



유아의 미디어 이용시간 실태와 자기조절력 및 문제행동과의 관계

The Relationship between Young Children's Media Use Time, Self-regulation, and Problem Behaviors

김보라 · 신혜원*

세아별어린이집 원장 · 서경대학교 아동학과 부교수

Kim, Bora · Shin, Hyewon*

Sae-a star Daycare Center

Department of Child Studies, Seokyeong University

Abstract

The purpose of this study was to examine the media use time of young children and to investigate the relationship between young children's media use time, self-regulation, and problem behavior. The subjects of this study were 82 mothers of 82 children age 5-6 and eight teachers of the children who are attending six preschool facilities in the Seoul area. To measure the media use time of young children, we developed our questionnaire for this study with reference to Current Status and Protective Measures of Young Children's Exposure to Media Devices (Jeongrim Lee, Namhee Do, Yu Jeong Oh, 2013). This study modified and revised the Self-Control Rating Scale (Kendall and Wilcox, 1979) and Children's Behavior Rating Scale (C-TRF) (Oh Kyung-Ja & Kim Young-A, 2010). The Pearson product moment correlation coefficient and the one-way ANOVA were used to analyze the data. The results were as follow: first, the average media use time of young children was three hours and 54 minutes. Additionally, young children spent more media exposure time with parents and siblings, than the time they spent alone on media. Two, the aggressiveness of the children was higher with longer use time of smart devices, and boys had higher scores on emotional reactivity in internalizing problem behavior, as well as aggressiveness, and problem behavior in externalizing problem behavior. Additionally, when young children were alone while using smart devices, their attentiveness and aggressiveness were higher in externalizing problem behavior.

Keywords: Media use time of young children, Self-regulation of young children, Problem behaviors of young children

I. 서론

스마트폰 보급 확산, 인터넷 이용률의 증가와 콘텐츠의 다양화로 인터넷·스마트미디어가 생활에서 일상적, 습관적

으로 사용되고 있으며, 이러한 스마트 미디어의 보급은 과다사용과 의존으로 인한 심리적, 관계 행동적, 신체적 영향과 같은 다양한 정보화 역기능 현상을 심화시키고 있다. '2016년 인터넷 과의존 실태조사'에 의하면 3~9세의 스마트미디어 과의존 잠재적 위험군은 2015년 대비 2016년에

본 논문은 2017년 연세대학교 교육대학원 석사학위 청구논문을 수정한 것임.

* Corresponding author: Shin, Hyewon

Tel: +82-2-940-7560, Fax: +82-2-940-7560

E-mail: shinhye@skunvi.ac.kr

© 2019, Korean Association of Human Ecology. All rights reserved.

6% 증가(미래창조과학부, 한국정보화진흥원, 2016)하였는데, 이는 성인이나 청소년보다 증가폭이 매우 두드러졌다. 선행연구들은 이러한 스마트 미디어의 과다사용은 연령이 어릴수록 대응 능력이 부족하기 때문에 부정적인 영향을 더 많이 야기할 수 있어 주의가 필요하다고 경고하고 있다(서민영, 임은미, 2010; 조은정, 2010; Brenner, 1997; Griffiths & Hunt, 1998).

유아 생활시간조사에 의하면, 대체로 유아는 하루 24시간 중 자고, 먹고, 어린이집을 이용하고, 이동하는 등의 시간을 제외한 교제 및 여가시간으로 4시간 40여분을 사용하였고, 이중 미디어를 이용하는 시간은 1시간 반 가량이며, 유아의 80% 이상이 미디어를 이용하고 있는 것으로 나타났다(도남희 외, 2013). 이는 유아가 하루일과 중 기본적으로 잠을 자거나 먹는 등 기본생활에 필요한 시간과 유아교육기관에서 보내는 시간을 제외하고 가정에서 부모와 함께 하는 시간 중 3분의 1 이상을 미디어를 이용하며 시간을 보내고 있다는 것이다. 실제로 유아의 미디어 노출실태를 조사한 결과에서도 유아의 미디어 총 이용 시간이 TV, 컴퓨터, 스마트폰 3가지 기종을 모두 이용한다고 할 때, 일일 3시간 정도인 것으로 나타났다(이정림 외, 2013). 이러한 결과들은 현재 우리나라 유아가 어린 연령부터 일과 중 많은 시간을 미디어를 활용하며 보내고 있다는 사실을 말해준다. 또한 어머니 스마트 기기 사용 습관은 유아의 미디어 중독경향성에 있어 매우 영향력 있는 변인으로 보고되었다(김민석, 문혁준, 2015; 박소영, 2015; 이윤미, 2014). 부모들의 미디어 매체 이용시간이 많을수록 자녀의 미디어 매체 노출 시기도 빨랐으며, 주 양육자의 습관적 미디어 이용, 미디어 이용시간은 유아의 습관적 미디어 이용, 이용시간과 관계가 있는 것으로 나타났다(이정림 외, 2013). 그러므로 영유아의 미디어 이용 실태를 알아보기 위해서는 유아 혼자서 이용하는 시간뿐만 아니라 유아와 함께 있는 사람의 미디어 이용으로 인한 미디어 노출 시간도 함께 고려해야만 한다.

유아가 미디어를 이용하며 보내는 시간이 증가하면서 미디어 이용에 관한 긍정적 측면의 연구결과와 부정적 측면의 연구결과가 각각 제시되고 있다. 유아의 발달적 측면에서 미디어를 이용한 활동은 유아의 어휘력 이해, 어휘습득, 언어발달(정재후, 김명순, 2003; 이민주 외, 2015), 유아의 과학적 태도 및 탐구능력(유구종, 2012)에 기여한다고 보고되고 있다. 반면에, 1975년부터 현재까지의 TV시청이 1~7세 유아의 발달에 미치는 영향에 대한 연구들을 종합해 보면, 주의집중력 문제, 언어발달 지연 등의 문제가 높

게 나타났다(Anderson et al., 2001). 유아가 미디어를 장시간 이용할 경우 신체활동의 부족, 비만 등 신체 발달에 부정적 영향을 미치고(NAEYC, 2012), 불안이나 우울과 같은 정신적 문제를 유발하며(Wilson, 2008), 도덕적 판단 수준이 낮아진다고 밝히고 있다(이숙희, 2007). 또한 유아의 미디어 시청시간이 생활의 큰 부분을 차지하지만 유아교육 현장에서 상상놀이의 질에는 주목할 만한 영향을 미치지 못하는 것으로 나타나서(신나리, 2005) 미디어 시청은 유아의 발달에 부정적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 건강한 성장을 방해하는 요소라 할 수 있다.

유아의 미디어 이용과 관련된 선행연구들은 대체로 유아의 개인적 변인, 가정환경 변인에 대해서 살펴보았다. 연령이 어릴수록 미디어 이용시간이 더 많았고(이정림 외, 2013), 연령이 높을수록 미디어 과몰입이 더 많았다(구희정, 2013; 임명희, 김성현, 2014). 남아가 여아보다 미디어를 더 많이 이용한다는 주장과(강정원 외, 2011; 구희정, 2013; 임경심 외, 2014; 임명희, 김성현, 2014) 성별에 따라 차이가 없다는 주장이(이수기 외, 2014) 보고되고 있어 미디어 이용 상황에 대해서 보다 구체적으로 살펴볼 필요가 있다. 가구의 소득(이정림 외, 2013), 부모의 학력 및 모의 취업 유무(임명희, 김성현, 2014; 황정혜, 박인우, 2015) 등의 가정환경 변인에 대한 연구들에서도 서로 다른 주장들이 제시되었다. 이는 유아 미디어 이용에 대해 좀 더 추가적으로 연구되어야 하며 특히 유아의 미디어 이용 실태를 좀 더 구체적으로 살펴볼 필요가 있음을 시사한다.

유아의 미디어 이용시간과 관계가 있는 개인 요인 중 하나는 유아의 자기조절력이다. 자기조절력은 외부의 자극에 대해 자신의 감정, 사고, 행동을 통제할 수 있는 개인의 기질적 능력으로 정의되고 있다(Derryberry & Rothbart, 1988). 이러한 자기조절력은 인지적 요인인 심사숙고 능력, 문제해결능력, 계획하는 능력과 평가하는 능력이 해당되며, 행동적 요인으로는 자기점검, 자기평가, 자기강화 등이 포함된다(연구도 있다(Kendall & Wilcox, 1979)). 미디어 과의존 요인으로 유아의 경우 조절실패가 가장 높게 나타났다. 조절실패란 유아가 미디어를 이용할 때 스마트폰 이용에 대한 자율적 조절능력이 감소하는 것을 의미한다. 유아기는 아직 충동적 경향이 강하고, 상황에 따라 적절하게 행동, 정서를 조절하기 쉽지 않지만, 스스로 자신을 조절하는 능력의 기초를 형성하는 중요한 시기이다(강민주, 심미경, 2011). 이용시작 시기가 빠를수록 과몰입 위험이 높고, 미디어를 접하는 초기에 미디어 사용 문제는 이후 성인기까지 유지될 가능성이 높아(김주연, 2002), 미디어

이용에 있어서도 그 습관을 형성해 가는 중요한 시기로 볼 수 있다. 선행연구에 의하면 유아의 감정통제, 충동억제, 자기통제와 같은 자기조절력 수준이 높을수록 유아의 미디어 이용이 적었다(구희정, 2013; 김민희, 2015; 김서희, 황성운, 2017). 반면 유아의 미디어 이용과 유아의 자기조절력 간에 유의한 상관이 없다고 보고한 연구들도 있다(임경심 외, 2014; 김지현, 오선진, 2016). 이러한 미디어의 이용시간과 유아의 자기조절력에 관계를 다룬 연구는 많지 않을 뿐만 아니라 그 관계에 대한 결과도 일치하지 않고 있으므로 좀 더 연구되어야 한다.

최근 유아의 문제행동에 영향을 미치는 변인으로 미디어 이용에 관한 연구들이 증가하고 있는데, 이는 미디어 매체 이용의 확산이라는 사회적 분위기의 영향과 대부분의 가정에서 미디어 매체를 보유하고 있으며, 절반 이상의 유아들이 미디어를 이용하고 있는 실정(이정림 외, 2013)이 반영되었기 때문이다. 유아들의 일상생활 속에서 미디어가 차지하는 비중이 커지면서, 유아 혼자서 이용할 뿐만 아니라 부모 등 가족이 이용하는 미디어에 노출됨은 유아의 문제행동에 영향을 주고 있다(현은자 외, 2013). 유아의 스마트폰 과다사용이 사회정서 발달에 부정적인 영향을 미치고(임연정, 2016), 스마트 기기 이용시간 증가는 공격성 수준을 높이므로(현소리, 2016), 유아의 미디어 이용시간뿐만 아니라 이용 실태에 따른 유아 문제행동에 미치는 영향을 살펴보는 것도 중요하다고 사료 된다. 대체로 유아가 미디어를 이용하는 이유는 양육자가 바쁘거나 집안일 등으로 유아와 놀아줄 수 없을 때 대처하는 수단으로 활용되고 있다(김희정, 2010). 유아가 미디어를 이용하는 시간이 많은 경우에는 미디어 중독이나 중후군이 보고되고 있다(이경숙 외, 2005), 유아 혼자서 미디어에 노출되는 시간은 어떠한지, 가족 등 다른 사람의 미디어 이용에 간접적으로 노출되는 시간은 어떠한지 등에 대해 구체적으로 살펴봐야 한다. 이에 본 연구는 유아의 미디어 이용시간과 관련된 변인에 대한 정보를 제공하기 위해 만 5, 6세의 유아를 대상으로 유아의 미디어 이용시간 실태를 파악하고, 유아의 미디어 이용시간과 자기조절력, 문제행동은 각각 어떠한 관계가 있는지 살펴보고자 한다.

- 연구문제 1. 유아의 미디어 이용시간 실태는 어떠한가?
- 연구문제 2. 유아의 미디어 이용실태와 유아의 자기조절력 간의 관계는 어떠한가?
- 연구문제 3. 유아의 미디어 이용실태와 유아의 문제행동 간의 관계는 어떠한가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상은 서울 J구와 S구에 소재한 어린이집에 다니고 있는 만 5, 6세 유아와 어머니 82쌍과 교사 8명이었다. 연구 대상 유아의 연령을 만 5, 6세로 선정한 이유는 유아의 자기조절력은 3세 이후부터 가능하데(Kopp, 1982) 만 5세 이후에 의미 있는 변화가 이루어지고 안정되기 때문이다(양옥승, 이정란, 2003; 이선애, 현은자, 2010). 본 연구는 연구대상을 모집하기 이전에 연세대학교 생명윤리위원회 승인을 받았으며 승인된 연구절차에 따라 연구를 수행하였다(7001988-201612-SB-305-03).

연구 대상을 선정하기 위해 서울시 보육포털서비스에 공시된 국공립어린이집 1,054기관(2017년 1월 기준) 중에서 사회경제적 특성이 비슷하다고 판단되는 J구와 S구를 선정하였고, 이중에서 평가인증 수준이 우수한 어린이집 62기관을 무선 선정하였다. 각 어린이집 원장과 교사에게 연구 목적 및 절차 등에 대한 안내 사항을 이메일과 전화로 설명하였다. 이중 6기관 어린이집이 연구 협조에 동의하였고 어머니의 경우는 각 기관을 통해 연구 협조문을 발송하여 연구 협조에 동의를 구하였다. 연구 대상 전체 유아의 연령은 평균 6세 1개월(60~84개월)이었고, 남아 42명(51.0%), 여아 40명(49.0%) 이었으며 형제 수는 두 자녀가 59명(72%)로 가장 많았고, 세 자녀가 16명(19.5%), 네 자녀가 2명(2.4%), 외동아가 5명(6.1%)이었다. 어머니의 평균 연령은 38.4세로 31~40세(73.2%)가 가장 많았고, 교육 수준은 대학교 졸업 이상이 45명(54.9%)으로 가장 많았다. 또한 전일제 취업모가 43명(52.4%), 시간제 취업 18명(22%), 비취업이 18명(22%), 무응답 3명(3.7%)이었다. 최종 학력은 대학교 이상 졸업자가 아버지는 60명(73.3%), 어머니는 57명(69.5%)이었다.

2. 연구도구

본 연구는 주요 변인으로 유아의 미디어 이용시간, 유아의 자기조절력, 유아의 문제행동을 평가하기 위해 세 가지 척도를 사용하였다. 유아의 문제행동과 자기조절력은 교사가 평정하도록 하였고, 유아의 미디어 이용시간은 어머니가 평정하도록 하였다.

1) 유아의 미디어 이용시간 및 실태

유아의 미디어 이용시간을 알아보기 위해 영유아의 미디어 매체 노출실태 및 보호대책 연구(이정림 외, 2013), 한국아동패널 연구(김은설 외, 2012)를 토대로 질문지 문항을 구성하였다. 어머니가 평일과 주말로 구분하여 유아가 하루 평균적으로 이용하는 시각과 미디어 노출 시각을 각각 체크하였다. 미디어 이용시간 체크리스트의 시간대 범주는 영유아의 미디어 매체 노출실태 및 보호대책 연구(이정림 외, 2013)와 한국아동패널 연구(김은설 외, 2012)를 토대로 하였다. 즉, 우리나라 유아의 평균 기상 시간과 평균 수면시간을 토대로 하여 오전 6시부터 저녁 11시까지의 시간대를 30분 단위로 체크하도록 하였다. 또한 이정림 외(2013)의 연구를 토대로 미디어를 TV, 컴퓨터, 스마트기기 등으로 분류하여 이용시각과 노출 시각을 체크하되 유아가 혼자 미디어를 이용하는지, 누구와 함께 이용하는지, 부모의 미디어 이용으로 인해 유아가 미디어 노출되는지를 체크하도록 하였다. 그리고 유아가 미디어를 자주 이용하는 상황, 미디어를 이용하는 목적 등에 대해 응답하도록 하였다. 이와 같이 구성된 질문지는 유아교육 전공 교수 1인과 유아교육 전공 석사 2인, 유아기 자녀를 둔 어머니 1인에게 내용의 적절성을 검토하도록 하여 응답자가 보다 쉽게 체크할 수 있도록 수정·보완하였다. 이후, 연구대상에 포함되지 않는 11명의 부모에 예비조사를 실시하여 응답에 어려움이 없음을 확인하였다.

2) 유아의 자기조절력

유아의 자기조절력을 평정하기 위하여 Kendall과 Wilcox(1979)가 개발한 '자기조절력 척도(Self-Control Rating Scale)'를 본 연구자가 번안 후 수정·보완하여 사용하였다. 본 척도는 자신의 감정을 적절하게 처리할 수 있는 능력인 '자기통제력' 10문항, 타인의 지시나 감시 없이도 사회적으로 인정된 행동을 할 수 있는 능력인 '충동성 억제' 13문항, 장기적으로 목표 달성을 위해 끈질긴 열정을 가지고 끝까지 해보려는 능력인 '주의집중력' 10문항으로 총 33문항으로 구성되어 있다. 11명의 부모를 대상으로 한 예비조사 결과 자기통제력 문항 중 8번 문항은 미국식 표현으로 응답자마다 해석을 다르게 함으로 인해 본 연구에서는 제외하였다. 따라서 본 연구에서는 자기통제력 9문항, 충동성 억제 13문항, 주의집중력 10문항, 총 32문항을 사용하였고, 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '항상 그렇다(5점)'까지의 5점 척도로 응답하도록 되어 있다. 각 하위요인별 평정점수가 높을수록 자기 통제력은 높고,

충동성은 낮으며, 주의집중력은 높은 것으로 해석된다. 본 연구에서 사용한 문항별 내적 합치도 계수인 Cronbach's α 는 자기통제력 .84, 충동성 .91, 주의집중력 .93, 총점 .96이었다.

3) 유아의 문제행동

유아의 전반적인 문제행동을 측정하기 위하여 Achenbach와 Rescorla(2000)가 개발한 한국판 유아행동평가 척도-교사용(Caregiver-Teacher Report Form for Ages 1.5-5; [C-TRF] 1.5-5)을 한국아동을 대상으로 오경자와 김영아(2010)가 표준화한 한국판 유아행동평가 척도(C-TRF)를 사용하여 평정하였다. C-TRF는 총 100문항으로 대상연령은 만 1.5세부터 5세까지이며, 교사가 아동의 문제행동 및 사회적 적응정도를 '전혀 해당되지 않는다(0점)'에서 '자주 그런 일이 있거나 많이 그렇다(2점)'까지 3점 척도로 평정한다. 검사결과는 크게 문제행동중후군 척도와 DSM 진단 척도로 구성되며, 문제행동중후군 척도는 다시 크게 3개의 요인으로 내재화, 외현화, 기타 문제로 나뉘는데 본 연구에서는 기타문제를 제외한 정서적반응성, 불안/우울, 신체증상, 위축으로 이루어진 내재화 행동문제(32문항), 주의 집중문제, 공격행동으로 이루어진 외현화 행동문제(34문항) 총 66문항을 사용하였다. 본 연구에서의 내적 합치도 계수인 Cronbach's α 는 내재화 문제행동 .82, 외현화 문제행동 .93이었다.

3. 연구절차

본 연구에서는 2016년 11월 21일부터 11월 30일까지 예비조사를 통해 유아 미디어 이용 시간 및 실태 척도, 유아의 자기조절력 척도를 수정·보완하여 최종 질문지를 완성하였다. 특히 본 연구에서는 유아의 미디어 이용 시간 및 실태 조사를 위해 구성한 척도가 부모가 응답하기에 적절한지 알아보기 위해 아동학 전공 교수 및 보육 및 유아교육 전공 교사들의 자문을 받았으며 11명의 부모를 대상으로 예비조사를 실시한 결과를 토대로 수정·보완하였다.

본 조사는 연구 참여에 동의한 교사와 어머니를 대상으로 2017년 1월 9일부터 1월 31일까지 실시하였다. 연구 참여에 동의한 총 6개 어린이집에 연구자가 직접 방문하여 연구에 대한 내용을 안내하였고, 어머니용 설문지는 교사를 통해 각 가정에 배포하였고 회수하였다. 교사용 설문지 2가지는 먼저 유아의 문제행동에 대한 설문지에 응답하도록

록 하였고, 1주일 후에 연구자가 각 기관을 방문하여 유아 문제행동 설문지를 회수하고 유아 자기조절력 설문지에 응답하도록 하였다. 총 6개 어린이집 만 5,6세 유아 133명을 대상으로 설문지가 배포되었는데, 유아의 문제행동 설문지는 133부(100%) 회수되었고, 유아 자기조절력 설문지는 131부(98%), 유아의 미디어 이용시간 및 실태 설문지는 87부(65%)가 회수되었다. 이중 무응답이나 중복응답을 한 경우를 제외하고 교사의 설문지와 어머니 설문지가 일치하는 경우 82부를 최종 자료로 사용하였다.

4. 자료 분석

먼저, 유아의 스마트기기 총 이용시간과 노출시간은 평일과 주말로 나누어 30분 단위로 체크한 항목들을 토대로 총 시간을 합산하여 1일 평균 시간을 산출하였다. 유아가 스마트기기를 주로 이용하거나 노출되는 시간대와 스마트기기를 이용하는 상황 등에 대해 빈도분석을 하였다. 유아의 스마트기기 이용시간 및 노출시간과 유아의 자기조절력 및 문제행동 간의 관계를 알아보기 위해서는 Pearson의 적률상관분석, 일원변량분석을 하였다. 유아의 성에 따라 미디어 이용시간(이민주 외, 2015), 자기조절력(양옥승, 이정란, 2003), 문제행동(김영아 외, 2011)은 차이가 있으므로, 성별에 따라 유아의 미디어 이용시간 및 노출시간과 유아의 문제행동의 관계를 알아보았으며 이를 위해 SPSS 24 프로그램을 이용하였다.

III. 결과 및 해석

1. 유아의 미디어 이용시간 실태

유아의 미디어 이용시간 실태는 유아의 일일 평균 미디어 이용시간, 유아의 미디어 이용 상황 특성에 대해 알아보았다. 미디어 이용시간은 미디어를 자발적으로 조작하고 활용하는 시간을 의미하는데, 유아의 경우 주로 부모, 가족 등 다른 사람에 의해 미디어를 접하게 되는 경우도 많아(이정림 외, 2013) 구분할 필요가 있기 때문이다.

1) 유아의 미디어 이용시간 평균과 표준편차

유아의 미디어 이용시간, 노출시간을 알아보기 위해 평일과 주말의 이용시간, 노출시간의 평균을 알아보았다 <표 1>. 유아의 미디어 총 이용시간 평균은 3.91시간(3시간 54분, $SD=2.44$)이었고, 미디어 매체별 일일 평균이용시간은 TV 2.56시간(2시간 33.6분 $SD=1.80$), 컴퓨터 0.40시간(24분, $SD=.85$), 스마트기기 0.95시간(57분, $SD=1.00$)이었다. 유아 단독으로 미디어를 이용하지 않으나 주변 사람들의 미디어 이용으로 인해 미디어에 노출되는 시간은 일일 평균 5.92시간(5시간 55.2분, $SD=3.84$)이었다. 미디어 매체별 일일 평균 노출시간은 TV 4.69시간(3시간 41.4분, $SD=2.66$), 컴퓨터 0.40시간(24분, $SD=.83$), 스마트기기 1.86시간(1시간 51.6분, $SD=1.72$)이었다. 따라서 미디어 매체 별 유아의 미디어 이용시간 및 미디어 노출시간은 TV가 가장 많았고, 스마트기기가 두 번째로 많았으며, 그 다음은 컴퓨터 순이었다.

주중과 주말 유아의 미디어 이용시간 및 노출시간을 알아보았다. 먼저, 미디어 총 이용시간 평균은 주말 오후가 3.44시간(3시간 26.4분, $SD=2.49$), 주중 오후가 2.20시간(2시간 12분, $SD=1.70$), 주말 오전이 1.58시간(1시간 34.8분, $SD=1.33$), 주중 오전이 .60시간(36분, $SD=.74$)순이었다. TV, 컴퓨터, 스마트기기 별 주말과 주중 총 이용시간을 알

<표 1> 유아의 미디어 이용시간 평균과 표준편차(단위:시간) (N=82)

유아의 미디어 이용시간		미디어의 종류	M(SD)
		유아의 미디어 이용시간	TV
	컴퓨터	.40(.85)	
	스마트기기	.95(1.00)	
	총 시간	3.91(2.44)	
유아의 미디어 노출시간	TV	4.69(2.66)	
	컴퓨터	.40(.83)	
	스마트기기	1.86(1.72)	
	총 시간	5.92(3.84)	

아본 결과, 주말 오후 TV 이용시간이 2.19시간(2시간 12분, $SD=1.70$)으로 가장 많았고, 두 번째는 주중 오후 TV 이용시간이 1.36시간(1시간 21.6분, $SD=1.07$)이었고, 세 번째는 주말 오전 TV 이용시간이 1.09시간(1시간 5.4분, $SD=1.00$) 순으로 많았다. 따라서 본 연구 대상 유아는 주말과 주중 오후에 미디어를 가장 많이 이용하고 있으며, 미디어 매체 중에서는 TV를 가장 많이 이용하고 있었다.

주중과 주말 유아의 미디어 노출시간을 알아본 결과, 미디어 총 노출시간 평균은 주말 오후가 5.55시간(5시간 33분, $SD=4.16$), 주중 오후가 3.55시간(3시간 33분, $SD=2.51$), 주말 오전이 2.04시간(2시간 2.4분, $SD=1.63$), 주중 오전이 .75시간(45분, $SD=.86$)순으로 많았다. TV, 컴퓨터, 스마트 기기 별 주말과 주중 총 노출시간을 알아본 결과, 주말 오후 TV 노출시간이 3.41시간(3시간 24.6분, $SD=2.82$), 주중

오후 TV 노출시간이 1.92시간(1시간 55.2분, $SD=1.67$), 주말 오후 스마트기기 노출시간이 1.77시간(1시간 46.2분, $SD=1.93$) 순으로 많았다. 따라서 본 연구 대상 유아는 주말 오전과 오후, 그리고 주중 오후에 미디어에 많이 노출되었고, 미디어 매체별로는 주말 오후와 주중 오후 TV에 가장 많이 노출되었고, 주말 오후에 스마트 기기에 비교적 많이 노출되는 것으로 나타났다.

2) 유아의 미디어 이용 상황 특성

유아가 미디어를 이용하는 시간대의 상황에 대한 내용은 다음 <표 2>와 같다. 유아가 주로 미디어를 이용하는 상황에 대해 알아본 결과, ‘자녀가 유치원이나 어린이집 등원을 준비할 때’ TV를 보는 경우가 가장 많았고(30.5%), 두 번째로는 ‘자녀가 유치원이나 어린이집 하원 후 오후

<표 2> 유아의 미디어 이용 상황 특성에 대한 빈도와 백분율

(N=82)

시간		구분		
		TV	컴퓨터	스마트기기
		N(%)	N(%)	N(%)
유아의 이용시간대의 상황	자녀가 유치원(어린이집) 등원 준비를 할 때	25(30.5)	2(2.4)	1(1.2)
	자녀가 유치원(어린이집) 하원 후 오후시간에	21(25.6)	5(6.1)	16(19.5)
	저녁 식사하기 전에	12(14.6)	1(1.2)	6(7.3)
	저녁 식사 후에 잠자기 전에	7(8.5)	2(2.4)	14(17.1)
	주말 동안에만	13(15.9)	13(15.9)	21(25.6)
	시간에 관계치 않고 틈만 나면	2(2.4)	1(1.2)	3(3.7)
	무응답	2(2.4)	58(70.7)	21(25.6)
유아와 미디어를 주로 함께 이용하는 사람	주로 혼자서 봄	9(11.0)	7(8.5)	24(29.3)
	주로 부모님과 함께 봄	15(18.3)	9(11.0)	16(19.5)
	주로 형제, 자매와 함께 봄	52(63.4)	11(13.4)	23(28.0)
	주로 친구와 함께 봄	0(0)	0(0)	0(0)
	주로 친척들과 함께 봄	1(1.2)	0(0)	0(0)
	기타	4(4.9)	1(1.2)	1(1.2)
	무응답	1(1.2)	54(65.9)	18(22.0)
유아가 미디어를 이용하는 주된 이유	자녀가 좋아해서	30(36.6)	10(12.2)	21(25.6)
	또래와의 교류, 공감대 형성을 위해	16(19.5)	2(2.4)	12(14.6)
	자녀가 습관적으로 보기를 위해서	5(6.1)	0(0)	6(7.3)
	가족, 친척 등이 볼 때 따라 봄	15(18.3)	-	-
	정보검색 등 지식습득을 위해	-	6(7.3)	4(4.9)
	기타	4(4.9)	10(12.2)	21(25.6)
	무응답	12(14.6)	54(65.9)	18(22.0)

시간에 TV를 보는 경우(25.6%)와 ‘주말 동안에만’ 스마트 기기를 보는 경우(25.6%)가 많았다. 따라서 본 연구대상 유아는 교육기관의 등원 준비를 하는 시간과 하원 후 오후 시간에 주로 TV를 이용하였고, 주말 동안에는 스마트기기를 주로 이용하는 것으로 나타났다.

유아가 미디어를 이용할 때 누구와 함께 이용하는지 알아본 결과, TV는 ‘형제·자매와 함께’ 보는 경우가 63.4%로 가장 많았고, 컴퓨터는 ‘무응답(65.9%)’이 가장 많았으며, 스마트기기는 ‘주로 혼자 보는 경우(29.3%)’와 ‘형제·자매와 함께 보는 경우(28.0%)’가 많았다. 따라서 본 연구대상 유아는 대체로 TV나 스마트기기에 비해 컴퓨터를 이용하는 경우가 적었고, TV나 스마트기기는 형제·자매와 함께 혹은 주로 혼자 이용하는 것으로 나타났다.

유아가 미디어를 이용하는 주된 이유를 살펴본 결과, TV의 경우 ‘자녀가 좋아해서’(36.6%)이었다. 스마트기기의 경우 ‘자녀가 좋아해서’(25.6%)와 ‘기타’인 경우(25.6%)

가 가장 많았는데, ‘기타’ 응답내용은 대체로 외출 중이나 모임 등에서 유아를 달래기 위해서, 또는 부모가 여러 사람들과 함께 있는 경우에 유아가 미디어를 이용한다고 응답하였다. 따라서 본 연구 대상 유아는 유아 스스로 TV와 스마트기기를 좋아해서 이용하는 경우가 많았고, 외출이나 모임 등의 상황에서 유아를 돌보기 위한 목적으로 스마트기기를 이용하는 경우가 많았다.

2. 유아의 미디어 이용시간 실태와 자기조절력의 관계

1) 유아의 미디어 이용시간 및 노출시간과 유아의 자기조절력의 관계

유아의 미디어 이용시간 및 노출시간과 유아의 자기조절력의 관계를 알아보기 위해 Pearson의 적률상관분석을 실시한 결과, 다음 <표 3>과 같다.

<표 3> 유아의 미디어 이용시간과 유아의 자기조절력 간의 관계 (N=82)

유아의 미디어 이용시간		유아의 자기조절력		자기통제	충동성 억제	주의 집중력	총점
		TV	컴퓨터				
유아의 미디어 이용시간	남 (n=42)	TV	컴퓨터	.08	.01	.13	.07
		스마트기기		.09	.00	.03	.04
		총 이용시간		-.10	-.19	-.13	-.15
				.05	-.08	.05	-.00
	여 (n=40)	TV	컴퓨터	-.07	-.10	-.14	-.11
		스마트기기		-.19	-.12	-.20	-.17
		총 이용시간		.02	-.02	-.00	-.00
				.05	-.08	.05	-.00
	전체 (n=82)	TV	컴퓨터	.02	-.04	.02	-.01
		스마트기기		-.03	-.04	-.07	-.05
		총 이용시간		-.06	-.14	-.09	-.10
				-.02	-.10	-.05	-.06
유아의 미디어 노출시간	남 (n=42)	TV	컴퓨터	.04	-.03	.05	.03
		스마트기기		.24	.15	.19	.19
		총 노출시간		-.06	-.13	-.10	-.11
				.04	-.04	.02	.00
	여 (n=40)	TV	컴퓨터	-.23	-.15	-.28	-.22
		스마트기기		-.13	-.05	-.17	-.12
		총 노출시간		.16	.09	.19	.15
				-.11	-.07	-.14	-.11
	전체 (n=82)	TV	컴퓨터	-.06	-.05	-.07	-.06
		스마트기기		.05	.06	.00	.04
		총 노출시간		.02	-.06	.01	-.02
				-.02	-.05	-.04	.04

유아 전체 총 미디어 이용시간과 전체 유아의 자기조절력 총점 간의 상관($r=.06$)은 통계적으로 유의하지 않았다. 또한 남아, 여아 모두 총 미디어 이용시간과 유아의 자기조절력 총점 간의 상관도 유의하지 않았다. 유아 전체 총 미디어 노출시간과 유아의 자기조절력 총점 간의 상관($r=.04$)은 통계적으로 유의하지 않았다. 또한 남아, 여아 모두 총 미디어 노출시간과 유아의 자기조절력 간의 상관도 유의하지 않았다. 따라서 본 연구대상 유아의 미디어 이용시간 및 노출시간에 따른 자기조절력은 관계가 없었다.

2) 유아와 미디어를 함께 이용하는 사람에 따른 유아의 자기조절력 차이

미디어를 함께 이용하는 사람이 누구인지에 따라 유아의 자기조절력이 차이가 있는지 알아보기 위해 미디어 종류별로 누구와 이용하는지 응답한 경우만을 일원변량분석을 실시하였다<표 4>. TV의 경우, 혼자서 이용하는 유아의 자기조절력 평균 점수가($M=3.25, SD=.95$)로 다른 두 경우보다 낮았으나 통계적으로 유의하지 않았다. 컴퓨터의 경우 유아의 자기조절력 평균 점수는 여러 사람이 함께 있을

때 유아를 달래기 위해서 이용하는 ‘기타’라고 응답한 경우($M=2.34, SD=.00$)가 가장 낮았고, 그 다음으로 혼자서 이용하는 유아($M=3.47, SD=.64$)가 낮았다. 스마트기기 역시 여러 사람이 함께 있을 때 유아를 달래기 위해서 이용하는 ‘기타’라고 응답한 경우($M=3.19, SD=.00$)로 가장 낮았고, 그 다음으로는 혼자 이용하는 경우($M=3.40, SD=.87$)의 유아 자기조절력 점수가 낮았다. 그러나 이러한 차이는 통계적으로 유의하지 않았다. 따라서 TV, 컴퓨터, 스마트기기 등을 유아 혼자 보거나 모임 등에서 유아를 달래기 위해 사용하는 경우에 유아의 자기조절력이 다른 경우보다 다소 낮았지만 통계적으로 유의하지는 않았다.

3. 유아의 미디어 이용시간 실태와 문제행동의 관계

1) 유아의 미디어 이용시간 및 노출시간과 유아의 문제행동의 관계

남아와 여아 모두 미디어 총 이용시간과 내재화 문제행동 총점 및 외현화 문제행동 총점은 유의한 상관이 없는 것으로 나타났다. 그러나 미디어 종류별로 살펴보면, 남·

<표 4> 유아와 미디어를 이용하는 함께 이용하는 사람에 따른 유아의 자기조절력의 차이

유아의 문제행동		자기통제		충동성 억제		주의집중력		총점	
		M(SD)	F	M(SD)	F	M(SD)	F	M(SD)	F
미디어 유형	혼자(n=9)	3.19(.98)		3.55(.99)		2.91(.93)		3.25(.95)	
	부모님(n=15)	3.57(.59)	1.17	3.98(.53)	.80	3.23(.56)	.88	3.63(.54)	.94
	형제·자매(n=52)	3.67(.69)		3.95(.74)		3.32(.68)		3.67(.69)	
	기타(n=5)	3.49(.90)		3.89(.71)		3.26(.87)		3.58(.81)	
컴퓨터	혼자(n=7)	3.45(.63)				3.80(.77)			
(n=80)	부모님(n=9)	3.69(.64)	2.68	4.08(.60)	1.46	3.41(.67)	2.23	3.76(.60)	2.22
	형제·자매(n=11)	3.78(.52)		4.07(.51)		3.41(.57)		3.78(.52)	
	기타(n=1)	2.11(.00)		2.85(.00)		1.90(.00)		2.34(.00)	
	스마트 기기	혼자(n=24)		3.40(.84)				3.62(.98)	
(n=28)	부모님(n=16)	3.74(.65)	1.65	4.14(.56)	1.92	3.41(.63)	1.53	3.80(.59)	1.64
	형제·자매(n=23)	3.81(.67)		4.06(.63)		3.44(.65)		3.80(.63)	
	기타(n=1)	3.00(.00)		3.92(.00)		2.40(.00)		3.19(.00)	

여 전체 유아의 스마트기기 이용시간과 외현화 문제행동 총점은 유의미한 상관성이 나타났고($r=.22, P<.05$), 특히 남아의 스마트기기 이용시간과 외현화 문제행동 총점은 유의미한 상관성이 나타났다($r=.36, P<.05$). 내재화·외현화 문제행동의 하위범주 별로 살펴보면, 남·여 전체 유아의 스마트기기 이용시간과 외현화 하위범주인 공격성이 정적으로 유의미한 상관성이 나타났고($r=.25, P<.05$), 남아의 스마트기기 이용시간과 내재화 문제행동의 하위범주 중에서는 정서적 반응성이 정적으로 유의미한 상관성이 나타났다($r=.38, P<.05$). 따라서 전체 유아의 스마트기기 이용시간이 길수록 공격성 수준이 높았고, 특히 남아는 스마트기기 이용시간이 길수록 정서적 반응성과 공격성의 어려움이 있다고 해석할 수 있다.

남아와 여아 모두 미디어 총 노출시간과 내재화 문제행동 총점 및 외현화 문제행동 총점은 유의한 상관성이 없는 것으로 나타났다. 그러나 하위 범주별로 살펴보면, 남아의

경우 스마트 기기 이용시간과 내재화 하위범주 중 정서적 반응성에서 정적으로 유의미한 상관성이 나타났다($r=.35, P<.05$). 따라서 남아의 스마트기기 노출시간이 길수록 내재화 문제행동 중 정서적 반응성이 수준에서 어려움이 있다고 해석할 수 있다.

2) 유아와 미디어를 함께 이용하는 사람에 따른 유아의 문제행동 차이

미디어를 함께 이용하는 사람이 누구인지에 따라 유아의 문제행동에 차이가 있는지 알아보기 위해 미디어 종류 별로 누구와 이용하는지 응답한 경우만을 일원변량분석을 실시하였다<표 6>. 유아의 내재적 문제행동은 모든 미디어에서 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 그러나 외현화 문제행동의 경우, 스마트 기기를 이용하는 상황에서는 외현화 문제행동의 총점이 혼자 이용하는 경우($M=11.29, SD=13.01$)가 다른 경우보다 높은 수준이었고

<표 5> 유아의 미디어 이용시간과 유아의 문제행동의 관계 (N=82)

미디어 이용 및 노출		문제행동	내재화					외현화		
			정서적 반응성	불안 /우울	신체 증상	위축	총점	주의 집중	공격성	총점
유아의 미디어 이용 시간	남 (n=42)	TV	.02	-.11	.05	-.05	-.03	.24	.01	.09
		컴퓨터	.11	.23	.10	-.10	.15	-.13	.02	-.03
		스마트기기	.38*	.25	-.09	.04	.27	.19	.38*	.36*
		총 이용시간	.21	.10	.03	-.05	.14	.23	.17	.21
	여 (n=40)	TV	.25	.17	.11	.04	.18	.14	.07	.11
		컴퓨터	-.08	.19	-.18	.06	.04	.15	-.06	.04
		스마트기기	-.20	.03	-.01	-.07	-.08	-.05	-.07	-.07
		총 이용시간	.07	.20	.01	.02	.12	.14	.00	.07
	전체 (n=82)	TV	.14	.05	.07	.00	.09	.20	.03	.10
		컴퓨터	.00	.20	-.02	.00	.08	-.01	-.01	-.01
		스마트기기	.08	.11	-.06	-.03	.05	.11	.25*	.22*
		총 이용시간	.14	.15	.02	-.01	.12	.19	.12	.16
유아의 미디어 노출 시간	남 (n=42)	TV	.23	-.07	.05	-.15	.04	.16	.08	.12
		컴퓨터	-.15	-.01	-.02	-.13	-.13	-.12	-.13	.35
		스마트기기	.35*	.01	-.16	.16	.17	.05	.26	.17
		총 노출시간	.30	-.05	-.04	-.06	.09	.12	.15	.32
	여 (n=40)	TV	.16	.08	-.08	.12	.12	.18	.12	.16
		컴퓨터	-.07	.05	-.07	.09	.02	-.02	.04	.01
		스마트기기	.05	.02	.10	-.01	.04	-.04	-.17	-.12
		총 노출시간	.11	.08	-.02	.10	.10	.10	.01	.05
	전체 (n=82)	TV	.19	.14	.00	.00	.08	.16	.08	.12
		컴퓨터	-.09	.04	-.04	.03	-.02	-.07	-.07	-.08
		스마트기기	.19	.01	-.07	.06	.08	.02	.14	.11
		총 노출시간	.20	.02	-.04	.03	.08	.11	.11	.12

* $p<.05$

이러한 차이는 통계적으로 유의미하였다($F=3.66, P<.05$). 외현화 문제행동 하위범주 별로 살펴보면, 주의집중의 경우 혼자 이용하는 경우가($M=3.88$ 점, $SD=4.26$)가 다른 경우들보다 높은 수준이었고 이러한 차이는 통계적으로 유의미하였다($F=2.97, P<.05$). 또한 외현화 문제행동의 하위 범주인 공격성에서도 혼자 이용하는 경우($M=7.42, SD=10.31$)가 다른 경우들보다 높았고 이는 통계적으로 유의미 하였다($F=2.77, P<.05$). 따라서 스마트기기의 경우 유아가 혼자서 이용하는 경우에 외현화 문제행동 중 주의집중의 어려움과 공격적인 행동에서 어려움이 높았다고 해석할 수 있다.

IV. 논의 및 결론

본 연구는 서울 J구와 S구에 소재한 어린이집에 다니고 있는 만 5, 6세 유아와 어머니 82쌍과 교사 8명을 대상으로 유아의 미디어 이용실태와 유아의 미디어 이용실태와 유아의 자기조절력, 문제행동의 관계에 대해 알아보았다.

첫째, 유아의 미디어 이용시간대의 특성을 살펴보면 유아의 미디어 이용매체별 이용시간 및 노출시간은 TV, 스마트기기, 컴퓨터 순으로 나타났다. 이는 유아의 미디어 매체별 이용시간 중 TV의 이용시간이 가장 높다는 선행연구의 결과와 일치한다(도남희 외, 2013; 이정림 외 2013). TV

〈표 6〉 유아와 미디어를 함께 이용하는 사람에 따른 유아의 문제행동의 차이

유아의 자기조절력 미디어 유형		내재화										외현화					
		정서적 반응성		불안/우울		신체증상		위축		총점		주의집중		공격성		총점	
		M (SD)	F	M (SD)	F	M (SD)	F	M (SD)	F	M (SD)	F	M (SD)	F	M (SD)	F	M (SD)	F
T V (n=80)	혼자 (n=9)	2.00 (2.50)		1.78 (2.05)		.11 (.33)		1.44 (1.74)		5.33 (4.74)		3.89 (4.86)		8.56 (11.90)		12.44 (13.84)	
	부모님 (n=15)	1.20 (2.04)		.87 (1.81)		.33 (.90)		.80 (1.15)		3.20 (5.20)		1.53 (2.59)		2.47 (3.04)		4.00 (4.73)	
	형제, 자매 (n=52)	1.08 (1.48)	.83	1.50 (1.84)	.62	.40 (1.13)	.26	1.42 (1.66)	.69	4.40 (4.41)	.47	2.42 (3.36)	.89	3.50 (6.21)	1.89	5.92 (8.85)	1.84
	기타 (n=5)	.80 (1.30)		1.20 (1.30)		.20 (.45)		1.60 (1.52)		3.80 (3.49)		2.60 (3.44)		2.60 (3.72)		5.20 (7.12)	
컴 퓨 터 (n=28)	혼자 (n=7)	1.43 (2.30)		1.00 (1.00)		.00 (.00)		.71 (1.11)		3.14 (3.67)		1.71 (1.80)		6.29 (11.13)		8.00 (12.66)	
	부모님 (n=9)	1.56 (2.40)		2.00 (2.78)		.67 (2.00)		1.56 (2.30)		5.78 (6.96)		2.33 (3.97)		3.00 (5.27)		5.33 (8.65)	
	형제, 자매 (n=11)	.91 (1.14)	.46	1.73 (1.79)	.47	.55 (1.04)	.40	.82 (.98)	.62	4.00 (4.09)	.54	.64 (1.29)	2.75	2.55 (3.56)	.62	3.18 (4.14)	.99
	기타 (n=1)	3.00 (.00)		3.00 (.00)		.00 (.00)		2.00 (.00)		8.00 (.00)		8.00 (.00)		8.00 (.00)		16.00 (.00)	
스 마 트 기 기 (n=64)	혼자 (n = 24)	1.38 (1.88)		1.58 (1.77)	.25	.29 (.91)		1.25 (1.57)		4.50 (3.99)		3.88 (4.26)		7.42 (10.31)		11.29 (13.01)	
	부모님 (n = 16)	1.31 (1.92)		1.13 (1.78)		.75 (1.65)		1.06 (1.18)		4.25 (4.97)		1.06 (1.84)		1.88 (2.75)		2.94 (4.01)	
	형제, 자매 (n = 23)	1.13 (1.33)	.27	1.48 (1.88)		.48 (.85)	.59	1.39 (1.64)	.16	4.48 (4.28)	.05	1.70 (2.74)	2.97*	2.83 (3.33)	2.77*	4.52 (5.16)	3.66*
	기타 (n = 1)	.00 (.00)		2.00 (.00)		.00 (.00)		1.00 (.00)		3.00 (.00)		1.00 (.00)		1.00 (.00)		2.00 (.00)	

* $p<.05$

이용시간의 경우 2시간 33.6분으로 나타났는데, 만 3~5세 유아들의 TV이용시간을 1시간 29분에서 2시간 정도로 보고하고 있는 선행연구(김수진, 2015; 도남희 외, 2013; Hofferth & Sandberg, 2001)와 비교하면 본 연구 대상의 이용시간이 다소 긴 것을 알 수 있다. 본 연구에서 총 미디어를 이용하는 시간의 평균은 3시간 54분이었다. 이는 도남희 외(2013)가 보고한 유아의 생활시간 연구에서 유아는 유아교육기관을 이용하는 7시간, 수면 11시간을 하루 24시간에서 제외한 6시간 중 3분의 2 수준에 해당된다. 이는 유아들의 일상생활에서 미디어가 차지하는 비중이 결코 적지 않으며, 미디어 과다사용으로 나타나는 부정적 영향에 대응하는 능력이 부족한 유아들의 미디어 사용은 더 많은 문제를 야기할 수 있기 때문에(서민영, 임은미, 2010; Brenner, 1997; Griffiths & Hunt, 1998) 본 연구 결과가 시사하는 바는 매우 중요하다. 현재 우리나라는 영유아의 스마트 기기 사용이 급격히 늘고 있으며 이에 대한 대책이 필요하다는 인식이 높아지고 있으나(이정림 외, 2013), 스마트 기기 노출과 관련된 규제 법조항이 존재하지 않아 정책적 측면의 개선이 시급하다. 따라서 체계적인 정책이 수립되기 까지 영유아를 직접 돌보는 영유아교사 및 부모를 대상으로 스마트 기기 이용과 관련된 교육을 실시하는 등의 실제적인 대안이 운영되어야만 할 것이다. 유아의 스마트 기기 과다 노출은 교사나 부모의 개입이 필수적이기 때문이다.

유아의 미디어 이용 상황에서는 ‘자녀가 유치원(어린이집) 준비를 할 때’와 ‘자녀가 유치원(어린이집) 하원 후 오후시간에’에 미디어를 이용한다는 응답이 비교적 많았다. 분주한 아침 시간에 유아의 등원 준비를 위해 미디어를 이용하는 것이 효과적이기 때문이고 오후 시간에 가사일 등을 하는 동안 유아를 돌보기 위해 미디어를 이용하는 것으로 추측된다. 또한 본 연구대상 어머니 중 전일제 취업모가 52.4%, 시간제 취업모가 22%이므로 일과 육아를 병행함에 있어 미디어를 이용하는 현대 사회의 특징이라 하겠다.

한편, ‘주말 동안에만’ 미디어를 이용한다는 응답비율이 높았고, 유아가 미디어를 이용할 때 주로 함께 있는 사람은 형제나 자매인 경우와 부모님과 함께 보는 경우가 많았으며 특히 스마트기기는 유아 혼자서 본다는 응답이 가장 많았다. 이는 비교적 여유로운 주말에 미디어를 많이 이용하며 유아가 가정에서 형제, 자매나 부모와 함께 있는 시간에도 주로 미디어를 이용하는 것으로 추측된다. 또한 자녀가 미디어를 이용하는 주된 이유를 묻는 응답에서는 ‘자

녀가 좋아해서’라는 응답이 높게 나왔는데, 이는 유아가 다른 놀잇감이나 종이책보다 미디어 매체를 이용할 때 집중시간이 길어지기 때문에 부모가 개인적인 시간을 활용하기 위해(고서린, 2014) 미디어가 손쉽게 사용되고 있는 것이다. 즉, 유아들은 가족과 함께 보내야 할 시간에 부모들이 아동과 놀아주기 힘들거나 바쁘고(김희정, 2010), 가사 일을 하거나 휴식을 취하는 등 다하지 못한 일을 해야 해서(이경숙 외, 2004) 미디어를 시청하고 있는 것이다. 이는 유아들이 가정 내에서 부모와의 놀이나 상호작용이 부족함을 의미하며 유아가 일반적으로 미디어 매체를 이용하는 경우가 많아 유아의 건강한 발달이 위태로울 수 있으므로 이에 대한 구체적인 대안이 시급하다. 그러나 본 연구에서는 미디어 이용실태 중 주로 미디어 이용시간과 관련된 변인만을 살펴보았기 때문에 유아가 보는 미디어 프로그램 및 내용에 대한 것을 다루지 못했다. 또한, 미디어 이용시간을 파악하는 설문지가 기존의 면접 방식의 시간 체크 방식을 토대로 질문지를 구성하여서 문항수가 비교적 많았고 이로 인해 응답자에게 부담이 되어 무응답의 경우가 많았다. 따라서 후속 연구에서 미디어 이용시간을 체크하는 방식을 간소화하고, 미디어 이용시간 뿐만 아니라 유아의 미디어 이용과 관련된 내용적 측면을 살펴본다면 보다 구체적인 유아의 미디어 이용 실태에 대한 정보를 파악할 수 있을 것이다.

둘째, 남아, 여아 모두 미디어 이용시간과 자기조절력은 유의미한 상관이 나타나지 않았다. 이는 선행연구에서 유아의 스마트 미디어 몰입경향성과 자기조절력이 서로 부적 상관관계가 존재한다는 연구(구희정, 2013; 김민희, 2015; 김서희, 황성운, 2017)와 일치하지 않는 결과이다. 본 연구에서 유아의 자기조절력과 미디어 이용시간의 상관이 유의하게 나타나지 않은 결과는 본 연구 대상 유아들의 자기조절력이 비교적 높게 나타났기 때문으로 해석해 볼 수 있다. 즉, 본 연구에서는 교사가 유아교육기관에서 나타나는 유아의 행동 특성을 토대로 자기조절력을 평정했는데, 만 5~6세인 연구대상 유아의 발달 특성 상 유아교육기관에서 제시하는 규칙과 교사의 안내에 잘 따르며 자신의 욕구를 비교적 잘 조절하는 시기이므로 유아의 자기조절력이 비교적 높게 나타났다고 해석해 볼 수 있다. 따라서 추후에는 가정의 일상생활이나 욕구를 조절해야 하는 상황에서의 평정이 포함되어야 한다고 사료 된다. 또한 선행연구들은 스마트 미디어 과몰입 및 중독에 대해 살펴본 연구들이지만 본 연구는 단순히 이용시간만을 살펴보았기 때문이라고 해석해 볼 수 있다. 따라서 단순히 스마트 미디어

이용 시간이 많은 것만으로는 스마트 미디어가 유아에게 부정적인 영향을 미친다고 할 수 없겠다. 또한, 본 연구 결과에서 유아가 TV, 컴퓨터, 스마트기기를 이용할 때 함께 이용하는 사람이 누구인지에 따른 유아의 자기조절력은 유의한 차이가 나타나지 않았다. 이는 본 연구에서는 단순히 유아가 누구와 함께 이용했는지를 조사하였기 때문이다. 즉, 유아가 자기조절력을 발달해 감에 있어서 긍정적인 관계에 있는 성인의 영향을 많이 받으며(박경자, 김지현, 2009), 또한 자기조절력은 다른 사람과의 상호작용에 의해 향상시킬 수 있는데(양옥승, 이정란, 2003) 본 연구에서는 유아가 스마트 미디어를 어떤 사람과 어떠한 상호작용을 하면서 이용했는지를 조사하지 않았기 때문이다. 유아 주변의 성인이 적절한 상호작용과 규칙, 약속을 제공하고 일관성 있는 상호작용으로 이를 관리하는 역할을 했을 때 미디어 기기 사용에서도 유아의 자기조절력이 높아진다(강민주, 심민경, 2011; Bergin & Bergin, 1999). 따라서 추후 연구에서 이러한 사항이 보완되어야 할 것이다. 한편, 최근 미디어 이용이 유아들의 생활시간에서 꽤 많은 부분을 차지한다고 보고되고 있는 바(도남희 외, 2013; 이정림 외, 2013; 김수진, 2015), 부모가 적절한 가이드라인을 제안하며 함께 상호작용하면서 이용할 수 있는 부모교육이 강화되어야 한다. 유아가 미디어를 이용하는 상황에서 유아에게 중요한 인물인 부모가 일관성 있는 적절한 규칙을 제공하고 유아와 함께 상호작용하면서 미디어를 이용하는 부모 역할에 대한 구체적인 지침이 매우 중요하며 필요하기 때문이다(Cheng et al., 2004).

셋째, 전체 유아의 스마트기기 이용시간이 길수록 공격성의 수준이 높았다. 특히 남아는 스마트기기 이용시간이 길수록 정서적 반응성과 공격성에서 어려움이 많았고, 스마트기기 노출시간이 길수록 내재화 문제행동 중 정서적 반응성의 어려움 수준이 높았다. 이는 미디어 이용정도가 높을수록 외현화 문제행동이 높게 나타난다는 선행연구결과(홍광표, 조준오, 2015)와 유사한 결과이고, 미디어 이용시간과 공격성의 상관을 보고 한 연구들(이숙희, 2007; 송숙자, 심희옥, 2003)과 그 맥을 같이한다. 유아기의 내재화, 외현화 문제는 학령기 아동의 문제를 예측한다(Mesman et al., 2001). 미디어 이용시간이 길어질수록 외현화 문제를 더 많이 경험하였다는 연구 결과(Gentile, et al., 2004)는 유아기의 미디어 이용시간이 길어지면 외현화 문제가 발생하고 학령기 이후에도 부정적 영향을 미침을 예측하게 한다. 따라서 생애주기에 있어 미디어를 처음 접하고, 그 습관을 형성해 나가는 유아기에 유아의 올바른 미디어 이용

시간 제한이 필요하며, 이에 따라 나타나는 문제행동에도 관심을 가져야 할 필요가 있다. 한편, 본 연구에서 유아가 혼자서 스마트기기를 이용하는 경우에 외현적 문제행동 중 주의집중과 공격성의 어려움이 높았다. 이는 유아가 미디어를 이용할 때 부모의 적절한 통제나 개입 없이 아이를 돌보는 수단으로 이용함으로 인해 나타나는 문제이다(이경숙 외, 2005). 가정에서 부모와의 적절한 상호 작용 없이 유아 혼자 미디어를 장시간 보는 경우 유아는 타인과의 사회적 관계에 대한 경험이 부족하여 상대적으로 또래와 관계를 맺기가 어려울 수 있다. 스마트기기를 많이 사용하는 유아는 또래 간에 상호작용이 적은 것으로 나타났기 때문이다(김종민 외, 2014). 이러한 또래 상호작용의 어려움은 또래와 함께 생활하는 유아교육기관 내에서 또래와 관계를 맺기 시작하며 공격성, 주의산만 등과 같은 문제행동으로 나타날 수 있음을 시사한다. 따라서 추후 연구에서는 유아의 미디어 이용을 관리 감독하는 주체 및 이용 규칙, 유아가 미디어를 이용할 때 부모역할이나 부모와의 상호작용 등에 대해 구체적으로 살펴볼 필요가 있다.

끝으로 본 연구는 유아의 미디어 이용시간에 대한 변인만 살펴보았을 뿐 미디어 이용 내용적 측면을 살펴보지 못했고, 응답 문항수가 비교적 많았다는 제한점에도 불구하고 후속 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 미디어 이용시간의 전반적인 이용실태를 파악하여 유아의 일상생활시간 속에서 미디어를 이용하는 시간이 매우 큰 비중을 차지한다는 것을 밝혀냈다는 점에서 그 의의가 있다. 둘째, 본 연구에서는 유아의 미디어 이용시간과 문제행동 간의 관계를 살펴보았다. 대부분의 선행연구에서는 주로 유아의 미디어 중독과 문제행동 간의 관계를 살펴보았지만, 본 연구는 유아의 전반적인 미디어 이용 실태를 파악할 수 있는 이용시간과 문제행동과의 관계를 규명하였다. 이는 유아의 미디어 중독과 같은 과몰입 경우에만 유아의 문제행동을 살펴본 선행연구들과 차별화된 점이다. 최근 대부분의 유아들이 일상생활에서 미디어를 적지 않은 시간 이용하고 있다고 보고되고 있다. 이에 본 연구는 유아의 미디어 이용현황을 구체적으로 파악하여 유아가 올바른 미디어 이용 환경에서 생활 할 수 있도록 하는 것이 중요함을 제시하였다. 이는 유아기의 미디어 이용에 대한 부모교육의 기초자료로 활용 될 수 있을 것이다. 셋째, 유아가 미디어를 함께 이용하는 사람에 따라 자기조절력, 문제행동의 차이를 살펴보았다. 많은 연구에서 미디어 이용의 주체가 유아이기 때문에 미디어를 이용하는 대상인 유아의 미디어 과다사용과 자기조절력, 문제행동의 차이

를 살펴본 반면 본 연구는 유아가 미디어를 함께 이용하는 사람에 따라 자기조절력, 문제행동의 차이를 보았다. 이는 유아가 미디어를 이용함에 있어서 유아가 미디어 이용시작, 이용시간 관리 등을 스스로 할 수 없기 때문에 주로 누구와 함께 이용하는지가 미디어 이용과 관련하여 주요한 변인이 될 수 있음을 밝혔다는 점에서 의의가 있다.

주제어: 유아의 미디어 이용시간, 유아의 자기조절력, 유아의 문제행동

REFERENCE

강민주, 심미경(2011). 어머니의 부모역할지능과 유아의 자기조절능력 및 공간능력과의 관계. *아동학회지*, 32(4), 203-216.

강정원, 김승옥, 장수진(2011). 유아의 인터넷 게임중독 경향성에 미치는 유아와 가족변인의 영향. *어린이미디어연구*, 10(3), 205-224.

고서린(2014). 영유아 자녀 스마트폰 사용에 대한 부모의 인식 연구. *어린이교육비평*, 4(2), 5-31.

구희정(2013). 유아의 탄력성 및 기질이 인터넷 게임 과몰입에 미치는 영향 연구. *한국영유아보육학*, 83, 201-220.

김민석, 문혁준(2015). 유아의 스마트폰 사용실태 분석 및 부모 관련 변인 연구. *인간발달연구*, 22(1), 77-99.

김민희(2015). 유아의 자기조절, 어머니의 양육행동과 스마트기기 중독이 유아의 스마트기기 이용에 미치는 영향. *한국보육지원학회지*, 11(6), 133-151.

김서희, 황성온(2017). 유아의 스마트미디어 몰입경향성과 친사회적 행동의 관계에서 자기 조절력의 매개 효과. *대한가정학회지*, 55(1), 1-12.

김수진(2015). 어머니의 양육행동과 만 5세 초등학교 1학년 아동의 생활시간 사용 양상이 기본생활습관에 미치는 영향. 연세대학교 석사학위논문.

김영아, 이진, 김유진, 김민영, 오경자(2011). 한국판 유아 행동평가 척도 교사용(C-TRF)의 표준화 연구. *한국심리학회지: 발달*, 24(2), 65-86.

김은설, 도남희, 왕영희, 송요현, 이에진, 정영혜, 김영원(2012). *한국아동패널 2012*. 서울: 육아정책연구소.

김종민, 문정주, 권미량(2014). 유아기 스마트기기 중독성

에 대한 탐색적 연구. *생태유아교육연구*, 13(1), 199-219.

김주연(2002). 초등학생의 인터넷 중독 경향과 관련요인 연구. 서울대학교 석사학위논문.

김지현, 오선진(2016). 유아의 스마트폰 사용습관과 자기조절력이 유아의 사회성에 미치는 영향. *유아교육연구*, 36(4), 67-91.

김희정(2010). 유아교육기관 귀가 후 유아의 일과 실태 분석: 광주, 전남지역을 중심으로. *열린유아교육연구*, 15(3), 293-311.

도남희, 김정숙, 하민경(2013). *영유아의 생활시간조사*. 서울: 육아정책연구소.

미래창조과학부 · 한국정보화진흥원(2016). *인터넷 과의존 실태조사*. 대구: 미래창조과학부 · 한국정보화진흥원.

박경자, 김지현(2009). 아동의 공격성에 영향을 미치는 개인 내적 · 외적 요인에 대한 구조방정식 모형 검증. *아동학회지*, 27(3), 149-168.

박소영(2015). 유아의 스마트미디어 사용실태 및 과다사용에 영향을 미치는 변인 연구. 가톨릭대학교 박사학위논문.

서민영, 임은미(2010). 유아 및 초등 저학년 아동의 인터넷 게임중독경향과 인성특성의 관계. *아동교육*, 19(4), 163-175.

송숙자, 심희옥(2003). 아동의 컴퓨터 게임 몰두 성행과 심리사회 및 행동적 특성에 관한 연구. *아동학회지*, 24(2), 27-41.

신나리(2005). 미국 유아원 아동의 미디어 시청과 상상놀이성간의 관계. *아동학회지*, 26(5), 89-104.

양옥승, 이정란(2003). 유아의 자기조절력 관련변인간의 관계 분석. *교육방법연구*, 15(2), 145-161.

유구종(2012). 유아교육기관 스마트폰, 태블릿 PC 활용 프로그램 개발 및 유아의 과학적 사고에 미치는 효과. *열린유아교육연구*, 17(3), 85-110.

오경자, 김영아(2010). *유아행동평가 척도 교사용(C-TRF)*. 서울: 휴노.

이경숙, 신의진, 전연진, 박진아(2004). 한국 유아 행동문제의 경향과 특성: 서울지역을 중심으로. *한국심리학회지: 발달*, 17(4), 53-73.

이경숙, 신의진, 전연진, 박진아, 정유경(2005). 과도한 영상물 노출 양육이 영유아의 심리적 발달에 미치는 영향. *한국심리학회지: 발달*, 18(2), 75-103.

- 이민주, 이영신, 유정은(2015). 유아의 미디어 이용시간 및 성별에 따른 언어 발달 차이. *열린부모교육연구*, 7(3), 37-52.
- 이선애, 현은자(2010). 교사-유아 관계와 유아의 또래 유능성 및 자기조절력 간의 관계연구. *아동학회지*, 31(2), 1-15.
- 이수기, 이현경, 홍혜경(2014). 유아의 스마트기기 사용현황과 게임 과몰입 경향성. *유아교육연구*, 34(3), 239-262.
- 이숙희(2007). 컴퓨터 게임 중독 수준에 따른 유아의 도덕적 판단 및 유아발달수준의 차이. *아동교육*, 16(4), 33-44.
- 이윤미(2014). 유아의 어머니의 스마트폰 사용습관, 유아의 집중 및 자기조절력의 관계. *경희대학교 석사학위논문*.
- 이정립, 도남희, 오유정(2013). *영유아의 미디어 매체 노출 실태 및 보호대책*. 서울: 육아정책연구소.
- 임경심, 김수향, 홍혜경(2014). 유아의 스마트폰 중독 정도와 자기조절력 및 자아존중감과의 관계. *미래유아교육학회지*, 21(4), 203-221.
- 임명희, 김성현(2014). 유아의 스마트폰·태블릿 PC 이용 실태와 부모인식과 유아의 중독적 특성에 관한 연구. *한국보육학회지*, 14(4), 237-260.
- 임연정(2016). 유아의 스마트폰 사용정도와 유아의 사회정서적 특성(기질, 자기통제, 문제행동)과의 관계. *경희대학교 석사학위논문*.
- 정재후, 김명순(2003). 전자동화 및 인쇄동화 유형과 읽기 수준에 따른 아동의 이야기 이해 차이. *아동학회지*, 24(5), 15-26.
- 조은정(2010). 유아의 인터넷 게임중독 경향성과 정서조절 및 공격성. *연세대학교 석사학위논문*.
- 현은자, 박은미, 조메리명희, 김태영(2013). 어머니의 스마트폰 중독 수준 및 우울 점수와 유아의 문제행동과의 관계. *유아교육연구*, 33(5), 181-205.
- 현소리(2016). 유아의 스마트기기 사용이 공격성에 미치는 영향: 정서지능의 매개효과를 중심으로. *중앙대학교 석사학위논문*.
- 홍광표, 조준오(2015). 유아 미디어 및 인터넷 중독 경향성이 문제행동에 미치는 영향. *유아교육연구*, 35(4), 469-491.
- 황정혜, 박인우(2015). 2-7세 영유아 자녀의 IPTV 동영상 시청 행태와 이용에 대한 어머니의 인식. *정보교육학회논문지*, 19(4), 419-430.
- Achenbach, T. M., & Resorla, L. A. (2000). *Manual for the ASEBA preschool Forms & Profiles Burlington*, Burlington: University of Vermont.
- Anderson, D. R., Huston, A. C., Schmitt, K. L., Linebarger, D. L., & Wright, J. C. (2001). Early Childhood Television Viewing and Adolescent Behavior: The Recontact Study. *Monograph of the society for research in child development*, 66(1), 1-154.
- Bergin, C., & Bergin, D. (1999). Classroom discipline that promotes self-control. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 20(2), 189-206.
- Brenner, V. (1997). Psychology of computer use: XLVLL. Parameters of internet use, abuse and addiction: The first 90 days of internet usage survey. *Psychological Report*, 80(3), 879-882.
- Cheng, T. L., Brenner, R. A., Wright, J. L., Sachs, H. C., Moyer, P., & Rao, M (2004). Children's violent television viewing: are parents monitoring?. *Pediatrics*, 114(1), 94-103.
- Derryberry, D., & Rothbart, M. K. (1988). Arousal, affect and attention as components of temperament. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(6), 958-966.
- Gentile, D. A., Lynch, P. j., Linder, J. R., & Walsh, D. A. (2004). The effect of violent video game habits on adolescent hostility, aggressivebehavior, and school performance. *Journal of Adolescence*, 27(1), 5-22.
- Griffiths, M. D., & Hunt, N. (1998). Dependence on computer games by adolescents. *Psychological Reports*, 82(2), 475-480.
- Hofferth, S. L., & Sandberg, J. F. (2001). How American children spend their time. *Journal of Marriage and Family*, 63(2), 295-308.
- Kendall, P. C., & Wilcox, L. E. (1979). Self-control in children: Development of a rating scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47(6), 1020-1029.
- Kopp, C. B. (1982). Antecedent of self Regulation: A developmental perspective. *Developmental Psychology*, 18(2), 199-214.
- Mesman, J., Bongers, I. L., & Koot, H. M. (2001). Preschool Developmental Pathways to Preadolescent Internali-

- zing and Externalizing Problems. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 42(5), 679-689.
- National Association of the Education for Young Children's Media(2012). *Technology and Interactive Media as tools in Early Childhood Programs Serving Children from Birth through age 8*. Retrieved from <https://www.naeyc.org/resources/topics/technology-and-media/preschoolers-and-kindergartners>.
- Wilson, B. J. (2008). Media and children's aggression, fear, and altruism. *The Future of Children*, 18(1), 81-118.
- Received 09 October 2019;
Accepted 24 October 2019