



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](#)

석사학위 논문

스마트폰 과다사용이 여자중학생의
우울과 공격성에 미치는 영향

제주대학교 교육대학원

상담심리전공

한 광 섭

2013년 12월

스마트폰 과다사용이 여자중학생의 우울과 공격성에 미치는 영향

지도교수 김 성 봉

한 광 섭

이 논문을 교육학 석사학위 논문으로 제출함.

2013년 12월

한광섭의 교육학 석사학위 논문을 인준함.

심사위원장 박 정 환
위 원 최 보 영
위 원 김 성 봉

제주대학교 교육대학원

2013년 12월

<국문초록>

스마트폰 과다사용이 여자중학생의 우울과 공격성에 미치는 영향

한 광 섭

제주대학교 교육대학원 상담심리전공

지도교수 김 성 봉

본 연구는 스마트폰 과다사용이 여자중학생의 우울과 공격성에 미치는 영향을 검증하는데 그 목적이 있으며, 스마트폰 과다사용이 여자중학생의 우울에 미치는 영향과 스마트폰과 과다사용 하위요인이 우울에 미치는 영향 그리고 스마트폰 과다사용이 공격성에 미치는 영향과 스마트폰 과다사용 하위요인이 공격성에 미치는 영향을 알아보기 위해 다음과 같은 연구 문제를 설정하였다.

연구문제 1. 스마트폰 과다사용이 여자중학생의 우울에 어떤 영향이 있는가?

연구문제 2. 스마트폰 과다사용이 여자중학생의 공격성에 어떤 영향을 있는가?

위의 문제를 해결하기 위해 제주특별자치도 서귀포시에 소재한 여자중학교 1~3학년 학생과 제주시에 소재한 여자중학교 1~3학년 학생들을 대상으로 총 535명에게 설문지를 배부하였으며, 수업시간에 작성하고 회수하는 방식으로 실시되었다. 이중 498부가 회수 되었고 불성실 대담 7부를 제외한 최종 491부를 분석 자료로 사용하였다.

본 연구에서 스마트폰 과다 사용을 알아보기 위해 박용민(2011)의 ‘스마트폰

중독 척도'를 윤영숙(2013)의 수정·보완한 스마트폰 과다사용 척도로 4요인 20문항으로 구성되어 있는 것을 사용하였고, 우울척도(Children's Depression Inventory: CDI)는 BDI(Beck Depression Inventory)의 아동용 수정판으로서 Kovacs(1981)가 개발한 자기 보고형 척도로 27문항으로 구성되어 있는 것을 사용하였으며, 공격성을 알아보기 위해 Marsee, Kimonis와 Frick(2004)이 제작한 자기-보고형 공격성 척도 40문항을 한영경(2008)이 공동번역하고 임상심리학 전공교수가 재검토했던 것을 사용하였다.

수집된 자료는 정량적인 자료 분석방법으로 SPSS for Windows 18.0 프로그램을 이용하여 통계처리 하였다. 대상자의 일반적 특성을 알아보기 위하여 빈도와 백분율을 구하고, 스마트폰 사용에 따른 우울과 공격성에 미치는 영향을 알아보기 위하여 회귀분석(Regression Analysis)을 실시하였다.

본 연구에 밝혀진 결과를 제시하면 다음과 같다.

첫째, 스마트폰 과다사용이 여자중학생이 우울에 정적으로 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다. 스마트폰 과다사용 하위요인인 병적몰입, 생활장애, 통제상실, 강박증상이 우울에 정적으로 영향을 주고 있는 것으로 나타났다.

둘째, 스마트폰 과다사용이 여자중학생의 공격성에 정적으로 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다. 또한 스마트폰 과다사용 하위요인인 병적몰입, 생활장애, 통제상실, 강박증상이 공격성에 정적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이상의 연구결과를 볼 때 스마트폰을 과다사용은 여자중학생의 우울에 영향을 주며, 불안과 초조하게 되며, 내성이 생겨서 더 많이 사용하지 않으면 만족하지 못하게 된다. 스마트폰 과다사용이 하위요인인 병적몰입, 생활장애, 통제상실, 강박증상이 우울에 영향을 미치고 있으며, 스마트폰 과다사용이 여자중학생의 공격성에도 영향을 미치고 있다. 스마트폰 과다사용 하위요인인 병적몰입, 생활장애, 통제상실, 강박증상이 공격성에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 스마트폰을 과다사용 할수록 충동적이고, 공격적이며, 정신건강에도 문제가 된다. 따라서 여자중학생의 특성을 고려한 스마트폰 과다사용을 예방하고 치료하는 프로그램 개발에 기초자료로 활용할 수 있을 것이다.

목 차

I. 서 론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구문제 및 가설	4
II. 이론적 배경	5
1. 청소년의 개념 및 특징	5
2. 스마트폰의 특징	7
3. 스마트폰 과다사용과 인터넷 중독	8
4. 스마트폰 과다사용과 우울	15
5. 스마트폰 과다사용과 공격성	18
6. 스마트폰 과다사용과 정신건강	23
III. 연구방법	25
1. 연구대상	25
2. 연구도구	25
3. 자료처리 및 분석	29
IV. 연구결과 및 해석	30
1. 변인들의 평균 및 표준편차	30
2. 스마트폰 사용, 우울, 공격성의 상관관계	30
3. 스마트폰 과다사용이 우울에 미치는 영향	31
4. 스마트폰 과다사용이 공격성에 미치는 영향	34
V. 논의 및 결론	39
1. 논의 및 결론	39

참고문헌	43
Abstract	49
부 록	52

표 목 차

<표Ⅲ-1> 인구학적 특성에 따른 연구대상	25
<표Ⅲ-2> 스마트폰 과다사용 척도 문항구성 및 신뢰도	26
<표Ⅳ-1> 스마트폰 사용, 우울, 공격성의 평균 및 표준편차	30
<표Ⅳ-2> 스마트폰 사용, 우울, 공격성의 상관관계	30
<표Ⅳ-3> 스마트폰 과다사용이 우울에 미치는 영향	31
<표Ⅳ-4> 병적몰입이 우울에 미치는 영향	32
<표Ⅳ-5> 생활장애가 우울에 미치는 영향	33
<표Ⅳ-6> 통제상실이 우울에 미치는 영향	33
<표Ⅳ-7> 강박증상이 우울에 미치는 영향	34
<표Ⅳ-8> 스마트폰 과다사용이 공격성에 미치는 영향	35
<표Ⅳ-9> 병적몰입이 공격성에 미치는 영향	36
<표Ⅳ-10> 생활장애가 공격성에 미치는 영향	36
<표Ⅳ-11> 통제상실이 공격성에 미치는 영향	37
<표Ⅳ-12> 강박증상이 공격성에 미치는 영향	38

그림 목 차

[그림 II-1] 스마트폰의 특징	8
[그림 II-2] 인터넷중독(스마트폰중독) 구조모형	12
[그림 II-3] 경남 청소년 인터넷 위험군 스마트폰 사용실태	13

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

최근 사회에서 청소년들에게 스마트폰은 가장 중요한 일상적인 미디어로 자리 잡고 있다. 스마트폰은 시간과 장소에 구애받지 않고 게임을 즐길 수 있으며, 자제력이 부족한 청소년들에게 스마트폰 과다사용은 일상에서의 심리적이고 신체적인 문제를 가져올 수 있으므로 주의를 요구하고 있다(Schonert-Reichl & Muller, 1996; 박기원, 2009, 재인용).

행정안전부(2012)가 발표한 ‘2011 인터넷 중독 실태조사 결과’에서 유아·아동의 인터넷 중독률이 성인보다 더 높다는 조사 결과가 나왔다. 또한 인터넷 중독자의 25%, 고위험군의 43.8%가 컴퓨터가 아닌 스마트폰을 주로 사용해 인터넷을 하는 것으로 나타난 가운데 이중 10대와 20대의 스마트폰 중독률이 가장 높았다(폴리뉴스 2012. 3. 5.).

박지선(2011), 권영심(2013)은 청소년기의 심리적 특성으로 자기 통제력의 미숙, 감각적 행동, 친구나 또래관계를 중요하게 생각하고 사회 내에서의 존재에 대한 우울, 회의감, 자기도취, 열등감, 수치감, 불안 등의 부정적 정서가 많은 시기라고 하였다. 또한, 청소년기의 심리적 특성에 따른 욕구를 스마트폰 및 인터넷을 사용하면서 해결 하는 중독증으로 현실과 사이버공간을 동일시함으로써 왜곡된 자아를 형성 하는데 문제점을 가지고 있는 것으로 지적하였다. 스마트폰이 없을 경우 중독이 있는 사람은 불안을 느끼며, 다른 사람의 벨소리를 자신의 벨소리로 착각하는 증세를 보이고, 화장실을 가거나 목욕을 할 때도 스마트폰을 넣고 다니면서 수시로 전화를 확인하는 행동을 경험하게 된다(임애라, 2008; 이영선, 이현숙, 조은희, 김래선, 2012).

스마트폰 중독은 우울이나 불안성향과도 연관이 있는 것으로 나타났다(권영심, 2013). Kraut와 동료들(1998)은 2년여에 걸쳐 인터넷 이용자들이 행동에 대한 추적 연구를 실시한 결과, 인터넷이 우울을 증가시킨다는 사실을 확인하였다. 국내의 연구들도 인터넷 중독으로 인해 우울, 충동성, 불안정 등에 문제가 발생할 수

있는 것으로 조사되었다(권구영, 이해자, 2002; 이영분, 2003; 황상민, 한규석, 1999; 금창민, 2012, 재인용). 이러한 결과들로 미루어 볼 때 스마트폰 과다사용이 정신건강에도 문제를 일으킬 가능성이 높다는 것을 알 수 있다.

김종범(1999)은 인터넷 중독집단이 정상집단에 비해 공격성과 자존감이 낮고 우울과 외로움이 높았으며, 인터넷 중독자들이 더욱 충동적이고, 문제해결력도 낮으며, 대인관계가 원만하지 못함을 보고하였고, 박정근(2000)은 공격성과 충동성이 높고 게임과 오락을 많이 이용할수록 중독적인 인터넷 사용을 한다고 보았다(이정숙, 2004). 청소년들이 스마트폰 과다사용과 인터넷 과다사용은 충동조절에 영향을 주며, 동시에 그들이 사용하는 언어들이 폭력적이고 공격적인 내용들을 담고 있다. 또한 청소년들의 공격적인 행동은 비행과 폭력에도 관계가 있는 것으로 보인다. 따라서 본 연구는 스마트폰 과다사용이 정신건강 즉, 우울과 공격성에 영향을 미친다는 가정 하에 연구를 진행하고자 한다.

스마트폰 중독이 성별에 따라 차이를 보인다는 연구로는 윤현민(2005)에 따르면 여학생은 주로 사회적 활동(이메일, 채팅, 동호회)에 더 몰입하며 인터넷에서 사귀 친구를 많이 만날수록 인터넷 중독 성향이 높은 것으로 나타났다. 남학생은 비사회적 활동(게임, 정보탐색)에 더 몰입하는 것으로 나타났다. 김영현(2011)에 따르면 청소년의 성별에 따른 사용 1순위 인터넷 서비스는 남학생은 게임이었고 여학생은 블로그/미니홈피였다. 여학생은 메신저, 채팅 인터넷 사용률이 높은 반면 남학생은 음란물 인터넷 사용률이 높은 것으로 나타났다. 서울시는 강북·성북지역에 거주하는 초중고·대학생 1600명을 대상으로 스마트폰 사용실태 및 중독현황을 조사한 결과 여학생이 남학생보다 3배 이상 스마트폰을 더 이용하는 것으로 나타났으며, 학령 중에서는 중학생의 스마트폰 중독률이 가장 심한 것으로 조사되었다(헤럴드경제, 2013. 3. 23.).

한국청소년정책연구원(2013)이 전국 중고등학생 3000명을 조사한 ‘아동·청소년의 스마트폰 중독 실태’를 보면, 전체 응답자의 35.2%(1058명)가 스마트폰에 중독된 것으로 나타났다. 이 중 청소년정책연구원이 한국정보화진흥원에서 중독자로 분류한 잠재적 위험군과 고위험군을 합친 학생은 여학생의 경우 42.6%(605명)였고, 남학생은 28.6%(453명)였다. 이러한 결과는 관계를 증시하는 여학생들이 메신저나 소셜 네트워크를 사용하는 빈도와 시간이 더 많아 중독률이 높게 나온

다. 또한 스마트폰 소셜 게임은 쉽고 랭킹 기능을 제공해 여학생의 스마트폰 게임 이용률이 남학생과 거의 비슷하게 나온 한 원인이 된 것이라고 본다. 따라서 본 연구자는 청소년기 스마트폰 중독성향이 가장 높은 중학생 가운데에서도 여학생을 연구대상으로 삼고자 한다.

최근에 휴대폰 중독, 과다사용 등의 휴대폰 사용에 관한 연구가 주로 이루어졌고, 스마트폰 사용의 문제도 새롭게 대두되고 있다. 이러한 스마트폰 과다사용 문제는 더 이상 방치하거나 무시할 경우 사회 문제로 부각될 수 있으며, 최근 급속하게 확산되고 있는 스마트폰 사용은 자라나는 청소년들에게 부정적인 영향을 미칠 수 있다. 본 연구에서는 여자중학생의 스마트폰 과다사용이 우울과 공격성에 어떤 관계가 있는지를 알아보고, 올바른 스마트폰 사용과 예방 및 그에 따른 대안을 모색하는 기초자료로 제시하고자 한다.

2. 연구문제 및 가설

앞에서 논의한 연구의 필요성과 목적에 근거하여 본 연구에서 설정한 연구문제 및 연구 가설은 다음과 같다.

연구문제 1. 스마트폰 과다사용이 여자중학생의 우울에 어떤 영향이 있는가?

가설 1-1. 스마트폰 과다사용이 우울에 유의미한 영향을 줄 것이다.

가설 1-2. 스마트폰 과다사용 하위요인이 우울에 유의미한 영향을 줄 것이다.

연구문제 2. 스마트폰 과다사용이 여자중학생의 공격성에 어떤 영향을 있는가?

가설 2-1. 스마트폰 과다사용이 공격성에 유의미한 영향을 줄 것이다.

가설 2-2. 스마트폰 과다사용 하위요인이 공격성에 유의미한 영향을 줄 것이다.

II. 이론적 배경

1. 청소년의 개념 및 특징

청소년(adolescence)이란 말의 어원은 라틴어의 *adolescere*에서 유래된 말이다. 이는 「성숙에로의 성장」 또는 「성인으로 성장하는 모습」을 의미하는 것으로 청소년기는 단순한 신체적·생리적 성장뿐만 아니라 정신적·사회적·성숙 등 다양한 변화와 발달의 양상이 나타나며, 이 시기에 어떠한 경험을 하느냐에 따라서 청년기의 성장 발달이나 인격형성에 미치는 영향이 얼마나 큰 것인지 경험을 통해서 알 수 있다(허홍열, 2013).

청소년의 개념은 사회·문화·시대적 상황에 따라 다르게 정의되고 있으며, 사회·문화적 배경에 따라 청소년기가 짧을 수도, 길수도 있다. 역사적으로 청소년이란 용어가 등장하게 된 계기는 산업혁명과 의무교육의 등장으로 인간의 발달 단계에서 청소년을 고유한 발달시기로 인식하게 되고 부터이다(임은희, 2004; 유명옥, 2009, 재인용). 성장과 쇠퇴라는 생애주기(life cycle)에 따라 흔히 사람의 일생을 유아기(취학전), 소년(녀)기(10대), 청년기(20대), 장년기(30~40대), 노년기(50대이후)등으로 구분한다. 이러한 사회적 통념에 따르면 “청소년”이란 청년기와 소년기의 사람을 통틀어 부르는 개념이다. 그러나 학문적으로 청소년이란 단순한 연령 구분 이상의 의미를 갖는다(박진규, 2012). 허홍열(2013)은 청소년들의 사회심리적 특성은 성장발육 과정에서 경험하게 되는 생리적 조건들과 그들이 살고 있는 사회·문화적 특성들의 복잡한 상호작용 속에서 이루어진다고 보고 있다. 사회성 발달의 특성은 청소년기에 들어서면 자기에 대한 자각이 생기면서, 자신을 둘러싼 사람들과 맺는 관계의 질이 아동기와는 달라진다. 청소년을 둘러싼 의미 있는 사람들은 부모, 형제, 교사, 친척들이다. 청소년들은 부모의 훈계, 충고를 잔소리로 여기며, 스스로 독자적인 개성을 강조하면서도 경제적으로는 여전히 부모에의 의존하는 비독립적인 생활을 한다(한국청소년 연구원, 1992; 고충숙, 2011).

청소년기의 시작은 사춘기라고 하는 다분히 생리적인 차원에서 규정될 수 있는 반면에, 청소년기의 끝남은 결혼이나 취업 같은 사회·문화적 조건에 의해서 이루어진다. 교육을 통한 사회화의 기간이 길어지고 따라서 책임 있는 사회구성원으로 등장하는 나이는 늦어지므로 자연히 청소년기는 그 폭이 넓어지고 있다(허홍열, 2013). 즉, 청소년기는 영·유아기, 아동기의 종결과 성인기 사이의 변화기로서 한 인간이 생물학적, 심리적, 사회적 모든 면을 통합하여 인격의 완성을 기하고 사회인으로서의 기능을 취하기 위한 마지막 준비단계이며, 청소년의 발달 과정을 통합적인 시각으로 볼 때 객관적이고 완전한 인격을 이해할 수 있으므로 생물학적, 심리적, 사회적인 측면을 모두 고려해야 한다(이영호, 2006).

신체적·생리적 발달을 보면 청소년기 초기, 즉, 사춘기를 지나면서 성장폭발(growth spurt)의 현상이 일어난다. 일반적으로 청소년은 11~13세경에 키를 비롯하여 체중, 근육, 머리, 생식기관 등에서 급성장을 경험한다. 대체로 여자는 남자보다 2년 정도 앞서 성장폭발을 경험하지만 급성장 이후의 최종 성장의 정도는 남자가 여자보다 크다. 청소년기의 성장폭발은 유전이나 영양상태, 기타 후천적인 환경요인에 의해 어느 정도 영향을 받지만 모든 인류에 보편적으로 일어나는 현상이다. J. Kestenberg는 신체적 변화와 자아관 형성 간에는 밀접한 관계가 있음을 규명하여 이를 직접효과¹⁾ 모델과 간접효과²⁾ 모델로 이론화 하였다. 또한 S. Freud에 따르면 이 시기의 청소년에게는 오이디푸스 환상 대 엘렉트라 환상이 쉽게 일어난다고 하였다(박진규, 2012).

심리적 특징은 인간행동은 심리적 특성과 변화가 외현화 된 결과이며, 청소년의 행동적 특성은 청소년 시기를 거치면서 청소년이 경험하는 심리적 특성의 표출결과인데, Erikson은 인간의 발달단계에 따라 독특한 과업을 성취하도록 되어 있어, 각각의 과업을 성공적으로 성취해 내느냐 그렇지 못하느냐에 따라 서로 다른 자아관이 형성된다고 하였다. Erikson의 발달단계이론에서 특히 주목할 단계는 청소년기에 해당하는 제4~6단계와 그에 따르는 과업이다. 그중에서 가장 중요한 과업은 제5단계에서 이루어지는 자아정체감과 역할을 확립하는 과업이라고

1) 직접효과 모델 : 사춘기 청소년의 신체적 변화가 바로 심리적 변화를 수반하여 자아관이 형성된다는 견해.
 2) 간접효과 모델 : 자아관 형성은 청소년의 신체적 변화를 받아들이는 사회문화적 특성과 자신의 신체적 변화를 남들이 어떻게 알아차리는 청소년의 태도와 습관에 따라 형성된다는 견해.

보았다(박진규, 2012). 청소년은 부모의 의존과 부모로부터 독립하고 싶은 마음, 순종과 반항 사이를 왕래하며, 아이로 취급하면 화를 내지만 반대로 어른 취급을 하면 불안해하는 특성을 나타낸다(허홍열, 2013).

청소년의 특징은 나이로 구분하면 아동기와 성인기의 중간에 위치해 있고 또한 과도기적 시기이며, 신체적, 정신적으로 각자 개인 성장의 속도에 따라 다르며, 청소년들의 생리적 성숙과 인지·정서 및 사회적 특성에 따른 하나의 일반적인 변화과정의 총칭이라 할 수 있다.

2. 스마트폰의 특징

스마트폰은 “PC와 같은 운영체제(Operating System)를 탑재하여 다양한 애플리케이션(응용프로그램)을 설치·동작시킬 수 있는 휴대폰”으로 정의 내릴 수 있으며, 박용민(2011)은 스마트폰을 ‘기존의 음성과 문자메시지 위주의 휴대폰에서 진화하여 휴대가 간편하면서도 PC의 인터넷, 게임, 온라인 커뮤니티 기능 등을 포함하는 현재 우리 생활에 밀접한 영향을 미치고 있는 휴대폰 단말기’라고 정의 하였다. 스마트폰은 PC수준의 고기능 휴대전화나 오픈OS를 사용하는 휴대전화로 정의하며, 현재 최신형 스마트폰은 마치 손안의 컴퓨터나 휴대전화 한 대로 모든 것이 가능한 만능단말기처럼 3.5인치 크기에 종합적인 기능을 제공한다. 그 기능으로는 검색, 이메일, 지도 등의 인터넷 기능, 음악, 사진, 비디오 등의 미디어 기능 PDF/MS오피스 등의 비즈니스 기능 등 다양한 기능을 제공한다(장명오, 2010).

스마트폰과 일반 휴대폰은 어떻게 구분할 수 있는가? 일반 휴대폰에 비해 스마트폰이 갖는 가장 중요한 특징은 애플리케이션과 와이파이 이동통신망을 활용한 자유로운 인터넷 접속이라 할 수 있다. 일반 휴대폰은 정해진 프로그램으로 전화기 기능과 미리 정해진 단말기만의 고유기능을 할 수 있다. 반면에 스마트폰은 자기가 필요한 애플리케이션을 직접 설치해 단말기 기능을 다양하게 활용할 수 있다(오강탁, 이제은, 2012).

스마트폰 사용자들 스스로가 본인의 휴대폰에 적합한 소프트웨어를 구성하여

편리하게 사용하고 있으며, 손안의 컴퓨터 화가 된 스마트폰은 사람들의 관심을 끌기에 충분하며 이것은 스마트폰의 급등하는 판매의 증가로 나타나고 있다(박인곤, 신동희, 2010; 이승훈, 2011, 재인용). 휴대전화를 사용하는 사용자들은 휴대전화를 ‘전화기’로 인식(61.1%)하는 반면, 스마트폰 사용자들은 ‘컴퓨터(PC)’로 인식(49.6%)하고 있었다. 이처럼 스마트폰을 기존의 휴대전화를 뛰어 넘는 새로운 매체로 인식하고 있다(조항민, 2011; 윤영숙, 2013, 재인용).

스마트폰의 특징

이동성	연결성	개인화	혼종성	다목적미디어
쉽게 휴대할 수 있어 언제든 사용 가능	개인과 집단 사람과 정보 상호작용 가능	개인화 미디어 혼자만 사용가능	이동성과 커뮤니케이션 연결 공유공간	플브라우저 사용으로 융합미디어

[그림 II-1] 출처 : 신향숙(2012).

스마트폰은 시간과 장소에 구애받지 않고 항상 들고 다니면서 인터넷을 검색하거나 음악을 들을 수 있으며, 다자간 채팅이 가능하고, 사진과 동영상은 쉽게 촬영·편집할 수 있으며, 자신이 필요로 하는 사람에게 즉시 전송할 수 있다. 다양한 어플 기능이 있어 자신이 필요로 하는 프로그램을 선택하여 설치하고 사용할 수 있다. 스마트폰은 손안에 있는 작은 세상이다.

3. 스마트폰 과다사용과 인터넷 중독

1994년 세계보건기구(WHO)는 중독(addiction)을 “자연 혹은 인공적인 약물의 반복적인 사용으로 야기 되는 일시적 혹은 만성적인 중독(intoxication)상태”로 규정 하였다. 이시기의 중독의 정의는 물질중독에 편향 되어 있다고 볼 수 있다. 하지만 다른 연구에서는 중독을 물질과 관련된 문제와 행동과 관련된 문제를 모두 포함하는 정의로 확장시켰다(한국정보화진흥원, 2012).

정신의학에서의 중독은 술이나 마약 기타 물질에 대하여 심리적 또는 생리적으로 의존하여 행동변화와 금단현상, 내성 등 신체 및 정신적으로 곤란한 상황에 이른 것을 의미하며 일종의 충동조절장애 및 물질 사용 장애에 해당된다. 그러나 최근에 사회학자들은 도박, 과식, 성, 운동, 게임 등의 특정 활동에 과도하게 몰입하여 자기통제를 상실하고 일, 건강, 경제, 생활전반에 부정적 악영향을 끼치는 경우도 잠재적 중독으로 보고 있다(한주리, 허경호, 2004; 신영미, 2011, 재인용).

Griffiths(1999)는 다음과 같은 특징이 있는 것을 중독의 핵심요소라고 정의 내리고 있다. (1) 집착 및 의존성 : 어떤 특정한 행위가 그 사람의 삶에서 매우 중요한 위치를 차지하게 되고 그것에 대해서만 생각하고 그것을 계속하기 위해 노력한다. 그 행위를 하지 않을 때에도 항상 다음에 그 일을 할 때 어찌할까에 대해 생각하게 된다. (2) 기분의 변화 : 그 행동을 할 때에 만족감과 행복감을 느끼게 된다. 그리고 이 행동을 사회생활이나 마음의 갈등을 해결하기 위한 도구로 사용한다. (3) 내성 : 같은 정도의 만족감을 느끼기 위해서 점점 더 많은 시간, 더 많은 양의 활동을 하게 된다. (4) 금단 : 만일 그 행동을 중지하거나 행동량을 줄이게 되면 우울증이나 불쾌, 불안감, 짜증, 불면 등의 증상이 생긴다. (5) 갈등 : 특정행동 때문에 그 행위를 하는 사람 주위의 인간관계, 사회관계가 나빠지고 문제가 생긴다. (6) 재발 : 끊거나 조절을 한 후 몇 년이 지난 다음에도 언제든지 어떤 문제가 생기면 같은 형태로 또는 다른 형태로 재발이 가능하다(이효정, 2009).

중독은 다음의 4가지 특징을 갖는다. 첫째, 대상에 상관없이 특정 물질이나 활동에 '몰입'하며, 둘째, 물질이나 활동에 대한 '통제력을 상실'하고, 셋째, 이로 인해 '주위에 피해'를 입히며, 넷째, 부정정적인 결과에도 불구하고 '지속적으로 이용'한다(박웅기, 2003; 황하성, 손승혜, 최윤정, 2011, 재인용).

이러한 특징을 중독의 핵심요인이라고 정의한다면 가상공간이나 특정한 활동에 집착하고 의존하며, 기분의 변화, 내성, 금단, 지나친 스마트폰 과다사용과 인터넷 사용으로 인해 주변사람들과의 갈등을 야기 시키고 심리적·신체적·사회적인 면에서 치명적인 손실을 가져오는 상태를 중독이라고 정의해 볼 수 있다.

스마트폰 중독의 개념을 이해하기 위해서는 우선 '휴대전화 중독'의 개념을 대해 살펴볼 필요가 있다. 휴대전화 연구에서 중독(addiction)이라는 개념 대신에 휴대전화 '몰입' 혹은 '과다사용'(최병목 외, 2005) 혹은 '중독적 사용'(장혜진,

2002)이라는 용어를 사용하기도 한다. Suler(1996)에 의하면 인터넷과 유사하게 의사소통 수단으로 사용되는 전화 역시 중독의 범주에 속할 수 있다고 하였으며, 현대사회의 새롭게 등장한 커뮤니케이션 매체인 휴대폰은 인간과 기계간의 상호작용이 포함되며, 의사소통의 한 매체이므로 행동중독의 하나로 포함된다고 하였다(유명옥, 2008, 재인용). 스마트폰 중독의 개념에 다음 의미를 추가해서 생각해 보면, 첫째, 스마트폰은 편리성 면에서 PC를 이용한 인터넷과 차별성을 가진다. 인터넷은 사용자들이 PC를 켜고, 익스플로어 창을 띄운 후, 원하는 사이트 주소를 치거나 포털사이트에서 검색을 하고, 그 사이트에서 원하는 메뉴로 들어가야 하는 번거로움을 갖고 있다. 그러나 스마트폰 속으로 인터넷이 옮겨오면서, 자신이 자주 사용하는 사이트를 앱으로 다운 받으면 한 번의 터치만으로 원하는 사이트에 들어 갈 수 있다. 따라서 PC를 이용한 인터넷보다 훨씬 더 편리하게 자신이 원하는 내용을 얻을 수 있고, 원하는 프로그램을 실시 할 수 있는 것이다. 둘째, 스마트폰은 PC를 이용한 인터넷보다 접근성이 훨씬 증대되어 있다. 스마트폰이 나오기 이전에는 인터넷에 접속하기 위해 집이나 PC방 등 PC가 있는 곳에서 컴퓨터를 켜고 이용해야만 했다. 그러나 스마트폰은 항상 손에 들고 다니는 물건이기 때문에, 자신이 원할 때면 언제든지 버튼 하나만 누르고 터치를 통해 접속할 수 있다(한국정보화진흥원, 2012).

Goldberg(1996)는 인터넷 중독 정의를 바탕으로 스마트폰 중독을 다음과 같이 4가지 증상으로 정의했다. 첫 번째, “의존”은 스마트폰을 사용하지 못할 경우 우울하거나 불안감 또는 답답함을 느끼며, 습관적으로 스마트폰을 사용하는 것을 말한다. 심리적인 의존상태가 발생하는 것을 의미한다. 두 번째, “내성”은 휴대폰을 더 많이 사용하여야 만족하게 되는 것을 말한다. 세 번째, “초조, 불안”은 스마트폰 사용을 중단하거나 제약을 받게 되었을 경우 정신적인 불안과 초조함이 발생하는 것을 말한다. 마지막 네 번째는 스마트폰에 대한 강박적 사고나 환상을 갖게 되며, 스마트폰을 휴대하고 있지 않을 경우, 전화, 문자, SNS등의 연락을 기대하거나 궁금해 하여 초조해지는 상태를 뜻한다(김보연, 2011, 재인용).

스탠포드 대학(2010)에서 아이폰 사용자를 대상으로 실시한 스마트폰 중독조사에 따르면 75%이상의 응답자가 아이폰을 지닌 채 잠이 들고, 69%의 응답자가 아침에 집을 나설 때 아이폰 보다 지갑을 두고 나온다고 응답하였다. 또한 44%

의 응답자가 ‘완전히 중독되었다’거나 ‘중독되었다’는 상태를 보고 하였다(김동일, 이윤희, 이주영, 김명찬, 금창민, 남지은, 강은비, 정여주, 2012).

한국정보화진흥원(2010)의 ‘인터넷 중독 실태조사’에 의하면 스마트폰 대상자에게 스마트폰을 과다하게 사용하고 있는지를 물은 바 24.2%가 “그렇다”라고 응답하였으며, 이용의 중독여부를 조사한 결과 스마트폰 중독률이 11.1%로 나타났다. 스마트폰 중독적 사용은 사회적으로도 큰 문제로 대두되고 있다. 스마트폰 사용자들의 사용실태를 조사한 결과 “자기 전에 닿기 쉬운 곳에 놓고 잔다”(23.3%), “눈 뜨자 마다 스마트폰을 확인 한다”(19.3%), “화장실 갈 때 스마트폰을 사용 한다”(16.3%)로 나타났다. 스마트폰이 없으면 패닉 상태에 빠지는 등의 중독적 증세를 나타내고 있다. 스마트폰 과다사용은 심리적인 문제뿐만 아니라 신체적인 문제도 일으키고 있다. 장시간 스마트폰을 사용한 사용자들은 뒷목이 당기는 등 ‘거북목증후군’을 호소하며, 근골격계 질환을 유발하기도 한다.

이민석(2010)은 과도한 휴대전화 사용은 업무나 학업에 방해가 되는 것은 물론, 단말기 가격 및 요금으로 인한 경제적 문제, 언어파괴, 음란, 폭력, 게임중독, 전자파, 몰카·도청 등으로 인한 인권침해 등 다양한 부작용을 낳고 있으며, 때로는 심각한 사회 문제를 일으키고 있다고 지적한바 있다. 이러한 휴대전화 중독 문제는 더 이상 방치하거나 무시할 수 없는 사회 문제로 부각되고 있는데 최근 급속하게 확산되고 있는 스마트폰 중독적 사용이 이러한 사회문제를 더 확산시킬 가능성이 높다.

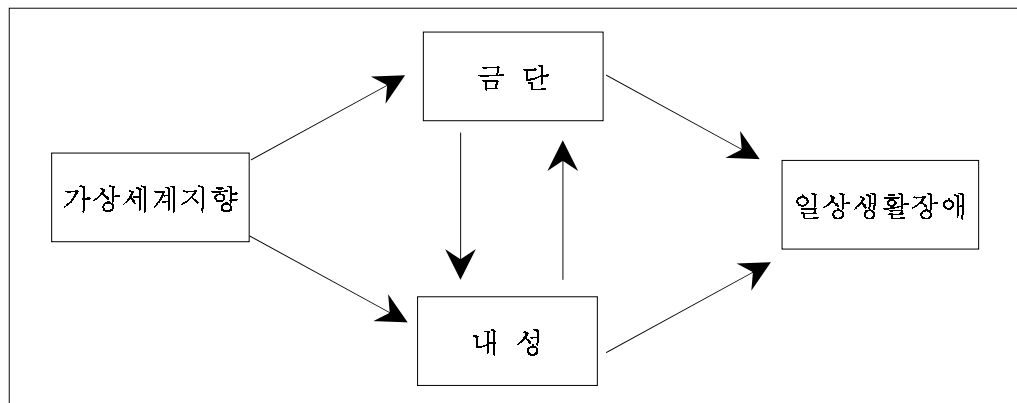
고영삼(2012)은 스마트폰 중독은 또 다른 사회적 문제를 유발하면서, 인터넷 중독을 포함하여 새로운 용어를 만들어 낼 수 있다고 하였다. 김벌리 영은 예전에는 인터넷에만 연결되어있던 많은 행동들이 이제는 데스크탑, 노트북, 넷북, 컴퓨터 외에도 PDA, 아이폰, 블랙베리, MP3, 스마트폰 등 많은 새로운 디지털 기기에 매트릭스처럼 얽혀질 수밖에 없기 때문에 이제 인터넷 중독이라는 용어는 사용하기에 적합하지 않다고 하였다. 그리피스(M. Griffiths)가 내린 휴대전화중독의 정의는, 휴대전화에 대한 의존행동이 빈번하여 내성에 따른 사용량이 늘고, 휴대폰이 없으면 불안과 초조를 경험하는 강박 경향 등이 있어 일상생활의 문제를 경험하는 정도가 높은 것이라고 정의했다(고영삼, 2012, 재인용).

박지선(2011)은 스마트폰 중독에서 청소년집단과 대학생 집단 간의 차이를 확

인한 결과 대학생 집단보다 청소년 집단의 스마트폰 중독 수준이 더 높은 것으로 확인되었다. 이는 이민석(2010)의 결과와도 같으며, 나이가 어린 사용자일수록 스마트폰에 쉽게 노출된다는 것을 의미하기도 한다. 신영미(2011)는 스마트폰 사용자중 10대 청소년일수록 내성, 강박, 집착, 생활불편 및 부적응 등 과다사용에 취약한 것으로 나타났다. 전 민(2012)은 스마트폰 과빈도 사용자와 저빈도 사용자의 일반적 특성 차이를 비교한 결과, 성별에서는 스마트폰 과빈도 사용자에서 여자가 남자보다 더 많은 수를 보였으나, 통계적으로는 유의하지 않다고 보았다. 이는 장혜진(2002), 유명옥(2009)의 연구결과와는 다르다.

고영삼(2012)은 인터넷 중독자는 내성과 금단증상을 경험하여, 인터넷을 하지 않는 시간을 견딜 수 없어 한다. 게임의 내성이 강해지면 적은 시간으로 도저히 충족하지 못하기 때문에 자꾸 시간을 늘려 사용한다. 내성과 금단은 게임 중독자를 게임 과다사용자와 구분할 수 있는 가장 간단한 기준점이다. 인터넷 중독자는 가상공간에 대해 지나치게 집착함과 동시에 현실사회에서의 모든 일과 사회관계에 무관심해진다. 그 결과 현실공간에서의 위치나 관계 맺은 사람에게 불성실하거나 역할을 잘못 수행하여 좋지 못한 평가를 받을 수 있다고 지적 하였다.

인터넷 중독(스마트폰중독) 구조모형



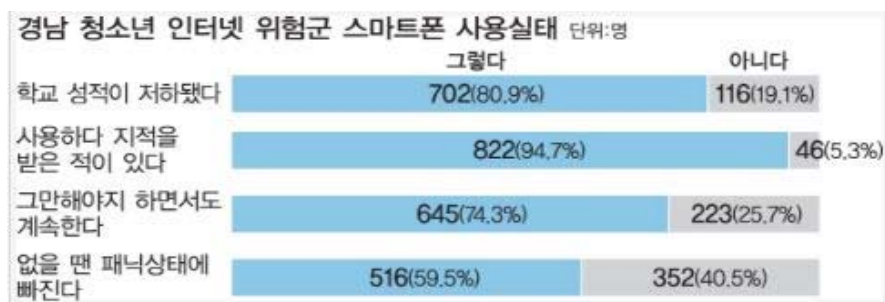
<그림 II-2> 출처 : 한국정보화진흥원(2012).

어떤 활동들에 중독되었다고 결정하기 위해서는 그것이 자신에게 있어서 직업, 건강, 경제, 다양한 관계들과 같은 중요한 생활영역에 대해 부정적인 영향을 미쳐야 한다(송원영, 1998). 양종훈(2010)은 현재까지 물질 이외에도 특정 행동이

조건에 중독된 상태까지 범위를 확장하여 인터넷이나 쇼핑물은 물론 휴대폰 또한 중독을 유발하는 요인으로 포함시킬 수 있는 것으로 보았다.

(재)경남청소년종합지원본부는 31일 ‘인터넷 중독 위험 및 주의사용자군’ 경남 초·중·고교 145곳 950명(868명 회수)을 대상으로 한 ‘스마트폰 과다사용 실태조사’ 결과를 발표했다. 이들 학생 가운데 스마트폰 소지율은 75.6%(656명)로 남학생(74.5%)보다 여학생(80.0%)이 높았다. 고등학생 92.7%가 스마트폰을 사용하고 있다. 실태조사에서 ‘스마트폰을 사용할 수 없을 때 패닉 상태에 빠진다’라고 답변한 학생이 59.5%나 됐다. ‘스마트폰을 사용 못하면 온 세상을 잃은 것 같다’도 58.1%에 달했다. 청소년들이 스마트폰 사용량을 조절하는 능력은 매우 낮았다. ‘스스로 조절할 수 없다’고 답변한 학생은 92.6%로 나타났다. 반면 ‘조절할 수 있다’는 학생은 7.4%에 그쳤다. 주의사용자군 청소년들이 스마트폰을 이용하는 주목적(복수응답)은 ‘채팅 및 메신저 사용’이 82%로 가장 많았다. ‘음악 감상’이 67.2%, ‘온라인 게임’이 50.8% 순으로 나타났다. 학업에 이용하는 청소년은 극소수였다.

경남 청소년 인터넷 위험군 스마트폰 사용실태



<그림 II-3> 출처 : 경향신문(2012. 5. 31.)

스마트폰 과다사용은 미디어중독과 관련하여 최근 미디어를 이용하는 패턴은 한 가지 미디어를 이용하고 다른 미디어를 순차적으로 이용하기 보다는 음악을 틀어놓고 숙제를 하든지, 중간 중간에 카톡(카카오톡)을 통해 채팅을 하거나 인터넷을 검색하는 등의 다양한 방법의 미디어를 사용하기 때문에 과다사용인 청소년들은 스마트폰 사용에 훨씬 더 많은 시간과 정신적, 육체적 피로에 노출되기

쉽다. 스마트폰 과다사용은 결국 청소년이 사회적, 학업적, 가정적인 곳에 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. 스마트폰 과다사용은 자신의 통제력을 잃게 한다. 스마트폰 과다사용은 정신적, 육체적 건강의 문제를 호소하게 된다.

스마트폰 과다사용과 성별과의 관계를 보면 청소년들은 발달상에 있어서 생물학적인 차이가 존재하기 때문에 성별에 따라 성향, 그리고 정신적 취약성 등이 다르게 나타날 가능성이 있다. 다시 말하면, 청소년기의 중독 문제를 다룸에 있어서 성별을 고려한 차이를 살펴보는 것은 매우 중요한 일일 것이다.

성별이 스마트폰 중독에 영향을 미치는 요인여부에 대한 연구에서 여학생이 남학생보다 스마트폰에 더 빠져 있는 것으로 나타났다. 또 우울증이나 외로움이 심할수록 스마트폰에 더 의존하는 것으로 조사됐다. 서울시는 강북·성북지역에 거주하는 초·중고·대학생 1600명을 대상으로 여학생이 남학생 보다 3배 이상 스마트폰을 더 이용하는 것으로 나타났으며, 청소년의 5.9%가 중독사용군으로 나타났다. 남학생 보다는 여학생이, 학령 중에서는 중학생의 스마트폰 중독률이 가장 심한 것으로 조사됐다. 구체적으로 여학생(8.3%)이 남학생(2.8%)보다 스마트폰에 집착했다. 학령별로는 중학생(8.5%)이 초등·대학생(5.0%), 고등학생(4.7%)보다 높았다(헤럴드경제, 2013. 3.23.). 또한, 신귀순(2004)은 인터넷 중독과 관련된 정신건강 문제에서 남성이 취약한 것으로 보고하였다. 남학생의 인터넷 중독과 우울, 불안, 충동은 정적인 상관을 보이며, 여학생의 인터넷 중독과 충동과 높은 정적 상관을 보이는 것으로 보고하였다. 또한, 여학생은 주로 사회적 활동(이메일, 채팅, 동호회)에 더 몰입하며 인터넷에서 사귀 친구를 많이 만날수록 인터넷 중독 성향이 높은 것으로 나타났으며, 남학생은 비사회적 활동(게임, 정보탐색)에 더 몰입하는 것으로 나타났다(김영현, 2011; 윤현민, 2005)는 연구결과와 일치하였다.

그러나 박정아(2013)는 중학생을 대상으로 한 연구에서 남학생이 여학생보다 스마트폰 중독성향이 높은 것으로 나타났으며, 이러한 결과는 인터넷이나 게임과 같은 경우 중독 증상을 보이는 남자들이 여학생들 보다 폭력, 공격적 성향을 더 많이 보인다는 결과(박혜영, 2008; 조성은, 2004; 한기홍 외, 2006)나 여성들의 인터넷 중독과 우울이나 불안 등의 정신건강 문제와 관련성이 높다는 연구결과와는 차이가 있었다(이혜린, 2008).

또 다른 연구결과인 Huang(2010)은 인터넷 중독과 심리적 안녕감과 관련된 논문 40편에 대한 메타연구에서 성별에 따른 인터넷 중독과 심리적 안녕감의 차이가 유의미하지 않다고 보고하였다. 김동일 외(in press)의 메타연구에서는 남자가 여자에 비해 인터넷 중독과 우울의 효과크기가 더 높게 나타났으며, 여학생의 경우 인터넷 중독과 충동성이 상관성이 높았다.

비록 아직까지 성별에 따른 인터넷과 정신건강 문제의 관련성이 일관성 있게 밝혀지진 않았지만, 청소년에게 있어서 성별에 따른 생물학적 차이가 존재하고, 이 차이는 청소년들의 성향, 다른 양상의 문제행동(김선애, 2003; 손은정, 장유진, 2008) 및 정신건강문제에 영향을 주므로(이경아, 정현희, 1999; 오경자, 이혜련, 2000; Ling, 2001) 청소년의 성별에 따른 문제양상을 살펴보기로 한다.

4. 스마트폰 과다사용과 우울

우울증(depression)에 관한 사전적 의미를 보면, 내리 누르기, 억압, 억울한 상태, 불쾌 등의 의미가 있다(신영한 대사전, 1995; 이병주, 2009, 재인용). 우울하다는 기를 죽이다, 슬프게 만들다, 더욱 낮은 위치로 밀어 넣는다 등의 뜻이 있다(정정숙, 2002; 이병주, 2009, 재인용). 미국정신의학회의 정신장애진단통제편람(DSM-IV-TR)의 우울증 기준을 보면 다음 중 5가지(또는 그 이상) 증상이 연속 2주간 동안 지속되고 병전 기능에의 변화 양상들 중 적어도 1가지 (1) 우울 기분 또는 (2) 흥미나 즐거움의 상실과 같은 증상으로 나타난다. (1) 하루의 대부분, 거의 매일, 지속되는 우울 기분을 호소하거나 타인들에 의해 관찰됨, (2) 모든 또는 거의 모든 일상 활동에 대한 흥미나 즐거움이 하루의 대부분 거의 매일같이 뚜렷하게 저하되어 있음, (3) 체중조절을 하고 있지 않은 상태에서 상당한 체중 감소 또는 증가 또는 거의 매일 계속되는 식욕감퇴 또는 증가, (4) 거의 매일 나타나는 불면 또는 과다수면, (5) 거의 매일 나타나는 정신운동성 초조나 지체, (6) 거의 매일 나타나는 피로 또는 활력 상실, (8) 거의 매일 나타나는 사고력이나 집중력 감퇴, 우유부단함, (9) 반복되는 죽음에 대한 생각 구체적 계획 없는 자살생각의 반복, 또는 자살기도나 구체적인 자살계획. 증상의 흔재성 일화의 기준에

부화되지 않는다. 증상이 사회, 직업 또는 기타 중요한 기능영역에서 임상적으로 심각한 고통이나 손상을 초래한다. 증상이 물질이나 일반적인 의학적 상태의 직접적인 생리적 효과로 인한 것이 아니다. 증상이 사별(Bereavement)에 의해 더 잘 설명되지 않는다(American Psychiatric Association, 2008; 강진령, 2011, 재인용).

일반적으로 우울이란 용어는 3가지로 사용된다. 상황에 따른 적절한 정서 상태와 기분, 증상으로서 지속적이고 병적인 기분상태, 정신과적 진단군으로서 우울증이 있다. 우울은 인간이 성장하면서 건강한 사람들도 흔히 경험할 수 있는 정서이며, 동시에 지각, 판단, 기억, 인지, 사고, 태도 등에서부터 대인관계에 이르기까지 광범위한 부분에 나쁜 영향을 미치는 마음의 부정적인 상태(Beck, 1976: Joiner & Metalsky, 1993)로 정의된다. 우울 증상으로 인하여 자신에 대한 자신감이 결여되고 불면, 두통, 식용상실, 체중감소, 무력상태와 신체적인 증상이 나타난다. 우울증이 심한 경우에는 정신신체증상, 청소년 비행, 알코올 남용, 약물남용 등의 문제가 발생할 수 있다(민성길, 2000). 즉, 우울은 정신적 문제뿐만 아니라 신체적·사회적인 문제들을 유발하는 장애라 할 수 있는 것이다(권영심, 2013, 재인용).

송수민, 박성민(2008)은 청소년기의 우울은 가장 흔한 정신 장애 중의 하나로 슬픔, 공허감과 같은 우울한 기분과 흥미나 즐거움의 상실을 주요 특징으로 하고 있으며, 이외에도 체중이나 식욕, 수면의 변화가 나타나며, 안절부절 못하거나 말이나 행동이 느려지는 등의 증상을 보이며, 급격한 피로를 호소하고 자신과 환경에 대한 부정적인 지각과 판단이 두드러진다고 하였다. 권석만(2011)은 우울증은 삶을 매우 고통스럽게 만드는 정신장애인 동시에 “심리적 독감”이라고 부를 정도로 매우 흔한 장애라고 하였다. Blatt는 성인들의 우울증과 이들의 초기 어린 시절 경험 간에 밀접한 관련이 있다는 것을 인식하고 우울증을 대상관계 이론의 시각에서 좀 더 체계적으로 접근하려고 노력하였다(전 민, 2012).

Beck(1976)은 우울은 지속적인 슬픔 감정과 외로움, 공허감을 느끼며, 그다지 즐겁지 않은 정서적 감정, 자기비하, 죄의식, 무가치감, 주의력 저하, 무기력과 절망감과 같은 인지적 증상으로 왜곡을 보이며, 불면증, 식욕감퇴 등의 신체적 증상을 동반한다고 하였다. 우울은 통계적으로 아동기보다는 청소년기에 2배의 비

울로 나타나며(Compas & Grant, 1993; 아동발달심리학 10판, 하이란, 2013, 재인용), 청소년기부터는 남자보다 여자가 높은 유병률을 나타낸다(권석만, 2008).

성별에 따른 우울에서도 생애 초기에는 여아보다 남아가 우울성향의 우세를 나타냈지만(Seligman, Nolen-Hoeksema, & Girgus, 1986), 임상과 비 임상집단의 연구에서 13세 이후에는 소년들보다 소녀들 사이에서 우울이 더 보편적이 되며(권영심, 2013), 생물학적인 이론에서는 우울증이 신체적 원인에 의해서 생긴다는 가정에 기초한다(이병주, 2009). 특히 우울은 유전적 요인, 심리사회적 요인이 복합적으로 작용하여 발생하게 된다(McWhirter, McWhirter, Hart, & Gat, 2001; 우채영, 2009, 재인용). 우울은 청소년의 자살생각에 가장 즉각적인 영향행위를 주는 체계이다. 우채영(2009)은 청소년의 자살예측 요인중 첫 번째로 정신과적 장애 즉, 주요 우울증을 들고 있다. 최근 성별 간의 차이에 대한 심리학 연구에서는 성차별 주의자에 대한 연구가 감소되고 있다. 즉, 여성의 32%, 남성의 37%라는 수치에서 약 5%차이를 보고 있다는 것이다(Sanrock, 1996, 우채영, 2009, 재인용).

전영주(2011)는 여학생의 경우 현재 부모와의 관계의 질이 우울과 자살 생각에 통계적으로 유의미한 영향을 주는 것으로 나타났다. 최근 청소년의 우울은 지속적으로 증가하고 있는 추세이며, 청소년기 우울의 유병률은 10~20%로 높아 공중보건 측면에서 청소년 우울의 중요성이 부각되고 있다. WHO의 조사에 의하면 미국의 경우 15세 여자청소년의 49%와 남자청소년의 34%가 우울 증상을 경험하고 있는 것으로 나타났다(Scheidt, Overpeck, Wyatt, & Aszmann, 2000). 한국 보건사회연구원의 연구(남정자, 조익제, 1997)에서도 국내 청소년들의 우울 발생 비율이 성인이나 노인집단보다 더 높은 것으로 밝혀졌는데, 임상적인 우울을 가진 청소년들(15~19세)의 비율이 약 14%에 이르며, 이들의 우울은 학업과 진학, 인간관계와 같은 스트레스 요인과 상관성이 있는 것으로 보고되었다(우채영, 2009, 재인용). 최근 급증한 통신매체 사용에 관하여 Young, Rogers(1997)와 Gunn(1998)은 인터넷 중독과 우울과의 관계연구에서 BDI를 사용하여 측정한 결과 인터넷 중독을 보이는 사람들이 가벼운 정도에서 심각한 정도까지의 우울을 보임을 확인했고, 이런 우울이 낮은 자존감, 거절에 대한 두려움, 인정받고자 하는 욕구들과 함께 나타날 때, 작은 목소리, 눈맞춤, 제스처 등과 같은 비언어적

인 행동을 감출 수 있는 인터넷을 통한 상호작용 관계에 깊이 빠져들게 될 것이라고 논의에 덧붙였다(송원영, 1999; 김정숙, 2003, 재인용).

김유정(2002)은 우울, 공격성, 충동성, 자기개념 불일치가 인터넷 게임중독에 어떤 영향을 미치는지를 구조방정식을 통하여 검증한 결과, 게임중독집단은 비중독집단보다 더 우울하고 공격적인 것으로 나타났고, 우울과 공격성이 인터넷 게임 중독에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 채규만 외(2001)는 인터넷 중독에 빠지는 개인의 성격특성을 우울증, 충동성, 사회불안, 자극추구성향, 강박성, 낮은 문제 해결능력의 다섯 가지를 들고 있다(금창민, 2013). 박용민(2011)은 성인 집단의 우울, 강박증, 정신증, 불안 등과 같은 스마트폰 중독과의 유의미한 정적 상관을 보이는 것으로 조사되었다. 이봉수(2008)는 우울과 휴대폰 중독적 사용은 휴대폰 중독적 사용집단이 비중독적 사용집단에 비해 우울점수가 높게 나왔고(양심영, 2002; 김정숙, 2003), 외로움과 휴대폰 중독적 사용과의 관련성은 박용기(2003)), 차미숙(2006)의 연구에 의하면 외로움을 타는 응답자일수록 휴대폰을 중독적으로 사용할 가능성이 높다고 지적한 바 있다.

시대의 변화에 맞게 최근에는 스마트폰에 관한 연구도 증가하고 있는데 신영미(2011), 신향숙(2012)의 연구가 대표적이다. 신영미(2011)와 신향숙(2012)은 스마트폰 중독이 청소년에게 미칠 수 있는 영향에 대한 연구와 함께 스마트폰 중독 예방 및 치료에 시사점을 제공하였다.

5. 스마트폰 과다사용과 공격성

공격성의 개념을 살펴보면 Eron(1987)은 처음에는 공격성을 “타인에게 상처를 입히고 화나게 하려는 의도된 행동”으로 보았으나, 아동의 경우 의도를 측정하기가 어렵거나 불가능하기 때문에 관찰할 수 있는 특성 및 그 반응의 효과로 정의하여, ‘타인에게 상처를 입히고 화나게 하는 행동’으로 보았다(한영경, 2008, 재인용). 공격성과 정서조절 전략 간의 선행연구들을 살펴보면 이전에는 정서조절과 혼동되어 사용되어온 대처전략과의 관련성을 본 연구들이 있는데 대부분의 연구에서 스트레스와 같은 사건에 적극적으로 대처할수록 공격성이 유의하게 낮아진

다는 보고가 있었다(민귀식, 2001; Lohman & Jarvis, 2000; 배은영, 2008, 재인용).

Freud는 공격성을 인간의 핵심 추동으로 보았다. 초기에는 생의 추동(libido)을 핵심 추동으로 가정하였는데, 1차 세계대전이 참상을 목격하고는 인간에게는 죽음, 혹은 공격의 추동(thanatos)이 동시에 내재하고 있다고 결론을 내렸다. 공격 추동이 인간의 기본성향이 아니어서야 그와 같이 맹목적이고 엄청난 규모의 잔인한 폭력을 설명할 수 없기 때문이다(양지현, 2012, 재인용). 자녀에게 무관심하고 방임적인 부모 밑에서 자란 청소년들은 충동적이고 공격적이며, 자아존중감이 낮아지게 되며, 사회적으로 미숙하고 무능하며, 책임감이 없으며, 인지적 발달이 늦고 학업성적도 떨어지며, 사춘기 이후 불량화 되는 비율이 높은 것으로 알려지고 있다(송명자, 2008). 인터넷 중독자는 충동적이며, 공격적 성향이 강하다. 인터넷 중독을 충동성 장애로 간주하는 것에서 알 수 있듯이, 충동성은 인터넷 중독과 깊이 관련 있다. 이러한 관점은 공격성에도 동일하게 적용된다. 인터넷 중독자들이 빠져있는 칼이나 총을 사용하는 폭력 게임 콘텐츠는 공격성을 강화할 것임에 틀림없다. 인터넷 중독자들은 자존감이 매우 취약하다. 인터넷 중독자들은 가상공간과 현실공간의 경계를 구분하지 못한다(고영삼, 2012).

공격성향이 높은 사람은 자기중심적인 행동과 사고를 하며 타인을 착취하거나 혹은 피해를 주는 것에 대해서 아무런 감정이 없다. 대인이나 대물 폭력행위를 저지르고 그 결과로 처벌을 받아도 그것에 죄책감이 없고 죄의식에 둔감하고 타인을 비난한다. 공격성에 대한 개념은 크게 두 가지로 나누어서 정서적 공격성(emotional aggression)과 도구적 공격성(instrumental aggression)으로 볼 수 있다. 정서적 공격성은 감정에 따라서 공격을 하는 상황으로 그 행동자체가 목적이 된다. 즉, 자신이 느끼기에 불쾌하거나 분노를 발생시키는 상황에서 느끼는 감정으로 인해 상대방을 해치는 것이 주목적이 되는 행동이다. 반면 도구적 공격성은 공격행동 자체가 목적이 아니고 특정한 목적을 달성하기 위해서 공격을 하는 행위로서 공격의 행위를 통해 얻어지는 결과물을 획득하기 위한 수단으로 타인에게 해를 가하는 것이다(심응철, 1999; 이규효, 2011, 재인용).

Frodi 등(1977)은 공격성을 신체적, 언어적, 직접적, 간접적 공격성으로

나누었다. 신체적 공격성은 공격 대상에게 신체적 상해나 고통을 주려고 의도하거나 물건을 손상시키는 모든 반응이고, 언어적 공격성은 언어를 매개로 상대에게 심리, 사회적으로 해를 끼치는 모든 반응을 의미한다. 직접적 공격성은 화나게 만드는 사람, 즉, 공격성을 유발시킨 대상을 공격의 표적으로 하는 것이고, 간접적 공격성은 공격성을 유발시킨 대상 외에 다른 대상을 향하거나 일정한 대상이 없는 경우를 말한다(한영경, 2008 재인용). 여아들은 비방이나, 또래관계에 대한 조작 등의 교묘하고 간접적인 방법을 사용하여 우정이나 또래 관계에 대한 손상이나 통제를 통해 해를 가하는 행동을 보인다고 한다(손지영, 김현철, 2004; 한영경, 2008, 재인용). 공격성이란 관찰 가능한 행동뿐만 아니라 지각된 의도, 행동결과 행위자의 역할과 지위, 사회적 가치 등의 여러 가지 요인에 의해 사회적으로 공격적으로 판단되는 상해적 행동이라 정의된다(이성복, 2011). 관계적인 공격성은 남아에 비해 여아에게 더 많은 상처를 주게 된다. 사람들이 특히 공격성을 이해하고자 하는 중요한 이유 중의 하나는 그것이 안전감을 제공하고 예견할 수 있도록 하며, 따라서 생활에서 겪게 되는 위험을 예방하도록 할 수 있다는 것이다(김유진, 2005). 공격성은 타인과의 관계에서 뿐만 아니라 상대방에게 해를 가하는 것을 말한다.

공격성의 유형을 살펴보면 Merrell 등(2006) 학교장면에서 관계적 공격성에 대한 연구의 개괄을 하며 관계적 공격성이라는 용어를 지지하였다. 이들에 의하면 사회적 공격성은 사회적 상황에서 나타나는 신체적 행동이나 동물들의 공격성까지 포함하는 보다 넓은 범주로 사용되며, 간접적 공격성은 관계적 공격성이 꼭 간접적일 필요는 없기 때문에 보다 정확한 의미 전달을 위해 관계적 공격성이 적절하다고 주장하였다(Merrell et al. 2006; 한영경, 2008, 재인용). 관계적 공격성은 또래간의 우정관계를 조정함으로써 타인에게 해를 주고자 하는 간접적인 형태의 공격성이다. 또래간의 관계를 조정하거나 손상시킴으로서 타인의 또래 관계 혹은 소속감과 같은 의도적으로 해를 입히는 것에 초점을 두며, 전형적인 남아들이 보이는 때리기, 밀치기, 욕하기 등의 신체·언어적 공격성인 외현적 공격성과 대비되는 개념이다(Crick & Grotpeter, 1995; 양태연, 2010, 재인용).

Marsee 등(2007)은 반응적, 주도적 공격성이 다른 인지적, 정서적 특성들을 더 포함시키고, 관계적, 외현적 공격성이 서로 상충하는 문항들을 가지도록 수정해

새로운 척도를 개발하고 위협상태집단에 속하는 청소년들을 대상으로 4-요인 구조를 확인하였다. 관계적, 외현적 공격성으로 유형을 분류하면서 공격성의 기능적인 측면인 반응적, 주도적 공격성의 차원도 함께 보면서 분류하여 확인할 수 있는 연구의 기반이 나타나고 있다(한영경, 2008).

Dodge와 Coie(1987)는 반응적 공격성과 주도적 공격성으로 분류하였는데, 반응적 공격성은 지각된 위협이나 도발행동에 반응하는 것으로 이 공격성의 보복적인 특성은 공격성의 정서 유형(분노)과 관련되어 있다. 주도적 공격성은 특정한 보상을 얻기 위하여 일으키는 행동으로 다른 사람에게 영향력을 행사하거나 강요하는 협오적인 방법을 사용하고 매우 목표 지향적이다. Crick(1995)은 여아가 주로 보이는 전형적인 공격성 유형으로 관계지향적 공격성(relational aggression)을 제안하였는데, 이 개념은 또래간의 우정관계를 조정함으로써 다른 사람에게 해를 주려고 하는 공격성이다. 관계지향적 공격성은 여아들에게 더 많이 나타나며 이런 공격성은 남아들에 비해 여아들에게 더 많은 상처를 주게 된다(이정희, 2002).

반응적 공격성은 좌절-공격 이론에, 주도적 공격성은 사회학습이론에 그 근거를 두고 있다. 반응적 공격성은 지각된 위협이나 도발 상황에 반응하여 정서적 반응인 분노에 의해 일어나는 반면, 주도적 공격성은 타인을 지배하고 원하는 것을 원기 위한 도구로 공격행동을 일으키는 매우 목표 지향적이라 것이 특징이다.

외현적 공격성은 물리적 힘을 사용하거나 위협과 같은 걸로 들어나는 공격성이며, 관계적 공격성은 관계에 대한 손상이라는 위협을 포함하고 있으며, 반응적 공격성은 공격행동에 대한 반응으로 충동적이며, 위협에 반응하는 특성을 갖는다. 주도적 공격성은 성취하거나 빼앗고자 하는 목적을 가지고 발생한다(Bailey & Ostrov, 2008; 이 흥, 2009, 재인용).

인터넷은 다양한 압력과 공격적 충동을 적절히 표출할 줄 모르는 청소년들에게 있어서 경험한 다양한 좌절감을 표현하는 공간으로 적절하다고 보고 있다(Suler, 1998). 이와 같은 청소년에게 있어서뿐만 아니라 인터넷은 익명성과 표현의 자유로 인해 내면의 공격성을 표출할 수 있는 좋은 공간이다(이정숙, 2004). 김중범(1999)은 인터넷 중독과 공격성, 우울, 자존감, 외로움의 관계를 알아본 결과 유의미한 관계가 있다고 하였다. 이것은 현실공간에서 공격성을 표현할 때 이

에 대해 억압적인 태도를 취해 온 사람의 경우 현실생활에서는 공격성이 낮게 나타나게 되고 가상공간에서는 공격성을 표출하는 것이 어느 정도 받아들여지기 때문에 이 공격성을 표현할 수 있는 공간인 인터넷에 중독 되게 되는 것이라고 하였다(이정숙, 2004, 재인용).

사이버 공간에 관한 선행 연구들은 주로 두 가지 상반된 결과를 지지한다. 첫째는 현실에서의 공격성과 인터넷 상에서의 공격성이 일치한다는 주장(Young & Rodgers, 1998; 신소정, 2007)이다. 최근 국외에서는 현실에서의 공격성이 사이버 언어폭력과 관련이 높다는 연구결과가 나온 바 있다(Smith et al., 2008; Jackson et al., 2008). 둘째는 평상시에 폭언이나 욕을 하지 않는 사람이 사이버공간에서 오히려 공격적으로 행동한다는 주장(황상민, 한규석, 1999; 천정용, 2000; 김병석, 정은희, 2004)이다. Li(2007)는 공격행동 중 평상시와 사이버공간에서 공통적으로 나타나는 공격행동이 있는 반면, 상반되게 나타나는 공격행동도 있음을 밝혔다(조아라, 이정윤, 2010, 재인용). 이러한 공격성은 위험한 행동, 게임 중독, 인터넷 중독에서 유의미한 변인으로 알려져 있다(신연섭, 2012; 전소영, 2013, 재인용).

공격성은 모든 싸움, 공갈, 헐박, 욕설, 비웃음, 불안한 행동, 분노, 원한 등의 모든 폭력적 행위가 포함된다고 할 수 있다. 이혜선, 강차연(2007)의 연구에서도 공격성을 포함한 외현화 문제가 휴대폰 과다사용을 유의미하게 잘 설명해 주는 변인으로 나타났다고 보고하고 있다.

Ko 등(2009)은 폭력적인 프로그램을 시청한 이후의 인터넷중독 청소년들은 시청 전에 비해서 시청 후에 더 많은 공격 행동을 나타내었고 이러한 관련성은 인문계고등학생과 실업계학생에서보다 중학생에서 더 두드러지게 나타났다고 보고 하였다. 온라인채팅, 성인 웹사이트보기, 온라인게임, 온라인도박, 전자시스템 모두 공격적 행동과 관련이 있다는 결과를 나타냈다고 지적한 바 있다(강미영, 2012).

위에서 살펴본 연구에 의하면 공격성은 유·무형의 어떤 행동이나 의도를 통해 상대방으로 하여금 신체적·심리적인 해를 가는 행동이라 한다면 스마트폰 과다사용 청소년들도 신체적, 언어적 공격성과 같은 부정적인 경향이 더 두드러지고 스마트폰 사용이 증가하면서 심리적 스트레스가 증가하고 공격적인 행동이 증가한다고 할 수 있다.

6. 스마트폰 과다사용과 정신건강

스마트폰 과다사용 또는 휴대폰 중독에서와 마찬가지로 정신건강 측면에서 많은 문제점을 보일 것이라 생각할 수 있다. 어쩌면 휴대폰 중독보다는 스마트폰 과다사용 폐해가 더 클 것이라고 조심스럽게 추측해 볼 수도 있다. 왜냐하면 스마트폰에는 휴대폰 기능 외에도 인터넷 게임 기능, 그리고 SNS(Social Network Service)라는 커뮤니티 기능까지 들어 있어 언제 어디서나 사용이 간편하고 쉽게 인터넷을 접속할 수 있기 때문이다. 휴대폰 중독이 스마트폰 과다사용과 마찬가지로 정신적으로 부정적인 영향과 심각한 문제가 있을 것이라 지적한다.

장연정(2007)의 연구에서는 ‘인터넷 중독집단’은 우울, 강박증, 신체화, 대인예민성, 불안, 적대감, 공포불안, 편집증, 정신증 모두와 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 중학생을 대상으로 한 연구에서는 ‘인터넷 중독 수준’과 우울, 불안, 신체화, 강박증, 대인 예민증, 적대감, 공포불안 등의 영역에서 유의미한 차이를 나타내었다(김미영, 2003; 금창민, 2013, 재인용). 한주리와 허경호(2004) 또한 휴대전화 진단의 하위요인인 병적 몰입, 생활장애, 통제상실, 강박증상 모두 충동성과 정적인 상관에 있음을 밝혔다. 대학생들을 대상으로 한 연구에서는 충동성, 동조성, 고립감, 불안감이 휴대전화 중독에 영향을 미치는 요인으로 나타났는데 성별, 연령별 차이가 나타났다.

공격성향이 높은 사람은 자기중심적인 행동과 사고를 하며 타인을 착취하거나 혹은 피해를 주는 것에 대해서 아무런 감정이 없다. 청소년들은 충동적이고 공격적이며, 자아존중감이 낮아지게 되며, 사회적으로 미숙하고 무능하며, 책임감이 없으며, 인지적 발달이 늦고 학업성적도 떨어지며, 사춘기 이후 불량화 되는 비율이 높은 것으로 알려지고 있다.

이상의 연구결과를 종합해 보면 스마트폰 과다사용과 휴대전화와 인터넷 과다사용은 우울과 공격성에 영향을 미치며, 특히 신체변화와 심리적 변화가 빠른 청소년기는 성인으로서의 역할을 감당하기 위한 준비기간이다. 이러한 과정에서 스마트폰 과다사용 등은 우울을 비롯한 낮은 자존감, 수면부족, 피로감, 불안감, 만성적인 불안감, 혼란을 경험하게 되며, 이로 인한 정신건강을 위협받게 된다. 이

로 인해 학교폭력은 물론 이유 없이 폭력을 행사하거나 묻지마 범죄 같은 일이 발생할 수 있다. 부분별한 스마트폰 사용은 결국 우리의 다음세대인 청소년을 망하게 한다.

III. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 2013년 4월 서귀포시 소재한 여자중학교 1~3학년 학생과 2013년 9월 제주시 소재한 여자중학교 1~3학년 학생들을 대상으로 임의 표집하여, 총 535명에게 설문지를 배부하였으며, 수업시간에 작성하고 회수하는 방식으로 실시되었다. 이중 498부가 회수 되었고 불성실 대답 7부를 제외한 최종 491부를 분석자료로 사용하였다.

인구학적 특성에 따른 연구대상을 살펴보면 <표 III-1> 와 같다.

<표III-1> 인구학적 특성에 따른 연구대상

구분		빈도(명)	백분율(%)
성별	여자	491	100.0
	중1	152	31.0
학년	중2	58	11.8
	중3	281	57.2
소유 휴대폰	스마트폰	491	100.0
계		491	

2. 연구도구

1) 스마트폰 과다 사용 척도

한국정보화진흥원(2011)에서 『스마트폰중독 진단척도 개발연구』라는 진단척도를 개발하였으나 스마트폰 중독 정도를 측정하는 정식 척도가 없는 상태다.

본 연구는 스마트폰 과다 사용을 알아보기 위해 박용민(2011)의 ‘스마트폰 중독 척도’를 윤영숙(2013)의 수정·보완한 척도를 사용하였다.

본 척도의 하위요인은 ‘병적몰입(6문항)’, ‘생활장애(5문항)’, ‘통제상실(5문항)’, ‘강박상실(4문항)’의 4개의 영역으로 총 20문항으로 구성되어 있다. ‘병적몰입’은 설문지의 2, 4, 5, 6, 8, 19번의 항목에 해당된다. ‘생활장애’는 설문지의 9, 10, 15, 17, 20번의 항목에 해당된다. ‘통제상실’은 설문지의 1, 3, 11, 12, 13번의 항목에 해당된다. ‘강박장애’는 7, 14, 16, 18번의 항목에 해당된다.

각 문항은 “매우 그렇다”, “대체로 그렇다”, “보통이다”, “대체로 그렇지않다”, “전혀 그렇지 않다”로 Likert식 1점에서 5점 척도로 구성되었다. 점수는 1~100까지이며, 점수가 높을수록 스마트폰 과다사용 성향이 높음을 알 수 있다. 스마트폰 중독에 관한 연구를 한 박용민(2011)의 연구에서는 신뢰도계수(Cronbach’s α)가 .93이었고, 윤영숙(2013)은 전체 문항에 대한 신뢰도가 .95이었다.

본 연구에서도 척도의 4개 하위별 신뢰도 계수는 <표Ⅲ-2>에서 제시된 바와 같이 병적몰입 .824, 생활장애 .833, 통제상실 .870, 강박장애 .802로 나타났으며, 전체 문항의 신뢰도 계수는 .943이었다.

<표Ⅲ-2> 스마트폰 과다사용 척도 문항구성 및 신뢰도

하위요인	내 용	문항번호	문항수	신뢰도
병적몰입	스마트폰에 대한 몰입정도가 일반생활에 있어서 병적으로 심함	2, 4, 5, 6, 8, 19	6	.824
생활장애	스마트폰 과다사용으로 인해 생활에 부정적인 영향이 있음에도 계속 스마트폰을 사용하고자 함	9,10,15,17,20	5	.833
통제상실	스마트폰 사용에 대한 개인의 통제력이 약하거나 미치지 않을 정도로 조절하지 못함	1, 3, 11, 12, 13	5	.870
강박장애	스마트폰이 없으면 불안과 초조를 경험함	7, 14, 16, 18	4	.802
총문항			20	.943

2) 우울척도

우울척도(Children's Depression Inventory: CDI)는 BDI(Beck Depression Inventory)의 수정판으로서 Kovacs(1981)가 개발한 자기 보고형 척도이다.

8세에서 17세의 아동 및 청소년에게 실시할 수 있으며, 우울의 인지적, 정서적, 행동적 증상을 평가하기 위한 Likert식 3점 척도로 27개 문항으로 구성되어 있다. 청소년을 대상으로 연구한 대부분의 연구에서는 성인용 우울 검사인 BDI(Beck Depression Inventory, 1961)을 사용하고 있으나, CDI는 학교생활에 관한 문항 등이 포함되어 있다. 청소년들이 민감하게 반응하여 응답에 역효과를 미치는 것으로 보고된 리비도의 상실에 관한 항목이 빠져 있어 BDI보다 아동과 청소년에게 적합한 척도이다(Craighead, 1990).

Beck(1967)의 성인용 우울척도를 청소년과 아동의 연령에 맞게 변형시킨 것으로 7세에서 17세까지의 아동과 청소년을 대상으로 실시할 수 있으며, 총 27문항으로 이루어져 있다. 각 문항들에 대해 자기 자신을 가장 잘 기술해주는 정도를 0점에서 2점으로 평정하도록 되어 있으며, 각 문항에 대한 개인의 평정치를 합산한 총점이 우울정도를 나타낸다. 2, 5, 7, 8, 10, 11, 13, 15, 16, 18, 21, 24, 25번 문항은 반전 점수화 하는 문항으로 위에서부터 2점, 1점, 0점으로 채점한다. 총점의 범위는“0점(전혀 우울하지 않는 경우)”에서 “54점(매우 우울한 경우)”으로, 점수가 높을수록 우울정도가 심하고 다양한 우울 증상을 보이는 것을 나타낸다. 한상희(2005)의 연구에서는 신뢰도계수(Cronbach's α)는 .84였다. 본 연구에서 신뢰도 계수는 .855였다.

3) 공격성 척도

Marsee, Kimonis와Frick(2004)이 제작한 또래갈등척도(PCS; Peer Conflict Scale) 40문항을 한영경(2008) 공동번역하고 임상심리학 전공교수가 재검토한 것을 공격성 척도로 사용하였다. 공격성 척도는 반응적 주도적 공격성 척도가 직접적으로 해를 끼치는 공격성만을 포함하고 있는 한계를 극복하기 위해 반응적, 주도적 공격성에서 관계적, 외현적 공격성 차원을 모두 측정할 수 있도록 보완된 Likert식 4점 척도이다. 총 40문항으로 이루어졌으며, 4개의 차원을 포함하고(반

응적 관계적, 주도적 관계적, 반응적 외현적, 주도적 외현적), 각 차원마다 10개의 문항으로 이루어져 있다.

각 문항에 대해 ‘전혀 그렇지 않다’, ‘약간 그렇다’, ‘매우 그렇다’, ‘확실히 그렇다’로 점수는 0~3점으로 구성되었다. 각 문항의 예는 반응적 외현적 ‘놀림 당하면, 다른 사람을 다치게 하거나 무언가를 부술 것이다’, 주도적 외현적 ‘게임이나 경쟁에서 이기려고 다른 사람을 다치게 했다’, 반응적 관계적 ‘누군가에게 화가 났을 때 때때로 그 사람에 대해 뒷말을 한다’, 주도적 관계적 ‘다른 사람을 놀리는 것이 재미있다’ 등과 같다. 외현적 공격성의 문항으로는 1, 3, 5, 8, 11, 12, 14, 16, 18, 20, 21, 24, 25, 27, 28, 30, 33, 35, 36, 37번의 항목에 해당된다. 관계적 공격성의 문항으로는 2, 4, 6, 7, 9, 10, 13, 15, 17, 19, 22, 23, 26, 29, 31, 32, 34, 38, 39, 40번의 항목에 해당된다.

한영경(2008)의 연구에서는 공격성척도의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 전체 외현적 공격성의 경우 .90, 전체 관계적 공격성의 경우 .88, 반응적 외현적 공격성의 경우, .87, 주도적 외현적 공격성의 경우.80 반응적 관계적 공격성의 경우 .80 주도적 관계적 공격성의 경우 .76이었다. 양태연(2010)의 연구에서는 외현적 공격성.94, 관계적 공격성 .85이며, 전체공격성은 .93으로 보고되었으며, 윤현경(2012)의 연구에서도 외현적 공격성 .885, 관계적 공격성 .869이었다.

본 연구에서는 공격성 척도의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 전체 공격성의 경우 .968, 반응적 외현적 공격성의 경우 .899, 주도적 외현적 공격성의 경우 .910, 반응적 관계적 공격성의 경우 .893, 주도적 관계적 공격성의 경우 .889이었다.

3. 자료처리 및 분석

본 연구의 문제를 해결하기 위해 수집된 자료는 정량적인 자료 분석방법으로 SPSS for Windows 18.0 프로그램을 이용하여 통계처리 하였다.

대상자의 일반적 특성 알아보기 위하여 빈도와 백분율을 구하고, 스마트폰 사용에 따른 우울과 공격성에 미치는 영향을 알아보기 위하여 회귀분석 (Regression Analysis)을 실시하였다.

IV. 연구결과 및 해석

1. 변인들의 평균 및 표준편차

<표IV-1> 스마트폰 사용, 우울, 공격성의 평균 및 표준편차

N=491

구 분	변인	평균	표준편차
스마트폰 사용	병적몰입	10.1	4.0
	생활장애	12.8	4.9
	통제상실	52.1	16.9
	강박장애	10.1	4.0
	전체	52.1	16.9
우 울	전체	14.4	8.1
공격성	반응적 외현적	48.2	12.9
	주도적 외현적	12.1	3.4
	반응적 관계적	48.2	12.9
	주도적 관계적	12.1	3.4
	전체	48.2	12.9

2. 스마트폰 사용, 우울, 공격성의 상관관계

<표IV-2> 스마트폰 사용, 우울, 공격성의 상관관계

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
스 마 트 폰 사 용	1. 병적몰입	1										
	2. 생활장애	.731	1									
	3. 통제상실	.727	.820	1								
	4. 강박장애	.703	.734	.687	1							
	5. 전체	.887	.921	.909	.860	1						
	6. 우울	.326	.266	.253	.274	.313	1					
공 격 성	7. 반응적 외현적	.273	.277	.229	.251	.288	.259	1				
	8. 주도적 외현적	.258	.210	.169	.199	.234	.233	.789	1			
	9. 반응적 관계적	.242	.218	.230	.232	.257	.267	.819	.779	1		
	10. 주도적 관계적	.274	.244	.230	.228	.273	.226	.775	.870	.843	1	
	11. 전체	.282	.257	.233	.247	.285	.267	.916	.919	.934	.938	1

3. 스마트폰 과다사용이 우울에 미치는 영향

가설 1-1. 스마트폰 과다사용이 우울에 유의미한 영향을 줄 것이다.

1) 스마트폰 과다사용이 우울에 미치는 영향

스마트폰 과다사용이 우울에 미치는 영향을 알아보기 위해 변인들의 단순회귀 분석을 한 결과는 <표IV-3>와 같다.

<표IV-3> 스마트폰 과다사용이 우울에 미치는 영향

N=491

	독립변수	계수(B)	계수의 표준오차	β	t
전체	상수	6.55	1.13	-	5.81**
	스마트폰 과다사용	.15	.02	.31	7.28**
	R=.31(a) 수정된 R 제곱= .10 F= 53.01 P=.000				

** p<.01

<표IV-3>와 같이 전체를 대상으로 단순회귀분석의 결과에 대하여 살펴보면, 스마트폰 과다사용이 우울에 영향을 미치고 있으며, 이 요인으로 구성된 회귀식은 우울을 분석하는데 유의미($p<.01$)하며, 이 요인으로 우울을 예측하는데 10%의 설명력을 갖는 것으로 나타났다.

스마트폰 과다사용이 우울에 미치는 영향력에 대하여 살펴보면, 스마트폰 과다사용($\beta=.31$)이 정적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

2) 스마트폰 과다사용 하위요인들이 우울에 미치는 영향

가설 1-2. 스마트폰 과다사용 하위요인이 우울에 유의미한 영향을 줄 것이다.

(1) 병적몰입이 우울에 미치는 영향

병적몰입이 우울에 미치는 영향을 알아보기 위해 변인들의 단순회귀분석을 한 결과는 <표IV-4>와 같다.

<표IV-4> 병적몰입이 우울에 미치는 영향

N=491

	독립변수	계수(B)	계수의 표준오차	β	t
전체	상수	6.61	1.07		6.16**
	병적몰입	.53	.07	.33	7.63**
	R=.33(a) 수정된 R 제곱=.11 F=58.27 P=.000				

** $p<.01$

<표IV-4>와 같이 전체를 대상으로 단순회귀분석의 결과에 대하여 살펴보면, 병적몰입이 우울에 영향을 미치고 있으며, 이 요인으로 구성된 회귀식은 우울을 분석하는데 유의미($p<.01$)하며, 이 요인으로 우울을 예측하는데 11%의 설명력을 갖는 것으로 나타났다.

병적몰입이 우울에 미치는 영향력에 대하여 살펴보면, 스마트폰 과다사용($\beta=.33$)이 정적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

(2) 생활장애가 우울에 미치는 영향

생활장애가 우울에 미치는 영향을 알아보기 위해 변인들의 단순회귀분석을 한 결과는 <표IV-5>와 같다.

<표IV-5> 생활장애가 우울에 미치는 영향

N=491

	독립변수	계수(B)	계수의 표준오차	β	t
전체	상수	8.75	.98		8.90**
	생활장애	.44	.07	.27	6.10**
R=.27(a) 수정된 R 제곱=.07 F=37.28 P=.000					

** p<.01

<표IV-5>와 같이 전체를 대상으로 단순회귀분석의 결과에 대하여 살펴보면, 생활장애가 우울에 영향을 미치고 있으며, 이 요인으로 구성된 회귀식은 우울을 분석하는데 유의미(p<.01)하며, 이 요인으로 우울을 예측하는데 7%의 설명력을 갖는 것으로 나타났다.

생활장애가 우울에 미치는 영향력에 대하여 살펴보면, 스마트폰 과다사용(β =.27)이 정적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

(3) 통제상실이 우울에 미치는 영향

통제상실이 우울에 미치는 영향을 알아보기 위해 변인들의 단순회귀분석을 한 결과는 <표IV-6>와 같다.

<표IV-6> 통제상실이 우울에 미치는 영향

N=491

	독립변수	계수(B)	계수의 표준오차	β	t
전체	상수	8.31	1.10		7.53**
	통제상실	.41	.07	.25	5.79**
R=.25(a) 수정된 R 제곱=.06 F=33.52 P=.000					

** p<.01

<표IV-6>와 같이 전체를 대상으로 단순회귀분석의 결과에 대하여 살펴보면, 통제상실이 우울에 영향을 미치고 있으며, 이 요인으로 구성된 회귀식은 우울을 분석하는데 유의미($p<.01$)하며, 이 요인으로 우울을 예측하는데 7%의 설명력을 갖는 것으로 나타났다.

통제상실이 우울에 미치는 영향력에 대하여 살펴보면, 스마트폰 과다사용($\beta =.25$)이 정적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

(4) 강박증상이 우울에 미치는 영향

강박증상이 우울에 미치는 영향을 알아보기 위해 변인들의 단순회귀분석을 한 결과는 <표IV-7>와 같다.

<표IV-7> 강박증상이 우울에 미치는 영향

N=491

	독립변수	계수(B)	계수의 표준오차	β	t
전체	상수	8.76	.10		9.18**
	강박증상	.55	.09	.27	6.30**
R=.27(a) 수정된 R 제곱=.07 F=39.63 P=.000					

** $p<.01$

<표IV-7>와 같이 전체를 대상으로 단순회귀분석의 결과에 대하여 살펴보면, 강박증상이 우울에 영향을 미치고 있으며, 이 요인으로 구성된 회귀식은 우울을 분석하는데 유의미($p<.01$)하며, 이 요인으로 우울을 예측하는데 7%의 설명력을 갖는 것으로 나타났다.

강박증상이 우울에 미치는 영향력에 대하여 살펴보면, 스마트폰 과다사용($\beta =.27$)이 정적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

4. 스마트폰 과다사용이 공격성에 미치는 영향

가설 2-1. 스마트폰 과다사용이 공격성에 유의미한 영향을 줄 것이다.

1) 스마트폰 과다사용이 공격성에 미치는 영향

스마트폰 과다사용이 공격성에 미치는 영향을 알아보기 위해 변인들의 단순회귀분석을 한 결과는 <표IV-8>와 같다.

<표IV-8> 스마트폰 과다사용이 공격성에 미치는 영향

N=491

	독립변수	계수(B)	계수의 표준오차	β	t
전체	상수	36.78	1.82		20.16**
	스마트폰 과다사용	.22	.03	.29	6.57**
	R=.29(a) 수정된 R 제곱=.08 F=43.17 P=.000				

** p<.01

<표IV-8>와 같이 전체를 대상으로 단순회귀분석의 결과에 대하여 살펴보면, 스마트폰 과다사용이 공격성에 영향을 미치고 있으며, 이 요인으로 구성된 회귀식은 공격성을 분석하는데 유의미(p<.01)하며, 이 요인으로 공격성을 예측하는데 8%의 설명력을 갖는 것으로 나타났다.

스마트폰 과다사용이 공격성에 미치는 영향력에 대하여 살펴보면, 스마트폰 과다사용($\beta=.29$)이 정적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

2) 스마트폰 과다사용 하위요인들이 공격성에 미치는 영향

가설 2-2. 스마트폰 과다사용 하위요인이 공격성에 유의미한 영향을 줄 것이다.

(1) 병적몰입이 공격성에 미치는 영향

병적몰입이 공격성에 미치는 영향을 알아보기 위해 변인들의 단순회귀분석을 한 결과는 <표IV-9>와 같다.

<표IV-9> 병적몰입이 공격성에 미치는 영향

N=491

	독립변수	계수(B)	계수의 표준오차	β	t
전체	상수	37.45	1.75		21.46**
	병적몰입	.74	.11	.28	6.49**
	R=.28(a) 수정된 R 제곱=.08 F=42.17 P=.000				

** p<.01

<표IV-9>와 같이 전체를 대상으로 단순회귀분석의 결과에 대하여 살펴보면, 병적몰입이 공격성에 영향을 미치고 있으며, 이 요인으로 구성된 회귀식은 공격성을 분석하는데 유의미(p<.01)하며, 이 요인으로 공격성을 예측하는데 8%의 설명력을 갖는 것으로 나타났다.

병적몰입이 공격성에 미치는 영향력에 대하여 살펴보면, 스마트폰 과다사용(β =.28)이 정적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

(2) 생활장애가 공격성에 미치는 영향

생활장애가 공격성에 미치는 영향을 알아보기 위해 변인들의 단순회귀분석을 한 결과는 <표IV-10>와 같다.

<표IV-10> 생활장애가 공격성에 미치는 영향

N=491

	독립변수	계수(B)	계수의 표준오차	β	t
전체	상수	39.50	1.58		24.99**
	생활장애	.68	.12	.26	5.89**
	R=.26(a) 수정된 R 제곱=.06 F=34.67 P=.000				

** p<.01

<표IV-10>와 같이 전체를 대상으로 단순회귀분석의 결과에 대하여 살펴보면,

생활장애가 공격성에 영향을 미치고 있으며, 이 요인으로 구성된 회귀식은 공격성을 분석하는데 유의미($p < .01$)하며, 이 요인으로 공격성을 예측하는데 6%의 설명력을 갖는 것으로 나타났다.

생활장애가 공격성에 미치는 영향력에 대하여 살펴보면, 스마트폰 과다사용($\beta = .26$)이 정적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

(3) 통제상실이 공격성에 미치는 영향

통제상실이 공격성에 미치는 영향을 알아보기 위해 변인들의 단순회귀분석을 한 결과는 <표IV-11>와 같다.

<표IV-11> 통제상실이 공격성에 미치는 영향

N=491

	독립변수	계수(B)	계수의 표준오차	β	t
전체	상수	39.25	1.78		22.08**
	통제상실	.61	.12	.23	5.31**
R=23(a) 수정된 R 계곱=.05 F=28.14 P=.000					

** $p < .01$

<표IV-11>와 같이 전체를 대상으로 단순회귀분석의 결과에 대하여 살펴보면, 통제상실이 공격성에 영향을 미치고 있으며, 이 요인으로 구성된 회귀식은 공격성을 분석하는데 유의미($p < .01$)하며, 이 요인으로 공격성을 예측하는데 5%의 설명력을 갖는 것으로 나타났다.

통제상실이 공격성에 미치는 영향력에 대하여 살펴보면, 스마트폰 과다사용($\beta = .23$)이 정적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

(4) 강박증상이 공격성에 미치는 영향

강박증상이 공격성에 미치는 영향을 알아보기 위해 변인들의 단순회귀분석을 한 결과는 <표IV-12>와 같다.

<표IV-12> 강박증상이 공격성에 미치는 영향

N=491

	독립변수	계수(B)	계수의 표준오차	β	t
전체	상수	40.10	1.54		25.99**
	강박증상	.80	.14	.25	5.63**
	R=.25(a) 수정된 R 제곱=.06 F=31.73 P=.000				

** p<.01

<표IV-12>와 같이 전체를 대상으로 단순회귀분석의 결과에 대하여 살펴보면, 강박증상이 공격성에 영향을 미치고 있으며, 이 요인으로 구성된 회귀식은 공격성을 분석하는데 유의미(p<.01)하며, 이 요인으로 공격성을 예측하는데 6%의 설명력을 갖는 것으로 나타났다.

강박증상이 공격성에 미치는 영향력에 대하여 살펴보면, 스마트폰 과다사용(β =.25)이 정적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

V. 논의 및 결론

본 연구는 제주특별자치도에 소재한 여자중학교 3개 학교를 중심으로 스마트폰 과다사용이 여자중학생의 우울과 공격성에 미치는 영향과 스마트폰 과다사용 하위요인이 우울과 공격성에 미치는 영향을 검증해 보았다.

본 연구에서 얻은 결과를 중심으로 몇 가지 논의를 해보면 다음과 같다.

첫째, 스마트폰 과다사용이 여자 중학생의 우울에 정적(+)으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 중고등학생을 대상으로 한 금창민(2013)의 연구에서 스마트폰 중독경향성과 우울과의 상관은 유의미한 정적상관이 있는 것으로 나타나 스마트폰 과다사용이 우울에 영향을 미친다는 연구결과와도 일치하며, 고충숙(2011)의 연구에서도 휴대폰 중독적 사용집단이 신체화 증상과 우울감을 더 많이 호소하고 있으며, 강박적이고 대인관계에 있어서 더 예민하다고 지적한 바 있다. 김보연(2012)의 연구에서도 폰 중독 수준이 높은 학생이 우울 및 피로, 스트레스 반응을 더 많이 보인다는 결과와도 일치한다. 이러한 결과를 통해서 인터넷 중독 문제와 상관이 높은 것으로 밝혀진 정신건강의 문제가 스마트폰을 과다사용 하는 여자중학생의 우울에도 영향을 미친다는 결과라고 볼 수 있었다.

둘째, 스마트폰 과다사용 하위요인이 여자 중학생의 우울에 정적(+)으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 과다사용 하위요인인 ‘병적몰입’, ‘생활장애’, ‘통제상실’, ‘강박증상’이 우울에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 이은형(2007)의 연구에서도 휴대전화 중독 하위요인 강박장애, 생활장애, 의존증상 등 여자에게 일상생활의 증상이 발견된다고 보고한 것과 일치하는 것으로 나타났다. 감성적이고 사람들과 관계성을 중시여기는 여자중학생이 스마트폰 과다사용과 우울에 더 직접적인 영향을 주는 것이라 할 수 있다. 본 연구에서 스마트폰 과다사용이 여자중학생의 우울에 영향을 주고 있다는 사실을 알 수 있다. 이는 스마트폰 과다사용이 우울취약성이 높다는 전 민(2012)과 이정임(2013)의 연구에서도 여자 청소년이 인터넷 중독으로 인한 우울감과 스트레스가 꾸준히 증가하고 있다고

보고하고 있어 본 연구결과를 지지하였다.

셋째, 스마트폰 과다사용이 여자 중학생의 공격성에 정적(+)으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 임병익(2013), 김종범(1999), 이현애(2010)의 연구에서도 인터넷 중독 수준이 높을수록 공격성 수준이 높다는 결과와 일치하였다.

넷째, 스마트폰 과다사용 하위요인들이 공격성에 미치는 영향을 보면, 여자 중학생의 공격성에 정적(+)으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이 결과는 윤영숙(2013), 서은희(2000)의 연구에서 스마트폰 과다사용 하위요인인 병적몰입, 생활장애, 통제상실, 강박증상, 공격적인 성향과 가장 상관이 있는 것으로 본 연구결과와도 일치하는 것으로 나타났다.

본 연구에서 얻은 결과를 중심으로 결론을 제시해보면 다음과 같다.

첫째, 청소년의 스마트폰 과다사용이 우울과 공격성에 영향을 미치는 만큼 청소년의 스마트폰 중독을 예방하기 위해 상담 현장에서 스마트폰을 과다사용하는 청소년을 이해하는 자료가 될 수 있을 것이며, 상담목표를 설정하는데도 도움이 될 것이다. 기존의 선행연구결과에서는 성별을 고려하지 않고 청소년들을 대상으로 스마트폰 과다사용에 대한 상담프로그램이나 예방 프로그램을 구성하였는데, 본 연구결과를 통해서 여자중학생의 특성에 맞는 스마트폰 예방 및 상담프로그램을 구성할 수 있을 것으로 본다. 향후 여자중학생을 대상으로 한 스마트폰 과다사용 상담 및 예방 프로그램에 있어서 병적몰입에 관한 부분을 좀 더 세밀하게 검토하고 진행한다면 스마트폰 과다사용에 따른 예방 및 상담프로그램을 진행함에 있어서 좀 더 긍정적인 변화를 줄 것으로 본다. 한국청소년정책연구원(2013)의 조사 결과에서 보면 ‘카카오톡·게임’ 같은 오락보다 지식 검색이나 생활 정보 취득 등 생산적 목적으로 사용하는 학생들은 중독률이 떨어지는 것으로 나타났다. 이를 통해 미디어 교육을 통해 학생들에게 좀 더 다양한 목적으로 쓰는 방법을 지도할 필요가 있다고 본다. 앞으로 스마트폰 과다사용 청소년들은 계속해서 늘어날 것이고 그에 따른 정신건강의 문제 또한 심각해질 것이다. 급속하게 변화하고 있는 스마트폰의 다기능화로 인해 스마트폰 과다사용 청소년들은 지금보다 훨씬 더 증가할 것으로 보인다. 스마트폰 과다사용 청소년들의 특성을 고려

한 예방적 프로그램이 개발되어야 하며, 상담현장에서도 이러한 프로그램을 활용한 예방적 교육과 더불어 다양한 홍보가 절실히 필요하다.

둘째, 청소년기의 스마트폰 중독을 예방하기 위해서는 가정, 학교, 사회가 모두 함께 관심을 갖는 것이 필요하다고 본다. 또래관계를 중요시 여기는 청소년기에 스마트폰은 또래관계를 형성하고 외로움이나 소외감을 해소하기 위한 중요한 수단으로 사용하고 있어 많은 집착으로 인해 일상생활을 부정적인 영향을 미치고 있다. 장시간 스마트폰에 노출되어 있거나 게임, 인터넷을 통해 강한 자극에 노출되면서 현실에 무감각해지고 주의력도 떨어지게 된다. 이는 청소년들이 화를 참지 못하는 성격과 오랫동안 스마트폰에 노출될 경우 조그마한 자극에도 화를 내며 이로 인해 대인관계 및 가족 간의 갈등이 유발될 수 있다. 자라나는 청소년들이 스마트폰 사용과 정신건강에 문제가 없도록 지방과 정부는 적극적인 홍보 활동과 청소년들은 심리적으로 취약함으로 스마트폰 사용에 대한 적절한 대응과 스마트폰 과다사용을 예방하고 치료하는 프로그램 개발이 필요하며, 청소년들의 스마트폰 중독을 예방하기 위한 교사연수, 학부모 교육과 함께 청소년들이 안전하게 스마트폰을 사용할 수 있는 국가적인 차원에서 지원이 이루어져야 한다. 스마트폰 과다사용으로 인해 가족간, 친구간, 갈등을 초래할 수 있고, 청소년기에 받은 부정적 영향이 큰 만큼 청소년들이 긍정적으로 스마트폰을 사용하고 관리할 수 있도록 교사, 학부모, 정부가 체계적인 네트워크를 구성하여 지속적인 관심을 갖고 청소년의 스마트폰 중독을 예방해야 할 것이다.

본 연구의 제한점과 후속연구를 위하여 다음과 같은 몇 가지 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구는 제주도내 일부 여자 중학교로 학생들을 상대로 한 조사였다. 제주도내 전체 중학교로 일반화 되지 못했다는 점이다.

둘째, 본 연구에서는 스마트폰 과다사용과 우울, 스마트폰 과다사용과 공격성이라는 범위 안에서만 연구가 진행되었다. 우울과 공격성간의 하위요인을 포함한 연구가 진행된다면 좀 더 제주 청소년들에 대한 스마트폰 과다사용 예방대책과 적극적인 교육을 통해 과다사용에 따른 정신건강에 관해서도 질적 연구가 병행된 후속연구가 필요하다.

셋째, 본 연구는 여자중학생의 자기보고식 질문지법을 사용하였기 때문에 여기에서 설문 응답자의 스마트폰 과다사용, 우울, 공격성 정도가 실제보다 더 크거나 적게 보고할 가능성이 있다. 따라서 후속 연구에서는 자기 보고식 연구의 문제점과 오류를 보완·배제할 수 있는 방안이 필요하며, 면접을 통한 질적 연구도 추가적으로 필요하다.

참 고 문 헌

- 강미영(2012). 초·중·고등학생의 인터넷중독과 휴대전화중독에 따른 공격성 차이. 나사렛대학교 재활복지대학원 석사학위논문.
- 강진령(2011). DSM-IV-TR. 서울: 학지사.
- 고영삼(2012). 인터넷에 빠진 아이. 서울; 배가북스.
- 고충숙(2011). 청소년의 휴대폰 중독적 사용이 정신건강에 미치는 영향. 제주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 권석만(2008). 현대이상심리학. 서울: 학지사.
- 권영심(2013). 중학생의 인터넷 과다사용 장애와 스마트폰 과다사용 장애간의 관계 : 우울·불안의 중재 영향. 중부대학교 원격대학원 석사학위논문.
- 금창민(2012). 중·고등학생의 스마트폰 '중독 경향성(Proneness)'과 정신건강 문제에 관한 연구. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 김동일, 이윤희, 이주영, 김명찬, 금창민, 남지은, 강은비, 정여주(2012). 미디어 이용대체·보완과 중독: 청소년과 성인의 인터넷 및 스마트폰 사용형태를 중심으로. 청소년상담연구. vol. 20, No. 1, 71-88.
- 김보연(2011). 고등학생의 인터넷게임 중독 및 스마트폰 중독과 수면부족 및 스트레스와의 관계. 삼육대학교 대학원 석사학위논문.
- 김영현(2011). 우리나라 청소년의 고위험 인터넷 이용 실태와 관련 요인. 인제대학교 석사학위논문.
- 김유진(2005). 공격성과 사회적 위축에 대한 유아의 추론과 행동. 숙명여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 김정숙(2003). 휴대폰 과다사용 청소년이 자아존중감 및 우울, 충동성. 단국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김종범(1999). 인터넷 중독 하위 집단의 특성 연구. -자존감, 우울, 외로움, 공격성을 중심으로. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 미래창조과학부(2012). 무선인터넷이용실태조사.

- 박기원(2009). **청소년의 우울에 미치는 관련변인 연구. -성별차이를 중심으로.**
 중앙대학교 대학원 석사학위논문.
- 박용민(2011). **성인들의 스마트폰 중독과 정신건강에 관한 연구.** 상지대학교
 평화안보·상담심리대학원 석사학위논문.
- 박은정(2008). **초등학생의 인터넷 게임중독과 충동성, 공격성과의 관계.** 아주
 대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박정아(2013). **중학생의 자기통제력이 스마트폰 중독성향에 미치는 영향.** 제
 주대학교 대학원 석사학위논문.
- 박지선(2011). **청소년 및 대학생의 스마트폰 중독 경향성에 영향을 미치는
 관련 변인.** 단국대학교 대학원 석사학위논문.
- 박진규(2012). **청소년 문화.** 서울: 학지사.
- 배은영(2008). **우울공격성향 청소년의 인지적 정서조절 전략의 특징.** 성신여
 자대학교 대학원 석사학위논문.
- 서은희(2000). **폭력적 PC 게임이 청소년의 공격행동에 미치는 영향.** 충남대
 학교 대학원 석사학위논문.
- 송명자(2008). **발달심리학.** 서울: 지학사.
- 송수민, 박성민(2008). **인터넷중독 유형별 개입 프로그램 개발 연구.** 한국청소
 년상담원.
- 신영미(2011). **스마트폰 이용동기 및 정도와 과다사용 간의 관계.** 단국대학교
 교육대학원 석사학위논문.
- 신향숙(2012). **청소년 스마트폰 메시지서비스 사용실태와 인간관계 미치는 영
 향에 관한 연구.** 한양대학교 이노베이션대학원 석사학위논문.
- 양지현(2012). **초기 청소년 공격성과 컴퓨터 사용시간 간 종단적 관계.** 홍익
 대학교 대학원 석사학위논문.
- 양종훈(2010). **대학생의 외로움과 자기 통제력이 휴대폰중독 성향에 미치는
 영향.** 동신대학교 사회개발대학원 석사학위논문.
- 양태연(2010). **독서치료 프로그램이 여중생의 관계적 공격성 감소와 또래에
 착에 미치는 영향.** 인천대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 오강탁, 이제은(2012). **스마트 라이프혁명의 실제와 스마트폰 중독. KISA 학**

- 술지, 제3권4호. 21-43.
- 우채영(2009). **청소년의 부정적 인간관계, 스트레스, 우울과 자살생각 간의 구조적 관계**. 계명대학교 대학원 박사학위논문.
- 유명옥(2009). **고등학생의 휴대폰 중독과 정신건강, 충동성에 관한 연구**. 강원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 윤영숙(2013). **중학생의 스마트폰 사용과 정신건강의 상관관계-인천광역시 등부지원청 관내 학교를 중심으로-**. 인하대학교 대학원 석사학위논문.
- 윤주영, 문지숙, 김민지, 김예지, 김현아, 허보름, 김재연, 정선이, 정지은, 정현지, 이은하, 최정혜, 홍서영, 배정미, 박현주, 홍희정(2011). **대학생의 스마트폰 중독과 건강문제**. 국가위기관리학보, 제3권 제3호-07. 92-102.
- 윤현경(2012). **독서치료 프로그램이 초등학생의 또래갈등과 또래에착에 미치는 영향**. 가천대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 윤현민(2005). **남녀 청소년의 인터넷 이용, 공격성 및 인터넷 중독과 관련된 변인들**. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이명희(2006). **청소년의 휴대폰 중독과 심리적 특성과의 관계-충동성, 심리적 안녕감, 자존감, 불안, 우울 등-**. 경남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이민석(2010). **스마트폰 중독에 영향을 미치는 요인 연구**. 연세대학교 정보대학원 석사학위논문.
- 이병주(2009). **심리 상담과 우울증 및 자존감 치유**. 도서출판 솔로몬.
- 이봉수(2008). **중학생의 자아개념, 자기통제력과 휴대폰 중독성향에 관한 연구**. 상명대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이 흥(2009). **청소년의 공격성 하위 유형에 따른 인지 및 정서 특성**. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 이성복(2011). **유아의 신체적 및 관계적 공격성에 영향을 미치는 변인**. 카톨릭대학교 대학원 박사학위논문.
- 이승훈(2011). **스마트폰 사용이 사용자의 생·심리학적 상태에 미치는 영향 평가**. 건국대학교 대학원 석사학위논문.
- 이영선, 조은희, 이현숙, 김래선(2012). **스마트폰 관련 본원 상담사례 동향분**

- 석, **청소년상담문제보고서 56**, 40-62. 한국청소년상담복지개발원.
- 이영호(2006). **정신건강론**. 서울: 학현사.
- 이은형(2007). **초·중·고등학생의 휴대전화 중독성 연구**. 한남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이정숙(2004). **초등학생의 인터넷 및 과다사용과 공격성 및 충동성과의 관계**. 공주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이정임(2012). **남녀 청소년의 인터넷 중독과 우울감 및 자살생각과의 관련성**. 아주대학교 보건대학원 석사학위논문.
- 이정희(2002). **공격성 유형과 갈등상황 및 관계유형이 아동의 또래 평가에 미치는 영향**. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 이현애(2010). **청소년의 인터넷 사용 수준과 공격성, 자기통제력 간의 관계**. 아주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이혜린(2008). **어머니의 양육행동과 청소년의 자기통제력 및 우울/불안이 남녀 청소년이 인터넷 중독에 미치는 영향**. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이혜선, 강차연(2007). **중학생의 휴대폰 과다사용과 애착 및 행동문제와의 관계**. 서울여자대학교 특수치료전문대학원 특수치료심리학과, 79-95.
- 이효정(2009). **청소년의 인터넷 중독의 요인과 그 과정에 관한 연구. -매타분석과 심층면접에 의한 혼합연구를 중심으로-**. 연세대학교 사회복지대학원 석사학위논문.
- 임병익(2013). **청소년 인터넷 게임중독에 영향을 미치는 요인에 대한 연구**. 건국대학교 행정대학원 석사학위논문.
- 장근영(2012). **청소년들의 일상을 점령하는 스마트폰, 어떻게 풀어나가야 하는가?, 청소년과 스마트폰. 청소년상담문제보고서 56**, 3-14. 한국청소년상담복지개발원.
- 장명오(2010). **동기유발요인 기반의 이삼십대 스마트폰 시장 세분화**. 포항공과대학교 기술경영대학원 석사학위논문.
- 장혜진(2002). **휴대폰 중독적 사용집단 청소년들의 심리적 특성 -자기개념, 애착, 자기 통제력, 충동성을 중심으로-**. 성신여자대학교 대학원 석사

학위논문.

- 전 민(2012). **의사소통 불안과 우울취약성이 대학생 스마트폰 과다사용에 미치는 영향**. 전주대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 조아라, 이정윤(2010). 사이버공간에서의 악성댓글 사용에 대한 탐색적 연구. **청소년상담연구**. Vol. 18, No. 2, 117-131.
- 천현진(2008). **휴대전화 중독성향에 영향을 주는 요인에 관한 연구: 이용행동, 성격, 대인관계 특성을 중심으로**. 건국대학교 대학원 석사학위논문.
- 최병목, 조규영, 연화준, 정무환(2005). 청소년의 휴대전화 사용실태조사 연구. **연구보고 5-8**, 한국정보문화진흥원.
- 통계청(2013). **2013 청소년통계**. 통계청.
- 하이란(2013). **다문화가정 청소년의 우울, 공격성과 개인, 가족, 학교 요인간의 관계**. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 한국인터넷진흥원(2012). **무선인터넷이용실태조사**.
- 한국인터넷진흥원(2013). **LTE 스마트폰 시대의 개막과 망중립성**.
- 한국정보문화진흥원(2010). **2010년 인터넷 중독 실태조사**.
- 한국정보문화진흥원(2011). **스마트폰중독 진단척도 개발 연구**.
- 한국정보문화진흥원(2012). **2012년 인터넷 중독 실태조사**.
- 한국정보문화진흥원(2012). **인터넷 중독 진단척도 고도화 연구**. 서울: 한국정보문화진흥원.
- 한상희(2005). **청소년의 애착유형과 대인불안 및 우울과의 관계-고등학생을 중심으로-**. 서울여자대학교 특수치료전문대학원 석사학위논문.
- 한영경(2008). **중학생의 관계적 공격성에 영향을 주는 개인 내적 요인**. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 한주리, 허경호(2004). 이동전화 중독척도 개발 및 타당화검증. **한국인문학보** **48(6)**, 138-165.
- 황승일(2013). **청소년의 스마트폰 중독에 영향을 미치는 생태체계변인에 관한 연구**. 조선대학교 정책대학원 석사학위논문.
- 황하성, 손승혜, 최윤정(2011). 사용자 속성 및 기능적 특성에 따른 스마트폰 중독에 관한 탐색적 연구. **한국방송학보**, 25권 2호. 277-313.

- 허홍열(2013). 청소년의 자아정체감과 사회적 공감지수와의 관계. 한서대학교 대학원 석사학위논문.
- Crick, N. R., & Grotpeter, J. K. (1995). Relational aggression, gender, and social-psychological adjustment. *Child Development, 66*(3), 710-722.
- Goldberg, I.(1996). Internet addiction Electronic message posted to research discussion list.
- Griffiths, M. D. (1999). Internet addiction. *The Psychologist, 12*(5), 246-250
- Kraut, R., Lundmark, V., Patterson, M., Kiesler, S., Mukopadhyay, T., & Scherlis, W.(1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? *American Psychologist, 53*, 1017-1031.
- M. Griffiths. "Internet addiction". *The Psychologist, 12*(5), 1999, 245~250.
- Schonert-Reichl. K. A.. & Muller, J. R. (1996). Correlates of help-seeking in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 25*, 705-732.
- 경향신문(2012. 5. 31).
http://news.khan.co.kr/kh_news/khan_art_view.html?artid=201205312234335&code=950306
- 아이티투데이뉴스(2012. 8. 22).
<http://www.ittoday.co.kr/news/articleView.html?idxno=30067>
- 이슈투데이(2012. 10. 8).
<http://www.etoday.co.kr/news/section/newsview.php?idxno=638766>
- 폴리뉴스(2012. 3. 5). 10·20대 스마트폰 중독 심각.

<Abstract>

Effect of Overuse of Smart phone on Female Middle School
Students' Depression and Aggression

Han, gwang-seob

Counseling psychology, Graduate school of education,
Jeju National University

Academic adviser Kim, seong-bong

This study aimed at verifying the effect of overuse of smart phone on female middle school students' depression and aggression, and in order to investigate the effect of overuse of smart phone on female middle school students' depression, sub factor of overuse of smart phone on depression and the effect of overuse of smart phone on aggression and the effect of sub factor of smart phone overuse on aggression, research problems were established as follows.

Research problem 1. What is the effect of overuse of smart phone on female middle school students' depression?

Research problem 2. What is the effect of overuse of smart phone on female middle school students' aggression?

To solve the above problems, the researcher distributed total 535 questionnaires to 1st~3rd graders of a girls' middle school in Seogwipo, Jeju

Special Self-Governing Province and 1st~3rd graders of a girls' middle school in Jeju-si, implemented in the way of recording and collecting in class. Among them, 498 copies were collected, and final 491 copies were used as analysis data, excluding 7 copies of insincere response.

In order to investigate overuse of smart phone, this research used Smart phone overuse scale, which consists of 20 questions in 4 factors, which Yun, yeong-sook(2013) modified·complemented Park, yong-min(2011)'s 'Smart phone poisoning scale', for Children's Depression Inventory(CDI), 27 questions of self-report scale, which Kovacs(1981) developed as revised children version of BDI(Beck Depression Inventory), and in order to examine aggression, used the tool which Han, yeong-gyeong(2008) co-translated and a clinical psychology professor reexamined self-report aggression scale 40 questions which Marsee, Kimonis and Frick(2004) made.

Collected data was taken statistics by using SPSS for Windows 18.0 program in the analysis method of quantitative analysis. In order to investigate the targets' general characteristic, evaluated frequency and percentage, and implemented Regression Analysis to check the effect of smart phone use on depression and aggression.

The results of the research are as follows.

First, overuse of smart phone appeared to affirmatively influence female middle school students' depression. Overuse of smart phone appeared to have the effect of abnormal immersion, difficulty of daily living, loss of control, and obsessive-compulsive syndrome on depression.

Second, overuse of smart phone appeared to affirmatively influence female middle school students' aggression. Also, sub factors of smart phone overuse, i.e. abnormal immersion, difficulty of daily living, loss of control, and obsessive-compulsive syndrome appeared to affirmatively influence aggression.

In conclusion, overuse of smart phone influence female middle school students' depression, which causes anxiety, restlessness and tolerance, so that they cannot be satisfied when they do not use it more. Overuse of smart phone has the effect of the sub factors, i.e. abnormal immersion, difficulty of daily living, loss of control, and obsessive-compulsive syndrome on depression, and overuse of smart phone influences female middle school students' aggression. Sub factors of smart phone overuse, i.e. abnormal immersion, difficulty of daily living, loss of control, and obsessive-compulsive syndrome appeared to influence aggression. This means that overuse of smart phone causes students to be impulsive, aggressive, and problem in mental health. Therefore, this research can be used as base data for the development of program to prevent and heal smart phone overuse by considering female middle school students' characteristic.

부 록

[부록1] 스마트폰 설문지	53
[부록2] 스마트폰 과다사용 척도	55
[부록3] 우울척도	57
[부록4] 공격성척도	60

< 부록 1 >

※ 다음 문항을 잘 읽고 해당란에 ✓표를 하거나 빈칸에 간단히 기입하여 주시기 바랍니다.

1. 당신의 성별은? ()

① 여자

2. 당신의 학년은? ()

① 1학년 ② 2학년 ③ 3학년

3. 당신이 사용하는 휴대폰은? ()

① 일반 휴대폰 ② 스마트폰

4. 당신이 스마트폰(휴대폰) 사용기간은 얼마나 되나요? ()

① 1년미만 ② 2~3년 ③ 3~4년 ④ 5년이상

5. 당신이 스마트폰에 저장된 친구 혹은 사람의 수는? ()

① 50명미만 ② 50~100명 ③ 101~200명 ④ 201~300명 ⑤ 300명 이상

6. 스마트폰 구입시 가장 중요하게 생각하는 것은?(2가지 선택가능)()

① 디자인 ② 가격 ③ 기능(어플) ④ 브랜드 ⑤ 통화품질

7. 스마트폰으로 주로 많이 사용하는 기능은 무엇입니까? ()

① 음성통화 ② 문자메시지 ③ 카톡(카스) ④ 폰게임 ⑤ 사진/동영상 ⑥ 인터넷

8. 하루 평균 스마트폰을 사용시간은 얼마나 되나요? ()

(인터넷, 문자, 음성통화, 카톡, 폰게임, 음악듣기등 모두포함)

① 1시간 미만 ② 2~3시간 ③ 3~4시간 ④ 4~5시간 ⑤ 6시간이상

9. 스마트폰 요금은 한달평균 얼마입니까? ()
 ① 3만원미만 ② 3~4만원 ③ 4~5만원 ④ 5~6만원 ⑤ 6만원이상
10. 스마트폰을 주로 사용하는 장소는 어디입니까? ()
 ① 학교(등하교시) ② 집 ③ 길거리 ④ 음식점 ⑤ 도서관
 ⑥ 기타 ()
11. 스마트폰 과다 사용으로 건강상의 문제나 느낀 적이 있습니까? ()
 ① 손떨림 ② 눈의피로(시력저하) ③ 편두통(두통) ④ 느낀적 없다
12. 음성통화를 제외하고 평균 스마트폰을 화면을 보면서 쉬지 않고 계속 사용한
 시간은 얼마정도입니까? _____ 분
13. 스마트폰은 내 생활속에 꼭 필요하다고 생각하십니까? ()
 ① 꼭 필요하다 ② 약간 필요하다 ③ 보통이다
 ④ 별로 필요하지 않다. ⑤ 전혀 필요하지 않다.

< 부록 2 >

스마트폰 과다 사용 척도

⊕ 다음은 여러분의 스마트폰 사용과 관련된 생각이나 경험을 알아보기 위한 내용입니다. 각 질문을 잘 읽고 자신의 경험이나 생각과 일치(혹은 가장 가깝다고 생각되는) 하는 곳에 **빠짐없이** **✓** 또는 **○** 표해 주세요.

번호	질문내용	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	스마트폰 사용시간을 줄이려고 해 보았지만 실패한다.	①	②	③	④	⑤
2	스마트폰을 사용하면 기분이 좋아지고 스트레스가 해소된다.	①	②	③	④	⑤
3	스마트폰을 사용하고 있지 않을 때에도 스마트폰에 대한 생각이 자꾸 떠오른다.	①	②	③	④	⑤
4	실제로 사람을 만나서 말하는 것보다 스마트폰으로 대화하는 것이 더 편하다.	①	②	③	④	⑤
5	스마트폰이 없다면 내 인생에 재미있는 일이란 없다.	①	②	③	④	⑤
6	스마트폰을 사용하고 있을 때가 마음이 제일 편하다.	①	②	③	④	⑤
7	스마트폰을 사용하고 있지 않을 때 스마트폰에서 소리나 진동을 느낀 적이 있다.	①	②	③	④	⑤
8	가족과 있는 것보다 스마트폰을 사용하는 것이 더 즐겁다.	①	②	③	④	⑤
9	주위 사람들이 내가 스마트폰 사용을 너무 오래한다고 많이 이야기한다.	①	②	③	④	⑤
10	스마트폰 사용을 줄여야 한다는 생각이 끊임없이 들곤 한다.	①	②	③	④	⑤
11	스마트폰을 쓰기 시작하면 처음에 의도했던 것보다 오랜 시간동안 사용하게 된다.	①	②	③	④	⑤
12	스마트폰을 사용하다가 그만 두면 또 스마트폰을 쓰고 싶다는 생각이 든다.	①	②	③	④	⑤
13	쉬는 시간의 대부분을 스마트폰을 사용하는 데 보낸다.	①	②	③	④	⑤

14	스마트폰을 소지하고 있지 않을 때, 어떤 중요한 전화나 메시지가 올까 하는 생각에 불안하고 초조하다.	①	②	③	④	⑤
15	밤새 스마트폰을 사용하느라 잠을 못 잔 적이 있다.	①	②	③	④	⑤
16	스마트폰에 뭔가 새로운 메시지가 와 있을 것 같은 생각에 자로잡혀 있다.	①	②	③	④	⑤
17	스마트폰을 사용할 때 주위 사람들의 말이 귀에 잘 들리지 않는다.	①	②	③	④	⑤
18	배터리 잔량이 줄어들수록 불안감이 커진다.	①	②	③	④	⑤
19	길을 걸거나 다른 사람과 대화중에도 스마트폰을 사용한다.	①	②	③	④	⑤
20	스마트폰을 사용하는데 시간을 보내느라 다른 일을 소홀히 한다.	①	②	③	④	⑤

우울척도

나는 어떻게 느끼고 있나?

⊕ 아래에는 각 문항마다 여러 가지 느낌과 생각들이 적혀 있는 문장들이 있습니다. 여러분이 그 문항을 읽고 지난 2주 동안의 나의 느낌과 생각을 가장 잘 나타내는 문장을 하나 고르세요, 여기에는 정답이 있는 것이 아닙니다. 단지 여러분의 생각과 느낌을 가장 정확하게 표현하는 문장을 한 개만 골라서 왼쪽 () 안에 **빠짐없이** 또는 표 해 주세요.

1. () 나는 가끔 슬프다.
() 나는 자주 슬프다.
() 나는 항상 슬프다.
2. () 나에게서 제대로 되는 일이란 없다.
() 나는 일이 제대로 되어 갈지 확신할 수 없다.
() 나에게 모든 일이 제대로 되어 갈 것이다.
3. () 나는 대체로 무슨 일이던지 웬만큼 한다.
() 나는 잘못하는 일이 많다.
() 나는 모든 일을 잘 못한다.
4. () 나는 재미있는 일들이 많다.
() 나는 재미있는 일들이 더러 있다.
() 나는 어떤 일도 전혀 재미가 없다.
5. () 나는 언제나 못했다.
() 나는 못했을 때가 많다.
() 나는 가끔 못 했다.
6. () 나는 가끔씩 나에게 나쁜 일이 일어나지 않을까 생각한다.
() 나는 나에게 나쁜 일이 일어날까 걱정한다.
() 나는 나에게 무서운 일이 일어나리라라는 것을 확신한다.
7. () 나는 나 자신을 미워한다.
() 나는 나 자신을 좋아하지 않는다.
() 나는 나 자신을 좋아한다.
8. () 잘못되는 일은 모두 내 탓이다.
() 잘못되는 일 중 내 탓인 것이 많다.
() 잘못되는 일은 보통 내 탓이 아니다.
9. () 나는 자살을 생각하지 않는다.
() 나는 자살에 대하여 생각은 하지만 그렇게 하지는 않을 것이다.
() 나는 자살하고 싶다.
10. () 나는 매일 울고 싶은 기분이다.
() 나는 울고 싶은 기분인 날도 많다.
() 나는 때때로 울고 싶은 기분이 든다.

11. () 이일 저일로 해서 늘 성가시다.
 () 이일 저일로 해서 성가실 때가 많다.
 () 간혹 이일 저일로 해서 성가실 때가 많다.
12. () 나는 사람들과 함께 있는 것이 좋다.
 () 나는 사람들과 함께 있는 것이 싫을 때가 많다.
 () 나는 사람들과 함께 있는 것을 전혀 원치 않는다.
13. () 나는 어떤 일에 대한 결정을 내릴 수가 없다.
 () 나는 어떤 일에 대한 결정을 내리기가 어렵다.
 () 나는 쉽게 결정을 내린다.
14. () 나는 괜찮게 생겼다.
 () 나는 못생긴 구석이 약간 있다.
 () 나는 못 생겼다.
15. () 나는 학교 공부들 해 내려면 언제나 노력하여야만 한다.
 () 나는 학교 공부들 해 내려면 많이 노력하여야만 한다.
 () 나는 별로 어렵지 않게 학교 공부를 해낼 수 있다.
16. () 나는 매일 밤 잠들기가 어렵다.
 () 나는 잠들기 어려운 밤이 많다.
 () 나는 잠을 잘 잔다.
17. () 나는 가끔 피곤하다.
 () 나는 자주 피곤하다.
 () 나는 언제나 피곤하다.
18. () 나는 발맛이 없을 때가 대부분이다.
 () 나는 발맛이 없을 때가 많다.
 () 나는 발맛이 좋다.
19. () 나는 몸이 쭈시고 아프다던지 하는 것에 대해 걱정하지 않는다.
 () 나는 몸이 쭈시고 아픈 것에 대해 걱정할 때가 많다.
 () 나는 몸이 쭈시고 아픈 것에 대해 항상 걱정한다.
20. () 나는 외롭다고 느끼지 않는다.
 () 나는 자주 외롭다고 느낀다.
 () 나는 항상 외롭다고 느낀다.
21. () 나는 학교생활이 재미있었던 적이 없다.
 () 나는 가끔씩 학교생활이 재미있다.
 () 나는 학교생활이 재미있을 때가 많다.
22. () 나는 친구가 많다.
 () 나는 친구가 좀 있지만 더 있었으면 한다.
 () 나는 친구가 하나도 없다.
23. () 나의 학교 성적이 괜찮다.
 () 나의 학교 성적은 예전처럼 좋지는 않다.
 () 내가 예전에는 무척 잘하던 과목의 성적이 요즘에는 푹 떨어졌다.
24. () 나는 절대로 다른 아이들처럼 착할 수가 없다.
 () 나는 마음만 먹으면 다른 아이들처럼 착할 수가 있다.
 () 나는 다른 아이들처럼 착하다.

25. () 나를 진심으로 좋아하는 사람은 아무도 없다.
() 나를 진심으로 좋아하는 사람이 있을지 확실하지 않다.
() 분명히 나를 진심으로 좋아하는 사람이 있다.
26. () 나는 누가 나에게 시킨 일은 대체로 한다.
() 나는 누가 나에게 시킨 일을 대체로 하지 않는다.
() 나는 누가 나에게 시킨 일을 절대로 하지 않는다.
27. () 나는 사람들과 사이 좋게 지낸다.
() 나는 사람들과 잘 싸운다.
() 나는 사람들과 언제나 싸운다.

< 부록 4 >

공격성 척도

◆ 다음 문항을 잘 읽고, 가장 자신을 잘 설명하는 곳에 **빠짐없이** **✓** 또는 **○** 표
해 주세요.

번호	질문내용	전 혀 그 렇 지 않 다	약 간 그 렇 다	매 우 그 렇 다	확 실 히 그 렇 다
1	게임이나 경재에서 이기려고 다른 사람을 다치게 했다.	○	①	②	③
2	다른 사람들을 놀리는 것이 재미 있다.	○	①	②	③
3	놀림당하면, 다른 사람을 다치게 하거나 무언가를 부술 것이다.	○	①	②	③
4	누군가에게 화가 났을 때 때때로 그 사람에게 대해 뒷말을 한다.	○	①	②	③
5	내가 원하는 것을 얻기 위해 싸움을 건다.	○	①	②	③
6	나에게 아무 짓도 하지 않은 사람도 내 집단에서 의도적으로 제외 시킨다.	○	①	②	③
7	누군가 나에게 잘못을 했을 때 그 사람에게 대한 소문과 거짓말을 퍼뜨린다.	○	①	②	③
8	누군가 나를 다치게 하면, 결국 싸움으로 번진다.	○	①	②	③
9	내가 원하는 것을 얻기 위해 다른 사람을 나쁘게 보이도록 한다.	○	①	②	③
10	누군가 나를 짜증나게 하면, 친구들에게 그 사람을 좋아하지 말라고 얘기한다.	○	①	②	③
11	누군가 나에게 잘못을 하면 그 사람을 위협한다.	○	①	②	③
12	다른 사람을 다치게 할 때, 내 자신이 강하고 대단한 것처럼 느껴진다.	○	①	②	③
13	누군가 얼마 전에 나에게 한 일 때문에 그 사람의 비밀을 다른 사람들에게 말한다.	○	①	②	③
14	누군가 나를 위협하면, 결국 싸움으로 번진다.	○	①	②	③
15	나를 화나게 한 사람에게 복수하기 위해 새로운 친구들과 사귀다.	○	①	②	③
16	누군가에게 화나면 그 사람을 다치게 한다.	○	①	②	③
17	누군가 나를 화나게 하면, 그 사람에게 대한 나쁜 쪽지를 써서 돌린다.	○	①	②	③

18	내가 원하는 것을 얻기 위해 다른 사람을 위협한다.	①	②	③	④
19	인기 있으려고 다른 사람에 대한 뒷말을 한다.	①	②	③	④
20	누군가 나를 화나게 하면, 그 사람을 다치게 한다.	①	②	③	④
21	나에게 아무 짓도 하지 않는 사람이라고 고의적으로 못되게 군다.	①	②	③	④
22	누군가에게 화가 나면, 그 사람이 나쁘게 보이도록 한다.	①	②	③	④
23	내가 원하는 것을 얻기 위해 다른 사람의 친구를 뺏으려고 한다.	①	②	③	④
24	다른 사람을 어떻게 다치게 할지 신중하게 계획한다.	①	②	③	④
25	누군가 나를 화나게 하면, 그 사람에게 물건을 던진다.	①	②	③	④
26	다른 사람에 대한 뒷말을 하면, 내가 인기 있어지는 것처럼 느껴진다.	①	②	③	④
27	누군가 얼마 전에 나에게 한일 때문에 그 사람을 다치게 한다.	①	②	③	④
28	다른 사람을 다치게 하는 게 재미있다.	①	②	③	④
29	내가 원하는 것을 얻기 위해 다른 사람에 대한 소문과 거짓말을 퍼뜨린다.	①	②	③	④
30	내가 말다툼이나 몸 싸움을 했을 때 보통은 생각없이 한 행동이었다.	①	②	③	④
31	누군가 나를 화나게 하면, 그 사람의 비밀을 다른 사람에게 말한다.	①	②	③	④
32	다른 사람이 내게 원하는 것을 하게 만들기 위해서 그 사람을 무시하거나 말을 안 건다.	①	②	③	④
33	나 보다 작으 애들을 해코지하는 것이 재미있다.	①	②	③	④
34	누군가 나를 화나게 하면, 나는 그 사람의 친구를 뺏으려 한다.	①	②	③	④
35	나에게 아무짓도 하지 않는 사람도 위협한다.	①	②	③	④
36	화가 나면, 누군가를 해코지할 것이다.	①	②	③	④
37	다른 사람으로부터 받는 사소한 무시에도 싸움을 하게 된다.	①	②	③	④
38	내가 누군가에 대한 소문을 퍼뜨렸을 때, 보통은 생각없이 한 행동이었다.	①	②	③	④

39	나에게 아무것도 하지 않은 사람이라도 그 사람에 대한 나쁜 이야기를 한다.	①	①	②	③
40	누군가 나를 화나게 하면 그 사람을 내 집단에서 제외시키려 한다.	①	①	②	③

※ 끝까지 설문에 참여해 주신 학생 여러분 감사합니다. 행복한 하루 되세요.. ^^