

대학생의 의사소통 매체 사용이 정신건강에 영향을 미치는 요인

이성란*

*공주대학교 의료정보학과

e-mail:lsr2626@naver.com

Effect of Usage of Communication Media Among University Students on Mental Health

Seong-Ran Lee*

*Kongju National University

요 약

본 연구는 대학생들의 의사소통 매체 사용이 정신건강에 미치는 영향을 규명하고자 시도하였다. 이를 위해 2012년 3월 12일부터 2012년 4월 12일까지 대학생들을 대상으로 설문조사하였다. 연구결과는 첫째, 의사소통 매체 사용시간의 경우 3시간이 중독군은 39.2%, 비중독군은 3.3%로 중독군이 유의하게 높게 나타났다($X^2=7.19, p=.00$). 둘째 우울정도는 51점 이상인 경우 중독군이 비중독군보다 4.9배 유의하게 높았다($OR=4.9, 95\% CI=2.5-38.1$)이었다. 이러한 결과를 토대로 볼 때 의사소통 매체 사용의 중독성을 해소하기 위해 체계적이고 주기적인 교육과 긍정적인 측면의 다양한 환경을 조성하는 것이 필요하다고 본다.

1. 서론

최근 의사소통 매체인 이동전화, 인터넷 등은 단순한 통신수단을 넘어 사회 구성원 절대 다수가 사용하는 새로운 의사소통 매체로 급부상하고 있다. 현재 국내 이동전화가입자 수는 전체 인구의 82.4%에 달하고 있다. 중고교생의 67%가 이동전화를 소지하고 있다[1].

의사소통 매체는 사회의 발전단계마다 나타났던 우편, 전신, 전화, 텔레비전 및 컴퓨터에 이은 뉴미디어로 현대사회의 필수품으로 자리하고 있다. 의사소통 매체가 대인관계 있어 사교적이고 쾌활한 유형을 나타내고 있다. 그러나 의사소통 매체는 가장 보편적인 대인커뮤니케이션 매체로 자리 매김하면서 유해성이 사회적인 이슈로 서서히 대두되고 있다. 즉 이동전화, 컴퓨터 등의 전자과가 인체의 기능의 해가 되기도 하고 인간의 행동적 또는 매체의 특성 때문에 발생하는 역기능적인 면이 대두되고 있다. 의사소통 매체가 없으면 73%가 불안하고 답답해지는 중독증상의 일종인 금단증상을 나타내고 있다고 지적하였다[2]. 2005년 대학입학 수학능력시험에서

조직적인 이동전화 이용 부정행위 사건이 발생한 적이 있으며 시험시 이동전화 사용할 경우 부정행위로 간주하고 있다[1]. 이러한 사례에서 의사소통 매체의 과도한 사용에 따른 병리적 징후들이 보고되고 있다. 뿐만 아니라 의사소통 매체의 부정적인 측면으로 대인관계, 정신적인 문제도 초래하고 있다. 즉 대인관계의 회피적이고 고립적인 유형이 중독적인 성향을 유발하여 정신건강에도 장애를 초래하고 있다[3,4].

이렇게 심각한 문제를 야기하는 의사소통 매체의 과도한 사용으로 인한 의사소통 매체 중독에 대한 건강에 미치는 연구가 필요하다고 볼 수 있겠다. 그러나 현재까지 의사소통 매체의 과다한 사용 또는 의존 등으로 인해 발생하는 이용자들의 정신건강에 부정적인 영향을 미치는 연구는 미흡한 상태이다. 의사소통 매체 중독 성향에 대한 명확한 규정과 척도의 개발 및 다양한 의사소통 매체 사용 환경과 매체 속성 등을 고려해 의사소통 매체 관점에서의 연구가 필요하다. 따라서 본 연구는 대학생의 의사소통 매체 사용이 정신건강에 미치는 영향을 규명하고자 시도하였다. 이를 통해 의사소통 매체에 부정적인 영향을 감소하고 정신건강을 향상하는데 있다.

2. 연구대상 및 방법

2.1 조사대상

연구대상은 중부지역에 거주하는 대학생들을 대상으로 연구의 취지를 설명하고 조사하였다. 중독군과 비중독군으로 분류하였다. 그 기준은 의사소통 매체사용 경향을 구분하였다[표 1] 의존적 경향은 중독군이 56.8%로 비중독군의 19.7% 보다 유의하게 높게 나타났다($X^2=7.25, p=.00$).

2.2 자료수집방법

자료수집방법은 2012년 3월 12일부터 2012년 4월 12일까지 훈련된 조사원을 통해 설문조사를 실시하였다. 총 표본의 크기는 임의로 할당한 자료 총 280부로 이중 부실하거나 누락된 설문지 33부를 제외하고 최종 247부로 분석하였다.

[표 1] 의사소통 매체사용 중독군과 비중독군의 구분

사용	중독군	비중독군	X^2	p
의존적	71(56.8)	24(19.7)	7.25	.00
비의존적	54(43.2)	98(80.3)		
계	125(100.0)	122(100.0)		

2.3 자료분석

연구대상자의 일반적인 특성을 파악하기 위해 실수와 백분율을 구하고 교차분석을 하였다. 의사소통 매체의 이용관련 요인, 정신건강관련 요인 및 의사소통 매체사용 반응과 관련 요인을 파악하기 위해 X^2 test를 시행하였다. 한편 의사소통 매체 중독사용과 정신건강에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위해 유의한 변수로 선택된 독립변수들에 대해 다변량 로지스틱 회귀분석(Multiple logistic analysis)를 실시하였다.

3. 연구결과

3.1 연구대상자의 일반적인 특성

일반적인 특성은 [표 2]에 제시된 바와 같다. 연령별로 보면 중독군의 경우 남성은 43.2%, 여성은 56.8%, 비중독군은 남성이 50.8%, 여성이 49.2%로 여성의 중독군이 비중독군보다 많은 분포를 보였다. 1일 인터넷 사용시간은 2시간 이상 사용하는 중독군은 38.4%, 비중독군은 31.1%였다. 의사소통 매체 이

용기간이 2년 이상인 경우 중독군이 64.8%로 비중독군의 41.0% 보다 유의하게 높았다($X^2=9.63, p=.02$). 의사소통 매체 구입횟수는 4회 이상이 중독군은 14.4%, 비중독군은 7.4%로 각 군간의 유의한 차이를 보였다($X^2=12.57, p=.04$).

[표 2] 연구대상자의 일반적인 특성

변수	중독군	비중독군	X^2	p
성별				
남성	54(43.2)	62(50.8)	9.14	.28
여성	71(56.8)	60(49.2)		
학년				
1	45(36.0)	40(32.8)	15.26	.71
2-3	33(26.4)	28(22.9)		
4	47(37.6)	54(44.3)		
인터넷사용/1일				
-1시간 미만	37(29.6)	49(40.2)	8.71	.49
1-2시간 미만	40(32.0)	35(28.7)		
2-3시간 미만	25(20.0)	12(9.8)		
3시간 이상	23(18.4)	26(21.3)		
평균 TV시청/1일				
-1시간 미만	71(56.8)	66(54.1)	10.45	.68
1-2시간 미만	24(19.2)	40(32.8)		
2-3시간 미만	18(14.4)	7(5.7)		
3시간 이상	12(9.6)	9(7.4)		
의사소통 매체 이용기간				
-1년 미만	14(11.2)	37(30.3)	9.63	.02
1-2년 미만	30(24.0)	35(28.7)		
2-3년	19(15.2)	21(17.2)		
3년 이상	62(49.6)	29(23.8)		
구입횟수/회				
-1	34(27.2)	71(58.2)	12.57	.04
2	42(33.6)	30(24.6)		
3	31(24.8)	12(9.8)		
4-	18(14.4)	9(7.4)		
계	125(100.0)	122(100.0)		

3.2 의사소통 매체의 이용관련 요인

의사소통 매체의 이용관련 요인은 [표 3]에 제시된 바와 같다. 의사소통 매체 사용시간의 경우 3시간 이상이 중독군은 39.2%, 비중독군은 3.3%로 중독군이 유의하게 높게 나타났다($X^2=7.19, p=.00$). 음성통화가 21분 이상인 경우가 중독군에서 54.4%, 비중독군에서 22.1%로 각 군간의 유의한 양상을 보였다($X^2=5.62, p=.00$).

[표 3] 의사소통 매체의 이용관련

변수	남성	여성	X ²	p
의사소통 매체 사용시간				
-1시간 미만	31(24.8)	86(70.5)	7.19	.00
1-2시간	45(36.0)	32(26.2)		
3시간 이상	49(39.2)	4(3.3)		
음성통화/분				
-10	35(28.0)	79(64.8)	5.62	.00
11-20	22(17.6)	16(13.1)		
21-	68(54.4)	27(22.1)		
음성통화횟수				
-1	12(9.6)	19(15.6)	10.37	.05
2-3	40(32.0)	75(61.5)		
4-	73(58.4)	28(22.9)		
평균 문자				
-20	30(24.0)	82(67.2)	8.24	.00
21-50	43(34.4)	31(25.4)		
51-	52(41.6)	9(7.4)		
저장번호수				
-50	20(16.0)	44(36.1)	11.50	.00
51-99	56(44.8)	62(50.8)		
100-	49(39.2)	16(13.1)		
계	125(100.0)	122(100.0)		

3.3 의사소통 매체사용과 정신건강관련 요인

의사소통 매체사용과 정신건강관련요인은 [표 4]에 제시된 바와 같다. 우울정도는 51점 이상인 경우가 중독군은 16.8%, 비중독군은 5.7%로 중독군에서 유의하게 높은 분포를 보였다(X²=5.87, p=.02). 충동성은 61점 이상에서 중독군이 33.6%, 비중독군이 13.9%로 중독군이 유의하게 높았다(X²=6.20, p=.00).

[표 4] 의사소통 매체사용과 정신건강관련 요인

변수	중독군	비중독군	X ²	p
우울				
≤35	34(27.2)	56(45.9)	5.87	.02
36-50	70(56.0)	59(48.4)		
≥51	21(16.8)	7(5.7)		
자아존중				
≤20	16(12.8)	10(8.2)	10.42	.04
21-30	77(61.6)	73(59.8)		
≥31	32(25.6)	39(32.0)		
충동성				
≤50	20(16.0)	51(41.8)	6.20	.00
51-60	63(50.4)	54(44.3)		
≥61	42(33.6)	17(13.9)		
계	125(100.0)	122(100.0)		

3.4 의사소통 매체사용 반응과 관련요인

일반적인 특성은 [표 5]에 제시된 바와 같다. 긍정적인 요인으로는 연락이 중독군에서는 80.8%, 비중독에서는 90.2%로 가장 높았다. 반면 부정적 요인

은 중독군은 경제적 부담이 63.2%, 비중독군에서는 60.7%로 가장 높은 분포를 보였다.

[표 5] 의사소통 매체사용 반응과 관련요인

변수	중독군	비중독군	X ²	p
긍정요인				
연락	101(80.8)	110(90.2)	11.74	.07
친밀감	84(67.2)	65(53.3)		
외로움	36(28.8)	14(11.5)		
스트레스	32(25.6)	8(6.6)		
정보	29(23.2)	27(22.1)		
기타	5(4.0)	3(2.5)		
부정요인				
경제부담	79(63.2)	74(60.7)	8.29	.05
학업	57(45.6)	39(32.0)		
불안감	50(40.0)	21(17.2)		
만남감소	23(18.4)	15(12.3)		
건강	15(12.0)	12(9.8)		
기타	3(2.4)	1(0.8)		

* 중복선택

3.5 의사소통 매체 중독사용의 영향요인

의사소통 매체 중독사용의 영향요인은 [표 6]에 제시된 바와 같다. 의사소통 매체 이용기간이 3년 이상인 경우 중독군이 비중독군 보다 4.3배 유의하게 높은 경향을 보였다(OR=4.3, 95% CI=2.1-42.5).

[표 6] 의사소통 매체 중독사용의 영향요인

변수	중독군 N=125	비중독군 N=122	OR	95% CI
의사소통 매체 이용기간				
-1년 미만	14	37	1.0	
1-2년 미만	30	35	2.3	0.9-17.4
3년 이상	81	50	4.3	2.1-42.5
구입횟수/회				
1	34	71	1.0	
2-3	63	105	1.4	0.4-3.7
4-	28	9	6.5	1.6-19.2
의사소통 매체 이용시간				
-1시간 미만	31	86	1.0	
1-2시간	45	32	3.9	0.7-16.9
3시간 이상	49	4	34.0	2.5-180.1
음성통화/분				
-20	57	95	1.0	
21-	68	27	4.2	1.3-11.8
문자/평균/회				
-20	30	82	1.0	
21-50	43	31	3.8	0.9-6.5
51-	52	9	17.7	2.6-48.1
번호저장/회				
-50	20	44	1.0	
51-99	56	62	2.0	0.4-5.9
100-	49	16	6.7	1.8-10.3

3.6 중독사용의 정신건강 영향요인

중독사용의 정신건강 영향요인은 [표 7]에 제시된 바와 같다. 우울정도는 51점 이상인 경우 중독군이 비중독군보다 4.9배 유의하게 높았다(OR=4.9, 95% CI=2.5-38.1). 충동성은 61점 이상이 중독군이 비중독군보다 6.3배 유의하게 높았다(OR=6.3, 95% CI=3.1-52.6).

[표 7] 중독사용의 정신건강 영향요인

변수	중독군	비중독군	OR	95% CI
	N=125	N=122		
우울				
≤35	34	56	1.0	
36-50	70	59	2.0	0.9-7.4
≥51	21	7	4.9	2.5-38.1
자아존중				
≤20	16	10	1.0	
21-30	77	73	1.5	0.7-3.9
≥31	32	39	0.5	0.2-6.7
충동성				
≤50	20	51	1.0	
51-60	63	54	2.9	0.5-8.2
≥61	42	17	6.3	3.1-52.6

4. 고찰

본 연구는 의사소통의 매체가 갖는 중요성을 인식하고 의사소통 매체의 중독성향이 정신건강에 어떠한 영향을 미치는지 규명하는데 있다.

본 연구결과 1일 평균 인터넷 사용시간에서는 의사소통 매체의 중독적 사용군이 2시간 이상인 경우 비중독 사용군보다 더 긴 것으로 나타났다. 선행연구[3]에서 자기효능감이 낮을수록 인터넷과 같은 통신에 대한 중독적 사용 경향이 높았다는 것과 유사하다. 이는 인터넷에 몰입하는 집단이 비몰입하는 집단보다 의사소통 매체의 중독성이 강한 것을 시사한다. 따라서 향후 대학생들에게 문제가 되는 행동 중독으로 인터넷과 이동전화 중독은 두 매체의 유사성으로 인해 중독적 사용으로 이끄는 요인이 유사할 것이라는 추측이 가능해지므로 동반연구가 필요할 것으로 본다.

의사소통 매체 이용기간이 3년 이상인 경우 이동전화를 중독적으로 사용하게 될 가능성이 4.3배 높은 것으로 나타났으며 선행연구와도 유사하다[4]. 이는 의사소통 매체 이용기간이 길어지면서 습관적으로 사용하게 되어 중독적으로 사용하게 될 가능성이 큰 것으로 추정된다.

본 연구결과 의사소통 매체의 중독적 사용과 관련 있는 요인을 다변량 로지스틱 회귀분석을 이용해 분석한 결과 의사소통 매체의 중독적 사용과 관련이 있는 변수는 의사소통 매체 이용기간 및 시간, 구입횟수, 음성통화, 1일 평균 문자 사용횟수 및 번호저장 등으로 나타났다. 사용기간이 길어지면서 습관적으로 사용하게 되어 중독적으로 사용하게 될 가능성이 큰 것으로 여겨진다.

본 연구결과 정신건강상태에서 우울의 점수가 51점 이상, 충동성이 61점 이상인 경우 의사소통 매체를 중독적으로 사용하는 것으로 나타났다. 이는 정신건강 중 우울과 충동성이 의사소통 매체를 중독적으로 사용하는 것과 관련이 있는 요인으로 나타났다. 선행연구에서 약물을 전혀 사용하지 않은 중독적인 행동기전에는 다른 중독장애와 공통적으로 충동통제 결핍이 있다고 주장하는 것과 일치한다[5]. 이는 의사소통 매체가 대학생들의 친구가 되어 의사소통 매체를 사용할 때 사용욕구를 억제하지 못하고 무절제하게 사용하는 원인을 제공할 수 있는 것으로 예측해 볼 수 있다. 즉각적인 피드백이 가능하고 시간과 장소에 구애없이 언제 어디서나 연락이 가능한 매체의 특성이 충동적인 성향을 가진 사람들을 더 중독적으로 사용하게 만들고 있다고 여겨진다. 따라서 의사소통매체 사용의 중독성을 해소하기 위해 체계적이고 주기적인 교육과 긍정적인 측면의 다양한 환경을 조성하는 것이 필요하다고 본다.

참고문헌

1. 통계청, 한국주요경제지표, 정보통신부, 2010.
2. Green, M. "Do Mobile Phones Pose an Unacceptable Risk? Adequacy of the Evidence", Risk Management, 48(11), 40-48, 2001.
3. Palen, Leysia an Salzman, Marilyn and Youngs, Ed., "Discovery and Integration of Mobil Communications in Everyday Life", Personal Ub Comp. 5, 109-122, 2001.
4. Katz, J. "Connections : Social and Cultural Studies of the Telephone in American Life", New Brunswick : Transaction Publishers, 2009.
5. Rozin, P., and Stoess, C., "Is There a General Tendency to Become Addicted?", Addictive Behaviors, 18, 81-87, 2003.