한국심리학회지: 상담 및 심리치료
The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy
2021, Vol. 33, No. 1, 243-266

대학생의 아동기 외상 경험과 스마트폰 중독 간의 관계에서 시간관의 다중매개효과*

허 무 녕
경북대학교 아동가족학과
학생

김 춘 경†
경북대학교 아동학부
교수

본 연구는 대학생의 아동기 외상 경험과 스마트폰 중독 간의 관계에서 시간관의 매개효과를 확인하여 대학생의 스마트폰 중독 감소를 위한 효과적인 개입 방안을 모색하고자 하였다. 이를 위해 대구·경북 지역의 대학생 748명을 대상으로 아동기 외상 경험, 시간관, 스마트폰 중독을 측정하는 설문조사를 실시하였으며, 다중매개분석을 통해 시간관의 매개효과를 검증하였다. 분석 결과, 과거 부정적 시간관과 과거 긍정적 시간관, 현재 운명적 시간관, 미래 지향적 시간관은 아동기 외상 경험과 스마트폰 중독의 관계를 매개하였다. 현재 쾌락적 시간관은 스마트폰 중독에 유의한 영향을 미쳤으나 두 변인 사이를 매개하지 않는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 아동기 외상 경험이 있는 대학생을 대상으로 스마트폰 중독을 감소시키기 위한 개입을 할 때, 과거 부정적 시간관과 현재 운명적 시간관을 감소시키고 과거 긍정적 시간관과 미래 지향적 시간관을 증가시켜주는 것이 효과적일 수 있음을 시사한다. 본 연구의 결과를 토대로 아동기 외상 경험과 스마트폰 중독 사이에서 시간관이 보이는 매개효과의 양상을 이해하여 대학생의 스마트폰 중독 문제를 경감시키고 예방하는데 어느 시간관에 초점을 맞춘 개입이 필요한지를 파악하여 보다 효율적인 개입 방안을 수립할 수 있을 것이다.

주요어 : 대학생, 아동기 외상 경험, 스마트폰 중독, 시간관

---

* 본 연구는 허무녕(2018)의 경북대학교 석사학위논문 '대학생의 아동기 외상 경험과 스마트폰 중독 경향성 간의 관계에서 시간관의 다중매개효과: 성인기 애착 유형별 차이' 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.
† 교신저자 : 김춘경, 경북대학교 아동학부 교수, 대구광역시 북구 대학로 80
Tel : 053-950-6214, E-mail : kckyung@knu.ac.kr

www.kci.go.kr

빠른 시대의 변화에 따라 인터넷의 발달과 함께 출현한 스마트폰은 우리의 생활을 빠르게 변화시켰다. 스마트폰은 점차 우리 생활 속에 없어서는 안 될 존재로 자리 잡게 되어, 스마트폰의 보급률이 매년 증가하는 추세를 보이면서 2018년 국내 만 3세 이상 인구의 스마트폰 보유율은 91.0%이며(과학기술정보통신부, 한국인터넷진흥원, 2019), 최근에는 스마트폰이 없는 사람을 찾는 것이 더 어려울 정도이다. 스마트폰은 우리에게 편리하고 윤택한 생활을 제공해준다는 점에서 여러 가지 많은 장점들을 가지고 있으나, 그 이면에는 스마트폰 중독이라는 사회적 문제를 가져 왔다(김동일 등, 2012). 스마트폰 중독에 관한 정의를 살펴보면, 한국정보화진흥원(2011)에서는 스마트폰을 과다하게 사용하여 스마트폰 사용에 대한 금단과 내성이 생기게 되어 이로 인해 일상생활에 장애가 유발되는 상태라고 정의하였으며, 강희양과 박창호(2012)는 스마트폰에 지나치게 몰입하여, 내성, 의존, 금단 등의 상태를 보이는 스스로를 제어할 수 없는 상태라고 정의하였다.

스마트폰은 전 세계적으로 대학생들이 가장 많이 사용을 하며(Miller, Chandler, & Mouttapa, 2015), 과학기술정보통신부와 한국정보화진흥원에서 실시한 조사(2020)에서도 조사대상 성인 중 대학생이 속한 20대의 과의존 위험군 비율이 25.9%로 가장 높은 수치를 나타내어 대학생들에게 있어 스마트폰 중독 문제가 두드러지게 나타남을 알 수 있다. 대학생 시기는 그 시기를 어떻게 보내느냐에 따라 이후 성인기의 모습이 결정되며, 대학생활 시기는 인생의 2막이라고 불릴 만큼 중요히 여겨진다(권석만, 2010). 대학생 시기는 발달적으로 청소년기 후반 및 성인기 초반에 해당되며, 독립, 취업 등 이전 시기와는 다른 발달과업들을 지니고 있기에 이로 인해 다양한 스트레스에 노출될 수 있다(정새롬, 2014). 이러한 스트레스에 대한 대처수단으로 중독행동을 선택할 수 있으며(Blanco et al., 2008), 이로 인해 대학생 시기는 인터넷 중독과 스마트폰 중독에 빠질 가능성이 높다(이만제, 장해순, 2009).

대학생 시기는 스마트폰 중독에 빠질 위험이 크기에 이에 대한 대처가 필요하지만(강선자, 2014), 스마트폰 중독과 관련한 연구들은 주로 청소년을 대상으로 이루어져 왔다. 대학생을 대상으로 한 연구들을 살펴보면, 스마트폰 중독을 보이는 대학생들은 충동성이 높고, 자기 통제력이 낮아 삶에 대한 긍정적 기대가 낮아지는 모습을 나타내며(유승숙, 2015), 불안 및 우울, 대인관계 어려움, 사회적 위축(김동일 등, 2012; 이유진, 2013)뿐만 아니라, 학업 성적의 저하(강현욱, 2013), 시력저하 및 수면부족, 두통과 같은 신체적 문제(윤주영 등, 2011; 황경혜, 유양숙, 조옥희, 2012)를 보이기도 한다. 또한, 대학생 시기인 20대는 스마트폰을 통해 업무 수행, 정보습득 뿐만 아니라 사회적 관계 형성을 한다는 점을 고려해봤을 때, 이들의 스마트폰 중독 문제는 더욱 심각해질 것으로 보여(주석진, 2015) 대학생의 스마트폰 중독을 감소 및 예방할 수 있는 대책 마련의 필요성이 있다.

스마트폰과 관련된 최근의 연구들에서는 스마트폰 중독이 불러오는 부적응적 문제행동을 탐색하기보다, 이에 영향을 미치는 요인들에 대해서 살펴보고 있다. 선행연구에서는 애착(심태은, 이송이, 2014) 및 불안전 애착(최윤영, 서영석, 2015), 외상경험(최은실, 2017) 등과 같은 가정 환경적 요인과 대인관계 문제(최현석, 이현경, 하정철, 2012) 등의 사회 환경적 요인

www.kci.go.kr

뿐만 아니라 우울 및 불안(김형태, 2016), 외로움(Darcin, Noyan, Nurmedov, Yilmaz, & Dilbaz, 2015) 등과 같은 개인 심리내적요인 등 다각도에서 스마트폰 중독의 원인에 대한 탐색이 이루어졌다. 이 중 가정환경은 사람이 태어나서 겪게 되는 최초의 환경이며, 아이의 바람직한 성장과 발달에 결정적인 영향을 미치므로 가장 먼저 고려되어야 할 변인이다(최연실, 최혜진, 안연주, 2011). 스마트폰 중독 문제는 비교적 최근 사회적 이슈가 되어 가정 환경적인 요인과의 관련성을 살펴본 연구는 많지 않은 실정이나 선행연구에서는 애착외상(진미령, 신성만, 2016)과 정서적 외상경험(최은실, 2017), 아동기 학대경험(김경호, 2014; 김재엽, 황현주, 2016; 정희선, 2016) 및 방임(최홍일, 김진희 2013; 장신재, 양혜원, 2015) 등이 스마트폰 중독 문제에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 아동기의 외상 경험을 스마트폰 중독 문제의 원인변수 중 하나로 주목하고 있다. 따라서 본 연구에서는 가정 환경적 요인 중 아동기 외상 경험이 스마트폰 중독에 미치는 영향에 대해 탐색하고자 한다. Burgess와 Conger (1978)는 아동기 외상을 18세 이하의 시기에 발생한 부모 및 주양육자에 의해 발생한 행위로 인한 신체적 및 정신적 상처라고 정의하며, 신체적 및 정신적 방임과 학대로 분류하였다. 방임은 아동의 정상적인 발달에 필요한 기본적인 신체적 욕구나 정서적 욕구를 보호자 및 성인이 충족시켜주지 못하는 것을 말하며, 학대는 보호자 및 성인이 아동의 건강과 복지를 해치거나 정상적 발달을 저해시키는 신체적 폭력 및 정신적 폭력 또는 가혹행위 등을 의미한다.

보건복지부와 중앙아동보호전문기관(2019)에서 실시한 조사에 따르면 최근의 아동학대는 주로 부모 및 주양육자에 의해 발생하며, 반복적인 성격을 띠고, 매년 증가하는 추세를 보이고 있다. 아동기에 발생한 외상 사건의 경우 그 사건이 일어난 시기에 개입되지 못한 채로 지내오다가 주도적인 생활이 요구되는 성인기 초기인 대학생이 되어서야 문제가 발현되는 경우가 많아 아동기 외상 경험에 의해 초래되는 대학생 시기의 부적응 문제에 대해 구체적으로 연구할 필요가 있다(박선미, 2017). 아동기에 경험하는 외상적 사건들은 개인의 건강한 성장과 발달을 저해하며, 무력감을 느끼게 하거나 왜곡된 인지구조와 부정적인 자아개념을 가지게 할 수 있다(Terr, 1991). 관련 선행 연구에서는 아동기 외상 경험이 외상 후 스트레스 장애 및 우울과 더불어 물질사용장애, 스마트폰 중독, 알코올 중독 등 다양한 정신과적인 문제들과 관련이 있으며(김은정, 김진숙, 2010; 진미령, 신성만, 2016; Kaplow, & Widom, 2007), 낮은 자아 존중감, 공격성, 불안 등과 관련을 보인다고 보고하였다(김은희, 이인혜, 2016; Briere, & Runtz, 1988; Browne, & Finkelhor, 1986; Carmen, Rieker, & Mills, 1984; Farber, & Joseph, 1985; Fox, & Gilbert, 1994; Haskett, & Kistner, 1991).

이뿐만 아니라 아동기에 외상을 경험하는 사람들은 과거 외상 사건에 '갇히게 되어(stuck in)' (Holman, & Silver, 1998) 과거의 사건에 지속적으로 몰두하게 된다. 즉, 아동기에 외상을 경험하게 되면 과거를 부정적으로 바라보고 그 안에 갇혀 반복적인 반추를 하게 되며, 현재와 미래를 보지 못하게 되는 것이다. Holman과 Silver(1998)는 외상이 개인의 시간 지향에 영향을 미친다고 주장하며, 시간 지향이 주관적으로 지각하는 심리적 고통 점수와 유의한 상관이 있음을 보고하였다.

www.kci.go.kr

시간 지향이란 다양한 행동을 예측하는 개인적 변인으로 시간 지각(Roeckelein, 2000), 시간 지향성(Lasane, & O'Donnell, 2005) 등 다양한 개념으로 연구되어 왔으며, Zimbardo와 Boyd에 의해 구체화 되었다(김달효, 2016). 그들은 물리적인 시간에 대한 각 개인의 심리적인 느낌을 정의하고자 시간관(time perspective)의 개념을 제시하고 이를 과거와 현재, 미래라는 다른 시간범주로 경험을 분류해나가는 과정으로 정의하였다(한정숙, 최윤경 2014). Zimbardo와 Boyd(1999)는 우리가 시간관을 통해 경험하는 사건을 부호화하며 저장하고 회상한다고 주장하였으며, 시간관을 개인이 시간에 대해 과거, 현재, 미래 중 어떤 것을 더 선호하고 어떤 방향을 지향하느냐와 관계가 있다고 하였다. 그들은 시간관을 과거 부정적 시간관(Past-negative), 과거 긍정적 시간관(Past-positive), 현재 쾌락적 시간관(Present-hedonistic), 현재 운명적 시간관(Present-fatalistic), 미래 지향적 시간관(Future-oriented)의 다섯 가지 유형으로 분류하여 사람마다 다른 시간관을 갖고 있으며, 어떤 시간관을 더 강하게 갖고 있느냐에 따라 개인의 행동에도 차이가 난다고 했다. 시간관의 각 하위유형들을 살펴보면, 먼저 과거 부정적 시간관은 과거 사건들에 대한 주관적이고 부정적인 시각을 반영하는 것으로, 과거에 대해 비관적이며 회피적인 태도를 의미한다(Liniauskaitŷ, & Kairys, 2009). 과거 부정적 시간관은 실제 외상 사건 등의 부정적 사건에 대한 경험뿐만 아니라 일반적인 사건들에 대한 부정적 재구성을 통해 유발된다. 과거 부정적 시간관을 강하게 갖는 개인의 경우 현재의 경험을 과거에 일어난 비슷한 사건과 비교하며, 과거에 한 행동에 대해 반추하고 미련을 가지는 경향을 보인다. 과거 긍정적 시간관은 과거를 따뜻하게 회상하며 감성적이고 향수적인 시각으로 바라보는 태도를 의미하는데(Zimbardo, & Boyd, 1999), 현재의 행복을 느끼게 만들고 미래의 행복을 추구하게끔 도울 뿐만 아니라 정서적으로 안정되고 성실한 모습을 보이기에 중독에 대한 보호요인으로서 작용하기도 하며(Zimbardo, & Boyd, 2008), 대인관계에 거부민감성이 낮아지도록 하여 대인관계 유지에도 도움이 된다(Bernstein, & Benfield, 2013). 현재 쾌락적 시간관은 현재에 초점을 두고 즐거움, 오락 및 흥미 등을 추구하는 쾌락주의적 성향을 반영한다(Zimbardo, & Boyd, 1999). 적당한 수준일 경우 인생을 자유롭게 즐기고 삶을 긍정적으로 바라보는 데 도움이 되는 긍정적인 요인이 되지만 과하거나 낮은 수준일 경우 중독행동, 정서적 불안정, 위축 등 개인의 부적응적 행동을 일으키기도 한다(Zimbardo, & Boyd, 2008). 선행연구에서 현재 쾌락적 시간관은 삶의 만족도(Gana, Klein, Saada, & Trouillet, 2013), 행복(김범준, 2014)과 정적인 상관을 보였으나 다른 연구에서는 현재 쾌락적 시간관이 삶의 만족도에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며(Zambianchi, & Bitti, 2014), Drake와 Duncan, Sutherland, Abernethy, Henry(2008)의 연구에서 행복과 부적인 상관을 보고하는 등 다소 혼재된 결과를 보인다. 현재 운명적 시간관은 모든 것이 개인의 행동에 의해서가 아니라 운명에 의해 결정지어 진다는 숙명론적인 태도를 의미한다(Stolarski, Bitner, & Zimbardo, 2011). 현재 운명적 시간관을 강하게 갖는 개인은 인생에 있어 무기력한 태도로 임하고, 미래에 대해서도 절망적인 태도를 보이며(Zimbardo, & Boyd, 1999), 현재에 대한 즐거움이 부족하고 미래를 부정적으로 바라보기 때문에 에너지 수준과 자아

www.kci.go.kr

통제력이 낮고, 정서적으로 불안정한 모습을 보이는 등 부정적인 심리상태를 보이기도 한다(Ferrari, & Diaz-Morales, 2007; Zimbardo, & Boyd, 2008). 미래 지향적 시간관은 미래의 성취를 위해 현재에 노력하며, 미래의 목표를 계획하는 경향성을 의미한다(Liniauskaitŷ, & Kairys, 2009; Zimbardo, & Boyd, 1999). 미래 지향적 시간관에 높은 점수를 보이는 개인은 현재의 행동이 이후에 어떠한 결과를 유발하는지에 큰 관심이 있으며, 현재의 노력이 미래의 보상으로 나타나기를 기대하는 경향이 있어 예상되는 미래의 이익과 손실이 현재의 행동을 결정하는 중요한 요인이 된다(Brislin, & Kim, 2003). 또한, 이들은 긍정적 사고가 형성되어 있어 현재의 상황이 부정적이라고 하더라도 미래의 잠재력을 보고 노력을 하려는 경향이 있으며, 만족지연능력이 높다(Zimbardo, & Boyd, 2008). 종합해보면 과거 긍정적 시간관과 미래 지향적 시간관은 긍정적인 결과 변인과 정적인 관계를 보이고 과거 부정적 시간관과 현재 운명적 시간관은 부적인 관계를 보인다는 것이 일관적으로 입증되었으나 현재 쾌락적 시간관의 경우 연구에 따라 일관적이지 않은 결과를 보임을 알 수 있다.

Boyd와 Zimbardo(2005)는 과거와 현재, 미래에 대한 지향 사이에 건강한 균형이 있다고 하며 균형 잡힌 시간관(Balanced Time Perspective; BPT)을 제시하였다. 균형 잡힌 시간관은 높은 과거 긍정적 시간관, 비교적 높은 현재 쾌락적 시간관과 미래 지향적 시간관, 낮은 과거 부정적 시간관과 현재 운명적 시간관으로 구성된 형태를 나타낸다(신지수, 2017). 선행연구에서는 균형 잡힌 시간관을 가진 개인이 더 높은 삶의 만족도, 낮은 부정적 정서, 더 잦은 긍정적 정서, 더 높은 자아 실현성과 긍정성 및 자기 효능성 그리고 더 높은 만족지연 능력이 있는 것으로 보고되었다(Boniwell, Osin, Alex Linley, & Ivanchenko, 2010; Drake, Duncan, Sutherland, Abernethy, & Henry, 2008; Stolarski et al., 2011; Stolarski, Matthews, Postek, Zimbardo, & Bitner, 2014).

한편, 외상 경험과 같은 충격적인 사건은 시간관의 불균형을 초래할 수 있다. 선행연구에서는 외상을 경험한 개인에게서 높은 과거 부정적 시간관과 현재 운명적 시간관이 나타나며, 낮은 과거 긍정적 시간관과 미래 지향적 시간관을 보이고 현재 쾌락적 시간관의 경우 과도해지거나 낮아지는 등의 불균형을 보이는 것으로 나타났다(Martz, 2010; Potgieter, Heyns, & Lens, 2012; Zimbardo, Sword, & Sword, 2012). 시간관은 생물학적 요인보다 양육, 교육, 종교 등과 같은 환경적인 요인에 의해 더 큰 영향을 받는데(Zimbardo, & Boyd, 1999), 특히 어린 시절 중요한 타인들과의 상호작용이 시간관의 유형과 균형에 큰 영향력을 발휘한다(Holman, & Zimbardo, 2009). 시간관의 불균형을 유발하는 외상 사건은 일회적 외상, 반복적 외상, 대인 관계적 외상, 대인외적 외상 등등 다양하게 분류될 수 있으나, 이 중 가장 큰 영향을 미치는 유형의 외상은 아동기 때 겪게 되는 반복적이고 가학적이며, 악의적인 양육자로부터 행해지는 사건이다(Allen, 1995). 또한, 어린 시절 가정 내 분위기가 과거 긍정적 시간관 및 과거 부정적 시간관과 관련이 있으며(Holman, & ZImbardo, 2009), 가족 및 가까운 타인들로부터의 사회적 거절 등의 대인관계적 외상 경험은 현재의 확장을 유발하고 미래를 축소시키는 결과를 가져온다(Twenge, Catanese, & Baumeister, 2003). 아동기에 외상을 경험한 개인은 외상 사건을 통합시키기 위해

www.kci.go.kr

그 경험을 지속적으로 반추하게 되며, 이 과정에서 기억의 침투를 경험하게 된다(Horowitz, 1986). 이러한 반추와 침투적 사고는 스스로 결정하는 것이 아니라 불수의적으로 발생하기 때문에 외상 사건을 경험한 개인은 과거 부정적 시간관과 더불어 현재 운명적 시간관을 강하게 나타내게 된다(Zimbardo et al., 2012). 따라서 아동기 외상 경험은 과거 부정적 시간관과 현재 운명적 시간관을 증가시키고 과거 긍정적 시간관과 현재 쾌락적 시간관, 미래 지향적 시간관을 감소시킬 수 있음을 가정해 볼 수 있다.

다수의 선행연구들에서 전반적으로 과거 부정적 시간관, 현재 운명적 시간관은 우울, 공포, 중독행동 등의 부정적인 변인들과 정적 관계를 나타낸 반면, 과거 긍정적 시간관, 미래 지향적 시간관은 부적 관계를 보였으며, 현재 쾌락적 시간관은 과하거나 낮은 경우 부정적인 변인들과 관련이 있었고 적절한 수준인 경우 긍정적인 변인들과 관계를 보이는 등 수준에 따라 혼재된 관계를 나타냈다. 최근, 시간관이 중독행동에 미치는 영향에 주목하여 시간관과 다양한 중독행동 간의 관계를 파악하기 위한 연구들이 활발히 진행되고 있다(Loose et al., 2018; Lukavská, 2018; Przepiorka, & Blachni-o, 2016). 스마트폰 중독 문제가 최근에서야 사회적 문제로 부각됨에 따라 스마트폰 중독과 시간관의 관계에 대한 연구는 아직까지 소수만이 진행되었기에 그 범위를 인터넷 중독까지 넓혀서 관계를 살펴보면, 먼저 현정석과 박찬정, 하환호(2013)의 연구에서는 현재 쾌락적 시간관과 현재 운명적 시간관 둘 모두가 스마트폰 중독에 정적 영향을 미쳤으며, 미래 지향적 시간관은 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 정은지와 한유진(2014)의 연구에서는 현재 쾌락적 시간관과 현재 운명적 시간관이 스마트폰 중독과 정적 관계를 보였으며, 미래 지향적 시간관은 부적 관계를 보였다. 김정윤, 이경은, 현정석, 박찬정(2013)의 연구에서도 현재 쾌락적 시간관은 스마트폰 중독에 정적 영향을 미쳤으며, 미래 지향적 시간관은 부적 영향을 미쳤다. 또한, 박찬정과 김동환, 현정석(2011)은 현재 쾌락적 시간관과 현재 운명적 시간관을 포함하는 현재 지향적 시간관과 미래 지향적 시간관이 스마트폰 중독에 미치는 영향을 살펴보았는데, 현재 지향적 시간관은 스마트폰 중독에 정적 영향을 미쳤으며, 미래 지향적 시간관은 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이지현(2018)의 연구에서는 높은 과거 부정적 시간관과 현재 운명적 시간관이 스마트폰 과사용을 유의하게 예측하였다. 인터넷 중독과 관련된 연구를 살펴보면, Çankaya(2016)의 연구에서는 현재 쾌락적 시간관이 인터넷 중독에 정적 영향을 미쳤으며, Przepiorka와 Blachnio(2016)의 연구에서는 과거 부정적 시간관과 현재 운명적 시간관은 인터넷 중독과 정적 상관을 보였으며, 현재 쾌락적 시간관과 미래 지향적 시간관은 부적 상관을 보였다.

이상의 선행연구들을 종합하여 볼 때, 아동기 외상 경험은 시간관의 불균형을 초래하여 대학생의 스마트폰 중독에 영향을 미침을 예상해볼 수 있다. 시간관 각 하위유형별로 살펴보면, 과거 부정적 시간관 및 현재 운명적 시간관은 아동기 외상 경험과 스마트폰 중독과 정적 관계를, 과거 긍정적 시간관 및 미래 지향적 시간관과 부적 관계를 보일 것이라 예측해 볼 수 있다. 현재 쾌락적 시간관의 경우 스마트폰 중독과 정적인 관계를 보일 것임을 예측할 수 있으나 현재 쾌락적 시간관이 긍정

www.kci.go.kr

변인과 부정 변인 모두와 상관을 나타낸 연구결과(Bolotova, & Hachaturova 2013; Zambianchi, & Bitti, 2014)와 외상을 겪은 개인이 보이는 현재 쾌락적 시간관이 높아지거나 낮아지는 편향을 보인다는 연구결과 등 연구에 따라 혼재된 결과를 보여 현재 쾌락적 시간관과 아동기 외상 경험의 관계에 대해 검증해 볼 필요성이 있다.

그러나 현재까지 아동기 외상 경험, 시간관, 스마트폰 중독 간의 관계를 살펴본 연구는 없으며, 시간관과 스마트폰 중독 간의 관계에서 다섯 가지 시간 하위유형의 영향을 모두 살펴본 연구도 거의 없는 실정이다. 선행연구에서는 다섯 가지 하위유형(TPs)을 모두를 사용하지 않고 한 가지 하위유형만을 살펴보거나 몇 가지 하위유형만을 선택하여 연구를 진행하기도 하였으나 Zimbardo와 Boyd(1999)는 각 시간관이 서로 다른 특성을 가지며 단순히 한 가지 시간관 차원에서 개인의 시간관을 설명할 수 없다고 하였다. 또한, 개인은 한 가지 시간관만을 갖게 되는 것이 아니라 다섯 가지 모두를 갖고 있어서 개인의 생각이나 행동양식을 설명하기 위해서는 다섯 가지 시간관 모두를 살펴봐야 한다고 하였기에, 본 연구에서는 다섯 가지 하위유형의 시간관 모두를 포함하여 아동기 외상 경험과 대학생의 스마트폰 중독의 관계를 파악하고자 하며, 시간관(TPs)이 둘 사이를 매개할 것이라고 가정하고 이를 검증해보고자 하였다.

대학생들의 스마트폰 중독 문제가 심각해지고 그로 인해 유발된 다양한 문제들이 나타나면서, 정부에서 스마트폰 중독의 예방 및 해소를 위한 전략들을 제시하였으나(미래창조과학부, 한국인터넷진흥원, 2013), 대학생의 스마트폰 중독과 관련한 연구는 부족한 실정이며, 매년 증가하는 대학생의 스마트폰 중독 추세를 보았을 때 그 효과가 미미하다고 볼 수 있다. Zimbardo 등(2012)은 개인의 시간관은 변화가 가능하고 시간관의 변화는 시간관과 관련하여 발생 된 행동의 수정을 가져온다고 하며 시간관 치료(Time Pespective Therapy)를 제안하여 외상 후 스트레스 장애와 도박중독 등 다양한 장애의 치료에 적용하고 있다. 본 연구는 스마트폰 중독에 영향을 미치는 아동기 외상 경험과 시간관의 다섯 가지 하위유형 각각의 역할을 검증하여 스마트폰 중독을 나타내는 개인이 가진 시간관 하위유형의 특성을 파악하고 효과적인 개입 방안을 위한 기초자료를 제공하는 데 그 목적이 있다. 본 연구에서 시간관이 아동기 외상 경험과 스마트폰 중독 사이를 매개하는 변인으로서 탐색된다면 대학생의 스마트폰 중독의 예방과 해소를 위한 개입 방안을 모색하는 데 도움이 될 것이다.

방 법

연구대상

대구와 경북 소재의 2・3년제 대학과 4년제 대학, 총 6개 대학의 재학생들이 설문에 참여하였으며, 설문은 담당교수의 승인 하에 연구자가 연구의 목적과 취지를 설명하고 수업을 마친 후 실시되었다. 설문 참여는 자발적 참여에 의해 이루어졌으며, 수집한 자료 804부 가운데 불성실한 응답지를 제외한 748부를 최종분석에 사용하였다. 본 연구 대상의 평균 나이는 21.67세였으며, 남자 432명(57.7%), 여자 316명(42.3%)이었다. 연구대상자의 재학대학 분포를 살펴보면 4년제 대학 633명(84.6%),

www.kci.go.kr

2・3년제 대학 111명(15.4%)으로 구성되어 있으며, 본 연구에서 사용한 모든 변인에서 성별 및 재학대학의 차이는 유의하지 않은 것으로 나타났다.

측정 도구

스마트폰 중독

본 연구에서는 한국정보화진흥원(2011)의 정의를 따라 스마트폰 중독을 스마트폰에 지나치게 몰입하여 일상 생활에 불편을 경험하면서도 스스로 스마트폰 사용을 통제하지 못하는 상태로 정의한다. 스마트폰 중독을 측정하기 위해 한국정보화진흥원(2011)에서 개발한 성인 스마트폰 중독 자가진단 척도(S-척도)를 사용하였다. 본 척도는 총 15문항으로 구성되어 있으며, 4점 리커트 척도로 평정하게 되어 있다. 본 척도는 점수가 높을수록 스마트폰 중독이 높음을 의미하며, “스마트폰의 지나친 사용으로 학교성적이나 업무능률이 떨어진다.”, “스마트폰을 사용하지 못하면 온 세상을 잃을 것 같은 생각이 든다.”, “스마트폰이 없으면 안절부절 못하고 초조해진다.”, “스마트폰 사용시간을 줄이려고 해보았지만 실패한다.” 등의 문항으로 구성되어 있다. 개발 당시 본 척도의 *Cronbach's* α값은 .81로 나타났으며, 본 연구에서의 전체 문항의 *Cronbach's* α값은 .89로 나타났다.

아동기 외상 경험

아동기 외상 경험을 부모 및 가족으로부터 만 18세 이전에 겪은 신체적 및 정신적 학대와 방임으로 정의한다. 아동기 외상 경험을 측정하기 위해 Bernstein과 Fink(1998)가 개발한 아동기 외상 질문지를 이유경(2006)이 번안하고, 김은정과 김진숙(2010)이 타당화한 아동기 외상 질문지 단축형(CTQ-SF)을 사용하였다. 본 척도의 하위요인은 정서적 학대, 정서적 방임, 신체적 학대, 신체적 방임, 성적 학대의 5개로 구성되어 있으며 각 5문항씩 총 25문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 성적학대를 독립적인 영역으로 나누어 파악해야 한다고 보는 최근 연구 동향(김은정, 김진숙, 2010; 최나윤, 2013)에 따라 아동기 외상 경험을 부모 및 가족으로부터 만 18세 이전에 겪은 신체적 및 정신적 학대와 방임으로 정의하고 성적 학대를 제외한 총 20문항만을 사용하였다. 학대 문항은 “내가 듣기 싫은 별명으로 부르곤 했다.”, “세게 맞아 멍이나 상처를 입은 적이 있다.” 등으로 구성되어 있으며, 방임 문항은 “가족 안에서 내가 중요한 존재라는 생각이 들었다.”, “내가 아파도 병원에 데려가지 않았다.” 등으로 구성되어 있다. 본 척도는 4점 리커트식으로 구성되어 있으며, 김은정과 김진숙(2010)의 연구에서 각 하위요인의 *Cronbach's* α값은 .85~.86, 전체 문항의 *Cronbach's* α값은 .89로 나타났다. 본 연구에서는 전체 문항에 대한 본 연구의 *Cronbach's* α값은 .89, 학대 .86, 방임 .84로 나타났다.

시간관

시간관을 측정하기 위해 사용한 척도는 Zimbardo와 Boyd(1999)가 개발한 척도를 윤소정과 김정섭(2012)이 국내 대학생들을 대상으로 번안 및 타당화한 척도인 한국형 Zimbardo 시간관 척도(K-ZTPI)이다. 56문항으로 이루어진 원 척도와는 달리 본 척도는 총 30문항, 5점 리커트식 척도로 구성되어 있다. 본 척도의 하위요인은 5개로 구성되어 있으며, 각 하위요인의 예시 문항은 다음과 같다. 과거 부

www.kci.go.kr

정적 시간관은 “과거에 한 행동을 자주 후회한다.” 등의 4문항으로 구성되어 있으며, 과거 긍정적 시간관은 “어린 시절에 대한 향수가 있다.” 등의 6문항으로 구성되어 있다. 현재 쾌락적 시간관은 “인생을 즐기는 것이 중요하다.” 등의 6문항으로 구성되었으며, 현재 운명적 시간관은 “내 인생은 내가 통제할 수 없는 힘에 지배받고 있다.” 등의 7문항으로 구성되어 있고 미래 지향적 시간관의 경우 “해야 할 일의 목록을 작성한다.” 등의 7문항으로 구성되어 있다. 윤소정과 김정섭(2012)의 연구에서 *Cronbach's α*값은 하위 척도별로 과거 부정적 시간관 .68, 과거 긍정적 시간관 .77, 현재 쾌락적 시간관 .69, 현재 운명적 시간관 .72, 미래 지향적 시간관 .78로 나타났다. 본 연구에서 나타난 하위 척도별 *Cronbach's α* 계수는 과거 부정적 시간관 .74, 과거 긍정적 시간관 .73, 현재 쾌락적 시간관 .70, 현재 운명적 시간관 .76, 미래 지향적 시간관 .79로 나타났다.

분석방법

설문을 통해 수집된 자료는 SPSS Statistics 18.0을 사용하여 유의수준 .05에서 통계적 유의성을 검증하였으며, 본 연구에서 사용한 분석 내용과 방법은 다음과 같다. 첫째, 빈도분석을 실시하여 연구대상자의 일반적 특성을 살펴보았다. 둘째, 각 측정도구들의 신뢰도 분석을 위해 *Cronbach's α* 계수를 산출하여 신뢰도를 검증하였다. 셋째, 아동기 외상 경험, 시간관, 스마트폰 중독 사이의 연관성을 분석하기 위하여 Pearson의 상관분석을 실시하였다. 넷째, 변인들 간 영향력과 다중공선성을 확인하기 위해 다중회귀분석(Multiple regression analysis)을 실시하였다. 다섯째, 아동기 외상 경험과 스마트폰 중독 사이에서 시간관의 매개효과 검증을 위해 SPSS Process macro를 사용하여 Preacher와 Hayes(2008)가 제안한 방법으로 병렬식 다중매개분석을 실시하였다. 병렬식 다중매개모형을 설정한 것은 독립변인인 아동기 외상 경험과 다섯 개의 매개변인인 시간관 하위 유형, 종속변인인 스마트폰 중독을 한 번에 담은 모형에서 각 매개변인의 효과를 개별적으로 파악하기 위함이다. 본 연구에서는 아동기 외상 경험이 스마트폰 중독에 미치는 영향에 있어 다섯 가지 시간관 하위유형의 매개효과를 살펴보고자 하는데, 매개변인이 복수이기에 Baron과 Kenny(1986)의 모형은 적용될 수 없으며, 매개변인들 간의 상관관계가 존재하기 때문에 각 시간관 하위유형의 매개효과를 검증하기 위해서는 하나의 모형에서 동시에 영향을 추정해야 한다. 따라서 본 연구에서는 Process macro를 통한 병렬식 다중매개 분석을 연구모형으로 설정하고자 한다. Zimbaro와 Boyd(1999)는 개인이 다섯 가지 시간관을 모두 가지고 있으며, 시간관 각 하위유형의 인과적인 관계가 없다고 하였는데, 이러한 점에서 매개변인 간 인과관계가 없다고 가정하는 병렬식 다중매개분석을 본 연구에 적용하는 것이 적절하다. 또한, Hayes(2015)는 매개효과와 조절효과의 직접효과와 간접효과 및 총 효과에 대한 표준화 계수 형태의 보고는 잘못된 오해를 만들 수 있기 때문에 비표준화 형태로 보고하는 것을 권장하고 있다. 표준화계수(β)는 비표준화 회귀 계수(B)를 표준편차로 보정한 것으로 서로 다른 변수들 간의 크기를 비교할 수 있게 해준다는 장점과 서로 다른 연구 결과들 간 비교가 가능하다는 믿음으로 여러 연구들에서 사용되고 있지만 실제로 표준화는 단순히 임의로 측정된 하나

www.kci.go.kr

의 척도를 또 다른 임의척도로 변화시키는 것에 불과하며, 표본의 변동성 관점에서 척도화되기에 서로 다른 연구가 동일한 측정척도를 사용하였다고 하더라도 표본이 다르기 때문에 서로 비교할 수 없다(Hayes, 2015). 따라서 본 연구에서는 다중매개분석의 결과를 비표준화 회귀 계수인 B값으로 제시하였다.

또한, 본 연구에서는 매개변인을 통한 간접효과의 유의성을 검증하기 위해 부트스트랩 신뢰구간방법을 이용하여 반복 횟수 5,000번의 부트스트래핑을 통해 95% 신뢰구간에서 간접효과를 검증하였다(Shrout, & Bolger, 2002).

결 과

주요 변인들의 기술통계량과 상관관계

본 연구에서 측정한 주요 변인들의 상관분석 결과는 표 1과 같다. 아동기 외상경험은 과거 부정적 시간관(r=.35, p<.05), 현재 운명적 시간관(r=.33, p<.05), 스마트폰 중독(r=.30, p<.05)과 정적 상관을 보였으며, 과거 긍정적 시간관(r=-.34, p<.05), 미래 지향적 시간관(r=-.32, p<.05)과 부적 상관을 나타냈다. 스마트폰 중독은 과거 부정적 시간관(r=.34, p<.05), 현재 쾌락적 시간관(r=.23, p<.05), 현재 운명적 시간관(r=.33, p<.05)과 정적 상관을 나타냈으며, 과거 긍정적 시간관(r=-.26, p<.05) 및 미래 지향적 시간관(r=-.24, p<.05)과 부적 상관을 보였다. 과거 부정적 시간관은 현재 운명적 시간관(r=.41, p<.05)과 정적 상관을 보였고 과거 긍정적 시간관(r=-.25, p<.05), 미래 지향적 시간관(r=-.19, p<.05)과 부적 상관을 보였다. 과거 긍정적 시간관은 현재 쾌락적 시간관(r=.16, p<.05), 미래 지향적 시간관(r=.26, p<.05)과 정적 상관을 나타냈으며, 현재 운명적 시간관(r=-.26, p<.05)과 부적 상관을 보여 모든 변인과 상관을 나타내었다. 현재 운명적 시간관의 경우 미래 지향적 시간관(r=-.39,

표 1. 측정변인 간 기술통계량과 상관계수 (N=748)

	변인	1	2-1	2-2	2-3	2-4	2-5	3
1	아동기 외상 경험	1						
2-1	과거 부정적 시간관	.35*	1					
2-2	과거 긍정적 시간관	-.34*	-.25*	1				
2-3	현재 쾌락적 시간관	-.01	-.05	.17*	1			
2-4	현재 운명적 시간관	.33*	.41*	-.26*	.04	1		
2-5	미래 지향적 시간관	-.32*	-.19*	.26*	-.00	-.39*	1	
3	스마트폰 중독	.30*	.34*	-.26*	.23*	.33*	-.24*	1
	M	31.50	12.48	21.02	20.78	18.21	21.93	32.21
	SD	9.23	0.65	0.52	0.56	0.58	0.54	6.85
	왜도	1.33	-0.08	-0.15	-0.18	0.16	0.18	-0.09
	첨도	1.87	-0.02	0.03	0.57	0.04	-0.18	-0.36

주. *p<.05

www.kci.go.kr

p<.05)과 부적 상관을 나타냈으며, 현재 쾌락적 시간관의 경우 독립변인인 아동기 외상 경험과 유의한 관계를 보이지 않았으나 본 연구에서는 다섯 가지 시간관 모두를 포함한 모형에서 시간관의 매개효과를 살펴보고자 하였기에 현재 쾌락적 시간관을 제외하지 않고 포함하여 시간관의 다중매개효과를 확인하고자 한다. 본 연구에서 사용된 변수들의 왜도 절댓값은 .08~1.33이며, 첨도의 절댓값은 .02~1.87로 나타나 정규분포의 가정을 충족한다고 볼 수 있다.

스마트폰 중독에 대한 아동기 외상 경험과 시간관의 영향력 검증

다중매개효과 검증에 앞서 스마트폰 중독에 대한 아동기 외상 경험과 시간관의 영향력을 알아보고 다중공선성을 확인하기 위해 다중회귀분석을 실시하였으며, 모형 1에서는 매개변인들을 제외하고 독립변인과 종속변인 간 관계를 살펴보고 모형 2에서는 다섯 가지 매개변인을 모두 포함하여 종속변인에 대한 독립변인과 매개변인의 영향력을 살펴보았다. 본 연구의 모든 주요변인이 포함된 모형 2에서 분산팽창지수는 최댓값이 1.40으로 나타나 본 연구의 주요변인들 간 다중공선성의 문제는 없는 것으로 판단하였으며, 결과는 표 2와 같다.

모형 1에서는 아동기 외상 경험이 스마트폰 중독에 유의한 영향을 주는 것으로 나타났으며(β=.30, p<.05), 설명력은 약 9% 정도이다.

매개변인들을 추가한 모형 2에서 스마트폰 중독을 설명하는 설명력은 약 25%이며 F값이 41.77(p<.05)로 나타나 적합한 모형으로 판단되었다. 모형 2에서는 아동기 외상 경험(β=.12, p<.05)과 과거 부정적 시간관(β=.18, p<.05), 과거 부정적 시간관(β=-.16, p<.05), 현재 쾌락적 시간관(β=.24, p<.05), 현재 운명적 시간관(β=.14, p<.05), 미래 지향적 시간관(β=-.08, p<.05)은 스마트폰 중독에 유의한 영향을 미치

표 2. 다중회귀분석 결과 (N=748)

	모형 1		모형 2	
	β	t	β	t
아동기 외상 경험	.30	8.63*	.12	3.27*
과거 부정적 시간관			.18	4.86*
과거 긍정적 시간관			-.16	-4.44*
현재 쾌락적 시간관			.24	7.42*
현재 운명적 시간관			.14	3.62*
미래 지향적 시간관			-.08	-2.11*
R^2	.09		.25	
$adj\ R^2$	.09		.25	
F	74.47*		41.77*	

주. *p<.05

www.kci.go.kr

는 것으로 나타났다. 즉, 아동기 외상 경험과 과거 부정적 시간관, 현재 쾌락적 시간관, 현재 운명적 시간관의 점수가 높을수록, 과거 긍정적 시간관과 미래 지향적 시간관의 점수가 낮을수록 스마트폰 중독의 점수가 유의하게 높아졌다.

다중매개효과 검증

아동기 외상 경험이 시간관을 매개로 하여 스마트폰 중독에 미치는 영향력을 병렬식 다중매개모형을 통해 분석하였으며, 모형의 F값은 41.77(p<.05)로 나타나 적합한 모형으로 판단되었다. 두 변인 간의 관계에서 시간관의 다중매개효과를 살펴본 결과는 표 3과 같다. 아동기 외상 경험의 직접효과와 다섯 가지 시간관을 매개로 총 간접효과를 합한 총 효과(c)는 유의한 것으로 나타났으며(B=.23, p<.05), 시간관을 거치지 않고 아동기 외상 경험은 스마트폰 중독에 유의한 영향(B=.09, p<.05)을 미치는 것으로 나타나 직접효과(c')가 유의한 것으로 판단되었다.

아동기 외상 경험이 시간관을 매개로하여 스마트폰 중독에 영향을 미치는 간접효과($aibi$)를 95% 신뢰구간에서 부트스트래핑을 통해 검증한 결과, 제외한 과거 부정적 시간관과 과거 긍정적 시간관, 현재 운명적 시간관, 미래 지향적 시간관의 간접효과가 유의한 것으로 나타났으나 현재 쾌락적 시간관을 경유한 간접효과의 경우 하한 경계와 상한 경계 사이의 값이 0을 포함하기에 유의하지 않은 것으로 판단하였다. 모든 매개변인의 간접효과를 합한 총 간접효과($\sum aibi$) 또한 95% 신뢰구간에서 유의한 것으로 나타났다.

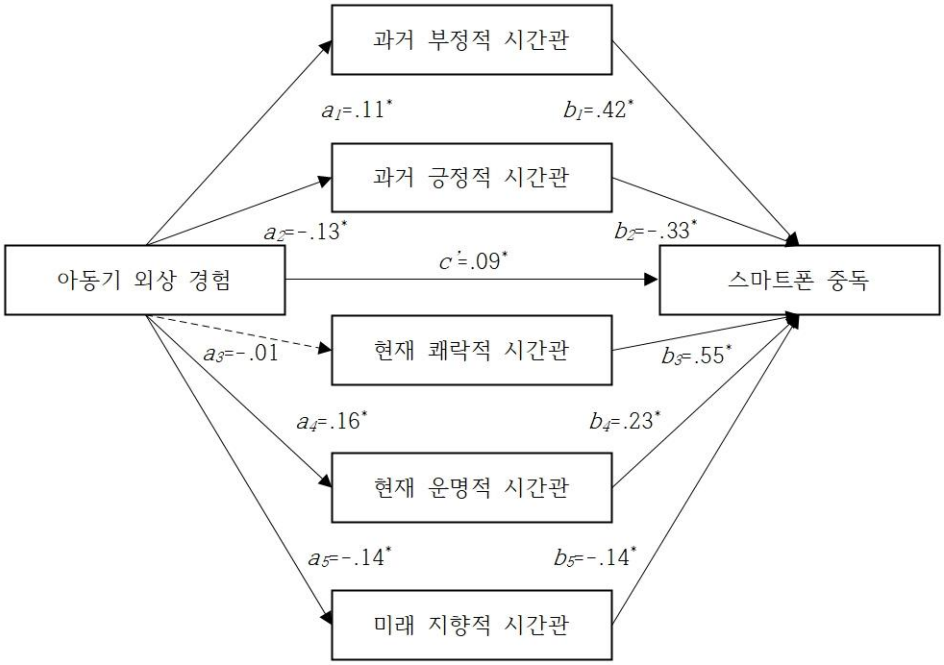
간접효과의 각 경로를 그림으로 나타낸 것은 그림 1과 같으며, 각각의 경로를 살펴보면 아동기 외상 경험은 과거 부정적 시간관(B=.11, p<.05)과 현재 운명적 시간관(B=.16,

표 3. 시간관의 다중매개효과 (N=748)

총 효과 ($c=\sum a_ib_i + c'$)	B	SE	t		R^2	F
외상 → 스마트폰 중독	.23	.03	8.63*			
직접효과 (c')	B	SE	t			
외상 → 스마트폰 중독	.09	.03	3.27*			
총 간접효과 ($\sum a_ib_i$)	B	SE	Percentile 95% CI			
외상→매개변인 합→스마트폰 중독	.14	.02	.11	.19		
특정간접효과 (a_ib_i)	B	SE	Percentile 95% CI		.25	41.77*
외상→과거 부정적 시간관→스마트폰 중독	.05	.01	.11	.18		
외상→과거 긍정적 시간관→스마트폰 중독	.04	.01	.03	.07		
외상→현재 쾌락적 시간관→스마트폰 중독	-.01	.01	-.01	.01		
외상→현재 운명적 시간관→스마트폰 중독	.04	.01	.02	.06		
외상→미래 지향적 시간관→스마트폰 중독	.02	.01	.00	.04		

주. *p<.05

www.kci.go.kr



주. *p<.05

그림 1. 시간관의 다중매개효과 (N=748)

p<.05)에 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한, 과거 긍정적 시간관(B=-.13, p<.05)과 미래 지향적 시간관(B=-.14, p<.05)에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타난 반면, 현재 쾌락적 시간관(B=.01, ns)에는 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 매개변인들이 종속변인에 미치는 영향력을 살펴보면, 과거 부정적 시간관(B=.42, p<.05)과 현재 쾌락적 시간관(B=.55, p<.05), 현재 운명적 시간관(B=.23, p<.05)은 정적으로 유의한 영향을 미쳤으며, 과거 긍정적 시간관(B=-.33, p<.05)과 미래 지향적 시간관(B=-.14, p<.05)은 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

논 의

본 연구는 아동기 외상 경험이 시간관을 매개로 스마트폰 중독에 미치는 영향력에 대해 검증하고자 하였다. 이를 위해 대학생 748명을 대상으로 자료를 수집하여 각 측정 변인들 간 관련성을 살펴보았다. 시간관의 다중매개 분석 결과, 현재 쾌락적 시간관을 경유한 경로를 제외한 모든 경로가 유의하였으며, 이러한 결과에 대한 논의점은 다음과 같다.

먼저, 아동기 외상 경험이 스마트폰 중독에 미치는 직접효과를 살펴보면 아동기 외상 경험은 스마트폰 중독에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 아동기 학대와 방임이 스마트폰 중독에 유의한 영향

www.kci.go.kr

을 미친다고 보고한 선행연구들(김경호, 2014; 장신재, 양혜원, 2015; 정희선, 2016)의 연구결과와 일치한다. 아동기 외상 경험을 많이 할수록 높은 스마트폰 중독을 보인다고 나타난 본 연구의 결과를 통해 아동기 외상 경험은 스마트폰 중독에 대한 취약성을 증가시키는 변인이 됨을 알 수 있다.

다음으로 다섯 가지 시간관의 각 매개효과를 살펴보면, 먼저 아동기 외상 경험과 스마트폰 중독 간의 관계에서 과거 부정적 시간관의 매개효과를 살펴본 결과, 과거 부정적 시간관의 간접경로는 유의한 것으로 나타났다. 즉, 아동기 외상 경험을 많이 할수록 더 높은 수준의 스마트폰 중독을 보이기도 하지만 아동기 외상 경험이 높은 과거 부정적 시간관을 유발하여 스마트폰 중독을 보일 수 있음을 의미한다. 이러한 결과는 아동기 외상 경험이 개인으로 하여금 높은 과거 부정적 시간관을 보이게 만든다는 Zimbardo 등(2012)의 이론과 과거 부정적 시간관이 스마트폰 중독에 영향을 미친다고 보고한 연구결과(이지현, 2018)를 지지한다.

아동기에 발생한 외상 경험이 치유 받지 못한 채로 남겨지면, 개인은 자신의 과거에 대해 부정적으로 인식하게 되고, 과거에 대한 부정적인 인식들이 현재를 부정적인 방향으로 이끌어 문제행동을 보이게 되는데(Sword, Sword, & Brunskill, 2015), 이로 인해 스마트폰 중독을 나타낼 수 있음을 의미한다. 즉, 아동기에 외상을 경험하게 되면 자신의 과거에 대해 반추하고 미련을 가지는 경향을 보이게 하며, 이러한 태도가 스마트폰 중독으로 이어질 수 있음을 시사한다. 과거 부정적 시간관은 과거에 대해 회피적이며 비판적인 태도를 의미하는 것으로, 실제로 경험한 과거 부정적 사건의 반영일 수도 있으며 일반적 사건을 더 부정적으로 재구성한 내용이 반영된 것일 수 있다(Zimbardo, & Boyd, 1999). 즉, 아동기 외상 경험을 하게 되는 경우 자신의 삶의 의미를 부정적으로 재구성할 수 있기에(Bennett-Levy, & Thwaites, 2007) 자신의 아동기 외상 경험을 실제로 경험한 것보다 더 부정적으로 재구성하여 인식할 가능성이 있으며, 이로 인해 높은 과거 부정적 시간관을 갖게 되고 과거에 얽매이는 태도를 보이게 되어 더 높은 수준의 스마트폰 중독을 보일 수 있음을 의미한다.

둘째, 과거 긍정적 시간관이 아동기 외상 경험과 스마트폰 중독 사이를 매개하는지 살펴본 결과, 과거 긍정적 시간관의 간접효과는 유의한 것으로 나타났다. 즉, 아동기 외상 경험을 많이 할수록 높은 수준의 스마트폰 중독을 보이기도 하지만 아동기 외상 경험이 낮은 과거 긍정적 시간관을 유발하여 스마트폰 중독을 보일 수 있음을 의미한다. 이러한 본 연구의 결과는 아동기 외상 경험이 과거 긍정적 시간관의 상대적인 결핍을 유발하게 된다는 연구(Zimbardo et al,. 2012)와 과거 긍정적 시간관이 중독에 대한 보호요인으로 작용한다고 본 Zimbardo와 Boyd(1999)의 이론과 일치한다.

과거 긍정적 시간관은 과거를 온화하고 향수적으로 여기는 태도로 실제로 경험한 긍정적 사건을 반영한 것일 수도 있으며, 부정적인 경험을 이겨내려는 긍정적인 태도가 반영된 것일 수도 있다(Zimbardo, & Boyd, 1999). 이러한 관점에서 본 연구의 결과를 살펴보면, 아동기에 겪는 외상 경험을 한 개인은 과거에 긍정적인 사건을 경험하지 못하여 역경을 극복하려는 태도가 결핍될 수 있으며, 이러한 태도의 결핍이 과거 긍정적 시간관의 약화를 불러오게 된다. 특히, 대학생 시기에는 부모로

www.kci.go.kr

부터의 독립 및 경제적 자립 등의 다양한 심적 부담을 느끼는데(고기숙, 2015), 이러한 부정적 정서를 극복하지 못하고 이에 대처하기 위해 스마트폰에 중독되는 모습을 보이기도 한다(전호선, 장승옥, 2014). 즉, 아동기 외상 경험으로 인한 과거 긍정적 시간관의 결핍은 부정적 정서를 극복하지 못하게 만들어 스마트폰 중독을 유발하는 하나의 기제로 나타날 수 있음을 의미한다.

셋째, 현재 쾌락적 시간관의 경우 선행 연구를 통해 아동기 외상 경험이 높거나 낮은 현재 쾌락적 시간관을 갖게 하고(Martz, 2010; Zimbardo et al., 2012) 현재 쾌락적 시간관이 스마트폰 중독을 유발함을 알 수 있었는데(김정윤 등, 2013; 정은지, 한유진, 2014; 현정석, 박찬정, 하환호, 2013), 본 연구에서 이러한 관계에 대해 검증해본 결과, 아동기 외상 경험이 현재 쾌락적 시간관을 경유하여 스마트폰 중독에 미치는 간접경로는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 본 연구에서 현재 쾌락적 시간관은 스마트폰 중독에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 현재 쾌락적 시간관이 높아질수록 현재를 희생하려 하지 않고 즐거움을 추구하는 태도를 갖게 되어 스마트폰 중독을 보이게 한다는 선행연구들과 맥을 같이하며, 현재의 즐거움에 집중하는 특성을 가진 현재 쾌락적 시간관은 스마트폰 중독에 대한 위험요인이 될 수 있음을 의미한다. 반면, 아동기 외상 경험의 경우 현재 쾌락적 시간관에는 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타나 현재 쾌락적 시간관이 두 변인 사이를 매개하지 않는 것으로 나타났다. 시간관과 관련된 다수의 선행연구들에서는 전반적으로 과거 부정적 시간관과 현재 운명적 시간관이 부정적인 변인들과 정적 관계를 보인 반면(Ferrari, & Diaz-Morales, 2007; Liniauskaitŷ, & Kairys, 2009), 과거 긍정적 시간관과 미래 지향적 시간관은 부적 관계를 나타냈으며(Bernstein, & Benfield, 2013; Stolarsk et al., 2011), 현재 쾌락적 시간관의 경우 그 관계가 혼재된 것으로 나타났다(신지수, 2017; Zambianchi, & Bitti, 2014). 이처럼 일관적이지 않은 결과를 나타내는 이유는 현재 쾌락적 시간관의 특성으로 이해될 수 있다. Zimbardo와 Boyd(2008)는 적당한 수준의 현재 쾌락적 시간관은 개인의 삶에 긍정적인 영향을 미칠 수 있지만 과하거나 낮은 수준일 경우 부정적인 영향을 미칠 수도 있다고 하면서 현재 쾌락적 시간관이 현재의 집중하여 삶에 에너지를 주고 고통에 갇혀 있는 것이 아니라 현재의 즐거움을 느끼려는 태도 등의 긍정적인 내용과 미래의 결과를 고려하지 않고 즉각적인 만족과 보상을 추구하는 태도 등의 부정적인 내용도 동시에 함께 포함된 개념이라고 하였다. 이처럼 개인이 얼마나 높은 현재 쾌락적 시간관을 갖고 있는지에 따라 긍정과 부정의 역할이 달라지는 현재 쾌락적 시간관의 특성으로 인해 선행연구들에서 혼재된 결과를 보고하는 것이라 사료된다. 본 연구에서 아동기 외상 경험과 현재 쾌락적 시간관의 관계가 유의하지 않게 나타난 것도 현재 쾌락적 시간관의 특성을 반영하는 것이라 볼 수 있다. 현재 쾌락적 시간관과 외상 후 성장의 관계를 살펴본 선행연구(김명지, 2017; Boyraz, & Efstathiou, 2011)에서는 현재 쾌락적 시간관이 높을수록 현재에 집중하는 경향을 보여서 과거의 외상에 대해 더 약하게 평가하거나 외상을 극복하고 더 높은 외상 후 성장에 이를 수 있음을 보고하였는데, 이는 현재 쾌락적 시간관이 과거의 사건인 아동기 외상 경험을 더 약하게 평가하는데 영향을 주었을 수 있음

www.kci.go.kr

을 의미한다. 또한, 외상의 수준이 강할수록 더 큰 시간관의 불균형과 더 큰 현재 쾌락적 시간관의 결여를 가져오게 되는데(Zimbardo et al., 2012), 임상 집단이 아닌 일반 대학생들로 이루어진 본 연구 대상자들이 보고한 외상 경험의 정도가 현재 쾌락적 시간관의 결여에 영향을 미치기에는 낮은 수준일 수 있음을 시사한다. 따라서 아동기 외상 경험과 현재 쾌락적 시간관의 관계를 결론짓는 것은 어려운 상황이며, 추후 연구를 통해 현재 쾌락적 시간관과 관련된 변인들에 대해 검증하여 두 변인 간의 관계에 대해 더 탐색해볼 필요가 있어 보인다. 또한, 본 연구에서 현재 쾌락적 시간관이 다섯 가지 시간관 중 스마트폰 중독에 가장 큰 영향을 미치는 위험요인으로 나타났는데, 추후 연구를 통해 현재 쾌락적 시간관을 감소시켜 스마트폰 중독을 예방하는 데 도움이 되는 변인을 탐색할 필요성이 있다.

넷째, 아동기 외상 경험이 스마트폰 중독에 미치는 영향에서 현재 운명적 시간관의 간접효과가 있는지 살펴본 결과, 유의한 간접효과가 있는 것으로 나타났다. 이는 아동기 외상 경험이 높은 현재 운명적 시간관을 유발시킨다고 한 Zimbardo 등(2012)의 이론과 현재 운명적 시간관이 스마트폰 중독과 정적인 관계가 있다고 보고한 정은지와 한유진(2014)의 연구결과와 일치한다. 즉, 아동기 외상 경험은 스마트폰 중독에 영향을 미치기도 하지만 현재 운명적 시간관을 매개로 하여 간접적인 영향을 미치기도 한다는 것을 나타낸다. 이러한 결과는 아동기 외상 경험의 특징으로 이해될 수 있다. 아동기 외상 경험은 주양육자에 의해 반복적이고 지속적으로 이루어진다는 특징을 가지는데, 주양육자에 의한 불가항력적인 외상 경험에 대해 아동은 자신의 인생이 스스로의 행동에 의해 변화할 수 없고 현재와 미래가 운명에 의해 이미 결정되어 있다고 바라보는 태도를 형성하게 된다(Stolarski et al., 2011). 즉, 아동기 외상 경험은 성인기에 높은 현재 운명적 시간관을 유발하여 중독의 충분원인이 되는 낮은 자기 통제력과(조한익, 2011) 인생에 있어서 무기력한 태도 및 미래를 위해 노력할 필요가 없다고 생각하는 태도를 갖게 만들고(Zimbardo, & Boyd, 2008), 이로 인해 높은 스마트폰 중독을 수준 보이게 되는 것이다.

마지막으로, 아동기 외상 경험이 미래 지향적 시간관을 경유하여 스마트폰 중독에 미치는 영향은 유의한 것으로 나타났다. 이는 아동기 외상 경험이 스마트폰 중독에 직접적인 영향을 미치기도 하지만 미래 지향적 시간관을 통해서 간접적으로 영향을 미친다는 것을 의미한다. 다시 말해, 아동기 외상 경험을 많이 할수록 낮은 미래 지향적 시간관을 갖게 되어 높은 스마트폰 중독을 보일 수 있음을 나타낸다. 이러한 결과는 아동기 외상 경험이 낮은 미래 지향적 시간관을 초래한다는 Zimbardo 등(2012)의 이론과 미래 지향적 시간관이 낮을수록 스마트폰 중독이 높아진다고 보고한 박찬정과 김동환, 현정석(2011)의 연구결과와 일치한다. 아동기의 외상 경험은 개인으로 하여금 외상 경험 당시에 “걸려있는 채로(stuck in)” 남겨지게 만들게 되고(van der Kolk, & van der Hart, 1989) 미래를 고려하지 못하게 하여 낮은 미래 지향적 시간관을 갖도록 만든다. 낮은 미래 지향적 시간관은 미래의 목표를 계획하고 성취하려 노력하는 태도가 결핍을 의미하는데, 아동기의 외상 경험은 낮은 미래지향적 시간관을 갖도록 하며, 이러한 태도의 결핍을 보이게 하여 높은 스마트폰

www.kci.go.kr

중독 수준을 보이게 되는 것으로 해석할 수 있다. 미래 지향적 시간관은 다양한 중독행동들과 부적 상관을 보이며(김정윤 등, 2013; 현정석, 박찬정, 하환호, 2013; Przepiorka, & Blachnio, 2016), 중독에 대한 보호요인이 되는데, 아동기의 외상 경험이 낮은 미래 지향적 시간관을 형성하게 하여 미래에 대한 성취를 위해 노력하는 태도의 결핍을 불러일으켜 스마트폰 중독에 대한 보호요인으로 작용하지 못하게 함을 알 수 있다.

이상의 결과를 종합해보면 아동기 외상 경험은 높은 과거 부정적 시간관과 현재 운명적 시간관을, 낮은 과거 긍정적 시간관과 미래 지향적 시간관을 갖도록 하여 스마트폰 중독을 보이게끔 만드는 것을 알 수 있다. 이는 아동기에 외상 경험을 한 대학생을 대상으로 스마트폰 중독을 감소시키기 위한 상담적 개입을 할 때, 과거 부정적 시간관과 현재 운명적 시간관을 감소시켜주며, 과거 긍정적 시간관과 미래 지향적 시간관을 증가시켜주는 것이 효과적일 수 있음을 의미한다.

Zimbardo 등(2012)은 시간관이 변화할 수 있고 시간관의 변화가 시간관의 불균형으로 인해 발생한 문제들 또한 변화시킬 수 있다고 하며, 내러티브 방식의 시간관 치료를 제안하였다. 이들은 외상을 경험한 사람이 과거 자신의 외상 경험을 긍정적으로 재평가할 수 있도록 돕고, 현재의 순간을 즐기며, 미래를 긍정적으로 바라보는 사고를 갖는 것이 중요하다고 하였다. 이러한 목표 하에 시간관 치료는 내러티브 방식의 일련의 단계로 구성되어 있는데(김명지, 2017), 본 연구의 결과를 토대로 아동기 외상 경험과 스마트폰 중독 사이에서 시간관이 보이는 매개효과의 양상을 이해하여, 아동기 외상 경험을 한 내담자를 대상으로 스마트폰 중독 문제를 경감시키고 예방하는데 어느 시간관에 초점을 맞춘 개입이 필요한지를 파악하여 보다 효율적인 개입 방안을 수립할 수 있을 것이다.

본 연구의 한계와 제언을 언급하면, 첫째, 본 연구는 대구 · 경북 지역의 대학생을 대상으로 조사를 실시하였기 때문에 본 연구의 결과를 일반화하기에는 어려움이 있다. 둘째, 본 연구에서는 변인의 측정을 위해 자기보고식 척도를 사용하였는데, 연구대상자의 사회적 바람직성에 따른 응답 왜곡이 있을 수 있어 이를 줄일 수 있는 방안이 필요하다. 셋째, 본 연구에서 현재 쾌락적 시간관은 스마트폰 중독에 유의한 정적 영향을 미쳤으나 아동기 외상 경험과 스마트폰 중독 간의 관계에서 현재 쾌락적 시간관의 매개효과가 존재하지 않았다. 현재 쾌락적 시간관이 여러 변인들과 혼재된 관계를 보인다는 선행연구들을 살펴봤을 때, 후속연구에서는 현재 쾌락적 시간관과 아동기 외상 경험 간의 관계를 설명할 수 있는 다른 변인에 대해 구체적으로 탐색해 볼 필요가 있다. 넷째, 본 연구는 임상집단이 아닌 아동기 외상 경험을 비교적 낮게 보고한 일반집단에서도 아동기 외상 경험과 스마트폰 중독 사이에서 시간관의 매개효과를 확인하였다는데 그 의의가 있으나 본 연구의 결과를 임상집단에 적용하는 데는 어려움이 있을 것이다. 따라서 추후 연구에서는 아동기 외상을 경험한 임상집단을 대상으로 그 영향력을 살펴볼 필요가 있다. 마지막으로, 본 연구에서는 시간관의 하위유형인 다섯 가지 시간관을 사용하여 각 단일 유형의 매개효과를 살펴보았는데, 개인은 한 가지 시간관만을 갖는 것이 아니라 다섯 가지 시간관 모두를 갖는다는 점에서 각각의 유형을 나누어 살펴보았다는 것에 한계를 가

www.kci.go.kr

진다. Zimbardo와 Boyd(2008)는 다섯 가지 유형의 시간관 모두를 중요히 여기면서, 다섯 가지 시간관 모두의 점수를 사용한 균형 잡힌 시간관을 제안하였다. 최근 시간관과 관련된 연구에서는 BTP를 활용하여 균형 잡힌 시간관과의 편차(Deviation from the Balanced Time Perspective; DBTP) 방법을 적용한 연구들이 이루어지고 있으나 BTP를 측정한 원척도와 국내에서 타당화된 척도(K-ZTPI)의 문항수가 다르며, K-ZTPI에 대한 BTP 점수가 검증되지 않았기에 DBTP 방법의 적용에 한계가 있다. 추후 연구에서는 K-ZTPI척도에 타당화된 BTP 점수를 파악하고 DBTP 방법을 적용하여 영향력을 탐색해 볼 필요가 있다.

참고문헌

강선자 (2014). 울산시 대학생의 스마트폰 이용형태, 스트레스, 자기통제력, 가족의사소통에 따른 스마트폰 중독 연구. 울산대학교 대학원 석사학위논문.

강현욱 (2013). 대학생의 SNS 중독성향과 사회적지지, 외로움, 건강지각, 대인관계의 관계와 신체활동을 통한 치료 레크리에이션 적용. 한국체육과학회지, 22(1), 121-133.

강희양, 박창호 (2012). 스마트폰 중독 척도의 개발. 한국심리학회지: 일반, 31(2), 563-580.

고기숙 (2015). 대학생의 스마트폰 중독과 대학생활적응 간의 관계에서 우울의 매개효과. 학교사회복지, 32, 189-216.

과학기술정보통신부, 한국인터넷진흥원 (2019). 2018 인터넷이용실태조사. 서울: 과학기술정보통신부・한국인터넷진흥원.

과학기술정보통신부, 한국정보화진흥원 (2020). 2019년 스마트폰 과의존 실태조사 결과. 서울・대구: 과학기술정보통신부・한국정보화진흥원.

권석만 (2010). 인생의 2막 대학생활. 서울: 학지사.

권여은, 이지민 (2017). 고등학생이 지각한 부모-자녀간 의사소통이 SNS 중독경향성에 미치는 영향. 한국가정관리학회지, 35(2), 17-29.

금창민 (2013). 중・고등학생의 스마트폰 '중독경향성(proneness)'과 정신건강문제에 관한 연구. 서울대학교 대학원 석사학위논문.

김경호 (2014). 중학생이 지각한 아동학대의 경험 수준이 휴대전화 중독에 미치는 영향. 학교사회복지, 29, 95-121.

김달효 (2016). 한국 대학생들의 시간관 분석. 인문과학연구, 27(단일호), 187-213.

김동일, 정여주, 이주영, 김명찬, 이윤희, 강은비, 금창민, 남지은 (2012). 성인용 간략형 스마트폰 중독 자가진단 척도 개발. 상담학연구, 13(2), 629-644.

김명지 (2017). 시간관과 외상 후 성장 간의 관계: 대처방식의 매개효과. 아주대학교 대학원 석사학위논문.

김범준 (2014). 시간관과 행복. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 28(1), 49-67.

김은정, 김진숙 (2010). 아동기 외상과 초기 성인기 우울수준과의 관계: 초기부적응도식과 정서표현 양가성 및 회피대처방식의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(3), 605-630.

김은희, 이인혜 (2016). 아동 청소년기 외상경험과 경계선 성격 특성의 관계: 대상적

www.kci.go.kr

자기 손상의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 28(4), 1003-1022.

김재엽, 황현주 (2016). 아동학대가 스마트폰 중독에 미치는 영향-우울의 매개효과 검증과 성별 간 다집단 분석. 한국아동복지학, 53(단일호), 105-133.

김정윤, 이경은, 현정석, 박찬정 (2013). 시간관과 조절초점이 스마트폰 중독에 미치는 영향. 한국컴퓨터교육학회 동계 학술발표논문지, 17(1), 117-120.

김형태 (2016). 대학생의 사회적 지지가 스마트폰 중독에 미치는 영향: 우울, 충동성, 불안을 매개로. 삼육대학교 대학원 박사학위논문.

미래창조과학부, 한국정보화진흥원 (2013). 제 2차 인터넷중독 예방・해소 종합계획〔2013~2015〕. 서울: 미래창조과학부・한국정보화진흥원.

박선미 (2017). 아동기 외상 유형이 외상 경험 대학생의 대인관계 철회에 미치는 영향: 심리적 경직성의 매개효과. 동덕여자대학교 대학원 박사학위논문.

박찬정, 김동환, 현정석 (2011). 초등・중학생의 시간관이 인터넷과 휴대폰 중독에 미치는 영향. 정보교육학회논문지, 15(3), 399-411.

보건복지부, 중앙아동보호전문기관 (2019). 2018 아동학대 주요통계. 서울: 보건복지부・중앙아동보호전문기관.

신지수 (2017). 아동기 정서적 학대와 성인기 우울 증상 간의 관계: 시간관의 매개효과. 아주대학교 대학원 석사학위논문.

심태은, 이송이 (2014). 부모애착 및 스마트폰 사용이 대학 신입생의 대학생활 적응에 미치는 영향에 관한 연구. 한국가족복지학, 19(3), 471-487.

유승숙 (2015). 대학생의 스마트폰 중독 정도와 우울, 불안, 공격성의 관계: 자기통제의 조절효과. 계명대학교 대학원 석사학위논문.

윤소정, 김정섭 (2012). 한국형 Zimbardo 시간관 척도 타당화. 교육심리연구, 26(2), 587-606.

윤주영, 문지숙, 김민지, 김예지, 김현아, 허보름, 김재언, 정선이, 정지은, 정현지, 이은하, 최정혜, 홍서영, 배정이, 박현주, 홍희정 (2011). 대학생의 스마트폰 중독과 건강문제, 국가위기관리학회보, 3(2), 92-104.

이만제, 장해순 (2009). 대인불안, 외로움, 소외감이 대학생의 휴대전화 중독성향에 미치는 영향. 청소년학연구, 16(11), 71-96.

이유경 (2006). 여대생의 아동기 외상경험이 심리적 증상과 대인관계문제에 미치는 영향: 애착의 매개효과를 중심으로. 이화여자대학교 석사학위논문.

이유진 (2013). 스마트폰 의존 유형이 스마트폰 중독 정도와 일상생활에 미치는 영향. 전남대학교 대학원 석사학위논문.

이지현 (2018). 행동 활성화 및 행동 억제 체계가 스마트폰 과사용에 미치는 영향: 시간관의 매개효과. 계명대학교 대학원 석사학위논문.

장신재, 양혜원 (2015). 부모의 방임과 중학생의 휴대전화 의존 관계에 미치는 자아존중감과 사회적 위축의 매개효과. 사회과학연구, 31(2), 133-156.

전호선, 장승옥 (2014). 스트레스와 우울이 대학생 스마트폰 중독에 미치는 영향. 청소년학연구, 21(8), 103-129.

정새롬 (2014). 여대생의 대학생활스트레스가 스마트폰 중독에 미치는 영향. 서울여자대학

www.kci.go.kr

교 대학원 석사학위논문.

정은지, 한유진 (2014). 청소년의 시간관과 자기통제력이 학업적 지연행동에 미치는 영향: 휴대폰 중독의 매개효과. 아동학회지, 35(1), 119-133.

정희선 (2016). 대학생 스마트폰 중독에 영향을 미치는 심리사회적 요인. 한신대학교 대학원 석사학위논문.

조한익 (2011). 고등학생의 지각된 시간관이 자기조절학습에 미치는 영향: 자기통제력을 매개변인으로. 미래청소년학회지, 8, 61-75.

주석진 (2015). 대학생의 스마트폰 중독이 대학생활적응에 미치는 영향: 자기통제력의 조절효과를 중심으로. 청소년문화포럼, 42(단일호), 98-127.

진미령, 신성만 (2016). 애착외상, 자아존중감, 우울, 자기통제력이 청소년의 스마트폰 중독에 미치는 영향. 한국심리학회지: 중독, 1(1), 31-53.

최나윤 (2013). 아동기 외상이 초기 성인기 대인관계 문제에 미치는 영향: 초기부적응도식과 자기개념 및 정서조절곤란의 매개효과. 가톨릭대학교 대학원, 석사학위논문.

최연실, 최혜진, 안연주 (2011). 부모양육태도, 자기통제력 및 또래관계가 청소년의 인터넷중독에 미치는 영향. 한국가족관계학회지, 15(4), 113-133.

최윤영, 서영석. (2015). 불안전 애착과 스마트폰 중독 간의 관계: 사회적 지지로 조절된 충동성의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 27(3), 749-772.

최은실 (2017). 중학생의 정서적 외상경험이 인터넷・스마트폰 중독 성향에 미치는 영향. 한국콘텐츠학회논문지, 17(2), 375-383.

최현석, 이현경, 하정철 (2012). 스마트폰중독이 정신건강, 학교생활, 대인관계에 미치는 영향-K 대 대학생을 중심으로. 한국데이터정보과학회지, 23(5), 1005-1015.

최홍일, 김진희 (2013). 아동・청소년기의 방임적 양육 경험이 대학생의 스마트폰 중독에미치는 영향에 있어 우울의 매개효과에 관한 연구. 한국아동복지학, 44, 1-27.

한국정보화진흥원 (2011). 스마트폰중독 진단척도 개발 연구. 서울; 가람문화사.

한정숙, 최윤경 (2014). 이혼경험자의 인지적 유연성이 역경 후 성장에 미치는 영향: 시간관의 매개효과. 인지행동치료, 14(2), 217-237.

현정석, 박찬정, 하환호 (2013). 청소년의 휴대폰 중독에 대한 성별 시간관 차이와 자기효능감과의 관계 분석. 한국콘텐츠학회논문지, 13(6), 412-424.

황경혜, 유양숙, 조옥희 (2012). 대학생의 스마트폰 중독사용 정도에 따른 상지통증, 불안, 우울 및 대인관계. 한국콘텐츠학회논문지, 12(10), 365-375.

Allen, J. G. (1995). *Coping with trauma: A guide to self-understanding*. Washington, DC and London: American Psychiatric Press..

Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*(6), 1173-1182.

Bernstein, D. P., & Fink, L. (1998). *The child trauma questionnaire manual*. San Antonio: The Psychological Corporation.

Bernstein, M. J., & Benfield, J. A. (2013). Past perspective is related to present relationships:

www.kci.go.kr

Past-positive and negative time perspectives differentially predict rejection sensitivity. *The Psychological Record, 63*(3), 615-627.

Blanco, C., Okuda, M., Wright, C., Hasin, D. S., Grant, B. F., Liu, S. M., & Olfson, M. (2008). Mental health of college students and their non-college-attending peers: results from the national epidemiologic study on alcohol and related conditions. *Archives of General Psychiatry, 65*(12), 1429-1437.

Bennett-Levy, J., & Thwaites, R. (2007). Self and self-reflection in the therapeutic relationship. *The therapeutic relationship in the cognitive behavioral psychotherapies*, 255-281.

Bolotova, A. K., & Hachaturova, M. R. (2013). The role of time perspective in coping behavior. *Psychology in Russia, 6*(3), 120-131.

Boniwell, I., Osin, E., Alex Linley, P., & Ivanchenko, G. V. (2010). A question of balance: Time perspective and well-being in British and Russian samples. *The Journal of Positive Psychology, 5*(1), 24-40.

Boyraz, G., & Efstathiou, N. (2011). Self-focused attention, meaning, and posttraumatic growth: The mediating role of positive and negative affect for bereaved women. *Journal of Loss and Trauma, 16*(1), 13-32.

Boyd J. N. & Zimbardo P. G. (2005). Time Perspective, health, and risk taking. In: Strathman A and Joireman J (Eds.) *Understanding behavior in the context of time: theory, research, and application* (pp. 85-107). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Inc.

Briere, J., & Runtz, M. (1988). Symptomatology associated with childhood sexual victimization in a nonclinical adult sample. *Child Abuse & Neglect, 12*(1), 51-59.

Brislin, R. W., & Kim, E. S. (2003). Cultural diversity in people's understanding and uses of time. *Applied Psychology, 52*(3), 363-382.

Browne, A., & Finkelhor, D. (1986). Impact of child sexual abuse: A review of the research. *Psychological Bulletin, 99*(1), 66-77.

Burgess, R. L., & Conger, R. D. (1978). Family interaction in abusive, neglectful, and normal families. *Child development*, 1163-1173.

Çankaya, Y. (2016). *The impact of personality traits and time perspective on internet addiction* (Doctoral dissertation, State University of New York, Empire State College).

Carmen, E. H., Rieker, P. P., & Mills, T. (1984). Victims of violence and psychiatric illness. *In The Gender Gap in Psychotherapy*, 199-211.

Darcin, A. E., Noyan, C., Nurmedov, S., Yilmaz, O., & Dilbaz, N. (2015). Smartphone addiction in relation with social anxiety and loneliness among university students in Turkey. *European Psychiatry, 30*, 505.

Drake, L., Duncan, E., Sutherland, F., Abernethy, C., & Henry, C. (2008). Time perspective and correlates of wellbeing. *Time & Society, 17*(1), 47-61.

Farber, E. D., & Joseph, J. A. (1985). The maltreated adolescent: Patterns of physical abuse. *Child Abuse & Neglect, 9*(2), 201-206.

Ferrari, J. R., & Díaz-Morales, J. F. (2007). Procrastination: Different time orientations reflect different motives. *Journal of Research in Personality, 41*(3), 707-714.

www.kci.go.kr

Fox, K. M., & Gilbert, B. O. (1994). The interpersonal and psychological functioning of women who experienced childhood physical abuse, incest, and parental alcoholism. *Child Abuse & Neglect, 18*(10), 849-858.

Gana, K., Klein, V., Saada, Y., & Trouillet, R. (2013). Perspectives temporelles et satisfaction de vie chez les personnes âgées: test de l'effet médiateur du sentiment d'auto-efficacité. *European review of applied psychology, 63*(1), 49-57.

Haskett, M. E., & Kistner, J. A. (1991). Social interactions and peer perceptions of young physically abused children. *Child Development, 62*(5), 979-990.

Hayes, A. F. (2015). PROCESS macro를 이용한 매개분석·조절분석 및 조절된 매개분석 (이형권 역). 경기: 신영사. (원전은 2013에 출판).

Holman, E. A., & Silver, R. C. (1998). Getting" stuck" in the past: temporal orientation and coping with trauma. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*(5), 1146-1163.

Holman, E. A., & Zimbardo, P. G. (2009). The social language of time: The time perspective-social network connection. *Basic and Applied Social Psychology, 31*(2), 136-147.

Horowitz, M. J. (1986). Stress-response syndromes: A review of posttraumatic and adjustment disorders. *Psychiatric Services, 37*(3), 241-249.

Kaplow, J. B., & Widom, C. S. (2007). Age of onset of child maltreatment predicts long-term mental health outcomes. *Journal of Abnormal Psychology, 116*(1), 176-187.

Lasane, T. P., & O'Donnell, D. A. (2005). Time orientation measurement: A conceptual approach. In A. Strathman & J. Joireman (Eds.), *Understanding behavior in the context of time: Theory, research, and application* (pp. 11-30). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Liniauskaitŷ, A. & Kairys, A. (2009). The lithuanian version of the Zimbardo time perspective inventory (ZTPI). *Psichologija, 40*, 66-87.

Loose, T. T., Acier, D., Andretta, J. R., Cole, J. C., McKay, M. T., Wagner, V., & Worrell, F. C. (2018). Time perspective and alcohol-use indicators in France and the United Kingdom: results across adolescents, university students, and treatment outpatients. *Addiction Research & Theory, 26*(2), 143-150.

Lukavská, K. (2018). The immediate and long-term effects of time perspective on Internet gaming disorder. *Journal of Behavioral Addictions*, 1-8.

Martz, E. (2010). *Trauma rehabilitation after war and conflict: Community and individual perspectives.* New York: Springer.

Miller, T., Chandler, L., & Mouttapa, M. (2015). A needs assessment, development, and formative evaluation of a health promotion smartphone application for college students. *American Journal of Health Education, 46*(4), 207-215.

Potgieter, J. C., Heyns, P. M., & Lens, W. (2012). The time perspective of the Alzheimer caregiver. *Dementia, 11*(4), 453-471.

Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for

www.kci.go.kr

assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods, 40*(3), 879-891.

Przepiorka, A., & Blachnio, A. (2016). Time perspective in internet and facebook addiction. *Computers in Human Behavior, 60*, 13-18.

Roeckelein, J. E. (2000). *The concept of time in psychology: A resource book and annotated bibliography*. Westport, CT and London,: Greenwood Publishing Group.

Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: new procedures and recommendations. *Psychological Methods, 7*(4), 422-445.

Stolarski, M., Bitner, J., & Zimbardo, P. G. (2011). Time perspective, emotional intelligence and discounting of delayed awards. *Time & Society, 20*(3), 346-363.

Stolarski, M., Matthews, G., Postek, S., Zimbardo, P. G., & Bitner, J. (2014). How we feel is a matter of time: Relationships between time perspectives and mood. *Journal of Happiness Studies, 15*(4), 809-827.

Sword, R. M., Sword, R. K., & Brunskill, S. R. (2015). Time perspective therapy: transforming Zimbardo's temporal theory into clinical practice. In M. Stolarski., N. Fieulaine & W. van Beek (Eds.) *Time Perspective Theory; Review, Research and Application* (pp. 481-498). Springer, Cham.

Terr, L. C. (1991). Childhood traumas: An outline and overview. *American Journal of Traumatic Stress, 4*, 279-297.

Twenge, J. M., Catanese, K. R., & Baumeister, R. F. (2003). Social exclusion and the deconstructed state: time perception, meaninglessness, lethargy, lack of emotion, and self-awareness. *Journal of personality and social psychology, 85*(3), 409.

van der Kolk, B. A., & van der Hart, O. (1989). Pierre Janet and the breakdown of adaptation in psychological trauma. *The American Journal of Psychiatry, 146*(12), 1530-1540.

Zambianchi, M., & Bitti, P. E. R. (2014). The role of proactive coping strategies, time perspective, perceived efficacy on affect regulation, divergent thinking and family communication in promoting social well-being in emerging adulthood. *Social Indicators Research, 116*(2), 493-507.

Zimbardo, P. G. & Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: A valid, reliable, individual differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology, 77*(6), 1271-1288.

Zimbardo, P., & Boyd, J. (2008). *The time paradox: The new psychology of time that will change your life*. New York: Simon and Schuster.

Zimbardo, P., Sword, R., & Sword, R. (2012). *The time cure: Overcoming PTSD with the new psychology of time perspective therapy*. SanFrancisro, CA: Jossey-Bass.

원 고 접 수 일 : 2020. 04. 14
수정원고접수일 : 2020. 06. 25
게 재 결 정 일 : 2020. 09. 22

www.kci.go.kr

한국심리학회지: 상담 및 심리치료
The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy
2021, Vol. 33, No. 1, 243-266

The Multiple Mediation Effect of Time Perspective on the Relationship between Childhood Trauma and Smartphone Addiction among University Student

MooNyung Heo **ChoonKyung Kim**

Kyungpook National University

Student Professor

The purpose of this study was to examine the multiple mediation effect of time perspective on the relationship between childhood trauma and smartphone addiction among university students to inform interventions for reducing smartphone addiction. The participants, 748 university students, were administered the Smartphone Addiction Proneness Scale (SAPS), Korean Zimbardo Time Perspective Inventory (K-ZTPI), and Childhood Trauma Questionnaire-Short Form (CTQ-SF). The multiple mediation effect was examined using parallel multiple mediator analysis. The results indicated that the mediation effect of past negative time perspective, past positive time perspective, present fatalistic time perspective, and future oriented time perspective between childhood trauma and smartphone addiction were significant. However, present hedonic time perspective was not significant. These results suggest that time perspective can be used to inform the development of interventions to reduce or prevent smartphone addiction in university students who have experienced childhood trauma.

Key words : university student, child trauma, smartphone addiction, time perspective

www.kci.go.kr