

간호대학생의 자기인식, 타인인식, 대인관계 유능성이 스마트폰 및 인터넷 중독에 미치는 영향

손 미 라

신성대학교 간호학부

Influence of Self-awareness, Other-awareness, and Interpersonal Relation Competence on Smartphone and Internet Addiction in Nursing Students

Son, Mira

Department of Nursing, Shinsung University, Dangjin, Korea

Purpose: This study purposed to identify the levels of self-awareness, other-awareness, interpersonal relation competence, and smartphone and Internet addiction and identify the influence of self-awareness, other-awareness, and interpersonal relations competence on smartphone and Internet addiction in nursing students. **Methods:** Study participants were 479 nursing students who completing structured self-report questionnaires. Data were analyzed using descriptive statistics, independent t-tests, one-way ANOVA, Pearson's correlation coefficients, and multiple regression. **Results:** The participants' smartphone addiction risk was shown to be 24.2%. Among the predictors, gender ($\beta = -.11, p < .05$), academic year ($\beta = .15, p < .01$), self-awareness ($\beta = -.12, p < .05$) other-awareness ($\beta = .29, p < .001$), and interpersonal relation competence ($\beta = -.20, p < .001$) had significant influences on smartphone addiction. The explanatory power of this regression model was 16.0% ($F = 10.21, p < .001$). The participants' Internet addiction risk was shown to be 29.0%. Among the predictors, academic year ($\beta = .12, p < .05$), major satisfaction ($\beta = -.17, p < .001$), other-awareness ($\beta = .22, p < .001$), and interpersonal relation competence ($\beta = -.18, p < .001$) had significant influences on Internet addiction. The explanatory power of this regression model was 13.0% ($F = 8.48, p < .001$). **Conclusion:** It is necessary to develop the early detection and monitoring of smartphone and Internet addiction among nursing students. In addition, specific programs focused on promoting self-awareness and other-awareness for smartphone and Internet addiction should be developed.

Key Words: Internet, Addiction, Awareness, Nursing students, Interpersonal relations

서 론

1. 연구의 필요성

오늘날 우리는 손가락 클릭 하나로 세상을 움직이는 시대에 살고 있다. 인터넷은 1970년대 시작되어 불과 40여년 만에 우

리의 생활 전반을 혁신적으로 변화시키고 있다. 전 세계 인구의 51.9%에 해당하는 약 40억 명 정도가 인터넷을 이용하고 있으며[1], 우리나라의 경우 개인용 컴퓨터(Personal Computer, PC)를 통해 인터넷을 이용하는 사람은 인구 10중 8명으로 88.3%로 나타났다[2]. 스마트폰을 통해 인터넷을 이용하는 사람은 83.6%이며, 연령별로는 20대의 스마트폰 이용률이

주요어: 인터넷, 중독, 인식, 간호학생, 대인관계

Corresponding author: Son, Mira <https://orcid.org/0000-0002-2313-2132>
Department of Nursing, Shinsung University, 1 Daehak-ro, Dangjin 31801, Korea.
Tel: +82-41-350-1348, Fax: +82-41-350-1345, E-mail: sml61@naver.com

Received: Jan 23, 2018 | Revised: Mar 6, 2018 | Accepted: Mar 11, 2018

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

99.7%로 가장 높다[2]. 스마트폰은 휴대 전화 기능에 PC 기능까지 탑재되어 이동성과 신속성을 제공함으로써[3] 최근 10년간 인터넷 이용 환경이 PC에서 스마트 기기로 빠르게 바뀌어가고 있다[2]. 스마트폰은 인터넷을 기반으로 하여 다양한 기능과 역할로 생활 전반에 걸쳐 많은 편익을 제공하고 있지만 일부 개인에게 있어 과사용 혹은 부적응적 사용이 사회적 문제로 이슈화되고 있다. 실제적인 대인관계 상호작용이 감소하거나 학생의 학업성취도가 감소되고 있음이 보고되고 있는데[4-6] 현실에서 대인관계의 어려움을 피하기 위해 인터넷을 과도하게 이용하거나[7], 스마트폰을 통해 가상공간에서 대인관계의 어려움을 해결하려는 경향이 있음이 보고되었다[8,9]. 또한 대인관계에서 불안이 클수록 스마트폰 중독 위험이 높고[8,10,11], 현실 세계에서 대인관계의 부족함을 충족시키기 위해 소셜 네트워크 서비스(social network services, SNS)를 이용하는 경향이 높음을 보고하였다[7,10,12]. 우리나라의 2016년 스마트폰 중독의 전체 위험군 비율은 17.8%로 전년도 대비 1.6% 증가하였고, 특히 20대의 중독 위험률은 22.4%로 가장 높았으며 매년 그 수치가 증가하고 있는 실정이다[4].

20대의 대학생 시기는 입시 위주의 고등학교 교육에서 벗어나 자아정체성을 확립하고 자율성과 독립성을 추구하면서 대인관계가 다양해지는 등 중요한 타인들과 친밀한 관계를 형성하는 시기이다[13]. 그러나 이러한 관계가 원만히 형성되지 못할 경우 갈등과 고립감을 경험하게 되고 이를 벗어나기 위해 인터넷이나 스마트폰을 과다하게 이용하여 중독 가능성이 높아질 수 있다[7,12]. 그동안의 선행연구에서 남학생은 인터넷 중독 위험 성향이 높고, 여학생은 스마트폰 중독 위험 가능성이 높은 것으로 보고되었다[5,14,15]. 특히 간호학과는 학과 특성상 대부분이 여학생으로 구성되어 있으며 또한 간호학과는 타 학과에 비해 상대적으로 학업량이 과중하고 임상실습으로 인한 긴장감이 높아서[13], 상대적으로 간호대학생이 스마트폰이나 인터넷 중독에 노출될 가능성이 높다고 보고되었다[12]. Jun과 Jo의 연구[12]에서 간호대학생의 중독률은 25.7%였으며, Seong과 Nam의 연구[16]에서는 32%로 조사되어 20대의 평균 스마트폰 중독률 22.4%[4]보다 높게 보고되었다. 따라서 간호대학생의 스마트폰 및 인터넷 중독 위험 요인을 파악하고 중독률을 감소시킬 수 있는 중재가 필요하다고 생각된다.

간호대학생은 미래의 간호사로서 다양한 보건의료 현장에서 대상자와 상호작용하고 건강 문제를 파악하고 해결함에 있어 대인관계 및 의사소통 능력은 중요한 역량이다[17,18]. 따라서 대상자와 치료적 관계를 형성하기 위해서는 자신의 감정 및 사고에 주의를 기울이는 자기인식이 우선되어야 함을 강조하

고 있다[13,17,19,20]. 대인관계 능력은 두 사람 이상의 관계에서 발생하는 여러 상황과 문제들을 대처하기 위해 나타나는 사고 정서 또는 행동 양식으로 개인의 행동적인 경향성을 의미하기도 하지만[16], 사회가 복잡해지고 대상자의 다양한 문제를 적시적으로 해결하기 위해서는 자신의 권리를 주장하고, 타인을 배려하며, 갈등을 관리하고 그리고 적절하게 자신을 개방하는 등의 좀 더 포괄적인 개념인 대인관계 유능성[21]이 필요할 것으로 사료된다. 이러한 대인관계 유능성을 유지하기 위해서는 자기인식 과정을 통해 자신을 개방하고 타인을 이해하고 공감하는 타인 인식이 필요하다[18,20]. 자기인식은 타인인식을 통해 좀 더 명료해지기 때문에 자기인식과 타인인식은 높은 관련성이 있다고 보고되었다[22,23]. 올바른 자신인식을 통해 타인을 있는 그대로 수용하고 공감할 수 있으며 자기조절도 가능하지만 자기인식이 적절하지 않은 사람은 자신과 타인에 대해 지나치게 예민하거나 자기중심적으로 대인관계를 형성함으로써 부적절한 대인관계 혹은 대인관계 불안의 원인이 되기도 한다[13,19,23]. 선행연구에서 대인관계 유능성은 스마트폰 및 인터넷 중독에 중요한 영향 요인으로 보고되었으며[7-9,12], 또한 대인관계 유능성이 자기인식과 타인인식과 관련성이 높음[13,17,19-22]을 고려할 때, 자기인식, 타인인식과 대인관계 유능성이 스마트폰 및 인터넷 중독에 미치는 영향을 확인할 필요가 있다. 최근에 스마트폰의 기하급수적인 보급으로 이용자가 점점 더 많아지면서 스마트폰이 우리 생활의 필수품으로 자리매김하고 있지만 그와 더불어 역기능적 사례도 급증하고 있어[3] 이에 대한 대책이 시급하다고 본다. 스마트폰이 인터넷 운영체제를 기반으로 하고 있으며[6], PC와 스마트폰의 밀접한 연관성으로 PC인터넷 중독 위험 성향이 스마트폰 중독 위험으로 나타날 수 있으므로[3,24], 스마트폰 중독과 인터넷 중독을 병행해서 살펴보는 것은 스마트폰 중독 및 인터넷 중독을 예방하고 중재 전략을 개발하는데 효과적임을 보고하고 있다[5,6,24].

이상에서와 같이 스마트폰 및 인터넷 중독이 대인관계 능력과 관련이 있고[9,16], 자아탄력성[12], 자기통제력[15]이 스마트폰 중독의 조절 요인으로 나타났으며, 나아가 대인관계에서 자기인식과 타인인식[13,17,19,20]의 높은 관련성을 확인하였으나 자기인식, 타인인식, 대인관계 유능성이 스마트폰 및 인터넷 중독에 어떠한 영향을 미치는지에 대해 명확하지 않고 관련 연구 또한 미흡한 실정이다. 따라서 자기인식 및 타인인식과 대인관계 유능성, 스마트폰 및 인터넷 중독의 정도를 파악하고 스마트폰 중독 및 인터넷 중독과의 관계를 조사하여 스마트폰 및 인터넷 중독에 대한 중재 전략에 대한 기초자료를 제공하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구는 간호대학생의 자기인식, 타인인식, 대인관계 유능성과 스마트폰 및 인터넷 중독 정도를 파악하고 스마트폰 및 인터넷 중독에 미치는 영향을 살펴보기 위함이며, 구체적인 연구목적은 다음과 같다.

- 대상자의 일반적 특성, 스마트폰 및 인터넷 사용 특성을 파악한다.
- 대상자의 자기인식, 타인인식 및 대인관계 유능성, 스마트폰 및 인터넷 중독 정도를 파악한다.
- 대상자의 일반적 특성, 스마트폰 및 인터넷 사용특성에 따른 스마트폰 및 인터넷 중독의 차이를 파악한다.
- 대상자의 자기인식, 타인인식, 대인관계 유능성, 스마트폰 및 인터넷 중독과의 관계를 파악한다.
- 대상자의 자기인식, 타인인식 및 대인관계 유능성이 스마트폰 및 인터넷 중독에 미치는 영향을 파악한다.

3. 용어정의

1) 스마트폰 중독(Smartphone addiction)

스마트폰 중독은 스마트폰 이용에 몰입하여 이에 대한 통제력을 상실하고 그로 인해 주위에서 피해를 입으며, 부정적인 결과에도 불구하고 지속적으로 스마트폰을 이용하는 것을 의미한다[8]. 본 연구에서는 스마트폰을 통해서 인터넷을 이용하는 것으로 한국정보화진흥원에서 개발한 스마트폰 중독 척도(S-척도)를 사용하여 측정한 총점이 40점 이상일 때 스마트폰 중독으로 분류한다[25].

2) 인터넷 중독(Internet addiction)

인터넷 중독은 인터넷의 과도한 이용으로 일상생활장애, 가상세계지향성, 금단 및 내성을 경험하는 것으로[2], 본 연구에서는 PC를 통해서 인터넷을 이용하는 것으로 한국정보화진흥원에서 개발한 인터넷 중독 척도(K-척도)를 사용하여 측정한 총점이 39점 이상일 때 인터넷 중독으로 분류한다[26].

3) 자기인식(Self-awareness)

자기인식은 자신의 가치관이나 감정 등을 이해하고 자신에 있는 그대로 이해하고 인정하고 수용하는 것으로, 이는 상대적인 개념으로 타인인식을 통해 자기인식이 구체화된다고[18]. 본 연구에서는 자신의 내면에 주위를 기울일 뿐만 아니라 타인에게 영향을 주는 대상으로 자신을 인식하고 다른 사람의 평가에

두려움을 갖는 것을 의미한다[22,23].

4) 타인인식(Other-awareness)

타인인식은 의식적으로 타인의 심리나 행동 특성에 대해 알고려고 하는 것으로[18], 본 연구에서는 다른 사람의 내면 및 외면에 주의를 기울일 뿐만 아니라 다른 사람에 대한 공상적 이미지에 관심을 갖는 것을 의미한다[22,23].

5) 대인관계 유능성(Interpersonal competency)

대인관계 유능성은 두 사람 이상의 관계에서 발생하는 여러 상황에 대처하는 능력으로[16] 특정한 심리적 관계나 상호작용을 원만하게 유지하는 능력[11] 등으로 설명될 수 있다. 본 연구에서는 관계를 형성하고, 권리나 불쾌함에 권리를 주장하며 타인에 대한 배려하고, 갈등을 관리하면서 적절하게 자기를 개방하는 것을 의미한다[21].

연구 방법

1. 연구설계

본 연구는 간호대학생의 스마트폰 및 인터넷 중독, 자기인식, 타인인식, 대인관계 유능성 정도를 조사하고, 스마트폰 및 인터넷 중독에 미치는 영향요인을 탐색하기 위한 서술적 조사 연구이다.

2. 연구대상

본 연구대상자는 S시와 D시에 소재한 2개 대학의 1~4학년에 재학 중인 간호대학생으로 본 연구의 목적을 이해하고 연구에 참여하기 위해 서면으로 동의한 자로 스마트폰과 PC를 통한 인터넷을 이용하고 있는 대상자를 편의 추출하였다. 본 연구 수행에 필요한 대상자 수는 G*Power 3.1.4를 활용하여 효과크기 0.15, 유의수준 .05, 검정력 .95, 변수 20개를 기준으로 산출한 결과 472명이었다. 설문지 회수율을 고려하여 560명을 대상으로 자가보고식 설문 조사를 시행하였고 회수된 설문지 중 응답이 불성실한 설문지를 제외하고 총 479부(85.5%)를 분석에 사용하였다.

3. 연구도구

1) 일반적 특성

대상자의 일반적 특성에는 개인적 특성과 스마트폰 및 인터

넷 중독 관련 특성이 포함되어 있다. 개인적 특성에는 성별, 연령, 학년, 대인관계 만족도, 전공 만족도 등의 5문항이 있다. 그리고 스마트폰 및 인터넷 관련 특성은 주로 이용하는 서비스, 주중 및 주말에 하루 평균 이용시간, 학업에 지장을 주는 정도 등 3문항으로 총 8문항으로 구성되어 있다.

2) 스마트폰 중독

스마트폰 중독 척도는 한국정보화진흥원(2011년)에서 개발한 성인용 스마트폰 중독 척도(S-척도)를 사용하였다[25]. 이 척도는 일상생활장에 5문항, 가상세계지향성 2문항, 금단 4문항, 내성 4문항의 4개 하위요인으로 총 15문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)에서 ‘매우 그렇다’(4점)로 4단계 리커트 척도로 구성되어 있으며 총 점수의 결과는 15~60점까지 분포한다. 총점이 44점 이상인 경우 중독 고위험군에 속하며, 잠재적 위험군은 총점 40점 이상 42점 이하인 경우이고, 일반군은 총점 39점 이하로 구분한다. 본 연구에서는 중독 고위험군과 잠재적 위험군을 포함하는 총점 40점 이상을 스마트폰 중독 위험군으로, 39점 이하를 일반군으로 분류하였다. 개발 당시 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 .83이었고, 본 연구에서는 .90이었다.

3) 인터넷 중독

인터넷 중독 척도는 PC를 통한 인터넷 중독을 파악하기 위해서 한국정보화진흥원(2011년)에서 개발한 성인용 인터넷 중독 척도(K-척도)를 사용하였다[26]. 이 척도는 일상생활장에 5문항, 가상세계지향성 2문항, 금단 4문항, 내성 4문항의 4개 하위요인으로 총 15문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)에서 ‘매우 그렇다’(4점)로 4점 리커트 척도로 구성되어 있으며 총 점수는 15~60점까지 분포한다. 총점이 42점 이상인 경우 중독 고위험군에 속하며, 잠재적 위험군은 총점 39점 이상 41점 이하인 경우이고, 일반군은 총점 38점 이하로 구분한다. 본 연구에서는 중독 고위험군과 잠재적 위험군을 포함하는 총점 39점 이상을 인터넷 중독 위험군으로 분류하였고 38점 이하를 일반군으로 분류하였다. 개발 당시 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 .63이었고, 본 연구에서는 .90이었다.

4) 자기인식

자기인식 측정은 Fenigstein 등[22]의 자기인식 질문지를 Eun [23]이 수정·보완한 척도를 사용하였다. 척도는 사적 자기인식 9문항, 공적 자기인식 5문항, 사회적 불안 6문항의 세

개의 하위요인으로 총 20문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)에서 ‘매우 그렇다’(5점)로 5점 리커트 척도로 구성되어 있으며, 총 점수의 결과는 20~100점까지 분포하며 점수가 높을수록 자기인식의 정도가 높음을 의미한다. Eun [23]의 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 .74였고, 본 연구에서는 .70이었다.

5) 타인인식

타인인식 측정은 Eun [23]의 연구에서 사용한 척도를 사용하였다. 이 척도는 내적 타인인식 12문항, 외적 타인인식 5문항, 공상적 타인인식 4문항의 세 개의 하위요인으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)에서 ‘매우 그렇다’(5점)로 5단계 리커트 척도로 구성되어 있고, 총 점수의 결과는 21~105점까지 분포하며 점수가 높을수록 타인인식의 정도가 높은 것을 의미한다. Eun [23]의 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 .90이었고, 본 연구에서는 .93이었다.

6) 대인관계 유능성

대인관계 유능성 측정은 Buhrmester 등[21]의 대인관계 유능성 질문지를 Han과 Lee [27]가 번안한 척도를 사용하였다. 이 척도는 관계 형성 및 개시 8문항, 권리나 불쾌함에 합당한 권리 주장 7문항, 타인에 대한 배려 7문항, 갈등관리 6문항, 적절한 자기개방 3문항의 다섯 개의 하위요인으로 총 31문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘잘 못한다’(1점)에서 ‘매우 잘한다’(5점)로 5단계 리커트 척도로 구성되어 있으며, 총 점수의 결과는 31~155점까지 분포하며 점수의 범위는 점수가 높을수록 대인관계 유능성의 정도가 높은 것을 의미한다. 개발 당시 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 .69~.89였고, 본 연구에서는 .90이었다.

4. 자료수집

자료수집은 S대학교의 기관윤리심의위원회(승인번호 2017-07-40)의 승인을 받은 후 2017년 10월 20일부터 11월 10일까지 실시되었다. 설문지 배포 이전에 연구자가 학생들에게 연구목적, 방법, 익명성 보장 및 연구 기간 중에도 언제든지 연구참여를 철회할 수 있고, 수집된 자료는 연구를 위한 목적으로만 사용될 것임을 설명하였다. 연구참여 동의서에 직접 서명 날인한 대상자에 한하여 자기보고식 설문지에 직접 기입하도록 하였으며, 작성 소요시간은 20분 정도 소요되었다.

5. 자료분석

수집된 자료분석은 IBM SPSS/WIN 20.0 프로그램을 이용하였다. 대상자의 자기인식, 타인인식, 대인관계 유능성, 스마트폰 중독 및 인터넷 중독 정도는 평균과 표준편차로 분석하였다. 일반적 특성, 스마트폰 및 인터넷 사용 특성에 따른 스마트폰 및 인터넷 중독 차이는 독립표본 t-test, 세 그룹 이상에서 평균비교는 일원배치 분산분석(one-way ANOVA)을 사용하였다. 자기인식, 타인인식, 대인관계 유능성, 스마트폰 중독 및 인터넷 중독의 상관관계는 피어슨 상관분석(Pearson correlation analysis)을 이용하였다. 스마트폰 중독 및 인터넷 중독에 미치는 요인을 파악하기 위하여 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 실시하였다.

연구결과

1. 일반적 특성, 스마트폰 및 인터넷 사용 관련 특성

전체 대상자 479명의 평균 연령은 21.19 ± 4.57 세이며, 여학생이 420명(87.7%)으로 대부분을 차지하였다. 1학년이 141명(29.4%)으로 가장 많았으며 학년 별 인원은 비슷하였다. 대상자 자신의 대인관계에 만족하는 경우는 299명(62.4%), 간호학 전공에 대해 만족하는 사람은 294명(61.4%)으로 나타났다. 스마트폰 및 인터넷에서 가장 많이 이용하는 서비스를 하나만 선택하게 한 결과 스마트폰에서 주로 이용하는 서비스는 SNS 등의 커뮤니케이션이 265명(55.3%), 인터넷의 경우는 자료 및 정보 검색이 164명(34.2%)으로 나타났다. '스마트폰 이용으로 인한 학업 지장 정도'에 대한 질문에 '지장이 있다'고 응답한 사람은 304명(63.4%), 인터넷으로 인해 학업에 '지장이 있다'고 응답한 경우는 166명(34.6%)으로 나타났다. 스마트폰의 주말 하루 평균 이용시간은 5.99 ± 6.11 시간, 인터넷 주말 하루 평균 이용시간은 3.38 ± 7.59 시간으로 조사되어 스마트폰 이용시간이 인터넷 이용시간보다 약 두 배 정도 높은 것으로 나타났다(Table 1).

2. 자기인식, 타인인식, 대인관계 유능성, 스마트폰 및 인터넷 중독 수준

대상자의 자기인식은 5점 만점에 3.37 ± 0.33 점, 하위 영역에서 사적 자기인식은 3.53 ± 0.50 점, 사회적 불안은 2.92 ± 0.68 점이었다. 타인인식은 3.19 ± 0.58 점, 하위 영역 중에서 내적 타인인식은 3.26 ± 0.62 점이었으며, 대인관계 유능성은 5점 만점에

3.36 ± 0.40 점이었다. 스마트폰 중독 점수는 총점 60점 만점에 37.11 ± 7.41 점, 인터넷 중독 점수는 34.57 ± 7.63 점으로 스마트폰 중독 점수가 인터넷 중독 점수보다 높은 것으로 나타났다(Table 2).

3. 일반적 특성, 스마트폰 및 인터넷 사용특성에 따른 중독 수준의 차이

대상자의 일반적 특성, 스마트폰 및 인터넷 사용 관련 특성에 따른 스마트폰 및 인터넷 중독 차이는 다음과 같다(Table 3). 스마트폰 중독은 성별($t = -2.31, p < .05$), 학년($F = 3.80, p < .05$), 대인관계 만족도($F = 3.67, p < .05$), 전공만족도($F = 4.01, p < .05$), 주로 사용하는 서비스($F = 4.80, p < .001$)에 따라 차이가 있었다. 대인관계 만족도 및 전공만족도에 불만족할수록 스마트폰 중독 점수가 높았고, 게임 등의 여가를 즐기는 집단, 학업지장 정도가 높은 집단에서 스마트폰 중독 점수가 높았다. 인터넷 중독의 경우는 대인관계 만족도($F = 5.51, p < .01$), 전공 만족도($F = 10.02, p < .001$), 주로 사용하는 서비스($F = 3.74, p < .01$)에 따라 차이가 있었다. 대인관계 만족도 및 전공만족도에 불만족할수록 중독 점수가 높았다. 쇼핑 및 게임 등의 여가를 즐기는 집단에서 인터넷 중독점수가 높았다.

4. 자기인식, 타인인식, 대인관계 유능성, 스마트폰 및 인터넷 중독과의 상관관계

대상자들의 자기인식, 타인인식, 대인관계 유능성, 스마트폰 및 인터넷 중독과의 관계는 Table 4와 같다. 스마트폰 중독 점수와 공적 자기인식($r = .16, p < .01$), 사회적 불안($r = .24, p < .01$), 타인인식($r = .21, p < .01$), 인터넷 중독($r = .52, p < .01$) 간에 유의한 양의 상관관계를 있었다. 그러나 자기인식($r = -.13, p < .01$), 대인관계 유능성($r = -.23, p < .01$)과는 유의한 음의 상관관계를 보였다. 인터넷 중독은 사회적 불안($r = .23, p < .01$), 타인인식($r = .16, p < .01$)과는 유의한 양의 상관관계가 있었고, 자기인식($r = -.15, p < .01$), 대인관계 유능성($r = -.23, p < .01$)과는 유의한 음의 상관관계가 있었다. 즉, 대상자들이 타인에게 영향을 주는 대상으로 자신을 인식하거나 다른 사람의 내면이나 외면에 주의를 기울일수록 스마트폰 및 인터넷 중독 점수가 높아지고, 자신의 내면에 주의를 기울이거나 대인관계 원만하게 유지될수록 스마트폰 및 인터넷 중독 점수가 낮아지는 것으로 나타났다. 그리고 스마트폰 중독과 인터넷 중독은 높은($r = .52, p < .01$) 상관관계를 보였다.

Table 1. General Characteristics, Smartphone and Internet Using Characteristics

(N=479)

Characteristics	Categories	n (%) or M±SD
Gender	Male	59 (12.3)
	Female	420 (87.7)
Age (year)	19~21	335 (69.9)
	22~26	70 (14.6)
	≥ 27	74 (15.5)
Academic year	Freshman	141 (29.4)
	Sophomore	110 (23.0)
	Junior	120 (25.1)
	Senior	108 (22.5)
Interpersonal satisfaction	Dissatisfaction	23 (4.8)
	Moderate	157 (32.8)
	Satisfaction	299 (62.4)
Major satisfaction	Dissatisfaction	34 (7.1)
	Moderate	151 (31.5)
	Satisfaction	294 (61.4)
Smartphone main using service	Acquisition of data and information	44 (9.3)
	Leisure [†]	149 (31.1)
	Communication [‡]	265 (55.3)
	Education/learning	5 (1.0)
	Online shopping	15 (3.1)
	Finance	1 (0.2)
Internet main using service	Acquisition of data and information	164 (34.2)
	Leisure [†]	144 (30.1)
	Communication [‡]	136 (28.4)
	Education, learning	11 (2.3)
	Online shopping	22 (4.6)
	Finance	2 (0.4)
Level of disrupting studies due to the smartphone	Very high	12 (2.6)
	High	51 (10.6)
	Middle (a little)	241 (50.3)
	Low	128 (26.7)
	Very low	47 (9.8)
Level of disrupting studies due to the Internet	Very high	15 (3.1)
	High	16 (3.4)
	Middle (a little)	135 (28.2)
	Low	171 (35.7)
	Very low	142 (29.6)
Smartphone average daily using time	Weekday (hours)	5.76±9.69
	Weekend (hours)	5.99±6.11
Internet average daily using time	Weekday (hours)	2.97±7.79
	Weekend (hours)	3.38±7.59

[†] Games, adult contents, movies, music, etc.; [‡] E-mail, messenger, SNS.

5. 스마트폰 중독과 인터넷 중독에 영향을 미치는 요인

대상자의 스마트폰 및 인터넷 중독에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 일반적 특성에서 유의한 차이를 보인 성별, 학년, 대인관계 만족도, 전공만족도와 상관관계분석에서 유의한

상관을 보였던 자기인식, 타인인식, 대인관계 유능성을 독립변수로 투입하여 다중회귀분석을 실시하였다. 독립변수 중에서 명목변수는 가변수 처리하였다. 다중공선성(multicollinearity)의 문제를 확인한 결과 공차한계(tolerance)는 .310~.984로 모두 0.1 이상으로 확인되었고, 분산팽창지수(Variance Inflation

Factor, VIF)가 1.016~1.675에 해당되어 기준 값인 10보다 작아 다중공선성의 문제는 없었다. 자기상관 문제는 Dubin-Watson 통계량에서 오차의 자기상관계수가 1.99로서 문제가 없었다. 스마트폰 중독에 최종적으로 영향을 미치는 요인은 성별($\beta = -.11, p < .05$), 학년($\beta = .15, p < .01$), 자기인식($\beta = -.12, p < .05$) 타인인식($\beta = .29, p < .001$), 대인관계 유능성($\beta = -.20, p < .001$)으로 나

타났으며 이들 설명력은 16%였다($F = 10.21, p < .001$). 반면, 인터넷 중독에 최종적으로 영향을 미치는 요인은 학년($\beta = .12, p < .05$), 전공 만족도($\beta = -.17, p < .001$) 타인인식($\beta = .22, p < .001$), 대인관계 유능성($\beta = -.18, p < .001$)으로 나타났으며 이들 투입된 독립변수들의 인터넷 중독 설명력은 13%로 나타났다($F = 8.48, p < .001$). 본 회귀모형은 통계적으로 유의한 것으로 파악되었다. 즉 스마트폰 중독은 여학생인 경우, 고학년일수록, 자기인식이 부족할수록, 타인인식을 많이 할수록, 대인관계 유능성이 부족할수록 스마트폰 중독이 유의하게 높았다. 반면 인터넷 중독의 경우는 고학년일수록, 전공 만족도가 낮을수록, 타인인식을 많이 할수록, 대인관계 유능성이 부족할수록 인터넷 중독이 유의하게 높은 것으로 파악되었다(Table 5).

Table 2. Descriptive Statistics of Variables (N=479)

Variables	Min	Max	M±SD
Self-awareness	2.40	4.30	3.37±0.33
Private self-awareness	1.22	4.78	3.53±0.50
Public self-awareness	1.40	5.00	3.63±0.57
Social anxiety	1.00	5.00	2.92±0.68
Other-awareness	1.00	4.86	3.19±0.58
Internal other-awareness	1.00	4.92	3.26±0.62
External other-awareness	1.00	5.00	3.09±0.64
Fancy other-awareness	1.00	5.00	3.12±0.71
Interpersonal competence	2.10	4.74	3.36±0.40
Smartphone addiction	21.00	56.00	37.11±7.41
Internet addiction	19.00	53.00	34.57±7.63

논 의

본 연구는 간호대학생을 대상으로 자기인식, 타인인식, 대인관계 유능성, 스마트폰 및 인터넷 중독의 수준 및 관계를 확인하고 스마트폰 및 인터넷 중독의 요인을 파악하기 위한 서술

Table 3. Difference among General Characteristics, Smartphone and Internet Using Characteristics (N=479)

Variables	Smartphone					Internet				
	M±SD	t or F	General users	Addiction	χ^2	M±SD	t or F	General users	Addiction	χ^2
			n (%)	n (%)				n (%)	n (%)	
Gender										
Male	35.03±8.51	-2.31*	39 (66.1)	20 (33.9)	3.44	34.75±7.67	0.19	37 (62.7)	22 (37.3)	2.23
Female	37.40±7.21		324 (77.1)	96 (22.9)		34.54±7.63		303 (72.1)	117 (27.9)	
Academic year										
Freshman	35.70±7.56	3.80*	121 (85.8)	20 (14.2)	12.35**	32.83±7.03	3.71	113 (80.1)	28 (19.9)	9.58*
Sophomore	36.57±7.76		81 (73.6)	29 (26.4)		35.06±7.48		77 (70.0)	33 (30.0)	
Junior	38.08±7.13		88 (73.3)	32 (26.7)		35.72±7.62		82 (68.3)	38 (31.7)	
Senior	38.44±6.85		73 (67.6)	35 (32.4)		35.05±8.23		68 (63.0)	40 (37.0)	
Interpersonal satisfaction										
Dissatisfaction	37.57±7.58	3.67*	14 (60.9)	9 (39.1)	15.09**	37.35±8.41	5.51**	13 (56.5)	10 (43.5)	17.04***
Moderate	38.37±7.10		105 (66.9)	52 (33.1)		35.78±7.98		95 (60.5)	62 (39.5)	
Satisfaction	36.41±7.49		244 (81.6)	55 (18.4)		33.71±7.26		232 (77.6)	67 (22.4)	
Major satisfaction										
Dissatisfaction	37.56±10.27	4.01*	20 (58.8)	14 (41.2)	14.12*	36.82±10.15	10.02***	20 (58.8)	14 (41.2)	16.01***
Moderate	38.44±6.00		104 (68.9)	47 (31.1)		36.42±6.98		92 (60.9)	59 (39.1)	
Satisfaction	36.37±7.60		239 (81.3)	55 (18.7)		33.35±7.38		228 (77.6)	66 (22.4)	
Main using service										
Information retrieval	34.71±7.66	4.80***	39 (76.5)	12 (23.5)	25.43***	32.56±7.65	3.74**	130 (79.3)	34 (20.7)	11.96*
Leisure	38.56±7.69		119 (65.7)	62 (34.3)		35.93±7.15		94 (65.3)	50 (34.7)	
Communication	35.34±7.54		100 (91.7)	9 (8.3)		35.43±7.34		91 (66.9)	45 (33.1)	
Help studies	36.73±6.89		50 (78.1)	14 (21.9)		33.91±9.21		10 (90.9)	1 (9.1)	
Shopping	38.42±5.66		53 (73.6)	19 (26.4)		35.41±8.78		14 (63.6)	8 (36.4)	
Finance	28.50±10.61		2 (100.0)	0 (0.0)		36.50±12.02		1 (50.0)	1 (50.0)	
Total	37.11±7.41		363 (75.8)	116 (24.2)		34.57±7.63		340 (71.0)	139 (29.0)	

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

Table 4. Correlations among Smartphone and Internet Addiction with other Variables

(N=479)

Variables	PRSA	PUSA	SOA	SEA	IOA	EOA	FOA	OA	IC	IA	SA
Private self-awareness	1										
Public self-awareness	.40**	1									
Social anxiety	-.16**	-.26**	1								
Self-awareness	.76**	.54**	-.39**	1							
Internal other-awareness	.42**	.54**	.34**	.32**	1						
External other-awareness	.23**	.51**	.29**	.20**	.64**	1					
Fancy other-awareness	.44**	.48**	.30**	.33**	.82**	.63**	1				
Other-awareness	.42**	.57**	.35**	.32**	.96**	.80**	.89**	1			
Interpersonal competence	.22**	.13**	-.43**	.48**	.09*	.04	.12**	.21*	1		
Internet addiction	-.05	.05	.23**	-.15**	.12**	.21**	.13**	.16**	-.23**	1	
Smartphone addiction	-.08	.16**	.24**	-.13**	.17**	.28**	.17**	.21**	-.23**	.52**	1

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$; PRSA=Private self-awareness; PUSA=Public self-awareness; SOA=Social anxiety; SEA=Self-awareness; IOA=Internal other-awareness; EOA=External other-awareness; FOA=Fancy other-awareness; OA=Other-awareness; IC=Interpersonal competence; IA=Internet addiction; SA=Smartphone addiction.

Table 5. Predictors of Smartphone and Internet Addiction

(N=479)

Variables	Smartphone addiction						Internet addiction					
	B	SE	β	t	df	p	B	SE	β	t	df	p
Gender [†]	-0.16	0.07	-.11	-2.42	1	< .05	0.02	0.07	.01	0.23	1	.817
Age (year)	-0.01	0.02	-.02	-0.29	478	.771	-0.01	0.02	-.01	-0.11	478	.910
Academic year	0.06	0.02	.15	2.63	3	< .01	0.05	0.03	.12	2.08	3	< .05
Interpersonal satisfaction	0.02	0.04	.02	0.37	478	.715	-0.01	0.04	-.01	-0.30	478	.766
Major satisfaction	-0.06	0.04	-.08	-1.80	478	.073	-0.14	0.04	-.17	-3.66	478	< .001
Self-awareness	-0.18	0.08	-.12	-2.33	478	< .05	-0.16	0.08	-.10	-1.94	478	.053
Other-awareness	0.24	0.04	.29	6.24	478	< .001	0.19	0.04	.22	4.74	478	< .001
Interpersonal competence	-0.24	0.06	-.20	-4.01	478	< .001	-0.23	0.06	-.18	-3.58	478	< .001

R²=.17, Adj. R²=.16, F=10.21, $p < .001$ R²=.14, Adj. R²=.13, F=8.48, $p < .001$

Dependent variable: Smartphone addiction

Dependent variable: Internet addiction

[†] Dummy variables (Male=1, female=0).

적 조사연구로 총 479명이 참석하였다. 연구결과, 성별, 학년, 전공만족도, 자기인식, 타인인식, 대인관계 유능성이 스마트폰 및 인터넷 중독에 영향을 미치는 요인으로 나타났다.

첫째, 본 연구에서는 남학생의 스마트폰 중독률이 여학생보다 유의하게 높게 나타났다. 이는 대학생을 대상으로 한 다수의 선행연구[5,9,11,14,15,24]에서 여학생이 남학생보다 스마트폰 중독률이 높은 것과 차이가 있었다. 그리고 남학생의 스마트폰 중독 점수(35.03±8.51)가 여학생의 스마트폰 중독 점수

(37.40±7.21)가 보다 낮았음에도 불구하고 스마트폰 중독률은 남학생(33.9%)이 여학생(22.9%)보다 유의하게 높게 나타난 결과는 간호학과 특성상 성비의 불균형에 기인한 것인지 아니면 그 밖의 다른 요인이 있는지에 대해 반복 연구가 필요하다. 본 연구에서 전체 스마트폰 중독률은 24.2%로 나타났으며 이는 2016년 간호대학생을 대상으로 한 Jun과 Jo [12]의 연구에서 스마트폰 중독률 25.7%와는 비슷한 수준이었으나, 역시 간호대학생을 대상으로 한 Seong과 Nam [16]의 연구에서 나타나는 중독률 32%보다는 낮았다. 이는 최근 스마트폰 중독률이

꾸준히 증가하고 있는 추세[12]임을 고려할 때, 연구대상자 및 연구도구가 동일함에도 불구하고 오히려 중독률이 감소하는 양상으로 나타나 이러한 차이를 밝히기 위한 반복 연구가 필요할 것으로 여겨진다. 반면 본 연구의 인터넷 중독률은 29.0%로 일반대학생을 대상으로 한 Jeong [24]의 12.6%보다는 월등히 높게 나타나 대상 및 지역을 확대하여 연구를 시행하여 결과를 일반화시킬 필요가 있겠다.

둘째, 스마트폰에서 가장 많이 이용하는 서비스는 SNS 등의 커뮤니케이션이 가장 높게 나타났다. 이는 선행연구에서도 스마트폰 기능 중에서 SNS를 가장 많이 이용한다고 보고한 연구 결과가 일치하였다[4,9,11]. 반면 인터넷의 경우는 자료 및 정보획득이 가장 높게 나타나 스마트폰 이용 특성과는 차이가 있었다.

셋째, 스마트폰과 인터넷 이용시간을 주중과 주말로 구분하여 일일 평균 시간을 비교하였다. 스마트폰의 주중 이용시간은 5.76 ± 9.69 시간, 주말은 5.99 ± 6.11 시간으로 나타나 주중보다 주말에 이용시간이 더 많았다. 2016년 선행연구[4]에서는 대학생의 스마트폰 이용시간은 주중은 2.54시간, 주말은 5.42시간으로, 이는 본 연구와 비교하였을 때 주말은 비슷한 수준이었으나, 주중의 경우는 본 연구대상자가 두 배 이상 스마트폰을 많이 이용하는 것으로 나타났다.

반면 본 연구에서 인터넷의 이용시간은 주중은 2.97 ± 7.79 시간, 주말은 3.38 ± 7.59 시간으로 나타나 스마트폰 이용시간의 절반 수준이었다. 선행연구에서 주말 이용자에게서 스마트폰 중독률[3,11,16]과 인터넷 중독률[2]이 높다는 연구결과를 토대로 향후 사용시간에 따른 중독률을 확인하는 연구가 필요할 것으로 사료된다. 인터넷 이용환경이 PC에서 스마트 기기로 빠르게 변하고 있으며[2], 스마트폰 이용시간이 늘어날수록 스마트폰 중독 위험이 높아짐을[3,11,16] 고려할 때, 스마트폰 과다 이용을 감소시킬 수 있는 예방 전략 수립이 필요함을 보여주고 있다.

또한 학년이 높을수록 스마트폰 및 인터넷 중독률이 유의하게 높아지는 것으로 확인되었는데 이는 스마트폰 사용기간이 오래될수록 스마트폰 중독 위험이 높아진다는 Seong의 연구결과[16]와 일치하였다. 이는 1학년보다는 4학년이 스마트폰이나 인터넷을 사용한 기간이 상대적으로 길어짐에 따라 중독 수준 또한 심화된 것으로 유추해 볼 수 있겠다. 그러나 일반대학생을 대상으로 한 일 스마트폰 중독 연구[9]에서는 3학년이 중독 점수가 가장 낮고, 1학년이 가장 높아 본 연구와 차이가 있었다. 일관성 있는 연구결과 및 명확한 원인 규명을 위해 스마트폰 사용 시점에 대한 중독의 차이를 확인해 보는 것도 필요하

겠다.

넷째, 본 연구에서 중요하게 의미를 두고 있는 자기인식은 스마트폰 중독의 영향 요인임을 확인하였다. 본 연구의 자기인식 점수는 5점 만점에 3.37 ± 0.33 점으로 이는 3, 4학년의 간호대학생을 대상으로 한 Park과 Choi의 연구[13] 3.45 ± 0.40 점보다는 다소 낮은 반면 1~4학년을 간호학생을 대상으로 한 Oh 등[19]의 3.40 ± 0.32 점과는 비슷한 수준이었다. 자기인식은 자신의 내면과 행동을 탐색을 가능하게 하여 중독에 대한 자신의 상태를 인지하고 관찰하게 함으로써 스마트폰 중독 조절에 영향을 미칠 것으로 사료된다. 따라서 자기인식 증진 프로그램 운영은 스마트폰 중독 조절에 일부 기여할 수 있을 것으로 사료된다. 본 연구결과는 스마트폰 및 인터넷 중독과 자기인식에 대한 선행연구가 부족하여 직접적인 비교는 제한되지만, 자기(self)를 포함하는 유사 개념으로서 자기통제는 자신의 욕구나 행동을 의식적으로 자제함으로써 스마트폰 중독 위험 감소에 영향이 있음이 보고되었다[10]. 또한 자아탄력성도 자신의 지나 정서를 조절하여 행동을 변화시킴으로써 스마트폰 중독 위험을 감소시키는 영향 요인으로 보고된 바 있다[12]. 따라서 본 연구에서 자기인식은 스마트폰 및 인터넷 중독과 음의 상관관계가 있었고, 선행연구결과에서도 자기통제나 자아탄력성 등이 중독 감소의 영향 요인으로 제기된 바 본 연구에서도 같은 맥락으로 자기인식이 스마트폰 중독의 영향 요인이었음을 추정해 볼 수 있겠다. 이는 자기(self)라는 표현은 복합적인 개념으로 생각의 관점, 행동 방향, 동기 유발의 원인이 되며 의사결정의 핵심 요인으로 작용하기 때문이다[17]. 뿐만 아니라 2016년 인터넷 과의존 실태 조사[4]에서 스마트폰 과다 이용 경험자가 과다 이용을 줄이기 위해 가장 도움이 된 방법으로 ‘자신의 의지’라고 48.2%가 응답하였고, 과다 이용의 경험이 없는 자도 스마트폰 과다 이용 시 앞으로 가장 도움이 될 수 있는 방법으로 ‘자신의 의지’라고 50.4%가 응답했다는 점이 같은 맥락으로 해석된다.

본 연구에서 타인인식은 인터넷 중독의 영향요인으로 밝혀졌다. 타인인식의 평균 점수는 5점 만점에 3.19 ± 0.58 점으로 Oh 등[19]의 3.41 ± 0.50 점보다 낮게 나타났다. 타인인식은 자기인식과 양의 상관관계($r = .32, p < .01$)가 있었는데, 이는 타인인식은 자기를 잘 알기 전까지는 남을 이해하고 도움을 제공하는 것이 제한적이며[20], 자기인식이 부족한 상황에서 지나치게 타인을 인식하는 것은 오히려 인터넷 중독의 영향요인이 될 수 있음을 간접적으로 시사하고 있다고 보여진다. 대체로 간호학에서 자기인식은 대상자와의 관계에서 그 중요성이 강조되고 있지만 타인인식은 상대적으로 덜 익숙한 개념으로 다루어

지고 있어 자기인식과 더불어 타인인식에도 관심을 가져야 할 필요가 있겠다.

다섯째, 본 연구에서 대인관계 유능성은 스마트폰 중독 및 인터넷 중독의 영향 요인으로 나타났다. 대인관계 유능성 점수가 높을수록 스마트폰 및 인터넷 중독 위험은 낮게 나타났다. 이는 선행연구에서 대인관계의 어려움을 피하기 위하여 인터넷을 과도하게 이용하고[7], 대인관계 점수가 낮을수록 스마트폰 중독 위험이 높다고 보고한 연구[10,12,14,16]들의 결과를 뒷받침하고 있다. 또한 대인관계 유능성은 자기인식($r=.48, p<.01$), 타인인식($r=.21, p<.05$)과 양의 상관관계가 있으므로 이들 상호 관련 있는 개념들을 분리하기보다는 통합적으로 이해되고 관리될 수 있도록 교육과정 내에서 더욱 더 관심을 가져야 할 것이다. 이러한 연구결과를 토대로 자기인식 및 대인관계 유능성을 증진시키고 타인인식을 관리하기 위하여 이론 교육 및 실무에서 조하리 창문[18,20]을 활용해 볼 수 있겠다.

본 연구의 제한점은 첫째, 참여자들을 연구자가 일부 대학의 학생들을 편의 표집하였으므로 표본 집단이 모집단을 완전히 대표한다고 보기 어려운 연구의 한계점이 있다. 둘째, 스마트폰 및 인터넷 중독, 자기인식, 타인인식과 관련된 선행연구가 부족하여 직접 비교, 해석하는데 어려움이 있었다. 따라서 향후 간호대학생과 일반대학생을 구분하여 스마트폰 및 인터넷 중독을 감소시키고 예방하기 위하여 지속적인 연구가 필요하겠다.

그러나 이러한 제한점에도 불구하고 자기인식, 타인인식, 대인관계 유능성이 스마트폰 및 인터넷 중독의 영향 요인임을 확인하였다는 점에서 연구의 의의가 있다. 좀 더 구체적으로는 첫째, 실무적인 측면에서 볼 때, 간호 실무에서의 자기인식 활동은 자신에 대한 이해를 바탕으로 다른 사람과의 관계 형성에 도움을 제공하고[20], 또한 이러한 자기인식 증진 노력은 스마트폰 중독 감소에도 영향 요인임을 있음을 확인하였다. 둘째, 연구적인 측면에서는 스마트폰 및 인터넷 중독 위험을 감소시킬 수 있는 영향 요인들을 확인하여 중독을 감소시킬 수 있는 중재 방안의 기초자료를 제시하였다. 셋째, 교육적 측면에서는 자기인식, 타인인식, 그리고 대인관계 유능성 등의 개념을 통합적으로 이해하기 위하여 교육과정에 반영하여 이를 이론 및 실습교육에서 활용해 보는 것이 가능하다는 점이다. 본 연구결과를 토대로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 스마트폰 및 인터넷 중독과 스마트폰 및 인터넷 사용 관련 특성 간의 원인관계를 좀 더 규명하기 위하여 사용시간 및 사용기간을 구분하여 중독의 차이를 조사하는 연구가 필요하다.

둘째, 자기인식 및 타인인식 증진 프로그램 운영을 통하여 간호대학생의 스마트폰 및 인터넷 중독을 감소에 대한 효과를 확인해보는 연구가 필요하다.

결론

본 연구는 간호대학생을 대상으로 스마트폰 및 인터넷 중독, 자기인식, 타인인식, 대인관계 유능성 관계 정도를 파악하고, 스마트폰 및 인터넷 중독에 미치는 요인을 파악한 조사연구이다. 스마트폰 중독에 영향을 주는 요인은 성별, 학년, 자기인식, 타인인식, 대인관계 유능성이었고, 인터넷 중독에 영향을 미치는 요인은 학년, 전공 만족도, 타인인식, 대인관계 유능성이었다. 본 연구에서 스마트폰 중독과 인터넷 중독이 높은 양의 상관관계가 있으며, 자기인식, 타인인식, 대인관계 유능성이 스마트폰 및 인터넷 중독과 영향 요인임을 논의하였다. 본 연구의 이러한 결과가 스마트폰 및 인터넷 중독의 감소와 관련된 중재 프로그램 개발의 기초자료로 활용될 것을 기대한다.

CONFLICTS OF INTEREST

The author declared no conflicts of interest.

ORCID

Son, Mira

<https://orcid.org/0000-0002-2313-2132>

REFERENCES

1. Internet World Stats. World Internet users and 2017 population stats [Internet]. 2013 [cited 2018 Feb 9]. Available from: <http://www.internetworldstats.com/stats.htm>
2. Korea Internet & Security Agency. 2016 Survey on the Internet usage [Internet]. 2015 [cited 2018 Jun 20]. Available from: <https://isis.kisa.or.kr>
3. Seo MJ, Choi TY, Woo JM, Kim JH, Lee JH. A comparative study of smartphone and Internet addiction on adolescent psychopathology. *Journal of the Korean Society of Biological Therapies in Psychiatry*. 2013;19(2):154-162.
4. National Information Society Agency. 2016 The survey on Internet overdependence [Internet]. Seoul: National Information Society Agency. 2006 [cited 2018 Jun 20]. Available From: http://www.nia.or.kr/site/nia_kor/ex/bbs/View.do?cbIdx=65914
5. Mok JY, Choi SW, Kim DJ, Choi JS, Lee J, Ahn H, et al. Latent class analysis on Internet and smartphone addiction in college students. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*. 2014;10: 817-828. <https://doi.org/10.2147/NDT.S59293>

6. Choi SW, Kim DJ, Choi JS, Ahn EJ, Choi EJ, Song WY, et al. Comparison of risk and protective factors associated with smartphone addiction and Internet addiction. *Journal of Behavioral Addictions*. 2015;4(4):308-314.
<https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.043>
7. Young K, Pistner M, O'Mara J, Buchanan J. Cyber disorders: the mental health concern for the new millennium. *CyberPsychology & Behavior*. 1999;3(5):475-479.
<https://doi.org/10.1089/cpb.1999.2.475>
8. Lee SH, Choi YC, Woo JM, Kim JH, Seo MJ, Kwak SG, et al. The relationship of smartphone addiction and depression, social anxiety on adolescents: preliminary study. *Journal of the Korean Society of Biological Therapies in Psychiatry*. 2014;20(3): 212-218.
9. Kim IK, Park SW, Choi HM. The Relationship among smartphone addiction, communication ability, loneliness and interpersonal relationship for university students. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*. 2017;18(1): 637-648. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2017.18.1.637>
10. Park JH, Park JH. The relationships among interpersonal relationship anxiety, college adjustment, self-control, and smartphone addiction in nursing students. *Journal of the Korean Data & Information Science Society*. 2017;28(1):185-194.
<https://doi.org/10.7465/jkdi.2017.28.1.185>
11. Hong EY. The Moderating effect of smartphone addiction on the relationship between interpersonal problem and depression. *Journal of Korean Public Health Nursing*. 2015;29(1):5-17. <https://doi.org/10.5932/JKPHN.2015.29.1.5>
12. Jun WH, Jo MJ. Relationships between ego-resilience and smartphone addiction among nursing students. *The Journal of the Korea Contents Association*. 2016;16(6):739-747.
<https://doi.org/10.5392/JKCA.2016.16.06.739>
13. Park JW, Choi MS. A study on self consciousness, communication competence, and interpersonal relation dispositions of nursing students. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 2009;18(3):351-360.
14. Cho SH, Jeon GS. Correlates of problematic mobile phone use among Korean college students. *The Korean Journal of Stress Research*. 2016;24(1):13-22.
<https://doi.org/10.17547/kjsr.2016.24.1.13>
15. Cho MK. The relationships among smartphone use motivations, addiction, and self-control in nursing students. *Journal of Digital Convergence*. 2014;12(5):311-323.
<https://doi.org/10.14400/JDC.2014.12.5.311>
16. Seong MH, Nam HR. Influence of stress coping style, relationship ability and self-esteem on smartphone addiction in nursing student. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*. 2017;18(2):61-70.
<https://doi.org/10.5762/KAIS.2017.18.2.61>
17. Kim SG. The effects of a self-awareness program using action methods for nursing students. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*. 2006;12(2):187-195.
18. Im SB. Communication education in nursing: to promote self-awareness. *Korean Journal Health Communication*. 2006;1(1):59-66.
19. Oh EJ, Ko SH, Kim JY, Kim SR. Self-awareness, other-awareness and communication ability in nursing students. *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*. 2015;21(4): 426-434. <https://doi.org/10.11111/jkana.2015.21.4.426>
20. Jack K, Smith A. Promoting self-awareness in nurses to improve nursing practice. *Nursing Standard*. 2007;21(32):47-52.
<https://doi.org/10.7748/ns2007.04.21.32.47.c4497>
21. Buhrmester D, Furman W, Wittenberg MT, Reis HT. Five domains of interpersonal competence in peer relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1988;55(6):991-1008.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.55.6.991>
22. Fenigstein A, Scheier MF, Buss AH. Public and private self consciousness: assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1975;43(4):522-527.
23. Eun HG. Adolescent's self-awareness, other-awareness, interpersonal skills and the satisfaction of interpersonal relationship: the difference among the grades and between the sexes. *The Korea Journal of Youth Counseling*. 2001;9(1):136-157.
24. Jeong GC. Relationships among mental health, Internet addiction, and smartphone addiction in university student. *The Journal of the Korea Contents Association*. 2016;16(4):655-665.
<https://doi.org/10.5392/JKCA.2016.16.04.655>
25. Shin GW, Kim DL, Jeon YJ, Lee JY, Lee YH, Kim MC, et al. Development of Korean smartphone addiction proneness scale for youth and adults. Seoul: National Information Society Agency; 2011 November. Report No. NIA IV-RER-11051.
26. Shin GW, Kim DL, Jeon YJ, Lee JY, Lee YH, Kim MC, et al. Third standardization of Korean Internet addiction proneness scale. Seoul: National Information Society Agency; 2011 November. Report No. NIA IV-RER-11050.
27. Han NR, Lee DG. Validation of the Korean version of the interpersonal competence questionnaire in Korean college students. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*. 2010; 22(1):137-156.