

대학생의 우울, 불안, 충동성, 공격성과 인터넷 중독과의 관계 - 자아탄력성의 조절효과

The Relationships among Depression, Anxiety, Impulsivity and Aggression and Internet Addiction of College Students – Moderating Effect of Resilience

최은미*, 신점란**, 배재홍***, 김명식*

전주대학교 상담심리학과*, 순창교육지원청 Wee센터**, 한양대학교 기초·융합교육원***

Eun-Mi Choi(eunmi0417@hanmail.net)*, Jeom-Ran Shin(ok5k0k@jbedu.kr)**,
Jae-Hong Bae(prom92@hanyang.ac.kr)***, Myung-Shig Kim(klb2000@jj.ac.kr)*

요약

본 연구는 성별에 따른 인터넷 중독의 차이, 인터넷 중독수준에 따른 우울, 불안, 충동성, 공격성 같은 심리특성의 차이를 규명하고자 했다. 또한 우울, 불안, 충동성, 공격성 같은 심리특성, 인터넷 중독과 자아탄력성 간의 상관을 검증하고, 심리특성과 인터넷 중독과의 관계에 있어 자아탄력성이 조절변인으로 기능하는지 검증하고자 하였다. 이 연구를 위해 전북지역의 5개 학교에 재학 중인 529명의 대학생들(남: 212명, 여: 317명)을 대상으로 인터넷 사용시간, 사용동기, 우울, 불안, 충동성, 공격성, 인터넷 중독, 자아탄력성 등의 설문조사를 실시하고 자료를 수집하였다. 본 연구의 주요한 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 남자대학생이 여자대학생에 비해 인터넷 중독 수준이 높았으며, 인터넷 중독수준이 높을수록 우울과 충동성이 높았다. 둘째, 우울, 불안, 충동성 같은 심리특성과 자아탄력성은 인터넷 중독과 정적 상관관이 있었다. 셋째, 남성의 경우 불안과 충동성이, 여성의 경우 우울과 충동성이 인터넷 중독이나 과다사용을 증가시키는 부정적 영향이 있었다. 넷째, 여자대학생의 경우 자아탄력성이 심리특성과 인터넷 중독과의 관계에 있어 조절변인으로 기능하는 경향이 검증되었다. 여자대학생의 인터넷 중독이나 과다사용에 대한 효과적인 개입을 위해서는 우울감소와 충동조절 능력의 증진 이외에 자아탄력성을 훈련하고 성장시키기 위한 노력과 개입의 필요성이 제시되었다. 본 연구의 한계점과 향후 연구방향이 논의되었다.

■ **중심어** : | 인터넷 중독 | 자아탄력성 | 우울 | 불안 | 충동성 | 공격성 |

Abstract

This study investigated the differences of internet addiction by gender and the psychological states(depression, anxiety, impulsivity and aggression) by internet addiction groups and the relationship of depression, anxiety, impulsivity and aggression with internet addiction by resilience as moderator. The 529 college students (male: 212, female: 317) of 5 universities of Jeonbuk Province participated in this study. Main results are as follows; First, the internet addiction level of male college students was higher than female students, and the higher internet addiction was, the higher depression and impulsivity were. Second, depression, anxiety, impulsivity and resilience were correlated with internet addiction. But aggression was not correlated with it. Third, anxiety and impulsivity(male college students), depression and impulsivity(female college students) were correlated with internet addiction or overuse. Fourth, resilience was proved to function as moderator in the prediction of depression on internet addiction of only female college students. The limitation and future tasks were discussed.

■ **keyword** : | Internet Addiction | Resilience | Depression | Anxiety | Impulsivity | Aggression |

I. 서론

오늘날 인터넷은 현대인의 일상생활이 될 만큼 우리 생활에 큰 영향을 주고 있다, 인터넷은 시간과 장소의 제한을 받지 않고 쉽게 사용할 수 있고 다양한 편리함을 주지만, 중독되거나 과다사용하기 쉽고 그 폐해도 매우 크다. 한국의 전체 인터넷 중독률은 2004년에 3,228 천명에서 2012년에 2,203 천명으로 전체적인 중독률은 줄어들었지만, 성인 인터넷 중독률은 2004년에 1,691 천명에서 2008년도 964 천명으로 잠시 줄어 들었다가 2011년에 1,501천명, 2012년도에 1,292천명으로 다시 증가하고 있는 추세이다. 특히 대학생의 인터넷 중독률이 증가추세이며, 2012년도에 비해 2013년도의 인터넷 잠재적 중독률은 8.3%에서 9.2%로 고위험 중독률은 2.3%에서 3.2%로 증가하였다[1]. 이 현상은 중고등학생이 부모나 학교, 주위사람들로부터 인터넷 사용에 관한 통제를 일정 부분 받지만, 대학생의 경우에는 별다른 규제를 받지 않는 사회적 분위기가 많이 작용하고 있는 것 같다[2].

대학생 시기는 성인기에 막 접어드는 시기로서 사회에 진출하여 책임 있는 성인이 되기 위한 준비단계라고 할 수 있다[3]. 이 시기는 만족스러운 대인관계를 경험하고 성인으로 살아가기 위해 능력을 개발하고 학업에 집중해야 하며 독립을 준비해야 하는 매우 중요한 시기이다[4]. 그러나 대학생의 인터넷 사용은 학업에 필요한 학습자료나 동영상 보기, 발표준비, 정보검색 등의 생산적인 용도로 사용되기도 하지만, 접근성이 쉽기 때문에 게임이나 SNS 등에 너무 많은 시간을 쓰기 쉽다. 만일 인터넷 사용에 있어 자기조절에 실패할 경우 인터넷 중독으로 진행될 가능성이 매우 높다.

지금까지 인터넷 중독에 관한 연구는 초·중·고등학생에 대한 연구가 많았던데 비해, 대학생을 대상으로 한 연구는 상대적으로 적은 편이었다[5]. 대학생을 대상으로 한 연구는 주로 인터넷 중독과 대학생활에 관한 연구[6], 인터넷 중독과 스트레스, 자기통제력과 자아존중감[7][8] 및 대인관계[9] 등에 관한 것이었다. 대부분의 선행연구에 있어 대학생이 일반인보다 인터넷 중독에 관한 유병률이 높다고 알려져 있다. 대학생들이 일반인

에 비해 인터넷을 접하기 쉽고 대학에서도 학습과 정보 검색을 위해 인터넷 사용을 권장하고 있는 점 등이 대학생의 인터넷 중독 유병률이 높은 이유가 될 수 있다 [10]. 일반 대학생의 인터넷 중독에 관한 연구에서 우울, 충동성, 대인관계, 감각추구성향 등의 심리특성이 강할수록 인터넷 중독성향도 높아진다고 보고되었다[11].

그러나 대학생의 인터넷 중독에 영향을 미치는 심리적 특성으로서 최근 부각되고 있는 자아탄력성(resilience)과 인터넷 중독의 관계에 대한 연구는 국내에서는 아직 초기단계라고 할 수 있다. 국내에서는 인터넷 중독의 중요성에 대한 인식이 증가하면서 인터넷 중독의 정의, 핵심증상, 진단기준 등을 제안하고 관련 요인을 밝히는 연구와 적절한 개입프로그램을 개발하고 효과를 검증하는 연구들이 많이 시행되어 왔다[12].

인터넷 중독 관련 많은 연구들이 있음에도 불구하고 인터넷 중독의 예방과 치료를 위한 체계적이고 종합적인 심리적 변인들의 영향이나 매개경로를 설명해 줄 수 있는 실증적 연구는 아직 부족한 실정이다[5]. 본 연구에서는 대학생을 대상으로 첫째, 성별 인터넷 중독의 차이와 인터넷 중독수준에 따른 심리특성의 차이를 규명하고자 하였다. 둘째, 우울, 불안, 충동성, 공격성 등의 심리변인과 인터넷 중독간의 관계에 있어, 자아탄력성이 조절변인으로 기능하는지 검증하고자 하였다.

II. 이론적 배경

1) 인터넷 중독

인터넷 중독에 관한 초기의 연구들은 인터넷 중독을 정의하고 강박적인 행동패턴에 대한 연구들이 주를 이루었다. Griffiths(1998)은 인터넷 중독은 인터넷을 과도하게 사용하고 적절히 통제하지 못하는 기술적 중독(technical addiction)이며, 도박중독 같은 행동상의 문제이자 중독이라고 정의했다. Kandell(1998) 역시 인터넷 중독은 인터넷에 대한 심리적 의존(psychological dependence)으로서, 한번 로그인되면 그 활동을 통제하기 어려운 심리적 현상이라고 정의했다[13][14].

물질중독인 마약, 알코올, 도박중독은 신체적, 심리

적, 경제적, 사회적 폐해로 나타나기 때문에 국가적, 사회적 제재와 비난을 받기 쉽다. 그러나 인터넷은 유아부터 노인까지 전 계층이 사용하고 있고, 사회적으로 그 사용을 촉진하는 경향이 있어서 통제와 조절이 매우 어려운 실정이라고 할 수 있다[15]. 또한 일상생활의 스트레스에 대한 정서조절이나 쾌감 추구를 위해 중독적으로 인터넷을 사용하기 쉽다. 인터넷 중독은 과도한 인터넷 사용이 자신에게 해가 된다는 것을 잘 알면서도, 실제 행동에서는 적절히 통제하지 못하는 중독적 행동이라 할 수 있다[16].

인터넷 사용시간과 용도에 있어서 성별차이가 상당히 크다고 할 수 있다. Young(2009)은 청소년을 대상으로 한 연구에서, 인터넷 상의 온라인게임, 채팅, 즉각적 메시지 전달, 개인블로그, 음악 다운로드, 웹서핑 등이 유행하게 되면서 남성들은 게임 같은 보다 충동적이고 자극적인 활동에, 여성들은 대인관계와 연계망 등에 더 치중하는 경향이 있다고 보고했다[17]. 윤현민(2005)은 중학생을 대상으로 한 연구에서 남학생이 여학생에 비해 인터넷 사용시간이 더 많다고 보고했다. 또한 남학생은 게임이나 정보검색 같은 비사회적 활동에, 여학생은 이메일, 채팅이나 동호회 같은 사회적 활동에 시간을 많이 보낸다고 했다[18]. 최은구(2007)는 대학생을 대상으로 한 연구에서 남자대학생의 인터넷 중독 수준이 여자대학생에 비해 높으며, 남자대학생이 여자대학생에 비해 인터넷 가상세계에 더 몰입하거나 보다 긍정적인 기대를 한다고 보고했다[19]. 최근 인터넷 중독에 관한 연구는 인터넷 중독 유형론, 인터넷 중독의 원인이 되거나 주요한 영향을 주는 심리사회적, 기질적 요인에 대한 연구와 인터넷을 매개로 하는 다양한 사이버 활동들에 대해 활발하게 진행되고 있다[5][10].

2) 우울, 불안, 충동성, 공격성 등의 심리특성과 인터넷 중독의 관계

인터넷 중독을 통해 인터넷 공간으로 도피함으로써 현실세계에서의 고립감이나 고독, 위축, 외로움, 우울, 불안 등으로부터 일시적으로 벗어나 사회적인 관계에 대한 욕구를 충족시킬 수 있다. 이런 특성 때문에 청소년은 물론 대학생에게도 인터넷 중독의 위험성과 폐해

가 크거나 그 가능성이 높다고 할 수 있다[20][21]. Young(1996)은 병리적인 인터넷 사용이 우울과 높은 상관성이 있다고 주장하였다. 우울한 사람에게서 보이는 낮은 자존감, 동기저하, 거절에 대한 두려움, 승인 받고자 하는 욕구가 인터넷 사용을 더욱 촉진시킨다고 주장했다[22]. 류인균 등(2000)은 인터넷 중독이 심하게 되면, 우울은 물론 불안장애와 사회공포증, ADHD, 병적 도박 등 다양한 심리사회적 증상이나 문제행동이 복합적으로 나타나기 쉽다고 했다[23].

Young(1996)은 인터넷 중독 장애는 충동조절장애(impulse control disorder)의 일종으로서 통제성 상실, 갈망과 내성, 과도한 재정 문제, 학업실패 등의 문제를 야기할 수 있으며, 결국 금단과 내성이 증가하여 사회적, 직업적 기능이 손상되게 된다고 주장했다[22]. Jacobs(1986)는 중독 증상을 통해 만성적 스트레스 상태가 경감되므로, 오랜 시간 중독 상태에 의존하기 쉽다고 주장했다. 중독 행동이 스트레스에 대한 좋은 탈출구나 도피처로 지각되기 때문에 더욱 중독에 빠져든다고 주장했다[24]. 김미경(2002)과 라민오(2001)는 충동성이 청소년기나 성인기의 비행이나 부적응적 행동과 관계 깊다고 했다. 충동성이 강한 남자 청소년들이 인터넷을 매개로 해서 사이버 비행이나 각종 대인관계 폭력 등을 유발하기 쉽다고 보고했다[25][26].

Young(1996)은 인터넷 과다사용과 중독이 공격성을 유발하기 쉽다고 했다[22]. Alavi 등(2011)은 남녀 공통적으로 인터넷 중독과 우울, 불안, 낮은 자존감, 외로움, 강박증과의 상관성이 높은 반면, 인터넷 중독과 공격성과 인터넷 중독과 적개심과의 상관성은 남성에게 잘 나타난다고 보고했다. 남성의 경우 스트레스로부터 탈출하기 위해, 인터넷 중독에 빠지기 쉬우며, 이때 공격적, 적대적 행동을 하기 쉽다는 것이다[27]. 정영숙(2000) 역시 인터넷을 통한 게임중독이 공격성을 촉발하며, 이 촉발된 공격성이 다시 인터넷 게임중독을 증가시키는 악순환에 빠지게 된다고 보고했다[28].

3) 인터넷 중독과 자아탄력성

자아탄력성은 스트레스 상황에서 충동통제를 조절을 하며, 긍정적이고 건강하게 적응해 나가는 능력이라고

정의된다. 자아탄력성이 높은 사람은 공격에 민감하지 않고, 인간관계에서 일어나는 문제나 갈등을 해결하는 능력이 뛰어나다[29][30]. 자아탄력성은 스트레스 상황에서 적응을 도와주는 중요한 변인으로서 많이 연구되어왔다. 자아탄력성이 스트레스 상황으로부터 적응을 도와주며 다양한 문제로부터 부적응적인 문제를 완화시켜주는 보호요인적 역할을 한다고 할 수 있다[31]. 우리나라의 대학생들은 청소년기에서 성인기로 이행하는 과도기적인 단계에 놓여 있고, 취업과 학업이라는 진로 준비로 인해 과도한 스트레스에 노출되기 쉽다[32]. 대학생들이 스트레스를 벗어나기 위한 방법으로 인터넷을 과도하게 사용하거나 그 가상세계로 도피함으로써 인터넷 중독이나 과다 사용에 빠질 가능성이 크다[33]. 정은옥(2006)은 자아탄력성이 자존감과 정적 상관이 있는 반면, 정신과적 증상인 신체화, 강박증, 대인예민성, 우울증, 불안증, 적대감, 편집증, 정신증과 높은 부적상관이 있다고 보고했다[34]. 이만제(2009)는 중학생을 대상으로 연구에서 자아탄력성이 낮을수록 인터넷 중독에 걸릴 가능성이 높아진다고 보고했다[35]. 최희정(2010)은 중학생을 대상으로 한 연구에서 학교 스트레스가 인터넷 중독에 영향을 주며, 이 과정에서 자아탄력성이 학교 스트레스와 상호작용하여 인터넷 중독을 감소시키는 긍정적 조절 효과가 있다고 보고했다[36]. 남지현(2006) 역시 중학생을 대상으로 한 연구에서 인터넷 중독과 자아탄력성은 부적 상관관계가 있으며, 자아탄력성의 하위요인 중 대인관계, 감정통제와 낙관성이 낮아질수록 인터넷 중독 성향이 높아진다고 보고했다[37]. 국내에서는 인터넷 중독과 자아탄력성을 다룬 연구가 아동청소년에게 집중되어 있지만, 대학생을 대상으로 한 연구는 그렇게 많지 않은 실정이다[32].

본 연구의 목적은 첫째, 대학생들을 대상으로 남녀간 인터넷 중독의 차이와 인터넷 중독 정도에 따른 심리특성(우울, 불안, 공격성, 충동성)의 차이를 검증하고자 했다. 둘째, 심리특성(우울, 불안, 공격성, 충동성)이 인터넷 중독을 촉진한다고 가정하고, 이 과정에서 자아탄력성의 조절효과가 있는지 전체 집단과 남녀 집단별로 나누어 검증하고자 했다[그림 1].

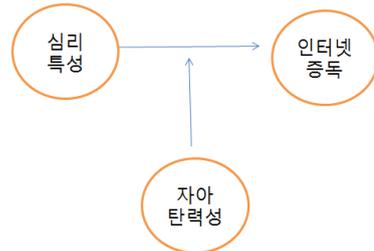


그림 1. 심리특성과 인터넷 중독 간의 관계에 있어 자아탄력성의 조절모형

III. 연구방법

1. 대상자 및 자료수집 방법

본 연구의 대상은 전북에 거주하고 있는 5개의 대학교를 대상으로 550부를 배부하였지만 회수된 설문지 중 성의 있게 응답하지 않은 21부를 제외하고 최종 529부를 최종자료로 사용하였다. 이 중 남학생은 212명(40.1%), 여학생은 317명(59.9%)이었다. 학년별로는 1학년 213명(40.3%), 2학년 134명(25.3%), 3학년 106명(20.0%), 4학년 76명(14.4%)이었다. 1, 2학년이 65%로 연구대상 대학생의 반이상을 차지했다.

2. 연구도구

2.1 우울(CES-D)

우울척도는 Radloff(1977)가 개발한 CES-D(Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale)를 전경규, 최상진, 양병창(2001)이 수정 및 보완하여 개발한 20개 문항의 한국판 CES-D를 사용하였다[39][40]. 이 도구는 우울정서(7문항), 긍정적 정서(4문항), 신체적 기능저하(7문항), 대인관계(2문항) 등 4개 영역으로 총 20문항으로 구성되어 있다[30]. 문항내용은 '내가 하는 모든 일이 힘들다고 느꼈다', '나는 불행했다', '사람들이 나를 싫어하는 느낌이 들었다' 등이다. 본 연구의 전체 문항의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .89이었다.

2.2 불안

불안을 측정하기 위해 Spielberg, Gorsuch 및 Lushene(1970)가 개발한 STAI(State-Trait- Anxiety

Inventory)를 김정택, 신동균(1978)이 우리말로 번안하여 표준화시킨 상태-특성불안 척도를 사용하였다[41][42]. 상태불안 척도는 피험자의 '지금-현재' 이렇게 느끼고 있는가를 나타내는 일시적인 불안상태를 측정하며, 특성불안 척도는 '일반적으로 느끼는' 바를 나타내는 비교적 안정적인 불안의 개인차를 측정하는 것이다. 본 척도는 4점 Likert 척도로 1점은 '별로 그렇지 않다'에서 4점 '항상 그렇다'의 범위를 보인다. 본 연구에서는 불안의 안정적인 특성을 측정하는 것을 필요로 하기 때문에 특성불안 척도 20문항만 사용하였다. 김정택, 신동균(1978)이 한국 대학생들과 고등학생을 대상으로 표준화시킨 연구에서 특성불안 척도의 내적 합치도 계수(Cronbach's α)는 .86이었다[42]. 본 연구의 전체 문항의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .84이었다.

2.3 충동성

충동성 척도(Barratt Impulsiveness Scale; BIS)는 이현수(1992)가 번안한 것을 사용하였다[43]. 운동 충동성 8문항, 인지 충동성 6문항, 무계획 충동성 9문항으로 3개의 하위요인으로 총 23문항으로 구성된다. 본 연구의 전체 문항의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .85이었다.

2.4 공격성

공격성은 Buss와 Perry(1992)의 공격성 척도를 서수관과 권석만(2002)이 번안하고 한국판으로 개발한 척도를 사용하였다[44][45]. 본 척도는 공격성을 측정하는 것으로 신체적 공격행동, 언어적 공격행동, 분노감, 적대감으로 구성된 4개의 하위요인으로 총 29문항으로 이루어져 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 해당 특징이 강한 것을 나타낸다. 본 연구의 전체 문항의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .82이었다.

2.5 자아탄력성

Block과 Kremem(1996)이 개발한 자아탄력성 척도(the Ego-Resiliency Scale)를 유성경, 심혜원(2002)이 번안한 것을 사용하였다[46][47]. 이 자아탄력성 척도는 대인관계, 활력성, 감정통제, 호기심, 낙관성으로 5가지

하위요인으로 구성되어 있다. 총 14문항으로 이루어졌다. 총 점수의 범위는 14점에서 70점이며, 높은 점수는 적응이 요구되는 스트레스 사건 경험 후에 개인이 자기 통제 수준으로 다시 돌아오는 능력이 뛰어나는 것을 의미한다. 문항내용은 '나는 새롭고 다양한 종류의 일하는 것을 좋아한다', '나는 매우 에너지가 넘치는 사람이다', '나는 갑자기 놀라는 일을 당해도 금방 괜찮아지고 그것을 잘 이겨낸다' 등이다. Block과 Kremem (1996)의 연구에서는 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .76이었다[46]. 본 연구의 전체 문항의 신뢰도 계수는 .78이었다.

2.6 인터넷중독

인터넷 중독과 과몰입을 측정하기 위해 한국정보화진흥원(2011)에서 개발한 성인용(20-49세) 인터넷 중독 자가진단 척도를 사용하였다[48]. 성인 인터넷 중독 자가진단 척도는 일상생활장애, 가상세계지향성, 금단, 내성의 4개 하위요인으로 구성되었다. 전체점수가 42점 이상이면 고위험군, 39-41점 이하이면 잠재적 위험군, 38점 이하이면 일반사용자군으로 나뉜다(한국정보화진흥원, 2011). 본 연구의 전체 문항의 신뢰도 계수는 .84이었다.

2.7 연구방법

본 연구의 자료분석을 위해 SPSS 19.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 통계처리 하였다. 첫째, 조사대상자들의 인터넷 사용시간과 사용동기에 대한 빈도분석을 실시하였다. 둘째, 성별 인터넷 중독의 차이와 인터넷 중독 수준에 따른 심리특성(우울, 불안, 충동성, 공격성)의 차이를 검증하기 위해 t검증과 변량분석(ANOVA)을 실시했다. 셋째, 심리특성(우울, 불안, 충동성, 공격성), 자아탄력성과 인터넷 중독과의 관계를 검증하기 위해 단순상관분석을 실시했다. 넷째, 본 연구에서 예언변수로 설정한 심리특성(우울, 불안, 충동성, 공격성)이 대학생의 인터넷 중독에 영향을 미치는 과정에 있어 자아탄력성 조절효과를 검증하기 위해 위계적 중다회귀분석을 활용한 조절회귀분석(Moderated Multiple Regression: 이하 MMR)을 실시 하였다. Aiken과 West(1991)의 방식에 따라 조절효과 검증은

위한 중다회귀분석은 다중공선성(Multicollinearity) 문제를 해결하기 위하여 예측변인인 심리특성(우울, 불안, 충동성, 공격성)과 자아탄력성의 값에서 각 평균을 뺀 점수(mean centering)를 사용하였다. 또한 심리특성과 자아탄력성 값을 곱하여 조절회귀 독립변수로 사용하였다[49].

3. 연구결과

3.1 인터넷 사용 시간과 사용동기

본 연구에 참여한 대학생들은 인터넷을 사용하는 시간이 3-4시간이 25.3%로 가장 많았으며, 6시간 이상이 23.6%, 2-3시간이 20.0%, 5-6시간이 18.3% 순으로 응답했다. 대학생들이 인터넷을 하기 위해 하루 중 많은 시간을 사용하고 있다고 할 수 있다. 또한 인터넷을 사용하는 동기는 폭넓은 커뮤니케이션이 57.2%로 가장 많았으며, 정보검색 25.0%, 최근유행 14.0%, 업무와 학업 4.0% 순이었다[표 1].

표 1. 인터넷 사용시간과 동기

		인원	비율(%)
사용시간	1시간미만	10	1.9
	1-2시간미만	57	10.8
	2-3시간미만	106	20.0
	3-4시간미만	134	25.3
	5-6시간미만	97	18.3
	6시간이상	125	23.6
사용동기	최근유행	74	14.0
	정보검색	132	25.0
	업무, 학업도움	21	4.0
	폭넓은 커뮤니케이션	302	57.1
		529	100.0

3.2 성별 인터넷 중독의 차이

본 연구에 참여한 대학생의 성별에 따른 인터넷 중독의 차이를 비교한 결과 남성과 여성 간 인터넷 중독의 하위변인인 일상생활장애($t=2.41, p<.01$), 금단($t=2.75, p<.01$), 내성($t=3.32, p<.01$)에 있어 통계적으로 유의미한 차이가 있었다. 여성이 남성에 비해 인터넷 중독으로 인한 일상생활장애, 금단, 내성이 높다고 응답했다[표 2].

표 2. 성별 인터넷 중독의 차이

중독	집단	남성 (n=212)	여성 (n=317)	전체 (n=529)	t
		M(SD)	M(SD)	M(SD)	
인터넷중독	일상생활장애	9.52 (2.67)	10.10 (2.73)	9.87 (2.72)	2.41*
	가상세계지향성	3.39 (1.22)	3.36 (1.18)	3.38 (1.20)	.04
	금단	6.81 (2.28)	7.37 (2.21)	7.15 (2.26)	2.75**
	내성	8.58 (2.56)	9.33 (2.41)	9.03 (2.49)	3.32**

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

3.3 인터넷 중독 정도별 심리특성과 자아탄력성의 차이

본 연구에 참여한 대학생을 인터넷 중독 정도에 따른 심리특성과 자아탄력성의 차이를 비교하기 위해, 대학생들을 인터넷 중독정도에 따라 고위험군, 잠재적 위험군, 일반군으로 나누었다. 그 결과 고위험군은 26명(4.9%), 잠재적 위험군은 32명(6.1%), 일반군은 467명(89%)이었다. 인터넷 중독정도에 따른 우울, 불안, 충동성, 공격성, 자아탄력성 등 심리특성의 차이를 비교했다. 그 결과 인터넷 중독 정도에 따라 우울($F=6.50, p<.01$), 충동성($F=10.60, p<.01$)이 통계적으로 유의미한 차이가 있었다. 사후검증(Schaffe) 결과, 인터넷 중독 정도가 높은 고위험군과 잠재적 위험군이 일반군에 비해 우울과 충동성이 높았다[표 3].

표 3. 인터넷 중독 정도별 심리특성의 차이

	고위험 (n=26)	잠재군 (n=32)	일반군 (n=467)	전체 (n=525)	F	사후검증
	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)		
우울	20.50 (9.32)	19.97 (7.20)	16.23 (7.91)	16.67 (8.02)	6.50**	1)3, 2)3
불안	50.96 (3.47)	51.78 (2.56)	50.45 (3.30)	50.56 (3.28)	2.68	NS
충동성	57.92 (9.83)	56.81 (6.08)	52.00 (8.37)	52.60 (8.48)	10.60**	1)3, 2)3
공격성	81.42 (4.22)	80.28 (4.36)	80.86 (5.10)	80.86 (5.02)	0.38	NS
자아탄력성	45.19 (8.49)	44.03 (9.65)	45.88 (9.20)	45.74 (9.18)	.60	NS

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

NS Not Significant

주. 1. 고위험군 2. 잠재군 3. 일반군

3.4 인터넷 중독, 자아탄력성과 심리특성과의 관계

인터넷 중독, 자아탄력성과 우울, 불안, 충동성, 공격성 등의 심리특성과의 상관관계를 규명하기 위해 단순상관분석을 실시했다. 그 결과 인터넷 중독은 자아탄력성과 통계적으로 유의미한 부적 상관($r=-.21, p<.01$)이 있었다. 그러나 인터넷 중독은 공격성을 제외한 우울($r=.25, p<.01$), 불안($r=.18, p<.01$), 충동성($r=.35, p<.01$)과 통계적으로 유의미한 정적 상관이 있었다[표 4].

표 4. 인터넷 중독, 자아탄력성과 심리특성의 상관

	1	2	3	4	5	6
1	1					
2	-.21**	1				
3	.25**	-.22**	1			
4	.18**	-.25**	.30**	1		
5	.35**	-.22**	.24**	.06	1	
6	.01	.01	.23**	-.06	.06	1
M	29.46	45.78	16.63	50.56	52.57	80.81
(SD)	(7.28)	(9.18)	(8.00)	(3.27)	(8.45)	(5.03)

*p<.05 ** p<.01

주. 1. 인터넷 중독 2. 자아탄력성 3. 우울 4. 불안
5. 충동성 6. 공격성

3.5 대학생의 심리특성과 인터넷 중독 간의 관계에 있어 자아탄력성의 조절효과

3.5.1 전체 대학생

1단계에서 심리특성인 우울, 불안, 충동성, 공격성을 투입하여 인터넷 중독에 미치는 영향을 검증한 결과,

우울, 불안, 충동성이 통계적으로 유의미하게 인터넷 중독에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 우울, 불안, 충동성이 높을수록 인터넷 중독 수준이 높아짐을 의미한다. 이 모델의 설명력은 16.2%이고 통계적으로 유의미했다($F=23.84, p<.01$). 2단계에서는 자아탄력성을 추가로 투입하였고, 자아탄력성이 통계적으로 유의미하게 인터넷 중독에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 자아탄력성이 높아질수록 인터넷 중독 수준은 감소한다고 할 수 있다. 이 모델의 설명력은 17.3%이고 통계적으로 유의미했다($F=20.57, p<.01$). 3단계에서는 우울, 불안, 충동성, 공격성의 심리특성과 자아탄력성의 상호작용 항을 추가로 투입하였고, 그 결과 ‘심리특성×자아탄력성’의 상호작용 항이 통계적으로 유의미하게 인터넷 중독에 영향을 미치지 못했다. 심리특성과 인터넷 중독간의 관계에 있어, 자아탄력성이 조절변인으로서 기능하지 않는 것으로 나타났다.

3.5.2 남자 대학생

1단계에서 심리특성인 우울, 불안, 충동성, 공격성을 투입하여 인터넷 중독에 미치는 영향을 검증한 결과, 충동성이 통계적으로 유의미하게 인터넷 중독에 정적 영향을 미쳤고, 불안이 인터넷 중독에 정적 영향을 미치는 경향을 보였다. 심리특성 중 충동성과 불안이 높을수록 인터넷 중독 수준이 높아진다고 할 수 있다. 이 모델의 설명력은 14.5%이고 통계적으로 유의미했다

표 5. 심리특성과 인터넷 중독 간의 관계에 있어 자아탄력성의 조절효과(전체)

독립변수	종속변수					
	1단계		2단계		3단계	
	B(β)	t	B(β)	t	B(β)	t
우울(A)	.12(.13)	2.83**	.11(.12)	2.78	.12(.13)	2.83**
불안(B)	.24(.11)	2.50*	.19(.08)	1.95	.18(.08)	1.80*
충동(C)	.26(.30)	7.22**	.24(.28)	6.65	.24(.29)	6.65
공격(D)	-.04(-.02)	-.66	-.033(-.023)	-.53	-.044(-.030)	-.70
자아탄력(E)			-.08(-.11)	-2.53	.13(.16)	.70
AxE					-.00(-.02)	-.62
BxE					.01(.04)	1.04
CxE					-.01(-.01)	-.33
DxE					.00(.27)	1.19
상수		28.44		28.64		28.37
R ²		.162		.173		.177
ΔR ²		.162		.011		.004
F		23.84**		20.57**		11.64**

* p<.10 *p<.05 **p<.01

표 6. 심리특성과 인터넷 중독 간의 관계에 있어 자아탄력성의 조절효과(남자 대학생)

독립변수	종속변수					
	1단계		2단계		3단계	
	B(β)	t	B(β)	t	B(β)	t
우울(A)	.03(.03)	.48	.00(.01)	.12	.01(.01)	.18
불안(B)	.30(.12)	1.77 ⁺	.27(.11)	1.61	.31(.13)	1.71 ⁺
충동(C)	.30(.33)	4.77 ^{**}	.27(.30)	4.32	.27(.30)	4.21
공격(D)	.02(.01)	.21	.03(.02)	.38	.03(.02)	.30
자아탄력(E)			-.11(-.14)	-2.09	.00(.00)	.00
AxE					-.00(-.02)	-.25
BxE					-.01(-.05)	-.61
CxE					-.00(-.01)	-.22
DxE					.00(.16)	.45
상수	29.19		29.70		29.45	
R ²	.145		.164		.168	
ΔR^2	.145		.019		.004	
F	8.25 ^{**}		7.59 ^{**}		4.27 ^{**}	

⁺ p<.10 ^{*}p<.05 ^{**}p<.01

표 7. 심리특성과 인터넷 중독 간의 관계에 있어 자아탄력성의 조절효과(여자대학생)

독립변수	종속변수					
	1단계		2단계		3단계	
	B(β)	t	B(β)	t	B(β)	t
우울(A)	.16(.18)	3.13 ^{**}	.15(.17)	3.02	.15(.17)	2.92
불안(B)	.20(.09)	1.74 ⁺	.15(.07)	1.29	.15(.07)	1.25
충동(C)	.24(.29)	5.45 ^{**}	.22(.28)	5.10	.23(.28)	5.12
공격(D)	-.03(-.02)	-.46	-.03(-.02)	-.42	-.03(-.02)	-.42
자아탄력(E)			-.10(-.12)	2.46	.17(.22)	.68
AxE					.02(.09)	1.72
BxE					-.00(-.02)	-.41
CxE					-.00(-.02)	-.38
DxE					.00(.31)	.96
상수	28.99		29.06		29.19	
R ²	.167		.173		.184	
ΔR^2	.167		.006		.011	
F	14.77 ^{**}		12.29 ^{**}		7.26 ^{**}	

⁺ p<.10 ^{*}p<.05 ^{**}p<.01

($F=8.25, p<.01$). 2단계에서는 자아탄력성을 추가로 투입하였고, 자아탄력성이 인터넷 중독에 통계적으로 유의미하게 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 자아탄력성이 높을수록 인터넷 중독 수준은 감소하는 것을 의미한다. 이 모델의 설명력은 16.4%이고 통계적으로 유의미했다($F=7.59, p<.01$). 3단계에서는 우울, 불안, 충동성, 공격성의 심리특성과 자아탄력성의 상호작용 항을 추가로 투입하였고, 그 결과 '심리특성×자아탄력성'의 상호작용 항이 통계적으로 유의미하게 인터넷 중독에 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다. 심리특성과 인터넷 중독간의 관계에 있어, 자아탄력성이 조절변인으로서 기능하지 않는 것으로 나타났다.

3.5.3 여자 대학생

1단계에서 심리특성인 우울, 불안, 충동성, 공격성을 투입하여 인터넷 중독에 미치는 영향을 검증한 결과, 우울과 충동성이 통계적으로 유의미하게 인터넷 중독에 정적 영향을 주었고, 불안이 인터넷 중독에 정적 영향을 주는 경향이 있었다. 심리특성 중 우울, 충동성과 불안이 높을수록 인터넷 중독 수준이 높아짐을 의미한다. 이 모델의 설명력은 16.7%이고 통계적으로 유의한 결과이다($F=14.77, p<.01$). 2단계에서는 자아탄력성을 추가로 투입하였고, 자아탄력성이 통계적으로 유의미하게 인터넷 중독에 부적 영향을 미쳤다. 이 모델의 설명력은 17.3%이고 통계적으로 유의미했다($F=12.29,$

$p<.01$). 3단계에서는 우울, 불안, 충동성, 공격성의 심리 특성과 자아탄력성의 상호작용 항을 추가로 투입하였고, 그 결과 ‘심리특성×자아탄력성’의 상호작용 항 중 ‘우울×심리특성’이 인터넷 중독에 영향을 주는 경향이 있음이 검증되었다($\beta=.09, p=.085$). 이 모델의 전체 설명력은 18.4%이고, 통계적으로 유의했다($F=7.26, p<.01$). 여자 대학생의 경우 우울과 충동성이 증가할수록 인터넷 중독 수준이 높아지며, 특히 우울과 인터넷 중독 간의 관계에 있어 자아탄력성이 조절변인으로서 기능하는 경향이 검증되었다.

[그림 1]을 보면 자아탄력성을 높게 지각하는 집단(자아탄력성 평균 보다 높음)은 우울이 높더라도 인터넷 중독 점수가 크게 증가하지 않았다. 그러나 자아탄력성을 낮게 지각하는 집단(자아탄력성 평균 보다 낮음)은 우울이 높아지면 인터넷 중독 점수가 상대적으로 크게 증가했다. 우울과 인터넷 중독과의 관계에 있어 자아탄력성이 보호요인으로서 조절효과가 있음을 의미한다.

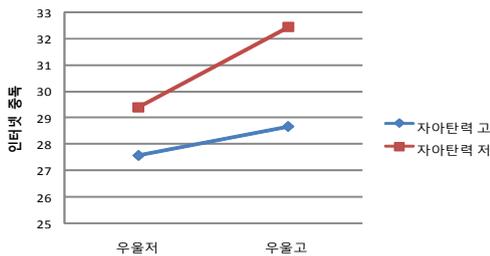


그림 1. 심리특성(우울)과 인터넷 중독 간의 관계에 있어 자아탄력성의 조절효과(여자 대학생)

IV. 결론 및 제언

본 연구에서는 529명의 대학생을 대상으로 먼저 성별에 따른 인터넷 중독수준, 인터넷 중독정도에 따른 우울, 불안, 충동성, 공격성 등의 심리적 특성의 차이를 검증해보았다. 또한 우울, 불안, 충동성, 공격성 등의 심리특성과 자아탄력성의 관계를 규명하고, 이 과정에서 자아탄력성이 조절변인으로 기능하는지 검증하고자 했다. 본 연구의 주요한 결과는 첫째, 대학생의 성별에 따

른 인터넷 중독의 차이를 비교한 결과 여성이 남성에게 비해, 일상생활장애, 금단, 내성이 더 높았다. 대부분의 선행연구에서는 남성이 여성에 비해 인터넷 중독 수준이 높으며, 남성이 여성에 비해 인터넷 중독에 의한 일상생활장애, 금단, 내성 등의 가능성이 더 높다고 보고되었다. 본 연구에서는 이런 선행연구들과 매우 불일치하는 결과가 나타났다. 향후 이에 대한 확인작업과 후속 연구가 필요한 것 같다[17-19].

둘째, 대학생들의 인터넷 중독 정도에 따라 고위험군, 잠재군, 일반군으로 나누고, 우울, 불안, 충동성, 공격성, 자아탄력성과의 차이를 알아보려 하였다. 그 결과 인터넷 중독 정도에 따라 우울, 충동성에서 차이가 있었다. 이는 다른 선행 연구에서 우울과 충동성이 높은 대학생일수록 인터넷 중독이 높다는 연구결과와 일치한다[22][23][25]. 그러나 인터넷 중독에 따라 불안, 공격성, 자아탄력성은 큰 차이가 없었다. 대학생들이 초등학교나 중학생과 이러한 차이가 있는 것인지, 아니면 인터넷 중독이 심하지 않은 일반 대학생의 경우 인터넷 중독과 불안, 공격성, 자아탄력성에 있어 큰 차이가 없는 것인지 후속연구와 확인 작업이 필요한 것 같다[3][26][37].

셋째, 심리특성과 인터넷 중독과의 관계에 있어, 심리특성인 공격성과 인터넷 중독과의 상관관계는 통계적으로 유의미하지 않았다. 아마도 공격성은 공격성이나 충동성이 강한 대학생들에 한해 인터넷 사용을 촉진시키므로, 공격성이 높지 않은 일반 대학생의 경우에는 공격성과 인터넷 중독은 큰 상관이 없는 것 같다[23][28]. 향후 이에 대한 확인과 후속연구가 필요한 것 같다. 또한 남자대학생은 충동성과 불안이 높을수록, 여자대학생은 우울과 충동성이 높을수록 인터넷 중독 수준이 증가하는 것으로 나타났다. 남녀 대학생 공통적으로 충동성이 인터넷 중독에 정적 영향을 주었으나, 남성의 경우에는 불안이 여성의 경우에는 우울이 인터넷 중독에 정적 영향을 주었다. 남녀 공통적으로 충동성이 인터넷 중독에 영향을 준다는 본 연구 결과는 Griffiths(1998), Young(1996), 김미경(2002), 라민오(2001) 등의 연구와 일치되는 결과이다. 인터넷 중독과 과몰입에 대한 상담에 있어, 충동조절에 관한 개입이 반드시 필요하다는

것이 본 연구에서도 지지되었다[22][25][26]. 또한 남자 대학생은 불안이, 여자 대학생은 우울이 인터넷 중독 수준에 영향을 준다는 본 연구 결과 역시 Young(1996), 윤현민(2005), 류인균(2000) 등의 연구와 일치되는 결과이다[18][22][23]. 남성의 경우 효과적인 인터넷 중독 상담을 위해서는 스트레스 관리나 불안감소 기법이 더 효과적일 가능성이 큰 반면, 여성의 경우에는 사회적 지지의 제공, 자존감의 증진, 대화와 인지조절 등 주로 우울에 대한 대처가 인터넷 중독 감소시킬 것으로 추론된다. 남성의 경우 일상생활의 스트레스나 불안에 대해 적절히 자각(aware)하고 대처할 수 있도록 기존의 심리상담 프로그램이나 기법을 응용 및 활용해야 할 것이다. 여성의 경우 우울증 상담이나 치료에 대한 효과성이 검증된 인지행동치료(Cognitive Behavioral Therapy; CBT) 기법을 인터넷 중독이나 과몰입 상담을 위해 적절히 활용해야 할 것이다. 남녀 대학생 공통적으로는 충동성에 대한 효과적인 대처를 위해 만족지연 연습, 충동조절 연습, 그리고 적절한 대체활동(alternative activity) 등에 대해 상담 및 훈련시켜야 할 것이다 [3][19][23].

넷째, 남자대학생의 심리특성과 인터넷 중독 간의 관계에 있어 자아탄력성의 조절효과가 없었다. 그러나 여자대학생의 경우 심리특성 중 우울과 인터넷 중독 간의 관계에 있어 자아탄력성이 어느정도 조절변인으로서 기능함이 검증되었다. 중학생을 대상으로 한 연구들에서는 학교스트레스와 인터넷 중독을 자아탄력성이 잘 조절하는 것으로 보고된 반면, 본 연구에서는 여자 대학생의 우울에 한해서 자아탄력성의 긍정적 조절효과가 검증되어서 부분적으로 일치되었다. 아마도 그 이유는 연구대상의 차이(중학생과 대학생), 척도의 차이(이만제, 2009), 독립변인 등의 차이 등 여러 가지 원인이 가능한 것 같다[35-37]. 향후 이에 대한 후속연구와 확인작업이 필요한 것 같다. 본 연구 결과를 통해 여자 대학생의 인터넷 중독이나 과몰입의 경우 우울을 감소시키는 것도 중요하지만, 자아탄력성을 증진시킬 때 인터넷 중독을 감소시키는 치료적 효과가 있을 가능성이 제시되었다. 아마도 남성의 경우 여성에 비해 사고, 감정과 신체에 대한 자각능력이 상대적으로 떨어지므로 심

리적으로 경험되는 자아탄력성이 인터넷 중독에 주는 영향은 크지 않을 수 있는 것 같다. 향후 이에 대한 후속연구와 확인작업이 필요한 것 같다.

본 연구의 한계점은 첫째, 본 대학생 연구대상이 전북에만 한정되어, 이 연구 결과를 우리나라 전체 대학생에게 일반화 시키기 어렵다는 것이다. 둘째, 인터넷 중독 정도에 따른 위험군, 잠재군, 일반군의 인원수가 너무 차이가 나서 통계적 검증력의 저하를 가져왔다. 향후 연구에서는 인원수를 일정한 인구통계학적 기준이나 관련 기준에 의해 조절하던가, 고위험군 중심으로 연구를 진행해야 할 것 같다. 셋째, 본 연구가 주로 대학생들의 자기보고(self-report)에 기초해 이루어졌다는 점이다. 향후 연구에서는 설문조사와 함께 행동관찰이나 평가, 심리상담 프로그램에 대한 반응 등 행동적 평가가 보다 보장되어야 할 것이다.

최근의 인터넷과 스마트폰의 사용 증가는 거스를 수 없는 시대의 물결을 반영하는 것 같다. 특히 인터넷 미디어 콘텐츠 분야의 발전은 어느 전문가도 예측하기 어려운 심리사회적 변화를 가져오고 있다고 할 수 있다. 향후 인터넷과 정보산업 분야의 눈부신 발전에 대비한 심리사회적 개입과 정책을 위한 실제적 준비와 대처가 매우 필요한 것 같다.

참고 문헌

- [1] 한국정보화진흥원, 2013 인터넷중독실태조사, 2014.
- [2] 김진희, 김경신, “대학생의 가족기능과 인터넷 중독의 관계에서 심리적 기능의 매개효과”, 한국가족관계학회지, 제15권, 제2호, pp.155-171, 2010.
- [3] 노안영, 정민, “우울을 매개로한 대학생의 인터넷 중독 예측 변인들,” 상담학연구, 제12권, 제1호, pp.355-371, 2011.
- [4] 박보영, *대학생들의 인터넷 중독과 정신상태에 관한 연구*, 경희대학교 교육대학원 석사학위논문, 2005.
- [5] 장재홍, 김광현, “인터넷 중독에 관한 국내·외 연

- 구동향과 향후 연구에 대한 제언: 1996년부터 2007년까지 학술지 게재논문을 중심으로”, 미래 청소년학회지, 제6권, 제4호, pp.157-183, 2009.
- [6] 송명준, 권정혜, “대학생 인터넷 중독 현황 및 인터넷 중독이 대학생활적응에 미치는 영향”, 한국임상심리학회 하계 학술대회 논문집, pp.78-93, 2000.
- [7] 남진열, “대학생의 인터넷 중독 경향성에 영향을 미치는 관련변인 연구”, 한국청소년복지학회, 제11권, 제1호, pp.121-140, 2009.
- [8] 송남옥, *대학생의 스트레스, 자기통제력, 자아존중감과 인터넷 사용 수준*, 연세대학교 대학원 석사학위논문, 2004.
- [9] 김현진, *대학생의 우울 취약성과 자의식이 대인관계에 미치는 영향*, 연세대학교 석사학위논문, 2002.
- [10] Kimberly S. Young and Cristiano Nabuco de Abreu, *Internet Addiction : A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*, Wiley & Sons, 2011. 신성만, 고윤순, 송원영, 이수진, 이형초, 전영민, 정여주(역), *인터넷 중독: 평가와 치료를 위한 지침서*, 서울: 시그마프레스, 2013.
- [11] 윤재희, *인터넷 중독과 우울, 충동성, 감각추구성향 및 대인관계의 연관성*, 고려대학교 대학원 석사학위논문, 1998.
- [12] 김세진, 김교현, “인터넷 중독 개선을 위한 인지적 접근: 조절실패와 갈망에 대한 대책을 중심으로”, 한국심리학회지: 건강, 제18권, 제3호, pp.421-443, 2013.
- [13] M. D. Griffiths, *Internet addiction: Does it really exist?*, In Gackenbach, J. (ed.), *Psychology and the Internet: Intrapersonal, Interpersonal, and Transpersonal Implications*, Academic Press, New York, 1998.
- [14] J. J. Kandell, “Internet addiction on campus: The vulnerability of college students,” *Cyberpsychological Behavior*, Vol.1, No.1, pp.11-17, 1998.
- [15] 서보경, “성인 인터넷 중독 및 스마트폰 이용 특성”, 한국콘텐츠학회지, 제14권, 제1호, pp.305-317, 2013.
- [16] 조소현, *정서 강도와 정서 인식의 명확성이 자기 파괴적 충동 행동에 미치는 영향*, 연세대학교 대학원 석사학위논문, 2005.
- [17] K. Young, “Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents,” *The American Journal of Family Therapy*, Vol.37, No.5, pp.355-356, 2009.
- [18] 윤현민, *남녀청소년의 인터넷 이용, 공격성 및 인터넷 중독과 관련된 변인들*, 이화여자대학교 대학원 석사학위논문, 2005.
- [19] 최은구, *대학생의 인터넷 중독과 충동성이 학교 적응에 미치는 영향*, 한서대학교 대학원 석사학위논문, 2007.
- [20] 이유경, *컴퓨터 게임 중독 청소년의 사회적 관계 및 적응에 관한 연구*, 성신여자대학교 대학원 석사학위논문, 2002.
- [21] 이현덕, 홍혜영, “중학생의 애착과 인터넷 중독 성향간의 관계: 외로움의 매개효과”, *청소년학연구*, 제18권, 제10호, pp.271-294, 2011.
- [22] K. Young, “Internet Addiction : The emergence of a new clinical disorder,” Paper presented at the 10th annual conversation of the American Psychological Association, Toronto, Canada, 1996.
- [23] 류인균, 하지현, 양은주, 김영미, 정창국, 우종인, “인터넷 중독의 정신병리”, *정신병리학*, 제9권, 제1호, pp.16-15, 2000.
- [24] D. F. Jacobs, “A general theory of addictions: A new theoretical model,” *Journal of Gambling Behavior*, Vol.2, No.1, pp.15-31, 1986.
- [25] 김미경, *초등학교 고학년의 공격성, 충동성, 대인불안과 컴퓨터 게임중독과의 관계*, 경남대학교 교육대학원 석사학위논문, 2002.
- [26] 라민오, *충동성·인터넷 중독 경향과 청소년 사이버 관련 비행과의 관계*, 강원대학교 대학원 석사학위논문, 2001.

- [27] S. S. Alavi, M. R. Maracy, F. Jannatifard, M. Eslami, "The effect of psychiatric symptoms on the internet addiction disorder in Isfahan's University students," *Journal of Research in Medical Sciences*, Vol.16, No.6, pp.793-800, 2011.
- [28] 정영숙, *중학생의 컴퓨터 게임과 공격성 연구*, 동아대학교 교육대학원 석사학위논문, 2000.
- [29] J. H. Block and J. Block, "The role of ego-control and ego-resiliency in the organisation of behavior," *Minnesota Symposia on Child Psychology*, Vol.13, pp.39-101, 1980.
- [30] 한영민, "대학생의 자아탄력성과 정신건강의 관계", *인간이해*, 제30권, 제1호, pp.97-110, 2009.
- [31] 장경문, "자아탄력성과 스트레스 대처방식 및 심리적 성장환경의 관계", *청소년학연구*, 제10권, 제4호, pp.143-161, 2003.
- [32] 박순영, *대학생의 스트레스와 자아탄력성이 인터넷중독에 미치는 영향*, 한남대학교 대학원 석사학위논문, 2013.
- [33] 김진희, *인터넷 중독 대학생을 위한 집단상담프로그램 개발*, 전남대학교 대학원 박사학위논문, 2006.
- [34] 정은옥, *심리적 탄력성 척도의 타당화*, 전북대학교 대학원 석사학위논문, 2006.
- [35] 이만제, "대인 커뮤니케이션 특성 및 자아성향이 청소년의 인터넷 중독에 미치는 영향: 커뮤니케이션 회피성향, 가족커뮤니케이션 유형, 자기효능감, 자아탄력성을 중심으로", *청소년복지연구*, 제11권, 제3호, pp.99-127, 2009.
- [36] 최희정, *중학생의 학교 스트레스와 인터넷 중독 간의 관계에 대한 자아탄력성 및 부모-자녀 의사소통의 조절효과*, 계명대학교 대학원 석사학위논문, 2010.
- [37] 남지현, *아동의 자아탄력성과 인터넷 중독의 관계*, 청주교육대학교 교육대학원 석사학위논문, 2006.
- [38] L. S. Radloff, "The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population," *Applied Psychological Measurement*, Vol.3, pp.385-401, 1977.
- [39] 전경구, 최상진, 양병창, "통합적 한국판 CES-D 개발", *한국심리학회지 : 건강*, 제6호, 제1권, pp.59-76, 2001.
- [40] C. D. Spielberger, *Anxiet. as an emotional state in Spielberger(ed.) anxiety: Current trends in theory and research*, New York: Academic Press, 1972.
- [41] 김정택, 신동균, "STAI의 한국표준화에 관한 연구", *최신의학*, 제21권, 제11호, pp.69-75, 1978.
- [42] 이현수, *충동성검사*, 서울: 가이던스, 1992.
- [43] A. Buss and M. Perry, "The aggression Questionnaire," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.63, No.3, pp.452-459, 1992.
- [44] 서수균, 권석만, "자존감 및 자기에 성향과 공격성의 관계", *한국심리학회지: 임상*, 제21권, 제4호, pp.809-826, 2002.
- [45] J. H. Block and A. M. Kremen, "IQ and Ego-Resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.70, No.2, pp.349-361, 1996.
- [46] 유성경, 심혜원, "적응 유연한 청소년들의 심리적 보호요소 탐색", *교육심리학회지*, 제16권, 제4호 pp.189-206, 2002.
- [47] 한국정보화진흥원, *2011 인터넷중독실태조사*, 2012.
- [48] L. S. Aiken and S. G. West, *Multiple regression: testing and interpreting interactions*, Newbury Park, CA: Sage, 1991.

