



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](#)

2016년 8월

석사학위논문

스마트폰 중독 아동의 만족지연을
위한 집단미술치료 프로그램
개발 및 효과

조선대학교 대학원

미술심리치료학과

김 서 영

스마트폰 중독 아동의 만족지연을
위한 집단미술치료 프로그램
개발 및 효과

The Development and Effect of the Group Art
Therapy Program for Delay of Gratification of
Children addicted to Smartphone.

2016 년 08 월 25 일

조선대학교 대학원

미술심리치료학과

김 서 영

스마트폰 중독 아동의 만족지연을
위한 집단미술치료 프로그램
개발 및 효과

지도교수 김 택 호

이 논문을 이학석사학위신청 논문으로 제출함

2016 년 04 월

조선대학교 대학원

미술심리치료학과

김 서 영

김서영의 석사학위 논문을 인준함.

위원장 조선대학교 교수 김 승 환 (인)

위 원 조선대학교 교수 김 정 호 (인)

위 원 조선대학교 교수 김 택 호 (인)

2016년 5월

조선대학교 대학원

목 차

ABSTRACT

I . 서론	1
A. 연구의 필요성 및 목적	1
B. 연구문제	5
C. 용어정의	5
II . 이론적 배경	7
A. 스마트폰 중독	7
1. 스마트폰 중독의 개념 및 특징	7
2. 스마트폰 중독 아동의 특징	14
B. 만족지연	20
1. 만족지연 개념 및 특징	20
2. 만족지연 발달이론	22
3. 만족지연 관련 변인	24
C. 스마트폰 중독과 만족지연	32
1. 스마트폰 중독과 만족지연의 관계	32
D. 집단미술치료	34
1. 집단미술치료의 개념 및 특징	34
2. 집단미술치료와 스마트폰 중독	37

3. 집단미술치료와 만족지연 38

E. 연구모형 39

III. 연구 I : 스마트폰 중독아동의 만족지연을 위한 프로그램 개발 41

A. 연구목적 41

B. 연구절차 41

C. 프로그램 개발모형 42

D. 프로그램 개발절차 43

 1. 단계 1: 목표수립 45

 2. 단계 2: 프로그램 구성 46

 3. 단계 3: 예비 프로그램 운영 및 평가 54

 2. 단계 4: 본 프로그램 개발 59

IV. 연구 II : 스마트폰 중독아동의 만족지연을 위한 프로그램 효과 검증 67

A. 연구목적 67

B. 연구가설 67

C. 연구방법 68

 1. 연구대상 68

 2. 연구의 윤리적 고려 69

 3. 연구도구 69

4. 연구설계	72
5. 연구절차	72
6. 자료분석	73
D. 연구결과	74
1. 기술 통계치	74
2. 사전 동질성 검증	75
3. 집단미술치료 프로그램이 만족지연에 미치는 효과	76
4. 집단미술치료 프로그램이 스마트폰 중독 수준에 미치는 효과	80
E. 질적 내용분석 연구 결과	84
1. 참여자 행동 특성 양적 분석	84
2. 참여자 행동 특성 관찰 내용 분석	87
V. 결론 및 제언	100
A. 논의	100
1. 연구 I : 스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단 미술치료 프로그램 개발	100
2. 연구 II : 스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단 미술치료 프로그램 효과검증	102
B. 결론 및 제언	103
참고문헌	106

국문초록 124

부 록 126

표 목 차

<표 1> 각 연구자에 따른 스마트폰의 정의	7
<표 2> 각 연구자에 따른 스마트폰 중독의 정의	11
<표 3> 한국정보화진흥원(2011) 스마트폰 중독 유형	13
<표 4> 스마트폰 중독에 영향을 미치는 요인	18
<표 5> 연구 I 의 연구절차	42
<표 6> 집단미술치료 예비 프로그램	54
<표 7> 집단미술치료 예비 프로그램 전문가 자문 요약	56
<표 8> 집단미술치료 예비 프로그램 수정 전 · 후 비교	57
<표 9> 집단미술치료 본 프로그램	64
<표 10> 자기통제력 검사도구의 척도별 신뢰도	71
<표 11> 청소년 스마트폰 중독 자가진단 척도 신뢰도	71
<표 12> 연구 설계	72
<표 13> 연구 절차	73
<표 14> 실험집단 · 대기집단에 따른 변인별 기술통계 결과	74
<표 15> 실험집단 · 대기집단에 따른 사전 동질성 검증 결과	75
<표 16> 만족지연평정척도1에 대한 실험집단 · 대기집단 사전 · 사후 평균	76
<표 17> 만족지연평정척도1에 대한 집단유형(실험 · 대기)과 측정시기별(사전 · 사후) 반복측정 변량분석	76
<표 18> 만족지연능력평정척도2에 대한 실험집단 · 대기집단 사전 · 사후 평균	77
<표 17> 만족지연평정척도2에 대한 집단유형(실험 · 대기)과 측정시기별(사전 · 사후) 반복측정 변량분석	78
<표 20> 스마트 폰 중독에 대한 실험집단 · 대기집단 사전 · 사후 평균	80
<표 21> 스마트폰 중독에 대한 집단유형(실험 · 대기)과 측정시기별(사전 · 사후) 반복측정 변량분석	80
<표 22> 행동 관찰 분석	85
<표 23> 자기행동분석	86

<표 24> 아동 관찰 분석	88
<표 25> 반응 기록지 분석	98
<표 26> 프로그램 소감문 분석	99

그림 목 차

<그림 1> 전체 스마트폰 중독 현황	14
<그림 2> 연령별 스마트폰 중독 현황 및 중독 위험군 구성비(%)	15
<그림 3> 청소년 성별·학령별·취약계층 스마트폰 중독 현황 및 중독 위험군 구성비(%)	15
<그림 4> 집단미술치료 프로그램 연구모형	40
<그림 5> 김창대의 프로그램 개발모형(김창대 외, 2011)	42
<그림 6> 만족지연 집단미술치료 프로그램 개발절차	44
<그림 7> 스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램 설정 ..	51
<그림 8> 만족지연능력 평정척도1 대한 실험집단, 대기집단 사전·사후 평균 ..	77
<그림 9> 만족지연능력 평정척도2의 하위유형 중 즉각적 만족에 대한 실험집단, 대기집단 사전·사후 평균	79
<그림 10> 만족지연능력 평정척도2의 하위유형 중 즉각적 만족에 대한 실험집단, 대기집단 사전·사후 평균	79
<그림 11> 스마트폰 중독 하위유형 중 일상생활장애 대한 실험집단, 대기집단 사전·사후 평균	82
<그림 12> 스마트폰 중독 하위유형 중 가상세계지향에 대한 실험집단, 대기집단 사전·사후 평균	82
<그림 13> 스마트폰 중독 하위유형 중 금단에 대한 실험집단, 대기집단 사전· 사후 평균	83
<그림 14> 스마트폰 중독 하위유형 중 내성에 대한 실험집단, 대기집단 사전· 사후 평균	84
<그림 15> 만족지연에 따른 작품분석	93
<그림 16> 스마트폰 중독에 따른 작품분석	95

부 록 목 차

<부록 1> 전문가 집단 내용 타당도	127
<부록 2> 연구 참여 동의서(아동)	128
<부록 2-1> 연구 참여 동의서(부모)	129
<부록 3> 만족지연능력 평정척도 1	130
<부록 4> 만족지연능력 평정척도 2	131
<부록 5> 스마트폰 중독 자가진단 척도(S-척도)	132
<부록 5-1> 스마트폰 중독군 분류기준 및 특성(한국정보화진흥원2011)	133
<부록 6> 행동관찰 평가지	134
<부록 7> 자기행동 평가지	135
<부록 8> 반응 기록지	136
<부록 9> 프로그램 소감문	137
<부록 10> 집단미술치료 본 프로그램 회기별 세부계획서	138
<부록 11> 집단미술치료 본 프로그램 회기기록	150

부 록 그림 목 차

<부록 그림 1>	150
<부록 그림 2>	151
<부록 그림 3>	152
<부록 그림 4>	153
<부록 그림 5>	154
<부록 그림 6>	155
<부록 그림 7>	156
<부록 그림 8>	157
<부록 그림 9>	158
<부록 그림 10>	159
<부록 그림 11>	160

ABSTRACT

The Development and Effect of the Group Art Therapy Program for Delay of Gratification of Children addicted to Smartphone.

Kim seo young

Advisor : Prof. Kim Tack ho

Psychological Art Therapy

Graduate School of Chosun University

The objective of the study is to develop a group art therapy program for the delay of gratification of children who are addicted to smartphone, and also to test the effectiveness of the program. To achieve these goals, the research was carried out as Research I and Research II with the following structures.

Research I was focused on developing a group art therapy based on an analysis of factors causing children's addiction to smartphone, the delay of gratification theory and other related variables in order to develop a group art therapy program for the delay of gratification. The program established the goals depending on development procedures and was composed of activities suitable for the goals. Its preliminary program was conducted for seven children addicted to smartphone. Then the result of the preliminary program was evaluated and analyzed for amendment with the advices of a professional group which verified the content validity of the program.

Research II focused on the program's delay of gratification ability and its effectiveness on smartphone addiction by providing the program to children addicted to smartphone.

The research group was composed of an experimental group and a comparison group, each with 15 children who had a smartphone and who scored high in high risk and potential risk scores of smartphone addiction in a community child center located in G metropolitan city. The total duration of the program was twelve weeks which was carried out with the experimental group twice per week for six weeks to test the effectiveness of the program, and the major result obtained are as follows.

First, the experimental group had a higher significant result compared to the comparison group in delay of gratification ability test. The experimental group had significant increase in delay of gratification ability score than the comparison group.

Second, the experimental group had a higher significant result in long-term gratification result compared to the comparison group. The experimental group had significant increase in long-term gratification score than the comparison group.

Third, the experimental group had a higher significant result in spontaneous gratification result compared to the comparison group. Compared to the comparison group, the experimental group had significant increase in spontaneous gratification score, the score reversed graded.

Lastly, the experimental group showed a significant result than the comparison group in smartphone addiction level. Among the sub-elements of smartphone addiction, the experimental group showed a significant decrease in difficulties in daily life, virtual world aspiration, withdrawal symptoms and tolerance compared to the

comparison group.

From these results, a conclusion can be drawn that when the group art therapy program for the delay of gratification is provided to children addicted to smartphone, it showed effectiveness on increasing the delay of gratification ability and reducing the level of smartphone addiction. The results also show that the group art therapy program was developed with the objectives of increasing the delay of gratification ability and reducing the level of smartphone addiction.

Therefore, it is expected that the group art therapy program developed in the research can contribute to bring positive effects on increasing the delay of gratification ability and reducing the level of smartphone addiction if it can be consistently provided to children addicted to smartphone.

Keywords: Children addicted to smartphone, smartphone addiction, delay of gratification, group art therapy

I. 서론

A. 연구의 필요성 및 목적

현대사회의 첨단 기술의 발전은 삶에 신속함과 편리함을 제공하며 생활수준의 향상과 생활방식의 변화를 가져왔다. 특히 우리사회의 대표적 통신 매체로 자리 잡은 스마트폰(Smart phone) 사용의 확대는 ‘스마트혁명’으로 불리며 일상생활 뿐만 아니라 산업과 노동, 교육 및 사회 현상 전반에 큰 영향을 미치고 있다.

스마트 폰의 기술적 발전은 우리의 삶에 편리함과 유용성을 주었지만, 역으로 스마트폰 과다 사용으로 인한 정신적·신체적·사회적 문제가 대두되고 있다. 이러한 부작용에도 불구하고 스마트 폰의 편리함으로 인해 스마트 폰 보유율은 아동들에게도 급격히 증가하고 있다. 정보통신정책연구원(2015)에 따르면 초등학교 아동의 스마트폰 보유율이 59.3%로 나타났으며, 2011년 21.4%보다 2.5배 높아져 아동의 스마트폰 사용의 급격한 증가를 예측할 수 있다.

스마트폰은 컴퓨터와 휴대전화의 특성을 모두 지니고 있고, 시·공간에 제약 없이 사용이 가능하며, 조작이 용이하여 터치 한번으로 원하는 정보를 얻을 수 있는 편리한 휴대 기기로 생활의 다양한 면에서 긍정적인 영향을 끼치며 편리함을 주는 동시에 스마트폰의 잘못된 사용으로 인한 심각한 부작용이 나타나고 있다. 대표적인 스마트폰의 역기능으로는 음란물 노출, 폭력적 게임에 몰두, 언어파괴, 도촬(도둑 촬영)로 인한 인권침해 및 사이버 왕따로 인한 학교 폭력 등이 있으며, 이외에도 시력저하, 거북목 증후군, 손목터널 증후군 등의 신체적 문제(박지선, 2012)와 스마트폰의 중독적 사용으로 인한 금단현상, 업무 혹은 학업에 장애가 있다(이민석, 2011).

스마트폰 사용 조절과 통제능력이 부족한 아동들은 스마트폰 중독 위험에 쉽게 노출될 수 있다. 실제로 한국정보화진흥원(2015)의 2014년도 인터넷 중독 실태조사 결과에 따르면 아동·청소년 10명 중 3명(29.2%)이 스마트폰 위험군으로 분류되었다.

스마트폰 중독과 유사한 인터넷 및 휴대전화 중독에 관한 선행연구에서 장혜진(2002)과 임경미(2005)는 휴대전화 중독에서 중요 요인으로 충동성과 자기통제력의

상실을 지적하며 자기통제력이 약한 아동이 중독에 쉽게 빠진다고 하였고, 김혜경(2007)은 통제력이 낮은 사람일수록 휴대폰을 더욱 과도하게 사용하며, 자기통제의 실패는 휴대폰의 중독에 영향을 준다고 하였다. 또한 김종운(2008)은 아동은 호기심이 많고 충동조절이 어려우며 통제력이 낮아 미디어 매체중독에 취약하다고 하였으며, 최옥영(2010)은 자기통제력이 휴대폰 중독 감소에 영향을 주며 예방할 수 있는 요인이라고 하였다. 기존 아동의 스마트폰 중독 문제연구에서 김보연(2012)은 아동의 경우 자기통제력과 자기조절력이 약해 스마트폰 중독성이 성인에 비해 더 심각하게 나타날 수 있다고 하였고, 김혜영(2013)은 스마트폰 중독에 대한 자기통제력이 스마트폰 중독 및 문제적 이용을 극복함에 있어 중요한 역할을 한다고 하였다. 이외에 여러 선행연구(박영순, 2015; 고진선, 2015; 박우철, 2015; 손명원, 2014;)에서 자기통제력을 스마트폰 중독에 주요 변인으로 제시하였다. 이러한 아동의 미디어 매체중독 선행연구들은 공통적으로 스마트폰 중독 아동에게 자기통제에 어려움이 있다는 점을 지적하고 있다.

자기통제력은 한 개인이 사회적으로 용납되지 않는 바람직하지 못한 충동을 억제하거나 극복하고 자신의 인지·정서·행동을 조절할 수 있는 능력으로 자기통제력에 관한 대부분의 선행연구들은 만족지연(delay of gratification)실험상황 속에서 수행되었다(손자경, 1994; 정영숙, 1994; Goldman & Everett, 1985; Schwarz, Schrage & Lyons, 1983; Berkowitz, 1982; Mischel & Baker, 1975). 이금섭(2004)은 만족지연능력이 자기통제력 발달에 중요한 영향을 준다고 하였고, 김혜순과 조복희(2008)의 연구에서도 자기조절력과 자기통제력의 발달에 영향을 주는 중요한 능력으로써 만족지연능력을 강조하였다.

자기통제력 발달의 중요한 측면인 만족지연능력은 자기통제력의 행동적인 표현방법으로 보다 바람직한 결과를 위하여 즉각적 소망을 지연하는 능력이며(Mischel, Shoda, & Peake, 1988), 아동들이 스스로 충동을 조절하고 보다 미래지향적이며 성취지향적인 가치관을 내재화 시킬 수 있는 발달과업이라고 할 수 있다.

만족지연(delay of gratification)은 미래의 더 큰 이익을 위해 즉각적인 욕구만족을 스스로 지연하고, 그 지연에 따른 자발적인 좌절을 인내하는 행동을 의미한다(Mischel, 1974). 이렇게 자신의 즉각적인 욕구의 만족을 지연시킬 수 있는 능력을

철학적 관점에서는 의지력(will power)으로, 심리학적 관점에서는 자아강도(ego strength)의 핵심요인으로 다루어 왔다(Mischel, 1981). 다시 말해 만족지연이란 유혹에 대한 저항, 욕구의 지연 행동, 좌절 인내 등의 행동적 능력으로(김혜순, 2006), 만족지연능력은 외적인 힘에 의한 것이 아닌 개인 내부의 자발적인 행동이며 자신이 스스로 계획한 목표를 달성하기 위하여 순간적인 감정이나 욕구를 조절하고, 미래의 더 큰 만족을 위해 일시적인 유혹들을 극복하는 것이다(Mischel, 1973). 이는 아동이 다양한 장면에서 바람직한 목표에 맞게 행동을 스스로 지연시킬 수 있고, 성공적인 학습과 사회화에 도움을 줄 수 있는 능력으로 자신의 충동적이고 즉각적인 욕구를 적절히 조절하여 궁극적으로 얻고자 하는 결과를 이룰 수 있게 하는 중요한 통제능력이라 할 수 있다.

이러한 만족지연능력은 미술이라는 활동을 통하여 향상시킬 수 있다. 미술치료에서의 미술은 아동에게 친숙하고 흥미로운 활동으로 거부감이 적어 심리적 접근이 용이하고 언어표현과 의사소통에 어려움이 있는 아동에게 적합하다.

또한 미술활동에서 아동 자신이 스스로 주체가 되어 창의적인 작업을 주도함으로써 자신감과 성취감을 가질 수 있으며 그 과정에서의 미술표현과 미술매체의 사용을 통해 아동의 통제능력을 키워주기도 한다. 특히 집단미술치료는 지지와 존중의 분위기 속에서 자신을 검증하고, 작품과 작품 활동을 통해 자신의 문제를 인식할 수 있게 도움을 준다. 이에 아동은 상호존중의 환경 속에서 서로에게 피드백을 주는 등 문제해결을 위한 생각을 나누며 서로에게 배운다.

만족지연과 집단미술치료의 연관성에 관한 연구는 찾아보기 어려웠으나 만족지연능력에 영향을 받는 자기통제력과 집단미술치료의 긍정적 영향은 국내외 다양한 선행연구를 통해 알 수 있다. 김정우(2008)는 집단미술치료가 아동의 내외 통제성과 자기효능감 증진에 영향을 준다고 하였고 문리학(2008)은 인터넷 중독 아동에게 집단미술치료의 경험은 긍정적 자아를 강화시키고 자기통제를 증가시켜 치료적 접근이 가능하다고 하였다. 또한 이진화(2005)와 노영희(2008)는 집단미술치료가 게임 중독 아동의 자기통제력 증가에 효과를 준다는 사실을 입증하였으며, 박송호(2014)는 자기통제 집단미술치료가 인터넷 중독 청소년에게 자기통제력 강화와 인터넷 중독 수준의 완화에 긍정적 영향을 미친다는 결과를 보여주었다.

우리나라의 스마트폰 보급률은 세계 상위권으로 스마트폰 보급을 확대에 따라 스마트폰 사용 연령대가 낮아지고 있으며 그에 따른 사회적·교육적 문제와 아동의 스마트폰 과다 사용으로 인한 스마트폰 중독 문제가 제기되고 있다. 그러나 스마트폰 중독과 관련된 연구는 그 대상이 대부분 청소년에 국한되어 있으며, 아동의 스마트폰 중독에 대한 연구는 아동의 스마트폰 사용실태(김동균, 2013; 이지은, 2014; 김태용, 2015;)와 아동의 스마트폰 중독 변인(최남순, 2013; 변명선, 2014; 류세인, 2015;), 아동의 스마트폰 중독 예방(김희진, 2014; 권보람, 2015; 김효숙, 2015; 고지선, 2015; 홍선희, 2015)에 관한 연구가 주를 이루고 있다.

스마트폰 중독 아동을 위한 치료 프로그램 연구는 박영순(2015)의 초등학생을 대상으로 한 자기통제 훈련이 스마트폰 중독과 자기통제력에 미치는 효과 연구, 홍선희(2015)의 초등학교 고학년의 스마트폰 SNS중독 성향 감소를 위한 집단상담 프로그램 개발연구로 그 수가 많지 않다. 그리고 스마트폰 중독 아동에 치료적 접근으로 미술치료의 필요성에 대한 인식이 부족하여 스마트폰 중독 아동의 집단 미술치료 연구는 찾기 어려웠다.

또한 국내의 만족지연에 관한 연구는 주로 변인에 관한 연구가 이루어지고 있으며 만족지연 증진 프로그램에 관한 연구는 류현수(1998)의 유아를 대상으로 긍정적 자아개념을 형성할 수 있는 활동을 통한 만족지연능력증진에 관한 연구와 류현수와 이정숙(2006)의 유머활동을 통하여 유아의 자아개념과 만족지연능력증진의 효과를 입증한 연구, 그리고 정윤진(2009)의 4~5세의 유아를 대상으로 만족지연 프로그램을 개발하여 그 효과를 검증한 연구로 주로 그 대상이 유아이며 만족지연 이론에 입각하여 프로그램을 개발하였지만, 프로그램 개발 절차를 밝히고 있지 않아 상세한 내용과 그 방법을 알기 힘들었다. 만족지연능력은 자기통제발달에 영향을 주는 중요한 요소임에도 불구하고 아동의 만족지연능력 증진을 위한 프로그램 연구는 찾기 어려웠으며, 스마트폰 중독 아동과 만족지연에 관한 연구도 없었다.

따라서 성장기에 있는 스마트폰 중독 아동에게 만족지연이론과 변인을 토대로 프로그램 개발 절차에 의해 구성된 집단미술치료는 스마트폰 중독 아동의 만족지연능력 증진을 통한 자기통제력 강화와 올바른 스마트폰 사용에 효율적인 접근 방법이 될 것이다.

이에 본 연구는 스마트폰 중독아동을 위한 집단미술치료 프로그램을 개발하기

위하여 아동의 스마트폰 중독에 관한 선행연구들을 고찰하고 만족지연이론과 관련 변인을 분석하여 프로그램 개발 절차에 따라 스마트폰 중독 아동의 특성에 맞는 집단미술치료 프로그램을 개발하고 그 효과를 검증하는데 그 의의가 있다.

B. 연구 문제

이상에서 논의된 연구목적을 달성하기 위해 연구의 필요성 및 연구 목적에 근거하여 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

연구문제 1. 스마트폰 중독 아동을 위한 집단미술치료프로그램을 어떻게 구성할 것인가

연구문제 2. 개발된 집단미술치료 프로그램이 스마트폰 중독 아동의 만족지연능력 및 스마트폰 중독 수준에 어떠한 영향을 미치는가

C. 용어정의

1. 스마트폰 중독 아동

스마트폰 중독이란 행위중독의 일종으로 과도하게 많은 시간을 스마트폰을 사용함으로써 업무나 학업, 일상생활에 부정적 영향을 미치고 현실세계보다는 가상의 세계를 지향하며, 금단이나 내성이 있는 불안하고 초초한 상태로 스스로 스마트폰 사용을 조절할 수 없는 상태라고 볼 수 있다.

본 연구에서는 스마트폰 중독 아동을 한국정보화진흥원(2011)에서 개발한 청소년 스마트폰 중독 자가진단 척도(S-척도)의 분류기준과 유형별 특성에서 중독군으로 분류된 아동으로 정의한다.

2. 만족지연

만족지연(delay of gratification)은 보다 큰 미래의 결과를 위하여 즉각적이거나 작은 보상을 얻고자 하는 충동을 자발적으로 억제하거나 그 욕구를 지연하고, 그 지연에 따른 욕구좌절을 인내하여 구체적인 목표를 이루어 나가는 능력을 의미한다.

본 연구에서는 Olson과 kashiwari(2000)의 연구로부터 최초 개발 Oppper (2003)의 연구에 사용된 것을 김혜순(2006)이 번안한 검사 도구와 Gorrfredson과 Hirschi (1990)의 자기통제력 척도와 김현숙(1998) 자기통제평정척도를 남현미(1999)가 청소년을 대상으로 재구성하고, 이계원(2001)이 수정 · 보완한 검사 도구를 연구대상에게 실시하여 얻은 만족지연능력 평정척도1의 점수와 장기적 만족, 역 계산된 즉각적 점수를 말한다.

II. 이론적 배경

A. 스마트폰 중독

1. 스마트폰 중독의 개념 및 특징

a. 스마트폰 정의 및 특성

스마트폰 관련 기사들에서 스마트폰을 '손 안의PC'라고 표현하는 것을 볼 수 있다. 스마트폰의 정의를 분석하기 전에 '손안의 PC'라는 것을 생각해 보면 '손 안'은 스마트폰의 접근성과 휴대한다는 것을 의미하고, 'PC'는 스마트폰의 플랫폼적 기능으로 컴퓨터의 OS(Operating System)를 탑재하고 있어 스마트폰이 컴퓨터와 같이 시스템을 제어하고 소프트웨어를 관리 할 수 있다는 것을 의미한다. 선행연구를 바탕으로 각 연구자들에 따른 스마트폰의 정의는 다음 <표 1>와 같다.

<표1> 각 연구자에 따른 스마트폰의 정의

연구자	정의
Laudon(2006)	디지털 이동전화의 기능과 PDA 기능이 결합되어있는 '하이브리드 기기'.
한국인터넷진흥원 (2010)	음성통화를 기본으로 하고, 인터넷 기능을 기반으로 이메일, 웹브라우징, 멀티미디어 메시지, 일정관리 등의 컴퓨터 기능이 보강되어진 고급형 휴대전화.
오수원(2009)	'음성통화와, 무선인터넷 등 휴대전화 기능을 기본 바탕으로 모바일 환경 속에서 멀티 기능을 이용할 수 있는 유저 지향적인 모바일 PC 플랫폼으로 고성능 CPU와 상용 운영체제를 갖추고 있어, 개인정보 관리와 음악, 동영상 등의 고용량 멀티미디어 콘텐츠의 저장과 재생이 가능한 하이엔드 단말기'.
허광성(2010)	유성통화 기능이 두드러진 이동전화기로서 통화 기능은 물론 이메일, 인터넷, e-Book 등으로 활용 가능한 '소형 컴퓨터'.
한국정보화 진흥원(2011)	일반 PC와 같은 고기능의 범용 운영체제(OS)를 탑재하여 다양한 모바일 앱을 자유롭게 설치하고 실행시킬 수 있는 고기능 휴대폰.
박용민(2011)	기존의 음성과 문자 메시지 기능 위주의 휴대폰에서 진화한 것으로 휴대가 간편하며 PC의 인터넷, 온라인 커뮤니티, 게임의 등의 기능 모두 포함한 것으로, 현재 우리 생활에 밀접한 영향을 미치는 단말기.
Ofcom,2011	다양한 애플리케이션을 다운로드 받아 활용 할 수 있고, 자유롭게 인터넷을 즐길 수 있으며 쉽게 E-mail을 주고받을 수 있는 모바일미디어.

박수빈(2013)	전화기의 개념보다 컴퓨터의 개념이 더 많이 포함된 것으로 전화기와 컴퓨터가 결합된 복합체.
정경호(2014)	스마트폰은 완전히 새로운 기기가 아닌 기존의 인터넷과 휴대폰의 장점을 융합한 기기로 현실과 가상세계를 경험할 수 있는 기기.

스마트폰의 정의를 종합하면 스마트폰은 음성통화를 기본으로 하는 휴대폰 기능과 무선인터넷을 기반으로 하는 이메일, 메시지, 웹브라우징 기능과 일정관리 멀티미디어 등의 PC의 기능이 결합된 이동형 멀티미디어 기기로 볼 수 있다. 그러므로 스마트폰은 새로운 기술의 등장으로 나타난 기기가 아니라 휴대폰의 이동성에 PC의 운영체제와 인터넷 연결성 그리고 디지털카메라, 멀티미디어 기기(MP3, PMP 등) 등을 융합한 것으로 기존의 미디어 기술을 결합시킨 것이다. 이러한 스마트폰의 특성은 이동성(mobility), 연결성(connectivity), 개인화(personalization), 혼종성 (hybridity), 다목적성 미디어(multi-purpose media) 등 총 5가지로 요약할 수 있다.(공영일, 2010; 신소영, 2010; 황주성 외, 2010).

이동성은 기기를 고정된 공간에서 벗어나 옮겨 다니면서 휴대할 수 있는 기능성과 공간을 옮겨도 그에 대한 제약받지 않는 기능성의 측면을 모두 포함한다. 즉 언제 어디서든 공간적 제약을 벗어나 사용이 가능하다는 것이다(황주성 외, 2010). 이는 기존의 휴대폰과 휴대용 멀티미디어 기기에 있는 특성이며 데스크톱 컴퓨터에는 없던 기능으로 휴대용 PC라는 점에서도 이동성을 충분히 보여주고 있다(공영일, 2010). 스마트폰은 애플리케이션 시스템을 통하여 여러 가지 소프트웨어 및 콘텐츠를 자유롭게 이용할 수 있어 시간과 공간의 제약에서 비교적 자유롭다. 이러한 스마트폰은 사용자의 복합적인 시간 이용을 가능하여 작업속도의 제고와 시간절약의 효율성을 추구하면서 이동성을 더욱 확대시킨다.

연결성은 인터넷 및 통신기술의 발달로 지식, 정보, 인간, 사회 네트워크가 확장되어 상호작용하는 것을 의미한다. 이 특성은 모바일 디바이스에서는 불가능했던 기능으로 기존의 데스크톱 컴퓨터와 휴대전화에서 갖고 있던 기능이다. 모바일 인터넷은 사회적 연결성과 정보적 연결성의 두 가지 특징을 동시에 가지고 있으며 더욱 확장된 모습을 나타낸다(황주성 외, 2010). 이러한 모바일 인터넷은 개인과 개인의 네트워크를 형성하여 개인이나 집단의 사회적 상호작용을 촉진시키고, 사람과 정보를 연결하여 빠른 정보 획득을 가능하게 한다.

개인화는 디바이스 기기를 타인과 공유하여 사용하는 것이 아니라 개인 혼자만의 기기로 사용함을 의미한다(황주성 외 2010). 개인화는 누구에게나 똑같고 정적인 정보만을 제공하던 기존의 방식을 탈피해 사용자 개인의 특성과 위치에 따라 유동적인 정보를 제공받고 목적에 따라 활용할 수 있게 한다. 이는 개인이 제한적 소유로 사용하는 휴대전화와 모바일 기기에는 있었지만 주로 공용으로 사용하는 데스크톱 컴퓨터에는 없었던 특성이다. 또한 전용 디지털오픈마켓에서 공급되는 스마트폰의 애플리케이션은 누구에게나 표준화된 개발 환경을 제공함으로써 사용자 자신이 직접 콘텐츠를 제작하여 공유하는 등 다양한 애플리케이션을 개인의 목적에 따라 사용할 수 있도록 개방화되어 있어 개인화 특성을 촉진시키는 요인으로 작용한다(공영일, 2010).

혼종성은 스마트폰 사용자가 물리적인 현실공간과 스마트폰을 통한 디지털상의 가상공간이 융합 또는 중첩되는 것을 말한다. 이는 스마트폰 이전의 기기에서는 찾아볼 수 없었던 새로운 특성으로(황주성 외, 2010), 이동성과 커뮤니케이션이 연결되면서 ‘현실 공간과 가상공간의 경계가 병합되어 만들어진 개념적 공간’으로 정의된다. 즉, 현실 공간을 움직이는 동안에 가상공간에 접속할 수 있고, 가상공간에서 비가시적으로 떨어진 현실공간에 접속함으로써 가상과 현실의 물리적인 경계를 허물어뜨리고 사용자로부터 두 공간이 분리된 실체라고 인식하지 않게 한다.

다목적성 미디어 특성은 데스크톱 컴퓨터, 멀티미디어 기기 등의 다양한 기능을 스마트폰에 하나로 융합한 것을 말한다(황주성 외, 2010). 스마트폰은 기본적으로 탑재된 기능 외에도 애플리케이션을 통하여 멀티미디어로 탈바꿈할 수 있으며 모바일 인터넷을 통해 언제든지 미디어에 접속하여 상호작용하는 것이 가능하다.

미래창조과학부(2016:4)의 무선통계 조사결과에 따르면 스마트폰 가입자 수는 2016년 4월을 기준으로 이미 4472만 명을 넘어서고 있다. 스마트폰의 일반화는 그리 오래되지 않았지만 많은 부분에서 PC를 대체하여 사용되고 있으며 오히려 PC보다 더 실용적이고 향상된 기능을 제공하는 것도 많다. 스마트폰은 기본적인 인터넷기능 및 각종 미디어, 비즈니스, 학습, 오락 등의 종합적인 기능을 탑재하고 있어 일상생활에서 다양하게 활용 된다. 그러나 스마트폰의 다양한 특성은 자극성을 띤다는 점에서 중독을 야기시킬 가능성이 높다(강주연, 2012). 최근 스마트폰

보급률이 급속도로 확대되어 중독의 우려가 높아지고 있으며, 이에 따른 스마트폰 사용에 대한 연구가 점차 이루어지고 있다.

b. 중독

중독(addiction)의 어원은 라틴어의 addicere라는 단어로부터 기원한다. addicere는 “~에 사로잡히다”, “~의 노예가 되다”라는 의미를 뜻하는 단어로 초기 중독은 물질사용과 특정한 관련성 없이 사용되었다. 그러나 아편이나 알코올 등의 물질사용에 관한 문제가 심각해지면서 중독의 개념은 물질사용과 관련된 통제력의 손상상태를 의미하는 것으로 제한되었다(Potenza, 2006).

세계보건기구(WHO)는 중독(addiction)을 ‘자연 혹은 인공적인 약물을 반복적으로 사용하여 야기되는 만성적인 의존(dependence) 상태’라고 규정하고 있다. 이에 Griffiths(1999)는 과학적 증거에 의하면 물질사용과 관련된 것이 아니더라도 행동에 관련해서도 습관성의 화학반응이 일어날 수 있음을 이야기 하였고, 2000년 Sandra는 중독의 정의를 물질과 관련된 문제와 행동과 관련된 모든 문제로 확장하여 포함시켰다(임미림, 2013).

행위중독은 충동성 물질과 관련이 없는 게임 중독, 도박 중독, 쇼핑 중독, 인터넷 중독 등으로 특별한 중독 물질을 사용하지 않았지만 자신이나 타인에게 해를 끼칠 수 있는 행위를 수행하려는 욕구나 유혹에 저항하지 못하는 충동조절장애를 의미한다. 이러한 행위중독들은 개념화 되고 있으며, 그에 관련된 변인들의 연구가 진행되고 있다(김동일 외, 2013; 장문선 외, 2011).

스마트폰 중독의 경우에도 매체와 기술에 대한 행동과 관련되어있는 문제로서 행위중독으로 볼 수 있다(조현욱, 2012). 이렇듯 중독의 개념은 물질중독 개념과 행위중독 개념을 포괄하여 확대되고 있다(한국정보화진흥원, 2011; 김동일, 이윤희, 이주영 외, 2012). 최근 미국정신의학회(APA)도 물질에 관련된 장애(substance-related disorder)를 중독관련 장애(addiction and related disorder)로 변경하고 물질사용장애(substance use disorders)와 행위중독 또는 비물질관련장애(behavioral or non-substance addiction)로 분리하여 구분하였다(APA, 2013:585).

물질중독(substance addiction)과 행위중독(behavioral addiction) 모두 특정행위를 통하여 욕구 충족의 효과를 소비하는 중독 증상을 보이며, 의존대상을 지속적

으로 추구하는 공통된 특성을 갖고 있다. 즉, 대상에 대한 동기유발 과정이나 행동양식이 소멸되고 중독의 대상을 찾는데 에너지를 소비하게 된다. 따라서 종합적인 중독의 개념은 중독의 대상으로 인하여 조절 능력을 상실하여 지속적 사용이 증가되고, 금단 증상이나 집착 또는 지나친 의존, 집착, 몰두 등의 문제적 징후가 나타나 심리, 신체적, 직업, 사회적인 문제를 일으키는 문제적 상태로 볼 수 있다(정희진, 2014).

c. 스마트폰 중독

스마트폰의 보급률 증가와 함께 일상생활에서의 스마트폰 중독적 사용이 이슈화되며 사회문제로 나타났다. 그러나 인터넷과 휴대폰 중독 연구에 비해 스마트폰 중독에 대한 실증적인 연구가 많이 이루어지지 않아 현재 스마트폰 중독의 개념을 명확하게 규정짓기 어렵다. 이에 대부분의 연구자들은 스마트폰 중독을 기존에 유사한 성격의 미디어 매체인 인터넷 및 휴대전화 중독개념에 대입하여 그 정의를 내리고 있는 실정이다. 선행연구를 바탕으로 각 연구자들에 따른 스마트폰 중독의 정의는 다음<표 2>와 같다.

<표 2> 각 연구자들에 따른 스마트폰 중독의 정의

한상훈(2008)	자신의 스마트폰 중독적 사용 행위가 중대한 부정적인 결과를 불러일으키며에도 불구하고 반복적으로 지속하여 사용하게 되는 모든 행동을 의미하는 것으로 타인에 의한 것이 아니라 자신에 선택 의해서 일어나는 것을 의미.
김보연(2012)	스마트폰에 지나치게 의존하고 몰입한 나머지 자신의 스마트폰 사용을 스스로를 제어할 수 없는 상태에 이르러 그에 따른 의존, 내성, 초조, 불안, 금단 증상으로 인하여 일상생활의 장애나 불편을 경험하는 것으로 정의.
황하성, 최윤정, 손승혜(2011)	스마트폰 중독은 스마트폰에 대한 의존적 행동이 빈번하게 나타나고 이용량이 갈수록 증가하며, 스마트폰을 사용하지 않을 시에는 불안·초조 증상이 남으로써 일상생활에 많은 불편을 갖는 것.
강희양, 박창호(2012)	인터넷이나 휴대전화에서 나타나는 중독증상과 유사하지만 추가적으로 스마트폰 과다 사용으로 인하여 다른 일에 집중하지 못하여 일상생활에 장애가 되거나, 주변사람들로부터 불평을 듣고, 가족들과의 시간에 소홀해지거나 주위사람들의 말을 듣지 못하는 증상.
한국정보화진흥원(2011)	스마트폰을 과다하게 사용함으로 인해 금단, 내성, 일상생활장애, 가상적 대인관계 지향 등의 문제가 발생하는 것.
김형지, 김정환,	인터넷 중독의 새로운 유형으로 기존의 미디어 중독과 같이 습관적이고

정세훈(2012)	내성적 차원의 과 이용을 의미하며 더불어 병리적 차원의 의존인 동시에 기능이나 편리성, 재미 등에 몰입되어 이용 자체를 조절하지 못하는 상태.
박수빈(2013)	스마트폰 사용을 자기 스스로 통제하지 못하는 상태로 지속적으로 스마트폰에 몰입하게 됨으로써 일상생활에 장애를 초래하고, 현실세계보다 가상공간에서의 대인관계 형성을 편안하게 느끼면서 이를 추구하고, 스마트폰 사용을 억제하다보면 금단 현상이 나타난다는 것을 의미.
신영미(2012)	스마트폰을 목적과 상관없이 과도하게 사용함으로써 의존적이고 강박적인 행동을 보이는 것으로 스마트폰이 없을 때 불안하거나 초조해지는 등의 강박적인 증상을 느끼며 스마트폰 사용에 몰입하여 일상생활에 문제가 발생함에도 불구하고 사용을 조절하지 못하는 상태.
오강탁, 이재은 (2013)	특정물질의 유입 없이 충동조절장애(impulse control disorder)나 습관성 행동장애(addictive behavior disorders)가 야기되는 행위중독의 일종.
신은수(2013)	습관적으로 스마트폰을 들여다보고 사용하며 스마트폰을 사용하지 않으면 우울하거나, 초조함, 답답함을 느끼며 병적으로 집착하는 상태로 부정적인 결과가 나타날 것을 알고 있음에도 불구하고 스마트폰을 충동적 또는 무의식적으로 사용하며 이용량이 증가하고 지나치게 몰입한 나머지 스스로를 통제할 수 없는 상태에 이른 것이라고 정의.

선행연구를 종합해 보면 스마트폰 중독이란 인터넷이 스마트폰으로 옮겨가면서 새롭게 만들어진 개념이며(한국정보화진흥원, 2011), 인터넷 및 휴대전화 중독 개념에서 파생된 개념으로 이해할 수 있다. 즉 스마트폰 중독은 행위중독의 일종으로 학업이나 업무 이외의 다른 용도로 스마트폰에 과 몰입하여 지나치게 많은 시간을 사용함으로써 일상생활에 장애를 겪거나 현실세계보다 가상의 세계를 지향하며, 금단이나 내성이 있는 불안하고 초조한 상태로 스마트폰 사용을 자기 스스로 조절할 수 없는 상태라고 볼 수 있다. 다시 말해 스마트폰 중독은 스마트폰에 점점 더 많은 시간을 사용하게 되는 내성증상과 지나칠 정도로 스마트폰에 의존하고 스마트폰이 없으면 심리적·신체적으로 불안해지는 금단증상, 현실세계보다 스마트폰을 통한 세계에 더 집중하는 가상생활지향성으로 인한 일상생활의 장애로 인터넷 중독보다 위험성이 더욱 크다고 볼 수 있다.

한국정보화진흥원(2011)에서는 스마트폰의 다양한 특성과 기능이 인터넷 중독이나 휴대전화 중독과 같은 오락적 요소 외에도 일상생활에서의 실용적 요소를 포함하고 있기 때문에 스마트폰 중독의 유형을 이전의 미디어 중독의 유형과는 다르게 일상생활장애, 가상세계지향성, 금단, 내성으로 구성하고 있다.

한국정보화진흥원(2011)의 스마트폰 중독 유형은 다음<표 3>에 제시하였다.

<표 3> 한국정보화진흥원(2011) 스마트폰 중독 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.
가상세계지향성	주변의 사람들과 직접 현실에서 만나서 관계를 맺기 보다는 스마트폰을 활용해서 관계를 맺는 것이 더 즐겁고 편한 상태.

스마트폰 중독은 기존의 인터넷 및 휴대폰 중독과 일정부분 같은 보편적 징후를 보이지만 스마트폰 매체의 특성상 중독의 성향에는 다소 차이가 있다.

한국정보화진흥원(2011)에 따른 스마트폰 중독의 특성과 인터넷 및 휴대폰 중독과의 차이는 다음과 같다.

첫째, 스마트폰은 휴대하여 사용할 수 있어 편리하고, 높은 접근성을 가지고 있어 pc를 기반으로 한 인터넷과 차별성을 가진다.

둘째, 스마트폰에서 제공되는 어플리케이션은 그 숫자와 종류가 광범위하고, 휴대전화나 pc에 비해 훨씬 개인 사용자만을 위한 용도로 초점화 되어 있는 사용자 중심기기이다.

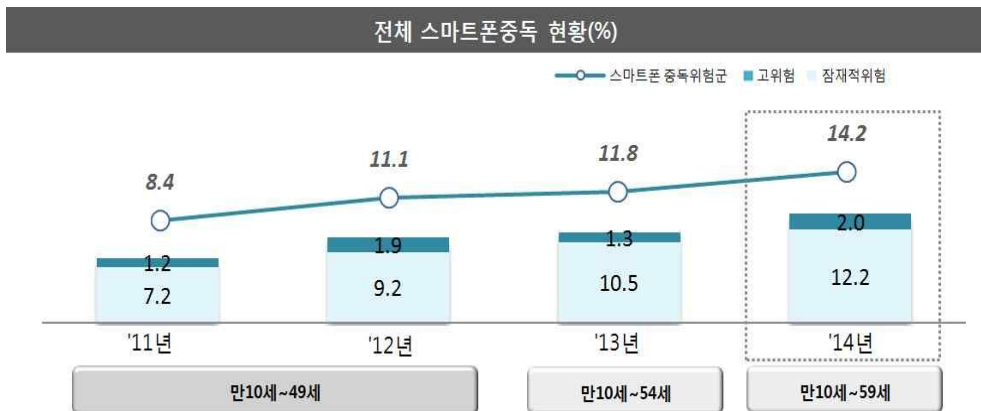
셋째, 스마트폰은 콘텐츠별로 중독의 양상이 다를 수 있으며, 기존의 인터넷이 게임중독, 채팅중독, 음란물 중독 등으로 나뉘었다면, 스마트폰 중독은 거기에 덧붙여 SNS중독, 어플리케이션 중독 등 새로운 중독 콘텐츠 범주를 추가할 수 있다.

이처럼 스마트폰 중독은 편리성과 접근성의 증대, 사용자 중심의 다양한 어플리케이션 서비스의 활용, 새로운 콘텐츠 내용별에 따른 중독이 강화될 가능성이 크다(한국정보화진흥원, 2011; 한국정보화진흥원, 2012). 그러나 스마트폰 중독은 가용성, 접근성, 수용성에 있어 마약, 도박 등 다른 물질 중독(substance addiction)이나 행위중독(behavioral addiction)에 비해 훨씬 불편감이 적으며 사회적 낙인 없이 쉽게 받아들여질 수 있는 경향이 있다(한국정보화진흥원, 2012).

2. 스마트폰 중독 아동의 특징

a. 스마트폰 중독 현황 및 영향

한국정보화진흥원(2015)에서 실시한 2014년 인터넷 중독 실태조사에 따르면 스마트기기 보급률 확대에 따른 스마트폰 과다사용으로 스마트폰 중독 위험군이 지속적으로 증가하는 추세이다. 2014년 만 10~59세 스마트폰 이용자 중 스마트폰 중독 위험군은 14.2%로 전년(11.8%)대비 2.4% 상승한 것으로 나타났고, 스마트폰 중독 위험군 수는 4,561천명으로 조사되었다. 전체 스마트폰 중독 위험군 중 상담치료가 필요한 고위험군의 비율이 2.0%로 전년(1.3%)대비 0.7% 상승하였고 잠재적위험군 또한 전년(10.5%)대비 1.7% 상승하여, 스마트폰 중독 위험군이 매년 증가하고 있는 추세이다.

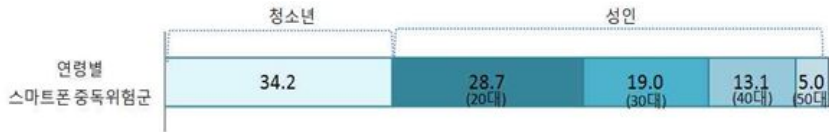


<그림 1> 전체 스마트폰 중독 현황

※ 출처: 2014 인터넷중독 실태조사. 한국정보화진흥원.

연령대별 중독 위험군 비율은 청소년(34.2%)로 가장 높았으며, 다음으로 20대(28.7%), 30대(19.0%), 40대(13.1%), 50대(5.0%) 순서로 나타났다. 연령이 낮아질수록 스마트폰 중독 위험이 높았고 연령이 증가할수록 중독 위험군 비율은 낮게 나타났다.

학령별 스마트폰 중독 위험군을 보면 중학생(33.0%), 고등학생(27.7%), 초등학생



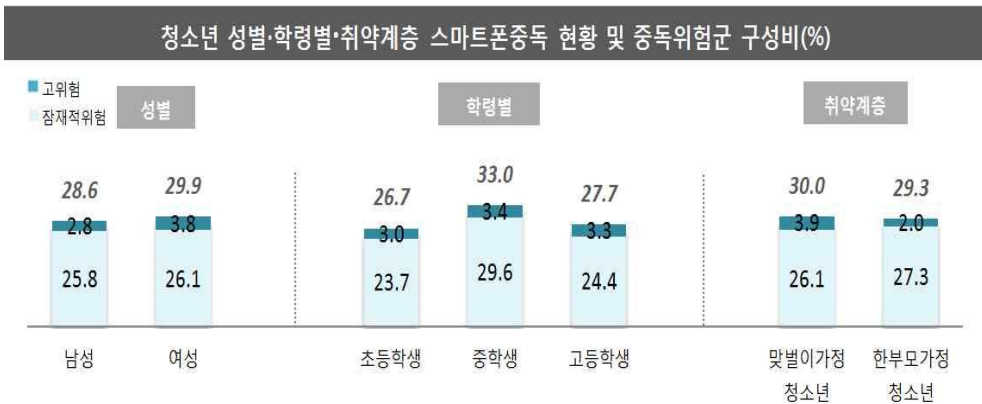
<그림 2> 연령별 스마트폰 중독 현황 및 중독위험군 구성비(%)

(26.7%) 순으로 나와 아동의 스마트폰 중독도 청소년에 못지않게 심각한 수준이었다(한국정보화진흥원, 2013). 스마트폰의 주요용도에 있어서 청소년은 인터넷을 기반으로 하는 엔터테인먼트 기능이 스마트폰 사용에서도 도드라지게 나타났는데(김동일 외, 2012) 특히 초등학생이 처음 스마트폰을 소지하고 사용하게 되면서 형성되는 이용습관은 스마트폰 중독에 밀접한 관련이 있었다(이지은, 2014).

초등학교 고학년의 스마트폰 주의 및 위험사용자군 아동을 대상으로 조사한 결과에 따르면 스마트폰 최초 소지 및 사용 시기는 초등학교 4학년이 가장 많으며, 사용 시간은 2시간 이상, 주요 용도는 게임이 가장 많았다(변명선, 2014).

우리나라에 스마트폰이 대중화 된 것은 4년 정도로, 6~19세의 스마트폰 보유율이 2011년 21.4%, 2012년 64.5%, 2013년 74.1%로 급격히 증가하며 아동의 스마트폰 중독 문제가 대두되고 있다(한국정보화진흥원, 2014).

이에 스마트폰에 대한 부족한 이해로 인해 그 이용습관이 잘못 형성되어진 아동의 스마트폰 중독 문제를 다루어 주는 것은 꼭 필요할 것이며, 나아가 성인·청소년의 스마트폰 중독 문제를 해결하는 하나의 방안이 될 수 있다.



<그림 3> 청소년 성별·학령별·취약계층 스마트폰 중독 현황 및 중독 위험군 구성비(%)

※ 출처: 2014 인터넷 중독 실태조사. 한국정보화진흥원.

스마트폰 중독은 신체적, 심리적, 관계·행동적 문제를 야기한다. 먼저, 신체적인

영향으로는 스마트폰 중독 정도가 높을수록 인터넷의 중독적 사용으로 유발되던 거북목 증후군과 손목터널증후군이 장시간 스마트폰을 사용하는 사람에게도 발생할 수 있으며, 전자기기의 장시간 사용으로 인한 눈의 피로와 시력약화, 전자파 노출로 인한 전두엽 기능저하, 수면장애 및 만성피로 등의 신체적 문제를 발생할 수 있다(한국건강관리협회, 2010). 이러한 문제가 성장기에 발생할 경우 교정에 어려움이 따르거나 키의 성장을 방해 할 수 있어 각별히 신경 써야 하며, 아동기의 과도한 스마트폰 사용은 성장의 저해와 신장 발달에 악영향을 초래 할 수 있다(박나영, 2014). 또한 스마트폰으로 인해 나타난 팝콘 브레인 현상은 뇌에서 생각 중추를 담당하는 회백질의 크기가 줄어들면서 뇌구조가 변형된 것으로 팝콘처럼 튀어 오르는 것처럼 즉각적인 현상에만 반응하고 현실적응과 감정에 관하여 둔화한 반응을 보이며 무감각해져 대인관계에 문제를 가져온다(박종연, 2013).

심리적 영향으로는 스마트폰을 사용하지 못하면 짜증과 신경질이 나고 예민해지며 다양한 심리적 변화나 우울, 불안, 초조함과 같은 정신건강문제를 발생시킨다. 박용민(2011)은 스마트폰의 중독적 사용은 정신증, 불안, 우울, 강박증, 대인기피증과 같은 정신건강에 부정적인영향을 미친다고 보고하고 있다. 스마트폰 중독자들은 마약이나 알코올 중독과 같은 물질중독으로 나타나는 금단현상과 이와 공통적인 심리적 불안감을 호소한다. 즉 스마트폰을 소지하지 않을 때, 불안하고 초조하여 수업이나 업무에 집중할 수 없고, 벨이나 진동이 울린 것으로 착각하는 환청현상 등의 금단증상을 호소하였다(박지선, 2012). 또한 스마트폰 중독 수준이 높은 아동·청소년은 의사결정을 하는 인지적 충동성과 즉흥적 행동을 통제하지 못하는 운동 충동성이 높은 것으로 나타났고, 삶에서 문제 상황을 자주 느끼는 것으로 드러났다(조현옥, 2012). 이러한 상황 속에서 스마트폰의 잦은 접속행위로 인한 ‘확인습관(checking habit)’이라는 새로운 습관이 나타났다. 확인습관이란 스마트폰 이용자들이 실질적인 필요에 의해 스마트폰을 사용하기 보다는 반복적이고 습관적으로 스마트폰을 확인하는 것을 말하며, 이러한 반복적인 확인행위를 하지 않으면 심리적 불안감을 느끼게 된다(황하성 외, 2011).

한국전자통신연구원(2012)에서 스마트폰 사용률이 높은 아동일수록 ADHD (주의력결핍과잉행동장애)증세를 보일 위험성이 높다고 하였다. 이는 스마트폰에

반응속도와 스마트폰 사용에 있어 화면전환이 너무 빠르기 때문에 뇌의 정보처리가 이러한 속도를 따라가지 못하며 나타난 결과로 이로 인해 아동들의 주의력과 집중력이 떨어져 ADHD가 증가하는 것이다.

관계·행동적 영향에서 스마트폰 중독은 스마트폰 가상세계에 몰입함으로 인해 일상생활에서의 대인관계 약화와 일탈행동 등의 사회적 문제를 발생시킨다. 한국정보화진흥원(2014)에서는 스마트폰의 과 의존적 사용은 가상세계에서 맺어진 관계를 현실세계의 관계보다 더 소중하게 여기며, 가족이나 친구 등 주변사람들에게 무관심하고 소홀하게 된다고 하였다. 또한 아동·청소년의 경우 게임 아이템을 구입하기 위해 거짓말을 하거나 돈을 훔치는 등의 문제행동으로 부모와의 갈등과 마찰이 유발되며, 학교상황에서 스마트폰 소지 및 사용문제로 인한 교사와 학생 간의 갈등상황이 보고되고 있다(한국청소년상담복지개발원, 2012). 그리고 학생들의 학업부적응과 모바일 메시지를 통한 왕따 문제 및 음란물과 관련된 문제 등 심각한 사회문제를 일으키고 있으며(박종연, 2013), 스마트폰을 사용하지 못하게 하면 폭력적이거나 충동적인 행동을 하는 경우가 보고되는 등 심각한 부작용이 나타나고 있다.

b. 아동의 스마트폰 중독 요인

아동의 스마트폰 중독적 사용은 일상생활과 더불어 학교생활 적응, 신체적·정신적 건강 등의 여러 측면에서 부정적인 영향을 준다. 현재 스마트폰 애플리케이션 다운로드 순위 중에서 가장 높은 비중을 차지하는 분야는 게임과 오락이다.

이에 아동의 주로 사용하는 스마트폰 기능을 살펴보면, 저학년일수록 게임기능이나 재미위주의 기능을 주로 사용하고, 고학년이 될수록 게임기능과 SNS기능을 많이 사용하는 것으로 나타났다(김은영, 2013; 이지은, 2014; 변명선, 2014).

이는 스마트폰을 무료함을 달래거나 취미, 여가활용, 오락 충족의 수단으로 사용하는 아동이 많다는 것이다(박혜진, 2013). 또한 아동이 스마트폰으로 게임을 할 경우 언제 어디서든 친구들과 함께 할 수 있고(박혜진, 2013), 스마트폰 사용은 친구관계를 연결해주는 매개체의 기능을 하기 때문이다. 특히 초등학교 고학년 이상이 되면 학업적 스트레스는 높아지는 반면, 여가를 즐길 수 있는 시간이 부족해지기 때문에 스마트폰에 대한 의존과 집착이 훨씬 커진다(변명선, 2014).

이러한 스마트폰 중독의 원인과 관련된 변인연구를 살펴보면 우울 및 불안, 자기감시, 외로움, 스트레스, 충동성, 자기통제, 낮은 자아존중감 등과 같은 개인 심리적 요인과 부모의 양육태도, 또래관계, 대인관계 만족도 등과 같은 환경적 요인 그리고 스마트폰 기기 특성과 같은 매체적 요인이 있다. 2015년까지의 발표된 국내 논문을 중심으로 분석한 스마트폰 중독 관련변인을 정리하면 다음 <표 4>와 같다.

<표 4> 스마트폰 중독에 영향을 미치는 요인

관련 변인	연구자
우울, 불안	이민석(2011), 김형지 외(2012), 조미희(2013), 이지수(2014), 이미희(2015)
외로움	이민석(2011), 신호경 · 이민석 · 김흥국(2011) 김형지·김정환·정세훈(2012), 김혜주(2013), 여현주(2013), 방영필(2013),
자기감시	이민석(2011), 신호경 · 이민석 · 김흥국(2011), 방영필(2013),
스트레스	이미희(2015)
충동성	강주연(2012), 조현옥(2012), 금창민(2013), 강희양· 박창호(2012), 배순경(2012), 이선종(2013),
자기통제	김남선 · 이규은(2012), 강희양 · 박창호(2012), 오선화(2014), 정진영 · 하정희(2013), 서애정(2013), 김희진(2014), 변명선(2014), 김연정(2014), 조권형(2014), 박지영(2015)
자아존중감	신호경 · 이민석 · 김흥국(2011), 김정화(2015), 이미희(2015)
회복탄력성	손은경(2015)
부모양육태도	박재성(2012), 천은주(2014), 김병년 외(2013), 최남순(2013), 장진주(2014), 조권형(2014), 우임덕(2014), 이지수(2014), 최유미(2014), 김보민(2015), 박지영(2015)
또래애착, 또래동조성	조미희(2013), 이지은(2014), 김병년 외(2013), 정명진(2014), 김소영(2015)
대인관계 만족도	김정화(2015)
스마트폰 기기 특성	이민석(2011), 한국정보화진흥원(2011), 신영미(2012), 신호경 · 이민석 · 김흥국(2011) 최현석 외(2012), 김형지·김정환·정세훈(2012), 방영필(2013), 이선종(2013), 이유진(2013)

스마트폰 중독에 영향을 주는 변인 즉 스마트폰 중독의 원인으로 가장 많이 지적된 것은 자기통제력과 부모양육태도였다. 특히 자기통제력은 충동성과 더불어 연령에 관계없이 스마트폰 중독의 요인으로 지적되고 있다. 자기통제력과 관련된 연구(김연정, 2014; 조권형, 2014; 박지영, 2015)에서는 자기통제력이 낮을수록 스마트폰 중독에 취약하다고 하였고, 부모양육태도는 부모의 감독과 부모의 양육태도에 대한 자녀의 지각이 영향을 미쳤는데, 아동이 지각하는 부모의 감독 정도가 낮을수록 스마트폰 사용에 있어서 일상생활장애와 내성, 금단을 경험하며 부모의 양육태도를 적대적으로 지각할수록 스마트폰 사용에서 높은 수준의 금단과 내성을 경험하는 것으로 나타났다(천은주, 2014).

선행연구를 종합해보면, 자아존중감이나 자기감시, 자기통제력이 낮고, 충동성이 높으며, 우울하고 스트레스가 심할 때 스마트폰에 중독될 가능성이 높아지며, 자율적이고 애정적인 부모 양육태도와 또래관계 및 환경의 지지가 있을 경우 스마트폰에 중독될 가능성이 낮아지는 것으로 나타났다. 반면 대인관계 만족도와 또래관계에서의 영향, 우울과 불안, 스트레스 등은 초등학교 고학년 이상의 아동과 성인의 스마트폰 중독에 영향을 크게 미치는 것으로 나타났다.

이러한 결과는 인터넷 게임중독 및 인터넷 중독 원인 분석 연구와도 일치한다. 대부분의 연구에서 자기통제력이 낮고(문영임 외, 2005; 김선영, 2005; 백지은, 2009; 김선영, 2009), 부모의 양육태도나 가족요인이 부적절 할수록(문영임 외, 2005; 이미영, 2006; 백지은, 2009; 허상구, 2009; 정은숙 외, 2012;) 인터넷에 중독될 가능성이 높다고 하였다.

Erikson의 발달이론에 따르면 초등기 아동은 인지적·사회적 측면에서 유용한 기술을 습득함으로써 자기(Self) 형성이 시작되는 시기이다. 이에 스마트폰 기기에 대한 장점과 단점, 스마트폰 과다사용에 대한 위험성과 그에 따른 부작용 등에 대해서 책이나 뉴스, 보도 자료 등 신뢰할 수 있는 정보매체를 이용해 아동들에게 유익한 정보를 제공하여 스마트폰에 대한 인식을 확립할 수 있도록 돕는 것이 필요하다.

또한 초등기 아동들이 또래의 영향을 많이 받는 것을 고려하여 집단 안에서 서로의 의견과 정보를 교환하며 스마트폰에 대한 올바른 인식과 그 사용에 대한 책임감을 가질 수 있도록 유도해야 한다(김희진, 2014).

B. 만족지연

1. 만족지연 개념 및 특징

만족지연(delay of gratification)은 보다 큰 만족을 얻기 위해서 즉각적이거나 작은 보상을 얻고자 하는 충동을 억제하거나 그 욕구를 지연하고, 그 지연으로 인한 좌절을 인내하여 구체적인 목표를 성취해 나가는 행동을 의미한다(Mischel, 1974). 이는 외적인 조건이나 타인에 의한 지연과는 명백하게 구분되는 것으로, 자발적인 지연의 경우는 자아통제(self control)로 간주되며 외적인 통제에 의해 목표나 대상이 차단되어 지연되는 경우에 나타나는 흥분된 상태를 욕구 좌절(frustration)이라 볼 수 있다. Mischel(1981)은 이러한 좌절을 인내하는 행동자체가 만족지연이라 설명하였다.

아동의 만족지연능력은 충동을 억제하고 즉각적인 만족을 얻기 위한 행위를 지연할 뿐만 아니라, 자신이 원하는 어떤 목적이나 욕구의 만족을 즉각적으로 실현시키는 대신 사회적으로 용인되는 방식으로 바꾸는 고차원적인 능력으로(Mischel, et al., 1989), 의지력과 자아강도 충동의 통제 그리고 내면화와 같은 개념들의 결정적인 요소라고 할 수 있다(Mischel, 1974). 또한 만족지연은 당장 마주하는 유혹과 미래의 보다 더 나은 보상이라는 대립되는 갈등 과제의 해결을 요구한다는 점에서 만족지연능력을 바람직한 사회생활을 위하여 꼭 함양해야 하는 인지 사회적 능력으로 정의하고 있다(Mischel, 1978).

이러한 만족지연능력은 발달의 주체인 아동이 자신과 타인을 수용하고 이해하며 적절히 자기 스스로를 통제하고 조절하는 능력으로 원만한 부드러운 성격을 유지하고 타인과 조화로운 삶을 이루며 공공의 이익을 위해 이타적 행동을 하는 등의 원활히 사회에 소속될 수 있게 하는 중요한 적응적 행동이다(이금섭, 2004).

Kopp(1982)는 만족지연능력을 사회에 적응과 지각, 주의, 기억과정과 같은 인지적인 능력을 향상시키는 요인이자 성공적인 학습요인으로 개념화하여 만족지연능력의 인지적 속성을 강조하였다. 이는 다른 또래 아동보다 일찍 만족지연능력을 갖춘 아동들이 그렇지 못한 아동들보다 학령기, 청소년기 동안 더 높은 학업 수행능력이나 보다 나은 사회적 기술을 나타냈으며, 청소년기에도 개인적, 사회적

문제에 맞닿았을 때 더 잘 대처하며 더 확고한 자기통제력 성취를 통해 책임감 있는 태도와 행동을 보이는 등 다양한 측면에서 보다 나은 사회적응력을 나타냈다(Mischel, 1978; Mischel et al., 1989).

또한 효과적인 만족지연능력은 아동기 이후 성장과정에서 방향이나 비행 활동, 반항 행동 등을 이겨내는 자제력을 내재화시키고 주의 집중 저하, 과잉 행동, 학습 동기 부족, 대인 관계 갈등, 분노, 적대 감정과 같은 부적응적 행동과 감정을 조절하는 것과 밀접한 관련이 있다(Mischel, Shoda & Peake, 1988). 이는 어려서 만족지연을 잘했던 아동들은 학업적인 성취도가 컸고, 사회적으로 합리적이며 유능하고 언어의 유창성을 가졌으며, 좌절과 스트레스 대해 더 잘 대처했다는 연구결과와 같은 맥락으로 볼 수 있다(Langefeld, Milner & Veljkov, 1997).

이에 반해, 만족지연능력의 발달이 부족한 아동은 반복적인 좌절을 경험으로 인한 욕구불만이 쌓여 학교생활 부적응과 같은 행동문제가 나타날 수 있으며(Mischel, 1974), 공격적인 행동과 반사회적 행동을 보이거나 청소년기 동안에 우울증에 걸릴 경향성의 증가와도 관련된다(Funder et al., 1983; Mischel, 1974). 이러한 만족지연능력의 결핍은 자기통제와도 관련이 있는데 자기통제력이 낮은 아동은 인지적 문제해결과제에서도 주의집중력이 부족하여 산만하고 사려성이 부족하여 학업성취가 낮을 뿐 아니라 대인관계에서도 충동적이고 공격적인 성향을 보여 정서적, 사회적 적응에 어려움을 겪거나 더 나아가 폭력적이고 파괴적 행동 등과 같은 반사회적인 행동과도 관련이 있다고 하였다(Rose, 1991). 이처럼 만족지연능력은 건강한 성격 및 행동 발달에 큰 영향을 미치며, 문제 행동 발현에 중재 역할을 할 수 있다(선우현정, 2009).

세 번째, 사회학습이론(Social learning theory)에서는 연령에 따른 만족지연능력의 변화를 사회적 강화에 의한 것으로 보았다. 즉 아동은 사회적 강화를 통하여 만족을 지연하는 능력을 갖추게 되고, 지금당장 얻을 수 있는 적은 보상보다 욕구지연으로 인해 주어지는 큰 보상을 선택하는 것이 더 가치 있고 적절하다는 것을 인식하게 된다(이금섭, 2004).

이는 지연된 보상이 실제로 실현될 것이라는 기대나 신뢰감으로 이전의 약속 이행에 대한 개인의 경험, 또는 목표지향적인 자아통제에 대한 과거의 경험에 크게 의존된다(Mischel, 1974; Mischel & Mischel, 1983).

Rotter의 기대-가치이론에서는 만족지연의 결정적인 요인을 욕구지연으로의 보상가치와 보상의 발생에 대한 기대로 구분하여 설명한다. 이러한 접근에서 지연된 큰 보상이 즉각적인 적은 보상을 선호하는 행동 간의 선택은 유용성을 고려하여 이루어지며 이때 보상에 대한 지연은 주관적 가치를 감소시키는 것으로 간주된다(Nisan & Koriat, 1977). 이는 특정 행동의 유용성이 특정한 결과를 초래할 것이라는 지각된 가능성과 그 결과에 대한 주관적 가치에 의존되는데 이러한 가능성의 수준은 지연행동에 대한 유용성의 평가에 영향을 미치며 과거의 경험에 따라 어떤 수준의 가능성을 발달시킬 수 있기 때문에 중요한 역할을 하게 된다. 이러한 측면에서 만족지연능력은 개인의 직접적인 경험 외에도 또래나 부모, 교사 등의 사회적 모델의 행동을 관찰함으로써 실제적, 상징적으로 학습된다고 할 수 있다. 이는 강화 경험, 모델 관찰, 훈련에 따른 만족지연능력을 살펴본 초기 연구(Bandura & Mishel, 1965)에 의해 지지되었다.

2. 만족지연 발달이론

만족지연능력은 즉시 받을 수 있는 보상보다는 기다려야 하지만 보다 더 바람직한 보상을 선택하는 지연선택능력으로 만 2~3세 사이에 급격한 발달이 일어나며 만 5세 이후에 보다 안정적이 된다(Rodriguez, Mischel, & Shoda, 1989).

아동의 만족지연능력의 발달은 아기가 태어나 유아기에 이르는 동안 바람직한 경험과 훈련을 통하여 좌절인내가 점차적으로 발달되어 그에 따라 만족을 지연시킬 수 있는 능력이 나타나기 시작하고, 5세에는 지연행동에 도움이 되는 책략을 사용할 수 있는 발달이 일어나며, 11~12세에는 지연행동을 위해 다양하고 더 복잡한 책략을 사용 할 수 있게 된다. 이러한 아동기의 만족지연능력은 연령의 증가와 함께 발달하며, 청년기에 이르기까지 큰 변화 없이 지속적으로 서서히 발달됨을 알 수 있다(김선하, 1997).

Flavell(1977)은 아동기는 여러 형태의 자아통제가 발달하는 시기로, 만족을 지연하는 능력은 아동기 발달에 있어 핵심적이며 중요한 인지 발달 과업 중에 하나라고 지적한다. 만족지연능력의 발달을 설명하는 일반적인 이론적 접근으로는 정신분석이론과 인지발달이론, 사회학습이론으로 나누어 볼 수 있다.

먼저 정신분석적 이론(psychoanalytic theory)에서는 만족지연을 ‘자아강도’의 특성으로 설명하고 있다. 이 이론에 따르면 만족지연능력은 자신의 충동적인 욕구를 즉시 만족시키고자하는 쾌락원리보다 유용성을 고려하여 만족을 지연하려는 현실원리가 더 우세할 때 나타나는 자아의 발달과정이다. 이는 원초아(id)와 자아(ego)의 관계를 강조하는 내용으로 쾌락원리에 지배를 받는 원초아에 의한 일차적 과정(primary process)이 현실원리에 지배를 받는 자아의 의한 이차적인 과정(secondary process)으로 이동되며 아동의 욕구지연을 가능하게 한다는 것이다. 즉 본능적이고 즉각적인 욕구의 만족을 추구하는 원초아보다 바람직한 방법으로 만족을 얻으려고 계획하는 자아의 발달이 더 우세할 때 만족지연행동이 나타난다. 이 때 목표물에 대한 직접적인 욕구발산(need discharge)이 방해받을 경우에는 환상적 심상(hallucatory image)을 형성하여 대리적인 만족을 얻음으로써 지연이 가능해진다(Singer, 1955). 그러나 욕구대상의 환상이나 심상만으로 욕구가 온전히 충족되거나 긴장이 바로 해소되는 것은 아니며 자아는 현실적인 상황에 따라 적절한 환경적 조건이 마련될 때까지 원초아의 욕구충족이나 긴장의 방출을 보류하고, 현실적으로 바람직한 방법으로 만족을 얻을 수 있는 방도를 모색하고 계획하게 된다(김혜순, 2006). 즉, 만족지연능력은 문화적 영향력에 의해 발달하기보다는 충동을 억제하려는 자아의 강도(ego strength)에 의해 형성되며, 성숙과 더불어 자발적인 자제력을 갖게 되면서 발달한다(Nisan & Koriat, 1978).

두 번째, 인지발달이론(cognitive-developmental theory)에서는 만족지연능력을 인지적 성장을 반영하는 결과로 본다. 아동은 연령이 증가함에 따라 사건을 구조화하고 현실을 이해하는 능력이 향상되며 만족지연행동을 선택하는 점차적인 경향성을 나타낸다(Nisan, 1976). 이는 사회적 기대를 인식하는 능력과 보상과 기다림의 선택상황에서 즉각적으로 받을 수 있는 적은 보상과 일정시간이 지난 후 받을 수 있는 큰 보상의 선택 중 두 가지 측면을 동시에 고려하는 인지적 능력 발달에 의한 것이다(김혜순, 2006). 같은 맥락에서 Nisan과 Koriat(1984)는 아동의 만족지연능력의 증대는 아동의 인지적 성장과 사건구성능력, 현실이해 능력을 반영하는 결과라고 주장하였으며, Klineberg(1968)는 아동의 만족지연능력의 발달은 시간전망의 확장과 시간과 보상의 크기에 대한 선택딜레마의 두 가지

측면을 모두 고려하는 인지능력이 생김에 따라 발달한다고 하였다. 이들은 아동의 지연행동의 발달이 시간 조망의 확장과 지연기간, 보상의 크기 두 가지를 동시에 고려하는 인지적 발달에 의존한다고 보았다. 결론적으로 인지발달이론에서는 아동이 만족지연을 선택하는 것은 아동의 인지발달과, 사건을 구조화하고 현실을 이해하는 능력을 의미한다.

세 번째, 사회학습이론(Social learning theory)에서는 연령에 따른 만족지연능력의 변화를 사회적 강화에 의한 것으로 보았다. 즉 아동은 사회적 강화를 통하여 만족을 지연하는 능력을 갖추게 되고, 지금 당장 얻을 수 있는 적은 보상보다 욕구지연으로 인해 주어지는 큰 보상을 선택하는 것이 더 가치 있고 적절하다는 것을 인식하게 된다(이금섭, 2004). 이는 지연된 보상이 실제로 실현될 것이라는 기대나 신뢰감으로 이전의 약속 이행에 대한 개인의 경험, 또는 목표지향적인 자아통제에 대한 과거의 경험에 크게 의존된다(Mischel, 1974; Mischel & Mischel, 1983). Rotter의 기대-가치이론에서는 만족지연의 결정적인 요인을 욕구지연으로의 보상가치와 보상의 발생에 대한 기대로 구분하여 설명한다. 이러한 접근에서 지연된 큰 보상이 즉각적인 적은 보상을 선호하는 행동 간의 선택은 유용성을 고려하여 이루어지며 이때 보상에 대한 지연은 주관적 가치를 감소시키는 것으로 간주된다(Nisan & Koriat, 1977). 이는 특정 행동의 유용성이 특정한 결과를 초래할 것이라는 지각된 가능성과 그 결과에 대한 주관적 가치에 의존되는데 이러한 가능성의 수준은 지연행동에 대한 유용성의 평가에 영향을 미치며 과거의 경험에 따라 어떤 수준의 가능성을 발달시킬 수 있기 때문에 중요한 역할을 하게 된다. 이와 같은 맥락에서 만족지연능력은 개인의 직접적인 경험 외에도 또래나 부모, 교사 등의 사회적 모델의 행동을 관찰함으로써 실제적, 상징적으로 학습된다고 할 수 있다. 이는 강화 경험, 모델 관찰, 훈련에 따른 만족지연능력을 살펴본 초기 연구(Bandura & Mischel, 1965)에 의해 지지되었다.

3. 만족지연 관련 변인

만족지연과 관련된 변인들을 밝히고자 한 선행 연구를 고찰해 보면, 크게 개인적인 변인, 환경적인 변인, 상황적인 변인으로 분류될 수 있다(김혜순, 2006). 먼저 개인적인 변인으로는 성(Mischel, & Underwood, 1974; 이수연;

1985), 연령(Mischel, & Metzner, 1962), 사회적 책임감(Mischel, 1961), 지능(Melikian, 1959; Opper, 2003; 김혜순, 2006), 통제 의 소재(Rha, 1999, Mischel, Zeiss, & Zeiss, 1973;), 충동성(Wood, 1998; Forzano et al., 2003), 정서성(Rha, 1999)과 같은 개인내의 인지적, 인성적인 변인을 다루고 있고, 환경적인 변인으로는 가정환경(이수연, 1985; Winsler, 1997), 사회계층(한미란, 1986), 부모의 양육행동(Olson, et al., 1990; Reitman & Gross, 1997; 김선하, 1997; 김수혜, 2000; 최은화, 2003; 김혜순, 2006; 김선화, 2010)등의 광범위한 사회문화적인 맥락에서의 변인을 다루고 있다. 그리고 만족지연능력에 영향을 미치는 상황적인 변인으로는, 보상의 제시조건과 방법(Mischel & Ebbeson, 1970; Mischel & Baker, 1975; Miller & Karniol, 1983), 욕구만족을 지연하는 사람의 기분상태(Moore, et al., 1976; Schwarz & Pollack, 1977)나 정서적 유도(Aderman, 1972; Kidd & Berkowitz, 1976), 욕구만족을 지연하는 모델의 관찰(Bandura & Mischel, 1965), 등을 들 수 있다. 이 중 본 연구의 프로그램 개발과 관련된 변인, 즉 개인적 변인과 상황적 변인을 중심으로 고찰해보고자 한다.

a. 만족지연능력과 개인적 변인

1) 연령

만족지연능력이 연령의 증가와 함께 발달한다는 연구들을 살펴보면, Mischel & Metzner(1962)는 5~12세 아동들을 대상으로 한 연구에서, 만족지연은 연령과 긍정적인 관계를 가지며, 이전의 아동에 비해 8.5~9세의 아동들에게서 만족지연의 큰 변화가 일어남을 발견하였다. 이는 허수경(1996)의 4세, 6세, 8세 아동들 대상으로 만족지연시간과 연령의 관계를 연구결과에서 연령이 높아짐에 따라 만족지연시간이 길어진다는 연구결과와 일치한다. 또한 김혜순(2006)의 4-5세 아동들 대상으로 만족지연능력 관련변인에 대한 연구결과에서도 연령에 따른 만족지연능력에서의 차이가 유의하다고 하였다.

하지만 또 다른 연구에서는 만족지연능력이 연령에 따른 유의미한 차이가 나타나지 않았다고 하였다. 조희숙(1988)의 연구에서는 연령은 만족지연발달에 기여하는 하나의 요인이 되긴 하지만, 연령의 증가가 무조건적인 지연 능력의 성장을 보장하지는 않는다고 보고하였다. 이금섭(2004)의 만 4-5세 부적응 아동의 만족지연능력에 관한 연구에서는 부적응 아동의 연령에 따른 만족지연행동의

차이는 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 이러한 선행연구들을 종합하면, 만족 지연이 연령과 함께 발달한다는 연구에서는 4세~12세까지 연령 간 차이가 크고, 연령 간 차이가 크지 않은 4-5세 아동을 대상으로 한 연구에서는 만족지연과 연령에 대해 비일관적인 연구결과를 보여주고 있다.

2) 지적능력

아동은 연령증가에 따른 성숙에 의한 지적 성장뿐만 아니라 아동 개인의 지적능력의 차이에 의해서도 만족지연능력의 차이가 발생한다(Mischel et al., 1973; Mischel & Baker, 1975; Miller, 2001; Scoville & Chambliss, 1994; McCabe, et al., 2000; Oppen, 2003). 일찍이 Melikian(1959)은 즉각적인 보상을 선택한 집단과 지연된 보상을 선택한 집단 간의 지능지수(IQ)의 차이가 통계적으로 유의하다고 보고하였다. 또한 Vaughn 외(1986)의 연구에서는 18~30개월 유아를 대상으로 만족지연실험을 하여 연령의 효과를 제외하고도 만족지연과 지적 발달이 유의미한 상관을 가지는 것을 입증하였다.

이에 Langenfeld 외(1997)는 4-5세 아동을 대상으로 만족지연능력과 지능이 유의미한 관련이 있음을 확인하였고, 만족지연능력에 대하여 10-30세를 대상으로 한 Steinberg 외(2009)의 연구와 대학생을 대상으로 한 Shamosh 외(2008)의 연구에서도 IQ가 높을수록 만족 지연을 더 잘 하는 것으로 나타났다.

국내연구로는 김혜순(2006)의 연구에서 지능이 높은 4-5세 아동이 그렇지 않은 아동보다 만족지연실험에서 더 많이 통과하였으며, 3세 아동을 대상으로 한 김바로미(2008)와 엄윤주, 장유경(2009)의 연구에서는 만족지연실험을 성공한 집단과 실패한 집단에서 지능 수준의 차이가 유의미하다고 보고하였다. 또한 김양선(2009)은 아동의 지능수준에 따라 교사에 의해 평정된 만족지연능력에 유의미한 차이가 있다고 밝혔다. 즉 아동의 지능이 높을수록 교사가 보고한 아동의 만족지연능력이 더 높았다. 이러한 선행연구를 종합하면, 아동의 만족지연능력은 지적 성장을 반영하며 사건을 구조화하고 현실을 이해하는 개인의 지적능력의 발달에 의한 것으로 볼 수 있다.

3) 정서성

개인의 행동은 인지체계와 정서체계의 통제 아래에 있으며 지적 기능은 정서의 영향을 받는다. Mischel은 만족지연선택상황에서 자극, 가치, 기대변인의

역할을 강조하였는데, Rosenhan(1974)등은 이런 요인들이 개인의 정서 상태에 의하여 부분적으로 결정된다고 하였다. 이러한 정서성은 행동에 중요한 특성으로 여러 연구자들에 의해 연구되어 왔으며, 근래에는 정서성에 대한 접근방법으로 긍정적인 정서성과 부정적인 정서성이 단일차원의 양극단에 존재하는 것이 아니라 독립된 두 개의 차원으로 평가하는 관점이 중요시되고 있다(Belsky, Kuang-Hua, & Crnic, 1996). Moore 외(1976)의 연구에서는 긍정적인 기분을 느끼는 아동이 만족지연실험상황에서 지연적인 보상을 선택하는 경향이 있다고 하였다. 이는 아동이 행복한 정서를 느낄 때 즉각적인 보상보다는 지연된 보상을 더 많이 선택한다는 것이다(Moore & Clyburn, Underwood, 1976).

이에 긍정적인 정서성을 지닌 사람은 부정적인 정서성을 지닌 사람보다 만족지연이 요구되는 상황에서 자신의 욕구를 지연시키고 이에 따른 보상을 얻을 가능성이 높다고 할 수 있다. 이는 긍정적인 정서성이 만족지연능력으로 인하여 개인에게 가중되는 심리적 부담을 견뎌낼 수 있는 의지력을 증대시키고, 개인이 얻을 수 있는 이익에 주의를 기울이게 하며 더 우호적인 경향을 보이게 하기 때문이다(김혜순, 2006).

반면 부정적인 정서성을 지닌 사람은 못마땅한 자신의 성향을 혐오하게 되며 이러한 혐오스러운 정서 상태를 완화시킬 수 있는 자원을 갖고자 하는 욕망이 커진다(김혜순, 2006). 이는 실제로 지연된 보상을 얻고자 하는 기대와 이를 위해 기다릴 의지를 감소시킨다(Moore, Underwood & Rosenhan, 1973; Rosenhan, Underwood & Moore, 1974). 또한 이런 상태를 끝내고자 하는 자기 치료적시도로서, 지연행동을 중지하고 개인에게 유용하고 즐거움을 주는 자원을 즉각적으로 얻으려고 하기 때문에(Loftis & Hoffman, 1973), 부정적인 정서가 높은 경우 문제행동을 일으킬 가능성이 커진다(Bates, 1990; Kyrios & Prior, 1990; Eisenberg & Fabes, 1992;). 위에서 살펴본 바와 같이, 아동의 정서성은 아동의 만족지연능력에서의 차이를 가져올 수 있는 주요요인임을 알 수 있다.

4) 지연전략

만족지연전략에 관한 선행연구들은 보상을 만지기 전까지 아이가 기다린 시간의 양과 만족지연과제에서의 아동의 전략적 행동을 주로 연구해왔다(Vaughn et al., 1984, 1986). 만족을 지연하기 위해서 아동들은 매우 어린 시기부터 자발적으로 다양한 유형을 고안하여 사용한다. 만족지연전략이란 만족지연능력이 요구

되는 상황에서 아동이 지연을 유지하기 위하여 취하는 여러 가지 행동 유형이다 (Rodriguez et al., 1989). 즉 여러 연구에서 단지 18개월 된 아동이 어떤 상황에서는 행동을 통제하고(Tinsley & Waters, 1982), 행동을 억제(Vaughn, et al., 1984)하는 등 이미 3세 이전부터 만족을 지연하는 능력이 나타나기 시작하여 5세에는 지연행동에 도움이 되는 책략을 사용할 수 있는 발달이 일어나며, 11-12세가 되면 지연을 위한 좀 더 복잡한 책략을 사용할 수 있게 된다(Vaughn et al., 1984; Vaughn et al., 1986; Rodriguez et al., 1989;).

시각적인 전략은 보상물에서 주의를 옮겨서 다른 곳을 쳐다보는 전략이라고 할 수 있다. 2-3세 아동을 대상으로 한 Vaughn과 동료들의 (1986)연구에서 어린 아동이 사용한 전략은 “직접적인 시선 집중 피하기(directing attention away)”였는데 보다 길게 기다리는 아동은 짧게 기다리는 아동보다 많은 시간을 보상물로 부터 얼굴을 돌리고 있었다. 이는 매우 어린유아는 사회적인 요구에 대하여 자신의 행동을 통제하기 위해서 아예 보상물을 바라보지 않으려는 맹목적인 전략을 사용함을 알 수 있다. 따라서 유아가 보상에 집중하거나 눈앞에 있을 때 지연에 어려움이 있음을 알 수 있으며 그러한 보상물이 앞에 있는 상황에서 시각적 전략의 사용이 자연스럽게 생김을 알 수 있다.

언어적인 전략은 아동이 스스로 말을 함으로써, 만족지연을 지속시키는 전략이다(Toner & Smith, 1977). Vygotsky(1962)에 의하면 혼잣말은 문제해결을 위한 활동을 계획하고 이끌고 지도하는 도구로 사용되며, 자아를 통제하는 역할을 한다. 또한 Berk(1986)도 혼잣말이 아동으로 하여금 과제에 대한 주의를 유지시키고 과제의 해결을 촉진시키는 행동들을 하게 하는 한편, 자기조절의 기능을 한다고 주장한다. 흥미로운 사실은 2세 아동이 사용한 언어적인 전략에서 발언내용의 의미는 중요한 것이 아니며, 단지 말하는 행위로 근육 운동행동의 조절을 용이하게 한다는 것이다(Tinsley & Waters, 1982). 그러나 일정한 연령에 도달하면 자기가 한 언어전략의 내용에 의해서 영향을 받는다. 즉, 유치원 연령을 대상으로 자기 스스로 말하도록 하는 언어적인 자기교시(self-instruction)를 하여 만족을 지연하는 과제를 수행하게 한 연구(Patterson & Mischel, 1975, 1976)에서 유혹에 저항하는 내용으로 자기교시를 한 아동들은 다른 내용의 자기교시를 한 아동들보다 더 오랫동안 만족을 지연하였다. 따라서 매우 어린 아동들에게는 발언내용의

의미가 중요한 것이 아니지만, 유치원 연령의 아동들은 인지적인 발달로 인해 그 말의 의미가 지연행동에 영향을 준다고 할 수 있다.

한편, 운동적인 전략은 아동이 자신의 몸을 사용하는 신체적인 활동을 하여 지연을 유지시키는 것을 뜻한다. Yates와 그 동료들(1981)은 5~8세의 아동 대상의 24%가 일반적인 지연유지에 관한 실험 동안에 몸을 산만하게 움직여서 만족을 지연하려는 행동의 전략을 나타낸다고 보고하였는데, 오래 기다린 집단의 아동들은 이러한 운동적인 전략을 많이 사용하였다. 운동적인 전략은 아동의 연령과는 관련이 없는 것으로 나타났는데(Yates, Lippett, Yates, 1981; Yates, et al, 1987), 이것은 어린 나이에도 몸을 사용하여 주의분산을 하는 운동적인 전략을 알게 되는 것으로 아동이 운동적인 전략을 쉽게 생각해낼 수 있는 것으로 보인다.

또한 단순한 전략사용보다는 복합적이고 다양한 전략의 사용은 만족지연능력의 증대를 의미하며, 수준 높은 인지적 전략의 도입은 지연을 증가시킬 수 있다. 6세 아동을 대상으로 한 이영미(1996)의 연구에서 300초 이하를 기다린 아동들은 단순히 시각적인 전략만을 사용한 반면, 600초 이상 지연한 아동들 중 많은 아동들이 시각적, 운동적, 인지적 분산을 복합적으로 사용하였음을 보여주었다.

만족지연전략에 관한 최근연구로는 인지적이고 감정적 인성 체계에서의 주의력조절에 관한 Mischel과 Ayduk(2002)연구가 있다. 이는 아동들이 가치 있는 목표를 성취하고자 하는 길에 공존하는 장애와 유혹을 극복하도록 하는 의지력을 만족지연에 있어서의 주의적인 메카니즘으로 설명하고 있다. 즉, 아동의 주의적인 조절력은 장기간의 목표성취를 위태롭게 하는 충동적인 반응을 예방하도록 돕는다.

주의력은 종종 만족지연전략을 성취하는 데 있어 매우 중요한 요소로 평가되어왔다. 그리하여 시각적 전략이나 주의분산, 인지적 전략 등은 대부분 아동의 주의력의 방향에 의거하여 설명되고 있다.

b. 만족지연능력과 상황적 변인

1) 보상제시조건

만족지연은 보상의 제시조건에 따라 미치는 영향이 다른데, Mischel과 여러 연구자들은 만족지연이 아래와 같은 조건에서 더 쉬워진다는 것을 발견하였다.

첫째, 지연에 대한 보상이 지연을 하는 기간 동안에 가시적인 유혹으로 실제

눈앞에 제시되지 않았을 때이다. Miscel과 Ebbeson(1970)의 연구와 Mischel과 Ebbeson, Zeiss(1972)의 연구, Patterson과 Carter(1979)의 연구 등에서 지연을 하는 기간 중 보상을 보지 않았던 아동은 보상을 직접 본 아동보다 그 지연시간이 길었다. 그리고 지연에 대한 보상을 그림이나 사진 슬라이드로 제시하는 경우 보상을 실제로 제시하는 경우보다 그 지연시간이 길었다(Mischel & Moore, 1980). 이는 아동이 보상을 기다리는 동안에 사탕과 초콜릿같이 소모적 특질의 보상을 직접 보게 되면 바로 그 보상에 주의를 집중하고 그 보상만을 생각하게 되어 그에 따른 좌절의 증가로 인해 만족지연이 어렵게 된다는 것이다.

둘째, 아동이 지연을 하는 기간 중 다른 것에 관한 유쾌한 생각을 함으로써 스스로 보상에 대한 생각으로 부터 벗어날 때 지연이 향상된다. Yates 외(1981)는 연구에서는 지연을 하는 기간 중 자발적으로 분산적인 행동을 하거나 분산적인 사고를 하였다고 실험자에게 보고한 피험자의 지연시간이 더 길었다고 하였다.

셋째로 음식과 같은 보상의 매혹적인 맛보다는 보상의 추상적인 속성에 대해 생각할 때, 즉 보상에 대하여 이성적인 생각을 할 때, 만족을 지연하는 것이 더욱 쉬워진다. Miscel과 Baker(1975)의 연구에서는 보상의 비소모적인 특질에 맞추어 보상을 생각할 때 지연이 향상된다고 하였다. 이는 욕구에 대한 좌절을 적게 일으키면서 보상 조건을 상기시켜 주는 역할을 함으로써 만족지연을 도와 준다는 것이다.

넷째, 보상 자체에 관한 감정적인 생각을 하기보다는 기다리는 언행과 보상의 가치에 대하여 생각할 때 등이다. 이에 Toner 외(1979)의 연구에서는 나는 기다리는 것을 좋아한다고 말하게 한 것이 지연시간에 도움을 주었다고 하였으며, Toner와 Smith(1977) 그리고 Gribble(1979)의 연구에서는 “나는 (보상)을 기다리고 있다”라는 말로써 보상을 기다리는 과제 자체에 대하여 생각하게 한 경우 지연시간을 증가시켰다고 하였다.

2) 욕구만족을 지연하는 모델의 관찰

개인이 욕구의 만족을 지연할 경우에는 선택상황으로 인한 내재된 갈등과 자신이 원하는 결과를 즉시 얻을 수 없다는 무능감, 그리고 기다림이라는 단순한 활동에서 오는 지루함으로 인해 욕구좌절이 생긴다. Bandura와 Mischel(1965)은 이러한 욕구만족이 요구되는 상황에서 모델을 관찰하는 것이 지연시간에 어떠한

영향을 미치는지 초등학교 4학년 아동과 5학년 아동을 대상으로 모델링을 통한 만족지연능력에 대하여 연구하였다.

실험방법으로는 첫 번째 단계에서는 아동이 즉시 얻을 수 있는 적은 보상을 선택할 것인지 아니면 지연을 해야 하지만 좀 더 큰 보상을 선택할 것인지에 따라 두 집단으로 나누었다.

두 번째 단계에서 지연된 보상을 선택한 집단과 즉각적인 보상을 선택한 집단 각각에게 세 가지 실험상황을 제시하였다. 첫 번째 상황에서는 아동의 선택 행동과 반대되는 행동을 하는 실제 모델을 보여주고, 두 번째 상황에서는 아동의 선택 행동과 반대되는 행동에 대하여 쓰인 글을 보여주었다. 그리고 세 번째 상황에서는 모델도 글도 보여주지 않았다. 그 결과 지연된 보상을 선택했던 아동이 즉각적인 보상을 선택하는 모델을 관찰하였을 때 즉각적이고 작은 보상을 선택하는 경향이 많았고, 반대로 즉각적인 보상을 선택하였던 아동이 지연된 보상을 선택하는 모델을 관찰하였을 때 지연된 보상을 선택하는 경향이 많았다.

이러한 연구결과에서 만족을 지연하는 모델을 직접 관찰하거나 상징적인 모델을 관찰할 때 아동의 자발적인 지연행동이 증가됨을 알 수 있었다. 따라서 모델링이 아동의 만족지연능력에 영향을 미치는 변수라는 것으로 볼 수 있다.

3) 정서적 유도

정서의 효과에 관한 연구들에서는 사회적으로 바람직한 행동, 즉 이타적 행동, 자아통제, 자기만족, 학습 등을 유도하는데 있어 정서의 역할이 중요함 나타내고 있으며(Fry, 1975; Moore, Underwood & Rosenhen, 1973), 정서가 다양한 자아-타아 지향적 행동의 일반적인 상황적 조건이 된다고 한다(Tomkins, 1965).

이에 만족지연과 관련된 정서유도에 대한 연구는 다양한 방법 이루어 졌는데, 이러한 연구에서는 아동에게 유머를 느끼게 하여 즐거운 감정을 조작하는 방법(Kidd & Bewkowitz, 1976; 류현수, 이정숙, 2006)과 기분을 고양시키는 형용사를 읽게 하는 방법(Aderman, 1972), 그리고 아동에게 기대하지 않던 선물을 주어서 즐거운 감정을 느끼게 하는 방법(Mischel et al., 1973; Rosenhan, 1974)이나 성공이나 실패의 경험을 갖게 하는 방법(Fry, 1975)등을 통해 정서를 유도하였다.

그리고 근래에 아동의 정서 유도에 대한 연구들은 주로 회상절차를 통해 이루어졌다. Mischel, Ebbesen과 Zeiss(1972)는 3~5세 아동을 기쁜 일에 대해

생각하게 하는 집단과 슬픈 일에 대해 생각하게 하는 집단, 그리고 보상물에 대해 생각하게 하는 집단으로 나누어서 아동들이 지연되는 큰 보상을 위하여 기다리는 시간을 측정하였는데 그 결과 아동들은 보상물이나 슬픈 일에 대하여 생각하게 했을 때보다 기쁜 일을 생각하게 했을 때 더 오래 기다렸다.

이는 아동에게 기쁘고 즐거웠던 경험과 슬프거나 괴로웠던 경험을 생각하게 하여 긍정적 정서와 부정적 정서를 유도한 후, 각 정서상태가 욕구만족 지연에 미치는 영향을 살펴본 것이다. 이 회상절차는 조작이 단순하다는 것과 정서유도가 일시적이라는 특징을 가지고 있지만, 그 효과의 강력함이 여러 연구들에 의해서 입증되었다(Moore & Clyburn, 1976; schwarz & Pollack, 1977; Master & Sroufe, 1978; Yates & Lippett, 1981).

이상의 선행연구들을 종합하면, 아동은 인지적 성장을 반영하는 구체적 조작기에 큰 변화가 일어나고, 개인적인 특성이나 성향에 관계되어 있다고 인식되어 온 여러 행동들은 다양한 상황조건의 영향에 의해 달라질 수 있다는 것을 알 수 있었다. 이는 만족지연의 과정에서 개인적 변인과 상황적 변인이 함께 상호작용하여 개인의 만족지연능력에 영향을 준다는 것으로 볼 수 있다(허수경, 1996).

C. 스마트폰 중독과 만족지연

1. 스마트폰 중독과 만족지연의 관계

기존의 연구에서 만족지연능력과 자기 통제력, 그리고 자기조절력의 각 개념적 정의를 혼용하여 사용하고 있다. 그 이유는 자기통제력의 구성요소는 순종, 욕구지연, 자기점검이라 할 수 있고(이경임, 1996), 자기조절력은 행동억제와 정서성으로 구성되는 자기통제요인과 자기평가와 자기존중요인으로 구성되는 자기점검요인으로 이해(이정란, 2003)되었기 때문이다. 그러므로 행동억제나 욕구지연 등의 행동적 특성을 모두 포함하고 있는 만족지연능력은 자기통제력과 자기조절력의 발달에 중요한 영향을 끼치는 능력이라고 해석될 수 있다.(김혜순, 2006)

스마트폰 중독과 관련된 변인에 대한 연구는 초기 단계로 많은 연구가 이루어지지 않아 스마트폰과 비슷한 성격의 매체인 인터넷 및 휴대전화 중독에 관한

선행연구를 분석하였다. 스마트폰 중독, 인터넷 및 휴대전화 중독의 자기통제력을 중심으로 만족지연과 스마트폰 중독의 관계를 살펴보았다.

휴대폰 중독 선행연구에서 양중훈(2011)은 대학생들을 대상으로 외로움과 자기통제력을 휴대폰 중독 성향에 주요 변인으로 본 연구에서는 자기통제력이 휴대폰 중독성향에 부적상관관계로 휴대폰 중독이 높을수록 자기통제력이 낮아지는 것을 볼 수 있었고, 그 하위변인인 즉각적 만족추구는 휴대폰 중독 성향에 높은 영향을 미치고 있음을 확인하였다. 선행연구(김미란, 2013; 배의진, 2013; 임경미, 2013; 정은지, 2013; 고영미, 2012; 피은경, 2011; 최옥영 2010)에서도 자기통제력이 휴대폰 중독적 사용에 유의한 영향을 주는 요인으로 자기통제력이 낮을수록 휴대폰중독에 취약한 것으로 나타났다.

인터넷 중독 연구에서 박은영(2005)의 청소년을 대상으로 자기통제력과 자기효능감이 인터넷 중독에 미치는 영향을 살펴본 연구에서 자기통제력이 인터넷 중독에 영향을 주며 윤성민(2006)은 자기통제력을 인터넷 중독적 사용에 가장 큰 설명력을 갖는 요인으로 지적하였다. 조정희(2008)의 중학생의 인터넷 중독 정도에 따른 자기통제력 및 또래관계의 차이를 본 연구에서는 인터넷 중독 정도에 따라 자기통제력 정도에 유의한 차이가 있는 것으로 인터넷 중독 정도가 높은 수준의 집단이 낮은 수준의 집단보다 자기통제력이 낮았다. 또 다른 인터넷 중독 연구에서는 낮은 자기통제력을 가진 사람은 현실 생활에서 자신의 할 일들이 있음에도 불구하고 가상세계에서 즉각적인 욕구만족을 추구하므로 계속해서 인터넷에서 제공하는 강화를 포기하지 못하고 중독에 빠져든다고 하였다(송원영, 1998; 이계원, 2001). 그 외 선행연구(권은정, 2016; 박송호, 2014; 최하나, 2013; 이경환, 2011; 서은수, 2011; 김인숙, 2008; 김면중, 2007)에서도 자기통제력이 낮을수록 인터넷 중독에 취약한 것으로 인터넷 중독에 자기통제력이 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 충동적이고 집중력이 부족하며 즉각적인 만족을 추구하는 사람이 목표지향적이고 더 큰 만족을 위해 욕구를 지연하는 사람보다 인터넷 중독에 취약함을 의미한다.

스마트폰 중독 연구에서 서애정(2013)은 고등학생의 자기통제력과 스트레스 대처방식이 스마트폰 사용 수준에 미치는 영향에 대한 연구에서 스마트폰 중독과 자기통제력이 높은 상관관계를 갖는 것으로 나타났다. 즉 자기통제력이 부족한

아동은 충동성이 높고 즉각적인 만족을 추구 하는 경향이 있으며 집중력과 인지 능력, 대인관계기술 등이 부족한 경우가 많기 때문에 일상생활이나 학교에서 성공경험이 적어 만족감을 느끼지 못하거나 친구로부터 거부당하는 느낌을 겪게 되어 이러한 부적응상황으로부터 벗어나고 자신의 즉흥적인 욕구충족을 위해 문제행동에 가담하게 될 가능성이 높다(박성수, 1999). 특히 성장기에 아동들은 자기통제력이 발달하는 시기로 큰 만족을 위해 자신의 욕구를 지연하기 보다는 즉각적인 욕구의 만족을 추구하며 충동성이 높고 집중력과 인내심이 부족하여 스마트폰 중독에 빠지기 쉽다. 선행연구를 보면 아동·청소년을 대상으로 자기통제력이 높을수록 스마트폰 중독 성향이 낮은 것으로 나타났다.(이승래, 2015; 전홍빈, 2015, 김유연, 2015; 박정아, 2014; 정명순, 2014; 이수연, 2014).

선행연구를 종합하면 자기 통제력이 낮은 아동일수록 스마트폰과 인터넷, 휴대폰 등 미디어매체의 중독과 밀접한 관계가 있음을 알 수 있었다. 이를 통해 자기통제력은 중독행동과 문제행동을 줄이는데 관리하는데 중요한 요인으로 아동에게 자기통제력의 발달은 장기적 만족을 얻기 위한 만족지연능력 함양에 필요하다고 할 수 있다.

D. 집단미술치료

1. 집단미술치료의 개념 및 특징

미술치료는 심리치료의 한 분야로 인간의 조형 활동을 통하여 개인의 갈등을 조절하는 동시에 자기표현과 승화작용을 통해 자아성장을 촉진시켜준다(박성미, 2014). 미술치료에서의 미술은 미술작품과 그 작품을 창작하는 전체의 과정을 지칭하며 이러한 창조적 활동에서의 심리 치료적 기능은 내담자를 치료하는데 있어 중요한 매개체가 된다. 이는 내면세계에 간직된 인간의 감정을 자유롭게 들어내는 것과 동시에 언어로써 표현함에 서로 상충되는 감정 위기의 완충제가 되고, 카타르시스 효과와 함께 감정 교류를 조정하는 역할을 한다(김동연, 이성희, 1997). 이은진 외(2008)는 ‘미술치료는 내담자의 무의식을 의식화하는데 유용한 하나의 방법으로 다양한 예술분야 중에서 미술이라는 기법을 통해 내담자를 이해

하고 문제를 해결해 나가는 심리치료 기법 중의 하나이다.’ 라고 정의 하였다.

특히 자신을 표현하는데 있어 어려움을 가진 사람들에게 자기 자신의 잠재된 감정을 시각적으로 더욱 풍부하게 표현하게 해줌으로 심리적, 정서적 갈등을 완화시켜 준다. 특히 아동에게 미술치료는 아동의 내적세계를 반영하며, 창의성을 증진시켜 아동 자신과 환경에 대한 관심, 독창성, 상상력을 확장시킨다. 또한 미술표현에서 아동이 자신의 생각을 자유롭게 표현할 수 있다면, 일상생활에서 마주하게 되는 정서적, 지적 문제를 집적 대면하여 해결하고자 하며 새로운 상황에서 쉽게 적응하며 적절히 대처할 수 있다고 하였다(Lowenfeld, Brittain, 1975).

Kramer(1971)는 아동이 미술작업을 통하여 갈등을 해소하고 파괴적 에너지를 전환시키는가에 주목하였고, Waller(1993)는 미술치료가 소극적이고 내성적인 아동에게도 손쉽고 자연스럽게 접근할 수 있는 재료들을 사용하도록 하는 상호작용의 기회를 제공하며 미술작업을 통해 치료사와 내담자간에 언어적, 비언어적인 의사소통이 가능 할 수 있도록 도움을 준다고 하였다(문리학, 2008).

선행미술치료 연구에서 언급된 미술치료의 장점을 정리하면 다음과 같다.

첫째, 미술치료는 자신의 내면을 상징적인 이미지로 표현하는 비언어적인 의사소통 방식으로(Malchiodi, 2000), 내담자의 방어를 감소시켜 미술로의 자기표현이 가능하다. 특히 언어적 의사표현이 어려운 아동이나 의사소통에 장애가 있는 대상에게 의사소통 도구로서 적합하다.

둘째, 미술치료는 무의식적인 정신세계의 표출을 도와(Wadeson, 1987) 내담자의 무의식 상태를 상징적인 미술 표현으로 드러낼 수 있게 한다.

셋째, 미술치료는 미술작업을 통해 내담자의 부정적 감정들을 해소시켜 내적 카타르시스를 경험하게 하며(Malchiodi, 2000), 정서적 안정을 도모한다.

넷째, 미술치료는 자신이 주체가 되어 주도적으로 미술작업을 함으로써 자신감과 성취감을 가질 수 있고(Malchiodi, 2000), 미술매체의 사용과 미술표현의 과정을 통해 통제능력을 키워준다.

다섯째, 미술치료는 미술작업의 결과물로 영속성을 갖으며, 미술작업으로의 회상 가능하다(Wadeson, 1987). 이에 미술작업은 어떤 유형의 자료를 즉각적으로 얻을 수 있고 지속적으로 비교와 분석의 과정을 가능하게 한다.

미술치료는 개인미술치료 이외에도 집단미술치료로서 진행되기도 하는데 이는 집단치료의 치료적 특성이 집단미술치료에 적용된다고 볼 수 있다 (Malchiodi, 2000).

집단치료가 개인치료와 비교해 보았을 때 주는 이점으로는 치료사와 내담자의 일대일 관계보다 집단 간 상호작용에서 오는 치료적 영향이다. 집단원과 자신의 경험을 나눔으로써 교정적-정서적 체험을 통하여 타인과의 신뢰감을 형성하고 새로운 의사소통 능력을 가질 수 있도록 도와준다. 집단원은 집단치료 과정 속에서 안정함을 느끼며 수용과 지지를 받음으로써 신뢰감과 친밀감이 형성된다. 이러한 상호존중의 분위기 속에서 내담자들은 서로 피드백을 주고받으며 문제해결을 위한 아이디어를 나누고 배우게 된다(최선남, 김갑숙, 전종국, 2007).

Yalom은 집단미술치료에서 집단은 집단 내의 상호작용을 통하여 변화와 개선을 추구하는 역동적인 집단으로 치료적 요인이 된다고 하였다(전종국, 2007). 집단 치료는 집단이 지원과 나눔을 경험함으로써 자연스럽게 희망을 주입시키며, 사회관계속에서의 타인과 자신을 새롭게 받아들이는 사회 기술을 학습하고 습득할 수 있는 기회를 제공한다. 또한 집단을 통해 집단구성원들은 비슷한 경험의 보편성을 발견하게 되어 문제해결에 도움을 줄 수 있으며 의견교환과 대화를 통해 고립감을 감소시켜준다.

집단미술치료는 개인작업과 집단작업, 그리고 만든 작품에 대한 개개인의 느낌과 생각을 나누는 과정으로 이루어지는데(Wadson, 1987), 이는 창의적 미술활동을 통해 작품에 나타난 개인의 내적세계를 집단원들과 함께 나누고, 다양한 감정 및 경험들을 표현함으로써 자신에 대한 부정적 에너지를 해소시키며 긍정적 에너지로 전환시킨다. 이러한 과정에서 집단원들은 사적인 경험과 공적인 경험을 동시에 하게 되어 개인차와 보편성을 인식하게 되며, 집단 안에서의 자기관찰과 타인의 피드백을 통해 자신의 행동 특성을 파악하게 된다. 이는 자신에 행동특성의 파악은 타인과의 마찰을 이해하는 기반이 되어 변화를 이끌며, 이러한 변화는 그들의 일상생활의 변화를 가져온다.

또한 아동은 자기표현과 또래의 상호작용에 어려움이 있기 때문에 집단미술치료가 효과적이다. 집단미술치료에서 아동은 미술매체를 함께 사용하고, 집단작업을 하거나 미술작업에서의 도움을 주고받으며 자연스럽게 관계경험을 한다.

결과적으로 아동에게 집단미술치료는 미술로의 다양한 체험을 할 수 있고, 집단 활동으로의 사회적 소속감을 갖으며, 긍정적 또래관계의 경험을 할 수 있는 기회가 된다는 점에서 중요한 의미를 갖는다.

Wadeson(1987)가 제시한 집단미술치료를 진행함에 있어 고려해야 할 구조적 사항은 다음과 같다.

집단미술치료는 시간과 장소가 변동되지 않는 것이 좋으며, 집단구성원의 나이, 성별, 인종, 사회·경제적 지위 등이 다양한 것은 좋지만 편차를 고려해야 하며, 개인의 기능수준 고려해야 한다. 치료집단을 위한 최적의 인원은 5~10명이며, 한 회기 당 시간은 주의집중을 할 수 있는 시간의 범위여야 한다. 연속성을 확립하기 위해 적어도 일주일에 한 회기이상 집단미술치료를 진행하도록 해야 한다.

2. 집단미술치료와 스마트폰 중독

스마트폰 중독과 유사한 인터넷 중독과 집단미술치료에 대한 선행연구를 살펴 보면 집단미술치료는 자신의 중독증상을 부정하는 인터넷 중독 아동·청소년에게 구체적인 유형의 자료로써 자신의 중독을 인식하고, 인터넷 중독적 사용에 대한 자신의 심리욕구를 이해하는데 효과적이며, 이는 일상생활이나 학교상황에서의 불안과 갈등을 감소시키고, 교사 및 또래관계에 대한 긍정적 지각과 수용하는 태도의 향상에 도움을 준다고 하였다(이정희, 2002). 또한 강민경(2008)은 집단 미술치료가 청소년의 인터넷 과다 사용으로 인한 갈등을 해소하여 자기인식을 경험하게하며, 인터넷 중독증상 감소에 긍정적인 영향을 미쳤다고 하였다.

인터넷 중독 아동에게 집단미술치료를 실시한 선행연구에서 안두경(2011)은 집단미술치료 프로그램이 갖는 정서적 안정과 성취 경험이 인터넷 중독 아동의 자기효능감을 상승시켜 인터넷 중독수준을 완화시켰다고 밝혔으며, 문리학(2008)은 집단미술치료에서의 미술은 아동들에게 친숙한 활동으로 자신이 주체적으로 미술활동을 주도함으로써 통제감을 가질 수 있어 인터넷 중독 증상 감소에 영향을 준다고 하였다. 집단미술치료와 스마트폰 중독에 관련된 선행연구에 따르면 박성미(2014)는 집단미술치료가 스마트폰 중독에 무방비하게 노출되어 있는 중학생에게 긍정적인 자아상의 확립과 학교적응에 도움을 주어 스마트폰 중독에서 벗어날 수 있는 기회를 제공해 준다고 하였고, 전소영(2013)은 미술치료

프로그램이 스마트폰 중독 초등학생의 중독성과 공격성 감소에 효과적이라고 하였다. 또한 집단미술치료는 집단활동을 통해 타인과 상호작용하며 자신의 모습과 감정을 인식하고, 미술 창작 활동을 통해 긍정적 자기 경험을 함으로써 스마트폰 과다사용 아동의 중독행동 개선에 도움을 주어 스마트폰 의존도 하락에 효과적임을 나타냈다(김은정, 2014).

인터넷 중독 아동과 청소년에게 긍정적인 효과가 있는 집단미술치료는 스마트폰 중독 아동에게 창조적인 미술작업으로의 성취감과 즐거움을 느끼게 하며, 창작 과정에서 표현되는 시각적인 이미지 작업은 자신의 중독을 인식하고 자기조절력을 기를 수 있는 환경을 제공할 수 있다. 또한 집단 속에서 타인의 모습을 관찰하며 스마트폰 중독의 개인적인 요인에 대해 탐색 할 수 있게 하고 스마트폰에 몰입 하던 에너지를 환기시켜 자신의 긍정적인 미래와 꿈을 인식 할 수 있도록 도울 수 있다(박성미, 2014).

3. 집단미술치료와 만족지연

만족지연능력 발달에 행동적 표현방법인 자기통제와 집단미술치료에 관련된 선행 연구를 살펴보면, 이영옥과 이정숙(2010)은 자기통제력은 인지적 요인과 행동적 요인의 결합으로(Kendall & Wilcox, 1979) 아동을 대상으로 한 집단 미술치료가 계획하는 능력과 자기점검, 자기평가 그리고 자기 강화에 도움을 주어 자기통제력 향상에 효과적임을 보고하였다. 그리고 강삼희 외(2006)는 다양한 방법의 집단미술치료 프로그램이 즉각적인 반응을 추구하고, 사소한 자극에 민감하게 반응하여 쉽게 산만한 행동을 보이는 등의 낮은 자기통제력의 부정적인 행동 특성을 긍정적으로 수정시키고 변화하는데 도움이 된다고 하였다. 이미현(2014)은 입원병동 알코올의존환자를 대상으로 한 집단미술치료 프로그램이 자기통제력과 대인관계변화에 효과가 있다고 보고하였으며, 최상열(2014)은 집단미술치료가 학교폭력 가해 청소년의 자기통제력의 하위요인변화에 효과적이라고 하였다.

이는 집단미술치료가 내담자의 개인적인 상황과 사회적인 상황을 이미지로 표현해 봄으로써 스스로의 문제에 대해 인식하게 되고 생각한 기회를 갖게 하며 그에 따른 해결 방안을 찾아볼 수 있는 기회가 되어 문제해결 능력을 증가

시키는 것으로 보인다. 이러한 자기통제와 관련한 미술치료에 대한 연구는 미비한 상황이며 만족지연과 관련한 미술치료에서도 마찬가지이다.

자기통제와 미술치료에서 미술기법과 미술매체의 활용은 자신을 미술로써 표현하고 미술매체 사용을 조절하는 미술작업 과정으로 자신이 스스로 주체가 되어 작업을 주도해감으로 통제감을 가질 수 있다. 그리고 집단미술치료에서의 집단원과 재료를 공동으로 사용하며 자신의 차례를 기다리고 집단원과 함께 작업해 나가는 과정에서 자연스럽게 만족지연향양을 갖출 수 있어 만족지연능력을 증진시키는 데 적합하다고 할 수 있다.

E. 연구모형

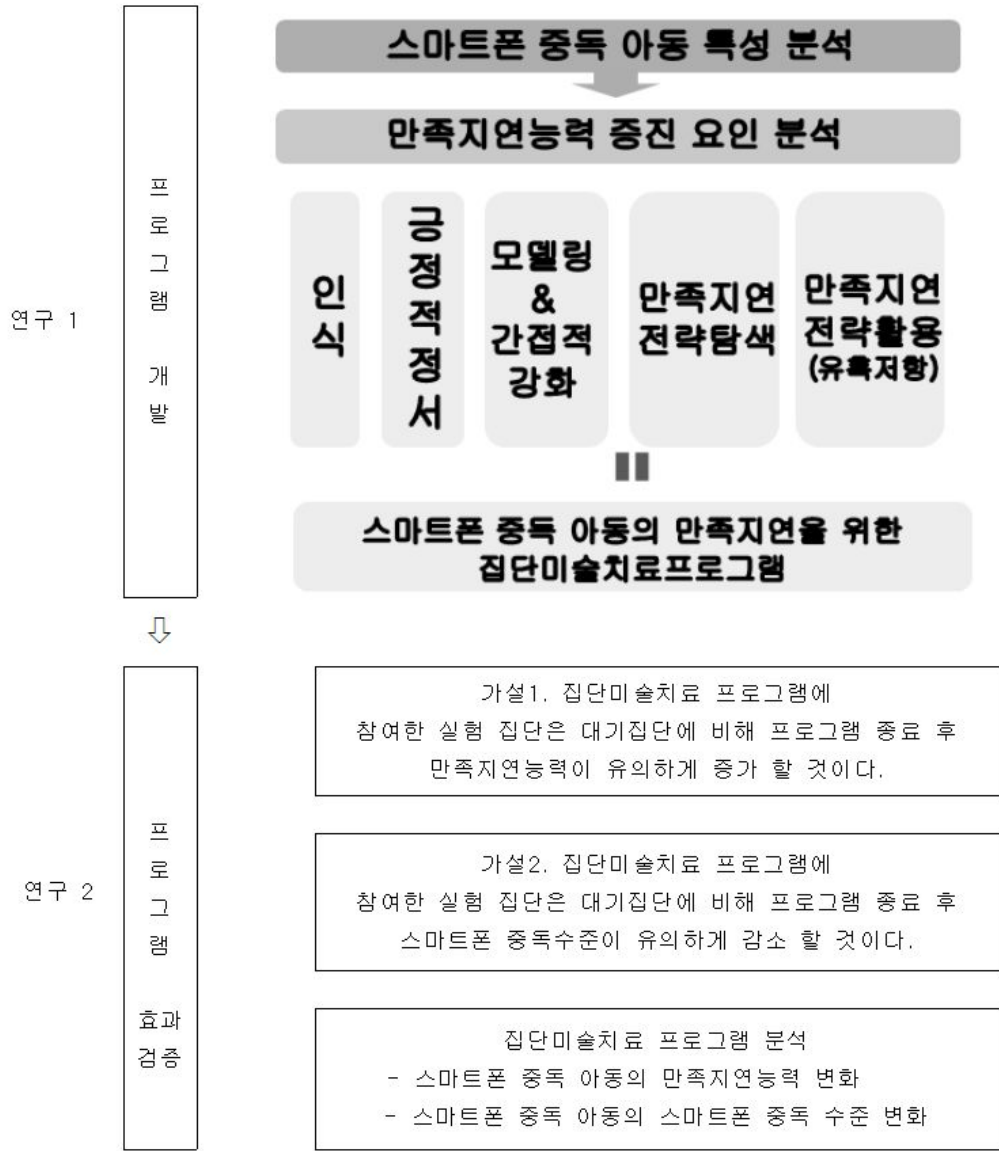
연구 모형은 스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램의 개발과 그 효과를 검증하기 위한 것이다.

연구 1의 목적은 스마트폰 중독 아동을 위한 집단미술치료 프로그램을 개발하는 것이다. 본 프로그램은 스마트폰 중독과 만족지연이론에 근거하여 만족지연능력 증가 및 스마트 폰 중독을 감소시키는 프로그램을 개발한다.

연구 2의 목적은 개발된 집단미술치료 프로그램을 스마트폰 중독 아동에게 적용하여 그 효과를 알아보기 위한 것이다. 본 연구 목적에 의한 가설은 다음과 같다.

- 연구가설 1. 집단미술치료 프로그램에 참여한 실험집단은 대기집단에 비해 프로그램 종료 후 만족지연능력이 유의하게 증가할 것이다.
- 연구가설 2. 집단미술치료 프로그램에 참여한 실험집단은 대기집단에 비해 프로그램 종료 후 스마트폰 중독 수준이 유의하게 감소할 것이다.

전체 연구목적에 따른 연구과정과 연구가설에 따라 연구결과를 분석하기 위한 만족지연능력 증가 및 스마트 폰 중독 감소를 위한 연구의 모형은 <그림4>와 같다.



<그림4 > 집단미술치료 프로그램 연구모형

Ⅲ. 연구 1 : 스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램 개발

A. 연구목적

연구 1은 스마트 폰 중독 아동을 위한 집단미술치료 프로그램을 개발하고자 한다. 김창대 외(2011)의 프로그램 개발모형을 토대로 본 연구 목적에 적합하게 수정하여 프로그램을 개발하고자 하였으며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

연구목적1. 스마트폰 중독 아동의 만족지연능력 증가와 스마트폰 중독수준 감소를 위한 집단미술치료 프로그램을 구성하여 개발하고자 한다.

B. 연구절차

본 연구는 스마트폰 중독아동을 위한 집단미술치료 프로그램을 개발하기 위하여 2014년 11월 1일부터 2015년 11월 30일까지 진행하였다.

연구 1의 연구절차는 총 4단계로 구성하였다. 1단계 목표수립과 2단계 프로그램 구성, 3단계 예비 프로그램 운영 및 평가, 이 단계에서는 예비 프로그램 운영에 대한 전문가의 자문을 받고 프로그램을 수정·보완 하였다. 4단계 본 프로그램 개발로 프로그램을 구성하여 전문가의 내용타당도 검증을 받았다.

이에 대한 내용은 <표 5>과 같다.

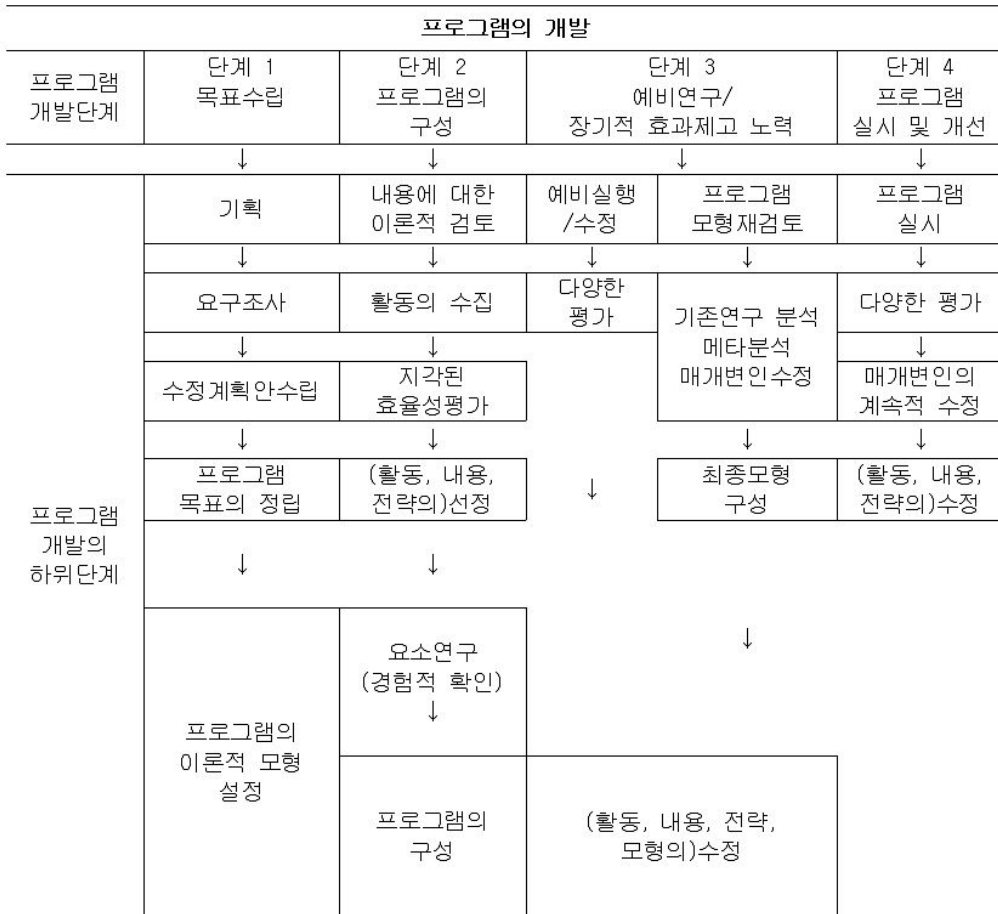
<표 5 > 연구 I의 연구절차

구 분		내 용
단계 1	목표수립	기간 : 2014. 11. 1 ~ 2015. 5. 1 내용 : 기획, 요구조사, 목표수립, 선행연구 분석
단계 2	예비 프로그램구성	기간 : 2015. 5. 2 ~ 2015. 6. 2 내용 : 목적 및 목표의 이론적 근거검토, 프로그램 구성요소
단계 3	예비 프로그램 운영 및 평가	기간 : 2015. 6. 8 ~ 2015. 6. 30 내용 : 예비 프로그램 실시와 회기 별 활동의 효율성 평가
단계 4	본 프로그램 개발 및 평가	기간 : 2015. 7. 5 ~ 2015. 7. 10 내용 : 본 프로그램 구성, 평가 및 최종개발

C. 프로그램 개발모형

프로그램의 개발 모형은 프로그램 개발 과정의 절차를 명확하고 체계적으로 제시해 주어야 하나, 상담 및 심리교육 프로그램은 그 적용범위가 목적과 유형, 이론적 접근, 집단, 장소, 관련 여건 등에 따라 달라지는 광범위하고 창의적인 활동이기에 획일화된 개발 과정을 제시하기 어렵다(이숙영, 2003).

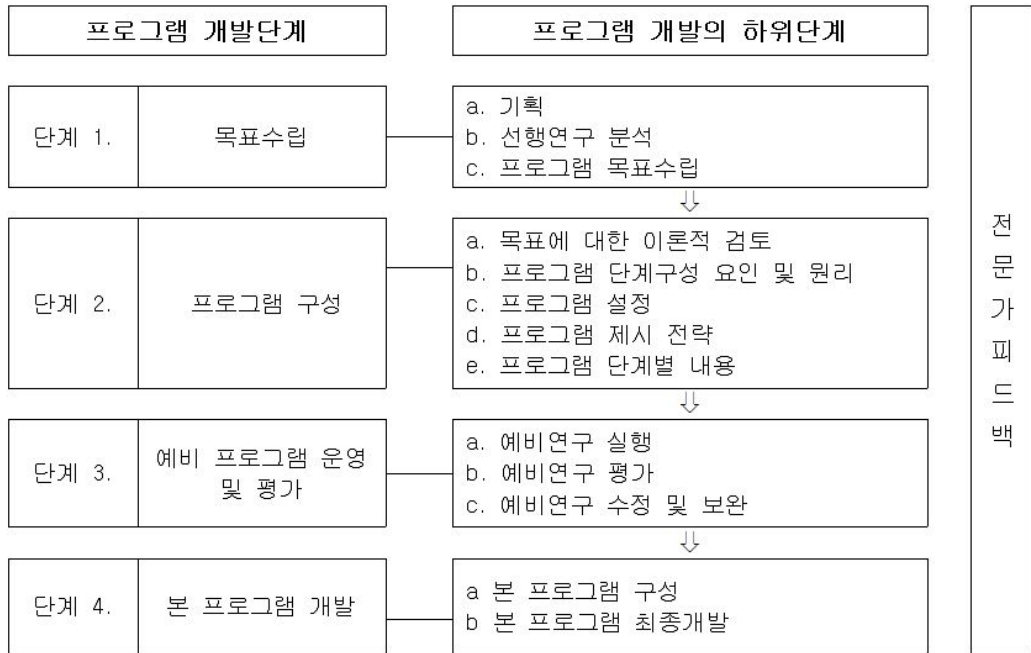
본 연구에서는 김창대 외(2011)의 상담 프로그램 개발 모형을 연구자에 맞게 수정하여 사용하였다. 기존에 제시된 김창대(2011), 김보현(2014), 황은일(2014), 최선미(2014), 배숙경(2015), 송경환(2016)등의 프로그램 개발 모형의 장점을 통합하고 단점을 보완하여 본 연구자의 프로그램 개발에 적합한 종합적인 모형을 제시하였다. 프로그램의 개발과 평가 모델은 총 4단계로 각 단계는 순환적이고 회귀적인 개발과 평가과정을 포함하고 있다. 프로그램 개발자는 4단계를 염두하며 프로그램의 목적과 성격에 따라 단계별 하위 순환과정을 선택하여 적용할 수 있다. 김창대 외(2011)의 프로그램 개발모형은 내용은 <그림5>와 같다.



<그림5 > 김창대의 프로그램 개발모형(김창대 외, 2011)

D. 프로그램 개발 절차

본 연구의 스마트폰 중독 아동을 위한 집단미술치료 프로그램은 김창대 외 (2011)의 프로그램 개발 및 평가모형을 기초로 총 4단계로 구성하였다. 구체적인 프로그램 개발절차는 <그림6>과 같다.



<그림6> 만족지연 집단미술치료 프로그램 개발절차

1단계는 목표수립단계로 프로그램의 구체적인 방법을 기획하고 이에 필요한 선행연구를 분석을 하여 프로그램의 목표를 설정한다.

2단계는 프로그램 구성단계로 설정한 목표에 대한 이론적 검토가 이루어지고 프로그램의 단계구성요인과 원리에 맞게 프로그램 설정하여 프로그램의 단계별 내용을 선정한다.

3단계는 예비 프로그램은 운영하고 평가하는 단계로 2단계에서 구성된 프로그램을 실시하고 평가하는 단계이다. 예비연구의 내용은 전문가의 자문을 받아 평가와 분석을 하고 프로그램을 수정·보완하였다.

4단계는 본 프로그램 개발단계로 예비연구결과를 토대로 수정·보완된 활동과 내용, 목표에 따른 제시전략 등을 선정하고, 본 프로그램을 구성하였다.

1. 단계 1 : 목표수립

a. 기획

우리나라의 스마트폰 보급률 확대에 따른 아동의 스마트폰 사용은 자제력과 판단력이 부족하여 쉽게 스마트폰 중독으로 연결되며, 이로 인한 아동의 스마트폰 중독에 대해 신체적, 정서적, 사회적 문제가 야기되고 있다. 본 연구의 아동의 스마트폰 중독요인은 선행연구에서 많이 제기되는 자기통제력에 대한 이론을 분석하여 만족지연능력을 프로그램 요인으로 설정했다. 아동의 스마트폰 중독은 자기통제와 관계가 있으며 자기통제력 발달에 중요 요인인 만족지연능력은 외적인 힘에 의한 것이 아닌 개인의 내부에서 일어나는 자발적인 행동으로 만족지연능력을 증진 시킬 수 있는 프로그램을 개발하여 아동이 스마트폰 사용 충동을 스스로 지연하며 올바른 스마트폰 사용을 할 수 있도록 돕고자 한다.

b. 선행연구 분석

본 연구는 스마트폰 중독 아동을 위한 집단미술프로그램을 개발하기 위하여 아동의 스마트폰 중독과, 자기통제력, 만족지연에 대한 선행연구를 검토하고 프로그램의 방향성을 설정하였다. 또한 구체적인 프로그램 개발을 위해 선행된 아동의 스마트폰 중독 요인 연구와 만족지연 프로그램의 구성을 분석하였다. 아동의 스마트폰 중독 요인으로 가장 많이 지적된 것은 충동성과 자기통제력이며, 자기통제력과 관련된 연구 (서애정, 2013; 김병년 외, 2013; 이승래, 2015; 한미경, 2015;)에서는 낮은 자기통제력이 아동의 스마트폰 중독으로 연결된다고 하였다.

그리고 국내 만족지연능력을 증진에 관한 선행연구를 살펴보면, 류현수(1998)는 만족지연에 영향을 주는 상황적 변인인 정서와 만족지연의 관계성을 토대로 아동의 정서발달을 위해서 긍정적 자아개념을 가질 수 있게 하는 것이 중요하다고 보았다. 이에 긍정적 자아개념과 만족지연능력과의 관계를 밝히고 긍정적 자아개념 활동이 아동의 만족지연 정도와 전략에 미치는 영향을 분석해 봄으로써 긍정적 자아개념 활동이 아동의 만족지연 증진에 적절한 교육활동인지를 알아보는 연구였으며, 또 다른 연구는 유머활동을 통한 아동의 자아개념과 만족지연 증진에 관한 연구로 긍정적 정서가 만족지연에 영향을 미치는 관계변인이기 때문에 유머를 통해 긍정적 정서를 갖게 함으로써 만족지연을 증진

시키고자 하였다(류현수, 이정숙, 2006). 이 연구들에서 긍정적 자아개념 형성과 유머활동을 경험한 아동의 만족지연능력이 증진됨을 알 수 있었다. 정윤진(2009)은 유아를 대상으로 유아의 특성 및 발달적 측면의 이론과 만족지연능력과 관련된 핵심내용을 토대로 인식단계, 가상 상황 유형과 일상생활 유형, 만족지연에 대한 목표 구조화 설정, 몰입 및 확장, 마무리 및 평가단계로 만족지연프로그램을 개발하여 아동의 만족지연능력을 증진 시키고자 하였으며, 그 효과성을 검증하였다.

c. 프로그램 목표수립

본 프로그램은 만족지연 집단미술치료 프로그램을 통한 스마트폰 중독 아동의 만족지연능력 증진과 스마트폰 중독 감소 그 목적이 있다. 선행연구 분석을 바탕으로 설정한 구체적인 프로그램 목표는 다음과 같다. 첫째, 스마트폰 사용 수준을 인식하고 만족지연 개념에 대해 이해한다. 둘째, 만족지연의 중요성을 이해하고 자신만의 전략을 구축한다. 셋째, 자신 만족지연전략을 통해 스마트폰 사용을 줄이기 위한 목적을 설정한다. 넷째, 일상생활 속에서 만족지연전략을 활용하며 올바른 스마트폰 사용을 할 수 있다.

2. 단계 2 : 프로그램의 구성

a. 목표의 이론적인 근거 검토

본 연구의 대상인 스마트폰 중독 아동의 만족지연능력에 대해 이론적으로 파악하고 문제점을 검토하였다. 만족지연은 자기통제발달에 영향을 끼치는 능력으로 아동이 주어진 환경 속에서 스스로 목표를 계획하고 달성함으로써 자신의 가치와 능력에 대한 자신감을 갖게 해준다. 따라서 스마트폰 중독 아동에게 만족지연능력 보호요인으로 아동이 올바른 스마트폰 사용과 바람직한 성격을 지닌 사회인으로 성장 할 수 있는 가능성에 결정적인 역할을 한다. 이론적인 측면에서 우리나라의 스마트폰 중독 아동에 대한 선행 연구, 만족지연에 대한 선행연구, 집단미술치료의 선행연구 그리고 자기통제력과 관련된 선행연구를 고찰하여 이를 기반으로 스마트폰 중독아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램의 연구방향을 모색하고 그 근거를 확인하였다.

b. 프로그램 단계 구성요인 및 원리

스마트폰 중독 아동을 위한 집단미술치료 프로그램 개발의 단계는 본 연구의 목표인 스마트폰 중독 아동의 스마트폰 중독 수준 감소와 만족지연능력 증진을 위해 내용의 타당성을 고려하여 프로그램을 구성하고 조작하여야 한다.

프로그램의 내용은 목표에 의해 결정되고 목표와 내용은 일치해야하며 목표 수준에 다다르기 위해 구체적인 프로그램의 내용을 선정해야 한다(이숙영, 2003).

스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램 단계 구성 요인으로는 도입, 인식, 긍정적서, 모델링 & 간접적 강화, 만족지연전략 탐색, 만족지연전략 활용, 마무리로 다음과 같다.

1) 인식

인식을 하기위한 단계에서는 인식의 주체인 자아와 자아의 기능을 파악을 해야 한다. 정신분석적 이론에 의하면 자아는 현실원칙에 따른다고 한다(Klein, 1972). 이는 자아의 주요 기능으로 내적 욕구와 충동과 함께 외부상황을 고려하며 자신의 충동적인 욕구의 만족을 지연시키는 것이다(Block & Block, 1980). 이러한 자아의 기능은 자신의 내부세계와 외부 현실 사이를 연결해 주는 것으로 주변으로부터 효과나 영향력을 가지려는 효과성 동기와 더 나은 환경을 다루고자 새로운 것을 배우는 쪽으로 움직이는 유능성 동기에 의하여 작용하며, 환경에 대한 적응을 증가시키는 동기는 지속적으로 삶의 중요한 부분인 유능감을 발달시킨다. 동시에 자아는 현실과 관계에 적응을 위해 일부 적응은 충동을 억제하는 학습을 하는 것으로 더 나은 통제능력을 가질 수 있게 하며, 융통성 있는 행동을 알아감으로써 성공적인 적응을 이루게 도와준다 (정윤진, 2009).

Block과 Block(1980)은 이러한 충동의 표현을 억제하는 정도를 자아 기능의 한 측면으로 자아통제라고 불렀다. 과소 통제는 자신의 만족을 지연시키기 어렵고, 감정과 욕구를 즉각적으로 표현하는 것이며, 과다 통제는 계속하여 자신의 만족을 지연시킬 수 있고 자신의 감정과 행위를 억제할 수 있는 것이다(Block & Block, 1980). 그러나 과다통제 성향이 항상 바람직한 적응을 의미하지는 않는다. 자아의 또 다른 측면의 자아탄력성(egoresiliency)은 충동을 억제하거나 만족을 지연하며 상황에 따라 조절하는 능력이다. 즉 융통성으로

주어진 상황적 요구에 적응하기 위하여 자아통제수준을 수정하는 능력이다. 이는 자신의 목표를 위해 ‘가능한 과소통제하고, 필요한 만큼 과다 통제하는 것으로 자신의 필요에 의해 반응적이게 되는 것을 의미하며, 자아탄력성이 높을수록 환경에 더 잘 적응한다.(Klohn, 1996). 자아통제와 자아탄력성 모두 만족을 지연하는 방식으로 만족지연 결정 여부와 관련이 있다(Funder & Block, 1989).

이렇듯 만족지연능력은 자아와 밀접한 관련이 있기 때문에 자아가 지연 여부를 결정할 수 있도록 적절한 동기 부여가 필요하다.

2) 긍정적 정서

만족지연을 수행하는 사람의 정서 상태는 만족지연에 결과에 큰 영향을 미친다. 아동은 행복한 정서를 느낄 때 즉각적인 보상보다는 지연된 보상을 선택하며, Moore 외(1976)의 연구에서는 긍정적인 정서성을 가진 사람이 부정적인 정서성을 가진 사람보다 보다 큰 보상을 위해 자신의 욕구를 지연시킬 가능성이 높다고 하였다. 긍정적인 정서는 만족지연으로 인한 좌절인내에서 오는 개인의 증가된 심리적 부담을 견뎌낼 수 있는 보다 큰 의지를 주고, 자신의 이익과 목표에 대한 주의를 증가시키며, 타인과 자신에게 더 우호적인 경향을 지닐 수 있게 한다.

또한 일반적으로 세상을 보는 관점에 긍정적인 태도를 갖게 되어 자신의 욕구를 지연하여 얻는 보상에 대한 기대감을 증가시키며 이를 위해 기다리고자 하는 의지도 커지게 된다(Moore, Underwood & Rosenhan, 1973; Rosenhan, Underwood & Moore, 1974). 단현국(1984)은 이러한 쾌정서의 경험은 아동으로 하여금 긍정적인 자아개념을 형성하게 하며, 이는 성장하는 과정에서 접촉하게 되는 중요한 인물들과의 상호작용 등의 중요한 경험의 결과로 인해 학습되고, 이러한 학습에 의해서 자아 개념이 변화 될 수 있다고 보았다. 따라서 긍정적인 정서를 경험하는 것은 최고의 이익을 얻기 위한 이성적인 대안을 생각하게 되어 지연보상을 위해 요구된 시간을 더 잘 기다릴 수 있게 된다(Moore et al., 1973; Rosenhan et al., 1974)

3) 모델링 & 간접적 강화

만족지연에 영향을 주는 개인적·상황적 변인들에서 만족지연은 개인의 사회인지적 능력과 상황적인 조건에 의해 여러 측면으로 영향을 받는다는 것을 알 수 있다(Flavell, 1977). 일상생활 속에서 자신이 원하는 결과를 즉각적으로 얻을지,

이후에 보다 나은 결과를 얻을 지에 대해 만족을 지연 하며 자기통제를 하는 것은 쉬운 일이 아니기 때문에 자기통제력이 발달 중에 있는 아동기에 만족지연에 대한 자발적 자각을 돕는 모델링의 역할은 매우 중요하다.

지연행동은 아동의 직접적인 경험 외에도 욕구만족을 지연하는 모델을 관찰함으로써 대리적 강화경험을 통해 자기통제에 간접적 강화가 이루어지고, 다른 사람들이 욕구만족이 요구되는 상황에서 어떠한 반응하고 행동하는지를 관찰함으로써 그에 대한 정보를 얻을 수 있다. 이러한 측면에서 환경적으로 적절한 모델링의 제공은 성공적인 유능감을 획득하려는 특성에 따라 자아에게 행동에 대한 동기부여를 할 수 있다(정윤진, 2009). 따라서 아동에게 성취동기를 유발하는 성공적 인내 활동을 중심으로 자신의 감정을 표현하고 조절하며 인내와 만족 지연의 개념을 이해하는 것이 일차적인 목표이며, 이러한 과정에서의 창조적인 활동은 긍정적인 태도로 자연스럽게 만족을 지연하는 기술전략을 경험할 수 있는 기회를 제공해 준다.

또한 만족지연능력은 가상상황과 실험상황에서의 관계에서 유의한 상관관계를 갖는 것으로 나타났다. 즉 가상상황에서 욕구지연을 선택한 아동은 실제 실험상황에서 욕구지연을 선택한다는 것이다. 한미란(1986)의 연구를 살펴보면, 가상적 선택과 행동적 선택은 유의미한 관계가 있는 것으로 가상적 선택에서 즉각적인 행동을 보인 아동은 행동적 선택에서도 즉각적인 행동을 보였고, 반대로 가상적 선택에서 지연된 행동을 보인 아동은 행동적 선택에서도 지연된 선택을 한다고 하였다. 그리고 강화 경험, 모델 관찰, 훈련에 따른 만족지연행동을 살펴 본 연구(Bandura & Mischel, 1965)에 의하면 지연상황에 많이 노출되어 있는 아동일수록 자신이 간접적으로 경험한 지연행동을 시도한다고 한다. 이는 아동의 내적 사고를 반영한 만족지연상황에서의 아동의 행동적 선택의 일관성을 보여주는 것으로 가상 상황에서의 선택을 일상생활에서의 지연능력으로 볼 수는 없지만 아동의 만족지연능력에 대한 잠재력을 추측해볼 수 있다는 점에 의의가 있다.

따라서 아동에게 욕구지연의 대한 가상 상황을 경험할 수 있게 함으로써 간접적인 지연강화의 경험을 제공한다. 이러한 경험은 만족지연행동과 다른 형태의 자아통제에 대한 강화로써 중요한 역할이 될 수 있다.

4) 만족지연전략 탐색

일상생활 속에서 자신의 욕구를 조절하고 유혹에 저항할 수 있는 자신만의 만족지연전략이 필요하다. 만족지연전략 중 높은 수준의 인지적 전략은 단순한 전략보다 다양하고 복합적인 전략으로써 만족지연 행동을 증가시킬 수 있다.

그 예로 4~6세 아동에게 여러 감정을 경험할 수 있는 이야기를 들려주었을 때, 아동은 정서 경험을 조절하기 위한 인지적, 행동적인 다양한 전략을 사용한다는 연구(Brown, et al., 1991)와 같이 인지적 전략은 아동의 자발적인 만족지연 전략의 활용이 가능하다고 볼 수 있다. 인지 발달 이론에서는 만족지연능력을 아동의 인지적 성장을 반영한 결과로 제안하고 있다(Mischel et al., 1972). 이는 성공적인 만족지연은 자신의 충동적인 욕구의 지연이 미래의 보다 큰 보상과 관련된다는 인지처리과정에서 비롯되었기 때문이다. 아동은 인지적 발달에 따라 더 복잡하고 다양한 전략을 사용하게 된다.

만족지연전략 탐색은 아동이 과거의 자신의 만족지연성공 상황을 탐색하고 활동을 통해 재 경험하며 성공적인 만족지연 선택에 도움을 준 요소들을 찾아 만족지연전략을 구조화 시키는 과정으로 이루어진다. 아동은 자신의 성공 상황을 탐색함으로 자신이 하고자 하는 목표를 설정할 수 있고, 구체적으로 자신의 만족지연전략의 실천 방안을 구조화 시키는 과정에서 자신의 행동에 통제감을 느끼며 스스로의 힘으로 문제를 해결할 수 있다는 믿음을 갖게 된다. 또한 성공적인 만족지연상황을 재 경험하며 아동에게 보상에 대한 성취감을 상기 시키고 욕구지연 상황에 대한 의지력을 증대시킨다.

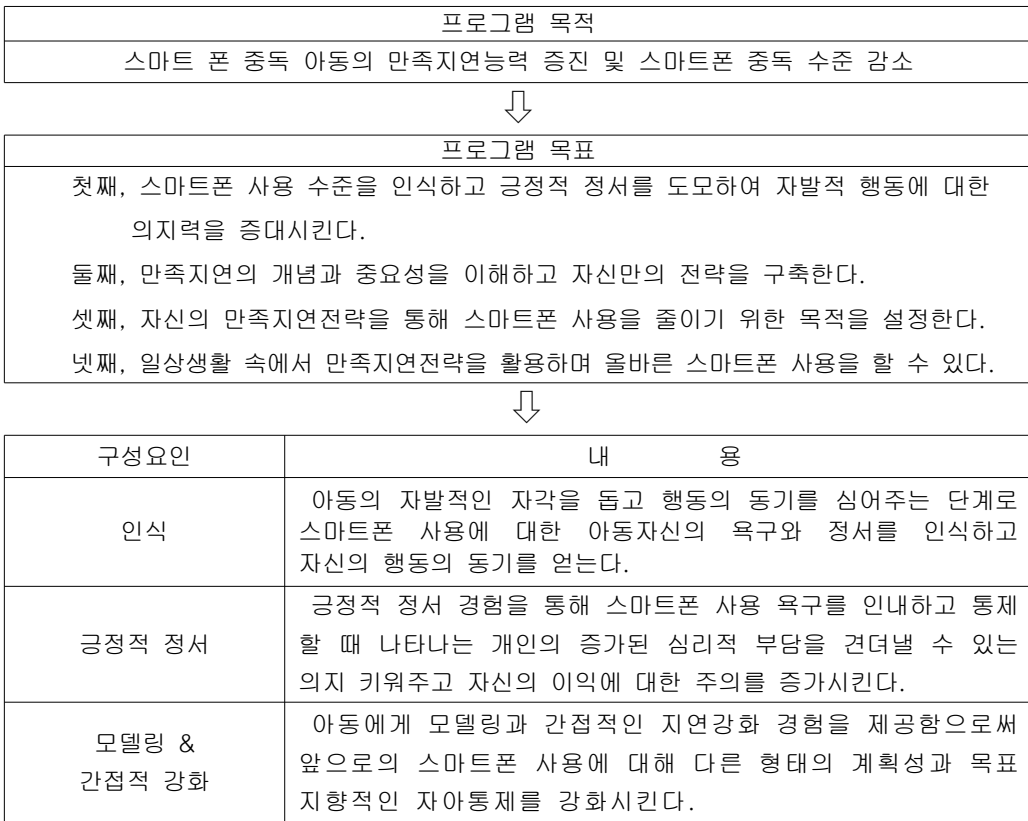
5) 만족지연전략 활용(유혹저항)

만족지연능력은 학업뿐만 아니라 정서적·사회적 영역으로도 확대된다. 보다 큰 이익을 위해 유혹을 참고 만족은 지연시키려는 자발성은 사회적 책임성의 기본 요소로(Mischel(1961) 이러한 효과적인 만족지연전략이 발달된 아동들은 사회적 기술이 더 좋고 높은 성취 목표를 가지고 있으며, 보다 자아통제를 잘 하고, 책임감있게 행동한다고 하였다(Mischel, et al., 1989). 이에 만족지연전략 활용은 아동이 일상생활 속에서 만족지연전략을 효과적으로 사용할 수 있도록 돕는다. 아동은 인지적 발달에 따라 더 복잡하고 다양한 전략을 사용하게 되며 일정한 연령에 도달하면 아동은 자기가 한 언어적 내용에 영향을 받는다.

Patterson과 Mischel(1975, 1976)의 아동을 대상으로 자기교시(sief-instruction)를 하여 만족을 지연하는 과제를 수행하게 한 연구에서는 유혹에 저항하는 내용으로 자기교시를 한 아동들이 다른 내용으로 자기교시를 한 아동들보다 더 만족을 지연하였다. 이는 인지적 발달이 이루어지는 아동들은 그 언어적 내용의 의미가 지연행동에 영향을 준다고 볼 수 있다. Kopp(1982)는 만족지연을 바람직한 목표에 맞게 자신의 행동을 지연시킬 수 있고, 다른 외부적 감시 없이도 사회적으로 인정된 행동을 생성하는 능력의 관점으로 보았다(정윤진, 2009). 따라서 아동이 유혹상황에서도 자신의 만족지연전략을 상기시키고 활용할 수 있도록 돕는데 그 목적이 있다.

c. 프로그램 설정

프로그램 설정은 프로그램의 목적과 목표, 구성요인 및 선행연구 분석 내용을 반영하였다. 이를 종합하여 제시하면 <그림 7> 과 같다.



만족지연전략 탐색	스마트폰 중독적 에 대한 대처방안과 총동적인 욕구를 조절하는 전략에 대한 정보를 제공하고 아동 스스로 탐색할 기회를 제공한다.
만족지연전략 활용 (유혹저항)	아동이 일상생활에서 스마트폰 사용에 대한 총동적인 욕구를 어떻게 대처할 것인지 구체적인 자신의 만족지연전략을 적용시켜 스마트폰을 효과적으로 사용할 수 있도록 돕는다.

<그림 7 > 스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램 설정

d. 프로그램 제시전략

스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램을 어떠한 형태로 제시할 것인지는 프로그램의 효율성을 높이기 위한 중요한 과정이다.

이에 특징적인 제시 전략은 다음과 같다.

첫째, 아동의 발달 특성을 고려하여 경험 중심으로 활동적이며 아동들이 이해하기 쉽고 흥미를 갖도록 구성해야한다. 또한 또래로부터 많은 영향을 받는 시기로 또래집단 관계 속에서 충분한 정서적 지지를 받으며 친밀감과 소속감을 가질 수 있게 해야 한다.

둘째, 스마트폰 중독에 대한 다양한 정보를 제공하여 자신의 문제 상황에 대해 스스로 탐색하고 해결 방안을 생각해 볼 기회를 주어야한다. 이에 미술 매체의 활용은 아동이 행동하기 전의 가능성을 자유롭게 상상하며 표현할 수 있는 기회를 제공하므로 치료적 동기를 높일 수 있다.

셋째, 집단미술치료에서 치료사의 역할은 아동이 온전히 자기 경험을 할 수 있도록 안전한 환경을 제공하는데 있다. 치료사는 프로그램 안에서 집단원들이 목표를 달성하도록 도움을 주고 충분한 정서적 지지를 통해 아동이 성취감을 얻도록 도와야한다.

e. 프로그램 단계별 내용

미술치료는 아동에게 흥미를 유발하고 정서적으로 자신의 감정을 보다 쉽게 표현할 수 있는 미술 매체와 기법을 사용 하였으며, 이와 같은 미술 매체와 미술 기법은 각기 다른 치료적 요인을 가지고 있다. 이러한 미술매체의 특성을 고려하여 집단미술치료 프로그램 내용을 구성하였다. 집단미술치료 프로그램은 초기, 중기, 말기 단계에 따른 각 영역별로 구성되었다.

초기단계는 도입과 인식, 긍정적 정서경험의 영역이며 1~3회기까지 3회기로 구성하였다. 1회기는 도입영역으로 집단원들에게 프로그램 이해 및 흥미유발을 목표로 프로그램에 대한 소개와 자신의 별칭 짓기를 통해 흥미를 유발할 수 있도록 하였다. 2회기는 인식영역으로 자신의 욕구를 탐색하고 인식하는 것이 목표이다. 미술활동에서 나만의 스마트폰 만들기를 통해 자신이 스마트폰의 어떤 기능을 많이 사용하고 좋아하는지 탐색하고 스마트폰을 사용하는 자기 욕구를 인식할 수 있도록 설정하였다. 3회기는 긍정적 정서경험 영역이다. 긍정적 정서경험은 긍정적 자아개념형성과 만족지연능력 향상에 도움을 주는 중요한 요소로 자신의 강점을 색종이 꽃으로 표현하고 집단 꽃밭을 만들어 아동들이 긍정적 정서경험과 긍정적 자기 인식을 도모 할 수 있도록 구성하였다.

중기단계는 모델링 & 간접적 강화경험과 만족지연전략 탐색 영역으로 4~5회기까지 2회기이며 모델링을 통해 만족지연의 개념을 이해 및 습득하고 자신의 만족지연성공 경험을 토대로 만족지연전략 탐색을 목표로 한다. 4회기는 아동에게 만족지연의 개념을 설명하고 스마트폰 사용 시 만족지연 상황에서 잃을 수 있는 것과 얻을 수 있는 것을 이야기 한 후 사포에 표현하도록 하였다. 5회기는 아동의 스마트폰 만족지연성공 사례를 찾아보고 그 상황에서 어떠한 전략을 사용하였는지를 통하여 만족지연전략 개념의 이해를 도왔다. 미술활동으로 도화지에 스마트폰 만족지연 상황을 그리고 OHP필름에 만족지연전략을 표현하여 장면 전환 그림을 완성하도록 하였다. 이는 자신의 스마트폰 만족지연성공 장면을 그림으로 시각화 하여 재 경험을 통한 성취감을 느낄 수 있다.

말기단계는 만족지연전략 활용과 마무리 영역이며 6~7회기까지 2회기이다. 그동안의 활동에서 이해한 자신의 만족지연전략을 토대로 올바른 스마트폰 사용에 대한 계획 및 실행으로 구성하였다. 6회기는 자신만의 스마트폰 만족지연전략을 설정하고 만족지연성공 상황 시 보상을 떠올릴 수 있는 캐릭터 만들기를 통하여 만족지연전략을 강화시켰다. 7회기는 전체 프로그램을 돌아보며 스스로 스마트폰 사용에 대한 구체적 목표를 설정하고 활동으로는 다과파티를 구성하였다.

예비 프로그램의 단계별 내용을 정리하면 <표 6>과 같다.

<표 6> 집단미술치료 예비 프로그램

단 계	영역	회 기	주제	회기별 목표	주요내용
	도입	1	만나서 반가워요	-프로그램에 대한 이해 -흥미유발	-프로그램 소개와 인사 -별칭 정하기
초 기	인식	2	나만의 스마트폰	-스마트폰 사용에 대한 나의 욕구를 인식	-나만의 스마트폰을 만들고 자주 쓰는 기능을 탐색하기
	긍정적 정서	3	우리들의 꽃밭	-긍정적 자기인식 -긍정적 정서경험	-나의 강점을 탐색하고 색종이 꽃 만들기 -집단 꽃밭 만들기
중 기	모델링& 간접적 강화	4	만족지연?	-만족지연 개념 이해 -간접경험	-만족지연 개념에 대해 이야기하기 -만족지연 상황 간접 경험하기 -사포그림그리기
	만족지연 전략탐색	5	만족지연 성공상황 그리기	-만족지연성공 재 경험하기 -만족지연전략 찾기 -성취감	-스마트폰 만족지연성공 사례 찾기 -자신의 만족지연전략 이야기하기 -장면 전환 그림 그리기
말 기	만족지연 전략활용 말 (유혹저항)	6	만족지연 캐릭터 만들기	-만족지연전략 강화 -성취감 및 자존감향상	-나의 스마트폰 만족지연전략 이야기하기 -만족지연 캐릭터를 만들고 소개하기
	마무리	7	할 수 있어요!	-전체 프로그램을 돌아보 며 스스로 목표설정하기	-스마트폰 사용 목표 설정하기 -프로그램 소감 나누기 -다과파티

3. 단계 3 : 예비연구 및 장기적 효과 제고 노력

a. 예비연구 실행

본 연구에서 설정한 프로그램 개발절차에 따라 구성된 스마트폰 중독아동의 만족지연을 위한 집단미술치료의 예비 프로그램이며, 실험집단과 통제집단이 아닌 예비연구를 위한 제 3의 집단에 예비프로그램을 적용하여 구성단계와 아동들의 이해와 참여도, 프로그램의 내용과 활동의 적절성 등을 점검하고 진행과정에서 나타나는 문제점을 찾아 프로그램을 수정·보완하고자 하였다.

예비연구는 G지역 지역아동센터에 스마트폰을 소지하고 있는 아동 중 본 연구 대상자 선정기준에 적합한 아동 총 7명으로 구성하여 2015년 06월 8일부터 2015년 06월 30일 까지 1회기 50분씩 총 7회기 진행하였다.

b. 예비연구 평가 및 분석

1) 프로그램 참여 집단구성원 만족도

만족지연 집단미술치료 예비프로그램의 만족도를 조사하기 위해 프로그램 종료 후 참여한 집단구성원에게 프로그램 만족도 설문조사를 실시하였다.

프로그램 만족도에 대한 설문조사 내용은 프로그램에 대한 만족도와 도움여부, 즐거웠던 활동, 프로그램 참여 후 스마트폰 사용에 대한 인식변화, 추후참여 여부 등을 물었다. 프로그램에 참여한 전체 집단구성원 중 70%이상이 활동에 만족하며 도움이 되었다고 답하였고, 즐거웠던 활동으로 ‘나만의 스마트폰 만들기’와 ‘만족지연 캐릭터 만들기’를 언급하였다. 집단구성원들은 프로그램 참여 후 스마트폰 과다 사용에 대한 경각심과 만족지연의 중요성을 알게 되었다고 이야기 하였으며, 추후 참여 여부에 대해 90%이상이 참여한다고 답했다.

2) 연구자 및 전문가 평가

스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 예비 프로그램을 스마트폰 중독 아동에게 실시하여 연구자가 예비연구 내용과 결과를 분석하고 전문가 집단에게 자문을 받아 정리하였다.

첫째, 프로그램의 회기구성에서 총 7회기로 구성 하였으나, 스마트폰 중독 아동이 스마트폰 중독과 만족지연에 대한 개념을 이해하고 받아들이는데 회기의 수가 현실적으로 어려움이 있었다. 선행 연구에서 스마트폰 중독 프로그램의 회기는 12~15회기 만족지연 프로그램은 10회기로 구성되어 있다. 그리고 김계현 외(2000)는 전체 프로그램은 집단상담의 회기수가 10~14회기 일 때 가장 효과적이라는 연구 결과와 김종운(2012)은 초등학생을 대상으로 하는 집단상담의 효과적인 회기수가 10회기라고 하였다. 또한 회기 진행 시간에 있어 아동들이 50분 동안 활동 목표를 이해하고 미술작업에서의 충분한 표현이 이루어지기 힘들었다. 이에 프로그램 목표와 대상자를 고려하고 각 영역의 하위요인을 적절히 다루기 위해 기존 50분씩 7회기에서 90분씩 총 12회기로 본 프로그램의 회기를 구성 하였다.

둘째, 집단 프로그램은 집단원간 상호작용에서의 치료적 효과가 크므로 아동 발달 수준을 고려하여 집단의 연령의 기준을 제한할 필요가 있다. 이에

만족지연능력 발달이론에서의 아동들이 지연행동을 위해 다양하고 더 복잡한 전략을 사용 할 수 있게 되는 11~12세를 기준으로 본 프로그램의 참여 아동의 연령은 만 10~12세로 제한을 하였다.

셋째, 아동이 활동에 집중하고 몰입할 수 있을 때 치료적 목표와 효과를 볼 수 있기 때문에 만족지연이론에 따른 단계와 흐름에 맞춰 구조적으로 접근해야 한다. 프로그램 진행 시 아동의 이해 수준에 맞는 단어를 사용하는 것이 중요하며 활동에 대한 아동들의 이해를 돕기 위한 사전 활동이 필요하다. 이에 아동들이 쉽게 이해할 수 있는 단어를 사용하고 프로그램의 흐름과 활동 순서에서 본 활동과 이어지는 워밍업활동을 잘 구성하여 스마트폰 중독아동에게 맞는 응용활동을 보완할 필요성이 있다.

넷째, 프로그램 활동과 관련한 내용 구성에서 아동이 흥미를 갖고 쉽게 다룰 수 있는 미술 매체와 기법의 활용이 필요하며 다양한 경험을 집단 내 상호작용을 통해 경험 할 수 있는 활동이 필요하다. 이에 집단 내 상호작용이 잘 이뤄지며 즐겁게 활동 할 수 있는 미술 매체 및 방법 대한 연구가 필요하다.

예비 프로그램 평가는 미술심리치료전공 교수 1인, 상담학전공교수 1인, 미술치료 전문가 2인, 미술치료 현장 실무자 1인의 전문가 집단을 통하여 집단미술치료 예비 프로그램에 대한 내용의 검토가 이루어졌다.

다음 예비 프로그램에 대한 전문가 자문을 요약하여 <표 7>에 제시하였고, 자문 받은 사항을 토대로 수정·보완하고 프로그램 수정 전·후를 비교하여 <표 8>에 제시하였다.

<표 7> 집단미술치료 예비 프로그램 전문가 자문 요약

자 문 분 류	자 문 요 약
프로그램 회기	-7회기 안에 아동이 스마트폰 중독과 만족지연에 대한 개념을 이해하고 받아 드리는데 어려움이 있음. -50분 동안 아동들이 활동 목표를 이해하고 미술작업에서의 충분한 표현이 이루어지기 힘들어 보임. -영역 별 회기 추가를 통하여 프로그램을 세분화 시킬 필요가 있음.
집단 구성	-집단프로그램은 집단원간 상호작용에서의 치료적 효과가 크므로 아동 발달수준을 고려하여 연령의 기준을 제한할 필요가 있음. -집단 내 역동과 개인의 다양한 경험을 위하여 집단 구성 인원을 확대할 필요가 있음.

프로그램 진행	<ul style="list-style-type: none"> -아동 이해 수준에 맞는 단어를 사용할 필요가 있음. -활동에 대한 아동들의 이해를 돕기 위한 사전 활동이 필요함. -만족지연 이론에 따른 단계와 흐름을 맞춰 구조적으로 접근해야함.
프로그램 활동	<ul style="list-style-type: none"> -아동들이 흥미를 갖고 쉽게 다룰 수 있는 미술매체 활용 -다양한 경험을 집단 내 상호작용을 통해 다룰 수 있는 활동이 필요함

<표8> 집단미술치료 예비 프로그램 수정 전·후 비교

영 회 역 기	주제	회기별 목표	주요내용	수정 사항
도 입 1	전 만나서 반가워요	· 프로그램에 대한 이해 · 흥미유발	· 프로그램 소개와 인사 · 별칭 정하기	*집단 규칙정하기, 가상세계에서의 닉네임 정하기 활동으로 동기 유발
	후 (동일)	-프로그램에 대한 이해 -집단 탐색 및 친밀감 형성 -흥미유발 및 동기 유발	-프로그램 소개와 인사 -집단 규칙정하기 -닉네임 정하기	
인 식 2	전 나만의 스마트폰	· 스마트폰 사용에 대한 나의 욕구를 인식	· 나만의 스마트폰을 만들고 자주 쓰는 기능을 탐색하기	*활동 전 집단 마인드맵을 통하여 활동 동기 제공
	후 나의 스마트폰	(동일)	-워밍업 : 집단 마인드맵 -나의 스마트폰을 만들고 자주 쓰는 기능을 탐색하기	
3	추 나의 기분이?	-자기감정탐색 -자주 느끼는 감정인식	-워밍업 : 집단 감정 컬러표 만들기 -자주 느끼는 감정을 색종이 난화로 표현하기	*나의 기분을 미술활동을 통해 표현함으로써 자신의 감정을 인식할 수 있도록 구성함
공 정 적 정 서 4	추 우리들의 산	-긍정적 정서 경험 및 부정적 감정 해소 -집단원 간 친밀감 형성	-워밍업 : 나의하루 -긍정적 정서와 부정적 감정 다루기 -집단 활동 : 긍정적 산 만들기 -부정적 감정을 쓰레기통에 버리기 놀이로 해소하기	*긍정적 정서경험을 통한 긍정적 자아개념을 위하여 구성함. *집단 활동을 통하여 집단 친밀감 형성
3 ↓ 5	전 우리들의 꽃밭	· 긍정적 자기인식 · 긍정적 정서경험	· 나의 감정을 탐색하고 색종이 꽃 만들기 · 집단 꽃밭 만들기	*활동 전 집단 감정 목록표를 작성하여 활동 동기를 제공

	후 아름다운 꽃밭	(동일)	-워밍업 : 집단 강점목록표 -나의 강점을 탐색하고 색종이 꽃 만들기 -집단 활동 : 꽃밭 만들기		
모 델 링 & 간 접 적 강 화	전	만족지연 ? · 만족지연 개념 이해 · 간접경험	· 만족지연 개념에 대해 이야기하기 · 만족지연 상황 간접 경험하기 · 사포그림그리기	*워크지 작성으로 활동에 대한 이해를 도움	
	4 ↓ 6	후 (동일)	-워밍업 : 터치터치 그래프 -만족지연 동영상 시청 -스마트폰 만족지연 상황에서 잃을 수 있는 것과 얻을 수 있는 것 이야기하기 -사포그림그리기	*만족지연 개념이해를 위해 동영상을 시청함.	
	7	추 만약 지연 상황이 나타나면?	-지연 상황 탐색 및 지연 행동 동기 부여 -지연 상황에 대한 간접적 강화 경험	-워밍업 : 동화를 듣고 주인공이 되어 만족지연 상황 선택하기 -만족지연 가면 꾸미기	*만족지연 간접 상황경험을 제공하여 성공적인 만족지연을 할 수 있도록 구성함.
만 족 지 연 전 략 탐 색	8	추 나의 만족지연 전략	-워밍업 : 감정언어퍼즐 -스마트폰 만족지연성공 사례 찾기 -색으로 표현하기	*만족지연성공 사례를 찾고 그에 따른 긍정적 감정을 인식하여 만족지연에 대한 의지력 강화.	
	5 ↓ 9	전	만족지연 성공상황 그리기 · 만족지연성공 재 경험 · 만족지연전략 찾기 · 성취감	· 스마트폰 만족지연성공 사례 찾기 · 자신의 만족지연전략 이야기하기 · 장면 전환 그림 그리기	*워크지 작성으로 활동에 대한 이해를 도움
	후 (동일)	-만족지연성공 재 경험 -만족지연전략 찾기	-워밍업 : 나의 머릿속 -만족지연 상황에 도움을 주는 것 이야기하기 -자신의 만족지연전략 찾기 -장면 전환 그림 그리기	*만족지연 상황을 구체적으로 분석하여 자신의 전략을 찾도록 구성함.	
만 족 지 연	10	추 만약 지연 장식품	-만족지연전략 강화1 -성취감 및 만족감	-워밍업 : 지연전략 활용 체크1 -자신의 만족지연전략을 색 모래로 표현하기	*미술매체사용의 조절로 자기조절을 할 수 있도록 구성함.

전략 활 용 (유 혹 6 ↓ 저 항 11)	만족지연 전 캐릭터 만들기	· 만족지연전략 강화 · 성취감 및 자존감향상	· 나의 스마트폰 만족지연전략 이야기하기 · 만족지연 캐릭터를 만들고 소개하기	-다른 집단원에게 자신의 만족지연전략을 소개하며 색모래 나누어 담기	*다른 집단원의 전략을 탐색하며 모델링의 기회가 되도록 구성함.
	후 (동일)	-만족지연전략 강화2 -성취감 및 자신감향상	-위밍업 : 지연전략 활용 체크2 -만족지연 목표 정하기 -만족지연 캐릭터를 만들고 소개하기		*워크지 작성으로 스마트폰 사용에 대한 자신의 상태를 체크함. *미술작업을 통해 행동 목표를 구체화시킴.
마 7 무 ↓ 리 12	- 할 수 있어요!	· 전체 프로그램을 돌아보며 스스로 목표설정하기	· 스마트폰 사용 목표 설정하기 · 프로그램 소감 나누기 · 다과파티		-

4. 단계 4: 본 프로그램 개발

본 프로그램은 3단계인 예비 프로그램 운영 및 평가 단계에서의 예비 프로그램 평가 및 분석 결과와 전문가 자문내용을 바탕으로 수정·보완하였으며, 그 내용은 다음과 같다.

a. 스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램 구성

본 연구의 개발된 본 프로그램은 12회기로 구성하였으며, 매 회기 활동절차는 도입, 준비활동, 본 활동 및 이야기 나누기, 마무리의 순서에 따라 진행된다.

도입에서는 활동의 시작을 알리고 아동들과 눈을 맞추며 인사한다. 그리고 집단원의 그동안의 이슈나 일상생활에 대한 이야기를 하며 긴장을 완화 시킨다. 현재 자신의 상태를 엄지손가락으로 표현하며 자신과 집단원의 상태를 체크하고 활동에 들어갈 준비를 한다.

준비활동에서는 각 본 활동과 연결되는 집단 활동이나 워크지 작성 활동을 통해 본 활동에 대한 이해와 동기를 유발하며, 본 활동에 들어가기 전 자신과 집단에 집중하고 몰입할 수 있도록 준비한다.

본 활동과 이야기 나누기에서는 각 단계에 따른 영역별 주제와 내용에 적합한

미술매체 및 미술기법을 이용한 미술작업을 하고, 주변을 정리 한 뒤 미술작품과 미술작업과정에 대하여 이야기를 한다. 이때 어떠한 이야기든 치료사와 집단은 그 내용을 평가하거나 피드백하지 않고 온전히 그 경험을 수용하고 존중할 수 있도록 한다.

마무리에서는 전체적인 활동에 대한 느낌이나 활동을 통해 알게 된 것 등을 자유롭게 이야기하고 소감문을 쓰며 집단원의 개인적인 상황과 기분을 다루어 준다. 프로그램의 영역별 내용은 다음과 같다.

도입영역은 프로그램에 대한 이해를 돕고 프로그램의 필요성에 따른 아동의 동기를 유발시키고 프로그램을 구조화하기 위한 영역이다.

인식영역은 아동의 자발적인 자각을 돕고 행동의 동기를 심어주는 단계로 스마트폰 사용에 대한 아동자신의 욕구와 정서를 인식하고 자신의 행동의 동기를 얻을 수 있도록 한다.

긍정적 정서영역은 긍정적 정서 경험을 통해 스마트폰 사용 욕구를 인내하고 통제할 때 나타나는 개인의 증가된 심리적 부담을 견뎌낼 수 있는 의지 키워주고 자신의 이익에 대한 주의를 증가시킨다.

모델링 & 간접적 강화영역은 아동에게 모델링과 간접적인 지연강화 경험을 제공함으로써 앞으로의 스마트폰 사용에 대해 다른 형태의 계획성과 목표지향적인 자아통제를 강화시킨다.

만족지연전략 탐색영역은 스마트폰 중독적 사용에 대한 대처방안과 충동적인 욕구를 조절하는 전략에 대한 정보를 제공하고 아동 스스로 탐색할 기회를 제공한다.

만족지연전략 활용(유혹저항)영역은 아동이 일상생활에서 스마트폰 사용에 대한 충동적인 욕구를 어떻게 대처할 것인지 구체적인 자신의 만족지연전략을 적용시켜 스마트폰을 효과적으로 사용할 수 있도록 돕는다.

마무리 영역은 프로그램 전체를 돌아보고 자신의 목표를 점검하며 다른 외부적 감시 없이도 사회적으로 인정되는 행동과 태도를 갖도록 한다.

스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램은 초기, 중기, 말기 구성되었으며, 프로그램의 내용구성은 다음과 같다.

1) 초기단계

(1) 도입 : 1회기

1회기 : 프로그램에 들어가기에 앞서 프로그램을 구조화시키고 아동들에게 프로그램에 대한 충분한 이해를 돕고자 프로그램을 소개하고 아동들이 직접 프로그램 안에서의 규칙을 설정하게 한다. 본 활동으로는 자신이 가상세계에서 많이 사용하는 닉네임을 정하여 명찰을 꾸미고 소개한다. 활동을 마무리하며 아동이 프로그램에 기대하는 바에 대하여 이야기하며 프로그램에 대한 아동의 흥미를 유발시킬 수 있도록 구성하였다.

(2) 인식 : 2~3회기

2회기 : 활동에 들어가기 전 준비 활동으로 스마트폰을 주제로 집단 마인드맵을 실시하여 스마트폰에 대한 집단의 생각을 알아보고, 본 활동으로 스마트폰을 사용할 때 아동이 많이 보는 화면, 많이 사용하는 기능, 좋아하는 기능을 선정한 후 나의 스마트폰 만들기를 한다. 활동을 마무리하며 자신이 사용하는 스마트폰 기능 중 ‘왜’그 기능을 많이 사용하는 지 생각해 보며 스마트폰 사용에 대한 자신의 욕구를 인식 할 수 있도록 구성하였다.

3회기 : 활동에 들어가기 전 준비 활동으로 여러 가지 색을 보고 각 색마다 떠오르는 단어, 느낌을 이야기하며 집단 컬러감정표를 만들고, 본 활동으로 요즘 자신이 자주 느끼는 감정이나 스마트폰을 사용할 때 감정을 떠올리고 색종이를 선택하여 색종이난화로 표현한다. 활동을 마무리하며 활동에 대한 느낌이나 소감을 자유롭게 이야기하고, 자기감정탐색과 자주 느끼는 감정을 인식할 수 있도록 구성하였다.

(3) 긍정적 정서 : 4~5회기

4회기 : 활동에 들어가기 전 준비 활동으로 일주일 동안의 나의 하루를 떠올리며 활동지에 표정스티커 붙이고, 긍정적·부정적 감정을 나누어 본다. 본 활동에 들어가기에 앞서 종이 뽑기를 통하여 집단을 두 그룹으로 나누고 도자기 찰흙 매체를 제공하여 아동들이 미술매체를 충분히 탐색하는 시간을 갖는다. 본 활동으로 긍정적, 부정적 감정을 찰흙에 담고, 집단 긍정적 감정 산 만들기와 부정적 감정 쓰레기통에 버리기 활동을 한다. 활동을 마무리 하며 활동에 대한 느낌이나 소감을 자유롭게 이야기하고, 긍정적 정서 경험과 부정적 감정 해소가 이루어지

도록 구성하였다.

5회기 : 활동에 들어가기 전 준비 활동으로 우리가 할 수 있는 것에 대해 이야기하고 강점을 찾는 9가지 질문(1. 나는 무엇을 즐기나요/ 2. 주변사람들에게 받은 칭찬/ 3. 나는 나의 어떤 모습이 좋은가요/ 4.지금까지 내가 해본 일 중 내가 특히 잘했던 것은?/ 5. 부족하고 잘 안될 때 오기가 생겨 더 열심히 해본 적이 있나요/ 6. 나는 어떤 일을 할 때 힘이 솟나요/ 7. 내가 자랑스러울 때는 언제인가요? / 8. 내가 닳고 싶은 사람의 가장 닳고 싶은 점은?/ 9. 어떤 칭찬이 가장 마음에 드나요)을 통해 자신의 강점을 찾는다. 그중 ‘내’가 또는 ‘우리’가 잘할 수 있는 것을 적어 집단 강점목표표를 만든다. 본 활동에 들어가기에 앞서 종이 뽑기를 통하여 집단을 두 그룹으로 나누고, 각자 자신의 강점이 적힌 색종이 꽃을 표현하여 전지에 붙이고 꾸미며 아름다운 꽃밭을 만든다. 활동을 마무리하며 활동에 대한 느낌이나 소감을 자유롭게 이야기 하고, 긍정적 경험과 긍정적 자기인식이 이루어지도록 구성하였다.

2) 중기단계

(1) 모델링 & 간접적 강화 : 6~7회기

6회기 : 활동에 들어가기 전 준비활동으로 일주일 간 자신의 스마트폰 사용량을 떠올리며 터치터치 그래프 활동지를 작성한다. 그리고 스마트폰 사용이 참기 어려운 상황을 이야기 한다. 치료사는 만족지연에 대해 소개하고 만족지연실험 상황에 대한 동영상 시청하고 그 개념과 스마트폰 만족지연 상황에서 잃을 수 있는 것과 얻을 수 있는 것에 대해 이야기하는 시간을 갖는다. 이 때 스마트폰 중독적 사용에서의 위험성에 대한 정보를 제공한다. 본 활동으로 이러한 스마트폰 만족지연상황에 대한 자신의 느낌이나 생각을 거친 사포에 크레파스를 이용하여 표현한다. 활동을 마무리하며 활동에 대한 느낌이나 소감을 자유롭게 이야기하고 만족지연 개념에 대해 이해할 수 있도록 구성하였다.

7회기 : 활동에 들어가기 전 준비활동으로 아동들에게 만족지연상황에 대한 동화를 들려주고, 어떤 선택을 할지 상황을 선택하게 한다. 그리고 자신의 비슷한 경험에 대해 글이나 그림으로 간단하게 표현한다. 본 활동으로는 스마트폰 만족지연상황에서 지연행동을 선택할 수 있게 도움을 주는 변신가면을 만들고 소개한다. 활동을 마무리하며 활동에 대한 느낌이나 소감을 자유롭게 이야기하고,

지연상황에 대한 간접적 강화경험과 지연상황 탐색 및 지연행동에 대한 동기를 부여 할 수 있도록 구성하였다.

(2) 만족지연전략 탐색 : 8~9회기

8회기 : 활동에 들어가기 전 준비활동으로 아동들에게 만족지연상황에서 사용 될 수 있는 만족지연전략들을 소개하고 아동이 마음에 들거나 사용하고 있는 전략에 대해 이야기한다. 만족지연성공 상황을 떠올리며 감정언어퍼즐 활동지를 통해 감정언어를 찾고, 어떤 감정이 느껴지는지 이야기하는 시간을 갖는다. 본 활동으로는 스마트폰 만족지연성공 사례를 찾고 그 상황에서의 자신의 상태(에너지, 감정 등)를 색으로 표현한다. 활동을 마무리하며 활동에 대한 느낌이나 소감을 자유롭게 이야기하고, 만족지연성공 상황 탐색과 지연 전략탐색을 할 수 있도록 구성하였다.

9회기 : 활동에 들어가기 전 준비활동으로 지연 상황 안에서의 나의 머릿속 생각들을 떠올려 활동지를 작성하고 어떤 생각들이 지연행동에 도움을 주었는지 이야기하는 시간을 갖는다. 이때 아동의 만족지연성공 상황에서 목표를 두었던 것들을 중요하게 다루어 준다. 본 활동으로는 만족지연성공 상황에서 사용한 전략을 장면장환 그림 그리기를 통해 표현 한다. 그리고 자신의 스마트폰 만족지연상황에서의 전략을 작품을 통해 발표하는 시간을 갖는다. 활동을 마무리하며 활동에 대한 느낌이나 소감을 자유롭게 이야기하고, 아동의 만족지연성공 재 경험과 자신의 지연전략 찾기를 도울 수 있도록 구성하였다.

3) 말기단계

(1) 만족지연전략 활용(유혹저항) : 10~11회기

10회기 : 활동에 들어가기 전 준비활동으로 일주일간 스마트폰 만족지연상황에서의 지연전략 사용에 대해 체크하고 어려웠던 점에 대해 이야기 하는 시간을 갖는다. 본 활동에서는 고운 모래와 파스텔을 이용해 자신의 만족지연전략을 상징하는 색을 표현하고 소개한다. 유리병에 각 집단원이 만든 색 모래를 나누어 담으며 장식품을 만든다. 이때 다른 집단원이 자신의 색 모래를 담아갈 때 자신의 만족지연전략을 이야기하게 한다. 활동을 마무리하며 활동에 대한 느낌이나 소감을 자유롭게 이야기하고, 아동의 만족지연전략 강화와 성취감 및 만족감을 느낄 수 있도록 구성하였다.

11회기 : 활동에 들어가기 전 준비활동으로 지난회기에 이어 일주일간 스마트폰 만족지연상황에서의 지연전략 사용에 대해 체크하고 힘들었던 점에 대해 이야기 하는 시간을 갖는다. 이때 아동의 스마트폰 만족지연상황에서의 노력한 바를 충분히 지지하고 인정해 준다. 본 활동으로는 스마트폰 만족지연상황에서 자신의 목표를 상기 시켜주는 캐릭터를 만들고 프로필을 작성한다. 그리고 자신의 만족 지연 캐릭터를 소개하는 시간을 갖는다. 활동을 마무리하며 활동에 대한 느낌이나 소감을 자유롭게 이야기하고, 만족지연전략 강화와 성취감 및 자신감향상이 이루어지도록 구성하였다.

12회기 : 프로그램 전체를 돌아보고 지난회기에 대한 소감을 나누며, 자신의 스마트폰 사용계획이나 목표에 대한 글을 쓰며 목표의지를 다진다. 그리고 프로그램을 통해 알게 된 것이나 궁금한 사항들을 질의 응답하는 시간을 갖는다. 다과파티를 열어 앞으로의 건강한 스마트폰 사용에 대한 의지를 다지며 즐겁게 마무리한다.

12회기의 스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 본 프로그램은 <표 9>와 같다.

<표 9> 스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 본 프로그램

단 계	영역	회 기	주제	회기별 목표	주요내용
초 기	도입	1	만나서 반가워요	-프로그램 이해 -흥미유발	-프로그램 소개와 인사 -집단 규칙정하기 -닉네임 정하기
		2	나의 스마트폰	-스마트폰 사용에 대한 나의 욕구를 인식	-워밍업 : 집단 마인드맵 -나의 스마트폰을 만들고 자주 쓰 는 기능을 탐색하기
	인식	3	나의 기분은?	-자기감정탐색 -자주 느끼는 감정인식	-워밍업 : 집단 컬러감정표 만들기 -자주 느끼는 감정을 색종이 난화 로 표현하기
		4	우리들의 산	-긍정적 정서 경험 및 부정적 감정 해소 -집단원 간 친밀감 형성	-워밍업 : 나의하루 -긍정적 정서와 부정적 감정 다루기 -집단 활동 : 긍정적 산 만들기 -부정적 감정을 쓰레기통에 버리 기 놀이로 해소하기

	5	아름다운 꽃밭	-긍정적 자기인식 -긍정적 정서경험	-워밍업 : 집단 강점목록표 -나의 강점 색종이 꽃 만들기 -집단 활동 : 꽃밭 만들기
중 기	모델링& 간접적 강화	6	만족지연? -만족지연 개념 이해	-워밍업 : 터치터치 그래프 -만족지연 동영상 시청 -스마트폰 만족지연 상황에서 잃을 수 있는 것과 얻을 수 있는 것 이야기하기 -사포그림그리기
		7	만약 나라면? -지연 상황 탐색 및 지연행동 동기 부여 -지연 상황에 대한 간접적 강화 경험	-워밍업 : 동화를 듣고 주인공이 되어 만족지연 상황 선택하기 -만족지연 가면 꾸미기
만족지연 전략탐색	8	나의 만족지연 전략 -만족지연성공 상황 탐색 -만족지연전략 탐색	-워밍업 : 만족지연전략 알기 감정언어퍼즐 -스마트폰 만족지연성공 사례 찾기 -색으로 표현하기	
	9	만족지연 성공상황 그리기 -만족지연성공 재 경험 -만족지연전략 찾기 -성취감	-워밍업 : 나의 머릿속 -만족지연 상황에 도움을 주는 것 이야기하기 -자신의 만족지연전략 찾기 -장면 전환 그림 그리기	
만족지연 전략활용 말 (유혹저항) 기	10	만족지연 장식품 -만족지연전략 강화1 -성취감 및 만족감	-워밍업 : 지연전략 활용 체크 1 -자신의 만족지연전략을 색 모래로 표현하기 -다른 집단원에게 자신의 만족지연 전략을 소개하며 나누어 담기	
	11	만족지연 캐릭터 -만족지연전략 강화2 -성취감 및 자신감향상	-워밍업 : 지연전략 활용 체크 2 -만족지연 목표 정하기 -만족지연 캐릭터를 만들고 소개하기	
마무리	12	할 수 있어요! -전체 프로그램을 돌아보며 스스로 목표설정하기	-스마트폰 사용 목표 설정하기 -프로그램 소감 나누기 -다과파티	

b. 본 프로그램의 타당도 검증

스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램의 전문가 내용 타당도 검증을 위한 전문가 집단은 상담학전공교수 1인, 미술치료 전문가 2인, 미술치료 현장 실무자 1인의 총 4명으로 구성 하였다. 전문가 내용 타당도 질문지는 스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램의 적합성, 프로그램 목표에 따른 목적, 회기별 내용 타당도로 구성되었으며, 내용타당도의 평점은 서면평점으로 진행하였다. 점수는 1~5점의 Likert 척도에 따라 평정을 의뢰하고 내용타당도 지수는 Lynn(1996)이 제시한 내용을 토대로 CVI(Content Validity Index) .80이상의 합의가 이루어진 경우 유의한 항목으로 정하였다. 연구 결과에서 모든 문항에 CVI가 .80을 초과하여 본 프로그램이 유의한 항목으로 타당하게 구성되었음을 확인하였다.

IV. 연구 II: 스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램 효과 검증

A. 연구 목적

연구 I 에서 개발된 스마트폰 중독 아동을 위한 집단미술치료 프로그램을 스마트폰 중독 아동에게 적용하여 그 효과를 검증하고자 한다. 구체적인 목적은 다음과 같다.

연구목적 2. 개발된 집단미술치료 프로그램이 스마트폰 중독 아동의 만족지연 능력 및 스마트폰 중독 수준에 어떠한 영향을 미치는가

B. 연구가설

본 연구에서는 스마트폰 중독 아동의 만족지연능력 증가와 스마트폰 중독수준 감소를 위한 집단미술치료 프로그램 개발을 통해 스마트폰 중독 아동의 만족지연 능력과 스마트폰 중독수준에 미치는 효과를 검증하기 위해 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설1. 개발된 집단미술치료에 참여한 실험집단은 대기집단보다 만족지연능력 평정척도1 점수가 유의하게 증가할 것이다.

가설2. 개발된 집단미술치료에 참여한 실험집단은 대기집단보다 만족지연능력 평정척도2 점수의 변화가 있을 것이다.

2-1. 개발된 집단미술치료에 참여한 실험집단은 대기집단보다 장기적 만족 점수가 유의하게 증가할 것이다.

2-2. 개발된 집단미술치료에 참여한 실험집단은 대기집단보다 역 채점된 즉각적 만족 점수가 유의하게 증가할 것이다.

가설3. 개발된 집단미술치료에 참여한 실험집단은 대기집단보다 스마트폰 중독 자가진단 척도 점수의 변화가 있을 것이다.

3-1. 개발된 집단미술치료에 참여한 실험집단은 대기집단보다 스마트폰

- 중독 하위유형 중 일상생활 장애 점수가 유의하게 감소할 것이다.
- 3-2. 개발된 집단미술치료에 참여한 실험집단은 대기집단보다 스마트폰 중독 하위유형 중 가상지향 점수가 유의하게 감소할 것이다.
- 3-3. 개발된 집단미술치료에 참여한 실험집단은 대기집단보다 스마트폰 중독 하위유형 중 금단 점수가 유의하게 감소할 것이다.
- 3-4. 개발된 집단미술치료에 참여한 실험집단은 대기집단보다 스마트폰 중독 하위유형 중 내성 점수가 유의하게 감소할 것이다.

C. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 만족지연 증진을 위한 집단미술치료 프로그램이 스마트폰 중독 아동의 만족지연능력과 스마트폰 중독 수준에 어떠한 효과가 있는지를 검증하기 위한 스마트폰 중독 아동 대상자 모집을 위해 G역시 소재에 있는 지역아동센터 지역 사회복지사를 통해 집단 모집 공고를 메일로 발송하였다. 스마트폰을 소지하고 있는 아동을 대상으로 스마트폰 중독 자가진단 척도 분류기준에서 스마트폰 중독군에 해당하는 고위험과 잠재적 위험 점수에 포함되는 아동을 선별하여 실험집단 21명, 대기집단 21명으로 각각 선정하였고, 실험집단은 만 10세부터 만 12세로 구성되었으며, 집단치료 형태로 진행되었다. 실험집단의 아동들의 평균 연령은 만 11세로 초등학교 4~5학년 이며, 남아가 15명, 여아가 6명으로 구성되었고, 대기 집단의 아동들은 평균 연령은 만 11세로 초등학교 4~5학년 이며, 남아가 13명 여아가 8명으로 구성되었다. 집단치료는 개인치료에서 보다 문제행동이 자연스럽게 드러날 수 있고, 집단원들이 서로 상호작용하는 과정에서 그 특성의 변화를 볼 수 있으므로(김혜진, 2002), 스마트폰 중독 아동에게 적합하다. 연구를 시작하기 전 연구 집단 아동들에게 연구의 목적과 활동을 설명하고 연구 집단 아동의 보호자들에게 연구에 대해 설명하고 연구 참여 동의서를 서면으로 받은 후 실험집단 21명에게는 만족지연 증진을 위한 집단미술치료 프로그램을 실시하였다. 연구에 참여한 총 42명의 아동 중에서 총 12회기 전체 프로그램에

참여한 아동과 사전·사후 검사를 모두 실시한 아동으로 결과 대상자를 선정하였으며 이는 실험집단 15명, 대기집단 15명으로 총 30명으로 최종 결정되었다. 실험집단과 대기집단에서 제외된 각 6명의 아동은 총 12회기 중 3번 이상 참여를 못하였거나 사후 검사를 실시하지 못하여 연구 대상에서 제외되었다.

2. 연구의 윤리적 고려

본 연구를 시작하기 전 연구의 윤리적 고려를 위해 연구윤리 연구자 교육과정을 이수하였고, 한국미술치료학회의 미술치료사 연구윤리 교육을 이수하였다.

연구 참여자 집단에게 연구 중 수집된 자료는 연구 목적 이외의 다른 용도로 사용하지 않으며 연구 참여자의 의지에 의하여 언제든지 연구 참여를 거절 및 중단할 수 있음을 설명하였다. 또한 연구의 참여자는 아동으로 연구 집단 참여 아동의 보호자와 센터 실무자에게 연구의 목적과 연구 내용 및 방법을 설명하고, 실험 전 실험집단 아동과 보호자에게 연구 참여 동의서를 받았다. 대기집단은 실험집단의 처지 후 실험집단과 동일한 목적으로 집단미술치료 프로그램을 실시하였다.

3. 연구도구

본 연구에서는 실험집단의 만족지연능력과 스마트폰 중독수준에 대해 사전검사와 사후 검사를 실시하고 그 결과를 분석하여 연구문제를 검증하고자 한다.

a. 집단미술치료 프로그램

스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 본 프로그램은 <표9>에 제시하였으며, 본 프로그램의 진행은 미술치료사자격과 집단미술치료 경험이 있는 본 연구자와 미술치료사연수중이며 집단미술치료진행 경험이 있는 연구보조자가 함께 진행하였다. 프로그램은 2015년 7월 20일부터 2015년 8월 26일까지 주 2회씩, 6주에 걸쳐 총 12회기를 진행하였다.

b. 만족지연능력 평정척도 1

이 척도는 아동이 다양한 상황에서 보상을 위해 기다릴 수 있는 아동의 만족

지연능력을 평정하도록 되어있다. Olson과 kashiwari(2000)의 연구로부터 최초로 개발된 도구이며, Opper(2003)의 연구에 사용된 것을 김혜순(2006)이 번안하여 사용한 도구이다. 총 8개의 문항으로 구성 되었고, 거의 그렇지 않다(1점), 그렇지 않은 편이다.(2점), 보통이다(3점), 종종 그렇다(4점), 거의 그렇다(5점)로 Likert 5점 척도를 이용하여 답하게 되어있다.

만족지연능력 척도 검사 방법은 응답 결정 부분에서 아동이 먼저 ‘그렇다, 아니다, 보통이다,’ 이 중 1차 선택을 하도록 하였으며, 이 중 ‘그렇다.’ 또는 ‘아니다.’를 선택할 경우 약간인지 매우인지 2차 척도 선택을 하도록 하였다. 전체 점수 범위는 0 ~ 8점까지이다. 본 연구를 위해 사용한 만족지연능력 신뢰도는 Cronbach's α 계수 .932로 신뢰도가 확인되었다.

c. 만족지연능력 평정척도 2

만족지연능력 평정척도2의 측정도구는 Gorrfredson과 Hirschi(1990)의 자기통제력 척도와 김현숙(1998)의 자기통제평정척도를 남현미(1999)가 청소년을 대상으로 재구성하고, 이계원(2001)이 수정·보완한 것을 사용하였다. 본 검사지의 신뢰도는 남현미(1999)의 연구에서는 Cronbach's Alpha=.780이었으며, 이계원(2001)의 연구에서는 Cronbach's Alpha=.740이었다. 총 20문항으로 장기적인 만족을 추구하는 정도에 관한 문항 10개와 즉각적인 만족을 추구하는 정도에 관한 문항 10개로 구성되어 있다. 장기적인 만족을 추구하는 경우에는 집중력이 있고 행동하기 전에 생각하며, 자신의 욕구를 지연시킬 수 있고, 효율적인 문제해결을 할 수 있는 능력을 가지고 있는가를 파악 하는데 이용되고, 즉각적인 만족을 추구하는 경우는 충동적이고 자신위주로 생각하며, 말보다는 행동이 앞서는 경향이 있는가를 파악하는데 이용된다. 즉, 장기적인 만족을 추구하는 경향에 경향이 높고, 즉각적인 만족을 추구하는 경향이 낮을수록 만족지연능력이 높다고 할 수 있다.

따라서 즉각적인 만족을 추구하는 경향을 나타내는 10개의 문항(척도의 3, 5, 6, 7, 9, 14, 16, 17, 18, 19번 문항)은 역으로 환산하였다. 만족지연능력을 측정하는 척도는 Likert 5점 척도를 이용하여 답하게 되어있으며 척도의 점수 범위는 20점에서 100점까지이다. 본 연구에서 만족지연능력 검사도구의 척도별 신뢰도는 다음 <표 10>과 같다.

<표 10> 만족지연능력 검사도구의 척도별 신뢰도

문항번호	문항 내용	문항 수	문항번호	Crombach a
	장기적인 만족을 추구	10	1, 2, 4, 8, 10, 11, 12, 13, 15, 20	.834
	즉각적인 만족을 추구	10	3*, 5*, 6*, 7*, 9*, 14*, 16*, 17*, 18*, 19*	.831
	전체	20		.825

* 역채점문항

d. 스마트폰 중독 자가진단 척도 (S-척도)

본 연구 대상은 아동으로 만 10~12세이지만, 청소년복지지원법에서 청소년 연령 기준인 9세 이상~18세 이하에 포함 되어, 청소년 스마트폰 중독 자가진단 척도를 사용하였다. 본 연구에서 사용된 청소년 스마트 폰 중독 자가진단 척도의 문항구성과 유형별 점수, 신뢰도는 다음과 같다. 한국정보화진흥원(2011)에서 개발한 청소년 스마트 폰 중독 자가진단 척도는 일상생활장애, 가상세계 지향성, 금단, 내성의 4개의 하위요인 15개의 문항으로 구성되어 있으며 ‘전혀 그렇지 않다.’ 1점에서부터 ‘매우 그렇다.’의 4점에 이르는 Likert 4점 척도로 구성되어 있다.

스마트 폰 중독 자가진단 척도 분류 기준 및 유형별 특성은 <부록5-1>에 제시하였다. 한국정보화진흥원에서 실시한 신뢰도는 일상생활 장애 .87, 가상세계 지향성 .69, 금단 .80, 내성 .83, 전체 .81로 나타났다. 본 연구에서의 청소년 스마트 폰 중독 자가진단 척도 신뢰도는 <표 11>과 같다.

<표 11> 청소년 스마트폰 중독 자가진단 척도 신뢰도

하위영역	문항 수	문항번호	Crombach a
일상생활 장애	5	1, 5, 9, 12, 13*	.71
가상세계 지향성	2	2, 6	.58
금 단	4	3, 7, 10*, 14	.69
내 성	4	4,8*,11,15	.69
전 체	15		.89

*역채점 문항

4. 연구설계

본 연구는 스마트폰 중독 아동의 집단미술치료 프로그램의 개발 및 적용을 통해 스마트폰 중독 아동의 스마트폰 중독수준과 만족지연능력에 미치는 효과를 검증하기 위한 것으로 사전, 사후 검사의 비교를 위한 실험집단과 대기집단을 설계하였다. 독립변인은 집단미술치료프로그램이며 종속변인은 아동의 스마트폰 중독과 만족지연이다. 본 연구의 설계를 도식화하면 <표 12>와 같다.

<표 12> 연구설계

	사전검사	프로그램 실시	사후검사
실험집단	O ₁	X	O ₂
대기집단	O ₁	-	O ₂

O₁ : 스마트폰 중독아동의 스마트폰 중독과 만족지연능력의 사전검사

O₂ : 스마트폰 중독아동의 스마트폰 중독과 만족지연능력의 사후검사

X : 집단미술치료 프로그램

5. 연구절차

본 연구의 실험은 예비 조사, 선별 검사, 사전검사, 사후검사로 진행되었다.

예비조사에 따른 실험설계, 선별 검사와 사전검사, 본 실험, 사후 검사로 진행되었다. 선별 검사와 사전검사 후 실험집단에 스마트폰 중독아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램을 6주간 실시한 후 사후검사를 실시하였다. 대기집단에는 선별 검사와 사전 검사 실시 후 집단미술치료 프로그램을 실시하지 않고 사후검사를 실시하였다.

검사자 및 프로그램 진행자의 구성은 본 연구의 연구자와 미술치료사 과정을 수련 중이며 미술치료프로그램 진행 경험이 있는 연구 보조자 1명으로 총 2명으로 구성하였다.

본 연구는 스마트폰 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램을 실시하기 전 2015년 7월 8일부터 2015년 7월 15일 까지 7일간 실험집단과 대기집단의 선별검사를 실시하여 스마트폰 중독 아동을 선별하였다. 스마트폰 중독 진단검사는 본 연구자와 연구보조자가 함께 지역아동센터에 있는 상담실에서 아동

과 일대일 개별검사로 실시하였다. 이는 검사 시 아동이 자신의 스마트폰 과다 사용에 대해 정확한 자기 인식 및 스마트폰 과다 사용 기준에 대해 인지하지 못할 경우를 우려하여 개별검사를 실시하게 되었다.

사후검사는 사전검사와 동일한 도구와 방법으로 프로그램 종료 후 실험집단과 대기 집단에게 실시하였으며 대기집단의 처치는 2015년 11월에 총 6회기로 실험집단과 동일한 목표의 집단미술치료 프로그램을 실시하였다.

연구의 절차를 요약 정리하면 <표 13>과 같다.

<표 13> 연구 절차

구분	내용
선별검사	-기간 : 2015년 7월 8일 ~ 2015년 7월 15일 -내용 : 스마트폰 진단척도를 이용한 스마트폰 중독 아동 선별검사 실시
사전검사	-기간 : 2015년 7월 17일 -내용 : 스마트폰 중독, 만족지연능력 평정척도 1, 만족지연능력 평정척도 2
본 프로그램 적용	-기간 : 2015년 7월 20일 ~ 2015년 8월 26일 -회기 : 총 12회기
사후검사	-기간 : 2015년 8월 26일 -내용 : 스마트폰 중독, 만족지연능력 평정척도 1, 만족지연능력 평정척도 2
대기집단처리	-기간 : 2015년 11월 ~ 2015년 12월 -회기 : 총 6회기

6. 자료분석

스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램의 효과를 검증하기 위해 수집된 자료는 SPSS/WIN 22.0 프로그램을 사용하여 다음과 같이 분석하였다.

첫째, 실험집단과 대기집단의 특성을 파악하기 위해 기초통계를 실시하였다.

둘째, 실험집단과 대기집단이 동일한 집단인지 알아보기 위하여 평균비교분석을 실시하였다.

셋째, 집단(실험/대기)의 검사 시기(사전/사후)별 만족지연능력 평정척도1의 전체

점수를 반복측정 변량분석을 실시하였다.

넷째, 집단(실험/대기)의 검사 시기(사전/사후)별 만족지연능력 평정척도2의 전체 점수와 하위요인을 반복측정 변량분석을 실시하였다.

다섯째, 집단(실험/대기)의 검사 시기(사전/사후)별 스마트폰 중독의 전체점수 및 하위 요인을 반복측정 변량분석을 실시하였다.

여섯째, 집단미술치료 프로그램의 효과를 검증하기 위해 프로그램의 목표와 미술치료 활동과정 및 작품내용을 중심으로 질적 분석을 하였다.

D. 연구결과

1. 기술 통계치

본 연구의 연구문제2를 검증하기 위한 기초자료로 스마트폰 중독, 만족지연능력의 최대값과 최소값, 평균, 표준편차를 산출하였다. 이에 실험집단, 대기집단에 따른 변인별 기술 통계 결과는 <표 14>와 같다.

<표 14> 실험집단 · 대기집단에 따른 변인별 기술통계 결과 (N=30)

구분	하위요인	최소값	최대값	평균	표준편차	
만족 지연 능력1	사전	12	33	25.67	4.310	
	사후	11	39	27.93	5.589	
만족 지연 능력2	전 체	사전	49	86	61.23	8.127
		사후	54	82	65.13	7.714
	장기적 만족	사전	21	47	29.43	5.667
		사후	23	42	32.07	4.948
즉각적 만족	사전	23	40	31.80	4.106	
	사후	23	40	33.067	3.921	
스마 트폰 중독	전 체	사전	30	52	38.63	5.555
		사후	17	48	34.20	7.030
	일상생활장애	사전	9	18	14.12	1.683
		사후	5	17	12.03	2.553

가상세계지향	사전	2	7	4.10	1.583
	사후	2	7	3.60	1.276
금단	사전	5	16	8.87	2.460
	사후	4	13	8.23	2.431
내성	사전	7	16	11.50	2.193
	사후	5	14	10.33	2.155

2. 사전 동질성 검증

본 연구에 참여한 실험집단과 대기집단이 동질한 집단인지 확인하고자 사전검사 점수에 독립표본 평균비교분석을 실시한 결과는 <표 15>와 같다.

결과에 의하면, 만족지연1 ($t=.0.83, p>.05$), 만족지연2 ($t=-.645, p>.05$), 스마트폰 중독 ($t=2.371, p>.05$),으로 각 변인에서 유의미한 차이를 보이지 않아 두 집단은 동질한 집단으로 나타났다.

<표 15> 실험집단 · 대기집단에 따른 사전 동질성 검증 결과

구분	하위요인	실험집단(n=15	대기집단(n=15)	t	p
		M(±SD)	M(±SD)		
만족 지연 능력1	전 체	25.73(3.10)	25.60(5.37)	.083	.140
	만족 지연 능력2				
스마 트폰 중독	장기적 만족	60.27(6.82)	62.20(9.40)	-.645	.410
	즉각적 만족	28.53(4.84)	30.33(6.43)	-.866	.454
	전 체	31.73(3.69)	31.87(4.61)	-.087	.511
스마 트폰 중독	전 체	40.87(6.53))	36.40(3.25)	2.371	.063
	일상생활장애	14.60(1.30)	13.73(1.94)	1.436	.419
	가상세계지향	4.80(1.32)	3.40(1.55)	2.664	.252
	금단	9.47(2.61)	8.27(2.22)	1.355	.838
	내성	12.00(2.45)	11.00(1.85)	1.261	.162

3. 집단미술치료 프로그램이 만족지연에 미치는 효과

a. 집단미술치료 프로그램이 만족지연능력 평정척도1에 미치는 효과

본 연구의 가설 1인 ‘개발된 집단미술치료 프로그램에 참여한 실험집단은 대기집단에 보다 만족지연능력 평정척도1의 점수가 유의하게 증가할 것이다.’를 검증하기 위해 실험집단과 대기집단의 만족지연의 사전·사후 평균과 표준편차를 구하여 <표 16>에 제시하였고, 이를 반복측정 변량분석하여 <표 17>에 제시하였다.

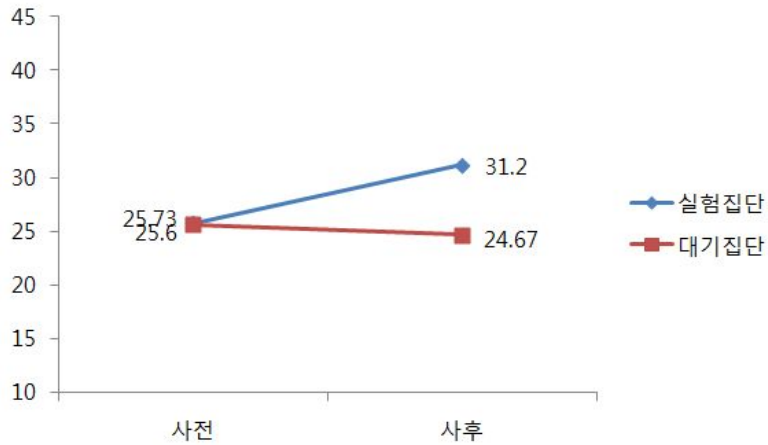
<표 16> 만족지연능력 평정척도1에 대한 실험집단 · 대기집단 사전 · 사후 평균

구분		실험집단(n=15)	대기집단(n=15)
		M(±SD)	M(±SD)
만족지연능력1	사전	25.73(3.10)	25.60(5.37)
	사후	31.20(3.99)	24.67(5.59)

<표 17> 만족지연능력 평정척도1에 대한 집단유형(실험·대기)과 측정시기별(사전·사후) 반복측정 변량분석

변수	변산원	SS	df	MS	F	P
만족지연 능력1	집단간					
	집단	166.667	1	166.667	4.462	.044
	오차	1045.933	28	37.335		
	집단내					
	집단시기	77.067	1	77.067	27.547	.000
	집단X검사시기	153.600	1	153.600	54.904	.000
오차	78.333	28	2.798			

<표 17>에 나타난 변량분석 결과를 살펴보면 다음과 같다.



<그림 8> 만족지연능력 평정척도1 대한 실험집단, 대기집단 사전·사후 평균
 만족지연능력 평정척도1의 분석결과를 살펴보면, 집단과 측정 시점 간 상호작용 효과가 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다($F=54.904, p<.01$). 이러한 결과는 실험집단의 만족지연능력 평정척도1 점수변화가 대기집단의 변화와 비교해서 유의미한 차이가 있음을 보여준다. 따라서 ‘개발된 집단미술치료 프로그램에 참여한 실험집단은 대기집단에 보다 만족지연능력 평정척도1의 점수가 유의하게 증가할 것이다.’라는 가설1은 지지되었다.

b. 집단미술치료 프로그램이 만족지연능력 평정척도2에 미치는 효과

본 연구의 가설 2인 ‘개발된 집단미술치료에 참여한 실험집단은 대기집단보다 만족지연능력 평정척도2 점수의 변화가 있을 것이다.’를 검증하기 위해 실험집단과 대기집단의 만족지연능력 평정척도2의 사전 · 사후 평균과 표준편차를 구하여 <표 18>에 제시하였고, 이를 반복측정 변량분석하여 <표 19>에 제시하였다

<표 18> 만족지연능력 평정척도2에 대한 실험집단 · 대기집단 사전 · 사후 평균

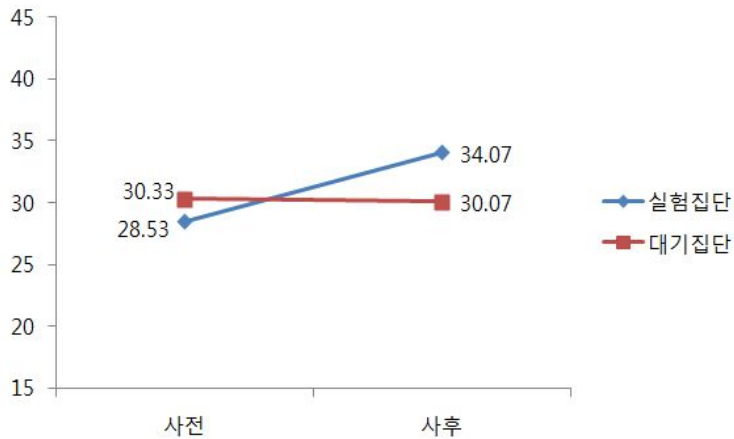
구분	하위요인	실험집단(n=15)		대기집단(n=15)	
		사전	사후	사전	사후
만족지연 능력2	전 체	사전	60.27(6.82)	사전	62.20(9.40)
		사후	68.80(5.158)	사후	61.47(8.24)
만족지연 능력2	장기적 만족	사전	28.53(4.84)	사전	30.33(6.43)
		사후	34.07(4.15)	사후	30.07(4.99)

즉각적 만족	사전	31.73(3.69)	31.87(4.61)
	사후	34.73(2.22)	31.40(4.58)

<표 19> 만족지연능력 평정척도2에 대한 집단유형(실험·대기)과 측정시기별(사전·사후) 반복측정 변량분석

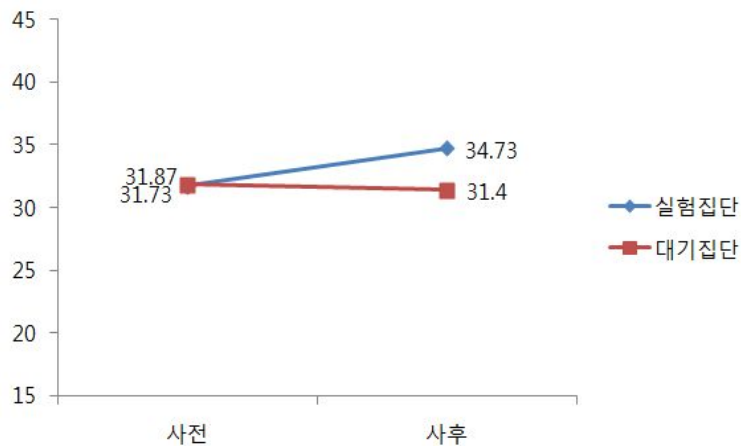
변수	변산원	SS	df	MS	F	P
만족지연 능력2	집단간					
	집단	109.350	1	109.350	1.065	.311
	오차	2876.133	28	102.719		
	집단내					
	집단시기	160.067	1	160.067	8.625	.007
	집단X검사시기	180.267	1	180.267	9.713	.004
	오차	519.667	28	18.560		
장기적 만족	집단간					
	집단	18.150	1	18.150	.401	.532
	오차	1266.600	28	45.236		
	집단내					
	집단시기	132.017	1	132.017	14.073	.001
	집단X검사시기	98.817	1	98.817	10.534	.003
	오차	262.667	28	9.381		
즉각적 만족	집단간					
	집단	38.400	1	38.400	1.390	.248
	오차	773.333	28	27.619		
	집단내					
	집단시기	24.067	1	24.067	8.654	.006
	집단X검사시기	45.067	1	45.067	16.205	.000
	오차	77.867	28	2.781		

<표19>에 나타난 변량분석 결과를 살펴보면 다음과 같다.



<그림 9> 만족지연능력 평정척도2의 하위유형 중 장기적 만족에 대한 실험집단, 대기집단 사전·사후 평균

첫째, 만족지연능력 평정척도2의 하위유형에서 장기적 만족에 대한 분석결과를 살펴보면, 집단과 측정 시점 간 상호작용효과가 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다($F=10.534, p<.01$). 이러한 결과는 실험집단의 장기적 만족 점수변화가 대기집단의 변화와 비교해서 유의미한 차이가 있음을 보여준다. 따라서 ‘개발된 집단미술치료에 참여한 실험집단은 대기집단보다 장기적 만족 점수가 유의하게 증가할 것이다.’라는 가설2-1은 지지되었다.



<그림 10> 만족지연능력 평정척도2의 하위유형 중 즉각적 만족에 대한 실험집단, 대기집단 사전·사후 평균

둘째, 만족지연능력 평정척도2의 하위유형에서 역 채점된 즉각적 만족에 대한 분석결과를 살펴보면, 집단과 측정 시점 간 상호작용효과가 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다($F=16.205, p<.01$). 이러한 결과는 실험집단의 역 채점된 즉각적 만족 점수변화가 대기집단의 변화와 비교해서 유의미한 차이가 있음을 보여준다. 따라서 ‘개발된 집단미술치료에 참여한 실험집단은 대기집단보다 역 채점된 즉각적 만족 점수가 증가할 것이다.’라는 가설2-2는 지지되었다.

3. 집단미술치료 프로그램이 스마트폰 중독에 미치는 효과

본 연구의 가설 3인 ‘개발된 집단미술치료에 참여한 실험집단은 대기집단보다 스마트폰 중독 자가진단 척도 점수의 변화가 있을 것이다.’를 검증하기 위해 실험집단과 대기집단의 스마트폰 중독 하위요인의 사전·사후 평균과 표준편차를 구하여 <표 20>에 제시하였고, 이를 반복측정 변량분석하여 <표 21>에 제시하였다

<표20> 스마트폰 중독 자가진단 척도에 대한 실험집단 · 대기집단 사전 · 사후 평균

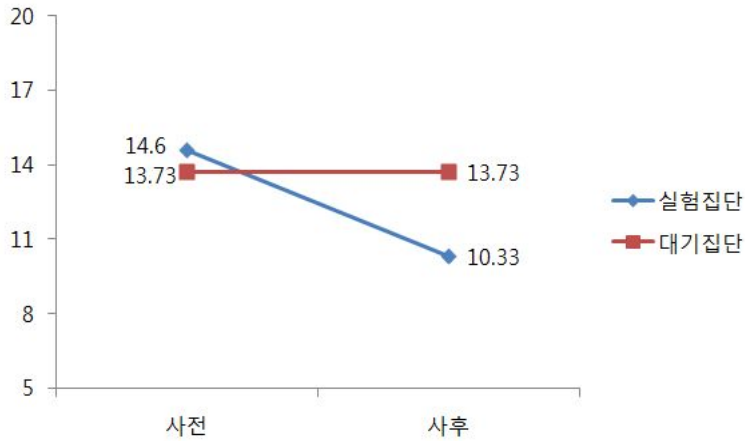
구분	하위요인		실험집단(n=15)	대기집단(n=1)
			M(±SD)	M(±SD)
	전 체	사전	40.87(6.53)	36.40(3.25)
		사후	29.27(5.11)	39.13(4.91)
	일상생활장애	사전	14.60(1.30)	13.73(1.94)
		사후	10.33(2.02)	13.73(1.79)
스마트폰 중독	가상세계지향	사전	4.80(1.32)	3.40(1.55)
		사후	3.20(.86)	4.00(1.51)
	금단	사전	9.47(2.61)	8.27(2.22)
		사후	6.80(2.01)	9.67(1.95)
	내성	사전	12.00(2.45)	11.00(1.85)
		사후	8.93(1.94)	11.73(1.28)

<표21>스마트폰 중독 자가진단 척도에 대한 집단유형(실험·대기)과 측정시기별(사전·사후) 반복측정 변량분석

변수	변산원	SS	df	MS	F	P
스마트폰 중독	집단간					

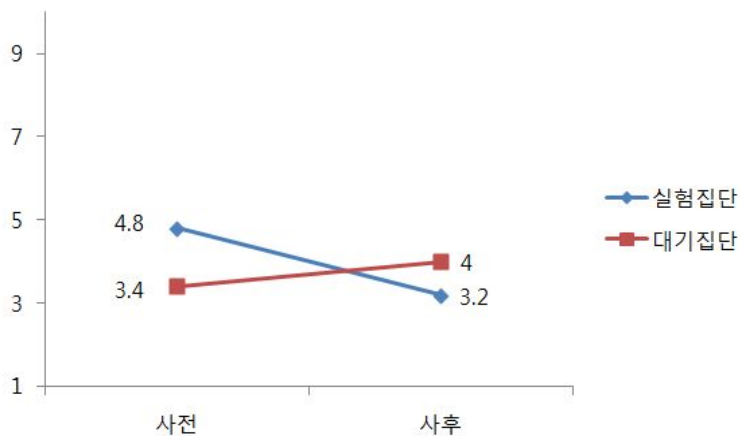
	집단	109.350	1	109.350	2.945	.097
	오차	1039.733	28	37.133		
	집단내					
	집단시기	294.817	1	294.817	20.219	.000
	집단X검사시기	770.417	1	770.417	52.837	.000
	오차	408.267	28	14.581		
	집단간					
	집단	24.067	1	24.067	5.464	.027
	오차	123.333	28	4.405		
일상생활장애	집단내					
	집단시기	68.267	1	68.267	34.462	.000
	집단X검사시기	68.267	1	68.267	34.462	.000
	오차	55.467	28	1.981		
	집단간					
	집단	1.350	1	1.350	.486	.492
	오차	77.800	28	2.779		
가상세계지향	집단내					
	집단시기	3.750	1	3.750	4.646	.040
	집단X검사시기	18.150	1	18.150	22.487	.000
	오차	22.600	28	.807		
	집단간					
	집단	10.417	1	10.417	1.274	.269
	오차	228.933	28	8.176		
금단	집단내					
	집단시기	6.017	1	6.017	3.705	.064
	집단X검사시기	62.017	1	62.017	38.192	.000
	오차	45.467	28	1.624		
	집단간					
	집단	12.150	1	12.150	2.986	.095
	오차	113.933	28	4.069		
내성	집단내					
	집단시기	20.417	1	20.417	6.086	.020
	집단X검사시기	54.150	1	54.150	16.141	.000
	오차	93.933	28	3.355		

<표21>에 나타난 변량분석 결과를 살펴보면 다음과 같다.



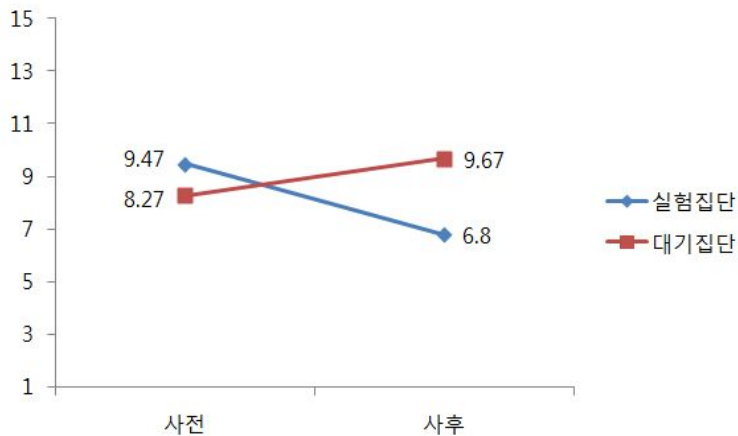
<그림 11> 스마트폰 중독 하위유형 중 일상생활장애 대한 실험집단, 대기집단 사전·사후 평균

첫째, 스마트폰 중독 하위유형에서 일상생활장애에 대한 분석결과를 살펴보면, 집단과 측정 시점 간 상호작용효과가 통계적으로 유의한 것으로 나타났다 ($F=34.462, p<.01$). 이러한 결과는 실험집단의 일상생활장애 점수변화가 대기집단의 변화와 비교해서 유의미한 차이가 있음을 보여준다. 따라서 ‘개발된 집단미술치료에 참여한 실험집단은 대기집단보다 스마트폰 중독 하위유형 중 일상생활 장애 점수가 유의하게 감소할 것이다.’라는 가설3-1은 지지되었다.



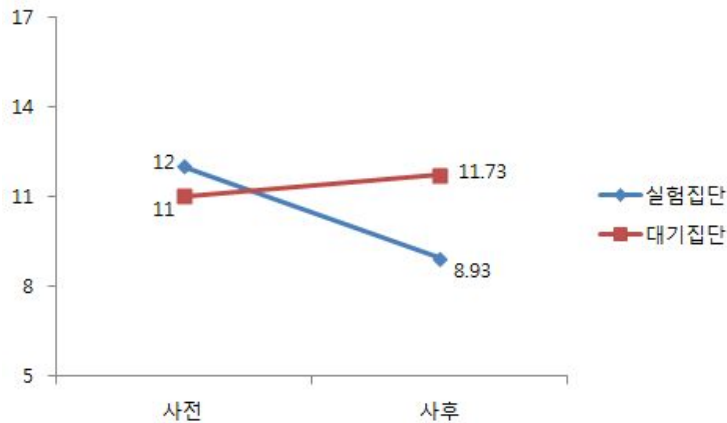
<그림 12> 스마트폰 중독 하위유형 중 가상세계지향에 대한 실험집단, 대기집단 사전·사후 평균

둘째, 스마트폰 중독 하위유형에서 가상세계지향에 대한 분석결과를 살펴보면, 집단과 측정 시점 간 상호작용효과가 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다 ($F=22.487, p<.01$). 이러한 결과는 실험집단의 가상세계지향 점수변화가 대기 집단의 변화와 비교해서 유의미한 차이가 있음을 보여준다. 따라서 ‘개발된 집단 미술치료에 참여한 실험집단은 대기집단보다 스마트폰 중독 하위유형 중 가상지향 점수가 유의하게 감소할 것이다.’라는 가설3-2는 지지되었다.



<그림13> 스마트폰 중독 하위유형 중 금단에 대한 실험집단, 대기집단 사전·사후 평균

셋째, 스마트폰 중독 하위유형에서 금단에 대한 분석결과를 살펴보면, 집단과 측정 시점 간 상호작용효과가 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다 ($F=38.192, p<.01$). 이러한 결과는 실험집단의 금단 점수변화가 대기집단의 변화와 비교해서 유의미한 차이가 있음을 보여준다. 따라서 ‘개발된 집단 미술치료에 참여한 실험집단은 대기집단보다 스마트폰 중독 하위유형 중 금단 점수가 유의하게 감소할 것이다.’라는 가설3-3은 지지되었다.



<그림 14> 스마트폰 중독 하위유형 중 내성에 대한 실험집단, 대기집단 사전·사후 평균

넷째, 스마트폰 중독 하위유형에서 내성에 대한 분석결과를 살펴보면, 집단과 측정 시점 간 상호작용효과가 통계적으로 유의한 것으로 나타났다($F=16.141$, $p<.01$). 이러한 결과는 실험집단의 내성 점수변화가 대기집단의 변화와 비교해서 유의미한 차이가 있음을 보여준다. 따라서 ‘개발된 집단미술치료에 참여한 실험 집단은 대기집단보다 스마트폰 중독 하위유형 중 내성 점수가 유의하게 감소할 것이다.’라는 가설3-4는 지지되었다.

E. 질적 내용분석 연구 결과

1. 참여자 행동 특성 양적 분석

a. 행동관찰 평가 분석

행동관찰 평가는 매 회기 활동 후 연구자와 보조연구자가 관찰하고 평가하였다. 행동 관찰 분석 평가는 프로그램 과정과 종료 후 변화되는 행동이 있는지 그리고 세부적으로 어느 정도 변화되었나를 점수화시켜 체크하는 평가지로 스마트폰 중독 증상과 관련한 행동과 만족지연 항목으로 구성되어 있다.

행동관찰 분석 평가지는 연구도구를 바탕으로 구체적 행동관찰 항목을 나누어 분류한 것으로 다음과 같다. 만족지연1 항목은 의지에 대한 항목, 인내심에 대한

항목으로 구성되었고, 만족지연2의 항목은 집중에 대한 항목, 욕구조절에 대한 항목으로 구성되었으며, 스마트 폰 중독과 관련한 항목은 중독, 금단, 일상생활에 대한 항목으로 구성되어 있다.

행동관찰 평가 분석 결과는 만족지연1 점수에서 15명의 아동 모두 점수가 상승하며 긍정적인 결과를 보였다. 만족지연2의 점수는 15명의 아동 중 14명의 아동 점수가 상승하였고, 점수 변화가 없는 아동이 1명으로 과반수의 집단원이 긍정적인 결과를 보였다. 스마트 폰 중독관련 태도 점수에서는 아동 15명 중 점수변화가 없는 아동이 2명이며, 중독 행동이 줄어 점수의 감소를 보인 아동이 13명으로 긍정적인 결과를 보였다. 점수의 변화는 <표22>와 같다.

<표22>행동 관찰 분석

관찰 항목	단계	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	N	M	O
만족 지연1	초기 (1-4)	8	9	16	15	15	7	9	14	13	18	10	14	18	10	12
	중기 (5-8)	10	15	18	18	16	14	11	16	15	19	11	16	15	15	14
	말기 (9-12)	13	18	17	22	20	20	11	21	16	23	13	16	20	15	20
만족 지연2	초기 (1-4)	7	11	14	11	13	8	9	11	11	16	10	8	12	9	13
	중기 (5-8)	9	15	18	18	17	15	8	12	15	18	13	9	15	8	11
	말기 (9-12)	14	18	22	21	23	21	9	20	17	22	13	12	15	12	16
스마 트폰 중독	초기 (1-4)	10	9	12	7	8	9	11	12	10	9	8	12	11	10	9
	중기 (5-8)	8	8	9	8	6	8	9	10	8	8	6	10	10	10	7
	말기 (9-12)	7	8	6	6	6	5	10	7	6	6	8	7	11	8	6

b. 참여자 자기행동 분석

참여자 자기행동 평가 결과 집단원의 만족지연 측면의 부분을 살펴보면 다음과 같다. 활동 후 좀 더 집중을 잘하는 것 같은지에 대해서는 8명이 보통, 7명이 그렇다고 답했다. 활동 후 모르는 것이 생기면 알고 싶어 하는 의지가 생겼는지에 대해서는 10명이 보통, 5명이 그렇다고 답했다. 활동 후 시작한 일을 끝까지

해보려고 노력하는지에 대해서는 1명이 아니다, 11명이 보통, 3명이 그렇다고 답했다. 활동 후 자기 차례를 잘 기다리게 되었는지에 대해서는 12명이 보통, 3명이 그렇다고 하였다. 활동 후 다른 친구가 이야기할 때 잘 듣고 대화 순서를 잘 지키게 되었는지에 대해서는 3명이 보통, 12명이 그렇다고 하였다. 활동 후 다른 친구가 내가 원하는 것(재료, 미술도구)을 사용하고 있다면 인내심 있게 기다리게 되었는지에 대해서는 1명이 아니요, 1명이 보통, 13명이 그렇다고 하였다. 활동 후 정해진 규칙이나 선생님의 지시를 잘 따르려고 노력하는지에 대해서는 5명이 보통, 10명이 그렇다. 활동 후 내가 해야 할 일을 끝까지 하려고 노력하는지에 대해서는 8명이 보통, 7명이 그렇다고 하였다. 활동 후 수업 중 장난치는 일이 조금 줄어들었는지에 대해서는 9명 보통, 6명이 그렇다고 하였다. 활동 후 수업 중 돌아다니는 횟수가 줄었는지에 대해서는 1명이 아니다, 12명이 보통, 2명이 그렇다고 하였다. 활동 후 내 자리의 뒷정리를 잘 하게 되었는지에 대해서는 2명이 아니다, 7명이 보통, 6명이 그렇다고 하였다.

이러한 결과에서 집단원들은 기다림과 인내심에 대한 중요성과 자신의 목표에 대해 이루고자하는 노력에 대해서는 긍정적인 변화를 보였으나, 그 구체적인 행동적 자기통제에 대해서는 변화를 보이지 않았다.

스마트폰 측면에서 집단원은 활동 후 스마트폰이 떨어져 있어도 초조해지지 않게 되었는지에 대해서는 2명이 아니다, 6명이 보통, 7명이 그렇다고 하였다. 활동 후 할 일을 다 마치고 스마트 폰을 사용하려고 노력 하는지 2명이 아니다, 7명이 보통, 6명이 그렇다고 하였다. 이러한 결과에서 집단원들은 스마트폰에 대한 집착과 초조함이 줄어들어 올바른 스마트폰 사용을 하고자 노력하는 것에서 긍정적인 변화를 보인 것으로 나타났다. 자기행동 분석은 아래 <표23>과 같다.

<표23> 자기행동분석

분 류	문 항	점 수				
		1	2	3	4	5
만	나는 미술활동 후 활동에 좀 더 집중을 잘 하는 것 같다.	0	0	8	5	2
족	나는 미술활동 후 모르는 것이 생기면 알고 싶어 하는 의지가 생겼다.	0	0	10	3	2
연	나는 미술활동 후 시작한 일을 끝까지 해보려고 노력한다.	0	1	11	2	1

	나는 미술 활동 후 자기 차례를 잘 기다린다.	0	0	12	2	1
	나는 미술활동 후 다른 친구가 이야기할 때 잘 듣고 대화 순서를 잘 지킨다.	0	0	3	11	1
	나는 미술활동 후 활동 중 다른 친구가 내가 원하는 것(재료, 미술도구)을 사용하고 있다면 인내심 있게 기다린다.	0	1	1	5	8
자 기 통 제	나는 미술활동 후 정해진 규칙이나 선생님의 지시를 잘 따르려고 노력한다.	0	0	5	8	2
	나는 미술활동 후 내가 해야 할 일을 끝까지 하려고 노력한다.	0	0	8	7	0
	나는 미술활동 후 수업 중 장난치는 일이 조금 줄어들었다.	0	0	9	6	0
	나는 미술활동 후 수업 중 돌아다니는 횟수가 줄었다.	0	1	12	2	0
	나는 미술활동 후 내 자리의 뒷정리를 잘 한다.	0	2	7	5	1
스 마 트 폰	나는 미술활동 후 스마트폰이 떨어져 있어도 초조해지지 않는다.	0	2	6	3	4
	나는 미술활동 후 할 일을 다 마치고 스마트 폰을 사용하려고 노력한다.	0	2	7	4	2

2. 참여자 행동 특성 관찰 내용 분석

a. 대상자 개인별, 회기별 행동 관찰 분석

대상자의 개인별, 회기별, 행동관찰 분석은 참여관찰법을 활용하였으며, 참여관찰은 연구자가 현장에 들어가서 연구 참여자를 관찰하고 기록하며 인간의 행동과 관련된 동기 또는 의도와 같은 개인적인 의미를 파악할 때 선호하는 질적 연구 방법이다. 이는 언어적 의사소통에 어려움을 겪는 아동대상에게도 심도 깊은 자료 수집이 가능하여 연구의 폭을 넓혀 주고, 인터뷰 방법으로 해결되지 않는 맥락의 질문에 대한 답변을 제시해준다(배숙경, 2015).

참여관찰은 연구자와 보조 연구자가 매 회기 마다 기록하였으며, 회기별로 아동들이 프로그램 중 보이는 인상적인 행동과 작업태도, 느낌을 관찰일지에 작성하였다. 그리고 프로그램이 종결된 후 아동 개인별 관찰 내용을 단계 순으로 정리하고, 변화된 특징을 종합적으로 정리하였다.

아동행동관찰은 활동에서의 프로그램 참여 태도와 욕구지연, 활동에 대한 집중도를 중심으로 관찰 기술하였다.

참여관찰 분석 결과 초기에는 스마트폰 중독아동들이라는 부정적인 인식으로 인해 긴장과 위축된 모습이나 그에 상반되는 공격적이고 적대적인 모습을 보였다. 대체적으로 산만한 태도로 강한 자극을 추구하며 자신의 즉각적인 욕구에 따라 행동하는 모습을 보였고, 흥미를 빨리 잃고 그 집중의 길이가 짧았다.

중기에는 산만한 태도가 줄어들고 활동에 집중하여 참여하고자 노력하며 스마트폰 사용에 대한 자기이해와 자기점검을 객관적으로 하는 모습을 보였다. 과도기적 상황으로 감정의 기복을 보이고 집단 상호작용에 있어 적절한 통제에 어려움 등의 모습이 나타났다.

말기에는 활동에 적극적으로 참여하며 활동 주제에 집중하고 적절한 자기욕구의 표현이 나타났다. 기다림 상황에 대해 욕구를 지연하고 조절하며 자신의 문제를 주체적으로 다루고자 하는 모습을 보였다.

참여관찰에서의 집단 변화는 각 개별아동의 변화로도 나타났다. 치료단계별의 개별 아동관찰 분석내용을 다음 <표 24>에 제시하였다.

<표 24> 아동관찰분석

집단원	초기 (1회기~4회기)	중기 (5회기~8회기)	말기 (9~12회기)
A	<ul style="list-style-type: none"> • 활동에 길게 집중하지 못하고 계속적으로 자리를 이탈하여 돌아다니는 등 산만함을 보임 • 다른 집단원들에게 위축된 모습을 보이는 반면 선생님의 지시에 적대적으로 반응하며 과격한 태도를 나타냄 • 활동 중 다른 활동(스마트폰, 책읽기 등)에 집중하며 욕구조절에 어려움을 보임. 	<ul style="list-style-type: none"> • 초기보다 활동에 집중하고 다양한 활동태도를 보임 • 간헐적으로 산만한 행동을 보이고 관심을 요구하는 모습 보임 • 퇴행적이고 유아적인 감각 추구형태의 작업태도를 보임 • 집단원과의 상호작용을 어려워하며 사회적 소회감을 경험하는 것으로 보임. 	<ul style="list-style-type: none"> • 주의집중과 자기몰입이 증가하고 적극적으로 자기표현을 하는 모습을 보임. • 자신의 욕구를 조절하고자 노력하지만 다소 어려움을 보임 • 인정과 관심욕구를 구체적으로 드러내고 안정적인 작업태도와 적절한 사회적 기술 보임
B	<ul style="list-style-type: none"> • 과격한 언어 표현과 산만한 행동을 하며 선생님의 관심을 요구하는 모습 보임 • 다양한 욕구와 호기심을 나타내나 상황을 자기중심 	<ul style="list-style-type: none"> • 공격적이고 산만한 행동이 줄어들고 자기표현 욕구가 생김, • 눈치 보는 행동이 감소하며 산만함을 보임, 자기 	<ul style="list-style-type: none"> • 활동에 집중하는 모습을 보임 • 자기표현 욕구가 드러나고 관심을 끌기위한 행동이 자기표현의 행동으로 나타남

	<p>적으로 이끌려는 태도를 보임</p> <ul style="list-style-type: none"> • 감정의 기복과 우울성향을 보임 • 핸드폰에 비밀이 많고 감추려하고 손에서 놓지 않음 	<p>표현 욕구가 생김</p> <ul style="list-style-type: none"> • 자기조절에 어려움을 보임 <p>관심을 끌기위한 행동이 증가함.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 선생님께 인정받고 관심 받으려는 모습 보임.
C	<ul style="list-style-type: none"> • 지속적으로 스마트 폰을 꺼서 화면을 확인하거나 의미없는 선 낙서를 하며 활동에 무기력한 모습 보임 • 자기표현에 소극적인 모습을 보이며 자신을 드러내는 것에 경계하는 태도 보임 • 수동적인 태도로 활동 수행을 빠르게 끝내는 모습을 보임 	<ul style="list-style-type: none"> • 언어적 표현이 늘어나고 활동에 적극적으로 참여하는 모습임. • 간헐적으로 산만한 행동을 보이지만, 활동 전반으로 집중하며 몰입함. • 지시수행에 잘 따르나 무기력해 보임 	<ul style="list-style-type: none"> • 타인에 대한 배려와 관심이 늘어나고 작품활동에 대한 적극적인 태도를 보임 • 표정이 많아짐 자기표현이 늘어남 • 인정과 관심받고자 하는 욕구가 활동에 대한 호기심과 집중으로 나타남.
D	<ul style="list-style-type: none"> • 관계에 긴장감을 보이고 자신을 타인에게 맞추어 나타내려함. • 활동 수행 시 다른 집단원의 피드백에 민감하게 반응하며 활동에 온전히 집중하지 못하는 모습 보임 • 활동 수행을 잘하고자 하는 의지는 있으나 자기표현에 어려움을 보임. 	<ul style="list-style-type: none"> • 작업엔 열중하나 적절한 자기표현 방법에 어려움을 드러냄 • 진중하고 집중하는 태도를 가지려 하나 우울하고 침울한 상태를 나타내고 중반이후 다소 산만해지며 힘들어 하는 모습보임 	<ul style="list-style-type: none"> • 적절한 자기욕구를 표현으로 인하여 집중도가 높아짐 • 자기표현 방식이 늘어남 • 안정된 감정 상태를 보이고 활동에 진지하게 임하는 태도를 보임
E	<ul style="list-style-type: none"> • 선생님의 지시에 순응적이며 관심과 인정을 받고자 하는 욕구를 보임 • 간헐적으로 과격한 언행을 사용하고 집단원들을 통제하며 무력으로 응징하려는 태도를 보임 • 활동에 진지한 태도를 보이나 자신감 없는 모습을 보임 	<ul style="list-style-type: none"> • 수행에 대한 불안이 있으며 타인의 평가에 민감한 모습을 보임 • 관심을 받기위해 타인을 모방하는 모습을 보임. • 타인을 억압하려는 태도를 보이며 상황에 따른 통제를 하고 싶어함. 	<ul style="list-style-type: none"> • 의존적인 것이 줄어들고 관심 받고자 하는 행동의 소거를 보임 • 공격적이고 거친 행동이 줄고 타인을 배려하는 모습을 보임 • 활동에 진지한 태도를 나타내며 자기표현 방식이 늘어남.

F	<ul style="list-style-type: none"> • 끊임없이 혼잣말하며, 타인의 관심을 끌려는 행동을 많이 보임 • 활동 중 자신의 활동에 대해 계속적으로 피드백 받으려는 모습을 보임 • 길게 집중하지 못하고 자리를 이탈하거나 책상위에 올라가는 등 충동적인 행동을 보임 	<ul style="list-style-type: none"> • 행동화 경향은 줄어들거나 타인의 자극적 반응에 민감함 • 집단원들에게 관심을 기울이고 장난을 치는 등의 모습을 보임 • 적절한 조절을 하기 힘들어하고 자신을 드러내는 것을 좋아함. • 자기표현방식이 과함 	<ul style="list-style-type: none"> • 행동화 경향은 지속적으로 남아있으나 공격적이고 거친 태도 이 줄어들음 • 안정된 작업행태를 보이고 활동에 집중하며 진지한 모습을 보임 • 다양한 자기감정을 밖으로 표현하며 해소하는 모습 보임
G	<ul style="list-style-type: none"> • 수시로 자리를 이탈하며 스마트 폰 게임을 하거나 게임에 대해 지속적으로 이야기함 • 모든 자극에 쉽게 반응하고 과격한 행동으로 응징하며 불안한 모습을 보임 • 활동 과정 중 타인을 비방하거나 부정적 표현이 잦으며 쉽게 포기하는 경향을 보임 	<ul style="list-style-type: none"> • 자기통제에 어려움과 사회적 관계에 미숙한 모습을 보임 • 작품 활동보다 외부 상황에 더 집중하며 활동 전 반적으로 산만한 태도임. • 공격적 행동과 거친 행동이 점차 늘어남 	<ul style="list-style-type: none"> • 감정의 기복이 다소 줄어들고 적절한 통제를 통해 자기표현에 하는 모습을 보임 • 타인의 지시수행에 잘 따르지 않는 모습을 보임 • 인정과 관심욕구를 구체적으로 드러냄 • 간헐적으로 핸드폰을 찾는 모습을 보임.
H	<ul style="list-style-type: none"> • 활동 중 집단원과 장난을 치거나 다른 활동에 집중하며 욕구조절에 어려움을 보임 • 다양한 욕구와 호기심을 나타내나 충동적인 태도를 보임 	<ul style="list-style-type: none"> • 다른 아동의 행동을 모방하고 산만하고 주변 환경에 영향을 많이 받으며 수동적 통제 경향을 보임 • 지시수행에 잘 따르는 모습을 보이거나 우울하고 침울해 보임 • 다른 사람들 말할 때까지 기다렸다가 이야기하는 모습 	<ul style="list-style-type: none"> • 활동에 즉각적으로 반응하며 집중하는 모습을 보임 • 안정적인 활동 태도를 보이고 작업에서 자기몰입을 함. • 집단원과 협력적이고 적절하게 상호작용하고 활동에 진지하게 임하는 모습을 보임
I	<ul style="list-style-type: none"> • 자기욕구 강하게 드러냄 • 다양한 욕구와 호기심을 나타내나 욕구조절에 미숙함을 보임 • 타인에 반응에 둔하며 자기표현이 과함 	<ul style="list-style-type: none"> • 간헐적으로 산만한 행동을 보이고 활동에 길게 집중하지 못하며 • 외부상황보다 작품 활동에 집중하고 자신만의 독특한 표현을 추구함 	<ul style="list-style-type: none"> • 활동을 완벽하게 수행하고 싶어함 • 타인의 지시수행에 잘 따르지 않는 모습을 보임 • 인정과 관심 욕구를 구체적으로 드러냄

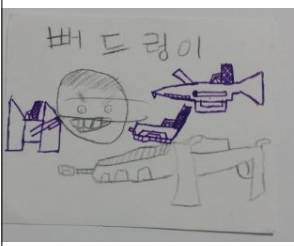


	<ul style="list-style-type: none"> • 자신의 감정에 충실하여 타인에 반응에 신경쓰지 않음 		
J	<ul style="list-style-type: none"> • 쉬는 시간마다 문자 확인을 하며 관계 불안 모습을 보임 • 소극적이고 수동적인 태도로 결과위주의 작업방식을 추구함 • 관계의 긴장감을 보이고 선뜻 다가가지 못함 	<ul style="list-style-type: none"> • 언어표현이 많아지고 자기욕구 표현이 늘었으나 활동 수행에 성급한 모습을 보임 • 전회기에 활동에 집중하는 태도를 보였으나 점차 외부상황에 민감하게 반응함. 	<ul style="list-style-type: none"> • 감정의 기복이 줄어들고 적절한 통제를 통해 자기욕구를 안전하게 드러냄 • 표정이 다양해지고 집단원과 잘 어울리며 적절한 자기표현이 늘어남 • 활동에 대한 관심이 점차 증가하였으며 응용된 표현으로 더 나아가려는 모습이 보임
K	<ul style="list-style-type: none"> • 타인과의 의사소통 방식이 미흡함 • 기다림에 어려움을 보이고 자리를 수시로 이탈하여 스마트폰을 사용하는 등 자기 통제에 어려움을 보임 • 모든 자극에 반응하고 큰 소리로 이야기하며 반항적이고 공격적 성향을 보임 	<ul style="list-style-type: none"> • 선생님에게 관심과 인정을 받으려는 욕구를 강하게 드러냄 • 자신의 활동과정에 대해 지속적으로 설명하며 피드백 받기를 원함 • 다른 집단원의 자극에 쉽게 반응하고 같은 질문을 반복하는 등 집중하지 못하는 모습을 보임 	<ul style="list-style-type: none"> • 활동참여에 적극적으로 관심을 보임 • 자기조절에 어려움을 인식하고 이를 활동을 통해 표현하는 모습을 보임 • 타인의 평가와 이야기에 민감한 모습을 보임
L	<ul style="list-style-type: none"> • 표정의 변화를 잘 드러내지 않고 경계적인 모습을 보임 • 집단원들에게 과격한 언행을 사용하며 때리거나 치는 등 공격적인 행동특성이 보임- 선생님이 보거나 이야기 할 때는 무반응과 회피하는 모습 • 즉각적 만족에 반응하며 흥미유무에 따라 활동 태도가 달라짐 	<ul style="list-style-type: none"> • 지시수행에 잘 따르고 작업수행에 빠르게 진행하지만 모든 반응에 민감하고 뾰족하게 반응하며 타인에 대한 배려가 부족함 • 자신의 차례를 기다리 못함 • 활동시간에 다른 놀이 활동을 찾아 집중하며 선생님 지시에 반항적으로 행동하지만, 그 기저에는 관심에 대한 욕구가 보임. 	<ul style="list-style-type: none"> • 자기 욕구 표현이 약간 늘어나고 활동작업에 신중한 모습을 보임 • 스마트폰 언급 횟수가 줄어들고 점차 활동에 흥미를 보임 • 적절한 조절을 하기 힘들어 하고 자신을 드러내는데 있어서 조심스러워함
N	<ul style="list-style-type: none"> • 활동에 집중하고 하고자 하는 의지는 보이나 자기표 	<ul style="list-style-type: none"> • 전 회기 보다 작업에 몰두하고 작업과정에서 나 	<ul style="list-style-type: none"> • 활동에 강한 흥미와 호기심을 가지고 집중

<p>현방식이 미숙하며 지속적인 피드백을 요구하며 성급한 모습을 보임</p> <ul style="list-style-type: none"> • 작품활동 시 스마트 폰을 사용하여 정보를 탐색하고 자함 모방하고자함 	<p>타나는 다양한 현상들에 대해 관심을 기울이며 관찰하는 모습 보임</p> <ul style="list-style-type: none"> • 지시수행에 잘 따르는 모습을 보이거나 우물하고 침울해 보임 	<p>하나 적절한 자기조절이 힘듬</p> <ul style="list-style-type: none"> • 타인의 지시수행에 잘 따르지 않는 모습 보임 • 다양한 활동을 보여주고 안정된 활동태도를 보임 • 새로운 문제에 대해 해결하려는 의지적인 모습을 보임
<p>M</p> <ul style="list-style-type: none"> • 사회적 관계에 미숙함을 보이고 선뜻 다가가기 어려워하는 모습이 보임 (경계 긴장 불안) • 시선이 불안정하며 표정의 변화가 잘 들어나지 않음 • 소극적이고 긴장되며 위축된 행동을 보이고 활동에서 무기력한 모습을 보임 	<ul style="list-style-type: none"> • 타인에 대한 배려와 관심이 증가하였고, 작품 활동에 집중하고자 노력하는 모습임. • 집단 간의 상호작용에 어려워하는 모습을 보이지만 일부의 집단원과는 적절한 관계를 유지함. • 다소 긴장은 남아 있지만, 자기 욕구 표현에 적극적인 태도를 보임. 	<ul style="list-style-type: none"> • 표정변화와 타인과 상호작용이 늘어났으며 안정적인 활동 태도를 보이고 작업에서 자기 몰입을 함 • 타인에 대해 전보다 경계심이 줄어들고 심리적 불안이 줄어드는 모습이 보임
<p>O</p> <ul style="list-style-type: none"> • 타인의 눈치를 많이 보고 활동 수행 시 다른 집단원의 주장에 이끌려 다니며 자기 의사표현에 어려워하는 모습을 보임 • 작품 수행 시 모방하는 등 자기표현에 힘들어 함 	<ul style="list-style-type: none"> • 타인과의 관계에 민감한 모습을 보이며 맞춰주려 하고 모방 함 • 활동 전반적으로 집중하였으나, 주의 환경에 영향을 많이 받으며 자신의 표현에 대한 소극적인 모습을 보임. 	<ul style="list-style-type: none"> • 자기욕구표현이 확실하게 드러나며 여러 가지 응용을 하고자함 • 주체적으로 활동하고자 노력하는 모습을 보임

b. 프로그램 요인별 작품 및 작업 과정 분석


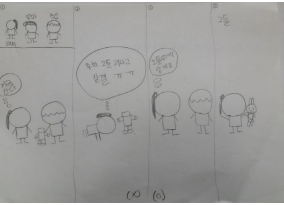

1) 만족지연에 따른 작품 및 작업과정 분석

집단미술치료 프로그램에 참여한 아동들의 초기 중기 말기 작품과 작업과정을 본 연구의 종속변인인 만족지연을 기준으로 분석하여 <그림 15>에 제시하였다.

대상자	초기	중기	말기
F			

F아동은 활동 초기 지속적으로 의자와 책상위에 올라가며 타인의 관심을 끌기 위해 과장된 행동이 관찰되었고, 기다리지 못하고 치료사의 가방을 뒤지거나 나누어준 재료를 주의 사항을 듣지 않고 바로 작업하는 등의 모습을 보였다. 아동은 초기 활동에서 자신의 닉네임을 ‘빠드렁이’라고 하며 자신에 대한 부정적인 인식을 하는 것으로 나타났고, 그림의 총, 칼의 표현에서의 아동의 공격적이고 충동적인 성향과 반복된 형태의 수정되지 않은 그림의 표현은 아동의 즉흥적이고 자기중심적인 측면으로 연결하여 볼 수 있었다.

중기에 들어서 아동은 만족지연의 두 상황(단기적 만족, 장기적 만족)에서 장기적 만족장면을 주제로 선택하여 표현하였다. 아동은 짧게 끊어지며 강하고 거친 선과 보색관계의 자극적인 색으로 기다림에 대한 부정적인 감정을 표출하며 과도기적 그림의 형태를 나타냈다. 후기에는 작품이 비교적 정리되고 구도적으로 안정되게 표현되었으며 전체공간의 효율성을 볼 수 있었다. 그 내용 역시 만족을 지연하는 상황에서 ‘저금을 해서 돈을 모으겠다.’, ‘원하는 것을 가질 수 있다’ 등으로 기다림과 자신에 대한 긍정적인 인식 형성과 사회적 책임감이 향상되었음을 알 수 있었다.

대상자	초기	중기	말기
J			

J아동은 내성적이고 외현화 된 문제 행동은 보이지 않지만, 아동에게 재료를 제공하였을 때 자신의 차례가 아닌 상황에서 조용히 재료를 가져가 기다리지 못하고 바로 작업에 들어가는 모습을 보였다. 또한 치료사의 설명이 길어지면

책상에 엮드려 지루해하며 기다림에 대해 어려워하였다. 초기에는 활동에 대한 설명을 충분히 듣지 않고 독단적으로 작업을 시작하여 주제에 맞는 작품이 이루어지지 않았다. 아동은 작품을 해야 한다는 강박적인 일념으로 단순하고 즉흥적인 작품의 형태가 나타났으며, 원색의 강한 색들의 조합에서 아동의 잠재된 충동과 내재된 욕구를 볼 수 있었다. 이는 초등 후반기의 여아인 경우 관계를 중요시 하고 상황에 대한 눈치가 빠르기 때문에 표면적이고 행동적인 충동성은 나타나지 않지만, 작업과정과 작품에서 드러난 것으로 보인다. 프로그램 중기에 치료사의 만족지연 상황에 대한 예시를 끝까지 경청하고 자발적으로 그 내용을 장면으로 표현하는 모습을 보였으며, 활동 말기에는 자신의 만족지연을 도와주는 캐릭터를 만들고 어떤 도움을 받을 수 있는 지에 대해, 반복되고 강박적 형태들이 나타났지만, 세밀한 표현들과 초기와 대비되는 작품의 완성도를 볼 수 있었다. 또한 그 내용으로 '(만족지연 상황에서 바람직한 선택을 하게 도움을 주며) 나를 행복할 수 있게 도와주는 행토이'내가 참기 어려운 순간에 나타나 나를 도와준다'고 말하며 인내 상황에 대해 자신감 있는 태도를 취하였다.

대상자	초 기	중 기	말 기
B			




B아동은 활동에 대한 호기심을 나타냈으나, 과격한 언행과 산만한 행동으로 타인의 관심을 끌거나 지속적으로 치료사에게 대화를 시도하며, 상황을 자기 중심으로 이끌려는 태도를 보였다. 초기 아동은 활동 과정에서 감정의 기복과 자신의 기분 조절에 어려움을 보였는데, 이는 작품에서 한 가지 강한 색으로의 작업과 강박적이고 과한 작품의 형태로 나타났다. 이러한 외현화 된 행동적 표현과 작품에서의 표현은 아동이 정서적 불안정성과 공허함, 우울감을 경험하는 것으로 볼 수 있다. 중기에 들어 아동은 공격적이고 산만한 행동이 점차

줄어들고 타인에 대한 관심 욕구가 내면으로 향하여 자신에 대한 집중으로 나타남을 볼 수 있었다. 이는 작품에서의 다소 거칠지만 섬세한 선의 사용과 난색 계열은 아니지만 부드러운 색의 표현으로 전체적인 작품의 균형과 완성도로 이해 될 수 있다. 활동 후반 아동은 작업에 몰입하여 내면에 집중하는 모습을 보였으며, 작품에서의 적절한 조절과 균형은 아동의 정서의 안정을 보여준다. 이러한 정서적 안정과 자신을 향한 내면으로의 집중은 인내 상황에서 목표에 대한 의지력을 증대시켜주는 중요한 역할을 한다.

<그림 15> 만족지연에 따른 작품 및 작업과정 분석




2)스마트폰 중독에 따른 작품분석

집단미술치료 프로그램에 참여한 아동들의 초기, 중기 말기 작품과 작업과정을 본 연구의 종속변인인 만족지연을 기준으로 분석하여 <그림 16>에 제시하였다.

대상자	초기	중기	말기
H			

H아동은 활동 시작 전부터 스마트 폰을 지속적으로 확인하고 활동 중에도 스마트폰에 대해 이야기 하거나 사용하는 등 중독적인 행동 특성을 보였으며, 작업과정 중 스마트폰을 꺼내 이미지를 검색하여 이를 모방하며 작품 활동을 하였다. 초기 아동작품에서는 게임에 대한 편향된 주제와 그 내용에서 추상적이고 비현실적인 가상지향적 사고가 나타났다. 또한 획일적인 선의 사용과 위쪽으로 치우친 불안정한 구도의 표현은 아동의 집착적인 면과 정서적 불안함으로 이해 될 수 있다. 활동 중기에 스마트폰 사용을 기다려야 한다고 가정하였을 때 아동은 과격한 언행과 행동을 보이며 크레파스로 사포종이를 찍어 내리듯 작업하였다. 이러한 활동 과정에서의 충동적이고 공격적인 모습은 아동의 스마트폰 과다 사용의 하나의 특성으로 볼 수 있으며, 작품에서의 과도기적 모습으로 보인다. 후기 작업에서 만족지연 시 얻을 수 있는 것들에 대해

집단원과 이야기를 나눌 때 아동은 ‘공부가 끝난 후 스마트 폰을 하면 100점도 맞고 스마트 폰도 마음대로 할 수 있다’고 말하며 현실적으로 타협되는 형태의 자신만의 올바른 스마트폰 방법을 표현하였다. 이는 작품에서도 구체적이고 현실적인 상황과 내용으로 표현되었으며, 전체적으로 안정감 있는 구도와 선의 사용으로 아동의 정서적 안정을 추론해 볼 수 있다. 이러한 내면의 안정감은 스마트폰 사용에서도 영향을 미치며, 아동의 스마트폰 사용의 변화를 가져 온 것으로 보인다.

대상자	초기	중기	말기
L			

N아동은 수시로 자리를 이탈하며, 활동 중 스마트폰 게임을 하거나 게임에 대해 지속적으로 이야기하였다. 특히 모든 자극에 쉽게 반응하고 이에 과격한 행동으로 응징하며, 활동 과정 중 타인에 대한 비방과 부정적 언어표현이 잦았다. 또한 작품 활동보다 외부 상황에 더 집중하며 공격적이고 거친 행동을 보였다. 초기 작품에서의 난해하고 강박적인 선의 표현들은 아동의 집착된 강박성향과 자기조절의 미숙으로 이해 될 수 있으며, 불안정한 구도와 대비되는 강렬한 색의 표현은 아동의 충동성과 정서적 불안으로 연결하여 볼 수 있다. 중기 작품에서 강한 선과 색의 사용은 아동의 내재된 분노와 집착에서 오는 공격성으로 그 내용에서도 ‘스마트폰을 못하게 하면 죽어버릴테다!!’라고 하며 활동에서의 과도기적 형태가 나타났다. 프로그램이 진행되며 후기에 아동은 주위상황을 파악하며 인정받으려는 욕구와 관심욕구를 구체적으로 드러냈고, 활동과정에서 집단원과 재료를 함께 사용할 때 배려하는 모습을 보였다. 또한 재료를 적절하게 사용하고 조절하며 안정감 있는 형태의 조형을 완성하였다. 작품 설명에 대한 내용으로도 스마트폰 사용을 대처하는 방법과 중독적 사용에 대한 내용으로써 ‘얼음땡’, ‘놀이터’, ‘친구랑 놀기’, ‘그림 그리기’, ‘노 팝콘 브레인’등을 이야기 하였다. 이는 아동의 스마트폰 중독에 대한 인식과 올바른 스마트폰 사용에 대한 인식의 변화가 이루어 졌음을 나타낸다.

대상자	초기	중기	말기
C			

C아동은 활동 중 지속적으로 스마트폰 화면을 확인하거나 sns를 확인하며 활동에 집중하지 못하는 모습을 보였고, 미술작업을 빨리 마무리한 뒤 스마트폰을 사용하려는 모습을 보였다. 일상생활 속에서도 ‘어제 스마트폰 하다가 새벽에 잤어요.’ 등 스마트폰 과다 사용으로 인한 문제가 보였다. 초기 재료를 다루는데 있어 익숙하여 선과 색에 별다른 사항은 없었지만, 작품에서의 전체적으로 위로 치우친 구도와, 단편적인 재료의 사용, SNS 화면 잠금의 표현과 그 내용에서의 스마트폰에 대해 ‘비밀이에요 스마트폰 하고 있을 때가 제일 편해요’, ‘근데 저 할 일 다 하고 해요’라고 말한 언어적 표현은 아동의 우울·불안, 무기력, 외로움, 관계에 대한 집착으로 연결 지어 볼 수 있었다. 아동은 자신의 스마트폰 과다 사용에 대해 인지하지 못하였고, ‘할일 없을 때 스마트폰 못하게 하면 진짜 와~...’라고 말하며 대처 활동에 대해 어려워하는 모습을 보였다. 활동 중기 아동은 프로그램 중 스마트폰 과다 사용 시 나타날 수 있는 신체적 증상에 적극적으로 경청하는 모습을 보였으며, 자신의 스마트폰 사용 정도에 대해 ‘생각보다 많이 사용하는 것 같다’며 인식하는 모습을 보였다. 아동은 만족지연에 대한 필요성과 그 성공 상황에서의 자신의 느낌과 에너지를 재 경험하며 스마트폰 사용 조절에 대한 의지를 보였다. 이는 작품에서 여러 가지 색의 사용과 강한 필압으로 나타났으며 이로 인하여 아동의 내적 힘이 강화되었음을 알 수 있었다. 또한 표현된 작업의 양과 작품의 완성도에서도 활동에 몰입하여 자신의 내면으로 집중함을 볼 수 있었다. 프로그램 말기, ‘만화책읽기, 쇼핑하기, 잠자기 등 스마트폰 사용 대처방법들을 색 모레로 표현하며 스마트폰 사

용에 대한 자신만의 구체적 방안을 계획하고 이야기하며 스마트 폰 과다 사용에 대한 경각심 갖고 대처하려는 태도를 보였다. 이러한 모습은 아동의 스마트폰 사용의 변화를 가져 온 것으로 보인다.

<그림 16> 스마트폰 중독에 따른 작품 및 작업과정 분석

C. 반응 기록지 및 프로그램 소감문 분석

프로그램 매 회기마다 종결 시 아동에게 활동을 통한 자기 인식과 작업에 대한 다양한 생각들을 알아보기 위하여 반응 기록지를 작성하도록 하였다. 반응 기록지를 초기와 후기로 나누어 전체 활동에서 나타난 결과를 분석하면 매 회기 활동을 통해 알게 된 것에 대한 질문에 초기에는 없음, 모름, 스마트폰 중독, 나는 쓰레기라고 기술하며 자신의 스마트폰 사용에 대한 부정적인 반응과 스마트폰 중독의 위험성에 대한 인식이 부족하였으나 스마트폰 중독은 몸이 아플 수도 있다. 친구들과 게임하는게 더 재밌다. 팝콘브레인이 되기 싫다. 재밌게 기다리는 방법. 나의 만족지연전략 등의 스마트폰 과다 사용에 대한 구체적인 대처 행동 방안과 스마트폰 중독 위험성에 대한 인식의 변화를 나타냈다.

활동에 대한 집중도를 알기위해 활동에 대한 재미와 지루했던 것을 묻는 질문에서는 초기에 재밌었던 것은 미술, 없음, 모름, 그리고 지루했던 것은 공부, 전부, 없음 등 단답형으로 기술하며 활동에 대한 집중에 어려움을 보였으나 후기에는 재밌었던 것에 아이클레이, 캐릭터 만들기, 미술, 캐릭터소개하기, 지루했던 것에 없음, 글쓰기 등 구체적인 활동을 기술하며 프로그램을 대하는 태도의 변화를 보였다.

이러한 변화는 활동에서의 자신의 집중도를 점수로 묻는 마지막 질문에서 확인할 수 있었는데 초기에는 평균 40점이었으며, 후기에는 평균 80점으로 향상되었다 그리고 초기에 자신의 활동에 대한 집중도를 1000000점으로 표현한 것이 후기에 68점으로 표현된 것에서도 아동이 활동에 대한 태도가 변화되었음을 볼 수 있다. 연구자가 정리한 반응 기록지 분석은 <표 25>와 같다.

<표 25> 반응 기록지 분석

질문 문항	초기	후기
1.오늘 활동에서 알게 된 것은?	없음, 모름, 스마트 폰 중독 나는 쓰레기	스마트폰 중독은 몸이 아플 수도 있다. /친구들과 게임하는게 더 재밌다.

		/팝콘브레인이 되기 싫다/재밌게 기다리는 방법/내 만족지연전략
2.오늘 무엇이 재미있었나요? 무엇이 지루했나요?	-재미있었던 것 : 미술, 없음, 모름 -지루했던 것: 공부, 전부, 없음	-재미있었던 것: 아이클레이/ 캐릭터 만들기/ 미술/ 캐릭터 소개하기 -지루했던 것: 없음, 글쓰기
3.오늘 나의 집중도를 점수로 매겨 본다면? (100점 만점!)	40 (평균) /1000000점 제외	80(평균) / 68점

집단에 참여한 실험집단에게 프로그램에 대한 소감을 알기위해 실시한 프로그램 소감문은 서술형으로 답변하는 형태로 프로그램 활동에 대한 자신의 느낌과 생각을 자유롭게 기술하도록 하였다. 그 동안 집단미술치료활동이 재미있었는지에 대해 재미있었다고 기술한 아동이 13명, 보통이 1명, 꿀잼이 1명으로 대부분의 집단원이 프로그램 활동에 대해 긍정적인 반응을 하였다. 프로그램 활동 중 기억에 남고 재미있었던 활동을 묻는 질문에는 5명이 산 만들기, 5명이 모래장식품 만들기 3명이 생각이 안 난다, 1명이 모르겠다, 1명이 전부라고 답변하였고 프로그램이 자신의 스마트폰 사용에 도움이 되었는지에 대한 질문에는 12명이 그렇다, 1명이 조금, 1명 보통, 1명이 모름이라고 답변하며 미술활동을 통하여 스마트폰 사용에 도움을 받은 것으로 나타났다. 추후 프로그램에 대한 재참여에 대해 대부분의 아동이 하겠다고 답변하며 프로그램에 대한 긍정적인 반응을 나타냈다. 연구자가 정리한 프로그램 소감문 분석은 다음 <표26>과 같다.

<표26> 프로그램 소감문 분석

질문 문항	1(명)	2(명)	3(명)	4(명)	5(명)
1.프로그램에 참여하는 동안 재미있었나요?	네(12)	보통(1)	재미있었다(1)	꿀잼(1)	
2.프로그램 활동 중 어떤 활동이 가장 기억에 남고 재미있었나요?	산 만들기(5)	생각 안남(3)	모래장식품만들기(5)	모름(1)	전부(1)
4.프로그램이 스마트폰 사용에 도움이 되었나요?	네(12)	보통(1)	조금(1)	모름(1)	
5.나중에 프로그램을 다시 하게 된다면 참여하고 싶나요?	네(11)	보통(1)	진짜(1)	글쎄요(1)	그때 봐서(1)

V. 논의 및 결론

A. 논의

1. 연구 1. 스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료

프로그램 개발

연구 1에서는 스마트폰 중독 아동을 위한 집단미술치료 프로그램을 개발하였다. 본연구의 프로그램은 김창대 외(2011)의 모형을 연구절차에 따라 총 4단계로 구성하였으며, 1단계 목표수립과 2단계 프로그램 구성, 3단계 예비 프로그램 운영 및 평가, 4단계 본 프로그램 개발로 이루어 졌다. 이는 이론에 근거한 프로그램을 개발하면, 개발과정에서 이론을 조직화하여 기대하는 목적을 달성할 수 있다는 것과 프로그램이 구성되어 지침서 역할을 하고, 제시된 이론으로 평가가 체계적으로 진행 될 수 있다는 것을 볼 수 있다(김소영, 2009; 최호윤, 2007).

1단계는 목표수립단계로 프로그램의 구체적인 방법을 기획하고 이에 필요한 선행연구를 분석하여 프로그램의 목표를 설정하는 단계이다. 아동의 스마트폰 중독은 낮은 자기통제력과 함께 스마트폰 소유에 대한 집착과 몰입의 성격이 강하므로 아동에게 강제적으로 스마트폰을 뺏거나, 스마트폰을 사용하지 못하게 하기 보다는 스마트폰에 대한 관심을 자연스럽게 다른 곳으로 옮겨갈 수 있도록 유도하는 것이 효과적이며, 이에 치료적 접근방법으로 집단미술치료를 제시하였다.

또한 아동의 스마트폰 중독 요인으로 가장 많이 언급된 자기통제력에 대해 그 발달원리를 분석하여 자기통제발달에 중요한 요소인 만족지연능력의 증진과 스마트폰 중독 수준 감소를 프로그램 목표로 설정하였다.

2단계 프로그램 구성단계에서는 설정한 목표에 대한 이론적 검토가 이뤄졌으며, 프로그램의 단계구성요인과 원리에 맞게 프로그램 설정하여 프로그램의 단계별 내용을 선정하였다. 이에 본 연구에서는 스마트폰 중독아동에 대한 특성과, 스마트폰 중독 요인, 아동의 스마트폰 중독 예방에 대한 선행연구결과를 통해 스마트폰 중독 아동을 이해하고, 자기통제력과 만족지연과의 관계, 만족지연발달이론, 만족지연 관련 변인, 만족지연 프로그램, 자기통제력과 집단미술치료를 분석하여 대상자와 적합한 이론적 요인을 검토하고 선정하였다. 그리고 선정된 프로그램

구성 요인과 스마트폰 중독 아동의 특성을 고려하여 만족지연을 증진시킬 수 있도록 프로그램 단계를 설정하였다. 그리고 미술매체와 미술기법을 프로그램 단계와 각 회기별 목적에 적합하게 구성하여 접근한다면 프로그램 목표인 스마트폰 중독 아동의 만족지연능력증진과 스마트폰 중독수준 감소에 효과적일 것이라고 판단되었다.

3단계는 예비 프로그램을 운영하고 평가하는 단계로 2단계에서 구성된 프로그램을 실시하고 평가하였다. 예비연구의 결과를 전공 교수 및 전공 박사, 미술치료사의 다양한 평가와 자문을 통해 프로그램의 수정 및 보완을 위한 자료를 수집하였다. 예비 집단미술치료 프로그램에 대한 구성단계와 활동목표, 활동과 미술매체의 적절성, 활동내용 등을 점검하고 프로그램을 수정·보완하기 위해 스마트폰 중독 자가진단 척도에서 중독군에 해당하는 아동 7명을 대상으로 50분씩 총 7회기에 걸쳐 예비프로그램을 실시하였다.

예비연구에 대한 연구자 및 전문가 분석내용 살펴보면, 스마트폰 중독 아동이 스마트폰 중독과 만족지연에 대한 개념을 이해하고 받아들이는데 회기의 수가 현실적으로 어려움이 있었으며, 회기 진행 시간에 있어 아동들이 50분 동안 활동 목표를 이해하고 미술작업에서의 충분한 표현이 이루어지기 힘들었다.

이에 프로그램 목표와 대상자를 고려하고 각 영역의 하위요인을 적절히 다루기 위해 90분씩 총 12회기로 재구성 하였다. 그리고 집단원간 상호작용에서의 치료적 효과가 크므로 아동 발달 수준을 고려하여 집단의 연령의 기준을 제한할 필요가 있어 아동들이 지연행동을 위해 다양하고 더 복잡한 책략을 사용 할 수 있게 되는 11~12세를 기준으로 본 프로그램의 참여 아동의 연령은 만 10~12세로 설정하였다. 또한 아동의 활동목표에 대한 이해와 구조적 접근을 위해 준비활동으로 집단 활동 및 워크지 활동을 추가하였다.

4단계는 본 프로그램 개발단계로 예비연구결과를 토대로 예비프로그램을 수정·보완하여 개발된 집단미술치료 프로그램의 내용과 평가도구의 타당성 검증을 위해 설문지를 작성하여 4명의 전문가 집단에게 제시하였고, 그 타당성을 검증 받아 스마트폰 중독 아동의 만족지연 증진을 위한 집단미술치료 본 프로그램을 구성하였다.

2. 연구 II. 스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램 효과 검증

본 연구 II에서는 연구 I에서 개발된 집단미술치료 프로그램이 스마트폰 중독 아동의 만족지연능력 및 스마트폰 중독수준에 미치는 효과검증을 연구문제로 설정하여 프로그램 실시 전 후의 변화를 살펴보고, 실험집단과 대기집단 사전·사후 검사를 통해 수집된 자료를 반복측정 변량분석하여 비교하였다. 프로그램의 효과성 검증에 대한 결과를 이론적 배경 및 선행연구, 본 연구의 목적과 관련지어 논의 하면 다음과 같다.

첫째, 개발된 집단미술치료가 스마트폰 중독아동의 만족지연능력에 어떠한 효과가 있는지 살펴본 결과, 개발된 집단미술치료를 실시한 실험집단이 대기집단에 비해 만족지연능력이 통계상 향상된 것으로 나타났다. 따라서 개발된 집단미술 치료에 참여한 실험집단은 대기집단보다 만족지연능력점수가 증가할 것이라는 가설 1과 가설2는 지지되었다. 이는 컴퓨터 게임중독 아동을 대상으로 집단미술 치료를 실시하여 자기통제력 향상시킨 이진화(2005)의 연구와 집단미술치료가 게임중독아동의 자기통제력 향상에 효과적이었다고 보고한 노영희(2008)의 연구, 집단미술치료가 인터넷 중독 초등학생의 자기통제 및 사회성 향상에 영향을 주었다는 문리학(2008)의 연구를 뒷받침하는 결과이며, 언급된 선행연구에서 논의된 것과 같이 집단미술치료가 미디어 매체중독 대상자의 자기통제력을 향상시켜 준 것으로 나타났다.

만족지연능력은 자기통제의 행동적 표현으로 인지 심리학에서는 행동의 변화는 학습되는 것이며, 학습 경험이 끝나고 일정기간이 흐르면 부분적으로 상실되어 지속적인 연습을 하지 않으면 학습된 행동의 망각이 일어난다고 한다. 이는 한 반응의 재학습의 효과를 보기 위해서는 학습된 행동수행의 반복횟수와 그 수행 간격이 아동의 지연행동 증가에 영향을 준다는 것이다.

본 집단미술치료 프로그램의 미술은 상징작업으로 이미지가 강렬하여 인식이 오래 남고, 미술 매체의 사용은 활동상황을 미술작품으로 남기며 아동 개개인별 소지할 수 있어 일상생활 속에서도 학습상황을 상기시켜주는 매개체가 될 수 있다. 이를 바탕으로 본 연구의 집단미술치료가 아동의 스마트폰 사용에 대한 만족지연 행동이 일어날 수 있도록 아동에게 동기부여와 강화작용을 함으로써 일상생활에

서도 아동이 만족지연행동을 할 수 있도록 돕고, 지연전략의 활용도를 높여 주었다고 할 수 있다.

이는 스마트폰 중독 아동에게 치료적 접근 방법으로서 만족지연이론 및 그 변인 분석으로의 구성요인과 집단미술치료의 접근방법이 긍정적인 영향을 주었음을 알 수 있었다.

둘째, 개발된 집단미술치료가 스마트폰 중독아동의 스마트폰 중독수준에 어떠한 효과가 있는지 살펴본 결과, 개발된 집단미술치료를 실시한 실험집단이 대기집단에 비해 스마트폰 중독수준이 통계상 유의미하게 감소된 것으로 나타났다. 따라서 개발된 집단미술치료에 참여한 실험집단은 대기집단보다 스마트폰 중독수준이 감소할 것이라는 가설 3은 지지되었다. 이는 스마트폰 중독 초등학생을 대상으로 미술치료프로그램을 적용하여 중독성과 공격성을 감소시킨 전소영(2013)의 연구와 집단미술치료를 중학생에게 실시하여 스마트폰 중독성감소와 자기효능감 및 학교생활적응을 향상시킨 박성미(2014)의 연구, 스마트폰 게임 중독 아동에게 자기교시 집단미술치료를 실시하여 자기통제력 향상에 효과를 주었다는 이승래(2015)의 연구를 뒷받침하는 결과이다, 이에 따라 집단미술치료는 스마트폰 중독 아동의 스마트폰 중독 수준 감소에 효과적인 방법임을 확인하였다.

기존의 스마트폰 중독과 관련된 연구는 그 대상이 대부분 청소년에 국한되어 있으며, 아동의 스마트폰 중독에 대한 연구는 아동의 스마트폰 사용실태와 아동의 스마트폰 중독 변인, 아동의 스마트폰 중독 예방에 관한 연구가 주를 이루고 있었다. 또한 스마트폰 중독 아동을 위한 치료 프로그램연구는 거의 없었으며 스마트폰 중독 아동의 집단미술치료연구도 미비하다. 이러한 점에서 본 연구는 스마트폰 중독 아동에게 집단미술치료를 적용하여 스마트폰 수준을 감소시켜 실증적으로 검증되었다는 점에서 의의가 있다.

B. 결론 및 제언

스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램 개발과 효과 연구의 논의와 관련하여 다음과 같은 결론을 내릴 수 있다.

연구 1은 스마트폰 중독 아동을 위한 집단미술치료 프로그램의 개발로 프로그램 개발 연구절차에 따라 타당성 있게 진행되었다. 프로그램의 개발 모형에 따라

구체적이고 체계적으로 이루어졌으며, 프로그램 내용 및 활동은 연구목적에 맞게 설정하였다. 이를 위해 예비프로그램을 실시하여 전문가집단의 자문을 통하여 수정·보완하여 최종 프로그램을 개발하였다. 개발된 집단미술치료 프로그램은 전문가 집단에게 프로그램 구성과 목적, 활동내용 및 평가 도구에 대한 타당도를 검증 받았다.

연구 2는 개발된 스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램을 스마트폰 중독 자가진단지를 통해 선별한 만 10세에서 만 12세 아동에게 적용하여 그 효과를 확인하였다. 집단미술치료 프로그램 실시 후 스마트폰 중독 아동의 만족지연능력점수는 증가하였으며 스마트폰 중독수준은 감소하였다. 이는 스마트폰 중독 아동에게 치료적 접근 방법으로서 만족지연이론과 변인분석으로의 구성요인과 집단미술치료의 접근방법이 스마트폰 중독과 만족지연능력에 긍정적인 영향을 주는 것으로 보인다.

첫째, 스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램은 타당하게 구성되었다.

둘째, 스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램은 만족지연 능력을 향상시키고 스마트폰 중독수준을 감소시켰다.

이러한 결과를 통하여 스마트폰 중독 아동들이 집단미술치료를 통해 부정적인 감정 등을 해소시키고 내적 카타르시스 경험을 통해 정서적 안정을 갖으며 미술 활동에서 결과물을 생산해냄으로 성취감과 자신감을 갖게 되었다고 본다(주리아, 2000). 이는 아동들이 미술활동 과정 안에서 긍정적인 자아개념을 강화하고 즉각적인 욕구충족을 조절하여 만족지연능력이 향상된 것으로 보인다. 결과적으로 스마트폰 중독아동에게 만족지연능력의 향상은 건강한 스마트폰 사용에 효과적이며 집단미술치료를 통한 접근 방식은 스마트폰 중독 아동을 위한 치료현장에서 유용하게 활용할 수 있는 방법으로 제시할 수 있다.

따라서 성장기에 있는 스마트폰 중독 아동에게 만족지연이론과 변인을 토대로 프로그램 개발 절차에 의해 구성한 집단미술치료는 스마트폰 중독 아동의 만족지연능력 증진을 통한 자기통제력 강화와 올바른 스마트폰 사용에 효율적인 접근 방법이 될 것이다.

본 연구의 결과를 토대로 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 이 연구는 아동의 스마트폰 중독 선행연구에서 많이 제기된 요인인 자기 통제력에 대해 그 이론을 분석하여 그 기초가 되는 능력인 만족지연능력을 변인으로 설정하고 만족지연이론과 발달, 관련변인을 분석하여 프로그램의 하위요인을 설정하였다. 본 집단미술치료 프로그램은 전체적으로 스마트폰 중독수준을 감소시키는데 효과가 있었지만, 스마트폰 중독 검사 척도에서 일상생활장애와 가상세계지향성, 내성과 금단의 세부적인 영역 중 어떤 영역에 영향을 미쳐 스마트폰 중독 수준이 감소되었는지에 대한 연구는 부족하였다. 따라서 앞으로 아동을 대상으로 스마트폰 중독을 위한 집단미술치료의 효과성을 보고자 할 때, 스마트폰 중독 검사 척도의 세부적인 영역에 대한 효과성을 보고, 어떤 영역이 스마트폰 중독 전체에 가장 많은 영향을 미치는지 연구해 볼 필요가 있다.

둘째, 집단미술치료가 스마트폰 중독 및 만족지연에 미치는 영향에 대한 선행연구가 부족하여 다른 연구와 비교 검증하는데 한계가 있다. 따라서 앞으로 지속적인 연구로 스마트폰 중독 변인과 만족지연능력 변인에 관련한 집단미술치료에 대한 효과성이 검증되어야 한다.

마지막으로, 본 연구는 표집수가 적고, 본 연구자가 프로그램을 개발하고 실시함에 연구자 변인의 차이가 개입되었을 수 있어 연구의 결과를 확대 해석하여 일반화하기에는 다소 제한이 있다. 따라서 후속 연구에서는 다양한 지역에 많은 사례를 대상으로 여러 치료사들이 본 프로그램을 실시함으로 반복검증을 통하여 치료의 일반화를 구축할 수 있겠다.

VI. 참고문헌

<단행본>

- 김계현 외(2000). **학교상담과 생활지도**. 서울: 학지사.
 김중운(2012). **학교 집단상담의 이론과 실제**. 서울: 동문사
 김창대 외(2011). **상담 및 심리교육프로그램 개발과 평가**. 서울: 학지사
 박종연(2013). **스마트폰 중독 이렇게 극복하라**. 서울: 혜성출판사.
 주리아 공저(2000). **미술치료는 마술치료**. 서울: 학지사
 최호윤(2007). **사회복지 프로그램개발과 평가**. 파주: 21세기사
 최선남 외(2007). **집단 미술치료**. 서울: 학지사.
 Malchiodi. C. A.(2000). 최재영·김진연 역. **미술치료**. 서울: 조형교육.

<국내문헌>

- 강민경(2008). **미술치료가 청소년의 인터넷 중독행위에 미치는 효과**. 한양대학교 교육대학원. 국내석사
 강상희, 홍정미, 백양희(2006). 집단미술치료가 ADHD 아동의 충동성 및 자기통제력에 미치는 효과. **한국미술치료학회**, 13(1), 23-48
 강주연(2012). **직장인의 스트레스와 스트레스대처방식, 충동성이 스마트폰 중독에 미치는 영향**. 가톨릭대학교 상담심리대학원. 국내석사
 강희양(2008). **청소년의 인터넷중독과 게임중독에 대한 사회적 자기조절 모형 탐색 및 자존감향상 인지행동치료의 효과**. 전북대학교 대학원. 국내박사
 강희양, 박창호(2012). 스마트폰 중독 척도의 개발 Inventory. **한국심리학회지 일반**, 31(2), 563-580.
 고영미(2012). **중학생의 휴대폰 중독에 따른 자기통제력 및 학교생활적응의 관계**. 한양대학교 교육대학원. 국내석사
 공영일(2010). 스마트폰의 함의와 시사점. **방송통신정책**, 22(4), 1-22
 권보람(2015). **초등학교 교사의 인터넷 및 스마트폰 중독에 대한 예방교육 요구도**. 가톨릭 대학교 대학원. 국내석사

- 금창민(2013). **중·고등학생의 스마트폰 ‘중독 경향성(proneness)’과 정신건강문제에 관한 연구**. 서울대학교 대학원. 국내석사
- 권은정(2016). **청소년 인터넷 중독 치료 프로그램의 중독 감소와 자기통제력 증진 효과에 관한 메타분석**. 계명대학교 대학원. 국내박사
- 김남선, 이규은(2012). **대학생의 자기통제력과 생활스트레스가 스마트폰 중독에 미치는 영향**. **한국보건정보통계학회지**, 37(2), 72-83
- 김동균(2013). **초등학생의 스마트폰 사용 실태조사 및 교육적 활용방안 고찰**. 제주대학교교육 대학원. 국내석사
- 김동연, 이성희(1997). **결손가정 아동의 자긍심 강화를 위한 집단미술치료**. **한국미술치료학회**, 4(1), 1-24
- 김동일, 이윤희, 강민철, 정여주(2013). **정신건강 문제와 인터넷 중독: 다층메타분석을 통한 효과 크기 검증**. **상담학연구**, 14(1), 285-303
- 김동일, 이윤희, 이주영, 김명찬, 금창민, 남지은, 강은비, 정여주(2012). **미디어 이용 대체·보완과 중독 : 청소년과 성인의 인터넷 및 스마트폰 사용 형태를 중심으로**. **청소년상담연구**, 20(1), 71-88
- 김면중(2007). **고등학생의 사회성 및 자기 통제력이 인터넷 중독에 미치는 영향**. 대전 대학교 교육대학원. 국내석사
- 김바로미(2009). **바둑교육프로그램이 아동의 지능, 과제집중지속능력, 문제해결력 및 만족지연능력에 미치는 영향**. 경희대학교 대학원. 국내박사
- 김병년, 고은정, 최홍일(2013). **대학생의 스마트폰 중독에 영향을 미치는 요인에 관한 연구**. **한국청소년연구**, 24(3), 67-98
- 김병년, 최홍일(2013). **과보호적 부모양육태도가 스마트폰 중독에 미치는 영향에 대한 자기통제력의 매개효과**. **사회과학연구**, 29(1), 1-25
- 김보민(2015). **모의 자율-통제 양육태도와 부모-자녀 의사소통이 아동의 스마트폰 중독경향성에 미치는 영향**. 전남대학교. 국내석사
- 김보연(2012). **고등학생의 인터넷 게임 중독 및 스마트폰 중독과 수면부족 및 스트레스와의관계**. 삼육대학교 대학원. 국내석사
- 김보현(2014). **통합변화모델을 적용한 집단미술치료 프로그램 개발 및 효과 : 흡연청소년을 대상으로**. 조선대학교 대학원. 국내박사
- 김미란(2013). **중학생이 지각한 부모 양육태도와 자기통제력, 사회불안, 휴대폰 중독의 관계**. 경남대학교 대학원. 국내석사
- 김선영(2005). **초등학생의 인터넷 중독에 영향을 미치는 요인에 관한 연구**. 한양대학교 행정 대학원. 국내석사

- 김선영(2009). 초등학생의 휴대전화 중독과 충동성, 자기통제력 및 학교생활 적응의 관계. 순천대학교 대학원. 국내석사
- 김선하(1997). 가상·실제 상황에서 4세 유아의 만족지연행동과 어머니 양육태도와의 관계. 계명대학교 대학원. 국내석사
- 김선화(2010). 부모의 양육태도 유형과 유형 일치여부에 따른 유아의 만족지연능력. 한국교원대학교 교육대학원. 국내석사
- 김소영(2009). 지역아동센터 이용아동을 위한 사회성 향상 집단미술치료 프로그램 개발 및 효과검증. 평택대학교 일반대학원. 박사학위논문.
- 김소영(2015). 청소년의 또래애착이 스마트폰 중독에 미치는 영향 : 거부민감성의 매개효과. 상지대학교 평화안보상담심리대학원. 국내석사
- 김수혜(2000). 3세 아동의 만족지연행동에 영향을 미치는 요인들 : 아동의 성(性), 기질, 어머니의 양육행동을 중심으로. 이화여자대학교 대학원. 국내석사.
- 김양선(2009). 5세 유아의 지적능력과 만족지연능력 간의 관계. 한국교원대학교 교육대학원. 국내석사
- 김연정(2014). 청소년의 감각추구성향이 스마트폰 중독에 미치는 영향 : 자기조절의 조절효과. 명지대학교 대학원. 국내석사
- 김인숙(2008). 초등학생의 인터넷중독과 자기통제력과의 관계. 관동대학교 교육대학원. 국내석사
- 김유연(2015). 또래애착과 자기통제력이 중학생의 스마트폰 중독에 미치는 영향. 한국외국어대학교 교육대학원. 국내석사
- 김은영(2013). 청소년 스마트폰 사용실태 및 중독현황조사. 한국스피치커뮤니케이션학회 학술대회 자료집, 2013(6), 41-53
- 김은정(2014). 스마트폰 과다사용 아동의 대인관계능력 개선을 위한 집단미술치료 방안 연구. 서울교육대학교 교육전문대학원. 국내석사
- 김정우(2008). 집단미술치료가 아동의 내외통제성과 자기 효능감에 미치는 영향. 서울여자 대학교 특수치료전문대학원. 국내석사
- 김정화(2015). 청소년의 학교부적응이 스마트폰 중독에 미치는 영향과 우울의 매개효과 검증. 성결대학교 일반대학원. 국내석사
- 김태용(2015). 초등학생의 스마트폰 사용 실태가 독서 실태 및 자기조절윤키에 미치는 영향. 고려대학교 정책대학원. 국내석사
- 김종운 (2008). 중학생의 인터넷 중독과 자기통제력 및 정신건강과의 관계. 중등교육연구, 56(3), 1-22
- 김형지, 김정환, 정세훈(2012). 스마트폰 중독의 예측 요인과 이용 행동에 관한

- 연구. 사이버커뮤니케이션 학보, 29(4). 55-93
- 김혜경(2007). 초등학생의 휴대폰 사용경향과 자기효능감 및 자기통제력과의 관계. 부경대학교 대학원. 국내석사
- 김혜순(2006). 유아의 만족지연능력 및 관련변인연구. 경희대학교 대학원. 국내박사
- 김혜순, 조복희(2008). 유아의 만족지연능력 및 관련변인 판별분석 : 만족지연실험상황을 중심으로. 한국아동학회, 29(3). 339-356
- 김혜영(2013). 스마트폰 사용자의 해석수준과 자기통제에 관한 연구. 강원대학교 대학원. 국내석사
- 김혜주(2013). 청소년의 스마트폰 중독이 사회성발달 및 학교적응에 미치는 영향. 호남대학교 산업경영대학원. 국내석사
- 김효숙(2015). 초등학교 저학년의 스마트폰 중독 예방을 위한 부모연계 집단상담 프로그램 개발. 한국교원대학교 교육대학원. 국내석사
- 김희진(2014). 초등학생의 스마트폰 중독 예방을 위한 집단상담 프로그램 개발. 한국교원대학교 교육대학원. 국내석사
- 남현미(1999). 가족의 심리적 환경과 청소년의 자기통제력 및 친구특성이 문제행동에 미치는 영향. 서울대학교 대학원. 국내석사
- 노영희(2008). 게임중독아동의 자기통제력 향상을 위한 인지행동집단미술치료 연구. 서울교육 대학교. 국내석사
- 단현국(1984). 한국 유치원 아동의 성역할 선호성에 따른 놀이 선호성에 관한 연구. United States International University. 해외박사
- 류세인(2015). 초등학생의 스마트폰 중독에 미치는 영향요인. 광주여자대학교 사회개발대학원. 국내석사
- 류현수(1998). 긍정적 자아개념 활동을 통한 유아의 만족지연 증진에 관한 연구. 한양대학 교교육대학원. 국내석사
- 류현수, 이정숙(2006). 유머활동을 통한 유아의 자아개념 및 만족지연 증진에 관한 연구. 한국유아교육학회, 26(5), 235-260
- 문리학(2008). 집단미술치료가 인터넷 중독 초등학생의 자기통제 및 사회성에 미치는 영향. 서울여자대학교 특수치료전문대학원. 국내석사
- 문영임, 구현영, 박호란(2005). 초등학교 저학년 아동의 인터넷 중독 실태와 영향 요인. Child Health Nursing Research, 11(3), 263-272
- 미래창조과학부(2016). 2015년 인터넷 중독 실태조사 결과. 서울
- 배의진(2013). 초등학생의 휴대폰 중독 수준에 따른 자기통제력, 정서표현, 사회성의 차이. 동아대학교 교육대학원. 국내석사

- 박나영(2014). **청소년의 스마트폰 중독이 진로장벽과 진로미결정에 미치는 영향**. 명지대학교사회교육대학원. 국내석사
- 박성미(2014). **집단미술치료가 중학생의 스마트폰 중독성과 자기효능감 및 학교 생활적응에 미치는 효과**. 한양대학교 이노베이션대학원. 국내석사
- 박성수(1999). **인터넷을 통한 정보이용의 행태변화에 관한 연구**. 동아대학교 언론홍보대학원. 국내석사
- 박송호(2014). **자기통제 집단미술치료가 인터넷 중독 고등학교 남학생의 인터넷 중독에 미치는 영향**. 대구대학교 대학원. 국내석사
- 박수빈(2013). **중학생의 스마트폰 중독이 학교생활적응 및 정신건강에 미치는 영향**. 국민대학교 교육대학원. 국내석사
- 박영순(2015). **자기통제 훈련이 초등학생의 스마트폰 중독과 자기통제력에 미치는 효과**. 부산 교육대학교 교육대학원. 국내석사
- 박용민(2011). **성인들의 스마트폰 중독과 정신건강에 관한 연구**. 상지대학교 평화안보상담심리대학원. 국내석사
- 박우철(2015). **초등학생의 또래애착과 스마트폰 메신저 중독과의 관계에서 자기통제력의 매개효과**. 경인교육대학교 대학원. 국내석사
- 박은영(2005). **자기통제력과 자기효능감이 청소년의 인터넷 중독에 미치는 영향**. 장로회신학대학교. 국내석사
- 박재성(2012). **부모-자녀와의 관계가 청소년 자녀의 인터넷 중독에 미치는 영향에 대한 연구 : 하인즈 코헷의 자기심리학을 중심으로**. 한신대학교 신학대학원. 국내석사
- 박정아(2013). **중학생의 자기통제력이 스마트폰 중독성향에 미치는 영향**. 제주대학교 대학원. 국내석사
- 박지영(2014). **부모 양육태도와 초등학생 자녀의 자기효능감, 만족도 및 성취도**. 인하대학교 대학원. 국내석사
- 박지영(2015). **부모교육을 병행한 놀이중심현실치료 프로그램이 아동의 스마트폰 중독 위험성에 미치는 효과**. 명지대학교 대학원 일반대학원. 국내박사
- 박지선(2012). **청소년 및 대학생의 스마트폰 중독 경향성에 영향을 미치는 관련 변인**. 단국대학교 대학원. 국내석사
- 박혜진(2013). **청소년 스마트폰 애플리케이션 이용과 중독의 관계**. 전북대학교 교육대학원. 국내석사
- 백준상, 김유란, 이선영, 복일근, 황병철(2004). **컨버전스 휴대폰의 UI 특성에 관한 연구: 스마트 폰과 카메라 폰 UI의 차별화를 중심으로**. 한국HCI학회

학술대회, 2004(2), 1449-1453

- 백지은(2009). 부모의 양육태도, 아동의 자기통제 및 문제행동이 초등학생의 인터넷 게임중독에 미치는 영향. **한국놀이치료학회지**, 12(2), 111-127
- 방영필(2013). 초등학생의 스마트폰 보급 확대에 따른 부정적 요인 감소 방안 연구. 서강대학교 기술경영전문대학원. 국내석사
- 변명선(2014). 초등학생의 스마트폰 중독에 미치는 개인·가족·학교 변인의 영향 : 주의사용자군·위험사용자군을 중심으로. 부산교육대학교 교육대학원. 국내석사
- 배속경(2015). 에이ADHD 성향 아동의 창의성 증가와 부주의성 및 과잉행동충동성 감소를 위한 인지학 집단미술치료 프로그램 개발 및 효과. 조선대학교 대학원. 국내박사
- 배순경(2012). 초등학교 고학년생 스마트폰 사용자의 학교생활적응에 스마트폰 중독점수와 정신건강상태가 미치는 영향. 건양대학교 교육대학원. 국내석사
- 서애정(2013). 고등학생의 자기통제력과 스트레스 대처방식이 스마트폰 사용 수준에 미치는 영향. 한양대학교 대학원. 국내석사
- 서은수(2011). 인터넷 게임 몰입과 중독이 우울에 미치는 영향 : 자기통제력의 조절효과. 경상대학교 대학원. 국내석사
- 선우현정(2009). 아동의 기질, 어머니의 양육행동 및 아동의 만족지연능력이 공격성에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원. 국내석사
- 손은경(2015). 초등학생의 스마트폰 중독 위험성이 정신건강에 미치는 영향 : 회복탄력성의 매개효과를 중심으로. 대구대학교 대학원. 국내박사
- 손자경(1994). 보상에 대한 주목과 욕구만족의 지연 ; 보상수혜자에 따른 차동적 효과. 부산대학교 대학원. 국내석사.
- 손명원(2014). 스마트폰 이용, 감성지능, 자기통제력 및 심리적분리가 정서적 소진과 학습성과에 미치는 영향에 관한 연구. 충북대학교 대학원. 국내석사
- 송경환(2016). 시설청소년을 위한 자기성장 집단미술치료 프로그램 개발 및 효과. 조선대학교 일반대학원. 국내박사
- 송원영(1998). 자기효능감과 자기통제력이 인터넷의 중독적 사용에 미치는 영향. 연세대학교 대학원. 국내석사
- 신소영(2010). 개인특성과 스마트폰 혁신서비스 특성이 수용태도에 미치는 영향에 관한 연구. 홍익대학교 영상대학원. 국내석사
- 신영미(2012). 스마트폰 이용 동기 및 정도와 과다사용 간의 관계. 단국대학교 교육대학원. 국내석사

- 신은수(2013). **청소년의 스마트폰 사용실태와 중독 : 정신과 신체건강에 미치는 영향을 중심으로**. 충남대학교 교육대학원. 국내석사
- 신호경, 이민석, 김흥국(2011). 모바일 사용행동에 대한 실증연구 : 스마트폰 사용 중독을 중심으로. **정보화정책**, 18(3), 50-68
- 안두경(2011). **구조적 집단미술치료가 인터넷 중독 아동의 자기효능감에 미치는 효과**. 평택 대학교 사회복지대학원. 국내석사
- 양종훈(2011). **대학생의 외로움과 자기 통제력이 휴대폰 중독성향에 미치는 영향**. 동신대학교 사회개발대학원. 국내석사
- 엄윤주, 장유경(2009). 유아의 만족지연능력과 지능. **한국심리학회 학술대회 자료집**. 2009(1). 20-21
- 여현주(2013). **청소년의 스마트폰 중독위험 관련 요인**. 대구가톨릭대학교. 국내석사
- 오강탁,이제은(2012).스마트 라이프 혁명의 실제와 스마트폰 중독. **InternetandInformationSecurity**, 3(4), 21-43.
- 오선화(2014). **아동의 실행기능 결함 및 ADHD 증상이 스마트폰 중독에 미치는 영향**. 숙명 여자대학교 대학원. 국내석사
- 오수원(2009). **웹서비스와 스마트폰 간의 연동**. 인하대학교 공학대학원. 국내석사
- 우임덕(2014). **아동이 지각한 부모의 양육태도와 부모-자녀 간 의사소통이 스마트폰 중독에 미치는 영향**. 경북대학교 과학기술대학원. 국내석사
- 윤성민(2006). **청소년의 인터넷 중독이 자기통제력, 자기효능감 및 학교 적응에 미치는 영향**. 계명대학교 교육대학원. 국내석사
- 이계원(2001). **청소년의 인터넷중독에 관한 연구**. 이화여자대학교 대학원. 국내박사
- 이경임(1996). **인지적-행동적 자기통제 훈련이 아동의 자기통제능력, 과제수행 능력 및 대인간 문제해결력의 개선에 미치는 효과**. 경상대학교 대학원. 국내박사
- 이경환(2011). **동기강화프로그램이 인터넷중독 청소년의 자기통제력 및 인터넷 중독에 미치는 효과**. 부산대학교 대학원. 국내석사
- 이금섭(2004). **부적응유아의 만족지연행동에 관한 연구**. 대구대학교 대학원. 국내박사
- 이미영(2006). **아동의 게임중독에 영향을 미치는 요인에 관한 탐색적 연구**. 강남대학교 사회복지전문대학원. 국내석사
- 이민석(2011). **스마트폰 중독에 영향을 미치는 요인 연구**. 연세대학교 정보대학원. 국내석사
- 이미현(2014). **집단미술치료가 입원병동 알코올의존환자의 자기통제력과 대인관계변화에 미치는 효과**. 한양대학교 이노베이션대학원. 국내석사

- 이미희(2015). 아동의 정신건강, 부모애착, 스트레스가 스마트폰 중독에 미치는 영향. 전북대학교 일반대학원. 국내석사
- 이선종(2013). 스마트폰 중독의 위험요인 탐색 및 모형검증 : 성격과 이용 동기를 중심으로. 경상대학교 대학원. 국내석사
- 이수연(1985). 부모의 양육태도가 아동의 욕구충족 지연행동에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원. 국내석사
- 이수연(2014). 청소년의 자기통제력과 스트레스가 스마트폰 중독에 미치는 영향. 숙명여자대학교 대학원. 국내석사
- 이숙영(2003). 국내 집단상담 프로그램 개발의 현황 및 효과적인 프로그램 개발 관련요인. *상담학연구*, 4(1), 53-67
- 이승래(2015). 자기교시 집단미술치료가 스마트폰 게임중독 아동의 자기통제력에 미치는 영향. 조선대학교 대학원. 국내석사
- 이영미(1996). 만족지연에 따른 유아의 행동관찰연구. 중앙대학교 일반대학원. 국내석사
- 이영옥, 이정숙(2010). 아동의 문제행동, 자기 통제력 및 사회적 유능성에 대한 놀이를 이용한 집단미술치료와 집단미술치료의 효과비교 연구. *한국미술치료학회*, 17(1), 3-26
- 이유진(2013). 스마트폰 의존 유형이 스마트폰 중독 정도와 일상생활에 미치는 영향. 전남대학교 대학원. 국내석사
- 이정란(2003). 유아의 자기조절 구성 요인 및 관련 변인에 대한 구조 분석. 남서울대학교 대학원. 국내박사
- 이정희(2002). 미술치료가 인터넷 중독장애 청소년의 가족관계 학교생활 및 사회성 기술에 미치는 효과. 대구대학교 대학원. 국내석사
- 이지수(2014). 아동의 불안, 부모 양육태도와 학교생활이 스마트폰 중독에 미치는 영향에 관한 연구. 송실대학교 일반대학원. 국내석사
- 이지은(2014). 초등학생의 스마트폰 사용현황과 중독실태에 대한 고찰. 경성대학교 교육대학원. 국내석사
- 이진화(2005). 인지-행동 집단미술치료가 컴퓨터 게임중독 아동의 자기통제력에 미치는 영향. 영남대학교 환경보건대학원. 국내석사
- 임경미(2005). 중학생의 휴대폰 중독과 자기효능감 및 자기통제력과의 관계. 충남대학교 교육대학원. 국내석사
- 임미림(2014). 청소년의 스마트폰 중독이 자아존중감, 부모-자녀 의사소통, 학교생활 적응에 미치는 영향. 가천대학교 대학원. 국내석사

- 장문선, 박기쁨, 정성훈, 이상우(2011). 의존성, 회피성 성격특성의 심리적 특성과 중독성향 간의 관련성. **한국동서정신과학회지**, 14(1), 13-31
- 장진주(2014). **학령전기 아동과 어머니의 스마트폰 사용특성 관계**. 부산대학교 대학원. 국내석사
- 장혜진(2002). **휴대폰 중독적 사용집단 청소년들의 심리적 특성 : 자기개념, 애착, 자기 통제력, 충동성을 중심으로**. 성신여자대학교 대학원. 국내석사
- 전소영(2013). **미술치료 프로그램이 스마트폰 중독 초등학생의 중독성과 공격성에 미치는 효과**. 광주여자대학교 사회개발대학원. 국내석사
- 정경호(2014). **청소년의 감각추구성향과 대인불안이 스마트폰 과다사용에 미치는 영향**. 고려대학교 대학원. 국내석사
- 정명순(2014). **초기청소년의 자기통제력과 학교생활적응이 스마트폰 중독에 미치는 영향**. 대구한의대학교 대학원. 국내석사
- 정명진(2014). **청소년의 자기조절능력과 또래동조성이 스마트폰 중독에 미치는 영향요인에 관한 연구**. 대구대학교 일반대학원. 국내석사
- 정보통신정책연구원(2015). 2015년 방송매체 이용행태 조사 보고서
- 정영숙(1994). **어머니에 대한 배려가 자기통제에 미치는 효과**. 서울대학교 대학원. 국내박사
- 정윤진(2009). **유아를 위한 만족지연 프로그램의 개발 및 효과 검증**. 전북대학교 교육대학원. 국내석사
- 정은숙, 심문숙(2012). 초등학교 저학년 아동의 가족기능과 인터넷 중독. **한국보건간호학회**, 26(2), 328-340
- 정은지(2013). **청소년의 시간관과 자기통제력이 학업적 지연행동에 미치는 영향 : 휴대폰 중독의 매개효과**. 명지대학교 대학원. 국내석사
- 전종국(2007). 집단미술치료와 치료적 요인의 연구 경향과 향후 과제. **한국미술치료학회**, 14(3), 577-596
- 정진영, 하정희(2013). 일상적 스트레스와 정서표현이 초등학교 고학년 학생들의 스마트폰 중독에 미치는 영향. **가족과 상담**, 3(1), 61-77
- 전홍빈(2015). **중학생의 자기 통제력과 아동학대가 사이버비행에 미치는 영향에 관한 연구 : 우울의 매개효과 검증을 중심으로**. 호남대학교 복지행정대학원. 국내석사
- 정희진(2014). **우울과 불안이 청소년 스마트폰 중독에 미치는 영향**. 명지대학교 대학원. 국내석사
- 조권형(2014). **초등학생의 스마트폰 중독과 환경적 요인의 관계**. 경인교육대학교.

국내석사

- 조미희(2013). **초등학생의 부모 양육태도와 또래애착이 스마트폰 과다사용에 미치는 영향 : 우울을 매개로**. 광운대학교 상담복지정책대학원. 국내석사
- 조정희(2008). **중학생의 인터넷 중독정도에 따른 자기통제력 및 또래관계의 차이**. 건국대학교 교육대학원. 국내석사
- 조현옥(2012). **중학생의 스마트폰 중독수준에 따른 자아존중감, 충동성 및 지각된 스트레스의 차이**. 계명대학교 일반대학원. 국내석사
- 조희숙(1988). **아동의 공간조망책략발달에 관한 연구**. 중앙대학교 대학원 .국내 박사
- 천은주(2014). **청소년이 지각한 부모의 양육태도와 인터넷 및 스마트폰 중독 간의 관계**. 대구대학교 대학원. 국내석사
- 최남순(2013). **초등학생의 스마트폰 중독과 관련된 변인 : 부모양육태도, 자존감, 사회성**. 경남대학교 교육대학원. 국내석사
- 최상열(2014). **학교폭력 가해청소년의 자기통제력과 향상을 위한 집단미술치료 프로그램 개발**. 평택대학교 대학원. 국내박사
- 최선미(2015). **또래 괴롭힘 참여행동 변화 및 학교생활만족도 증가를 위해 창의적 문제해결 모형을 적용한 학급단위미술치료 프로그램 개발 및 효과**. 조선대학교 대학원. 국내박사
- 최옥영(2010). **초등학생의 휴대폰 중독과 자기통제력 및 학업성취도의 관계**. 충남대학교 교육대학원. 국내석사
- 최유미(2014). **아동의 스마트폰 사용과 공격성에 관한 연구 : 부모양육태도의 조절 효과 검증을 중심으로**. 인천대학교 행정대학원. 국내석사
- 최하나(2013). **인지행동놀이치료가 인터넷 게임 중독 아동의 자기통제력에 미치는 효과**. 대구대학교 일반 대학원. 국내석사
- 최현석, 이현경, 하정철(2012). **스마트폰 중독이 정신건강, 학교생활, 대인관계에 미치는 영향 -K대 대학생을 중심으로**. 한국데이터정보과학회지, 23(5), 1005-1015
- 피은경(2011). **청소년의 휴대전화 중독에 미치는 영향요인**. 경북대학교 대학원. 국내석사
- 한국건강관리협회(2010). **휴대전화 없으면 불안해지는 당신은 휴대전화 중독**. 건강소식, (8), 80-81.
- 한국청소년상담복지개발원(2012). **위기사례개입과 사이버상담의 윤리적 딜레마**, 1-122
- 한국정보화진흥원(2010). **인터넷 중독의 예방과 해소를 위한 법제 정비 방향**. 서울

- 한국정보화 진흥원(2011). 스마트폰 중독 진단척도 개발 연구 최종보고서. 서울
- 한국정보화진흥원(2012). 스마트미디어중독 특성 및 중독해소 개입 전략 개발연구. 서울
- 한국정보화진흥원(2015). 2014년 인터넷 중독 실태조사. 서울
- 한국전자통신연구원(2012). 스마트폰이 아이 건강에 미치는 영향. 서울
- 한미경(2015). **초등학생의 스마트폰 과다사용과 공격성 간의 관계에서 정서조절 능력의 매개효과**. 경인교육대학교. 국내석사
- 한미란(1986). **유아의 욕구충족 지연행동에 관한 연구 : 사회 경제적 배경을 중심으로**. 이화여자대학교 교육대학원. 국내석사
- 한상훈(2008). “중학생의 휴대폰 중독 유형과 정신건강과의 관계”. **학습자중심 교과 교육연구**, 8(1), 403-420.
- 허광성(2010). **스마트폰 사용자들의 애플리케이션 장르별 이용정도 결정 요인**. 한양대학교 대학원. 국내석사
- 허상구(2009). **초등학교 저학년 학생들의 인터넷 중독과 관련 요인 분석**. 창원대학교 대학원. 국내석사
- 허수경(1996). **인지양식 유형과 보상의 제시형태에 따른 아동의 만족지연능력 발달**. 동아대학교 대학원. 국내석사
- 황하성. 손승혜. 최윤정(2011). 사용자 속성 및 기능적 특성에 따른 스마트폰 중독에 관한 탐색적 연구. **한국방송학보**, 25(2), 277-313
- 황주성. 이재현. 이나경(2010). 모바일 인터넷으로 인한 미디어 이용패턴의 변화. 스마트폰 이용자를 중심으로. **정보통신정책 연구원**.
- 홍선희(2015). **초등학교 고학년의 스마트폰 SNS 중독 성향 감소를 위한 집단상담 프로그램개발**. 한국교원대학교 교육대학원. 국내석사
- 황은일(2014). **청소년의 희망, 유대감 증진을 통한 학업탄력성 집단미술치료 프로그램 개발 및 효과**. 조선대학교 대학원. 국내박사

<국외문헌>

- Aderman, R. (1972). Elation, depress and helping behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 24, 91-101.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders(5th ed)*. Author: Washington. DC & London. England.)

- Bandura, A. & Mischel, W. (1965). Modification of self-imposed delay of reward through exposure to live and symbolic models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2, 698-705.
- Bates, J. E. (1990). Concepts and empirical linkages between temperament and behavior problems: A commentary on the Sanson, Prior and Kyrios study. *Merrill-Palmer Quarterly*, 36, 193-199.
- Belsky, J. Kuang-Hua, H., & Crnic, K. (1996). Infant positive and negative emotionality: One dimension or two *Developmental Psychology* 32, 289-298.
- Berk, L. (1986). Private speech: Learning out loud. *Psychology Today*, 20, 34-42.
- Berkowitz, M. W. (1982). Self-Control Development and Relation to Prosocial Behavior : A Response to Peterson, *Merrill-Palmer Quarterly*, 28, 223-235
- Block, J. H. & Block, J. (1980). The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behavior. In W. A. Collins (Ed.), *Development of cognition, affect, and social relations (Minnesota symposia on child psychology, Vol. 13, pp. 39-101)*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Brown, K., Covell, K. & Abramovitch, R. (1991). Time courage and control of emotion: *Age differences in understanding and recognition. Merrill-Palmer Quarterly*, 37, 273-287.
- Eisenberg, N. & Fabes, R. A. (1992). Emotion, regulation, and the development of social competence. In M.S. Clark (ed.), *Emotion and social behavior : Review of personality and social psychology(119-150)*. Newbury park CA: Sage.
- Flavell, J. H. (1977). *Cognitive development*. N. J. : Prentice Hall.
- Forzano, L. B., Szuba, M., Figurilli, J. M. (2003). Self-control and Impulsiveness in children: Effects of visual food cues. *The Psychological Record*, 2003, 53, 161-175.
- Funder, D. C. & Block, H. J. (1983). Delay gratification: Some longitudinal personality correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 1198-1213.

- Funder, D. C., Block, J. H. & Block, J. (1983). Delay of gratification: Some longitudinal personality correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, *44*, 1198-1213.
- Funder, D.C. & Block, J. (1989). The role of ego-control, ego-resiliency, and IQ in the delay of gratification in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*, 1041- 1050.
- Fry, P. S. (1975). Affect and resistance to temptation. *Developmental Psychology*, *11*, 466-472. (Rosenhan, 1974)
- Goldman, A. P. & Everett, F. (1985). Delay of Gratification and Time Concept in Reflective and Impulsive Children, *Child Study Journal*, *15*, 167-180
- Griffiths. M.D. (1999). Internet addiction. *The Psychologist*. *12(5)*. 246-250
- Kendall. P. C & Wilcox. L. E. (1979). Self-control in children ; Development of a rating scale. *Journal of Consulting Clinical Psychology*. *47(6)*. 1020-1029
- Kidd, R. F. & Berkowitz, L. (1976). Dissonance, self, concept and helpfulness. *Journal of Personality and Social Psychology*, *33*, 623-631.
- Klineberg, S. L. (1968). Future time perspective and the preference for delayed reward, *Journal of Personality and Social Psychology*, *8*, 253-257.
- Klohn, E. C. (1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of ego-resiliency. *Journal of Personality and Social Psychology*, *70*, 1067-1079.
- Kopp, C. B. (1982). The Antecedent of Self-Regulation: A Developmental Perspective. *Developmental Psychology*, *18(2)*, 199-214.
- Kramer. E. (1971). *Art as therapy with children*. New York: Schocken Books.
- Kyrios, M. & Prior, M. (1990). Temperament, stress and family factors in behavioral adjustment of 3-5-year old children. *International Journal of Behavioral development*, *13*, 67-93.
- Langenfeld, T. E., Veljkov, M. S. & William, P. (1997). The effects of children's ability to delay gratification on school related behaviors. the Annual Meeting of the American Education

- Research Association. Chicao. IL.
- London. K. C. & Landon. J. P. (2006). Management Information Systems :Managing the Digital Firm. 9th ed. Upper Saddle River. NJ : Prentice Hall.
- Lowenfeld. V. & Brittain. W. L. (1975). Creative and mental growth. Upper Saddle River. NJ: Prentice Hall.
- Lynn. M. R. (1986). Determination and quantification of content validity. *Nursing Research. 35(6): 382-385*
- Ofcom. (2011. August).Communications Market. Report: UK.
- Malchiodi. C. A. (2003). Handbook of art therapy. New York: Guilford Press.
- Mates, L., Arend, R. A. & Sroufe, L.A. (1978). Continuity of adaptation in the second year: the relationship between quality of attachment and later competence. *Child Development, 49, 547-556.*
- Mccabe, L. A., Hernandez, M., Lara, S. L., Brooks-Gunn, J. (2000). Assessing Preschoolers' Self-Regulation in Homes and Classrooms: Lessons from the Field, *Behavioral Disorder, 26(1), 53-69.*
- Melikian, L. (1959). Preference for delayed reinforcement: An experimental study among Palestinian Arab refugee children. *Journal of Social Psychology, 50, 81-86.*
- Miller, D.T., Karniol, R. (1983). Why Not Wait? A cognitive model of self-imposed Delay Termination. *Journal of Personality and social Psychology, 45, 935-942.*
- Miller, F. K. (2001). Child regulation and child functioning: Tests of mediator
- Scoville & Chambliss. (1994). Children's Delay of Gratification and Preschool Performance. Reports-Research/Technical (143).
- Mischel, W. (1961). Preference for delayed reinforcement and social responsibility. *Journal of Abnormal Psychology, 63, 1-7.*
- Mischel, W. (1973). Towards a cognitive social learning reconceptualization of personality. *Psychological Review, 83, 252-283.*
- Mischel, W. (1974). Processes in delay of gratification. *Advances in Experimental Social Psychology, 7, 249-292.*
- Mischel, W. (1981). Metacognition and the rules of delay InJ. H. Flavell & L.

- Ross(Eds). Cognitive Social Development: Frontiers and possible future, New York: Cambridge University Press.
- Mischel, W. & Baker, N. (1975). Cognitive appraisals and transformations in delay behavior. *Journal of Personality & Social Psychology*, 31, 254-261.
- Mischel, W. & Metzner, R.(1962). Preference for delayed reward as a function of age, intelligence, and length of delayed interval. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 64, 425-431.
- Mischel, W. & Underwood, B.(1974). *Instrumental ideation in delay of gratification*, *Development*, 45, 1083-1088.
- Mischel, W. & Mischel, H. N.(1983). The development of children's knowledge of self-control strategies. *Child Development*, 54, 603-619.
- Mischel, W., Ayduk, O.(2002). Self-Regulation in a Cognitive-Affective Personality System: Attentional control in the service of the self. *self and Identity*, 1: 113-120, 2002.
- Mischel, W., Ebbesen, E. B. (1970). Attention in Delay of gratification. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16, 329-337.
- Mischel, W., Ebbesen, E. B. & Zeiss, A. (1972). Cognitive and attentional mechanism in delay of gratification. *Journal of Personality & Social Psychology*, 21,204-218.
- Mischel, W., Shoda, Y. & Peake, P. K. (1988). The nature of adolescent competencies predicted by preschool delay of gratification. *Journal of Personality and Social Psychology*. 54. 687-696.
- Mischel, W., Shoda, Y. & Rodriguez, M. L. (1989). Cognitive person variables in the delay of gratification of older children at risk. *Journal of Personality and Social Psychology*. 57, 358-367.
- Mischel, W., Zeiss, R. & Zeiss, A. (1973). An internal-external control test for younger children: The Stanford Preschool I -E Scale(SPIES). *Journal of Personality and Social Psychology*. in press.
- Moore, B. Clyburn, A. & Underwood, B. (1976). The Role of Affect in Delay of gratification. *Child development*, 47, 273-276.
- Nisan, M. & Koriat, A. (1977). Children's actual choice and their conception

- of the Wise Choice in a Delay of Gratification Situation, *Child Development*, 48, 488-494.
- Nisan, M. (1976). Delay of Gratification in children: Personal versus Group Choices. *Child Development*, 47, 195-200.
- Nisan, M. & Koriat, A. (1978). Children's actual choice and their conception of wise in a delay of gratification situation. *Child Development*, 48, 488-494.
- Nisan, M. & Koriat, A. (1984). The Effect of Cognitives Restructuring Delay of gratification. *Child development*, 55, 492-503.
- Olson, S. L., Bates, J. E. & Bayles, K. (1990). Early antecedents of childhood impulsivity: The role of Parent-child interaction, cognitive competence, and temperament. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 18, 317-334.
- Olson, S.L., & Kashiwagi, K. (2000). Teacher ratings of behavioral self-regulation in preschool children: A Japanese/ U.S. comparison. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 21(6), 609-617.
- Opper, & Michele A. (2003). The role of Delay of Gratification and self-regulation in preschoolers' social, cognitive, and coping competence. Doctoral dissertation. The City fo New Yok.
- Patterson, C. J & Carter, D. B. (1979). Attentional Determinants of Children's Self Control In Waiting and Working Situation. *child Development*, 50, 272-275
- Patterson, C.J. & Mischel, W. (1975). Plans of resist distraction. *Developmental Psychology*, 11, 369-378.
- Patterson, C.J. & Mischel, W. (1976). Effects of temptation-inhibiting and task-facilitating plans on self-control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 33. 209-217.
- Potenza. M. N. (2006). Should addictive disorders include non-substance-related conditions. *Addiction*. 101(Suppl.1). 142-151.
- Reitman, D. A. & Gross, M. (1997). The relation of maternal child-rearing attitudes to delay of gratification among boys. *Child study Journal*. 1997. Vol. 27. Issue 4. P. 279.
- Rha, J. H. (1999). Infants' emotionality and Parenting as antecedents of

- delay of gratification in toddlerhood. Dotoral dissertation, Pennsylvania state University.
- Rodriguez, M. L., Mischel, W., & Shoda, Y. (1989). Cognitive person variables in the delay of gratification of older children at risk. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*, 358–367.
- Rose, A. (1991). The relationship of self–controlling to personal and social adjust in elementary school–aged children. Doctoral dissertation, Biola University.
- Rosenhan, D. L., Underwood, B., & Moore, B. (1974). Affect moderates self–gratification and altruism. *Journal of Personality and Social Psychology*, *30*, 545–552.
- Rotter, J. B. (1954). Social learning and clinical psychology. Englewood Cliffs, NJ : Prentice–Hall.
- Schwartz, J. C., Schrage, J. B., Lyons, A. E. (1983). Delay of gratification by preschooler: Evidence for the validity of the choice paradigm. *Child Development*, *54*, 620–625.
- Schwartz, J. C. & Pollack, P. R. (1977). Affect and delay of gratification. *Journal of Research in Personality*, *11*, 147–164.
- Steinberg, L., Graham, S., O'Brien, L., Woolard, J., Cauffman, E., & Banich, M. (2009). Age Differences in Future Orientation and Delay Discounting. *Child Development*, *80*, 28–44.
- Shamosh, N. A., DeYoung, C. G., Green, A. E., Reis, D. L., Johnson, M. R., Conway, A. R., Engle, R. W., Braver, T. S., & Gray, J. R (2008). Individual differences in delay discounting: relation to intelligence, working memory, and anterior prefrontal cortex. *Psychological Science*, *19*, 904–911.
- Singer, J.L. (1955). Delayed gratification and ego development implication for clinical and experimental research. *Journal of Consulting Psychology*, *19*, 259–266.
- Tinsley, V. S. & Waters, H. S. (1982). The development of verbal control over motor behavior: A replication and extension of *Luria's findings*. *Child Development*, *53*, 746–753.
- Toner, I. J. & Smith, R. A. (1977). Age and overt verbalization in

- delay-maintenance behavior in children. *Journal of Experimental Child Psychology*, 24, 123-128.
- Toner, I. J., Lewis, B.C., & Gribble, C. M. (1979). Evaluative verbalization and delay maintenance behavior in children. *Journal of Experimental Child Psychology*, 28, 205- 210
- Underwood, B., Moore, B. S., & Rosenhan, D. L. (1973). Affect and self-gratification. *Developmental Psychology*, 8, 209-214.
- Vaughn, B. E., Kopp, C. B., & Krakow, J. B. (1984). The emergence and consolidation of self-control from eighteen to thirty months of age: Normative trends and individual differences. *Child Development*, 55, 990-1004. Vaughn, B. E., Kopp, C. B., Krakow, J. B., Johnson, K., & Schwartz,
- Vaughn, B. E., Kopp, C. B., Krakow, J. B., Johnson, K., & Schwartz, S.S. (1986). Process analyses of the behavior of very young children in delay tasks. *Developmental Psychology*, 22, 752-759.
- Vygotsky. (1962). *Thought and language*. Cambridge, MA; Massachusetts Institute of Technology(MIIT) Press.
- Wadeson. H. (1987). *The Dynamics of Art Psychotherapy*. New York: John Wiley & Son.
- Waller. D.(1993). *Group interactive art therapy*. London; New York: John Wiley & Son.
- Winsler, Adam. (1997). Components of self-regulation in the Preschool years: Developmental stability Validity, and Relationship to Classroom Behavior. *The Society for Research in Child Development*, April.
- Wood, M. (1998). Socio-economic status, delay of gratification, and impulse buying. *Journal of Economic Psychology* 19. 295-320.
- Yates, C. R., Lippett, R. K. & Yates, S. M. (1981). The effects of age, positive affect induction, and instructions on children's delay of gratification. *Journal of Experimental Child Psychology*, 32, 169-180.
- Yates, G. C. R., Yates, S. M., & Beasley, C. J. (1987). Young Children's Knowledge of Strategies in Delay of gratification. *Merill-Palmer Quarterly*, 33, 159-169.

국 문 초 록

스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램 개발 및 효과

김서영

조선대학교 대학원 미술심리치료학과

지도교수 김택호

본 연구의 목적은 스마트폰 중독아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램을 개발하여 이를 스마트폰 중독아동에게 제공하고 그 효과를 검증하고자 하였다. 상기 연구목적을 달성하기 위하여 연구 I 과 연구 II로 구성하여 다음과 같이 진행하였다.

연구 I 은 스마트폰 중독 아동을 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램을 개발하고자 아동의 스마트폰 중독 요인과 만족지연이론 및 관련 변인을 분석하고 그 내용을 토대로 집단미술치료 프로그램을 개발하였다. 프로그램은 개발 절차에 따라 목표를 수립하고, 이에 적합한 활동 내용으로 구성하였으며, 스마트폰 중독 아동 7명을 대상으로 예비 집단미술치료 프로그램을 실시하였다. 이후 예비연구 내용과 결과를 평가 및 분석하고 전문가 집단에게 자문을 받아 수정·보완하였다. 개발된 집단미술치료 프로그램은 전문가 집단에게 내용 타당도를 검증 받았다.

연구 II 에서는 집단미술 치료 프로그램을 스마트폰 중독 아동에게 제공하여 만족지연능력과 스마트폰 중독의 효과를 검증하였다.

실험집단은 G광역시 지역아동센터에 스마트폰을 소지하고 있고, 스마트폰 중독 자가진단 척도에서 스마트폰 중독군에 해당하는 고위험과 잠재적 위험 점수에 상응하는 아동으로 실험집단 15명, 대기집단 15명으로 구성하였다. 집단 미술치료 프로그램은 총 12회기로 주 2회 6주 동안 실험집단에게 실시하여

그 효과를 검증하였으며 주요한 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 만족지연능력 검사에서 실험집단이 대기집단보다 유의미한 결과가 있었다. 만족지연능력 점수에서 실험집단이 대기집단에 비해 유의미하게 증가 하였다.

둘째, 장기적 만족에서 실험집단이 대기집단보다 유의미한 결과가 있었다. 장기적 만족점수에서 실험집단이 대기집단에 비해 유의미하게 증가하였다.

셋째, 즉각적 만족에서 실험집단이 대기집단보다 유의미한 결과를 있었다. 역 채점된 즉각적 만족점수에서 실험집단이 대기집단에 비해 유의미하게 증가 하였다.

넷째, 스마트폰 중독수준이 실험집단이 대기 집단보다 유의한 결과가 있었다. 스마트폰 중독의 하위요소 중 일상생활 장애, 가상세계지향, 금단, 내성에서 실험집단이 대기집단에 비해 유의미한 감소를 보였다.

이를 요약하면 개발된 스마트폰 중독 아동의 만족지연을 위한 집단미술치료 프로그램을 스마트폰 중독 아동에게 제공하였을 때 만족지연능력 증가와 스마트폰 중독 수준 감소에 효과가 있음을 알 수 있었다. 이상의 연구결과를 통하여 집단 미술치료 프로그램이 스마트폰 중독 아동의 만족지연능력 증가와 스마트폰 중독 수준 감소 목표로 단계에 따라 개발되었음을 확인할 수 있었다.

따라서 본 연구에서 개발한 집단미술치료 프로그램을 스마트폰 중독 아동에게 지속적으로 제공한다면 만족지연능력 증가와 스마트폰 중독 수준 감소에 긍정적인 영향을 줄 수 있을 것으로 보인다.

주요어 : 스마트폰 중독 아동, 스마트폰 중독, 만족지연, 집단미술치료

부 록

부록 1. 전문가 집단 내용 타당도

부록 2-1. 연구 참여 동의서(아동)

부록 2-2. 연구 참여 동의서(부모)

부록 3. 만족지연능력 평정척도 1

부록 4. 만족지연능력 평정척도 2

부록 5. 스마트폰 중독 자가진단 척도(S-척도)

부록 5-1. 스마트폰 중독군 분류기준 및 특성(한국정보화진흥원2011)

부록 6. 행동관찰 평가지

부록 7. 자기행동 평가지

부록 8. 반응 기록지

부록 9. 프로그램 소감문

부록 10. 집단미술치료 본 프로그램 회기별 세부계획서

부록 11. 집단미술치료 본 프로그램 회기기록

<부록 1> 전문가 집단 내용 타당도

문항	매우 적합 하지 않다	적합 하지 않다	보통 이다	적합 하다	매우 적합 하다
1. 본 프로그램이 만족지연 미술치료에 적합하게 구성되어 있다.	1	2	3	4	5
2. 구성된 프로그램 내용들이 프로그램의 목적 달성에 적절하다.	1	2	3	4	5
3. 본 프로그램 내용은 스마트폰 중독 아동의 만족지연능력 증가에 영향을 미칠 것이다.	1	2	3	4	5
4. 본 프로그램 내용은 스마트폰 중독 아동의 스마트폰 중독 수준 감소에 영향을 미칠 것이다.	1	2	3	4	5
5. 본 프로그램 내용은 스마트폰 중독 아동의 자기통제 증가에 영향을 미칠 것이다.	1	2	3	4	5
6. 1회기 목표와 활동내용이 알맞게 구성되었다.	1	2	3	4	5
7. 2회기 목표와 활동내용이 알맞게 구성되었다.	1	2	3	4	5
8. 3회기 목표와 활동내용이 알맞게 구성되었다.	1	2	3	4	5
9. 4회기 목표와 활동내용이 알맞게 구성되었다.	1	2	3	4	5
10. 5회기 목표와 활동내용이 알맞게 구성되었다.	1	2	3	4	5
11. 6회기 목표와 활동내용이 알맞게 구성되었다.	1	2	3	4	5
12. 7회기 목표와 활동내용이 알맞게 구성되었다.	1	2	3	4	5
13. 8회기 목표와 활동내용이 알맞게 구성되었다.	1	2	3	4	5
14. 9회기 목표와 활동내용이 알맞게 구성되었다.	1	2	3	4	5
15. 10회기 목표와 활동내용이 알맞게 구성되었다.	1	2	3	4	5
16. 11회기 목표와 활동내용이 알맞게 구성되었다.	1	2	3	4	5
17. 12회기 목표와 활동내용이 알맞게 구성되었다.	1	2	3	4	5

<부록 2-1> 연구 참여 동의서(아동)

<연구 참여 동의서>

안녕하십니까?

본 설문에 여러분의 소중한 시간을 내어 주셔서 진심으로 감사드립니다.

이 설문지는 스마트폰 중독 아동의 만족지연 증진에 관련된 연구를 위하여 작성되었습니다. 모든 문항에는 **옳고 그른 정답이 없으니**, 여러분의 상황과 가장 가깝다고 생각하시는 곳에 응답하시면 됩니다.

본 설문조사자료는 학문적인 연구 이외에 다른 목적으로 사용되지 않으며, **응답하신 내용에 대해서는 비밀을 보장합니다**. 본 연구의 신뢰도를 높이기 위해 문항을 자세히 읽고 **한 문항도 빠짐없이 자신의 생각을 솔직하고 성실하게** 답하여 주시기 바랍니다. 만약 이 연구에 참여를 원치 않을 경우 언제든지 거절하실 수 있습니다.

설문에 관하여 궁금하신 사항이 있으시면 000-0000-0000(전화번호)

000(연구자)에게 연락하실 수 있습니다.

협조해 주셔서 진심으로 감사드립니다.

조선대학교 대학원 미술심리치료학과

지도교수 : 김택호

연구자 : 김서영

<프로그램 참여 동의서>

1. 본인은 위 연구 참여에 동의합니다.
2. 본 연구 설문 조사 결과는 익명으로 진행되며 비밀이 보장됩니다.
3. 본 연구의 작품 사진과 내용이 녹음 또는 논문에 기술될 수 있습니다.
그러나 익명성이 보장됩니다.
4. 본 연구 참여에 어떠한 위험이나 불이익은 따르지 않으며, 연구 참여 도중 원치 않을 경우 언제든지 중단할 수 있습니다.

2015.7.

나 _____ 는 위와 같은 사실에 동의합니다. (서명)

<부록 2-2> 연구 참여 동의서(부모)

< 심리치료 프로그램 참여 동의서 >

안녕하십니까. _____아동은 지역아동에서 실시되는 스마트폰 중독 아동의 스마트폰 중독 수준 감소와 만족지연 능력 증가를 돕는 심리치료 프로그램에 참여를 희망하였습니다. 아동이 참여하여 좋은 경험을 나눌 수 있도록 학부모님의 많은 협조 부탁드립니다.

가. 기간 : 2015년 7월 0일 ~ 2015년 8월 0일

나. 장소 : OO지역아동센터

다. 방법 : 미술치료

.....절.....취.....선.....

< 동 의 서 >

본인은 위 아동의 보호자로서 OO지역아동센터에서 진행되는 심리치료 프로그램에 참여하는 것을 동의합니다.

2015년 7월

아동 : (인)

학부모 및 보호자: (인)

<부록 3> 만족지연능력 평정척도 1

만족지연능력 척도

아래의 문항들은 자신의 욕구나 만족을 지연시키는 행동을 묘사하는 특성들입니다. 질문을 잘 읽고 각각의 특성들을 잘 생각한 후, 내가 해당된다고 생각하는 행동을 '전혀 그렇지 않다'로부터 '매우 그런 편이다'까지의 다섯 가지의 평가 중에서 가장 잘 표현하는 칸에 √ 체크해주세요. 각각의 항목을 읽었을 때의 처음의 느낌에 따라 나의 최근의 행동을 생각하고 체크해주세요.

	나는...	전혀 그렇지 않다	그렇지 않은 편이다	보통 이다	그런 편이다	매우 그렇다
1	“잠깐만 기다려” 라고 지시할 때, 기다릴 수 있다.					
2	놀이할 때 인내를 갖고 자기 차례를 기다릴 수 있다.					
3	만일 다른 아이가 자신이 원하는 것을 사용하고 있다면 인내심 있게 기다릴 수 있다.					
4	간식거리가 마련되는 동안 인내심 있게 기다릴 수 있다.					
5	만일 교사가 다른 사람과 이야기 하고 있다면 끝날 때까지 기다릴 수 있다.					
6	집단 토론에서 자신의 차례를 기다릴 수 있다.					
7	다른 사람의 이야기를 끝까지 잘 들을 수 있다.					
8	“나중에” 라는 말을 들었을 때에 인내심 있게 기다린다. (예를 들어, “나중에” 아이스크림을 먹을 수 있다.)					

<부록 4> 만족지연능력 평정척도 2

번호	문항	전혀 아니 다	아 니 다	보통 이다	그 렇 다	매우 그렇 다
1	나는 누가 지켜보지 않아도 정해진 규칙이나 지시를 잘 따른다.					
2	나는 흐트러지지 않은 자세로 있어야 할 때 차분히 앉을 수 있다.					
3	나는 다른 친구들이 하는 놀이나 활동에 불쑥 끼어들기도 한다.					
4	나는 수업시간이나 어떤 일을 할 때 잘 집중한다.					
5	나는 친구들이 수업시간이나 어떤 일을 할 때 잘 집중한다.					
6	나는 급하게 일을 하다가 실수를 많이 한다.					
7	나는 하고 싶은 일이나 갖고 싶은 물건이 있으면 즉시 하거나 가지려 한다.					
8	나는 일을 하기 전에 항상 생각을 먼저하고 행동한다.					
9	나는 친구들과 같이 놀거나 공동 작업을 할 때 다투거나 잘 싸운다.					
10	나는 지루하고 재미없는 일이라도 끝날 때까지 그 일에 집중한다.					
11	나는 기쁜 일로 흥분했을 때나 꾸지람을 들어 감정이 상했을 때 감정을 자제하려고 노력한다.					
12	나는 주어진 과제가 어려워도 쉽게 포기하지 않는다.					
13	나는 무슨 일이든 신중하게 생각하는 편이다.					
14	나는 말보다 주먹이 앞선다.					
15	나는 지금 당장 즐거운 일이라도 나중에 손해되는 일이라면 하지 않는다.					
16	나는 다른 사람에게 피해가 되는 일이라도 내게 이익이 되면 한다.					
17	나는 하고 싶을 말을 참을 수가 없다.					
18	나는 새로 일을 시작 할 때는 열심히 하지만 곧 하기 싫어진다.					
19	나는 작은 일에도 쉽게 흥분한다.					
20	나는 스릴과 모험보다는 안전을 우선한다.					

<부록 5> 스마트폰 중독 자가진단 척도(S-척도)

번호	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	좀 그렇다	완전 그렇다
1	스마트폰을 많이 사용해서 학교성적이 떨어졌다.				
2	가족이나 친구들과 있는 것 보다 스마트폰을 사용하고 있는 것이 더 즐겁다.				
3	스마트폰을 사용할 수 없게 된다면 심심해서 견디기 힘들 것 이다.				
4	스마트폰 사용 시간을 줄이려고 해보았지만 줄이기 어려웠다.				
5	스마트폰 사용 때문에 공부, 숙제 또는 학원수강 등을 하기 어렵다.				
6	스마트폰을 못 사용한다고 생각하면 온 세상을 잃은 것 같은 생각이 든다.				
7	스마트폰이 없으면 안절부절 못하고 스마트폰을 찾게 된다.				
8	스마트폰 사용 시간을 스스로 조절할 수 있다.				
9	수시로 스마트 폰을 사용하다가 혼란 적이 있다.				
10	스마트 폰을 사용하지 않아도 나는 괜찮다.				
11	스마트폰을 사용할 때 그만해야지 라고 생각은 하면서 자꾸 하게 된다.				
12	스마트폰을 너무 자주 또는 너무 많이 한다고 가족이나 친구들로부터 혼나거나 지적을 받은 적이 있다.				
13	스마트폰 사용이 지금 하고 있는 공부에 방해 되지 않는다.				
14	스마트폰을 사용할 수 없을 때 패닉상태에 빠진다. (패닉상태 : 극심한 공포상태)				
15	스마트폰 사용에 많은 시간을 보내는 것이 나한테는 익숙하다.				

<부록 5-1> 스마트폰 중독군 분류기준 및 특성(한국정보화진흥원2011)

구분		특성
중 독 군	고 위 험 군	<p>총점 : ① 44점 이상</p> <p>요인별 : ② 1요인 16점 이상, ③ 3요인 13점 이상, ④ 4요인 14점이상</p> <p>판정 : ①에 해당하거나, ②~④ 모두 해당하는 경우</p> <p>스마트폰 사용으로 인하여 일상생활에 심각한 장애를 보이면서 내성 및 금단 현상이 나타난다. 현실생활에서 습관적으로 사용하게 되며 스마트폰 없이는 한 순간도 견디기 힘들다고 느끼고, 자신이 스마트 폰 중독이라고 느낀다.</p> <p>->스마트 폰 중독 경향성이 매우 높으므로 관련기관의 전문적 지원과 도움이 요청된다.</p>
	중 재 적 위 험 군	<p>총점 : ① 42~44점 이하</p> <p>요인별 : ② 1요인 14점 이상, ③ 3요인 11점 이상, ④ 4요인 12점이상</p> <p>①~④ 중 한 가지에 해당하는 경우</p> <p>고 위험군에 비해 경미한 수준이지만, 일상생활에 장애를 보이고, 필요 이상으로 스마트폰 사용시간이 늘어나고 집착을 하게 된다.</p> <p>->스마트폰 과다 사용의 위험을 깨닫고 스스로 조절하고 계획적인 사용을 하도록 노력한다. 스마트 폰 중독에 대한 주의가 요망된다.</p>
	일 반 군	<p>총점 : ① 41점 이하</p> <p>요인별 : ② 1요인 13점 이하, ③ 3요인 11점 이하, ④ 4요인 12점이하</p> <p>①~④ 중 한 가지에 해당하는 경우</p> <p>대부분이 스마트폰 중독문제가 없다고 느낀다. 심리적 정서문제나 성격적 특성에도 특이한 문제를 보이지 않으며, 자기행동을 관리한다고 생각한다.</p> <p>->때때로 스마트폰의 건전한 활용에 대하여 자기 점검을 지속적으로 수행한다.</p>

<부록 6> 행동관찰 평가지

행동 관찰지

날짜 2015년 월 일 회기 : 이름

분류체계		구체적 행동관찰	그렇지 않다.				그렇다.	
만족지연	집 중	활동에 대한 설명을 할 때 집중하지 못하고 다른 일이나 행동에 집중한다.(*)	1	2	3	4	5	6
		모르는 것을 알고 싶어 하고 새로운 것에 대해 해보고자 하는 의지를 보인다.	1	2	3	4	5	6
		활동 중 작업이 어려워도 쉽게 포기하지 않는다.	1	2	3	4	5	6
	인내심	활동 중 재료를 나누어 줄 때 자기 차례를 잘 기다린다.	1	2	3	4	5	6
		다른 사람의 이야기할 때 기다리지 못하고 대화 도중에 순서 없이 끼어든다.(*)	1	2	3	4	5	6
		활동 중 다른 아이가 자신이 원하는 것(재료, 미술도구)을 사용하고 있다면 인내심 있게 기다린다.	1	2	3	4	5	6
자기통제	집 중	활동 중 정해진 규칙이나 지시를 잘 따른다.	1	2	3	4	5	6
		급하게 작업하다가 실수를 하거나 활동을 다 마치지 못하고 완성하지 못한다.(*)	1	2	3	4	5	6
	욕 구 절	활동이외에 것을 끊임없이 요구하거나 장난을 친다.(*)	1	2	3	4	5	6
		활동 중 자리를 이탈하여 돌아다니거나 차분히 앉아있지 못한다.(*)	1	2	3	4	5	6
		활동이 끝난 후 뒷정리를 잘 한다.	1	2	3	4	5	6
스마트폰에 대한 인식	중 독	스마트폰을 사용하지 않을 때 몸을 가만히 두지 못한다. (다리를 떨거나 손을 안절부절 못함)	1	2	3	4	5	6
	금 단	활동 중 스마트 폰을 찾는다.	1	2	3	4	5	6
	일 상 활	스마트폰에 대한 인식이나 생각						

<부록 8> 반응 기록지

반응 기록지

<h1 style="margin: 0;">마무리!!</h1> <p style="margin: 10px 0;">날짜 2015년 월 일</p> <p style="margin: 10px 0;">이름 : _____</p>
<p>1. 오늘 활동에서 알게 된 것은?</p>
<p>2. 오늘 무엇이 재미있었나요? 무엇이 지루 했나요?</p>
<p>3. 오늘 나의 집중도를 점수로 매겨 본다면? (100점 만점!)</p>

<부록 10> 만족지연 집단미술치료 프로그램 회기별 세부 계획서

단 계	도입	일시	2015년 월 일
회 기	1 회기	소요시간	90분
주 제	만나서 반가워요		
목 표	1. 프로그램에 대한 이해 2. 흥미유발		
자 료	활동지, 명찰, 색연필, 싸인펜		
진행절차	활 동		
	◎인사나누기 1. 프로그램에 대한 소개 2. 프로그램의 구조화를 위해 회기 및 시간에 대한 설명 - 총 12회기, 매주 두 번, 90분 진행 3. 함께 지킬 약속 정하기		
도입	◎위밍업 : 집단 규칙 만들기 1. 아동들이 직접 프로그램 안에서의 규칙을 설정하기 2. 설정된 규칙을 모든 집단원이 소리 내어 읽기		
전개	◎ 오늘 진행될 활동 안내하기 1.닉네임 짓기 - 가상세계에서 많이 사용하는 닉네임을 떠올리고 자신을 대표하는 닉네임을 짓기 2.명찰 꾸미기 - 닉네임을 이용하여 명찰 만들기 3.닉네임 소개하기 -자신의 닉네임소개하기		
	◎ 소감나누기 - 자신이 프로그램에 기대하는 바에 대해 이야기하기 - 활동 내용이나, 활동에 대한 소감을 자유롭게 이야기하기		
정리	◎활동 마무리 1. 주변 정리하기 2. 반응 기록지 작성하고 이야기 나누기 3. 회기 마무리 및 다음 차시 예고		

단 계	인식	일시	2015년 월 일
회 기	2 회기	소요시간	90분
주 제	나의 스마트폰		
목 표	-스마트폰 사용에 대한 나의 욕구를 인식		
자 료	스마트폰 모형, 종이, 싸인펜, 색연필, 목공용 풀, 큐빅 스티커, 가위		
진행절차	활 동		
	<p>◎ 인사나누기</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 눈 맞추고 인사하기 2. 현재 자신의 상태를 엄지손가락으로 표현하기 		
도입	<p>◎ 워밍업 : 집단 마인드맵 (전지, 매직)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ‘스마트폰’을 주제로 떠오르는 단어를 칠판에 나열하여 집단 마인드맵을 완성하기 		
	<p>◎ 오늘 진행될 활동 안내하기</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 나의 스마트폰 만들기 <ul style="list-style-type: none"> - 내가 많이 보는 화면 - 내가 많이 사용하는 기능 - 내가 좋아하는 기능 2. 나의 스마트폰 소개하기 <ul style="list-style-type: none"> - 자신이 사용하는 스마트폰 기능 중 “왜” 그 기능을 많이 사용하는지 생각하기 - 자신이 만든 스마트폰 소개하기 		
전개	<p>◎ 소감나누기</p> <ul style="list-style-type: none"> - 활동 내용이나, 활동에 대한 소감을 자유롭게 이야기하기 		
	<p>◎ 활동 마무리</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 주변 정리하기 2. 반응 기록지 작성하고 이야기 나누기 3. 회기 마무리 및 다음 차시 예고 		
정리			

단 계	인식	일시	2015년 월 일
회 기	3 회기	소요시간	90분
주 제	나의 기분은?		
목 표	-자기감정탐색 -자주 느끼는 감정인식		
자 료	도화지, 색종이, 풀		
진행절차	활 동		
도입	◎ 인사나누기 1. 눈 맞추고 인사하기 2. 현재 자신의 상태를 엄지손가락으로 표현하기 ◎ 워밍업 : 집단 컬러감정표 만들기 1. 여러 가지 색을 보고 각 색마다 떠오르는 단어, 느낌을 이야기하며 집단 컬러감정표를 완성하기		
전개	◎ 오늘 진행될 활동 안내하기 1. 나의 감정을 색종이 난화를 통해 표현하기. - 요즘 자신이 자주 느끼는 감정이나 스마트폰을 사용할 때 감정을 떠올리며 색종이를 고르기 - 색종이로 찢어 붙이며 색종이 난화를 만들기 2. 색종이 난화 감상하기 - 집단원들의 색종이 난화 감상하기 ◎ 소감나누기 - 활동 내용이나, 활동에 대한 소감을 자유롭게 이야기하기		
정리	◎ 활동 마무리 1. 주변 정리하기 2. 반응 기록지 작성하고 이야기 나누기 3. 회기 마무리 및 다음 차시 예고		

단 계	긍정적 정서 경험	일시	2015년 월 일
회 기	4 회기	소요시간	90분
주 제	우리들의 산		
목 표	-긍정적 정서 경험 및 부정적 감정 해소 -집단원 간 친밀감 형성		
자 료	표정 스티커, 청자찰흙, 여러 가지 조화재료, 우드락, 신문지		
진행절차	활 동		

- 도입
- ◎ 인사나누기
 1. 눈 맞추고 인사하기
 2. 현재 자신의 상태를 엄지손가락으로 표현하기
 - ◎ 워밍업 : 나의 하루
 1. 나의 하루를 떠올리며 표정 스티커 붙이기
 2. 긍정적 · 부정적 감정 나누어 보기

- 전개
- ◎ 오늘 진행될 활동 안내하기
 1. 종이 뽑기를 통해 두 그룹으로 나누기
 2. 우리들의 산 만들기
 - 찰흙 매체 탐색하기
 - 찰흙에 긍정적, 부정적 감정 담기
 - 긍정적 감정 → 산 만들기
 - 부정적 감정 → 쓰레기통에 버리기
 - ◎ 소감나누기
 - 활동 내용이나, 활동에 대한 소감을 자유롭게 이야기하기

- 정리
- ◎ 활동 마무리
 1. 주변 정리하기
 2. 반응 기록지 작성하고 이야기 나누기
 3. 회기 마무리 및 다음 차시 예고

단 계	긍정적 정서경험	일시	2015년 월 일
회 기	5 회기	소요시간	90분
주 제	아름다운 꽃밭		
목 표	-긍정적 자기인식 -긍정적 정서경험		
자 료	전지, 색지, 색종이, 크레파스, 색연필, 싸인펜, 풀		
진행절차	활 동		

◎ 인사나누기

1. 눈 맞추고 인사하기
2. 현재 자신의 상태를 엄지손가락으로 표현하기

도입

◎ 워밍업 : 집단 강점목록표

- 우리들이 할 수 있는 것에 대해 이야기하기
- 강점을 찾는 9가지 질문
- ‘내’가 또는 ‘우리’가 잘할 수 있는 것을 적어 집단 강점목록표 만들기

◎ 오늘 진행될 활동 안내하기

1. 종이 뽑기를 통해 두 그룹으로 나누기
2. 아름다운 꽃밭 만들기
 - 나의 강점 꽃 만들기
 - 집단 꽃밭 꾸미기

전개

◎ 소감나누기

- 활동 내용이나, 활동에 대한 소감을 자유롭게 이야기하기

◎ 활동 마무리

1. 주변 정리하기
2. 반응 기록지 작성하고 이야기 나누기
3. 회기 마무리 및 다음 차시 예고

정리

단 계	모델링 & 간접적 강화경험	일시	2015년 월 일
회 기	6 회기	소요시간	90분
주 제	인내하기 힘든 장면 그리기		
목 표	-만족지연 개념 이해		
자 료	만족지연실험상황에 대한 동영상, 사포, 크레파스		
진행절차	활 동		

- 도입
- ◎ 인사나누기
 1. 눈 맞추고 인사하기
 2. 현재 자신의 상태를 엄지손가락으로 표현하기
 - ◎ 워밍업 : 터치터치 그래프
 1. 일주일 동안에 자신의 스마트폰 사용량을 떠올리며 활동지 작성하기
 2. 스마트폰 사용이 참기 어려운 상황 이야기하기

- 전개
- ◎ 오늘 진행될 활동 안내하기
 1. 만족지연실험상황에 대한 동영상 시청하기
 - 동영상을 통해 만족지연의미를 인식하기
 - 만족지연 상황에서 잃을 수 있는 것과 얻을 수 있는 것 생각하기
 - 스마트폰 중독적 사용에서의 위험성에 대한 정보 제공하기
 2. 사포 표현하기
 - 만족지연상황에 대한 자신의 느낌이나 생각을 사포에 표현하기
 - ◎ 소감나누기
 - 활동 내용이나, 활동에 대한 소감을 자유롭게 이야기하기

- 정리
- ◎ 활동 마무리
 1. 주변 정리하기
 2. 반응 기록지 작성하고 이야기 나누기
 3. 회기 마무리 및 다음 차시 예고

단 계	모델링 & 간접적 강화경험	일시	2014년 월 일
회 기	7 회기	소요시간	90분
주 제	만약 나라면?		
목 표	-지연 상황 탐색 및 지연행동 동기 부여 -지연 상황에 대한 간접적 강화 경험		
자 료	A4용지, 연필, 색연필, 가면, 폼 클레이		
진행절차	활 동		
	◎ 인사나누기 1. 눈 맞추고 인사하기 2. 현재 자신의 상태를 엄지손가락으로 표현하기		
도입	◎ 워밍업 1. 만족지연상황에 대한 동화를 듣고 상황선택하기 2. 비슷한 경험 이야기하기 3. 글기나 그림으로 간단하게 표현하기		
	◎ 오늘 진행될 활동 안내하기 1. 가면 만들기 - 스마트폰 만족지연상황에서 지연행동을 선택할 수 있게 도움을 주는 변신가면 만들기 - 변신가면 소개하기		
전개	◎ 소감나누기 - 활동 내용이나, 활동에 대한 소감을 자유롭게 이야기하기		
	◎ 활동 마무리 1. 주변 정리하기 2. 반응 기록지 작성하고 이야기 나누기 3. 회기 마무리 및 다음 차시 예고		
정리			

단 계	만족지연전략탐색	일시	2015년 월 일
회 기	8 회기	소요시간	90분
주 제	나의 만족지연전략		
목 표	- 만족지연성공 상황 탐색 - 만족지연전략탐색		
자 료	색연필		
진행절차	활 동		
	◎ 인사나누기 1. 눈 맞추고 인사하기 2. 현재 자신의 상태를 엄지손가락으로 표현하기		
도입	◎ 워밍업 1. 만족지연상황에서 사용될 수 있는 전략 소개하기 2. 자신의 마음에 들거나 사용하고 있는 전략에 대해 이야기하기 3. 만족지연성공 상황을 떠올리며 감정언어퍼즐을 작성하고 어떤 감정이 느껴지는지 이야기하기		
전개	◎ 오늘 진행될 활동 안내하기 1. 스마트폰 만족지연성공 사례 찾기 - 만족지연성공 상황에서의 자신의 상태(에너지, 감정 등)를 색으로 표현하기		
	◎ 소감나누기 - 활동 내용이나, 활동에 대한 소감을 자유롭게 이야기하기		
정리	◎ 활동 마무리 1. 주변 정리하기 2. 반응 기록지 작성하고 이야기 나누기 3. 회기 마무리 및 다음 차시 예고		

단 계	만족지연전략 전략탐색	일시	2015년 월 일
회 기	9 회기	소요시간	90분
주 제	만족지연성공 상황그리기		
목 표	-만족지연성공 재 경험 -만족지연전략 찾기 -성취감		
자 료	OHP필름, 도화지, 매직, 색연필, 테이프		
진행절차	활 동		
	◎ 인사나누기 1. 눈 맞추고 인사하기 2. 현재 자신의 상태를 엄지손가락으로 표현하기		
도입	◎ 워밍업 : 나의 머릿속 1. 지연 상황에서의 나의 머릿속 생각을 떠올리며 활동지 작성하기 2. 어떤 생각들이 지연행동에 도움을 주었는지 이야기하기 3. 어떤 목표로 지연행동을 하였는지 이야기하기		
전개	◎ 오늘 진행될 활동 안내하기 1. 장면전환 그림그리기 - 스마트폰 만족지연성공 상황에서 사용한 전략 찾기 - 지연 상황과 만족지연전략 성공상황 표현하기 2. 나의 전략 소개하기 - 작품을 통해 자신의 만족지연전략 발표하기		
	◎ 소감나누기 - 활동 내용이나, 활동에 대한 소감을 자유롭게 이야기하기		
정리	◎ 활동 마무리 1. 주변 정리하기 2. 반응 기록지 작성하고 이야기 나누기 3. 회기 마무리 및 다음 차시 예고		

단 계	만족지연전략 활용(유혹저항)	일시	2015년 월 일
회 기	10 회기	소요시간	90분
주 제	만족지연 장식품		
목 표	- 만족지연전략 강화 1 - 성취감 및 만족감		
자 료	고운모래, 파스텔, 파스텔 채, 유리병, 나무 장식품, 끈		
진행절차	활 동		

- 도입
- ◎ 인사나누기
 1. 눈 맞추고 인사하기
 2. 현재 자신의 상태를 엄지손가락으로 표현하기
 - ◎ 워밍업 : 지연전략 활용 체크 1
 1. 일주일동안 스마트폰 만족지연상황에서의 지연전략 사용체크하기
 2. 어려웠던 점에 대해 이야기하기

- 전개
- ◎ 오늘 진행될 활동 안내하기
 1. 만족지연 장식품 만들기
 - 고운모래와 파스텔을 이용해 자신의 만족지연전략을 상징 색 모래로 표현하기
 - 다른 집단원에게 자신의 만족지연전략 색 모래 소개하기
 - 집단 원 간 나누어 병에 담아 장식품 만들기
 - ◎ 소감나누기
 - 활동 내용이나, 활동에 대한 소감을 자유롭게 이야기하기

- 정리
- ◎ 활동 마무리
 1. 주변 정리하기
 2. 반응 기록지 작성하고 이야기 나누기
 3. 회기 마무리 및 다음 차시 예고

단 계	만족지연전략 활용(유혹저항)	일시	2015년 월 일
회 기	11 회기	소요시간	90분
주 제	만족지연 캐릭터		
목 표	- 만족지연전략 활용 1 - 성취감 및 자신감 향상		
자 료	아이클레이, 우드락		
진행절차	활 동		
도입	◎ 인사나누기 1. 눈 맞추고 인사하기 2. 현재 자신의 상태를 엄지손가락으로 표현하기 ◎ 워밍업 : 지연전략 활용 체크 1 1. 일주일동안 스마트폰 만족지연상황에서의 지연전략 사용체크하기 2. 힘들었던 점에 대해 이야기하기		
전개	◎ 오늘 진행될 활동 안내하기 1. 만족지연 캐릭터 만들기 - 스마트폰 만족지연상황에서 자신의 목표정하기 - 만족지연 목표를 상기 시켜주는 캐릭터 만들기 - 캐릭터 프로필 작성하기 2. 만족지연 캐릭터 소개하기 - 작품을 통해 자신의 만족지연 캐릭터를 소개하기 ◎ 소감나누기 - 활동 내용이나, 활동에 대한 소감을 자유롭게 이야기하기		
정리	◎ 활동 마무리 1. 주변 정리하기 2. 반응 기록지 작성하고 이야기 나누기 3. 회기 마무리 및 다음 차시 예고		

단 계	마무리	일시	2015년 월 일
회 기	12 회기	소요시간	90분
주 제	할 수 있어요!		
목 표	- 전체 프로그램을 돌아보며 스스로 목표설정하기		
자 료	각종 다과, 음료수		
진행절차	활 동		
도입	◎ 인사나누기 1. 눈 맞추고 인사하기 2. 현재 자신의 상태를 엄지손가락으로 표현하기		
전개	◎ 오늘 진행될 활동 안내하기 1. 프로그램 전체를 돌아보기 - 지난 회기에 대한 소감나누기 - 자신의 스마트폰사용에 계획이나 목표에 대한 글쓰기 - 프로그램을 통해 알게 된 것이나 궁금한 것 이야기하기 2. 다과파티 - 앞으로의 건강한 스마트폰 사용의 의지를 다지며 즐겁게 마무리하기		
	◎ 소감나누기 - 프로그램에 참여에 대한 소감을 자유롭게 이야기하기 - 집단원들과 프로그램 마지막 인사나누기		
정리	◎ 활동 마무리 1. 주변 정리하기 2. 반응 기록지 작성하고 이야기 나누기 3. 프로그램 마무리 인사하기		

<부록 11> 만족지연 집단미술치료 프로그램 회기기록지

단 계	초 기	영 역	도 입
회 기	1회기 : 만나서 반가워요		
목 표	-프로그램에 이해 -흥미유발		



<부록그림 1>

아동들에게 프로그램 목적과 치료자와 보조치료자에 대한 소개하고 아동들이 프로그램에 참여하게 된 의미에 대해 생각해 보는 시간을 가졌다. 개별적으로 인사를 하며 눈 맞춤을 하는데 아동들의 표정이 어색하게 웃고 있고 시선을 회피하는 모습이 보였다. 먼저 아동들이 생각하는 스마트 폰 중독에 대한 개념에 대해 정의해보고, 프로그램의 원활한 진행과 안전한 공간을 만들기 위해 아동들이 주체가 되어 집단 내 규칙을 정하였다. 프로그램에 대한 흥미를 유발하기 위해 가상세계의 닉네임처럼 프로그램 안에서의 닉네임 짓기를 통하여 각자 불리고 싶은 닉네임을 짓고 명찰을 꾸미는 시간을 가졌다. 대부분 아동들은 컴퓨터나 스마트 폰 상에서 자신이 주로 사용하는 닉네임을 선택하는 경우가 많았는데 활동 내내 지속적으로 게임이야기를 하며 자극적인 별칭을 짓거나 더욱 더 자극적인 별칭을 짓고자 하는 모습이 있었다. A는 ‘잘 못 그리겠어요.’ 라며 활동 중 자주 자리를 이탈하였고 F는 책상위에 올라가는 듯 행동통제에 어려움을 보였으며 K는 ‘이거 그릴래요. 아니 저거 그릴래요.’ 라며 갈피를 못 잡고 전체적으로 산만한 모습을 보였다. E는 F가 책상위에 올라가자 ‘너 죽을래? 내려와라.’ 라고 말하자 F는 책상위에서 내려왔다. O와 M은 똑같이 그리고 싶다며 ‘선생님 이것 좀 똑같이 그려주세요.’라고 하였고 L은 여러 색으로 마구 색칠을 한 후 그 위에 글씨를 썼다. G는 ‘다 그랬으니 놀아도 되요?’ 라고 물었고 N은 ‘아무렇게도 불리고 싶지 않아요.’ 라며 작업을 거부했다. B는 이거 무엇을 나타낸 거죠? 라고 물어보니 ‘게임캐릭터예요. 불베장인.’이라고 하고C는 ‘그냥 색으로 표현했어요. 잘 몰라요.’ D는 ‘강아지가 귀여워요.’E는 ‘만화 주인공이에요. 저도 이렇게 자전거 잘 타고 싶어요.’ I는 친구와 똑같이 그렸네요? 라고 물으니 ‘까르르르르’하며 대답 없이 웃었다. H는 이름으로 인해 애들이 서해 바다라고 많이 불려요.’ K는 ‘박쥐를 핸드폰 보고 그릴래요.’ 안된다고 하자 ‘왜! 왜 안데요? 불래요.’ 라고 때를 씹. L은 왜 바탕색을 이렇게 했나요? ‘N이 계속 시비 터요. 그래서 막했어요.’ 라고 만하였다. M에게 최준기 박사가 누구예요? 라고 물으니 ‘제가 좋아하는 박사요.’라고 대답하였다. N은 ‘선생님 이거 어떻게 그려요? 커튼 그려주세요. 저것도 그려주세요.’ 라고 말하며 끊임없이 선생님을 찾았고 O는 수영이 별칭이에요? 라고 물어보니 I와 같이 웃기만 함. 둘이 책상 밑으

로 들어가서 그림을 보여주지 않으려는 모습을 보였다. 소감문을 작성 후 흥미롭게 1회기를 마무리하였다.

단 계	초 기	영 역	인 식
회 기	2회기 : 나만의 스마트폰		
목 표	-스마트폰 사용에 대한 나의 욕구를 인식		



<부록그림 2>

활동 위밍업으로 집단원들이 모두 함께 ‘스마트 폰’을 주제로 생각나는 단어를 마구잡이로 이야기 하며, 집단 마인드맵을 완성하였다. B는 신이 나서 주로 게임 이름을 나열 했으며, M과 O는 동영상, 유튜브에 관한 이야기를 많이 했다. A는 ‘잘 모르겠어요. 하기 싫어요.’라며 집중을 잘 못하였고 D는 깊게 고민을 한 후 대답을 하였다. 아동들이 어떤 욕구를 스마트 폰을 사용하는지 파악해보기 위하여 아동들에게 미리 만든 ‘스마트폰 모양 상자’와 ‘화면종이 3장을 주고, 1. 나의 배경화면 2. 내가 제일 자주 보는 화면 3. 내가 제일 좋아하는 화면(기능)을 표현 하는 시간을 가졌다. K는 자신의 스마트 폰을 보고 따라하려고 ‘선생님 스마트폰 잠깐만 봐도 되요?’ 라고 물었으며, M과 O는 똑같이 스마트 폰으로 표현 하고자 ‘선생님 이것 좀 그려주세요. 저것도 그려주세요.’ 라며 끊임없이 보조치료자를 불렀다. A는 한 장을 그리는데 시간이 다 되어 미완성을 하였고 G는 H에게 ‘빨리 빨리 안 그리고 뭐하냐.’ 라며 다툼을 하였다. F는 작업에 심취해 콧노래를 부르며 그렸고 L은 빠르게 작업을 끝낸 후 다른 아이들에게 ‘그게 뭐냐.’ 라며 시비를 걸었다. 작업이 끝나고 자신이 만든 스마트 폰을 소개하며 자신이 어떤 욕구로 스마트 폰을 쓰는지 이야기하는 시간을 가졌는데 A는 ‘그냥 제 바탕화면 배경을 그렸어요. 겨울 트리에요.’ 라고 하였고 M은 ‘저는 유튜브를 많이 봐요. 그래서 그렸어요. O야 너도 그럴지?’ 라며 O에게 대답을 강요했다. B와 E, G, H 아동은 자신이 즐겨하는 게임이라며 레벨이 몇이라고 자랑을 하는 모습을 보였다. 아동들은 같은 스마트 폰을 사용하며 각자 쓰는 기능이나 애플리케이션이 다르다

는 사실에 신기해하는 모습을 보였다.

단 계	초 기	영 역	인 식
회 기	3회기 : 나의 감정은?		
목 표	-자기감정탐색 -자주 느끼는 감정인식		



<부록그림 3>

활동에 들어가기 전 워밍업으로 10가지의 색을 하나씩 보여주며 색에 따른 감정과 생각을 자유롭게 이야기 하는 시간을 가졌다. 파란색을 보며 B는 ‘신나는 감정이 들어요.’ 라고 하였고 C는 ‘우울한 마음이 들어요.’ 라고 하였으며 D는 ‘깨끗할 꺼 같아요.’ 라고 하였다. 빨간색을 보며 G는 ‘J 때문에 분노가 치밀어요.’ 라고 하며 J를 걷고 넘어졌고 H도 ‘화가 나요.’ 라고 하였다. I는 ‘뜨거워요.’ 라고 하였다. 노란색을 보면서는 K는 ‘따뜻하다.’, J는 ‘귀엽다.’ 라고 하였다. 그리고 자신이 평소에 감정은 어떤 색인지, 스마트 폰을 사용 할 때 는 어떤 색이 떠오르는지에 대해 이야기를 하며 색에 대한 감정 축진을 하고 집단 컬러 감정표를 만들었다. 아동들에게 색종이를 각각 한 묶음씩 나누어 주고 ‘요즘 자주 느끼는 감정’ 나타내기를 하였는데 먼저 자주 느끼는 감정에 대한 색을 고르고 고른 색종이를 구기거나 찢는 등 그 감정을 색종이에 담아 8절 도화지에 표현하였다. A는 이게 뭐죠? ‘얼굴표정이요.’ 색깔과 표정이 우울한 거예요? 라고 물어보니 ‘아. 그냥요!’ 라고 큰소리로 말했다. B는 왜 이렇게 했나요? 라고 물어보니 ‘화가 나요.’라고 대답하였고, C는 ‘요즘 기분은 이랬다저랬다 해요.’ D는 ‘화남과 기쁨이 섞여 있어요.’ E는 ‘기쁨, 밝음, 깨끗해요.’ F는 ‘요즘에 우울하고 심심해요.’ G는 빨강 색종이 한 장을 붙여놓아 물어보니 ‘서J는 똬에 화가 난다.’ 라고 말하였다. H는 G이와 같이 ‘J 때문에 화가 난다.’ 라고 하고 I는 배당해준 색종이를 한곳에 모두 붙이는 것을 보고 물어보니 ‘저는 모든 감정이 다 섞여있어요.’ 라고 답하였다. J는 ‘G 때문에 화가 많이 나요. 그러다가 조금 풀려요.’ K는 ‘엄마 때문에 요즘 우울하고 화가 나요. 조금 기쁜 건 노란색으로 표시했어요.’ L은 ‘I는 때문에 화가 나지만 선생님들이 오셔서 기분이 좋아서 노란색이 더 많아요.’ M은 종이를 잘게 잘라서 붙인 것을 보고 물어보니 대답이 없으며 다른 아이들이 뭐라고 해도 웃기만 하였다. N은 ‘저는 여러 가지 마음이 있어요. 화도 있고, 귀여움도 있고, 좋음도 있고, 우울함도 있고, 슬픔도 있고, 지루함도 있어요. 채연 ‘노란색은 귀여움이고 핑크는 예뻐이고 빨강을 화남이고 초록은 그냥 그래요.’라고 답하는 모습을 보였다. 작업 물을 토대로 자신의 감정과 어떤 감정일 때 스마트 폰을 주로 사용하는 지 이야기해 보

있는데 B, E, F, K는 ‘제가 먼저 말할래요.’ 라며 자신의 작업에 대해 먼저 이야기하려는 아동들이 많았으며, C와 I는 부끄러운 듯 자신의 작업 물에 대해 말을 아끼려는 모습을 보였다. 대체적으로 아이들 모두가 자신의 감정에 대해 인식하는 시간을 가졌다.

단 계	초 기	영 역	긍정적 정서
회 기	4회기 : 우리들의 산		
목 표	-긍정적 정서 경험 및 부정적 감정 해소		



<부록그림 4>

활동에 들어가기 전 준비 활동으로 일주일 동안의 나의 하루를 떠올리며 활동지에 표정스티커 붙이고, 긍정적·부정적 감정을 나누어 보았다. 아동들은 치료사가 준비해온 뽑기 통에서 1과 2가 쓰인 종이를 뽑아 으로 두 집단으로 나누어 활동을 시작하였다. 탁상에 도자기 찰흙을 두고 치료사가 실을 이용해 자르는 시범을 보이고 모든 친구들이 함께 사용해야 한다는 당부를 한 뒤 자신이 원하는 만큼의 찰흙은 가져가도록 하였다. F와 G는 서로 더 많이 가져가려 하였고 N과 O는 아주 조금 가져갔으며 D는 자신이 가져간 찰흙을 나누어 주는 행동을 보였다. 찰흙을 탐색하는 시간을 충분히 갖고, 자신의 찰흙을 반으로 나누어 한 덩어리에는 긍정적 정서를 한 덩어리에는 부정적인 정서 담아보기를 하였다. D와 I는 긍정적 정서를 담은 찰흙을 대부분 동그랗게 빚거나 꽃이나 나무 등을 만들었으며 조심스럽게 만지는 모습을 보였고, 부정적 정서를 담은 찰흙을 B는 찰흙에 물을 적신 후 책상에 세게 내려쳤고, G, H는 서로에게 찰흙을 던졌으며, J는 찰흙에 주먹질을 하였다. 후에 긍정적 정서를 담은 찰흙을 한 곳에 모아 쌓은 뒤 조화를 이용해 ‘우리들의 산’을 만들고 부정적 정서를 담은 찰흙은 한쪽에 찰흙 던지는 곳을 마련하여 던져버리는 활동을 하였다. 활동 중 B는 ‘속 시원하다.’ 라고 하였으며 D는 ‘스트레스가 풀린다.’ 라고 하였다. F는 우리들의 산을 꾸미는 풀 재료가 조금 더 다양하고 예뻐지면 좋겠다고 말하였고, I는 ‘멋진 산이

되었다'며 즐거워하였다. C와 J는 활동 소감을 이야기할 때 '다음에 또 하고 싶다.' 라고 하였다.

단 계	초 기	영 역	긍정적 정서
회 기	5회기 : 아름다운 꽃밭		
목 표	-긍정적 자기인식 -긍정적 정서경험		



<부록그림5>

아동과 단점, 장점이 아닌 강점의 뜻이 무엇인지 이야기해 보았다. C는 '나의 강점이에요.' 라고 답하였다. D는 '좋은 점 아니에요?' 라고 말하였다. 강점을 찾는 9가지 질문(1. 나는 무엇을 즐기나요. /2. 주변사람들에게 받은 칭찬 /3. 나는 나의 어떤 모습이 좋은가요. /4. 지금까지 내가 해본 일 중 내가 특히 잘했던 것은? /5. 부족하고 잘 안될 때 오기가 생겨 더 열심히 해본 적이 있나요? /6. 나는 어떤 일을 할 때 힘이 솟나요? /7. 내가 자랑스러울 때는 언제인가요? /8. 내가 닳고 싶은 사람의 가장 닳고 싶은 점은? /9. 어떤 칭찬이 가장 마음에 드나요?)을 통하여 각자의 강점 찾기를 하였다. D는 '이런 것도 강점이에요?' 라고 질문하며 집중하는 모습을 보였다. N은 연필만 들고 안절부절 못하는 모습을 보였으며, H는 잘 모르겠다며 G와 떠드는 모습을 보였다. 강점을 각각 적어보고 그 중 '내'가 또는 '우리'가 잘할 수 있는 것을 적어 집단 강점목록표를 만들었다. 아동들은 '우와 모아 놓으니깐 엄청 많네.' 라고 하며 뿌듯해 하는 모습을 보였다. 활동에 들어가기에 앞서 종이 뿔기를 통하여 집단을 두 그룹으로 나누고, 색종이를 꽃잎 모양으로 찢어 꽃잎을 만들고 꽃잎에 강점을 적은 뒤 꽃을 만들었다. 만든 꽃을 큰 종이에 붙이고 꾸며서 우리들의 꽃밭을 만들었다. 집단 활동으로 작업과정 중 여러 가지 이야기를 나누며 다소 들뜬 모습을 보였으나 집중하는 모습을 보였으

며, 아동들은 완성된 꽃밭을 보고 다른 친구들의 강점을 읽어 보며 즐거워하였다.

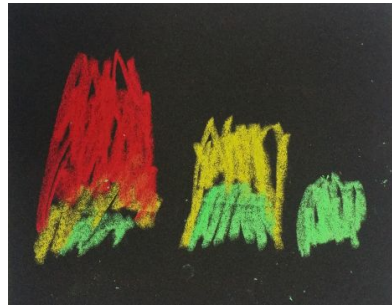
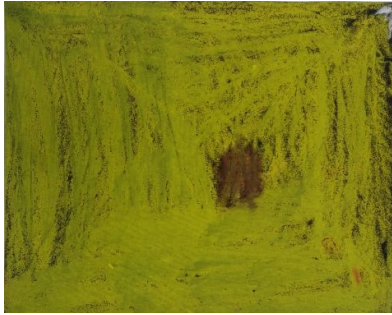
단 계	말 기	영 역	마 무 리
회 기	12회기 : 할 수 있어요!		
목 표	-프로그램 전체를 돌아보며 스스로 목표 정하기		

지금 까지 프로그램 전체를 돌아보고 지난회기에 대한 소감을 나누었다. 그리고 프로그램을 통해 알게 된 것이나 궁금한 사항들을 질의응답의 시간을 가졌다.

아동들은 온라인이 아닌 오프라인의 중요성을 알았으니 스마트폰의 사용을 잘 조절해야겠다는 의지를 보였고, G는 스마트폰 중독에 걸린 자신의 미래를 상상하니 끔찍하고 꼭 필요한 상황에 올바른 스마트폰 사용을 하겠다고 하였다. F는 내가 자꾸 스마트폰에 손이 갈 때는 부모님이나 선생님께 스마트폰을 맡기거나 스마트폰을 사용하는 것을 멈출 수 있게 도와달라고 해야겠다고 말하였다. H는 스마트폰으로 인한 게임 말고도 친구들과 상호교류를 나눌 수 있는 활동들이 많다는 것을 알게 되었고 다른 친구들도 나와 같은 고민을 가지고 있으며 함께 이야기 하고 풀어나갈 때 해결 방법이 더 쉬워 질 수 있다는 것을 알게 되었다고 하였다. 아동들은 전체적으로 스마트폰 대처 방법에 대해 구체적으로 계획을 세우고 방법을 만들어서 보람 있는 시간이었다고 하였다.

아동들은 각종 모양의 포스트잇에 간단하게 스마트폰 올바른 사용 계획이나 목표를 작성하여 칠판에 붙였다. 그리고 함께 치료사가 준비해온 다과를 먹으며 즐겁게 프로그램을 마무리 하였다.

단 계	중 기	영 역	모델링 & 간접적 강화
회 기	6회기 : 만족지연?		
목 표	-만족지연 개념 이해		



<부록그림 6>

활동에 들어가기 전 준비활동으로 일주일 간 자신의 스마트폰 사용량을 떠올리며 터치터치 그래프 활동지를 작성하고 스마트폰 사용이 참기 어려운 상황을 이야기 하였다. 아동들에게 먼저 ‘만족지연’이 무슨 뜻인지 생각해 보는 시간을 주었고, 만족지연상황 동영상 시청한 뒤 다시 만족지연의 뜻을 물었다. D는 ‘무엇인지 이해는 하지만 설명하기 어렵다.’ 라고 하였다. G는 ‘잘 모르겠어요. 하기 싫어요.’ 라고 하였다. 치료사는 만족지연에 대해 소개하고 만족지연실험상황에 대한 동영상을 시청하고 그 개념과 스마트폰 만족지연 상황에서 얻을 수 있는 것과 얻을 수 있는 것에 대해 이야기하며 만족지연을 스마트폰 사용에 빗대어 이야기하기를 제안 하자 C는 ‘아! 저도 그래요. 엄마가 티비 보려면 공부 하고 보라해서 해야 돼요.’ 라고 하였고, I는 ‘저도 숙제를 해야 스마트폰을 30분 사용할 수 있어요.’ 라고 하였다. E, F, O 아동들도 주로 공부와 연결시켜 이야기하는 모습을 보였다. 치료사는 아동들에게 스마트폰 중독적 사용에서의 위험성에 대한 정보를 제공하였고 아동들은 ‘혈 대박’ 이라고 하며 놀란 모습을 보이기도 했다. 본 활동으로 스마트폰 만족지연상황에 대한 자신의 느낌이나 생각을 거친 사포에 크레파스를 이용하여 표현해 보는 시간을 가졌다. A는 ‘잘 모르겠어요. 그냥 칠했어요.’ B는 ‘못 참아요. 전 그냥 막 해버려요.’ 라고 함. C는 ‘이랬다가 저랬다가 해요. 이렇게 하고도 싶고 저렇게 하고도 싶어요.’ D는 ‘참는데 마음속에선 화나요.’ E는 ‘처음엔 인내심이 없었는데 동영상을 보고나서 인내심이 생겨서 이렇게 했어요.’ F는 ‘칼에 찔려서 피가 나는데도 참고 웃고 있어요.’ G는 ‘J는 이 사람들 죽여서 피가 나서 바닥이 빨개요.’ H는 ‘음식을 먹고 싶을 때 못 먹으면 화가 나요. 그래서 폭력적이 돼요.’ I는 ‘제가 말할 때 애들이 무시하면 많이 뻘뻘해요. 하지만 참고 잘 지내요.’ J는 ‘제가 엄마랑 싸울 때 포기하고 말을 들으면 간식이 오지만 안 들으면 잔소리가 폭발해요.’ K는 ‘핸드폰을 계속 보면서 뭔가를 그리고 있기에 물어보니 ‘게이미에요.’라고 대답하였다. L은 ‘I는 이 대들 때마다 많이 화가 나요. 참으면 안 싸우는데 제 속이 배려요.’ 라고 말하며 N은 그림을 그리다 다른 애들의 그림을 보고 따라서 종이 전체에 색을 칠한다. 이유를 물어보니 ‘지루해요.’ 라고 말함. O는 ‘L 때문에 화가 나요.’, I는 ‘이렇게 그려서 그냥 칠했어요.’라고 말하였다. 활동을 마무리하며 활동에 대한 느낌이나 소감을 자유롭게 이야기하고 다음 회기에 만족지연 상황에 대해 한 가지씩 생각해 볼 것을 제안하였다.

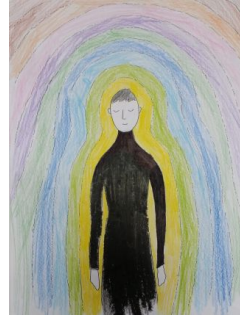
단 계	중 기	영 역	모델링 & 간접적 강화
회 기	7회기 : 만약 나라면?		
목 표	-만족지연 상황 간접경험하기 -만족지연성공 간접경험을 통한 자신감 갖기		



<부록그림 7>

활동에 앞서 아동들이 생각해온 만족지연 상황에 대해 이야기 해보는 시간을 가졌는데 C는 ‘먹을 것을 참아야 할 때요.’ 라고 하였고, I는 ‘TV보는 것을 참아야 할 때요!’ 라고 하였으며, H는 ‘게임하고 싶은 것을 참아야 할 때요.’ 라고 말하였다. G는 H에게 ‘너는 안 참잖아.’ 라며 말하였다. 이처럼 아이들은 주로 하고 싶은 것을 억울하게 참는 것에 대해 이야기 하였다. 치료사는 만족지연 상황(갖고 싶은 장난감을 발견하고, 엄마와 함께 가게에 갔을 때 그 장난감을 팔려버렸다. 똑같은 장난감은 3일 뒤에 온다. 3일을 기다릴 것인가, 다른 장난감을 고를 것인가?)을 들려주고, 타인에 의해서가 아닌 자신의 목적을 위해 자발적으로 선택해야 한다는 것을 안내한 뒤 자신은 어떤 선택을 할지에 대해 생각해 보고 자신의 비슷한 경험에 대해 글이나 그림으로 간단하게 표현해 보도록 하였다. E는 ‘3일을 기다려서 살 것이다.’ 라고 했고 G는 ‘다른 장난감을 살꺼예요.’ 라고 하였다. 또한 F는 ‘지금 다른 장난감을 사고 3일 뒤에 와서 또 살래요.’ 라고 이야기 하는 모습을 보였다. 만족지연에 성공하는 선택을 할 수 있도록 도움을 주는 변신가면 만들기 활동을 하였고, 아동들은 폼 클레이를 이용하여 가면 꾸미기를 하였다. 아동들은 자신이 만든 가면을 쓰며 재미있어 하였고, 치료사가 가면을 쓴 아동들에게 스마트 폰 사용을 자제해야 하는 상황에서 어떤 선택을 할 것인지 묻자 D는 ‘나는 지금 할 일이 있다!’ 라고 말하였다. I는 ‘지금은 공부해야해.’ 라고 말하였다. 활동에 대한 소감을 이야기 하는 시간에 F는 ‘엄마가 스마트 폰 그만하라고 할 때 이거 쓰고 변신할거예요.’라고 말하자 모든 집단원이 웃었고, 인사를 하며 마무리 하였다.

단 계	중 기	영 역	만족지연전략탐색
회 기	8회기 : 나의 만족지연전략		
목 표	-만족지연성공 탐색 -만족지연전략 탐색		



<부록그림 8>

치료자는 아동들에게 만족지연상황에서 사용 될 수 있는 만족지연전략들을 소개하고 치료사와 보조치료자의 만족지연을 성공하기 위한 노하우와 예시를 경험에 빚대어 이야기 해주었다. 아이들에게 마음에 드는 전략에 대한 이야기나 만족지연에서의 자신의 경험에 빚대어 스마트폰 사용 조절에 성공하였을 때 어떻게 하였는지 나누는 시간을 가졌다. I는 ‘잠을 자기 전 스마트폰을 계속 사용하면 다음날이 피곤하기 때문에 참고 잔거.’ 라고 하였고, F는 ‘스마트 폰 조금만 사용하면 엄마가 용돈을 주기 때문에 돈을 생각한거.’ 라고 이야기 하였고, 다음 활동으로 만족지연성공 상황을 떠올리며 감정언어퍼즐 활동지를 통해 감정언어를 찾고, 어떤 감정이 느껴지는지 이야기하는 시간을 가졌다. 본 활동으로는 스마트폰 만족지연성공 사례를 찾고 그 상황에서의 자신의 상태(에너지, 감정 등)를 색으로 표현하기를 하였다. B는 ‘으음 완전 좋지~’ 라며 신나게 색을 칠하였고 A는 가운데 사람을 가리키며 ‘애는 남자예요. 그래서 바지를 그렸어요.’ B는 ‘처음엔 기분이 좋는데 점점 불편해 저요.’ 라고 함 C는 ‘노란색이 긍정의 색 같아서 2번 썼어요.’ D는 ‘처음에 화가 나도 노력해서 점점 기분이 풀려요.’ E는 ‘화가 나서 불타오르는데 점점 연해져서 깨끗한 마음이 되요.’ F는 ‘우지개 색이 예뻐서 이게 좋아요.’ G는 ‘화가 나면 우울하고 그러다 기분이 풀렸어요.’ H는 사람의 색이 검정임을 물어보니 ‘사람이 참기 힘들어서 우울했는데 나중에는 참았기 때문에 기쁨과 상쾌함이 나와서 색칠했어요. I는 ‘화가 났다가 인내해서 점점 기분이 풀어져요. 그래서 이렇게 했어요.’ J는 ‘이제 엄마가 시키지 않아도 내가 혼자 참고 강해진 것 같아서 검정색을 썼어요.’ K는 ‘참으면 엄마가 화를 안내서 좋는데 제가 기분이 점점 안 좋아져요.’ L은 ‘화가 많이 나서 인내를 하고나면 다시 마음이 가라앉는 것 같아요.’E는 ‘행복하지.’ 라고 말하며 작업을 하였으며, N은 열게 미소를 지으며 색칠에 집중하는 모습을 보였다. 활동에 대한 소감을 이야기 할 때 L은 ‘만족지연을 안하고 보상만 받을 수 있는 방법을 알고 싶지만 없기 때문에 만족지연을 할 수 밖에 없다.’ 라고 말하였으며, C는 ‘만족지연을 좀 더 쉽고 재밌게 했으면 좋겠다.’라고 하였다.

단 계	중 기	영 역	만족지연전략탐색
회 기	9회기 : 만족지연성공 상황 그리기		
목 표	-만족지연성공 재 경험하기 -만족지연전략 찾기 -만족지연성공 성취감		



<부록그림 9>

먼저 아동들과 함께 만족지연성공 상황에 대한 자신의 경험을 떠올리는 시간을 가졌고, 머릿속 그림이 그려진 워크지에 만족지연성공 상황에서 내 머릿속을 표현해 보도록 하였다. E는 ‘시험 점수가 잘 나왔을 때요.’ 라고 하였고, I는 ‘엄마가 칭찬해 주었을 때요.’ 라고 하였다. 또한 F는 ‘갖고 싶은 선물을 받았을 때요.’ 라며 웃었다. 치료사는 아동의 만족지연성공 상황에서 목표를 두었던 것들을 중요하게 다루어 주었다. 다음 활동으로 OHP필름을 이용하여 만족지연 상황과 만족지연에 성공한 상황을 표현(장면전환 그림)하였고, 아동들은 자신이 원하는 장면을 표현하고자 집중하며 노력하는 모습을 보였다. 보조 치료사와 치료사의 도움을 받으며 작업한 K, N 아동, 스스로 끝까지 표현해보려는 F, J 아동, 온전히 도움을 받고자 하는 M 아동의 모습을 관찰할 수 있었다. C는 ‘어제저녁에 오늘 피곤하지 않기 위해 스마트폰 하고 싶은 거를 참았던 거를 그렸어요’. H는 ‘공부하기 싫지만 참고 했더니 엄마가 만화책 봐도 된다 했던거를 그렸어요.’ J는 ‘밤에 스마트폰 하다가 참고 공부했던거 그렸어요. 그래서 시험 100점 맞았어요.’ 라고 이야기 하였다. 작업이 끝나고 소감을 이야기 하는 시간에 O는 ‘나는 그림을 못 그려서 이번 시간에 너무 힘들었어요.’ C는 ‘표현하기 어려웠지만 완성하니 뿌듯해요.’ 라고 하였고 I는 ‘다 그리고 나니까 잘 그린 것 같아요.’ 라고 말했다.

단 계	말 기	영 역	만족지연전략 활용 (유혹저항)
회 기	10회기 : 만족지연 장식품		
목 표	-만족지연전략 강화1 -성취감 및 만족감		



<부록그림 10>

아동들에게 일주일간 스마트폰 만족지연상황에서의 지연전략 사용에 대해 체크하고 어려웠던 점에 대해 이야기 하는 시간을 가졌다. 아동들은 처음에 스마트 폰이 계속 떠올랐지만, 다른 대처 방법을 사용하니 스마트 폰 사용 횟수와 시간을 줄일 수 있었다고 하였다. 다음 아동들의 만족지연 방법 중 도움이 되었던 것이나 나에게 가장 좋은 방법이라고 생각되는 것들에 대해 이야기하고, 이번 활동 매체인 모래를 탐색하였다. D는 ‘느낌이 좋다.’ 라고 말하였고 B는 ‘모래가 비싼 느낌이 나요.’ 라며 웃었다. A는 ‘빨리 시작해요.’ 라며 적극적인 활동 욕구를 보였다. 각자 자신의 마음에 드는 만족지연 방법을 떠올리며 파스텔 색을 고르고 모래에 파스텔 가루를 갈아 ‘나의 만족지연 색 모래’를 만들어 유리병에 모래를 싣아 장식품을 만들었다. 치료사는 다른 친구의 마음에 드는 만족지연 방법이 있다면 자신의 색 모래와 교환하는 것을 제안하였고, 아동들은 서로의 만족지연 색 모래를 나누어 담으며 즐거워하였다. A와 B는 색이 섞이지 않게 하기 위해 조심조심 집중하는 모습을 보였고, D는 다른 친구가 모래를 담는 모습을 참고하며 모델링 하는 모습도 보였다. G는 색 모래를 다 채우지 않아 물어보니 ‘그냥 여기까지만 할래요.’라고 하였고, J에게 왜 모래를 다 안 채웠어요? 라고 물어보니 ‘모래가 모자라서 다른 애들도 써야 되니까 여기까지만 했어요.’ C는 다 만들고 흔들어서 이유 물어보니 ‘그냥 이게 더 예쁜 거 같아요.’라고 말하고 웃었다. D는 ‘너무 예뻐요.’ N는 ‘다른 애들 인내 하는 법을 다 섞었어요.’ H는 ‘참고 나서 보상을 받으면 기분이 좋아요. 그래서 하늘색을 했어요.’ J는 ‘연두색은 웬지 밝고 끈기 있어 보여서요.’ M은 한참을 뜸들이다가 조용히 다가와서 ‘주황색을 보면 힘이 나요.’ 라고 말하였다. 활동 소감에 대해 E는 ‘오늘 너무 시간이 빨리 갔다.’ 라며 아쉬워하였고 F는 ‘집에다 장식할거예요.’ 라고 말하며 뿌듯해 하는 모습을 보였다. I는 ‘선생님 제거 어때요? 예쁘죠?’ 라며 자랑스럽게 말하는 모습을 보였다. N은 말로 표현을 하진 않았지만 유리병을 내밀며 수줍게 웃었다.

단 계 말 기	영 역	만족지연전략 활용 (유혹저항)
회 기	11회기 : 만족지연 캐릭터	
목 표	-만족지연전략 강화2 -성취감 및 자존감향상	



<부록그림 11>

지난 회기에 이어 일주일간 스마트폰 만족지연상황에서의 지연전략 사용에 대해 체크하고 힘들었던 점에 대해 이야기 하는 시간을 가졌다. 아동들에게 스마트 폰 사용을 자제해야 할 때 어떤 점이 가장 힘든지와 누군가 도와준다면 어떤 도움을 받고 싶은지에 질문하였다. D는 ‘계속 해야 할 일을 알려주는 거요.’ 라고 하였고 B는 ‘보상을 눈에 보여줬으면 좋겠다.’ 라고 하였으며, H는 ‘눈앞에 폰을 안보여 주면서 참게 해줬으면 좋겠어요.’ 라고 말하였으며, F는 ‘안 심심하게 해주면 된다.’ 라고 이야기 하였다. 치료사는 아동의 스마트폰 만족지연상황에서의 노력한 바를 충분히 지지하고 인정해 주었다. 치료자와 보조 치료자가 샘플링으로 만족지연을 해야 하는 상황 또는 스마트 폰 사용을 자제해야 하는 상황에서 나를 도와줄 수 있는 캐릭터를 소개하였고 캐릭터의 이름, 성격, 능력을 이야기 하였다. 아동들에게 아이클레이를 나누어 준 뒤 작업을 시작하였고, C는 ‘선생님 이 바지 주머니를 만들려면 어떻게 해요?’라고 질문하며 치료사와 보조치료사에게 도움을 요청하였지만 온전히 부탁하는 것이 아닌 방법을 물어보며 자신의 캐릭터를 표현하고자 하였다. 자신의 작품에 대해 차례를 지키며 이야기 하는 모습을 보였으며 활동에 대한 소감을 이야기 하는 시간에는 E는 ‘점점 활동 시간이 짧은 거 같아요. 아쉬워요.’ 라며 활동 마무리에 아쉬움을 보였다.