

대학생들의 스트레스와 인터넷 중독의 관계에 관한 연구

김정열*, 이성진**

A Study on the Relationship between Internet Addiction and Stress of College Students

Jung Yeol Kim *, Sung Jin Lee **

요 약

본 연구의 주요 목적은 대학생들을 대상으로 스트레스와 인터넷 중독의 관계를 규명하는 것이다. 인터넷 중독 정도를 측정하기 위해 미국 온라인 중독센터에서 사용하고 있는 인터넷 중독검사를 이용했으며, 20-49점을 정상이용집단, 50-79점을 중독위험집단, 80점 이상을 인터넷 중독집단으로 분류하였다. 연구결과 스트레스 요인 중 대인관계에서 느끼는 스트레스, 가정생활에서 느끼는 스트레스, 학교생활에서 느끼는 스트레스가 인터넷 중독에 유의한 영향을 미치는 것으로 분석되었다.

Abstract

The purpose of this study is to examine the relationship between internet addiction and stress of college students. To assess the degree of internet addiction, internet addiction test of the center for online addiction was completed. Subjects were divided into three group depending on internet addiction : subjects with 20-49 internet scores were grouping as 'normal usage group', subjects with 50-79 internet scores were grouping as 'addiction tendency group', and subjects with more than 80 internet scores were grouping as 'internet addiction group'.

In this study it is found that interpersonal relationship stress is significantly related to internet addiction. Also, the result of this study shows that home background stress and school background stress have influence on internet addiction.

▶ Keyword : Internet Addiction, Interpersonal Relationship Stress, Self-Respect Stress, Home Background Stress, School Background Stress

• 제1저자 : 김정열

• 접수일 : 2007.5.30, 심사일 : 2007.7.5, 심사완료일 : 2007. 7.20.

*오산대학 컴퓨터정보계열 부교수

**오산대학 컴퓨터정보계열 겸임교수

I. 서론

2004년 우리나라의 인터넷 이용인구는 3천만 명을 돌파하였으며, 초고속 인터넷 가입자 수는 100명당 23.3명으로 부동의 세계 1위를 차지하고 있다. 뿐만 아니라 휴대 인터넷, 홈네트워킹, RFID 등 차세대 인터넷에 대한 관심이 증대되고 있어 인터넷 이용자는 계속 늘어 날 추세에 있다[12].

국내 인터넷 및 이동통신 시장은 성숙기에 접어들어 한계에 도달하고 있으며[9], 정보가 컴퓨터와 통신에 의해 대량으로 생산, 저장, 유통되어 재화로서의 가치를 지니고 있는 정보화 사회는 새로운 사회적 구조를 형성하면서 우리의 생활방식을 다양한 모습으로 변화시켜오고 있다[2]. 특히 인터넷은 우리에게 시공간의 제약을 받지 않는 저렴한 즉각적인 의사소통 수단을 제공하고, 사이버공간이라 불리는 새로운 가상공간을 제공함으로써 우리의 생활방식과 사고방식을 바꾸어 놓았다[5].

그러나 어린 아이들도 인터넷을 사용할 정도로 이제 인터넷은 우리가 몸담고 사는 핵심적인 문화 환경으로 자리 잡았으며, 인터넷 중독이나 명예훼손·사생활 침해 등 역기능 문제의 해결이 더욱 중대한 사회적 과제로 떠오르고 있다[10]. 인터넷으로 인해 사용자들은 재미를 느끼고 편의를 누리기도 하지만 새로운 현상에 중독되거나 온갖 유해환경에 무방비로 노출될 소지가 있다. 특히 호기심이 강한 청소년들은 아직 정체성이 제대로 확립되지 않고 성인으로 가는 과도기에 있기 때문에 새로운 매체인 인터넷으로 인한 생활상의 변화에 큰 영향을 받게 된다[11]. 학업과 관련된 심리적인 역할 압박과 본인에게 기대되어지는 사회적 역할에 대한 요구가 크기 때문에 이를 해소하기 위해 쉽게 새로운 자신을 자유롭게 표현하고 새로운 자신을 보여 줄 수 있는 독립적인 공간인 인터넷을 통해 그로 인한 스트레스를 해소하는 경향이 크다고 볼 수 있다.

몇몇 선행연구에 의하면 컴퓨터와 인터넷의 급격한 보급에 따라 인터넷 사용에 대한 통제력을 잃게 되는 인터넷 중독에 대해 경고하고 있다.

Goldberg(1996)는 더 많이 인터넷을 사용해야 만족을 느끼는 내성(tolerance), 인터넷 사용을 중단하거나 감소하면 정신운동성 초조와 불안 혹은 인터넷에 대한 강박적 사고 등의 증상이 일어나는 금단(withdrawal) 등으로 인터넷 중독을 설명했고, 인터넷 사용을 위해 중요한 사회적·직업적 활동이 손상될 수 있다고 경고했다[15].

Young(1996, 1999)은 다양한 사례와 치료경험을 통하여 인터넷이 중독에 빠져들 만큼 강력하며, 일상생활을 파

멸로 이끌 만큼 위력적이라는 것을 보여줌으로써 인터넷 중독의 실재 여부에 대한 모든 의문을 일축시켜 버렸다. 수많은 인터넷 중독자들과의 인터뷰를 통하여 얻어진 자료를 토대로 가상공간의 비현실적 관계로 인하여 가정파탄을 초래하고 억제할 수 없는 인터넷 사용으로 학업문제를 일으키며 업무시간의 인터넷 사용으로 해고를 당하는 등 인터넷이 생활의 모든 영역에서 큰 피해를 끼칠 수 있다는 사실을 강조하였다[19][21].

Davis(2001)는 인터넷 중독이라는 용어대신에 병적인 인터넷 이용(PIU : Pathological Internet Use)이라는 용어를 사용하였다. 병적인 인터넷 이용은 병적인 행동과 부적응성 인식을 포함한 정신병학의 질환이라고 말하였다[14].

Young과 Rogers(1997) 등의 연구에 의하면 인터넷 중독이 자기효능감과 문제해결 태도 및 능력, 의사소통 능력, 학습동기 및 학습성취를 저하시킬 뿐만 아니라 학교생활이나 가정생활에서의 적응, 친구관계 등에도 부정적인 영향을 미친다는 결과가 제시된바 있다[3][18][22].

인터넷 중독에 관한 논의는 현재 활발히 진행되고 있으나 어떤 요인들이 인터넷 중독에 유의한 영향을 미치는가를 규명한 연구는 드물다. 따라서 본 연구는 선행연구를 통해 인터넷 중독과 이에 영향을 미치는 스트레스 관련 요인을 추출하였고 이들 스트레스 요인들이 인터넷 중독과 어떤 인과관계가 있는지를 확인하고자 한다.

본 연구결과는 인터넷 중독의 원인으로 가정생활을 비롯하여 학교생활, 대인관계, 자아존중에 대한 스트레스 요인들이 학생들의 인터넷 중독에 미치는 영향력을 규명함으로써 인터넷 중독에 대한 보다 포괄적인 이해와 교육적 시사점을 얻을 수 있을 것으로 판단된다.

II. 인터넷 중독과 스트레스

스트레스는 개인의 심리적 특성에 영향을 미치기도 하고 또 다른 문제행동이나 부적응 행동을 초래할 수 있다. 개인이 처한 이런 상황을 탈피하기 위해 인터넷에 빠져 들기도 하는데, Griffiths(1999)에 의하면 사회적으로 고립되고 위축되어 있는 사람일수록 다른 사람보다 인터넷이 주는 매력에 강력하게 끌려들어 여기에서 헤어 나오지 못할 가능성이 높다고 한다[16]. 스트레스는 개인의 심리적 특성이나 부모와의 관계 등과 같은 가정생활 요인들뿐만 아니라 학업에 대한 불안, 학교생활의 부적응, 친구와의 관계, 자신의 정체감 등의 혼란 등이 원인이 될 수 있으며 이런 스트레스 요인과 인터넷 중독의 관계에 대해 보다 폭넓은 고찰이 필요하다.

1. 인터넷 중독

인터넷 중독이라 함은 사이버 중독, 병적인 인터넷 사용, 인터넷 증후군, 웹바홀리즘(webaholism), 인터넷 중독 장애(Internet Addiction Disorder : IAD) 혹은 기술 중독 등을 통칭하는 것으로 이는 인터넷 사용을 지나치게 탐닉하여 의존·내성·급단의 증상을 보이면서 심리적·사회적·직업적 기능에 문제를 야기하고 정상적인 생활이 불가능한 경우를 뜻한다(20).

이러한 인터넷 중독에 대해서 Goldberg(1996)가 처음으로 인터넷 중독 장애(IAD : Internet Addiction Disorder)라는 용어를 사용하였다(15). 그는 인터넷 사용이 중단되거나 감소하면 정신 운동성 초조나 불안 혹은 인터넷에 대한 강박적 사고나 환상과 같은 증상을 보이는 '급단' 상태와 더 나아가 인터넷 사용을 위해서 중요한 사회적, 직업적 활동이 포기되는 상태가 12개월 중 발생할 시에 이를 인터넷 중독증이라고 규정하였다.

Young(1996, 1999)은 수많은 인터넷 중독자들과의 면접과 심리치료를 통하여 인터넷 중독이 가상공간의 비현실적인 관계로 인하여 가정파탄을 초래하고, 억제할 수 없는 사용은 학업 문제를 일으키며, 또한 업무시간의 인터넷 사용으로 직장에서 상사와 문제를 일으켜 퇴직까지도 당하는 등 생활의 모든 영역에서 본인은 물론 주위 사람들에게 피해를 끼치게 되는 것을 강조하였다(19).

또한 인터넷 중독자들이 매우 자기 방어적이기 때문에 처음 접하는 면대면 상황에서 위협을 느끼고 타인을 신뢰하는 데에 어려움을 겪는다고 하였다. 즉 이들 중독자들이 과도하게 경계하고, 개인적인 특성이 강한 것으로 인해 인터넷상에서는 현실에서보다 쉽게 대화를 나눌 수 있게 된다고 하였다. 온라인상에서 행해지는 익명의 커뮤니케이션이 바로 이러한 성격특성을 가진 사람들을 강하게 유혹하는 경향이 있다. 이들은 온라인상에서 분노, 성적인 발언, 그리고 사회적으로 금기시 되는 생각들을 타인에게 과감히 표출할 수 있는데, 이는 현실에서는 불가능하기 때문이다.

결국 이들은 현실에서는 자신의 생각을 표출하지 못하기 때문에 온라인에 더욱더 깊이 빠져들어 자신의 충족되지 않는 심리적인 욕구를 온라인에서 해소하게 된다(21).

Suler(1999)는 Goldberg와 Young의 선구자적 업적을 지지하면서 인터넷 중독이 타당한 진단적 가치를 지니기 위해서는 더 많은 연구가 뒷받침 되어야 한다고 주장하며, 인터넷 중독을 매스컴에 의해서 과장된 인터넷 중독, 일시적인 중독, 그리고 진실한 인터넷 중독의 세 가지로 분류하였다(18).

King(1996)은 인터넷 중독의 특성으로 대인관계 의사소통과 가상세계의 잠복성을 들었다. 인터넷 사용자들은 이전의

전화나 편지와는 달리 자신이 이전에 알지 못했던 새로운 사람과의 접촉을 쉽게 할 수 있고, 자신의 비언어적인 반응이 보이지 않기 때문에 제한 없이 자유롭게 자신을 표현할 수 있게 되는 것이다. 뿐만 아니라 개인이 접촉할 수 있는 사회망의 범위를 확장시켜주어 다양한 사람들을 만날 수 있게 해주는 강력한 특성이 있다. 나머지 가상세계에서의 잠복성이란 채팅룸이나 e-mail group 등을 통해서 타인의 활발한 상호작용, 감정, 그리고 생각들을 아무런 위험 없이 몰래 훑쳐볼 수 있는 것을 말한다. 개인은 이를 통해서 현실에서는 얻을 수 없는 극히 개인적인 정보를 위험 없이 얻을 수 있으며, 이것이 매우 긍정적 강화물이 되어 인터넷에 빠져들게 된다고 주장하였다(17).

Griffiths(1999)는 인터넷 중독에 빠지기 쉬운 전형적인 성격특성을 가지고 있는 사람들로 10대의 남성들로 사회생활에서 자신감이 심히 결핍된 사람을 들었다. 이러한 사람들이 특히 끌리기 쉬운 인터넷 활동은 바로 인터넷 채팅이다. 이들은 여기에 매달려 단사를 쳐쳐놓고 쉬지 않고 매달리는데, 이로 인하여 많은 학생들이 성적 저하로 학교에서 도태된다고 하였다. 그는 또한 게임 중에서 역할게임인 MUD 역시 유혹적으로 인터넷 중독자가 쉽게 빠져드는 인터넷 활동으로 꼽았다. 인터넷 채팅과 MUD는 모두 직접 얼굴을 맞대고 만나는 것이 아니어서 익명성이 보장되며, 따라서 다른 사람의 역할을 자신이 직접 경험하여 볼 수 있다는 데에 커다란 매력이 있다. 여기에 참여한 사람들은 자존심을 자신이 임의로 조정할 수 있고, 다른 미지의 접속자로부터 지속적인 지지를 얻을 수 있기 때문에 이에 몰입하게 되는 것이다(16).

이외에도 인터넷 중독이 자기효능감과 문제해결 태도 및 능력, 의사소통 능력, 학습동기 및 학업성취를 저하시킬 뿐만 아니라 학교생활이나 가정생활에서의 적응, 친구관계 등에도 부정적인 영향을 미친다는 결과가 제시된바 있다(3)(18)(22).

2. 스트레스

스트레스는 정신·신체적 질환 같은 생리적 손상 외에도 강박감, 좌절, 갈등, 불안과 같은 심리적 영향을 가져다줌으로 스트레스가 쌓인 사람은 자아 기능이 저하되고 적응능력이 제한을 받아 자연히 자아방어 능력이 소실, 감소되어 평상시에 갈등이 더욱 강렬해져서 그 결과 불안, 분노, 무력감, 무기력, 죄책감, 수치심이 따르게 되고 공상이나 허탈증이 늘어 점차로 퇴행현상을 초래한다(8).

Young(1998)은 인터넷 중독자들이 외로움, 생활의 불안, 업무상의 스트레스, 파분함, 우울 등의 현실 문제를 회피하고 싶어서 사이버 공간에 매달리고 있다고 언급했고, 청소년의 경우에는 성적이나 공부에 대한 압박이 심하여 그러한 현실에서부터 멀어지거나 도피하고 싶을 수도 있다고 했다. 또한 게임에 더 몰두하게 하는 스트레스 요인에는 우

울이나 낮은 자존감 등 개인 내적인 심리적 요인뿐만 아니라 개인 외적인 환경요인도 있다고 밝히고 있다(21).

국내 연구 중 이시영 등의 연구(2001)는 청소년들을 대상으로 인터넷 중독, 자기 통제력, 스트레스, 인터넷 이용 결과에 대한 기대, 자기 통제력, 부모자녀 의사소통 등을 조사했다. 인터넷 중독 척도로 인터넷의 사용 집단을 인터넷 중독 위험집단과 비 위험집단으로 나누어 스트레스의 차이를 분석한 결과 중독 위험군이 비 위험군보다 스트레스를 많이 받는 것으로 나타났다(7).

그 밖의 연구에서도 스트레스와 인터넷 중독은 상호작용을 일으키는 역할을 하는 주요한 요인이 될 것이라 예측되었고, 인터넷 중독집단과 비 중독집단의 전체 스트레스 차이에 대하여 인터넷 사용 중독인 경우 스트레스가 높은 것으로 나타났다(1)(4).

III. 연구가설 설정과 조사방법

1. 연구가설

최근 들어 인터넷 중독에 관한 연구가 비교적 활발하게 이루어지고 있지만, 대부분의 연구가 인터넷 중독에 관한 실태조사나 인터넷 중독으로 인한 결과에 초점을 맞추었을 뿐 인터넷 중독 요인을 밝히려는 연구는 드물다. 본 연구의 목적은 대학생들의 인터넷 중독에 영향을 미치는 스트레스 관련 요인을 규명하는 것이다. 이를 위해 Young(1996, 1999), Griffiths(1999), Suler(1999) 등의 연구를 기초로 인터넷 중독과 스트레스 요인에 대하여 조사하였고, 설문조사를 통해 자료를 수집한 후 조작적 정의를 통해 스트레스 요인을 명명한 후 인과관계를 분석하였다.

본 연구의 가설은 다음과 같다.

가설 1 아래의 스트레스 요인들은 인터넷 중독에 유의한 영향을 미친다.

- 1-1 대인관계
- 1-2 자아존중
- 1-3 가정생활
- 1-4 학교생활

가설 2아래의 스트레스 요인들은 인터넷 중독이 심한 학생들과 그렇지 않은 학생들 간에 차이가 있을 것이다.

- 2-1 대인관계

- 2-2 자아존중
- 2-3 가정생활
- 2-4 학교생활

2. 표본수집

본 연구의 주요 목적은 Young(1996, 1999), Griffiths(1999), Suler(1999) 등의 연구를 기초로 스트레스 관련 요인들이 인터넷 중독에 유의한 영향을 미치는가를 규명하기 위한 것이다.

이를 위해 2007년 5월 본교 재학생을 대상으로 설문조사를 실시하였고, 동 기간 전자상거래 동호회 회원들 중 대학생들을 대상으로 웹 조사를 병행하였다. 설문지는 150부를 대학생들에게 직접 배포하여 140부를 회수하였으나, 전자상거래 동호회 회원들을 통한 설문은 인터넷 특성상 응답률이 낮아 20부만이 분석에 이용되었다. 이 중 본 분석에는 응답이 불성실하거나 일관성이 없다고 판단되는 설문을 제외하고 138부를 본 연구의 분석에 이용하였다.

3. 변수측정

본 연구에 사용된 독립변수들은 스트레스 요인들로 신리미(2003), 홍정화(2005) 등의 연구에서 사용된 학교생활에서 느끼는 스트레스, 가정생활에서 느끼는 스트레스, 대인관계에서 느끼는 스트레스, 자아존중에서 느끼는 스트레스 등으로 각각 5문항씩 이용해 측정하였다(6)(13).

선행연구들에서는 스트레스의 측정을 위해 본 연구보다 많은 변수들을 이용하였으나 대부분 변수들의 단순 평균값으로 스트레스 요인을 측정하였다. 본 연구에서는 변수의 대표성을 높이기 위해 요인분석을 실시하여 스트레스 요인을 측정하였다.

요인분석을 실시하기에는 변수의 수가 많아 다음과 같이 수정, 보완된 변수들을 분석에 이용하였다. 설문문항은 모두 리커트의 5점 척도를 이용하였다.

첫째, 학교생활에서 느끼는 스트레스를 측정하기 위해 성적에 대한 걱정, 시험에 대한 부담, 어려운 교과목, 재미없는 수업, 방과 후 활동에 대한 부담 등을 이용하였다. 신뢰성분석 결과 방과 후 활동에 대한 부담을 제거하고 신뢰도는 .7659로 분석되었다.

둘째, 가정생활에서 느끼는 스트레스는 부모님의 이해부족, 부모님과의 좋지 않은 관계, 형제와의 갈등, 어두운 가정 분위기, 부모님의 기대에 대한 부담 등을 이용해 측정하였다. 신뢰성분석 결과 부모님의 기대에 대한 부담을 분석에서 제거하고 신뢰도는 .7866으로 측정되었다.

셋째, 대인관계에서 느끼는 스트레스는 친구로부터 무시당하는 느낌, 친구와 대화의 어려움, 친구들로부터 따돌림 받는 느낌, 친구들을 사귀는 것에 대한 두려움, 마음에 맞는 친구를 만나기 어려움 등으로 측정하였다. 신뢰도분석 결과

과 신뢰도는 .8520으로 나타나 모두 분석에 이용하였다.

마지막으로 자아존중에서 느끼는 스트레스를 측정하기 위해 자아 본질 파악의 어려움, 자신의 실력과 능력에 대한 실망, 자신의 성격에 대한 고민, 책임을 다 못하고 최선을 못한다는 느낌, 하기 싫은 일도 억지로 한다는 느낌 등을 이용하였다. 신뢰도분석 결과 신뢰도는 .7820으로 분석되었고 모두 분석에 투입하였다.

〈표 1〉의 요인분석 결과 측정된 요인의 총 설명력은 60.24%로 나타났다. 각 변수들의 상관관계를 나타내는 요인적재량(factor loading)에 따라 본 연구에서는 독립변수로 스트레스를 다음과 같이 조작적 정의하였다. 요인 1은 대인관계 스트레스(interpersonal relationship stress)로, 요인 2는 자아존중 스트레스(self-respect stress)로, 요인 3은 가정생활 스트레스(home background stress)로, 요인 4는 학교생활 스트레스(school background stress)로 각각 명명하였다.

표 1. 독립변수 요인분석
Table 1. Factor Analysis of Independent Variables

독립 변수	요인 1 대인관계 스트레스	요인 2 자아존중 스트레스	요인 3 가정생활 스트레스	요인 4 학교생활 스트레스	설명력
X10	.842	.183	.239	-9.488E-03	18.60
X11	.829	5.914E-02	6.464E-02	2.075E-02	
X9	.790	.114	2	.152	
X13	.700	.478	.132	5.887E-03	
X12	.609	.284	8.347E-02	.138	
X17	.100	.750	5.485E-02	.222	
X15	.165	.736	2	.119	
X14	.288	.682	.147	8.317E-02	
X16	.410	.678	.190	2	
X18	4.143E-02	.540	.220	-4.193E-02	
X6	.149	9.984E-02	.818	.218	14.27
X8	.302	-5.895E-03	.750	3	
X7	.180	.151	.724	-1.079E-02	
X5	1.277E-02	.119	.711	2	
X3	6.299E-02	6.717E-02	2	.820	
X2	-2.784E-04	.123	.102	.757	
X4	.04	9.010E-02	-6.061E-02	.708	
X1	.163	.155	.02	.460	
	-4.010E-04		.224		

- 주)
- X1 : 성적에 대한 걱정
 - X2 : 시험에 대한 부담
 - X3 : 어려운 교과목
 - X4 : 재미없는 수업
 - X5 : 부모님의 이해부족
 - X6 : 부모님과 안 좋은 관계
 - X7 : 형제와의 갈등
 - X8 : 어두운 가정 분위기
 - X9 : 친구에게 무시당하는 느낌
 - X10 : 친구와 대화의 어려움
 - X11 : 친구에게 따돌림 받는 느낌
 - X12 : 친구를 사귀는 두려움
 - X13 : 마음에 맞는 친구 만나기
 - X14 : 자아 본질 파악의 어려움
 - X15 : 실력, 능력에 대한 실망
 - X16 : 자신의 성격에 대한 고민
 - X17 : 책임을 다 못한다는 느낌
 - X18 : 억지로 일을 한다는 느낌

본 연구에서 사용된 종속변수는 인터넷 중독으로 미국 온라인 중독센터(the center for online addiction)에서 사용하고 있는 인터넷 중독검사(internet addiction test)를 수정, 보완해서 이용해 측정하였다(20). 인터넷의 병적인 사용 경향을 파악하기 위한 설문으로 총 20개 문항으로 구성되어 있으며 리커트의 5점 척도로 측정하였다.

인터넷 중독을 측정하는 이 문항들은 국내 연구에서도 번안, 수정되어 사용되었다(2)(5). 인터넷 중독정도를 분류하는 기준은 20-100점까지의 범위에서 20-49점을 정상 이용집단, 50-79점을 중독위험집단, 80점 이상을 인터넷 중독집단으로 분류하여 명명하였다.

본 연구에서 신뢰도분석 결과 신뢰도는 .9005로 높게 측정되었다.

4. 분석방법

본 연구는 대학생들의 스트레스와 인터넷 중독의 관계를 규명하기 위한 것이다. 이를 위해 우선 선행연구를 통해 인터넷 중독과 스트레스 요인들을 정의하였고 신뢰성분석을 실시하였다. 다음으로 이들 변수의 타당성을 분석하기 위해 요인분석(factor analysis)을 실시하여 변수를 정리하고 요인을 명명하였다. 마지막으로 본 연구가설의 검정을 위해 다중회귀분석(multiple regression analysis), 일원분산분석(Oneway ANOVA)을 실시하였다.

IV. 실증분석

1. 연구가설 1의 검증

연구가설 1은 대인관계, 자아존중, 가정생활, 학교생활 등의 스트레스 요인들이 인터넷 중독에 유의한 영향을 미친다는 것을 검증하기 위한 것이다. 연구가설 1의 검정을 위해 〈표 2〉와 같이 다중회귀분석을 실시하였다.

본 연구에서는 대인관계 스트레스, 가정생활 스트레스, 학교생활 스트레스 요인이 5% 유의수준에서 유의한 영향을 미치는 것으로 판명되었다. 따라서 연구가설 1-1, 1-3, 1-4는 채택되며, 연구가설 1-2는 기각된다.

표 2. 인터넷 중독에 대한 회귀모델
Table 2. Regression Analysis of Internet Addiction

독립변수	회귀계수	T-Value	Sig. T
대인관계 스트레스	4.324	4.220	.000
자아존중 스트레스	1.836	1.739	.075
가정생활 스트레스	2.863	2.794	.006
학교생활 스트레스	2.915	2.845	.005

R = .465 R Square = .216 D.F. = 4, 134
F = 9.231 Sig. F = .000

많은 선행 연구들은 스트레스가 인터넷 중독에 영향을 미친다고 밝히고 있다. 본 연구결과도 자아존중에서 느끼는 스트레스를 제외한 대부분의 스트레스 요인들이 인터넷 중독에 유의한 영향을 미치는 것으로 규명되었다.

Young(1998)은 인터넷 중독자들이 외로움, 생활의 불안, 업무상의 스트레스, 파분함, 우울 등의 현실적 문제를 회피하고 싶어서 인터넷 중독에 빠진다고 하였다[20]. 특히 King(1996)은 인터넷 중독의 특성으로 대인관계에 초점을 맞추고 있다. 그는 인터넷 사용자들이 이전에 알지 못했던 새로운 사람들과 쉽게 접촉할 수 있고, 자신의 비언어적 반응이 나타나지 않기 때문에 제한 없이 자유롭게 자신을 표현할 수 있게 된다고 하였다. 뿐만 아니라 다양한 사람들을 만날 수 있게 해주는 강력한 특성이 있어 현실에서는 얻을 수 없는 극히 개인적인 정보를 위험 없이 얻을 수 있으며, 이것이 매우 긍정적 강화물이 되어 인터넷에 빠져들게 된다고 주장하였다[17]. 본 연구는 이들의 연구결과를 지지한다.

2. 연구가설 2의 검증

연구가설 2는 인터넷 중독의 정도에 따라 대인관계, 자아존중, 가정생활, 학교생활 등의 스트레스 정도에 유의한 차이가 있다는 것을 검증하는 것이다. 연구가설 2의 검정을 위해 <표 3>과 같이 일원분산분석을 실시하였다.

분석결과 연구가설 1과 같이 대인관계 스트레스, 가정생활 스트레스, 학교생활 스트레스 요인이 5% 유의수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 밝혀졌다. 대인관계 스트레스,

가정생활 스트레스, 학교생활 스트레스 요인 모두 정상이용 집단과 중독증후집단이 유사한 그룹으로 인터넷 중독집단이 그렇지 않은 집단으로 규명되었다. 따라서 연구가설 2-1, 2-3, 2-4는 채택되며, 연구가설 2-2는 기각된다.

표 3. 분산분석결과
Table 3. The Result of Oneway ANOVA

	정상이용 (n=44)		중독증후 (n=83)		인터넷 중독 (n=11)		F	Sig
	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차		
대인관계 스트레스	-.340	.758	.109	1.076	.837	.560	5.966	.003
비교결과	정상이용집단 = 중독증후집단 < 인터넷 중독집단							
자아존중 스트레스	.057	1.072	.016	.972	.562	.780	1.193	.307
비교결과	정상이용집단 = 중독증후집단 = 인터넷 중독집단							
가정생활 스트레스	-.202	1.018	.018	.924	1.082	1.217	5.342	.006
비교결과	정상이용집단 = 중독증후집단 < 인터넷 중독집단							
학교생활 스트레스	-.157	.915	-.027	.990	1.346	.704	7.596	.001
비교결과	정상이용집단 = 중독증후집단 < 인터넷 중독집단							

연구가설 2의 검정을 통해 자아존중 스트레스를 제외한 나머지 모든 스트레스 요인들이 일반 인터넷 이용집단과 인터넷 중독집단을 구분하고 있다고 할 수 있다.

Suler(1999)는 청소년들이 스트레스를 푸는 공간으로 익명성이 보장되고 쉽게 드나들 수 있는 사이버 공간이 선호되며, 자기생활에서 만족하지 못할 때 사람들은 중독에 취약하다고 보고하였고[18], Young과 Rogers(1997)는 생활의 특정 영역에서 불만족스러운 사람들이 문제를 해결할 다른 대처 방

안을 찾지 못하기 때문에 인터넷 중독증으로 발전할 가능성이 많다고 지적하였다(22).

연구가설 2는 연구가설 1에서 대인관계 스트레스, 가정생활 스트레스, 학교생활 스트레스 요인들이 인터넷 중독에 유의한 영향을 미친다는 것을 확인하고 있다.

V. 결론

인터넷 중독문제 및 인터넷과 관련하여 발생하는 다양한 문제는 시대환경의 변화에 따라 급속히 증가하고 있다. 그러나 여전히 그 현황 및 원인, 해결책에 대한 연구들은 부족한 상황이다.

본 연구에서는 대학생들의 스트레스와 인터넷 중독의 관계를 규명하였다. 연구결과 스트레스 요인들 중 대인관계 스트레스, 가정생활 스트레스, 학교생활 스트레스 등이 인터넷 중독에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 대인관계 스트레스, 가정생활 스트레스, 학교생활 스트레스 모두 인터넷 중독 정도에 따라 정상이용집단과 중독위험집단이 같은 집단으로, 인터넷 중독집단이 유의한 집단으로 분석되었다.

본 연구는 본교 재학생들과 인터넷 전자상거래 동호회의 회원들을 대상으로 한 제한적 조사이기 때문에 표본대상을 확대할 경우 더 유용한 연구결과를 얻을 것이라 기대된다. 또한 인터넷 중독에 영향을 미치는 요인들 중 스트레스 요인 이외에 또 다른 사회 심리적 요인들을 규명하고 이들의 관계를 분석함으로써 보다 더 유용한 결과를 도출할 수 있으리라 예상된다.

참고문헌

- [1] 김세윤, "자아, 스트레스 및 인터넷 사용통제가 인터넷 중독에 미치는 영향," 연세대학교 석사논문, 2004.
- [2] 김영례, 이양원, "컴퓨터 자격증 취득을 위한 사용자 프로파일을 이용한 실시간 평가 시스템," 한국컴퓨터정보학회지, 11권 2호, pp.153-158, 2006.
- [3] 김재준, "청소년의 인터넷 중독과 학습동기 및 학교생활 적응과의 관계," 원광대학교 석사논문, 2003.
- [4] 노수원, "아동의 인터넷 중독과 스트레스 양식과의 관계," 한국교원대학교 석사논문, 2003.
- [5] 성동학, "청소년의 인터넷 중독과 스트레스와의 관계," 원광대학교 석사논문, 2005.

- [6] 신리미, "중학생이 지각하는 스트레스 원인과 대처방식에 관한 연구," 수원대학교 석사논문, 2003.
- [7] 이시영, 이세용, 김은정, 오승근, "청소년 인터넷 중독과 자녀교육," 삼성생명공익재단 사회정신건강연구소, 2001.
- [8] 이은석, "청소년의 스트레스와 방어기제 수준과의 관계 연구," 한남대학교 석사논문, 2001.
- [9] 정윤수, 우성희, 이상호, "휴대 인터넷 환경에서 모바일 IPv6을 이용한 인터 도메인간 인증," 한국컴퓨터정보학회, 11권 2호, pp.223-230.
- [10] 전자신문, 2006. 12. 11.
- [11] 조승연, "스트레스와 인터넷 중독의 관계에 대한 탐색적 연구," 성균관대학교 석사논문, 2003.
- [12] 한국인터넷정보센터, 인터넷통계보고서, 2004. 12.
- [13] 홍정화, "중학생의 인터넷 중독 실태와 스트레스가 인터넷 중독에 미치는 영향," 부경대학교 석사논문, 2005.
- [14] Davis, R.A., "A Cognitive-Behavioral Model of Pathological Internet Use(PIU)," Computers in Human Behavior, Vol.17, No.2, 2001, pp.187-195.
- [15] Goldberg, I., "Internet Addiction," Electronic Message Posted Research Discussion List, <http://www.rider.edu/users/suler/psyber/suportgp.html>, 1996.
- [16] Griffiths, M., "Internet Addiction," The Psychologist, Vol.12, No.5, 1999, pp.80-91.
- [17] King, S.A., "Researching Internet Communities : Proposed Ethical Guidelines for Reporting of Results," The Information Society, Vol.12, 1996, pp.119-127.
- [18] Suler, J., "Internet Addiction in a Nutshell," Electronic Message Posted Research Discussion List, <http://www.rider.edu/users/suler/psyber/nutshell.html>, 1999.
- [19] Young, K.S., "Internet Addiction : The Emergence of a New Clinical Disorder," Paper Presented at the American Psychological Association, Toronto, Canada, August, 1996.
- [20] Young, K.S., "Caught in the Net : How to Recognize the Signs of Internet Addiction and Winning Strategy for Recovery," John Wiley

& Sons, Inc., 1998.

- [21] Young, K.S., "Internet Addiction : Symptoms, Evaluation and Treatment, in Innovations in Clinical Practice," Professional Resource Press, 1999.
- [22] Young, K.S. and R. Rogers, "The Relationship between Depression and Internet Addiction," Cyber Psychology and Behavior, Vol.1, No.1, 1997, pp.25-28.

저 자 소개



김 정 열

1983년 경기대학교 경영학사
1986년 경기대학교 대학원 경영학 석사
1993년 경기대학교 대학원 경영학 박사
현재 오산대학 컴퓨터정보계열 부 교수



이 성 진

1993년 경기대학교 경영학사
1995년 경기대학교 대학원 경영학 석사
1998년 경기대학교 대학원 경영학 과 박사과정 수료
현재 오산대학 컴퓨터정보계열 겸임교수