

# 스마트폰 과의존과 청소년 애착 연구 동향

박은하

남서울대학교 대학원 휴먼케어학과

## Smartphone Overdependence and Adolescent Attachment Research Trends

Eunha Park

Department of Human Care, Graduate School of Nam Seoul University

**요약** 본 연구는 2002년부터 2023년까지 스마트폰 과의존 및 청소년 애착과 관련된 63편의 논문을 연도별, 발표유형, 주제별, 요인별 동향을 살펴봄으로써 스마트폰 과의존과 애착에 대한 전반적인 지식과 연구의 방향을 제시하고자 하였다. 분석을 통해 확인된 관련 연구의 주제와 동향은 다음과 같다. 첫째, 부모 애착을 포함한 부모 양육 태도는 스마트폰 과의존에 큰 영향을 미친다. 둘째, 청소년기 또래 애착은 부모 애착과 함께 스마트폰 과의존과 유의한 상관관계를 보여준다. 셋째, 어릴 때부터 미디어에 무분별하게 노출될 수 있는 환경은 청소년이 성장함에 따라 자연스럽게 스마트폰 과의존을 유발하여 삶의 질을 위협하고 애착이 필요한 시기에 자아존중감에 악영향을 끼친다. 애착 형성은 청소년기 전체를 통틀어 삶에 가장 큰 영향을 미치는 요소 중 하나인 만큼, 앞으로 스마트폰 과의존 지표를 이용하여 애착 형성의 필요성과 문제점을 해소할 방안이 필요하다.

**Abstract** This study was undertaken to provide an overview of current understanding of smartphone overdependence and attachment based on a review of annual trends, presentation types, and associated factors in 63 papers on smartphone overreliance and youth attachment published from 2002 to 2023. The topics and trends of these studies, identified by analysis, were as follows. First, parental attitudes to parenting and parental attachment greatly influence smartphone overdependence. Second, peer attachment in adolescence is significantly and negatively correlated with smartphone overdependence. Third, indiscriminate exposure of children to the media environment from an early age causes smartphone overreliance, threatens quality of life, and adversely affects self-esteem at a time when attachment is needed. Efforts are needed to solve attachment formation problems using indicators of smartphone overdependence.

**Keywords** : Smartphone, Overdependence, Adolescent Attachment, Research Trends

## 1. 서론

### 1.1 연구의 필요성 및 목적

유아기, 청소년기, 성인 및 노령 인구층에 이르기까지 전 연령대의 스마트폰의 과도한 이용은 최근 들어 심각한 사회문제로 대두되고 있으며, 만 10세부터 19세 사이

에 해당하는 청소년 연령대는 가장 시급한 정책적 접근이 필요한 위험군으로 조사되고 있다[1,2]. 최근 연구결과에 따르면 과의존 위험군 청소년은 37.0%로 성인의 23.3%, 유아동의 28.4%에 비해 높은 수치를 보이는 것으로 알려져 있으며[3], 청소년 스마트폰 과의존율이 다른 연령군 대비 유의미하게 높은 수준으로 나타나고 있다.

\*Corresponding Author : Eunha Park(Nam Seoul University)

email: hahagirl111@naver.com

Received April 20, 2023

Revised June 16, 2023

Accepted July 7, 2023

Published July 31, 2023

2021년도 실태조사에서 스마트폰 이용자 중 고위험군 및 잠재적 위험군 포함을 포함한 과의존 위험군의 비율은 24.2%로 전년도 23.3% 대비 0.9%가 증가했다. 연령대별로 이를 살펴보면 만 3세~9세 사이 유아의 과의존 위험군 비율은 28.4%로 전년 대비 1.1% 증가, 청소년의 경우 지난해보다 1.2% 증가한 37%로 조사되었다[3]. 해당 조사는 코로나 19 장기화에 따른 비대면 문화 확산으로 스마트폰의 이용시간이 증가하면서, 과의존 위험군도 함께 증가하였다고 분석하고 있다. 지속적인 상승세를 보이던 청소년의 스마트폰 이용량이 코로나 19 영향으로 더욱 빠르게 증가하고 있다. 이러한 스마트폰의 과도한 사용으로 인해 생기는 부작용은 우리의 주변에서 자주 볼 수 있다.

학생들이 스마트폰 게임에 빠져 과도한 경제적 지출을 하고, 거북목 증후군, 안구건조증 및 시각장애와 같은 건강상 문제를 호소하는 외에도 충동적인 성격 형성을 보이는 등 정신적인 문제까지 동반하는 현상을 보인다[4]. 더욱 심각한 것은 이러한 현상을 보이는 연령층이 갈수록 하향화되고 있다는 것이다[5]. 학계에서는 심화되어 가는 스마트폰 과의존 현상의 원인을 다방면으로 찾고 있다. 애착은 여러 요인들과 스마트폰 과의존에 간접적인 경로를 통해 영향을 미치고 있음을 보여준 바 있다[6]. 본 연구에서 보다 면밀하게 비교·분석함으로써 최근 사회적 문제로 떠오르고 있는 스마트폰 과의존에 대한 개입방안으로 보다 근접변인(proximal variables)인 대인관계 문제에 대한 개입이 유용한 것인지 객관적이며 효과적인 연구가 될 수 있도록 이들 연구의 시사점을 도출하여 후속 연구의 바탕을 제공하고자 한다.

## 1.2 연구 문제

본 연구는 청소년 스마트폰 과의존과 애착의 전반적인 동향을 살펴보고 연구의 방향을 제시하는데 그 목적이 있다. 이를 위한 구체적인 연구 문제는 다음과 같다.

첫 번째, 청소년 스마트폰 과의존과 애착 관련 연구 논문의 연도별, 유형별 분류를 기반으로 연구의 대상과 주제에 대한 양적 분석을 실시한다.

두 번째, 청소년 스마트폰 관련 논문에서 과의존에 영향을 미치는 요인별 분석 결과를 살펴보고, 이 중 애착이 어떠한 상관관계를 가지는 것으로 파악되는지 확인한다.

## 2. 본론

### 2.1 이론적 배경

#### 2.1.1 스마트폰 과의존

과도한 스마트폰 이용으로 인해 일상생활을 제대로 수행하지 못해 문제를 일으키는 스마트폰에 대한 현저성이 증가하고, 이용 조절력이 감소하여 문제적 결과를 경험하는 상태를 스마트폰 과의존으로 정의한다[4]. 개인의 삶에서 스마트폰을 이용하는 생활패턴이 다른 형태보다 두드러지고 가장 중요한 활동이 되며, 이용자의 주관적 목표 대비 스마트폰 이용에 대한 자율적 조절능력이 저하되는 것이다. 또한, 신체적·심리적·사회적으로 지속적으로 이용하는 것이다.

스마트폰이 대중화되면서 역기능적 사용의 문제가 나타나게 되었으며 스마트폰 중독 역시 다양한 사회병리현상 중 한 가지로 보인다[7]. 청소년의 경우 또래문화에 민감하고 친구들의 대화에 끼기 위해 스마트폰을 사용하는 경우가 많고, 항상 손에 들고 다니기 때문에 접근성이 좋아 과의존성향이 높아질 수밖에 없다[8]. 스마트폰은 청소년 문화에 있어서 친구들과의 의사소통을 가능하게 해주는 실질적 수단이자 또래 간의 유대성을 강화하는 도구로서의 중요한 의미를 가지는 동시에 청소년들 자신만의 네트워크를 구축하거나 사교성을 확대시켜 줌으로써 사회적 관계망 속에서 그들의 친화 동기 및 소통에 대한 욕구를 채워주는 역할을 가능하게 한다[9].

청소년은 성인보다 새로운 매체를 더욱 적극적으로 받아들이며, 기존의 매체를 대체하는 경향성이 높아 새로운 매체를 접하게 되면 더욱 몰입하여 사용하게 될 가능성이 크다. 그래서 청소년은 새로운 매체인 스마트폰에 금방 몰입하게 되며, 몰입이 지나칠 때 중독적인 현상을 보일 수 있다[6]. 청소년들에게 스마트폰이라는 매체는 의사소통과 자기표현의 수단이며 이를 통해 그들 나름의 문화를 생산하는 대상으로 볼 수 있기 때문에 청소년의 심리사회적 특성과 스마트폰 사용의 관계는 긴밀하다고 할 수 있다.

#### 2.1.2 애착

애착은 영국 출신의 정신분석가이자 정신과 전문의인 존 볼비(John Bowlby, 1907~1990)가 최초로 제안한 개념으로 인생 초기에 가까운 사람에게 강한 감정적 유대를 형성하는 것을 의미한다. 생후 1년 동안 양육자와 애착 관계를 형성한 유아는 세상을 탐색하는 안전기로 애착 대상을 이용하며 애착이 형성된 특정 대상과 친밀하고 가까운 관계를 유지하고, 그 대상을 통해 안정감을 찾으려는 욕구를 갖게 된다.

애착은 가장 가까운 사람과 연결된 강하고도 지속적인 정서적 유대이며, 인간 사이의 지속적인 심리적 연계자, 다른 사람에게 근접을 추구하고 유지하려는 행동, 그리고 그 근접이 손상되었을 때 그것을 회복하려는 강렬하고 지속적인 정서적인 결속으로 정의된다.

Jin 등[10]은 애착은 특정한 인과 형성한 지속적인 관계이며, 유아들은 이 관계를 형성한 특정한 인과에 의존하는 성향을 갖고 애착을 통해 사회적 환경에 대한 기본적인 신뢰와 안전감을 발달시킨다고 보았다. 초기 애착 관계에서 아동이 부모에게 신뢰와 지지의 경험은 성인이 되어서도 타인과 신뢰 및 친밀하고 긍정적인 관계를 형성할 수 있다는 것이다.

또한, Fredrickson과 Branigan은 애착은 어린 시절 뿐 아니라 성인기에도 영향을 미친다고 주장하였다[11]. 안정된 애착을 형성한 아이는 성장해서도 타인에 대해 신뢰를 갖고 타인에게 의존하는 것에도 편안하며 친밀한 인간관계를 형성하지만, 부모와 애착 관계를 적절히 형성하지 못한 경우에도 또래 관계를 통해 자신과 타인 사이의 애착 관계에 대한 인지적 표상을 수정할 수 있다고 하였다[12].

### 2.1.3 선행연구 고찰

스마트폰 과의존과 관련한 선행연구를 살펴보면 인터넷 과의존과 마찬가지로 아동·청소년이 주 대상이 되었는데 국내의 많은 연구에서 부모와의 애착과 스마트폰 과의존이 관련이 있고 부모와 안정된 애착을 형성할수록 스마트폰 과의존이 낮게 나타나는 것으로 보고하였다. 애착 불안이 높을수록 충동성이 높고 외로움도 크며, 스마트폰 과의존도 더 높은 것으로 나타난 것이다. 그 외 그동안 연구에서 다루어진 개인 내적인 변인으로는 자기 통제력[10] 충동성[13], 스트레스[2,13,14], 우울[7,10,15] 등이 있었고, 환경적 변인으로는 부모 및 또래 애착[11,12,15-17]과 사회적지지[18,19] 등이 있었다.

## 2.2 연구방법

### 2.2.1 자료분석 대상

본 연구는 2002년부터 2023년까지 출판된 국내 학위 논문과 전문 학술지에 게재된 논문 중 ‘애착’, ‘청소년’, ‘스마트폰 중독’, ‘스마트폰 과의존’을 주제로 추출한 논문을 대상으로 양적 분석을 진행하였다. 또한, 기존 용어가 가진 부정적인 어감을 줄여주는 대신 병리적 사용에 대한 경각심은 유지시켜준다는 한국정보화진흥원 연

구 결과[2]에 따라 ‘중독’ 대신, ‘과의존’이라는 대체용어를 사용했음을 밝힌다.

국내 학술연구정보서비스, 국회도서관, 한국학술정보, 대학 도서관의 소장 자료를 인용하였으며, 1차 ‘청소년’, ‘스마트폰 중독’, ‘애착’ 키워드로 검색된 논문에서 2차 ‘스마트 과의존’, ‘휴대폰 중독’, ‘휴대폰 의존’에 관한 연구를 분석대상에 포함했다. 또한, ‘청소년’의 나이를 청소년기본법에 따라 9세~24세로 보아 ‘초등학생’, ‘대학생’ 등도 포함했다.

각 데이터베이스에서 총 135건의 논문이 검색되었으며, 학술지 학위논문이 같은 경우 원문 확인이 가능한 논문을 선정하였고, 원문 확인이 가능하지 않거나 공개하지 않은 논문과 ‘청소년’, ‘애착’, ‘스마트 중독’, ‘스마트폰 과의존’ 등의 연관 주제어가 없는 논문은 제외하였다. 그 결과 학위논문 27건과 학술지 논문 36건, 총 63건의 논문이 본 연구의 양적 분석대상으로 선정되었다. 이를 기반으로 청소년 스마트폰 과의존과 애착의 연관성 그리고 성 비율과 매개 요인에 관한 연구 동향을 살펴보았다.

### 2.2.2 자료분석 기준

상담학 관련 교수 1명과 박사수료자 2명의 연구자가 논문의 분석항목에 대한 개념을 공유한 후 각자 분석하였다. 학술지의 경우 한국연구재단의 등재후보 및 등재지에 발표된 우수 논문으로만 선정하여 분석의 타당도와 신뢰도를 확보하려고 노력하였다.

Table 1. Analysis criteria

Classification		Details
Research Trends	Year	2002 ~ 2023
	Presentation Type	master, doctor degree & academic journal
	Target	elementary, middle, high school & University
Contents of one's study	Topic	cell phone, smartphone, addiction &, overreliance
	Main cause	mediating factor

선정된 63편의 논문을 분석하기 위해 ‘스마트폰 중독’에 관한 연구 동향 [20]과 ‘국내 스마트폰 중독 프로그램 관련 연구동향과 효과 고찰’ [21], ‘초·중·고등학생의 스마트폰 중독 국내 연구의 동향: 스마트폰 중독의 원인과 결과 요인을 중심으로’ [22] 등의 선행 연구 등을 주로 활용

하였다. 위 Table 1과 같이 분석기준은 연도별, 발표유형별, 대상별, 분야별, 주제 및 내용별로 구분하여 분석하고 분석 결과는 빈도와 백분율을 사용하였다. 주제는 휴대폰, 스마트폰, 중독, 과의존의 키워드로 한정하였으며, 애착과 자기통제를 매개요인 분류기준으로 사용하였다.

### 2.3 연구방법

#### 2.3.1 동향 분석

본 연구를 통해 분석대상 논문의 연도별, 발표유형별 추이를 살펴보면, Table 2에서 2000년~2010년까지 휴대폰 과의존과 애착 관련하여 논문 1편이 유일했으나 2014년 이후부터 점차 증가하는 것을 확인할 수 있었다. 특히, 2018년에는 스마트폰 과의존과 애착 관련 연구가 14건(22.2%)으로 매우 활발하게 이루어졌다. 학술지와 석사 논문의 경우 많은 차이가 없으며, 박사 논문의 경우 총 3건(4.7%)으로 확인되었다.

Table 2. Trends by year and type

Year	Degree		Academic journal	Total (%)
	Master	Doctor		
2002	1			1(1.5)
2011			1	1(1.5)
2012			3	3(4.7)
2013	1		1	2(3.1)
2014	4		4	8(12.6)
2015	6		1	7(11.1)
2016	2	1	2	5(7.9)
2017	3		3	6(9.5)
2018	5		9	14(22)
2019	1	1	3	5(7.9)
2020	1		3	4(6.3)
2021			3	3(4.7)
2022			3	3(4.7)
2023		1		1(1.5)
Total	24(38.0)	3(4.7)	36(57.1)	63(100)

연구 대상별 추이는 Table 3과 같으며, 중학생이 27건(42.1%)으로 가장 많았다. 또한, 초등학교 고학년과 중학교 1학년을 같이 연구하거나 중학교 3학년과 고등학교 1학년 등 학년별로 나눈 것이 아닌 연령별로 나누어 연구했고, 대학생이 2건(3.1%)으로 가장 적었던 것으로 확인되었다.

Table 3. Analysis of trends by subject

Year	Target(age)							Total(%)
	9 ~ 13	12 ~ 14	14 ~ 16	16 ~ 17	17 ~ 19	19 ~ 24	etc	
2002					1			1(1.5)
2011			1					1(1.5)
2012			3					3(4.7)
2013	2							2(3.1)
2014	1		3	3				7(11.1)
2015			4	2	2			8(12.6)
2016		1	1		2	1		4(6.3)
2017	1				4	1		6(9.5)
2018		1	11	2				15(23.8)
2019	2		2	1				5(7.9)
2020	1	1	2					4(6.2)
2021							3	3(4.7)
2022							3	3(4.7)
2023	1							1(1.5)
계	8	3	27	8	9	2	6	63(100)
Total (%)	12.6	4.7	42.8	12.6	14.2	3.1	9.5	100

연구대상별로 위 주제별 추이를 세부 분석한 결과, 직접적인 설문조사를 통한 연구는 45건(71.4%)이었으며, 한국 아동, 청소년 패널조사(KCYPS)를 활용한 논문은 18건(28.5%) 이었다(Table 4). 특기할 만한 점은 중학생을 대상으로 한 논문이 설문조사 활용에서 17건(37.7%), 패널조사 활용에서 10건(55.5%)으로 가장 많은 것으로 확인되었다는 것이다. 해당 시기 조사대상에 대한 연구자들의 관심도를 추단할 수 있는 부분이다. 청소년기 대학생과 학업중단 청소년의 경우 설문조사에서는 각 2건(4.4%), 6건(13.3%)으로 확인되었지만, 패널조사에서는 확인되지 않았다.

#### 2.3.2 연구내용 분석

첫째, 연도별 분석 결과 2018년 14건(22.2%)으로 가장 높았고 2014년 8건(12.6%), 2015년 7(11.1%), 2017년 6건(9.5%), 2019년 5건(7.9%) 순으로 꾸준히 연구되고 있지만, 그 수치는 2018년을 제외하면 10건 미만이다. 둘째, 발표유형별 분석 결과 학술지 36건(57.1%), 석사 논문 24건(38.0%)에 비해 박사 논문 3건(4.7%)으로 5%

에도 못 미치는 수치다. 셋째, 연구대상별 분석 결과 중학생 27건(42.8%), 고등학생 9건(14.2%), 초등학생 8건(12.6%) 순위로 나타나며 연구 대상별 세부 분석 결과에서도 확인할 수 있는바 연구 대상의 2019년, 2020년 혼합연구방법 2건(3.1%)을 제외한 61건(96.8%)이 양적 연구로 진행되었으며 한국 아동, 청소년 패널조사(KCYPS)를 18건(28.6%)이었다. 넷째, 주제별 분석 결과 스마트폰으로 명시된 논문은 40건(63.4%)이었고 휴대폰으로 명시된 논문은 20건(31.7%)이었다. SNS 중독과 중독 경향성 3건(4.7%)의 경우 주제어에 스마트폰, 휴대폰이 명시되지 않아 제외 대상이지만 ‘스마트폰 과의존 실태조사’[4]에 따르면 청소년 SNS 사용이 일반사용자 77.3% 과의존 위험군 82.3% 전체 79.3%로 증가하고 있다는 발표에 따라 포함했다. 다섯째, 연구 주제에 따른 애착 관련 주요어 분석 결과 또래 애착 41건(60.2%)으로 가장 많았고 그다음으로 부모 애착 10건(14.7%), 불안 애착 6건(8.8%)으로 나타났다. 여섯째, 연구 결과 요인 관련 분석에 관한 결과는 자아존중감 14건(17.7%), 부모양육태도 12건(15.1%), 효과점증 13건(16.4%), 학교 적응 11건(13.9%), 자아탄력성 9건(11.3%), 자기통제력 9건(11.3%), 학대 방임 7건(8.8%), 충동성 4건(5.0%)으로 분석되었다. 또한, 부정적 정서 요인으로 우울 12건(25.5%), 사회불안 7건(14.8%), 스트레스 2건(4.2%), 외로움 2건(4.2%) 순으로 나타났으며 중재프로그램은 기독교상담, 정서중심치료, 집단모래놀이치료, 애착 중심 집단미술치료 각 1건씩 총 4건(98.5%)으로 분석했다.

애착이 스마트폰 중독에 미치는 연관성과 그 효과에 대한 분석은 다음과 같다. 스마트폰 중독에 영향을 미친다는 논문은 103건(91.1%)으로 세부 내용으로는 부모 애착이 43건(38.0%), 또래 애착 28건(24.7%), 그 외 요인은 기타 32건(28.3%)으로 가족식사인식, 가족의사소통, 대인관계, 대인불안, 사이버비행, 생활만족, 우울 5건, 자기조절 2건, 자기통제력 3건, 자기효능감, 자아정체감 2건, 자아존중감 4건, 자아탄력성 5건, 충동성 2건, 휴대폰 의존도 이다. 또한, 영향을 미치지 않는다는 논문은 10건(8.8%)으로 부모 애착의 1건(0.8%), 또래 애착 5건(4.4%), 그 외 애착행동, 외로움, 우울, 스마트폰 중독 등 4건(3.5%)으로 확인되었다.

### 3. 결론

연구의 결과는 다음과 같다. 첫 번째, 부모와의 애착

은 스마트폰 과의존에 영향을 미친다. Oh 등의 선행연구에서 확인할 수 있듯이, 청소년에게 있어 부모 애착은 스마트폰 과의존에 더 유의미했다[23]. 두 번째, 부모 애착과 더불어 청소년기의 또래 애착은 스마트폰 과의존과 유의미한 연관성을 보였다. 부모 애착과 다른 차이점은 또래와의 사이가 긍정적인 경우와 부정적인 경우 모두에서 스마트폰 의존적인 경향을 보인다는 것이다. 세 번째, 저연령층의 스마트폰 보급확대는 청소년들이 무분별한 매체에 노출될 수 있는 가능성을 높인다. 이로 인하여 스마트폰 과의존이 심화될 가능성이 있으며, 대안으로 자녀와의 대화시간 증대 등을 포함한 부모 애착 관계 형성에 대한 교육이 부모를 대상으로 실시되어야 할 것이다.

본 연구는 스마트폰 관련 논문 중 인터넷과 게임 등의 주요 주제를 제외한 문헌만을 대상으로 분석을 실시했다는 점에서 한계가 있다. 향후 저연령층이 과의존 현상을 보이는 주요 요인들을 통합적으로 분석·연구할 수 있는 기회가 주어졌으면 한다. 스마트폰의 일상적 사용은 이미 포화상태로, 보수적인 관점에서 이에 대한 통제 및 관리를 시도하는 것은 지난한 일이 될 것이다. 생활 필수품이 되어버린 스마트폰의 사회적 문제점을 해소하기 위하여, 발전적 대안에 관한 추가적인 연구가 필요할 것으로 사료된다.

### References

- [1] T. R. Kim, Y. M. Choi, "The Mediating Effect of Mental Health in the Relationship Between Smart Phone Addiction and School Adaptation in Middle School Students", *Journal of Social Science*, Vol.32, No.3, pp. 185-210, Aug. 2016.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.18859/ssrr.2016.08.32.3.185>
- [2] S. M. Shin, Y. S. Ko, A Study on the Concept of 'Internet Overdependence' as an Alternative Term for 'Internet Addiction', p.45, National Information Society Agency (NIA), 2017, pp.2-3.
- [3] National Information Society Agency (NIA), Smartphone Overdependence Survey 2021, Survey Report, Ministry of Science and ICT (MICT) and National Information Society Agency (NIA), Korea, pp.34-35.
- [4] J. R. Lee, Status of exposure to smartphones and protection measures for infants and toddlers. p.24, Childcare Policy Research Institute, 2014, pp.17-26.
- [5] Ministry of Gender Equality and Family (MGEF), Survey on Internet and mobile phone usage habits among teenagers 2022, Survey Report, MGEF, Korea, pp.2-3.

- [6] B. K. Kim, Y. M. Baek, C. G. Heo, "The Relation Among Attachment, Smart Phone Addiction, and SNS Addiction: The mediating Role of Interpersonal Problem", *Korean Journal of Youth Studies*, Vol.23, No.3, pp.483-502, Mar. 2016.
- [7] S. G. Park, H. S. Jo, "The Relationship between Happiness, Depression and Smart phone Addiction", *The Korean Journal of Health Psychology*, Vol.23, No.4, pp.1095-1102, Feb. 2018.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.17315/kjhp.2018.23.4.014>
- [8] J. S. Ko, "Mediating Effect of Adolescents' Smart-Phone Addiction in the Relationship between Family Function and School Adjustment Resilience", *The Journal of the Korea Contents Association*, Vol.14, No.6, pp.140-151, Jun. 2014.  
DOI: <https://doi.org/10.5392/jkca.2014.14.06.140>
- [9] C. M. Keum, *Research into smartphone addiction proneness and mental health problem for middle and high school student at Korea*, Master's thesis, Graduate School of Seoul National University, Seoul, Korea, pp.44-47, 2016.
- [10] M. R. Jin, S. M. Shin, "The Effects of Attachment Trauma, Self-esteem, Depression, Self-regulation on Smart phone Addiction in Korean Adolescents : Focusing on Escape Theory Model", *Korean Journal of Addiction Psychology*, Vol.1, No.1, pp.31-53, Feb. 2016.
- [11] B. L. Fredrickson, C. Branigan, "Positive emotions broaden the scope of attention and thought-action repertoires", *Cognition & emotion*, Vol.19, No.3, pp.313-332, Apr. 2005.
- [12] Y. Y. Choi, Y. S. Seo, "The Relationship between Insecure Adult Attachment and Smartphone Addiction: The Mediation Effect of Impulsiveness Moderated by Social Support", *Korean Journal Of Counseling And Psychotherapy*, Vol.27, No.3, pp.749-772, Apr. 2015.
- [13] S. M. Shin, Y. S. Song, J. J. Kim, J. S. Oh, "The Relationship between Impulsiveness and Smartphone Addiction among Adolescents: Focused on the Possible Application of Delay Discounting Task", *The Korean Journal of Health Psychology*, Vol.23, No.2, pp.345-363, Apr. 2018.  
DOI: <https://doi.org/10.17315/kjhp.2018.23.2.003>
- [14] A. J. Seo, *Effects of High School Student's Self-control and Stress-Coping Styles on Smart-Phone Use*, Master's thesis, Graduate School of Hanyang University, Seoul, Korea, pp.42-46, 2013.
- [15] J. S. Lee, N. M. Yang, "The Relationship between Adult Attachment Anxiety and Depression in College Student: The Mediating Effects of Self-compassion and Maladaptive Cognitive Emotion Regulation", *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, Vol.30, No.2, pp.397-422, Mar. 2018.
- [16] H. H. Oh, H. J. Kim, "The mediating effects of family communication between parent attachment and the internet and smartphone addiction of middle and high school students", *Studies on Korean Youth*, Vol.25, No.4, pp.35-57, Jun. 2014.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.14816/sky.2014.11.75.35>
- [17] S. W. Choi, S. H. Kim, "Influence of Adolescent Attachment to Parents on Addiction to Smart phone: Mediation Effect brought in by Self-esteem", *The Korean Journal of School Psychology*, Vol.12, No.3, pp.365-383, Dec. 2015.  
DOI: <https://doi.org/10.16983/kjsp.2015.12.3.365>
- [18] M. J. Park, J. H. Oh, S. M. Shin, "The Relationship Between Social Support and Smartphone Addiction: The Mediating Effect of Existential Spiritual Well-being", *The Korean Journal of Health Psychology*, Vol.19, No.4, pp.1185-1202, Dec. 2014.  
DOI: <https://doi.org/10.17315/kjhp.2014.19.4.016>
- [19] K. A. Brennan, P. R. Shaver, "Dimensions of adult attachment, affect regulation, and romantic relationship functioning", *Personality and social psychology bulletin*, Vol.21, Np.3, pp.267-283, May 1995.
- [20] H. B. Kim, "Research Trends in Smart Phone Addiction", *Korean Association of Addiction Crime Review*, Vol.3, No.1, pp.74-89, Jun. 2013.
- [21] S. H. Jeon, Y. D. You, "A study on the research trend and effects of domestic smart-phone addiction program", *Journal of Student Guidance*, Vol.37, pp.263-294.
- [22] C. J. Park, S. J. Seo, M. A. Do, "Trends of Domestic Research on Smartphone Addiction among Elementary, Middle and High School Students: Focusing on the Causes and Results of the Smartphone Addiction", *Journal of Emotional & Behavioral Disorders*, Vol.33, No.3, pp.271-296, Sep. 2017.  
DOI: <https://doi.org/10.33770/JEBD.33.3.14>
- [23] S. S. Oh, H. Y. Jung, "A Study on the Analysis of Current Condition of Overdependence on Smartphones", *Journal of Knowledge Information Technology and Systems(JKITS)*, Vol.16, No.3, pp.461-470, Jun. 2021.  
DOI: <https://doi.org/10.34163/jkits.2021.16.3.008>

박 은 하(Eunha Park)

[정회원]



- 2020년 2월 : 남서울대학교대학원 중독상담재활학과 (중독재활상담 전공 석사)
- 2002년 2월 : 남서울대학교대학원 휴먼케어학과 (중독재활상담전공 박사과정 수료)

〈관심분야〉

중독, 재활, 청소년상담