JDCS
디지털콘텐츠학회논문지
Journal of Digital Contents Society
Vol. 27, No. 2, pp. 369-378, Feb. 2026

Check for updates

노년층의 숏폼 디자인 사용 경험이 스마트폰 과의존과 삶의 질에 미치는 영향

이 지 혜[1] · 김 승 인[2*]
[1]홍익대학교 대학원 디자인공예학과 시각디자인전공 박사과정
[2]홍익대학교 국제디자인전문대학원 디지털미디어디자인전공 교수

Short-Form Design Experience and Quality of Life in Older Adults: Mediating Effect of Smartphone Overdependence

Jihye Lee[1] · Seung In Kim[2*]

[1]Doctoral Student, Visual Communication Design, Department of Design and Craft, Graduate School, Hongik University, Seoul 04068, Korea
[2]Professor, Department of Digital Media Design, International Design School for Advanced Studies (IDAS), Hongik University, Seoul 04068, Korea

[요 약]

본 연구는 노년층의 숏폼 디자인 경험이 스마트폰 과의존을 매개로 삶의 질에 미치는 영향을 혼합 연구로 규명하였다. 만 60세 이상 200명 대상 설문 조사와 6명의 심층 인터뷰 결과, 몰입 유도 디자인은 과의존을 높여 삶의 질을 저해하였다. 인지 정보 과부하는 과의존을 억제하는 효과를 나타내었다. 또한 노년층은 주로 정보 획득, 사회적 관계 형성을 위해 숏폼을 이용하며, 만족도는 삶의 질에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 본 연구는 노년층의 건강한 디지털 미디어 활용을 위한 학문적·실무적 시사점을 제공한다.

[Abstract]

This study empirically investigates the impact of older adults' short-form design experiences—specifically, immersion, ease of use, and cognitive overload—on their perceived quality of life, mediated by smartphone overdependence. Using a mixed-methods research design, data were collected through surveys of 200 participants aged 60 and above, alongwith in-depth interviews with six users. The results indicated that, although immersive design significantly increases smartphone overdependence, thereby negatively affecting quality of life, cognitive overload has a suppression effect that mitigates overdependence. Additionally, older adults primarily utilize short-form content for practical information and social interaction and their satisfaction is positively correlated with quality of life. These findings offer critical academic and practical implications for designing digital environments that promote healthy media consumption and digital well-being among the aging population.

색인어 : 노년층, 숏폼 콘텐츠, 스마트폰 과의존, 삶의 질, 혼합 연구
Keyword : Older Adult, Experience Design, Short-Form, User Experience, Mixed-Methods Study

http://dx.doi.org/10.9728/dcs.2026.27.2.369

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-CommercialLicense(http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Received 28 November 2025; **Revised** 23 December 2025
Accepted 02 January 2026

***Corresponding Author; Seung In Kim**
Tel: ※ 개인정보 표시제한
E-mail: r2d2kim@naver.com

Ⅰ. 서 론

최근 노년층의 스마트폰과 디지털 미디어 사용이 급격히 증가하면서 유튜브와 같은 영상 플랫폼은 대표적인 여가 활동으로 자리 잡았다. 2022년 인터넷이용실태조사에 따르면 70대 이상의 유튜브 이용률은 77%에 달하며, 60대 이상 유튜브 이용자의 시청 시간은 5년 사이 235% 증가하였다[1]. 또한 로이터저널리즘연구소 보고서에 따르면 한국 응답자의 절반 이상(51%)이 유튜브를 주된 뉴스 소비 채널로 사용하고, 특히 60대 이상에서는 이 비율이 배로 높게 나타난다고 밝혔다[2]. 이렇듯 유튜브는 노년층에게 정보 접근과 사회적 소통 수단으로 적극적으로 활용되고 있음을 알 수 있다. 선행 연구에서는 유튜브가 노년층에게 온라인 사회적지지(존중·정서적 지지, 동반자적 지지, 물질적 지지, 정보적 지지)를 얻고 있다고 하였다[3]. 그러나 긍정적인 기능에도 불구하고 과의존적인 사용 문제에 대한 경각심이 높아지고 있다. 선행 연구에서는 중장년층의 외로움이 유튜브 이용 동기(관계 유지, 오락성)를 매개하여 중독 경향을 높인다며 중독에 대한 경각심과 예방적 접근의 필요성을 강조한 바 있다[4].

특히 최근 숏폼(Short-Form) 콘텐츠는 일반 영상보다 짧고 반복적으로 시청하게 유도하는 구조로 설계되어 몰입을 극대화하여 과의존 위험을 높인다. 한국언론진흥재단의 2023년 조사에서도 응답자의 87%는 숏폼에 중독성을 느낀다고 답하였다[5]. 국내 2024년 스마트폰 과의존 실태조사에서는 스마트폰 의존성이 수면 질 저하, 정신건강 악화, 일상기능 저하 등 삶의 질과 밀접한 관련이 있음을 보여주며, 특히 60대 이상 연령층은 과의존 속성 중 문제적 결과 점수가 다른 연령층에 비해 높은 것으로 나타난다[6]. 현재 스마트폰 의존성과 숏폼에 관한 연구는 상대적으로 의존 비율이 높은 청소년, 20대를 중심으로 전개되고 있으나 노년층의 경우 다른 연령층보다 건강, 사회관계 등 심각한 문제적 결과로 이어질 수 있는 취약성이 있다. 노년층이 건강한 여가 생활을 즐기며 삶의 질을 향상할 수 있도록 이들의 복합적인 숏폼 사용 경험을 탐색할 필요가 있다. 이에 본 연구에서는 노년층의 숏폼 디자인 경험이 스마트폰 과의존과 삶의 질 인식에 미치는 영향을 실증적으로 분석하고 건강한 노년층의 디지털 미디어 활용을 위한 방안을 모색하고자 한다.

Ⅱ. 이론적 배경

2-1 노년층의 유튜브와 숏폼 사용

노년층의 유튜브 이용 동기는 단순히 정보나 오락을 소비하는 수준을 넘어 심리적 안정감과 자존감 회복의 욕구까지 포함한다. 유튜브는 노년층에게 정보를 획득하는 플랫폼일 뿐 아니라 사회적 소속감과 정체성 회복 수단으로 기능하고 있으며, 노년층은 이를 적극적으로 활용하고 있는 것으로 보여진다[7].

최근 국내에서는 이러한 유튜브 사용 행태가 숏폼 콘텐츠 중심으로 빠르게 이동하고 있다. 숏폼은 사용자의 몰입을 빠르게 강화하여 중독적 소비 행태로 이어지는 사례가 늘고 있다. 컨슈머인사이트에 따르면 2025년 국내 숏폼 플랫폼으로는 유튜브 쇼츠가 75%로 가장 적극적으로 사용된다고 하였다[8]. 한국언론진흥재단의 숏폼 이용자 만족도 조사에 따르면 응답자의 87%가 숏폼에 중독성을 느낀다고 응답했으며, 이 중 노년층 비율도 꾸준히 증가하는 추세이다[5]. 그러나 국내 연구에서는 아직 노년층의 숏폼 이용 행태·동기·사용 경험을 본격적으로 다룬 연구는 매우 부족한 실정이다. 기존 연구는 주로 노년층의 디지털 리터러시나 스마트폰, 유튜브 사용 실태에 집중되어 있으나 숏폼 플랫폼과 노년층의 사용자 경험에 대한 논의가 아직 부족한 실정이다.

반면 해외에서는 노년층의 숏폼 이용에 대한 논의가 시작되고 있다. 중국, 미국 등에서도 점점 더 많은 노년층이 TikTok과 같은 숏폼 플랫폼을 수용하고 있으며, 단순 시청을 넘어 '좋아요', '댓글', '공유' 등 능동적 참여와 사회적 상호작용을 보인다[9]. TikTok은 60세 이상 사용자(Granfluencers)의 1,382개 영상을 분석하여 노년층이 활발히 콘텐츠를 제작하고 이를 통해 긍정적 자기표현과 사회적 관계 형성을 시도한다고 하였다[10].

이처럼 국내 노년층의 숏폼 이용에 대한 실증적 탐색은 아직 미흡하나 해외에서는 숏폼과 연관된 노년층의 사회참여, 정체성 표현, 디지털 의존성 문제가 중요한 연구 주제로 부상하고 있다. 이에 본 연구는 이러한 선행 논의를 바탕으로 노년층의 숏폼 사용 경험에 대해 보다 상세히 규명하고자 한다.

2-2 숏폼 디자인 사용 경험

선행 연구에서 도출된 숏폼 디자인의 사용자 경험 특징을 노년층의 신체적, 인지적 특성을 고려하여 다음과 같이 세 가지 차원으로 정의하였다.

첫째, 몰입을 유도하는 디자인이다. 숏폼의 시각적 자극, 제스처, 즉각적인 피드백은 사용자의 감정적 반응과 몰입(flow)을 강화한다[11]. 이러한 UX 디자인은 사용자가 짧은 시간 안에 높은 집중과 정서적 만족을 경험하게 되지만 결국 지속적인 이용과 몰입을 유도하게 된다. Xu 외 연구자의 연구에 따르면 노년층에게 이러한 몰입 경험은 현실의 고독감을 상쇄시키는 심리적 보상으로 작용하는 것으로 나타나는 것으로 나타났다[12]. 이는 실태조사[6]에서 노년층이 응답한 스마트폰 이용 시간 조절의 어려움이 몰입을 유도하는 디자인과 관련이 있음을 시사한다.

둘째, 조작 용이성과 접근성을 높이는 인터페이스 구조이다. 노년층은 신체 노화로 인해 미세한 근육 조절과 반응 속도가 저하되는 특징이 있지만[13] 숏폼은 복잡한 메뉴 대신 상하 슬라이딩, 터치 기반 조작, 즉시 재생되는 구조로 설계되

어 있어 숙련도에 상관없이 쉽게 이용할 수 있다. Liu와 Choi[14], 그리고 Yang 외 연구자[15]는 이러한 인터페이스가 인지적 부하를 줄이고 사용자 만족을 높인다고 하였다. 이러한 조작의 편리함이 노년층에게 단순한 사용 만족을 넘어 쉽게 생활 속에 안착하고 실제 과의존을 유발하는 동기가 되는지를 확인할 필요가 있다.

셋째, 인지 과부하 특성이다. 숏폼은 무한 스크롤, 자동 재생, 추천 알고리즘으로 주의력 분산과 인지 피로를 가중한다[16]. Wen 외 연구자들은 노년층의 한정된 인지 능력이 정보 과잉 상태에 노출될 때 숏폼에 피로감을 느끼는 심리적 긴장 상태에 빠지게 된다고 설명한 바 있다[17]. 이는 실태조사[6]에서 나타난 노년층의 문제적 결과와 삶의 질 저하를 설명하는 요인이 될 수 있을 것으로 보인다.

이에 본 연구에서는 결과적으로 숏폼 디자인의 사용자 경험은 몰입 유도, 조작 용이성, 인지 과부하를 특성으로 정리하였고, 이러한 숏폼의 특징이 노년층의 과의존 수준과 삶의 질 인식에 어떠한 영향을 미치는지 확인하기 위해 독립변수로 설정하였다.

2-3 스마트폰 과의존

스마트폰 과의존이란 스마트폰 이용에 대한 조절 실패(self-control failure), 현저성(salience), 문제적 결과(serious consequences)가 동시에 나타나는 상태를 의미한다[6].

한국지능정보사회진흥원(NIA)의 2024년 실태조사에 따르면, 국내 스마트폰 과의존 위험군은 전체 인구의 22.9%에 해당하며, 특히 청소년이 가장 높은 비율(42%)을 보였고, 그 뒤로 유아, 성인, 60대 순으로 나타났다. 60대의 과의존 위험군 비율은 고위험군 3.7%, 잠재적 위험군 11.9%로 다른 연령대에 비해 낮은 편이지만 60대 사용자 집단의 평균 점수가 조절실패(1.70점), 문제적 결과(1.56점), 현저성(1.54점) 순으로 나타났으며 특히 과의존 위험군과 일반사용자 대비 과의존 위험군의 점수 차이가 현저성(1.17점) 요인에서 가장 크게 나타났다. 또한 세부 문항 중에서는 “스마트폰 이용 시간을 조절하는 것이 어렵다”가 2.92점으로 가장 높게 나타나, 노년층이 스마트폰 사용 조절에 지속적으로 어려움을 경험하고 있음을 보여준다[6].

주목할 만한 점은 60대의 전체적인 과의존 비율은 낮지만, 과의존 속성 중 ‘문제적 결과’ 점수가 오히려 높게 나타난다는 점이다. 이는 노년층에게 스마트폰 과의존이 단순한 ‘사용량의 문제’가 아니라, 건강 악화, 사회적 관계 위축, 일상 기능 저하 등 삶의 질과 직결되는 부정적 영향으로 이어질 가능성이 크다는 것을 시사한다. 해외 선행 연구에서는 Ratan 등은 스마트폰 과의존이 정신건강, 사회적 고립, 신체 활동 감소 등 삶의 질을 직접적으로 저해하는 요인이라 보고한 바 있으며[18], Wen 외 연구자들은 숏폼 사용 경험이 스마트폰 의존성을 심화시키며, 이는 다시 우울감, 사회적 고립으로 이어진다고 말한 바 있다[17].

이는 노년층의 스마트폰 과의존이 단순한 ‘이용 시간의 문제’가 아니라, 건강, 사회적 관계, 일상 기능 저하 등 삶의 질과 직결될 수 있는 문제임을 시사하고 있다.

2-4 삶의 질

세계보건기구(WHO)는 삶의 질(Quality of Life)을 개인이 속한 문화와 가치체계의 맥락 속에서, 자신의 목표, 기대, 기준, 관심과 관련하여 인식하는 삶의 위치로 정의하며, 이는 신체적 건강, 정신적 상태, 자립 수준, 사회적 관계, 환경적 요인 등 다양한 요소로부터 영향을 받는 광범위한 개념이다[19]. 특히 노년층의 삶의 질은 신체적 건강 외에도 사회적 관계(가족, 친구 등), 일상생활 수행 능력, 사회적 역할 유지, 지역사회와의 연결성 등을 핵심 요소라 할 수 있다[20].

본 연구는 이러한 선행 논의를 바탕으로, 노년층의 숏폼 사용 경험이 스마트폰 과의존을 매개하여 삶의 질 인식에 어떠한 영향을 미치는지를 규명하고자 한다. 이를 위해 삶의 질을 종속변수로 설정하고, 아래의 세 가지 핵심 차원으로 구성하였다.

첫째는 주관적 만족(Subjective Satisfaction)으로 개인이 자신의 삶을 전반적으로 얼마나 만족스럽게 평가하는지를 의미하며, 삶의 질을 이해하는 데 있어 가장 주관적이고 핵심적인 요소이다[21].

두 번째는 사회적 관계(Social Relationships)로 가족, 친구, 이웃과 같은 대인관계의 질과 사회적지지 수준을 포함한다. 노년층의 삶의 질은 사회적 고립 여부와 사회적 역할 유지에 크게 영향을 받기 때문에 중요한 하위 요소로 간주된다[21].

세 번째는 정신·신체적 건강(Psycho-physical Health)으로 일상생활에서 경험하는 신체적 기능, 건강 상태에 대한 인식, 정서적 안정 및 스트레스 수준을 포괄하는 차원이며[21] 이는 노년층의 삶의 질 저하와 직접적으로 연결되는 요인으로 보인다.

Ⅲ. 연구 방법

3-1 연구 설계

본 연구는 노년층이 경험하는 숏폼 콘텐츠 디자인의 사용자 경험 요인이 스마트폰 과의존을 매개하여 삶의 질 인식에 어떠한 영향을 미치는지를 실증적으로 분석하는 데 목적을 둔다. 연구 모형은 그림 1과 같이 설정하였으며, 독립변수로 숏폼 디자인 요인(몰입 유도, 조작 용이성, 인지 정보 과부하), 매개변수로 스마트폰 과의존, 종속변수로 삶의 질을 포함하였다. 또한 노년층의 숏폼 이용 동기와 만족 및 불편 요인을 추가로 고려하여 집단 간 차이를 탐색하고자 하였다.

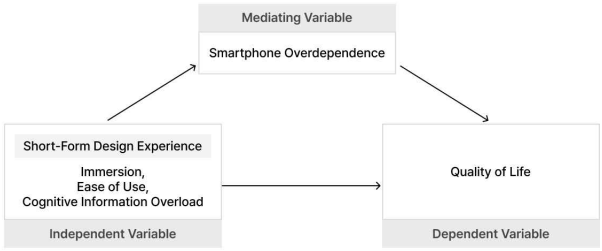

그림 1. 연구 모형
Fig. 1. Research model

3-2 연구 가설

본 연구에서는 다음과 같은 연구 가설을 설정하였다.

H1. 숏폼 콘텐츠의 디자인 요인(몰입 유도, 조작 용이성, 인지 정보 과부하)은 노년층의 스마트폰 과의존에 유의한 영향을 미칠 것이다.

H1-1. 숏폼 콘텐츠의 몰입 유도 디자인은 노년층의 스마트폰 과의존에 유의한 영향을 미칠 것이다.

H1-2. 숏폼 콘텐츠의 조작 용이성은 노년층의 스마트폰 과의존에 유의한 영향을 미칠 것이다.

H1-3. 숏폼 콘텐츠의 인지 정보 과부하는 노년층의 스마트폰 과의존에 유의한 영향을 미칠 것이다.

H2. 스마트폰 과의존 수준이 높을수록 노년층의 삶의 질 인식은 부정적으로 나타날 것이다.

H3. 숏폼 디자인 경험(몰입 유도, 조작 용이성, 인지 정보 과부하)은 스마트폰 과의존을 매개로 하여 삶의 질 인식에 부정적인 영향을 미칠 것이다.

H4. 숏폼 사용 동기(정보 추구, 재미 추구, 관계 형성)에 따라 스마트폰 과의존 수준은 유의미한 차이를 보일 것이다.

H5. 숏폼 사용에 대한 만족도 및 불편 요소는 노년층의 삶의 질 인식에 유의한 영향을 미칠 것이다.

3-3 연구 방법

본 연구는 노년층의 숏폼 사용 경험과 스마트폰 과의존 및 삶의 질 간의 복합적 관계를 심층적으로 이해하기 위해 Morse가 제시한 혼합 연구 방식(Mixed-Methods Design)[22]을 적용하였다. 이 연구 방식은 양적 연구를 핵심으로 하고 질적 연구를 보완적으로 사용하여 심층적인 분석을 가능하게 한다. 이에 따라 1단계로는 설문 조사로 양적 데이터 분석을 선행하고, 분석 결과에서 도출되는 주요 발견에 대해 2단계 심층 인터뷰로 파악하고자 하였다.

첫 번째 단계인 설문 조사는 만 60세 이상의 국내 남녀 200명을 대상으로 국내 전문 설문 조사 대행사를 통해 실시하였다. 표본은 국내에서 가장 많이 시청되는 숏폼 플랫폼인 유튜브 쇼츠를 중심으로 최근 1개월 이내 사용 경험이 있는 참여자만을 스크리닝하여 확보하였다. 설문 문항은 선행 연구에서 검증된 척도를 기반으로 하되, 노년층이 더 쉽게 이해하고 응답할 수 있도록 본 연구 목적에 맞게 수정·보완하였다. 주요 문항 구성은 표 1에 제시하였다. 모든 문항은 5점 리커트 척도(1: 전혀 그렇지 않다 ~ 5: 매우 그렇다)로 측정하였으며, 응답자의 인구통계학적 특성(성별, 연령, 숏폼 이용 시간, 콘텐츠 선호 유형)을 포함하여 기초 통계를 산출하였다.

표 1. 설문 문항
Table 1. Survey questionnaire

Factor	Sub-Factor	Item Content	Source
Short-Form Design Experience	Immersion Induction	YouTube Shorts rapidly draws me into immersion.	[12]
		The recommended content makes me want to keep watching.	[6]
		Short videos help me maintain my concentration.	[12]
	Ease of Use	Short-Form content is easy and intuitive to operate.	[23]
		I have no difficulty finding or skipping content.	[6]
		The way YouTube Shorts is operated feels familiar to me.	[15], [19]
	Cognitive Overload	Short-Form content provides too much information and feels exhausting.	[16], [17]
		It is confusing to encounter a lot of content in a short time.	[16], [17]
		Watching Short-Form content for a long time makes my mind feel cluttered.	[17]
Smartphone Overdependence		I feel anxious or restless when I am not using my smartphone.	[24]
		Watching Short-Form videos disrupts my other daily activities.	[24]
		My smartphone usage often exceeds the time I planned.	[24]
		It is difficult for me to spend an entire day without my smartphone.	[24]
Quality of Life		I feel satisfied with my daily life.	[6]
		My relationships with family or friends are harmonious.	[6]
		I feel that I live a mentally stable life.	[6]
		I think my life is meaningful and enjoyable.	[6]

수집된 데이터는 SPSS 29.0을 사용하여 분석하였다. 인구통계학적 특성 파악을 위한 기술통계분석을 수행하였고 척도의 신뢰도는 Cronbach의 Alpha 계수를 통해 검증하였다. 매개효과의 경우 Hayes의 PROCESS Macro v4.2의 Model 4를 활용하여 분석하였다. 간접 효과의 통계적 유의성을 확보하고자 비모수적 재표본 추출 방법인 부트스트래핑(Bootstraping)

을 5,000회 실시하고 95%의 신뢰구간을 확인하였다. 매개효과 외에도 노년층의 숏폼 사용 경험과 삶의 질 간의 관계를 다방면으로 살펴보고 사용 동기별 스마트폰 과의존 수준 차이를 확인하기 위해 일원 배치 분산 분석을, 숏폼 사용 만족도와 불편 요소가 노년층의 삶의 질 인식에 미치는 영향은 다중 회귀 분석을 사용하여 확인하였다.

두 번째 단계는 심층 인터뷰로 통계 데이터만으로는 파악하기 어려운 사용자의 심리를 파악하기 위해 수행되었다. 만 60세 이상의 남성 3명, 여성 3명을 모집하여 실제 평소 숏폼 사용 경험을 확인하여 양적 결과를 확인하고 보완하는데에 중점을 두었다.

Ⅳ. 실증 연구 결과

4-1 표본 특성

설문에 참여한 응답자는 총 200명으로 성별은 남, 여 각각 100명씩 균등하게 구성되었다. 연구 참여자의 인구통계학적 특성은 표 2에 정리하였다. 연령대는 60~64세가 105명(52.5%)으로 가장 높은 비율을 차지하였으며 65~69세 72명(36%), 70~74세 21명(10.5%), 75세 이상 2명(2%) 순으로 나타났다. 숏폼 영상 시청 시간은 하루 1시간 미만이 71.5%, 1~3시간 미만이 25%로 나타났다. 선호하는 숏폼 유형은 정보 제공형이 131명(65.5%)으로 가장 선호되었으며 재미/오락형은 56명(28%), 관계/소통형은 13명(6.5%)의 선호도를 보였다.

표 2. 인구통계학적 특성
Table 2. Demographic characteristics of participants

Variable	Category	Frequency (n)	Percentage (%)
Gender	Male	100	50.0
	Female	100	50.0
Age	60–64 years	105	52.5
	65–69 years	72	36.0
	70–74 years	21	10.5
	75 years or older	2	1.0
Preferred Type of Short-Form Content	Informational (news, health, life tips)	131	65.5
	Entertainment (humor, games, variety)	56	28.0
	Social/Interactive (comments, sharing, community)	13	6.5
Average Daily Short-Form Video Viewing Time	Less than 1 hour per day	143	71.5
	Less than 3 hours (but 1 hour or more) per day	50	25.0
	Less than 5 hours (but 3 hours or more) per day	5	2.5
	5 hours or more per day	2	1.0

4-2 기초 통계 및 신뢰도 분석

척도의 신뢰도 및 타당도 검증 결과 Cronbach의 Alpha 값은 0.814로 설문 문항의 내적 일관성이 매우 양호함을 확인할 수 있었다. 또한 요인 분석 적합성을 위한 KMO 값은 0.833으로 표본의 적절성을 확보하였으며 Bartlett의 구형성 검정 결과 근사 카이제곱은 2122.901, 유의확률은 <.001로 유의 수준 .05보다 적게 나타나 연구 모형이 통계적으로 적합한 것을 확인하였다. 척도 변수의 평균, 표준편차 및 신뢰도 분석 결과는 표 3에 제시하였다.

표 3. 변수 기술통계 및 신뢰도 분석
Table 3. Descriptive statistics and scale reliability

Factor		No.	M	SD	Cronbach's Alpha (α)
Short-Form Design Experience	Immersion Induction	3	3.62	0.593	.790
	Ease of Use	3	3.73	0.568	.720
	Cognitive Overload	3	2.60	0.766	.705
Smartphone Overdependence		4	3.04	0.800	.880
Quality of Life Perception		4	3.61	0.629	.810
Short-Form Usage Motivation		3	3.23	0.629	.760
Short-Form Satisfaction/Discomfort		4	2.88	0.437	.740

4-3 가설 검정

1) 숏폼 디자인 경험 유형이 스마트폰 과의존에 미치는 영향 분석

H1 분석 결과 표 4와 같이 숏폼 콘텐츠의 몰입 유도 디자인은 스마트폰 과의존에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. (β=.361, p<.001) 하지만 조작 용이성 디자인은 유의한 영향을 나타내지 않았으며 (p=.940) 인지 과부하 디자인은 스마트폰 과의존에 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다(β=-.185, p=.005). 사용자 몰입을 유도하는 숏폼 디자인은 스마트폰 과의존을 심화시키지만, 오히려 인지적 부담이 큰 콘텐츠는 사용을 억제하는 경향을 보인다. 따라서 H1-1, H1-3은 채택되었고, H1-2는 기각되었다.

2) 스마트폰 과의존이 삶의 질 인식에 미치는 영향 분석

H2 분석 결과 표 5에서 확인할 수 있듯이 스마트폰 과의존 수준이 높을수록 노년층의 삶의 질에 대한 인식은 유의하게 낮아지는 것으로 나타났다(β=-.264, t=-3.815, p<.001). 이는 과도한 스마트폰 사용과 의존이 삶의 만족, 행복감에 부정적인 영향을 미칠 수 있다는 점을 시사한다. 따라서 H2는 채택되었다.

표 4. 숏폼 디자인 경험 유형이 스마트폰 과의존에 미치는 영향
Table 4. Impact of short-form design experience factors on smartphone overdependence

Independent Variable	B	β	t	p	Result
Immersion Induction	0.486	0.361	4.650	<.001	Accepted
Ease of Use	−0.008	−0.006	−0.075	.940	Rejected
Cognitive Overload	−0.193	−0.185	−2.832	.005	Accepted (Negative Direction)

표 5. 스마트폰 과의존이 삶의 질 인식에 미치는 영향
Table 5. Impact of smartphone overdependence on quality of life perception

Variable	B	β	t	p	Result
(Constant)	3.279		10.911	<.001	
Smartphone Overdependen-ce	−0.208	−0.264	−3.815	<.001	Accepted

3) 숏폼 디자인 경험 유형과 삶의 질의 스마트폰 과의존 매개 효과 분석

H3의 경우 부트스트래핑(5000회, 95% 신뢰구간)을 이용하여 매개효과를 표 6과 같이 검증하였고 결과는 다음과 같다.

첫째, 몰입 유도는 신뢰구간에 0을 포함하지 않아(−.1654 ~ −.0399) 유의미한 부(−)의 매개효과를 검증하였다.

둘째, 조작 용이성은 신뢰구간에 0이 포함되어(−.0417 ~ .0449) 매개효과가 유의하지 않은 것으로 나타났다. 이는 조작의 편리함 자체가 과의존을 유발하기보다는 몰입을 유도하는 특성이 과의존의 주요 원인임을 시사한다.

셋째, 인지 정보 과부하는 신뢰구간이 모두 양수(.0086 ~ .0788)로 나타났고, 이는 Lancaster가 정의한 비일관적 매개효과 또는 억제 효과(Suppression Effect)[25]에 해당된다. 억제 효과는 일반적인 매개 모델에서 독립변수가 종속변수에 미치는 직접 효과와 매개변수를 거치는 간접 효과의 부호가 서로 반대로 나타나는 경우이다. 본 연구에서는 인지 정보 과부하가 스마트폰 과의존을 낮추는 역할을 하며, 낮아진 과의존은 다시 삶의 질 저하를 방지함으로써 결과적으로는 삶의 질을 높이는 유의미한 정(+)의 간섭 효과를 나타내었다.

결론적으로 H3은 디자인 요인별로 영향력 유무와 방향성이 다르게 나타나 부분적으로 채택되었다.

4) 숏폼 사용 동기와 스마트폰 과의존 수준간의 차이 분석

H4를 검증하기 위해 일원 배치 분산 분석을 실시하였다. 결과는 표 7에서 확인할 수 있듯이, 분산의 동질성 검정 결과 Levene 통계량은 1.674(p=.190)로 유의수준 0.05보다 크게 나타나 집단 간 분산이 같다는 가정을 충족하였다. 일원 분산 분석 결과, 사용 동기별 스마트폰 과의존 수준은 F(2,197)=0.609, p=0.545로 나타나 통계적으로 유의미한 차이가 없는 것으로 확인되었다. 따라서 H4 가설은 기각되었다. 다만 본 연구에서는 관계/소통형 집단의 표본 수가 현저히 제한적이었기 때문에 통계적 검정력에 한계가 있었음을 고려할 필요가 있다.

표 7. 숏폼 사용 동기와 스마트폰 과의존 수준 차이 분석
Table 7. Analysis of differences in smartphone overdependence according to short-form usage motivation

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	0.783	2	0.391	0.609	0.545
Within Groups	126.606	197	0.643		
Total	127.389	199			

5) 숏폼 사용 만족도 및 불편 요소가 노년층의 삶의 질에 미치는 영향 분석

H5를 검증하기 위해 만족도 문항과 불편 요소 문항을 나누어 삶의 질에 미치는 영향을 다중 회귀 분석으로 분석하였다. 표 8에 나타난 것처럼 숏폼 콘텐츠에 대한 만족도는 노년층의 삶의 질 인식에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다(β=.234, p=.001). 반면에 불편 요소는 삶의 질에 유의한 영향을 미치지 않았다(p=.837). 모형 전체는 통계적으로 유의하였으며(F(2,197)=5.76, p=.004), 따라서 노년층의 숏폼 콘텐츠 사용 시의 긍정적 경험이 삶의 질 향상에 기여함을 알 수 있으며, H5는 부분적으로 채택되었다.

표 8. 숏폼 사용 만족도 및 불편 요소가 삶의 질에 미치는 영향 분석
Table 8. Analysis of the impact of short-form usage satisfaction and discomfort factors on quality of life

Independent Variable	B	β	t	p	Result
(Constant)	2.623		7.541	<.001	
Satisfaction Factor	0.234	0.234	3.382	0.001	Accepted
Discomfort Factor	−0.014	−0.014	−0.206	0.837	Rejected

표 6. 스마트폰 과의존의 매개 효과 분석
Table 6. Mediation analysis of smartphone overdependence

Independent Variable	Mediating Variable	Dependent Variable	Effect	BootLLCI	BootULCI	Result
Immersion Induction	Smartphone Overdependence	Quality of Life	−.0981	−.1654	−.0399	Accepted
Ease of Use			.0016	−.0417	.0449	Rejected
Cognitive Overload			.0390	.0086	.0788	Accepted (Suppression Effect)

Ⅴ. 심층 인터뷰

5-1 심층 인터뷰 개요

노년층의 숏폼 사용 경험을 보다 상세히 이해하기 위해 심층 인터뷰를 실시하였다. 참여자는 만 60세 이상으로 6명을 대상으로 하였으며 평소 스마트폰을 이용하여 유튜브 쇼츠를 시청하는 사용자를 선정하였다. 인터뷰는 1명당 약 40분~1시간 가량 진행하였고, 주로 평소 숏폼 사용 행위와 동기, 몰입 경험, 의존성과 삶에서 숏폼의 역할 등을 중심으로 하여 반구조화 방식으로 진행하였다.

표 9. 인터뷰 응답자 특성
Table 9. Characteristics of interview respondents

No.	Gender	Age	Viewing Situation, Time of Day	Viewing Category
P1	Female	69	Mainly daytime, after lunch, afternoon, 2~3 times a day	Cooking, Celebrity/Entertainment, Information Acquisition
P2	Female	70	Afternoon after morning work, before sleeping, 2~3 times a day	Celebrity/Entertainment, History Stories, Fun/Recreation
P3	Male	68	Before morning regular broadcast, during public transportation use, more than 1 hour per day	News, Celebrity/Entertainment, Information Acquisition, Fun/Recreation
P4	Male	67	After waking up, work break, before sleeping, less than 1 hour per day	News, Celebrity/Entertainment, Information Acquisition, Fun/Recreation
P5	Female	62	Afternoon break after housework, 2~3 times a day	Cooking, Housework, Information Acquisition
P6	Male	60	Mainly before sleeping, between 30 minutes and 1 hour	News, Information Acquisition, Drama, Celebrity/Entertainment

5-2 인터뷰 결과

심층 인터뷰 결과는 다음과 같이 크게 세 가지 주제로 도출되었다.

1) 숏폼 콘텐츠 사용 패턴과 실용적 동기

참여자들은 일상생활 속의 짧은 여가 시간이나 틈새 시간을 활용하여 숏폼을 시청하는 경향을 보였다. “점심 먹고 2~3시쯤 본다”, “쉬는 시간 틈날 때마다 본다”와 같은 응답은 주로 낮 시간대와 오후 시간대에 시청이 이루어짐을 보여준다. 일부는 불면증 해소나 백색소음 대체 용도로 숏폼을 활용하기도 하였다.

시청 목적은 생활에 필요한 실용적 정보 획득이 중심이었다. “김치 담그는 방법 같은 생활 정보가 많아 좋다”, “TV에서는 나오지 않는 정보가 유튜브 쇼츠에 있어 자주 본다”는 응답에서 확인되듯이 숏폼은 생활 정보의 주요 출처로 기능하였다. 성별에 따른 선호 차이도 관찰되었는데, 여성은 요리·가사 관련 정보를, 남성은 정치·뉴스 관련 콘텐츠를 선호하였다.

또한 정치인·연예인의 사생활이나 방송에서 접하기 어려운 정보는 호기심과 재미를 충족하는 콘텐츠로 소비되었다. 모든 참여자는 숏폼의 짧은 영상 길이가 무료함 해소, 부담 없는 시청을 가능하게 한다는 점을 공통적으로 강조하였다.

2) 손쉬운 조작에 대한 만족감과 신체적 피로감 누적

참여자들은 숏폼의 직관적 인터페이스와 조작 용이성에 대해 높은 만족을 보였다. “사용하기 쉬워서 편하다”, “필요 없는 건 바로 넘길 수 있어 좋다”는 응답은 스와이프 방식의 간단한 조작이 노년층에게도 익숙하게 받아들여지고 있음을 시사한다.

그러나 시청 지속을 방해하는 요인으로는 눈의 피로와 신체적 불편감이 반복적으로 언급되었다. “글자가 많아 눈이 복잡해 오래 못 본다”, “눈이 피곤해 소리만 듣기도 한다”는 응답은 인지적·신체적 피로가 시청 중단의 주요 원인임을 보여주며, 이는 본 연구의 H1-3 가설(인지 정보 과부하와 과의존의 관계)을 뒷받침하는 정성적 증거로 해석될 수 있다.

3) 숏폼 몰입 경험과 정보 공유를 통한 사회적 관계 형성

대부분의 참여자는 숏폼을 짧게 시청한다고 인식하며 스스로를 과의존 집단과 구분하려는 태도를 보였다. 그러나 일부는 몰입으로 인한 시간 망각과 일상생활 방해 경험을 보고하였다. “짧아서 금방 끝날 줄 알았는데 궁금해서 계속 본다”, “쇼츠를 보다가 초인종 소리를 못 듣고 문을 열어주지 못한 적이 있다”는 응답은 몰입 경험이 생활에 영향을 미칠 수 있음을 보여준다.

또한 숏폼은 사회적 정보 공유의 매개체로 기능하였다. “운동 가서 새벽에 본 내용을 말해준다”는 응답은 숏폼이 일상 대화의 소재로 활용됨을 보여주며, “도움되는 정보가 있으면 좋아요를 눌러 고맙다는 표현을 한다”는 응답은 콘텐츠 생산자 및 다른 시청자와의 간접적 소통을 시사한다.

심층 인터뷰 결과, 노년층은 숏폼 시청을 통해 실용적 정보를 얻고 무료함을 해소하는 긍정적 경험을 공유하는 한편, 몰입으로 인한 생활 방해나 신체적 피로를 경험하기도 하였다. 이는 숏폼 콘텐츠가 노년층의 삶 속에서 정보 획득·여가 활용·

사회적 관계 형성의 매개체로 기능하는 동시에, 인지적·신체적 부담을 유발할 수 있음을 보여준다.

Ⅵ. 결 론

6-1 연구 결과 종합 해석

본 연구는 노년층의 숏폼 디자인 경험 요인이 스마트폰 과의존을 매개하여 삶의 질 인식에 어떠한 영향을 미치는지를 탐색하기 위해 혼합 연구를 수행하였다. 양적 연구와 질적 연구 결과를 종합적으로 해석하면 다음과 같다.

첫째, 숏폼 디자인의 몰입 유도 특성은 노년층의 스마트폰 과의존 수준을 유의하게 높였으며(H1-1 채택), 이는 다시 삶의 질 인식을 부정적으로 낮추는 핵심 경로(H3 부분 채택)으로 작용함을 확인하였다. 숏폼의 짧고 즉각적인 만족을 제공하는 디자인 요소가 노년층에게도 과의존 위험성을 증가시키고, 결과적으로 건강 및 일상 기능 저하와 직결될 수 있음을 실증적으로 증명하였다. 심층 인터뷰에서 “궁금해서 끝까지 보려고 일부러 계속 본다”, “할 일을 미루게 된다”는 진술은 이러한 현상을 뒷받침한다.

둘째, 숏폼 디자인의 조작 용이성은 스마트폰 과의존에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다(H1-2 기각). 이는 노년층에게 있어 인터페이스의 편리함은 서비스 이용을 위한 기본 조건일 뿐, 과의존을 심화시키는 직접적 원인은 아님을 시사한다. 반면 인지 정보 과부하 요인은 스마트폰 과의존에 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다(H1-3 채택). 즉, 노년층이 숏폼 시청 시 느끼는 인지적 부담이나 신체적 피로감은 오히려 과의존을 억제하는 효과(Suppression Effect)를 수행하여 간접적으로 삶의 질을 향상시키는 경로를 형성한다. 몰입 유도 디자인이 과의존을 유도하는 것과 다르게 정보의 과부하는 인하여 노년층은 피로감을 느끼고, 이 불편함으로 인해 스스로 스마트폰 사용을 중단하게 만든다. 이는 인터뷰에서 “눈이 피곤하기 때문에 소리만 듣기도 한다”는 응답과 일치한다.

셋째, 노년층의 숏폼 사용 동기 및 만족도는 삶의 질에 긍정적인 영향을 미치는 요인으로 확인되었다(H5 부분 채택). 인터뷰 참여자들은 숏폼을 주로 실용적 정보 획득을 위해 사용하며, “생활에 도움이 된다”는 긍정적 인식을 공유하였다. 또한 숏폼을 통해 얻은 정보를 지인과 공유하고 소통하는 행위는 사회적 관계 유지라는 삶의 질의 중요한 하위 요소에 기여하는 것으로 나타났다.

6-2 시사점

본 연구 결과는 노년층의 건강한 디지털 미디어 활용을 위한 학문적·실무적 시사점을 제공한다.

1) 학문적 시사점

본 연구는 국내에서 노년층의 숏폼 디자인 경험 요인, 스마트폰 과의존, 삶의 질 간의 복합적 관계를 혼합 연구 방법으로 실증 분석한 초기 연구로서 학술적 토대를 마련하였다. 특히 디자인 경험 요인 중 인지 정보 과부하로 인한 억제 효과는 특정 요인이 사용자에게 스트레스를 유발함과 동시에 과도한 몰입을 방해하는 보호 장치로 기능할 수 있다는 논리적 근거를 제공한다는 점에서 의의가 있다. 이는 숏폼 중독 문제를 단순히 미디어 중독의 차원에서만 볼 것이 아니라, 사용자 경험 및 심리학적 관점에서 해석하고 대안을 모색해야 함을 시사한다.

2) 실무적 시사점

숏폼의 몰입 유도 디자인이 삶의 질을 저해하는 핵심 경로임을 고려할 때, 플랫폼은 노년층의 과사용을 방지하는 디자인 전략을 적극적으로 도입해야 한다. 특히 인지 과부하가 과의존 억제 요인으로 작용하는 점을 활용하여, 시청 중 휴식 유도 알림 제공, 글자 크기 확대 및 정보 밀도 조정 등 전략적 불편함을 설계함으로써 자기 조절 능력을 보조할 수 있는 인터페이스를 강화할 것을 제안한다.

또한 노년층의 주된 사용 동기가 실용적 정보 획득이며, 만족도가 삶의 질에 긍정적 영향을 미치는 점을 고려할 때, 플랫폼은 단순 오락성 콘텐츠보다 생활 정보·건강·뉴스 등 공신력 있는 유용 콘텐츠의 접근성을 높이고 큐레이션을 강화해야 한다.

마지막으로, 노년층의 일상 기능 저하와 시간 조절 실패 증상을 개선하기 위한 맞춤형 디지털 교육의 필요성이다. 단순히 이용 시간을 제한하는 통제를 넘어 과의존 증상을 스스로 인지하고 일상생활과의 균형을 유지할 수 있는 심리적 통제 역량을 강화하여 삶의 질을 높일 수 있는 방향으로 설계되어야 한다.

6-3 연구의 한계 및 제언

본 연구는 노년층의 숏폼 이용 경험과 삶의 질 관계를 실증적으로 규명하였으나 다음과 같은 한계점을 지닌다.

첫째, 숏폼 이용 동기에 따른 스마트폰 과의존 차이는 통계적으로 유의하지 않아 기각되었다. 이는 표본 수집 과정에서 ‘정보 제공형(65.5%)’과 ‘재미/오락형(28%)’ 응답자가 대다수를 차지한 반면, ‘관계/소통형(6.5%)’ 응답자는 13명에 불과하여 집단 간 표본 크기의 불균형으로 인한 검정력 약화 가능성이 존재한다. 또한 동시에 노년층의 이용 동기가 단일 차원이 아닌 다차원적으로 중첩되어 나타나는 특성일 가능성도 고려해야 할 필요가 있다. 따라서 향후 연구에서는 표본의 균등한 확보 및 이용 동기의 복합적 구조를 반영한 재검증이 요구된다.

둘째, 심층 인터뷰 참여자가 6명으로 제한되어 질적 연구 결과의 일반화에 대한 한계가 있다. 본 연구에서는 양적 연구

결과에서 나타난 통계적 특이점을 보완하고 해석하기 위한 보조적 수단으로 질적 조사를 수행하였기 때문에, 후속 연구에서는 충분한 수의 인터뷰 대상자를 확보하여 질적 결과의 신뢰도를 높일 필요가 있다.

셋째, 본 연구의 대상은 유튜브 쇼츠 활용이 가능한 60대 이상으로 한정되었다. 이는 디지털 리터러시 수준이 낮은 초고령자의 특성을 충분히 반영하지 못했을 수 있다. 또한 플랫폼마다 인터페이스 디자인과 주요 콘텐츠 구성이 상이할 수 있기 때문에, 향후 연구에서는 TikTok, 인스타그램 Reels 등 다양한 숏폼 플랫폼과 연령대를 고려하여 사용 경험 차이를 확장, 비교할 것을 제언한다.

참고문헌

[1] National Information Society Agency, *The 2022 Survey on the Internet Usage*, National Information Society Agency, Daegu, 2023.

[2] Korea Press Foundation, “Digital News Report 2025 Survey Results,” *Media Survey*, Vol. 11, No. 3, 2025.

[3] B. S. Baek, A Study on Perception and Attitude toward the Elderly through Analysis of Comments on Senior YouTubers’ Videos, Master’s Thesis, Ewha Womans University, Seoul, 2023.

[4] S. J. Bae and S. H. Lee, “The Effect of Loneliness in Middle-Aged and Older Adults on YouTube Viewing Motives and Addiction,” *Journal of Corporation and Innovation*, Vol. 47, No. 1, pp. 145-167, 2024.

[5] C. S. Kim and S. W. Oh, “Who Uses Short-Form and How?,” *Media Issue*, Vol. 10, No. 5, pp. 1-14, 2024.

[6] National Information Society Agency, *The 2024 Survey on Smartphone Overdependence*, National Information Society Agency, Daegu, 2025.

[7] J. Lee, S. Gwak, J. Gwon, J. Park, S. Eom, S. Hong, ... and H. Jung, “Exploring the Community of Older Adult Viewers on YouTube,” *Universal Access in the Information Society*, Vol. 22, No. 4, pp. 1393-1404, 2023. https://doi.org/10.1007/s10209-022-00918-3

[8] Money Power. Short-Form, 1st Place ‘Shorts’ 75%... Followed by Reels, TikTok, Club [Internet]. Available: https://www.moneynpower.com/news/articleView.html?idxno=9406.

[9] J. Wu and H. Peng, “Older Adults’ Interactions on Short-Form Video Platforms Enhance Their Social Adaptation: A Chain Mediation Model,” *Innovation in Aging*, Vol. 8, No. Suppl. 1, 2024. https://doi.org/10.1093/geroni/igae098.3505

[10] R. Ng and N. Indran, “Granfluencers on TikTok: Factors Linked to Positive Self-Portrayals of Older Adults on Social Media,” *PLoS One*, Vol. 18, No. 2, e0280281, February 2023. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280281

[11] H. Wang and X. Li, “The Influence of Short Videos on User Cognition in Visual Communication,” *Modern Economics & Management Forum*, Vol. 4, No. 5, pp. 123-125, 2024. https://doi.org/10.32629/memf.v4i5.1488

[12] J. Xu, T. Ramayah, M. Z. Arshad, A. Ismail, and J. Jamal, “Decoding Digital Dependency: Flow Experience and Social Belonging in Short Video Addiction Among Middle-aged and Elderly Chinese Users,” *Telematics and Informatics*, Vol. 96, 102222, 2025. https://doi.org/10.1016/j.tele.2024.102222

[13] M. Gomez-Hernandez, X. Ferre, C. Moral, and E. Villalba-Mora, “Design Guidelines of Mobile Apps for Older Adults: Systematic Review and Thematic Analysis,” *JMIR mHealth and uHealth*, Vol. 11, e43186, September 2023. https://doi.org/10.2196/43186

[14] Z. Liu and A. Y. Choi, “Research on Information Architecture Design of Short-Form Video Social Platforms Based on Cognitive Psychology,” *Psychology Research*, Vol. 14, No. 1, pp. 1-13, January 2024. https://doi.org/10.17265/2159-5542/2024.01.001

[15] Y. Yang, B. Yu, and G. Yu, “Cascade or Updown Sliding: The Influence of Interactive Interface of Short Video App on Information Processing and User Experience,” *International Communication of Chinese Culture*, Vol. 11, pp. 115-132, 2024. https://doi.org/10.1007/s40636-024-00300-3

[16] J. Park and Y. Jung, “Unveiling the Dynamics of Binge-Scrolling: A Comprehensive Analysis of Short-Form Video Consumption Using a Stimulus-Organism-Response Model,” *Telematics and Informatics*, Vol. 95, 102200, 2024.

[17] X. Wen, Y. Zhou, Y. Li, X. Li, and P. Qu, “Perceived Overload on Short Video Platforms and Its Influence on Mental Health Among the Elderly: A Moderated Mediation Model,” *Psychology Research and Behavior Management*, Vol. 17, pp. 2347-2362, 2024. https://doi.org/10.2147/PRBM.S459426

[18] Z. A. Ratan, A.-M. Parrish, S. B. Zaman, M. S. Alotaibi, and H. Hosseinzadeh, “Smartphone Addiction and Associated Health Outcomes in Adult Populations: A Systematic Review,” *International Journal of Environmental Research and Public Health*, Vol. 18, No. 22, 12257, 2021. https://doi.org/10.3390/ijerph182212257

[19] H. J. Park, An Exploratory Study on the Influencing

Factors of Quality of Life Related to Health in the Elderly: Focusing on Individual Characteristics, Master's Thesis, Graduate School of Public Administration, The Catholic University of Korea, Seoul, August 2013.

[20] K. M. van Leeuwen, M. S. van Loon, F. A. van Nes, J. E. Bosmans, H. C. W. de Vet, J. C. F. Ket, ... and R. W. J. G. Ostelo, "What Does Quality of Life Mean to Older Adults? A Thematic Synthesis," *PLoS One*, Vol. 14, No. 3, e0213263, 2019. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0213263

[21] A. Bowling, D. Banister, S. Sutton, O. Evans, and J. Windsor, "A Multidimensional Model of the Quality of Life in Older Age," *Aging & Mental Health*, Vol. 6, No. 4, pp. 355-371, 2002. https://doi.org/10.1080/1360786021000006983

[22] J. M. Morse, "The Principles of Mixed-Methods Design," *Journal of Mixed Methods Research*, No. 1, pp. 3-8, 2007.

[23] Y. Li, Q. Liu, and Y. Wang, "The Research on the Usage Behavior of TikTok Short Video Platform in the Elderly Group," *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*, Vol. 5, pp. 189-197, 2022. https://doi.org/10.54097/ehss.v5i.2901

[24] National Information Society Agency, Development and Advancement of the Korean Internet Addiction Proneness Scale (K-scale), National Information Society Agency, Seoul, Technical Report NIA-TR-2002-1, pp. 1-100, 2002.

[25] B. P. Lancaster, "Defining and Interpreting Suppressor Effects: Advantages and Limitations," in *Proceeding of the Annual Meeting of the Southwest Educational Research Association*, San Antonio: TX, 1999.

이지혜(Jihye Lee)

2023년 : 홍익대학교 영상·커뮤니케이션대학원 인터랙션디자인전공 미술학 석사(인터랙션디자인)

2025년～현 재: 홍익대학교 대학원 디자인공예학과 시각디자인전공

※관심분야 : 사용자 경험 디자인, 인터랙션 디자인 등

김승인(Seung In Kim)

1987년 : 홍익대학교 미술대학 산업도안학과 시각디자인 전공(BFA)

1997년 : 미국 아트센터 컬리지 오브 디자인 영상디자인 전공(BFA 및 MFA)

2010년 : 성균관대학교 일반대학원 공연예술협동과정 디자인학·디자인교육 전공(Ph.D)

2001년～현 재: 홍익대학교 국제디자인전문대학원 디지털미디어디자인 전공 교수

※관심분야 : 사용자 경험 디자인, 브랜드 경험 디자인, 서비스 디자인 등