

대학생의 인터넷중독유형에 따른 특성과 인터넷중독의 영향*

The Characteristics of Internet Addiction Subtypes and the Effects of Internet Addiction in College Students*

서울대학교 소비자학과
강사 이현아

Dep. of Consumer Studies & Resource Management, Seoul National Univ.

Lecturer : Hyunah Lee

◀ 목 차 ▶

- | | |
|------------|---------------|
| I. 서론 | IV. 연구결과 및 해석 |
| II. 이론적 배경 | V. 결론 및 제언 |
| III. 연구방법 | 참고문헌 |

<Abstract>

The abuse of the internet creates the problem of 'Internet Addiction' in the lives of college students. The purpose of this study is to investigate the characteristics and effects of 'Internet Addiction' in college students. Data was gathered by in-depth interviews with 13 college students who use the internet addictively.

The internet addictive group was divided into three subtypes: internet game addicts, personal relation addicts and majors in computer science. There were many characteristic differences among the internet addict subtypes in internet use, and psycho-social traits, such as self-efficacy, impulsiveness, and time management ability. The effects of "Internet Addiction" in the lives of college students were divided into five categories: emotional problems, physical problems, family relationship problems, friendship problems, and schoolwork problems. This study suggests some implications on developing programs for managing and preventing "Internet Addiction."

주제어(Key Words): 대학생(college students), 인터넷중독(Internet Addiction), 인터넷중독유형(internet addiction subtypes), 인터넷중독의 영향(effect of internet addiction)

Corresponding Author: Hyunah Lee, Dep. of Consumer Studies & Resource Management, Seoul National University, San 56-1 Sillim-dong, Kwanak-gu, Seoul 151-742, Korea. Tel: 82-2-880-8928, E-mail: leehyun@snu.ac.kr

* 이 논문은 2002년도 학술진흥재단의 지원에 의하여 연구되었음.(KRF-2002-043-C00012)

I. 서론

20세기 중반이후 정보통신기술의 급격한 발전에 힘입어 예상보다도 훨씬 빠른 속도로 정보화사회가 우리에게 펼쳐지고 있다. 특히 인터넷의 출현으로 정보화사회의 진전이 더욱 가속화되고 현실화되고 있다. Nua사의 발표에 의하면 전세계적으로 인터넷사용자가 5억 4천만명(2002년 2월기준)을 넘어설 정도로 인터넷사용이 확대되고 있다. 특히 우리나라의 경우 1994년 인터넷이 보급된 이후 인터넷사용자가 해마다 꾸준히 증가하다가, 1998년 이후 급증하여 2003년 6월 현재 국내 인터넷이용률은 64.1%(2,861만명)에 이르는 것으로 분석되었다 또한, 인터넷이용자들은 일주일에 평균 122시간동안 인터넷을 이용하는 것으로 조사되었다(한국인터넷정보센터, 2003). 그야말로 “인터넷의 생활화 시대”가 도래한 것이다.

이와 같은 인터넷의 발달과 확산은 우리 생활에 많은 변화를 야기하고 있다. 시공간의 제약을 받지 않는 인터넷이라는 새로운 의사소통 수단이 등장하면서 언제 어디서든 사람과 사람이 연결되고, 많은 정보가 빠르고 정확하게 전달된다. 또한 인터넷을 통한 쇼핑이나 बैं킹은 전통적 거래방식에 일대 변혁을 일으키면서, 우리생활의 효율성과 편리성 향상에 크게 기여 하였다. 하지만 인터넷의 확산이 이와 같은 혜택만 가져다주는 것은 아니다. 다른 한편으로는 기술과잉으로 인해 삶의 가치나 의미가 상실되고, 감시체제의 발달로 사생활이 침해당하며, 개인의 고립화와 개별화, 가족간의 결속약화와 같은 부작용을 일으키기도 한다. 특히 최근 인터넷 확산 이후 나타난 부작용 중 가장 심각한 문제로 손꼽히는 것이 바로 ‘인터넷 중독’(Internet addiction)이라는 현상이다.

인터넷중독은 인터넷의 사용이 지나쳐서 이용자의 일상생활에 심각한 신체적, 정신적, 경제적, 직업적, 사회적 기능손상을 초래하는 상태라 할 수 있다. 인터넷중독이라는 용어는 1996년 Goldberg가 ‘인터

넷중독장애(Internet Addiction Disorder, IAD)’라고 표현한 이후 일반적으로 사용되기 시작하였다. 그 외 Suler(1996), Young(1996)등의 학자들도 인터넷중독에 대한 연구를 활발히 수행하여 왔다.

우리나라의 경우에도 최근 인터넷중독의 심각성이 사회적 문제로 제기되면서 이에 대한 연구가 활발히 진행되어 왔다. 지금까지 이루어진 선행연구는 주로 심리학적 관점에서 인터넷 중독자들의 사회심리적 특성, 인터넷중독에 영향을 미치는 요인에 대한 연구(윤재희, 1999; 송원영, 1999; 강지선, 1999; 성주은, 1999; 김종범, 2000; 이소영, 2000; 안석, 2000; 박정은, 2001; 송미화, 2001; 박구연, 2001)가 대부분이었다. ‘인터넷중독’이라는 증상이 최근에 나타난 현상이기 때문에, 초기 연구들이 인터넷중독을 병리적 현상으로 보고 중독자의 특성과 그 영향요인을 밝히는데 주안점을 두었던 것은 어찌보면 당연한 일이라 할 수 있다. 그러나 인터넷이 생활화된 지금은 인터넷중독을 병리적 현상으로 보는 접근에서 벗어나, 인터넷중독을 예전보다 더 일상적이고 보편적으로 나타나는 현상으로 보고, 인터넷중독이 일상생활에 미치는 영향과 인터넷중독에 대처할 수 있는 방안에 대한 보다 실질적 연구가 요구되는 시점이다. 특히 대학생층이 인터넷중독의 위험집단으로 구분되고 있다는 점에 주목하여, 대학생을 대상으로 한 연구가 절실히 요구된다. 대학생들이 인터넷중독의 위험집단으로 주목받는 이유는 대학생들은 학내 인터넷기반을 이용하기 때문에 인터넷에의 접근이 용이하고, 시간스케줄을 융통성있게 조정할 수 있기 때문이다(Moore,1995; Kandell, 1998).

이에 본 연구에서는 인터넷중독에 대한 대처방안을 마련하기 위한 기초연구로서 대학생들의 인터넷중독의 특성을 살펴보고, 그들의 중독적 인터넷사용이 일상생활에 미치는 영향을 살펴보고자 한다. 인터넷중독의 특성이 중독유형에 따라 크게 다르기때문에, 본 연구에서는 대학생들의 인터넷중독의 특성과 그 영향을 게임중독자와 교제중독자, 전공자로 나누어 유형별로 분석하고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 인터넷중독의 특성과 하위유형

1) 인터넷중독의 특성

일반적으로 중독은 어떤 활동에 지나치게 몰두하는 경향으로, 쾌락의 추구, 즉 정상적 생활이 제공해주지 못하는 과도한 쾌락의 추구로서 쾌락을 제공하는 중독 요인(혹은 물질) 없이는 기능할 수 없는, 어떤 특별한 경험에의 의존을 말한다. 그 결과 중독은 특정 물질, 관계 또는 행동에 몰두하게 하고, 특정 물질의 이용 또는 행동 유형에 대한 통제력을 상실하게 되며, 이러한 통제력의 상실과 그 효과들에 대한 다른 사람들의 염려를 초래한다. 뿐만 아니라 부정적인 결과들에도 불구하고 특정 물질의 이용 또는 관련 행동을 지속하게 한다. 이와 같은 중독의 개념과 특징을 정리하면 아래 <표 1>과 같다.

중독의 개념을 종합해보면, 중독이란 일반적으로 중독의 대상이 되는 무엇인가에 의해 “조절 능력의 상실, 내성에 따른 지속적 사용증가, 금단 증상, 강박적 집착 또는 의존 등”의 문제적 징후가 나타나 신체적, 사회적, 직업적, 심리적 문제를 일으키는 상태로 볼 수 있다. 즉 중독 대상에 대한 지나친 의존, 집착, 몰두가 심각한 문제로 이어질 때 비로소 중독이라고 정의할 수 있다.

인터넷중독 역시도 그 중독 대상이 인터넷일 뿐 앞서 논의한 일반적 중독과 유사하게 다음 4가지 중독의 특성을 보인다. 즉 ① 조절 능력의 상실 ② 내성에 따른 지속적 사용증가 ③ 금단증상 ④ 강박적 집착 또는 의존의 4가지 중독 징후를 사용하여 인터넷 중독을 측정할 수 있다.

인터넷중독이라는 용어를 처음으로 사용한 사람인 Ivan Goldberg는 물질남용장애의 진단기준을 원용하여 중독의 진단기준을 고안했다(Goldberg, 1996). 그는 더 많은 인터넷사용을 해야 만족을 느끼는 ‘내성’, 인터넷사용을 중단하거나 감소하면 정신운동성 초조와 불안 혹은 인터넷에 대한 강박적 사고나 환상 등의 증상이 일어나는 ‘금단’, 이와 함께 인터넷 사용을 위하여 ‘중요한 사회적, 직업적 활동이 손상될 때’에 이를 인터넷중독장애라 하였다.

한편 Young(1996)은 수많은 인터넷중독자들과의 면접을 통하여 얻어진 자료를 토대로 인터넷중독의 판단기준을 제시하였다. 그는 다른 문제적 행동과의 유사성을 통해 온라인 과다사용의 중독성의 특성을 제시하였는데, 흡연, 알코올 중독 등 약물중독과 강박적 도박과 쇼핑 등 문제적 행동들이 학문적, 사회적, 재정적, 직업적 생활을 명백하게 방해하는 것과 마찬가지로 인터넷중독도 그러한 중독적 행동양상을 띠다고 보았다. 그는 이들 흡연, 쇼핑, 도박 등 문제적 행동에서 나타나는 중독을 행동적 성향

<표 1> 중독의 일반적 개념과 정의

특징	개념 및 정의	
지나친 몰두	정의	어떤 즐거운 활동에 지나치게 몰두하는 경향
	특성	쾌락의 추구가 그 본질, 특별한 경험에의 강박적 의존
의존	정의	① 중단하면 심한 감정적, 정신적, 심리적 반응을 초래할 정도로 어떤 물질이나 습관, 행위에의 통제 불가능한 의존 ② 중독은 술, 마약, 담배, 기타 물질에 대한 심리적 의존이나 생리적 의존
	특성 및 기준	① 계속 사용하지 않을 수 없는 강박적 갈구 ② 내성(tolerance)의 증가에 따르는 용량 증가의 필요성 ③ 그들 약물의 공급이 갑자기 단절되거나 양이 감소되었을 때 나타나는 금단증상
조절능력 상실	정의	알코올 및 약물중독 분야에서 논의되는 중독의 정의 기분의 변화를 목적으로 술이나 약물 등을 사용하는 것
	특성	①조절능력의 상실 ② 집착 ③강박적 사용 ④ 재발

(behavior-oriented) 중독증이라고 보고 중독자들은 그들이 하고 있는 행동과 그들이 그것을 할 때 경험하는 감정(feelings)에 중독된다고 보았다. 바로 그것이 온라인 중독증이 작용하는 방식이라는 것이다. Young은 내성, 금단, 피해라는 3가지 측면에서 인터넷중독을 자가진단할 수 있도록 체크리스트를 만들었다.

여러 학자들이 제시한 인터넷중독기준을 종합해 보면, 인터넷중독은 방향성이나 목적없이 인터넷을 사용하면서, 사용자가 인터넷사용에 대한 조절 능력을 상실하고, 내성에 의해 지속적으로 그 사용이 증가하며, 금단증상, 강박적 집착 또는 의존 등의 문제적 징후가 나타나 신체적, 사회적, 직업적, 심리적 문제를 현실적으로 일으키는데도 불구하고 그것을 문제로 인식하지 못하고 지속적, 강박적, 의존적으로 사용하게 되는 것을 말한다.

본 연구에서는 이상에서 종합한 인터넷중독의 특성이 반영된 Young의 인터넷중독 지표를 기준으로 면접대상자들의 인터넷중독 정도를 파악하였다.

2) 인터넷중독의 하위유형

인터넷의 사용용도가 게임, 오락, 정보수집, 전자우편, 채팅, 쇼핑, 제테크 투자, 뉴스검색 등으로 다양하게 있듯이, 인터넷중독의 하위유형도 다양하게 나뉜다. Young은 인터넷중독을 사이버섹스중독, 가상관계중독, 충동적 인터넷사용, 정보과부하, 컴퓨터중독 등으로 나누어 설명하였다.

한편 Suler(1996)은 모든 가상현실에 대한 중독을 두가지 범주 즉, 사회적 형태와 비사회적 형태로 나누어 볼수있다고 하였다. 사회적 형태부류의 사람들은 다른 사람과 의사소통하고 사회적인 생활을 영위하는데 몰입하고 그 외의 컴퓨터의 사용에는 관심이 없으며, 비사회적 형태의 사람들은 개인적인 게임, 일, 정보수집 또는 인터넷에서 무엇을 찾아다니는 일에 컴퓨터를 사용하고 대인관계의 연결을 위해서 인터넷을 사용하지는 않는다.

대학생들에게서도 위에서 말한 두가지 유형의 인터넷중독이 나타난다. 우선 사회적 형태의 유형으로 교제중독이 있다. 교제중독은 사이버채팅중독이라고

표현할 수도 있는데, 사이버채팅에 빠진 사람들은 아침에 일어나자마자 메일을 확인하고 자신이 즐겨 찾는 대화방이나 동호회를 검색하는 것으로 하루를 시작한다. 컴퓨터 앞에 앉아 모니터속의 사람들과 인사를 나누고 일상에 대해 이야기하다보면 어느새 시간은 흘러가고 이로 인해 하지 못한 일들이 쌓여만 간다. 학업, 가사, 업무 뿐 아니라 실제 사회활동도 감소하게 되며, 현실에서는 고립감과 외로움을 경험한다. 이들은 다시 채팅이나 동호회에 집착하며 심리적 지지와 소속감을 추구하려하지만 현실세계의 친밀감과는 다른 사이버관계의 한계를 깨닫게 된다. 그러나 이때는 이미 자기통제력 상실, 대인관계장애, 학교와 직장에서의 부적응, 가족과의 갈등을 겪은 후이다(한국정보문화센터, 2002). 이처럼 교제중독 또는 채팅중독이 심해지는 원인은 인터넷상의 교제나 채팅을 통해 심리적 지지를 얻을수 있고, 이것이 대인관계의 욕구를 채워주며, 이상적 자아를 형성하여 욕구를 충족시켜 줄수도 있기 때문이다.

한편 게임중독 또한 대학생들에게서 많이 찾아볼수 있는 유형이다. 하루중 대부분의 시간을 게임을 하면서 보낼 정도로 게임에 대해 과도하게 집착하고 일상적인 활동이 현저하게 줄어들며, 인터넷게임을 하지 못하면 초조하고 불안해지는 상태에 이르면 게임중독이라 할 수 있다. 일단 게임에 빠지게 되면 대부분의 시간을 게임을 하면서 보내기 때문에 일상적 생활을 하지 못한다. 특히 학생인 경우 밤새 게임을 하느라 잠을 자지 못해 학교에 지각하거나 학교에 결석하기도 한다. 게임 이외에 다른 일에는 무관심해지고, 학업의지를 상실하며, 수업에도 집중을 하지 못하고 성적은 계속 떨어지게 된다.(한국정보문화센터, 2002). 게임에 중독된 게이머들은 게임을 통해 인정받을 수 있고, 가상의 세계에서 대리만족의 경험을 하며, 현실의 스트레스로부터 회피할 수 있고, 그 속에서 성취감을 느낄수 있기 때문에 점점 더 게임에 빠지게 되는 것이다.

본 연구에서는 이상에 살펴본 인터넷중독의 유형 중 대학생들에게 흔히 나타나는 게임중독과 교제중독을 그 하위유형으로 하였고, 여기에 전공자를 포함시켜 분석하였다. 전공자를 중독유형으로 포함시

킨 것은 이들 또한 인터넷사용이 생활에서 차지하는 비중이 크고 그 사용이 지나치게 많다는 점에서 중독자와 유사한 특성을 보이기 때문이다.

2. 인터넷중독자의 사회심리적 특성

이제까지 이루어진 인터넷중독에 대한 연구들을 종합해보면, 인터넷중독자들의 사회심리적 특성을 파악할 수 있다. 선행연구들에서는 우울성, 자존감, 외로움, 충동성, 공격성, 자기효능감, 자기통제력 등이 인터넷중독자들의 사회심리적 특성으로 제시되어 왔다.

Young(1999)은 인터넷중독자의 54%가 우울증 경력을 가지고 있었고, 또 34%가 불안을 보이며, 또 상당수가 만성적인 낮은 자존감을 경험하고 있다고 보고하였다. 윤재희(1998)의 연구에서도 인터넷에 몰입하는 사람들이 그렇지 않은 사람들보다 더 우울하고 충동적이라고 보고된 바 있다. 김종범(2000)도 인터넷중독자들이 비중독자들에 비해 더 우울하고 외로움을 많이 느끼고, 자존감이 낮은 경향이 있다고 하였다.

한편 송원영의 연구(1998)에서는 가상공간과 현실생활에서의 개인적 자기효능감이 인터넷의 사용 시간을 예측하는 유의미한 변인으로 나타났고, 자기통제력과 개인적 효능감과 대인관계 효능감이 인터넷의 중독적 사용을 설명해주는 변인으로 나타났다.

Young(1996)은 인터넷중독을 보이는 사람들이 자신의 사용을 통제하거나 조절할 수 없음이 병적 도박과 같으며, 이러한 통제의 실패가 음주로 인해 직업적 문제를 가져오는 알콜중독이나 경제적인 어려움에도 불구하고 도박을 끊지 못하는 병적 도박과 비슷한 성질을 가지는 것으로 보아 분명한 충동조절장애라고 주장하였다. 즉, 인터넷을 중독적으로 사용하는 사람들에게 사용을 통제하거나 조절하지 못하는 성격이 나타난다는 것이다.

본 연구에서는 인터넷중독자들의 사회심리적 특성을 자기효능감과 충동성 또는 자기통제력의 차원에서 살펴보았다. 여기서 자기효능감이란 어떤 결과를 이루기 위해 필요한 행동을 조직하고 수행할 수

있는 개인의 능력에 대한 판단이다(Bandura, 1986). 이는 주어진 상황에서 얼마나 유능할 것인가에 대한 개인의 판단인 동시에 특정행동을 수행할 수 있는가에 대한 개인의 신념이다. 자기효능감이 높은 개인은 어려운 상황에서도 잘 견디내고, 이는 다시 자기효능감을 강화시키는 역할을 한다.

또한 자기통제라는 개념은 자신이 자신의 인지나 정서, 행동을 원하는 대로 조절할 수 있음을 의미한다. 그러므로 충동성은 자기통제의 반대개념이 된다. 자기통제의 실패는 여러 가지 부정적인 결과를 가져오는데, 이는 특히 충동조절의 장애 또는 중독적인 형태로 나타나기 쉽기 때문에 인터넷중독자들의 특성으로 언급된다. 충동성과 자기통제력은 서로 반대개념으로 본 연구에서는 충동성지표를 대표적으로 사용하였다.

그리고 인터넷중독자들이 대부분 자신의 생활을 통제하거나 조절하지 못하고, 습관적이고 충동적으로 인터넷을 사용하는 경향이 있어 이를 반영하는 개념으로 시간관리능력을 관련변수로 포함시켰다. 주부의 인터넷사용에 대한 이현아(2001)의 연구에서 보고된 바와 같이, 시간관리능력이 인터넷사용의 영향을 좌우하는 중요한 요인이라 할 수 있다. 즉, 기본적으로 시간관리능력을 갖춘 주부들인 경우, 인터넷사용이후 관리의 효율성과 계획성이 향상되는 등의 긍정적 효과가 나타나고, 반대로 시간관리능력이 떨어지는 주부들인 경우, 인터넷사용이 오히려 생활의 불균형을 초래하는 부정적 효과를 초래하는 것으로 나타났다. 이는 기본적인 시간관리능력이 인터넷사용의 방향을 좌우하는 요인이라는 것을 의미한다. 같은 맥락에서 시간관리능력이 인터넷중독자들의 특성을 설명하는데 포함될 수 있다.

3. 인터넷중독의 영향

인터넷사용이 생활에 항상 부정적인 영향을 미치는 것만은 아니다. 인터넷은 고립된 사람들의 사회적 관계를 증진시켜주는 순기능도 가지고 있지만, 이와 동시에 이것이 도리어 사회활동을 대치함으로써 사회적 참여를 감소시켜 심리적 고립감과 소외

감을 증대시킬 수도 있다. Kraut(1998)은 이를 'Internet Paradox' 라고 표현하기도 하였다. 그러나 지나친 인터넷사용은 생활의 제 측면에 부정적 영향을 미치는 것이 사실이다. 무엇보다도 가장 빈번하게 보고되는 것은 학업적, 직업적, 사회적 손상이다. 지나친 인터넷 사용은 학생들의 성적을 떨어뜨리고, 직장인의 업무에 지장을 일으키며, 가정에서는 부부갈등, 가족갈등을 야기시킨다.(Griffiths, 1997; Moraha-Martin, 1997; Scherer, 1997; Young, 1996, 1997, 1999). Anderson(1999)은 대학생을 대상으로 연구한 결과, 인터넷사용이 학업성취, 새로운 사람을 만나는 것, 학업외 활동 참여, 수면패턴, 그리고 실제 대인관계 등 5가지 영역에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

구체적으로 일상생활에서 나타나는 중독의 영향을 열거해보면 다음과 같다.

- 인터넷을 하지 않는 동안에는 불안하고 초조해지고, 인터넷 할 생각만 한다.
- 처음에 의도했던 것보다 항상 더 많이 인터넷을 오래하게 된다.
- 인터넷사용으로 수면시간이 현저하게 줄어들었고, 생활주기가 교란된다.
- 만성피로감, 눈의 피로, 시력저하, 근골격계의 장애가 온다.
- 불규칙한 식사로 영양실조가 나타날 수 있고, 운동부족과 과식으로 인한 체중 증가가 있을 수 있다.
- 인터넷을 하기 위해 다른 일을 미루거나 포기한다.
- 인터넷을 사용하기 위해 친구나 가족들에게 거짓말을 자주한다.
- 인터넷사용에 방해를 받으면 몹시 화내거나 때로는 부모에게 반항한다.
- 인터넷을 하느라 중요한 약속을 어기거나 공부 및 직장일을 소홀히 한다.
- 인터넷사용으로 학업성적이 저조하고 학교를 그만두기도 한다.
- 친구를 만나지 않고 취미활동에도 관심이 없다.
- 가족과 보내는 시간이 줄어들며 가족과도 소원해진다.

본 연구에서는 이상에서 열거된 중독의 영향을 정서적 측면, 신체적 측면, 가족관계 측면, 대인관계 측면, 학업적 측면으로 분류하여 대학생의 인터넷중독의 영향을 살펴보고자한다.

III. 연구방법

1. 연구대상 및 연구절차

인터넷중독에 대한 기존의 연구는 대부분 양적 연구방법을 통하여 그들의 사회심리적 특성과 그 영향요인을 분석하였다. 그러나 본 연구는 인터넷중독이 일상생활에 미치는 영향을 심층적으로 파악하고자 하는 것을 목적으로 하기때문에, 심층면접법을 연구방법으로 채택하였다. 그리고 보다 원활한 면접을 위해서 기본적으로 척도화할 수 있는 내용은 질문지를 구성하여 함께 사용하였다.

본 연구의 대상은 인터넷을 중독적으로 사용하는 대학생으로 하였다. 본 연구에서 인터넷중독인 대학생을 면접대상으로 모집하기위해 몇가지 방법을 사용하였다. 우선 몇몇 학교 홈페이지 게시판에 면접대상자 모집에 대한 공지를 하여, 게시판에 올라온 공지를 보고 스스로 인터넷중독이라고 인식한 대학생들에 대해 본 연구자가 실제로 그들이 인터넷중독인지 확인한 후, 심층면접을 하였다. 그리고 스스로 인터넷중독이라는 것을 부인하지만, 주변에서 중독자라고 인정하는 대학생을 추천받아 인터뷰를 하게 된 경우도 있었다. 그 외 이미 면접을 한 사람으로부터 인터넷중독성향이 강한 친구를 소개받아 면접대상을 모집하기도 하였고, 직접 대학가 PC방을 돌아다니면서 인터넷중독자라고 인정하는 대학생들을 면접하기도 하였다.

면접은 2003년 6월에서 9월 사이에 이루어졌으며, 대부분 1회 면접을 기준으로 하였으나, 사례에 따라서는 1회면접이 충분치 않아 2회 면접까지 실시하였다. 면접시간은 1회당 보통 1시간 30분에서 2시간 정도 소요되었다.

총 13명의 대학생을 대상으로 심층면접을 실시하

였고, 그 중 중독적 성향이 약한 3명¹⁾을 제외한 10명을 분석대상으로 삼았다. 면접결과 인터넷을 어떤 용도로 사용하는가에 따라 중독유형이 게임중독자, 교제중독자, 전공자로 분류하였다. 즉, 인터넷중독의 유형에 따라 게임중독자 6명, 교제중독자 5명, 전공자 2명으로 분류되었다. 인터넷중독의 하위유형이 게임중독, 채팅중독, 사이버섹스중독, 사이버거래중독, 정보검색중독 등으로 나눌 수 있다(한국정보문화센터, 2002). 본 연구에서는 이중에서 대학생들에게 흔히 나타나는 중독유형으로 게임중독과 채팅중독이 포함되었고, 여기에 컴퓨터를 전공으로 하는 학생까지 포함되어 인터넷중독의 유형이 게임중독자, 교제중독자, 전공자로 나뉘었다. 전공자를 인터넷중독 유형으로 포함시킨 것은 시간적으로 볼 때 거의 하루 종일 인터넷과 컴퓨터를 이용할 정도로 지나치게 인터넷을 많이 사용하고 있기 때문이다.

2. 심층면접내용

심층면접내용에는 사회인구학적 특성, 인터넷중독의 전반적 특성, 인터넷사용특성, 사회심리적 특성, 인터넷중독의 영향 등이 포함되었다. 심층면접내용을 보다 구체적으로 제시하면 <표 2>와 같다. 면접내용은 피면접자의 양해하에 녹음기에 녹음하였고, 전사본을 작성하여 분석하였다.

심층면접내용 중 인터넷중독척도와 인터넷중독자의 사회심리적 특성인 자기효능감, 충동성, 시간관리능력, 그리고 인터넷중독으로 인한 영향은 구조화된 설문지를 사용하여 조사하였다. 본 연구에서 사

용한 척도는 다음과 같다.

우선 인터넷중독척도는 Young(1998)의 인터넷중독척도를 본 연구의 대상인 대학생에 맞추어 수정하여 사용하였다. 전체 20문항에 대해 5점척도로 측정하였다.

인터넷중독자들의 사회심리적 특성을 파악하기 위한 척도인 자기효능감은 Sheier, Maddux, Mercandante, Prentice-Dunn, Jacobs, 그리고 Rogers(1982)가 개발한 자기효능감척도를 사용하였다. 이 척도는 일반적 과제를 성취하는데 대한 자신감을 묻는 일반적 자기효능감(또는 성취효능감)과 사람을 사귀는데 대한 자신감을 묻는 사회적 자기효능감의 두가지 하위척도로 구성되어 있다. 본 연구에서는 일반적 자기효능감을 묻는 8문항과 사회적 자기효능감을 묻는 6문항으로 구성되어 5점척도로 측정하였다. 한편 충동성 척도는 Barratt Impulsiveness Scale을 한국의 이현수(1992)가 번안한 BIS 2판을 사용하였다. 이 척도는 인지충동성, 운동충동성, 무계획충동성 등 총 22개 문항으로 구성되어 있으며, 5점척도로 측정하도록 하였다. 그리고 시간관리능력 척도는 이현아(2001)의 연구에서 개발한 척도를 사용하였다. 시간관리능력이란 평소 시간을 얼마나 계획적이고 효율적으로 사용하는가 하는 개인의 능력을 의미하는 것으로, 그 척도는 시간사용에 대한 목표를 설정하고, 우선순위를 정하며, 시간 스케줄을 짜는 등의 계획에 대한 문항과 계획대로 시간을 사

1) 분석대상에서 제외된 대상자들은 인터넷중독점수가 40점 이하로 낮고, 인터넷사용시간도 하루 평균 5시간 이하로 상대적으로 높지 않아 분석대상에서 제외하였다.

<표 2> 인터넷중독자에 대한 심층면접 내용

항 목	내용
인터넷중독자의 사회인구학적 특성	성별, 연령, 학년, 전공, 거주유형, 아르바이트여부, 용돈수준, 이성친구유무 등
인터넷중독의 전반적 특성	인터넷중독의 계기, 인터넷중독 척도 점수, 인터넷중독에 대한 주관적 인식 등
인터넷중독자의 인터넷사용 특성	인터넷사용장소, 평균사용시간, 사용시간대, 사용빈도, 소요비용, 사용경력, 사용목적, 사용능력, 아바타 등.
인터넷중독자의 사회심리적 특성	기본적 성격, 충동성, 자기통제력, 시간관리능력, 자기효능감 등
인터넷중독의 영향	정서적 측면, 신체적 측면, 가족관계 측면, 대인관계 측면, 학업적 측면 등

용하고, 중간중간에 시간사용을 점검하며, 조정하는 실행에 대한 총 10문항으로 구성되어 있다. 측정은 5점 척도로 하였다.

마지막으로 인터넷중독의 영향을 측정하기 위한 척도는 본 연구자가 선행연구를 참고로 하여 정서적 측면 10문항, 신체적 측면 10문항, 대인관계측면 5문항, 가족관계측면 6문항, 학업적 측면 7문항으로 구성하여, 5점 척도로 측정하였다.

3. 면접대상자의 일반적 특징

본 연구에서 분석대상으로 삼은 면접대상자들의 개인적 특징은 다음 <표 3>과 같다.

IV. 연구결과 및 해석

1. 인터넷중독 유형별 인터넷중독의 계기

1) 게임중독자

게임중독자들은 기본적으로 게임이나 오락을 좋아하고 흥미를 쫓는 성향이 있는데, 대학을 들어와서 부모와 떨어져 살게 된단든지, 또는 현실속에서 스트레스를 받는단든지 등의 계기로부터 인터넷

임에 몰두하게 되는 경향이 있다.

A학생의 경우, 외국에서 고등학교까지 다닌 교포 학생인데 대학을 한국으로 오게 되면서 인터넷게임을 접하게 되었고, 게임이 너무 재미있어서 게임의 세계에 빠져들었다고 한다.

“거기서는 인터넷이 느리니깐 안하고, 엄마, 아빠가 있으니깐 집에서 할 수가 없었고, 그러다가 한국으로 오면서 확 풀리니깐... 내가 게임을 되게 좋아했는데, 여태까지 억눌렀던 게 확 풀리면서 인터넷게임을 많이 하게 되었어요.”(A학생)

B학생은 부모님께서 인터넷관련 사업을 하셨기 때문에 인터넷이 보급되면서 자연스럽게 생활속에서 인터넷을 접하게 되었고, 중학생 때부터 인터넷게임을 좋아해서 아주 일상적으로 많이 사용하였다고 한다.

“중고등학교때는 학교 끝나고 나면 그거 밖에 안했어요. 학원도 안다녔으니까 하루종일 게임만 했죠. 인터넷은 그냥 제 생활이예요. 그게 중독이라는 것도 얘기하기 전까지는 별로 생각 안 했었는데, 지금 생각해보니깐 조금 그런 것 같네요.”(B학생)

C학생은 군대 가기 전에 PC방에서 아르바이트를 하면서 많이 사용하게 되었다고 한다.

“군대가기전에 피시방에서 아르바이트를 했었거든요. 그때 완전 폐인이었어요. 일은 편한데 사람이

<표 3> 면접대상자의 일반적 특징

		성별	연령	학년	전공	거주형태	이성친구 유무	아르바이트 여부/시간	한달평균 용돈
게임중독	A학생	남	20	2	이공계열	자취	유	안함	35만원
	B학생	남	21	3	이공계열	부모님과 거주	유	함(주4시간)	30만원
	C학생	남	25	2	사회계열	부모님과 거주	무	안함	15만원
	D학생	남	24	4	경상계열	부모님과 거주	유	안함	50만원
교계중독	E학생	여	21	3	사범계열	부모님과 거주	유	함(주4시간)	40만원
	F학생	여	23	4	경상계열	부모님과 거주	무	안함	25만원
	G학생	여	22	4	사회계열	부모님과 거주	무	함(주4시간)	25만원
	H학생	남	21	3	이공계열	자취	무	안함	70만원
전공자	I학생	남	25	3	이공계열	자취	무	안함	45만원
	J학생	남	25	3	이공계열	부모님과 거주	유	함(부정기)	50만원

완전히 망가져요. 하루에 12시간이상 했으니깐요. 아르바이트하면서 10kg 빠졌어요. 그때는 군대가기 전이라서 괜찮다고 생각했었죠. 왜냐면 군대가기전에 보상받고 싶은 심리도 있고, 군대갔다오면 정신 차리려고 했기때문에..."(C학생)

한편, D학생의 경우, 대학진학후 부모님의 강압에 의한 고시준비로 스트레스가 쌓이면서 가출하게 되었고, 그때 PC방 출입을 자주 하면서 인터넷게임을 많이 하게 되었다고 한다.

"대학들어와서 친구들도 새로 사귀고 그래야하는데, 집에서 대학들어가지마자 고시준비하라고 하시고, 하다못해 학원이라도 다니라고 하니깐...(중략)... 2학년정도 되면 본격적으로 고시준비 시작하라고 하셔서 한번 해보긴 했는데, 영 아니다 싶으니깐 안하게 되고 그래서 3학년때부터 친구들하고 피시방에 자주가고 그랬는데, 그런게 조금씩 조금씩 쌓이다가 폭발을 해서 집을 나왔어요. 집은 나왔고 돈은 없고 그래서 일주일에 이들은 피시방, 이들은 사우나, 이들은 근처에 자취하는 친구집에서 자고 그랬어요. 한 세달정도 그렇게 살았어요. 그때 올 F 받았어요. 한학기가 완전히 빵구났죠."(D학생)

2) 교제중독자

교제중독자들은 기본적으로 인터넷을 친구사귀기의 도구로 생각하고 실제 쓰임에 있어서도 메신저나 커뮤니티 등 관계적 용도로 사용하고 있는 만큼, 그들이 처음 인터넷을 사용하게 된 계기도 주로 친구를 사귀기 위한 것에서 시작된다.

"동아리가 동방이 없어서, 커뮤니티를 통해서 많이 공지가 올라가거든요. 그러다보니 매일, 항상 들어가게 되고, 그리고 친구들이 한때 홈페이지 만드는 붐이 일었을때, 굉장히 많이 흠을 만들게 됐어요. 그래서 한번씩 다 들어가서 답글 달아주고 하다보니깐, 시간이 많이..."(E학생)

"대학들어와서 제 방에 컴퓨터도 생겨 환경도 조성됐고, 동아리도 들면서... 남자친구랑도 사귀게 되면서 많이 사용하게 됐던 것 같아요. 제일 인터넷에 빠지게 된 것은 프리챌인 것 같아요. 커뮤니티 같은 걸 제공하니까... (중략)... 오프라인 상에서

만나면, 술 자리가 마련되지 않으면 진지하게 얘기하는 그런 분위기가 안되잖아요. 근데 온라인상에서 주로 12시 쯤 만나게 되면 감상적이 되잖아요. 시가 그냥 써지잖아요. 속이야기도 많이 하게 되죠..."(F학생)

"대학에 들어와서 아무래도 자취생활을 하다보니 너무 외로웠어요. 집에는 부모님도 있고, 동생도 있고, 아무튼 돌아오면 대화할 상대가 있었는데, 자취생활을 하면서는 집에 오면 혼자뿐이니깐 인터넷을 하기 시작했어요. 그리고 컴퓨터에 관심이 많아지면서, 이쪽에 흥미를 붙이고 그러다 보니 사귀는 친구들과 컴퓨터를 좋아하는 친구들을 만나게 된거죠..."(H학생)

이들의 인터뷰내용을 보면 알수 있듯이, 교제중독자들은 인터넷을 동아리 친구나 남자친구, 새로운 친구 등을 사귀는 매개체로 활용하고 있었다. 이들의 인터넷중독 계기를 볼때, 교제중독자들은 기본적으로 관계적 욕구가 강하고 이러한 욕구를 인터넷을 통해서 해소하고 있는 것을 알 수 있다.

3) 전공자

전공자들은 대학에서 컴퓨터공학 또는 전기공학을 전공으로 하고 있기 때문에, 학업과 관련하여 자연스럽게 컴퓨터와 인터넷을 많이 사용할 수밖에 없다. 그래서 이들은 어떤 특별한 계기가 있어서라기보다는 전공과 관련하여 구조적으로 인터넷을 많이 쓰게 된 것이다.

2. 인터넷중독 유형별 인터넷사용특성

인터넷중독자들의 인터넷사용특성을 유형별로 살펴보면 다음 <표 4>와 같다.

1) 게임중독자

게임중독자들의 인터넷사용장소는 주로 집이나 PC방이며, 하루 평균이용시간은 8시간에서 10시간 정도로 상당히 길다. 이들은 거의 매일 심야시간대와 새벽시간에 인터넷을 사용하는 것으로 나타났다. 한달 평균비용은 개인에 따라 차이가 있으나, 집에서 주로 인터넷을 하는 경우보다 PC방에서 인터넷

을 하는 경우 비용이 더 많음을 알 수 있다. PC방에서 주로 인터넷을 사용하는 B학생과 D학생의 경우에 소요되는 비용이 각각 15만원과 20만원으로 상당히 많다. 인터넷사용경력은 대부분 5년 이상으로 상당히 오래전부터 인터넷을 사용하여왔는데, 특히 B씨의 경우, 초등학교 6학년 때부터 인터넷을 사용하였을 정도로 인터넷사용경력이 오래되었다.

이들의 인터넷사용의 주된 목적은 게임중독자로 분류된 것처럼 '게임이나 오락을 즐기기 위해서'에 있었다. 특히 B학생의 경우, 오로지 인터넷으로 게임만 할 정도로 게임에 몰입하고 있었다. 그러나 다른 학생들의 경우 게임이나 오락을 주로 하면서 웹서핑이나 메신저, 동호회활동, 영화감상 등으로도

인터넷을 활용하고 있었다.

"저는 인터넷으로 게임만 해요, 다른 건 재미가 없어서 안해요, 카페나 동호회 같은 것도 가입만 해 놓고 귀찮아서 안 들어가고, 하면 무조건 게임만 해요"(B학생)

게임중독자들의 경우 인터넷중독점수는 모두 40점 이상으로 중독의 성향이 나타났다. 특히 C학생의 경우 70점으로 심한 중독성향을 보였다. 그러나 전반적으로 다음에 살펴볼게 될 교제중독자들에 비해 중독점수는 낮은 편이었으나, 인터넷사용시간을 보면 하루에 8시간에서 10시간으로 상당히 많은 시간을 인터넷에 소요하고 있다. 또한 인터넷중독에 대한 주관적 인식은 4명의 학생 중 2명이 자신은 인터넷

〈표 4〉 인터넷중독유형별 인터넷사용 특성

		사용장소	하루평균 사용시간	사용 시간대	소요비용	사용경력	사용목적	인터넷 중독점수	인터넷 중독인식	중독 기준	아바타 꾸미기
게임 중독	A학생	집	10시간	심야시간대 저녁시간대 새벽시간대	10만원	3-5년	게임오락	61점	아니다	하루 12시간 이상	전혀 안꾸미
	B학생	PC방/집	10시간	심야시간대 저녁시간대 새벽시간대	15만원	5년이상	게임오락	56점	그런 편이다	하루 12시간 이상	전혀 안꾸미
	C학생	집	8시간	새벽시간대 심야시간대	5만원	5년이상	게임오락 웹서핑 동호회 등	70점	전혀 아니다	하루 12시간 이상	거의 안꾸미
	D학생	PC방/집	8시간	새벽시간대 오후시간대	20만원	5년이상	게임오락 외국영화	46점	그런 편이다	하루 6시간 이상	전혀 안꾸미
교제 중독	E학생	집	6시간	심야시간대	3-5만원	3년	메신저 커뮤니티	64점	매우 그렇다	하루 10시간 이상	약간 꾸미
	F학생	집	6시간	심야시간대	3만원	3-5년	메신저 커뮤니티	75점	매우 그렇다	하루 6시간 이상	약간 꾸미
	G학생	집	6시간	심야시간대	3-5만원	5년이상	메신저 커뮤니티	62점	매우 그렇다	하루 6시간 이상	약간 꾸미
	H학생	집	9시간	심야시간대	5-10만원	5년이상	홈페이지, 메신저 커뮤니티	78점	그런 편이다	하루 12시간 이상	많이 꾸미
전공자	I학생	집	10시간	오전시간대	10만원	5년이상	학업자료 및 정보	40점	전혀 아니다	하루 12시간 이상	전혀 안꾸미
	J학생	집	10시간	저녁시간대	5-10만원	5년이상	학업자료 및 정보	65점	그런 편이다	하루 10시간 이상	약간 꾸미

넷 중독이 아니라고 생각하고 있었다. 이들이 스스로 중독이 아니라고 인식하는 이유는 그들이 생각하는 중독의 기준이 높기 때문인 것으로 판단된다. A학생의 경우 “진짜 아무것도 안하고 나가지 않고 하루 스물 네 시간 컴퓨터만 바라보고 있는 사람”을 중독이라 정의하였고, C학생도 “잠자고 밥먹는 거 빼고 나머지 시간에 모두 인터넷만 하는 사람”을 중독이라 정의하였다. 이들 자신들은 이 정도까지 인터넷을 사용하는 것은 아니기 때문에 중독이 아니라고 대답한 것이다. 하지만 아래 인터뷰 내용에서 나타나듯이, 이들 또한 대부분 중독에 해당하는 내성과 금단 현상을 경험하고 있어 객관적인 기준으로 볼 때 중독이라 판단할 수 있다.

“인터넷을 즐겨야한다는 생각은 가끔 하는데, 그게 잘 안되요. 그리고 인터넷을 안 할 때는 막 하고 싶은 생각이 들때도 있어요.”(A학생)

“제가 중독이라고 생각하고 싶지는 않아요. 그저 좀 자제를 해야되겠다고 생각은 하는데 그게 잘 안 되는 것 뿐이죠.”(C학생)

한편 스스로 중독임을 인정한 B학생과 D학생은 상대적으로 인터넷중독지수는 56점, 46점으로 상대적으로 낮으나, 이들에게서도 내성과 금단 현상은 공통적으로 나타난다.

“누가 인터넷을 끊으라고 그러면 끊을 마음이 있으면 끊겠는데, 그럴 마음이 없어요...(중략)담배처럼 사실 꼭 안피도 되는데 막 피고 싶은 것처럼 인터넷을 꼭 안해도 되는데 하고 싶은 그런 마음이 들고 그래요.”(B학생)

“습관처럼 하루도 빠지지 않고 쓴다는 점에서 저는 중독이에요. 다른 사람들처럼 금단현상이나 일상생활에 지장이 그리 큰 편은 아니지만, 시간이나 생활패턴으로 보면 상당한 중독이라고 할 수 있거든요.”(D학생)

즉, 이들의 중독점수가 생각보다 높지는 않지만, 두 사람 모두 인터넷을 끊지 못하고, 지속적으로 그리고 습관적으로 사용하고 있다는 점에서 중독이라 할 수 있다.

한편 게임중독자들은 교제중독자들과 달리 아바

타를 전혀 꾸미지 않는 경향이 있다. 이들은 대부분 게임만 하기 때문에 아바타를 꾸밀 필요성을 느끼지 못하여 대부분 아바타를 꾸미는데 돈이 들어가기 때문에 안 꾸민다고 하였다. 약간 꾸민다고 한 C학생의 경우에도 돈이 들어가지 않는 선에서 조금 꾸민다는 것이다. 이처럼 이들이 아바타를 많이 꾸미지 않는 이유는 게임중독자들의 인터넷사용 목적이 주로 게임에 있기 때문에 게임 이외의 다른 용도로 돈을 쓰는 일을 안하려는 것으로 이해된다.

“아바타 같은건 절대로 안해요. 돈들잖아요.”(A씨)

“아바타는 전혀 안꾸며요. 현금들어가는 것은 잘 안해요.”(D씨)

2) 교제중독자

교제중독자들은 주로 집에서 인터넷을 사용하고 있었다. 이들은 하루평균 6시간~9시간정도 인터넷을 사용하는데, 주사용시간대는 심야시간대(11시-2시)이다. 게임중독자나 전공자와 달리 이들의 주사용시간대가 모두 일치하는데, 이는 같은 시간대에 인터넷에 들어가야 메시지를 통해서 친구들을 만나 서로 대화할 수 있기 때문인 것으로 이해된다. 인터넷사용을 주로 집에서 하기 때문에 이에 소요되는 비용은 3만원~5만원정도로 그리 많지 않았고, 이는 게임중독자들보다 적은 것이다. 물론 이들이 인터넷을 사용하는 주된 목적은 메시지나 커뮤니티 이용, 홈페이지관리 등에 있다. 교제중독자들이 홈페이지관리를 많이 하는 것 또한 결국은 이것이 친구들과의 관계를 유지하는 수단이기 때문이다.

“친구들하고 만나려고 메시지를 주로 쓰는데, 사람들이 제가 접속을 안해 있으면 불안해 할 정도예요. 저는 습관적으로 그냥 들어가요...”(G학생)

“인터넷에서 동아리 홈페이지에 자주 들어가는데요 친구들이 홈페이지가 많거든요, 거기에 한번씩 다들 들어가고, 저도 제 홈페이지가 있으니까 매일 들어가요. 홈페이지에 그렇게 자주 들어가는 것도 결국 친구들과의 관계를 유지하기 위한 것이라고 할수 있죠(중략)... 제 홈페이지 같은 경우에 혹시 누가 글 안남겼나 계속 들어가보게 되고, 조회수 얼마나 늘었나 계속 보구요. 그리고 제가 다른 친

구 홈페이지에 글 올렸으면 답글을 달았나 안달았나 계속 보기, 동아리 홈페이지 들어가서 거기 접속되어 있는 사람 보고, 그중에서 쪽지를 보내고 친해지고 그래요...”(E학생)

한편 교제중독인 학생들의 인터넷중독점수를 살펴보면 모두 60점 이상으로 상당히 높게 나타나는 데, 이 점수는 게임중독인 학생들보다 높은 것이다. 특히 4명중 2명은 70점 이상으로 매우 심각한 중독 상태로 나타났다. 그런데 흥미로운 것은 교제중독자들이 스스로 인터넷중독이라고 인정한다는 것이다. 즉, 주관적인 인식면에서 자신이 중독임을 인식하고 있다는 것인데, 이는 앞서 게임중독자들에 비해 인터넷중독의 기준시간이 낮은 편이라는 데에서 그 원인을 찾을 수 있다. 그러나 이들이 인터넷중독 척도에 의한 점수도 높게 나오고 또 스스로도 인터넷중독임을 인정한다고 해서, 인터넷을 조금 줄이거나 지금처럼 지나치게 많이 사용하지는 말아야겠다는 생각을 가지고 있는 것은 아니다.

H학생의 경우, 인터넷을 끊을 수 있는냐는 질문에 대해 “왜 끊어야 하나? 그런 생각을 해본적은 없다. 인터넷은 내 생활이다. 집에서 하루종일 컴퓨터를 켜둔다. 잘때도 켜두고, 아침에 눈뜨자마자 컴퓨터로 하루를 시작한다. 학교수업을 받는 중간중간에도 하고, 집에 오자마다 다시 컴퓨터 앞에 앉는다.”고 하였다.

교제중독자들의 특징 중 하나는 게임중독자들과 달리 아바타 꾸미기에 신경을 많이 쓴다는 것이다. 교제중독자 4명이 모두 아바타를 꾸민다고 했는데, 이들의 인터넷사용 용도가 메신저, 이메일, 커뮤니티 등을 통해 친구를 사귀고 친구들과 대화하기 위한 교제의 목적이 대부분이라 할 때, 온라인상의 자신의 모습인 아바타를 꾸미는 것은 어찌보면 당연한 행동이라 할 수 있다.

H학생의 경우, “아바타는 인터넷 상에서의 내 얼굴이다. 그래서 공들여 꾸미는 편이다. 적어도 한달에 한번 이상은 꼭 바꾸는데, 일상생활에서 사는 옷에 비하면 훨씬 싸다. 인터넷상에서 내 모습인데 촌스러우면 쪽 팔린다...” 라고 할 정도로 온라인상의 자신의 모습을 현실에서의 자신의 모습만큼이나 중

요하게 생각하고 있었다.

3) 전공자

전공자들은 주로 집에서 인터넷을 사용하고 하루 평균 10시간씩 인터넷을 쓰고 있었다. 사용시간대는 오전시간대, 저녁시간대 등으로 나타나, 게임중독자와 교제중독자들의 사용시간이 주로 심야시간이나 새벽시간인 것과 매우 대조적이다. 전공자들의 인터넷사용목적은 당연히 학업관련자료나 정보를 구하는 것이 주를 이루고 있다. 전공자로 분류된 두 학생 중 한명은 인터넷중독 점수가 40점으로 그리 높지 않고, 나머지 한명은 65점으로 높은 편이다. 주관적 인식도 객관적 점수와 일치하여 [학생은 스스로 중독이 아니라고 인식하고, J학생은 약간 중독인 것 같다고 응답하였다. 인터넷사용시간만을 기준으로 할 때는 두 사람 모두 중독적인 사용수준이지만, 개인적 특성에 따라 한 사람은 중독이고 나머지 한 사람은 중독이 아니다. 이렇듯 개인에 따라 크게 차이가 난다는 사실을 통해서 인터넷사용시간을 중독의 지표로 삼아서는 안된다는 것을 알 수 있다.

3. 인터넷중독유형별 사회심리적 특성

인터넷중독자들의 사회심리적 특성을 파악하기 위해 아래 표와 같이, 자기효능감, 충동성, 시간관리 능력을 구조화된 질문지를 통해서 조사하였고, 이와 동시에 면접을 통해 일상생활에서 나타나는 사회심리적 특성을 분석해보았다. 이하에서 제시되는 점수들은 전반적인 경향을 파악하기 위한 것으로, 집단간 점수를 통계적으로 비교검증하지는 않았다. 그러므로 면접내용의 분석에 보조자료로 활용하였다.

1) 게임중독자

(1) 자기효능감

게임중독자의 일반적 자기효능감 점수는 전공자들에 비해 조금 낮은 수준으로 나타난다. 심층 면접을 통해서 볼 때 그들은 자신의 현실에 상당히 불만족해 하고 있으며, 특히 학업적 측면에서 자기효능감 수준이 많이 떨어지는 경향이 있었다.

“전공이 잘 안맞아서 전공수업 같은 거는 하기 싫은 일에 들어가는데, 그런 일은 끝까지 매달리지는 않아요.”(A학생)

“전공은 별로 재미가 없어요. 산업체 갈려고 억지로 하는거죠. 군대가기 싫어서요, 그래서 딱 필요한 만큼만 해요.”(B학생)

“지금 다니는 학교가 맘에 안들어서 98년도 편입시험을 한번 봤는데 떨어졌고, 그리고 나서 군대갔고 군대갔다와서 작년에 재수를 또 한번 했는데, 또 떨어지고 그래서 그게 너무 스트레스예요. 복학 안하고 또 재수하면 더 할까 하다가 너무 지쳐서 그냥 복학했는데, 작년에 너무 열심히 한 걸 생각하면 아직도 너무 억울한게 있고 그래서 학교생활이 힘들어요.”(C학생)

C학생의 경우 현재 학교와 전공에 불만을 가지고 있어 여러차례 편입시험을 보았으나 실패한 경험이 있어 일반적 자기효능감 수준이 크게 떨어져 있는 상태라 할 수 있다. 또한 D학생은 앞서 인터넷사용 계기를 통해서 이미 밝혀졌듯이 현재 고시공부를 하고 있는데, 이것이 본인의 선택에 의한 것이 아니라 부모님의 요구에 의한 것이라는 점에서 현실에 많은 불만을 가지고 있었다.

“보통 문과생들은 고시공부한다고 집에서 나와서 자취하고 그러면서 많이들 그렇게 되죠. 고시생들 중에 많아요. 집에서는 고시공부 하기를 원하고... 근데 적성에 안맞고 하기도 싫고 그러니까... 고시평계를 대고 나와서 자취하고 그러면서 고시공부안하고 피시방가서 인터넷하고 그러죠. (중략)... 저

는 고시공부가 힘들어요. 안맞어요. 게임도 금방 질려서 다른 게임으로 옮기고 하는데, 오래 앉아 있는거 못해요.”(D학생)

B학생은 근본적으로 현실에서 해소할 수 없는 불만을 가지고 있었으며, 이것을 게임을 통해서 해소한다고 한다.

“내가 원하는 게, 원하는 모습이 지금의 나는 아니거든요. 그건 진짜 너무 확실하고, 어떡 계보면 정반대의 나를 바라고 있는데...(현재 자기 모습에) 만족할 생각도 없어요. 옛날에는 만족하려고 노력했는데, 이제는 포기했어요...사실 저는 남자인게 불만이에요. 현실에서는 해소할 수 없는 불만이기 때문에 게임 속에서 여자행세하면서 해소해요. 이런 불만은 아주 오랫동안 쌓여왔던 응어리인데 게임하면서 해소되는게 커요.”

이상에서 보는 바와 같이 게임중독자들은 현실의 자신의 모습과 능력에 불만을 많이 가지고 있었다. 이는 현실적으로 요구되는 일을 통해서 자기효능감을 성취하는 경험을 해보지 못했기 때문이라 해석할 수 있는데, 특히 학생으로서 요구되어지는 학업 성과면에서 크게 인정받지 못했거나 또는 현실에서 해결할 수 없는 문제들로 인해 자기효능감을 발달시킬 만한 기회가 없었다고 볼 수 있다. 그 때문에 이들이 가상의 세계인 인터넷게임에 몰입하고 집착하면서 그 속에서 현실에서 경험하지 못했던 자기효능감을 추구하는 경향이 있다.

한편 게임중독자들의 사회적 효능감은 척도를 통

<표 5> 인터넷중독유형별 사회심리적 특성

	게임중독자				교계중독자				전공자	
	A학생	B학생	C학생	D학생	E학생	F학생	G학생	H학생	I학생	J학생
일반적 자기효능감 (만점 40점)	23점	27점	25점	30점	29점	30점	29점	18점	30점	33점
사회적 자기효능감 (만점 30점)	22점	18점	15점	23점	22점	20점	15점	13점	26점	30점
충동성 척도 (만점 110점)	83점	83점	62점	77점	67점	60점	54점	86점	53점	54점
시간관리능력 (만점 50점)	17점	12점	25점	25점	19점	25점	23점	17점	20점	22점

해서 볼 때, 전공자들에 비해서 낮은 것이 눈에 띈다. 심층면접을 통해서 볼 때, 게임중독자들의 대인관계의 기준은 일반적 사람들이 인식하는 대인관계의 기준과 크게 차이가 나타났다. 게임이라는 것이 혼자서도 충분히 할 수 있는 놀이기기 때문에, 다른 인터넷 사용에 비하여 친구가 절실하게 필요한 것은 아니다. 또 친구가 필요한 경우라도 게임을 매개로 온라인상에서 친구를 사귄 수 있는 특성이 있다. 그래서인지 대부분의 게임중독자들은 친구에 대한 필요성을 적게 인식하고 있었고, 또 한편으로는 대인관계가 원만하지 못한 경우 게임에 빠지는 경향이 있었다. A학생의 말을 통해서 친구는 고민을 터놓고 얘기하는 관계라기보다는 그냥 함께 게임을 즐기는 사람이라는 인식을 엿볼수 있다.

“내가 고민이 있어서 그런 걸 막 얘기한다기보다는 그러는 게 별루 없어요. 친구랑은 그냥 같이 노는 그런 게 많죠.” “처음에 안친했다가 게임하러가자 그래서 같은 게임하게 되면 그때부터 맨날 하는거예요. 게임으로 친해지는 거예요.”(A학생)

B학생의 경우에도 친구관계가 게임을 중심으로 이루어지고 있다.

“(게임) 안하는 애들은 안 만나요. 게임하는 애들이랑 게임을 하다가 게임이 끝나면 나가서 딱거하기도 해요.” “가끔씩 오랜만에 만나는 친구가 꼭 만나야 되는데, 애가 게임을 못한다 그러면 최대한 빨리 헤어져요.”(B학생)

(2) 충동성과 시판관리능력

게임중독자들은 충동성이 높고, 그에 비해 시판관리능력은 낮게 나타났다. 게임중독자들의 충동성 점수가 다른 집단에 비해, 특히 전공자에 비해 두드러지게 높은 경향이 있다. 이들은 무계획적으로 생활을 하고, 계획이 있다하더라도 충동적으로 그 계획에서 종종 벗어나는 것이 특징이다. 면접을 통해서도 게임중독자들은 스스로가 자신이 매우 충동적이고, 계획을 세우고 지키는 시판관리능력이 상당히 부족함을 인정하였다.

“저는 되게 충동적이에요. 웬만하면 계획은 안 세워요.” “어떤 게임을 해보고 어 이거 되게 재미있네,

그러면 다른거 다 때려치고 게임만 해요.”(A학생)

“미리 계획세우는 편은 아니고, 그때그때 생각나는 대로 해요. 원래 제가 무슨 계획이 있더라도 친구가 갑자기 무슨 부탁을 하면 제 계획을 바꾸죠.”(B학생)

“저는 노력하기 싫어하고 의지가 약하고 흥미로운 일만 쫓아다니고 그래요... (중략) 대부분 즉흥적이고 중요한 일 한두가지에 대해서는 계획적이예요. 일상적인 생활에서는 즉흥적으로 특별한 계획없이 생활해요.”(D학생)

이상에서 살펴본 바와 같이, 게임중독자들은 기본적으로 충동적인 성향이 강해서 미리 계획을 세워서 계획에 따라 생활하기 보다는 그때그때 상황에 따라, 또는 흥미에 따라 그들의 생활이 크게 좌우되는 특성을 보인다.

2) 교제중독자

(1) 자기효능감

교제중독자들의 일반적 자기효능감 점수는 H학생을 제외하면 모두 전공자와 비슷한 수준으로 높은 편이다. 반면, 교제중독자들은 전공자들에 비해 사회적 자기효능감이 다소 낮은 것으로 나타났다. 사회적 자기효능감을 묻는 질문에서 ‘새친구를 사귀는 일은 내게 어려운 편이다’에 대해 모두 ‘그런 편이다’라고 답하였고, 또한 대체로 ‘나는 관심을 가지는 어떤 사람이 보고 싶으면 사람이 와주기를 기다리기보다는 내가 먼저 간다’에 그렇지 않은 편이라고 답했다. 이들의 이러한 특성은 ‘기다리는 시스템’²⁾인 메신저와 들어맞는다고 볼 수 있다. 교제중독자들의 인터넷중독의 계기에서 나타났듯이 이들은 대인관계를 매우 중시하고, 관계적 욕구가 강한데 비해서 현실에서 이러한 욕구가 충족되지 못해 이를 인터넷상에서 사회망을 구축함으로써 충

2) F학생은 인터뷰중 엠에센이 ‘기다리는 구조’일 수밖에 없기 때문에 많은 시간을 컴퓨터 앞에서 보낼 수밖에 없다고 말한다. 보고싶은 사람, 만나고 싶은 사람에게 말을 걸기 위하여, 그 사람이 들어올때까지 기다리곤 한다는 것이다.

족시켜나가고 있다.

“오프라인 상에서 만나면, 술자리가 마련되지 않으면 진지하게 얘기하는 그런 분위기가 안되지 않아요. 근데 온라인상에서는…그냥 써지잖아요. 속이야기도 많이 하게 되고, 제 남자친구도 서로의 존재를 몰랐는데, 그냥 한번 스쳐지나간 적만 있었는데… 나중에 인터넷 상에서 알게 돼서 친해지게 됐고 그랬어요.”(F학생)

“저는 거의 외출은 안하는 편이에요. 숙제도 집에서 하고 모든걸 집에서 하는 편이에요. 거의 학교 집, 학교 집 하는 식이에요. 과행사같은데 관심이 없어서 학교에서는 그냥 수업만 듣고 집에 와요…(중략) 솔직히 오프라인에서 사람을 만나는건 시간과 돈을 투자해야 되잖아요. 그런데 메신저를 하면 따로 시간과 돈을 들일 필요 없이 사람을 만나면서 또 내일도 동시에 할 수 있으니까 좋아요.”(G학생)

“사람들하고 그렇게 쉽게 친해지는 편은 아니다. 대학와서 처음에 그런 것 때문에 많이 힘들었는데, 지금은 학교에 가면 같이 다니는 친구들도 좀 있고, 인터넷으로 인해 친해진 사람들도 있고 그래요.”(H학생)

또한 교제중독자들은 기본적으로 친구들과 함께 있고자하는 욕구가 다른 중독자들에 비해 강하게 나타나, 혼자있는 것을 싫어하는 경향이 있고, 이러한 욕구를 메신저와 같은 인터넷서비스를 이용함으로써 충족시키고자 한다. 교제중독자들은 대부분 컴퓨터를 사용하는 경우에 항상 메신저를 항상 켜놓고 있으면서 그럼으로써 친구들과 함께 있는 것과 같은 느낌을 가질수 있어 좋다고들 하였다.

“저는 혼자있는 걸 못견디하는 것 같아요. 남자친구랑 잘 만나지는 못하지만 다른 친구들이랑 많이 만나는 편이거든요. 그리고 전화통화하는 사람도 많은 편인데, 그런데 어느날 인터넷 안되고, 혼자 있고 하니가 너무 답답하고 심심하고 못견디했더라구요. 그래서 심심하고 그러면 항상 굴울리고, MSN으로 얘기하고 그러는 것 같아요.”(E학생)

“메신저를 안켜놓으면 손해보는 느낌이 들어요. 어떤 사람이 접속해 있는데 내가 접속해있지 않으면 안될 것 같은 생각이 들어요. 그 사람들과 같이 있고 싶어서… 또 메신저를 하면 안정감을 느끼는데, 특히 시험전날이나 리포트 마감전날은 메신저를 하면서 서

로 얼마나 했니 물어보면서 위안을 얻고 그래요. 나 혼자 집에서 공부하지만 메신저를 켜놓으면 친구들과 같이하는 느낌이 들어서 좋아요.”(G학생)

“인터넷 할때, 이것 저것 할게 많으니까 좋은 것 같아요…(중략) 친구들과 만나 떠돌고 놀고 하는 것과 비슷한 느낌을 받게 되요. 함께 어울려있다는 느낌…”(E학생)

(2) 충동성과 시간관리능력

충동성척도와 시간관리행동척도를 통해서 볼 때, 교제중독자들은 게임중독자들에 비해 덜 충동적이고, 보다 계획적인 경향이 있다. 그러나 전공자에 비해서는 충동성 점수가 높았고, 또 척도상의 점수에서 나타난 것과 달리 인터뷰 결과, 이들에게서도 다소 충동적인 성향을 찾아볼 수 있었다.

“아, 예 많이 충동적이에요. 물건사는 것도 그렇고, 제 단점이라고 생각하는데, 기분파라고 해야하나… 약속 같은 것도 기분 울컥해서 잡아버리고… 능력에 비해 약속을 무리하게 해버려요. 아침에 약속 잡아놓고 밤에 막 채팅해서 밤새고, 무분별하게 약속은 잡아놓고 나중에 지키지도 못하면서… 그게 사람들한테 많이 실례가 되죠. 미안하고, 그래서 나간 돈이 많아요. 그런걸 복구하느라고 돈이 많이 들어요.”(F학생)

“스팸메일이라도 몇퍼센트 싸게 판다는 등의 제목은 읽어봐요. 읽다가 좀 필요할 것 같다 하면…물건도 사기도 하고 그래요. (중략) 원래는 좀 계획적이었는데 가격세일을 한다거나 또는 배송료 없앨려고 인터넷에서 쓸데없는 것 산다든지 하는 것 있어요”(E학생)

“어떤 것을 선택할 때 그렇게 많은 생각을 하지 않는 편이다. 충동적으로 짜증이 나곤한다. 복잡한 건 딱 질색이다. 그래서 꼭 생각해야 할 때는 짜증이 난다. 또 한가지 문제를 붙잡고 끝날때까지 해결하지 못하고 그냥 흐지부지 되는 경우가 많다.”(H학생)

“친구들하고 만나는 약속 같은 거는 미리 계획하는 편이죠. 그런데 다른 친구가 같은 시간에 갑자기 보자고 하면 그 친구들을 같이 만나요.”(G학생)

이상에서 응답한 바와 같이, 교제중독자들은 소비 계획나 시간사용의 측면에서 충동적인 성향을 종종 드러내고 있다. 이들의 충동성이 다소 높은 만큼, 시

간조절능력이나 통제력은 다소 떨어지는 것으로 나타난다. 생활에 대한 통제력을 갖고 있다고 보는가라는 질문에 아래와 같이 답하였다.

“그게 잘 안되요. 특히 새벽에 빨리 자고 내일 일찍 일어나야 하는데, 빨리 못자요. 얘기하다보면 나 나가야한다고 얘기를 못하는 거예요.”(E학생)

“생활에 대한 통제력이 그렇게 높은 편은 아니다. 하루하루를 별 계획없이 습관적으로 생활하고, 또 일이 계획대로 되지 않더라도 별로 개의치 않는다.”(H학생)

“포스트잇에다 중독이라 적어놓고 독가스 그림 그려놓고 컴퓨터 앞에 붙여놔요. 근에 12시가 고비인 것 같아요. 그때쯤 되면 금단증상이 나타나거든요. 잠도 안오고, 이거 어찌나 하나가 잠깐 이메일만 확인하자 하고 켜요. 근데 그게 진짜 변명이거든요. 딱 키면 이제 동터오고 그래요.”(F학생)

이처럼, 교제중독자들은 대부분 인터넷이용시간을 줄여야 한다고 생각하지만, 절제가 되지 않는 경향이 있다. 즉, 이들 또한 자기생활에 대한 통제력과 시간계획 및 관리에 한계가 있음을 알 수 있다.

3) 전공자

(1) 자기효능감

전공자들은 일반적 자기효능감과 사회적 자기효능감 점수가 매우 높게 나타나, 게임중독자나 교제중독자와 대조적인 모습을 보인다. 우선 전공자들의 일반적 자기효능감 점수는 30점, 33점으로 면접대상자들 중 가장 높은 수준인데, 이렇듯 이들의 일반적 자기효능감이 높게 나타나는 것은 자기 전공에 대한 자부심과 자신감에서 기인한 것으로 이해된다. 인터뷰하는 내내 컴퓨터나 인터넷을 전공하는 전공자들은 다른 중독자들과 달리 자신의 전공분야에 대해 강한 자부심과 자신감을 드러내 보였다. 이러한 자부심과 자신감은 곧 자신이 하는 일에 대한 자기효능감으로 연결되어, 일반적 자기효능감이 높게 나타나는 것이다.

“현재 제가 하고 있는 일과 생활에 만족도가 높은 편이죠. 그렇게 남들보다 많이 잘 난 것은 아니지만, 내가 하는 일을 열심히 재미있게 할 수 있어서

좋아요.”(I학생)

“저는 제가 맡은 일에 쉽게 몰두하고, 그일이 아무리 복잡한 일이라도 끝낼 때까지 싫증 내지 않아요. 한자리에 오래 앉아 있는거 잘해요.”(J학생)

한편 전공자들의 사회적 자기효능감 또한 26점, 30점으로 면접대상자들중 가장 높은 수준이다. 이들은 친구를 사귀는 일에 큰 어려움이 없다고 하였다. 그리고 이들의 친구관계는 대부분 같이 컴퓨터를 전공하는 친구들로 구성되어 있었다.

“친구들이 대부분 같은 전공인 사람들이라서 놀때도 그냥 서로의 집에서 놀아요. 아무래도 다 컴퓨터를 좋아하고 잘하는 사람들이니까, 같이 컴퓨터 켜놓고 이것저것 해보고 술도 먹고 방에서 뭐도 해 먹고 그래요.”(I학생)

“제가 생각할 때 친구관계가 원만한 편이라고 생각해요. 친구는 두루두루 많이 있는 것 같아요. 그 친구들도 나를 좋은 친구라 생각할 거라 생각하는데” (J학생)

(2) 충동성과 시간관리능력

전공자들은 일을 진행하기 전에 계획을 세우고, 자기 자신을 잘 통제하면서 계획 세운 일을 실행하려고 노력하는 특성이 있다. 특히 일이 전공과 관련된 일인 경우 더욱더 계획적으로 관리하는 모습을 볼 수 있었다. 전공자들의 이러한 특성이 앞서 게임중독자와 교제중독자와 가장 크게 차이가 나는 부분이라 할 수 있다.

“전공이나 직업적인 일은 계획을 많이 세우고 생각을 많이 하지만, 일상적인 일은 그냥 그렇게 살아요.”(J학생)

“일에 따라서 다르기는 하지만 몇 시에 무슨 일을 어떻게 하는 것 까지 세우지는 않지만 대략적으로 매일매일 무슨 일을 어떻게 해야 하는 지는 계획을 세우는 편이에요.”(I학생)

이렇듯 본 연구의 면접 결과, 전공자들은 나름대로 그들의 생활과 시간을 계획적으로 관리하고 통제하면서 사용하는 것을 알 수 있다. 그렇기 때문에 전공자들의 인터넷사용시간이 하루평균 10시간에 달한다하더라도 이들은 자기 자신을 잘 통제하고

계획적으로 인터넷을 사용하는 것이기 때문에, 엄밀한 의미에서 중독자라 보기 힘들다.

4. 인터넷중독유형별 인터넷중독의 영향

본 연구에서는 인터넷중독의 영향을 정서적 측면, 신체적 측면, 가족관계측면, 대인관계측면, 학업적 측면으로 나누어 아래 표와 같이 살펴보았다. 각 영역별 영향정도를 비교하기 위하여 점수는 5점척도로 환산하여 제시하였다. 전반적으로 신체적 측면의 영향이 가장 크게 나타나고, 그 다음으로 학업적 측면에 미치는 영향이 크게 나타났다.

1) 게임중독자

게임중독자들의 경우 설문지의 척도로 조사해본 결과, 신체적 측면과 학업적 측면의 영향이 가장 두드러지게 나타났다. 정서적 측면, 가족관계나 대인관계 측면은 상대적으로 큰 영향을 받지 않는 것을 알 수 있다.

우선 정서적 측면의 영향은 C학생을 제외하면 모두 그리 크게 나타나지 않았다. C학생은 현실에서 스트레스를 받으면 인터넷으로 도피하여 그 속에서 현실적 불만과 스트레스를 해소하는 경향이 있고, 그래서인지 오프라인보다 온라인 속에서 더 편안함을 찾고 있었다.

“학원에서 뭐 시키고 그러면 굉장히 긴장하고 그래요. 말도 더듬고... 근데 인터넷에서 게임하고 채팅하고 그럴 때는 말을 잘해요... (중략) 내가 원래 더 잘할 수 있는 사람인데 지금 현실적으로 인정을 못받는데, 온라인상에서는 서로 잘 모르니까 일단

고민같은거 얘기할 때 훨씬 더 편안해요.”(C학생)

그러나 나머지 학생들은 인터넷중독으로 인한 정서적 영향이 그리 크지 않다고 하였다.

“저는 인터넷을 할때나 안할때나 정서적으로 큰 차이가 없어요. 인터넷을 안한다고 별로 불안하거나 그렇지도 않아요.”(D학생)

“온라인과 오프라인 혼동하지는 않아요. 저는 두개의 생활이 독립적으로 있다고 생각해요. 제 인격이 완전히 달라지는 건 아니지만, 완전히 다른 인물로 이중생활을 하는거죠. 온라인상에서는 온라인에 충실하고, 오프라인 상에서는 오프라인에 충실하고 그래요.”(B학생)

한편 게임중독자들은 신체적 측면의 영향이 다른 어떤 중독자들보다 심각하게 나타난다. 주로 친구들과 게임을 하기 때문에 장시간 컴퓨터 앞에 앉아 있게 되는 경우가 많아서, 허리, 어깨, 손목 등에 신체적인 문제가 나타나고, 눈도 많이 나빠진다고 한다. 뿐만 아니라 실시간으로 진행되는 온라인 게임의 특성 때문에 식사를 제때 챙겨먹지 못해 위장장애 등 신체적 문제가 심각하게 나타나고 있었다.

“피곤하기 보다는, 장시간동안 계속 똑같은 자세로 앉아 있다보니까 그리고, 계속 손목을 올리고 있으니 어깨랑 허리가 되게 안 좋아 졌어요.”(A학생)

“대개 온라인으로 하다보면 실시간이다보니까 나가서 밥을 먹기가 되게 곤란해요. 그래서 시켜 먹게 되요. (밥을) 제때제때 못먹어요, 하루에 한끼정도 밖에”(A학생)

“살이 많이 졌어요. 식사가 불규칙해지고, 하루 다섯끼도 먹고 한끼도 먹고 그래서, 그리고 눈이 제

<표 6> 인터넷중독유형별 인터넷중독의 영향

	게임중독자				교제중독자				전공자	
	A학생	B학생	C학생	D학생	E학생	F학생	G학생	H학생	I학생	J학생
정서적 측면	17점	18점	33점	11점	24점	31점	29점	35점	18점	33점
신체적 측면	46점	23점	45점	42점	38점	30점	29점	35점	13점	36점
가족관계측면	27점	2점	37점	27점	35점	3점	23점	23점	1점	35점
대인관계측면	18점	1점	24점	1점	18점	3점	32점	22점	15점	28점
학업적 측면	3.1점	1점	2.4점	3.3점	3점	3.1점	1.7점	3.8점	1점	2.6점

일 많이 아파요. 눈이 많이 나빠졌어요. 수면부족도 느끼고, 근데 저는 시간되서 자는거 싫어해요. 졸리지도 않는데 잘 시간이라고 자는게 싫어요. 인터넷을 하다가 엄청 잠이 쏟아지면 그때 자요.”(D학생)

“PC방에서 아르바이트 할 때, 너무 커피도 많이 마시고 거의 인스턴트 라면 같은거만 먹고 눈도 아프고, 머리로 아프고 그래서 돈이 오히려 더 들어갔어요. PC방에서는 사람들이 담배를 많이 피니까 환기를 시켜야하는데, 환기도 못시키고 해서 머리가 아파요. (중략)... 밥을 제때 못 먹어서 위장이 많이 나빠졌고 시력이 굉장히 많이 나빠졌어요.”(C학생)

한편 인터넷중독으로 인해 대인관계에 미치는 영향은 그리 크지 않았다. 이는 앞서 언급한 바와 같이 게임중독자들이 생각하는 대인관계의 기준이 일반 사람들과 차이가 나며, 그들이 접하는 친구들 대부분이 게임하는 친구이거나 게임하기 위한 친구이기 때문에, 인터넷사용이 대인관계에 미치는 부정적 영향은 그리 크지 않은 것으로 해석할 수 있다.

마지막으로 게임중독자들에게 나타나는 문제 중 가장 심각한 것이 학업적 측면의 영향이다. 본 연구에서 면접대상이 되었던 게임중독자들은 대부분 현재 자신의 전공에 만족을 못하고 있었다. 때문에 이러한 현실에서 도피하기 위해서 게임을 즐기다가 중독까지 된 경우가 많았고, 그로 인해 학업성적이 크게 저하되는 양상을 보였다. 인터넷을 지나치게 사용하게 되면, 수업에 결석하거나 지각하는 경우가 많아지고, 수업시간 중에도 수업에 집중하지 못하고 졸게 된다고 한다. 그 외에도 레포트 작업을 위한 조모임에도 소홀하게 되고, 학과공부 자체에 소홀하게 되어 결국 학업성적이 나빠지게 되는 것이다.

A학생은 인터넷이 학업에 큰 영향을 끼치며, 인터넷 하느라 수업에 안 들어간 경우가 많다고 했다. 그리고 현재 자신의 성적부진의 원인이 지나친 인터넷사용에 있음을 인정하였다. D학생은 집에서 가출한 후 심하게 인터넷게임에 몰두하였을 때, 한학기동안 모든 과목의 학점이 F가 나온 적도 있다고 했다.

“학교는 등록된 상태인데, 집에서 나왔고 돈은 없고 그래서 일주일에 이들은 피시방에서 자고, 이들

은 사우나에서 자고 이들은 근처에 자취하는 친구 집에서 자고 그랬어요. 한 세달정도 그렇게 살았어요. 그때 올 F 받았어요. 한학기가 완전히 빵구났죠.”(D학생)

2) 교제중독자

교제중독자들의 경우 설문지의 척도로 조사해본 결과, 모든 측면에서 인터넷중독의 영향이 나타났다. 게임중독자들과 비교해 볼 때, 이들은 특히 정서적 측면의 영향이 높은 수준으로 나타났다는 것이 특징이다.

우선 정서적 측면에서 볼 때, 교제중독자들은 인터넷을 많이 사용하게 되면서 더욱더 인터넷에 접속해야한다는 강박, 내성이 강해지는 것으로 드러났고, 또한 인터넷에 접속해 있지 않으면 답답해지고, 불안해지게 된다고 한다.

“인터넷을 많이 하지 않았을 때는 그런대로 혼자서 잘 놀았는데, 많이 하게 되면서 더 혼자 있는 것을 견디지 못하는 것 같아요. 주변사람과 항상 함께 있다는 느낌을 가질 수 있으니까 더 엠에센을 켜놓고 있게 되는 것같더라고요” “한번은 컴퓨터문제로 인터넷이 안됐던 적이 있었는데요. 너무너무 답답했어요. 그래서 친구들한테 계속 전화하고 그랬어요.”(E학생)

“메신저를 하면 안정감을 느끼는데, 특히 시험전날이나 리포트마감전날은 메신저하면서 서로 위안을 얻고 그래요.”(G학생)

인터넷사용에 대한 강박과 내성에 대해 이들은 대체로 인정하고 있었으나 이를 조절하는데는 어려움을 겪고 있었다.

“그만 해야지 하고 컴퓨터 끄고 그러고서 다시 세네번 일어났다가 컴퓨터 하고...그러다가 동토고 그래요. 웬지 막 스티일이 기다리고 있을 것 같다는 생각이 드는 거예요... 설명하기 어려운데.”(F학생)

한편 신체적인 측면의 문제는 게임중독자보다 그 정도는 약하지만, 일반적으로 컴퓨터를 오래하게 되면 나타나는 시력저하, 어깨 결림, 손목 결림 등이 비슷하게 제시되었다. 게임중독자들과 달리 이들은 식사를 거르거나 하지는 않았고, 주로 밤에 인터넷

을 사용하다보니 수면부족을 느낀다고 하였다.

“허리, 다리가 좀 아픈 것 같아요. 굳은 살 박히는 것 같아요. 손목에, 시력은 아무래도 눈이 좀 뻑뻑해지는 것 같아요.”(F학생)

“눈이 가장 피로해요. 눈이 쿡쿡 쑤시고, 아침에 눈이 빨개지고 그래요.”(F학생)

“잠을 충분히 자지는 못해요. 아무래도 새벽까지 인터넷을 하는 경우가 많이있기때문에, 잠은 좀 부족하죠. 일교시 수업있으면 좀 힘들고 많이 졸려요.”(H학생)

가족관계에 있어서도 크게 부정적인 영향은 없었다. 일단, 인터넷을 오래 하는 것 때문에 가족간에 갈등이 일어났던 적은 별로 없으며, 몇 번 좀 혼나는 수준이었다고 한다. 그러나 가족간의 대화시간이 줄어드는 것에 대한 아쉬움, 미안함은 적잖이 표현하고 있었다.

“인터넷을 사용하면서, 가족과의 대화시간은 확실히 줄었다. 인터넷을 통해서 다른 사람들과 대화할 수 있는데, 가족과는 필요한 말만 하고 밥먹을 때만 얼굴을 마주보니까 그런면에서는 좋지 않다고 생각해요.”(E학생)

“몇번 혼났는데, 이제는 포기하신 거 같아요. 알아서 고치겠지 하고 믿는 것 같기도 하고, 통터올때까지 하면 엄마가 ‘너 아직까지 하고 있었어’ 하시면, ‘아, 이제 막 일어나서 하는 거예요’라고 말하고, 잠자리에 들곤 해요.”(F학생)

대인관계에 대해서는 대부분 긍정적인 영향이 크다고 인식하고 있었다. 대인관계의 유지 및 확대에 도움이 되면 되었지 부정적인 영향을 끼쳤다고는 생각하지 않았다.

“메신저 쓰면서 오히려 친구들과 더 친해졌어요. 모르는 사람하고 대화하는게 아니고 아는사람하고 대화를 많이 하는 거기 때문에 친구들한테 정이 더 가고 인간관계에 더 긍정적인 영향을 주는 것 같아요. 자기랑 관심이 맞는 사람이랑 더 많이 얘기하게 되고, 친해지게 되는 면이 있어요. 또 고등학교 친구같은 경우에 만나지 않더라도 메신저로 인사라도 주고 받으니까, 관계가 지속되는 경향이 있죠.”(G학생)

특히 이들은 메신저에서 자신이 보다 오버하게

된다고 말한다. 오프라인상에서는 적극적이고 활동적인 스타일은 아니지만 메신저에서는 그러한 경향을 띠는 것으로 보이며, 이는 평소 수동적인 성격으로 인해 현실에서 충족하지 못하는 ‘재미’를 메신저라는 도구를 통해 해소할 수 있기 때문이다.

“확실히 다른 것 같아요. 온라인상에서는 야한애기도 대개 쉽게 할 수 있어요. 욕도 쉽게 할 수 있어요. 욕두문자나, 뻥이라거나... 온라인상에서는 장난처럼 되거든요. 그런애기도 많이 들었어요. ‘누나... 대개 얄전한 줄 알았는데, 다른 사람이 누나 아이 디로 들어온 줄 알았어요’ 라는 얘기도.”(F학생)

이렇듯 온라인상에서 보다 적극적으로 활동하게 됨으로써, 오프라인상의 관계를 더욱 친밀하게 만들어어나간다는 점에서 오히려 긍정적인 영향이 크다는 것이다.

마지막으로 학업적 측면에 미치는 영향을 보면, 게임중독자들과 달리 교제중독자들은 인터넷을 학업의 도구로 활용하는 측면도 있기 때문에 일면 긍정적인 점도 있다. 인터넷을 사용하면서 레포트를 쓰거나 기타 관심사에 관한 글을 읽고, 정보도 얻을 수 있기 때문이다. 그러나 레포트를 쓰는 동안 산만해지는 경향이 있으며, 시간을 효율적이고 집중적으로 사용하지 못한다는 점이 문제로 지적되기도 한다. 또 전날 지나친 인터넷사용으로 다음날 수업시간에 졸거나 하는 식으로 지장이 생기는 경우도 있다.

“레포트 쓸 때, 계획했던 대로 못 쓰는게 인터넷 때문인 것 같아요. 예전에는 그래도 많이 들어갈 곳 없었으니까 어느 정도 하다가 말았는데, 요즘엔 들어갈 곳이 너무 많으니까 자꾸 만 길 많이 하게 되는 것 같아요. 숙제하다가...다시 돌아와 보면 화나죠... 레포트 자꾸 늘어지는게 그런 것 같아요.”(E학생)

“저는 메신저를 켜놓고 있으면 거의 아무것도 안하고 죽치고 앉아서 주구장창 그것만 하니까, 생산적인 일을 하나도 못해요. 깨어있는 시간은 몽롱하고, 피해를 보죠. 수업시간에 졸고 그러면, 꼭 들어야하는 수업도 어느새 자고 있고 그랬어요.”(F학생)

메신저 중독 경향을 보이는 이들은 현실적으로 인터넷이 주는 긍정적, 부정적인 영향을 스스로 판단하고 있었다. 특히 대인관계측면과 학업측면에서

는 긍정적인 측면으로 활용하기도 한다. 그러나 본인들이 인정했듯이 정서적, 신체적, 학업적 측면 등에서 부정적인 영향이 나타난다는 점에서 인터넷 사용을 조절할 수 있는 능력이 보다 요구된다고 하겠다.

3) 전공자

전공자로 면접한 두사람중 J학생은 인터넷사용으로 인한 생활에의 영향이 거의 없는 것으로 나타난 반면, J학생은 어느정도 영향이 있다고 하였다. 그러나 두 사람 모두 게임중독자와 교제중독자들과 비교해 볼 때, 그 영향이 그리 큰 편이 아니다. 이들은 인터넷을 많이 사용하더라도 나름대로 조절하면서 쓰기 때문에 그로 인한 부정적 영향이 크지 않은 것으로 생각된다.

그러나 J학생의 경우 오프라인 보다는 온라인상의 자신의 모습을 더욱 선호하는 경향이 있고, 인터넷을 하면서 정서적 위안을 받을 정도로 인터넷이 그의 정서적 측면에 영향을 미치고 있었다.

“온라인 상에서의 내가 더 마음에 들어요, 일단... 오프라인 상은 말이나 행동으로 보여주는 것인데 온라인 상은 글이나 그림으로 보여주는 것인데 나는 그런 것이 더 좋아요...(중략) 인터넷을 하면 해피해요. 근데 인터넷을 안 하면 답답해져요”(J학생)

한편 신체적인 측면에서의 영향은 두 전공자 모두 정말 많은 시간을 컴퓨터와 인터넷을 하는데 사용하면서도, 그것이 하나의 전문적인 영역이기 때문에 수면시간이나 식사시간도 대체로 일정한 편으로 나타났다.

“인터넷을 쓰다가 몸이 좀 빠근하다 싶으면 방에서라도 자주 움직이려고 노력하고 푸쉬업같은 걸로 몸을 풀기도 해요.”(I학생)

“너무 피곤할 정도까지는 하지 않고, 적어도 4시간 정도는 잘 만큼 하고, 특별한 일이 없으면 일찍 잘려고 노력한다”(J학생)

이렇듯 전공자들은 신체에 이상 징후가 보일 정도로 인터넷을 오래 사용하지는 않고, 중간중간에 휴식을 취하면서 조절하고 있었다.

전공자들은 가족관계의 측면에서는 거의 문제가

없었다. 이는 전공자들의 경우 컴퓨터를 사용하는 것이 전공이기 때문에, 부모님께서도 인터넷사용을 학업의 연장선으로 보고 거의 간섭을 안 한다고 한다. 즉, 인터넷을 많이 사용하는 것이 가족관계에 부정적 영향을 주지는 않았다. 또한 전공자들에게는 인터넷을 사용하는 것이 사람들을 만나는 도구이자 창 같은 역할을 하고 있기 때문에 대인관계에 미치는 영향도 그다지 부정적이지 않다.

마지막으로 학업적 측면에서 볼때, 이들은 전공이 컴퓨터와 관련이 있다보니 오히려 인터넷사용이 전공공부에 도움이 된다고 한다.

“난 공부가 컴퓨터고 인터넷인데, 나의 전공과 관련되니까 비례관계이다.”(I학생)

“인터넷을 사용하면서 뉴스 같은 것을 보면 새로운 것을 많이 보니까 점점 사회에 대해서 관심분야가 많아진다.”(J학생)

두 사람 모두 인터넷을 사용하는 것이 자신들의 학업과 사회생활에 좋은 영향을 끼쳤다고 생각했다.

컴퓨터와 관련된 전공을 가지고 있는 학생들은 실제 인터넷 사용시간이 매우 길다. 이들의 생활은 인터넷을 제외하고는 생각 할 수도 없을 정도로 인터넷과 컴퓨터에 대한 의존도가 아주 높은 편이다. 그러나 이들은 자신의 시간을 관리하고 통제할수 있는 능력이 있어, 신체적인 악영향을 초래할 정도로는 사용하지는 않았다. 또한 과도한 인터넷 사용이 가족관계나 대인관계에 좋지 않은 결과를 초래하지도 않았다. 또한 전공자들은 정서적으로 인터넷에 많이 의존하고 있으나, 실제 이것이 현실적인 문제들로 연결되지 않고 오히려 긍정적인 결과를 창출하는 것으로 평가받고 있다. 그러므로 단순히 인터넷 사용시간이 길다는 것만으로 인터넷중독이라 판단할 수는 없다는 것을 전공자들의 생활을 통해서 알 수 있다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 인터넷중독에 대한 대처방안을 마련하

기 위한 기초연구로서 대학생들의 인터넷중독의 특성을 살펴보고, 그들의 중독적 인터넷사용이 일상생활에 미치는 영향을 살펴보았다. 인터넷중독의 특성이 중독유형에 따라 크게 다르기 때문에, 대학생들의 인터넷중독의 특성과 그 영향을 게임중독자와 교제중독자, 전공자로 나누어 유형별로 분석하였다.

심층면접 결과, 게임중독자들은 스스로도 자신이 중독자이라 인식하지 않는 경우가 많았다. 그러나 인터넷을 끊지 못하고, 지속적으로, 습관적으로 사용한다는 점에서 중독이라 판단된다. 이들이 게임을 하는 주된 이유는 현실에서의 불만족을 해소하기 위한 것이며, 대부분이 학업과 관련된 현실불만족이 많았다. 즉, 이들은 현실에서 해결하기 어려운 스트레스를 풀기 위한 탈출구로 인터넷게임을 즐기고 있다. 이들의 사회심리적 특성 중 두드러진 것은 충동성이 강하고, 계획성이 부족하다는 것이다. 또한 대인관계에서도 게임을 매개체로 하여 게임을 하는 친구만을 사귀는다는 독특함을 보인다. 이들의 생활시간은 최소한의 생리적 시간을 제외하고 모두 인터넷게임을 중심으로 구조화되어있다. 이러한 과도한 인터넷사용은 결국 그들의 신체적, 학업적 측면에 많은 문제를 야기하고 있었다.

한편 교제중독자들은 게임중독자들과 달리 스스로 중독임을 인정하고 중독점수도 상당히 높게 나타났다. 이들은 상대적으로 사회적 자기효능감이 낮은 편으로, 현실에서 충족되지 못한 대인관계욕구를 인터넷교제를 통해 해소하려는 경향이 강했다. 이들에게 인터넷은 대인관계를 확대하고 지속하기 위한 도구로 인식되었다. 충동성과 시간관리능력 점수는 게임중독자들보다는 높았으나, 심층면접을 통해 이들 또한 다소 충동적이고 비계획적인 성향이 있음을 알 수 있었다. 인터넷의 중독적 사용으로 인한 영향은 정서적 측면, 신체적 측면, 학업적 측면에서 크게 나타났다. 게임중독자들과 달리 교제중독자들은 현실적으로 인터넷이 주는 긍정적, 부정적인 영향을 스스로 판단하고 있는데, 특히 대인관계측면과 학업측면에서 인터넷을 긍정적으로 활용하는 것으로 나타났다. 그러나 본인들이 인정했듯이 정서적, 신체적, 학업적 측면 등에서 부정적인 영향이 나타

난다는 점에서 인터넷 사용을 조절할 수 있는 능력이 보다 요구된다고 하겠다.

마지막으로 전공자들은 인터넷사용시간을 기준으로 할 때 거의 하루종일 컴퓨터와 인터넷을 하기 때문에 중독이라 할 수 있다. 인터넷에 대한 의존도가 높다는 점에서 중독이지만, 이들의 경우 스스로 자신의 생활을 조절하고 관리할 수 있는 능력이 있기 때문에 중독자들에게서 보이는 내성, 금단, 생활에의 지장 등이 그리 심하게 나타나지는 않는다. 자기효능감도 상당히 높고, 시간관리능력도 높을 뿐 아니라, 과도한 인터넷사용으로 인한 생활에의 영향도 부정적이지 않았다. 전공자들은 다른 중독자들과의 비교집단으로 의미가 있다. 또한 전공자를 통해 단지 인터넷사용시간만을 기준으로 인터넷중독을 판단해서는 안된다는 의미있는 결과를 얻을 수 있었다.

이상과 같이 본 연구는 인터넷중독자들의 인터넷사용특성, 사회심리적 특성을 살펴보고, 인터넷중독이 그들의 생활에 미치는 영향을 파악해보았다. 본 연구 결과를 통해서 인터넷중독자들은 현실에서 충족되지 못한 욕구를 인터넷을 통해 해소하려는 경향이 있는 것을 파악할 수 있었다. 그러므로 인터넷중독을 극복하기 위해서 이들이 현실에서 욕구를 충족시킬 수 있도록 지원해 주는 교육프로그램이 필요하다.

특히, 게임중독자들이 인터넷중독에서 벗어나기 위해서는 현실속에서 재미있는 일을 찾고, 가상공간속에서 스트레스를 해소하기보다는 현실에서 주어지는 과업을 정면으로 해결함으로써 스트레스를 해소할 수 있도록 해야 한다. 또한 이들은 충동적이고 무계획적인 성향이 강한데, 이러한 충동적인 성향을 조절하고, 인터넷을 생활의 도구로 적절하게 활용하기 위한 자기통제교육 또는 시간관리교육이 필요하다고 하겠다.

한편 교제중독자들은 실제 대인관계에 대한 욕구가 강하면서도 이를 현실에서 충족시키기보다는 사이버공간에서 커뮤니티활동이나 채팅을 통해 실현하고 있는 경향이 있고, 이들 또한 게임중독자들과 마찬가지로 상당히 충동적으로 인터넷을 사용하는 특성이 있다. 그러므로 이들은 현실속의 대인관계를

보다 내실화할 수 있도록 도와주는 프로그램이나 현실적 생활을 관리할 수 있도록 하는 시간관리교육프로그램의 개발이 요구된다.

본 연구는 인터넷중독자들의 특성을 파악하고 이에 근거하여 인터넷중독 방지를 위한 프로그램개발에 기초 자료를 제공한다는 점에서 의의가 있다 하겠다.

■ 참고문헌

- 강지선(1999). PC통신 이용자들의 고독, 사회불안 및 대처방식과 통신중독과의 관계. 카톨릭대학교 석사학위논문.
- 김선우(2002). 인터넷중독의 실태와 영향요인에 관한 연구-소외를 중심으로. 서울대학교 석사학위논문.
- 김종범(2000). 인터넷중독 하위집단의 특성 연구-자존감, 우울, 외로움, 공격성을 중심으로. 연세대학교 석사학위논문.
- 박구연(2001). 가족기능과 자아개념이 고등학생의 컴퓨터게임중독에 미치는 영향. 서울여자대학교 석사학위논문.
- 박정은(2001). 청소년의 인터넷 중독적 사용 및 영향요인 연구. 숙명여대 석사학위논문.
- 성주은(1999). PC통신 중독자의 성격특성에 관한 연구. 서울여대 석사학위논문.
- 송명준, 허유정, 이은정, 권정혜(2001). 인터넷중독: 중독적 특성, 중독의 결과 및 중독자의 하위 유형. 고려대학교 학생생활연구소, 심리검사 및 상담연구, 5.
- 송명준, 권정혜(2000). 대학생 인터넷중독 현황 및 인터넷중독이 대학생활적응에 미치는 영향. 임상심리학회 포스터발표자료.
- 송미화(2001). 가족기능이 청소년 인터넷중독에 미치는 영향 연구. 이화여대 석사학위논문
- 송원영(1999). 자기효능감과 자기통제력이 인터넷의 중독적 사용에 미치는 영향. 연세대학교 석사학위논문.
- 안석(2000). 인터넷의 중독적 사용에 관한 연구: 서울소재 중학생 대상으로. 연세대학교 석사학위논문.
- 윤재희(1998). 인터넷중독과 우울, 충동성, 감각추구성향 및 대인관계의 연관성: 대학생집단을 중심으로. 고려대학교 석사학위논문.
- 이소영(2000). 게임의 중독적 사용이 청소년의 문제 해결능력 및 의사사통에 미치는 영향. 고려대학교 석사학위논문.
- 이현수(1992). 충동성검사 실시 요강. 서울 : 한국가이던스.
- 이현아(2001). 주부의 인터넷사용으로 인한 가족체계의 변화. 서울대학교 박사학위논문.
- 임효정(2000). 사이버 의존집단과 비의존집단간의 심리특성 연구 : 대인예민성과 우울을 중심으로. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 황상민(2001). 인터넷중독 현황 및 실태조사. 한국정보문화센터.
- 한국정보문화센터(2002). 인터넷중독상담전략. 한국정보문화센터.
- 한국인터넷정보센터(2003). 정보화실태조사. 한국인터넷정보센터.
- Anderson K. J. (1999). Internet use among college students: An exploratory study. <http://www.rpi.edu/~anderk4/research.html>
- Bandura (1986). Social foundations of thought and action : a social cognitive theory, NY, Prentice-Hall.
- Brenner, V. (1997). Psychology of computer use:XLVII. Parameters of internet use, abuse and addiction: The first 90 days of the internet usage survey. *Psychological Reports*, 80, 879-882.
- Goldberg, I. (1996). Internet Addiction. Electronic message posted to research discussion list. <http://www.rider.edu/users/suler/psycyber/supportgp.html>
- Kandell J. J. (1998). Internet addiction on campus: The vulnerability of college students. *Cyberpsychology & Behavior*, 1, 11-17.
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S.,

- Mukophadhyay, T. & Scherlis, W. (1998). Internet Paradox : A Social Technology that Reduces Social Involvement and Psychological Well-being, *American Psychologist*, 53(9), 1017-1031, (<http://www.apa.org/journals/amp/amp5391017.html>).
- Moore, D. (1995). *The Emperor's Virtual Clothes: The Naked Truth about the Internet Culture*. Chapel Hill, NC: Algonquin.
- Morahan-Martin, J. M. & Schumacher, P. (1997). Incidence and correlates of pathological internet use. Paper presented at the 105th Annual convention of the American Psychological Association, Chicago, Illinois.
- Scherer, K. & Bost, J. (1997). Internet use patterns: Is there internet dependency on campus? Paper presented at the 105th Annual Convention of the American Psychological Association, Chicago, Illinois.
- Suler (1996). Computer and Cyberspace Addiction. <http://www.rider.edu/users/suler/psyber/cybaddict.html>
- Thompson, S. (1996). Internet connectivity: Addiction and dependency. Unpublished Master's thesis, Pennsylvania State University, USA.
- Young, K. S. (1996). Internet Addiction: The Emergence of A New Clinical Disorder. *CyberPsychology and Behavior*, 1, 237-244.
- Young, K. S. (1997). Levels of depression and addiction underlying pathological Internet use. Poster presented at the annual meeting of the Eastern Psychological Association, Washington, DC.
- Young K. S. (1998). *Caught in the Net: How to recognize the signs of Internet addiction and a winning strategy for recovery*. New York, NY; John Wiley & Sons Inc.
- Young K. S. (1999). Internet Addiction: Symptoms, Evaluation, and Treatment. <http://netaddiction.com/articles/symptoms.htm>
- Griffiths, M. (1999). Internet Addiction. *The Psychologist*, 12(5), 246-250.
- Kandell J. J. (1998). Internet addiction on campus: The vulnerability of college students. *Cyberpsychology and Behavior*, 1, 11-17.

(2003년 10월 30일 접수, 2004년 1월 19일 채택)