

기질, 정서표현 양가성, 스트레스 대처방식과 스마트폰 중독 간의 관계: 20대 성인을 대상으로[†]

김 보 라	오 현 숙 [‡]	조 문 한
한신대학교 정신분석대학원 심리학과	한신대학교 심리·아동학부	한신대학교 정신분석대학원 심리학과

본 연구는 20대를 대상으로 기질, 정서표현 양가성, 스트레스 대처방식이 스마트폰 중독에 어떠한 영향을 미치는지 살펴보고, 기질이 스마트폰 중독에 영향을 미치는 과정에서 매개변인으로서 정서표현 양가성과 스트레스 대처방식의 역할을 검증하였다. 이를 위하여 20대 300명에게 성인 스마트폰 중독 척도, 기질 및 성격검사(TCI)-성인용, 정서표현 양가성 척도, 스트레스 대처방식 척도를 실시하였고, 불성실한 응답을 제외한 총 297명의 자료를 분석하였다. 연구결과로서 첫째, 기질과 스마트폰 중독 간의 관계를 살펴보면, 자극추구, 위험회피, 인내력이 스마트폰과 유의미한 관계가 있는 것으로 나타났고, 그 중 자극추구 기질이 가장 높은 설명량을 보였다. 둘째, 선행연구와 통계분석 결과를 바탕으로 기질이 스마트폰 중독에 미치는 영향에서 정서표현 양가성과 스트레스 대처방식이 병렬적으로 매개하는 연구모형과 두 변인이 순차적으로 매개하는 경쟁모형을 설정하였고, 모형을 검증하였다. 그 결과, 연구모형이 경쟁모형에 비해 더 양호한 모형으로서 모형 적합도가 유의미한 것으로 나타났다. 본 연구모형의 매개 효과를 검증한 결과, 자극추구 기질이 스마트폰 중독에 영향을 미치는 과정에서 문제 중심적 대처가 부분 매개역할을 하고, 인내력 기질이 스마트폰 중독에 영향을 미치는 과정에서는 사회적 지지추구 대처와 문제 중심적 대처가 각각 완전 매개역할을 하는 것으로 드러났다. 연구결과를 토대로 추후 스마트폰 중독에 대한 이해와 개입에 관련하여 시사하는 바와 본 연구의 제한점에 대하여 논의하였다.

주요어: 스마트폰 중독, 기질, 정서표현 양가성, 스트레스 대처방식

[†] 이 연구 내용의 일부는 2017년 한국건강심리학회 동계학술대회에서 포스터 발표되었음.

[‡] 교신저자(Corresponding author) : 오현숙, (18101) 경기도 오산시 한신대길 137 (양산동) 한신대학교 심리·아동학부, Tel: 031-379-0135, E-mail: hyunsookoh@hs.ac.kr

언제, 어디서든 손 안에서 문서작성, 정보탐색, 게임, 미디어감상, 이메일, SNS 등이 가능하다는 점에서 현대인들에게 스마트폰의 역할은 매우 크다. 그러나 스마트폰 과다 이용 시, 일상생활에 지장을 줄 수 있으며, 최근에는 스마트폰 중독이 사회적 문제가 되면서 이와 관련된 많은 연구들이 이루어지고 있는 추세이다. 기존 연구들에 따르면, 스마트폰 중독은 우울, 불안 등의 부정적인 정서와 관련이 있는 것으로 보고되고 있으며, 눈의 피로, 근육통, 거북목, 손목터널증후군, 디스크, 수면장애 등의 신체증상과 함께 학업 및 직무수행능력 저하에 영향을 미치는 것으로 나타나고 있다(고기숙, 이지숙, 2013; 박용민, 2011; 송도영, 2015; 황경혜, 유양숙, 조옥희, 2012; Samaha & Hawi, 2016).

한국정보화진흥원(2011)에서는 스마트폰 중독을 스마트폰 내 기능들을 사용함에 있어 통제력을 잃어 일상생활 수행이 어려워지고, 의존성과 금단 증상을 경험하며 현실보다 가상공간에서의 상호작용을 편하게 생각하는 것으로 정의하였다. 최근 DSM-5(APA, 2013)에서는 스마트폰 중독에 대한 진단 준거를 제시하고 있지 않지만, 인터넷 매체를 이용한다는 점에서 스마트폰 중독과 유사한 인터넷 게임 중독을 직접적인 물질사용 없이 중독을 일으키는 과도한 행동 패턴으로 제시하였고, 성 중독, 운동 중독, 쇼핑 중독과 함께 행위중독의 하위 유형으로 규정하였다. 이와 함께 행위 중독을 물질 사용 장애와 비교하여 일부 행동 증상이 약물 남용에 의해 활성화 되는 것과 유사한 보상 체계를 활성화 시킨다고 가정하였다(American Psychiatric Association, 2013; 하진미, 손정락, 2016에서 재인용).

한국정보화진흥원에서 2016년에 실시한 실태조사 결과에 따르면, 스마트폰 과의존 위험군에 해당하는 이용자의 비율이 전년도에 비해 증가하였는데(17.8%→19.4%), 특히, 20대가 고위험군 3.3%, 잠재적위험군 19.0%로 가장 높았다(한국정보화진흥원, 2017). 또한 삼성서울병원에서 2016년도에 실시한 정신질환실태역학조사 결과에서도 18-29 세군에서 비율(18.2%)이 가장 높은 것으로 보고되었다(삼성서울병원, 2017). 이러한 역학 조사 결과를 통해 볼 때, 성인의 스마트폰 중독 비율이 점차 증가되는 추세이기 때문에 성인을 대상으로 한 연구가 중요할 수 있다. 앞서 언급한 바와 같이 스마트폰 중독은 심리·신체적인 부적응에 영향을 미치고 있으며, 앞으로도 현대인들의 스마트폰 사용률이 증가할 것임을 예상해볼 때, 이와 관련된 대비책이 없다면 스마트폰 사용 문제는 더욱 심화될 가능성이 있다. 이에 스마트폰 중독과 관련된 연구가 지속적으로 이루어져야 할 필요가 있으며, 더 나아가 스마트폰 중독을 예방하거나 치료하기 위한 다각적인 측면에서의 이해가 필요하다.

선행 연구들을 통해 스마트폰 중독은 앞서 언급한 바와 같이 우울, 불안, 스트레스 등의 부정적인 정서와 관련이 있는 것으로 밝혀져 왔고(김병년, 고은정, 최홍일, 2013; 김은영, 김정기, 최승애, 남태현, 2016; 전호선, 장승욱, 2014; 황경혜 외, 2012; Samaha & Hawi, 2016), 더 나아가 인터넷(게임) 중독, 스마트폰 중독 등의 행위 중독은 부정적 정서가 가중되는 상황에서 이러한 정서를 조절하기 위한 방법으로 이해되어 왔다(김서현, 김정규, 2016; 김은영 외, 2013; 조성훈, 권정혜, 2015). Hopley와 Nicki(2010)는 그들의 연구에서

우울감 등의 부정적 정서로부터 회피하기 위한 수단으로 인터넷 게임이 사용될 수 있다고 주장하였고, Hoffner와 Lee(2015)의 연구에서는 스마트폰 사용자들이 스마트폰을 통해 부정적 정서를 효과적으로 조절할 수 있다고 보고하기도 하였다. 한편, Gross(2007)는 정서조절 전략 중에 억제가 부정적 정서로 인해 중독이 유발되지 않도록 하는 대처방법이 될 수 있다고 제시하였다. 이러한 선행연구들을 통해서 볼 때, 스마트폰은 사회적 환경 속에서 유발되는 부정적 정서를 스트레스의 출처인 원 자극으로부터 우회하여 또는 이를 간접적으로 통제하기 위한 대체 수단일 수 있다. 그리고 더 나아가 선행연구 결과가 지적하는 것처럼, 스마트폰을 통해 일시적으로나마 부정적 정서의 통제가 효율적이면 효율적일수록 스마트폰에 대한 의존도는 커질 수밖에 없을 것이라는 점이 추정 가능하다. 한편, 부정 정서를 경험하고 이에 대처하는 방법은 개개인마다 다를 수 있겠는데, 이러한 개인차를 야기하는 중요한 개인 내적 변인으로 기질이 주목되어 왔다(김윤정, 이옥경, 이해원, 조영일, 이원혜, 2016; 이경아, 2013; 이상미, 임정하, 2015; 임유경, 최영민, 최지영, 2013). 즉 기질은 Cloninger, Przybeck과 Svrakic(1993)에 의하면 개인의 정서 상태뿐만 아니라 외부로부터 들어오는 정서적 자극을 개인이 어떻게 받아들이는지, 그리고 어떻게 처리하는지에 대한 것으로서, 자연히 부정 정서 처리의 개인차를 유발하는 것이며, 결과적으로 스마트폰 중독에서의 개인차와도 관련될 수 있는 것이다. 그래서 스마트폰 중독에 접근하기 위해 이러한 기질적 성향을 다뤄야 할 필요가 있다. 그런데 기질은 유전적이고 신경 전달물질의 영향을 받는 생물학적인 속성으로서,

변화가 비교적 용이하지 않는 것으로 설명된다(민병배, 오현숙, 이주영, 2007). 그러므로 스마트폰 중독 문제에 접근하기 위해서는 스마트폰 중독에 영향을 미치는 기질 요인을 파악하는 것도 중요하지만 이보다는 변화시킬 수 있는 변인을 탐색하여 이를 다루는 것이 치료적으로 훨씬 유용할 수 있다. 이에 대한 문제의식으로서 본 연구에서는 기질의 영향을 받으며 기질과 스마트폰 중독 간의 관계를 매개하는 보다 변화가 용이한 변인에 주목하였고, 매개변인으로서의 역할을 다음에 설명하는 정서표현 양가성과 스트레스 대처방식이 할 것으로 가정하였다. 다시 말해, 본 연구에서는 스마트폰 중독에 대한 개입과정에서 기질 자체보다는 정서표현 양가성과 스트레스 대처방식을 효과적으로 다루는 것이 보다 손쉽게 치료적 변화를 야기할 수 있다고 가정하였고, 이를 확인하고자 하였다.

먼저 기질의 개념을 살펴볼 때, Cloninger 등(1993)은 기질을 4가지 차원으로 구분하였는데 자극추구(NS), 위험회피(HA), 사회적민감성(RD), 인내력(P)이 그것이다. 자극추구(Novelty Seeking)는 새로운 자극이나 잠재적인 보상 신호를 추구하려는 성향에서의 개인차를, 위험회피(Harm Avoidance)는 처벌 혹은 위험 신호 등의 위험하거나 혐오스러운 자극에 대해 행동이 억제되고 위축되는 성향에서의 개인차를 의미한다. 사회적민감성(Reward Dependence)은 사회적 보상 신호와 타인의 감정에 대한 민감성에서의 개인차를, 인내력(Persistence)은 지속적인 강화가 없더라도 한 번 보상된 행동을 일정 시간 동안 지속하려는 성향에서의 개인차를 의미한다(민병배 외, 2007).

이러한 Cloninger 등(1993)이 제시한 기질 차원

과 스마트폰 중독과의 관련성을 살펴보면 선행 연구들에서는 높은 자극추구, 위험회피, 사회적 민감성과 낮은 인내력과 관련이 있는 것으로 보고되고 있다(이경아, 2013; 이미연, 2014; 장지현, 2016). 자극추구가 높은 사람은 새로운 자극이나 보상을 추구하려는 성향이 있기 때문에 스마트폰 사용에서 제공되는 자극에 더욱 접근하며 과도하게 사용할 수 있게 할 수 있고, 좌절스러운 상황을 잘 견디지 못하며 욕감에 따라 행동하고 충동적인 경향이 있어, 스마트폰 사용을 통제하는데 어려움을 느낄 수 있다(신연섭, 2012; 이경아, 2013; 한주리, 허경호, 2004). 스마트폰 중독과 유사한 행위 중독 패턴을 보이는 휴대폰 사용, 인터넷 중독에 관한 연구결과에서도 주로 자극추구 기질이 행위중독과 관련이 높은 것으로 드러나고 있으며(임선진 외, 2006; 정지혜, 2011; Ercan et al., 2013; Lee, Son, Park, Kim, & Kee, 2017; Xi, Takahiko, Zi, Toshiaki, & Toshinori, 2014), 행위 중독의 주요 속성으로 밝혀진 충동성, 실행기능 결함, 감각추구 성향은 자극추구 기질이 높은 사람에게서 두드러지는 특징으로 보고되고 있다(신연섭, 2012; 오선화, 하은혜, 2014; 하진미, 손정락, 2016).

위험회피가 높은 사람들에 대한 보고(고재일, 2015; 김선미, 서경현, 2015; 봉은주, 김윤경, 2017; 정동진, 조현, 박재우, 광민정, 김대진, 2016)에 의하면, 이들은 부적 정서에 취약한 면이 있어, 일상 생활에서 부적 정서를 쉽게 경험할 수 있으며, 사용하기에 편리한 스마트폰을 통해 스트레스를 대처하거나 부정적 정서로부터 회피하고, 이러한 행동이 강화되어 스마트폰 중독에 이르기 쉽다.

사회적 민감성이 높은 사람들에 대해서는 이들

이 대인관계를 중요하게 여기는 면이 있어 문자나 전화를 통해 타인과 친밀한 교류를 맺고자하기 때문에 스마트폰을 과도하게 사용할 수 있다고 보고되었다(윤혜정, 권경인, 2011; 정지혜, 2011; Xi et al., 2014). 반면, 인터넷 중독의 경우에는 임상집단과 정상집단의 기질의 차이를 보고한 연구에서 임상집단에서 사회적 민감성이 더욱 낮은 것으로 드러났으며(Lee et al., 2017), 사회적 민감성이 낮은 사람들은 타인과의 거리를 유지하다보니 실제 상황에서의 관계가 원활하지 않을 수 있고 문제가 발생하더라도 주변 사람들로 부터 도움을 받지 못하여 부정적 정서를 경험하기 쉬우며, 이를 해소하기 위해 스마트폰 사용에 몰두하는 모습을 보일 수 있다고 하였다(서승연, 이영호, 2007; 정현모, 2005).

인내력이 낮은 사람들의 경우에는 이들이 문제 상황에서 노력을 덜 기울이려 하고 회피적인 태도를 취하는 경향이 있으며, 불쾌한 정서가 야기되었을 때 보상이 주어지는 방향으로 개인을 이끌기 때문에 쉽게 스마트폰과 같은 지속적인 자극이 주어지는 행동에 몰두하는 것으로 볼 수 있다(정서영, 2016; 정지혜, 2011).

이렇듯 선행연구 결과들을 통해 기질은 스마트폰 중독과 밀접한 관련이 있다는 것을 알 수 있다. 한편, Cloninger, Przybeck, Svrakic과 Wetzel (1994)은 그들의 연구에서 심리장애의 유무나 심각성을 변별할 때 기질적 취약성만으로는 불가능하며, 기질적 취약성의 발현정도에 영향을 주는 다른 매개 변인이 존재할 가능성에 대해 언급하였다. 이에 본 연구에서는 개인의 정서 경험에는 기질이 영향을 미치는데, 동일한 기질적 속성을 지니고 있어도 개인이 부정적 정서를 느끼

고 이를 어떤 방식으로 처리할지에 대해서는 개인이 갖고 있는 정서 경험에 대한 표현양상과 대처방식에 따라 상이한 결과가 야기될 수 있다고 보았다.

개인의 정서표현과 관련하여 King과 Emmons (1990)는 ‘정서표현 양가성’이라는 개념을 제시하였는데, 이들에 따르면, 정서표현 양가성은 개인이 정서를 다루는 과정에서 정서를 외부에 표현할지, 표현하지 않을지와 관련된 내적 갈등이며, 어떠한 것이 우세하나에 따라 정서를 외부에 표현하거나 억제한다고 하였다. 기질과 정서표현 양가성 간의 관계에 대해 생각해보면, 기질은 정서적 반응양식이고 정서표현 양가성은 기질적 반응으로 유발된 정서를 어떻게 얼마만큼 표현할 것인가에 관한 속성이므로, 이 두 개념은 당연히 서로 연관이 있는 개념으로 여겨지나, 현재까지 이들의 관계에 대한 연구는 매우 드문 상태이다. 일부 연구 결과, 기질 요인 중 위험회피가 내향적 성향이나 정서 억압과 함께 정서표현 양가성과 관련이 있다(김윤정 외, 2016; 양세경, 오수성, 2009; 조은경, 1996; Laghai & Joseph, 2000)는 보고가 있어, 이를 통해 기질과 정서표현 양가성 간의 관계를 가정해볼 수 있겠으며, 더 나아가 기질 요인 중 다른 하위요인들과의 관련성은 어떠한지 계속 탐색해볼 필요가 있다. 이에 본 연구에서는 위험회피 기질 외에도 어떤 기질 요인이 정서표현 양가성과 관련이 있는지 탐색적으로 접근하고자 한다.

한편, 최해연과 민경환(2007)은 정서표현 양가성을 정서표현을 갈등하는 이유에 대해 동기적인 측면에서 정의될 수 있으며 2가지의 하위요인으로 구분할 수 있다고 하였다. 하위 요인에는 자

기 방어적 측면과 타인 지향적 측면이 있다. ‘자기 방어적’ 요인은 한 개인이 정서를 표현했을 때 이를 다른 사람에게 거부당하거나 공감 받지 못하는 등 부정적인 결과에 대한 방어성과 관련되며, ‘관계 관여적’ 요인은 한 개인이 정서를 표현함으로써 주변 사람들과의 관계에서 손상이나 문제가 발생할 수 있음을 예방하고 보호하는 것과 관련된다(박지선, 김인석, 현명호, 유재학, 2008; 박하얀, 정윤경, 최해연, 2015). 그러나 정서표현 양가성과 스마트폰 중독과의 관계를 살펴본 연구는 찾아보기 힘든 실정이다. 다만, 매우 드문 연구로 변시영(2009)은 그의 연구에서 정서표현 양가성과 관련 있는 속성인 정서표현성이 저조한 사람들은 사회적 상황에서의 실패나 문제 발생 등 부정적인 피드백을 걱정하기 때문에 정서를 직접 표현하는데 쉽게 갈등을 경험할 수 있으며 따라서 적극적으로 정서표현을 하기 보다는 이를 회피하기 쉬우며 이와 함께 발생하는 부정적 정서를 스마트폰과 같은 매체를 통해 해소하고자 하나 이는 효과적이지 못하다고 보고하였다. 따라서 정서표현 양가성 요인이 스마트폰 중독과 관련이 있는지를 확인해보는 것은 중요할 수 있고, 더 나아가 정서표현 양가성 하위 요인 중 어떤 요인과 스마트폰 중독이 관계가 있는지 탐색해보는 것은 치료적 개입의 구체화를 위해 더욱 중요할 수 있다. 이와 같은 목적에서 본 연구에서는 정서표현 양가성의 하위 요인 중 어떤 요인이 스마트폰 중독과 연관되는지 탐색하고자 한 것이다.

그런데 최근 이렇게 개인이 부정적인 정서를 경험할 때, 스트레스를 느끼게 되고, 이에 어떤 방법으로 대처하는지가 스마트폰 중독에 영향을

출 수 있다는 연구결과들이 보고되고 있다(강주연, 2012; 김설희, 최예나, 2017; 류주연, 김윤희, 2016; 백유미, 2017; 성미현, 남혜리, 2017; 조희경, 최종욱, 2014). 스트레스 대처에 대한 이론 중 Lazarus와 Folkman(1984)은 스트레스를 다루는 노력에 따라 적극적 대처와 소극적 대처로 구분하였는데, 적극적 대처에는 문제 중심적 대처와 사회적 지지추구 대처가 있고, 소극적 대처에는 정서 중심적 대처와 소망적 사고가 있다. 적극적 대처 중 문제 중심적 대처는 스트레스 상황을 변경하거나 제거하기 위해 직접 행동을 취하는 방식을 뜻하며, 사회적 지지추구 대처는 주변의 충고나 도움, 정보 등을 얻는 방식을 말한다. 소극적 대처 중 정서 중심적 대처는 스트레스 사건으로 인해 발생한 부정적 정서를 감소시키거나 완화시키는 것에 중점을 두는 것이고, 소망적 사고는 문제를 부인하거나 관심을 다른 곳으로 전환시켜 스트레스 사건으로부터 심리적인 거리를 두려는 방식을 말한다(김정문, 2010; 김정희, 이장호, 1988; 최해연, 2013; 하정, 1997). 스트레스 대처방식과 스마트폰 중독 간의 관계에 대한 국외 연구는 찾아보기 어려우며, 국내에서 진행된 기존 연구들을 보면 소극적 대처를 하는 개인은 스마트폰 중독에 더욱 악영향을 미치는 것으로 보고되고 있는 반면, 적극적 대처는 스마트폰 중독의 정도를 경감시키는 것으로 나타나고 있다(강주연, 2012; 김설희, 최예나, 2017; 류주연, 김윤희, 2016; 백유미, 2017; 성미현, 남혜리, 2017; 조희경, 최종욱, 2014). 이러한 스트레스 대처 방식은 개인의 기질적 성향이 영향을 미치는 것으로 나타나고 있는데, 적극적 대처는 높은 인내력과 사회적 민감성, 소극적 대처는 높

은 위험회피와 자극추구와 관련이 있다(임유경 외, 2013).

본 연구에서는 이상의 선행연구를 바탕으로 기질과 스마트폰 중독 간의 관계에서 매개역할을 하는 변인으로 정서표현 양가성과 스트레스 대처 방식을 설정하였고, 스마트폰 중독에 대한 개입 과정에서 개인의 기질 자체보다는 매개변인을 다루는 것이 더 용이할 것이라고 가정하고 이를 확인하고자 하였다.

이를 위하여 기질이 스마트폰 중독에 직접적으로 영향을 미치는 경로와 기질이 정서표현 양가성 및 스트레스 대처방식을 매개로 하여 간접적으로 영향을 미치는 경로로 이루어진 모델을 구성하였고, 이 과정에서 각 변인들 중 어떤 하위 요인들이 스마트폰 중독에 어떠한 영향을 미치는지 탐색하여, 이를 모델에 반영하고자 하였다. 본 연구에서는 또한 정서표현 양가성과 스트레스 대처방식이 기질과 스마트폰 중독 간의 관계에서 병렬적으로 매개하는 연구 모형을 검증하면서 이에 대한 경쟁 모형으로서 기질이 정서표현 양가성과 스트레스 대처방식을 순차적으로 이중 매개하는 모형을 설정하여 비교 검증하였다. 이는 최근 정서표현 양가성의 수준에 따라 다른 스트레스 대처 방식을 사용한다는 연구들이 보고(박주리, 2017; 최해연, 2013; 하정, 1997)되고 있기 때문이다. 본 연구를 통해서 변화가 비교적 쉽지 않은 기질적 특성을 다루기보다는 보다 변화가 용이한 매개 변인을 발견하여 스마트폰 중독 예방 및 치료를 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

방 법

2명(0.6%), 군인 1명(0.3%)이 집계되었다.

참여자

본 연구는 서울, 경기, 인천 지역에 거주하는 20대 남녀를 대상으로 설문조사를 시행하였다. 조사는 크게 대학교 재학생과 일반 성인의 두 영역으로 나누어 2017년 9월 4일부터 9월 20일까지 실시하였다. 연구자는 먼저 3개 대학교의 몇 개 학과를 방문하여 해당 전공교수의 협조를 얻어 강의시간의 일부를 할애 받아 설문을 실시하였다. 학생들에게는 연구의 목적과 취지를 간략히 설명하고 연구 참여에 동의하는 학생에 한해서 질문지에 답하도록 안내하였다. 일반 성인의 경우에는 연구자가 몇 지인들의 소개로 그들이 속해있는 각 기관 및 동아리를 방문하여 위와 동일한 과정으로 직접 설문조사를 진행하였다. 설문조사는 무기명으로 진행되었고, 응답 과정에서 별다른 문제는 발생하지 않았으며 응답에 소요된 시간은 약 10~15분이었다. 설문에 응답한 인원은 총 300명이었고, 그 중 문항에 상관없이 고정된 반응을 보이는 등 불성실하게 응답했거나 무응답인 3명의 자료를 제외한 297명의 자료가 최종 분석에 사용되었다. 응답자 연령 범위는 20세에서 29세까지이며($M=24.18$ 세, $SD=3.05$), 성별 분포는 남자가 95명(32.0%), 여자가 202명(68.0%)이었다. 응답자의 직업으로는 대학(원) 재학생이 183명(61.6%)으로 가장 많았고 그 다음 순으로는 순서대로 사무직 35명(11.8%), 의료, 심리, 사회복지 계열 종사자 32명(10.8%), 유치원 교사 11명(3.7%), 공공기관 근무자 10명(3.4%), 무직 9명(3.0%), 판매 및 영업 계열 종사자 7명(2.4%), 기술직 종사자 7명(2.4%), 프리랜서

측정도구

성인 스마트폰 중독 자가진단척도. 스마트폰 중독을 측정하기 위해 한국정보화진흥원(2011)에서 개발한 성인 스마트폰 중독 자가진단척도를 사용하였다. 총 15문항으로 구성되어 있으며, '전혀 그렇지 않다'에서 '매우 그렇다'까지 4점 Likert식 척도(1-4점)이다. 총점이 높을수록 스마트폰 중독 경향이 높음을 의미한다. 본 연구에서 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .88로서 양호한 것으로 나타났다.

기질 및 성격검사-성인용(Temperament and Character Inventory: TCI). 대상자의 기질을 측정하기 위해 Cloninger의 심리생물학적 모델을 기초로 만들어진 독일어판 TCI-RS를 민병배, 오현숙, 이주영(2007)이 한국판으로 표준화한 기질 및 성격검사(TCI)-성인용을 사용하였다. 총 140문항으로 구성되어 있으나 본 연구의 목적에 맞게 이 중 기질 문항인 81문항만을 사용하였다. '그렇지 않다'에서 '매우 그렇다'까지 5점 Likert식 척도(0-4점)로, 각 문항이 자신과 얼마나 일치하는 지에 따라 평정하는 자기보고식 검사이다. 하위 차원으로 자극추구(NS), 위험회피(HA), 사회적 민감성(RD), 인내력(P) 등 4가지가 있다. 국내 표준화 연구에 참여한 대학생 집단에서의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 자극추구 .85, 위험회피 .90, 사회적 민감성 .84, 인내력 .85였으며, 본 연구에서 산출된 기질 척도의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .86으로서 양호한 수준이었다.

정서표현 양가성 척도(Ambivalence over Emotional Expressiveness Questionnaire: AEQ). 정서표현 양가성을 측정하기 위해 King과 Emmons(1990)가 개발한 AEQ를 최해연과 민경환(2007)이 번안한 것을 사용하였다. 총 21문항으로 구성되어 있으며, ‘전혀 그렇지 않다’에서 ‘매우 그렇다’까지 5점 Likert식 척도(1-5점)이고, 총점이 높을수록 정서표현 양가성이 높음을 의미한다. 하위 요인으로는 자기 방어적 양가성과 관계 관여적 양가성 등 2가지가 있으며 본 연구에서 신뢰도 계수 Cronbach’s α 는 전체 .92, 자기 방어적 양가성 .90, 관계 관여적 양가성 .82로서 양호한 또는 매우 양호한 것으로 나타났다.

스트레스 대처방식 척도. 스트레스 대처방식을 측정하기 위해 Folkman과 Lazarus(1985)가 개발한 스트레스 대처방식 척도(Way of Coping Checklist: WCC)를 김정희(1987)가 국내 실정에 맞게 번안하였는데(김정문, 2010에서 재인용), 이를 김정문(2010)이 그의 연구에서 연구 목적에 부합하는 일부 문항들을 선정하여 척도를 재구성하였고, 본 연구에서는 김정문(2010)이 재구성한 척도를 사용하였다. 총 24문항으로 구성되어 있으며, ‘전혀 그렇지 않다’에서 ‘매우 그렇다’까지 5점 Likert식 척도(1-5점)이고, 총점이 높을수록 각 대처방식의 사용정도가 높음을 의미한다. 하위 요인으로 문제 중심적 대처, 사회적 지지추구 대처, 정서 중심적 대처, 소망적 사고가 있다. 본 연구에서 산출된 신뢰도 계수 Cronbach’s α 는 전체 .80, 문제 중심적 대처 .80, 사회적 지지추구 대처 .78, 정서 중심적 대처 .57, 소망적 사고 .66로서 전체 신뢰도와 다른 두 개의 하위 척도의 신뢰도는 양호

하나 정서 중심적 대처와 소망적 사고의 신뢰도가 낮게 나타난 것은 두 척도가 측정하는 상이한 내용들과 관련이 있을 것으로 파악되었으나 결과 해석에 신중을 기하기로 하였다.

분석방법

응답 자료들의 전반적인 기술 통계와 사용한 척도의 신뢰도 분석, 상관 및 회귀분석을 위해 SPSS 18.0을 사용하였다. 또한 본 연구의 모형 및 매개효과 검증을 위해 Amos 18.0을 사용하여 구조방정식 모형(Structural Equation Modeling: SEM)을 시행하였다. 모형의 적합성과 부합도를 평가하기 위한 기준으로 NFI, TLI, CFI, RMSEA, SRMR을 사용하였으며, 매개효과가 유의한지 살펴보기 위해 Sobel-Z 값을 산출하였다.

결 과

기질, 정서표현 양가성, 스트레스 대처방식 및 스마트폰 중독의 상관분석

기질, 정서표현 양가성, 스트레스 대처방식 및 스마트폰 중독 변인의 평균 및 표준편차와 각 변인들 간의 상관계수를 표 1에 제시하였다.

상관분석 결과, 스마트폰 중독은 기질 요인 중 자극추구, $r=.22, p<.01$, 위험회피, $r=.22, p<.01$, 와 정적 상관을 보였으며 인내력, $r=-.17, p<.01$, 과 부정적 상관을 나타냈다. 반면, 사회적 민감성과의 상관은 유의하지 않았다. 정서표현 양가성 요인 중 자기 방어적 양가성만이 스마트폰 중독에 정적 상관, $r=.16, p<.01$, 을 나타냈으며, 스트레스

표 1. 주요 변인들의 평균 및 표준편차와 상관분석 결과

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. 자극추구	1										
2. 위험회피	-.11	1									
3. 사회적민감성	.07	-.14*	1								
4. 인내력	.26**	-.39**	.10	1							
5. 자기 방어적 양가성	.06	.52**	-.19**	-.13*	1						
6. 관계 관여적 양가성	.03	.34**	-.06	-.01	.72**	1					
7. 문제 중심적 대처	.02	-.23**	.15**	.65**	-.10	.03	1				
8. 사회적 지지추구 대처	.09	-.17**	.56**	.26**	-.18**	-.13*	.46**	1			
9. 정서 중심적 대처	.30**	.00	.03	-.07	.16**	.17**	-.02	.05	1		
10. 소망적 사고	.26**	.19**	.11	.11	.25**	.29**	.18**	.30**	.35**	1	
11. 스마트폰 중독	.22**	.22**	.05	-.17**	.16**	.05	-.20**	.03	.10	.05	1
<i>M</i>	37.66	43.54	45.19	40.38	2.94	3.38	3.34	3.40	2.85	3.63	2.20
<i>(SD)</i>	(9.80)	(11.66)	(10.36)	(10.77)	(.73)	(.70)	(.65)	(.66)	(.57)	(.58)	(.45)
<i>Skewness</i>	.43	-.02	-.18	.26	.06	-.38	-.18	-.24	.41	-.06	.11
<i>Kurtosis</i>	.49	-.05	.51	.54	-.46	.46	.55	-.02	.15	.12	.18

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

대처방식 중에서는 문제 중심적 대처만이 스마트폰 중독과 부적 상관, $r=-.20, p<.01$, 을 보였다.

다음으로 기질 요인 중 위험회피는 정서표현 양가성의 모든 하위 요인과 정적 상관을 나타냈고, 인내력 및 사회적 민감성은 정서표현 양가성 중 자기 방어적 양가성과 부적 상관을 보였다, $r=-.13, p<.01, r=-.19, p<.01$. 자극추구와 정서표현 양가성 간의 상관은 유의하지 않았다.

기질 요인 중 자극추구는 스트레스 대처 요인 중 정서 중심적 대처, $r=.30, p<.01$, 소망적 대처, $r=.26, p<.01$, 와 정적 상관을 보였고, 위험회피는 문제 중심적 대처, $r=-.23, p<.01$, 사회적 지지추구 대처, $r=-.17, p<.01$, 와 부적 상관을, 소망적 사고, $r=.19, p<.01$, 와는 정적 상관을 보였다. 사회적 민감성은 문제 중심적 대처, $r=.15, p<.01$, 사회적 지지추구 대처, $r=.56, p<.01$, 와 정적 상관을 보였고, 인내력은 문제 중심적 대처, $r=.65, p<.01$, 사회적 지지추구 대처, $r=.26, p<.01$, 와 정적 상관을 나타냈다.

기질, 정서표현 양가성, 스트레스 대처방식이 스마트폰 중독에 미치는 영향

기질, 정서표현 양가성, 스트레스 대처방식 각각의 하위요인들이 스마트폰 중독에 미치는 영향력을 비교하기 위해서 중다회귀분석을 실시하였고, 그 결과를 표 2에 제시하였다.

기질 차원은 전체 변량의 14%를 설명하였으며, $F(4, 297)=11.31, p<.001$, 정서표현 양가성은 4%, $F(2, 297)=5.30, p<.01$, 스트레스 대처방식은 7%, $F(4, 297)=5.26, p<.001$, 의 변량을 설명하였다. 하위 변인으로 살펴보면, 기질 차원 중에서는 자극추구가 가장 높은 설명력을 보였으며 위험회피와 인내력도 유의미한 설명력을 갖는 것으로 나타났다. 정서표현 양가성 중에서는 자기 방어 양가성만이 스마트폰 중독에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 스트레스 대처방식 중에서는 문제 중심적 대처가 가장 높은 설명력을 보였고, 사회적 지지추구 대처도 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 2. 스마트폰 중독에 대한 기질, 스트레스 대처방식, 정서표현 양가성의 중다회귀분석 결과

예측변인		R^2	F	β	t
기질	자극추구	.14	11.31***	.28	4.89***
	위험회피			.19	3.22**
	사회적민감성			.08	1.41
	인내력			-.17	-2.83**
정서표현 양가성	자기 방어적	.04	5.30**	.26	3.12**
	관계 관여적			-.14	-1.63
스트레스 대처	문제 중심적	.07	5.26***	-.27	-4.24***
	사회적 지지추구			.15	2.21*
	정서 중심적			.07	1.19
	소망적 사고			.03	.52

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

기질, 정서표현 양가성, 스트레스 대처방식 및 스마트폰 중독의 관계에 대한 모형 검증

기질이 스마트폰 중독에 미치는 영향에 있어서 정서표현 양가성과 스트레스 대처방식의 매개효

과를 검증하기 위해 구조방정식 모형을 시행하였다. 기질 차원 중에서는 회귀분석에서 스마트폰 중독을 유의미하게 설명하는 것으로 확인된 자극 추구, 위험회피, 인내력을, 정서표현 양가성 중에서는 자기 방어적 양가성 요인을, 스트레스 대처

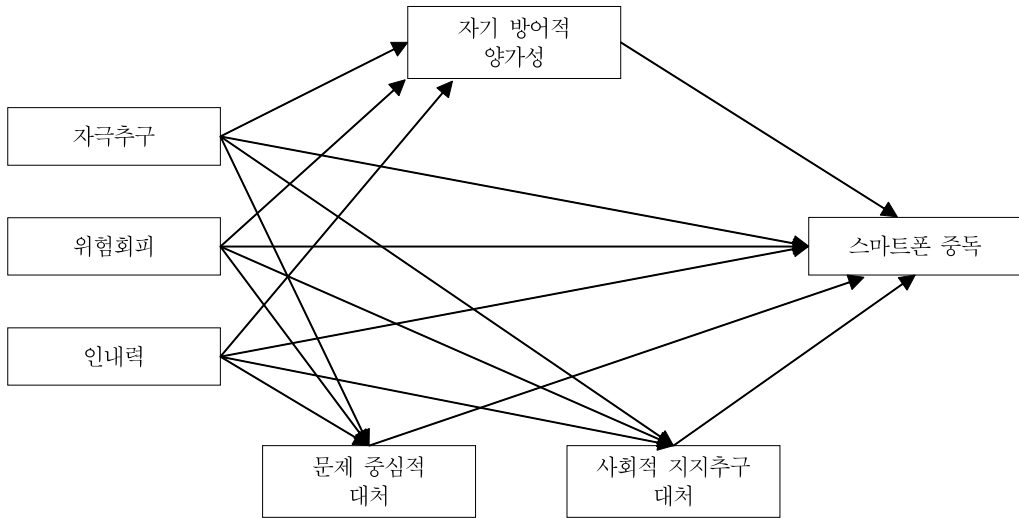


그림 1. 연구모형

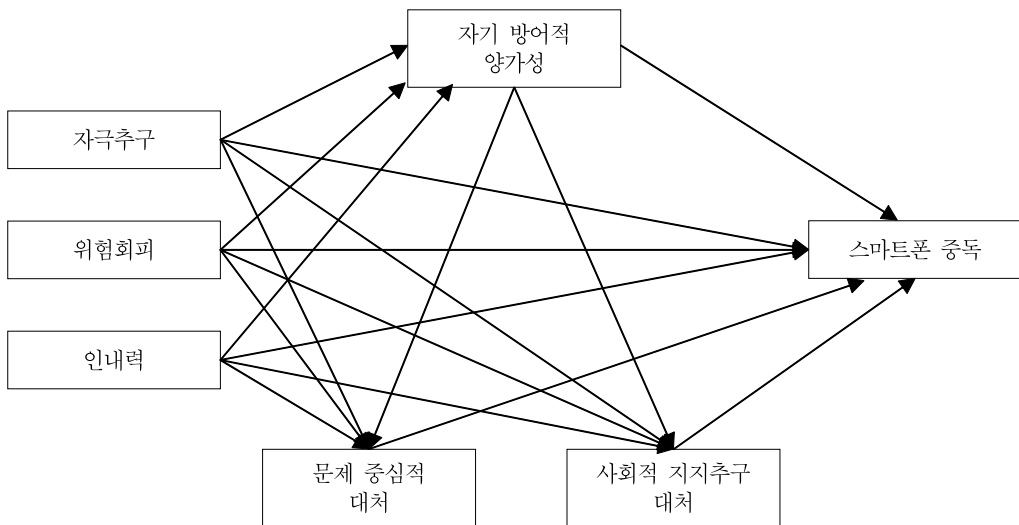


그림 2. 경쟁모형

방식 중에서는 문제 중심적 대처와 사회적 지지 추구 요인을 모형에 포함하였다.

본 연구에서는 선행 연구들을 바탕으로 그림 1과 그림 2가 보여주듯이 연구모형과 경쟁모형의 두 개의 모형을 설정하여 분석하였다. 그림에서 보듯이 연구모형은 정서표현 양가성과 스트레스 대처방식이 병렬적으로 매개하는 모형이며 경쟁모형은 두 변인이 순차적으로 매개하는 이중 매개모형으로서 두 모형의 적합도를 비교 검증하였다.

각 모형의 검증 결과를 표 3에 제시하였다. 검증 결과, 제안 모형의 모델 적합도 지수는 $\chi^2=6.34$, $p<.05$, GFI=.99, NFI=.98, CFI=.99, RMSEA=.09, SRMR=.06으로 제안 모형의 적합도가 더 양호하면서 적합도가 유의한 것으로 나타났다.

표에서 보듯이 경쟁모형의 경우는 연구모형의 적합도보다 상대적으로 저조하면서 전반적으로도 먼저, 증분적합도 지수인 NFI(normed fit index)와 CFI(comparative fit index)가, 그리고 절대 적합도 지수 중 하나로서 모델이 적합하지 않은 정도를 측정하는 RMSEA(root mean square error of approximation)가 적합도 기준에 약간 못 미치는 결과를 나타냈다. 이로서 연구모형이 본 연구의 최종모형으로 채택되었다.

최종 채택된 연구모형에서 경로의 유의성을 확인하고, 변수 간의 경로계수 및 유의도를 표 4에 제시하였으며 그림 3에 연구모형의 유의한 경로를 굵은 선으로 표시하였다. 연구모형의 경우, 자

표 3. 연구모형의 적합도 지수

모형	χ^2	df	GFI	NFI	CFI	RMSEA	SRMR
경쟁모형	55.16	1	.95	.86	.88	.43	.06
연구모형	6.34	2	.99	.98	.99	.09	.06

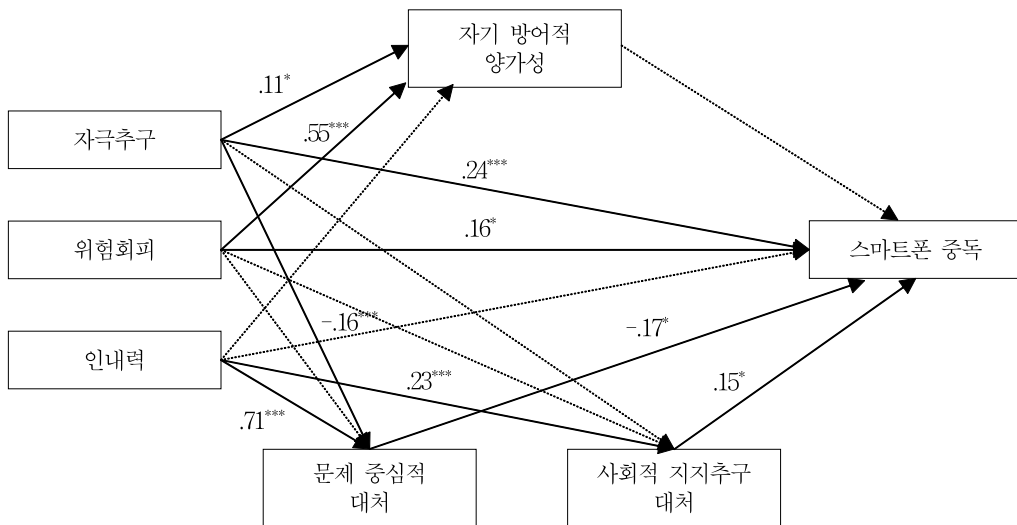


그림 3. 연구모형의 경로계수

기방어 양가성에서 스마트폰 중독으로 가는 경로가 유의하지 않아 자기방어 양가성의 매개효과는 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 스트레스 대처의 경우, 자극추구 기질에서 문제 중심적 대처로 가는 경로, $\beta = -.16, p < .001$, 문제 중심적 대처에서 스마트폰 중독으로 가는 경로, $\beta = -.17, p < .05$, 가 모두 유의미하였고 자극추구 기질에서 스마트폰 중독으로 가는 경로, $\beta = .24, p < .001$, 역시 유의미한 것으로 나타났다. 위험회피 기질은 스마트폰 중독으로 가는 경로, $\beta = .16, p < .05$, 가 유의하였으나 스트레스 대처방식으로 가는 경로가 유의하지 않았다. 인내력은 문제 중심적 대처로 가는 경로, $\beta = .71, p < .001$, 사회적 지지 추구 대처로 가는 경로 $\beta = .23, p < .001$, 이 유의하였고 스마트폰 중독으로 가는 경로는 유의하지 않았다.

표 4에 나타난 바와 같이 ‘자극추구 → 문제 중심적 대처 → 스마트폰 중독’, ‘인내력 → 문제 중

심적 대처 → 스마트폰 중독’, ‘인내력 → 사회적 지지추구 대처 → 스마트폰 중독’의 경로가 유의하였으므로, 이 세 가지 경로에 대한 간접효과를 검증하였다. 각각의 매개효과를 검증하기 위해 Sobel-Z 값을 산출하여 유의도를 살펴보고, 각 Sobel-Z 값은 ‘자극추구 → 문제 중심적 대처 → 스마트폰 중독’은, $Z = 1.87, p < .05$, ‘인내력 → 문제 중심적 대처 → 스마트폰 중독’은, $Z = -2.18, p < .05$, ‘인내력 → 사회적 지지추구 대처 → 스마트폰 중독’은, $Z = 2.52, p < .01$, 로 유의하였다. 따라서 자극추구 기질은 스마트폰 중독에 영향을 미치는 과정에서 문제 중심적 대처가 부분매개 역할을 하고, 인내력 기질은 스마트폰 중독에 영향을 미치는 과정에서 문제 중심적 대처와 사회적 지지추구 대처가 각각 완전 매개역할을 하는 것으로 나타났다.

표 4. 연구모형의 경로계수

경로	B	β	S.E.	C.R.
자극추구 → 문제 중심적 대처	-.01	-.16	.00	-3.59***
위험회피 → 문제 중심적 대처	.00	.02	.00	.39
인내력 → 문제 중심적 대처	.04	.71	.00	14.73***
자극추구 → 사회적 지지추구 대처	.00	.03	.00	.42
위험회피 → 사회적 지지추구 대처	-.01	-.08	.00	-1.37
인내력 → 사회적 지지추구 대처	.01	.23	.00	3.61***
자극추구 → 자기 방어적 양가성	.01	.11	.00	2.08*
위험회피 → 자기 방어적 양가성	.04	.55	.00	10.37***
인내력 → 자기 방어적 양가성	.00	.06	.00	1.04
자극추구 → 스마트폰 중독	.01	.24	.00	4.21***
위험회피 → 스마트폰 중독	.01	.16	.00	2.40*
인내력 → 스마트폰 중독	-.00	-.09	.00	-1.09
문제 중심적 대처 → 스마트폰 중독	-.12	-.17	.06	-2.16*
사회적 지지추구 대처 → 스마트폰 중독	.11	.15	.04	2.53*
자기 방어적 양가성 → 스마트폰 중독	.04	.06	.04	.98

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

논 의

본 연구의 목적은 스마트폰 중독 위험군의 비율이 해마다 증가하고 있는 추세인 20대를 대상으로, 스마트폰 중독에 영향을 미치는 기질을 탐색하고 기질과 스마트폰 중독과의 관계에서 매개 변인으로서 정서표현 양가성, 스트레스 대처방식의 효과를 검증하는 것이었다. 스마트폰 중독과 관련해서 영향을 주는 요인으로 기질 요인에 주목하였으나 비교적 잘 변화하지 않는 속성을 지닌 기질 자체를 변화시키기 보다는 보다 변화가 용이한 변인으로서 기질과 유기적 관계를 갖고 스마트폰 중독에 영향을 미치는 매개 변인에 주목한 것이다. 본 연구에서 얻어진 결과를 종합해보면 다음과 같다.

먼저, 본 연구에서는 스마트폰 중독과 기질의 관계를 살펴보았다. 그 결과, 스마트폰 중독은 기질 차원 중 자극추구, 위험회피와 정적 상관을 인내력과는 부적 상관을 보였고, 회귀분석에서도 자극추구, 위험회피, 인내력이 스마트폰 중독에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 그 중 자극추구 기질이 가장 높은 설명량을 보였다. 이러한 결과는 스마트폰 중독과 기질 간의 관계에서 자극추구, 위험회피 또는 인내력이 유의미한 관련성이 있음을 보고한 선행 연구들의 결과를 뒷받침한다(이경아, 2013; 이미연, 2014; 임선진 외, 2006; 정지혜, 2011; Ercan et al., 2013; Lee et al., 2017; Xi et al., 2014). 이 결과를 통해서 기질차원 중 자극추구, 위험회피가 높은, 그리고 인내력이 낮은 사람은 아래와 같은 방식으로 스마트폰 중독의 위험성이 높다고 설명할 수 있다.

즉, 자극추구 기질이 높은 사람들은 쾌락과 관

련된 보상 자극이나 새로운 정보에 호기심이 많고 이를 즉각적으로 탐색하고자 하며 통제의 어려움을 겪는 사람들인데(고재일, 2015; 김교현, 김원식, 2001; 신연섭, 2012; 이정아, 2013), 따라서 이들은 스마트폰이 제공하는 콘텐츠의 다양성, 편리성, 근접성 등에 쉽게 이끌리면서 스마트폰에 몰두하게 되고 사용량 조절의 어려움과 함께 스마트폰 중독에 이를 수 있다고 보아진다.

위험회피 기질이 높은 사람들 또한 일상생활에서 부정적 정서를 쉽게 경험하고 쉽게 이를 회피하는 성향의 사람들(고재일, 2015; 정동진 외, 2016)로서 이들이 학습하는 스마트폰 중독은 행동주의 관점에서 본다면 일종의 부적 강화(David & Mark, 2012)라 할 수 있다. 어떤 행위를 하는 것이 부적 정서를 일시적으로 감소시킨다면 이 행동이 다시 일어나는 확률은 높아지는 것이며, 이것이 바로 부적 강화에 해당된다. 위험회피 기질이 높은 사람들에게 스마트폰은 손쉬운 회피수단이 될 수 있으며, 이러한 행동이 강화되어 중독 가능성이 높아지는 것이다(David & Mark, 2012; 신성만, 김성재, 김선민, 2013에서 재인용).

인내력은 좌절, 고통, 불확실성에 대한 내성으로 간주되는 변인으로서 그동안 인내력 부족이 불안, 우울, 심리사회적 부적응 등과 관련이 있다고 일관되게 보고되어 왔는데(김가희, 송원영, 2016; 이상미, 임정하, 2015; 정서영, 2016; 황진아, 김은하, 2016), 따라서 인내력이 낮은 사람들은 좌절과 고통에 대한 내성의 부족으로 말미암아 일상생활에서 쉽게 불쾌 자극에 영향을 받을 수 있으며 이때 발생하는 부정적 감정을 해소하는 수단으로 스마트폰을 사용할 수 있다.

한편, 본 연구에서는 이전의 선행연구들(이경아,

2013; 이미연, 2014; 정지혜, 2011; Xi, et al., 2014) 과는 달리 사회적 민감성의 경우에는 스마트폰 중독과 유의미한 상관을 보이지 않았다. 가정해 보건데 그 이유는 연구 집단의 연령과 관련이 있을 것으로 보인다. 사회적 민감성 기질은 사회적 보상신호에 대한 민감성의 개인차를 반영하며, 대인관계에서의 유지 성향과 관련되어 있다(민병배 외, 2007). 즉, 사회적 상황에서 다른 사람들과 교류를 하고, 이들로부터 인정, 존중, 사랑 등의 사회적 지지를 얻으려 하는 성향을 일컫는다. 사회적 지지, 사회적 배척, 대인관계와 관련된 대부분의 선행연구는 아동이나 청소년을 대상으로 진행되었는데(서승연, 이영호, 2007; 정유진, 김소연, 2017; 정지영, 2011), 이는 이 시기가 부모나 친구 등, 타인의 영향력이 가장 크게 작용하고, 다른 사람들과 관계를 만들고 유지하는 것이 중요한 때이기 때문인 것으로 보고되고 있다. 특히, 청소년기는 Maslow(1954)의 욕구위계 중에서 소속의 욕구가 가장 강한 시기이며, 구체적으로 자아정체감(self-identity)을 형성하는 과정에서 자신에 대한 다른 사람들의 평가에 영향을 많이 받기 때문에 주변 공동체에서 소속감이나 지지를 경험하여 긍정적 자기개념을 형성하려 한다(Maslow, 1954; 박명준, 오종현, 신성만, 2014에서 재인용). 반면, 성인기는 자유와 책임이 갑자기 증가하는 시기이며 자율적 사고와 책임 있는 행동을 요구받게 되어, 개별적인 주체성을 중요시하게 된다(권재환, 김경희, 2013; 신선임, 2017에서 재인용). 이를 고려해 볼 때, 20대는 상대적으로 타인의 영향력이 크지 않으며 스스로 할 수 있는 것들이 많아지면서 주변 사람들의 도움이나 지지를 받는데 주의를 덜 기울일 것으로 예상된다. 그러나 이러한 가정이

확인되기 위해서는 계속되는 추후 연구의 뒷받침이 필요하다.

두 번째, 기질과 스마트폰 중독 간의 관계에서 정서표현 양가성과 스트레스 대처방식의 매개 효과를 검증하였다. 선행연구 및 통계분석 결과를 바탕으로 2개의 구조방정식 모형을 설정한 후, 모형을 검증하였는데 그 결과, 정서표현 양가성과 스트레스 대처방식이 병렬적으로 매개하는 연구 모형이 두 변인이 순차적으로 매개하는 경쟁모형보다 더 적합한 모형인 것으로 나타났다. 따라서 연구모형을 최종모형으로 채택하여 경로들의 유의성을 살펴보고, 그 결과, 스트레스 대처방식의 경우에만 자극추구 기질 및 인내력 기질과 스마트폰 중독 간의 관계에서 매개역할을 하는 것으로 나타났다.

먼저, 자극추구 기질이 스마트폰 중독에 영향을 미치는 과정에서 문제 중심적 대처가 부분매개역할을 하는 것으로 드러났다. 이것은 자극추구 기질이 직접적으로 스마트폰 중독에 정적인 영향을 주고, 동시에 문제 중심적 대처를 매개로 스마트폰 중독에 영향을 미치게 됨을 의미한다. 즉, 자극추구 기질이 높을수록 스마트폰 중독에 빠질 가능성이 높아지고, 아울러 높은 자극추구 기질을 지닌 사람이 스트레스 상황에서 문제 중심적 대처를 적게 사용할수록 스마트폰 중독의 위험성이 높아지는 것으로 설명할 수 있다. Cloninger 등(1994) 및 Kagan(1989)에 따르면, 선천적으로 타고난 기질은 생애를 통해 비교적 안정적으로 유지되므로(Kagan, 1989; 유성진, 권석만, 2008에서 재인용) 치료적 차원에서 변화시키기 쉽지 않은데, 이러한 견해를 바탕으로 치료적 관점에서는 변화시킬 수 없는 요인은 수용하고, 변화시킬 수

있는 요인은 탐색하여 여기에 개입하는 것이 내담자의 적응에 유익한 것으로 제안하고 있다(유성진, 권석만, 2009). 이는 곧 본 연구 결과를 통해 볼 때, 스마트폰 중독의 개입에 있어, 높은 자극추구 기질을 지닌 사람의 경우에는 자극추구 기질 자체를 변화시키기 보다는 자극추구의 기질 특성은 있는 그대로 수용하면서 변화를 위해서는 문제 중심적 대처 방식을 학습하게 하는 것이 보다 효율적일 수 있음을 의미한다.

인내력 기질의 경우에는 인내력 기질이 스마트폰 중독에 영향을 미치는 과정에서 문제 중심적 대처와 사회적 지지추구 대처가 완전매개 역할을 하는 것으로 드러났다. 이는 인내력 기질은 스마트폰 중독에 유의미한 직접적인 영향은 주지 않으며, 오직 문제 중심적 대처와 사회적 지지추구 대처의 스트레스 대처방식을 통해서만 영향을 미칠 수 있음을 의미한다. 인내력 기질이 높을 경우 문제 중심적 대처를 많이 할수록 스마트폰 중독에 빠질 위험성이 적어지게 되며, 사회적 지지추구 대처를 많이 할수록 위험성이 높은 것으로 나타난 것이다. 이 결과는 높은 인내력 기질이 적극적인 스트레스 대처 방식과 관련이 있다는 이전의 선행연구와 그 맥락을 같이한다(임유경 외, 2013). 다만, 본 연구에서는 문제 중심적 대처와 사회적 지지추구 대처는 모두 적극적 스트레스 대처 방식이지만 전자는 스마트폰 중독의 위험성을 감소시키는 보호요인으로, 후자는 위험요인으로 나타났다. 인내력 기질이 높은 사람들은 좌절과 고통에 대한 내성이 강한 사람들로써 스트레스 상황에서 불편한 감정을 견뎌내며 상황 개선을 위해 문제의 원인을 파악하려고 노력하는 등 문제 중심적 대처를 많이 사용할 가능성이 높으

며, 이것이 문제의 실제적 해결 방법으로 작용하면서 문제를 해결하기 위해 스마트폰에 의존하는 현상은 줄어들다고 볼 수 있다. 그러나 인내력 기질이 높은 사람들이 문제를 해결하기 위해서 지나치게 주변 사람들에게 필요한 정보와 지지를 구하는 등 사회적 지지추구 대처 방식을 과도하게 많이 사용하게 되면 타인에 대한 의존성이 커지게 되며, 스마트폰은 그 수단으로 작용하면서 스마트폰 중독의 가능성이 커질 수 있다고 보아진다. 이 결과의 임상적 시사점은 인내력 기질이 높은 사람들에게는 인내력 기질을 있는 그대로 수용하면서, 즉 어려움을 잘 참고 과제 완성을 추구하는 등의 장점은 장점대로, 변화하는 상황에 유연하지 못한 등의 단점은 단점대로 받아들여야 하며, 상황에 맞는 선택적 행동을 할 수 있도록 도와주는 것이 치료적으로 더 유용하다는 것이다. 또한 변화를 위해서는 문제 중심적 대처를 보다 많이 사용하며, 문제 해결을 위해서 타인에게 너무 많이 의존하지 않는, 즉 사회적 지지추구 대처가 비효율적으로 작용하지 않도록 이를 조절하는 것이 스마트폰 중독의 문제를 예방하거나 치료하는 방법이 될 것이라는 점이다.

한편, 본 연구에서 기질이 스마트폰 중독에 미치는 영향에서 정서표현 양가성의 하위 요인인 자기 방어적 양가성의 매개효과는 유의한 수준이 되지 못했다. 이는 회귀분석을 통해서 기질이 스마트폰 중독에 가지는 영향력은 14%로 상대적으로 높았고, 정서표현 양가성의 설명력은 하위 요인을 모두 합하여 4%였다. 이를 고려해볼 때, 스마트폰 중독에 미치는 다른 변인에 비해 자기 방어적 양가성의 영향력이 상대적으로 매우 저조했기 때문에 요인의 영향력이 상대적으로 유의미한 수준에

도달하지 않은 것으로 보인다. 그러나 본 연구에서 자기 방어적 양가성이 직접적으로 스마트폰 중독에 영향을 미치는 결과가 확인되었으므로, 추후 이와 관련한 연구가 필요할 것으로 보인다.

또한 본 연구에서는 기질과 스마트폰 중독 간 관계에서 매개변인으로서 정서표현 양가성과 스트레스 대처방식이 병렬적으로 스마트폰 중독에 영향을 미친다는 모형을 가설로 설정하고 검증하였다. 이때 최근의 몇 선행연구에서 정서표현 양가성과 스트레스 대처방식 간에는 인과적 관계가 있다는 보고가 있었으므로(박주리, 2017; 최혜연, 2013; 하정, 1997), 예를 들어 정서표현 양가성이 높은 사람은 스트레스 대처방식으로서 문제 중심적 대처보다는 정서 중심적 대처를 더 많이 사용한다는 보고에 따라 기질이 스마트폰 중독에 영향을 미칠 때 먼저 정서표현 양가성에 영향을 미치고 다음으로 스트레스 대처방식에 영향을 줌으로써 이중매개를 통해 스마트폰 중독에 이끈다는 경쟁모형을 설정하여 비교하였다. 연구결과는 경쟁모형이 연구모형보다 적합도 수준이 저조할 뿐만 아니라 전반적으로 적합도 기준을 모두 충족하지 못함으로써 정서표현 양가성과 스트레스 대처방식의 이중매개는 확인되지 못했다. 그러나 이는 경쟁모형이 연구모형보다 적합하지 않다가보다는 이중매개로 인하여 경쟁모형에 추정해야할 모수치가 증가함으로써 상대적으로 검증력이 떨어진 결과일 수도 있다(문수백, 2009). 이를 막기 위해서는 가설검증력이 표집 크기의 영향을 받지 않을 만큼 충분히 컸어야 했는데 본 연구의 표집 크기가 상대적으로 작았다. 따라서 추후연구를 통해서 기질과 스마트폰 중독 간의 관계에서 정서표현 양가성과 스트레스 대처방식의 이중매개에

대한 계속되는 확인이 필요할 것으로 보인다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 기존의 연구들이 주로 기질이 스마트폰 중독에 미치는 영향을 살펴보았다면, 본 연구는 기질은 일생동안 안정적인 속성이어서 변화가 쉽지 않다(Kagan, 1989; 유성진, 권석만, 2008에서 재인용)는 점에 착안하여 기질과 스마트폰 중독간의 관계에서 보다 다루기 쉬운 매개변인을 탐색하고 확인하였는데 학문적 의의가 있다. 이로 말미암아 스마트폰 중독의 문제에 개입하기 위해서는 변화가 용이하지 않은 기질 문제만을 다루기보다는 매개변인인 스트레스 대처방식, 즉, 본 연구에서는 문제 중심적 대처방식을 다룬다면 스마트폰 중독 문제의 개입이 더 효율적일 수 있음을 발견했다는 점은 본 연구의 임상적 의의라 해야 할 것이다. 둘째, 스마트폰 중독과 기질 간의 관련성을 보고한 기존의 연구(예, 정서영, 2016; 정지혜, 2011)들은 인내력 기질이 낮은 사람의 경우 스마트폰 중독의 위험성이 큰 것으로 보고하였는데, 본 연구에서는 인내력이 높은 경우에도 어떤 스트레스 대처방식을 사용하느냐에 따라 스마트폰 중독과 관련됨을 밝혔다는 것도 본 연구의 또 하나의 학문적 의의이자 임상현장에 적용할 수 있는 실제적 의의라 할 수 있다. 이는 기존 연구와 달리 본 연구에서 새롭게 발견(heuristic value)된 것으로서, 인내력이 높은 사람이 문제 중심적 대처방식을 많이 사용하게 되면 스마트폰 중독의 위험성이 감소되며, 사회적 지지추구 대처방식을 많이 사용하게 되면 스마트폰 중독의 위험성이 증가됨을 밝힌 것이다. 이것은 인내력 기질과 관련된 스마트폰 중독의 보호요인과 위험요인을 동시에 밝힌 것으로서 이 연구결과가 일반화되기 위해서는 계

속되는 후속연구의 뒷받침이 필요하다고 해야 할 것이다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에 참여한 연구 대상의 성비가 불균형이어서 본 연구 결과를 일반화하는데에는 제한점이 있다. 무작위로 표집을 하였지만 여성이 남성보다 연구에 많이 참여하면서 여성의 특성이 더 많이 반영되었을 수 있기 때문이다. 따라서 추후연구에서는 성비를 균등하게 하는 것이 연구결과의 타당도를 높이는데 도움이 될 것이라고 제안한다. 둘째, 본 연구에서 사용된 측정도구 중 스트레스 대처방식 척도에서 하위요인인 정서 중심적 대처와 소망적 사고의 내적 합치도가 다소 저조하였다. 그 이유는 두 척도가 다양한 상이한 하위 속성을 측정하고 있기 때문인 것으로 가정된다. 따라서 본 연구에서 두 척도가 스마트폰 중독과는 의미 있는 관계는 없는 것으로 나타났으나 이에 대한 계속되는 후속연구의 뒷받침이 필요하다. 셋째, 개인의 기질적 특성은 개별적인 기질뿐만 아니라 기질 요인들의 조합에 따라 서로 구별될 수 있는데 이를 기질 유형(type)이라고 한다(민명배 외, 2007). 본 연구에서는 이러한 기질 유형에 대해 다루지 못하였지만 기질 유형에 따라서 스마트폰 중독 양상에서 차이가 있는지 살펴보는 것도 큰 의미가 있을 수 있으므로, 이러한 점을 고려한 후속 연구가 필요할 것으로 보인다. 넷째, 일반인들을 대상으로 진행하였기 때문에 본 연구 결과를 스마트폰 중독 진단을 받은 임상 집단에 곧바로 적용하는 것에는 제한점이 있으며 이를 위해서는 임상 집단을 대상으로 한 추후연구를 통해 계속 지지되기를 기대한다.

참 고 문 헌

- 강주연 (2012). 직장인의 스트레스와 스트레스대처방식, 충동성이 스마트폰 중독에 미치는 영향. 가톨릭대학교 석사학위 청구논문.
- 고기숙, 이지숙 (2013). 청소년의 인터넷 중독과 우울이 자살사고에 미치는 영향. 사회복지, 25(25), 131-156.
- 고재일 (2015). 스마트폰 중독과 행동활성화(BAS) 및 행동억제체계(BIS)와의 관계: 스트레스 반응의 매개효과. 대구가톨릭대학교 석사학위 청구논문.
- 김가희, 송원영 (2016). 불확실성에 대한 인내력 부족이 우울에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 21(4), 861-875.
- 김교현, 김원식 (2001). 한국판 행동활성화 및 행동억제 체계(BAS/BIS) 척도. 한국심리학회지: 건강, 6(2), 19-37.
- 김병년, 고은정, 최홍일 (2013). 대학생의 스마트폰 중독에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 한국청소년연구, 24(3), 67-98.
- 김서현, 김정규 (2016). 청소년의 부모 애착이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향: 정서조절능력의 매개효과. 한국심리학회지: 임상, 35(1), 265-281.
- 김선미, 서경현 (2015). 내현적 자기애와 SNS 중독 경향성 간의 관계: 경협회피의 매개효과를 중심으로. 한국심리학회지: 건강, 20(3), 587-603.
- 김선희, 최예나 (2017). 보건계열 대학생의 스트레스와 스마트폰 중독 관련성 분석. 한국치위생학회지, 17(1), 27-37.
- 김윤정, 이옥경, 이혜원, 조영일, 이원혜 (2016). 위험회피 기질과 회고된 어머니의 비지지적 반응이 우울에 미치는 영향: 정서표현 양가성의 매개효과. 한국심리학회지: 발달, 29(1), 1-23.
- 김은영, 김정기, 최승애, 남태현 (2016). 대학(원)생들이 경험하는 우울과 스마트폰 중독의 관계에서 정서조절곤란의 매개효과. 청소년학연구, 23(6), 97-118.
- 김경문 (2010). 불안정 애착이 심리적 안녕감에 미치는

- 영향, 자동적 사고, 정서 인식, 정서표현 양가성, 스트레스 대처방식의 매개효과를 중심으로. 한양대학교 석사학위 청구논문.
- 김정희, 이장호 (1988). 지각된 스트레스, 인지세트 및 대처방식의 우울에 대한 작용 대학신입생의 스트레스 경험을 중심으로. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 1(1), 25-45.
- 류주연, 김윤희 (2016). 대학생의 ADHD 증상과 스마트폰 중독 간의 관계: 스트레스 대처방식의 매개효과를 중심으로. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 28(2), 563-578.
- 문수백 (2009). 구조방정식모델링의 이해와 적용. 서울: 학지사.
- 민병배, 오현숙, 이주영 (2007). 기질 및 성격검사 매뉴얼. 서울: 마음사랑.
- 박명준, 오종현, 신성만 (2014). 사회적 지지와 스마트폰 중독 간의 관계: 실존적 영적 안녕감의 매개효과. 한국심리학회지: 건강, 19(4), 1185-1205.
- 박용민 (2011). 성인들의 스마트폰 중독과 정신건강에 관한 연구. 상지대학교 석사학위 청구논문.
- 박주리 (2017). 직장인의 정서경험 군집에 따른 직무스트레스 및 스트레스 대처방식의 차이. 성신여자대학교 석사학위 청구논문.
- 박지선, 김인석, 현명호, 유재학 (2008). 정서자각 결합, 정서 표현성, 정서 표현에 대한 양가감정이 신체화, 우울, 스트레스 경험빈도에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 13(3), 571-581.
- 박하얀, 정윤경, 최혜연 (2015). 정서표현양가성의 발달과 이에 따른 정서표현성, 문제행동 및 심리적안녕감 : 아동·청소년·성인집단의 비교. 한국심리학회지: 발달, 28(3), 189-207.
- 백유미 (2017). 스마트폰 중독 대학생의 자기효능감과 스트레스 대처전략에 관한 연구. 디지털산업정보학회지, 13(1), 177-183.
- 변시영 (2009). 정서경험과 정서표현성이 인터넷중독, 휴대폰중독에 미치는 영향. 한양대학교 석사학위 청구논문.
- 봉은주, 김윤경 (2017). 간호대학생의 생활스트레스가 우울과 스마트폰 중독에 미치는 영향: 경험회피의 매개효과. 한국산학기술학회논문지, 18(7), 121-129. 삼성서울병원 (2017). 2016년도 정신질환실태조사. 서울: 삼성서울병원.
- 서승연, 이영호 (2007). 일상적 스트레스, 사회적지지, 몰두 성향과 인터넷 중독과의 관계. 한국심리학회지: 임상, 26(2), 391-405.
- 성미현, 남혜리 (2017). 간호학생의 스트레스 대처유형, 대인관계 능력, 자존감이 스마트폰 중독에 미치는 영향. 한국산학기술학회논문지, 18(2), 61-70.
- 송도영 (2015). 직장인의 스마트폰 중독이 직무몰입과 직무성과에 미치는 영향. 명지대학교 석사학위 청구논문.
- 신선임 (2017). 스마트폰 중독 수준과 성별에 따른 학업적 자기효능감과 자기조절학습의 차이. 한국심리학회지: 여성, 22(2), 173-189.
- 신성만, 김성재, 김신민 (2013). 중독상담. 서울: 박학사.
- 신연섭 (2012). 감각추구성향, 충동성, 공격성이 대학생의 휴대폰 중독에 미치는 영향. 충북대학교 석사학위 청구논문.
- 양세경, 오수성 (2009). 성격유형, 정서표현, 정서표현 갈등 간의 관계. 한국심리학회지: 임상, 28(1), 15-33.
- 오선화, 하은혜 (2014). 아동의 실행기능 및 ADHD 증상이 스마트폰 중독에 미치는 영향. 한국놀이치료학회지, 17(1), 17-35.
- 유성진, 권석만 (2008). 심리치료에서 도식과 양식 개념에 대한 고찰. 한국심리학회지: 일반, 27(1), 91-117.
- 유성진, 권석만 (2009). 심리평가 및 심리치료에 있어서 기질-성격 모형의 임상적 시사점. 한국심리학회지: 임상, 28(2), 563-586.
- 윤혜정, 권경인 (2011). 휴대전화 중독 청소년들의 특성 및 중독과정 촉진요인. 상담학연구, 12(2), 577-598.
- 이경아 (2013). 중학생의 기질 및 성격, 애착과 스마트폰 사용과의 관계. 전주대학교 석사학위 청구논문.

- 이미연 (2014). 스마트폰 사용에 영향을 미치는 유아 변인 연구: 유아 성별, 스마트폰 처음사용연령, 스마트폰 사용능력 및 기질을 중심으로. 한양대학교 석사학위 청구논문.
- 이상미, 임정하 (2015). 청소년의 기질과 스트레스 대처전략이 심리적 안녕감에 미치는 영향. *한국가정교과교육학회지*, 27(2), 121-135.
- 임선진, 김진훈, 장동원, 정은기, 윤혜주, 김의정 (2006). 성인 인터넷중독자의 기질 특성. *신경정신의학*, 45(6), 565-570.
- 임유경, 최영민, 최지영 (2013). 기질 및 성격, 스트레스 대처방식과 우울증의 관계: 정신과 내원 우울장애 환자들을 대상으로. *한국심리학회지: 임상*, 32(2), 331-350.
- 장지현 (2016). 고등학생의 자극추구, 위험회피와 ADHD 행동특성 관계에서 스마트폰 중독의 매개효과. *이주대학교 석사학위 청구논문*.
- 전호선, 장승욱 (2014). 스트레스와 우울이 대학생 스마트폰 중독에 미치는 영향-성별 조절효과를 중심으로. *청소년학연구*, 21(8), 103-129.
- 정동진, 조현, 박계우, 곽민정, 김대진 (2016). 행동 억제 체계가 스마트폰 중독에 미치는 영향: 우울의 매개효과. *신경정신의학*, 55(2), 97-102.
- 정서영 (2016). 대학생의 생활스트레스와 인터넷 중독의 관계에서 불확실성에 대한 인내력 부족과 정서인식 명확성의 매개효과. *서울여자대학교 석사학위 청구논문*.
- 정유진, 김소연 (2017). 성인 여성과 여자 청소년의 사회적 배척 이후 처벌 행동에 영향을 미치는 요인. *한국심리학회지: 발달*, 30(1), 177-193.
- 정지영 (2011). 청소년의 기질, 가족건강성, 사회적 지지가 자아탄력성에 미치는 영향. *고려대학교 석사학위 청구논문*.
- 정지혜 (2011). 청소년의 기질 및 성격, 방어기제와 휴대폰 과다사용 간의 관계. *대구대학교 석사학위 청구논문*.
- 정현모 (2005). 인터넷 중독 청소년의 성격 및 기질 특성. *한림대학교 석사학위 청구논문*.
- 조성훈, 권정혜 (2015). 정서조절이 인터넷 게임 과사용에 미치는 영향: 완충효과와 촉진효과와의 혼합. *한국심리학회지: 임상*, 34(2), 411-428.
- 조은경 (1996). 억압형 대처방식을 가진 사람들 (repressors)의 정서 경험 회상. *한국심리학회 연차 학술발표 논문집*, 6(1), 427-433.
- 조희경, 최종욱 (2014). 기본심리욕구가 청소년 스마트폰 중독에 미치는 영향: 스트레스 대처의 매개효과. *한국심리학회 연차 학술발표 논문집*, 8(1), 253-253.
- 최혜연, 민경환 (2007). 한국판 정서표현에 대한 양가성 척도의 타당화 및 억제 개념들 간의 비교 연구. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 21(4), 71-89.
- 최혜연 (2013). 대학생의 스트레스 대처 패턴과 심리적 응적 특징. *한국심리학회지*, 32(1), 1-21.
- 하정 (1997). 정서표현성향과 스트레스평가 및 대처가 우울에 미치는 영향. *이화여자대학교 석사학위 청구논문*.
- 하진미, 손정락 (2016). 수용전념치료(ACT)가 우울과 스마트폰 중독수준이 높은 대학생의 자기통제력, 우울 및 스마트폰 중독 수준에 미치는 효과. *한국심리학회지: 중독*, 1(1), 1-16.
- 한국정보화진흥원 (2011). 인터넷 중독 실태조사. 서울: 한국정보화진흥원.
- 한국정보화진흥원 (2017). 2016년 인터넷 과의존 실태조사. 서울: 한국정보화진흥원.
- 한주리, 허경호 (2004). 이동전화 중독 척도 개발 및 타당성 검증. *한국언론학보*, 48(6), 138-165.
- 황경혜, 유양숙, 조옥희 (2012). 대학생의 스마트폰 중독사용 정도에 따른 상지통증, 불안, 우울 및 대인관계. *한국콘텐츠학회논문집*, 12(10), 365-375.
- 황진아, 김은하 (2016). 상담 전공 석사생들의 불확실성에 대한 인내력 부족과 진로적응성간의 관계: 자기성찰을 통한 진로탐색효능감의 매개된 조절효과. *상담학연구*, 17(6), 289-312.
- Cloninger, C. R., Przybeck, T. R., & Svrakic, D. M. (1993). A psychobiological model of temperament and character. *Archives of General psychiatry*,

- 50(12), 975-990.
- Cloninger, C. R., Przybeck, T. R., Svrakic, D. M., & Wetzel, R. D. (1994). *The Temperament and Character Inventory(TCI): A Guide to its Development and use*. St. Louis, Missouri: Center for Psychobiology of Personality, Washington University.
- Ercan, D., Cuneýt, E., Secil, A., Kerem, S., Hilal, U., & Fatma, G. Y. (2013). Relationship of Internet Addiction Severity with Depression, Anxiety, and Alexithymia, Temperament and Character in University Students. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 16*(4), 272-278.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology, 48*, 150-170.
- Gross, J. J. (EDT). (2007). *Handbook of emotion regulation*. New york: The Guilford Press.
- Hoffner, C. A., & Lee, S. (2015). Mobile phone use, emotion regulation, and wellbeing. *Cyberpsychology, Behavior, and Social networking, 18*, 411-416.
- Hopley, A. A., & Nicki, R. M. (2010). Predictive factors of excessive online poker playing. *Cyberpsychology, Behavior, and Social networking, 13*, 379-385.
- King, L. A., & Emmons, R. A. (1990). Conflict over emotional expression: Psychological and Physical correlates. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*, 864-877.
- Laghai, A., & Joseph, S. (2000). Attitudes towards emotional expression: Factor structure, convergent validity and associations with personality. *British Journal of Medical Psychology, 73*, 381-384.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New york: Springer.
- Lee, Y. S., Son, J. H., Park, J. H., Kim, S. M., & Kee, B. S. (2017). The comparison of temperament and character between patients with internet gaming disorder and those with alcohol dependence. *Journal of mental health, 26*(3), 242-247.
- Samaha, M., & Hawi, N. S. (2016), Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Computers in Human Behavior, 57*, 321-325.
- Xi, L., Takahiko, K., Zi, C., Toshiaki, N., & Toshinori, K. (2014). Textmessaging: Are dependency and Excessive Use discretely different for Japanese university students? *Psychiatry Research, 216*(2), 255-262.
- 원고접수일: 2017년 11월 27일
 논문심사일: 2017년 12월 26일
 게재결정일: 2018년 2월 27일

The Relationship among Temperament, Ambivalence over Emotional Expressiveness, Stress Coping Style, and Smartphone Addiction

Bo ra Kim

Dept. of Psychology,
Graduate School of Psychoanalysis,
HanShin University

Hyun sook Oh

Dept. of Psychology
and Childcare,
HanShin University

Moon han Jo

Dept. of Psychology,
Graduate School of Psychoanalysis,
HanShin University

This study is about how Temperament, Ambivalence over emotional expressiveness, and Stress coping style affect Smartphone addiction in people who are in their 20s in that age group demographic populations. There were a total of three hundred participants to the study who reported on addiction using the Smartphone addiction scale, Temperament and Character Inventory, Ambivalence over emotional expressiveness Questionnaire, and the Stress coping Checklist. There were a total of 297 reports that were statistically analyzed, and there were three reports that were excluded as having been not fully completely. As a result, the study showed that Novelty seeking, Harm avoidance, and Persistence from temperament were measured in the study experiment as being statistically significant with Smartphone addiction. Based on prior studies and statistical analysis, we constructed the model that was used in the study. The suggested model was that Ambivalence over emotional expressiveness, and Stress coping style were mediated in a row, and a competing model was useful as a double mediation model, which had two variables that were mediated in a stepwise configuration. As a result, the suggested model was better than the competing model, and suggested the model's fitness of purpose which was statistically significant. as noted in the study. After confirming a significance of path in this model, Problem-solving coping was a partial mediator in a process of Novelty seeking that affects Smartphone addiction while both Social support coping and Problem-solving coping were full mediators in a process of Persistence that also affects Smartphone addiction. Based on the above results, we discussed several points regarding the understanding of Smartphone addiction and intervention strategies, and limitations are as follows.

Keywords: Smartphone Addiction, Temperament, Ambivalence over emotional expressiveness, Stress coping Style