

중학생의 인터넷 중독에 영향을 미치는 스트레스 요인 분석

이경화[†] · 홍정화

([†]부경대학교 · 용호중학교)

The Analysis of Stress Factors Affecting Internet Addiction of Middle School Students

Kyeong-Hwa LEE[†] · Jeong-Hwa, HONG

[†]Pukyong National University, Yongho Middle School

(Received February 22, 2005 / Accepted March 3, 2005)

Abstract

This paper studies internet addiction and the levels of distressful stresses of middle school students based on their sexualities and grades. The paper also analyzes distressful stress factors affecting internet addiction and tests internet addiction differences by their levels of distressful stresses. The results indicates that there are statistically significant differences in internet addiction by their distressful stresses levels. The research holds that distressful stresses in their academic achievements and their family lives are significant factors explaining internet addiction of middle school students.

Key Words: Internet Addiction, Stress, middle School Students

I. 문제제기

정보통신부(2005)가 발표한 「2004년도 하반기 정보화 실태 조사 결과」에 따르면, 현재 우리나라 만 6세 이상 전 국민의 70.2%가 인터넷을 이용하고 있으며 그 수는 3,158만 명에 이른다. 인터넷 이용률은 1999년의 22.4% 이후 꾸준히 증가 추세에 있으며, 이러한 인터넷 사용의 보편화와 더불어 인터넷 중독 현상이 사회적 문제로 제기되고 있다.

Griffiths(1995)에 의해 처음 명명된 ‘인터넷 중독(internet addiction)’이란 용어는 인터넷 과

다 사용과 인터넷에서 이루어지는 활동에 대한 집착 및 의존성과 같은 병리적이고 강박적인 인터넷 사용을 의미하는 것으로, ‘인터넷 중독 장애(internet addiction disorder)’, ‘사이버 중독(cyber-addiction)’, ‘병적 인터넷 사용(pathological internet use)’, ‘넷 중독(net-addiction)’, ‘웹홀리즘(webholism)’ 등과 같이 다양한 용어로 사용되고 있다.

6-19세에 이르는 청소년의 경우 96.2%가 인터넷을 이용하고 있으며 이는 모든 연령대 중 가장 높은 인터넷 이용률을 나타내는 것으로(정보통신부, 2005), 청소년의 인터넷 중독 가능성에 대한 우려가 매우 큰 상황이라 할 수 있다. 청소년

[†] Corresponding author : 051-620-6852, khlee@pknu.ac.kr

년기 인터넷 사용의 중독적 성향은 약물남용이나 비행과 같이 청소년 문제행동의 하나로 간주되고 있으며(조남근·양돈규, 2001), 그 원인과 결과에 대한 연구가 꾸준히 이어져 오고 있다.

청소년의 인터넷 중독의 원인에 대해서는 크게 인터넷 매체 자체의 특성과 청소년 개인의 심리적 성향 그리고 청소년의 가정환경이란 세 가지 측면에서 논의되어 왔다. 개방성, 익명성, 정보성, 흥미와 같은 인터넷 자체의 특성이 중독을 초래한다는 논의가 이루어진 바 있으며(장일순, 2000), 높은 충동성이나 낮은 자기통제력과 같은 청소년 개인의 성향이나 정서가 중독의 원인으로 제시된 바 있다(맹미희, 2003; 윤재희, 1999; 양돈규, 2001; Young, 1996). 현실에서는 어려운 대인간 의사소통을 가상 세계에서 이루려는 성향이 인터넷에 중독될 가능성을 증가시킨다고 본 King(1996)의 주장이나 높은 우울감과 낮은 자존감을 가지고 있는 청소년들이 그러한 자신의 심리 상태를 보상받기 위해 인터넷에 빠져들게 된다고 설명한 Young과 Rogers(1997)의 연구 또한 인터넷 중독의 원인을 개인의 심리 상태에 둔 것이라 할 수 있다.

가정의 심리적 환경에서도 인터넷 중독의 원인을 찾을 수 있는데, 거부적인 양육태도를 가진 부모의 자녀가 인터넷 중독에 빠질 가능성이 높다고 보고한 윤지영(2001)의 연구나 가족의 지지가 약할수록(안석, 2000), 부모의 양육태도가 비합리적일수록(박정은, 2001), 부모가 인터넷 사용을 방치할수록(이계원, 2001), 가족간의 갈등이나 충돌이 많고, 분위기가 우호적이지 않을 때(정경란, 2001) 인터넷 중독에 빠질 위험이 높다고 제시한 연구들이 그 예이다.

일반적으로 청소년기는 신체적으로 그리고 심리적으로 큰 변화를 경험하면서 외부로부터의 압력과 요구에 대해 불균형을 지각하는 정도가 높으므로 이로 인해 생리적, 심리적으로 부정적인 반응, 즉 스트레스를 경험하고 표출하는 경향이 많다. 청소년들의 스트레스를 야기하는 생활사건

혹은 일상생활 요인이 무엇인지를 탐색한 최근 연구들의 결과에 따르면, 우리나라 청소년들의 주요한 스트레스 요인은 가정생활 문제뿐만 아니라 공부, 성적, 시험 등 학교생활 문제와 친구관계, 자기 자신과 관련된 문제 등 매우 다양하게 나타나고 있다(김보정, 2002; 손영미, 2002; 신미리, 2003; 심영훈, 1998; 황희석, 2003).

스트레스가 청소년 개인의 심리적 특성에 영향을 미치기도 하고 또 다른 문제행동이나 부적응 행동을 초래할 수 있다는 점을 고려해 볼 때, 개인의 심리적 특성이나 부모와의 관계와 같은 가정생활 요인들뿐만 아니라 청소년을 둘러싸고 있는 다양한 요인들, 즉 학업에 대한 불안과 불만, 학교생활의 부적응, 가정의 경제상황, 친구와의 관계, 자신의 정체감이나 외모 등의 스트레스 요인과 인터넷 중독이라는 문제행동간 관계에 대해 보다 폭넓은 고찰이 필요하다고 본다.

청소년의 인터넷 중독이 자기효능감과 문제해결 태도 및 능력, 의사소통 능력, 학습동기 및 학업성취를 저하시킬뿐만 아니라, 학교생활이나 가정생활에서의 적응, 친구관계 등에도 부정적인 영향을 미친다는 연구결과는 이미 제시된 바 있으나(김재준, 2003; 박종주, 2002; 서주현, 2001; 안복모, 2002; 엄순명, 2002; 이소영, 2000; Young & Rogers, 1997), 학교생활이나 가정생활에서의 적응, 친구관계 등에서 나타나는 스트레스가 인터넷 중독에 미치는 영향을 살펴본 연구는 찾아보기 힘들다.

인터넷 중독의 결과로서가 아니라 인터넷 중독에 빠질 수 있는 배경 원인으로 가정생활을 비롯하여 학업, 친구관계, 자기 자신에 대한 스트레스 요인들을 탐색하는 것이 필요하다고 보며, 이렇게 학업, 가정, 친구관계, 자기자신의 상황에서 나타나는 청소년의 스트레스가 인터넷 중독에 미치는 영향을 분석해 봄으로써 청소년의 인터넷 중독에 대한 보다 포괄적인 이해와 교육적 시사점을 얻을 수 있을 것으로 기대된다.

이에 본 연구에서는 중학생을 대상으로 먼저

인터넷 중독 정도와 스트레스 수준이 어떠한지 알아보고, 학업, 가정, 친구관계, 자기 자신에 대한 스트레스의 수준에 따라 인터넷 중독에 유의미한 차이가 있는지 그리고 인터넷 중독을 예측하는 유의미한 스트레스 요인이 무엇인지 분석해보고자 한다.

본 연구의 문제를 정리하여 제시하면 다음과 같다.

- 연구문제 1.** 중학생의 성별, 학년별 인터넷 중독 정도는 어떠한가?
- 연구문제 2.** 중학생의 성별, 학년별 스트레스 수준은 어떠한가?
- 연구문제 3.** 중학생의 스트레스(학업, 가정, 친구관계, 자기 자신) 수준에 따라 인터넷 중독에는 차이가 있는가?
- 연구문제 4.** 중학생의 인터넷 중독에 대한 예측요인으로서 스트레스(학업, 가정, 친구관계, 자기 자신)의 설명력은 어떠한가?

II. 청소년의 스트레스와

인터넷 중독

현재 사용되고 있는 스트레스의 개념은 크게 세 가지 입장으로 구분된다. 자극으로서의 스트레스, 반응으로서의 스트레스, 상호작용으로서의 스트레스가 그것이다. 자극으로서의 스트레스는 행동주의 전통에서 비롯된 것으로 스트레스를 인간에게 미치는 사건, 즉 하나의 자극으로 보는 입장이고, 반응으로서의 스트레스는 어떤 요구에 대한 신체의 불특정한 반응이라고 보는 유기체의 생리적 측면에 초점을 둔 것이다. 상호작용으로서의 스트레스는 환경과 인간간의 관계를 강조하는 입장으로, 환경내의 자극 특성과 이에 관한 반응의 매개체로서의 개인의 특성을 강조한다. 다시 말해, 개인은 환경의 자극 요소와 그 반응을 직선적으로 매개할 뿐만 아니라 개인의 지각, 인지나 스트레스에 대한 대처능력 등의 특징도 환경의 주

요한 일부분이 되며 환경에 영향을 준다는 견해로서, 단순한 작용이 아닌 상호작용 또는 역동적 작용으로 보는 것이다(박은영, 1995; 양병환·신미영, 1999; Lazarus & Folkman, 1984).

상호작용적 관점에서 볼 때, 한 개인이 지각하는 스트레스의 수준은 상황적인 요인과 개인적인 요인의 복합적 작용에 의해 결정된다고 할 수 있다. 즉 자신의 외모나 개개인의 특정 성격, 건강, 강박관념 등의 개인적 상황, 부모의 부부 관계, 부모의 양육 태도, 형제 자매 관계, 가정의 분위기, 가정의 경제적 문화적 상태 등과 같은 가정환경적 상황, 성적이나 학교환경과 같은 학업적 상황, 동성 및 이성간의 친구관계 상황의 특성과 일련의 사건에 대한 예측가능성 및 통제가능성 그리고 사회적 지원의 정도와 같은 요인들이 청소년 개인의 스트레스를 결정짓는다고 할 수 있다(박중기, 1998).

1990년대 이후 인터넷 환경이 급격히 발달하면서 청소년들이 경험하고 있는 일상 생활에서의 다양한 스트레스를 해소하는 공간으로 익명성이 보장되고 쉽게 드나들 수 있는 사이버 공간이 선호되고 있으며, 청소년의 스트레스가 높을수록 인터넷 중독에 취약하다는 주장이 제기되고 있다(Suler, 1996; Young, 1996).

중독이란 말은 원래 의학적 용어로서 그 중독의 대상이 알콜이나 독극물 등 약물을 복용하는 사례에 적용되어 사용되어 왔으나, 근래에는 어떠한 물질이 신체에 일으키는 위험 증상에만 국한되어 사용되는 것이 아니라, 신체적 위험 증상 및 문제의 특성에 따라 심리학과 의학 분야에서 다양한 개념으로 정의되고 있다. 인터넷 중독이란 용어 또한 인터넷에 대한 과도한 의존, 내성, 금단증세와 같은 특성을 중심으로 정의가 내려지고 있다.

Suler(1996)는 모든 가상 현실에 대한 중독을 두 가지 범주 즉, 대인관계 위주 형태와 비대인관계 위주 형태로 나누어 볼 수 있다고 하였다. 대인관계 위주 부류의 사람들은 다른 사람과 의사

소통하고 사회적인 생활을 영위하는데 몰입하고 그 외의 컴퓨터 이용에는 관심이 없으며, 비대인 관계 위주 부류의 사람들은 개인적인 게임, 일, 정보 수집 또는 인터넷에서 무엇을 찾아다니는 일에 컴퓨터를 이용하고 그들의 대인관계를 위해서 가상공간을 사용하지 않는다. 그는 대부분의 인터넷 중독자들은 대인관계위주 형태를 지닐 것이라고 예측하면서 그들의 사회적 인터넷 중독의 기저에 흐르는 욕구는 대인 관계적이라고 주장하였다.

Young(1996)은 인터넷 중독에 광범위한 행동과 충동-통제 문제를 포함시키면서 중독 유형을 사이버 섹스 중독, 사이버 관계 중독, 네트워크 강박증, 정보 과몰입, 컴퓨터 중독과 같은 다섯 가지로 구분하여 제시한 바 있다. 사이버 섹스 중독이란 성인 대화방이나 사이트를 충동적으로 사용하며, 사이버 포르노나 사이버 섹스에 몰입하는 경우를 말하며, 사이버 관계 중독이란 대화방, 머드게임, 뉴스 그룹 등의 온라인 관계에 과도하게 몰입하는 경우를 지칭한다. 네트워크 강박증이란 충동적으로나 강박적으로 온라인 도박·쇼핑·경매 등에 중독되는 경우를 그리고 정보 과몰입이란 충동적인 웹서핑 및 자료 검색에 중독되는 것을 말하며, 컴퓨터 중독이란 컴퓨터 게임이나 컴퓨터 프로그램을 강박적으로 하는 것으로 대부분 아동이나 청소년에게서 문제가 된다고 보았다.

Young(1998)은 인터넷 중독의 중요한 요인인 내성, 금단, 생활 문제 등을 포함하여 인터넷 중독검사를 개발하였는데(Young, 1998), 현재 청소년의 인터넷 중독의 예방과 치료를 위한 진단도구로서 활용되고 있다.

III. 연구 방법

1. 연구대상 및 절차

부산광역시 소재 Y중학교 학생 총 724명을 대상으로, 2004년 11월 29일부터 12월 11일에 걸쳐 인터넷 중독 검사 및 스트레스 지각 검사를 실

시하였다. 이 중 일부 응답이 누락된 대상을 제외한 후, 총 704명을 본 연구의 최종 분석대상으로 삼았다. 최종 분석에 포함된 중학생의 일반 현황은 다음 <표 1>과 같다.

<표 1> 연구대상자 현황

구분		n	%
성별	남	363	51.6
	여	341	48.4
학년	1	223	31.7
	2	246	34.9
	3	235	33.4
계		704	100

2. 검사도구

가. 인터넷 중독 검사

본 연구에서는 미국 온라인 중독센터(The Center for On-line Addiction)에서 사용하고 있는 인터넷 중독 검사(Internet Addiction Test)(Young, 1998)를 김은정, 이세용, 오승근(2003)이 우리나라 청소년용으로 번안, 수정하여 타당화시킨 총 20 문항을 사용하였다(<표 2> 참조). 김은정 등(2003)의 연구에서 검사척도의 내적 합치도를 알아본 결과, Cronbach's α 계수가 .91로 높게 나타났고 본 연구에서도 .90으로 산출되어 인터넷 중독검사의 신뢰도는 양호하다고 할 수 있다.

각 문항에 대한 일치 정도를 5단계로 평정하여 총점을 산출하는데, 본 연구에서는 Young(1998)과 김은정 등(2003)이 제시한 바에 따라 20-49점을 인터넷의 '일반 사용자군'으로, 50-79점을 '중독위험군'으로 그리고 80점 이상을 '중독군'으로 구분하였다.

나. 스트레스 검사

스트레스 수준을 알아보기 위하여 본 연구에서는 신미리(2003)의 연구에서 사용한 검사를 수정, 보완하여 실시하였다.

<표 2> 인터넷 중독검사 문항

문 항	
1.	처음에 마음먹었던 것보다 더 오래 인터넷을 하게 된다
2.	인터넷으로 시간을 보내느라 다른 해야될 일을 소홀히 한다
3.	가장 친한 친구와 노는 것보다 인터넷 하는 것을 더 좋아한다
4.	인터넷을 통해 새로운 사람을 사귄다
5.	인터넷으로 많은 시간을 보내는 것에 대해 가까운 사람들이 불평한다
6.	인터넷으로 많은 시간을 보내기 때문에 성적이나 학교 일에 지장을 받는다
7.	공부나 해야 할 일을 하기 전에 이메일부터 먼저 확인한다
8.	인터넷 때문에 학습능률이 떨어진다
9.	다른 사람이 인터넷으로 무엇을 하느냐고 물어볼 때 숨긴다
10.	현실의 골치 아픈 생각을 잊기 위해 인터넷을 하게 된다
11.	다시 인터넷 하기를 기대하는 자신을 발견한다
12.	인터넷이 없다면 생활이 지루하고, 허전하며, 기쁨이 없을 것이라고 걱정한다
13.	인터넷 접속 중에 다른 사람이 방해하면 소리질르고 고함치거나 막 화를 낸다
14.	밤 늦게까지 인터넷을 하느라 잠을 못 잔다
15.	인터넷을 하지 않을 때에도 인터넷에 대한 생각으로 꽂차 있거나 접속하는 것을 상상한다
16.	인터넷을 할 때, “조금만 더하고 그만두어야지”라고 생각하면서도 계속 한다
17.	인터넷 하는 시간을 줄이려고 노력하지만 실패한다
18.	인터넷을 얼마나 오래 했는지 숨기려고 한다
19.	남들과 밖에서 놀기보다는 인터넷으로 시간 보내는 걸 택한다
20.	인터넷을 하지 않을 때는 우울하고 울적해지거나 신경이 날카롭다가도 인터넷을 하게되면 그런 기분이 사라진다

검사는 네 개의 하위영역 즉, 학업, 가정, 친구관계, 자기자신에 대한 스트레스를 측정하는 5단계 Likert형 총 39개 문항으로 구성되어 있다. 스트레스 영역 및 전체 문항에 대한 신뢰도 계수의 범위는 .79에서 .92로 나타나, 검사의 신뢰도는 양호하다고 할 수 있다(<표 3> 참조).

3. 자료분석

연구문제에 따라 조사 대상자의 인터넷 중독 정도와 스트레스 수준을 파악하기 위하여 성별, 학년별 교차분석(Crosstab) 및 χ^2 검증(Chi-square

test)을 실시하였으며, 중학생의 스트레스 수준에 따른 인터넷 중독에 차이가 있는지 알아보기 위해 t검증(t-test)을 실시하였다. 그리고 중학생의 인터넷 중독에 대한 예측요인으로서 스트레스가 갖는 설명력을 알아보기 위하여, 인터넷 일반 사용자군과 중독군 사례를 추출해서 이를 목적변수로 하여 로지스틱 회귀분석(Logistic Regression Test)을 실시하였다.

<표 3> 스트레스 지각검사의 신뢰도

영역	문항번호	구성내용	문항수	cronbach's α
학업	1-10	· 성적에 대한 불안 · 공부에 대한 부담 · 학교수업에 대한 불만 · 교사와의 관계에 대한 불만	10	.79
가정	11-20	· 부모와의 갈등 · 형제와의 갈등 · 경제적 어려움 · 가정내 소외감	10	.82
친구관계	21-29	· 친구의 부재 · 친구의 괴롭힘 · 의사소통의 어려움	9	.90
자기자신	30-39	· 정체감의 상실 · 성, 외모에 대한 고민 · 감정조절의 어려움	10	.85
전체			39	.92

IV. 연구 결과

1. 중학생의 인터넷 중독

중학생의 인터넷 중독 검사 결과, 전체적으로는 일반 사용자군이 8.5%(60명)인데 비하여 중독위험군과 중독군에 속하는 중학생들이 전체 91.5%(644명)를 차지하고 있어 중독의 정도가 높은 것을 알 수 있다. 성별로는 여학생(M=70.8, SD=14.3)이 남학생(M=67.5, SD=14.9)에 비해 인터넷 중독점수가 상대적으로 높게 나타났으며, 학년별로는 1학년(M=72.0, SD=14.3)이 2학년(M=69.0, SD=14.8)이나 3학년(M=66.5, SD=14.6)에 비해 상대적으로 인터넷 중독점수가 높은 것으로 나타났다.

검사의 총점을 기준으로 인터넷 중독군을 분류하여 성별, 학년별로 교차분석 및 χ^2 검증을 실시한 결과(〈표 4〉 참조), 성별에 따라서는 인터넷 중독군의 분류에 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았으며 학년에 따라서는 인터넷 중독군 집단 분류에 유의미한 차이가 있었다($\chi^2=11.52$, $p<.05$).

〈표4〉 성별, 학년별 인터넷 중독의 차이

구분 변인	점수		집단(사례수(%))				χ^2	
	M	SD	일반 사용자군 (20-49점)	중독 위험군 (50-79점)	중독군 (80-100점)	계		
성 별	남	67.5	14.9	31(8.5)	251(69.1)	81(22.3)	363(100)	5.05
	여	70.8	14.3	29(8.5)	211(61.9)	101(29.6)	341(100)	
학 년	1	72.0	14.3	16(7.2)	136(61.0)	71(31.8)	223(100)	11.52*
	2	69.0	14.8	17(6.9)	164(66.7)	65(26.4)	246(100)	
	3	66.5	14.6	27(11.5)	162(68.9)	46(19.6)	235(100)	
전체	69.1	14.7	60(8.5)	462(65.6)	182(25.9)	704(100)		

* $p<.05$

2. 중학생의 스트레스 수준

중학생의 스트레스 검사 결과, 남학생(M=143.1, SD=23.0)이 여학생(M=138.6, SD=21.0)에 비해 스트레스 점수가 상대적으로 높게 나타났으며, 학년별로는 1학년(M=144.3, SD=22.6)이 2학년(M=139.8, SD=22.0)이나 3학년(M=139.0, SD=21.8)에 비해 상대적으로 스트레스가 높은 것으로 나타났다.

Kelly(1939)의 집단 구분에 대한 통계적 제안을 참고로, 상·하위 약 27%에 해당하는 사례수를 스트레스가 낮은 집단과 높은 집단으로 구분하여 성별, 학년별로 교차분석 및 χ^2 검증을 실시하였다(〈표 5〉 참조). 그 결과 성별에 따라 스트레스 집단을 구분하는데 유의미한 차이가 나타났으며($\chi^2=7.90$, $p<.01$), 학년에 따라서는도 스트레스 집단을 구분하는데 있어 통계적으로 유의미한 차이가 있었다($\chi^2=7.61$, $p<.05$).

〈표 5〉 성별, 학년별 스트레스 수준의 차이

구분 변인	점수		집단 (사례수(%))			χ^2	
	M	SD	낮은 집단 (64-127점)	높은 집단 (155-195점)	계		
성 별	남	143.1	23.0	87(43.5)	113(56.5)	200(100)	7.90**
	여	138.6	21.0	107(57.8)	78(42.2)	185(100)	
학 년	1	144.2	22.6	51(40.5)	75(59.5)	126(100)	7.61*
	2	139.8	22.0	72(53.7)	62(46.3)	134(100)	
	3	139.0	21.8	71(56.8)	54(43.2)	125(100)	
전체	140.9	22.2	194(50.4)	191(49.6)	385(100)		

* $p<.05$

3. 중학생의 스트레스 수준에 따른 인터넷 중독의 차이

스트레스 수준이 낮은 집단과 높은 집단간의 인터넷 중독점수에 대한 차이를 t-검증을 통해 살펴본 결과, 학업($t=-7.50$, $p<.001$), 가정($t=-8.81$, $p<.001$), 친구관계($t=-5.06$, $p<.001$), 자기자신($t=-8.11$, $p<.001$)에 대한 스트레스가 높은 집단과 낮은 집단간 인터넷 중독점수에 유

〈표 6〉 스트레스 수준에 따른 인터넷 중독 점수의 차이

영역	집단	M	SD	t
학업	낮은 집단(n=180)	62.58	15.63	-7.50***
	높은 집단(n=178)	74.52	14.43	
가정	낮은 집단(n=197)	62.96	15.31	-8.81***
	높은 집단(n=197)	75.74	13.39	
친구관계	낮은 집단(n=192)	64.90	15.13	-5.06***
	높은 집단(n=178)	72.97	15.54	
자기자신	낮은 집단(n=186)	62.80	14.37	-8.11***
	높은 집단(n=188)	75.39	15.61	
전체	낮은 집단(n=194)	62.61	15.29	-8.69***
	높은 집단(n=191)	75.83	14.57	

*** $p<.001$

의미한 차이가 있었다. 전체적으로 보았을 때, 스트레스가 낮은 집단에 비해 높은 집단이 인

터넷 중독점수 또한 높게 나타났으며, 집단간 차이도 통계적으로 유의하였다($t=-8.69, p<.001$).

4. 중학생의 인터넷 중독에 대한 스트레스의 예측력

인터넷 일반 사용자군과 중독군을 목적변수로 두고, 이를 예측하는 요인으로서 학업, 가정, 친구관계, 자기자신에 대한 스트레스를 설명변수로 해서 로지스틱 회귀분석을 실시한 결과는 다음 <표 7>과 같다.

<표 7> 인터넷 일반 사용자군 및 중독군에 대한 스트레스의 예측력

설명변수	B	S.E.	Wald	df	p	Exp(B)
학업	.11	.03	13.60	1	.000	1.12
가정	.12	.03	15.20	1	.000	1.13
친구관계	-.01	.03	.20	1	.658	0.99
자기자신	.21	.03	.71	1	.399	1.02
상수	-7.35	1.32	30.99	1	.000	0.00

위의 <표 7>에 의하면 학업에 대한 스트레스 회귀계수는 0.11이며 이 회귀계수의 통계적 유의성을 검정하는 값인 Wald 통계량 13.60으로, 그 값이 통계적으로 유의한 것으로 나타났다($p<.001$). 가정에 대한 스트레스의 경우에도 회귀계수가 0.12, Wald 통계량이 15.20으로 통계적 유의성이 검증되었다($p<.001$). 한편, 친구관계에 대한 스트레스나 자기자신에 대한 스트레스의 회귀계수는 각각 -0.01, 0.21로 나타나 통계적 유의도가 낮은 것으로 나타났다. 회귀식의 상수는 -7.35이며 통계적으로 유의한 것을 알 수 있다($p<.001$).

즉, 학업에 대한 스트레스의 경우, $Exp(0.11)$ 가 1.12로 다른 변수의 값을 일정하게 놓고 스트레스가 1단위, 즉 본 연구의 스트레스점사에서 1점이 증가되면 인터넷 중독군이 될 확률은 1.12

배 증가한다고 해석할 수 있다. 그리고 가정에 대한 스트레스의 $Exp(0.12)$ 는 1.13으로, 다른 변수의 값을 일정하게 놓고 스트레스 점사점수가 1점이 증가하면 인터넷 중독군에 속할 확률은 1.13배 증가한다고 볼 수 있다. 다시 말해, 스트레스 요인들 중 학업과 가정에서의 스트레스가 인터넷 중독군이 될 가능성을 예측하는 데 있어 통계적으로 유의미한 변인이라 할 수 있다.

V. 논의 및 결론

본 연구는 중학생의 인터넷 중독과 스트레스 수준을 파악하고, 인터넷 중독에 영향을 미치는 예측요인으로서의 스트레스 요인을 분석해 보고자 하였다. 연구문제에 따라 그 결과를 관련 연구와 함께 논의해 보고, 이를 통해 얻을 수 있는 시사점을 간략히 정리해보면 다음과 같다.

첫째, 중학생의 인터넷 중독 정도를 살펴본 결과, 평균적으로는 여학생이 남학생보다 인터넷 중독점수가 더 높게 나타났고, 학년별로는 1학년이 가장 높게 나타났다. Young(1998)의 인터넷 중독 집단 분류에 따라 성별, 학년별로 차이를 검증한 결과, 성별에 따라서는 그 차이가 유의하지 않았으며 학년에 따라서는 유의한 차이가 나타났다. 이러한 결과는 남학생의 중독비율이 여학생보다 높다고 한 김주노(1993), 김진숙(2000), 남기수(2001), 서주현(2001)의 연구결과와 그리고 저학년보다 고학년에서 더 높은 인터넷 중독군이 나타난다고 보고한 양돈규(2001)의 연구와는 상치되는 결과이다. 이러한 결과는 남학생들의 주요 인터넷 활동인 게임뿐만 아니라, 이른바 ‘미니홈피’, ‘블로그’, ‘카페’ 활동 등 다양한 인터넷 기반 활동이 하루가 다르게 급속도로 확대되고 있는 상황과 관련 있을 것으로 추측해 볼 수 있다. 남녀를 막론하고 중학교 이전의 어린 아동들까지도 이러한 활동에 적극적으로 참여하고 있으며, 인터넷 활동에 대해 의존적인 성향을 나타내고 있는 우리 사회의 현실을 고려해 볼 때 중독에 있어 성

별 차이가 유의하지 않은 것은 충분히 이해될 수 있으리라 본다. 그리고 인터넷 접근 시간이 인터넷 중독의 대표적인 지표 중 하나임을 고려해 볼 때, 중학교 1학년이 3학년에 비해 컴퓨터의 중독적 사용이 더 많은 것으로 나타난 결과는 고입대비 학업 시간에 대한 부담의 차이를 그 원인 중 하나으로써 해석해 볼 수 있을 것이다.

둘째, 중학생의 성별, 학년별 스트레스 수준을 살펴본 결과, 남학생이 여학생에 비해 그리고 1학년이 다른 학년에 비해 상대적으로 스트레스 수준이 높은 것으로 나타났다. 그리고 스트레스가 낮은 집단과 높은 집단으로 구분하여 성별, 학년별로 차이를 검증한 결과에서는 성별에 따라 그리고 학년에 따라 스트레스 집단간 차이가 유의미한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 스트레스 정도가 학년이 높을수록 그리고 여학생이 남학생보다 더 높다는 손영미(2002), 황희석(2003)의 연구와 상치되는 결과라 할 수 있는데, 그 원인에 대해서는 후속적으로 보다 심층적 분석이 이루어져야 할 것으로 본다.

셋째, 중학생의 학업, 가정, 친구관계, 자기자신에 대한 스트레스 수준에 따라 인터넷 중독 정도에 차이가 있는지 검증한 결과, 스트레스가 낮은 집단에 비해 높은 집단이 인터넷 중독점수 또한 높게 나타났으며, 스트레스가 높은 집단과 낮은 집단간에 인터넷 중독점수에 유의미한 차이가 있었다. 이러한 결과는 가정의 심리적 환경이 인터넷 중독에 영향을 준다고 보고한 윤지영(2001), 안석(2000), 박정은(2001), 이계원(2001), 정경란(2001)의 연구와 맥을 같이 한다고 볼 수 있다. 그리고 인터넷 중독의 부정적 결과로 학교생활이나 친구관계, 자신의 효능감 등을 제시하였던 연구들(김재준, 2003; 박종주, 2002; 서주현, 2001; 안복모, 2002; 엄순명, 2002; 이소영, 2000; Young & Rogers, 1997)의 입장과는 달리 이러한 요인들이 인터넷 중독의 결과로서가 아니라 설명변인으로서 작용할 수 있다는 점에 주목할 필요가 있겠다.

넷째, 중학생의 인터넷 중독에 대한 예측요인으로서 학업, 가정, 친구관계, 자기자신에 대한 스트레스의 설명력을 검증한 결과, 스트레스 요인들 중 학업에 대한 스트레스와 가정에 대한 스트레스가 인터넷 중독군에 속할 확률을 증가시키는데 있어 통계적으로 유의미한 변인으로 나타났다. 이러한 결과는 가족관계와 청소년 문제행동간에 높은 관련이 있다는 연구들(오미경, 1998; 남현미, 1999; Frick, 1994; Hoffman, 1987; Speltz & Deklyen, 1993)과 마찬가지로 청소년 인터넷 중독에 있어 가정환경의 중요성을 시사한다. 그리고 학교생활에 부정적인 영향을 미치는 원인으로 인터넷 중독을 보는 기존 연구들의 관점과는 달리, 학업에 대한 스트레스가 인터넷 중독에 원인이 될 수 있다는 가정을 가능하게 한다.

청소년의 문제가 개인의 심리적 차원뿐만 아니라 복합적 환경요인이 상호 작용한다는 점을 고려해 볼 때, 청소년의 인터넷 중독과 스트레스 변인간의 명백한 인과성을 밝히는 것은 한계가 있다. 그러나 인터넷 중독의 예측변인으로서 학업이나 가정에 대한 스트레스가 유의미한 설명력을 가진다는 결과는 청소년의 인터넷 중독 현상을 이해하고 예방하는 데 있어 학교나 가정과 같은 환경의 생태적 접근이 필요함을 시사해 준다. 학교나 가정에서의 청소년의 스트레스에 대해 보다 세심한 주의와 관심을 기울여야 함은 물론, 스트레스에 대처할 수 있는 능력을 키우기 위한 학교 상담 프로그램이나 가족치료 프로그램이 활성화되어야 할 것이다.

본 연구에서 인터넷 중독 위험군과 중독군에 해당하는 중학생의 사례가 전체 표집대상 중 91.5%를 차지하는 것에서도 보듯이, 실상 청소년의 인터넷 중독은 매우 심각한 상황이라 할 수 있다. 이후, 초등학생부터 성인까지 표집대상에 포함시켜 발달에 따른 변화를 고찰하는 연구가 필요하며, 인터넷 중독에 대한 개인적, 사회적 요인의 종합적 분석이 이루어져야 할 것으로 판단된다.

참고 문헌

- 김보정, 중학생의 생활스트레스와 사회적 지지가 학교적응에 미치는 영향, 대전대학교 교육대학원 석사학위논문, 2002.
- 김주노, 인터넷 사용시간과 대인관계 및 심리 변화, 강원대학교 대학원 석사학위논문, 1993.
- 김은정 · 이세용 · 오승근, "한국판 청소년 인터넷 중독 척도의 타당화", 한국심리학회지:임상 22(1), pp.125~139, 2003.
- 김재준, 청소년의 인터넷 중독과 학습동기 및 학교생활적응과의 관계, 원광대학교 교육대학원 석사학위 논문, 2003.
- 남현미, 가족의 심리적 환경과 청소년의 자기통제력 및 친구특성이 문제행동에 미치는 영향, 서울대학교 대학원 석사학위논문, 1999.
- 맹미희, 스트레스, 자기통제력, 충동성, 자아존중감과 인터넷 중독의 상관 연구, 고려대학교 교육대학원 석사학위 논문, 2003.
- 박은영, 고등학교 청소년들의 스트레스 원인과 그 대처행동에 관한 연구, 이화여자대학교 대학원 석사학위논문, 1995.
- 박정은, 청소년의 인터넷 중독적 사용 및 영향요인 연구, 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문, 2001.
- 박종주, 청소년의 학습동기 및 학업관련 부모행동과 인터넷 중독과의 관계, 전주대학교 교육대학원 석사학위 논문, 2002.
- 박중기, 중학생의 스트레스 요인과 대처 방법에 관한 연구, 강원대학교 교육대학원 석사학위 논문, 1998.
- 서주현, 청소년의 인터넷을 통한 친구관계의 기능, 구조적 특성 및 만족감, 서울대학교 대학원 석사학위논문, 2001.
- 손영미, 청소년의 스트레스 정도 및 대처유형과 자아개념과의 관계, 인천대학교 교육대학원 석사학위논문, 2002.
- 신미리, 중학생이 지각하는 스트레스 원인과 대처방식에 관한 연구, 수원대학교 교육대학원 석사학위논문, 2003.
- 심영훈, 중학생의 스트레스 원인과 그 대처방식에 관한 연구, 관동대학교 대학원 석사학위 논문, 1998.
- 안복모, 중학생의 인터넷 중독이 학교 및 가정생활적응에 미치는 영향에 관한 연구, 대전대학교 교육대학원 석사학위논문, 2002.
- 안석, 인터넷의 중독적 사용에 대한 연구, 연세대학교 교육대학원 석사학위논문, 2000.
- 양돈규, "청소년의 감각추구성향과 인터넷 중독 경향 및 인터넷 관련 비행간의 상관성", 청소년학연구 7(2), pp.117~136, 2001.
- 양병환 · 신미영, 스트레스 연구의 역사적 배경, 서울:중앙의학사, 1999.
- 엄순명, 초등학생의 인터넷 중독과 자기효능감 및 학교생활적응과의 관계, 경성대학교 교육대학원 석사학위 논문, 2002.
- 오미경, 감각추구성향과 사회화 요인이 남녀 청소년의 위험행동에 미치는 영향, 이화여자대학교 대학원 박사학위논문, 1998.
- 윤재희, 인터넷 중독과 우울, 충동성, 감각추구성향 및 대인 관계의 연관성, 고려대학교 석사학위 논문, 1998.
- 윤지영, 부모의 양육태도와 자기효능감이 인터넷 중독에 미치는 영향. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문, 2001.
- 이계원, 청소년의 인터넷 중독에 관한 연구, 이화여자대학교 대학원 박사학위논문, 2001.
- 이소영, 게임의 중독적 사용이 청소년의 문제해결 능력 및 의사소통에 미치는 영향, 고려대학교 대학원 석사학위 논문, 2000.
- 장일순, "한국 청소년의 인터넷 중독에 관한 연구", 사회과학논총 18, pp.65~83, 경희대학교사회과학대학, 2000.
- 정경란, 청소년의 인터넷 중독 경향과 가족의

- 심리적 환경 및 불안, 우울간의 관계, 중앙대학교 대학원 석사학위논문, 2001.
- 정보통신부, 2004년도 하반기 정보화실태 조사, <http://www.mic.go.kr/index.jsp>, 2005.
- 조남근·양돈규, "청소년이 지각한 사회적 지지와 인터넷 중독경향 및 인터넷 관련 비행간의 관계", 한국심리학회지: 발달 14(1), pp. 91~111, 2001.
- 황희석, 중학생의 학년, 성별, 지역에 따른 스트레스 수준과 대처양식에 관한 연구, 인제대학교 교육대학원 석사학위논문, 2003.
- Frick, P. J., "Family dysfunction and the disruptive behavior disorder: A review of recent empirical findings", *Advances in Clinical Child Psychology* 16, pp.203~226, 1994.
- Griffiths, M. D., "Internet 'addiction': An issue for clinical psychology", *Clinical Psychology Forum* 97, pp.32~36, 1995.
- Hoffman, J. A., "Family dynamics and presenting problems in college student.", *Journal of Councelling Psychology* 34(2), 1987.
- Kelly, T. L., "Selection of upper and lower groups for validation of test items", *Journal of Educational Psychology* 30, pp.17~24, 1939.
- King, S. A., "Researching internet communities: Proposed ethical guidelines for reporting of results", *The Information Society* 12, pp.119~127, 1996.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S., *Stress, appraisal, and coping*, NY: Spinger, 1984.
- Speltz, M. L. & DeKlyen, M., "The role of attachment in the early development of disruptive behavior problem", *Development and Psychopathology* 5, pp.119~213, 1993.
- Suler, J., *Computer and cyber addiction*, <http://www.rider.edu/users/suler>, 1996.
- Young, K. S., "Pathological internet use: A case that breaks the stereotype", *Psychological Reports* 79, pp.899~902, 1996.
- Young, K. S., *Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction and winning strategy for recovery*. NY: Jhon Wiley & Sons, 1998.
- Young, K. S. & Rogers, R., "The relationship between depression and internet addiction", *Cyber Psychology and Behavior* 1(1), pp.25~28, 1997.