

청소년 인터넷 중독의 접근방법에 관한 연구

박명철[○]

[○]송호대학교 보건의료전자과

e-mail: africa@songho.ac.kr[○]

A study on the Approach Method of Adolescent's Internet Addiction

Myeong-Chul Park[○]

[○]Dept. of Biomedical Electronics, SongHo College

● 요약 ●

본 연구는 청소년의 인터넷 중독에 대한 문제를 이해하기 위한 새로운 접근방법을 소개하고 있다. 기존 연구의 대부분은 인터넷과 온라인 게임 자체에 집중하여 청소년의 행동을 조절하기 위한 제도적, 기술적 방법을 소개하였다. 이러한 접근방법은 본질적인 청소년 사이버 문화에 대한 이해가 결여되어 단기적인 성과는 거둘 수 있지만 장기적이고 거시적인 관점에서 문제를 해소하기에는 제한적이다. 본 연구에서는 청소년의 정체성 성립과정과 자극과 반응 모델, 관계질서 모델 등을 통하여 본질적인 인터넷 중독 해소를 위한 접근방법을 제안하고자 한다. 본 연구의 결과물은 향후 지속될 실증적 연구에 토대가 될 것이며 청소년의 인터넷 중독 예방 활동을 위한 자료로 활용될 수 있을 것이다.

키워드: 인터넷 중독(internet addiction), 자극과 반응(stimulus and reaction), 관계질서(relations order)

I. 서론

인터넷은 이제 가상의 공간이 아닌 생활의 필수 공간으로 자리 매김하고 있다. 한국인터넷진흥원의 2011년 인터넷 이용 실태 조사에 따르면, 2011년 7월 기준으로 3,718만 명이 인터넷을 이용하는 것으로 집계되었다[1]. 연령별 이용률에서는 10대와 20대에서 99.9%의 경이로운 수치를 보이고 있다. 이는 인터넷 공간이 일상생활 공간과 전혀 다름이 없는 연속된 연장 공간으로 인식되고 있다는 증거이다. 또한 한국정보화진흥원의 2011년 인터넷 중독 실태조사에서 10세~19세 청소년 중독률은 10.4%였으며 전체 평균은 7.7%로 나타났다[2]. 이렇게 인터넷의 비중이 증가함에 따라 역기능적인 문제도 심각한 사회 문제로 대두되고 있다. 특히 청소년의 무분별한 인터넷 사용과 게임 중독 등은 정상적인 학교생활이나 사회생활을 저해하는 주요인으로 인식되고 있으며 부작용은 날로 증가하고 있다[3]. 본 연구에서는 청소년 인터넷 중독의 예방과 대처를 위하여 사이버 문화를 이해하고 정체성 성립과정과 자극과 반응의 특성을 파악하고 올바른 관계질서를 확립하여 건전한 인터넷 사용 습관을 형성하기 위한 접근방법을 제시하고자 한다.

저, 사회 환경적 요인으로 입시의 증압감으로 인한 지나친 경쟁과 대안놀이의 부재 및 건전한 정보문화에 대한 의식이 형성되지 않은 것을 들 수 있고 가정 환경적 요인으로는 맞벌이 등으로 인한 부모의 양육태도와 관계질서를 확립하기 위한 소통과 신뢰의 부족으로 인한 일탈을 들 수 있다. 심리적 요인으로는 낮은 자존감으로 인한 정체성 혼란과 소외감, 우울, 불안 등이 요인으로 작용한다. 또한 인터넷이 가지는 본연적인 특성인 익명성과 편리성, 자극에 따른 즉시 반응성도 인터넷 중독의 원인이라 하겠다.

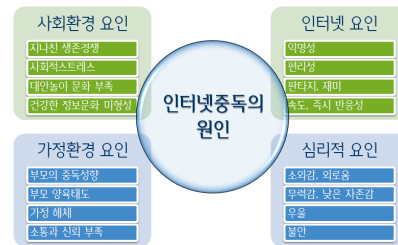


그림 1. 인터넷 중독의 원인

Fig. 1. The Cause of Internet Addiction

II. 접근방법

1. 인터넷 중독의 원인과 위험성

인터넷 중독의 원인은 크게 네 영역으로 나누어 볼 수 있다. 먼

인터넷 중독의 위험성으로는 장시간 사용으로 인한 건강 악화와 인터넷 공간상의 대상외의 주변인에 대한 배척과 거부감도 큰 폐해라 하겠다. 충동성이나 자존감 상실로 인한 일상생활의 혼란과 충동조절장애로 인한 정신 질환적 위험성도 배제할 수 없다.



그림 2. 인터넷 중독의 위험성

Fig. 2. The Dangers of Internet Addiction

2. 인터넷 중독 예방 및 해소를 위한 접근방법

본 연구는 인터넷 중독 예방과 해소를 위한 새로운 접근방법에 대한 연구모형과 가설을 소개하고 있다. <그림 1>에서 소개한 것과 같이 인터넷 중독은 다양한 요인에 의해 유발된다. 먼저, 유발 요인의 불안정한 상태로 인하여 인터넷 중독 증상을 보이고 있으며 오프라인 자극체 보다 쉽고 응답이 빠른 온라인의 다양한 자극체에 청소년들은 쉽게 몰입하는 경향을 가진다. 어떤 자극이 반응으로 이어지기 위해서는 이전의 투입된 자극보다 큰 자극이 입력으로 주어져야 한다. 지속적인 자극에 의해 반응을 이끌어 내면 심리적으로 과몰입과 시간적인 투자를 통하여 새로운 반응을 바라게 된다. 온라인 공간에서의 반응의 반복은 새로운 관계질서를 확립하게 되는데 불특정 다수에 대한 신뢰와 소통이 기반이 된다. 이 상황이 심화되면 오프라인 공간의 관계질서는 자연스럽게 무시되고 파괴되는 결과를 초래하고 온라인 관계질서를 통하여 가상 정체성이 확립되는데 이것이 몰입도를 높여 애초의 발생 요인들을 더욱 불안정하게 만들고 중독 현상은 심화된다.

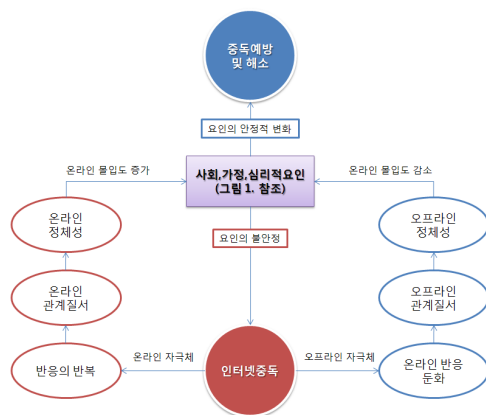


그림 3. 접근방법

Fig. 3. The Approach Method

중독을 예방하고 해소하기 위해서는 오프라인의 다양한 자극체 투입이 필수적이다. 반응을 위한 자극체는 정적인 활동보다 동적인 활동이 더욱 큰 효과를 발휘한다. 이를 통하여 온라인 반응을 둔화시키고 부모의 관심과 신뢰를 기반으로 온전한 오프라인 상의 관계질서 확립을 통하여 정체성을 회복하게 된다. 결과적으로 온라인 몰입도가 감소하게 되어 초기의 요인들이 안정적으로 변화하여 중독 현상을 해소할 수 있게 된다.

III. 결론

본 연구는 인터넷 중독을 예방하고 해소하기 위한 새로운 접근 모델과 가설을 제시하였다. 향후 연구에서는 모델과 가설이 타당함을 증명하기 위한 실증적 조사에 따른 분석 연구를 지속할 예정이다.

참고문헌

- [1] KISA, Survey on the Internet Usage, Jan. 2012.
- [2] NIA, Survey on the Internet Addiction, March 2012.
- [3] Kwon, Y. G., Lee, Y. S., "A study on the influence of internet game addiction on the parent-children communication perceived by juveniles," Journal of The Korea Society for Computer Game, No. 17, pp. 127-135, June 2009.