

헬리콥터 부모역할과 게임 및 소셜 미디어 중독의 관계: 대학생의 자기효능감의 매개효과*

김 성 희¹⁾ 주 수 산 나²⁾ 신 혜 림³⁾

1) 연세대학교 교양교육연구소

2) 연세대학교 BK21 공감, 공존, 공생하는 사회를 위한 혁신적 디자인 교육연구단

3) 연세대학교 아동가족학과

헬리콥터 부모역할은 자녀에 대한 애정을 바탕으로 성인 자녀에 대해 이루어지는 부모의 과도한 개입 및 통제를 의미한다. 성인이행기 대학생에게 헬리콥터 부모역할은 한 개인으로서의 독립성 발달과 자아존중감 형성을 저해할 가능성이 있으며, 이는 대학생의 인터넷 사용에 관한 통제력 부족 및 중독 현상과 연결되어 부정적 결과를 초래할 수 있다. 따라서 본 연구에서는 헬리콥터 부모역할과 대학생의 게임 및 소셜 미디어 중독과의 관계에 있어 자기효능감의 매개효과를 살펴보고자 하였다. 이를 위하여 서울 지역 대학교에 재학 중인 총 441명의 대학생(만 18-25세)을 대상으로 온/오프라인을 통하여 설문자료를 수집하였으며, Mplus 프로그램의 부트스트래핑 방법을 활용하여 매개모형을 분석하였다. 그 결과, 자기효능감의 매개효과는 유의미한 것으로 나타났다. 즉 본 연구에 참여한 대학생들은 그들의 부모가 헬리콥터 부모역할을 수행한다고 인식할수록 자기효능감이 낮은 경향이 있었으며, 이는 게임 및 소셜 미디어 중독 성향을 높이는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 성인이행기 대학생의 게임 및 소셜 미디어 중독 문제를 예방하기 위해서는 부모를 대상으로 적절한 부모역할에 대한 교육과 더불어, 대학생들 스스로가 자신의 행동에 대한 효능감을 습득할 수 있도록 지원하는 것이 필요함을 시사한다.

주요어 : 헬리콥터 부모역할, 게임 중독, 소셜 미디어 중독, 자기효능감, 대학생

* 이 논문은 2019년 대한민국 교육부와 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임
(NRF-2019S1A5C2A04083293).

이 논문은 2022년 한국인간발달학회 춘계연합학술대회에서 포스터 발표한 연구를 보완한 것임.

1) 연세대학교 교양교육연구소, 전문연구원

2) 교신저자 : 연세대학교 BK21 공감, 공존, 공생하는 사회를 위한 혁신적 디자인 교육연구단, 연구교수
(Email: jssn@yonsei.ac.kr)

3) 연세대학교 아동가족학과, 박사과정 수료

I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

오늘날 대학생은 1990년대 중반에서 2000년대 초반에 태어난 Z세대에 해당하는데, 이들은 일상적으로 인터넷을 사용하고 인터넷 기반의 게임 및 소셜 미디어 사용에 매우 익숙한 세대이다. 그러나 청소년과 성인의 중간 단계인 성인이행기(emerging adulthood)에 속한 대학생들에게 있어 이러한 인터넷에 대한 친숙함은 인터넷 기반의 중독 행동으로 이어질 가능성을 높게 만드는 요인으로 작용하기도 한다(Henzel & Håkansson, 2021). 즉 한 명의 성인으로서 독립성 형성을 준비하는 단계에 있는 성인이행기의 대학생들은 자기 통제력이 여전히 발달 중인 단계에 있기에, 온전히 자기 통제력이 습득되지 못한 경우에는 인터넷을 활용한 게임이나 SNS(social network service)를 포함한 소셜 미디어(social media)의 이용에 중독될 가능성이 있다. 특히나 오늘날 대학 생활에서는 일상적으로 컴퓨터를 활용한 과제 및 학업 활동이 증가함에 따라 인터넷을 활용한 중독 성향이 늘고 있으며, 그 중 게임이나 소셜 미디어에 관한 중독 행위가 사회적 관심으로 자리잡고 있다(Turel, Brevers, & Bechara, 2018).

게임 중독은 온라인 게임의 사용에 있어 강박적 행동을 보이거나 통제되지 않는 상황이 발생함으로써 개인의 삶에 있어 다양한 영역, 즉 학업, 가족 및 친구 관계 등에서 문제를 일으키는 상황으로 정의된다(Borzikowsky & Bernhardt, 2018). 이와 유사하게 소셜 미디어

중독 또한 페이스북, 인스타그램, 트위터 등과 같은 SNS를 기반으로 한 소셜 미디어의 과도한 사용으로 인해 자신 스스로 통제되지 못하여 삶의 주요 영역에서 어려움을 경험하는 것을 의미한다(Baturay & Toker, 2019). 이러한 중독 성향은 일반적으로 학업 저하와 같은 개인의 기능적 측면뿐 아니라, 우울증, 불면증과 같은 정신적 측면의 어려움을 야기함으로써 전반적으로 삶의 질을 떨어뜨리는 요인으로 작용하곤 한다(Farchakh et al., 2020; Hagedorn & Young, 2011). 인터넷 사용과 관련하여 게임 및 소셜 미디어에 관한 연구들은 주로 개인의 삶에 대해 주목하며, 게임이나 SNS에 대한 중독 성향은 대학생의 정신적 건강뿐 아니라 학업 성취를 포함하여 이들의 삶에 전반적으로 주요한 영향을 미친다고 보고된다(Hawi, Samaha, & Griffiths, 2018).

생태학적 접근을 기반으로 하여 성인이행기 대학생의 중독 행위에 영향을 미치는 요소들을 탐구한 연구를 살펴보면, 부모와 관련된 요소들이 중독 행위와 밀접한 관련이 있는 요인 중 하나로 다루어지고 있다. 구체적으로, 가족 맥락을 바탕으로 한 사회경제적 지위, 부모의 혼인 지위(Wu et al., 2016), 어머니의 직업(Arokiasamy, Kanan, & bin Ismail, 2019), 부모와의 애착(Kim & Kim, 2015)이 중독 행위에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 부모가 대학생 자녀에게 인터넷 사용 관련 교육이나 정보를 제공할수록 자녀의 인터넷 사용 관련 위험 행동은 감소되었다(Kerr, D'Angelo, Diaz-Caballero, & Moreno, 2020; Onyekachi, Egboluche, & Chukwuorji, 2022). 반면, 청소년을 대상으로 한 연구(Wu et al., 2016)에서는 부모

의 과도한 통제나 규제 수준이 높아질수록 자녀의 인터넷 사용을 통한 중독 행위가 증가한다는 결과 또한 제시되고 있다. 이와 같은 다양한 연구 결과들은 부모의 역할에 대한 인식이 다양한 유형으로 나타날 수 있으며, 이러한 부모역할의 차이는 대학생 자녀의 인터넷 중독과 같은 인터넷 관련 위험 행동과 관련이 있음을 보여준다(Romm, Metzger, & Alvis, 2020).

다양한 부모역할 중 최근 불안정한 사회 구조와 관련되어 주목을 받고 있는 부모역할이 헬리콥터 부모역할(helicopter parenting)이다. 헬리콥터 부모역할은 자녀가 독립적으로 생활할 수 있는 영역에 대해서도 자녀에 대한 과도한 관심과 애정을 바탕으로 자녀의 삶에 부모가 과도하게 개입을 하거나 통제를 하는 부모 행동으로 정의된다(Padilla-Walker & Nelson, 2012). 특히 자아정체감을 형성하며 독립적 개체로 발달해 나아가는 성인이행기 자녀에게 있어 헬리콥터 부모역할은 부적절한 부모역할로 간주되곤 하며, 자녀의 교육 및 삶 전반에 관심이 높은 세대로 간주되는 베이비부머 세대를 중심으로 헬리콥터 부모역할이 확산되고 있다(Love, May, Cui, & Fincham, 2020; van Ingen et al., 2015). 1990년대 미국을 중심으로 한 서구 국가에서 이와 같은 현상이 나타났을 때는 중산층 백인 부모를 중심으로 현상이 확산되었지만, 한국 사회에서는 부모-자녀 관계에 있어 유교적 성향이 내재됨에 따라 보다 보편적으로 헬리콥터 부모역할이 관측되고 있다(Kwon, Yoo, & De Gagne, 2017; Somers & Settle, 2010).

헬리콥터 부모역할과 관련된 선행연구를 살펴보면, 자기 결정 이론(self-determination theory)

을 바탕으로 하여 성인이행기에 요구되는 독립성 및 자율성 형성이 저하된다는 측면에서 헬리콥터 부모역할로 인한 자녀의 삶에 대한 부정적 결과들이 다수 나타나고 있다. 자기 결정 이론은 개인의 건강한 자기실현 발달을 위해 자율성(autonomy), 유능성(competence), 관계성(relatedness)의 세 가지 요소가 요구된다고 강조한다(Ryan & Deci, 2000). 구체적으로, 개인의 자발적 선택을 통한 행동 및 조절의 중요성에 대한 자율성, 자신이 능력 있는 존재라는 지각과 관련된 유능성, 타인과의 교류 및 관계의 조화를 통한 안정성 습득은 개인의 내적 동기를 향상하여 개인적 발달을 도모함으로써 개인의 안녕감에 긍정적 영향을 미치기 때문이다. 이를 헬리콥터 부모역할에 대입하여 살펴보면, 부모에 의한 과도한 개입과 자율성이 억압되는 헬리콥터 부모의 존재는 한 사람의 성인으로 자신을 동기화시키며 자율성을 발달해 나갈 성인이행기에 있는 대학생들의 삶에 부정적 영향을 미칠 수 있음을 생각해볼 수 있다.

헬리콥터 부모역할이 성인이행기 자녀에게 미치는 부정적인 영향 중 다수의 연구자들은 치명적인 문제행동인 중독에 주목하였으며, 다양한 중독 중에서 알코올 중독 및 약물 중독에 대한 연구를 중점적으로 진행하였다(Cook, 2020; Cui, Janhonen-Abruquah, Darling, Carlos Chavez, & Palojoki, 2019; Padilla-Walker, Son, & Nelson, 2019). 선행연구자들은 헬리콥터 부모역할이 증가함에 따라 알코올 섭취율의 증가(Cui et al., 2019)와 약물 사용의 증가(Padilla-Walker et al., 2019) 경향에 대해 밝히고 있다. 게임이나 인터넷 중독, 소셜 미디어의

사용과 관련된 중독 행위들이 알코올이나 약물과 같은 개인의 일반적 중독 행위와 유사함을 고려할 때, 과도한 개입과 자율성의 억압이 이루어지는 헬리콥터 부모역할은 대학생 자녀에게 게임 및 소셜 미디어의 사용에 있어서의 중독을 유발할 가능성이 있음을 추론해 볼 수 있다(Chen, Lee, Dong, Gamble, & Feng, 2020). 헬리콥터 부모역할과 게임 혹은 소셜 미디어와의 관계를 직접적으로 살펴본 연구는 아직까지 매우 드물다. 그러나 Nelson, Padilla-Walker와 McLean의 종단연구(2021)에 따르면, 미국 맥락에서 부모가 헬리콥터 부모역할을 수행할수록 남성 대학생의 게임 중독 행위 가능성이 더 높아지는 것으로 나타났다. 뿐만 아니라 Hwang 등(2022)은 미국 대학생들이 강한 헬리콥터 부모역할을 경험한 경우가 그렇지 않은 경우와 비교했을 때 보다 높은 수준의 게임 중독이나 소셜 미디어 중독 행위를 보이는 것을 밝혔다. 이와 같은 결과들을 종합적으로 살펴볼 때, 적은 수의 선행연구에도 불구하고 헬리콥터 부모역할과 성인이행기 대학생의 게임 및 소셜 미디어 중독 간에는 밀접한 연관성이 있다고 할 수 있다.

대학생의 인터넷과 관련된 게임 및 소셜 미디어와 같은 중독 예방을 위한 구체적인 개입 전략을 마련하기 위해서는 헬리콥터 부모역할과 게임 및 소셜 미디어 중독 행위와의 관계에서 매개요인을 탐색할 필요가 있다. 선행연구들에서는 중독의 행위와 가장 밀접하게 관련이 있는 개인의 특성 중 하나로 자기 통제 및 자기 믿음의 결여를 보고하고 있다(Hagedorn & Young, 2011). 즉, 자기 통제력(Mehroof & Griffiths, 2010)과 자기효능감(Hyde,

Hankins, Deale, & Marteau, 2008)이 낮을수록 인터넷과 관련된 중독 경향성이 높아진다. 반면 기존 연구들은 자기효능감의 습득을 통하여 스마트폰 사용 및 소셜 네트워크 서비스와 관련된 중독 경향성을 낮출 수 있는 것으로 나타났다(Gökçeşlan, Mumcu, Haşlamam, & Çevik, 2016; Yang, Wang, & Lu, 2016). 또한 헬리콥터 부모역할은 대학생들의 자기효능감을 낮추는 역할을 한다(Reed, Duncan, Lucier-Greer, & Fixelle, 2016). 헬리콥터 부모역할과 자기효능감과 관련된 연구를 살펴보면, 부모의 잦은 간섭 혹은 통제로 설명되는 헬리콥터 부모역할을 경험한 청년들은 스스로 행동하는 것에 대한 학습을 방해 받게 되거나 바람직하지 못한 방법으로 대처 전략을 습득하는 등의 행동을 보이며 자기효능감이 떨어지는 경험을 하는 것으로 나타났다(Odenweller, Booth-Butterfield, & Weber, 2014; van Ingen et al., 2015). 뿐만 아니라 자기효능감이 개인의 자율성과 유능성과 관련되어 있음을 통하여, 자기효능감의 증가는 대학생의 인터넷 중독 가능성을 줄이는 것으로 보고되었다(Berte, Mahamid, & Affounch, 2021).

선행연구에 따르면, 대학생의 게임 및 소셜 미디어 중독은 성별, 부모와의 동거 여부, 부모의 교육 수준과 같은 사회인구학적 특성들과도 관련이 있다. 구체적으로, 성별과 관련해서는 남성이 여성보다 온라인을 기반으로 한 게임 중독 성향이 높은 경향이 있었다(Hagedorn & Young, 2011; Leung & Lee, 2011). 또한 부모와 동거 중인 성인이행기 대학생의 경우 소셜 미디어 중독 가능성이 낮은 것으로 나타났다(Akhila et al., 2019). 뿐만 아니라 부모

중 특히 어머니의 교육 수준이 높을수록 대학생 자녀의 소셜 미디어 중독 성향도 높아지는 것으로 나타났다(McAndrew & Jeong, 2012). 이와 같은 결과들은 성인이행기 대학생의 게임 중독 혹은 소셜 미디어 중독과 관련이 있는 특성들을 탐구하기 위해서는 이러한 사회인구학적 특성을 기반으로 한 변인들의 통제가 필요함을 시사한다.

이러한 연구들을 종합하여 살펴보면, 헬리콥터 부모역할은 대학생들의 자율성 및 성공 경험을 방해할 뿐만 아니라 자기효능감을 낮춤으로 인하여 인터넷을 기반으로 한 게임 및 소셜 미디어 중독에 이르는 부정적인 결과를 초래한다는 자기효능감의 매개효과 가능성을 추론해 볼 수 있다. 그러나 대학생들의 게임 및 소셜 미디어에 대한 과도한 접근 가능성과 헬리콥터 부모의 개입이 지속적으로 증가함에도 불구하고 국내에서 부모-자녀의 가족체계 안에서 헬리콥터 부모역할과 대학생의 게임 및 소셜 미디어 중독의 관련성을 살펴본 연구는 아직까지 이루어지지 않았으며, 자기효능감의 매개효과 역시 아직까지 경험적으로 검

증되지 않은 상황이다. 이에 본 연구는 대학생을 대상으로 헬리콥터 부모역할과 이들의 게임 및 소셜 미디어 중독과의 관계에 대해 살펴보고, 이들 간의 관계에 있어 자기효능감의 매개효과를 검증하고자 한다. 이를 통하여 현재 사회적 이슈가 되고 있는 성인이행기 대학생에 대한 부모의 개입 수준과 인터넷을 기반으로 한 중독 성향에 대해 살펴봄으로써, 대학생의 잠재적 중독 문제에 개입하기 위한 구체적인 방안을 모색해 볼 수 있을 것이다. 이는 대학생 자신에 대한 기초 자료를 축적함으로써 이들에 대한 정책적 개입 및 학교 내 대학생의 삶 개선 방안에 대한 자료를 제공할 뿐 아니라, 부모-자녀 관계에 대한 이해 및 부모 입장에서의 개입에도 도움이 될 수 있을 것으로 기대한다.

2. 연구문제

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 다음과 같은 연구문제가 설정되었다. 이에 대한 모형은 그림 1에 제시하였다.

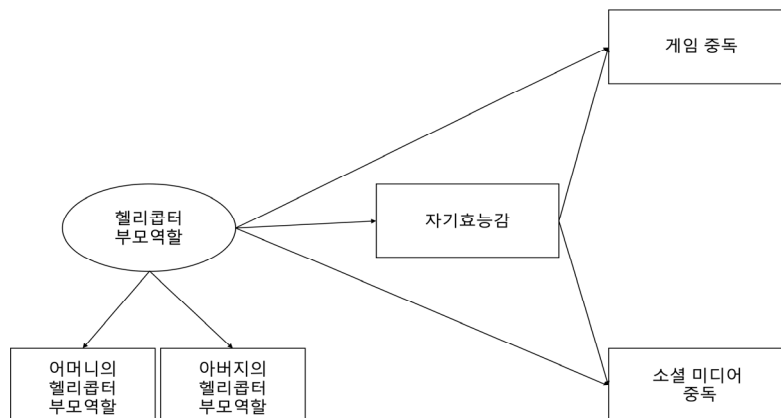


그림 1. 연구 모형

연구문제 1. 대학생의 자기효능감은 이들이 지각하는 헬리콥터 부모역할과 게임 중독 및 소셜 미디어 중독 간의 관계를 매개하는가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 자료는 연구자의 소속 연구기관

에서 IRB 승인을 받은 후, 서울 소재 4년제 대학생 중 성인이행기에 해당되는 만 18세에서 25세를 대상으로 온라인과 오프라인 방법을 혼합하여 2019년 11월부터 2020년 6월 사이에 수집되었다. 오프라인의 경우 서울시 내 4년제 대학 7개를 중심으로 대형 교양 강의실 위주로 연구 대상자 모집 공고를 통하여 참여자를 모집하였으며, 온라인의 경우에는 서울 소재 4년제 대학생을 대상으로 자발적 참여자를 모집하였다. 모든 연구 참여자는 연구 참

표 1. 연구 대상자의 인구사회학적 특징

(N = 441)

변인	범위	빈도(%)
연령	만 18세 ~ 25세 (평균/표준편차)	20.81(1.89)
학년	1학년	184(41.72)
	2학년	70(15.87)
	3학년	113(25.62)
	4학년	74(16.78)
성별	남성	157(35.60)
	여성	284(64.40)
현재 거주 상태	교내 (예: 기숙사)	101(22.90)
	교외 (학교 밖)에서 가족이 아닌 다른 사람과 거주	26(5.90)
	교외 (학교 밖)에서 가족과 함께 거주	269(61.00)
	기타	45(10.20)
어머니 최종 학력	고등학교 졸업 또는 그 이하	162(36.73)
	전문대학교 졸업 (1~3년제)	52(11.79)
	4년제 대학교 졸업	197(44.67)
	석사 또는 박사 졸업	30(6.80)
아버지 최종 학력	고등학교 졸업 또는 그 이하	129(29.25)
	전문대학교 졸업 (1~3년제)	46(10.43)
	4년제 대학교 졸업	221(50.11)
	석사 또는 박사 졸업	45(10.20)

여 동의서에 동의 후 설문이 진행되었으며, 설문 내용은 인구사회학적 질문(15문항)을 제외한 총 119문항으로 약 15분 정도 소요되었다. 총 516부의 설문이 배포되었으며, 연령이 부합되지 않은 설문을 제외하여 총 441명(오프라인 293명, 온라인 148명)이 본 연구대상에 포함되었다. 본 연구 참여자의 인구사회학적 특성은 표 1에 제시되어 있다. 총 연구대상의 평균 연령은 20.81세로, 대학교 1학년의 비중이 41.72%(184명)로 가장 많이 차지하였으며, 3학년(25.62%), 4학년(16.78%), 2학년(15.87%)으로 이어졌다. 이 중 여성은 64.40%(284명)이었으며, 남성의 비율은 35.60%(157명)를 차지하였다. 응답자 중 과반 수 이상이 가족과 함께 거주하고 있었으며(61.00%), 기숙사 등의 교내 거주(22.90%), 교외 밖에서 가족 이외의 사람과 거주(5.90%) 순으로 나타났다. 부모의 최종 학력을 살펴보면, 어머니와 아버지 모두 4년제 대학교 졸업(어머니 44.67%, 아버지 50.11%), 고등학교 졸업 이하(어머니 36.73%, 아버지 29.25%), 전문대학교 졸업(어머니 11.79%, 아버지 10.43%), 석사 졸업 이상(어머니 6.80%, 아버지 10.20%) 순으로 나타났다.

2. 측정도구

원 척도가 영문인 게임 중독, 소셜 미디어 중독, 헬리콥터 부모역할, 자기효능감 척도의 경우, 번역-역번역 방법(translate-backtranslate method; van De Vijver & Leung, 1997)을 기반으로 한국어와 영어에 능통한 박사학위를 소지한 가족학 전문가 5명에 의하여 상호 번역과 검토 작업이 이루어졌다.

게임 중독

종속 변수 중 하나인 게임 중독 행동을 측정하기 위하여 Lemmens, Valkenburg와 Peter (2009)에 의해 개발된 게임 중독 척도(Game Addiction Scale)를 사용하였다. 본 척도는 “지난 6개월 동안 종종 하루 종일 게임하는 것에 대해 생각했었다”, “지난 6개월 동안 종종 계획했던 것보다 더 오랫동안 게임을 했었다”, “지난 6개월 동안 종종 가족 또는 친구들과 게임에 소비한 시간 때문에 논쟁을 하곤 했다” 등 총 7문항으로 구성되어 있으며, 5점 리커트식 척도(1: 매우 동의하지 않음 ~ 5: 매우 동의함)로 응답하도록 되어 있다. 척도에 응답한 점수가 증가할수록 게임 중독 성향이 높다는 것을 의미하며, 본 연구의 척도 신뢰도는 Chronbach's $\alpha = .90$ 으로 나타났다.

소셜 미디어 중독

종속 변수인 소셜 미디어 중독 행동은 Osatuyi와 Turel(2018)이 개발한 소셜 네트워킹 사이트 중독 척도(Social Networking Site Addiction Symptoms Scale)를 사용하였다. “지난 일주일 동안 소셜 네트워크 웹사이트를 이용하느라 때때로 중요한 일에 소홀히 했었다”, “지난 일주일 동안 소셜 네트워크 웹사이트를 이용하지 않으면 종종 불안감을 느꼈다”, “지난 일주일 동안 소셜 네트워크 웹사이트를 이용하느라 때때로 충분한 휴식을 하지 못했다” 등 총 9문항으로 구성된 본 척도는 제시된 문항에 대해 (1) 매우 동의하지 않음부터 (5) 매우 동의함의 5점 리커트식 척도로 응답하도록 구성되어 있다. 본 척도의 응답 점수가 증가할수록 소셜 미디어 중독 성향이 높다는 것을

의미한다. 본 연구에서 나타난 척도의 신뢰도는 Chronbach's $\alpha = .92$ 다.

헬리콥터 부모역할

독립변수인 헬리콥터 부모역할을 측정하기 위하여 Padilla-Walker와 Nelson(2012)이 개발한 헬리콥터 부모역할 행동 척도(Helicopter Parenting Behaviors)를 활용하였다. 본 척도는 “나의 어머니/아버지는(또는 어머니/아버지라고 고려하고 있는 사람은) 나를 위해서 중요한 결정들을 내려주신다(예, 내가 사는 곳, 내가 듣는 수업)”, “나의 어머니/아버지는(또는 어머니/아버지라고 고려하고 있는 사람은) 내 룸메이트나 친구들과의 갈등을 해결하는 데 개입하신다” 등의 총 5문항으로 구성되어 있다. 응답은 리커트식 5점 척도(1: 전혀 그렇지 않음 ~ 5: 매우 그러함)로 제시된 문항에 대한 동의 수준으로 측정되며, 본 연구에서는 어머니와 아버지에게 대하여 각각 응답을 하도록 하였다. 응답 점수가 높을수록 대학생들이 어머니 혹은 아버지가 헬리콥터 부모역할을 하는 경향이 높다고 인식하고 있음을 의미한다. 본 연구의 척도 신뢰도는 아버지의 경우 Chronbach's $\alpha = .85$, 어머니의 경우 Chronbach's $\alpha = .85$ 로 나타났다.

자기효능감

매개변수인 자기효능감은 Romppel 등(2013)에 의해 개발된 단축된 자기효능감 척도(A short form of the General Self-Efficacy Scale: GSE-6)를 사용하였다. “나는 내 대처능력을 믿기에 내가 어려운 일에 부딪혔을 때 차분함을 유지할 수 있다”, “나는 예측하지 못한 상황들

을 효과적으로 잘 대처할 자신이 있다”, “내가 열심히 노력하면 나는 항상 어려운 문제들을 잘 해결할 수 있다” 등의 총 5문항으로, 응답은 (1) 매우 동의하지 않음부터 (4) 매우 동의함의 4점 리커트식 척도로 구성되어 있다. 응답한 점수가 높을수록 자기효능감이 높음을 의미하며, 본 연구에서 나타난 척도 신뢰도는 Chronbach's $\alpha = .87$ 이다.

통제변인

선행연구에서 대학생의 중독 성향에 영향을 미치는 것으로 나타난 성별(Hagedorn & Young, 2011; Leung & Lee, 2011), 거주 형태(Akhila et al., 2019), 부모의 교육 수준(McAndrew & Jeong, 2012)에 대하여 통제변인으로 사용하였다. 성별의 경우 응답자가 (1) 남성, (2) 여성, (3) 트랜스젠더 여성, (4) 트랜스젠더 남성, (5) 특정하지 않는 젠더, (6) 기타, (7) 응답하고 싶지 않음 중 하나를 선택하였으며, 본 연구에서는 모든 응답자가 남성 혹은 여성 중 하나를 선택하였다. 거주 형태는 (1) 교내(예: 기숙사), (2) 교외(학교 밖)에서 가족과 아닌 다른 사람과 거주, (3) 교외(학교 밖)에서 가족과 함께 거주, (4) 기타 중 하나를 응답하도록 하였다. 부모님의 교육 수준은 어머니와 아버지에게 대하여 각각 응답하도록 구성하였으며, (1) 고졸 또는 그 이하, (2) 전문대 졸업, (3) 4년제 대학 졸업, (4) 석사 또는 박사 졸업 중 하나를 선택하도록 설계하였다.

3. 자료분석

본 연구에서 수집된 자료는 연구 대상자의

일반적 특성을 파악하기 위하여 SPSS 26.0을 활용하여 기술통계(빈도 및 백분율 산출)를 진행하였다. 이후 각 사용 변인들 간의 상관관계 확인을 위하여 Pearson의 상관계수를 산출하였다. 또한 어머니 혹은 아버지의 헬리콥터 부모역할이 게임 및 소셜 미디어 중독 성향에 미치는 영향을 살펴보기 위하여 Mplus 7.4를 활용하여 경로분석에 기반한 매개효과 검증을 bootstrap을 적용하여 실시하였다. 이에 앞서 본 모델의 적합성 확인을 위하여 카이제곱, RMSEA, CFI, TLI, SRMR을 확인하였다. 일반적으로 RMSEA의 경우 .08 이하일 때, CFI와 TLI는 .90 이상일 때, SRMR은 .05 이하일 경우 적합하다고 알려져 있다(Hu & Bentler, 1999).

III. 결과 및 해석

본 분석을 실행하기에 앞서, 연구에서 사용된 측정 변인들의 일반적 특성을 살펴보면 표 2와 같다. 어머니의 헬리콥터 부모역할은 평균 2.66이며, 아버지의 헬리콥터 부모역할은 평균 2.31로 나타났다. 본 연구에 참여한 대학생들의 자기효능감은 평균 2.97이며, 게임 중독은 평균 1.64, 소셜 미디어 중독은 평균 2.12

이다.

본 연구에서 사용한 각 측정 변인들 간의 상관분석 결과는 표 3에 제시되어 있다. 각 변인들 간에는 모두 상관이 있는 것으로 나타났다. 헬리콥터 부모역할과 게임 중독 및 소셜 미디어 중독 간에는 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 또한 헬리콥터 부모역할과 자기효능감에는 부적 상관이, 게임 중독 및 소셜 미디어 중독과 자기효능감 간에도 부적 상관이 있는 것으로 나타났다.

헬리콥터 부모역할, 자기효능감, 게임 중독 및 소셜 미디어 중독의 각 변인들 간의 경로와 매개효과를 검증하기 위해 구성된 연구모델의 모델 적합성을 확인한 결과, $\chi^2(15) = 59.57$ ($p < .01$), RMSEA = .08, CFI = .92, TLI = .84, SRMR = .05로 나타나 적절한 모델로 확인되었다.

연구 모형의 결과 값은 그림 2와 표 4에 제시되어 있다. 헬리콥터 부모역할이 강하게 나타난다고 지각할수록 자기효능감($\beta = -.13$, $p < .01$)은 낮은 반면, 게임 중독($\beta = .24$, $p < .001$)과 소셜 미디어 중독($\beta = .23$, $p < .005$) 성향은 높은 경향을 보였다. 또한 자기효능감이 높아질수록 게임 중독($\beta = -.34$, $p < .001$)과 소셜 미디어 중독($\beta = -.36$, $p < .001$) 성

표 2. 측정 변인의 일반적 특성

($N = 441$)

변인	범위	M (SD)
어머니의 헬리콥터 부모역할	1-5	2.66 (.96)
아버지의 헬리콥터 부모역할	1-5	2.31 (.94)
자기효능감	1-4	2.97 (.60)
게임 중독	1-5	1.64 (.84)
소셜 미디어 중독	1-5	2.12 (.92)

표 3. 측정 변인의 상관분석

(N = 441)

	1	2	3	4	5
1. 어머니의 헬리콥터 부모역할	-				
2. 아버지의 헬리콥터 부모역할	.76***	-			
3. 자기효능감	-.13**	-.17***	-		
4. 게임 중독	.17***	.19***	-.19***	-	
5. 소셜 미디어 중독	.11*	.12*	-.21***	.24***	-

* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$

향은 낮은 것으로 나타났다. 통제변수 중에서는 성별만 유의하게 나타났다. 즉, 남성의 경우 여성보다 게임 중독($\beta = -.49, p < .001$) 성향이 높은 반면, 여성의 경우는 소셜 미디어 중독($\beta = .36, p < .001$) 성향이 남성보다 높았다.

부트스트래핑을 적용하여 매개효과를 검증한 결과는 표 5와 같다. 게임 중독 및 소셜 미디어 중독 모두에 대하여 자기효능감이 매

개로 헬리콥터 부모역할이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 구체적으로, 헬리콥터 부모역할을 강하게 인식할수록 자기효능감이 낮아지며, 자기효능감이 낮아질수록 게임 중독(β for indirect = $-.04, p < .05, 95\% \text{ C.I.} = -.08, -.02$) 및 소셜 미디어 중독(β for indirect = $-.05, p < .01, 95\% \text{ C.I.} = -.08, -.02$) 성향은 높아지는 것으로 나타났다.

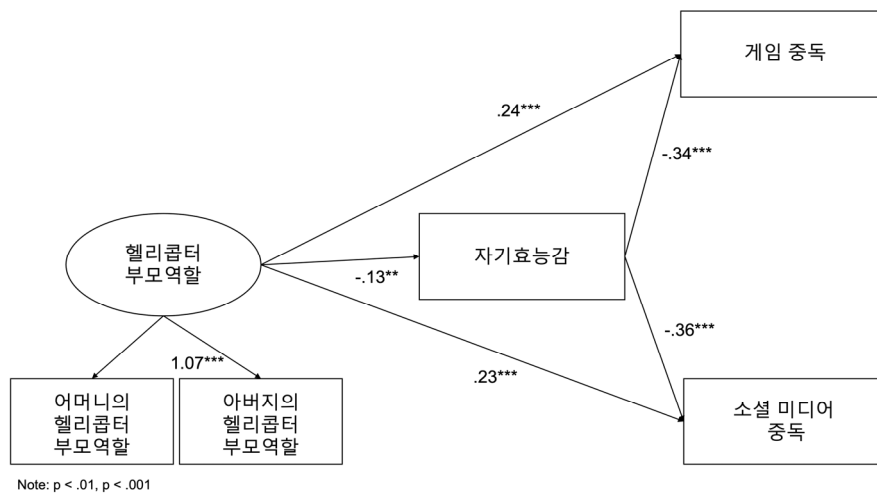


그림 2. 구조모형의 경로계수

표 4. 각 변인 간 경로계수 (N = 441)

경로	추정치(β)	표준오차	p값
헬리콥터 부모역할 → 게임 중독	.24***	.06	.000
헬리콥터 부모역할 → 소셜 미디어 중독	.23***	.06	.000
헬리콥터 부모역할 → 자기효능감	-.13**	.04	.001
자기효능감 → 게임 중독	-.34***	.07	.000
성별 ¹⁾ → 게임 중독	-.49***	.08	.000
어머니의 교육 수준 → 게임 중독	.03	.04	.192
아버지의 교육 수준 → 게임 중독	.03	.04	.569
거주 형태 ²⁾ → 게임 중독	.02	.04	.671
자기효능감 → 소셜 미디어 중독	-.36***	.07	.000
성별 ¹⁾ → 소셜 미디어 중독	.36***	.08	.000
어머니의 교육 수준 → 소셜 미디어 중독	.00	.06	.976
아버지의 교육 수준 → 소셜 미디어 중독	-.01	0.6	.833
거주 형태 ²⁾ → 소셜 미디어 중독	-.05	0.5	.308

주. 1) 0 = 남성, 1 = 여성으로 코딩. 2) 0 = 부모와 미동거, 1 = 부모와 동거로 코딩

표 5. 매개효과 검증 결과 (N = 441)

경로	총 효과	직접 효과	간접 효과	95% C.I.
헬리콥터 부모역할 → 자기효능감 → 게임 중독	.20**	.24**	-.04*	(-.08, -.02)
헬리콥터 부모역할 → 자기효능감 → 소셜 미디어 중독	.18**	.23***	-.05**	(-.08, -.02)

* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

IV. 논의 및 결론

현재 대학생들은 일상에서 인터넷을 밀접하게 사용함과 동시에 학업에서도 인터넷을 활용한 학습이 이루어지고 있는 실정이다. 다른 중독과 달리 인터넷 중독은 인터넷을 전면 차단하는 것이 일상생활 속에서 어렵기 때문에, 대학생을 포함한 청년층의 인터넷 관련 중독 현상들은 다른 중독과 구분하여 사회적 문제로 논의되고 있다(Turel et al., 2018). 이와 관련

된 연구들은 부모의 과도한 개입을 포함한 부모역할이 대학생들의 게임이나 인터넷 사용 중독 경향을 높일 수 있음을 보이고 있다(Jeong, Ferguson, & Lee, 2019; Zhang, Bai, Jiang, Yang, & Zhou, 2019). 중독과 관련한 개인적 요인으로 청년의 자기 통제를 포함한 자신에 대한 신념과 믿음이 주요 요인으로 보고되었지만(Gökçeşlan et al., 2016; Yang et al., 2016), 과도한 부모개입과 게임 및 소셜 미디어 중독의 관계를 설명할 수 있는 매개경로에 관한

정보는 부족한 실정이다. 따라서 본 연구에서는 헬리콥터 부모역할과 게임 및 소셜 미디어 중독과의 관계에 있어 자기효능감의 매개효과를 살펴보고자 하였다. 본 연구의 목적을 달성하기 위하여 부트스트래핑 방법을 활용한 매개효과 검증을 통해 연구 문제에 대한 결과를 도출하였으며, 주요 연구 결과 및 관련 논의는 다음과 같다.

첫째, 대학생들이 부모로부터 헬리콥터 부모역할이 강하게 나타난다고 인식할수록 이들의 자기효능감은 낮은 경향이 발견되었다. 헬리콥터 부모역할과 자기효능감과의 관계를 살펴보면, 독립성과 자율성을 발달해야 할 성인 이행기에 부모의 과도한 도움과 개입이 이루어지는 헬리콥터 부모역할은 대학생들의 자신의 행동에 대한 자신감 및 신념, 믿음과 연결되는 자기효능감을 저해할 수 있다(Odenweller et al., 2014; van Ingen et al., 2015). 이는 Ryan과 Deci(2000)에 의한 자기 결정 이론에서 주장하는 바와 같이, 성인이행기의 본인에 대한 탐색 및 행동에 대한 통제와 관련하여 발달 과정에 있는 자기효능감은 적정 수준 이상의 부모역할로 인하여 자기효능감의 발달에 저하를 일으킬 가능성을 시사한다. 특히나 서구 국가에 비하여 한국 사회에서는 유교적 배경을 바탕으로 부모와 성인 자녀 간의 상호의존성이 높게 나타난다는 선행연구(Kwon et al., 2017)를 고려할 때, 한 명의 성인으로서 대학생 자녀들이 이후의 삶에 있어 자기효능감 향상을 바탕으로 생활할 수 있는 능력을 습득할 수 있는 방법 중 하나로 부모의 역할에 대한 재고의 필요성을 인식해 볼 수 있을 것이다.

둘째, 헬리콥터 부모역할은 선행연구에서 밝혀진 바와 같이(Shek, Zhu, & Ma, 2018; Sun & Wikinson, 2020), 게임과 소셜 미디어와 같은 인터넷 관련 중독 경향과 정적인 관련성을 가지는 것으로 나타났다. 이는 한국 대학생 대상으로 진행된 Jeong 등의 연구(2019)에서 부모의 과도한 개입과 보호가 게임과 인터넷 중독 문제를 야기할 수 있음을 제시한 바와도 맥을 같이하고 있다 할 수 있다. 특히나 급격한 인터넷 발달로 빠른 시기에 인터넷 사용이 확산되어 성인이행기의 대학생에게는 일상과 밀접한 관계를 맺고 있다는 점에서, 헬리콥터 부모역할의 위험성에 대해 고려해볼 필요성을 제기해 볼 수 있을 것이다. 특히 본 연구에서는 자기효능감의 매개효과 분석에서 직접효과와 간접효과의 통계적 차이에 대하여 직접적으로 검증을 하지는 않았지만, 자기효능감의 간접효과보다 헬리콥터 부모역할과 게임과 소셜 미디어 중독 경향 모두에 대한 직접효과의 절대적 크기가 큰 것으로 나타났다. 이에 대해 부모와 자녀의 관계적 측면에 초점을 둔 연구들(Shek et al., 2018; Sun & Wikinson, 2020)에서는 부모의 과도한 개입은 성인 자녀들에게 부모로부터의 회피 행동의 하나로써 인터넷 사용에 몰두하는 것이라 설명하기도 한다. 한편 부모가 대학생 자녀에게 인터넷 사용과 관련된 교육을 하거나 정보를 지원할수록, 자녀의 인터넷 사용 관련 위험 행동이 줄어든다는 선행연구(Arokiasamy et al., 2019; Leung & Lee, 2011) 또한 보고되기도 한다. 이는 헬리콥터 부모역할과 같은 양육행동 대신 인터넷 이용과 관련된 적절한 가이드나 안내와 같은 대안적 부모역할이 성인이행기 대학생에게 보다

유용하게 작용할 수 있음을 암시한다. 따라서 이와 같은 연구 결과들을 고려해 볼 때, 대학생들의 인터넷 관련 중독 문제를 해결하기 위해서는 부모와 자녀의 상호작용 영역에서 헬리콥터 부모역할에 대한 재고가 필요함을 시사한다. 또한 헬리콥터 부모역할이 게임 및 소셜 미디어 중독 경향이라는 부정적 결과를 초래할 수 있음에 대해서 대학생 자녀의 발달 단계에 적합한 부모의 역할에 대해 생각해 볼 필요성을 제기할 수 있을 것이다.

셋째, 본 연구에서는 낮은 자기효능감이 게임과 소셜 미디어 중독 경향 모두를 높일 수 있음을 시사하는 결과가 나타났다. 이와 같은 결과는 선행연구들에서도 동일하게 나타났다(Gökçeşlan et al., 2016; Yang et al., 2016). 이는 자신에 대한 믿음이 자기 통제와 밀접한 연관이 있다는 점을 고려할 때(Hagedorn & Young, 2011), 자기효능감의 저하는 개인의 통제를 요하는 게임과 소셜 미디어 사용에 있어 중독 성향으로 나타날 수 있음을 암시한다. 특히나 학업에 있어서 인터넷 사용이 일반화되며, 유년기 시절부터 인터넷 사용이 일상화된 현재의 Z세대 대학생에 있어 인터넷의 전면 차단이 불가능한 상황임을 고려할 때, 일상적인 자기 조절력의 통제가 되는 자기효능감의 중요성이 강조되는 결과라 할 수 있을 것이다.

넷째, 대학생의 자기효능감은 헬리콥터 부모역할과 게임 및 소셜 미디어 중독 간의 관계를 매개하는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 헬리콥터 부모역할이 대학생의 자기효능감을 저하시키며, 이는 다시 대학생들의 게임 중독 및 소셜 미디어 중독 경향성을 높일

수 있음을 시사한다. 따라서 현대 사회에서 사회적 이슈 중 하나로 대두되고 있는 성인이 행기 대학생의 인터넷 관련 중독의 증가 현상을 해결하기 위한 방안 중 하나로, 대학생들에게 있어 부모역할의 영향력과 이로 인한 개인의 자아효능감의 중요성에 대해 살펴볼 필요성을 제시해 볼 수 있다. 특히 본 연구 결과는 헬리콥터 부모역할이 성인이행기 자녀의 성장을 보조하는 것이 아닌 자녀의 자율성과 자신에 대한 신뢰를 떨어뜨려 실제적인 행동 조절력을 약화시킬 수 있음에 관한 경험적 연구 결과이다.

마지막으로 통제 변수에 있어서는 성별만이 유의하게 나타났다. 즉, 게임 중독 경향은 남자 대학생이 여자 대학생보다 높게 나타난 반면, 소셜 미디어 중독 경향은 남자 대학생에 비하여 여자 대학생에서 높게 나타났다. 이와 같은 결과는 성별에 따라 인터넷과 관련된 중독 성향이 다르게 나타날 수 있음을 시사한다. 일반적으로 관계 지향적인 성향을 가졌다고 알려진 여자 대학생들에게 있어 인터넷 상에서의 소셜 미디어는 여자 대학생들에게 있어서 하나의 사교장이 될 수 있다(Chae, Kim, & Kim, 2018). 하지만 소셜 미디어에 대한 접근과 사용은 남자 대학생들보다 여자 대학생들에게 있어 특히 소셜 미디어 중독 성향을 증가시킬 위험성을 내재하고 있음이 선행연구를 통해 밝혀지고 있다(Demircioglu & Kose, 2020). 이와 비슷한 맥락에서 남자 대학생의 경우는 게임을 통하여 친구 관계 및 사교 활동이 이루어진다는 점을 고려할 때, 각각 매체에 대한 친숙함은 이들이 통제력을 잃거나 자신의 행동에 대한 믿음이 줄어들었을 때 중

독으로 쉽게 이어질 수 있음을 암시한다. 이는 한국 대학생들을 대상으로 성별에 따른 인터넷 게임 중독 현황을 살펴본 선행연구(Sung, Nam, & Hwang, 2020)와 맥을 같이 한다고 할 수 있다. 따라서 동일한 인터넷 관련 중독 문제라 할지라도, 성별에 따라 각기 다른 접근 방법이 필요하다.

분석에서 제시된 결과를 바탕으로 다음과 같은 제언이 가능할 것이다. 대학생의 게임 중독 및 소셜 미디어 중독 문제 해결을 위해서는 대학생 개인을 대상으로 한 개입 뿐만 아니라 가족 체계 이론에서 언급하는 바와 같이(Cox & Paley, 1997), 가족 내 부모와 자녀 간 부모역할을 포함한 상호작용은 이들 개인의 성장과 삶에 영향을 미친다는 점을 고려한 개입 전략이 필요하다. 즉 부모의 역할이 자녀의 발달주기 특성에 따라 달라져야 할 필요성과 동시에 성인이행기 자녀의 발달적 과업과 특성에 관한 부모의 이해를 증진시킬 필요가 있다. 예컨대 독립과 의존과의 적절한 경계를 확립함으로써 부모역할에 있어서도 자녀의 발달 단계에 따른 경계를 습득하는 과정은 대학생 자녀의 인터넷과 관련된 삶의 위험 요소를 배제하는데 도움이 될 수 있다. 또한 이에 관한 대학생 당사자 및 부모를 포함한 가족, 학교 및 정책 관계자들의 헬리콥터 부모역할, 자기효능감, 게임 중독 및 소셜 미디어 중독으로 이어지는 경로에 대한 관심이 요구될 수 있을 것이다. 또한 예방적 개입을 위해서는 성인이행기 이전 단계에서 자녀의 게임 및 SNS 활동에 관한 자녀의 자기효능감 발달을 위한 부모의 적절한 양육방식에 관한 교육과 연구 역시 지속적으로 필요하다. 이를 통하여

전반적인 대학생들을 포함한 성인이행기의 삶의 질 향상과 건강한 인터넷 문화를 만드는 데 일조할 수 있을 것이다.

이와 같은 연구 결과의 해석에 있어 몇 가지 주의할 점이 요구된다. 우선, 본 연구는 연구 참여자의 자발적 참여에 의하여 이루어졌다고 할 수 있다. 따라서 척도 평균 점수에서도 확인할 수 있듯이, 전체 참여자의 게임 중독 및 소셜 미디어 중독 성향이 척도 평균 점수보다 높지 않음을 염두에 둘 필요가 있을 것이다. 또한 설문지 작성에 있어 자기 보고식 방법으로 진행되었다는 점에서 부모와의 평소 관계에 따라 이들이 헬리콥터 부모역할을 인식하는데 있어 영향을 미쳤을 가능성을 배제할 수 없다. 더불어 본 연구의 참여자는 대학생만을 대상으로 참여자가 모집되어 분석이 이루어졌다. 하지만 인터넷을 기반으로 한 게임 및 소셜 미디어 중독이 대학생만의 문제에서 벗어나 청년층 전반에서 확인된다는 점을 고려할 때(Henzel & Håkansson, 2021), 다양한 성인이행기를 대상으로 한 연구가 추후 진행될 수 있을 것이다. 이를 통하여 각 사회계층의 특징을 구별함과 동시에, 성인이행기 전반에 대한 그림을 그릴 수 있을 것이다. 또한 자녀의 성별은 부모의 양육방식뿐 아니라 부모와의 상호작용과 밀접한 관계를 갖고 있다는 점을 고려할 필요성이 제기된다(권오연, 임정하, 2021). 따라서 자녀의 성별을 고려한 다집단 분석 등의 방식을 통하여 보다 포괄적인 성인이행기 자녀와 부모와의 관계 양상을 파악할 수 있을 것이다. 다음으로 본 연구는 횡단자료를 바탕으로 분석되었다. 이에 모형 설계에 있어 기존 종단 연구를 활용한 선행연구

를 바탕으로(Lin et al., 2020; Shek et al., 2018) 각 변인들 간의 관계를 규정하여 분석하였지만, 본 연구에서 각 변인 간의 원인 관계를 명확히 규명하는 것은 불가능하다고 할 수 있다. 따라서 추후 연구에 있어서는 장기간에 걸친 반복적 측정이 요구된다. 특히 코로나19 상황에서 인터넷의 활용 시간이 학업을 포함한 모든 영역에서 늘어났다는 점을 감안하여, 시기적 특성을 파악해 보는 것 또한 의미 있을 것이다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 인터넷 사용이 일상화된 현대 사회의 대학생에게 있어 인터넷 사용으로 인하여 나타날 수 있는 게임 및 소셜 미디어 중독과 관련하여 구체적 개입 전략을 모색하고자 하였다는데 그 의의가 있을 것이다. 특히나 성인전이기의 발달적 특성을 고려하여, 헬리콥터 부모역할을 통한 과도한 통제 및 개입과 관련된 부모 역할에 대한 비판적 개입을 하였다는 점에서 그 의미를 찾아볼 수 있을 것이다. 또한 헬리콥터 부모역할과 게임 중독 및 소셜 미디어 중독과의 관계에 있어 자기효능감의 매개효과를 검증함으로써 이들의 경로를 파악하였다는데 의미가 있다고 할 수 있다. 뿐만 아니라 가족이라는 체계 내에서 부모와 자녀 간의 관계를 파악하고자 하였다는데 의의를 둘 수 있을 것이다.

참고문헌

권오연, 임정하 (2021). 부모 양육행동 유형 연구: 독립성 및 주체성 증진과 심리적 통

제를 이용한 잠재프로파일 분석, *인간발달연구*, 28(4), 1-20.

<https://doi.org/10.15284/kjhd.2021.28.4.1>

Akhila, T., Anju, J., Arthana, E., Athira, M., Dilna, K. V., Libija, A., Neethu, C. K., Sinto, A. K., Johnson, L. K., & Senthilkumar, T. (2019). A study to access the level of social media app addiction among adolescents in a selected degree college, Kannur, Kerala. *Asian Journal of Nursing Education and Research*, 9(3), 312-316.

<https://doi.org/10.5958/2349-2996>

Arokiasamy, L., Kanan, N., & bin Ismail, M. R. (2019). A study on parenting styles and parental attachment in overcoming internet addiction among children. *Global Business and Management Research*, 11(2), 409-419.

<https://doi.org/10.1051/shsconf/20185602002>

Baturay, M. H., & Toker, S. (2019). Internet addiction among college students: Some causes and effects. *Education and Information Technologies*, 24(5), 2863-2885.

<https://doi.org/10.1007/s10649-019-09894-3>

Berte, D. Z., Mahamid, F. A., & Affouneh, S. (2021). Internet addiction and perceived self-efficacy among university students. *Journal of Mental Health and Addiction*, 19(4), 162-176.

<https://doi.org/10.1007/s11469-019-00160-8>

Borzikowsky, C., & Bernhardt, F. (2018). Lost in virtual gaming worlds: Grit and its prognostic value for online game addiction. *The American Journal of Addictions*, 27(5), 433-438.

<https://doi.org/10.1111/ajad.12762>

- Chae, D., Kim, H., & Kim, Y. A. (2018). Sex differences in the factors influencing Korean college students' addictive tendency toward social networking sites. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 16(2), 339-350. <https://doi.org/10.1007/s11469-017-9778-3>
- Chen, I., Lee, Z., Dong, X., Gamble, J. H., & Feng, H. (2020). The influence of parenting style and time management tendency on internet gaming disorder among adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(23), 9120-9136. <https://doi.org/10.3390/ijerph17239120>
- Cook, E. C. (2020). Understanding the associations between helicopter parenting and emerging adults' adjustment. *Journal of Child and Family Studies*, 29(7), 1899-1913. <https://doi.org/10.1007/s10826-020-01716-2>
- Cox, M. J., & Paley, B. (1997). Families as systems. *Annual Review of Psychology*, 48(1), 243-267. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.48.1.243>
- Cui, M., Janhonen-Abruquah, H., Darling, C. A., Carlos Chavez, F. L., & Palojoki, P. (2019). Helicopter parenting and young adults' well-being: A comparison between United States and Finland. *Cross-Cultural Research*, 53(4), 410-427. <https://doi.org/10.1177/1069397118802253>
- Demircioglu, Z. I., & Kose, A. G. (2020). Mediating effects of self-esteem in the relationship between attachment styles and social media addiction among university students. *Neurological Sciences*, 33(1), 8-18. <https://doi.org/10.14744/DAJPNS.2019.00056>
- Farchakh, Y., Haddad, C., Sacre, H., Obeid, S., Salameh, P., & Hallit S. (2020). Video gaming addiction and its association with memory, attention and learning skills in Lebanese children. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*. 14(46), 46-57. <https://doi.org/10.1186/s13034-020-00353-3>
- Gökçearsan, Ş., Mumcu, F. K., Haşlamam, T., & Çevik, Y. D. (2016). Modelling smartphone addiction: The role of smartphone usage, self-regulation, general self-efficacy and cyberloafing in university students. *Computers in Human Behavior*, 63, 639-649. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.091>
- Hagedorn, W. B., & Young, T. (2011). Identifying and intervening with students exhibiting signs of gaming addiction and other addictive behaviors: Implications for professional school counselors. *Professional School Counseling*, 14(4), 250-260. <https://doi.org/10.1177/2156759X1101400401>
- Hawi, N. S., Samaha, M., & Griffiths, M. D. (2018). Internet gaming disorder in Lebanon: Relationships with age, sleep habit, and academic achievement. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(1), 70-78. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.16>
- Henzel, V., & Håkansson, A. (2021). Hooked on virtual social life. Problematic social media use and associations with mental distress and addictive disorders. *Plos One*, 16(4), e0248406.

- <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0248406>
- Hwang, W., Jung, E., Fu, X., Zhag, Y., Ko, K., Lee, S. A., Lee, Y. M., Lee, S., Yoo, H. K., & Kang, Y. (2022). Typologies of helicopter parenting in American and Chinese young-adults' game and social media addictive behaviors. *Journal of Child and Family Studies*, 31(4), 1030-1044.
<https://doi.org/10.1007/s10826-021-02213-w>
- Hyde, J., Hankins, M., Deale, A., & Marteau, T. M. (2008). Interventions to increase self-efficacy in the context of addiction behaviours: A systematic literature review. *Journal of Health Psychology*, 13(5), 607-623.
<https://doi.org/10.1177/1359105308090933>
- Jeong, E. J., Ferguson, C. J., & Lee, S. J. (2019). Pathological gaming in young adolescents: A longitudinal study focused on academic stress and self-control in South Korea. *Journal of Youth and Adolescence*, 48(12), 2333-2342.
<https://doi-org-ssl.access.yonsei.ac.kr:8443/10.1007/s10964-019-01065-4>
- Kerr, B., D'Angelo, J. D., Diaz-Caballero, A., & Moreno, M. A. (2020). College student problematic internet use and digital communication medium used with parents: Cross-sectional study. *JMIR Pediatrics and Parenting*, 3(1), e17165.
<https://doi.org/10.2196/17165>
- Kim, K., & Kim, K. (2015). Internet game addiction, parental attachment, and parenting and adolescents in South Korea. *Journal of Child & Adolescent Substance Abuse*, 24(6), 366-371.
<https://doi.org/10.1080/1067828X.2013.872063>
- Kwon, K., Yoo, G., & De Gagne, J. C. (2017). Does culture matter? A qualitative inquiry of helicopter parenting in Korean American college students. *Journal of Child and Family Studies*, 26(7), 1979-1990.
<https://doi.org/10.1007/s10826-017-0694-8>
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12(1) 77-95.
<https://doi.org/10.1080/15213260802669458>
- Leung, L., & Lee, P. S. N. (2011). The influences of information literacy, internet addiction and parenting styles on internet risks. *New Media & Society*, 14(1), 117-136.
<https://doi.org/10.1177/1461444811410406>
- Lin, S., Yu, C., Chen, J., Sheng, J., Hu, Y., & Zhong, L. (2020). The association between parental psychological control, deviant peer affiliation, and internet gaming disorder among Chinese adolescents: A two-year longitudinal study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(21), 8197.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17218197>
- Love, H., May, R. W., Cui, M., & Fincham, F. D. (2020). Helicopter parenting, self-control, and school burnout among emerging adults. *Journal of Child and Family Studies*, 29(2), 327-337.
<https://doi.org/10.1007/s10826-019-01560-z>

- McAndrew, F. T., & Jeong, H. S. (2012). Who does what on Facebook? Age, sex, and relationship status as predictors of Facebook use. *Computers in Human Behavior*, 28(6), 2359-2365.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.07.007>
- Mehroof, M., & Griffiths, M. D. (2010). Online gaming addiction: The role of sensation seeking, self-control, neuroticism, aggression, state anxiety, and trait anxiety. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13(3), 313-316.
<https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0229>
- Nelson, L. J., Padilla-Walker, L. M., & McLean, R. D. (2021). Longitudinal predictors of helicopter parenting in emerging adulthood. *Emerging Adulthood*, 9(3), 240-251.
<https://doi.org/10.1177/2167696820931980>
- Odenweller, K. G., Booth-Butterfield, M., & Weber, K. (2014). Investigating helicopter parenting, family environments, and relational outcomes for Millennials. *Communication Studies*, 65(4), 407-425.
<https://doi.org/10.1080/10510974.2013.811434>
- Onyekachi, B. N., Egboluche, F. O., & Chukwuorji, J. C. (2022). Parenting style, social interaction anxiety, and problematic internet use among students. *Journal of Psychology in Africa*, 32(1), 79-85.
<https://doi.org/10.1080/14330237.2021.2002030>
- Osatuyi, B., & Turel, O. (2018). Tug of war between social self-regulation and habit: Explaining the experience of momentary social media addiction symptoms. *Computer in Human Behavior*, 85, 95-105.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.03.037>
- Padilla-Walker, L. M., & Nelson, L. J. (2012). Black hawk down?: Establishing helicopter parenting as a distinct construct from other forms of parental control during emerging adulthood. *Journal of Adolescence*, 35(5), 1177-1190.
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.03.007>
- Padilla-Walker, L. M., Son, D., & Nelson, L. J. (2019). Profiles of helicopter parenting, parental warmth, and psychological control during emerging adulthood. *Emerging Adulthood*, 9(2) 132-144.
<https://doi.org/10.1177/2167696818823626>
- Reed, K., Duncan, J. M., Lucier-Greer, M., & Fixelle, C. (2016). Helicopter parenting and emerging adult self-efficacy: Implications for mental and physical health. *Journal of Child and Family Studies*, 25(10), 3136-3149.
<https://doi.org/10.1007/s10826-016-0466-x>
- Romm, K. F., Metzger, A., & Alvis, L. M. (2020). Parental psychological control and adolescent problematic outcomes: A multidimensional approach. *Journal of Child and Family Studies*, 29(1). 195-207.
<https://doi.org/10.1007/s10826-019-01545-y>
- Romppel, M., Hermann-Lingen, C., Wachter, R., Edelmann, F., Dugen, H. D., Pieske, B., & Grande, G. (2013). A short form of the General Self-Efficacy Scale (GSE-6): Development, psychometric properties and validity in an intercultural non-clinical sample

- and a sample of patients at risk for heart failure. *GMS Psycho-Social-Medicine*, 10, 1-7.
<https://doi.org/10.3205/psm000091>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
<https://doi.org/10.1037//0003-066X.55.1.68>
- Shek, D. T. L., Zhu, X., & Ma, C. M. S. (2018). The influence of parental control and parent-child relational qualities on adolescent internet addiction: A 3-year longitudinal study in Hong Kong. *Frontiers in Psychology*, 9, 642.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00642>
- Somers, P., & Settle, J. (2010). The helicopter parent: Research toward a typology. *College and University*, 86(1), 18-27.
- Sun, Y., & Wilinon, J. S. (2020). Parenting style, personal traits, and interpersonal relationships: A model of prediction of internet addiction. *International Journal of Communication*, 14, 2163-2185.
- Sung, Y., Nam, T., & Hwang, M. H. (2020). Attachment style, stressful events, and internet gaming addiction in Korean university students. *Personality and Individual Differences*, 154(1), 109724.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109724>
- Turel, O., Brevers, D., & Bechara, A. (2018). Time distortion when users at-risk for social media addiction engage in non-social media tasks. *Journal of Psychiatric Research*, 97, 84-88.
<https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2017.11.014>
- van de Vijver, F., & Leung, K. (1997). Methods and data analysis of comparative research. In J. W. Berry, Y. H. Poortinga, & J. Pandey (Eds.), *Handbook of cross-cultural psychology* (Vol. 1, 2nd ed., pp. 257-300). Boston: Allyn & Bacon.
- van Ingen, D. J., Freiheit, S. R., Steinfeldt, J. A., Moore, L. L., Wimer, D. J., Hnutt, A. D., Scapinello, S., & Roberts, A. (2015). Helicopter parenting: The effect of an overbearing caregiving style on peer attachment and self-efficacy. *Journal of College Counseling*, 18(1), 7-20.
<https://doi.org/10.1002/j.2161-1882.2015.00065.x>
- Wu, C. S. T., Wong, H. T., Yu, K. F., Fok, K. W., Yeung, S. M., Lam, C. H., & Liu, K. M. (2016). Parenting approaches, family functionality, and internet addiction among Hong Kong adolescents. *BMC Pediatrics*, 16(1), 130-139.
<https://doi.org/10.1186/s12887-016-0666-y>
- Yang, S., Wang, B., & Lu, Y. (2016). Exploring the outcomes of mobile social networking service enjoyment: The role of social self-efficacy and habit. *Computers in Human Behavior*, 64, 486-496.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.07.010>
- Zhang, R., Bai, B., Jiang, S., Yang, S., & Zhou, Q. (2019). Parenting styles and internet addiction in Chinese adolescents: Conscientiousness as a mediator and teacher support as a moderator. *Computers in Human*

Behavior, 101, 144-150.

<https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.07.019>

1 차원고접수 : 2022. 04. 10.

수정원고접수 : 2022. 05. 29.

최종게재결정 : 2022. 06. 27.

The Association between Helicopter Parenting and College Students' Game and Social Media Addictions: The Mediating Effect of Self-Efficacy

Kim, Seonghee¹⁾

Joo, Susanna²⁾

Sin, Hyelim³⁾

1) Research Institute for Liberal Education, Yonsei University

2) BK21 Symbiotic Society and Design, Yonsei University

3) Dept. of Child and Family Studies, Yonsei University

Helicopter parenting refers to over-involved and over-controlled parental behaviors to their adult children based on their affection for their children. Helicopter parenting in emerging adulthood has a possibility to hinder the development of independence as an individual and the formation of self-esteem, and this could lead emerging adults to lack a sense of control and have a negative consequence on addictive phenomenon. Therefore, this study aims to examine the mediating effect of self-efficacy on the association between helicopter parenting and college students' game and social media addictions among college students. The study sample was 441 college students (ages 18-25) collected from several regional universities in Seoul. In addition, the mediating model was analyzed using the bootstrapping method of the Mplus program. As a result, the mediating effect of self-efficacy was significant. Namely, it was found that the higher levels of helicopter parenting were associated with the lower levels of self-efficacy and associated with the higher levels of gaming and social media addictive tendency. These results suggest that it is necessary not only to educate the parents on the proper parenting role, but also to acquire the beliefs about their own behavior.

Keywords: helicopter parenting, game addictive behavior, social media addictive behavior, self-efficacy, college students