

Effects of Media Overdependence on Language, Self-Help, and Motor Development in Toddlers

Hwa Ryun Choi¹, Si Hyun Kim^{2*}

¹ Dept. of Speech-Language Pathology, Graduate School of Health & Welfare, Konyang University, Master

² Dept. of Speech-Language Pathology, Graduate School of Health & Welfare, Konyang University, Professor

Purpose: The purpose of this study was to examine the current status of media use and media overdependence tendencies among toddlers aged 2 to 3 years, and to investigate how media overdependence affects their language, self-help, and motor development.

Methods: The participants were toddlers aged 2 to 3 years who use media. A total of 85 mothers participated by responding to questionnaires assessing the toddlers' media use status, media overdependence tendencies, and a child development assessment.

Results: First, most toddlers began using media before 24 months of age. The highest proportion watched media three to four times a week or more, and the most common average viewing duration per session was between 30 minutes and under one hour. Media consumption most frequently occurred at home and in public places, with cartoons and animations being the primary content. Second, the average score for media overdependence tendency was 2.22 on a 4-point scale. Third, correlation analysis revealed that media overdependence had a significant negative correlation with expressive language, receptive language, self-help, gross motor, and fine motor development ($p < .01$). Fourth, simple regression analysis indicated that media overdependence tendency had a significant negative impact on all developmental domains of language, self-help, and motor skills ($p < .01$).

Conclusions: The findings clearly demonstrate that media overdependence during early childhood serves as a powerful risk factor negatively impacting overall language, self-help, and motor development. Consequently, systematic management of early childhood media use is highly necessary, comprehensively considering the timing of initial exposure, usage duration, content quality, and parental intervention.

Keywords: Media overdependence, language development, self-help development, motor development

Correspondence: Si Hyun Kim, PhD

E-mail: shkim1881@konyang.ac.kr

Received: February 27, 2026

Revision revised: March 31, 2026

Accepted: April 30, 2026

This article was based on the first author's master's thesis from Konyang University (2026).

ORCID

Hwa Ryun Choi

<https://orcid.org/0009-0005-7568-1554>

Si Hyun Kim

<https://orcid.org/0000-0002-2476-4529>

1. 서론

현대사회에서 미디어(media)는 우리 생활의 일부가 되었다(Oh, 2016). 미디어란 텔레비전과 같은 일방향적인 전통적 영상 매체부터, 스마트폰, 태블릿PC 등 이동성과 즉각적인 상호작용성을 갖춘 스마트 기기를 모두 아우르는 포괄적인 개념이다. 특히 IT 강국이라고 칭해지는 한국에서는 가정이나 공공장소를 불문하고 아이가 스마트폰이나 태블릿PC를 통해 미디어를 시청하는 장면을 쉽게 찾아볼 수 있다. 또한, 이러한 미디어 시청은 교육적 목적이 아니더라도 식사나 휴식을 위한 시간 확보 혹은 공공장소에서의 자녀 통제를 위해 스마트폰이나 태블릿으로 동영상 시청하게 하는 경우가 흔히 관찰된다(Mo, 2017). 이처럼 미디어의 종류와 특성이

다양해진 환경 속에서, 본 연구가 주목하는 핵심은 미디어 과의존이다. 본 연구에서 영유아기의 미디어 과의존이란 National Information Society Agency(NIA)의 스마트폰 과의존 개념을 확장하여 미디어 사용에 대한 현저성이 증가하고, 이용 조절력이 감소하여 부정적 문제를 경험하는 경향성을 의미한다(NIA, 2025).

한편 영유아 시기는 언어·자조·운동 등의 발달이 빠르게 이루어지는 발달의 결정적 시기이다. 이 시기는 수용언어 측면에서 어휘 폭발기를 지나 언어발달이 더 폭넓게 확장되는 시기로, 24개월 전후에는 약 250~300개의 어휘를 이해할 수 있을 정도로 어휘 수가 급격히 증가한다. 더 나아가 36개월에 이르르면 문법적 요소를 점차 습득하여 기본적인 문장 구조를 이해할 수 있게 된다. 또한, 표현언어 발달의 측면에서도 16개월 이후부터 단어를 결합한 두 단어 문장을 산출하기 시작하며, 2세 이후에는 단어 습득 속도가 빨라지고 점차 성인의 발화와 가까운 형태로 발달해 나가는 시기이다(Do, 2014). 더불어, 2세 이후부터는 신체발달이 활발해져 균형 잡기와 달리기 같은 대근육 운동 기능이 발달하며, 장애물을 피해 달

Copyright 2026 © Korean Speech-Language & Hearing Association.
This is an Open-Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

리거나 한 발로 서는 등 복합적인 움직임도 가능해진다. 소근육 발달 역시 두드러져 블록을 쌓거나 연필을 잡고 직선 그리기, 종이를 접는 등 보다 정교한 활동을 할 수 있게 된다. 이러한 발달을 바탕으로 2~3세 유아는 간단한 옷을 입고 벗거나 스스로 신발을 신는 등의 자조 기술을 익히며, 개인차는 있지만 대소변을 가릴 수 있는 능력도 점차 형성되는 시기이다(Kim, 2010).

특히 이 시기에 제공되는 다양한 환경적 자극들은 발달 전반에 지속적인 영향을 미치게 된다. 이러한 발달의 결정적 시기인 영유아 시기에 미디어를 노출하는 것에 대해서 학계와 사회에서는 상반된 주장이 공존한다. 미디어 노출에 대한 상반된 주장이 있음에도 영유아 시기 아동들은 이미 상당한 양의 미디어에 노출되는 것이 현실이다(Pae & Cheong, 2015). Korea Press Foundation(2023)의 '2023 어린이 미디어 이용조사'에 의하면, 생후 24개월 이전에 텔레비전을 접한 영유아의 비율은 57.7%, 스마트폰은 29.9%에 이르렀으며, 게임 이용 경험 또한 3.4%로 2세 이전에 텔레비전이나 스마트폰과 같은 스마트 미디어를 처음 접한 비율이 매우 높은 것으로 나타났다. 이렇듯 영유아 시기 미디어 사용이 확대됨에 따라 미디어가 유아의 발달에 미치는 영향에 대한 연구들이 활발히 이루어지고 있다.

Zimmerman과 Christakis(2005)의 연구에서는 만 3세 이전에 텔레비전을 장시간 시청한 유아는 만 6~7세 시점에서 수용언어 능력과 숫자 기억력 수행 수준에서 낮은 성과를 보인다고 하였으며, Zimmerman 등(2007)은 만 2세 이하 영아가 하루 평균 1시간 이상 영상 미디어에 노출이 되는 경우 어휘력 점수가 낮게 나타난다고 보고하였다. 그러나 이들 초기 연구의 주된 대상이었던 텔레비전과 달리, 최근 영유아가 주로 접하는 스마트 기기는 시공간의 제약 없이 접근할 수 있으며 손가락 터치 등을 통해 즉각적인 피드백을 제공하는 고도로 개인화된 특성을 지닌다(Pae & Cheong, 2015). 이러한 매체적 특성의 차이는 과거 텔레비전 중심의 미디어 환경보다 유아를 더욱 쉽고 깊게 몰입하게 만들며, 습관적인 사용을 넘어 과의존으로 이어질 위험성을 증가시킨다. 이후 진행된 Cho 등(2017)은 미디어 노출 시기와 시청 시간, 활용 방식에 따라 영유아의 언어발달 수준에 유의미한 차이가 나타난다고 보고하였으며, 언어발달 지연 진단을 받은 유아들은 전형적 발달 유아에 비해 24개월 이전부터 미디어에 노출된 비율이 높고, 하루 평균 2시간 이상의 미디어 시청을 하는 경우가 많았다고 밝히고 있다. 또한, Pae와 Cheong(2015)의 연구에서도 생후 6~36개월 영아가 하루 평균 2시간가량 텔레비전을 시청할 경우 언어발달 전반에 부정적인 영향을 미칠 수 있음을 보고하였다.

Sung 등(2015)의 연구에서는 자조 발달과 관련하여 스마트기기 사용을 늦게 시작한 유아일수록 자조 발달 수준이 높게 나타났다고 보고하였다. 운동발달과 관련해서는 National Association for the Education of Young Children(2012)에서 영유아가 장시간 미디어를 이용할 경우 신체활동 시간이 감소하고, 이로 인해 운동 부족과 비만, 대근육 및 소근육 발달 지연과 같은 신체발달에 부정적 영향을 미칠 수 있다고 하였다. Oh 등(2023)의 연구에서도 어머니들은 스마트기기의 과다 사용이 자녀의 신체발달에 부정적인 영향을 미친다고 인식하고 있는 것으로 나타났다. 반면 긍정적 견해도 보고되고 있는데, 미디어 이용이 아동의 학습능력 향상

(Pae & Cheong, 2015), 창의력 향상, 읽기 쓰기 능력 발달에 도움을 준다고 하였다(Choi, 2014). 위 견해들을 정리하면 미디어는 사용하는 방식에 따라 긍정적 또는 부정적 영향 모두를 가져올 수 있는 양면적인 특징이 있다.

그러나 지금까지의 연구들은 대개 미디어 이용이 유아의 언어 발달이나 사회성 발달에 미치는 영향에 초점이 맞추어져 있으며, 유아의 전반적인 발달과 관련성을 탐색한 연구는 부족한 실정이다. 따라서 본 연구는 현시점의 다매체 환경을 반영하여, 미디어를 이용하는 2~3세 일반 유아를 대상으로 미디어 이용 현황과 과의존 경향을 분석하고, 이를 언어, 자조, 운동발달과의 관계 속에서 분석하고자 한다. 이를 통해 유아 발달의 기초가 되는 중요한 영역에 미디어 과의존이 어떠한 영향을 미치는지 알아보고, 올바른 미디어 활용 방향을 위한 교육 및 정책 수립에 기초 자료를 제공하는 데 목적이 있다. 연구 문제는 다음과 같다.

첫째, 2~3세 유아의 미디어 이용 현황은 어떠한가?

둘째, 2~3세 유아의 미디어 과의존 경향은 어떠한가?

셋째, 미디어 과의존 경향과 언어, 자조, 운동발달 간의 관계는 어떠한가?

넷째, 미디어 과의존 경향이 언어, 자조, 운동발달에 미치는 영향은 어떠한가?

II. 연구 방법

1. 연구 대상

본 연구의 대상은 미디어를 이용하는 2~3세(24~47개월) 일반 유아로, 부모 보고에 의해 시각 및 청각장애, 구강구조 장애, 신경학적 장애, 발달장애 등 기타 장애를 진단받거나 의심되지 않는 유아를 대상으로 하였다. 유아의 미디어 이용 현황, 미디어 과의존 경향, 아동발달검사를 위해 유아의 어머니 85명이 연구에 참여하였다. 연구 대상의 성별 및 연령 정보는 Table 1에 제시하였다.

Table 1. Participants' information

Category		n	%
Gender	Male	51	60.0
	Female	34	40.0
Age	2 years old	42	49.4
	3 years old	43	50.6
Total		85	100.0

2. 연구 도구

1) 미디어 관련 설문지

2~3세 유아의 미디어 이용 현황과 과의존 경향에 대해서 알아보고자 Park(2019)과 Bae(2019)의 조사지를 수정·보완하여 사용하였다. 설문지는 유아의 미디어 이용 현황 9문항, 미디어 과의존

경향 23문항으로 총 32문항으로 구성되었다.

유아의 미디어 이용 현황은 미디어 시청 여부, 빈도, 시간, 시작 시기, 장소, 상황, 미디어 종류, 관리 정도, 시청 동반자 등을 묻는 문항으로 해당하는 보기에 단일 또는 중복 체크하도록 되어 있고, 미디어 과의존 경향은 4점 척도(1점=전혀 그렇지 않다~4점=매우 그렇다)로 동의하는 바를 응답하도록 하였다. 본 연구에서 미디어 과의존은 임상적 진단 기준에 의한 집단 분류를 의미한다기보다, 전체 문항의 평균 점수를 산출하여 점수가 높을수록 과의존 경향성이 높음을 의미하는 연속적인 스펙트럼의 개념으로 분석에 적용하였다.

문항의 내용타당도 검증을 위하여 아동학 및 언어치료학 전공 교수 3인에게 내용타당도 조사를 실시하였으며, 전체 내용타당도의 평균 점수는 5점 만점에 4.89점이었다. 개별 문항의 각 평균이 모두 4.0점 이상으로 나타나 문항의 전반적인 적합도 수준은 타당하였다. 또한, 안면타당도를 위하여 2~3세 유아의 어머니 8명을 대상으로 예비 조사를 실시한 결과, 문항의 이해성, 명확성, 관련성, 포괄성 측면에서 타당한 것으로 보고되었다.

2) 아동발달검사

본 연구에서는 유아의 언어, 자조, 운동발달을 측정하기 위해 부모 보고형 표준화 검사인 아동발달검사(Korean-Child Development Inventory: K-CDI, Kim, 2010)를 사용하였다.

K-CDI는 부모 보고를 통하여 아동의 전반적 발달 정보를 제공하는 아동발달검사로 15개월에서 6세 5개월까지 아동의 발달을 평가하는 검사이다. K-CDI는 사회성, 자조행동, 대근육 운동, 소근육 운동, 표현언어, 언어이해, 글자와 숫자 영역에 관한 문항 및 아동의 증상과 문제에 관한 문항을 포함해 총 300문항으로 이루어져 있다.

본 연구에서는 언어발달(표현언어 50문항, 언어이해 50문항), 자조발달(자조행동 38문항), 운동발달(대근육 운동 29문항, 소근육 운동 30문항) 영역의 총 197문항을 평가하였다.

3. 연구 절차

본 연구는 2025년 3월 24일부터 31일까지 구글(Google) 설문지를 배포하여 2~3세 유아의 어머니를 대상으로 연구 참가자를 모집하였다. 설문지 내 연구 설명문을 제공하여 연구 목적과 참여 대상 및 방법, 조사 기간, 개인정보 및 비밀보장, 참여 혜택에 대해서 안내하고 동의를 한 참가자로부터 자료를 수집하였다. 그 결과, 총 130명의 응답 자료가 회수되었다. 본 연구의 목적에 따라 '귀하의 자녀가 미디어를 시청합니까?'라는 질문에 '예'라고 응답한 경우만을 분석 대상으로 선정하였으며, '아니오'라고 응답한 24명의 자료는 제외하였다. 또한 불성실한 응답이 확인된 21명의 자료를 추가로 제외하여, 최종적으로 85명의 자료를 분석에 활용하였다.

4. 자료 분석

자료 분석을 위해 통계프로그램 IBM SPSS statistics 26.0을 활용하였으며 연구 목적에 따른 분석 방법은 다음과 같다.

첫째, 유아의 미디어 이용 현황을 살펴보기 위해 빈도분석 및 다중응답 빈도분석을 실시하였다. 둘째, 유아의 미디어 과의존 경향을 살펴보기 위해 기술통계분석을 실시하였다. 셋째, 미디어 과의존 경향과 언어 및 자조, 운동발달 간의 관계를 알아보기 위해 Pearson 상관관계 분석을 실시하였다. 넷째, 미디어 과의존 경향이 언어 및 자조, 운동발달에 미치는 영향을 살펴보기 위해 단순회귀분석을 실시하였다.

III. 연구 결과

1. 유아의 미디어 이용 현황

유아의 미디어 이용 현황에 대하여 빈도분석 및 다중응답 빈도 분석을 실시한 결과는 Table 2에 제시하였다.

첫째, 유아의 미디어 시청 빈도는 '주 3~4회'가 35(41.2%)로 가장 높은 비율을 차지하였다. 그다음으로는 '주 1~2회' 27(31.8%), '매일' 13(15.3%), '주 5~6회' 9(10.6%) 순으로 나타났으며, '주 1회 미만'은 1(1.2%)로 가장 낮은 비율을 차지하였다.

둘째, 미디어 회당 시청 시간은 '30분~1시간 미만'이 32(37.6%)로 가장 높은 비율을 차지하였으며, 그다음으로 '1시간~1시간 30분 미만' 24(28.2%), '30분 미만' 19(22.4%), '1시간 30분~2시간 미만' 8(9.4%), 2시간 이상 2(2.4%) 순이었다.

셋째, 미디어 시청 시작 시기는 '1~2세'가 67(78.8%), '1세 이전' 12(14.1%), '2세 이후' 6(7.1%) 순이었다.

넷째, 미디어 시청 장소는 다중응답 결과, '가정'과 '공공장소(음식점, 쇼핑몰, 병원 등)'가 각 62(37.8%)로 가장 비율이 높았으며, '차량 안(개인용 승용차, 대중교통)' 32(19.5%), '타인의 집(부모의 친구 및 친척)' 8(4.9%) 순이었다.

다섯째, 미디어 시청 상황은 다중응답 결과, '자녀가 지루해하거나 짜증을 낼 때'의 비중이 39(22.9%), '부모가 무언가 할 때' 38(22.4%), '자녀가 원할 때' 32(18.8%), '어떤 일에 대한 보상' 22(12.9%), '특정 일과(식사, 취침 전 등)' 21(12.4%), '학습적인 경험 목적' 18(10.6%) 순이었다.

여섯째, 미디어 시청 종류는 다중응답 결과, '만화 또는 애니메이션(보로로, 폴리 등)'의 비중이 53(31.7%)으로 가장 높았으며, '동요와 동화' 40(24%), '교육용 콘텐츠(한글 배우기, 숫자 송 등)' 31(18.6%), '유튜버가 제작한 동영상(캐리와 친구들 등)' 29(17.4%), '영어 교육용 콘텐츠(영어 동요, 영어 학습, 영어 동화)' 14(8.4%) 순으로 나타났다.

일곱째, 미디어 시청에 대한 관리 정도는 '자주 관리한다'가 43(50.6%), '가끔 관리한다' 22(25.9%), '항상 관리한다' 18(21.2%), '관리하지 않는다(아이가 원하는 대로 해 준다)' 2(2.4%) 순이었다.

여덟째, 미디어를 함께 시청하는 동반자는 '부모'가 47(55.3%)로 가장 높은 비율을 차지하였고, 그다음으로 '아동 혼자' 20(23.5%), '형제자매' 및 '포레'가 각 9(10.6%) 순으로 나타났다.

Table 2. Media usage patterns

Category	n (%)	
Viewing frequency	< 1 times/week	1 (1.2)
	1~2 times/week	27 (31.8)
	3~4 times/week	35 (41.2)
	5~6 times/week	9 (10.6)
	Daily	13 (15.3)
Viewing duration per session	< 30 minutes	19 (22.4)
	30~59 minutes	32 (37.6)
	60~89 minutes	24 (28.2)
	90~119 minutes	8 (9.4)
	120 minutes ≤	2 (2.4)
Age of first exposure	< 1 year old	12 (14.1)
	1~2 years old	67 (78.8)
	2 years old <	6 (7.1)
Viewing location ^a	Home	62 (37.8)
	Public spaces	62 (37.8)
	Vehicle	32 (19.5)
	Other homes	8 (4.9)
Viewing context ^a	Parental task-engagement	38 (22.4)
	Boredom mitigation	39 (22.9)
	Child-initiated use	32 (18.8)
	Reinforcement/reward	22 (12.9)
	Educational enrichment	18 (10.6)
	Fixed daily schedules	21 (12.4)
Types of media ^a	Youtube videos	29 (17.4)
	Cartoons/animations	53 (31.7)
	Songs/fairy tales	40 (24.0)
	Educational content	31 (18.6)
	English learning content	14 (8.4)
Level of parental mediation	Never	2 (2.4)
	Sometimes	22 (25.9)
	Often	43 (50.6)
Co-viewing partner	Always	18 (21.2)
	Alone	20 (23.5)
	Siblings	9 (10.6)
	Peers	9 (10.6)
	Parents	47 (55.3)
	Total	85 (100.0)

Note. ^a Multiple responses allowed.

2. 유아의 미디어 과의존 경향

유아의 미디어 과의존 경향을 알아보기 위하여 기술통계분석을 실시하였다. 전체 경향의 점수는 Table 3과 같으며, 문항별 결과는 Appendix 1에 제시하였다.

전반적으로 유아의 미디어 과의존 경향은 4점 만점에 평균 2.22점 수준으로 나타났다. 가장 높은 점수의 항목은 '미디어에 빠져서 다른 활동을 하지 않으려 한다'가 2.41점(±1.00)으로 가장 높게 나타났다. 그 외 높은 항목들을 중심으로 살펴보면, '미디어 기기를 달라고 조르는 횟수가 점점 늘어난다'가 2.40점(±1.05)으로 높게 나타났다. 다음으로 '심하게 울고 있다가도 미디어만 보면 그친다'가 2.36점(±1.07), '미디어 시청 시간이 점점 늘어난다' 2.35점(±1.06), '항상 미디어 시청을 할 궁리를 한다' 2.32점(±1.05) 순으로 높게 나타났다. 뒤이어 '미디어 기기를 빼앗지 않으면 스스로 그만두지 않는다'가 2.28점(±1.09)과 '다른 어떤 놀이보다 미디어 시청을 좋아한다' 2.28점(±0.92)으로 동일한 평균값을 보였다. 반면 가장 낮은 값을 보인 문항은 '미디어 시청을 중단하려고 하면 과격한 행동을 보인다'가 1.94점(±0.95)으로 가장 낮게 나타났다.

Table 3. Tendency toward media overdependence

Category	M	SD
Media overdependence	2.22	0.62

3. 미디어 과의존 경향과 언어, 자조, 운동발달 간 상관관계

미디어 과의존 경향과 언어, 자조, 운동발달 영역 간 상관관계를 분석한 결과는 Table 4와 같다. 미디어 과의존과 표현언어 간($r=-.365$, $p<.01$), 미디어 과의존과 언어이해 간($r=-.334$, $p<.01$)에 유의한 부적 상관관계가 나타났다. 또한, 미디어 과의존과 자조발달 간($r=-.336$, $p<.01$), 대근육 운동 간($r=-.302$, $p<.01$), 소근육 운동 간($r=-.358$, $p<.01$)에도 유의한 부적 상관관계가 나타났다.

Table 4. Correlation between media overdependence and developmental domains

	MO	SH	GM	FM	EL	RL
MO						
SH	-.336**					
GM	-.302**	.867***				
FM	-.358**	.863***	.870***			
EL	-.365**	.837***	.894***	.895***		
RL	-.334**	.798***	.872***	.828***	.931***	

Note. MO=media overdependence; SH=self-help; GM=gross motor; FM=fine motor; EL=expressive language; RL=receptive language.
** $p<.01$, *** $p<.001$

4. 미디어 과의존 경향이 언어, 자조, 운동발달에 미치는 영향

유아의 미디어 과의존 경향이 언어, 자조, 운동발달에 미치는 영향을 알아보기 위하여 미디어 과의존 경향을 독립변수로, 표현언어, 언어이해, 자조, 대근육 운동, 소근육 운동 각 발달 영역을 종속변수로 설정하여 단순회귀분석을 실시하였다. 그 결과는 Table 5와 같다.

분석에 앞서 잔차의 독립성(Durbin-Watson 지수 1.396~1.640)과 정규확률도표(P-P plot) 및 산점도를 통해 정규성, 선형성, 등분산성 가정이 모두 충족됨을 확인하였다.

단순회귀분석 결과, 언어(표현언어, 언어이해), 자조, 운동(대근육 운동, 소근육 운동) 발달 영역 모두에 통계적으로 유의미한 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다($p < .01$).

영역별로 살펴보면 언어발달 영역에서 미디어 과의존 경향은 표현언어($\beta = -.365, p < .01$)와 언어이해($\beta = -.334, p < .01$)에 유의미한 부적 영향을 미쳤으며, 각각 13.3%($F = 12.273, p < .01$), 11.1%($F = 10.020, p < .01$)의 설명력을 보였다. 또한, 자조발달 영역에서 미디어 과의존 경향($\beta = -.336, p < .01$)은 유의미한 부적 영향을 나타냈으며, 모형의 설명력은 11.3%($F = 10.176, p < .01$)로 확인되었다. 운동 발달 영역에서도 미디어 과의존 경향은 대근육 운동($\beta = -.302, p < .01$)과 소근육 운동($\beta = -.358, p < .01$) 모두에 유의미한 부적 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 설명력은 각각 9.1%($F = 8.001, p < .01$)와 12.8%($F = 11.741, p < .01$)로 나타났다.

Table 5. Effects of media overdependence on language, self-help, and motor development

DV	IV	B	SE	β	t	R ²	F
SH	MO	-4.454	1.396	-.336	-3.190**	.113	10.176**
GM	MO	-3.392	1.199	-.302	-2.829**	.091	8.001**
FM	MO	-4.150	1.212	-.358	-3.426**	.128	11.741**
EL	MO	-7.184	2.051	-.365	-3.503**	.133	12.273**
RL	MO	-6.160	1.947	-.334	-3.165**	.111	10.020**

Note. DV=dependent variable; IV=independent variable; MO=media overdependence; SH=self-help; GM=gross motor; FM=fine motor; EL=expressive language; RL=receptive language.
** $p < .01$

IV. 논의 및 결론

본 연구는 미디어를 이용하는 유아의 이용 현황을 살펴보고, 미디어 과의존 경향과 유아의 언어 및 자조, 운동발달의 관계를 탐색해 보고자 하였다. 이를 위해 2~3세 유아를 둔 어머니 85명을 대상으로 미디어 설문지 및 아동발달 검사를 활용하여 연구를 실시하였다. 연구 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 2~3세 유아의 미디어 이용 현황을 분석한 결과, 미디어 시청 빈도의 경우 주 3~4회(41.2%) 미디어 시청이 가장 많은 비율을 차지하였으며, 회당 평균 시청 시간은 30분 이상 1시간 미만

이 37.6%로 가장 높은 비율을 차지하였다. 이러한 결과는 최근 영유아의 미디어 노출 시기가 점차 빨라지고, 빈도가 잦아지고 있다는 2023 어린이 미디어 이용 조사의 결과와 상통하는 부분이 있다(Korea Press Foundation, 2023). 또한, 본 연구의 미디어 시청 시작 시기 결과를 살펴보면 24개월 미만 영아들이 93%의 높은 비율을 차지하고 있다. 이는 세계보건기구(World Health Organization: WHO, 2007)의 '만 2세 미만 아동은 전자 화면 노출을 피해야 한다(zero screen time)'는 권고 지침과 상반되는 결과로, 한국의 양육 환경에서는 이 지침이 현실적으로 적용되지 않고 있음을 시사한다.

미디어 시청 장소로는 가정과 음식점, 병원 등 공공장소에서 시청 비율이 가장 높게 나타났다. 이는 유아의 미디어 이용이 단순 놀이의 수단을 넘어 부모의 양육 편의성을 위한 도구로 활용되고 있다는 Mo(2017)의 주장과 맥을 같이 한다. 부모는 공공장소에 타인에게 피해를 주지 않기 위해, 혹은 자신의 업무를 원활히 하기 위해 미디어를 활용하는데, 이는 미디어 이용의 주도권이 아동의 교육적 요구가 아닌 부모의 상황적 필요에 의해 결정되고 있음을 보여준다.

또한, 미디어 시청 상황은 '아동이 지루해하거나 짜증을 낼 때'(22.9%) 미디어를 이용하는 비율이 높게 나타났다. 2023 어린이 미디어 이용 조사(Korea Press Foundation, 2023)에서 영유아의 일상에서 미디어의 주요 기능은, '스트레스 해소와 기분전환'이라고 하듯, 이는 미디어가 유아의 정서 조절을 위해 사용됨을 알려준다. 그러나 이러한 양상은 스스로 감정을 조절하는 법을 배워야 하는 결정적 시기에 미디어의 강력한 시각적 자극으로 기분을 전환하는 방식이 반복되면, 아동이 내부적인 정서 조절력보다 외부 자극에 의존하는 성향이 강해질 위험이 있다. 미디어 시청 종류 역시 '만화 또는 애니메이션'이 가장 높은 비중(31.7%)을 차지하였는데, 유아가 또래 및 성인과의 놀이 및 상호작용을 통해 발달적 경험을 쌓을 수 있는 기회를 감소시킨다는 점에서도 부정적인 영향을 가져올 수 있다.

보호자의 자녀 미디어 이용 관리에 대해서는 '자주 관리한다' 응답이 50.1%로 보호자가 자녀의 미디어 시청에 대해 어느 정도 개입하고 있음을 알 수 있으며 2023 어린이 미디어 이용 조사(Korea Press Foundation, 2023)에서 '보호자 열 명 중 아홉 명 또는 여덟 명이 자녀의 텔레비전, 스마트폰, 게임 이용량, 이용 콘텐츠, 이용 시간대, 이용 장소를 제한하고 있다'는 결과와 일치한다. 이는 부모들이 미디어를 많이 이용하지만 방임의 도구가 아닌, 통제와 관리가 필요한 대상으로 명확히 인식하고 있음을 보여준다. 미디어 시청 동반자에서도 부모와 함께 시청하는 경우가 55.3%인 과반수 이상의 비율로 나타났는데, 이는 Zimmerman 등(2007)의 연구에서 보고된 바와 같이, 미디어를 부모와 함께 시청하는 것이 아동의 언어발달과 사회적 상호작용에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다는 점을 지지한다. 이를 활용한다면, 단순히 옆에 앉아 있는 것을 넘어, 미디어 이용 중 부모가 던지는 질문이나 대화를 통해 미디어의 일방향적 자극을 상호작용적 학습으로 전환시킬 수 있는 전략 및 교육이 필요할 것으로 사료된다.

둘째, 전반적으로 유아의 미디어 과의존 경향은 4점 만점에 평

균 2.22점 수준으로 나타났다. 항목 중에서는 '미디어에 빠져서 다른 활동을 하지 않으려 한다'가 4점 만점에 2.41점으로 가장 높게 나타났다. 또한, 평균보다 높은 항목들을 살펴보았을 때 '미디어 기기를 달라고 조르는 횟수가 점점 늘어난다', '심하게 울고 있다해도 미디어만 보면 그친다', '미디어 시청 시간이 점점 늘어난다', '항상 미디어 시청을 할 궁리를 한다' 등의 항목들이 있었다. 이러한 결과는 유아들이 미디어 사용을 스스로 중단하기 어려워하며, 타인에 의해 시청이 제한될 경우 짜증이나 분노와 같은 부정적 정서를 표현하는 것으로 볼 수 있다. 이는 유아가 발달적으로 자기조절 능력이 충분히 발달하지 못한 시기와 맞물려, 미디어 사용이 습관화될 경우 과의존으로 이어질 가능성이 높다. 이러한 징후는 미디어가 제공하는 자극의 역치가 점점 높아져, 일상의 놀이나 상호작용에서 오는 즐거움을 반감시켜, 결과적으로 언어 및 사회적 자극에 대한 반응성을 저해할 우려가 있음을 시사한다.

셋째, 미디어 과의존 경향과 언어, 자조, 운동발달 간의 상관관계를 분석한 결과 유아의 미디어 과의존과 표현언어($r=-.365, p<.01$), 언어이해($r=-.334, p<.01$), 자조($r=-.336, p<.01$), 대근육 운동($r=-.302, p<.01$), 소근육 운동($r=-.358, p<.01$)이 모두 유의한 부적 상관관계가 나타났다. 이에 따라 단순회귀분석을 실시한 결과, 미디어 과의존 경향은 유아의 모든 발달 영역에 유의한 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다($p<.01$). 이는 곧 미디어 과의존이 유아 발달 전반을 저해하는 위험 요인임을 확인시켜 준다.

각 발달 영역별로 구체적으로 살펴보면, 우선 언어발달 영역에서 미디어 과의존은 표현언어($\beta=-.365, p<.01$)와 언어이해($\beta=-.334, p<.01$) 발달 모두에 유의미한 악영향을 미쳤으며, 특히 표현언어 발달에서 가장 큰 부적 영향력이 확인되었다. 이는 미디어 노출 시간이 언어발달지연을 유발한다는 Zimmerman 등(2007)이나 Pae와 Cheong(2015)의 초기 연구 결과를 지지할 뿐만 아니라, 미디어에 대한 집착과 통제력 상실의 언어발달을 저해하는 강력한 예측 변인임을 보여준다. 나아가 최근의 선행 연구들은 이러한 현상을 단순히 사람 간 상호작용 시간의 감소를 넘어, 매체적 특성과 인지발달 기제를 바탕으로 한 비디오 결핍 효과(video deficit effect)로 심도 있게 설명하고 있다(Strouse & Samson, 2021). 텔레비전 중심의 과거 연구뿐만 아니라 터치스크린 등의 조작이 가능한 스마트 기기에서도 유아들은 2D를 통해 전달된 정보를 3D의 현실 세계로 전이하여 학습하는 데 인지적 유연성이 낮다는 것이다. 비디오 학습 관련 메타분석을 한 Strouse와 Samson(2021)의 연구에서는 부모가 곁에서 함께 상호작용을 해주지 않는 이상, 미디어 단독 시청은 영유아의 언어 및 인지 과업 수행에서 확고한 비디오 결핍 효과를 유발한다고 보고하였다.

또한, 영유아기 언어발달의 핵심 기제는 양육자와 시선을 교환하는 공동주의(joint attention)와 발화에 대해 즉각적으로 반응을 주고받는 상호적 피드백(contingent feedback)인데, 최근 Annisa 등(2025)의 연구에서도 과도한 미디어 노출이 유아의 언어발달지연과 유의한 관계가 있음을 실증적으로 보고하여, 미디어 시청으로 인해 부모와 직접적인 대화를 나누고 발화를

연습할 의사소통의 기회가 현저히 줄어드는 것을 주요 위험 요인으로 지적하였다. 본 연구에서 미디어 과의존이 언어이해보다 표현언어 발달에 더 큰 악영향을 미친 것 역시 이러한 맥락에서 해석할 수 있다. 미디어에 강하게 몰입한 유아는 외부 자극을 수동적으로 수용하는 데에만 익숙해질 뿐, 직접 구어로 타인과 주고받기(turn-taking)를 시도할 동기와 기회를 잃게 되며, 이는 곧 표현언어 발달 지연으로 이어질 수 있음을 시사한다.

자조기술 발달에 대해서도 미디어 과의존은 통계적으로 유의미한 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta=-.336, p<.01$). 이는 스마트 기기 사용 시기가 늦을수록 아동의 자조 행동이 더 높게 나타났다는 Sung 등(2015)의 결과를 뒷받침한다. 미디어에 몰입하는 시간은 유아가 자신의 신체를 스스로 조절하고 통제하며 환경에 적응하는 현실 세계의 연습 시간을 직접적으로 빼앗는다. 앞서 미디어 이용 현황에서 나타난 '공공장소나 식사 시간의 빈번한 미디어 이용'은 유아가 스스로 손가락질을 하거나 지루함을 참고 기다리는 법을 배우는 자조 행동의 결정적 학습 기회를 상실하게 함을 의미한다. 즉, 행동 통제를 위해 미디어를 부여하는 부모의 양육 방식이 일상화될수록, 유아가 반복적인 실패와 시도를 통해 획득해야 할 자조기술 발달에 저해 요인으로 작용함을 알 수 있다.

더불어 미디어 과의존 경향은 대근육($\beta=-.302, p<.01$) 및 소근육($\beta=-.358, p<.01$) 운동발달과도 유의미한 부적 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 어머니들이 스마트 기기 과다 사용을 자녀의 신체발달 저해 요인으로 강하게 인식한다는 Oh 등(2023)의 연구와 일치한다. 미디어 과의존은 필연적으로 유아를 오랜 시간 정적인 상태에 머물게 한다. 좁은 화면에 고정된 시선과 경직된 자세는 달리기나 점프 같은 대근육 활동을 현저히 감소시킬 뿐만 아니라, 화면을 넘기거나 터치하는 단순하고 제한적인 손가락 조작만을 유발하여 블록 쌓기나 연필 잡기 등 정교한 소근육 발달의 기회를 제한한다. 이는 단순히 신체적 유능감의 하락뿐만 아니라, 활발한 신체 조작과 탐색을 통해 이루어지는 인지 및 뇌 발달에도 부정적인 파급 효과를 미칠 수 있음을 시사한다.

종합하면, 본 연구에서 도출된 결과는 유아기 미디어 과의존이 언어, 자조, 운동발달 전반에 부정적인 영향을 미치는 강력한 위험 요인임을 명확히 보여준다. 특히 미디어 과의존을 단순한 '사용 시간의 과다' 문제로만 단정 짓기보다는, 상호작용적 피드백의 부재와 일방향적 자극으로 인해 유아의 결정적인 발달적 경험(표현언어 산출 시도, 스스로 하기, 다양한 신체 조작 등)을 근본적으로 박탈하는 매체적 요인으로 깊이 있게 이해할 필요가 있다. 나아가 유아기의 건강한 발달을 위해서는 부모가 스마트 기기의 매체적 한계를 정확히 인지하고, 유아와 상호작용적이고 유의미한 미디어 활용 규칙을 세울 수 있도록 돕는 실효성 있는 부모 교육 프로그램의 개발이 시급하다. 본 연구가 유아의 올바른 미디어 이용 방향을 설정하고 발달 지연을 예방하기 위한 교육 및 정책 수립에 유용한 기초 자료로 활용되기를 기대한다.

Reference

- Annisa, L. H. 'In, Rukmana, B. F., Wahyudi, I., & Amrullah, M. (2025). The relationship between screen time and speech and language development in 3-6 years children. *THRIVE Health Science Journal*, 2(2), 97-105. doi:10.56566/thrive.v2i2.330
- Bae, B. K. (2019). *The influence of toddler's smart media addiction tendency and parenting efficacy on children's language development* (Master's thesis). Korea University, Seoul.
- Cho, M. S., Choi, S. R., Kim, K. M., Yi, Y., & Kim, S. K. (2017). Effect of media exposure to language development. *The Korean Child Neurology Society*, 25(1), 34-38. doi:10.26815/jkcn.2017.25.1.34
- Choi, R. S. (2014). *Five-year-olds' thoughts about smart phone usage: Smart phone characteristics, experience, appropriate usage at smart phone* (Master's thesis). Ewha Womans University, Seoul.
- Do, M. S. (2014). *The 2 year old and 3 year old's expressive language analysis* (Master's thesis). Kongju National University, Chungnam.
- Kim, J. M. (2010). *Korean-child development inventory*. Seoul: Inpsyt.
- Korea Press Foundation. (2023). *Children and media in Korea 2023*. Seoul: Author.
- Mo, A.-R. (2017). An exploration of parental concern about infant's smartphone usage experience. *Journal of Digital Contents Society*, 18(4), 691-698. doi:10.9728/dcs.2017.18.4.691
- National Association for the Education of Young Children. (2012). Technology and interactive media as tools in early childhood programs serving children from birth through age 8. Retrieved from <https://www.naeyc.org/resources/topics/technology-and-media/pr-eschoolers-and-kindergartners>
- National Information Society Agency. (2025). *2024 Survey on smartphone overdependence*. Daegu: Author.
- Oh, J. S. (2016). *Multimedia usage patterns of young children's in daily lives and parents' perspectives* (Master's thesis). Sungshin Women's University, Seoul.
- Oh, K. S., Park, J. W., & Yang, I. A. (2023). *Mother's perception of influence of young children's smart device usage on their physical development*. Proceedings of the KAIS Spring Conference.
- Pae, S., & Cheong, Y. G. (2015). Dose media exposure facilitate young children's language development? *Korean Journal of Broadcasting and Telecommunication Studies*, 29(6), 67-93. uci:G704-000045.2015.29.6.006
- Park, J. Y. (2019). *Toddlers' use of smartphones and their language development* (Master's thesis). Yonsei University, Seoul.
- Strouse, G. A., & Samson, J. E. (2021). Learning from video: A meta-analysis of the video deficit in children ages 0 to 6 years. *Child Development*, 92(1), e20-e38. doi:10.1111/cdev.13429
- Sung, J., Byun, H. W., & Nam, J. H. (2015). An exploratory study of the associations between the use of smart devices and preschoolers' developmental level and empathy. *Korean Journal of Early Childhood Education*, 35(2), 369-394. doi:10.18023/kjece.2015.35.2.016
- World Health Organization. (2007). *International classification of functioning, disability and health: Children & youth version: ICF-CY*. Geneva: Author.
- Zimmerman, F. J., & Christakis, D. A. (2005). Children's television viewing and cognitive outcomes: A longitudinal analysis of national data. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 159(7), 619-625. doi:10.1001/archpedi.159.7.619
- Zimmerman, F. J., Christakis, D. A., & Melzoff, A. N. (2007). Associations between media viewing and language development in children under age 2 years. *The Journal of Pediatrics*, 151(4), 364-368. doi:10.1016/j.jpeds.2007.04.071

Appendix 1. Tendency toward media overdependence

No.	Question	<i>M</i>	<i>SD</i>
1	미디어에 빠져서 다른 활동을 하지 않으려 한다.	2.41	1.00
2	다른 어떤 놀이보다 미디어 시청을 좋아한다.	2.28	0.92
3	항상 미디어 시청을 할 궁리를 한다.	2.32	1.05
4	어린이집/유치원에 다녀오자마자 미디어 기기부터 찾는다.	2.14	1.01
5	미디어 때문에 조용히 하는 놀이를 좀처럼 집중하지 못하고 산만하다.	2.21	1.02
6	짜증이 나면 미디어 기기부터 찾아서 켜려고 한다.	2.07	1.03
7	심하게 울고 있다가도 미디어만 보면 금방 그친다.	2.36	1.07
8	새 장난감을 사줘도 금세 흥미를 잃고 다시 미디어 시청을 한다.	2.23	1.07
9	하루라도 미디어 시청을 하지 못하게 하면 짜증을 낸다.	2.22	1.03
10	미디어 시청을 중단하려고 하면 반항적으로 화를 낸다.	2.06	1.10
11	미디어 시청을 중단하려고 하면 과격한 행동을 보인다.	1.94	0.95
12	미디어 시청 시간이 점점 늘어난다.	2.35	1.06
13	자녀에게 미디어 시청을 그만하라고 잔소리하는 횟수가 늘었다.	2.27	1.08
14	자녀의 미디어 시청 중단이 점점 더 어려워진다.	2.18	1.05
15	미디어 기기를 달라고 조르는 횟수가 점점 늘어난다.	2.40	1.05
16	미디어 기기를 빼앗지 않으면 스스로 그만두지 않는다.	2.28	1.09
17	미디어 시청으로 인해 눈이 불편하다고 한다.	1.95	1.07
18	미디어 시청 때문에 잠을 안 자려고 한다.	2.16	1.11
19	미디어 시청 이후 자녀의 행동이 이전보다 거칠어졌다.	2.25	1.12
20	미디어 시청 때문에 자녀와 자주 싸운다.	2.26	1.09
21	미디어 시청을 할 때에는 말을 걸어도 반응하지 않는다.	2.23	1.00
22	미디어 기기로 인해 자녀가 가족들과 함께 하는 시간이 줄었다.	2.27	1.13
23	다른 사람이 미디어 기기를 사용하는 모습을 보면 달라고 떼를 쓴다.	2.27	1.09

미디어 과의존이 유아의 언어, 자조, 운동발달에 미치는 영향

최화련¹, 김시현^{2*}

¹ 건양대학교 보건복지대학원 언어치료학과 석사

² 건양대학교 보건복지대학원 언어치료학과 교수

목적: 본 연구의 목적은 2~3세 유아의 미디어 이용 현황과 미디어 과의존 경향을 살펴보고, 미디어 과의존이 유아의 언어, 자조, 운동발달에 어떠한 영향을 미치는지 알아보는 데 있다.

방법: 본 연구의 대상은 미디어를 이용하는 2~3세 유아이다. 이들의 어머니 85명이 참여하여 유아의 미디어 이용 현황, 미디어 과의존 경향, 아동발달검사에 응답하였다.

결과: 첫째, 2~3세 유아의 미디어 이용은 대부분 24개월 이전에 시작되었으며, 주 3~4회 이상 시청하는 비율이 가장 높았고, 1회 평균 시청 시간은 30분~1시간 미만이 가장 많았다. 미디어 시청은 가정과 공공장소가 가장 많았으며, 주된 시청 콘텐츠는 만화·애니메이션으로 나타났다. 둘째, 유아의 미디어 과의존 경향은 4점 만점 기준 평균 2.22점 수준으로 나타났다. 셋째, 미디어 과의존 경향과 발달 영역 간의 상관관계를 분석한 결과, 미디어 과의존은 표현언어, 언어이해, 자조, 대근육 운동, 소근육 운동발달과 모두 유의미한 부적 상관관계($p<.01$)가 나타났다. 넷째, 단순회귀분석 결과 미디어 과의존 경향은 언어, 자조, 운동의 모든 발달 영역과 유의미한 부적 영향($p<.01$)이 나타났다.

결론: 본 연구에서 도출된 결과는 유아기 미디어 과의존이 언어, 자조, 운동발달 전반에 부정적인 영향을 미치는 강력한 위험 요인임을 명확히 보여준다. 이에 따라 영유아 시기의 미디어 사용에 대해서는 노출 시기, 사용 시간, 콘텐츠의 질, 보호자의 개입을 종합적으로 고려한 체계적인 관리가 필요하다.

검색어: 미디어 과의존, 언어발달, 자조발달, 운동발달

교신저자: 김시현(건양대학교)

전자메일: shkim1881@konyang.ac.kr

게재신청일: 2026. 02. 27

수정제출일: 2026. 03. 31

게재확정일: 2026. 04. 30

이 논문은 최화련(2026)의 석사학위 논문을 수정·보완하여 작성한 것임.

ORCID

최화련

<https://orcid.org/0009-0005-7568-1554>

김시현

<https://orcid.org/0000-0002-2476-4529>

참고 문헌

- 김정미 (2010). **아동발달검사(Korean-Child Development Inventory)**. 서울: 인싸이트.
- 도미숙 (2014). **만 2세와 만 3세 영유아의 표현언어 분석**. 공주대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 모아라 (2017). 영아의 스마트폰 사용 경험에 대한 부모의 걱정 탐색. **디지털콘텐츠학회논문지**, 18(4), 691-698.
- 박진영 (2019). **영아의 스마트폰 이용과 언어발달**. 연세대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 배보경 (2019). **유아의 스마트 미디어 중독경향과 부모의 양육효능감이 유아의 언어발달에 미치는 영향**. 고려대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 배소영, 정연구 (2015). 미디어 이용은 영유아 언어발달을 촉진하는가?: 텔레비전, 스마트폰, 책 읽어 주기를 중심으로. **한국방송학보**, 29(6), 67-93.
- 성지현, 변혜원, 남지혜 (2015). 유아의 스마트기기 이용과 발달 수준 및 공감 능력과의 관계 탐색. **유아교육연구**, 35(2), 369-394.
- 오경숙, 박지원, 양인아 (2023). 스마트 기기 사용이 유아의 신체발달에 미치는 영향에 관한 어머니의 인식. **한국신학기술학회 춘계 학술 발표논문집**.
- 오지선 (2016). **일상생활에서의 영유아 멀티미디어 사용 양상 및 부모의 생각**. 성신여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 조민수, 최세련, 김경미, 이윤영, 김성구 (2017). 미디어 노출이 언어발달에 미치는 영향. **대한소아신경학회지**, 25(1), 34-38.
- 최로사 (2014). **만 5세반 유아의 스마트폰에 대한 생각: 스마트폰의 특성, 사용경험, 올바른 사용을 중심으로**. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 한국언론진흥재단 (2023). **2023 어린이 미디어 이용 조사**. 서울: 한국언론진흥재단.
- 한국지능정보사회진흥원 (2025). **2024 스마트폰 과의존 실태조사**. 대구: 한국지능정보사회진흥원.