

## 코로나19 시기 취업모의 일-가정 양립 갈등이 청소년기 자녀의 미디어기기 중독에 미치는 종단적 영향: 양육스트레스와 가족의사소통의 이중매개효과\*

Yueyang He<sup>1)</sup> 조은호<sup>2)</sup> 여현민<sup>3)</sup> 김현경<sup>4)</sup>

### 요약

본 연구는 코로나19 시기 취업모의 일-가정 양립 갈등과 청소년기 자녀의 미디어기기 중독 간의 관계에서 양육스트레스와 가족의사소통의 순차적 이중매개효과를 살펴보는 데 목적이 있다. 본 연구에서는 한국아동패널 13~15차년도(W13-W15) 자료 중 어머니가 재직 중인 726가구의 자료를 분석에 활용하였다. 분석 결과, 취업모의 일-가정 양립 갈등과 양육스트레스는 청소년의 미디어기기 중독에 정적인 영향을 미쳤지만, 가족의사소통은 부적인 영향을 미친 것으로 나타났다. 또한, 취업모의 일-가정 양립 갈등과 청소년기 자녀의 미디어기기 중독 간의 관계에서 양육스트레스의 단일매개효과가 유의하게 나타났으며, 양육스트레스와 가족의사소통의 순차적 이중매개효과가 확인되었다. 이를 토대로 양육 환경과 가족 내 상호작용을 중심으로 한 조기 개입의 필요성과 예방 방안을 제안하였다.

주제어: 일-가정 양립 갈등, 미디어기기 중독, 양육스트레스, 가족의사소통, 코로나19

### I. 서론

2019년 말에 시작된 코로나19 바이러스의 확산을 막기 위한 사회적 거리두기 정책으로 인해 청소년들이 가정에서 머무르는 시간이 늘고 온라인 수업이 급격히 확대되었다. 그 결

\* 본 논문은 2021년 대한민국 교육부와 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구이며(NRF-2021S1A3 A2A03088949), 제15회 한국아동패널 학술대회(2024. 9. 6.)에서 발표한 원고를 수정·보완한 것임.

1) 연세대학교 아동·가족학과/인간생애와 혁신적 디자인 융합전공, 석박사통합과정

2) 연세대학교 아동·가족학과/인간생애와 혁신적 디자인 융합전공, 석박사통합과정 수료

3) 연세대학교 아동·가족학과, 석사과정 수료

4) 교신저자, 연세대학교 아동·가족학과/인간생애와 혁신적 디자인 융합전공, 교수

## 2 육아정책연구(제19권 제3호)

과, 2020년 10대 청소년의 주간 인터넷 평균 사용시간은 전년 대비 약 10시간 증가하였으며, 같은 기간 20대의 5.2시간에 비해 높은 수준의 증가 폭을 보였다(과학기술정보통신부·한국지능정보사회진흥원, 2021). 청소년의 인터넷 사용은 정보 접근성과 학습 효율성을 높이는 장점이 있는 반면(김선희, 2019), 미디어기기에 대한 과도한 몰입이나 중독으로 인해 부작용을 초래하는 양면성을 지니고 있다(김종민·최은아, 2019). 미디어기기 중독은 Young(1996)이 제시한 인터넷 중독을 확장한 개념으로, 스마트폰, 태블릿, 컴퓨터 등 다양한 전자기를 과도하게 사용함에 따라 발생하는 금단 및 내성 증상으로 인해 일상생활에 장애를 초래하는 것을 의미한다(배승주·이상호, 2021). 이러한 미디어기기 중독 문제는 청소년들 사이에서 점차 심각한 사회적 이슈로 부각되고 있다.

청소년기는 뇌 발달이 미숙해 자아 통제력이 낮고 충동성이 높아 미디어기기 중독에 특히 취약하며(Dumontheil, 2016), 이로 인한 부정적 영향은 신체적·정서적·사회적 발달 전반에 걸쳐 나타난다. 2023년 스마트폰 과의존 실태조사 결과에 따르면, 청소년기 스마트폰 과의존 위험군 비율은 중학생 42.1%, 고등학생 36.0%로 나타났고, 고위험군 비율은 중학생, 고등학생이 각각 5.6%, 6.2%로 초등학생의 비율인 2.8%보다 2배 이상 높은 것을 확인할 수 있다(과학기술정보통신부·한국지능정보사회진흥원, 2024). 스마트폰 과의존은 시간이 지남에 따라 청소년의 통제력 저하와 심리적 의존을 초래하며, 중독으로 이어질 가능성이 있다(Kuss & Lopez-Fernandez, 2016). 특히, 청소년기의 미디어기기 중독은 전두엽 집행 기능 손상(Montag & Becker, 2023)과 시력 저하(Wacks & Weinstein, 2021)와 같은 신체 발달 문제뿐만 아니라, 학교생활 적응 곤란(전성은·강영신, 2022), 또래 관계 형성의 어려움 및 정서적 안정감 감소(Twenge & Campbell, 2018)와 같은 사회·정서적 발달 문제를 초래한다. 나아가, 미디어기기 중독은 성인기까지 지속될 가능성이 높다(Coyne, Stockdale, & Summers, 2019).

코로나19라는 전 세계적 위기 상황 속에서 보호자의 일상적인 돌봄이 충분히 이루어지기 어려운 환경이 조성되며 청소년의 미디어기기 중독은 더욱 심화되었다(Li, Conti, Qiu et al., 2022). 전국의 만 4세부터 고등학교 3학년까지의 아동과 청소년 3,375명을 대상으로 실시한 ‘2020년 아동 재난 대응 실태조사’에 따르면, 코로나19 이전과 대비하여 코로나19 이후 보호자 없이 지낸 날이 증가했다는 응답이 과반수를 넘는 68.1%로 나타났다(이봉주·이화조·선우진희 외, 2020). 이는 코로나19 시기에 개별 가정 차원에서 자녀 양육에 돌봄 공백이 발생했으며, 가족 내 지원 시스템이 충분히 기능하지 못했음을 보여준다(최아라, 2020). 또한, Kardefelt-Winther(2014)의 보상적 인터넷 사용 이론(compensatory internet use theory)에 의하면, 청소년은 부모와의 상호작용 감소로 인해 현실에서 충족되

지 못한 대인관계를 온라인 익명성에 기반한 자기 표현 및 타인과의 소통을 통해 보상받으려 하는 경향이 있다. 이로 인해, 코로나19가 초래한 장기간의 돌봄 공백 환경과 맞물릴 경우 청소년의 미디어기기에 대한 의존성이 더욱 높아질 수 있다(Kroshus, Tandon, Zhou et al., 2022). 따라서, 코로나19라는 위기 상황에서 청소년의 미디어기기 중독에 영향을 미치는 요인들과 메커니즘을 살펴보고, 실효성 있는 예방책을 마련하는 것은 그 중요성이 크다.

또한, 코로나19로 학교·가정·직장의 경계가 점차 흐려지면서 전반적인 양육 부담이 증가했으며, 특히 일과 가정을 병행해야 했던 취업모는 일-가정 양립 갈등을 더욱 뚜렷하게 경험했다(Elahi, Abid, Contreras et al., 2022). 희소 가설(scarcity hypothesis)에 의하면 개인의 시간과 에너지는 한정적이기에, 한 영역에 더 많은 시간을 투입하게 되면 다른 영역에서의 역할에 과부하가 나타나게 된다(Neal, Chapman, Ingersoll-Dayton et al., 1993). 이러한 맥락에서 '근무자'와 '학부모'라는 이중적 역할은 취업모에게 과도한 부담과 혼란을 초래하며, 뚜렷한 일-가정 양립 갈등을 경험하게 한다(홍예지·이강이, 2020). 지속적인 일-가정 양립 갈등으로 인한 높은 수준의 스트레스는 취업모와 청소년 자녀 간의 상호작용 시간이 감소하도록 하여, 자녀가 어머니로부터 충분한 정서적 지지를 받고 있다고 느끼지 못하게 만든다(강하라, 2021). 앞서 언급했듯이, 부모-자녀 관계가 소원해지면 청소년은 현실 관계에서의 결핍을 미디어기기 사용으로 보상하려는 경향을 보이게 된다. 따라서 본 연구는 코로나19라는 특수한 상황 속에서 취업모가 경험하는 일-가정 양립 갈등과 그 영향에 초점을 두고자 하였다.

## 1. 일-가정 양립 갈등이 미디어기기 중독에 미치는 영향

가족체계이론에 따르면, 가족 구성원 간의 상호작용 방식은 서로 긴밀하게 영향을 미치기 때문에, 취업모의 일-가정 양립 갈등은 개인 차원을 넘어 가족 전체의 기능과 각 구성원의 행동 및 정서 상태에까지 영향을 미칠 수 있다(Kerr & Bowen, 1988). 실제로 취업모가 겪는 일-가정 양립 갈등이 아동기 자녀의 건강한 성장을 저해하거나 문제행동을 유발한다고 여러 연구에서 보고된 바 있다(김효정·조동혁·조희준, 2023; 박명철·김재승, 2024; Lim, 2024). 이운경·이선희·김민정 외(2020)는 취업모의 일-가정 양립 갈등이 초등학교 저학년 아동의 스마트폰 의존에 유의미한 직접적 영향을 미치며, 취업모의 우울과 양육행동의 순차적 이중매개효과가 나타난다고 보고하였다. 또한, 홍석영과 장소현(2023)의 연구에서도 취업모가 일과 가정의 균형을 잘 유지할수록 부모-자녀 간 상호작용이 촉진되어 아동의 스마트폰 과의존이 감소하는 경향이 나타났다. 이처럼 선행연구에서 취업모의 일-가정 양립 갈등이 아동기 자녀의 미디어기기 의존에 미치는 영향을 설명하고 있으나, 청소년기 자녀를

대상으로 한 미디어기기 의존 및 중독에 대한 연구는 부족한 실정이다. 특히 앞서 언급한 바와 같이, 청소년기는 뇌 발달이 완전하지 않아 자아 통제력이 낮고 충동성이 높은 발달적 특성을 지니고 있어(Dumontheil, 2016), 이 시기에 취업모의 일-가정 양립 갈등이 청소년기 자녀의 미디어기기 중독과 어떻게 연관되는지를 심층적으로 검토할 필요가 있다.

## 2. 양육스트레스의 매개효과

취업모의 일-가정 양립 갈등이 청소년기 자녀의 미디어기기 중독에 미치는 영향에서, 가족 맹락적 요인 중 하나인 양육스트레스가 매개요인으로 작용할 수 있다. 양육스트레스란, 자녀를 양육하는 과정에서 부모로서의 역할을 수행하며 느끼는 부담과 불편함을 의미한다(오재연·유구종, 2007). 일-가정 양립 갈등과 양육스트레스의 관련성을 탐색한 선행연구에서는 취업모의 일-가정 양립 갈등 수준이 높을수록 안정적이고 일관된 양육환경을 제공하기 어려워 영유아기 자녀에 대한 양육스트레스가 증가한다고 보고하였다(방지원·최보윤·유성경 외, 2022; 하문선, 2018). 영유아기 자녀가 청소년기에 진입하더라도, 부모, 특히 어머니는 가족 체계 안에서 여전히 자녀에게 지속적으로 정서적·행동적 영향력을 행사한다(최인호·김진이, 2013). 특히 한국 사회에서는 청소년기 자녀의 학업에 대한 기대와 경쟁이 본격화되기 시작하며, 부모는 자녀의 학업을 관리하고 지원하는 과정에서 심리적 부담과 정서적 소진을 겪는 경우가 많다(박영신·김의철·정갑순, 2004). 이에 따라 학부모로서의 역할이 더욱 강조되고, 부모가 직면하는 양육 부담과 심리적 압박도 더욱 커진다. 이처럼 청소년기 자녀를 둔 취업모는 직장과 가정에서의 역할을 병행하는 과정에서 심리적 소진이나 정서적 부담을 경험할 가능성이 높아진다. 전이가설(spillover hypothesis)에 의하면 특정 상황에서 발생한 감정이나 행동이 다른 상황에 직접적으로 전이될 수 있기에 (Erel & Burman, 1995) 취업모가 일-가정 양립 갈등 상황에서 느끼는 정서적 어려움은 자녀 양육 상황까지 전이되어 취업모의 양육스트레스 수준을 높일 수 있다. 더 나아가, 취업모의 양육스트레스 수준이 높을수록 자녀에게 충분한 정서적 지원을 제공하거나 자녀와 긍정적인 상호작용 양상을 유지하기 어려워질 수 있다(강하라, 2021; Chung & Kim, 2020). 자녀에 대한 정서적 지원이 부족할 경우, 부모로부터 기대하는 안정감과 유대감을 충분히 경험하지 못할 수 있으며, 이로 인해 일부 청소년은 정서적 위안을 얻기 위한 수단으로 미디어기기에 의존하는 경향을 보일 수도 있다(오혜주·이은경, 2024; Twenge & Campbell, 2018). 따라서 양육스트레스는 단순히 취업모 개인의 정서적 어려움에 그치지 않고, 일-가정 양립 갈등이 청소년기 자녀의 미디어기기 중독에 영향을 미치는 경로에서 중요한 매개 역할을 할 수 있다.

### 3. 가족의사소통의 매개효과

취업모의 일-가정 양립 갈등이 청소년기 자녀의 미디어기기 중독에 미치는 영향을 매개하는 또 다른 변인으로 가족의사소통을 고려할 필요가 있다. 가족의사소통은 가족 내 모든 구성원들이 일상적 상호작용 속에서 지식, 정보, 의견, 감정을 공유하는 역동적 과정으로 정의되며(김영식·선우성·김병수 외, 2012), 이는 가족 내 상호작용 빈도 및 질에 따라 지속적으로 변화하는 특성을 지닌다. 교차전이가설(crossover hypothesis)에 의하면, 가족 구성원이 함께 생활하며 상호작용하는 과정에서 한 사람이 경험한 정서와 스트레스가 의사소통, 태도, 행동을 통해 다른 구성원에게 전이될 수 있다(Erel & Burman, 1995). 즉, 근로자이자 학부모라는 이중적 역할을 수행하는 취업모는 일-가정 양립 갈등을 경험하게 되는데, 이는 본인의 양육스트레스 수준을 높일 뿐만 아니라, 자녀와의 관계에서 지지적이고 일관된 방식의 의사소통을 저해한다. 선행연구에 따르면, 취업모의 일-가정 양립 갈등 수준이 높을수록 자녀와의 상호작용 빈도 및 질적 수준이 낮아지는 동시에 정서적 유대와 대화가 줄어드는 것으로 보고된다(강하라, 2021). 또한, 일-가정 양립 갈등을 경험하는 취업모는 자녀와의 상호작용 과정에서 인내심, 주의력, 즐거움이 전반적으로 저하되는 부정적인 경향을 나타냈다(Gali Cinamon, Weisel, & Tzuk, 2007). 특히 코로나19 시기에는 재택근무와 돌봄 공백 등으로 인해 일-가정 양립 갈등이 더욱 심화되었기에(전지원·차승은·은기수, 2022), 취업모의 정신적 부담과 일상적 스트레스가 증가한 상황에서 부모-자녀 간 친밀감이 약화되고 상호작용의 질이 크게 감소한 것으로 나타났다(Asri, Juhari, & Vania, 2023). 이와 같은 상호작용의 질 저하는 청소년기 자녀가 부모로부터 관계적 욕구를 충분히 경험하지 못함에 따라, 외로움, 우울 같은 부정적 정서가 유발될 가능성을 높인다(안명희, 2014). 가족 내 의사소통이 충분하지 않을 경우, 청소년은 관계에서 느끼는 정서적 결핍을 해소하기 위해 미디어기기를 통한 가상 환경에 몰입함으로써 위안을 얻고 사회적 유대감을 형성하려는 경향을 보인다(Hu & Xiang, 2024). 청소년들의 이러한 대안적 방식은 시간이 지남에 따라 미디어기기 사용 빈도와 의존도를 높여 결국 중독으로 이어질 수 있다(Kuss & Lopez-Fernandez, 2016). 반대로, 어머니와 자녀가 감정과 생각을 진솔하게 교류하며 공감과 지지를 주고받는 상호작용은 청소년의 자기통제력 증진과 스마트 폰 의존의 완화에 기여한다(신혜원·김석선, 2024). 이에 따라, 본 연구는 취업모가 경험하는 일-가정 양립 갈등 및 양육스트레스가 가족 내 상호작용 과정에서 청소년기 자녀에게 전이되어 미디어기기 중독으로 이어지는 발달적 경로를 탐색하는 동시에, 가족의사소통이 하나의 중요한 매개요인으로 작용할 수 있음을 검증하고자 한다.

다수의 선행연구에서는 취업모의 일-가정 양립 갈등, 양육스트레스, 가족의사소통이 아

동기 자녀의 미디어기기 중독에 미치는 직접적 영향을 주로 탐색해 왔다. 그러나 이러한 연구들은 대부분 일부 변인에 대한 단편적 분석이나 횡단적 접근에 머물러 있어, 변인 간 관계를 종단적으로 탐색하는 연구는 부족한 실정이다. 특히, 코로나19 시기와 같은 특수한 배경 속에서 변수 간 관계를 시차를 두고 추적·검증하는 종단연구는, 횡단연구로는 파악하기 어려운 장기적 영향력과 경로의 지속성을 확인할 수 있다는 점에서 의의가 있다. 이에 본 연구는 코로나19 시기에 일 영역과 가정 영역 간 경계의 약화로 인해 심화된 취업모의 일-가정 양립 갈등이 가족 맥락 요인인 양육스트레스와 가족의사소통을 매개하여 청소년기 자녀의 미디어기기 중독에 영향을 미치는 메커니즘을 심도 있게 다룸으로써 이후 청소년의 미디어기기 중독을 예방하기 위한 다층적인 개입 프로그램 및 정책 개발에 기초 자료를 제공하고자 한다. 이러한 연구 목적을 달성하기 위한 연구문제는 다음과 같다.

- 연구문제 1. 코로나19 초기 시기(2020년) 취업모의 일-가정 양립 갈등(만 12세), 코로나19 심화 시기(2021년) 취업모의 양육스트레스(만 13세), 코로나19 일상 회복 시기(2022년)의 가족의사소통(만 14세)과 청소년기 자녀의 미디어기기 중독(만 14세) 간의 관계는 어떠한가?
- 연구문제 2. 코로나19 초기 시기(2020년) 취업모의 일-가정 양립 갈등(만 12세)과 코로나19 일상 회복 시기(2022년) 청소년기 자녀의 미디어기기 중독(만 14세)의 관계에서 코로나19 심화 시기(2021년) 취업모의 양육스트레스(만 13세)와 코로나19 일상 회복 시기(2022년)의 가족의사소통(만 14세)이 이중매개 역할을 하는가?

## II. 연구방법

### 1. 연구대상

본 연구는 육아정책연구소에서 실시한 한국아동패널(Panels Study on Korean Children) 13~15차년도(2020~2022년) 데이터를 활용하였다. 한국아동패널 조사는 2008년에 출생한 신생아 2,150가구를 대상으로 시작되었으며, 본 연구에서는 아동이 만 12세에 해당하는 13 차년도 조사에 참여한 1,397가구 중 어머니가 ‘재직 중’이라고 응답한 726명의 데이터를 분석에 포함하였다. 주요 변인들의 결측률은 1.0~11.7%로 나타났으며, Little의 Missing Completely At Random(MCAR) 검증을 실시한 결과, 완전임의결측 가정이 기각되었다

( $\chi^2(236)=311.17$ ,  $p<.05$ ). 그러나 완전정보최대우도법(Full Information Maximum Likelihood, FIML)은 결측 메커니즘이 완전임의결측(MCAR)인 경우뿐 아니라 무작위결측(Missing At Random, MAR)인 경우에도 편향 없는 모수 추정을 제공하는 방법으로 보고되어 왔다(Enders & Bandalos, 2001). 이에 본 연구에서는 Mplus에서 FIML을 사용하여 특정 변인에 일부 결측이 있는 데이터도 분석에 포함하였다(Enders & Bandalos, 2001).

13차년도(2020년, W13) 연구대상자의 인구학적 특성은 〈표 1〉에 제시된 바와 같다. 취업모의 평균 연령은 43.06세이었으며, 40~45세 연령대가 393명(54.1%)으로 가장 많았고 최종학력은 4년제 대학교 졸업이 286명(39.4%)으로 가장 많았다. 직업과 관련된 특성을 살펴보면, 전문가 및 관련 종사자 275명(37.9%), 사무 종사자 189명(26.0%) 순으로 나타났다. 취업모의 주 평균 근무시간은 31~40시간이 297명(40.9%)으로 가장 많았고 다음으로 41~50시간이 218명(30.0%)으로 나타났다. 월평균 가구소득은 601만원 이상이 272가구(37.5%), 401~500만원이 159가구(21.9%) 순으로 나타났으며, 자녀 성별은 남아 368명(50.7%), 여아 358명(49.3%)이었다.

〈표 1〉 연구대상의 인구학적 특성( $N=726$ )

구분		N(명/가구)	%
최종학력	고등학교 졸업 이하	174	24.0
	2~3년제 대학 졸업	210	28.9
	4년제 대학교 졸업	286	39.4
연령	대학원 졸업	56	7.7
	40세 이하	167	23.0
	40~45세	393	54.1
	46~50세	145	20.0
취업모	51세 이상	21	2.9
	관리자	70	9.6
	전문가 및 관련 종사자	275	37.9
	사무 종사자	189	26.0
	서비스 종사자	77	10.6
직업군	판매 종사자	64	8.8
	기타	51	7.0
	20시간 이하	64	8.8
주 평균 근무시간	21~30시간	85	11.7
	31~40시간	297	40.9

구분		N(명/가구)	%
월평균 가구소득	41~50시간	218	30.0
	51~60시간	37	5.1
	61시간 이상	25	3.4
월평균 가구소득	200만원 이하	13	1.8
	201~300만원	49	6.7
	301~400만원	102	14.0
	401~500만원	159	21.9
	501~600만원	131	18.0
	601만원 이상	272	37.5
청소년 자녀 성별	남	368	50.7
	여	358	49.3

## 2. 연구변인

### 가. 일-가정 양립 갈등(W13, 만 12세)

취업모의 일-가정 양립 갈등은 Marshall과 Barnett(1993)가 개발하고 한국아동패널 연구진이 번역한 일-가정 양립 시 이점과 갈등 척도를 사용하여 수집되었다. 해당 척도는 총 26개 문항으로, 일-가족생활 양립 이점(7문항), 일-가족생활 양립 갈등(9문항), 일-자녀 양육 양립 이점(4문항), 그리고 일-자녀 양육 양립 갈등(6문항)으로 구성되었다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다'(1점)에서 '매우 그렇다'(5점)까지의 5점 Likert 척도로 평정되었다. 본 연구에서는 청소년기 자녀를 둔 취업모가 일과 가정 역할을 병행하면서 경험하는 역할 갈등을 살펴보기 위해 취업모가 13차년도에 응답한 일-가족생활 양립 갈등(9문항)과 일-자녀 양육 양립 갈등(6문항)을 포함하는 총 15문항의 평균값을 산출하여 분석에 사용하였다. 문항의 예로는 '일을 하는 동안 내 아이에게 무슨 일이 있는지 걱정된다.' 등이 있다. 점수가 높을수록 취업모가 지각한 일-가정 양립 갈등 수준이 높음을 의미하며, 해당 척도의 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .941로 나타났다.

### 나. 양육스트레스(W14, 만 13세)

취업모의 양육스트레스는 강희경(2003)이 개발한 학령기 자녀를 둔 부모의 양육스트레스 척도를 청소년기에 맞게 수정한 문항을 사용하여 수집되었다. 해당 척도는 총 24문항으로, 학부모역할 스트레스(17문항)와 부모생활 스트레스(7문항) 영역으로 구성되어 있다. 각

문항은 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)에서 ‘매우 그렇다’(5점)까지 평정하는 5점 Likert 척도로 구성되어 있다. 본 연구에서 사용한 14차년도 데이터에는 학부모역할 스트레스(17문항)만 포함되어 있어 해당 요인에 대한 취업모 응답의 평균값을 사용하였다. 문항의 예로는 ‘학교 선생님과 나의 교육관이 달라서 혼란스러울 때가 있다.’ 등이 있다. 점수가 높을수록 취업모가 지각한 양육스트레스 수준이 높음을 의미한다. 해당 척도의 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .931로 나타났다.

#### 다. 가족의사소통(W15, 만 14세)

취업모가 지각하는 가족의사소통은 Barnes와 Olson(1985)이 개발하고 Olson(2011)이 개정한 Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale(FACES IV) 중 Family Communication Scale(FCS)을 김영식·선우성·김병수 외(2012)가 번역한 한국형 가족의사소통 척도를 사용하여 수집되었다. 해당 척도는 총 10문항으로, 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)에서 ‘매우 그렇다’(5점)까지 평정하는 5점 Likert 척도로 평가되었다. 문항의 예로는 ‘화가 났을 때, 우리 가족은 서로에 대해서 부정적인 말을 하는 일이 거의 없다.’ 등이 있다. 본 연구에서는 15차년도 취업모 응답의 평균값을 사용하였으며, 점수가 높을수록 가족 간 정서적 지지, 공감, 문제 해결을 위한 상호 논의, 긍정적 감정 표현 등 전반적인 의사소통의 질이 높고 원활함을 의미한다. 해당 척도의 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .934로 나타났다.

#### 라. 미디어기기 중독(W15, 만 14세)

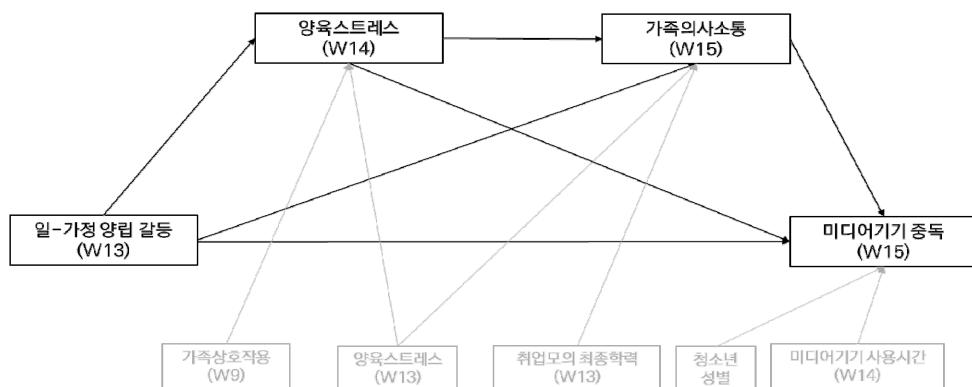
청소년기 자녀의 미디어기기 중독은 한국정보화진흥원 인터넷 중독대응센터에서 제공하고 있는 청소년 관찰자용 ‘K-척도(인터넷중독 진단척도)’를 기반으로, 한국아동패널 연구진이 ‘인터넷’을 ‘PC·스마트폰’으로 수정하여 재구성한 도구를 사용하여 수집되었다. 하위 요인은 일상생활 장애(5문항), 내성(4문항), 금단(4문항)과 가상세계 지향성(2문항)으로 구성된 총 15문항이며, ‘전혀 그렇지 않다’(1점)에서 ‘매우 그렇다’(4점)까지 4점 Likert 척도로 평가되었다. 문항의 예로는 ‘하루에 4시간 이상 움직이지 않고 한 곳에서 PC·스마트폰을 한다.’ 등이 있다. 본 연구에서는 15차년도 취업모 응답의 평균값을 산출하여 분석에 사용하였으며, 점수가 높을수록 미디어기기 중독 수준이 높음을 의미한다. 해당 척도의 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .849로 나타났다.

## 마. 통제변인

선행연구에 따르면 청소년의 성별 및 미디어기기 사용시간은 미디어기기 중독에 유의한 영향을 미치며, 특히 남아가 여아보다 중독 경향이 더 높은 것으로 보고되었다(김종민·최은아, 2019). 특히 2021년(W14)은 코로나19의 영향이 가장 심했던 시기로, 이로 인해 발생한 사회·교육적 환경 변화가 2022년(W15) 미디어기기 중독에 미치는 영향을 배제하기 위해 미디어기기 중독에 청소년의 성별과 미디어기기 사용시간(W14)을 통제변인으로 투입하였다. 다음으로, 부모의 최종학력은 가족의사소통과 밀접한 관련이 있으며(유백산·신수영, 2012), 초기 가족상호작용 패턴이 이후 가족의사소통에 장기적으로 미치는 영향을 배제하기 위해 가족의사소통(W15)에는 초기 가족상호작용(W9)과 취업모의 최종학력을 통제변인으로 투입하였다. 또한, 종단 매개모형에서는 시간적 안정성을 제거하기 위해 이전 시점의 동일 변인을 통제하는 것이 권장되므로(Cole & Maxwell, 2003), 양육스트레스(W14)에는 과거 양육스트레스(W13)와 초기 가족상호작용(W9)을 통제변인으로 투입하였다. 마지막으로, 선행연구에 의하면 취업모의 근무시간이 길수록 일-가정 양립 갈등 수준이 더 높아지며(김희경·신지민, 2023), 사회경제적 지위, 가족 내 역할 분담, 자녀 특성 등 다양한 배경요인의 영향을 함께 받는 것으로 나타났다(Page, Deuling, Mazzola et al., 2018; Reimann, Schulz, Marx et al., 2022). 이러한 맥락에서 일-가정 양립 갈등에는 취업모의 최종학력(W13), 취업모의 주 평균 근무 시간(W13), 청소년 성별, 양육스트레스(W13), 가족상호작용(W9)을 통제변인으로 투입하였으며, 이들 통제변인에 한해 독립변수 와의 공분산을 허용하였다. 이는 경로분석에서 변인 간 방향성을 가정하지 않고도 공유된 분산을 조정함으로써 모형의 단순성과 안정성을 유지하는 데 유리하기 때문이다(Min & Mishra, 2010). 이에 따라 본 연구에서 설정한 연구모형은 [그림 1]에 제시하였다.

통제변인 중 과거의 양육스트레스(W13)는 매개변인으로 사용된 14차년도 데이터와 동일한 척도를 사용해 수집되었으며 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .921로 나타났다. 한편, 가족 의사소통은 15차년도에 처음 추가된 변인이므로, 9차년도에 측정된 가족상호작용(W9) 변인을 대체 지표로 활용하였다. 가족상호작용 변인은 Barnes와 Olson(1985)이 개발하고 Olson(2011)이 개정한 Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale(FACES IV) 중 균형 있는 응집성과 균형 있는 유연성 척도를 한국아동패널 연구진이 번역한 14문항을 사용하여 수집되었다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다'(1점)에서 '매우 그렇다'(5점)까지 평정하는 5점 Likert 척도로 평가되었으며, 본 연구에서는 9차년도 취업모 응답의 평균값을 사용하였다. 점수가 높을수록 가족상호작용이 응집성과 유연성을 갖춘 건강한 상태임을 의미하며, 해당 척도의 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .898로 나타났다. 청소년의 성별은 남아

는 ‘0’, 여아는 ‘1’로 재코딩하였고, 취업모의 학력은 ‘무학(1점)’부터 ‘대학원 졸업(7점)’까지 7점 척도로 구성된 원데이터 평정대로 사용하였다. 취업모의 주 평균 근무시간은 20시간 이하는 ‘1’, 21~30시간은 ‘2’, 31~40시간은 ‘3’, 41~50시간은 ‘4’, 51~60시간은 ‘5’, 61시간 이상은 ‘6’으로 재코딩하여 사용하였다.



[그림 1] 연구모형

주: 독립변인과 일부 통제변인 간의 공분산을 모형에 포함하였으나, 도식의 간명성을 위해 그림에서는 생략 하였음.

### 3. 자료분석

본 연구에서는 SPSS 27.0과 Mplus 8.7 프로그램을 사용하여 다음과 같은 순서로 데이터를 분석하였다. 먼저 SPSS 27.0을 활용하여 기초분석을 실시하였으며, 이후 본 연구에서 설정한 이중매개모형을 검증하기 위해 Mplus 8.7을 활용하여, 경로분석(path analysis)을 수행하였다. 구체적으로 코로나19 시기 취업모의 일-가정 양립 갈등(W13)이 양육스트레스(W14)와 가족의사소통(W15)을 순차적으로 매개하여 청소년기 자녀의 미디어기기 중독(W15)에 미치는 영향을 검증하고자 하였다. 모형의 적합도를 확인하기 위해서  $\chi^2$ 값 및 Tucker-Lewis Index(TLI), Comparative Fit Index(CFI), Root-Mean Square Error of Approximation(RMSEA), Standardized Root Mean Square Residuals(SRMER) 값을 확인하였다. 일반적으로  $\chi^2$ 값이 작고 TLI와 CFI가 .90 이상인 경우, RMSEA가 .05 이하인 경우, SRMR은 0에 가까울수록 적합한 모형으로 해석된다(홍세희, 2000). 또한, 매개 경로의 유의성을 확인하기 위해 부트스트래핑(bootstrapping)을 사용하여 무작위 표집을 5,000번 반복하였다(Fritz & MacKinnon, 2007). 해당 결과에서 95% 신뢰구간(95%

confidence interval [CI])에 0이 포함되어 있지 않으면 경로가 통계적으로 유의한 것으로 간주한다(MacKinnon, Lockwood, & Williams, 2004).

### III. 연구결과

#### 1. 기술통계 및 상관분석 결과

본 연구에 사용된 주요 변인들에 대한 기술통계 및 상관관계를 분석한 결과는 아래 〈표 2〉에 제시하였다. 취업모의 일-가정 양립 갈등은 본인의 양육스트레스 수준, 청소년기 자녀의 미디어기기 중독 수준과 유의한 정적 상관이 있는 반면, 취업모가 지각하는 가족의사소통 수준과는 유의한 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 또한, 취업모의 양육스트레스는 본인이 지각하는 가족의사소통 수준과 부적 상관을, 청소년기 자녀의 미디어기기 중독 수준과 정적 상관을 나타냈다. 마지막으로, 취업모가 지각하는 가족의사소통 수준은 청소년기 자녀의 미디어기기 중독 수준과 부적 상관이 유의한 것으로 나타냈다.

〈표 2〉 주요 변인 간의 상관관계와 주요 변인의 기술통계( $N=726$ )

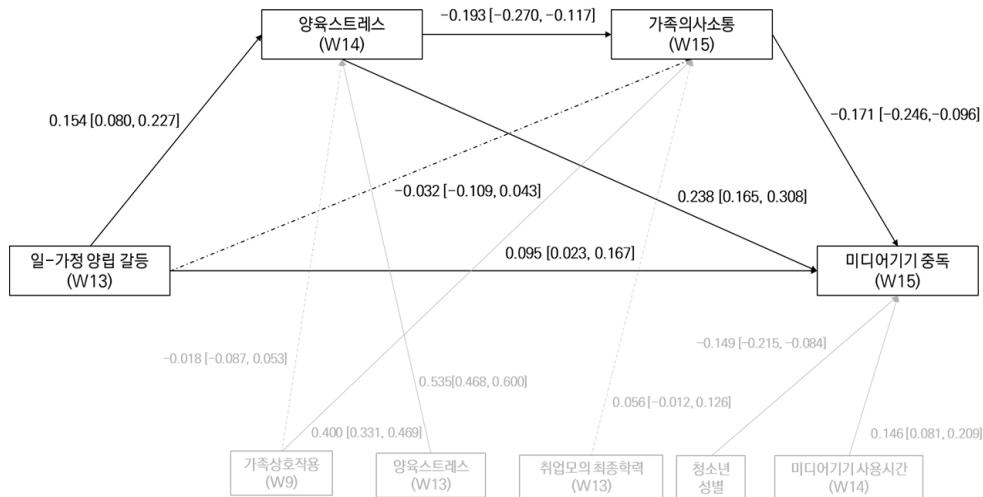
주요 변인	1	2	3	4
1. 일-가정 양립 갈등(W13)	-			
2. 양육스트레스(W14)	.34***	-		
3. 가족의사소통(W15)	-.19***	-.29***	-	
4. 미디어기기 중독(W15)	.22***	.35***	-.26***	-
접수 범위	1~5	1~5	1~5	1~4
평균(M)	2.29	2.58	3.76	1.89
표준 편차(SD)	0.69	0.69	0.55	0.49
왜도	0.27	-0.34	-0.67	0.40
첨도	-0.31	-0.46	1.14	0.04

\*\*\*  $p<.001$

#### 2. 청소년기 자녀의 미디어기기 중독에 미치는 종단적 영향

청소년기 자녀의 미디어기기 중독에 영향을 미치는 취업모의 일-가정 양립 갈등, 양육스트레스, 그리고 가족의사소통의 경로를 검증하기 위해 경로분석을 실시하였다. 분석에는 13차년도 양육스트레스, 9차년도 가족상호작용, 14차년도 미디어기기 사용시간, 청소년의

성별, 취업모의 최종학력을 통제변인으로 포함하였다. 분석 결과, 모형 적합도 지수는  $\chi^2=47.676(df=21, p<.001)$ , RMSEA=0.042(90% C.I.=0.026~0.058), CFI=0.962, TLI=0.945, SRMR=0.030으로 나타나, 모형 적합도가 양호한 것으로 평가되었다. [그림 2]에 제시된 바와 같이 코로나19 초기 시기(2020년, W13) 취업모의 일-가정 양립 갈등은 코로나19 일상회복 시기(2022년, W15) 청소년기 자녀의 미디어기기 중독에 직접적으로 정적인 영향( $\beta=0.095, 95\% \text{ C.I.}=0.023\sim0.167$ )을 미쳤다. 즉, 취업모가 지각하는 일-가정 양립 갈등이 증가할수록 청소년기 자녀의 미디어기기 중독 수준이 높아졌음을 의미한다. 또한, 취업모의 양육스트레스는 청소년기 자녀의 미디어기기 중독에 직접적으로 정적인 영향( $\beta=0.238, 95\% \text{ C.I.}=0.165\sim0.308$ )을 미쳤으며, 가족의사소통은 청소년기 자녀의 미디어기기 중독에 직접적으로 부적인 영향( $\beta=-0.171, 95\% \text{ C.I.}=-0.246\sim-0.096$ )을 미쳤다. 다음으로, 취업모의 일-가정 양립 갈등은 양육스트레스에 직접적으로 유의한 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta=0.154, 95\% \text{ C.I.}=0.080\sim0.227$ ). 반면, 취업모의 일-가정 양립 갈등이 가족의사소통에 미치는 직접적인 영향은 유의하지 않았다( $\beta=-0.032, 95\% \text{ C.I.}=-0.109\sim0.043$ ). 마지막으로, 취업모의 양육스트레스는 가족의사소통에 직접적으로 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta=-0.193, 95\% \text{ C.I.}=-0.270\sim-0.117$ ).



[그림 2] 연구모형 검증결과

주: 보고된 수치는 표준화 계수와 95% 신뢰구간임. 실선은 유의한 경로, 점선은 유의하지 않은 경로를 의미함. 회색으로 표시된 변인은 주요 통제변인이며, 독립변인과 일부 통제변인 간의 공분산을 모형에 포함하였으나, 관련 결과는 간명성을 위해 생략하였음.

### 3. 취업모의 양육스트레스와 가족의사소통의 이중매개효과

코로나19 시기 취업모의 일-가정 양립 갈등(W13)이 청소년기 자녀의 미디어기기 중독에 미치는 영향에서 양육스트레스(W14)와 가족의사소통(W15)의 순차적 매개효과를 검증하기 위해 Mplus로 부트스트래핑(bootstrapping)을 5,000번 실시하였다. 주요 변인들 간의 총효과 및 직접효과와 간접효과는 <표 3>에 제시하였다. 먼저 단일매개효과를 살펴보면, 취업모의 일-가정 양립 갈등은 양육스트레스를 높임으로써 청소년기 자녀의 미디어기기 중독에 정적인 영향을 미쳤다( $\beta=0.037$ , 95% C.I.=0.018~0.058). 또한, 취업모의 일-가정 양립 갈등은 양육스트레스를 매개하여 가족의사소통에 유의한 부적인 영향을 미쳤으며( $\beta=-0.030$ , 95% C.I.=-0.051~-0.013), 양육스트레스는 가족의사소통을 매개하여 청소년기 자녀의 미디어기기 중독에 유의한 정적인 영향을 미쳤다( $\beta=0.033$ , 95% C.I.=0.015~0.057). 그러나 취업모의 일-가정 양립 갈등이 청소년기 자녀의 미디어기기 중독에 미치는 영향에서 가족의사소통의 단일매개효과는 유의하지 않은 것으로 나타났다 ( $\beta=0.005$ , 95% C.I.=-0.008~0.020). 마지막으로 이중매개효과를 확인한 결과, 취업모의 일-가정 양립 갈등이 양육스트레스를 높이고 이후에 가족의사소통 수준을 낮춤으로써 청소년기 자녀의 미디어기기 중독 수준을 유의하게 높임을 확인하였다( $\beta=0.005$ , 95% C.I.=0.002~0.010).

<표 3> 양육스트레스와 가족의사소통의 이중매개효과

경로				$\beta$	95% C.I.	
만 12세 (초6, W13)	만 13세 (중1, W14)	만 14세 (중2, W15)	만 14세 (중2, W15)		하한	상한
일-가정 양립 갈등	→ 양육스트레스	→	미디어기기 중독	0.037	0.018	0.058
일-가정 양립 갈등	→ 양육스트레스	→ 가족 의사소통		-0.030	-0.051	-0.013
	양육스트레스	→ 가족 의사소통	→ 미디어기기 중독	0.033	0.015	0.057
일-가정 양립 갈등	→	가족 의사소통	→ 미디어기기 중독	0.005	-0.008	0.020
일-가정 양립 갈등	→ 양육스트레스	→ 가족 의사소통	→ 미디어기기 중독	0.005	0.002	0.010
전체 매개효과(total indirect)				0.047	0.023	0.074

주: 보고된 수치는 표준화 계수와 부트스트래핑을 통해 얻은 95% 신뢰구간임.

## IV. 논의 및 결론

코로나19 시기 동안 청소년의 미디어기기 사용이 현저히 증가함에 따라, 청소년의 미디어 활용이 단순한 정보 소비를 넘어 과의존이나 중독과 같은 문제적 사용으로 확산될 수 있다는 우려가 커지고 있다. 이러한 맥락에서, 청소년이 미디어기기를 보다 합리적이고 건강하게 활용할 수 있도록 지원하는 방안을 모색하는 것이 점차 중요한 과제로 부각되고 있다. 이에 따라, 본 연구는 취업모의 일-가정 양립 갈등이 양육스트레스, 가족의사소통을 순차적으로 매개하여 청소년기 자녀의 미디어기기 중독에 미치는 영향을 검증하고자 하였다. 본 연구의 주요 결과를 바탕으로 한 논의점은 다음과 같다.

첫째, 코로나19 초기 시기(2020년) 취업모가 경험한 높은 수준의 일-가정 양립 갈등은 2년 후 코로나19 일상 회복 시기(2022년) 청소년기 자녀의 미디어기기 중독 수준이 증가하는 데 직접적인 영향을 미쳤다. 코로나19로 인한 갑작스러운 재택근무 전환은 직장과 가정의 경계를 모호하게 하여, 취업모의 일-가정 양립 갈등의 심화에 기여하였다(Elahi, Abid, Contreras et al., 2022). 이러한 전환은 취업모와 자녀가 물리적으로 같은 공간에 있더라도 상호작용 기회가 감소할 수 있음을 시사한다. Kardefelt-Winther(2014)의 보상적 인터넷 사용 이론에 의하면 청소년기 자녀는 제한된 상호작용 속에서 정서적·심리적 욕구를 충분히 충족하지 못할 때 미디어기기에 의존하려는 경향이 나타날 수 있다. 이러한 경향성은 취업모의 일-가정 양립 갈등이 아동기 자녀의 미디어기기 수준과 밀접한 관련이 있음을 보고한 연구들(이운경·이선희·김민정 외, 2020; 홍석영·장소현, 2023)과 맥을 같이 하며, 본 연구에서 청소년기 자녀를 대상으로 유사한 결과를 확인했다는 점에서 해당 관계의 설명력을 확장하였다는 의의가 있다.

둘째, 코로나19 초기 시기(2020년) 취업모가 경험한 높은 수준의 일-가정 양립 갈등은 코로나19가 심화된 시기(2021년) 양육스트레스 수준을 높임으로써 간접적으로 코로나19 일상 회복 시기(2022년) 청소년기 자녀의 미디어기기 중독 수준을 높이는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 취업모가 경험하는 일-가정 양립 갈등이 자녀 양육에 부정적으로 전이되어 양육스트레스를 유발할 수 있음을 보여주는 동시에, 전이가설(Erel & Burman, 1995)을 지지하는 결과이다. 선행연구들(강민주·심혜원, 2020; 허무녕, 2023; Bozoglan & Kumar, 2022) 또한 어머니의 양육스트레스가 자녀의 미디어기기 중독과 밀접한 관련이 있음을 밝힌 바 있다. 특히, 취업모를 둘러싼 환경이 양육스트레스에 영향을 미칠 수 있다는 점(오재연·유구종, 2007)을 고려하면, 코로나19 시기 취업모가 직무 수행, 자녀 양육, 가사노동 등을 병행해야 하는 상황은 일-가정 양립 갈등의 심화를 야기하여 취업모의

양육스트레스가 증가하도록 만들고, 궁극적으로 자녀의 미디어기기 중독 위험을 높일 수 있다. 본 연구는 취업모의 일-가정 양립 갈등이 양육스트레스를 매개로 청소년기 자녀의 미디어기기 중독에 미치는 간접적인 영향을 실증적으로 확인함으로써, 관련 선행연구를 보완하고 변인 간 관계를 정교화했다는 점에서 의의가 있다. 한편 코로나19 초기 시기(2020년) 취업모의 일-가정 양립 갈등이 코로나19 일상 회복 시기(2022년) 청소년기 자녀의 미디어기기 중독에 미치는 영향에서 코로나19 일상 회복 시기(2022년) 가족의사소통의 단일 매개효과는 통계적으로 유의하지 않았다. 이러한 결과는 취업모의 일-가정 양립 갈등과 가족의사소통을 측정한 시점 간의 간격이 길어(약 2년) 매개 경로의 효과가 희석되었을 가능성과 분석에 사용된 가족의사소통 척도가 해당 시기의 맥락적 변화를 민감하게 포착하지 못했을 가능성에 기인한 것으로 해석할 수 있다.

마지막으로, 양육스트레스와 가족의사소통은 취업모의 일-가정 양립 갈등과 청소년기 자녀의 미디어기기 중독에서 순차적으로 작용하는 이중매개효과를 나타냈다. 즉, 코로나19 초기 시기(2020년) 취업모가 높은 수준의 일-가정 양립 갈등을 경험할수록, 코로나19 심화 시기(2021년) 양육스트레스가 증가하고, 코로나19 일상 회복 시기(2022년) 가족의사소통이 감소하여 결과적으로 청소년기 자녀의 미디어기기 중독 수준이 높아지는 유의한 경로가 확인되었다. 이러한 결과는 가족 구성원 간의 정서와 행동이 순환적으로 영향을 미친다는 가족체계이론(Kerr & Bowen, 1988)의 관점을 뒷받침한다. 특히 취업모의 일-가정 양립 갈등 경험이 개인 수준의 양육스트레스에 그치지 않고, 가족 전체의 역동에 파장을 일으켜 가족의사소통이 악화되도록 하며, 궁극적으로 청소년기 자녀의 미디어기기 사용에도 영향을 미칠 수 있다는 점에서 본 연구 결과는 실천적 시사점을 지닌다.

종합하면, 기존 연구들은 주로 일-가정 양립 갈등, 양육스트레스, 자녀의 미디어기기 중독 간의 개별적 관계나 변인 간 동시적 상관성에 초점을 맞추고 있다. 이에 반해, 본 연구는 코로나19 같은 위기 상황을 배경으로 종단적 관점에서 가족 내 정서적 연결성의 영향력이 어떻게 전개되는지를 보다 입체적으로 규명하고자 하였다. 특히, 코로나19 초기 시기(2020년)부터 일상 회복 시기(2022년)까지의 시점을 구분하여, 취업모의 일-가정 양립 갈등에서 청소년기 자녀의 미디어기기 중독으로 이어지는 발달적 경로를 실증적으로 확인한 점은 기존 연구와 차별화되는 의의를 지닌다. 또한, 취업모의 일-가정 양립 갈등이 개인의 문제뿐만 아니라 가족 전체의 상호작용과 청소년기 자녀의 미디어기기 사용 습관에까지 영향을 미칠 수 있음을 시사한다. 이러한 결과는 향후 가족 기반 개입과 정책 설계 시, 정서적 소통과 관계 역동을 포함한 통합적 접근이 필요함을 뒷받침한다.

본 연구는 이와 같은 실천적 의의를 지니지만, 다음과 같은 몇 가지 한계점이 있다. 첫

째, 본 연구에 사용된 주요 변인은 취업모의 자기 보고식 응답에서 비롯되었기에, 응답자의 주관적 판단에 의존하므로 보고 편향이 발생할 수 있다. 둘째, 본 연구는 다양한 통제변인을 고려하였으나, 코로나19 시기의 특수성이 주요 변인에 영향을 미쳤을 가능성을 완전히 배제하기 어렵다. 또한, 본 연구는 코로나19 시점을 연구의 맥락적 배경으로 설정하였으나, 코로나19 이전과 이후의 변화를 직접적으로 비교하는 분석을 포함하지 못했기에 본 연구 결과가 코로나19 이후에도 동일하게 적용될 수 있는지 추가적 검증이 필요하다. 마지막으로, 본 연구에서 사용된 미디어기기 중독 척도는 청소년의 문제적 사용 행동(예: 과도한 사용, 통제 어려움, 일상생활 지장 등)에 대해 취업모가 보고한 응답을 기반으로 하였으며, 이는 임상적 진단을 위한 전문 평가 도구와는 측정 목적과 기준이 다르므로 해석에 주의가 필요하다.

## V. 정책적 제언 및 시사점

본 연구의 주요 결과를 바탕으로 한 구체적인 제언은 다음과 같다. 첫째, 청소년기 자녀의 미디어기기 중독을 예방하기 위해 취업모의 일-가정 양립 갈등을 완화하는 것이 필수적이다. 이를 위해 유연근무제를 확대하고 가족 친화적 직장 문화를 조성할 필요가 있다. 특히, 근무시간을 탄력적으로 조정할 수 있는 제도적 기반과 함께, 조직 구성원이 각자의 생활 요구를 존중받으며 일할 수 있는 자율적인 환경을 조성하는 것은 취업모의 일-가정 양립 갈등을 완화하고 정서적 여유를 확보하는 데 기여할 수 있다(Shirmohammadi, Au, & Beigi, 2022).

둘째, 본 연구에서 취업모의 일-가정 양립 갈등이 청소년기 자녀의 미디어기기 중독에 미치는 영향에서 양육스트레스가 중요한 매개요인으로 확인되었다. 청소년 자녀를 둔 취업모의 일-가정 양립 갈등으로 인한 양육스트레스를 완화하기 위해서는 가정 및 지역사회 차원에서의 통합적 지원 체계를 구축할 필요가 있다. 우선, 가족 내부에서 배우자의 적극적인 양육 참여와 정서적 지지는 취업모의 양육스트레스 완화에 가장 강력한 효과를 보인다 (Kim & Kim, 2013). 따라서, 양육과 가사 책임이 한쪽에 집중될 때 발생하는 과도한 부담을 줄이기 위해, 가정 내 돌봄 책임을 부부가 공동으로 수행할 수 있도록 취업모 배우자의 참여 동기를 높이는 사회·문화적 환경을 조성하는 것이 중요하다고 할 수 있다. 한국은 지난 10년간 육아휴직 수당, 육아기 근로시간 단축제도, 육아휴직 보너스제와 같이 아버지의 양육 참여를 장려하는 제도를 꾸준히 확대해 왔다(조숙인·김나영·장미나 외, 2020). 이

러한 제도의 도입으로 인해, 남성 육아휴직자 비율은 2012년 2.8%에서 2022년 28.9%까지 급격하게 상승하였으나, 사회문화적 규범, 성역할 분담, 직장 내 분위기 등의 사회·조직적 환경 요인은 여전히 이러한 제도를 현장에서 충분히 활용하지 못하게 만든다(김지현, 2024). 또한, 이러한 제도들은 주로 자녀가 영유아기일 때에만 적용되는 한계를 지니고 있어, 청소년 자녀를 둔 가정의 경우 아버지의 역할수행이 청소년 발달에 중요한 의미를 가짐에도 불구하고 이에 상응하는 제도적 지원은 여전히 미흡한 실정이다(황지연·김준미·서은애 외, 2023). 따라서 향후 정책 설계 시, 단순히 제도의 범위와 적용 연령대를 청소년기 자녀가 있는 가정까지 확대하는 데에서 그치는 것이 아니라, 직장 문화의 개선과 성역할 고정관념의 완화에 더욱 초점을 맞출 필요가 있다. 사회적 지지망과 가용 사회자본 역시 취업모의 심리적 웰빙을 지지하는 중요한 보호요인이다(이윤정, 2014). 취업모의 양육스트레스 수준이 높아질 경우 전문적인 상담이나 치료가 효과적인 개입 수단이 될 수 있으나, 비용 부담과 접근성 문제로 실제 이용률은 높지 않은 경향이 있다(Witt, Keller, Gottlieb et al., 2011). 따라서, 취업모가 심리·정서적 지원을 보다 쉽게 활용할 수 있도록 하는 제도적·환경적 개선이 필요하다.

셋째, 양육스트레스와 가족의사소통이 취업모의 일-가정 양립 갈등과 청소년기 자녀의 미디어기기 중독 간의 관계를 순차적으로 매개하는 것으로 나타났다. 이에 따라 청소년기 자녀의 미디어기기 중독을 효과적으로 예방하고 개입하기 위해서는 가족체계 관점에 기반하여 가족 내 양육환경을 개선하고 의사소통의 질을 향상시킬 수 있는 실천 전략이 함께 마련될 필요가 있다. 기존의 미디어기기 중독 고위험군 청소년을 대상으로 한 부모교육 프로그램(예: 한국청소년상담복지개발원이 개발한 스마트폰 중독 청소년 부모교육 프로그램)은 자녀의 미디어기기 사용시간을 제한하는 데 초점을 맞추고 있다(김범구·이창호·전미진 외, 2016). 그러나 청소년기의 자율성을 고려하지 않은 일방적 통제는 오히려 개입 효과를 약화시킬 수 있다는 지적이 있기에(최윤정·이종혁, 2021) 개방적 의사소통을 기반으로 한 설명적 중재가 더 효과적일 수 있다. 설명적 중재를 통해 청소년의 미디어기기 사용의 자율성을 보장하는 동시에, 미디어기기 사용에 대한 부모와의 대화 및 토론을 통해서 청소년들의 비판적 미디어 이해 능력 증진을 도모할 수도 있다(최윤정·이종혁, 2021). 또한, 취업모가 시간과 에너지 측면에서 제약을 받는 현실과 청소년기의 미디어기기 사용 양상이 점차 복잡해지고 있음을 고려할 때, 취업모가 효과적인 가족의사소통 전략을 활용하고 자녀의 미디어기기 사용을 적절히 지도하기 위해서는 전문적인 지원이 필수적이다. 이에 따라 취업모가 부모역량을 강화하고 가족 내 의사소통 기술을 지속적으로 학습할 수 있도록 하는 부모 대상의 온라인 교육·지원체계 구축이 필요하다. 이러한 체계를 통해 취업모가

청소년기 자녀의 주요 미디어기기 사용 패턴을 이해하고 미디어기기 중독의 위험 요인을 파악함으로써, 자녀의 미디어기기 사용에 대해 더 적극적으로 대응할 수 있다. 아울러 의사소통 기술 훈련을 제공함으로써 가족 구성원 간 더 협력적이고 일관적인 의사소통 방식이 형성되도록 지원할 수 있다. 결론적으로, 취업모 일-가정 양립 갈등 완화, 양육스트레스 감소와 가족의사소통 활성화를 위한 통합적 정책 및 실천 전략의 마련은 궁극적으로 청소년기 자녀의 미디어기기 중독 예방과 건강한 미디어 사용 습관 형성에 기여할 것이다.

## 참고문헌

- 강민주·심혜원(2020). 양육스트레스가 스마트폰 중독경향성에 미치는 영향에서 결혼만족도와 마음챙김의 매개효과: 영아기 자녀를 둔 어머니를 중심으로. *영유아아동정신건강연구*, 13(2), 23-50.
- 강하라(2021). 어머니의 일·가정 양립 갈등이 자녀의 집행기능 곤란에 미치는 영향에서 모-자녀 상호작용과 자녀 미디어 기기 중독의 순차적 이중매개효과. *학습자중심교과교육연구*, 21(15), 177-196.
- 강희경(2003). 학동기 자녀를 둔 부모의 양육스트레스 척도 개발. *한국가정관리학회지*, 21(2), 31-38.
- 과학기술정보통신부·한국지능정보사회진흥원(2021). 2020년 인터넷이용실태조사.<https://www.mst.go.kr/publicinfo/view.do?referKey=406&publicSeqNo=406&sCode=user&mId=63&mPid=62&formMode=R&publicListSeqNo=8>에서 2024년 7월 10일 인출.
- 과학기술정보통신부·한국지능정보사회진흥원(2024). 2023년 스마트폰 과의존 실태조사.[https://www.iapc.or.kr/mediaView.do?idx=28&article\\_id=ICCART\\_0000000113127](https://www.iapc.or.kr/mediaView.do?idx=28&article_id=ICCART_0000000113127)에서 2024년 7월 22일 인출.
- 김범구·이창호·전미진·이미현(2016). 스마트폰 중독 기숙형 치유 프로그램 개발. *청소년상담연구*, 24(2), 37-57.
- 김선희(2019). 스마트 기기를 활용한 포럼연극 수업이 사회성 향상에 미치는 효과. *한국융합학회논문지*, 10(11), 275-282.
- 김영식·선우성·김병수·박훈기·옥선화·차동혁(2012). FACES IV의 가족의사소통 척도(FCS) 한국어판의 신뢰도 및 타당도 분석. *한국가족관계학회지*, 17(1), 241-258.
- 김종민·최은아(2019). 초등학생의 자아존중감, 또래애착, 미디어 이용시간과 어머니의 양육 행동이 미디어중독에 미치는 영향. *어린이미디어연구*, 18(4), 197-225.

- 김지현(2024). 남성의 육아휴직제도 이용 요인 분석과 활성화 방안 모색. *이슈분석*, 281, 1-29.
- 김효정·조동혁·조희준(2023). 일-가정 양립 갈등이 부모역할만족도와 유아 문제행동에 미치는 영향에 관한 연구. *학습자중심교과교육연구*, 23(6), 195-209.
- 김희경·신지민(2023). 일가정 양립 갈등 및 영향요인에 대한 성별 비교연구. *한국사회와 행정연구*, 34(1), 223-250.
- 박명철·김재승(2024). 어머니의 일-가정 갈등이 학령기 아동의 문제행동에 미치는 영향: 우울의 매개효과와 소득의 조절효과를 중심으로. *한국사회복지학*, 76(1), 311-339.
- 박영신·김의철·정갑순(2004). 한국 청소년의 부모자녀관계와 성취에 대한 종단연구: 자기효능감과 성취동기를 중심으로. *한국심리학회지: 사회문제*, 10(3), 37-59.
- 방지원·최보윤·유성경·김수영(2022). 영유아기 자녀를 둔 맞벌이 부부의 일-가정 갈등이 우울에 미치는 영향에 대해 결혼 만족에 의해 조절되는 양육 스트레스의 매개효과. *가정과삶의질연구*, 40(3), 55-73.
- 배승주·이상호(2021). 미디어서비스 중독 변인의 종단적 추세변화 연구: 2000~2021년 청소년 대상 연구를 중심으로. *한국산업정보학회논문지*, 26(5), 95-111.
- 신혜원·김석선(2024). 부모-자녀 간의 의사소통과 청소년의 스마트폰 과의존에 대한 체계적 문헌고찰. *Health & Nursing*, 36(1), 41-49.
- 안명희(2014). 모의 심리적 통제와 청소년 우울: 모-자녀 관계만족도, 분노, 외로움의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 26(3), 737-758.
- 오재연·유구종(2007). 양육스트레스에 영향을 미치는 생태학적 관련변인 탐색: 전라남도 지역을 중심으로. *열린유아교육연구*, 12(5), 73-94.
- 오혜주·이은경(2024). 초기 청소년의 부모요인과 스마트폰과의존의 관계에서 자아존중감의 매개효과. *미래사회*, 15(2), 145-161.
- 유백산·신수영(2012). 가정배경에 따른 부모-자녀 간 의사소통양식이 학생-교사 관계 및 직업포부에 미치는 영향. *한국청소년연구*, 23(4), 51-78.
- 이봉주·이화조·선우진희·장희선(2020). 2020 코로나19와 아동의 삶: 아동 재난대응 실태조사 I. 사회복지법인 굿네이버스. <https://www.goodneighbors.kr/>에서 2024년 7월 28일 인출.
- 이운경·이선희·김민정·김수지(2020). 취업모의 일-가정갈등이 학령 초기 아동의 스마트폰 의존에 미치는 영향: 우울과 양육행동의 순차적 매개효과. *한국아동학회지*, 41(2), 147-161.
- 이윤정(2014). 아동 기질과 양육스트레스, 사회적 지지가 취업모의 양육효능감에 미치는 영향. *한국영유아보육학*, 85, 117-136.

- 전성은·강영신(2022). 아동이 지각한 성취압력이 미디어기기 중독에 미치는 영향: 내재화 문제와 자기조절 효능감의 삼원 조절효과. *육아정책연구*, 16(3), 55-78.
- 전지원·차승은·은기수(2022). 코로나 19 시기 재택근무가 남녀 취업자의 일-가족 양립에 미친 영향. *한국인구학*, 45(3), 27-50.
- 조숙인·김나영·장미나·박은영(2020). 맞벌이 가구의 일·가정 양립을 위한 육아지원 방안 연구. *육아정책연구소*.
- 최아라(2020). 코로나19, 아동돌봄 쟁점과 과제. *인문사회* 21, 11(4), 1379-1389.
- 최윤정·이종혁(2021). 부모 중재와 미디어 교육이 청소년 유튜브 이용에 미치는 영향: 학년에 따른 효과의 차이 분석. *방송통신연구*, 113, 141-171.
- 최인호·김진이(2013). 어머니의 양육행동이 남녀 청소년의 문제행동에 미치는 영향: 남녀 청소년의 공감능력의 매개효과. *가족과 가족치료*, 21(1), 81-102.
- 하문선(2018). 맞벌이 부모의 일-가족 갈등, 양육스트레스, 아동의 내재화 및 외현화문제의 관계: 자기-상대방 상호의존모형(APIM)의 적용. *아시아교육연구*, 19(3), 573-600.
- 허무녕(2023). 부모 양육스트레스와 자녀의 집행기능곤란, 미디어기기 중독의 변화양상에 따른 잠재집단 간 종단적 이행양상 분석: 순차적 과정 성장혼합모형(SP-GMM)의 적용. *아시아교육연구*, 24(2), 219-246.
- 홍석영·장소현(2023). 취업모의 일-가정 양립이 유아의 스마트폰 과의존에 미치는 영향: 어머니-유아 상호작용의 매개효과를 중심으로. *한국아동학회지*, 44(4), 499-510.
- 홍예지·이강이(2020). 학령초기 자녀를 둔 취업모의 일-가정 갈등의 변화 유형화 및 영향요인과 결과요인 검증. *육아정책연구*, 14(1), 97-120.
- 황지연·김준미·서은애·신효정(2023). 청소년기 자녀를 둔 아버지 연구에 대한 동향분석. *Human Ecology Research*, 61(1), 141-154.
- Asri, N. S. M., Juhari, R., & Vania, A. (2023). Correlates of parent-child relationship quality among working mothers during COVID-19 pandemic in Malaysia. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 13(16), 1-9.
- Barnes, H. L., & Olson, D. H. (1985). Parent-adolescent communication and the circumplex model. *Child Development*, 56(2), 438-447.
- Bozoglan, B., & Kumar, S. (2022). Parenting styles, parenting stress and hours spent online as predictors of child internet addiction among children with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 52(10), 4375-4383.
- Chung, K. S., & Kim, M. (2020). How parenting anxiety, number of children, and employment status affect the parental anger of mothers with young

- children in Korea. *Korean Journal of Child Studies*, 41(5), 1-12.
- Cole, D. A., & Maxwell, S. E. (2003). Testing mediational models with longitudinal data: Questions and tips in the use of structural equation modeling. *Journal of Abnormal Psychology*, 112(4), 558-577.
- Coyne, S. M., Stockdale, L., & Summers, K. (2019). Problematic cell phone use, depression, anxiety, and self-regulation: Evidence from a three-year longitudinal study from adolescence to emerging adulthood. *Computers in Human Behavior*, 96, 78-84.
- Dumontheil, I. (2016). Adolescent brain development. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 10, 39-44.
- Elahi, N. S., Abid, G., Contreras, F., & Fernández, I. A. (2022). Work-family and family-work conflict and stress in times of COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 13, 951149.
- Enders, C. K., & Bandalos, D. L. (2001). The relative performance of full information maximum likelihood estimation for missing data in structural equation models. *Structural Equation Modeling*, 8(3), 430-457.
- Erel, O., & Burman, B. (1995). Interrelatedness of marital relations and parent-child relations: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 118(1), 108-132.
- Fritz, M. S., & MacKinnon, D. P. (2007). Required sample size to detect the mediated effect. *Psychological Science*, 18(3), 233-239.
- Gali Cinamon, R., Weisel, A., & Tzuk, K. (2007). Work-family conflict within the family: Crossover effects, perceived parent-child interaction quality, parental self-efficacy, and life role attributions. *Journal of Career Development*, 34(1), 79-100.
- Hu, Z., & Xiang, Y. (2024). Who is the chief culprit, loneliness, or smartphone addiction? Evidence from longitudinal study and weekly diary method. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 22(1), 599-614.
- Kardefelt-Winther, D. (2014). A conceptual and methodological critique of internet addiction research: Towards a model of compensatory internet use. *Computers in Human Behavior*, 31, 351-354.
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation*. New York: Norton.
- Kim, Y. M., & Kim, M. Y. (2013). Difficulties faced by working mothers and potential solutions to these problems: A survey of nursing personnel in a

- Korean teaching hospital. *Perspectives in Nursing Science*, 10(2), 151-157.
- Kroshus, E., Tandon, P. S., Zhou, C., Johnson, A. M., Steiner, M. K., & Christakis, D. A. (2022). Problematic child media use during the COVID-19 pandemic. *Pediatrics*, 150(3), e2021055190.
- Kuss, D. J., & Lopez-Fernandez, O. (2016). Internet addiction and problematic Internet use: A systematic review of clinical research. *World Journal of Psychiatry*, 6(1), 143-176.
- Li, G., Conti, A. A., Qiu, C., & Tang, W. (2022). Adolescent mobile phone addiction during the COVID-19 pandemic predicts subsequent suicide risk: A two-wave longitudinal study. *BMC Public Health*, 22(1), 1537.
- Lim, Y. (2024). Parents' work-family conflict and children's behavioral problems: Mediating roles of parental warmth and children's executive function difficulties. *Current Psychology*, 43(8), 7217-7234.
- MacKinnon, D. P., Lockwood, C. M., & Williams, J. (2004). Confidence limits for the indirect effect: Distribution of the product and resampling methods. *Multivariate Behavioral Research*, 39(1), 99-128.
- Marshall, N. L., & Barnett, R. C. (1993). Work-family strains and gains among two-earner couples. *Journal of Community Psychology*, 21(1), 64-78.
- Min, J., & Mishra, D. P. (2010). Analyzing the relationship between dependent and independent variables in marketing: A comparison of multiple regression with path analysis. *Innovative Marketing*, 6(3), 113-120.
- Montag, C., & Becker, B. (2023). Neuroimaging the effects of smartphone (over-)use on brain function and structure: A review on the current state of MRI-based findings and a roadmap for future research. *Psychoradiology*, 3, 1-13.
- Neal, M. B., Chapman, N. J., Ingersoll-Dayton, B., & Emlen, A. C. (1993). *Balancing work and caregiving for children, adults, and elders*. Sage Publications, Inc.
- Olson, D. (2011). FACES IV and the circumplex model: Validation study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 37(1), 64-80.
- Page, K. J., Deuling, J. K., Mazzola, J. J., & Rospenda, K. M. (2018). A fresh look at socio-demographics in work-family conflict: A cluster analysis approach. *Occupational Health Science*, 2(2), 181-201.
- Reimann, M., Schulz, F., Marx, C. K., & Lükemann, L. (2022). The family side of

- work-family conflict: A literature review of antecedents and consequences. *Journal of Family Research*, 34(4), 1010-1032.
- Shirmohammadi, M., Au, W. C., & Beigi, M. (2022). Remote work and work-life balance: Lessons learned from the COVID-19 pandemic and suggestions for HRD practitioners. *Human Resource Development International*, 25(2), 163-181.
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Preventive Medicine Reports*, 12, 271-283.
- Wacks, Y., & Weinstein, A. M. (2021). Excessive smartphone use is associated with health problems in adolescents and young adults. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 669042.
- Witt, W. P., Keller, A., Gottlieb, C., Litzelman, K., Hampton, J., Maguire, J., & Hagen, E. W. (2011). Access to adequate outpatient depression care for mothers in the USA: A nationally representative population-based study. *The Journal of Behavioral Health Services & Research*, 38(2), 191-204.
- Young, K. S. (1996). Psychology of computer use: XL. Addictive use of the internet: A case that breaks the stereotype. *Psychological Reports*, 79(3), 899-902.

- 논문접수: 10월 14일 / 수정본 접수 11월 26일 / 게재 승인 12월 11일
- 교신저자: 김현경, 연세대학교 아동·가족학과/인간생애와 혁신적 디자인 융합전공 교수, hyounkim@yonsei.ac.kr

## Abstract

# Longitudinal Effects of Employed Mothers' Work–Family Conflict on Adolescents' Media Device Addiction during COVID-19: The Role of Parenting Stress and Family Communication

Yueyang He, Eunho Jo, Hyunmin Yeo and Hyoun K. Kim

This study examines the extent to which employed mothers' work–family conflict (Wave 13) during the COVID-19 pandemic influenced adolescents' media device addiction (Wave 15) two years later, as well as the mediating roles of parenting stress (Wave 14) and family communication (Wave 15). The study used a path analysis on data from 726 employed mothers during waves 13 to 15 of the Panel Study on Korean Children. The results indicate that both work–family conflict and parenting stress directly increase adolescents' media device addiction, while family communication directly decreases it. Additionally, parenting stress has a significant mediating effect, and parenting stress and family communication have a significant sequential (double) mediating effect. These results underscore the importance of early family-level interventions and offer practical guidance for preventing media device addiction among adolescents.

Keywords: work–family conflict, media device addiction, parenting stress, family communication, COVID-19