

## 조부모 양육 아동의 스마트폰 사용 경험과 돌봄 공백에 관한 질적 연구: 경기도 소재 지역아동센터 사례를 중심으로\*

### Smartphone Use and Caregiving Gaps among Children Raised by Grandparents: A Qualitative Study of Community Child Centers in Gyeonggi Province

1차원고접수: 2025.10.10. 수정원고접수: 2026.05.25. 최종게재결정: 2026.06.21.

김규랑<sup>1</sup>

<sup>1</sup>중앙대학교 일반대학원 아동청소년학과, 박사

Kim, KyuRang<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Dept. of Child and Youth, Chung-ang University

**국문초록** 본 연구는 조부모 양육 아동의 스마트폰 사용 경험에 투영된 돌봄 공백의 양상과 그 본질적 의미를 아동의 관점에서 심층적으로 탐색하고자 수행되었다. 이를 위해 경기도 소재 지역아동센터를 이용하는 초등학생 아동 8명을 연구참여자로 선정하였으며, 자료의 다각적 검증을 위해 조부모 5명과 지역아동센터 교사 5명을 보조 참여자로 포함하여 심층면담을 실시하였다. 수집된 자료는 Strauss와 Corbin(1998)의 근거이론적 분석 절차에 따라 개방코딩, 축코딩, 선택코딩의 과정을 거쳐 분석되었다. 분석 결과, 조부모 양육 아동의 스마트폰 사용은 돌봄 공백 속에서 정서, 관계, 학습을 조정하는 핵심 매개자 '디지털 대리 양육자'의 기능을 수행하고 있었다. 아동은 조부모의 기술적 이해가 미치지 않는 온라인 환경을 '비가시적 사적 공간'으로 활용하며 심리적 자율성을 확보하는 한편, 정서적 결핍을 해소하기 위한 '디지털 위안물'로서 스마트폰에 깊이 의존하고 있었다. 또한, 학습 및 인지적 자극의 공백을 메우는 과정에서 나타난 '인지적 외주화' 현상은 아동의 자기주도적 학습 역량과 비판적 사고력 형성에 발달적 저해 요인으로 작용할 가능성을 시사하였다. 이러한 결과를 바탕으로 본 연구는 조부모의 '디지털 세대 공감 역량' 강화 교육, 지역사회 중심의 비(非)디지털 돌봄 인프라 확충, 아동의 자기주도적 조절 역량 형성을 위한 특화된 리터러시 교육의 필요성을 제언하는 바이다.

**주요어** 조부모 양육 아동, 스마트폰 사용, 돌봄 공백, 대체 돌봄 기제, 근거이론

**Abstract** This study explores the patterns of caregiving gaps reflected in the smartphone use experiences of children raised by grandparents, examining their underlying meanings from the children's perspectives. Eight elementary school students attending community child centers in Gyeonggi Province were selected as primary participants, with five grandparents and five teachers included as secondary participants for data triangulation. Data were analyzed through open, axial, and selective coding following Strauss and Corbin(1998) grounded theory procedures. The findings reveal that smartphones function as "digital surrogate caregivers," mediating emotions, relationships, and learning amid caregiving gaps. Children utilize online environments—beyond their grandparents' technological reach—as an "invisible private space" to secure psychological autonomy, while relying deeply on smartphones as "digital transitional objects" to compensate for emotional deprivation. Additionally, "cognitive offloading" observed in learning contexts suggests potential constraints on developing self-directed learning and critical thinking skills. Based on these findings, this study recommends strengthening grandparents' digital intergenerational empathy competence, expanding community-based non-digital caregiving infrastructures, and developing specialized digital literacy programs to foster children's self-regulatory capabilities. Addressing caregiving gaps ultimately requires restoring environments where children experience genuine empathy and trust within authentic relationships.

**Keywords** *grandparent-reared children, smartphone use, caregiving gap, alternative care mechanism, grounded theory*

\* 본 연구는 2025년 한국인간발달학회 신진연구자 연구비 지원사업의 지원을 받아 수행된 연구임.

본 연구는 2025년 한국인간발달학회 추계공동학술대회에서 포스터 발표한 내용을 수정·보완한 것임.

**Corresponding to** 김규랑(Kim, KyuRang)

중앙대학교 아동청소년학과 박사(Dept. of Child and Youth, Chung-ang University) E-mail. kimkyurang@naver.com

Copyright © 2026 The Korean Association of Human Development. All rights reserved.

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성 및 목적

현대 사회에서 스마트폰은 전 연령층의 일상을 매개하는 필수적 매체로 자리 잡았다. 방송통신위원회(2023)에 따르면 국내 스마트폰 보유율은 94.8%에 달하며, 이는 고령층을 포함한 전 세대에 걸쳐 디지털 기기 활용이 보편적인 생활양식으로 정착되었음을 시사한다. 디지털 환경의 확산은 아동의 생활 세계를 물리적 공간에서 온라인 영역으로 확장시켰으며, 스마트폰은 아동의 성장과 발달에 중요한 환경적 요인으로 작용하고 있다.

특히 아동·청소년은 디지털 플랫폼에서 자기표현과 상호작용을 경험하며 자아 정체성을 탐색하고 구성하는 발달적 특성을 보이는데(Subrahmanyam & Šmahel, 2011), 이러한 온라인 환경은 소통 수단을 넘어 또래 관계가 형성되고 유지되는 중요한 사회적 공간으로 기능한다(Livingstone & Sefton-Green, 2016). 디지털 플랫폼에 대한 주요 접근 매체로서 스마트폰은 아동의 능동적인 상호작용과 여가 향유를 매개하는 다면적 매체로 기능하며(한국언론진흥재단, 2023), 아동의 삶에서 그 기능적·상징적 의미가 점차 심화되고 있다.

그러나 스마트폰의 즉각적 반응성과 높은 접근성은 정보 탐색의 편의성이라는 순기능 이면에 발달적 위험성을 내포하고 있다. 선행연구들은 아동의 과도한 스마트폰 사용이 자기조절력 저하, 정서적 불안정, 과몰입 등 심리·사회적 부적응과 밀접하게 연관됨을 지적해왔다(이래혁, 김수정, 이명환, 조은서, 2025; Radesky, Kaciroti, Weeks, Schaller, & Miller, 2023). 이러한 우려는 실제 아동의 매체 이용 실태에서도 확인된다. 여성가족부의 「2022년 청소년 매체이용 및 유해환경 실태조사」에 따르면 초등학교의 인터넷 개인방송 및 동영상 사이트 이용률은 96.7%에 달하며, 약 40%는 성인용 영상물을 이용한 경험이 있는 것으로 보고되었다(여성가족부, 2023). 이는 디지털 매체가 아동의 일상적 여가활동에서 중요한 위치를 차지하고 있음을 보여

주는 동시에 보호자의 감독이 충분히 이루어지지 않을 경우 아동이 유해 콘텐츠에 노출될 가능성이 높아질 수 있음을 시사한다. 또한 보호자의 감독이 제한된 환경에서는 아동의 매체 노출 시간이 증가할 가능성이 보고되고 있으며(Haycraft, Barr-Anderson, Pate, & Trost, 2020), 무감독 상태에서 이루어지는 매체 사용은 아동의 학교 적응 및 정서 발달에 부정적인 영향을 미칠 수 있다(양경해, 강현아, 2016).

본 연구가 조부모 양육가정(grandparent-headed families)에 주목하는 이유는 이러한 가정이 일반적인 부모 양육가정과 다른 돌봄 환경적 특성을 지니고 있기 때문이다. 국내 조부모 양육가정은 약 11만 8천 가구로 집계되며, 이들 중 상당수는 경제적 어려움과 양육자의 건강 문제 등 복합적인 생활상의 제약을 경험하는 것으로 보고되고 있다(아시아경제, 2024; 통계청, 2023). 해외 연구에서도 조부모 양육가정은 경제적 부담, 건강 문제, 사회적 지원의 부족 등 다양한 구조적 어려움에 직면할 가능성이 있는 것으로 보고된다(Hayslip & Kaminski, 2005).

이러한 특성은 조부모 양육가정이 부모 양육가정에 비해 돌봄 자원과 사회적 지원 측면에서 상대적으로 제한된 환경에 놓일 가능성을 시사한다. 특히 한부모가정이나 저소득 가정 등 여타 취약 양육 환경과 구별되는 조부모 양육가정의 고유한 특성은, 세대 간 디지털 리터러시 격차에서 비롯된 ‘기술적 중재 불가능성’과 양육자의 신체적 노화로 인한 ‘돌봄 역량의 점진적 감소’가 구조적으로 결합된다는 점에 있다. 즉, 경제적 어려움이나 시간 부족 등 여타 취약 가정과 공유되는 일반적 제약과 달리 조부모 양육가정은 양육자가 디지털 환경 자체를 이해하거나 개입하기 어려운 세대적 한계를 내포하고 있으며 이는 아동의 스마트폰 사용 경험을 독특한 방식으로 구조화하는 맥락적 조건이 된다.

특히 조부모는 디지털 환경에 익숙한 부모 세대에 비해 스마트 기기 활용이나 온라인 환경에 대한 이해 측면에서 어려움을 경험할 수 있으며, 이로 인해 아동의 스마트폰 사용을 적극적으로 지도하거나 중재하는 과정에서 제약이 발생할 가능성이 있다. 실제로 가정

내 모바일 미디어 사용은 보호자의 중재 방식과 상호 작용 맥락에 따라 아동의 이용 경험이 달라질 수 있으며, 관찰 연구에서도 부모와 아동 간 디지털 매체 사용이 일상적 상호작용 속에서 다양한 방식으로 조정되고 있음이 보고되고 있다(Domoff et al., 2019). 또한 조부모의 신체적 노화와 양육 부담은 아동의 행동을 안정시키거나 일시적으로 주의를 전환시키기 위한 수단으로 스마트폰 사용을 허용하는 상황을 만들 수 있다. 이러한 맥락은 매체가 보호자의 역할을 부분적으로 대신하는 이른바 ‘디지털 보모(digital babysitter)’로 설명되기도 한다(Radesky, Peacock-Chambers, Zuckerman, & Silverstein, 2016).

이와 같은 환경에서는 조부모와 아동이 동일한 공간에 머무르고 있음에도 불구하고 실제적인 디지털 중재가 충분히 이루어지지 않는 ‘비가시적인 돌봄의 틈새’가 발생할 가능성이 있다. 시스템의 경계 밖에서 나타나는 이러한 미시적 돌봄 공백 상황에서 아동은 스스로를 보호하고 관리해야 하는 ‘자기 보호(Self-care)’의 영역에 놓이게 된다(김아래미, 2022). 이러한 조건은 자기조절 능력이 아직 충분히 발달하지 않은 발달 과도기 아동에게 더욱 민감하게 작용할 수 있으며, 이 과정에서 스마트폰은 여가 향유와 정서 조절, 사회적 연결을 보완하는 하나의 매개 수단으로 기능하게 된다.

그러나 기존 연구들은 조부모 양육가정의 어려움이나 미디어 이용 문제를 주로 보호자의 관점에서 논의해 왔으며, 조부모 양육 환경 속에서 아동이 경험하는 스마트폰 사용의 의미를 아동의 관점에서 탐색한 연구는 상대적으로 부족한 실정이다. 따라서 본 연구는 조부모 양육 환경을 개인의 역량 부족으로 단순화하기보다 구조적 제약 속에서 형성되는 돌봄 맥락에 주목하고자 한다. 나아가 이러한 환경이 아동의 스마트폰 사용 경험에 어떠한 의미로 나타나는지를 탐색하고자 한다. 기존 연구들이 주로 조부모의 관점에서 양육의 어려움을 다루어 온 것과 달리(유혜경, 2024), 본 연구는 아동이 미시적 돌봄의 틈새를 스마트폰을 통해 보완하며 형성해 가는 경험을 ‘내부자적 시각’에서 포착하는데 목적이 있다. 초등학교 고학년 조부모 양육 아동의

생생한 목소리를 통해 스마트폰 사용 경험의 다층적 의미를 이해하고, 이를 바탕으로 아동의 권리와 발달을 고려한 실천적·정책적 논의에 기초 자료를 제공하고자 한다.

## 2. 연구문제

**연구문제1.** 조부모 양육 아동은 스마트폰 사용 과정에서 경험하는 돌봄 공백을 어떻게 인식하고 의미화하는가?

**연구문제2.** 조부모 양육 환경에서 아동의 스마트폰 사용은 어떠한 생활 경험과 발달적 의미를 형성하는가?

## II. 연구방법

### 1. 연구참여자

본 연구의 주요 참여자는 초등학교 고학년(4 ~ 6학년) 조부모 양육 아동이다. 조부모와 지역아동센터 교사는 아동의 스마트폰 사용 경험을 맥락적으로 이해하고 연구자의 해석 편향을 최소화하기 위한 이차 제보자(secondary informants)로 참여하였다.

연구참여자의 선정 기준은 ① 최근 6개월 이상 조부모와 동거하며 일상적 돌봄을 제공받고 있고, ② 스마트폰을 일상적으로 이용하며, ③ 자신의 경험을 언어적으로 표현할 수 있는 아동으로 설정하였다. 연구 현장은 경기도 소재 지역아동센터 4곳으로, 도시 지역과 준농촌권이 혼재된 지역적 특성을 반영하여 다양한 돌봄 환경과 스마트폰 사용 맥락을 포함하고자 하였다.

참여자 모집에는 의도적 표집을 적용하였으며, 자료수집은 새로운 개념이나 범주가 더 이상 도출되지 않는 이론적 포화상태에 도달할 때까지 진행하였다(Strauss & Corbin, 1998). 최종 분석 대상은 아동 8명, 조부모 5명, 지역아동센터 교사 5명이며, 이들의 일반적 특성은 표 1, 표 2, 표 3에 제시하였다.

표 1. 연구참여자(아동)의 일반적 특성

| 구분 | 성별 | 학년 | 동거 조부모 | 동거 기간  | 형제 여부  | 스마트폰 주요 사용 용도   |
|----|----|----|--------|--------|--------|-----------------|
| A  | 남  | 5  | 할머니    | 5년     | 외동     | 엔터테인먼트(게임, 영상)  |
| B  | 여  | 4  | 조부모 모두 | 4년     | 유(오빠)  | 소통 및 정보 탐색      |
| C  | 여  | 4  | 할아버지   | 2년     | 외동     | 학습 및 메신저        |
| D  | 남  | 6  | 할머니    | 3년     | 외동     | 엔터테인먼트(게임, 영상)  |
| E  | 여  | 6  | 조부모 모두 | 6년     | 유(남동생) | 소셜미디어(SNS) 및 소통 |
| F  | 남  | 5  | 할머니    | 7년     | 유(여동생) | 정보 탐색 및 동영상 시청  |
| G  | 남  | 4  | 조부모 모두 | 1년 6개월 | 유(누나)  | 게임 및 메신저        |
| H  | 남  | 6  | 할아버지   | 3년     | 외동     | 동영상 시청 및 SNS    |

표 2. 보조 정보제공자(조부모)의 특성

| 구분    | 관계   | 연령  | 직업 | 돌봄 기간 | 주요 돌봄 역할       |
|-------|------|-----|----|-------|----------------|
| 조부모 A | 할머니  | 68세 | 무직 | 5년    | 학습 및 식사 지원     |
| 조부모 B | 할머니  | 66세 | 농업 | 6년    | 생활 전반 지원       |
| 조부모 C | 할아버지 | 70세 | 은퇴 | 4년    | 야간 돌봄 및 등하원 동행 |
| 조부모 D | 할머니  | 62세 | 가사 | 3년    | 학습 지도 및 생활 관리  |
| 조부모 E | 할머니  | 74세 | 무직 | 7년    | 정서적 지지 및 놀이 지원 |

주. 조부모 면담 자료는 아동 심층 면담의 해석을 보완하고 연구자의 해석 편향을 점검하기 위한 참고 자료로 활용되었다.

표 3. 보조 정보제공자(교사)의 특성

| 구분   | 성별 | 연령  | 경력 | 직급    | 주요 업무         |
|------|----|-----|----|-------|---------------|
| 교사 A | 여  | 35세 | 7년 | 생활복지사 | 학습 지도 및 정서 지원 |
| 교사 B | 남  | 41세 | 8년 | 생활복지사 | 생활 관리 및 활동 지도 |
| 교사 C | 여  | 29세 | 3년 | 생활복지사 | 숙제 지도 및 상담    |
| 교사 D | 여  | 33세 | 5년 | 생활복지사 | 방과 후 프로그램 기획  |
| 교사 E | 여  | 38세 | 6년 | 생활복지사 | 상담 및 사례 관리    |

주. 교사 면담 자료는 아동의 일상 행동과 발화를 간접적으로 확인하고 분석의 신뢰성을 확보하기 위한 삼각검증 자료로 활용되었다.

## 2. 자료수집 방법

본 연구는 Strauss와 Corbin(1998)이 제안한 근거이론의 방법론적 원칙에 따라 자료의 수집과 분석이 상호 유동적으로 이루어지는 지속적 비교 분석(constant comparative analysis) 과정을 거쳤다. 주요 자료수집 방법은 심층 면담으로, 독립된 상담 공간에서 아동 1인당 2회(회당 50 ~ 70분) 실시하였다. 면담은 반구조화된 질문지를 활용하되 아동의 발화 흐름에 따라 유연하게 진행하였으며, 연구자는 면담 전 프로그램 참관을 통해 아동과 충분한 라포를 형성하고자 노력하였다. 모든 면담 내용은 참여자 확인 과정을 통해 원자료의 사실 여부를 검증하였으며 이차 제보자(조부모 및 교사)의 면담 자료와 교차 검토하여 해석의 타당성을 보완

하였다.

자료는 익명화 후 고유 코드로 처리하고 암호화 장치에 안전하게 보관하였다. 연구 준비는 2025년 6월부터 시작되어 참여자 모집 및 기관 협의, 질문지 설계 과정을 거쳤으며, 보건복지부 공공기관생명윤리위원회(Institutional Review Board; IRB)의 심의·승인을 받은 후 2025년 9월 말까지 자료수집을 진행하였다.

연구의 핵심 분석 자료는 아동 심층 면담을 통해 수집되었으며, 조부모와 교사의 면담 자료는 자료의 타당성을 확보하기 위한 삼각검증(triangulation)을 실시하였다. 구체적으로 아동이 진술한 스마트폰 사용 시간, 사용 목적, 이용 과정에서의 정서적 경험 및 가족 내 상호작용에 관한 내용을 조부모와 지역아동센터 교사

의 면담 자료와 비교·검토하였다. 또한 자료 간 일치점과 차이점을 반복적으로 검토하여 참여자의 경험을 다각적으로 해석하고, 상이한 진술이 나타난 경우 해당 맥락을 재검토하여 해석에 반영하였다. 이를 통해 연구자의 주관적 해석 가능성을 최소화하고자 하였으며, 자료원 삼각검증을 수행하여 연구 결과의 신뢰성과 타당성을 확보하였다.

연구자는 참여 아동의 심리적 안녕을 보호하기 위해 아동에게 정서적 부담을 줄 수 있는 가족 생애사에 대한 소급(遡及)적 탐문을 지양하였다. 대신 아동이 구성하는 주관적 현실에 기반하여 현재의 돌봄 환경과 관계적 역동이 스마트폰 경험에 미치는 영향을 분석함으로써 내부자적 시각(emic perspective)을 포착하는 데 집중하였다.

### 3. 연구 절차 및 윤리적 고려

본 연구는 보건복지부 공공기관생명윤리위원회(IRB)의 심의 및 승인(P01-202508-01-046)을 받은 후 수행되었다. 아동의 경우 친권자 혹은 실질적 양육자(조부모)의 서면 동의와 아동 본인의 자발적 승낙(assent)을 모두 확보하였다. 연구자는 참여자들에게 익명성 보장과 참여 중단 권리 등을 상세히 설명하였으며 모든 자료는 익명화 처리하여 암호화된 장치에 안전하게 보관하였다.

### 4. 자료분석 및 해석적 전제

자료 분석은 Strauss와 Corbin(1998)이 제시한 근거이론의 분석 절차를 준용하여 개방코딩, 축코딩, 선택코딩의 단계를 거쳤으며, ATLAS.ti 9 소프트웨어를 활용하여 분석의 체계성을 유지하였다. 먼저 개방코딩 단계에서는 아동, 조부모, 지역아동센터 교사의 면담 전사 자료를 반복적으로 검토하며 의미 있는 진술을 문장 단위로 분절하였다. 이후 스마트폰 사용 동기, 사용 상황, 정서적 경험, 조부모와의 상호작용, 사용 규칙 및 갈등 경험 등에 관한 진술을 중심으로 개념을 도출하고 초기 코드를 생성하였다. 생성된 코드는 지속적 비교분석(constant comparative analysis)을 통해 유사한

내용끼리 묶고 차별적 속성을 확인하면서 하위범주와 범주로 통합하였다.

축코딩 단계에서는 개방코딩을 통해 형성된 범주들 간의 관계를 분석하였다. 특히 조부모 양육 환경이라는 맥락 속에서 아동이 경험하는 돌봄 공백의 양상, 스마트폰 사용의 기능과 의미, 그리고 사용 경험이 일상생활과 발달 경험에 미치는 영향 간의 관계를 중심으로 범주를 재구성하였다. 이 과정에서 범주의 속성과 차원을 구체화하고 범주 간 연결 구조를 체계적으로 정리하였다.

선택코딩 단계에서는 축코딩을 통해 도출된 주요 범주를 통합하여 연구 현상을 설명하는 핵심 주제를 구성하였다. 이후 핵심 주제를 중심으로 각 범주 간 관계를 재검토하고, 조부모 양육 아동이 스마트폰 사용을 통해 돌봄 공백을 인식하고 경험하는 과정, 그리고 이를 보완하거나 대체하는 방식에 관한 의미 구조를 통합적으로 해석하였다.

아울러 본 연구는 다음과 같은 해석적 전제를 설정하였다. 첫째, 아동의 스마트폰 경험을 개별적 행위가 아닌 가족·양육 시스템의 산물로 간주하였다. 둘째, 조부모와의 상호작용을 이분법적 애착 틀로 유형화하기보다 세대 간 소통 방식이 스마트폰 사용 동기에 투영되는 방식에 집중하였다. 셋째, 조부모의 고령화 및 사회경제적 제약이 스마트폰 개입 가능성에 미치는 현실적 맥락(situated context)을 분석하였다. 넷째, 이차정보자의 자료는 아동의 경험을 입체적으로 재구성하는 보조적 분석 자료로 활용하였다. 또한 본 연구에서의 ‘돌봄공백’은 아동 발달 전반의 결핍 상태를 포괄적으로 의미하는 개념이 아니라, 양육자가 동일 공간에 존재하더라도 세대 간 디지털 리터러시 격차, 신체적 노화, 심리적 여유 부족 등으로 인해 아동의 스마트폰 사용에 대한 실질적 중재와 상호작용이 제한되는 상태를 의미한다. 따라서 본 연구에서 제시한 정서·일상·학습·관계 영역은 독립적 결핍 범주라기보다, 스마트폰 사용과 연결된 ‘비가시적 돌봄 공백(invisible care gap)’의 기능적 양상을 설명하기 위한 분석적 층위로 해석하였다.

## 5. 연구의 엄밀성 확보

본 연구는 Lincoln과 Guba(1985)의 기준에 따라 연구의 질을 관리하였다. 다원적 자료수집(삼각검증)과 참여자 확인을 통해 사실적 가치(Credibility)를 확보하였고, 연구 맥락을 상세히 기술하여 전이가능성(Transferability)을 높였다. 또한 감사 추적(Audit trail)으로 의존성(Dependability)을 확보하였으며, 반성적 일지를 작성하여 연구자의 주관적 편향을 경계함으로써 확증성(Confirmability)을 견지하였다.

## III. 결과 및 해석

본 연구는 조부모 양육 아동이 경험하는 돌봄 공백과 스마트폰 사용 맥락을 탐색하기 위해 수집된 면담 자료를 반복적으로 비교·분석하여 주제-범주-하위범주-개념의 단계적 분석 틀을 구성하였다(표 4 참조). 분석과정에서 도출된 범주들은 아동의 일상 경험과 정서적 반응, 스마트폰 사용 방식이 어떠한 맥락 속에서 형성되는지를 중심으로 조직되었다.

### 1. 돌봄 공백으로 경험되는 일상과 자기의존의 형성

#### 1) 정서적 지지와 소통의 결여

##### (1) 위로와 공감의 부재: '정서적 자가 처방'으로서의 매체 활용

조부모의 관습적 위로는 아동에게 정서적 수용의 한계로 경험되었으며, 아동은 이를 해소하기 위해 스마트폰을 활용한 '정서적 자가 처방'을 시도하였다.

“속상해서 울고 있었는데, 할머니가 ‘괜찮아, 다 그런 거야’ 하고 방으로 가셨어요. 저는 혼자 울다가 결국 폰을 켜서 게임을 했어요. 그게 제일 빨리 기분이 바뀌거든요.” (아동 A)

“학교에서 싸우고 와도 말할 데가 없어요. 말해

도 ‘네가 참아라’ 하시니까 더 이상 말할 필요가 없다고 느껴요. 그래서 웃긴 영상 보고 넘어가요.” (아동 F)

이는 Bowlby(1969)의 애착이론에서 말하는 안전기지(safe base)의 결여로 해석할 수 있다. 아동은 내적 정서조절 대신 스마트폰이라는 외적 매개체에 의존하여 즉각적인 기분 전환을 꾀하고 있었다. 지역아동센터 교사 역시 “집에서 위로받지 못한 아이들이 센터에 오자마자 구석에서 스마트폰에만 매달리는 것은 일종의 정서적 도피”라고 언급하여(교사 A) 이러한 현상을 뒷받침하였다.

#### (2) 고민·갈등 소통의 단절과 대안적 관계망 탐색

조부모 세대의 권위적 의사소통은 아동의 정서 표현 욕구와 충돌하며, 아동을 온라인 공간으로 회피하게 만드는 주요 기제로 작용하였다.

“화가 나서 얘기했는데 그만하라고만 하셔서 더 이상 말 안 해요. 괜히 혼만 나니까 그냥 안 하게 돼요.” (아동 H)

“속상하다고 말했는데 원래 어릴 때는 다 그렇다고만 하셔서, 제가 느낀 게 별로 중요하지 않은 것 같았어요. 그래서 요즘은 그냥 AI 챗봇이나 친구 단톡방에만 얘기해요.” (아동 E)

가정 내 소통의 유능감을 상실한 아동은 즉각적 반응과 익명성을 보장하는 디지털 공간을 심리적 탈출구로 선택하며, 이는 회피적 대응 전략을 고착화할 위험을 시사한다(Schimmenti et al., 2017).

#### 2) 일상 속 돌봄 결핍

##### (1) 일상 루틴의 부재와 시간 점유의 중심축

보호자의 지도가 부재한 방과 후 시간, 스마트폰은 아동에게 일상을 조직하는 '시간 점유의 중심축'이 된

표 4. 조부모 양육 아동의 돌봄 결핍과 스마트폰 사용의 범주 도출 결과

| 주제                                  | 범주                          | 하위범주                                    | 개념                                                                                 |
|-------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| 돌봄 공백으로<br>경험되는 일상과<br>자기 의존의<br>형성 | 정서적<br>지지와<br>소통의 결여        | 위로와 공감의 부재:<br>‘정서적 자가 처방’으로서의<br>매체 활용 | - 정서적 수용과 공감 경험의 부족<br>- 고민 공유 대상의 부재와 정서적 고립감의 심화<br>- 스마트폰을 통한 정서적 자기위안 추구       |
|                                     |                             | 고민·갈등<br>소통의 단절과 대안적<br>관계망 탐색          | - 가족 내 정서적 소통의 제한<br>- 갈등 해결 지원의 부재<br>- 감정 표현 기회의 부족<br>- 온라인 기반 대안적 소통 추구        |
|                                     | 일상 속<br>돌봄 결핍               | 일상 루틴의 부재와<br>시간 점유의 중심축                | - 일상 구조화의 어려움과 시간관리 역량의 부족<br>- 스마트폰 중심 생활의 고착<br>- 또래·가족 활동 기회의 제한                |
|                                     |                             | 놀이·여가 자원의<br>제한과 가상적 소속감 추구             | - 오프라인 놀이 경험의 부족<br>- 여가활동 다양성의 제한<br>- 미디어 중심 여가생활 형성<br>- 가상공간을 통한 소속감 추구        |
|                                     | 학습 지도와<br>정보 탐색의<br>자기 의존   | 학습피드백의 부재와<br>결과 중심적 수행                 | - 보호자의 학습 지원 부재<br>- 학습 피드백 및 점검의 결여<br>- 검색 중심 과제 수행과 결과 중심 학습 경향 강화              |
|                                     |                             | 검색·영상 의존과<br>인지적 편의주의의 강화               | - 영상 중심 정보 탐색 습관과 정보 검증 과정의 생략<br>- 주의 분산 경험 증가<br>- 피상적 학습 경향 강화                  |
| 스마트폰을 통한<br>보완적 적응과<br>의존의 심화       | 정서적 보완과<br>회피적 조절의<br>공존    | 감정 회피와 전환을 통한<br>심리적 방어                 | - 부정적 감정의 회피적 처리<br>- 콘텐츠 소비를 통한 기분 전환<br>- 즉각적 보상 추구<br>- 스마트폰 몰입을 통한 현실 회피       |
|                                     |                             | 디지털 위안물<br>로서의 의존                       | - 심리적 안정감 제공과 외로움, 불안 완화<br>- 혼자 있는 시간의 정서적 지지<br>- 기기에 대한 정서적 의존 심화               |
|                                     |                             | 감정·생각의<br>대체적 표현 통로와<br>대면 소통의 기피       | - 온라인 기반 감정 표현<br>- 익명성을 활용한 자기 노출<br>- 즉각적 반응을 통한 정서 해소<br>- 대면 소통 회피 경향          |
|                                     | 관계적<br>연결과<br>가상 의존         | 가족·친척과의 원격 소통:<br>매개된 관계의 한계            | - 스마트폰을 통한 원격 소통과 정서적 연결감<br>- 부모 부재 보완 기능<br>- 매개된 관계에 대한 의존성 형성                  |
|                                     |                             | 온라인 또래 관계 대체와<br>대면 관계 기술의 약화           | - 온라인 기반 또래관계 형성과 소속감과 인정 욕구 충족<br>- 게임·커뮤니티를 통한 연대감 경험<br>- 대면 상호작용 기회의 감소        |
|                                     | 문제해결<br>경험과<br>자기 의존적<br>학습 | 즉각적 문제해결과<br>결과 중심적 자기효능감               | - 디지털 자원을 활용한 문제해결<br>- 성취감 경험과 자기효능감 향상<br>- 자율성과 능력감 인식                          |
|                                     |                             | 의존적 학습 습관과<br>인지적 태만                    | - 검색 우선의 문제해결 습관과 사고 과정의 축소<br>- 기기 의존적 학습 전략 형성<br>- 인지적 노력 감소                    |
|                                     | 조부모<br>양육·통제의<br>한계와 갈등     | 조부모의 불일관적·<br>소극적 관리                    | - 일관성 없는 사용 규칙 적용<br>- 모니터링 부재<br>- 설명과 대안 제공의 부족<br>- 반복적 갈등과 관계 긴장               |
|                                     |                             | 세대 간 디지털 격차와<br>부정적 인식                  | - 조부모의 디지털 관리 역량 한계<br>- 스마트폰 사용에 대한 상호이해 부족<br>- 은밀한 사용 전략 형성<br>- 자기방어적 기기 사용 심화 |

다. 조부모는 아동이 기기에 몰입한 상태를 사고 없는 안전한 상태로 간주하는 ‘정적 방임(Passive Neglect)’의 태도를 보였다.

“센터 끝나고 집에 오면 그냥 혼자예요. 뭐 하라는 말도 없으니까 계속 폰만 봐요. 유튜브 보고 게임하다 보면 시간이 다 가요.” (아동 C)

“방학에는 할 게 없으니까 하루종일 폰만 보고 있어요. 누가 정해주는 게 없으니까 그냥 폰만 하게 돼요.” (아동 D)

이처럼 조부모의 돌봄이 ‘물리적 안전 확보’라는 소극적 수준에 머무를 때, 스마트폰은 아동에게 일상을 조직할 기능을 대신하는 중심축이 된다. 조부모는 “애가 폰만 보고 있으면 사고 안 치고 잘 있는 줄 안다”(조부모 B)고 인식하여, 이러한 방임적 사용이 구조적으로 고착화되고 있었다.

(2) 놀이·여가 자원의 제한과 가상적 소속감 추구  
조부모의 신체적 노화와 심리적 여유 부족은 아동의 오프라인 활동 반경을 위축시키는 물리적 한계로 작용하였다.

“할머니한테 나가자고 해도 늘 ‘다리 아프다’, ‘힘들다’, ‘일찍 자라’ 하면서 피곤해하니까 저한테도 그냥 집에 있으라고 하세요. 그래서 저는 계속 폰만 해요.” (아동 A)

“어차피 친구들은 주말이면 가족이랑 놀러 가서 밖에서 못 만나요. (중략) 할머니랑 할아버지랑 같이 여행가는 건 상상도 못하고... 그래서 그냥 친구들이랑 카톡하고 폰 보는 게 마음이 편할 때가 많아요.” (아동 E)

Vygotsky(1978)에 따르면 놀이는 아동 발달의 핵심 맥락이나, 제한된 여가 환경은 아동의 욕구를 온라인으로 전이시켜 대면 관계 기술 발달의 기회를 제한하고 있었다.

### 3) 학습 지도와 정보 탐색의 자기 의존

#### (1) 학습 피드백의 부재와 결과 중심적 수행

조부모의 디지털 리터러시 한계는 아동과의 학습적 상호작용을 차단하며, 아동은 스마트폰을 ‘답안 도출을

위한 대체제’로 활용하였다.

“숙제는 그냥 검색해서 답만 쓰면 돼요. 누가 제대로 했는지 확인하는 사람도 없고, 어차피 할머니도 잘 몰라요.” (아동 F)

“틀려도 봐주는 사람이 없어요. 할아버지는 어차피 물어봐도 몰라서... 그래서 저도 대충 검색하고 넘어가요.” (아동 H)

이처럼 적절한 피드백 루프(Feedback Loop)가 결여된 환경에서의 학습은 논리적 사고의 전개보다 정보 획득에 치중하게 하며, 이는 심층적 이해를 저해하고 표면적 학습(Surface learning)을 고착화하는 결과로 이어진다(Kirschner & De Bruyckere, 2017). 결국 스마트폰을 통한 ‘자기 의존적 학습’은 아동의 자율성을 높이기보다 사고의 수고로움을 회피하는 인지적 편의주의를 강화할 위험을 내포한다.

#### (2) 검색·영상 의존과 인지적 편의주의의 강화

텍스트 해독보다 시각적 즉각성을 선호하는 경향은 알고리즘에 의한 주의 분산으로 이어지며, 심층적 사고 과정을 생략하게 만든다.

“모르는 건 다 유튜브로 찾아요. 책은 잘 안 봐요, 너무 어렵고 느리거든요. 영상은 바로 보여주니까 빨라요.” (아동 D)

“검색하다가 광고에 게임 영상이나 재미있는 걸 보면 그냥 눌러서 보게 돼요. 그러면 숙제는 잊어버리고 놀게 돼요.” (아동 C)

이는 Sweller(1988)의 인지부하이론으로 설명 가능하며, 외적 자극이 유의미한 학습 자원을 소모시켜 표면적 학습(Surface learning)을 고착화하고 있음을 보여준다.

## 2. 스마트폰을 통한 보완적 적응과 의존의 심화

### 1) 정서적 보완과 회피적 조절의 공존

#### (1) 감정 회피와 전환을 통한 심리적 방어

아동들은 불쾌한 감정에 직면하기보다 슱툼 콘텐츠 등에 몰입하여 감정을 즉각적으로 휘발시키는 전략을 취하였다.

“속상하면 단톡방이나 알림 계속 확인해요. 누가 말 걸었는지, 메시지 왔는지 보고 있으면 혼라는 생각이 덜 들어서요. 사실 별 애기도 없는데 습관처럼 하는 것 같아요.” (아동 B)

“할아버지랑 할머니랑 싸울 때는 그냥 이불 덮고 톱툼만 봐요. 웃긴 거 계속 나오니까 금방 기분이 전환되는 것 같아요. 신경이 좀 덜 쓰이기도 하고... 근데 또 끄면 다시 생각나고 그럼 또 켜게 돼요.” (아동 E)

이는 Gross(1998)의 반응 초점형 조절 전략으로, 단기적 안정을 주지만 장기적으로는 내적 자기 위로 능력의 발달을 저해하는 양가적 결과를 낳는다.

#### (2) 디지털 위안물로서의 의존

일부 아동에게 스마트폰은 불안이나 외로움을 완화하는 정서적 대상이자 일종의 ‘디지털 위안물(digital transitional object)’로 기능하는 것으로 나타났다. 이러한 ‘transitional object’ 개념은 아동이 분리 상황에서 정서적 안정을 얻기 위해 특정 대상에 정서적으로 의존하는 현상을 설명하기 위해 제시된 Winnicott(1953)의 이론에서 기원한다.

“잠들기 전에 꼭 영상을 봐야 해요. 안 보면 불안하고 잠이 안 와요. 영상 보면서 눈 감으면 마음이 차분해져요.” (아동 D)

“혼자 있으면 무섭고 조용해서 싫어요. 근데 폰

보고 있으면 누가 옆에 있는 것 같아요. 소리도 나고, 그러면 괜챿아져요.” (아동 B)

이러한 결과는 스마트폰이 보호자의 부재를 보완하며 아동에게 일시적인 정서적 안정감을 제공하는 역할을 수행함을 보여준다. 그러나 이러한 의존은 기기 부재 시 오히려 불안을 증폭시키는 역설적 결과로 이어질 가능성도 내포한다.

#### (3) 감정·생각의 대체적 표현 통로와 대면 소통의 기피

아동들은 조부모와의 세대 차이 및 권위적 소통 방식으로 인해 가정 내에서 감정을 자유롭게 표현하기 어렵다고 인식하였으며, 대신 메신저나 SNS, 익명 게시판 등을 감정의 분출구로 활용하였다.

“집에서는 속상한 말 못 해요. 괜히 혼날까 봐. 그래서 단톡방에 글 쓰면 친구들이 바로 답해줘요. 그러면 조금 풀려요.” (아동 E)

“익명 게시판에 쓰면 누가 ‘나도 그래’라고 해줘요. 근데 진짜 얼굴 보고는 잘 못 말하겠어요.” (아동 B)

이는 스마트폰이 억압된 감정의 대체적 표현 채널(Alternative expression channel)로 기능함을 보여준다. 그러나 온라인 상호작용에서는 비언어적 단서의 감소와 즉각적인 반응 구조로 인해 공감 표현 방식이 오프라인과 다르게 나타날 수 있다 (Vossen & Valkenburg, 2016).

### 2) 관계적 연결과 가상 의존

#### (1) 가족·친척과의 원격 소통: 매개된 관계의 한계

조부모 양육 아동은 부모와의 물리적 분리 상황에서 스마트폰을 심리적 연결감을 유지하는 핵심 수단으로 활용하였다.

“엄마가 지방에 있어서 자주 못 보니까, 사진 찍어서 보내요. 답장이 오면 그제야 안심이 돼요.” (아동 B)

“아빠랑 같이 못 살아서 영상통화로 숙제 보여주고 얘기해요. 근데 폰이 없으면 그냥 연락이 끊긴 것 같아서 불안해요.” (아동 H)

스마트폰은 부모의 부재를 견디게 하는 정서적 고리 역할을 하지만, 이는 Pols(2012)가 지적한 ‘기술 매개 돌봄(Technology-mediated care)’의 한계를 드러낸다. 즉, 신체적 접촉을 동반한 본질적 돌봄을 대체하지 못한 채, 기기 부재 시 불안을 증폭시키는 가상 의존적 성격을 띤다(Turkle, 2011).

(2) 온라인 또래 관계 대체와 대면 관계 기술의 약화  
대면 상호작용이 제한된 환경에서 아동들은 온라인 게임과 커뮤니티를 사회적 소속감의 원천으로 삼았다.

“단톡방에 다 같이 말하면 혼자가 아닌 것 같아요.” (아동 C)

“친구랑 학교에서는 좀 어색한데 단톡방에서 얘기하면 편해요. 근데 얼굴 보고는 많이 이야기는 안 해요.” (아동 E)

온라인 소통은 비언어적 맥락 공유나 갈등 조율의 수고로움이 생략된 ‘심리적 편의성’을 제공한다. 그러나 이러한 관계 방식에 대한 선호는 장기적으로 실제 관계 속에서의 깊이 있는 상호작용 역량을 저해하는 요인이 된다.

### 3) 문제해결 경험과 기기 의존적 학습

#### (1) 즉각적 문제해결과 결과 중심적 자기효능감

아동들은 학습 과제 직면 시 스마트폰을 활용해 즉각적으로 해결책을 도출하며 단기적인 성취감을 경험하였다.

“폰으로 숙제 검색해서 답이 나오면 제가 혼자 다 한 것 같아서 뿌듯해요. 선생님이 칭찬하면 더 자신감도 생기구요. 어쨌든 제가 혼자 해낸 거잖아요.” (아동 B)

“유튜브 보고 만들기 따라 했는데 성공하면 진짜 잘하는 것 같아요. 친구들이 ‘너 잘한다’고 말해주면 더 하고 싶어져요.” (아동 E)

이러한 성공 경험은 자율성을 높이는 긍정적 측면이 있으나, 아동이 느끼는 효능감이 논리적 탐구 과정이 아닌 ‘결과값의 즉각적 확인’에 근거하고 있다는 점에서 발달적 한계를 지닌다.

#### (2) 의존적 학습 습관과 인지적 태만

반면 반복적인 기기 활용은 문제 직면 시 사고보다 검색을 우선하는 자동적 반응을 고착화하였다.

“요즘은 그냥 휴대폰 앱에서 챗GPT부터 쳐요. 스스로 생각해보는 게 귀찮아져서 폰 없으면 숙제 못 하겠어요.” (아동 A)

“지금은 그냥 폰에 물어봐요. 그러니까 생각을 오래 안 하게 돼요.” (아동 B)

아동들이 진술한 “생각하기 귀찮음”은 기기 의존이 가져온 인지적 태만의 전형적인 양상이다. 이는 스스로 답을 찾아가는 인지적 인내심을 약화시키고, 기기가 부재할 경우 문제해결 시도 자체를 포기하는 ‘학습된 무기력’으로 이어질 위험을 내포한다.

### 4) 조부모 양육 · 통제의 한계와 갈등

#### (1) 조부모의 불일관적 · 소극적 관리

조부모의 스마트폰 규칙은 일관된 기준 없이 상황에 따라 변하는 양상을 보였으며, 이는 아동에게 부당함과 정서적 반감을 유발하고 있었다.

“어떨 때는 밤늦게까지 해도 그냥 두시다가 가끔은 갑자기 핸드폰을 뺏으세요. 왜 그런지는 제대로 말도 안 해주면 진짜 너무 화나고 열받아요.”  
(아동 G)

“차라리 처음부터 규칙이 있으면 지킬 텐데, 어떤 날은 되고 어떤 날은 안 돼서 더 화가 나요.”  
(아동 F)

이는 조부모의 의도적 방임이라기보다 디지털 리터러시 격차로 인한 관리 역량의 부족에서 기인한 것으로, 세대 간 기술 이해 차이가 낳은 ‘상호작용의 비동기화’ 현상으로 해석된다.

#### (2) 세대 간 디지털 격차와 부정적 인식

조부모의 기술적 이해 부족과 기기에 대한 전면적인 부정 인식은 아동의 사용 패턴을 보호자의 관찰이 불가능한 비가시적 영역으로 이동시켰다.

“할머니는 막는 법을 몰라서 그냥 제가 다 해요. 잔소리 듣기 싫어서 몰래 할 때가 더 많아요.” (아동 A)

“계속 폰 들고 있으면 혼날까 봐 폰으로 검색하고 숙제한다고 말해요. 폰 할 땐 혼자 있을 때가 더 편해서 화장실에서 하기도 하고, 그냥 숨겨 놓고 편하게 해요.” (아동 C)

“그냥 안 하는 척 해요. 자는 척하고 이불 속에서 봐요.” (아동 F)

아동은 화장실이나 이불 속과 같은 사적 공간(private space)으로 도피하여 기기를 사용하는 사용의 사화 경향을 보였으며, 이는 가정 내 건강한 디지털 지도 체계 구축을 방해하는 걸림돌이 된다.

## IV. 논의 및 제언

본 연구는 조부모 양육 아동의 생생한 목소리를 통해 돌봄 공백의 양상과 스마트폰 사용 경험에 내재된 본질적 의미를 탐색하였다. 주요 분석 결과를 바탕으로 도출된 논의 및 제언은 다음과 같다.

첫째, 조부모 양육 아동에게 스마트폰은 양육자의 개입이 제한된 ‘비가시적 사적 공간’이자 주체적 자율성의 영역이다. 참여 아동들은 조부모의 낮은 디지털 리터러시를 명확히 인지하고 있었으며, 이를 활용해 기술적·공간적 사각지대로 숨어들으로써 돌봄의 공백을 스스로 주도하는 영역으로 재구성하고 있었다. 이는 스마트폰이 아동에게 성인의 간섭이 차단된 유일한 자기결정권의 영역으로 기능하고 있음을 시사하며, 아동의 자기보호 경험이 미디어 노출로 이어진다는 양경해와 강현아(2016)의 연구 결과를 지지함과 동시에 조부모 양육 환경 특유의 ‘자율적 공간 확보’라는 능동적 의미를 보여준다.

둘째, 스마트폰은 정서적 결핍을 보완하는 대안적 매개체인 동시에 세대 간 ‘관계적 장벽’이 되고 있다. 조부모의 돌봄이 ‘물리적 안전’이라는 소극적 수준에 머물 때, 아동은 정서적 갈증을 온라인 공간에서 해소하려는 경향을 보였다. 그러나 이 과정에서 발생하는 조부모의 단편적이고 강제적인 규제는 아동의 회피적 태도를 강화하며, 결과적으로 매체가 세대 간 심리적 거리를 심화시키는 기제로 작용하고 있었다. 이는 아동의 미디어 경험이 기기 접근의 문제가 아니라 돌봄 환경과 결합된 관계적 맥락 속에서 형성된다는 이수현(2022)의 논의와도 일치한다. 해당 연구는 초등학생의 적절한 미디어 콘텐츠 이용을 위해 미디어 환경과 돌봄 환경을 통합적으로 고려해야 함을 제시하였으며, 본 연구 또한 조부모 양육가정의 정서적·관계적 특성이 아동의 스마트폰 사용 양식에 구조적으로 개입하고 있음을 보여준다.

셋째, 스마트폰은 조부모의 중재 기능을 대체하는 ‘디지털 대리 양육자(Digital Proxy Parent)’와 유사한 기

능을 수행하며 ‘인지적 외주화(Cognitive Offloading)’를 고착화한다. 교육적 지원이 부족한 환경에서 아동은 검색엔진 등에 전적으로 의존하며 스스로 사고하는 과정을 생략하고 있었다. 이러한 양식은 즉각적인 결과값만을 수용하게 하여, 장기적으로 비판적 사고력과 인지적 인내심 형성을 저해할 위험을 내포한다. 이러한 현상은 디지털 기기를 외부 기억 장치처럼 활용하는 ‘인지적 오프로딩(cognitive offloading)’과 관련될 수 있다 (Risko & Gilbert, 2016). 스마트폰을 통해 사고 자체를 기기에 외주화하는 경향은 분석적 사고 능력과 부정적 상관을 보이며, 스마트폰이 인지적 게으름(cognitive miserliness)의 현대적 구현 형태로 기능할 수 있다는 연구도 보고되고 있다(Barr, Pennycook, Stolz, & Fugelsang, 2015).

넷째, 스마트폰은 고립된 환경 속 아동의 ‘정서적 자기 돌봄’을 위한 ‘디지털 위안물(Digital transitional object)’ 역할을 수행한다. 아동은 불안을 해소하기 위해 기기에 몰입하는 일상적 의례(ritual)를 가졌으나, 이러한 외적 자극에 대한 과도한 의존은 내적 자기 위로 능력의 발달을 저해하고 기기 부재 시 불안을 증폭시키는 역설적 결과를 초래하고 있었다.

본 연구의 결과를 바탕으로 조부모 양육가정 아동의 건강한 성장을 위해 다음과 같이 제언한다.

첫째, 조부모의 ‘디지털 세대 공감 역량’ 강화를 위한 맞춤형 지원 체계를 구축해야 한다. 일차원적인 기기 조작법 습득을 넘어, 아동이 스마트폰에 몰입하는 심리적 배경을 이해하고 이를 소통의 도구로 활용할 수 있도록 돕는 사례 중심 교육이 필요하다. 특히 고령층의 특성을 고려하여 시각 자료 중심의 소규모 그룹 활동이나 ‘동료 지지형 교육’ 방식을 제안하며, 지역아동센터 등 생활 밀착형 거점을 활용해 심리적 문턱을 낮추어야 한다.

둘째, 지역사회 중심의 비(非)디지털 돌봄 인프라를 확충하여 아동의 일상적 선택지를 확장해야 한다. 조부모의 세밀한 지도가 어려운 환경적 특성을 고려하여, 지역아동센터 등이 아동의 신체적·사회적 활동을 보장하는 대안적 공간이 되어야 한다. 아동이 일상 속 시

간 공백을 물리적 활동으로 채울 수 있는 환경을 조성함으로써 스마트폰에 대한 의존도를 자연스럽게 낮추는 전략이 필요하다.

셋째, 아동 스스로 사용 패턴을 모니터링하고 인지적 외주화를 경계할 수 있는 특화된 ‘자기조절 리터러시’ 커리큘럼이 설계되어야 한다. 타율적 규제가 어려운 조부모 양육 아동의 특성상 아동의 내적 통제력을 강화하는 것이 필수적이다. 이를 위해 디지털 환경에서의 비판적 사고와 감정 조절을 돕는 프로그램이 교육 현장에 도입되어야 한다.

본 연구는 조부모 양육 아동의 스마트폰 사용이 환경에 적응하기 위한 주체적 행위임을 규명하였다는 데 의미가 있다. 다만, 일부 지역 아동을 대상으로 수행된 질적 연구라는 점에서 연구 결과를 일반화하는 데 한계가 있으며, 아동의 주관적 경험에 초점을 두어 따라 양육 주체인 조부모의 역동과 상호작용을 독립적으로 심층 분석하지 못한 제한이 있다. 또한 방법론적 측면에서 본 연구는 Anselm Strauss와 Juliet Corbin(1998)의 근거이론 분석 절차를 준용하여 범주 간 관계와 의미 구조를 탐색하였다. 다만 탐색적 질적 연구의 특성상 현상에 대한 심층적 의미 분석에 중점을 두었으며, 향후 연구에서는 보다 다양한 참여자와 이론적 표본 추출을 바탕으로 핵심범주와 범주 간 관계를 보다 정교하게 구조화할 필요가 있다. 향후 연구에서는 양적·질적 혼합 연구를 통해 본 현상의 보편성을 검증할 필요가 있으며, 성별 역할 분화 및 가족 구조 변인을 고려한 비교 분석이 추가적으로 이루어질 필요가 있다.

결론적으로 돌봄 공백의 해소는 스마트폰 사용 시간을 물리적으로 제한하는 기술적 조치를 넘어 아동이 실제 관계 속에서 충분한 공감과 신뢰를 경험할 수 있는 ‘정서적 돌봄 환경’을 복원하는 과정이다. 본 연구는 이러한 관점에서 조부모 양육가정 아동의 스마트폰 사용 경험을 관계적·맥락적 차원에서 조명하였으며, 향후 조부모 양육가정을 지원하기 위한 실천적·정책적 개입의 기초 자료를 제공하였다는 점에서 의의를 지닌다.

## 참고문헌

- 김아래미 (2022). 저소득층 아동의 자기보호(Self-care) 경험에 관한 질적 사례연구. *한국아동복지학*, 71, 1-32.
- 방송통신위원회. (2023. 12. 28). 「2023 방송매체 이용행태 조사」 결과 발표. <https://www.kcc.go.kr/user.do?mode=view&page=A05030000&boardId=1113&boardSeq=58975>에서 2023년 12월 28일 인출
- 아시아경제 (2024. 12. 26). “조부모+손자 집중 발굴 나선다…11만8000가구 조손가족 실태조사 추진.” <https://news.nate.com/view/20241226n09245>에서 2025년 8월 4일 인출
- 양경해, 강현아 (2016). 한부모가정 여부가 아동의 자기보호와 미디어노출을 통해 학교적응에 미치는 영향. *한국아동복지학*, 56, 221-251.
- 여성가족부. (2023. 6. 22). 2022년 청소년 매체이용 유해환경 실태조사 결과 발표. [https://www.mogef.go.kr/nw/rpd/nw\\_rpd\\_s001d.do?mid=news405&bbtSn=709362](https://www.mogef.go.kr/nw/rpd/nw_rpd_s001d.do?mid=news405&bbtSn=709362)에서 2023년 6월 22일 인출
- 유혜경 (2024). 조손가정 지원의 문제점과 개선방안 -아동·청소년 지원을 중심으로-. *사회법연구*, 52, 47-84. <https://doi.org/10.22949/kassl.2024..52.002>
- 이래혁, 김수정, 이명환, 조은서 (2025). 한부모와 초등학생 자녀의 여가활동이 인터넷·스마트폰 과의존에 미치는 영향 -한모가족과 한부가족 여부에 따른 양육 스트레스의 조절된 매개효과를 중심으로-. *한국가족복지학*, 30(1), 19-38. <https://doi.org/10.13049/kfwa.2025.30.1.2>
- 이수현 (2022). 초등학교 고학년의 미디어 이용 및 성인물 경험의 변화: 코로나19 전후 코호트 비교. *인간발달연구*, 29(2), 189-202. <https://doi.org/10.15284/kjhd.2022.29.2.189>
- 통계청. (2023). 가구유형별 조손가구 현황 [국가통계포털(KOSIS)]. 통계청. [https://kosis.kr/statHtml/statHtml.do?orgId=452&tblId=DT\\_452001\\_C014](https://kosis.kr/statHtml/statHtml.do?orgId=452&tblId=DT_452001_C014)에서 2025년 8월 25일 인출
- 한국언론진흥재단. (2023). ‘2023 어린이 미디어 이용 조사’ 보고서. [https://www.kpf.or.kr/front/research/selfDetail.do?seq=596056&link\\_g\\_homepage=F](https://www.kpf.or.kr/front/research/selfDetail.do?seq=596056&link_g_homepage=F)에서 2023년 12월 31일 인출
- Barr, N., Pennycook, G., Stolz, J. A., & Fugelsang, J. A. (2015). The brain in your pocket: Evidence that smartphones are used to supplement thinking. *Computers in Human Behavior*, 48, 473-480. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.029>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York, NY: Basic Books.
- Domoff, S. E., Radesky, J. S., Harrison, K., Riley, H., Lumeng, J. C., & Miller, A. L. (2019). A naturalistic study of child and family screen media and mobile device use. *Journal of Child and Family Studies*, 28(2), 401-410. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1275-1>
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Haycraft, E., Barr-Anderson, D. J., Pate, R. R., & Trost, S. G. (2020). Screen-time during the after-school period: A contextual perspective. *Preventive Medicine Reports*, 18, 101116. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2020.101116>
- Hayslip, B., & Kaminski, P. L. (2005). Grandparents raising their grandchildren: A review of the literature and suggestions for practice. *The Gerontologist*, 45(2), 262-269. <https://doi.org/10.1093/geront/45.2.262>
- Kirschner, P. A., & De Bruyckere, P. (2017). The myths of the digital native and the multitasker. *Teaching and Teacher Education*, 67, 135-142. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2017.06.001>
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Newbury Park, CA: Sage Publications.
- Livingstone, S., & Sefton-Green, J. (2016). *The class: Living and learning in the digital age*. New York, NY: New York University Press.
- Pols, J. (2012). Care at a distance: *On the closeness of technology*. Amsterdam, Netherlands: Amsterdam University Press.
- Radesky, J. S., Kaciroti, N., Weeks, H. M., Schaller, A., & Miller, A. L. (2023). Longitudinal associations between use of mobile devices for calming and emotional reactivity and executive functioning in children aged 3 to 5 years. *JAMA Pediatrics*, 177(1), 62-70. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2022.4793>
- Radesky, J. S., Peacock-Chambers, E., Zuckerman, B., & Silverstein, M. (2016). Use of mobile technology to calm upset children: Associations with social-emotional development. *JAMA Pediatrics*, 170(4), 397-399. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2015.4260>
- Risko, E. F., & Gilbert, S. J. (2016). Cognitive offloading. *Trends in Cognitive Sciences*, 20(9), 676-688. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2016.07.002>
- Schimmenti, A., Passanisi, A., Caretti, V., La Marca, L., Granieri, A., Iacolino, C., Gervasi, A. M., Maganuco, N. R., & Billieux, J. (2017). Traumatic experiences, alexithymia, and Internet addiction symptoms among late adolescents: A moderated mediation analysis. *Addictive Behaviors*, 64, 314-320. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2015.11.002>
- Strauss, A., & Corbin, J. (1998). *Basics of qualitative re-*

- search: Techniques and procedures for developing grounded theory* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Subrahmanyam, K., & Šmahel, D. (2011). *Digital youth: The role of media in development*. New York, NY: Springer.
- Sweller, J. (1988). Cognitive load during problem solving: Effects on learning. *Cognitive Science*, 12(2), 257-285. [https://doi.org/10.1207/s15516709cog1202\\_4](https://doi.org/10.1207/s15516709cog1202_4)
- Turkle, S. (2011). *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. New York, NY: Basic Books.
- Vossen, H. G. M., & Valkenburg, P. M. (2016). Do social media foster or curtail adolescents' empathy? A longitudinal study. *Computers in Human Behavior*, 63, 118-124. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.040>
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Winnicott, D. W. (1953). Transitional objects and transitional phenomena: A study of the first not-me possession. *International Journal of Psychoanalysis*, 34, 89-97.