

중·고등학생의 인터넷 중독과 관련 변인 연구

High-School Students' Internet Addiction and Related Variables

인제대학교 가족·소비자학과
교수 전영자
석사 서문영

Dept. of Family Studies, Inje University
Professor : Jeon, Young Ja
Master : Seo, Moon Young

◀ 목 차 ▶

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

<Abstract>

In the information age, the spread of internet has a lot of positive aspects. However, it also has very serious problems with adverse effects on immature teenagers both physically and mentally. Among them, internet addiction has recently grown into a social problem. The purpose of this study is to examine the relationship between the degree of internet addiction of teenagers and the related variables, such as individual variables, using internet variable, parent-child relationship variable, and psychological variable. The survey subjects were 452 high school students in the Gimhae area.

The results were as follows:

First, the average score of internet addiction among the teenagers of this study was 48.24 out of 100. Which according to Young's classification, corresponds to an early stage addiction.

Second, there was a significant difference in the degree of internet addiction by students' school record. The low-graded group was highly addicted to the internet.

Third, the longer the teenagers were exposed to the internet, the higher they were addicted.

Fourth, the degree of internet addiction was influenced by parent-child relationship. There was low addiction in a group with their parents' high support.

Fifth, the degree of internet addiction was differed by psychological variables, such as self-control, self-esteem and depression. Low self-control, low self-esteem and highly depressed teenagers were related to a higher degree of internet addiction.

주제어(Key Words): 인터넷 중독(internet addiction), 자기통제력(self-control), 자아존중감(self-esteem), 우울(depression)

1. 서론

인류 문명에 혁명적 변화를 몰고 온 인터넷의 등장으로 인해 세계는 정보를 공유할 수 있게 되었으며, 사람들은 자신이 원하는 시간에 세계의 어느 곳의 정보라도 얻을 수 있게 되었다. 인터넷의 새로운 표준인 World Wide Web이 만들어지고, 넷스케이프(Netscape)와 같은 인터넷 접속 프로그램이 개발된 1980년대 중반부터 우리나라도 인터넷이 대중들에게 개방되기 시작했다.

이렇게 삶에 새로운 흐름을 가져온 인터넷은 세계적으로 7억 이상의 인구가 사용하는 것으로 추산되고 있고, 우리나라는 정부의 정보화 정책에 힘입어 90년대 중반 이후 일반 사용자들에게 급속히 확장되어 가면서 현재 10대와 20대를 중심으로 월 90만명씩 증가하고 있으며, 2004년 6월을 기준으로 한국은 만 6세 이상 국민 중 68.2%(3,067만명)가 월 1회 이상 인터넷을 사용하는 것으로 나타났다(정보통신부 한국인터넷진흥원, 2004. 8). 이와 같은 인터넷의 발달과 확산은 언제 어디서든 사람과 사람이 연결되고 많은 정보가 빠르고 정확하게 전달되는 등 우리 생활에 많은 변화를 야기하고 있다.

이러한 인터넷의 주 사용자는 10대와 20대이며, 이들은 인터넷을 통한 컴퓨터 게임, PC통신, 동호회 등 다양한 사이트의 정보탐색과 교류를 하며 이전의 세대들이 전혀 예상치 못했던 그들만의 문화를 만들어 가고 있다. 특히, 청소년들은 기성세대에 비하여 새로운 것, 모험적인 것, 이질적인 것에 호기심이 강하기 때문에, 익명성과 은밀성을 가지고 있는 인터넷에 몰입하고 그들의 생활 전반에 큰 영향을 받고 있는 것으로 나타났다.

이처럼 청소년들에게 있어서 인터넷은 정보사회에서 그들의 사회화 과정에 중요한 환경으로 자리를 잡고 있음에 틀림없다. 하지만 인터넷의 확산이 이와 같은 혜택만 가져다주는 것은 아니다. 다른 한편으로는 기술과잉으로 인해 삶의 가치나 의미가 상실되고, 감시체계의 발달로 사생활이 침해당하며, 개인의 고립화와 개별화, 가족 간의 결속약화와 같은 부작용을 일으키기도 한다. 특히, 신체적·정신적으로 미성숙한 우리의 청소년들에게 나타나는 문제는 매우 심각한 현실이다. 청소년들이 인터넷을 통해 채팅, 게임, 음란물 접촉에 지나치게 몰입함으로써 자기 통제가 되지 않고 이로 인해 가족관계의 악화, 성적학박, 시력저하, 두통, 식욕부진, 근육긴장, 집중력저하, 무기력 등 신체적·정신적으로 심각한 문제가 발생하고 있으며 더 나아가 청소년 비행과 범죄 등의 사회적 문제까지 야기되고 있다.

특히 인터넷 사용의 부정적인 영향중에서도 이와 같은 인터넷 중독(Internet Addiction) 증상은 오늘날 그 심각성이 대두되고 있는 문제이다. 온라인 게임, 채팅, 사이버 섹스 등

의 다양한 영역에서 중독이 관찰되며, 최근 들어서 이러한 중독과 연관된 사건들이 사회문제로 나타나고 있다(Young, 1998). 그 예로, 한국교육학술정보원(2003)은 중고생 2,509명을 대상으로 조사한 결과, 중학생의 27.5%, 고등학생의 23.8%가 인터넷 중독 현상을 나타냈다고 밝혔다.

Goldberg(1996)가 인터넷 중독 장애(Internet Addiction Disorder, IAD)라는 말을 처음으로 언급함으로써 시작된 인터넷 중독은 현재 미국을 비롯한 여러 국가에서 연구가 이루어지고 있다. 국내에서도 송원영(1999)과 윤재희(1999) 등에 의해 인터넷 중독에 관한 연구가 시작된 이후 임상심리학적 관점에서 인터넷 중독의 실태와 이와 관련된 변인들에 대한 연구가 계속되고 있다. 지금까지의 연구결과에 의하면, 인터넷 중독자들은 그렇지 않은 사람들에 비해 자기효능감(self-efficacy)과 자기통제력(self-control)이 낮고(송원영, 오경자, 1999), 외로움과 우울, 충동성이 높으며(김종범, 2000; 윤재희, 1999; Gunn, 1998), 내향적이고(Gunn, 1998), 자아존중감이 낮은 것으로 알려져 있다(김종범, 2000; Young, 1999). 또한 인터넷은 사회생활에 적응하지 못하거나 다른 사람들의 인정을 받지 못해 자존심에 상처를 입은 사람들에게 매력적인 공간이고 그 표면적인 익명성으로 인해 좌절감과 공격적 충동을 표현하기에 적절한 공간으로 받아들여지기도 하며(Suler, 1999), 우울증, 양극성장애(조울증), 불안, 낮은 자아존중감, 중독경력이 있는 사람들이 인터넷에 중독될 확률이 높은 것으로 나타나고 있다(강지선, 1999; 김진숙, 최수미, 강진구, 2000; 윤재희, 1999). 이러한 심리적인 특성은 지지적 경험이 부족한 사람들에게서 많이 나타날 수 있으며, 부족한 지지적 경험을 사이버 공간에서 얻게 되므로 더욱 인터넷에 의존하는 결과가 초래되기도 한다.

그러나 지금까지의 선행연구들을 살펴보면 대다수 개인의 성격적 요인이나 심리적 요인 및 정신건강에 대한 연구들에 국한되어 있으며, 인터넷 사용 요인이나 부모-자녀관계 요인과 인터넷 중독과의 관계를 다룬 연구들이 일부 있을 뿐 이러한 요인들 모두를 함께 고려한 연구는 거의 없었다. 그러나 한 개인이 인터넷에 중독되는 것은 한두가지 요인에 의해 영향을 받기보다는 여러 요인들의 다각적 영향의 결과라고 볼 수 있으므로 이러한 요인들의 영향을 종합적으로 살펴보는 것이 타당하다고 생각된다. 따라서 인터넷 중독에 영향을 미치는 변인을 살펴볼 때 개인의 사회인구학적 특성은 물론이고 인터넷 사용과 관련된 특성, 심리적 특성, 그리고 개인에게 영향을 미치는 가장 중요한 단위로 할 수 있는 가정환경적 특성을 함께 고려해 보아야 할 필요성이 있다고 본다.

이에 본 연구에서는 중·고등학생의 인터넷 중독에 영향을 미치는 변인을 심리적 변인뿐만 아니라 인구학적 변인과 인터넷 사용변인, 그리고 가정환경 변인 중 부모-자녀관계

변인도 함께 조사·검증함으로써 인터넷 중독 관련변인의 연구에 대하여 보다 다각적인 접근을 시도하고자 한다.

본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 중·고등학생의 인터넷 중독 정도는 어떠한가?

둘째, 중·고등학생의 인터넷 중독 정도는 인구학적 변인, 인터넷 사용변인, 부모-자녀관계변인, 심리적 변인에 따라 차이가 있는가?

셋째, 인터넷 중독 정도에 영향을 미치는 변인들의 영향력은 어떠한가?

II. 이론적 배경

1. 인터넷 중독의 개념 및 진단기준

1) 인터넷 중독의 개념

일반적으로 중독이란 어떤 특별한 활동에 지나치게 몰입함으로써 정상적 생활을 제공해 주지 못하는 과도한 쾌락의 추구로써 중독 물질이 없이는 기능을 할 수 없는 어떤 특별한 경험에의 의존을 말한다. 현재 중독의 의미는 단지 물질적 남용을 의미하던 것으로부터 다양한 영역에서 공통적인 형태를 지적하는 용어로 확대 적용되고 있다. 따라서 중독성 물질이 없는 충동적인 도박, 비디오 게임 중독, 섭식장애, 운동, 사랑, TV중독 등을 포함하게 되어 단지 약물에만 중독을 연결시키는 것에서 중독성 물질이 포함되지 않은 그와 유사한 상황에도 중독이라는 용어를 사용하게 된 것이다.

최근 인터넷 사용이 급증하면서 인터넷 사용에 대한 통제가 불가능하며 치료가 불가능해서 정상적으로 사회생활이나 자기 역할을 하지 못하는 사례가 언론에 발표되면서 사회문제로 대두되기 시작하였고 인터넷 중독이라는 용어가 신조어로 등장하게 되었다. 이러한 인터넷 중독에 관한 연구는 1990년대에 들어서 비로소 활발하게 이루어져왔다. 인터넷 중독장애(Internet Addiction Disorder: IAD)라는 용어를 처음으로 사용한 사람은 미국의 정신과 의사인 Goldberg로 그는 처음에는 물질남용 장애의 진단기준을 원용하여 인터넷 중독의 진단기준을 고안했다(Goldberg, 1996).

인터넷 중독은 다른 중독증의 경우와 같이 학업적, 직업적, 심리적 영역에 심각한 손상을 야기한다(Brenner, 1997). 즉, 생활리듬의 상실, 인터넷에 대한 지나친 갈망과 사용시간의 증가, 사회적 철수, 위축, 학업 및 직업 생활의 실패, 경제적 부담 등이 발생되며, 인터넷 중독이 심할 경우 개인은 가상공간에서만 즐거움을 느끼게 되고, 인터넷을 사용하지 않으면 불안, 초조 등의 금단증상까지 경험한다고 한다. 결국 새로운 형태의 인간소외현상을 야기하게 되는 것이다. 뿐만 아니라, 심해지면 대인기피증으로 발전, 급기야 가상세계

와 현실세계를 혼동하는 '자아파괴' 로까지 이어질 수 있다고 전문가들은 경고하고 있다. Young은 내성, 금단, 피해라는 세 가지 측면에서 인터넷 중독을 검사할 수 있는 20개 문항의 체크리스트를 만들었다(Young, 2000).

2) 인터넷 중독의 진단기준

인터넷 중독 질환이라는 용어를 처음 사용한 정신과 의사인 Goldberg 등은 내성, 금단 증상을 비롯하여 인터넷에 대한 생리적 의존을 포함하는 인터넷 중독 집단(IASG, Internet Addiction Support Group)의 공식 진단기준을 제시하였으며, 이 진단기준은 인터넷 중독에 대한 연구의 시발점이 되었다. 이 준거에 따르면, 지난 12개월 중 어느 때든지 부적절한 인터넷 사용패턴으로 인한 내성, 금단, 접속시간의 증가, 사용 중단시도의 실패, 인터넷과 관련된 활동에 많은 시간을 보냄, 중요한 사회적·직업적 상실, 여가활동의 상실, 인터넷 사용으로 인해 발생하거나 악화되는 신체적·사회적·직업적·심리적 문제들이 지속되거나 재발할 것이라는 것을 알면서도 인터넷을 계속해서 사용하게 되는 것들 중 3항목 이상에서 임상적으로 유의한 손상이나 스트레스가 나타날 때 인터넷 중독의 진단을 내리게 된다.

Young(1996)은 DSM-IV의 병적 도박의 기준을 응용하여 다음과 같은 8가지 기준을 제작하고 5항목 이상에서 해당되는 사람들을 중독자로 분류하였다: 오랜 시간 온라인의 접속, 오프라인시 금단 현상, 의도했던 것보다 자주 또는 오랫동안 접속, 접속을 줄이려는 시도의 실패, 온라인 접속시간을 늘리기 위한 시도, 사회생활·직장생활 또는 여가활동에 대한 흥미 상실, 인터넷 사용으로 생활상의 문제 발생, 인터넷을 사용하지 않을 때에도 빨리 접속해지고 싶어함 등이다.

2. 인터넷 중독 관련변인

1) 인구학적 변인

인터넷의 중독적 사용에 영향을 미치는 변인으로 성별을 사용한 여러 연구들이 있으며(손성원, 2002; 안석, 2000; 이약희, 2004; 이해진, 2002) 이들 연구에서는 남성이 여성보다 유의미하게 더 중독적으로 사용하는 것으로 나타났다. 한편 한복희(2001)의 연구에서는 성별뿐 아니라 학년이 인터넷 중독과 상관이 있게 나타났다. 그 외 김진순(2002)의 연구에서는 성별과 학교성적에 따라 인터넷 중독성향이 차이가 있는 것으로 나타났으며, 안복모(2003)의 연구에서는 학년과 학업성적이 인터넷의 중독적 사용을 설명해주는 유의한 변인으로 조사되었다.

2) 인터넷 사용 변인

이해진(2002)의 연구에서는 인터넷 사용기간이 인터넷

중독에 영향을 미치는 변인으로 나타났다. 한편 인터넷 사용 시간은 김주연(2002), 박정은(2001), 이숙 남윤주(2004)와 한복희(2001)의 연구에서는 의미 있는 차이를 보였지만, 최민정(2001)의 연구에서는 인터넷 사용시간과 인터넷 중독간에 유의한 차이가 없는 것으로 나타나, 인터넷 사용시간이 길다고 해서 반드시 인터넷 중독이라고 볼 수는 없는 것으로 조사되었다. 또한 이근섭(2001)의 연구에서 일상생활과 인터넷을 통한 교우관계를 비교한 결과, 인터넷을 통한 친구의 수가 일상생활의 친구 수에 비해 많은 것으로 조사되었다.

3) 부모-자녀관계 변인

가정환경은 청소년에게 영향을 미치는 중요한 환경이며 부모-자녀관계는 가족 내의 인간관계 중 가장 기본적이고 영구적인 관계로 인간의 성장발달에 중요한 결정요인의 하나로서 작용한다.

부모통제는 청소년 문제행동에 관한 여러 선행연구들에서 문제행동에 대해 높은 설명력을 나타내었다. 청소년기에는 보다 폭넓고 다양한 관계를 맺고, 그 속에서 많은 영향을 받게 되는데 이들에게 감독자·통제자로서의 부모역할은 자녀의 문제행동을 예방하는데 중요한 요인으로 작용하게 되는 것이다. 그 예로써, 비행청소년의 부모들은 일반청소년의 부모보다 자신의 자녀들이 밖에 나가서 무슨 행동을 하고 다니는지에 대하여 무관심하거나 한정된 관심을 갖는 것으로 조사되었다(신혜선, 2000).

한편 부모로부터 높은 지지를 받는 청소년일수록 인터넷 중독 정도가 낮게 나타난 연구결과(조춘범, 2001)는 인터넷 중독정도가 높은 청소년들이 가정에서 부모와의 관계가 원만하지 못하고, 부모로부터 많은 관심을 받지 못한다는 것을 나타낸다고 할 수 있다. 결국, 가정에서 부모로부터 지지를 얻지 못하는 청소년들은 가정보다는 다른 것에 관심을 가지게 되는데, 인터넷은 그 자체의 특성으로 인하여 청소년들이 부모 또는 가정 대신 찾는 대상이 되는 것이다.

또한 서로 바쁘게 살아야 하는 현대사회에서 부모-자녀간의 대화가 줄어들고 부모는 자녀입장에서 자녀가 어떠한 고민을 하고 있는지 잘 모르는 경우가 많다. 이러한 이유로 청소년들은 그들의 또래집단 또는 동료에게 많은 의지를 하게 된다. 인터넷은 친구를 쉽게 만들 수가 있고 채팅이나 e-mail을 통해 익명성을 가지고 서로의 고민을 이야기할 수 있기 때문에 사용시간이 증가하고 몰입을 하게 됨으로써 가족간, 특히 부모-자녀 간의 대화시간은 더욱 줄어들며 자연적으로 자녀들이 인터넷에 중독될 가능성은 점점 커지고 있다.

부모-자녀관계 변인들에 관한 선행연구를 살펴보면, 부모의 통제수준이 높을수록(윤영민, 2000; 이정연, 최영선, 2002; 청소년보호위원회, 2000), 부모의 감독이나 일방적인

지시행동이 많을수록(윤영민, 2000; 조춘범, 2001), 부모가 청소년 자녀들의 생활을 지나치게 제한하고, 시간관리를 하며, 부모의 양육태도가 애정적이지 못하고 비합리적이라고 지각할수록(박정은, 2001; 안세라, 2003; 조춘범, 2001), 부모가 자녀에 대한 관심을 가지지 않을수록(김경신, 김진희, 2003; 안세라, 2003), 부모와의 의사소통에 있어서 청소년이 부모의 행동이 일방적이라고 지각할수록(김경신, 김진희, 2003; 박정은, 2001; 백승문, 황미영, 김영희, 2002; 윤영민, 2000; 조춘범, 2001; 황상민, 2002), 부모와의 갈등정도가 높다고 지각할수록(김교현, 2001; 조춘범, 2001), 긍정적 가족 정서가 감소할수록(이정연, 최영선, 2002), 부모지지가 낮을수록(김경신, 김진희, 2003; 안석, 2000) 청소년들은 인터넷을 중독적으로 사용하는 것으로 나타났다. 이와는 반대로 부모와의 의사소통에 있어서는 부모-자녀간에 효율적인 의사소통을 할수록(박정은, 2001; 백승문, 황미영, 김영희, 2002; 심수민, 2000; 윤영민, 2000; 정민희, 2003; 조춘범, 2001; 황상민, 2002), 청소년이 부모의 정서적 지지가 높다고 지각할수록(김교현, 2001; 안석, 2000; 조춘범, 2001) 인터넷 중독 정도는 낮은 것으로 나타났다.

청소년이 지각하는 부모-자녀관계 변인에 대해 기존의 선행 연구들을 종합해 보면 부모의 통제정도가 심할수록, 부모의 지지가 낮을수록 인터넷 중독성향이 높았으며(윤영민, 2000; 황상민, 2002), 부모와의 대화시간에 있어서도 인터넷 중독성향이 높을수록 대화를 적게 하는 것으로 나타났다(조춘범, 2001).

4) 심리적 변인

(1) 자기통제력

자기통제(self-control)라는 개념은 자신이 자신의 인지나 정서, 행동을 원하는 대로 조절할 수 있음을 의미한다. 이러한 자기통제의 실패는 여러 가지 부정적인 결과를 가져올 수 있는데, 그 중 대표적인 것이 충동조절의 장애, 즉 중독이다. 자기통제력이 약한 경우에는 충동적이고 문제행동성향을 가진 친구들의 유혹에 빠지기 쉬우며, 거절을 잘 못하고 인지사회적 능력의 부족으로 인해 문제행동집단에 가입함으로써 소속감을 가지려는 경향을 보이기도 한다(전병재, 1991).

이선경(2001)의 연구에서는 자기 통제력의 수준이 낮은 사람이 인터넷 사용시간이 많고 중독적 사용경향을 보인다고 하였으며, 송원영(1999)의 연구에서 인터넷의 중독적사용을 설명해주는 변인으로 설명력이 가장 큰 변인이 바로 자기통제력이었다. 인터넷 중독을 설명하는데 있어 자기통제력이 언급되는 것은 기본적으로 인터넷 중독이 충동조절의 문제이고, 자기통제력이 높은 사람은 현실생활에서 필요한 기술을 배우거나 적절한 노력을 하는 반면, 자기통제력이 낮은

사람들은 기다리거나 오랜 시간을 요하는 목표를 설정하지 못하고 이것을 계속해서 인터넷이라는 가상공간을 통해 즉각적으로 해결하려고 하여 중독적 사용에 이르게 되기 때문이다.

(2) 자아존중감

자아존중감(self-esteem)은 자신감, 자기 수용, 긍정적 자아정체감, 자아인정감 등과 유사한 의미를 가진 용어로서 개인의 발달적 변화와 적응에서 중요한 역할을 수행하며 개인의 만족감에 영향을 끼치는 심리적 변인이다.

실생활에서 자아존중감이 낮은 사람들이 인터넷에서는 자신의 모습을 숨기고 자신이 되고자 하는 이상적인 모습을 가질 수 있기에 이들에게 인터넷은 매력적인 것을 넘어서 중독적인 공간이 된다. 즉, 실생활에서 대인관계에 부적응적인 사람의 경우 낮아진 자아존중감을 회복하기 위해 인터넷 상의 대인관계에 중독되게 된다는 것이다(이봉건, 1999). 이처럼 인터넷은 사회생활에 잘 적응하지 못하거나 다른 사람들의 인정을 받지 못해 자존심에 상처를 입은 사람들에게 매우 유혹적인 공간이 되고 있다(한규석, 1999). 하지만 이들은 인터넷을 중독적으로 사용하게 되면서 일상의 대인관계에서 더욱 멀어져 사회적으로 고립이 되어 인터넷을 더욱더 탐닉하게 되는 악순환에 빠지기 쉽다. 그 예로 Young(1999)은 그의 책 'Caught in the net'에서 인터넷 중독자 중 상당수가 만성적인 낮은 자아존중감을 경험하였다고 보고하였다.

국내의 연구에서도, 인터넷 중독의 척도에서 중독의 상위 25%집단과 하위 25%집단을 비교한 김종범(2000)의 연구에서 중독 상위집단이 하위집단에 비해 자아존중감이 유의미하게 낮다는 결과를 보여주었다. 자아존중감이 인터넷 중독 정도와 부적상관이 있다고 보고한 김종범(2000), 김진희·김경신(2003), 이계원(2001), 이해진(2002)의 연구들도 이와 같은 결과를 지지하고 있다.

(3) 우울

우울(depression)은 의기소침(dejection)의 상태와 활동저하(low activity)를 나타내는 표현이다. 또한 우울증(depression)은 정신병리학에서 혼한 감기와도 같은 것으로써, 친숙하면서도 신비스러운 것이다. 현대사회를 '우울증의 시대'라고 일컬을 만큼 오늘날 우리 사회에는 우울증을 겪는 사람이 많고, 이런 우울증은 살아가는 동안에 누구나 경험하게 되는 일반적인 현상이다(정숙희, 1997).

최근 들어, 인터넷 중독과 우울과의 관계를 검증한 여러 연구가 진행되었는데 Young과 Roger(1998)는 인터넷 상에서 259명을 대상으로 조사한 결과, 인터넷의 병리적 사용과 우울 수준 간에 유의미한 상관이 있음을 밝혔다. 우울한 사람에게 나타나는 낮은 자존감, 동기저하, 거절에 대한 두려

움, 인정받고 싶은 욕구가 인터넷 사용을 증가시키는 원인인 것으로 나타났으며, 우울한 사람이 전파매체에 빠지는 이유는 자신을 드러내지 않은 상태에서 타인과 얘기할 수 있고 목소리, 시선접촉과 같은 비언어적 행동이 필요하지 않기 때문이라고 하였다. 또한 Young(1999)은 'Caught in the net'에서 인터넷 중독자의 54%가 우울증 경력을 가지고 있음을 밝혔다. Gunn(1998) 역시 인터넷 중독의 증상을 보이는 사람들의 우울을 조사한 결과, 정도에서 중증도의 우울을 보임을 확인하였다.

우울에 관한 국내의 연구 중 윤재희(1999)의 연구에서는 인터넷에 몰입하는 사람들이 그렇지 않은 사람들보다 더 우울하고 충동적인 것으로 조사되었다. 김종범(2000)과 최민정(2001)의 연구에서도 인터넷 중독집단이 비중독 집단에 비해 우울감을 더 많이 느끼는 것으로 나타났다. 뿐만 아니라, 김주연(2002), 한복희(2001)의 연구결과 역시 청소년들의 우울과 인터넷 중독과는 정적 상관이 있는 것으로 조사되었다.

III. 연구방법 및 절차

1. 조사대상 및 자료수집

조사대상자는 경남 김해시에 거주하는 중·고등학생으로 하였으며, 설문지는 남녀 중·고등학생 30명을 대상으로 예비조사를 거쳐 일부 문항을 수정 한 후, 총 480부의 설문지를 배부하여 458부를 회수하였다. 조사대상자의 남학생과 여학생, 중학생과 고등학생을 유사한 비율로 하기 위하여 중·고등학교 각각 남녀공학 1개교, 남자학교 1개교, 여자학교 1개교씩 총 6개교를 선정하여 조사하였으며, 고등학교의 경우 모두 인문계 고교를 대상으로 하였다. 이 중 응답률이 낮거나 불성실하게 응답한 6부를 제외한 총 452부(중학생 228, 고등학생 224)를 최종분석 자료로 사용하였다.

예비조사를 바탕으로, 2002년 9월 16일부터 9월 26일까지 본조사가 진행되었다. 자료수집은 연구자가 각 학교 교사에게 연구목적과 연구내용을 구체적으로 설명한 후 설문지를 전달하였으며, 교사가 학생들을 대상으로 자기기입식 설문지법에 의한 설문조사를 직접 실시, 수거하여 연구자에게 전달하는 방식으로 진행되었다.

2. 측정도구

1) 인터넷 중독

인터넷 중독 여부를 가리기 위한 문항은 Kimberly S. Young의 온라인 중독센터(The Center for On-Line Addiction)에서 만든 인터넷 중독 검사(Internet Addicti -

on Test)를 윤재희(1999)가 번안하여 고려대학교 인터넷 중독 온라인 센터에서 사용하는 것을 그대로 활용하였다. 이 검사는 인터넷 사용시간, 인터넷 사용과 관련된 강박적 행동, 대인관계 성향의 변화, 학업이나 일에서의 장애여부, 통제조절력의 여부, 행동상의 문제 및 정서적 변화 등을 포함하고 있으며, 총 20문항 5점 Likert 척도(전혀 그렇지 않다, 대체로 그렇지 않다, 보통이다, 대체로 그렇다, 매우 그렇다)로 구성되어 있다. 척도의 점수범위는 20점에서 100점까지이며 점수가 높을수록 인터넷을 더 중독적으로 사용하는 것을 의미한다. 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .88로 나타났다.

2) 자기통제력

Gottfredson과 Hirschi(1990)가 사용한 자기통제력 척도를 참고로 남현미(1999)가 보다 쉽게 재구성한 척도를 사용하였다.

총 20문항으로 장기적인 만족을 추구하는 정도에 관한 10개의 문항과 즉각적인 만족을 추구하는 정도에 관한 10개의 문항으로 구성되어 있다. 척도는 전혀 그렇지 않다에서 매우 그렇다까지 5점 Likert 척도로 구성되어 있으며 점수범위는 20점에서 100점까지이고 점수가 높을수록 통제력이 높음을 나타낸다. 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .75였다.

3) 자아존중감

자아존중감을 측정하기 위해 Rosenberg(1965)의 Self Esteem Scale을 사용하였다. 총 10문항으로 일반적 자아존중감에 대한 질문을 하고 있으며 자아존중 정도와 자아승인 양상을 측정한다. 전혀 그렇지 않다에서 매우 그렇다까지의 5점 Likert 척도로 구성되어 있으며 점수가 높을수록 자아존중감이 높음을 나타낸다. 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .81이었다.

4) 우울

우울을 측정하기 위한 검사 도구는 Beck(1983)의 BDI(Beck Depression Inventory: BDI)를 이영호(1993)가 번역한 문항들과 송인덕(1999)이 사용했던 문항들을 활용하였다. 이 척도는 21개의 문항들로 구성되어 있으며 우울의 정서적, 인지적, 동기적, 그리고 생리적 영역을 포괄적으로 측정할 수 있을 뿐만 아니라 우울 증상의 심도(severity)를 측정할 수 있는 검사이다. 각 문항은 4개의 진술문으로 구성되어 있으며 이들 중 1번 문항은 우울증과 관련없는 것이고 나머지 3개의 진술문은 우울의 정도를 달리 하는 것으로 점수는 0점에서 3점까지 부여한다. 척도의 점수범위는 0점에서 63점까지이고 점수가 높을수록 우울의 정도가 심각함을 나타낸다. 본 연구에서 측정된 Cronbach's α 는 .87로 나타났다.

5) 부모통제

인터넷 사용에 대한 부모통제 지표는 부모가 중·고등학생의 인터넷 사용을 통제하는지의 여부와 그 방법을 간접적으로 측정할 수 있는 것으로 청소년보호위원회(2000)가 사용한 것을 그대로 사용하였다. 총 6개의 문항으로 구성된 이 지표는 '예' 또는 '아니오'의 형태로 응답하도록 구성되었는데, '예'라고 응답한 것을 1점으로, '아니오'라고 응답한 것을 0점으로 처리하여 합산한다. 따라서, 총점수가 높을수록 부모의 통제정도가 높음을 나타낸다.

6) 부모지지

부모지지 척도는 부모로부터 받는 지지의 정도를 나타내는 것으로 청소년보호위원회(2000)에서 사용한 척도를 그대로 사용하였다. 총 4개의 문항 5점 리커트 척도(전혀 그렇지 않다, 대체로 그렇지 않다, 보통이다, 대체로 그렇다, 매우 그렇다)로 구성되어 있으며 척도의 점수범위는 4점에서 20점까지이고 점수가 높을수록 부모가 긍정적인 지지를 하는 것을 의미한다. 본 연구에서 산출한 Cronbach's α 는 .83으로 나타났다.

3. 자료처리 및 분석

척도의 신뢰도를 측정하기 위해 각 하위요인에 대한 신뢰도계수(Cronbach's alpha)를 산출하였으며, 조사대상자의 일반적 특성은 빈도와 백분율로 산출하였다. 조사대상자의 인구학적 변인, 인터넷 사용 변인, 부모-자녀관계 변인, 심리적 변인에 따른 인터넷 중독 정도의 차이를 규명하기 위하여 t-test와 일원분산분석(One-Way ANOVA)을 실시하였으며, Duncan 검정으로 유의성 검증을 하였다. 그리고 인터넷 중독에 영향을 미치는 변인을 알아보기 위해 Pearson의 상관관계분석(Pearson's Correlation Analysis)과 다중 회귀분석(Multiple Regression Analysis)을 실시하였다.

4. 조사대상자의 특성

조사대상자의 일반적 특성과 인터넷 사용 특성은 <표 1>, <표 2>와 같다.

IV. 연구결과

1. 조사대상자의 인터넷 중독정도

본 연구의 조사대상자들의 인터넷 중독 정도는 평균점수 48.24, 표준편차 12.82로 나타났다. Young의 인터넷 중독 분류 준거에 의하면 39점 이하는 평균적인 인터넷 사용자 집단으로 인터넷 사용을 자신이 통제할 수 있는 상태로 분류되

〈표 1〉 조사대상자의 일반적 특성 (N=452)

구 분(점 수)		빈 도	백분율(%)
성 별	남	226	50.0
	여	226	50.0
	합 계	452	100.0
학 교 급	중 학 생	228	50.4
	고 등 학 생	224	49.6
	합 계	452	100.0
학 업 성 적	상	143	31.8
	중	174	38.8
	하	132	29.4
	합 계	449	100.0
부 모 통 제	낮은집단(0-1)	190	42.0
	중간집단(2-3)	203	44.9
	높은집단(4-6)	59	13.1
	합 계	452	100.0
부 모 지 지	낮은집단(4-12)	138	30.7
	중간집단(13-16)	195	43.3
	높은집단(17-20)	117	26.0
	합 계	450	100.0
부 모 와 의 대 화 시 간	전혀 하지 않는다	25	5.6
	1시간미만	322	71.6
	1시간이상	103	22.8
	합 계	450	100.0

* 결측값으로 인한 총 빈도수의 차이 존재

〈표 2〉 조사대상자의 인터넷 사용 특성 (N=452)

구 분		빈 도	백분율(%)
인 터 넷 사 용 기 간	2년 미만	168	37.3
	2-4년 미만	208	46.3
	4년 이상	74	16.4
	합 계	450	100.0
인 터 넷 평 균 사 용 시 간	1시간 미만	149	33.0
	1-3시간 미만	220	48.8
	3시간 이상	82	18.2
	합 계	451	100.0
인 터 넷 상 친 구 수	없 음	63	14.0
	10명 미만	209	46.5
	10명 이상	177	39.5
	합 계	449	100.0

* 결측값으로 인한 총 빈도수의 차이 존재

었고, 40-69점은 인터넷으로 인하여 생활 속에서 문제가 발생한 집단으로 앞으로 인터넷 사용에 주의를 기울여야 할 집단으로 분류되어 있다. 그리고 70점 이상은 인터넷으로 인하여 심각한 문제가 발생한 집단으로서 인터넷 사용에 대하여 심각하게 고려해보아야 하며 전문가의 개입이 필요한 집단이다. 따라서 본 연구 조사대상자들의 평균 점수는 초기중독자에 해당한다. 조사결과를 살펴보면, 〈표 3〉에서 볼 수 있듯이 비중독군으로 분류될 수 있는 20-39점이 25.4%, 초기

〈표 3〉 조사대상자의 인터넷 중독정도 (N=452)

	빈 도	백분율(%)	평균(표준편차)
비중독군(20-39점)	115	25.4	32.23(5.43)
초기중독군(40-69점)	314	69.5	52.11(7.80)
심각한중독군(70-100점)	23	5.1	75.48(4.43)
합 계	452	100.0	48.24(12.82)

〈표 4〉 인구학적 변인에 따른 인터넷 중독정도

변 수	구 분	빈 도	인 터 넷 중 독 정 도	
			평 균	D
성 별	남	226	48.37	
	여	226	48.11	
	t값		.22	
학 교 급	중 학 생	228	48.77	
	고 등 학 생	224	47.71	
	t값		.88	
학 업 성 적	상	143	46.34	a
	중	174	48.16	a
	하	132	50.71	b
	F값		4.07*	

*p<.05, **p<.01, ***p<.001, D(Duncan's Multiple Range Test)

중독군으로 분류되는 40점-69점이 69.5%, 심각한중독군이 5.1%로 나타나 중독집단에 해당하는 응답자가 전체의 약 75%에 달하는 것으로 조사되었다. 초기중독군인 40점-69점 사이의 청소년의 경우 전체 조사대상자의 절반이 넘는 수치를 보였는데 이는 인터넷이 이미 우리나라 청소년들 사이에서 과도하게 사용되고 있음을 보여주는 것이라 할 수 있다. 또한 심각한 중독군 점수대의 청소년은 비록 소수이기는 하지만 인터넷의 사용으로 인한 심각한 문제에 직면하였거나 직면할 수 있는 청소년이 현재 분명히 존재하고 있음을 보여주는 결과라고 할 수 있을 것이다.

2. 인구학적 변인과 인터넷 중독

인구학적 변인 중 성별과 학교급에 따라서는 인터넷 중독 정도에 유의한 차이가 없었으나, 학업성적(p<.05)에 따라서는 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 학업성적이 '하'인 집단이 '상'과 '중'인 집단에 비해 인터넷 중독정도가 높은 것으로 나타났지만 '상'과 '중' 사이에는 유의한 차이를 나타내지 않았다.

3. 인터넷 사용 변인과 인터넷 중독

인터넷 사용변인 중 인터넷 사용기간(p<.05), 하루 평균 사용시간(p<.001), 인터넷상 친구 수(p<.001) 모두에 따라 인터넷 중독정도는 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 인터넷 사용기간은 '4년 이상'이 '2-4년 미만'이거나 '2년 미

〈표 5〉 인터넷 사용 변인에 따른 인터넷 중독정도

변 수	구 분	빈 도	인터넷 중독정도	
			평균	D
사용기간	2년 미만	168	46.79	a
	2~4년 미만	208	48.17	a
	4년 이상	74	51.35	b
	F값		3.31*	
하루 평균 사용시간	1시간 미만	149	43.28	a
	1~3시간 미만	220	48.22	b
	3시간 이상	82	57.44	c
	F값		37.5***	
인터넷상 친구 수	없음	63	40.54	a
	10명 미만	209	49.54	b
	10명 이상	177	49.41	b
	F값		18.88***	

*p<.05, **p<.01, ***p<.001, D(Duncan's Multiple Range Test)

〈표 6〉 부모-자녀관계 변인에 따른 인터넷 중독정도

변 수	구 분	빈 도	인터넷 중독정도	
			평균	D
부모통제	낮은집단(0-1)	190	45.67	a
	중간집단(2-3)	203	49.68	b
	높은집단(4-6)	59	51.54	b
	F값		7.25**	
부모지지	낮은집단(4-12)	138	51.23	a
	중간집단(13-16)	195	47.37	a
	높은집단(17-20)	117	46.49	b
	F값		5.44**	
부모와의 하루 평균 대화시간	전혀 하지 않는다	25	52.80	a
	1시간 미만	322	48.82	ab
	1시간 이상	103	45.68	b
	F값		4.05*	

*p<.05, **p<.01, ***p<.001, D(Duncan's Multiple Range Test)

만'에 비해 인터넷 중독정도가 높은 것으로 조사되었다.

인터넷을 하루 평균 사용하는 시간에 따른 인터넷 중독정도는 '3시간 이상' 사용한다고 응답한 집단이 '1-3시간 미만'이나 '1시간 미만'의 집단보다 인터넷 중독 평균점수가 높게 나타나 인터넷 사용시간이 길어질수록 인터넷 중독정도가 높아진다는 것을 알 수 있다. 이는 인터넷의 특성상 사용하는 시간이 길어질수록 더욱더 몰입을 하게 되며, 이러한 몰입이 중독의 결과를 가져온다고 추측할 수 있다.

그리고 인터넷 상에서 만나는 친구의 수는 없다고 응답한 집단에 비해 10명 미만이거나 10명 이상의 친구가 있다고 응답한 집단의 인터넷 중독 평균점수가 높게 나타나 인터넷상 친구의 존재 유무는 인터넷 중독정도와 유의한 차이가 있었다. 이는 또래집단에 의지를 하는 청소년기의 특성상도 관계가 있으며, 채팅이나 e-mail, 그리고 인터넷상의 카페나 클럽에서 서로의 고민을 이야기하고, 오프라인상에서 만남을 가지기도 하는 현대의 인터넷 문화와도 관련된 것으로 추측된다. 반면, '10명 이상'인 집단과 '10명 미만'인 집단 간의 평균차이는 거의 존재하지 않아 인터넷 상 친구 수의 많고 적음과 인터넷 중독 정도와는 유의한 차이가 없음을 보여주었다.

4. 부모-자녀관계 변인과 인터넷 중독

부모-자녀관계 변인 중에서 부모통제는 중간 집단과 높은 집단이 낮은 집단에 비해 인터넷 중독 정도가 높게 나타났다(p<.01). 이는 사춘기 청소년들의 외부 통제에 거부하고 반항하는 특성상 부모의 통제가 오히려 역효과를 내는 것으로 볼 수 있다. 이와 같은 결과는 부모의 통제수준이 높을수록 인터넷을 중독적으로 사용하는 것으로 나타난 이정연, 최영선(2002)의 연구나 청소년보호위원회(2000)의 연구와 같다. 따라서 부모의 통제는 인터넷 중독에 긍정적인 영향을

미치지 못한다고 해석할 수 있다.

반면 부모지지는 높은 집단에 비해 중간 집단이거나 낮은 집단이 상대적으로 높은 인터넷 중독 평균점수를 보였으며, 낮은 집단과 중간 집단 간의 평균차이는 거의 나타나지 않았다. 이와 같은 결과는 부모의 지지가 낮을수록 인터넷 중독 성향이 높게 나타난 여러 연구들(김경신, 김진희, 2003; 윤영민, 2000; 황상민, 2002)과 동일한 결과임을 보여준다.

부모와의 하루 평균 대화를 '전혀 하지 않는다' 집단이 '1시간 이상' 하는 집단에 비해 인터넷 중독 평균점수가 유의하게 높게 나타났다(p<.05). 이는 인터넷 중독 성향이 높을수록 부모와 대화를 적게 한다고 한 초준범(2001)의 연구와 같은 결과를 보인 것으로서, 부모와의 대화시간이 부족할수록 그 시간을 인터넷을 사용하는 데에 사용하기 때문일 수도 있고, 반면에 인터넷에 몰입하기 때문에 부모와의 대화시간이 적어진 것으로 추측할 수도 있을 것이다. 따라서 가족과의 대화시간을 늘리는 것은 인터넷 중독의 예방에 중요한 요인으로 작용할 수 있을 것이다.

이와 같은 결과들을 통해 청소년들은 부모로부터 높은 관심과 지지를 받고 부모가 일방적인 통제를 하지 않을수록, 그리고 부모와의 대화시간이 많을수록 인터넷 중독에 빠질 가능성이 적어진다는 것을 알 수 있다. 이로써 여러 선행연구들의 결과에서도 나타났듯이 인터넷 중독정도가 높은 청소년들은 대체로 가정에서 부모와의 관계가 원만하지 못하거나, 부모로부터 많은 관심을 받지 못한다는 것을 간접적으로 알 수 있다. 따라서 부모-자녀관계 변인은 청소년의 인터넷 중독과 유의미한 관련이 있다고 하겠다.

5. 심리적 변인과 인터넷 중독

심리적 변인에 따른 인터넷 중독정도의 차이를 알아보기

〈표 7〉 심리적 변인에 따른 인터넷 중독정도

변 수	구 분	빈 도	인터넷 중독정도	
			평 균	D
자기통제력 (M=64.16, SD=8.45)	낮은집단(20-58)	110	52.99	c
	중간집단(59-68)	215	49.19	b
	높은집단(69-100)	127	42.52	a
	F값		22.81***	
자아존중감 (M=32.12, SD=6.33)	낮은집단(10-28)	113	51.19	b
	중간집단(29-35)	222	48.26	ab
	높은집단(36-50)	117	45.36	a
	F값		6.09**	
우울 (M=12.44, SD=8.35)	낮은집단(0-6)	113	42.74	a
	중간집단(7-16)	220	47.86	b
	높은집단(17-63)	119	54.17	c
	F값		25.77***	

*p<.05, **p<.01, ***p<.001, D(Duncan's Multiple Range Test)

위하여 일원분산분석을 실시한 결과 자기통제력, 자아존중감, 우울에 따른 인터넷 중독정도는 모두 유의한 차이를 나타내었다. 자기통제력이 낮은 집단일수록 인터넷 중독 정도는 높게 나타났으며(p<.001), 또한 자아존중감이 낮을수록 인터넷 중독정도가 높은 것으로 조사되었다. 우울은 그 점수가 높은 집단이 인터넷 중독 정도가 더 높은 것으로 나타나 우울한 사람일수록 인터넷 중독에 빠지기 쉬운 것으로 조사되었다.

6. 인터넷 중독 관련변인들의 상대적 영향력

먼저, 독립변인들(인구학적 변인, 인터넷 사용 변인, 부모-자녀관계 변인, 심리적 변인)과 종속변인(인터넷 중독정도)과의 관계를 알아보기 위해 상관관계분석을 실시하였으

며, 결과는 〈표 8〉에 제시되어 있다. 이 표를 보면 인터넷 사용기간이 길고, 인터넷을 사용하는 시간이 많으며, 인터넷상에 친구가 많고, 부모가 통제를 많이 할수록, 그리고 우울 정도가 높을수록 인터넷 중독정도는 높은 것으로 나타나, 대다수 선행연구들과 같은 결과를 나타냈다. 반면 학업성적이 좋고, 부모가 자녀를 지지하며, 부모-자녀간의 대화시간이 많고, 자기통제력이 높을수록, 그리고 자아존중감이 높을수록 인터넷 중독정도는 낮은 것으로 조사되었다.

이러한 상관분석을 바탕으로, 중·고등학교의 인터넷 중독정도에 영향을 미치는 관련변인들의 상대적 영향력을 규명하기 위하여 다중 회귀분석(Multiple Regression Analysis)을 실시하였으며 그 결과는 〈표 9〉와 같다.

분석에 앞서, 회귀가정의 위반여부를 알아보기 위하여 Durbin-Watson(DW)계수를 산출한 결과 1.85로, 다중공선성(Multi-Collinearity)과 잔차간의 자기상관이 없는 것으로 밝혀져 회귀모형에 적합한 것으로 나타났다.

회귀분석의 첫 단계는, 인구학적 변인을 독립변인으로 하고 인터넷 중독정도를 종속변인으로 하였으며, 두 번째 단계는 인터넷 사용 변인이 포함되었고, 세 번째 단계에서는 부모-자녀관계 변인이, 네 번째 단계에는 심리적 변인이 포함되어 단계별로 분석되었다. 네 단계를 통해 투입된 변인들은 인터넷 중독정도에 대한 33%의 설명력을 가지고 있었다.

회귀분석의 결과, 인터넷 중독에 유의하게 영향을 미치는 변인은 인터넷 사용시간이 3시간 이상($\beta=.34$, $p<.001$), 자기통제력($\beta=-.28$, $p<.001$), 인터넷상 친구 수가 10명 미만($\beta=.23$, $p<.001$), 10명 이상($\beta=.21$, $p<.01$)인 경우, 우울($\beta=.15$, $p<.01$), 인터넷 사용시간이 1-3시간 미만($\beta=.14$, $p<.01$)일 때, 그리고 부모통제($\beta=.12$, $p<.01$)변인 등이 통계적으로 유의미하게 나

〈표 8〉 관련 변인들 간의 상관관계

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)	(11)	(12)	(13)
(1) 인터넷 중독정도	1.00												
(2) 성별	-.01	1.00											
(3) 학교급	-.04	.02	1.00										
(4) 학업성적	-.13**	.01	.01	1.00									
(5) 사용기간	.12*	-.03	.16**	.10*	1.00								
(6) 사용시간	.37**	-.05	-.28**	.16**	.08	1.00							
(7) 인터넷상 친구 수	.18**	-.02	-.12**	.02	.08	.20*	1.00						
(8) 부모통제	.16**	-.16**	-.12**	-.00	-.05	.08	.02	1.00					
(9) 부모지지	-.18**	.08	.09	-.20**	.08	-.12*	.03	-.05	1.00				
(10) 대화시간	-.13**	.02	-.06	-.09	.00	.05	-.03	.00	.34**	1.00			
(11) 자기통제력	-.17**	-.06	-.10*	-.25**	-.03	-.10*	-.03	-.02	.26**	.08	1.00		
(12) 자아존중감	-.37**	.04	.02	-.20**	.08	-.02	.06	-.01	.34**	.11*	.36**	1.00	
(13) 우울	.29**	.13**	-.05	.24**	-.01	.13**	-.04	.09	-.34**	-.17**	-.57**	-.36**	1.00

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

〈표 9〉 인터넷 중독정도에 영향을 미치는 변인

독립변수	종속변수		인터넷 중독정도							
			B	β	B	β	B	β	B	β
인구학적 변인	성 별		-.17	-.01	.11	.00	1.11	.04	-.12	-.01
	학 교 급		-1.31	-.05	1.46	.06	2.00	.08	1.06	.04
	학업성적	중 하	1.79 4.40	.07 .16	.26 2.93	.01 .10*	3.86E-02 1.89	.00 .07	-1.18 -.61	-.05 -.02
인터넷 사용변인	사용기간	2-4년 미만 4년 이상			.94 2.63	.04 .08	.51 3.26	.02 .09	.28 2.66	.01 .08
	사용시간	1-3시간 미만 3시간 이상			4.24 12.69	.17** .38***	4.04 12.42	.16** .37***	3.55 11.24	.14** .34***
	인터넷상 친구수	10명 미만 10명 이상			6.97 6.27	.27*** .24***	6.07 5.73	.24** .22**	5.92 5.53	.23*** .21**
부모-자녀 관계 변인	부 모 통 제						1.42	.15**	1.21	.12**
	부 모 지 지						-.42	-.11*	-5.0E-02	-.01
	부모와의 대화시간	1시간 미만 1시간 이상			-2.42 -4.70	-.09 -.16	-2.85 -4.86	-.10 -.16		
심리적 변인	자기통제력								4.0E-02	-.28***
	자아존중감								-.43	.02
	우 울								.23	.15**
R ²			.02		.19		.23		.33	
R ² 증가량					.17		.04		.10	
F			2.33		10.05***		9.11***		12.26***	

a. *p<.05, **p<.01, ***p<.001

b. 더미변수 처리(기준변수)

성 별: 남(0), 여(1)

학 교 급: 중학생(0), 고등학생(1)

학업성적: 상(00), 중(10), 하(01)

사용기간: 2년 미만(00), 2-4년 미만(10), 4년 이상(01)

사용시간: 1시간 미만(00), 1-3시간 미만(10), 3시간 이상(01)

친구 수: 없음(00), 10명 미만(10), 10명 이상(01)

부모와의 대화시간: 전혀 하지 않는다(00), 1시간 미만(10), 1시간 이상(01)

타났으며 F값은 12.26 ($p < .001$)이고, 이들 변인의 설명력은 33%로 나타났다. 즉, 인터넷을 3시간 이상 사용하는 경우, 자기통제력이 낮은 경우, 인터넷상 친구 수가 10명 미만인 경우, 그리고 10명 이상인 경우, 우울의 정도가 높은 경우, 인터넷을 1-3시간 미만 사용하는 경우, 부모통제가 높은 경우 인터넷의 중독정도는 높았으며, 이 중 가장 예측력이 큰 변인은 사용시간(3시간 이상)으로 나타나 선행연구들 결과와 대체로 일치하였으며(김주연, 2002; 박주연, 2001; 이숙, 남윤주, 2004), 그 다음으로 예측력이 큰 변인은 자기통제력으로 조사되었다. 반면, 성별, 학교급, 학업성적, 인터넷 사용기간, 부모지지, 부모와의 대화시간, 자아존중감은 인터넷의 중독적 사용에 영향력을 크게 갖지 않는 것으로 나타났다. 특히 학업성적, 인터넷 사용기간, 부모지지, 부모와의 대화시간, 그리고 자아존중감의 경우 상관관계 분석에서는 인터넷 중독정도와 유의미한 상관을 보였으나 회귀분석에서는 유의미한 영향요인으로 산출되지 않았는데 이는 변수들 간

의 다중공선성의 문제로 인하여 제외된 것으로 볼 수 있다.

V. 결론 및 제언

정보화 사회에서의 인터넷 확산은 긍정적인 측면도 있지만 신체적, 정신적으로 미성숙한 청소년들에게 나타나는 인터넷 문제는 매우 심각한 현실이다. 이에 본 연구에서는 인터넷 중독정도와 관련변인을 규명함으로써 인터넷 중독의 예방 및 치료를 위한 가족학적 접근의 기초를 마련하고자 하였다.

연구결과 다음과 같이 결론을 내릴 수 있다.

첫째, 본 연구의 대상자인 중·고등학생의 인터넷 중독정도는 초기중독군이 69.5%, 심각한 중독군이 5.1%로서 전체 조사대상자의 75%가량이 중독증상을 보이는 것으로 나타나 인터넷 중독의 문제는 이미 심각한 상태라고 볼 수 있다. 따라서 가정이나 학교, 지역사회의 전문기관 등에서 중독예방

이나 대책마련에 관심을 기울여야 할 것으로 생각된다.

둘째, 조사결과 인터넷 상에서 친구를 만들고, 인터넷을 오래 사용하는 학생일수록 인터넷에 중독되는 것으로 나타났다. 이는 또래집단에 의지를 하는 청소년기의 특성으로 인해 채팅이나 e-mail, 그리고 인터넷상의 카페나 동호회 등에서 서로의 고민을 이야기하고 만남을 가지는 경우, 인터넷에 접속하는 시간이 길어질 수 있기 때문에 인터넷에 중독될 가능성이 커지는 것으로 추측된다. 따라서 오프라인 상에서 또래집단과의 원활한 대인활동을 통해 인터넷에 접속하는 시간을 줄일 수 있는 방안을 모색하여야 할 것이다.

셋째, 본 연구에서 부모의 통제는 청소년들이 인터넷을 중독적으로 사용하게 만드는 데 영향을 미치는 것으로 조사되었다. 이는 부모의 권위적인 양육방식이 사춘기 자녀들의 반항심을 가져와 오히려 더욱 인터넷에 몰두하게 만드는 원인을 제공하는 것으로 볼 수 있다. 따라서 가정에서 자녀들에 무조건적인 통제를 하기 보다는 인터넷 사용과 인터넷 문화에 대한 대화를 통해 인터넷의 올바른 사용에 대한 네티켓(Internet+Etiquette) 교육이나 유용한 정보 활용에 대한 교육을 컴퓨터를 배우는 초기단계에서부터 실시하는 것이 바람직할 것이며, 청소년 스스로도 올바른 인터넷 사용에 대한 실천이 요구된다. 이를 위해서 학교에서는 청소년들에게 인터넷을 건전하게 사용함으로써 유익한 정보 활용을 할 수 있는 교육과 프로그램 실시에 대한 노력을 기울여야 할 것이다.

넷째, 자기통제력과 우울은 인터넷 중독에 영향을 미치는 변인으로 조사되었는데, 즉 자기통제력이 높은 사람은 자기조절능력을 가지고 있기 때문에 인터넷의 영향력에서 벗어나 현실생활에서 요구하는 일들을 수행할 수 있음을 보여주는 결과라고 할 수 있다. 한편 우울은 사회적 고립을 유발하고 이러한 사회적 고립은 의존성과 익명성을 가지고 있는 인터넷에 중독되는 촉매역할을 한다고 할 수 있지만, 인터넷을 중독적으로 사용함으로써 실제 대인관계가 위축이 되며 사회적 고립이 증가하고 이것이 역으로 우울을 증가시킬 수 있는 원인이 된 것으로도 볼 수 있다. 따라서 청소년의 자기통제력을 강화하고 우울증을 감소시킬 수 있도록 하는 가족생활교육 프로그램의 실시가 필요하다고 보겠다.

본 연구에 대한 제한점과 아울러 결론을 바탕으로 한 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 이 연구에서 사용된 인터넷 중독검사 척도는 여러 선행연구들에서 이미 검증된 척도임에도 불구하고, 자기보고식 질문지이므로 실제로 인터넷에 중독된 사람들이 스스로를 병리적 중독자임을 인정하는 경우가 드물다는 것을 배제할 수는 없을 뿐만 아니라, 미국에서 만들어진 척도이기 때문에 우리나라의 실정과 다소 차이나는 부분들이 있다. 따라서 인터넷 중독에 관한 보다 정교하고 단일화된 검사도구

의 개발과 우리나라 실정에 맞는 척도의 개발이 필요하다.

둘째, 인터넷 중독을 병리적인 현상으로 볼 것인지 아니면, 일반적인 사회현상의 하나로 보아야 할 것인지의 문제가 여전히 논란이 되고 있다. 이것은 인터넷 중독에 대한 체계적인 기준이 아직 마련되지 않았기 때문이라 할 수 있을 것이다. 따라서 사례연구를 통해 인터넷 중독이 생겨나는 원인, 과정, 진단기준, 치료방법 등에 대한 심층적인 연구가 이루어져야 할 것이다.

셋째, 본 연구는 단기간에 걸쳐 실시되었기 때문에 장기적인 인터넷 중독에 따른 문제점을 발견할 수 없는 단점을 가지고 있다. 따라서 후속 연구에서는 종단적 연구를 통해 인터넷 중독자의 특성과 요인들, 그리고 인터넷의 중독적 사용으로 인한 장기적인 부작용을 밝히는데 중점을 두어야 할 것이다.

넷째, 경남 김해지역의 중학생과 인문계 고등학생을 대상으로 했기 때문에 이를 청소년 전체에 일반화시키기는 어렵다는 제한점을 가지고 있다. 인터넷 중독에 영향을 미칠 수 있는 변인들은 지역이나 학교계열의 차이에 따라 달라질 수 있으므로 이를 확대하여 연구할 필요가 있을 것이다. 뿐만 아니라, 보다 폭넓은 연령대를 조사하여 각 연령대의 특성을 밝히는 것 또한 필요할 것으로 생각된다.

다섯째, 인터넷에 이미 중독된 청소년들을 대상으로 한 치료프로그램의 개발과 사례연구가 필요하다. 인터넷상이나 일부 정신과에서 인터넷 중독 환자를 다루고는 있으나 아직 뚜렷한 치료프로그램이 만들어지지 않은 실정이다. 그러므로 심층적인 사례연구와 인터넷 중독에 대한 전문적인 지식 획득으로 신뢰성 있는 치료프로그램이 속히 만들어져야 할 것이다.

■ 참고문헌

- 강지선(1999). PC통신 이용자들의 고독, 사회불안 및 대처 방식과 통신중독과의 관계. 카톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 김경신, 김진희(2003). 청소년이 지각한 부모자녀 관계변인이 인터넷 중독에 미치는 영향. 한국가정과학회지, 6(1), 15-25.
- 김교현(2001). 청소년들의 컴퓨터 사용 실태와 컴퓨터 중독. 충남대학교 학생생활연구, 28, 41-62.
- 김종범(2000). 인터넷 중독 하위 집단의 특성 연구. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 김주연(2002). 초등학교의 인터넷 중독경향과 관련요인 연구. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 김진숙, 최수미, 강진구(2000). 청소년의 PC중독. 한국청소년

- 년상담원.
- 김진순(2002). 초등학생의 인터넷 중독과 관련요인. 인제대학교 대학원 석사학위논문.
- 김진희, 김경신(2003). 청소년의 심리적 변인과 인터넷 중독, 사이버관련 비행의 관계. 청소년복지연구, 5(1), 85-97.
- 김현수(2000). 인터넷중독증. 나눔의 집.
- 남현미(1999). 가족의 심리적 환경과 청소년의 자기통제력 및 친구특성이 문제행동에 미치는 영향. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 박정은(2001). 청소년의 인터넷 중독적 사용 및 영향변인 연구. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 백승문, 황미영, 김영희(2003). 사이버공간 중독유형과 청소년의 사회심리적 환경. 대한가정학회지, 41(1), 169-185.
- 손성원(2002). 중학생 인터넷 중독의 실태조사. 대구카톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 송원영(1999). 자기효능감과 자기 통제력이 인터넷의 중독적 사용에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 송원영, 오경자(1999). 자기효능감과 자기통제력이 인터넷의 중독적 사용에 미치는 영향. 한국임상심리학회 1999년 하계학술대회.
- 송인덕(1999). 온라인 중독증 개념의 타당성 검증 연구. 경희대학교 대학원 석사학위논문.
- 신혜선(2000). 부모 친구 요인이 청소년 음주에 미치는 영향. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 심수민(2000). PC통신과 인터넷에 대한 가족구성원의 태도와 부모자녀 관계. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 안복모(2003). 중학생의 인터넷 중독이 학교 및 가정생활 적응에 미치는 영향. 대전대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 안 석(2000). 인터넷의 중독적 사용에 관한 연구. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 안세라(2003). 인터넷 중독에 영향을 미치는 사회·심리적인 요인에 관한 연구. 경희대학교 대학원 석사학위논문.
- 윤영민(2000). 인터넷 환경이 청소년의 사회화에 미치는 영향. 청소년보호위원회.
- 윤재희(1999). 인터넷 중독과 우울, 충동성, 감각추구성향 및 대인관계의 연관성. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 이계원(2001). 청소년의 인터넷 중독에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 이곤섭(2001). 컴퓨터 중독과 충동성, 자아존중감 및 스트레스와의 관계 연구. 인제대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이봉건(1999). 사이버공간에서의 중독-통신·인터넷 중독증의 증상과 예방. 사이버공간의 심리. 서울: 박영사.
- 이선경(2001). 청소년의 인터넷 사용현황과 우울 및 자기 통제력과의 관계. 서강대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이 숙, 남윤주(2004). 청소년 친구관계와 인터넷 사용에 따른 인터넷 중독. 대한가정학회지, 42(3), 1-16.
- 이약희(2004). 인터넷 중독적 사용에 대한 원인과 결과변인 탐색. 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 이영호(1993). 귀인양식, 생활사건, 사건귀인 및 무망감과 우울의 관계: 공변량 구조모형을 통한 분석. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 이정연, 최영선(2002). 청소년기 자녀의 인터넷 중독에 영향을 미치는 관련 변인. 한국생활과학회지, 11(4), 335-346.
- 이혜진(2002). 청소년 인터넷 중독과 개인, 가족, 학교 및 또래환경 요인과의 관계 연구. 카톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 전병재(1991). 청소년 친구집단과 비행간의 상관성 연구 - 낙인이론을 중심으로. 한국형사정책연구원.
- 정민희(2003). 청소년의 인터넷 중독과 관련변인에 관한 연구. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 정숙희(1997). 중년여성 우울증 환자를 위한 집단사회사업 개입: 의식향상훈련을 병용한 주장훈련을 중심으로. 경북대학교 대학원 석사학위논문.
- 조춘범(2001). 청소년 인터넷 중독과 가정 및 학교관경과의 관계에 관한 분석. 경희대학교 대학원 석사학위논문.
- 청소년보호위원회(2000). 인터넷 환경이 청소년의 사회화에 미치는 영향. 한국청소년연구, 11.
- 최민정(2001). 인터넷 중독적 사용과 우울감, 자기효능감 및 감각추구성향의 관계. 중앙대학교 대학원 석사학위논문.
- 한국교육학술정보원(2003). 학교교육을 통한 정보화 역기능 대응방안 연구. 연구보고 RR 2002-6.
- 한국인터넷진흥원(2004). 인터넷 이용인구 3,000만명 돌파, 2004년 상반기 정보화실태조사결과 보도자료. <http://www.nida.or.kr/news/notice-view.html>.
- 한규석(1999). 사이버사회에서의 의사소통과 교류행위. 사이버공간의 심리. 서울: 박영사.
- 한복희(2001). 인터넷 중독정도가 청소년에게 미치는 심리·사회적 역기능에 관한 연구. 한남대학교 대학원 석사학위논문.

- 황상민(2002). 인터넷의 등장과 청소년 문제의 이해. 인터넷 법률, 12, 105-124.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: clinical, experimental and theoretical aspects*. New York: Harper & Row Publishers Inc.
- Brenner, V. (1997). Psychology of computer use: XLVII. Parameters of internet use, abuse and addiction: The first 90days of the internet usage survey. *Psychological Reports*, 80, 879-882.
- Goldberg, I. K. (1996). Internet Addiction. Electronic Message posted to research discussion list. <http://www.rider.edu/users/suler/psycyber/supportgp.html>.
- Gottfredson, M. R., & Hirschi, T. A (1990). *General Theory of Crime*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Gunn, D. C. (1998). "Internet Addiction" Projective Presented to the University of Hertfordshire, U. K. 142.197.152.160/netquest/all-ver 6. html.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self image*. Princeton University Press.
- Suler, J. (1999). To get what you need: healthy and pathological internet use. <http://www.rider.edu/users/suler/psycyber/getneed.html>.
- Young, K. S. (1996). Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder. Paper presented at the American Psychological Association, Toronto, Canada.
- Young, K. S. (1998). *Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy of recovery*. New York, NY: John Wiley & Sons, Inc.
- Young K. S. (1999). Internet Addiction: Symptoms, Evaluation, And Treatment. In L. Vende Creek & T. Jackson(Eds.), *Innovation in Clinical Practice: A Source Book*(Vol. 17). Sarasota, FL: Professional Resource Press. <http://netaddiction.com/articles/symptoms.html>.
- Young K. S. (2000). Caught in the net. 김현수 역. 인터넷 중독증. 서울: 나눔의 집.
- Young, K. S., & Rodgers, R. C. (1998). The relationship between depression and internet addiction. *Cyberpsychology and behavior*, 1(1), 25-28.

(2005년 4월 19일 접수, 2005년 12월 12일 채택)