

스마트폰 중독수준이 학습태도와 정신건강에 미치는 영향

충청대학교 간호학과 김지은 조성은 연윤모 김고은 오현진 윤혜지 박진화 안정하 지도교수 송연이

배경 및 필요성

인터넷 중독 (청소년 48.2%): 정신건강 악화, 신체 건강 악화, 대인관계 능력 저하, 학업능력 문제

휴대폰 중독 (청소년 62.6%): 신체적건강 악화, 정신건강 악화, 경제적 문제(요금), 학업능력 저하

스마트폰 이용자 수 30,000,000명 이상

선행연구 대부분 청소년 대상

스마트폰 이용자는 20대(27.6%): 자기통제감이 약하고 충동성이 높음

목적

일반적 특성에 따른 스마트폰 중독 수준 파악

스마트폰 중독수준에 따른 정신건강의 차이 파악

스마트폰 중독수준에 따른 학습태도의 차이 파악

스마트폰 중독수준과 정신건강 간의 상관관계 파악

스마트폰 중독수준과 학습태도 간의 상관관계 파악

연구방법

연구대상 및 방법 • C대학교 재학생 400명 대상의 설문조사

자료분석 • χ^2 -test, ANCOVA, correlation

연구기간 • 2013년 05월 6일~ 2013년 10월 26일

연구 도구

- 스마트폰 중독 자가진단 척도 : 15문항, 4점 척도
- (점수가 높을수록 중독수준이 높음.)
- - 정신진단 검사 : 47문항, 5점 척도(점수가 높을수록 정신건강수준이 낮음)
- - 학습태도 척도 : 15문항, 5점 척도(점수가 높을수록 학습태도수준이 낮음)

결과

Table1. 대상자의 일반적 특성에 따른 중독수준

특성	구분	중독수준			전체 (%)	χ^2	P
		고 (N=86) 빈도(%)	중 (N=170) 빈도(%)	저 (N=76) 빈도(%)			
성별	남	24(13.7)	87(49.7)	64(36.6)	175(100)	51.640	0.000
	여	62(39.5)	83(52.9)	12(7.6)	157(100)		
학과	치위생과	30(41.1)	39(53.4)	4(5.5)	73(100)	61.532	0.000
	간호학과	35(38.9)	47(52.2)	8(8.9)	90(100)		
	소방안전과	8(8.5)	47(50.0)	39(41.5)	94(100)		
	식품영양학부	9(16.7)	28(51.9)	17(31.5)	54(100)		
	건축과	3(20.0)	6(40.0)	6(40.0)	15(100)		
	응급구조학과	1(16.7)	3(50.0)	2(33.3)	6(100)		
출신	인문계	72(28.2)	136(53.3)	47(18.4)	255(100)	13.494	0.009
	전문계	13(17.8)	33(45.2)	27(37.0)	73(100)		
성적 수준	상	16(15.5)	52(50.5)	35(34.0)	103(100)	17.057	0.002
	중	38(28.6)	66(49.6)	29(21.8)	133(100)		
학교 활동	유	60(34.1)	94(53.4)	22(12.5)	176(100)	27.717	0.000
	무	26(16.7)	76(48.7)	54(34.6)	156(100)		

Table2. 중독수준에 따른 정신건강의 차이

하위척도	중독수준			F	P
	고 (N=86) M±SD	중 (N=170) M±SD	저 (N=76) M±SD		
건강이상	12.87±4.98	11.09±4.36	9.53±4.13	12.811	0.000
강박증	12.16±3.84	10.39±3.97	8.86±3.77	16.235	0.000
대인예민증	17.67± 6.18	14.95± 5.67	12.82± 5.23	14.853	0.000
우울	10.43± 3.35	9.11± 3.62	7.78± 3.35	5.776	0.003
불안	12.5± 4.48	10.88± 4.52	9.08± 4.12	11.852	0.000
적대감	12.02± 4.63	10.44± 4.26	8.78± 3.89	9.429	0.000
공포불안	7.64± 3.54	6.21± 2.76	5.58± 2.60	10.850	0.000
편집증	8.31± 3.45	6.66± 3.08	5.76± 2.74	16.060	0.000
정신결핍증	8.91± 3.47	7.23± 3.25	6.25± 2.85	14.452	0.000
전체정신건강	102.56± 33.35	86.96± 31.36	74.42± 29.29	11.933	0.000

Table3. 중독수준에 따른 학습태도의 차이

하위척도	중독수준			F	P
	고 (N=86) M±SD	중 (N=170) M±SD	저 (N=76) M±SD		
집중도	13.94±3.27	13.15±3.39	11.32±3.51	11.788	0.000
만족도	7.89±1.93	7.69±2.08	6.57±2.15	9.828	0.000
성취도	12.06±2.60	11.52±2.92	10.07±3.00	4.981	0.007
자신감	9.20±2.05	8.75±2.35	7.49±2.21	8.576	0.000

Table4. 중독수준과 정신건강 간의 상관관계

구분	스마트폰 중독 총점	건강이상	강박증	대인예민증	우울	불안	적대감	공포불안	편집증	정신결핍증	정신건강합계
스마트폰 중독 총점	1										
건강이상	0.275*	1									
강박증	0.304*	0.727*	1								
대인예민증	0.309*	0.782*	0.825*	1							
우울	0.259*	0.660*	0.772*	0.711*	1						
불안	0.289*	0.821*	0.805*	0.786*	0.739*	1					
적대감	0.274*	0.738*	0.752*	0.780*	0.667*	0.819	1				
공포불안	0.261*	0.747*	0.680*	0.818*	0.570*	0.774	0.741*	1			
편집증	0.290*	0.733*	0.759*	0.848*	0.606*	0.805	0.779*	0.834*	1		
정신결핍증	0.304*	0.743*	0.823*	0.839*	0.687*	0.853	0.768*	0.777*	0.839*	1	
정신건강합계	0.321*	0.874*	0.894*	0.940*	0.801*	0.938	0.882*	0.860*	0.894*	0.911*	1

Table5. 중독수준과 학습태도 간의 상관관계

구분	스마트폰 중독 총점	집중도	만족도	성취도	자신감
스마트폰 중독 총점	1				
집중도	0.222***	1			
만족도	0.201***	0.708***	1		
성취도	0.186**	0.670***	0.561***	1	
자신감	0.229***	0.582***	0.507***	0.637***	1

결론 및 제언

- ◆ 스마트폰 중독수준은 정신건강과 학습태도에서 유의한 차이를 보였다.
- ◆ 스마트폰 중독수준과 정신건강, 학습태도는 정적 상관관계를 나타내었다.
- ◆ 대학생의 학습태도, 정신건강 향상을 위한 스마트폰 중독 예방 프로그램 등의 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.
- ◆ 향후 스마트폰 중독과 관련한 정신건강, 학습태도 뿐만 아니라 인터넷 중독과 관련한 학교생활 태도, 사회성발달, 대인관계와 관련하여 연구 할 필요성이 있다.