



# 일개 고등학생의 디지털 미디어 중독 실태와 유형별 상관관계: 스마트폰, 소셜 네트워크 서비스, 숏폼 콘텐츠, 게임을 중심으로

홍정은<sup>1)</sup> · 박승미<sup>2)</sup> · 빈영주<sup>1)</sup> · 유정희<sup>3)</sup> · 한재희<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup>충북대학교 간호학과 · 간호과학연구소 대학원생, <sup>2)</sup>충북대학교 간호학과 · 간호과학연구소 교수,  
<sup>3)</sup>평택대학교 상담학과 박사수료생

## Examining High School Students' Digital Media Addiction Status: Focusing on Smartphones, Social Networking Service, Short-Form Content and Gaming

Hong, Jung Eun<sup>1)</sup> · Park, Seungmi<sup>2)</sup> · Been, Yongju<sup>1)</sup> · You, Jeonghee<sup>3)</sup> · Han, Jaehee<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup>Graduate Student, Department of Nursing Science · Research Institute of Nursing Science, Chungbuk National University, Cheongju, Korea  
<sup>2)</sup>Professor, Department of Nursing Science · Research Institute of Nursing Science, Chungbuk National University, Cheongju, Korea  
<sup>3)</sup>Ph.D. Candidate, Department of Counselor, Pyeongtaek University, Pyeongtaek, Korea

**Purpose:** This descriptive survey investigated the correlations between various forms/types of digital media and addiction among high school students. **Methods:** Data were collected on June 17, 2024, using an online questionnaire in a single high school. A total of 519 responses were analyzed using SPSS 26.0, employing t-tests, ANOVA, Scheffé's post-hoc, and Pearson's correlation coefficients. **Results:** Addiction scores for smartphones, social networking service (SNS), short-form content, and gaming varied significantly according to sex, grade, economic status, academic performance, satisfaction with school life, peers, and teachers. Significant positive correlations were observed among all addiction types. Particularly strong correlations were found between smartphone and SNS addiction ( $r=.69, p<.001$ ), SNS and short-form content addiction ( $r=.67, p<.001$ ), smartphone and short-form content addiction ( $r=.63, p<.001$ ), and smartphone and gaming addiction ( $r=.61, p<.001$ ). **Conclusion:** All media addiction types showed positive correlations, with levels varying by demographic characteristics. These findings indicate the need for a comprehensive approach to adolescent digital media addiction prevention and management that considers both demographic and psychosocial factors. This study provides foundational data for the development of effective programs to address digital media addiction among adolescents.

**Key Words:** Students; Behavior, Addictive; Social media; Correlation of data; Prevalence

## 서론

### 1. 연구의 필요성

2019년 조사된 국내 청소년의 온라인 동영상 플랫폼 이용은 10명 중 9명으로, 전 세대 중 가장 높은 수치이며 온라인 동영상

플랫폼 이용율은 87.4%이다(Korean Press Foundation [KPF], 2020). 한국지능정보사회진흥원에서 실시한 2023 스마트폰 과의존 실태조사 보고서에 따르면 전체적으로 과의존 위험군은 하락했지만 청소년은 여전히 높은 과의존 위험군 비율이며, 특히 게임의 경우 청소년이 77.5%로 가장 높은 비율을 보였다. 또한 숏폼 이용자 전체의 23.0%가 이용시간 조절에 어려움을

**주요어:** 학생, 행동중독, 소셜 미디어, 상관관계, 실태조사

**Corresponding author:** Park, Seungmi <https://orcid.org/0000-0001-6156-1336>

Department of Nursing Science, Chungbuk National University, 1 Chungdae-ro, Seowon-gu, Cheongju 28644, Korea.

Tel: +82-43-249-1712, Fax: +82-43-266-1710, E-mail: spark2020@chungbuk.ac.kr

Received: Jul 25, 2024 | Revised: Sep 25, 2024 | Accepted: Nov 4, 2024

겪고 있었으며 이 중 청소년은 36.7%로 가장 어려움을 겪는 것으로 나타나, 청소년은 숏폼 콘텐츠에 대한 조절력이 낮은 것으로 보고되었다(National Information Society Agency [NIA], 2023). 이는 COVID-19 (Corona Virus Disease 19) 팬데믹을 거치면서 온라인에 대한 폭발적 수요의 증가를 거치며 저렴해진 데이터 비용과 와이파이망의 확산으로 숏폼 콘텐츠 수요가 폭발적으로 증가한 부분들이 원인으로 보인다(Wang, 2020).

대학 진학을 앞둔 고등학생들에게 YouTube (Google LLC, Mountain View, CA, USA)는 정보제공 및 학습방법을 알려 주기도 하는 유용한 매체이지만 최근 영상과 이미지 중심의 Instagram (Meta Platforms Inc., Menlo Park, CA, USA)이 급속히 확산되는 추세로 이는 청소년의 디지털 미디어 이용시간을 증가시킬 뿐만 아니라 디지털 미디어 관련 집착 경향성 문제를 만들었다(Bae, Lee, & Kim, 2021). 고등학생 중 74.8%의 학생들이 여가 목적(문자 및 음성통화, 동영상 시청, 게임, 음악 및 영화감상 등)으로 하루 3시간 이상 스마트폰을 사용하는 데 (Park, 2019), 절반은 학습목적으로도 상시 사용하지만, 스마트폰의 학습목적 사용 여부와 학업성취도는 상관관계가 보이지 않았다(Park & Kang, 2018). 청소년들은 주로 온라인 동영상 플랫폼과 메신저 서비스를 이용하는데, 특히 숏폼 콘텐츠의 인기와 함께 동영상을 직접 촬영하여 올리는 경험도 점차 증가하고 있다(KPF, 2020). 이처럼 디지털 미디어는 다양한 형태로 청소년들의 삶에 필수적인 요소로 자리 잡았고, 이를 통해 창의적인 활동을 할 수 있는 기회를 제공하지만, 디지털 미디어 중독의 위험성도 함께 고민해야 할 문제임을 보여준다.

국외에서는 스마트폰과 디지털 미디어의 유해성에서 청소년을 보호, 관리하기 위한 법안을 만드는 움직임이 나타나고 있다. 중국 인터넷 시청각 프로그램 서비스협회에서는 디지털 미디어 특히 스마트폰의 유해성을 경고하고 온라인 숏폼 콘텐츠에 대한 심사기준과 플랫폼 관리 규정을 만들기도 하였다(Wang, 2020). 반면 국내에서는 디지털 미디어 중독에 대한 체계적인 관리 방안이 아직 미비한 실정이다. Bae와 Lee (2021)는 2000년부터 2021년까지의 청소년 디지털 미디어 중독 관련 연구들을 분석한 결과, 시대적 변화에 따른 디지털 미디어 서비스의 진화가 청소년의 중독 양상에 복합적인 영향을 미치고 있음을 확인하였다. 특히 2018년 이후 Youtube의 숏츠, Instagram의 릴스와 같은 숏폼 콘텐츠의 급격한 성장에도 불구하고, 이에 대한 체계적인 연구와 관리 방안은 여전히 부족한 실정이다(Bae & Lee, 2021).

우리나라 10대 청소년의 스마트폰 보유율은 98.0%에 달하며, 이들이 가장 즐겨하는 디지털 미디어 활동인 유튜브의 이

용률은 97.7%를 기록하고 있다. 특히 COVID-19 이후 청소년의 66%가 디지털 미디어 소비 시간이 증가한 것으로 나타났다(Bae et al, 2021). 비대면 생활이 일상화되면서 디지털 미디어는 환경에 맞춰 새로운 기술로 진화하고 있다. 이러한 디지털 미디어의 발전은 생동감과 상호작용성을 높여 몰입감을 강화시키는 동시에, 디지털 미디어 중독을 더욱 심화시킬 가능성이 크다(Kim & Kim, 2017). 최근 SNS (Social Networking Service)와 숏폼 콘텐츠에 중독된 청소년들이 증가함에 따라, 전 세계적으로 청소년의 스마트폰 및 SNS 사용을 제한하려는 움직임이 나타나고 있다. 그러나 국내의 경우 디지털 미디어 중독 예방을 위한 구체적인 법적 규제나 정책은 아직 초기 단계에 머물러 있어, 보다 체계적인 관리 방안 마련이 시급한 실정이다(Cho, 2024).

청소년의 디지털 미디어 중독 위험성을 알리기 위한 접근은 청소년이 다양한 매체를 통해 디지털 미디어를 사용한다는 점에 주목하여(Jeong & Jang, 2022) 연구해야 할 필요성이 있다. 디지털 미디어 중독은 물질 사용 장애와 비슷하게 인터넷 등 온라인 활동에 대한 내성과 금단 증상을 보이는 행위중독이라고도 할 수 있으며, 청소년에게 심각한 정신적 문제를 초래할 수 있다(Bavelier et al., 2011). 특히 숏폼 콘텐츠는 매우 강력한 중독성을 가지고 있어, 끝없는 중독의 늪에 빠질 위험이 있다. 이는 미국 청소년 사망 원인 1위인 합성 마약 펜타닐에 빚대어 설명될 정도로 치명적인 위험성이다(Yoon, 2023).

이에 본 연구는 청소년의 디지털 미디어 사용이 스마트폰, SNS, 숏폼 콘텐츠, 게임 등 다양한 매체를 통해 이루어진다는 점을 주목하여 디지털 미디어 중독의 실태를 파악하고 중독 행동간의 연관성을 파악함으로써 청소년의 디지털 미디어 중독 예방 및 관리 전략 수립을 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

## 2. 연구목적

본 연구의 목적은 고등학생들의 다양한 형태의 디지털 미디어 중독 실태를 종합적으로 파악하고 분석하는 것이다. 구체적으로, 이 연구는 스마트폰, SNS, 숏폼 콘텐츠, 게임 등 주요 디지털 미디어에 대한 고등학생들의 중독을 조사한다. 중독은 각 디지털 미디어 유형별 특정 도구를 사용하여 점수로 측정되며, 이러한 도구는 사용자의 의존도, 이용 빈도 등을 평가하는 척도로 구성된다.

이러한 중독 점수가 학생들의 일반적 특성에 따라 어떠한 차이를 보이는지 확인하고, 디지털 미디어 중독 유형 간의 상관관계를 분석함으로써 중독 행동들이 서로 어떻게 연관되어 있는지 파악하는 것을 목표로 한다.

## 연구방법

### 1. 연구설계

본 연구는 일개 고등학교 학생들의 디지털 미디어 유형별(스마트폰, SNS, 숏폼 콘텐츠, 게임) 중독 실태와 이들 간의 상관관계, 그리고 학생들의 인구통계학적 특성 및 학업 관련 요인과의 관계를 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

### 2. 연구대상 및 자료수집

연구대상자는 전라남도 소재 남녀공학 특성화 고등학교에 재학 중인 1학년, 2학년, 3학년이다. 표본 크기는 G\*Power 3.1.9.7 프로그램을 사용하여 일원배치 분산분석(one-way ANOVA)을 기준으로, 효과 크기  $F=0.20$ , 유의수준  $\alpha=.05$ , 검정력( $1-\beta$ )=.95, 집단 수 3개로 설정하여 계산한 결과, 최소 필요 표본 크기는 390명으로 나왔으며, 탈락률 25%를 고려하여 최종적으로 필요한 표본 크기를 520명으로 결정하였다. 자료 수집은 온라인 설문조사를 통해 이루어졌으며, 연구목적과 방법에 대해 설명한 후 자발적으로 참여에 동의한 학생들을 대상으로 하였다. 설문조사는 2024년 6월 17일 일괄적으로 동일한 시간에 진행되었으며, 참여한 인원은 고등학교 전교생인 519명이다. 불성실한 응답으로 제외된 자료가 없어 최종적으로 연구에 활용한 대상자는 총 519명으로, 이는 계산된 필요 표본 크기인 520명에 근접한 수치이다.

### 3. 연구도구

#### 1) 일반적 특성

대상자의 일반적 특성은 질병관리청의 청소년건강행태조사 설문지의 일반적 특성 부분을 참고하여 성별, 학년, 가정 경제 수준, 가정 유형, 다문화 가정 여부, 학업 성적, 학업 스트레스 수준, 학교생활 만족도, 또래 관계 만족도 및 교사와의 관계 만족도를 포함하였다. 가정 경제 수준은 상, 중 하로, 가정 유형은 양부모, 한부모, 조부모와 함께 사는지 학업 성적은 평균보다 낫다, 평균, 평균보다 낫다로 학업 스트레스는 높음 보통 낮음으로 그리고 학교생활 또래 및 교사와의 만족도는 만족, 보통, 불만족으로 측정하였다.

#### 2) 스마트폰 중독

2023년 NIA의 스마트폰 과의존 실태조사(Survey on smart-

phone overdependence)에서 사용된 척도를 개발 기관의 허락을 득한 후 사용하였다. 이 도구는 스마트폰 이용 실태, 의존도, 이용 조절의 어려움, 이용 관련 심리 및 경험 등을 포괄적으로 평가하는 18문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 4점 Likert 척도로 측정되며, 점수가 높을수록 스마트폰 중독이 높음을 의미한다. 이 조사의 표본오차는  $\pm 0.50\%p$  (신뢰수준 95%)로, 높은 정확도를 보여주었으며 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .95였다.

#### 3) SNS 중독

Jung과 Kim (2014)이 개발하고 타당화한 대학생용 SNS 중독 경향성 척도를 개발자의 승인을 받은 후 수정하여 사용하였다. 이 도구는 선행연구(Choi & Suh, 2017)에서 SNS의 중독을 측정하는 도구로 이용되었다. 청소년기에 해당하는 고등학생과 대학생은 SNS 사용 패턴과 관련하여 비슷한 경향을 보이는 것으로 알려져 있어(Deogracias, 2015), 대학생을 대상으로 개발된 이 척도가 고등학생의 SNS 중독 경향성을 측정하는 데에도 적합할 것으로 판단하였다. 이 도구는 총 24문항으로 구성되어 있으며, 4가지 하위요인을 평가한다. SNS 사용의 조절실패 및 일상생활장애(7문항), 몰입 및 내성(7문항), 부정적 정서 회피를 위한 SNS 사용(5문항), 가상세계 지향성 및 금단현상(5문항)이다. 각 문항은 'SNS를 사용하면서 얼마나 자주 다음과 같이 느꼈는지'를 묻고 있으며, '전혀 그렇지 않다(1점)'부터 '매우 그렇다(5점)'까지의 5점 Likert 척도로 측정된다. 점수가 높을수록 SNS 중독이 높음을 의미한다. 주요 내용으로는 SNS 사용시간, 정서적 의존, 스트레스 해소 수단으로서의 사용, 학업 및 일상생활 방해, 금단 증상, 자아인식 변화, 충동적 사용 등이 포함된다. Jung과 Kim (2014)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .92였으며, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .96이었다.

#### 4) 숏폼 콘텐츠 중독

Wang (2020)이 개발한 숏폼 동영상 중독 척도를 개발자의 승인을 받은 후 수정하여 사용하였다. 원척도는 총 38문항으로, 사회적 불안감(6문항), 사회적 고독감(6문항), 숏폼 동영상 콘텐츠에 대한 의존(4문항), 개인적 수요(6문항), 충동적 성격(6문항), 자아조절(4문항), 숏폼 동영상 콘텐츠 중독(6문항)의 7개 요인으로 구성되어 있다. 이 중 청소년의 숏폼 콘텐츠 중독 현상을 더욱 정확하고 집중적으로 측정하기 위해, 숏폼 콘텐츠 중독과 직접적으로 관련된 세 가지 요인을 선별하였다. 선별된 요인은 숏폼 동영상 콘텐츠에 대한 의존(4문항), 자아조절(4문항), 숏폼 동영상 콘텐츠 중독(6문항)이다. 이로써 원래 38문항이었던 척도가 14문항으로 축소되었다. 이러한 선별 과정은 관

련 분야 전문가들의 검토로 선택된 요인들이 청소년의 스마트폰 중독을 측정하는 데 가장 적합하고 핵심적인 요소라는 데 동의하였다. 이러한 수정 과정을 통해, 최종적으로 선별된 14개 문항은 청소년의 스마트폰 중독 현상을 더욱 정확하고 효과적으로 측정할 수 있게 되었으며, 이 과정은 응답자의 부담을 줄이고 연구의 초점을 명확히 하는 효과를 얻을 수 있게 하였다. 총 14문항으로 각 문항은 5점 Likert 척도로 측정되며, 점수가 높을수록 스마트폰 중독이 높음을 의미한다. 원도구 개발 연구에서 수행된 신뢰도 분석 결과, 모든 하위 요인에서 Cronbach's  $\alpha$  값이 .80 이상으로 나타났으며, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$  는 .93이었다.

### 5) 게임중독

NIA (2011)에서 제작한 청소년 인터넷중독 자가진단척도를 기반으로 Kim (2017)이 수정·보완한 20개 문항의 측정도구를 개발자의 허락을 구한 후 사용하였다. 이 도구는 게임 유형, 참여 시간, 함께 게임하는 대상, 게임 시작 시기 등의 기본 정보와 함께 게임 과몰입에 대한 느낌을 측정하는 문항들로 구성되어 있다. 게임 과몰입 관련 문항은 가상세계 지향성, 일상생활 장애, 내성, 조절실패, 금단 등의 하위영역을 포함하며, 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(1점)'부터 '매우 그렇다(4점)'까지의 4점 Likert 척도로 측정된다. 총점을 100점 만점으로 환산하여, 점수가 높을수록 중독이 높음을 의미하며 중독 정도에 따라 고위험사용자(61.25점 이상), 잠재적위험사용자(47.5점 이상~60점 이하), 일반사용자(46.25점 이하)로 분류하였다. Kim (2017)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$  는 .94였으며, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$  는 .96이었다.

### 4. 자료분석

수집된 데이터는 IBM SPSS/WIN 26.0 프로그램으로 분석하였다. 구체적인 분석방법은 아래와 같다.

- 연구대상자의 일반적 특성과 미디어 중독(스마트폰, SNS, 게임, 스마트폰 콘텐츠)은 빈도와 백분율, 평균과 표준편차로 분석하였다.
- 주요 변수의 정규성 검정을 위해 왜도와 첨도를 확인하였으며, 왜도 절댓값 2 미만, 첨도 절댓값 7 미만을 정규분포 기준으로 설정하였다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 미디어 중독 유형별 차이는 independent t-test와 one-way ANOVA를 사용하였으며, 사후 검정은 Scheffé test를 이용하였다.

- 미디어 중독 유형 간의 상관관계를 파악하기 위해 Pearson's correlation coefficient로 분석하였다.

### 5. 윤리적 고려

본 연구는 전라남도의 중소도시에 있는 남녀공학 특성화 고등학교에 재학 중인 전교생을 대상으로 온라인 설문조사를 활용하여 진행되었다. 대상자를 윤리적으로 보호하기 위해 연구자는 학생부장, 교사 및 교감과 협력하여 학생들에게 연구의 목적과 필요성을 명확히 설명하고, 참여 학생들의 익명성 및 비밀이 철저히 보장될 것임을 설명하였다. 또한, 연구참여의 자발성을 보장하기 위하여 설문 참여 거부 또는 중도 철회가 가능하며, 이로 인해 학생들에게 어떠한 불이익도 발생하지 않을 것임을 강조하였다. 이러한 모든 사항은 학생들이 서면으로 동의하도록 하였으며 연구참여의 잠재적 이익에 대해서도 상세히 설명하였고, 참여하지 않을 때 발생할 수 있는 불이익이 없음을 명확히 하였다. 학생부장 교사는 연구 설문 URL을 QR코드 형식으로 게시하였고, 학생들이 URL을 통해 설문에 접속할 때마다 연구 참여 동의서를 제시하여, 학생들이 설문 진행 전에 연구의 목적과 필요성, 설문지를 통한 자료수집, 익명성 보장, 연구참여 중단 및 철회, 연구자료의 보관 및 폐기 방법 등에 대해 다시 한번 내용을 확인하고 동의한 경우에만 설문이 진행되도록 하였다. 본 연구에서는 연구대상자에게 별도의 보상을 제공하지 않았다.

## 연구결과

### 1. 대상자의 일반적 특성

본 연구에는 총 519명의 고등학생이 참여하였다. 성별은 여학생(59.7%)이 남학생(40.3%)보다 많았으며, 학년별로는 1학년(38.0%), 2학년(35.3%), 3학년(26.8%) 순이었다. 대부분 양부모 가정(75.5%)이었으며, 다문화 가정은 7.1%였다. 가정 경제 수준은 중간(48.7%)이 가장 많았고, 학업 성적은 보통(36.0%), 평균 이상(32.7%), 평균 이하(31.2%)로 고르게 분포했다. 학업 스트레스는 중간 수준(44.1%)이 가장 많았다. 학교생활(58.9%), 또래 관계(72.1%), 교사와의 관계(60.1%) 모두 만족도가 높게 나타났다(Table 1).

### 2. 디지털 미디어 중독 점수

디지털 미디어 중독 점수는 각 도구의 점수를 100점 만점으로

로 환산하여 분석되었다(Table 2). 스마트폰 중독 점수의 평균은 41.55±13.07점(최솟값 25.00점, 최댓값 86.11점)이었다. SNS 중독 점수의 평균은 39.64±13.49점(최솟값 25.00점, 최댓값 88.54점)이었다. 게임 중독 점수의 평균은 37.70±12.92점(최솟값 25.00점, 최댓값 100.00점)으로 나타났다. 숏폼 콘텐츠 중독 점수의 평균은 36.78±14.52점(최솟값 20.00점, 최댓값

81.43점)이었다. 모든 유형의 미디어 중독 평균 점수는 50점 미만이었으며, 최댓값은 모든 유형에서 80점을 초과하였다.

게임 중독 하위유형 분포는 전체 519명의 응답자 중 237명(71.0%)이 46.25점 이하로 일반 사용자로 분류되었다. 잠재적 위험 사용자는 85명(25.4%)으로, 이들의 게임 중독 점수는 47.5점에서 60점 사이에 분포한다. 고위험 사용자는 12명(3.6%)으로, 61.25점 이상의 점수를 보였다(Table 2).

**Table 1.** General Characteristics and Digital Media Addiction Scores of Study Participants (N=519)

Variables	Categories	n (%)
Gender	Male	209 (40.3)
	Female	310 (59.7)
Grade (high school)	1st year	197 (38.0)
	2nd year	183 (35.3)
	3rd year	139 (26.7)
Family type	Two-parent families	392 (75.5)
	Non-two-parent families	127 (24.5)
Multicultural family	Yes	37 (7.1)
	No	482 (92.9)
Family economic level	Upper	200 (38.5)
	Middle	253 (48.7)
	Lower	66 (12.8)
Academic performance	Higher than average	170 (32.7)
	Average	187 (36.0)
	Lower than average	162 (31.3)
Academic stress	High	191 (36.8)
	Moderate	229 (44.1)
	Low	99 (19.1)
School life satisfaction	Satisfied	306 (59.0)
	Dissatisfied	213 (41.0)
Peer relationship satisfaction	Satisfied	374 (72.1)
	Dissatisfied	145 (27.9)
Teacher relationship satisfaction	Satisfied	312 (60.1)
	Dissatisfied	207 (39.9)

SNS=Social networking service.

### 3. 일반적 특성에 따른 디지털 미디어 중독 점수 차이

대상자의 일반적 특성에 따른 스마트폰 중독, SNS 중독, 숏폼 콘텐츠 중독, 게임 중독 점수의 차이를 분석한 결과는 Table 3과 같다.

스마트폰 중독 점수는 성별( $t=-2.66, p=.008$ ), 학년( $F=3.49, p=.031$ ), 가정 경제 수준( $F=4.15, p=.016$ ), 학업 스트레스( $F=6.78, p=.001$ ), 학교 생활 만족도( $t=-4.95, p<.001$ ), 또래 관계 만족도( $t=-3.07, p=.002$ ), 교사 관계 만족도( $t=-4.63, p<.001$ )에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 여학생이 남학생보다 스마트폰 중독 점수가 높았으며, 또래와 교사의 관계가 불만족인 그룹이 만족인 그룹보다 스마트폰 중독 점수가 유의하게 높았다. 사후 검정 결과, 3학년이 2학년보다 그리고 학업 스트레스가 높을수록 스마트폰 중독 점수가 유의하게 높았다.

SNS 중독 점수는 성별( $t=-3.44, p=.001$ ), 학교 생활 만족도( $t=-3.52, p<.001$ ), 또래 관계 만족도( $t=-2.58, p=.010$ ) 그리고 교사 관계 만족도( $t=-3.09, p=.002$ )에서 유의한 차이를 보였다. 여학생이 남학생보다 SNS 중독 점수가 높았으며, 학교 생활 만족도, 또래 관계 만족도 그리고 교사 관계 만족도에 불만족인 그룹이 만족하는 그룹보다 SNS 중독 점수가 유의하게 높았다.

숏폼 콘텐츠 중독 점수는 학업 스트레스( $F=3.28, p=.038$ )와 학교 생활 만족도( $t=-3.04, p=.002$ ), 또래 관계 만족도( $t=-2.67,$

**Table 2.** Addiction Scores by Digital Media Type

(N=519)

Variables	M±SD or n (%)	Minimum	Maximum
Smartphone addiction score	41.55±13.07	25.00	86.11
SNS addiction score	39.64±13.49	25.00	88.54
Short-form content addiction score	36.78±14.52	20.00	81.43
Gaming addiction score	37.70±12.92	25.00	100.00
Normal user ( $\leq 46.25$ )	237 (71.0)		
Potential risk user (47.5~60)	85 (25.4)		
High risk user ( $\geq 61.25$ )	12 (3.6)		

Converted to 100-point scale, SD=Standard deviation, SNS=Social networking service.

**Table 3.** Digital Media Addiction Scores by Participants' Characteristics

(N=519)

Variables	Categories	Smartphone addiction		SNS addiction		Short-form content addiction		Gaming addiction	
		M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)
Gender	Male	39.70±12.62	-2.66	37.19±13.07	-3.44	35.57±15.00	-1.56	39.55±13.55	2.67
	Female	42.80±13.24	(.008)	41.29±13.54	(.001)	37.59±14.15	(.120)	35.81±12.00	(.008)
Grade (high school)	1st year <sup>a</sup>	40.85±11.81	3.49	40.±12.82	1.79	37.13±14.14	1.01	36.34±11.74	3.87
	2nd year <sup>b</sup>	40.42±12.35	(.031)	38.13±12.97	(.168)	35.61±14.27	(.364)	37.15±12.08	(.022)
	3rd year <sup>c</sup>	44.02±15.27	b < c	40.39±14.95		37.82±15.36		41.27±15.64	a < c
Family type	Two-parent families	41.62±13.07	0.20	39.41±13.37	-0.72	36.43±14.35	-1.08	36.98±12.27	-1.88
	Non-two-parent families	41.35±13.23	(.842)	40.42±14.02	(.471)	38.05±15.18	(.282)	40.03±14.51	(.060)
Multicultural family	Yes	42.61±14.74	0.51	42.51±15.25	1.34	35.83±14.80	-0.41	36.94±13.83	-0.32
	No	41.47±12.95	(.610)	39.42±13.34	(.179)	36.85±14.51	(.681)	37.77±12.86	(.751)
Family economic level	Upper <sup>a</sup>	39.56±12.16	4.15	38.81±13.37	0.73	35.59±14.46	1.21	35.01±11.57	4.81
	Middle <sup>b</sup>	42.48±13.19	(.016)	39.98±13.35	(.485)	37.33±13.96	(.301)	38.67±13.21	(.009)
	Lower <sup>c</sup>	43.98±14.57		40.85±14.44		38.27±16.63		41.05±14.09	a < c
Academic performance	Higher than average <sup>a</sup>	43.61±13.80	3.01	40.17±14.91	0.44	36.60±14.86	0.83	40.00±13.88	3.63
	Average <sup>b</sup>	40.81±12.99	(.050)	39.89±13.91	(.645)	37.79±15.02	(.437)	37.70±12.86	(.028)
	Lower than average <sup>c</sup>	40.39±12.26		38.86±11.50		35.83±13.62		35.28±11.56	a > c
Academic stress	High <sup>a</sup>	43.55±13.31	6.78	40.89±13.96	2.19	38.14±14.27	3.28	38.92±13.40	0.89
	Moderate <sup>b</sup>	41.56±12.86	(.001)	39.56±13.35	(.112)	37.02±15.16	(.038)	37.24±13.50	(.410)
	Low <sup>c</sup>	37.65±12.30	a, b > c	37.41±12.72		33.59±13.08	a > c	36.54±10.59	
School life satisfaction	Satisfied	39.23±12.60	-4.95	37.92±12.81	-3.52	35.17±14.27	-3.04	35.81±12.31	-3.44
	Dissatisfied	44.87±13.04	(<.001)	42.11±14.08		39.08±14.60	(.002)	40.74±13.35	(.001)
(<.001)									
Peer relationship satisfaction	Satisfied	40.46±12.67	-3.07	38.69±12.92	-2.58	35.72±13.97	-2.67	37.18±13.06	-1.34
	Dissatisfied	44.36±13.71	(.002)	42.08±14.64	(.010)	39.50±15.58	(.008)	39.40±12.42	(.182)
Teacher relationship satisfaction	Satisfied	39.43±12.91	-4.63	38.16±13.36	-3.09	35.35±14.12	-2.76	35.66±12.33	-3.92
	Dissatisfied	44.75±12.68	(<.001)	41.87±13.41	(.002)	38.92±14.88	(.006)	41.30±13.21	(<.001)

SNS=Social networking service.

$p=.008$ ) 그리고 교사 관계 만족도( $t=-2.76, p=.006$ )에서 유의한 차이를 보였다. 학교 생활 만족도, 또래 관계 만족도, 교사 관계 만족도가 불만족인 그룹이 만족인 그룹보다 스마트폰 콘텐츠 중독 점수가 유의하게 높았다. 사후 검정 결과, 학업 스트레스가 높은 그룹이 낮은 그룹보다 스마트폰 콘텐츠 중독 점수가 유의하게 높았다.

게임 중독 점수는 성별( $t=2.67, p=.008$ ), 학년( $F=3.87, p=.022$ ), 가정 경제 수준( $F=4.81, p=.009$ ), 학업 성적( $F=3.63, p=.028$ ), 학교 생활 만족도( $t=-3.44, p=.001$ ) 그리고 교사 관계 만족도( $t=-3.92, p<.001$ )에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 남학생이 여학생보다 게임 중독 점수가 높았으며, 학교 생활 만족도와 교사 관계 만족도가 불만족인 그룹이 만족인 그룹보다 게임 중독 점수가 유의하게 높았다. 사후 검정 결과 3학년이 1학년보다, 가정 경제 수준이 낮은 그룹이 높은 그룹보다, 학업 성적이 낮은 그룹이 높은 그룹보다 게임 중독 점수가 유의하게 높았다.

#### 4. 디지털 미디어 중독 유형 간 상관관계

스마트폰, SNS, 숏폼 콘텐츠, 게임 중독 점수 간의 상관관계 분석 결과를 Table 4에 제시하였다. 분석 결과, 모든 변수 간에 통계적으로 유의미한 양의 상관관계가 관찰되었다. 특히 스마트폰 중독과 SNS 중독 간( $r=.69, p<.001$ ), 그리고 SNS 중독과 숏폼 콘텐츠 중독 간( $r=.67, p<.001$ )에 높은 상관관계가 나타났다. 그리고 스마트폰 중독은 숏폼 콘텐츠 중독( $r=.63, p<.001$ ) 및 게임 중독( $r=.61, p<.001$ )과도 비교적 강한 상관관계를 보였다. 게임 중독의 경우, 다른 중독 유형들과 통계적으로 유의한 양의 상관관계를 보였으나, 그 강도는 상대적으로 낮았다. 구체적으로, 게임 중독은 스마트폰 중독과 중등도의 양의 상관관계( $r=.61, p<.001$ ), SNS 중독과 약한 양의 상관관계( $r=.49, p<.001$ ), 그리고 숏폼 콘텐츠 중독과 약한 양의 상관관계( $r=.43, p<.001$ )를 나타냈다.

**Table 4.** Pearson Correlations between Digital Media Addiction Variables

(N=519)

Variables	Smartphone addiction score	SNS addiction score	Short-form content addiction score	Gaming addiction score
	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)
Smartphone addiction score	1			
SNS addiction score	.69 (<.001)	1		
Short-form content addiction score	.63 (<.001)	.67 (<.001)	1	
Gaming addiction score	.61 (<.001)	.49 (<.001)	.43 (<.001)	1

SNS=Social networking service.

## 논 의

본 연구에서는 고등학생들의 스마트폰, SNS, 숏폼 콘텐츠, 게임 등 다양한 형태의 미디어 중독을 확인하고, 이는 개인적, 가정적, 학교 관련 요인들과 밀접한 관련이 있음을 확인하였다. 미디어 중독의 양상을 살펴보면, 스마트폰 중독이 가장 높은 평균 점수를 보였으며, 다음으로 SNS, 게임, 숏폼 콘텐츠 순이었다. 이는 스마트폰이 다른 미디어 플랫폼에 접근하는 주요 수단이 되고 있음을 시사한다. 스마트폰 중독 점수 다음으로 SNS 중독 점수가 높게 나타난 것은 청소년들의 사회적 관계 형성과 유지가 온라인 공간으로 확장되고 있음을 반영한다. 이는 Cha와 Seo (2018)의 연구에서도 확인된 바 있으며, 한국 중학생들의 스마트폰 중독과 SNS 사용 간의 강한 연관성을 보고했다.

고등학생의 미디어 중독 양상은 성별과 학년에 따라 뚜렷한 차이를 보였다. 특히 주목할 만한 점은 여학생들이 스마트폰과 SNS 중독에서, 남학생들이 게임 중독에서 더 높은 점수를 나타냈다는 것이다. 여학생들의 스마트폰과 SNS 중독 점수가 높게 나타난 것은, 청소년기 여성의 사회적 관계 형성 욕구와 밀접히 연관된 것으로 보인다. Kuss와 Griffiths (2017)의 연구에서 지적인 바와 같이, 여자 청소년들은 또래 관계와 정서적 공유에 더 큰 가치를 두는 경향이 있다. 본 연구결과는 이러한 욕구가 디지털 환경에서도 그대로 반영되고 있음을 시사한다. 특히 SNS가 제공하는 즉각적인 피드백과 폭넓은 관계 형성의 기회는 여학생들의 사회적 욕구를 충족시키는 효과적인 수단으로 작용하고 있는 것으로 보인다(Wang, 2020). 반면, 남학생들의 게임 중독 점수가 높게 나타난 것은 흥미로운 대조를 이룬다. 이는 Dong과 Potenza (2022)의 연구에서 제시한 바와 같이, 남성의 경쟁 및 성취 지향적 성향과 게임이 제공하는 도전과 보상 시스템 간의 높은 적합성에서 기인한 것으로 해석할 수 있다. 본 연구결과는 성별에 따른 이러한 성향이 청소년기부터

뚜렷이 나타나고 있음을 보여준다.

학년이 올라갈수록 스마트폰과 게임 중독 점수가 높아지는 데, 이는 Bae와 Lee (2021)의 연구에서 보고된바 단순히 연령 증가에 따른 자연스러운 현상으로 볼 것이 아니라, 고학년으로 갈수록 증가하는 학업 스트레스와 자율성 확대가 복합적으로 작용한 결과로 해석해야 할 것이다. 특히 한국의 교육 환경에서 고학년 학생들이 경험하는 입시 스트레스가 미디어 중독의 주요 요인으로 작용할 가능성을 제기한다. 본 연구결과도 학업 성적과 학업 스트레스는 청소년의 미디어 중독과 밀접한 관련이 있는 것으로 나타났다. 특히 스마트폰 중독과 숏폼 콘텐츠 중독에서 학업 스트레스가 높은 그룹이 낮은 그룹보다 중독 점수가 유의하게 높았다. 이는 학업 스트레스가 미디어 중독의 주요 위험 요인임을 시사한다. 이러한 결과는 Kim 등(2012)의 연구와 일치하는데, 그들은 학업 스트레스가 높을수록 스마트폰 중독 위험이 증가한다고 보고했다. 학업 스트레스와 미디어 중독 간의 관계는 스트레스 해소 수단으로 미디어를 과도하게 사용하는 것으로 해석될 수 있다.

게임 중독의 경우 학업 성적이 높은 그룹이 낮은 그룹보다 중독 점수가 유의하게 높게 나타났다. 이는 Jeong과 Kim (2011)의 연구에서 학업 성적이 낮은 학생들이 게임 중독에 더 취약하다고 보고한 결과와 상반되며, 기존의 일반적인 인식과도 차이를 보인다(Seol & Lee, 2011). 이러한 차이는 최근 디지털 환경의 변화와 학업 스트레스 증가 등 다양한 요인에 기인할 수 있다. 고성취 학생들의 경우, 높은 학업 스트레스를 해소하기 위한 수단으로 게임을 선택하거나, 학업에서 느끼는 성취감을 게임에서도 얻고자 하는 욕구가 강할 수 있다. 이는 과도한 게임 사용으로 이어질 가능성이 있다. 본 연구결과는 게임 중독이 특정 학업 성취 수준의 학생들에게만 국한된 문제가 아니라는 점을 시사한다. 따라서 미디어 중독 예방 및 개입 전략 수립 시 학업 성적을 포함한 다양한 요인들을 고려해야 할 필요성이 있다. Koo와 Kwon (2014)의 메타분석 연구에서 제안한 바와 같이,

개인의 심리적 특성과 환경적 요인을 함께 고려한 다차원적 접근이 효과적일 수 있다. 이에 따라 모든 학생을 대상으로 하되, 학업 성적과 스트레스 수준 등 개인의 특성을 반영한 차별화된 미디어 사용 교육 및 중독 예방 프로그램의 개발이 필요할 것으로 보인다. 특히, 학업 스트레스 관리와 건강한 스트레스 해소 방법에 대한 교육을 포함하되, 학업 성적이 높은 학생들도 게임 중독의 위험에서 자유롭지 않다는 점을 고려한 포괄적인 접근이 요구된다. 이를 통해 모든 학생들의 특성과 필요를 반영한 효과적인 미디어 중독 예방 및 관리가 가능할 것이다.

본 연구에서 가정 경제 수준은 스마트폰 중독과 게임 중독에서 유의한 차이를 보였다. 특히 게임 중독의 경우, 가정 경제 수준이 낮은 그룹이 높은 그룹보다 중독 점수가 유의하게 높게 나타났다. 이러한 결과는 가정의 경제적 상황이 청소년의 미디어 사용 패턴과 중독 위험에 영향을 미칠 수 있음을 시사한다. 이는 가정 경제 수준이 자녀의 스마트폰 의존에 영향을 미치는 것으로 보고한 선행연구결과(Jeong & Lee, 2020)와 일치한다. 경제적 어려움이 청소년의 여가 활동 선택을 제한하고, 상대적으로 접근성이 높고 비용이 적게 드는 게임이나 스마트폰 사용에 몰입하게 할 수 있기 때문에 해석된다. 또한 Bang과 Hwang (2011)의 연구에 따르면, 저소득 가정의 경우 부모의 교육과 전반적인 생활 수준이 일반 가정에 비해 상대적으로 낮은 경향이 있다. 이로 인해 부모가 자녀에게 적절한 역할 모델을 제시하기 어려울 수 있으며, 경제적 어려움에서 비롯된 스트레스와 불안 등의 부정적 정서가 부모와 자녀 간 상호작용에 영향을 미칠 수 있다. 이러한 요인들이 복합적으로 작용하여 저소득 가정 자녀의 미디어에 대한 태도와 생각에도 영향을 줄 수 있다. 이러한 선행연구결과들은 미디어 중독 예방 및 개입 전략 수립 시 가정의 경제적 상황을 중요한 요인으로 고려해야 함을 시사한다. 특히 저소득 가정 청소년들을 위한 대안적 여가 프로그램 개발과 지원, 그리고 이들의 심리 사회적 욕구를 건강하게 충족시킬 수 있는 방안 마련이 필요할 것이다. 또한, 가정의 경제적 어려움이 청소년의 미디어 사용에 미치는 영향을 완화할 수 있는 사회적 지원 체계 구축도 중요한 과제라고 할 수 있다.

학교 생활 및 관계 만족도의 영향을 보면, 모든 유형의 미디어 중독에서 학교 생활, 또래 관계, 교사와의 관계 만족도가 낮은 학생들이 높은 중독 점수를 보였다. 이는 오프라인에서의 불만족스러운 관계나 경험이 온라인 공간으로의 도피로 이어질 수 있음을 시사한다. Ham, Eum과 Kang (2018)의 연구에서도 소셜 미디어 사용과 학교 적응 간의 관계가 확인되었으며, 자기 효능감이 이를 매개한다고 보고되었다. 따라서 학교 환경 개선

과 관계 증진 프로그램이 미디어 중독 예방에 도움이 될 수 있을 것이다.

본 연구에서 스마트폰, SNS, 숏폼 콘텐츠, 게임 중독 간의 상관관계를 분석한 결과, 모든 변수 간에 통계적으로 유의미한 양의 상관관계가 나타났다. 특히 스마트폰 중독과 SNS 중독, SNS 중독과 숏폼 중독간에 강한 상관관계가 관찰되었는데 이러한 결과는 최근 연구들의 결과와 일치한다(NIA, 2023; Sohn, Rees, Wildridge, Kalk, & Carter, 2019). NIA에서 2023년도에 실시한 스마트폰 과의존 실태조사에서도 스마트폰 과의존 위험군에서 영화, TV, 동영상, SNS 콘텐츠의 이용률이 높게 나타났다. 특히 숏폼 콘텐츠의 이용률이 높은 것으로 보고되었다(NIA, 2023). 미디어 중독 간의 상관관계에 대해 Kim (2009)은 이들이 공통된 심리적 기제를 공유할 가능성을 제시하였다. 예를 들어, 즉각적인 보상 추구, 현실 도피, 사회적 상호작용 욕구 등이 여러 유형의 미디어 중독에 공통적으로 작용할 수 있다는 것이다. 이러한 연구결과들은 청소년의 미디어 중독 예방 및 개입에 있어 통합적 접근의 필요성을 시사한다. 미디어 중독에 대한 연구를 한 Kyoung과 Kim (2019)은 한 유형의 미디어 중독이 다른 유형의 중독에 서로 영향을 줄 수 있음을 지적하며, 향후 연구에서는 이러한 미디어 중독 유형 간의 상관관계가 시간에 따라 어떻게 변화하는지, 그리고 이러한 관계에 영향을 미치는 요인들은 무엇인지에 대한 종단적 연구가 필요할 것이다.

숏폼 콘텐츠 연구는 아직 초기 단계에 머물고 있지만, 최근 몇 년 사이에 특히 젊은 세대를 중심으로 빠르게 확산되면서 사회적 관심이 커지고 있다. 특히 청소년기는 또래 관계에서의 소통을 중요시 여기고, 신체적·심리적 정서발달에 중요한 시기인데(Park, 2019), 숏폼 콘텐츠는 짧은 시간 동안 강력한 행동 유발과 감정적 반응을 유도하는 특성이 있으며 청소년의 충동적 성격, 낮은 자아조절 능력, 높은 사회적 불안감, 빈번한 숏폼 동영상 콘텐츠 이용이 청소년들의 숏폼 콘텐츠 중독행위를 일으킨다(Wang, 2020). 따라서 청소년의 숏폼 콘텐츠의 사용 패턴, 심리적 요인, 문화적 맥락을 포함한 다양한 요인의 영향을 분석하는 후속 연구가 필요하다. 이에 본 연구는 SNS와 숏폼 콘텐츠의 상호보완적 관계를 더욱 깊이 이해하고 청소년들의 건강한 미디어 사용을 위한 효과적인 대응 전략을 개발하는 기초 자료로 활용될 수 있다는 데 의미가 있다.

이러한 연구결과들을 바탕으로, 청소년의 스마트폰 사용 조절을 위하여 개인, 가정, 학교 등에서의 다각적이고 통합적인 접근이 필요함을 알 수 있다. 청소년기의 미디어 중독 문제가 성인기까지 이어질 수 있다는 점(Kim, 2013)은 장기적인 관점



에서의 개입 필요성을 시사한다. 따라서 청소년기부터 건강한 미디어 사용 습관을 형성하는 것이 중요하며, 이를 위해서는 부모, 학교, 관련 기관의 협력적 노력이 요구된다. 먼저 미디어 사용에 대한 정확한 인식을 심어주고 스마트폰 및 기타 디지털 미디어의 건강한 사용 습관을 형성하기 위해 청소년과 부모를 대상으로 한 교육이 필요하다. 또한 학교와 지역 사회 차원에서는 청소년의 미디어 사용을 효과적으로 규제하고 관리할 수 있는 정책의 수립이 필요하며, 청소년들이 온라인 상호작용에 지나치게 의존하지 않고 다양한 오프라인 활동을 통해 균형 잡힌 사회적 관계를 유지할 수 있도록 장려해야 한다. 뿐만 아니라 다양한 형태의 심리적 지원을 통해 청소년들이 스트레스를 건강하게 관리하고 해결할 수 있는 기술을 배우며, 부모와 교사의 역할을 강화하여 건강한 미디어 사용 습관을 가르치고 강화하는데 적극적으로 참여할 수 있도록 해야 한다. 결론적으로, 청소년의 스마트폰 중독 문제에 대응하기 위해서는 다차원적이고 통합적인 접근이 필요하다. 향후 연구에서는 장기적인 관점에서의 개입 효과를 검증하고, 변화하는 미디어 환경에 대응할 수 있는 유연한 전략 개발이 필요할 것이다.

## 결론

본 연구는 519명의 고등학생을 대상으로 미디어 중독 실태와 영향요인을 분석한 조사연구이다. 스마트폰, SNS, 숏폼, 게임 중독 간 상관 관계가 관찰되었으며, 이러한 결과는 청소년의 미디어 중독 예방 및 관리를 위해 인구통계학적 특성과 심리사회적 요인을 고려한 종합적인 접근이 필요함을 시사한다.

특히 연구가 활발하지 않은 숏폼 콘텐츠를 포함한 디지털 미디어 중독 수준을 고등학생을 대상으로 파악하고 미디어별 상관관계를 분석함으로써 중독 행동 간의 연관성을 파악했다는 점에서 학술적 연구의 의의가 있으며, 고등학생들의 인구통계학적 특성에 따른 미디어별 중독 실태의 차이를 확인함으로써 미디어 중독 예방 및 관리를 위한 전략 개발의 방향을 제시했다는 점에서 의미 있는 연구라 할 수 있다. 하지만 본 연구는 취약한 학생을 대상으로 한 연구라 기관생명윤리위원회(IRB)의 승인이 이루어지지 못한 점, 특정 지역 단일 학교 학생들만을 대상으로 한 점, 대상자 특성에 따른 측정도구 사용의 한계, 다양한 심리사회적 변인들을 충분히 고려하지 못한 점 등의 제한점이 있다. 따라서 향후 연구에서는 연구대상의 확대, 청소년에 특화된 측정도구 사용, 다양한 심리사회적 변인을 포함한 포괄적 연구가 필요하다.

## CONFLICTS OF INTEREST

The authors declared no conflicts of interest.

## ORCID

Hong, Jung Eun <https://orcid.org/0009-0001-9802-737X>  
 Park, Seungmi <https://orcid.org/0000-0001-6156-1336>  
 Been, Yongju <https://orcid.org/0009-0006-2837-8015>  
 You, Jeonghee <https://orcid.org/0009-0002-8978-9409>  
 Han, Jaehee <https://orcid.org/0009-0003-8646-7903>

## REFERENCES

- Bae, S. J., & Lee, S. H. (2021). A study on the longitudinal trend changes in media service addiction variables - Focusing on adolescents from 2000 to 2021. *Journal of the Korea Society Industrial Information System*, 26(5), 95-111. <https://doi.org/10.9723/jksis.2021.26.5.008>
- Bae, S. Y., Lee, C. H., & Kim, N. D. (2021). A study on the status of media use and policy response measures for adolescents: Focusing on teenagers (21-R17). Sejong: National Youth Policy Institute.
- Bang, S. Y., & Hwang, H. J. (2011). A comparative study on preschool children's development: Multi-cultural, low-income, and general families. *Korean Journal of Child Care and Education Policy*, 5(2), 1-22.
- Bavelier, D., Green, C. S., Han, D. H., Renshaw, P. F., Merzenich, M. M., & Gentile, D. A. (2011). Brains on video games. *Nature Reviews Neuroscience*, 12, 763-768. <https://doi.org/10.1038/nrn3135>
- Cha, S. S., & Seo, B. K. (2018). Smartphone use and smartphone addiction in middle school students in Korea: Prevalence, social networking service, and game use. *Health Psychology Open*, 5(1). <https://doi.org/10.1177/2055102918755046>
- Cho, D. H. (2024, August). *Setting a limit on youth SNS. 'SNS version shutdown system' came out.* Maeil Business Newspaper. <https://v.daum.net/v/20240817090301341>
- Choi, H., & Suh, K. H. (2017). The relationships between SNS addiction and subjective well-being of college students: Focused on mediating effects of the self-reproach and shame. *Korean Journal of Youth Studies*, 24(3), 155-174. <https://doi.org/10.21509/KJYS.2017.03.24.3.155>
- Deogracias, A. (2015). Danah boyd: It's complicated: The social lives of networked teens. *Journal of Youth and Adolescence*, 44, 1171-1174. <https://doi.org/10.1007/s10964-014-0223-7>
- Dong, G. H., & Potenza, M. N. (2022). Considering gender differences in the study and treatment of internet gaming disorder. *Journal of Psychiatric Research*, 153, 25-29. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2022.06.057>
- Ham, S. Y., Eum, T. S., & Kang, W. S. (2018). The influence of moti-

- vation for using SNS on school adjustment behavior: Focusing on mediation effects of self-efficacy. *Journal of New Industry and Business*, 36(1), 23-44.  
<https://doi.org/10.30753/emr.2018.36.1.002>
- Jeong, E. J., & Kim, D. H. (2011). Social activities, self-efficacy, game attitudes, and game addiction. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(4), 213-221.  
<https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0289>
- Jeong, J. J., & Jang, H. I. (2022). A latent profile analysis on adolescents' media use and its associations with the purpose of media use and psychological factors. *Korean Journal of Health Psychology*, 27(4), 689-718.  
<https://doi.org/10.17315/kjhp.2022.27.4.006>
- Jeong, J. S., & Lee, H. K. (2020). A Study on factors affecting smartphone addiction in children and adolescents: Focusing on the comparison between 4th-grade elementary school students and 1st-grade middle school students. *Journal of Youth Welfare*, 22(4), 211-241.  
<https://doi.org/10.19034/KAYW.2020.22.4.08>
- Jung, S. Y., & Kim, J. N. (2014). Development and validation of SNS addiction proneness scale for college students. *Korean Journal of Health Psychology*, 19(1), 147-166.  
<https://doi.org/10.17315/kjhp.2014.19.1.008>
- Kim B. N. (2013) Effect of smart-phone addiction on youth's sociality development. *The Journal of the Korea Contents Association*, 13(4), 208-217. <https://doi.org/10.5392/JKCA.2013.13.04.208>
- Kim, B. S., & Kim, O. T. (2017). A research on adolescents' media addiction. *Journal of Integrated Humanities*, 9(1), 25-54.
- Kim, D. I., Chung, Y. J., Lee, J. Y., Kim, M. C., Lee, Y. H., Kang, E. B., et al. (2012). Development of smartphone addiction proneness scale for adults: Self-report. *Korea Journal of Counseling*, 13(2), 629-644. <https://doi.org/10.15703/kjc.13.2.201204.629>
- Kim, H. S. (2009). *A study on the affecting factors of internet addiction in adolescence: Focused on the control effect of ecological system factor*. Unpublished master's thesis, Chosun University, Gwangju.
- Kim, J. H. (2017). *Psychological, behavioral characteristics and Human relationship of adolescent addicted to Smartphone, Internet and Games*. Unpublished doctoral dissertation, Inha University, Incheon.
- Koo, H. J., & Kwon, J. H. (2014). Risk and protective factors of internet addiction: A meta-analysis of empirical studies in Korea. *Yonsei Medical Journal*, 55(6), 1691-1711.  
<https://doi.org/10.3349/ymj.2014.55.6.1691>
- Korean Press Foundation. (2019, December 31). *Tweens' and teens' media use in Korea 2019*. Retrieved November 3, 2024, from [https://www.kpf.or.kr/front/research/selfDetail.do?seq=575401&link\\_g\\_homepage=F](https://www.kpf.or.kr/front/research/selfDetail.do?seq=575401&link_g_homepage=F)
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 311.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph14030311>
- Kyoung, S. K., & Kim, J. W. (2019). A study on smart-phone addiction in teenager: Focused on comparison smart-phone over-dependence, game addiction, SNS addiction. *Studies on Life and Culture*, 52, 179-200.  
<https://doi.org/10.17924/solc.2019.52.179>
- National Information Society Agency. (2024, March 28). *The survey on smartphone overdependence 2023*. Retrieved November 3, 2024, from [https://www.nia.or.kr/site/nia\\_kor/ex/bbs/View.do?cbIdx=65914&bcIdx=26508&parentSeq=26508](https://www.nia.or.kr/site/nia_kor/ex/bbs/View.do?cbIdx=65914&bcIdx=26508&parentSeq=26508)
- Park, G. J. (2019). The influence of adolescents' social network (SNS) addiction tendency on personal relations. *Journal of Convergence for Information Technology*, 9(8), 170-179.  
<https://doi.org/10.22156/CS4SMB.2019.9.8.170>
- Park, J. M., & Kang, M. G. (2018). Smartphone addiction and uses of high school students. *Asia-Pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*, 9(12), 179-189. <https://doi.org/10.35873/ajmahs.2019.9.12.018>
- Seol, S. Y., & Lee, K. B. (2011). Analysis of coach competency condition in school athletic club and policy support plan. *Korean Society of Sport Policy*, 9(1), 99-113.
- Sohn, S. Y., Rees, P., Wildridge, B., Kalk, N. J., & Carter, B. (2019). Prevalence of problematic smartphone usage and associated mental health outcomes amongst children and young people: A systematic review, meta-analysis and GRADE of the evidence. *BMC Psychiatry*, 19, 1-10.  
<https://doi.org/10.1186/s12888-019-2350-x>
- Wang, Y. (2020). *A study on the factor analysis of smartphone addiction in Chinese teenagers: Focus on short video contents*. Unpublished doctoral dissertation, Dong-eui University, Busan.
- Yoon, I. S. (2023). A study on the effectiveness of short-form content and pastoral counseling healing approaches. *Theology and Practice*, 86, 359-383.  
<https://doi.org/10.14387/jkspth.2023.86.359>