요인분석 결과 요인 적재치가 0.5이상으로 나타나 가족간 의사소통, 문제해결 수행능력, 가족원간 유대, 가치체계 공유의 측정 도구들은 모두 타당성이 있는 것으로 나타났다.

<표 4-3> 가족탄력성 요인분석 결과

	성분			
	1	2	3	4
가족탄력성7	.818	.192	.200	.377
가족탄력성10	.763	.253	.283	.374
가족탄력성15	.742	.410	.386	.141
가족탄력성16	.295	.904	.193	.150
가족탄력성20	.205	.616	.580	.352
가족탄력성18	.520	.271	.745	.177
가족탄력성5	.378	.202	.184	.865

학교생활적응에 대한 요인분석에서는 <표 4-4>과 같이 고유값이 1이상인 세 가지 요인이 추출되었다. 요인분석 결과 요인 적재치가 0.5이상으로 나타나 학교에 대한 흥미, 학업성취에 대한 태도, 학교규범 준수의 측정도구들은 모두 타당성이 있는 것으로 나타났다.

<표 4-4> 학교생활적응 요인분석 결과

	성분		
	1	2	3
학교생활19	.871	.096	.081
학교생활17	.822	-.071	.029
학교생활20	.812	.070	.311
학교생활12	-.011	.850	.042

학교생활8	.159	.818	.016
학교생활11	-.073	.802	.219
학교생활5	.144	.038	.890
학교생활1	.147	.183	.862

2. 신뢰도 분석

측정도구에서의 신뢰도란 동일한 현상이나 대상에 대하여 유사한 측정도구를 사용하여 측정을 여러 번 반복했을 경우, 동일한 값이 나오는 것을 말한다. 이는 측정항목의 대표성이라고 할 수 있다. 동일한 개념을 측정하기 위해 설문항목들을 사용하여 일관성 있는 응답결과가 나타날 경우 일관성이 높고 설문항목들이 같은 특질을 가졌다고 볼 수 있다. 본 연구에서 신뢰도 분석방법은 항목간의 평균적인 관계에 근거한 신뢰도 측정방법인 내적 일관성을 고려한 Cronbach α 계수에 의한 신뢰도 측정방법을 사용하였다. Cronbach α 값의 범위는 0에서 1까지의 값을 갖는다. 바람직한 Cronbach α 계수 수준은 일반적으로 $\alpha=0.6$ 이상이면 측정문항의 신뢰도는 문제가 없는 것으로 판단하는데, 신뢰도 분석결과는 <표 4-5> 와 같다. 신뢰도 분석결과 <표 4-5> 에서와 같이 스마트폰 중독 15개 항목으로 .909, 자아탄력성은 16개 항목으로 .912, 가족탄력성 20개 항목으로 .972, 학교생활적응 21개 항목으로 .863으로 나타났다. 모든 변수에서 Cronbach α 값이 .6 이상인 것으로 나타났다. 이러한 수치로 볼 때 모든 변수의 대표성은 매우 높은 것으로 판단되어 진다.

<표 4-5> 주요변수의 신뢰성 분석결과

변수	하위영역	문항수	Cronbach's α
스마트폰	일상생활장애	5	.738
	가상세계지향성	2	.716
중독	금단	4	.806
	내성	4	.669
전체(스마트폰 중독)		15	.909
자아탄력성	긍정적 미래지향성	5	.890
	감정조절	6	.681
	흥미와 관심의 다양성	5	.891
전체(자아탄력성)		16	.912
가족탄력성	가족 간 의사소통	5	.878
	문제해결 수행능력	5	.916
	가족원간 유대	5	.935
	가치체계 공유	5	.855
전체(가족탄력성)		20	.972
학교생활적응	학교에 대한 흥미	7	.788
	학업성취에 대한 태도	5	.653
	학교규범준수	9	.775
전체(학교생활적응)		21	.863

제 2 절 기술적 통계

1. 변수의 기술적 통계

본 연구를 수행하기 위하여 조작화된 변수인 스마트폰 중독과 자아탄력성, 가족탄력성 그리고 학교생활적응에 대한 평가를 개괄적으로 하기 위하여 각각의 연구변수에 대한 기술적 통계를 구하였다. 이러한 연구변수에 대한 기술적 통계로서 각 개별적인 요인들에 대한 평균과 표준편차를 구하였다.

가. 스마트폰 중독 하위차원 기술적 통계 분석

스마트폰 중독의 정도를 살펴보기 위해 스마트폰 중독에 대한 기술적 통계 분석을 실시하였다. 분석결과 <표 4-6>에서 보는 바와 같이 ‘스마트폰 사용이 지금 하고 있는 공부에 방해가 되지 않는다.(2.4397)’가 가장 높은 것으로 나타났으며, 이어 ‘스마트폰이 없어도 불안하지 않다(2.3268)’, ‘스마트폰 사용시간을 스스로 조절할 수 있다(2.2685)’등의 순으로 나타났다. 반면 ‘스마트폰을 사용하지 못하면 온 세상을 잃은 것 같은 생각이 든다.’는 ‘1.5331’로 가장 낮은 평균치를 보였다.

<표 4-6> 스마트폰 중독 하위차원별 기술적 통계 분석결과

항 목	최소값	최대값	평균	표준편차
1. 스마트폰의 지나친 사용으로 학교성적이 떨어졌다.	1.00	4.00	1.7082	.79331
5. 스마트폰 사용으로 계획한 일(공부, 숙제, 또는 학원수강 등)을 하기 어렵다.	1.00	4.00	1.8872	.90943
9. 수시로 스마트폰을 사용하다가 지적을 받은 적이 있다.	1.00	4.00	2.0467	.93424
12. 스마트폰을 너무 자주 또는 오래한다고 가족이나 친구들로부터 불평을 들은 적이 있다.	1.00	4.00	2.0545	.97074
13. 스마트폰 사용이 지금 하고 있는 공부에 방해가 되지 않는다.	1.00	4.00	2.4397	.98686
2. 가족이나 친구들과 함께 있는 것보다 스마트폰을 사용하고 있는 것이 더 즐겁다.	1.00	4.00	1.6109	.70459
6. 스마트폰을 사용하지 못하면 온 세상을 잃은 것 같은 생각이 든다.	1.00	4.00	1.5331	.76539
3. 스마트폰을 사용할 수 없게 된다면 견디기 힘들 것이다.	1.00	4.00	1.9805	.90334
7. 스마트폰이 없으면 안전부절 못하고 초조해진다.	1.00	4.00	1.6770	.86646
10. 스마트폰이 없어도 불안하지 않다.	1.00	4.00	2.3268	.95718
14. 스마트폰을 사용할 수 없을 때 패닉상태에 빠진다.	1.00	4.00	1.5992	.81901
4. 스마트폰 사용시간을 줄이려고 해보았지만 실패한다.	1.00	4.00	1.7977	.85577
8. 스마트폰 사용시간을 스스로 조절할 수 있다.	1.00	4.00	2.2685	.92381
11. 스마트폰을 사용할 때 그만해야지 라고 생각은 하면서도 계속한다.	1.00	4.00	2.0233	.90971
15. 스마트폰 사용에 많은 시간을 보내는 것이 습관화되었다.	1.00	4.00	2.1946	.94015

나. 자아탄력성의 하위차원 기술적 통계 분석

스트레스를 견뎌내는 저항능력인 탄력성이나 충동의 표출이나 억압수준을 나타내는 자아통제의 개념인 자아탄력성에 대한 질문에 대한 결과이다. 분석 결과 <표 4-7>에서 보는 바와 같이 ‘나는 새로운 것이나 독특한 것을 좋아한다.(3.6265)’가 가장 높은 것으로 나타났으며, 이어 ‘나는 미래에 반드시 좋은 일이 있다고 생각한다.(3.6226)’, ‘나는 내 미래에 대한 희망을 가지고 있다.(3.5837)’등의 순으로 나타났다. 반면 ‘나는 기분에 따라 행동이 변한다.’는 ‘2.3658’로 가장 낮은 평균치를 보였다.

<표 4-7> 자아탄력성 하위차원별 기술적 통계 분석결과

항목	최소값	최대값	평균	표준편차
3. 나는 미래에 반드시 좋은 일이 있다고 생각한다.	1.00	5.00	3.6226	1.11522
6. 나는 미래가 밝다고 생각한다.	1.00	5.00	3.4163	1.21265
10. 나는 내 미래에 대한 희망을 가지고 있다.	1.00	5.00	3.5837	1.10123
13. 나는 미래에 대한 목표가 있다.	1.00	5.00	3.4591	1.20517
15. 나는 미래의 목표를 위해 노력하고 있다.	1.00	5.00	3.3658	1.07460
2. 나는 내 감정을 잘 조절할 수 있는 편이다.	1.00	5.00	3.5058	1.02744
5. 나는 어려운 상황에서도 침착함을 유지할 수 있다.	1.00	5.00	3.3074	1.05829
7. 나는 쉽게 실증을 내는 편이다.	1.00	5.00	2.5447	1.16548
9. 나는 항상 침착함을 유지하고자 한다.	1.00	5.00	3.3463	1.01585
12. 나는 인내심이 강한 편이다.	1.00	5.00	3.3113	1.10944
16. 나는 기분에 따라 행동이 변한다.	1.00	5.00	2.3658	1.39141
1. 나는 다양한 경험에 도전하는 것을 좋아한다.	1.00	5.00	3.4436	1.08151
4. 나는 새로운 것이나 독특한 것을 좋아한다.	1.00	5.00	3.6265	1.02344
8. 나는 흥미나 관심이 높은 편이다.	1.00	5.00	3.5720	1.00179
11. 나는 다양한 것을 알고 싶어 하는 편이다.	1.00	5.00	3.5253	1.04224
14. 나는 어려움이 있더라도 그것이 인생에 가치 있는 일이라고 생각한다.	1.00	5.00	3.2685	1.00093

다. 가족탄력성의 하위차원 기술적 통계 분석

고위험 혹은 스트레스 상황에서의 적응적인 가족의 자질 혹은 가족의 적응적 능력은 무엇인지에 대한 연구에 초점을 두게 된 가족탄력성에 대한 질문에 대한 결과이다. 분석결과 <표 4-8>에서 보는 바와 같이 ‘우리가족은 화목하다.(3.6615)’가 가장 높은 것으로 나타났으며, 이어 ‘어려운 일이 있을 때는 가족에게 도움을 구할 수 있다.(3.6031)’, ‘우리가족은 서로를 감싸준다..(3.5798)’등의 순으로 나타났다. 반면 ‘우리가족만의 전통이 있다(가훈, 가치관, 규칙 등)’는 ‘2.7588’로 가장 낮은 평균치를 보였다.

<표 4-8> 가족탄력성 하위차원별 기술적 통계 분석결과

	최소값	최대값	평균	표준편차
1. 우리가족은 서로에게 솔직하다.	1.00	5.00	3.5331	1.10037
5. 우리 가족은 서로 비슷한 가치관과 신념을 갖고 있다.	1.00	5.00	3.2568	1.05891
9. 우리가족은 어려운 문제 발생시 가족원끼리 협력하면서 해결한다.	1.00	5.00	3.4786	1.13903
13. 우리가족은 문제를 다각도로 해결하고자 노력한다.	1.00	5.00	3.2296	1.06700
17. 우리가족 간의 의견차는 극복하기가 어렵지 않다.	1.00	5.00	3.2996	1.03443
2. 문제를 해결할 때,가족원 모두에게 최선의 해결이 되도록 노력한다.	1.00	5.00	3.3813	1.09799
6. 어려운 일이 있을 때는 가족에게 도움을 구할 수 있다.	1.00	5.00	3.6031	1.13798
11. 우리가족은 결정할 일이 있을 때 가족원 모두가의 의견을 제시한다.	1.00	5.00	3.2257	1.16410
14. 가족은 서로에 대해 충분한 관심을 보인다.	1.00	5.00	3.5486	1.07464
18. 우리가족은 서로에게 진실하다.	1.00	5.00	3.4669	1.08967
3. 우리가족은 화목하다.	1.00	5.00	3.6615	1.13459
7. 우리가족은 서로를 감싸준다.	1.00	5.00	3.5798	1.13986
10. 우리가족은 서로의 감정을 이해한다.	1.00	5.00	3.4747	1.13895
15. 우리가족은 서로의 말을 주의 깊게 듣는다.	1.00	5.00	3.5681	1.09162

19. 우리가족은 서로의 느낌을 자유롭게 표현할 수 있다.	1.00	5.00	3.4280	1.13695
4. 우리가족은 서로를 믿으며 숨김없이 모든 것을 털어 놓고 산다.	1.00	5.00	3.3619	1.16818
8. 우리가족은 인생에 있어서 중요하다고 생각하는 것이 일치한다.	1.00	5.00	3.5447	1.16883
12. 우리가족만의 전통이 있다.(가훈,가치관,규칙 등)	1.00	5.00	2.7588	1.19413
16. 우리가족의 가치관과 규칙은 명확하다.	1.00	5.00	3.2179	1.08936
20. 우리가족은 규칙이나 가치관을 가족과 함께 만든다.	1.00	5.00	3.2335	1.15243

라. 학교생활적응의 하위차원 기술적 통계 분석

청소년들의 학교생활 적응에 가장 큰 영향을 미치는 학교생활적응에 대한 연구에 초점을 두게 된 학교생활적응에 대한 질문에 대한 결과이다. 분석결과 <표 4-9>에서 보는 바와 같이 ‘우리가족은 화목하다.(3.6615)’가 가장 높은 것으로 나타났으며, 이어 ‘어려운 일이 있을 때는 가족에게 도움을 구할 수 있다.(3.6031)’, ‘우리가족은 서로를 감싸준다.(3.5798)’등의 순으로 나타났다. 반면 ‘우리가족만의 전통이 있다(가훈, 가치관, 규칙 등)’는 ‘2.7588’로 가장 낮은 평균치를 보였다.

<표 4-9> 학교생활적응 하위차원별 기술적 통계 분석결과

항 목	최소값	최대값	평균	표준편차
1. 학교를 가는 것이 시간 낭비라는 생각이 든다.	1.00	4.00	2.9377	.96218
2. 학교생활이 즐겁다.	1.00	4.00	2.8638	.85292
3. 내가 배우고 있는 대부분의 과목을 좋아한다.	1.00	4.00	2.2335	.85237
4. 담임선생님이 좋다.	1.00	4.00	2.6381	1.01425
5. 학교를 그만두고 싶어질 때가 있다.	1.00	4.00	2.7121	.96155
6. 나는 우리학교 선생님을 대부분 존경한다.	1.00	4.00	2.4163	.88928
7. 수업시간에 나는 도움이 되는 것을 배운다고 생각한다.	1.00	4.00	2.5331	.86596

항 목	최소값	최대값	평균	표준편차
8. 나에게 학교 성적은 참으로 중요하다.	1.00	4.00	2.7315	.98915
9. 나는 공부에는 취미가 없다.	1.00	4.00	2.1673	.91388
10. 나는 열심히 해도 성적이 잘 오르지 않는 편이다.	1.00	4.00	2.7237	.85555
11. 나는 수업시간에 집중하여 듣는다.	1.00	4.00	2.4086	.86625
12. 나의 학교성적은 좋은 편이다.	1.00	4.00	2.3813	.91990
13. 숙제는 내 힘으로 꼬박꼬박 해가는 편이다.	1.00	4.00	2.5370	.88366
14. 선생님의 지시를 잘 따른다.	1.00	4.00	2.8171	.80138
15. 학교의 규범을 준수한다.	1.00	4.00	2.7938	.80543
16. 다른 학생들과 싸우거나 다툰 적이 있다.	1.00	4.00	2.9339	.86122
17. 시험 볼 때 커닝을 한 적이 있다.	1.00	4.00	3.5214	.75034
18. 학교에 지각을 한다.	1.00	4.00	2.8016	1.03244
19. 학교생활에서 정학 등의 처벌을 받은 적이 있다.	1.00	4.00	3.4553	.81427
20. 나는 학교 시설물을 손상시키거나 망가뜨린 적이 있다.	1.00	4.00	3.4319	.79318
21. 수업이나 자율학습 시간에 도망간 적이 있다.	1.00	4.00	2.9689	1.04536

2. 특성별 차이분석

본 연구에서 성별, 학년, 경제상태, 학교성적, 종교, 스마트폰 사용시간, 스마트폰 사용동기 등에 따라 스마트폰 중독, 자아탄력성, 가족탄력성, 학교생활적응에서 집단 간 유의미한 차이를 검증하기 위해 일원배치 분산분석을 실시한 결과는 다음과 같다.

가. 스마트폰 중독의 특성별 차이검증

분석결과 <표 4-10>과 같다. 다른 변수에서 집단 간 유의미한 차이가 나타나지 않았으나, 경제상태 F값 7.930, P값 .000으로 나타났으며, 하루 평균 스마트폰 사용시간 F값 10.556, P값 .000으로 집단 간 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉, 경제상태에서는 ‘어려운 편이다’가, 하루 평균 스마트폰 사용시간은 ‘5시간 이상’의 평균값이 높게 나타났다.

<표 4-10> 스마트폰 중독의 특성별 차이검증

특 성	구 분	평균	표준편차	T(F)	P
성별	남	1.8833	.65540	.251	.617
	여	1.7924	.65042		
학년	1학년	1.7398	.56792	1.437	.240
	2학년	1.8588	.73349		
	3학년	1.9074	.65766		
경제상태	부유한 편이다	1.6167	.82025	7.930	.000***
	보통이다	1.7623	.59906		
	어려운 편이다	2.1708	.70457		
학교성적	상위권	1.7016	.63065	2.111	.123
	중위권	1.8333	.51237		
	하위권	1.9132	.82079		
종교	없다	1.7950	.66613	1.632	.167
	불교	1.6818	.68989		
	기독교	1.8720	.54917		
	가톨릭	2.2407	1.02100		
	기타	1.5926	.50766		

특 성	구 분	평균	표준편차	T(F)	P
하루 평균 스마트폰 사용시간	30분 미만	1.2222	.37828	10.556	.000***
	30분 ~ 1시간	1.3397	.46304		
	1시간 ~ 2시간	1.6721	.52526		
	2시간 ~ 3시간	1.8782	.53537		
	3시간 ~ 5시간	1.9417	.58370		
	5시간 이상	2.1884	.84005		
스마트폰 사용동기	최근 유행이어서	1.8889	.61037	2.154	.060
	친구가 사용하고 있어서	2.0000	.72548		
	학교생활에 도움이 되어서	1.4167	.45644		
	뉴스 등 각종 정보들을 바로 검색하기 위해서	1.6917	.54447		
	오락이나 게임하기 위해서	2.0315	.76863		
	아무 이유가 없이 그냥	1.7859	.64785		

* : $p < 0.05$, ** : $p < 0.01$, *** : $p < 0.001$

나. 자아탄력성의 특성별 차이검증

분석결과 <표 4-11>과 같다. 경제상태 F값 4.040, P값 .019으로 나타났으며, 학교성적 F값15,917, P값 .000으로 집단 간 차이가 있는 것으로 나타났다. 또한 하루 평균 스마트폰 사용시간 F값3.622, P값 .004, 스마트폰 사용동기 F값4.484, P값 .001로 나타났다. 즉, 경제 상태에서는 ‘부유한 편이다’가, 학교성적은 ‘상위권’, 하루 평균 스마트폰 사용시간은 ‘30분 미만’, 스마트폰 사용동기는 ‘학교생활에서 도움이 되어서’의 평균값이 높게 나타났다.

<표 4-11> 자아탄력성의 특성별 차이검증

특 성	구 분	평균	표준편차	T(F)	P
성별	남	3.5279	.74615	1.704	.193
	여	3.3977	.85394		
학년	1학년	3.4224	.79066	.531	.589
	2학년	3.5330	.83773		
	3학년	3.4427	.73602		
경제상태	부유한 편이다	3.9000	.85988	4.040	.019*
	보통이다	3.4608	.75788		
	어려운 편이다	3.2885	.89973		
학교성적	상위권	3.7806	.69307	15.917	.000***
	중위권	3.4877	.68375		
	하위권	3.0938	.90475		
종교	없다	3.4527	.79418	.838	.502
	불교	3.3706	.89191		
	기독교	3.5686	.70182		
	가톨릭	3.5470	.96034		
	기타	3.1111	1.16158		
하루평균 스마트폰 사용시간	30분 미만	3.9359	.50264	3.622	.004**
	30분 ~ 1시간	3.7751	.91637		
	1시간 ~ 2시간	3.5839	.66267		
	2시간 ~ 3시간	3.4201	.86955		
	3시간 ~ 5시간	3.4128	.68743		
	5시간 이상	3.1455	.89048		

특 성	구 분	평균	표준편차	T(F)	P
스마트폰 사용동기	최근 유행이어서	3.6197	.95804	4.484	.001**
	친구가 사용하고 있어서	3.1577	.99906		
	학교생활에 도움이 되어서	3.8205	.76409		
	뉴스 등 각종 정보들을 바로 검색하기 위해서	3.8115	.67736		
	오락이나 게임하기 위해서	3.2141	.80599		
	아무 이유가 없이 그냥	3.3833	.73369		

* : $p < 0.05$, ** : $p < 0.01$, *** : $p < 0.001$

다. 가족탄력성의 특성별 차이검증

분석결과 <표 4-12>과 같다. 다른 변수에서 집단 간 유의미한 차이가 나타나지 않았으나, 경제상태 F값 9.085, P값 .000으로 나타났으며, 학교성적 F값 3.539, P값 .030으로 집단 간 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉, 경제상태에서는 ‘부유한 편이다’가, 학교성적은 ‘상위권’의 평균값이 높게 나타났다.

<표 4-12> 가족탄력성의 특성별 차이검증

특 성	구 분	평균	표준편차	T(F)	P
성별	남	3.3196	.93782	2.248	.135
	여	3.4939	.91800		
학년	1학년	3.4023	.90661	.011	.989
	2학년	3.4052	.93096		
	3학년	3.3810	1.01061		

특 성	구 분	평균	표준편차	T(F)	P
경제상태	부유한 편이다	3.8500	1.09336	9.085	.000***
	보통이다	3.4561	.88126		
	어려운 편이다	2.8964	.90812		
학교성적	상위권	3.6032	.85446	3.539	.030*
	중위권	3.3731	.91544		
	하위권	3.2114	1.00003		
종교	없다	3.3311	.93344	.977	.421
	불교	3.5584	1.15715		
	기독교	3.5404	.88093		
	가톨릭	3.1111	.68801		
	기타	3.3492	.84850		
하루평균 스마트폰 사용시간	30분 미만	3.2024	.89206	2.210	.054
	30분 ~ 1시간	3.8846	.83887		
	1시간 ~ 2시간	3.4590	.91589		
	2시간 ~ 3시간	3.4176	.93479		
	3시간 ~ 5시간	3.3190	.84674		
스마트폰 사용동기	5시간 이상	3.1832	1.04357	1.119	.351
	최근 유행이어서	3.4127	.92438		
	친구가 사용하고 있어서	3.2000	.99234		
	학교생활에 도움이 되어서	3.2619	1.17601		
	뉴스 등 각종 정보들을 바로 검색하기 위해서	3.6333	.92820		
오락이나 게임하기 위해서	3.3745	1.10828			
아무 이유가 없이 그냥	3.3264	.84375			

* : p < 0.05 , ** : p < 0.01, *** : p < 0.001

라. 학교생활적응의 특성별 차이검증

분석결과 <표 4-13>과 같다. 다른 변수에서 집단 간 유의미한 차이가 나타나지 않았으나, 학교성적 F값 54.734, P값 .000으로 나타났으며, 하루 평균 스마트폰 사용시간 F값 3.518, P값 .004, 스마트폰 사용동기 F값 7.095, P값 .000으로 집단 간 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉, 학교성적에서는 ‘상위권’이, 하루 평균 스마트폰 사용시간은 ‘30분~1시간’, 스마트폰 사용 동기는 ‘학교생활에 도움이 되어서와 뉴스 등 각종 정보들을 바로 검색하기 위해서’의 평균값이 높게 나타났다.

<표 4-13> 학교생활적응의 특성별 차이검증

특 성	구 분	평균	표준편차	T(F)	P
성별	남	2.9640	.52112	.307	.580
	여	2.9280	.51846		
학년	1학년	2.9693	.52497	.242	.785
	2학년	2.9196	.48337		
	3학년	2.9528	.58526		
경제상태	부유한 편이다	3.0938	.67968	2.155	.118
	보통이다	2.9594	.47942		
	어려운 편이다	2.8156	.59980		
학교성적	상위권	3.2500	.49331	54.734	.000***
	중위권	3.0085	.35840		
	하위권	2.5257	.46629		
종교	없다	2.9054	.52623	1.749	.140
	불교	2.9148	.56614		
	기독교	3.0779	.42987		
	가톨릭	2.7361	.63874		
	기타	2.9306	.69628		

특 성	구 분	평균	표준편차	T(F)	P
하루평균 스마트폰 사용시간	30분 미만	3.0417	.63365	3.518	.004**
	30분 ~ 1시간	3.2596	.52431		
	1시간 ~ 2시간	2.9611	.48009		
	2시간 ~ 3시간	2.9928	.48973		
	3시간 ~ 5시간	2.8771	.44951		
	5시간 이상	2.7690	.58153		
스마트폰 사용동기	최근 유행이어서	2.8611	.55554	7.095	.000***
	친구가 사용하고 있어서	2.8188	.61835		
	학교생활에 도움이 되어서	3.2500	.37914		
	뉴스 등 각종 정보들을 바로 검색하기 위해서	3.2500	.44686		
	오락이나 게임하기 위해서	2.7534	.53884		
	아무 이유가 없이 그냥	2.8728	.46625		

* : $p < 0.05$, ** : $p < 0.01$, *** : $p < 0.001$

3. 상관관계 분석

연구의 모형에 따른 주요 변수들인 스마트폰 중독(일상생활장애, 가상세계 지향성, 금단, 내성), 자아탄력성(긍정적 미래지향성, 감정조절, 흥미와 관심의 다양성), 가족탄력성(가족 간 의사소통, 문제해결 수행능력, 가족원간 유대, 가치체계 공유), 학교생활적응(학교에 대한 흥미, 학업성취에 대한 태도, 학교 규범준수) 등 14개 변수들 간의 상관관계 분석을 실시하였다.<표 4-14>에서 보는 바와 같이, 중요변수의 상관관계 분석결과를 보면, *: $p \leq .05$, **: $p \leq .01$

유의수준에서 각 변수 간에 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 종합적으로 볼 때, 문제해결수행능력과 가족원간유대의 상관계수는 0.785로 가장 높은 상관관계를 보였으며, 감정조절과 흥미관심의 다양성의 상관계수는 .700 로서 그 다음으로 높은 상관관계를 보였다. 그러나 내성과 학업성취태도 간의 상관계수가 0.059로서 가장 낮은 상관관계를 보이고 있는 것으로 나타났다.

<표 4-14> 주요 변수들 간의 상관관계행렬

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
일상생활 장애	1													
가상세계 지향성	.502**	1												
금단	.628**	.559**	1											
내성	.582**	.343**	.516**	1										
긍정적 미래지향성	-.148*	-.273*	-.289*	-.100	1									
감정조절	-.150*	-.241*	-.295*	-.105	.652*	1								
흥미관심 다양성	-.075	-.180*	-.256*	-.047	.660*	.700**	1							
가족간의 사소통	-.210*	-.258*	-.275*	-.144*	.442*	.422**	.368*	1						
문제해결 수행능력	-.214*	-.241*	-.251*	-.224*	.373*	.281**	.334*	.573**	1					
가족원간 유대	-.257*	-.287*	-.262*	-.171*	.457*	.386**	.413*	.704**	.785*	1				
가치체계 공유	-.177*	-.146*	-.179*	-.119	.306*	.261**	.240*	.560**	.702*	.699**	1			

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
학교흥미	-.196*	-.163*	-.319*	-.139*	.253*	.172**	.158*	.232**	.296*	.300**	.239**	1		
학업성취 태도	-.054	-.113	-.111	.007	.475*	.336**	.337*	.257**	.172*	.271**	.180**	.233*	1	
학업규범 준수	-.268*	-.302*	-.339*	-.247*	.183*	.108	.125*	.103	.129*	.191**	.010	.320*	.092	1

*:p ≤ .05, **:p ≤ .01

제 3 절 변수간 관계 분석

1. 스마트폰 중독과 학교생활적응

“스마트폰 중독은 학교생활적응에 유의미한 영향을 미칠 것이다.”라는 <가설 1>를 검증하기 위하여 스마트폰 중독이 학교생활적응에 미치는 영향에 대하여 다중회귀분석을 실시하였다. 아래 <표 4-15>과 같이 p<0.05 유의수준에서 학교생활적응에 유의미한 영향을 미치는 독립변수는 금단($\beta = -.305, t = -3.680$)으로 학교생활적응에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 학교생활에서 스마트폰의 사용을 규제하는 과정에서 금단의 증상이 학교생활에 영향을 미치는 것을 의미하기 때문에 “스마트폰 중독은 학교생활적응에 유의미한 영향을 미칠 것이다”라는 <가설 1>은 채택되었다.

<표 4-15> 스마트폰 중독과 학교생활적응 간의 관계

독립변수 \ 종속변수	학교생활적응		
	Beta	t	p
일상생활장애	-.011	-.134	.894
가상세계지향성	-.110	-1.519	.130

금단	-.305	-3.680	.000
내성	.028	.384	.702

$R^2=.124$, $F_{값}=10.046$, $p=.000*$

* $p<0.05$

2. 스마트폰 중독과 자아탄력성

“스마트폰 중독은 자아탄력성에 유의미한 영향을 미칠 것이다.”라는 <가설 2>를 검증하기 위하여 스마트폰 중독이 자아탄력성에 미치는 영향에 대하여 다중회귀분석을 실시하였다. 아래 <표 4-16>과 같이 $p<0.05$ 유의수준에서 직무태도에 유의미한 영향을 미치는 독립변수는 직업에 대한 가상세계지향성($\beta=-.157, t=-2.152$)과 금단($\beta=-.329, t=-3.948$)의 순으로 자아탄력성에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자아탄력성이 높을수록 가상세계지향성과 금단증상이 높을수록 자아탄력성에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타나고 있어 “스마트폰 중독은 자아탄력성에 유의미한 영향을 미칠 것이다”라는 <가설 2>는 채택되었다.

<표 4-16> 스마트폰 중독과 자아탄력성 간의 관계

독립변수 \ 종속변수	자아탄력성		
	Beta	t	p
일상생활장애	.103	1.225	.222
가상세계지향성	-.157	-2.152	.032
금단	-.329	-3.948	.000
내성	.068	.907	.365

$R^2=.111$, $F_{값}=9.008$, $p=.000*$

* $p<0.05$

3. 스마트폰 중독과 가족탄력성

“스마트폰 중독은 가족탄력성에 유의미한 영향을 미칠 것이다.”라는 <가설 3>을 검증하기 위하여 스마트폰 중독이 가족탄력성에 미치는 영향에 대하여 다중회귀분석을 실시하였다. 아래 <표 4-17>과 같이 $p < 0.05$ 유의수준에서 가족탄력성에 유의미한 영향을 미치는 독립변수는 가상세계지향성($\beta = -.148, t = -1.991$)으로 가족탄력성에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 가상세계지향성이 높을수록 가족탄력성에 영향을 미치는 것을 의미하기 때문에 “스마트폰 중독은 가족탄력성에 유의미한 영향을 미칠 것이다”라는 <가설 3>는 채택되었다.

<표 4-17> 스마트폰 중독과 가족탄력성 간의 관계

독립변수 \ 종속변수	가족탄력성		
	Beta	t	p
일상생활장애	-.089	-1.046	.296
가상세계지향성	-.148	-1.991	.048
금단	-.123	-1.452	.148
내성	-.015	-.196	.845

$R^2 = .083, F_{값} = 6.806, p = .000*$

* $p < 0.05$

4. 스마트폰 중독과 학교생활적응에서 자아탄력성과 가족탄력성의 매개효과 검증

가. 스마트폰 중독과 학교생활적응에서 자아탄력성의 매개효과

스마트폰 중독과 학교생활적응에서 자아탄력성이 매개 변인의 역할을 하는지 알아보기 위해 Baron과 Kenny(1986)의 3단계 절차에 따라 위계적 회귀분

석을 실시하였다. 결과를 해석하기에 앞서 회귀분석의 기본 가정 중 하나인 잔차간 자기상관 유무를 검토하기 위해 Durbin-Watson(DW)계수를 산출하였다. DW 계수를 조사한 결과 1.81로 잔차간 자기 상관이 없는 것으로 판단되어 중다회귀분석을 위한 기본 가정을 만족한다고 볼 수 있다.

스마트폰 중독이 학교생활적응에 미치는 영향관계에서 자아탄력성은 매개 역할을 할 것이라는 가설4를 검증하기 위하여 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 자아탄력성이 스마트폰 중독과 학교생활적응과의 관계를 매개하는지 <표 4-18>를 살펴보면, 1단계에서는 독립변인인 스마트폰 중독은 매개변인인 자아탄력성을 유의하게 설명하였고($\beta = -.257, p < .001$), 2단계에서는 스마트폰 중독이 종속변인인 학교생활적응을 유의하게 설명하였다($\beta = -.332, p < .001$). 마지막으로 3단계에서는 스마트폰 중독과 자아탄력성을 동시에 투입하였을 때 독립변인인 스마트폰 중독의 회귀계수($\beta = -.240, p < .001$)와 매개변인인 자아탄력성의 회귀계수($\beta = -.358, p < .001$)의 값을 나타내고 있다. 유의수준을 가늠할 수 있는 t값과 p값은 1단계, 2단계, 3단계 모두 유의한 결과를 보이고 있다. 또한 2단계에서의 독립변수의 효과($\beta = -.332$)가 3단계에서의 독립변수의 효과($\beta = -.240$)보다 크게 나타나고 있다. 따라서 가설4는 채택되었다. 즉 스마트폰 중독과 학교생활적응의 관계에서 자아탄력성은 유의미한 매개효과가 있음을 확인할 수 있다. 설명력을 나타내는 R^2 은 1단계에서 63%의 설명력을 2단계에서는 11.1%의 설명력을 나타내고 있고, 3단계에서는 23%의 설명력을 제시하고 있다.

<표 4-18> 자아탄력성의 매개효과 검증을 위한 위계적 중다회귀분석

단계	모형	표준화된 베타값	t값	p값	R^2
1	스마트폰 중독 → 자아탄력성	-.257	-4.252	.000*	.063
2	스마트폰 중독 → 학교생활적응	-.332	-5.629	.000*	.111
3	1)스마트폰 중독 → 학교생활적응	-.240	-4.220	.000*	.230
	2)자아탄력성 → 학교생활적응	.358	6.274	.000*	

나. 스마트폰 중독과 학교생활적응에서 가족탄력성의 매개효과

스마트폰 중독이 학교생활적응에 미치는 영향관계에서 가족탄력성은 매개 역할을 할 것이라는 가설5를 검증하기 위하여 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 가족탄력성이 스마트폰 중독과 학교생활적응과의 관계를 매개하는지 <표 4-19>를 살펴보면, 1단계에서는 독립변인인 스마트폰 중독은 매개변인인 가족탄력성을 유의하게 설명하였고($\beta = -.299, p < .001$), 2단계에서는 스마트폰 중독이 종속변인인 학교생활적응을 유의하게 설명하였다($\beta = -.332, p < .001$). 마지막으로 3단계에서는 스마트폰 중독과 가족탄력성을 동시에 투입하였을 때 독립변인인 스마트폰 중독의 회귀계수($\beta = -.255, p < .001$)와 매개변인인 가족탄력성의 회귀계수($\beta = -.259, p < .001$)의 값을 나타내고 있다. 유의수준을 가늠할 수 있는 t값과 p값은 1단계, 2단계, 3단계 모두 유의한 결과를 보이고 있다. 또한 2단계에서의 독립변수의 효과($\beta = -.332$)가 3단계에서의 독립변수의 효과($\beta = -.255$)보다 크게 나타나고 있다. 따라서 가설5는 채택되었다. 즉 스마트폰 중독과 학교생활적응의 관계에서 가족탄력성은 유의미한 매개효과가 있음을 확인할 수 있다. 설명력을 나타내는 R^2 은 1단계에서 89%의 설명력을 2단계에서는 11.1%의 설명력을 나타내고 있고, 3단계에서는 17.2%의 설명력을 제시하고 있다.

<표 4-19> 가족탄력성의 매개효과 검증을 위한 위계적 중다회귀분석

단계	모형	표준화된 베타값	t값	p값	R^2
1	스마트폰 중독 → 가족탄력성	-.299	-5.000	.000*	.089
2	스마트폰 중독 → 학교생활적응	-.332	-5.629	.000*	.111
3	1)스마트폰 중독 → 학교생활적응	-.255	-4.262	.000*	.172
	2)가족탄력성 → 학교생활적응	.259	4.326	.000*	

제 4 절 분석결과 논의

본 연구에서는 청소년의 스마트폰 중독, 자아탄력성, 가족탄력성, 학교생활 적응 간의 관계에 대하여 실증적으로 분석하였다.

분석모형에 대한 검증결과는 다음과 같다.

1. 기술적 통계 분석 결과

본 연구에서는 스마트폰 중독(일상생활장애, 가상세계 지향성, 금단, 내성), 자아탄력성(긍정적 미래지향성, 감정조절, 흥미와 관심의 다양성), 가족탄력성(가족 간 의사소통, 문제해결 수행능력, 가족원간 유대, 가족체계 공유), 학교생활적응(학교에 대한 흥미, 학업성취에 대한 태도, 학교규범준수)에 대한 가설 검증에 대한 결과 각 변수의 특성에 따라 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다.

스마트폰 중독의 분석 결과, 학교생활적응과의 관계에서 금단에서 높은 유의미한 관계를 보였고, 자아탄력성과의 관계에서는 가상세계지향성과 금단에서 높은 유의미한 관계를 보였다. 가족탄력성과의 관계에서는 가상세계지향성이 유의미한 관계를 보였다. 이러한 유의미한 관계로 인해 가설 1, 가설 2, 가설 3은 채택되었다.

본 연구에서는 성별, 학년, 경제상태, 학교성적, 종교, 스마트폰 사용시간, 스마트폰 사용동기 등에 따라 스마트폰 중독, 자아탄력성, 가족탄력성, 학교생활적응에서 집단 간 유의미한 차이를 검증하였다. 분석결과를 살펴보면 스마트폰 중독에서는 경제상태와 하루 평균 스마트폰 사용시간에서 차이를 보였으며 경제상태에서는 ‘어려운 형편이다’가, 하루 평균 스마트폰 사용시간은 ‘5시간 이상’의 평균값이 높게 나타났다.

자아탄력성에서는 경제상태 ‘부유한 편이다’가 학교성적은 ‘상위권’, 하루 평균 스마트폰 사용시간은 ‘30분 미만’, 스마트폰은 사용 동기는 ‘학교생활에서 도움이 되어서’의 평균값이 높게 나타났다.

가족탄력성은 경제상태에서 ‘부유한 편이다’가, 학교성적은 ‘상위권’의 평균값이 높게 나타났다.

학교생활적응은 학교성적에서는 ‘상위권’이, 하루 평균 스마트폰 사용시간은 ‘30분~1시간’, 스마트폰 사용 동기는 ‘학교생활에 도움이 되어서와 뉴스 등 각종 정보들을 바로 검색하기 위해서’의 평균값이 높게 나타났다.

2. 스마트폰 중독과 학교생활적응

스마트폰 중독과 학교생활적응의 분석결과 스마트폰 중독과 학교생활적응 간의 관계가 유의미한 것으로 나타났다.

스마트폰 중독과 학교생활적응 간의 관계에서 학교생활적응에 유의미한 영향을 미치는 독립변수는 금단($\beta=-.305, t=-3.680$)으로 학교생활적응에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 이러한 결과는 학교생활에서 스마트폰 사용을 규제하는 과정에서 금단 증상이 학교생활적응에 영향을 미치는 것을 의미하기 때문에 가설이 채택되었다.

이렇듯 청소년층의 자기만족과 사회적 만족이 스마트폰 사용에 영향을 미치고 자기동일성, 사회적 동일성, 소속감 등이 높을수록 스마트폰에 중독될 가능성이 높고 자존감이 높을수록 스마트폰에 중독될 가능성이 낮게 나타난다. 스마트폰 중독의 하위변수에서 일상생활장애와 가상세계지향성, 내성보다 금단의 설명력이 높게 나왔으며 적합하다고 나타났다. 이는 청소년들의 특성상 금단이 가장 유의미한 영향을 미치는 것을 설명해주며 일상생활장애와 가상세계지향성, 내성은 학교생활적응에 유의미한 영향을 미치지 않으며 직접적인 연관이 없으며 금단과의 관계성은 유의미한 관계가 있는 것을 보여준다.

스마트폰 중독은 학교생활적응에 유의미한 영향을 미칠 것으로 보인다.

3. 스마트폰 중독과 자아탄력성, 가족탄력성

스마트폰 중독과 자아탄력성, 가족탄력성간의 분석결과 스마트폰 중독과 자아탄력성, 가족탄력성 간의 관계가 유의미한 것으로 나타났다.

스마트폰 중독과 자아탄력성, 가족탄력성 간의 관계에서 먼저 자아탄력성을 설명하면 다음과 같다.

“스마트폰 중독은 자아탄력성에 유의미한 영향을 미칠 것이다.”라는 가설을 검증하기 위하여 스마트폰 중독이 자아탄력성에 미치는 영향에 대하여 다중회귀분석을 실시하였다. $p < 0.05$ 유의수준에서 직무태도에 유의미한 영향을 미치는 독립변수는 직업에 대한 가상세계지향성($\beta = -.157, t = -2.152$)과 금단($\beta = -.329, t = -3.948$)의 순으로 자아탄력성에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자아탄력성이 높을수록 가상세계지향성과 금단증상이 높을수록 자아탄력성에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타나고 있어 “스마트폰 중독은 자아탄력성에 유의미한 영향을 미칠 것이다”라는 가설은 채택되었다.

스마트폰 중독과 자아탄력성, 가족탄력성 간의 관계에서 가족탄력성을 설명하면 다음과 같다.

“스마트폰 중독은 가족탄력성에 유의미한 영향을 미칠 것이다.”라는 가설을 검증하기 위하여 스마트폰 중독이 가족탄력성에 미치는 영향에 대하여 다중회귀분석을 실시하였다. $p < 0.05$ 유의수준에서 가족탄력성에 유의미한 영향을 미치는 독립변수는 가상세계지향성($\beta = -.148, t = -1.991$)으로 가족탄력성에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 가상세계지향성이 높을수록 가족탄력성에 영향을 미치는 것을 의미하기 때문에 스마트폰 중독은 가족탄력성에 유의미한 영향을 미칠 것이다라는 가설은 채택되었다.

청소년들의 탄력성은 타고난 기질도 있지만 결국 성장과정에서 부모와의 관계와 가족의 조화 등의 관계가 있어야 탄력성이 전체적으로 발달 할 수 있다. 특히 우리나라 가족의 특성을 고려, 유대감이 강한 점을 고려한다면 탄력성을 전반적으로 탐색, 접근해야 한다. 이렇듯 스마트폰 중독은 자아탄력성과

가족탄력성에 유의미한 영향을 미치는 것으로 보인다.

4. 자아탄력성, 가족탄력성의 매개효과

자아탄력성과 가족탄력성의 매개효과의 분석결과 스마트폰 중독과 학교생활적응 간의 관계를 매개하는 것으로 나타났다.

스마트폰 중독과 학교생활적응 간의 관계에서 자아탄력성의 매개효과는 위계적 회귀분석 결과 1단계와 2단계에서 유의미한 영향성을 보여주고, 2단계의 독립변수 효과($\beta = -.332$)가 3단계의 독립변수 효과($\beta = -.240$)보다 크게 나타났다. 따라서 자아탄력성은 스마트폰 중독과 학교생활의 관계를 매개하는 것으로 나타났다.

스마트폰 중독과 학교생활적응 간의 관계에서 가족탄력성의 매개효과는 위계적 회귀분석 결과 1단계와 2단계에서 유의미한 영향성을 보여주고, 2단계의 독립변수 효과($\beta = -.332$)가 3단계의 독립변수 효과($\beta = -.255$)보다 크게 나타났다. 따라서 가족탄력성은 스마트폰 중독과 학교생활의 관계를 매개하는 것으로 나타났다.

앞선 결과를 통해 자아탄력성이 낮을수록 스마트폰 중독이 높아진다는 것을 알 수 있으며 중독은 애착과 밀접한 관계를 맺고 있음을 알 수 있다. 학교생활적응과 현실세계 부적응은 가상세계로의 도피나 과도한 사용으로 이어진다. 과도한 사용은 학교나 가정에서 규제를 당했을 경우 금단현상이 나타나며 이는 결국 악순환을 초래하게 된다. 자기통제력과 가족통제력이 낮을수록 스마트폰 중독에 빠질 확률이 높아지며 현실생활에서도 스스로 조절 가능한 능력이나 주변의 통제자원이 부족하기 때문에 부적응적인 모습을 보이면서도 스마트폰 중독이 계속 진행된다.

청소년들은 하루 중 많은 일상생활을 학교에서 보내며 이러한 일상생활의 장애를 야기시키는 원인으로는 중독에 의한 가상세계 지향성, 금단, 내성 등이 있다. 이는 또래관계 형성 및 유지에 어려움을 나타냈고 학업성취도와 부적관계를 보여주었다. 즉, 스마트폰 중독이 심해질수록 학교생활적응도 낮아

짐을 알 수 있다.

자아탄력성과 가족탄력성 두 변수 모두 유의미한 매개효과가 있는 것으로 나타났다.

이는 스마트폰 중독과 학교생활적응의 관계에서 자아탄력성과 가족탄력성은 매개하고 있음을 시사하고 있다.

제 5 장 결 론

제 1 절 연구결과 요약

본 연구는 정보화 사회에서 문화로 자리 잡은 스마트폰을 사용하는 청소년이 급증하고 있는 상황에서 청소년들의 탄력성과 학교생활적응간의 관계를 분석해보고자 실시하였다. 최근 청소년들 사이에서 필수품으로 여겨지는 동시에 역기능적인 문제를 띄고 있는 스마트폰 중독의 정도가 학교생활적응에 어떠한 영향을 주는지에 대해 파악하고, 긍정적인 학교생활적응 위한 과제를 도출해 내는 것을 목적으로 하였다. 따라서 본 연구에서는 스마트폰을 이용하는 청소년들의 중요한 변수로서 스마트폰 중독과 그에 따른 학교생활적응의 정도를 파악하기 위해 관련된 선행연구와 제 이론들을 토대로 모형을 설정하고 이들 간의 인과관계를 분석하였다.

이를 위한 연구방법에 있어서 스마트폰 중독, 학교생활적응, 자아탄력성, 가족탄력성 간 요인들의 관계를 증명하기 위해 설문지를 활용하였다. 설문지의 요인으로는 연령, 성별, 학업성취도 수준, 가족의 동거형태, 가정의 경제적 수준, 부모의 학력을 인구통계학적 요인으로 하였다. 그리고 스마트폰 중독을 독립변수로, 학교생활적응을 종속변수로, 자아탄력성과 가족탄력성을 매개변수로 설정하여 4점 척도와 5점 척도의 설문지로 구성하였다. 설문지를 실증 분석하기 위해 A광역시 지역 소재의 고등학교 소속 청소년 중 무작위 추출한 300명을 대상으로 설문조사를 실시하였다.

설문지에 대한 자료분석 방법에 있어서는 회수된 설문지를 부호화(coding)하고 통계프로그램인 통계프로그램 SPSS 19.0을 사용하여 신뢰도와 타당도를 검증하였으며, 각각의 요인과 요인들과의 상관관계를 분석, 가설을 검증하기 위해 사용된 분석기법은 t검정, 분산분석, 다중회귀분석, 위계적 회귀분석을 통하여 분석결과를 도출하였다.

가설검증 결과는 다음과 같다. 스마트폰을 사용하는 청소년들의 인구통계

학적 특성은 청소년들의 스마트폰 중독, 학교생활적응, 자아탄력성, 가족탄력성에 유의미한 영향을 미친다는 것을 알 수 있다. 또한 스마트폰 중독은 학교생활적응에 유의미한 영향을 미치며, 자아탄력성과 가족탄력성이라는 매개효과를 통해 간접적으로 유의미한 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

본 연구에서의 결과는 다음과 같다.

첫째, 인구통계학적 특성에 따라 스마트폰 중독, 자아탄력성, 가족탄력성, 학교생활적응에 대해 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다.

스마트폰 중독에 대한 분석의 결과, 부모의 경제적 수준과 부모의 학력이 높을수록 자녀의 스마트폰 활용 시간이 낮아지는 것을 보여졌다. 특히 스마트폰 이용 시간에 있어서 같은 시간을 이용하더라도 이용의 목적에서 확연히 차이가 있음을 알 수 있었다. 가족통제력과 자기통제력이 낮을수록 스마트폰 중독에 빠질 확률이 높아지며 현실생활에서도 스스로 조절 가능한 능력이거나 주변의 통제자원이 부족하기 때문에 부적응적인 모습을 보이면서도 스마트폰 중독이 계속 진행된다는 것이다. 고등학생의 경우, 초등학생과 중학생과 차이가 있다. 고등학생의 경우 부모의 경제적 수준을 판단하는데 주관성이 상대적으로 배제된다는 점이다. 고등학생은 성인으로의 전환기로서 자신의 가정으로부터 독립심이 형성되며 여러 상황을 조금 더 객관적으로 볼 수 있게 된다. 즉, 청소년들의 스마트폰 중독은 청소년 개인만의 문제는 아니라는 인식이 중요하고, 스마트폰 중독의 예방 및 치료를 위해서는 주변의 도움이 함께 필요함을 나타낸다.

자아탄력성의 분석 결과, 자아탄력성과 스마트폰 중독은 상관관계가 있음을 알 수 있었다. 자아탄력성이 낮을수록 스마트폰 중독이 높다는 것을 의미한다. 박진경(2009)의 선행연구에서는 자아탄력성과 중독 두 변수의 관계가 유의미하지 않는 것으로 나타나 본 연구와는 상반된 결과를 보였다. 이와 같이 상반된 연구결과를 보인 것은, 박진경(2009)의 선행연구에서는 자아탄력성이 높은 사람은 중독성향 또한 강하게 나타난다고 하였으며 정적관계로 규명하였다. 선행연구와 본 연구에서 자기통제력이 낮으면 중독성향이 높아진다는 변수간의 관계를 같으나, 자아탄력성과 중독성의 관계는 반대의 결과가

도출되었다. 본 연구에서는 자아탄력성이 낮으면 자기통제력이 낮아지고 부정적인 정서가 높아지는 등 중독될 가능성이 높다는 결과가 나왔다. 즉, 자아탄력성이 낮을수록 중독의 가능성은 높아짐을 알 수 있었다. 중독은 애착과 밀접한 관계를 맺고 있다. 청소년 시기에는 부모에게 의존함과 동시에 독립하고자하는 욕구가 높아지며 동시에 또래에 대한 애착이 증가한다. 청소년기의 애착은 부모에 의해 1차적으로 형성이 되며 또래에 의해 2차적으로 형성이 된다.

가족탄력성의 분석 결과, 가족탄력성과 스마트폰 중독은 상관관계가 있음을 알 수 있었다. 가족탄력성이 낮을수록 스마트폰 중독의 가능성이 높아진다는 것을 의미한다. 사회적지지 중 가족탄력성은 스마트폰 중독에 유의한 영향을 미쳤다. 청소년의 가족탄력성과 다른 변인인 자아탄력성, 학교생활적응 등의 상관관계를 살펴보면 가족탄력성이 높을수록 자아탄력성과 학교생활적응력도 높아지는 것으로 나타났다. 기존의 선행연구들은 탄력성 중 자아탄력성에 초점을 두어왔는데 이런 개인적 요인들은 타고난 기질도 있지만 결국 성장과정에서 부모와의 정서관계와 가족의 조화 등의 관계가 있어야 탄력성도 최상의 발달을 할 수 있다는 것을 나타내 준다. 특히 우리나라 가족의 특성을 고려, 유대감이 강한 점을 고려하여 본다면 단순히 가족탄력성으로만 볼 것이 아니라 변인들(예컨대 자아탄력성 등)간의 구체적인 관계 탐색을 통해 보다 구체적인 시사점을 얻을 수 있을 것이다.

학교생활적응의 분석결과, 스마트폰 중독과 학교생활적응은 상관관계가 있음을 알 수 있었다. 스마트폰 중독이 높을수록 학교생활적응이 낮아진다는 것을 의미한다. 스마트폰 중독과 학교생활적응간의 관계는 상관관계가 있고 유의미한 것으로 나타났다. 스마트폰 중독의 증상 4가지 중 가상세계에 대한 지향은 또래관계형성 및 유지에 어려움을 나타냈고, 학업성취도와 부적관계를 보여주었다. 스마트폰 중독의 증상 4가지 중 금단, 내성, 일상생활장애의 측면에서 살펴보게 되면 다음과 같다. 일상생활 특히 청소년들에게 일상생활이란 하루 중 대부분의 시간을 보내는 학교생활을 말한다. 일상생활장애와 금단, 내성 현상이 심해질수록 이는 다시 일상생활의 적응을 어렵게 하는 악

순환적인 구조를 형성하게 된다. 즉, 스마트폰 중독이 심할수록 일상생활장애, 가상세계의 지향, 내성과 금단 현상이 심해질수록 청소년들의 학교생활적응은 낮아짐을 알 수 있다.

둘째, 자아탄력성은 학교생활적응에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 학교생활적응에는 여러 가지 하위요소들이 있다. 그 중 대표적인 요소는 또래와의 관계, 학업성취도, 교사와의 관계, 전반적인 학교 내 규칙 준수 등이 있다. 학교라는 영역은 청소년들이 하루 대부분의 시간을 보내는 곳이기도 하며 제 2의 자아정체감이 형성되는 곳이기도 하다. 이는 다시 말해 학교생활적응이 어느 한 부분뿐만이 아니라 전체적으로 균형있게 적응해야 한다는 것이다. 예를 들어 또래관계가 좋을수록 다른 학생들과 어울리는 것에 부담이 적어 학교생활이 즐거우며, 학교생활이 즐거운 청소년들은 학업에 대한 흥미도와 학습 동기가 높아지며, 결국 학교생활에 적응적인 모습을 보인다는 것이다.

셋째, 가족탄력성은 학교생활적응에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 가족강점이 높고 가족이 위기상황에 직면했을 때 적응적이 되는 가족 내 조직패턴이 높고, 가족 내 의사소통이 원만할수록 학교생활적응력 또한 높았다. 가족탄력성은 청소년의 문제행동 예방차원에서 매우 중요한 역할을 한다는 것을 확인할 수 있었다. 이를 통해 청소년 자신 스스로가 주체적으로 자신의 강점과 자원을 적극적으로 활용하며 역경의 상황을 이겨나가는 것도 필요하다고 할 수 있다.

넷째, 스마트폰 중독은 자아탄력성과 가족탄력성을 통한 학교생활적응에의 영향에 관한 가설검증의 결과, 자아탄력성과 가족탄력성은 스마트폰 중독과 학교생활적응 간의 관계를 매개한다는 것으로 나타났다.

본 연구의 결과를 보면 연구결과 학교생활적응, 탄력성, 스마트폰의 특성은 스마트폰 중독에 유의미한 영향을 미치며 스마트폰 중독현상을 가지고 있는 청소년은 학교생활적응에 어려움이 발생할 가능성이 있는 것으로 나타났다.

스마트폰 중독은 학교생활부적응 현상을 가져올 수 있는데 이러한 현상은 탄력성이 낮을수록 중독의 가능성이 높아질 수 있다.

이에 본 연구는 자아탄력성, 가족탄력성이 학교생활적응에 어떠한 영향을 주고 있는가를 분석 및 연구했다는 점에서 현장에 미치는 영향이 크다. 자아탄력성과 가족탄력성은 스마트폰 중독에 영향을 미친다는 점 등의 연구결과를 도출했다. 또한 자아탄력성은 가족탄력성과 직접적이고도 밀접한 상관관계에 있다. 이는 건강한 가족 환경에서 성장한 청소년일수록 외부 역경으로부터 유연하게 대처하는 능력이 형성된다는 것이다. 또한 선행연구에서 거의 다루지 않았던 청소년 문제행동인 개인, 가족을 생태체계학적 관점에서 바라보았으며 문제 해결을 보다 긍정적으로 살펴보았다. 청소년 문제를 치료가 아닌 예방에서, 그리고 병리적 관점이 아닌 강점관점으로써 주시했다는 점이다. 이로 인해 본 연구는 가족탄력성이 높을수록 자아탄력성 또한 높아진다는 연구결과로 새로운 접근을 시도하였다.

제 2 절 연구결과 시사점

1. 이론적 시사점

본 연구는 A광역시 지역소재의 청소년들을 대상으로 스마트폰 중독과 학교생활적응, 자아탄력성, 가족탄력성 간의 관계를 설명하였다. 이를 위해 선행연구를 토대로 분석모형을 설정하고 요인들 간의 인과관계 또한 살펴보았다. 분석결과 독립변수인 스마트폰 중독은 종속변수인 학교생활적응과, 매개변수인 자아탄력성과 가족탄력성에도 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이를 바탕으로 스마트폰 중독 청소년들에 대한 이론적 함의를 도출하였다. 이를 구체적으로 제시하면 다음과 같다.

첫째, 현재까지의 연구는 거의 인터넷 중독 혹은 휴대폰전화 중독과의 관계에 대한 연구가 대부분이었다. 본 연구는 현재 청소년들에게 가장 큰 문제로 부각되고 있는 스마트폰이라는 현실적인 부분과, 탄력성중에서도 청소년 시기에 많은 영향을 미치는 탄력성으로 세분화하여 각각의 요인별 미치는 효과에 대해 실증적 근거를 제공하고 있다. 또한 각 요인들이 학교생활적응에

직접·간접적으로 미치는 영향도 구체적으로 규명하였다.

둘째, 본 연구는 스마트폰 중독과 학교생활적응 간의 유의미한 관계에서 청소년들의 자아탄력성과 가족탄력성이 매개효과가 있음을 제시하였다는데 의의가 있다.

셋째, 청소년에 대한 관심과 연구가 지속되고 있지만, 그동안은 병리적인 관점과 현상에 대한 분석이 대부분이었으며 탄력성 또한 구체적이기 보다 포괄적이 의미에서 규명되어 왔다. 본 연구에서 최근 청소년 관련 문제 중 급격하게 대두되고 있는 스마트폰 중독과 학교생활적응이라는 관계를 규명하였다. 또한 병리적인 관점으로 접근했을 경우 행동적인 측면에서의 평가가 대부분이라는 것이다. 반대로 그 행동을 야기시키는 심리적인 문제에 초점을 맞춘다면 강점관점으로서의 접근이 가능하며 근본적인 해결이 가능하다. 이렇듯 이론적 지식 기반을 확장시켰다는데 그 의의가 있다.

넷째, 본 연구를 통해 청소년들에 대한 근본적인 이해에 큰 도움이 될 것이다. 청소년들의 스마트폰 활용과 중독의 원인 등에 관심을 갖는다면 청소년들의 문화에 대한 이해와 동시에 제반환경에서의 접근도 가능할 것으로 생각된다.

이러한 매개효과 입증은 앞으로 청소년들이 독립적이면서도 상호작용적인 관계 내에서의 학교생활적응을 위해 자아탄력성, 가족탄력성을 향상시킬 수 있는 노력 또한 기울여야 할 것이다. 그리고 청소년들이 여가시간과 대체활동 등의 대안을 모색하여 스마트폰을 과도하게 혹은 부정적인 목적으로 사용하는 시간을 줄이는 것도 필요하다. 따라서 청소년의 스마트폰 과다사용 또는 중독을 예방하기 위한 프로그램 개발 및 보급이 필요한 실정이다.

2. 정책적 시사점

본 연구의 분석결과를 토대로 청소년들의 스마트폰 중독을 예방하고 학교생활에 원만하게 적응하게 하기 위해 다음과 같은 정책적 시사점을 도출하였다.

첫째, 정부적인 차원에서 스마트폰의 긍정성뿐만 아니라 스마트폰 중독의

위험성에 대한 홍보와 청소년들의 스마트폰 중독, 더 넓게는 미디어 중독에서 보호할 수 있는 법적제도장치를 적극 만들어야 할 것이다. 스마트폰을 사용하지 않을 수는 없으며 중독은 특성상 역기능은 복합적일 수밖에 없다. 또한 그 문제가 완전히 소거되기란 쉽지 않다. 청소년들이 스마트폰 중독성을 띄기 전 예방적 차원에서의 다양한 프로그램이 필요하다.

최대한 스마트폰의 순기능을 활용하고 역기능을 예방하기 위해서 지속적으로 면서 체계적인 연구와 제도화 가능한 사안이 있어야 한다.

둘째, 가정과 청소년 스스로의 통제할 수 있는 생활이 우선시 되어야 한다. 접근방법으로 가장 기본이 되는 개인적 요소를 들 수 있다. 개인이 어떻게 지각하고 인식하는지에 대한 사고와 행동 양식의 기반이 되는 개인의 역동적인 능력이자 ‘마음의 근육’이라고 할 수 있는 자아개념, 자아정체감이 올바르게 형성되어야 한다. 이를 위해 최초로 개인이 속한 집단이며, 개인의 근간을 형성하는데 가장 큰 영향을 미치는 가족 내 활동도 중요하다. 가정 내에서 부모가 먼저 스마트폰을 통제하며 쓰는 모습을 보여줌으로써 긍정적인 모델링으로서의 역할도 가능하다. 그리고 함께 할 수 있는 활동을 찾아보는 것도 하나의 대안이 될 수 있다. 가정 내 스마트폰 사용의 규칙을 정할 때는 자녀와 부모가 합의하에 정할 수 있게 한다.

청소년들은 대부분의 시간을 학교에서 보내고 있듯 전적으로 학교에서의 교육에 의지하고 있는 것 또한 사실이다. 현재 실시되고 있는 학교 프로그램 이외에도 개인의 노력과 가정의 관심도 함께 필요하다. 예를 들어 스마트폰 사용이 과도하게 많은 경우, 자신이 그에 대해 인지하고 우려하며 가족 구성원들은 청소년의 행동적인 부분 즉, 스마트폰 사용량에 대해 관심을 갖고 자녀의 학교생활적응의 정도를 파악하며, 필요한 경우 학교와 학교 이외의 기관에 도움을 요청하는 것도 매우 긍정적인 효과가 있을 것이다.

셋째, 학교생활에서 주체가 주객전도 되어서는 안 된다. 학교에서는 스마트폰 사용으로 인해 또래관계, 학업 등에 방해받아서 안 된다는 것이다. 학교에서는 사용시간 등의 규칙을 정해 이를 청소년들이 이행할 수 있게 하는 것이 중요하다. 이때 청소년들이 자율적인 토론을 통해 스스로를 통제하

게 하는 법을 모색하는 것도 하나의 대안이 될 것이다. 이를 위해서는 학생과 교사가 함께 하여야 가능하며, 그런 경우에 효과적일 수 있다.

미디어 발전은 분명 우리 삶에 큰 편리함을 가져다주었으며 동시에 청소년들에게도 의사소통의 장을 넓혀준 기기임에는 틀림없다. 그러나 과도하게 이용하게 될 경우 통제력이 낮은 청소년의 경우 역기능적이고 부정적인 모습이 나타날 가능성이 높다. 특히 인생의 과도기인 만큼 매우 중요한 시기이기 때문에 어른과 주변의 각별한 관심, 제도가 필요하다. 또한 다각도에서의 접근이 필요하다. 이는 한 가지 학문이 아닌 다양한 분야에서의 관심을 기울여야 한다는 의미로 다양한 분야의 대상들과도 관계되어 있다고 볼 수 있기 때문이다. 필요와 요구를 충분히 고려하여 실천적인 개입과 프로그램을 개발하는 것이 중요하다고 보여진다.

제 3 절 향후 연구방향

본 연구는 청소년의 스마트폰 중독, 학교생활적응, 자아탄력성, 가족탄력성간의 관계에 대해 실증적으로 분석하였다. 이를 위해 A광역시 지역 소재의 청소년들을 대상으로 하여 설문조사를 진행하였고, 그 결과를 활용하여 신뢰도와 타당도 검증, 요인분석, 상관관계 분석, 가설 검증을 위하여, 사용된 분석기법은 t검정, 분산분석, 다중회귀분석, 위계적 회귀분석을 통하여 분석결과를 도출하였다.

청소년들의 학업중단과 학교적응관련 문제가 지속적으로 늘어나고 있는 상황을 감안하여 볼 때, 본 연구를 토대로 학교생활적응에 관한 후속연구를 위하여 몇 가지 후속 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 A광역시에 위치한 고등학교 학생 300명을 대상으로 진행되었으므로 본 연구의 결과를 모든 전국의 인문계 고등학생에게 일반적으로 적용시키기에는 제한이 있을 수 있다. 본 연구에서의 대상 청소년 이외의 다양한 대상에게도 설득력을 갖는지에 대한 후속 연구가 필요하다.

둘째, 스마트폰이 학교생활적응에 미치는 영향에 대한 설문을 청소년 300

명에게 실시하였으나 실시군의 범위를 확대할 필요가 있을 것으로 보여진다. 좀 더 넓은 실시군을 확보하여 각 변인들의 각각의 하위요소간의 오차를 줄일 수 있는 통계, 분석 방법을 선택한다면 조금 더 다양한 대상과 상황에 본 연구를 접목 시킬 수 있을 것으로 본다.

셋째, 청소년 스마트폰 중독에 영향을 미치는 여러 요인 중 주로 자아탄력성과 가족탄력성에 초점을 맞추었는데, 새로운 요인들에 대한 후속 연구가 필요하다.

넷째, 청소년들이 학교생활적응을 함에 있어 유전적인 부분, 가족의 형태, 학교의 규율 또는 분위기 등 여러 요인이 있음에도 스마트폰 중독이라는 하나의 요인을 주된 영향으로 연구하였다는 점에서 후속연구는 조금 더 다양한 변인을 다룰 필요가 있다고 보여진다.

다섯째, 설문 작성 시 자기보고식에 의해 체크되었다는 점을 감안할 때 실제 현실 혹은 개인의 처한 실제적이며 객관적인 상황과 차이가 있을 수 있다.

여섯째, 실제적이며 현장에서 활용 가능한 구체적인 대안들이 모색되어야 한다. 자아탄력성과 가족탄력성 즉, 탄력성의 특징 상 단시간에 쉽게 높아지지 않는다는 부분이 있다. 청소년들이 건강한 학교생활과 개인의 삶의 질을 높일 수 있는 여러 가지 프로그램 개발과 보급이 필요하다.

또한 이를 위해서는 스마트폰 중독을 전문적으로 다루는 전문기관에서의 다양한 통계와 객관적인 척도 개발이 절실히 필요하다. 특히 청소년의 스마트폰 보급률이 100%에 육박하고 있는 현실에서 타당성과 신뢰도 높은 척도가 규명되어 있는 후속 연구가 많이 필요하다.

이러한 본 연구의 한계를 토대로 하여 청소년들의 스마트폰의 순기능적인 이용에 대한 논의와 더불어 무엇보다도 청소년과 부모, 학교, 지역사회와의 지속적인 상호작용이 동시에 이루어져야 한다. 향후에는 본 연구에서 제시되었던 요인보다 더 다양한 요인들에 대한 연구가 이루어지기를 기대한다.

<참 고 문 헌>

1. 국내문헌

1) 단행본

김용래(1993). 「교육심리학」, 형설출판사.

민영순(1989). 「교육심리학」, 교육출판사.

2) 논 문

고민숙(2002). "자아탄력성, 의사결정 유형 및 성패귀인 유형과의 관계: 애착 유형과 생활 스트레스를 포함하여", 성신여자대학교 대학원 석사학위논문.

고성자(2011). "휴대전화 의존성 진단척도 개발 및 타당화: 고등학생을 중심으로", 국민대학교 대학원 박사학위논문.

곽민주(2004). "청소년의 휴대폰 이용실태와 중독적 이용", 충북대학교 대학원 석사학위논문.

광주광역시교육청(2014). 「학교인권교육의 현주소와 과제」.

교육대학사전(2009). "아동이 지각하는 사회적 지지와 학교생활적응과의 관계에서 자아탄력성의 매개효과", 「상담학연구」, 14(4): 2049-2066.

구세희(2014). "스마트폰의 애착형성요인과 중독경향에 관한 연구", 중앙대학교 대학원 박사학위논문.

구자은(2000). "자아탄력성, 긍정적 정서 및 사회적 지지와 청소년의 가정생활 적응 및 학교생활적응과의 관계", 부산대학교 대학원 석사학위논문.

금창민(2013). "중, 고등학생의 스마트폰 중독 경향성과 정신건강에 문제에 관한 연구", 서울대학교 대학원 석사학위논문.

- 김교현(2007). "중독, 그 미궁을 헤쳐 나가기", 「한국심리학회지, 건강」, 12(4): 677-693.
- 김기리·이선정·신효식(2008). "청소년의 인터넷 중독이 가족 의사소통에 미치는 영향", 「한국가정과교육학회지」, 20(4): 187-203.
- 김대근·태지호(2010). "스마트폰 이용자의 매개경험에 관한 연구", 「인문콘텐츠학회」, 19: 373-394.
- 김동일 외(2012). "미디어 이용 대체·보완과 중독:청소년과 성인의 인터넷 및 스마트폰 사용 형태를 중심으로", 「청소년상담연구」, 20(1): 71-88.
- 김동희(2003). "만성질환아의 극복력(resilience)측정도구 개발", 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 김미옥(2001). "장애아동가족의 적응과 아동의 사회적 능력에 관한 연구: 가족탄력성(Family Resilience)의 효과를 중심으로", 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 김미화(2003). "대학생의 자아탄력성과 가족응집성 및 적응성과의 관계", 인하대학교 대학원 석사학위논문.
- 김수주(2001). "중·고등학생의 학교 스트레스가 문제행동에 미치는 영향에 관한 연구:스트레스 대처방식의 완충효과를 중심으로", 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 김아영(2002). "학구적 실패에 대한 내성의 관련변인 연구", 「교육심리연구」, 11(2): 1-19.
- 김아영·이명희(2008). "휴대폰중독과 심리적 특성과의 관계, 충동서성, 심리적 안녕감, 자존감, 불안, 우울 등", 경남대학교 대학원 석사학위논문.
- 김영경(2013). "청소년의 스트레스와 인터넷 중독 및 도박행동과의 관계: 자기효능감과 자아탄력성의 조절효과 검증", 「한국청소년연구」, 24(1): 127-156.
- 김영민·임영식(2012). "민주적 양육방식, 자아탄력성 및 휴대전화 의존과 자기주도 학습능력의 구조모형 검증", 「한국청소년연구」, 23(2): 273-299.
- 김영혜·손현미·양영옥·조영란·이내영(2007). "초등학생의 인터넷 게임중

- 독과 아동이 지각한 부모-자녀 애착과의 관계”, 「아동간호학회지」, 13(4): 383-389.
- 김옥선(2005). "초등학생이 인지한 가족건강성과 자아탄력성이 학교생활만족도에 미치는 영향", 경희대학교 대학원 석사학위논문.
- 김용래(2000). "학업성적에 대한 기여요인의 영향력 분석", 동국대학교 대학원 박사학위논문.
- 김용래(2009). "학교학습동기척도(A)와 학교적응척도(B)의 타당화 및 두 척도 변인간의 관계 분석", 「홍익대학교」, 2000(17): 3-37.
- 김용래·허남진(2003). "학습동기와 자아개념 및 학교적응간의 관계 분석", 「교육연구논총」, 20: 5-24.
- 김재수(2008). "청소년이 지각한 가족환경이 정신건강에 미치는 영향 연구", 동국대학교 대학원 석사학위논문.
- 김정숙(2003). "휴대전화 과다사용 청소년의 자아존중감 및 우울, 충동성", 단국대학교 대학원 석사학위논문.
- 김지형(2002). "청소년의 인터넷 중독 경향에 따른 부모 양육태도 및 사회적지지에 대한 지각 비교", 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 김태화(2012). "청소년의 학교적응영향요인연구", 원광대학교 대학원 박사학위논문.
- 김혜주(2012). "청소년의 스마트폰 중독이 사회성 발달 및 학교적응에 미치는 영향", 호남대학교 대학원 석사학위논문.
- 김희화(1998). "청소년의 자아존중감 발달: 환경변인 및 적응과의 관계", 부산대학교 대학원 박사학위논문.
- 나은영(2002). "탈물질주의 가치와 이동전화이용행동 및 태도에서의 세대차", 「한국심리학회지:소비자·광고」, 40-57.
- 도현심·박선영(1997). "부모에 대한 애착 및 또래경험과 초기 청소년의 외로움 간의 관계", 「한국아동학회」. 20(3): 33-49.
- 문은식(2002). "청소년 학교생활적응 행동에 관련되는 사회 심리적 변인들의 구조적 분석", 충남대학교 대학원 박사학위논문.

- 문은식(2003). "청소년의 학교생활 적응행동에 관련되는 사회, 심리적 변인들의 구조적 분석", 충남대학교 대학원 박사학위논문.
- 민동일(2007). "청소년의 가정건강성, 학교생활건강성 및 자아탄력성이 정신건강에 미치는 영향", 인하대학교 대학원 박사학위논문.
- 박상희(2009). "초등학생의 자아탄력성, 실패내성, 학교적응관계연구", 「초등교육학연구」, 16(2):59-81.
- 박승민(2005). "온라인 게임 과다사용 청소년의 게임행동 조절과정 분석", 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 박연수(2003). "이혼가정 청소년의 학교적응에 영향을 미치는 요인에 관한 연구", 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 박용기(2003). "대학생들의 이동전화 중독증에 관한연구", 「한국언론학보」, 47(2): 205-281.
- 반금남(2008). "사회적 기술 향상 프로그램이 초등학생의 자아탄력성 및 대인관계에 미치는 영향", 서울교육대학교 대학원 석사학위논문 .
- 방송통신위원회(2012). 「'제5차' 스마트폰 이용 실태조사(2012년 상반기결과 조사발표)」, 「서울:방송통신위원회」.
- 배정애(2014). "청소년 스마트폰 중독과 자아존중감의 관계", 전북대학교 대학원 석사학위논문.
- 변명선(2014). "초등학생의 스마트폰 중독에 미치는 개인, 가족, 학교 변인의 영향", 부산교육대학교 교육대 석사학위논문.
- 변진해(2009). "청소년이 지각한 가족건강성이 자아존중감과 주관적 안녕에 미치는 영향", 인제대학교 대학원 석사학위논문.
- 손현경(2006). "중학생에서 휴대폰 중독적 사용정도와 사회, 심리적 특성" 「지역사회간호학회지」, 17(4): 552-562.
- 송명준·권정혜(2000). "대학생의 인터넷 중독 현황 및 인터넷 중독이 대학생 활적응에 미치는 영향", 「한국임상심리학회」 하계학술대회 발표논문.
- 송미령(2005). "부모의 정서적 방임과 아동의 자아탄력성 및 학교적응의 관계", 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.

- 신지옥(2006). "애착, 정서, 그리고 대인관계 유능성 사이의 관계에 대한 경로 분석", 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 신호경 · 이민석 · 김홍국(2011). "모바일 사용행동에 대한 실증연구", 「정보화정책」, 18(3): 50-68.
- 안복모(2003). "가족탄력성, 자기결정성, 진로결정 몰입의 구조적 관계 분석", 「한국가정과교육학회지」, 23(4): 19-34.
- 안영복(1984). "적응 및 부적응 행동의 특성과 관계변인", 단국대학교 대학원 석사학위논문.
- 양심영 · 박영선(2005). "청소년의 휴대폰중독 성향의 예측모형", 「대한가정학회지」, 43(4): 1-16.
- 양영하(2013). "청소년의 가정 및 학교적응이 스마트폰 중독에 미치는 영향", 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 어은주 · 유영주(1995). "가족의 건강도 측정을 위한 척도개발에 관한 연구", 「한국가정관리학회지」, 13(1): 145-155.
- 여성가족부(2013). 여성가족부. 「2012 청소년백서」
- 오명희(2007). "가족건강성과 부모의 학업기대유형에 따른 청소년 학습동기의 차이", 경북대학교 대학원 석사학위논문.
- 오민선(2006). "어머니의 양육태도와 심리적 독립이 학교생활적응에 미치는 효과", 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 유생열(2012). "자아탄력성 관점에서 본 초등학교 운동선수의중도포기 원인 탐색", 「찬국초등체육학회지」, 18(3): 223-235.
- 유성경 · 홍세희 · 최보운(2004). "가정의 위험요소와 적응의 관계에서 자아탄력성, 애착, 실존적 영성의 매개효과 검증", 「교육심리연구」, 18(1): 393-408.
- 유성경 · 심혜원(2002). "적응 유연한 청소년들의 심리적 보호요소 탐색", 「교육심리연구」, 16(4): 189-206.
- 유성희(2009). "성인여성의 애착유형과 중독성향간의 관계", 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 유윤희(1994). "아동이 인지한 부모의 양육행동이 아동의 학교생활적응에 미

- 치는 영향-아동의 자아탄력성의 매개효과”, 「아동교육학회」, 20(2): 233-246.
- 육수한(2010). "청소년들의 인터넷과 휴대폰중독치료에 관한 연구", 광운대학교 대학원 석사학위논문
- 윤상호(오)(2005). "휴대전화 중독 원인분석", 「한국정보문화진흥원」.
- 이계원(2001). "청소년의 인터넷 중독에 관한 연구", 이화여자대학교 대학원 박사 위논문.
- 이미정(2006). "청소년의 인터넷 중독 예방에 관한 연구", 중앙대학교 대학원 석사학위논문.
- 이미현(2005). "부모와의 의사소통과 가족기능이 중학생의 학교적응에 미치는 영향", 홍익대학교 대학원 석사학위논문.
- 이세용(2000). "청소년의 인터넷 중독과 자녀교육", 「생명공익재단 사회정신 건강연구소 연구보고서」.
- 이수진(2005). "한국형 인터넷 중독 진단척도 개발연구", 「서울:정보통신연구진흥원」.
- 이승연(2009). "어머니의 또래관계 관리전략이 청소년의 또래관계 질과 문제 행동 미치는 영향:양육방식의 조절 효과를 중심으로," 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이예승(2004). "청소년의 학교스트레스, 자아탄력성 및 학교적응에 관한 연구", 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이완정(2002). "발달과정에서 위험요소에 노출된 유아의 심리적 건강성과 보호요인분석", 「아동학회지」, 2(3): 1-15.
- 이은희(2008). "가족탄력성이 만성질환아 가족의 적응에 미치는 영향 연구", 「한국아동복지학」, 27: 95-120.
- 이인혜(2007). "청소년이 인지한 가족탄력성과 학교스트레스가 학교적응에 미치는 영향", 서울기독대학교 대학원 석사학위논문.
- 이인혜(2007). "한국 청소년 탄력성척도의 타당 연구", 「한국심리학회」, 18(2):353-371.
- 이재연(2003). "초등학생의 휴대폰 중독 학교생활적응, 정신건강과의 상관관계 연구", 중앙대학교 대학원 석사학위논문.

- 이정기·항상재(2009). "10대의 휴대폰 이용 동기와 중독에 관한 연구", 「한국방송학보」, 23-5: 2009.
- 이현덕·홍혜영(2011). "중학생의 애착과 인터넷 중독성향간의 관계:외로움의 매개효과", 「청소년학회지」, 18(10): 271-294.
- 이형초(2005). "건강한 인터넷사용을 위한 제언 인재경영", 「서울:인크루트」, 29: 211-239.
- 이혜경(2008). "청소년이 지각하는 가족건강성과 학교생활부적응과의 관계", 중앙대학교 대학원 박사학위논문.
- 이혜림(2009). "자아존중감과 성격특성이 학교생활적응에 미치는 영향", 「한국청소년학회」, 20(11): 257-281.
- 이훈진(1999). "자아존중감과 학교생활적응과의 관계연구", 인하대학교 대학원 석사학위논문.
- 임상희(2005). "아동의 자아탄력성이 스트레스와 대처행동에 미치는 영향", 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 임영희(2004). "중학생의 인터넷 중독과 학교생활 적응 및 민주시민의식과의 관계", 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 장성화·오은정(2009). "학생들의 휴대폰중독과 우울, 불안 학교생활만족도와 의 상관관계", 「수산해양교육연구」, 21(2): 259-268.
- 장춘옥(2013). "가족 기능이 청소년의 적응에 미치는 영향: 심리·학교적응을 중심으로", 호남대학교 대학원 박사학위논문.
- 장혜진(2002). "휴대폰 중독적 사용집단 청소년들의 심리적 특성: 자기개념, 애착, 자기통제력, 충동성을 중심으로", 성신여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 전미영(1996). "암으로 사별한 가족의 복원(Resilience)에 관한 연구", 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 전유진(2006). "한부모가족의 청소년 자녀가 지각하는 가족탄력성이 학교생활 적응에 미치는 영향에 관한 연구:모·부자가족의 비교를 중심으로", 계명대학교 대학원 석사학위논문.
- 정애리(2009). "고등학생이 지각한 스트레스와 자아탄력성이 대인관계 문제에

- 미치는 영향”, 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 정은옥(2006). "심리적 탄력성 척도의 타당화", 전북대학교 대학원 석사학위 논문.
- 정현숙·정문자(1995). "청소년의 긴장원분석", 「한국심리학회지」.
- 조춘범(2001). "가족탄력성, 자기결정성, 진로결정 몰입의 구조적 관계 분석", 「한국가정교육학회지」, 23(4): 19-34.
- 조혜련(2009). "가족탄력성이 뇌졸중 환자 가족의 적응에 미치는 영향", 동국대학교 대학원 석사학위논문.
- 주석진(2011). "청소년이 지각한 학업 및 부모관련 스트레스와 인터넷 중독과의 관계에서 탄력성의 매개효과와 조절효과 검증", 「청소년학연구」, 18(11): 61-83.
- 주현정(1998). "고등학생의 학교생활 적응에 영향을 미치는 요인에 관한 연구", 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 차은주(2010). "인문계 고등학생의 자아탄력성, 학업적 실패내성, 학교생활적응간의 관계", 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 최은주(2013). "탄력성의 국내연구 동향-가족탄력성과 학교적응유연성을 포함하여-", 성신여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 천현진(2008). "소셜 미디어 기획 시리즈-효과적이고 안전한 소셜 미디어 활용전략", 한국인터넷진흥원.
- 최정혜(2005). "주말부부의 결혼만족도와 가족건강성-주말부부 남편과 아내의 비교", 「대한가정학회지」, 43(3): 11-26.
- 최창진(2003). "구조적 형태에 따른 아동의 자아개념 및 학교적응에 관한 연구", 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 추병완(2013). "도덕교과에서의 행복교육:긍정심리학과긍정교육의 시사점", 「도덕윤리과교육」, 40: 53-76.
- 한국정보화진흥원 인터넷중독대응센터(2011). 「스마트폰 중독 진단척도 개발연구」.
- 한국정보화진흥원(2009). 「스마트폰 중독 진단척도 개발연구」.
- 한국정보화진흥원(2012). 「2012년 상반기 스마트폰 이용실태 조사」.
- 한국정보화진흥원(2012). 「2012 인터넷 중독 실태조사」.

- 한국정보화진흥원(2013). 「2010년도 인터넷 중독 실태조사」.
- 한상미(2011). "가족자원봉사활동에 참여한 청소년이 지각한 가족건강성과 자아정체감", 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 한상훈(2008). "중학생의 휴대폰 중독 유형과 정신건강과의 관계", 「학습자 중심 교과교육연구」, 8(1): 403-420.
- 한주리·허경호(2004). "이동전화 중독 척도개발 및 타당화 검증", 「한국언론학보」, 48(6): 138-165.
- 홍성애(1988). "가족탄력성, 자기결정성, 진로결정 몰입의 구조적 관계 분석", 「한국가정과교육학회지」, 23(4): 19-34.
- 홍정남(2007). "알코올중독자가 지각하는 가족탄력성이 회복에 미치는 영향에 관한 연구", 인제대학교 대학원 석사학위논문.
- 황영희(2009). "중학생의 학교생활적응에 관한 연구", 관동대학교 대학원 석사학위논문.
- 홍하성·손승혜·최윤정(2011). "이용자 속성 및 기능적 특성에 따른 스마트폰 중독에 관한 탐색적 연구", 「한국방송학보」, 25(2): 27-35.

2. 국외문헌

- AbeAbery. B. H., & Eggebeen, A(1993). A Descriptive study of the self-determination skills and opportunities of youth with mental retardation, *Paper presents at the Annual Conference of the American Associationon Mental Retardation*, Washington, DC.
- Ainsworth, M. D. S.(1978). *Patterns of Attachment: Psychological Study on The Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Anderson, 1994;Antonskyy & Sourani.(1988). "Family sense of coherence and family adaptation", *Journal of Marriage and the Family*, 50: 79-92.
- APA.(2012). <http://wwmdsrm5.org/>. Retrieved. 2212 5. 33.
- Asendorpf, J. B, & van Aken, MAG.(1999). Resilient, over controlled, and

- under controlled personality prototypes in childhood: replicability, predictive power, and the trait-type issue, *Journal of Personality and Social Psychology*, 77: 815-832.
- Birch & Ladd.(1997). The teacher-child relationship and children's early school adjustment, *Journal of School Psychology*, p.35.
- Block & Block.(1980). The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behavior, *Minnesota Symposium on Child Psychology*, 13: 39-101.
- Block & Kremen(Block, J. & Kremen, A. M.) IQ and ego-resiliency; Conceptual and empirical connections and separateness, *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Block, J. H. & Kremen, A. M.(1996). IQ and ego-resiliency: Conceptual empirical connection and separateness, *Journal of Personality and Social Psychology*. 70, (2), 349-361. Brooks, R., & Goldstein, S. (2003).
- Block, J.(1982). As simulation, accommodation, and the dynamic of personality development, *Child Development*, 53: 281-29.
- Block, J., & Kremen, A. M.(1996). Q and Ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness, *Journal of Personality and social psychology*, 70(2): 349-361.
- Block, J.H., & Block, J.(1980). The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behavior. In W.A.Collins(ED), *Minnesota symposia on child psychology*, 13: 39-101.
- Bonanno, G.A.(2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we understand the human capacity to thrive after extremely event?, *The American Psychologist*.
- Bowlby, J.(1973). *Attachment and Loss, Vol.1*, Separation, anxiety, and anger, New York: Guilford.
- Bronfenbrenner.(1979). *The Ecology of Human Development* MA :

Harvard University Press.

- Carpentieri Mullhem, Douglas, Hanna, & Fairdough.(1993). Behavioral resiliency among children surviving brain tumors: A longitudinal study, *Journal of Clinical Child Psychology*, 22: 236-246.
- Cook, C. C., Brotherson, M. J., Weigel-Garrey, C., & Mize, I.(1996). Home to support the self-determination of children. self-determination across life span: independence and choice for people with disabilities, *Baltimore, MD: Pul H.Broodes Publishing Co., Inc.*
- Garmezy, N.(1983). Stressor in childhood. In N. Garmezy & Rutter,M(Eds.). Stress, coping, and development in children, *New York: Mac Graw-Hill.*
- Garmezy, N., & Nuechterlein, K.(1972). Invulnerable children: The fact and fiction of competence and disadvantage, *American Journal of Orthopsychiatry*, 42:328-329.
- Golberg, I.(1996). Internet addiction, *Electronic message posted to research discussionlist.*
- Goldberg(1996). Internet addition election message posted to research discussion.
- Greene.(1999). Peer assessment of children's prosocial behavior. *Journal of Moral Education*, 29(1): 47-60.
- Griffiths, M.(1999). Internet Addiction, *The Psychologist*, 12(5): 245-250.
- Hart, D., Hoffman, V., Edelstein, W., & Keller, M.(1997). The relation of childhood personality types to adolescent behavior and development: A longitudinal study of Icelandic children, *Developmental Psychology*, 33:195-205.
- Hawley & Dehaan.(1996). toward a definition of family resilience: Integrating life-span and family perspectives, *Family Process*, 35: 283-298.
- Hilgram, N. A., & Palit.(1993). *Psychological characteristics of resilient*

- children*, Research in: 323–348.
- Hojat, M.(1982). Loneliness as a function of parent-child and peer relations. *Journal of Psychology*, 112: 129–133.
- Holden.(2001). Do they exist?, *'Behavioral' add ictions*, 29(5344): 980–982.
- Kellam, Ensminger & Turner.(1977). Family structure and mental health of children, *Archives of General Psychology*, 34: 1012–1022.
- King, S. A. (1996). “Researching Internet Communities: Proposed Ethical Guidelines for the Reporting of Results”, *The Information Society*, 12.
- Klohn, E.C.(1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of ego-resiliency, *Journal of Personality and Social Psychology*, 17(5): 1067–1079
- Ladd, G. W., & Price, J. M.(1987). Predicting children’s social and school adjustment following the transition from preschool to kindergarten, *Child Development*, 58: 1168–1189.
- Ladd.(1990). Having Friends, Keeping Friends, Making Friends, and Being liked by Peers in The Classroom: Predictors of Children’s Early School Adjustment? *Child Development*, 61(4): 1091–1100.
- Lee, Yon-sil.(2012). A Study on the development of a child’s resilience inventory and verification of its validity, *Unpublished doctoral dissertation*, Seoul:Sookmyung Women’s University, Lee, Harriot(2007).
- Ling, R.(2001). The Diffusion of Mobile Telephony among Norwegian Teens: A Report from after their evolution, *Presented at ICUST 2001 in Paris, France*.
- Ling.(2000). New tech, new ties: How mobile communication is reshaping social cohesion, *MA: The MIT Press*.
- Luthar, Cicchetti, & Becker.(2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work, *Child Development*, 71(3): 543–562.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B.(2000). The construct of

- resilience: A critical valuation and guidelines for future work, *Child Development*, 71(3): 543-562.
- Maddux & Desmond.(2000). Addiction or dependence?, *Addiction*, 95(5): 661-665.
- Masten, A. S.(2011). “Ordinary magic: Resilience processes in development”, *American Psychologist*, 56(3): 227-238.
- Masten, A. S., Best, K. M, & Garmezy, N.(1980). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity *Development and Psychopathology*, 2: 425-444.
- Min, Dong-il.(2007). The effects of family strengths, school life Health and Ego-Resilience on Mental Health of Adolescents, *Unpublished doctoral dissertation*, Incheon: In-Ha University.
- Motoharu Takao · Susumu Takahashi · Masayoshi Kitamura.(2009). “Addictive Personality and Problematic Mobile Phone Use”, *Cyber Psychology & Behavior* Vol. 12, 2009. 5.
- Olson, Portner & Lavee.(1985). FACES-IH, *Family Social Science*, University of Minnesota, St. Paul.
- Olsson, C. A., Bond, L., Burns, J. M., Vella-Brodrick, D. A., & Sawyer, S. M.(2003). A dolescent resilience: A concept analysis, *Journal of Adolescence*, 1: 1-11.
- Potenza.(2006). Should addictive disorders include non-substance-related conditions?, 701(1): 142-151.
- Roser & Eccles.(1998). A dolescents’ perceptions of middle school: Relation to longitudinal changes in academic and psychological adjustment, *Journal adolescence*, 8(1): 123-158.
- Rutter, M.(1979). Protective factors in children’s responses to stress and disadvantage, In J.SBruner & A. Garten(Eds), *Primary Prevention of Psychopathology*, 3, 490-74, Hanover, University Press of New England.
- Rutter, M.(1987). Psychosocial resilience and protective mechanis, *American Journal Orthopsy chiatry*, 57.

- Shaffer.(1999). On the nature and meaning of addiction, *National Forum*, 4: 9-14.
- Shari Walsh.(2009). “A Psychosocial approach to understanding young australian’s mobile phone behavior”, *Queensland University of Technology*, 2009.
- Stouthamer-Loeber M., Wei E., Loeber R., & Masten A. S.(1996). Desistance from persistent serious delinquency in the transition to adulthood, *Development and Psychopathology*, 16: 897-918.
- Suler.(1996). Computer and cyber space addiction. *cy Perspace*.
- Tusaid-mumford.(2001). Psychosocial resilience in rural adolescents: Optimism, perceived social support, and gender differences, *Unpublished dissertation*,Pittsburgh, PA: University of Pittsburgh.
- Walsh, F.(1998). Strengthening family resilience, *New York: Guilford Press*.
- Winn, M.(1983). The plug-indrug, *New York: Viking*.
- Young, K. S.(1996). Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery, *New York: John Wiley & Sons, INC*.
- Young, K., & Rogers, R. C.(1998). The relationship between depression and Interner addiction, *Cyber Psychology & Behavior*, 1(1): 25-28.

설문지

안녕하십니까?

바쁘신 와중에도 시간 내어 주심에 감사드립니다.

본 설문지는 청소년의 스마트폰 중독 수준에 따른 학교생활적응의 차이를 알아보고, 원만한 학교생활적응에 도움이 되려는데 목적이 있습니다. 여러분의 진솔한 문항체크가 본 연구에 매우 귀중한 자료가 되오니 각 질문을 읽어보고 자신의 경우에 해당되는 항목에 체크해주시면 됩니다.

각 문항의 정답은 없으므로 최대한 진솔하게 체크하여 주시고, 빠뜨린 문장 없이 체크해주시기 바랍니다. 여러분이 체크해주신 모든 부분은 오직 연구의 목적으로만 활용되며 절대 비밀이 보장됩니다.

여러분의 진솔한 답변은 본 연구목적을 달성하고 추후 여러분에게 커다란 도움이 될 것입니다.

다시 한번 바쁘신 와중에도 진지하게 설문에 응해 주신데 대해 감사드립니다.

2014년 7월

연구자 : 조선대학교 대학원 사회복지학과 석사과정 강혜령

문의 : 이메일 step2you2@naver.com

I. 다음 질문들은 여러분의 스마트폰 사용에 관련된 문항들입니다. 각 질문에 대하여 현재 자신과 가장 일치하는 칸에 ‘√’ 표시하여 주시기 바랍니다.

설 문 항 목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그렇다	매우 그렇다
1. 스마트폰의 지나친 사용으로 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 것이다.	1	2	3	4
4. 스마트폰 사용시간을 줄이려고 해보았지만 실패한다.	1	2	3	4
5. 스마트폰 사용으로 계획한 일(공부, 숙제, 또는 학원수강 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 초조해진다.	1	2	3	4
8. 스마트폰 사용시간을 스스로 조절할 수 있다.	1	2	3	4
9. 수시로 스마트폰을 사용하다가 지적을 받은 적이 있다.	1	2	3	4
10. 스마트폰이 없어도 불안하지 않다.	1	2	3	4
11. 스마트폰을 사용할 때 그만해야지 라고 생각은 하면서도 계속한다.	1	2	3	4
12. 스마트폰을 너무 자주 또는 오래한다고 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 패닉상태에 빠진다.	1	2	3	4
15. 스마트폰 사용에 많은 시간을 보내는 것이 습관화되었다.	1	2	3	4

II. 다음 질문들은 여러분의 학교생활에 관련된 문항들입니다. 여러분이 학교에 대해서 어떤 생각을 갖고 있는지 알아보려는 질문입니다. 각 질문에 대하여 현재 자신과 가장 일치하는 칸에 ‘√’ 표시하여 주시기 바랍니다.

설 문 항 목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그렇다	매우 그렇다
1. 학교를 가는 것이 시간 낭비라는 생각이 든다.	1	2	3	4
2. 학교생활이 즐겁다.	1	2	3	4
3. 내가 배우고 있는 대부분의 과목을 좋아한다.	1	2	3	4
4. 담임선생님이 좋다.	1	2	3	4
5. 학교를 그만두고 싶어질 때가 있다.	1	2	3	4
6. 나는 우리학교 선생님을 대부분 존경한다.	1	2	3	4
7. 수업시간에 나는 도움이 되는 것을 배운다고 생각한다.	1	2	3	4
8. 나에게 학교 성적은 참으로 중요하다.	1	2	3	4
9. 나는 공부에는 취미가 없다.	1	2	3	4
10. 나는 열심히 해도 성적이 잘 오르지 않는 편이다.	1	2	3	4
11. 나는 수업시간에 집중하여 듣는다.	1	2	3	4
12. 나의 학교성적은 좋은 편이다.	1	2	3	4
13. 숙제는 내 힘으로 꼬박꼬박 해가는 편이다.	1	2	3	4
14. 선생님의 지시를 잘 따른다.	1	2	3	4
15. 학교의 규범을 준수한다.	1	2	3	4
16. 다른 학생들과 싸우거나 다툼 적이 있다.	1	2	3	4
17. 시험 볼 때 커닝을 한 적이 있다.	1	2	3	4
18. 학교에 지각을 한다.	1	2	3	4
19. 학교생활에서 정학 등의 처벌을 받은 적이 있다.	1	2	3	4
20. 나는 학교 시설물을 손상시키거나 망가뜨린 적이 있다.	1	2	3	4
21. 수업이나 자율학습 시간에 도망간 적이 있다.	1	2	3	4

Ⅲ. 다음 질문들은 여러분의 자아탄력성에 관련된 문항들입니다. 질문에 대하여 여러분의 생각과 경험 또는 성격을 가장 잘 나타내는 칸에 ‘√’ 표시하여 주시기 바랍니다.

항목	전혀 아니다	약간 아니다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1. 나는 다양한 경험에 도전하는 것을 좋아한다.	1	2	3	4	5
2. 나는 내 감정을 잘 조절할 수 있는 편이다.	1	2	3	4	5
3. 나는 미래에 반드시 좋은 일이 있다고 생각한다.	1	2	3	4	5
4. 나는 새로운 것이나 독특한 것을 좋아한다.	1	2	3	4	5
5. 나는 어려운 상황에서도 침착함을 유지할 수 있다.	1	2	3	4	5
6. 나는 미래가 밝다고 생각한다.	1	2	3	4	5
7. 나는 쉽게 실증을 내는 편이다.	1	2	3	4	5
8. 나는 흥미나 관심이 높은 편이다.	1	2	3	4	5
9. 나는 항상 침착함을 유지하고자 한다.	1	2	3	4	5
10. 나는 내 미래에 대한 희망을 가지고 있다.	1	2	3	4	5
11. 나는 다양한 것을 알고 싶어 하는 편이다.	1	2	3	4	5
12. 나는 인내심이 강한 편이다.	1	2	3	4	5
13. 나는 미래에 대한 목표가 있다.	1	2	3	4	5
14. 나는 어려움이 있더라도 그것이 인생에 가치 있는 일이라고 생각한다.	1	2	3	4	5
15. 나는 미래의 목표를 위해 노력하고 있다.	1	2	3	4	5
16. 나는 기분에 따라 행동이 변한다.	1	2	3	4	5

IV. 다음 질문들은 여러분의 가족탄력성에 관련된 문항들입니다. 각 질문에 대하여 여러분의 생각과 경험 또는 성격을 가장 잘 나타내는 칸에 ‘√’ 표시하여 주시기 바랍니다.

설 문 항 목	전혀 아니다	약간 아니다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1. 우리가족은 서로에게 솔직하다.	1	2	3	4	5
2. 문제를 해결할 때 가족원 모두에게 최선의 해결이 되도록 노력한다.	1	2	3	4	5
3. 우리가족은 화목하다.	1	2	3	4	5
4. 우리가족은 서로를 믿으며 숨김없이 모든 것을 털어 놓고 산다.	1	2	3	4	5
5. 우리 가족은 서로 비슷한 가치관과 신념을 갖고 있다.	1	2	3	4	5
6. 어려운 일이 있을 때는 가족에게 도움을 구할 수 있다.	1	2	3	4	5
7. 우리가족은 서로를 감싸준다.	1	2	3	4	5
8. 우리가족은 인생에 있어서 중요하다고 생각하는 것이 일치한다.	1	2	3	4	5
9. 우리가족은 어려운 문제 발생 시 가족원끼리 협력하면서 해결한다.	1	2	3	4	5
10. 우리가족은 서로의 감정을 이해한다.	1	2	3	4	5
11. 우리가족은 결정할 일이 있을 때 가족원 모두가 의견을 제시한다.	1	2	3	4	5
12. 우리가족만의 전통이 있다(가훈, 가치관, 규칙 등)	1	2	3	4	5
13. 우리가족은 문제를 다각도로 해결하고자 노력한다.	1	2	3	4	5
14. 가족은 서로에 대해 충분한 관심을 보인다.	1	2	3	4	5
15. 우리가족은 서로의 말을 주의 깊게 듣는다.	1	2	3	4	5

설 문 항 목	전혀 아니다	약간 아니다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
16. 우리가족의 가치관과 규칙은 명확하다.	1	2	3	4	5
17. 우리가족 간의 의견차는 극복하기가 어렵지 않다.	1	2	3	4	5
18. 우리가족은 서로에게 진실하다.	1	2	3	4	5
19. 우리가족은 서로의 느낌을 자유롭게 표현할 수 있다.	1	2	3	4	5
20. 우리가족은 규칙이나 가치관을 가족과 함께 만든다.	1	2	3	4	5

V. 다음 질문들은 여러분의 ‘인구통계학적 변수’에 대한 질문입니다. 각 질문에 대하여 현재 자신에게 해당되는 칸에 ‘√’ 표시하여 주시기 바랍니다.

1. 성별 : 남 / 여 나이 : 만 _____세

2. 몇 학년입니까?
 - ① 1학년 ② 2학년 ③ 3학년

3. 성적은 반에서 어느 정도입니까?
 - ① 상위권 ② 중위권 ③ 하위권

4. 현재 같이 살고 있는 가족을 모두 다 표시해 주세요.
 - ① 친부모님 모두 함께 ② 친어머니와만 함께
 - ③ 친아버지와만 함께 ④ 친아버지와 새어머니와 함께
 - ⑤ 새아버지와 친어머니와 함께 ⑥ 친척과 함께
 - ⑦ 할아버지 할머니와 함께 ⑧ 형제 자매와 자취(하숙)
 - ⑨ 친구와 자취(하숙) ⑩ 혼자 자취(하숙) ⑪ 기타()

5. 부모님의 결혼 상태에 대해서 표시해 주세요.

- ① 결혼 ② 이혼 ③ 별거
④ 사별 ⑤ 재혼 ⑥ 두 분 모두 돌아가셨다

6. 부모님의 연령을 표시해 주세요.

- ① 아버지____세 ② 어머니____세

7. 내가 생각하는 우리집의 가정형편은 어느 정도입니까?

- ①부유한 편이다 ② 보통이다 ③어려운 편이다

8. 여러분의 종교는 어떻게 됩니까?

- ① 없다 ② 불교 ③ 기독교 ④ 가톨릭 ⑤ 기타_____

9. 부모님의 학력은 어떻게 되나요?

교육정도	아버지	어머니
1. 무학		
2. 초등학교 중퇴 또는 졸업		
3. 중학교 중퇴 또는 졸업		
4. 고등학교 중퇴 또는 졸업		
5. 전문대 졸업 및 대학교 중퇴		
6. 대학교 졸업		
7. 대학원 이상		

10. 하루 평균 스마트폰을 사용하는 총 시간은?

- ① 30분 미만 ② 30분~1시간 ③ 1시간~2시간
④ 2시간 ~3시간 ⑤ 3시간~5시간 ⑥ 5시간 이상

11. 스마트폰을 사용하게 된 이유는 무엇입니까?

- | | |
|-----------------|-------------------------------|
| ① 최근 유행이어서 | ② 친구가 사용하고 있어서 |
| ③ 학교생활에 도움이 되어서 | ④ 뉴스 등 각종 정보들을 바로
검색하기 위해서 |
| ⑤ 오락이나 게임하기 위해서 | ⑥ 아무 이유가 없이 그냥 |

12. 주로 사용하는 스마트폰의 기능과 사용시간은?

번호	항목	전혀 활용하지 않음	1시간 미만	1~2 시간	2~3 시간	3~4 시간	4시간 이상
1	인터넷 서핑 (뉴스보기, 검색, 등)						
2	동영상 재생 (영화, 동영상 강의 등)						
3	SNS (트위터, 페이스북 등)						
4	메신저 (카카오톡, 마이피플, 틱톡 등)						
5	금융 (은행업무, 증권, 쇼핑 등)						
6	성인용(음란물)						
7	음악 듣기						
8	이메일 사용						
9	게임						

**※ 귀중한 시간 내주시어 끝까지 응답해 주신 점
진심으로 감사드립니다.**