

인터넷 중독의 회복 프로그램에 관한 연구

정관용*

서울벤처대학원대학교 박사과정

변상해**

서울벤처대학원대학교 교수

국 문 요약

본 연구는 인터넷 접속 환경이 유선에서 무선으로 급속히 전환되고 인터넷에 접속할 수 있는 시간과 공간의 제약이 없어지면서 인터넷 중독자 문제가 많은 사회문제를 야기하고 있는 시점에서 인터넷 중독자수 예측 및 중독자 치료 프로그램의 효과를 분석하기 위한 연구이다. 청소년을 대상으로 통계청 추정인구와 공공분문의 통계자료를 바탕으로 중독자 예측 및 회복효과 측정 프로그램을 개발하여 분석하였다. 연구결과 스마트기기의 보급의 확대의 영향으로 청소년 인터넷 중독자 수는 점차 증가하다가 청소년 인구감소의 영향으로 2016년을 기점으로 감소하는 것으로 분석되었다.

중독예방과 치료를 위한 예산 증가 시나리오 분석 결과 인터넷 중독 잠재적 위험과 고위험군에서 모두 효과가 있는 것으로 분석되었고 중독 다음 단계로 전이 되는 것을 예방하는 효과가 있는 것으로 나타났다. 특히 인터넷 중독 고위험 사용자의 전문치료 수준을 강화했을 경우 그 효과가 큰 것으로 나타났다.

1. 서론

최근 정보화 사회의 특징은 유선에서 무선 네트워크로 빠르게 전환되면서 접속기기의 다양성이 증가하고 있다. 인터넷은 개인에서 다양한 순기능을 제공하여 정보와 지식의 습득, 관계 형성, 학습도구로 활용성을 높여주고 있으나 반면 인터넷 과다 사용으로 인한 건강문제, 대면 대화의 결핍으로 인한 인간성 상실, 중독 등 사회문제도 야기하고 있다. 특히 최근 인터넷 중독으로 인한 일상생활 장애와 도박, 범죄 문제가 크게 증가하고 있는 실정이나 기존의 연구들은 변인간의 단선적 관계를 분석하여 통합적인 정책적 시사점 제시에 한계가 있었다. 따라서 복잡한 사회시스

템에서 상호작용하면서 발생하는 인터넷 중독과정과 치유과정의 동태적 구조를 파악하고 중독예방과 치유를 위한 정책적 지렛대를 파악하여 분석할 필요성이 있다. 따라서 본 연구에서는 인터넷을 이용하는 스마트기기의 확산과 이로 인한 인터넷 중독자 예측 그리고 치유 회복 시스템을 규명하고자 한다. 이를 위해 현재 정부의 인터넷 중독 예방과 상담, 전문치료의 효과를 분석하고 중독 회복에 관한 정책 시나리오 분석을 통하여 실천적 대안을 제시하고자 한다.

2. 인터넷 중독과 폐해

1) 인터넷 중독

인터넷 중독은 인터넷을 과다 사용하여 인터넷에 대한 금단과 내성을 지니고 있으며 이로 인해 일상생활 장애가 유발되는 상태이며, 중독 유형으로는 정보검색, 온라인 게임, 채팅, 음란물, 온라인 도박 등이 있다(한국정보문화진흥원, 2012). 인터넷 중독은 일반사용자, 잠재적위험 사용자, 고위험 사용자로 분류할 수 있으며, 중독 예방과 치유에 대한 대책으로는 일반 사용자에게는 예방 교육을, 잠재적 위험 사용자에게는 전문적인 상담을 그리고 고위험 사용자에게는 중독치료 전문기관의 지원과 개입이 활용되고 있다.

2) 인터넷 중독의 원인과 폐해

인터넷 중독의 원인이 되는 사용동기는 교류, 재미, 오락 그리고 여가활용에 있다(오대영 외, 2014). 인터넷 중독으로 인한 폐해의 연구는 정신건강 장애유발(천정웅, 2013)과, 우울과 자아 존중감에 영향을 있다고 알려져 있다(이해경, 2008). 청소년의 인터넷 사용과 관련한 연구는 인터넷 의

* ikyjeong@naver.com

** jm9004@svu.ac.kr

준도가 높으면 성적이 하락 하고(Young, 1999), 학교생활 만족도 연구에서는 만족도가 높으면 중독률이 낮고(김정화 외, 2011) 중독된 학생들은 학교생활 만족도가 낮은 것으로 나타났다(주지혁, 2013). 자살과 관련된 연구에서도 인터넷 중독 학생은 자살률이 1.72배 높은 것으로 나타났다(김유숙 외, 2012). 기존 연구결과를 종합해보면, 인터넷 중독자는 스마트기기의 확산과 더불어 증가하고 있음을 알 수 있고, 이러한 현상은 가족과 사회문제로 연결되어 자아 상실감과 건강한 가정생활에 영향을 미치고 있다. 의사소통 습관은 인간관계와 건강한 가정에 영향을 미치나(변상해, 2016) 인터넷 중독은 대면 커뮤니케이션을 감소시켜 가족단절감에도 영향이 있다(정영숙, 2014).

3) 정부의 인터넷 중독 해소 정책

인터넷 중독으로 인한 사회적 손실액은 최대 5조 4,570억 원에 이르는 것으로 나타났다(이해국, 2012). 따라서 정부에서는 인터넷쉼센터(미래창조과학부 산하)와 청소년상담복지개발원(여성가족부 산하)을 통해서 인터넷 중독 예방과 치유사업을 전담하고 있다.

3. 연구방법 및 분석 프로그램 개발

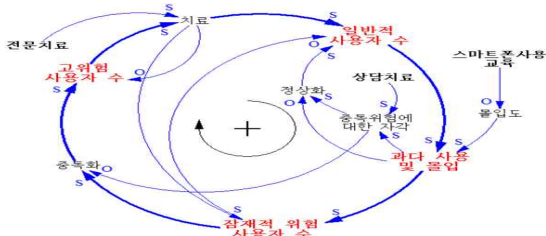
1) 연구 모델 개요

본 연구에서는 선행연구 결과와 인터넷쉼터 중독과정을 분석하여 동태적 분석 프로그램을 개발하였다. 연구의 대상은 10대 스마트폰 사용자를 대상으로 중독자 수 예측과 회복 프로그램의 효과를 분석하였고 주요 자료는 통계청 추계인구와 인터넷쉼터, 한국청소년상담복지개발원의 실적 자료를 활용하였다.

2) 연구 모델의 구조

(1) Causal Loop Diagram

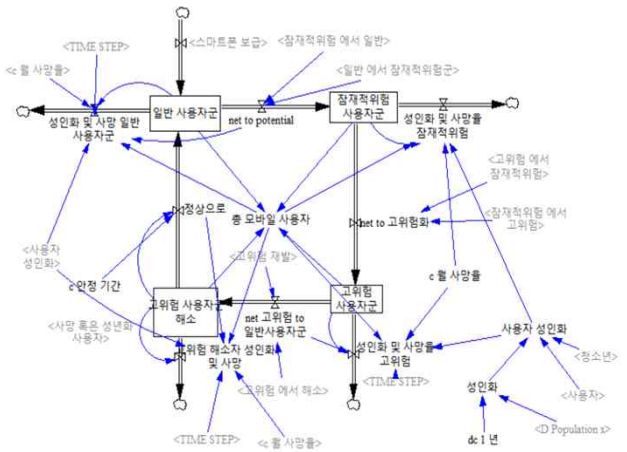
인터넷 중독과정은 일반사용자가 과다 사용 및 몰입을 하면 잠재적 위험단계로 이동하고, 중독이 더 강화되면 고위험 사용자로 전이된다. <그림 1> 은 인터넷 중독의 원인과 결과의 흐름도를 나타낸 것이다.



<그림 1> Causal Loop Diagram

(2) Stock Flow Diagram

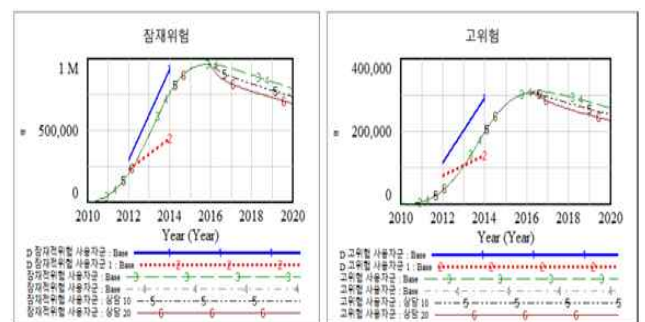
<그림 2>는 <그림 1>에서 논의된 중독과정과 치유 흐름을 수식을 입력하여 정량적 모델을 개발한 것이다. 일반사용자군은 인터넷의 과다사용으로 인하여 잠재적위험 사용자군으로 이전되고 더 집중적으로 몰입을 하게 되면 고위험사용자군으로 이동하게 된다. 고위험사용자군은 집중치료를 통해서 일반사용자군으로 회복되거나 잠재적위험사용자군으로 회복되는 과정을 모델화한 것이다.



<그림 2> Stock Flow Diagram

4. 정책 시나리오 분석

본 연구에서 개발한 모델을 이용하여 인터넷 중독 회복 효과에 영향을 미치는 여러 변수의 민감도 분석 등 요인을 고려하여 시나리오를 설정하고 대안을 분석하였다. 미래의 인터넷 중독자와 치료 효과를 예측하고(기준 시나리오), 현재 보다 예방교육과 치료에 예산을 10% 증가하였을 경우의 단계별 중독자 감소수를 예측(시나리오 10) 그리고 예산을 20% 증가(시나리오 20)하였을 경우를 가정하여 시나리오 결과 값을 분석하였다. 인터넷 중독의 잠재적 위험자수와 고위험 중독자 수는 <그림 3>과 같이 예측되어 감소하는 것으로 나타났다.



<그림 3> Stock Flow Diagram

5. 결론

본 연구는 인터넷 접속 환경이 유선에서 무선으로 급속히 전환되고 인터넷에 접속할 수 있는 시간과 공간의 제약이 없어지면서 인터넷 중독자 문제가 많은 사회문제를 야기하고 있는 시점에서 인터넷 중독자수 예측 및 중독자 치료 프로그램의 효과를 분석하기 위한 연구이다. 연구결과 청소년의 경우 스마트기기의 보급의 확대의 영향으로 중독자 수는 점차 증가하다가 청소년 인구감소의 영향으로 2016년을 기점으로 감소하는 것으로 분석되었다.

중독예방과 치료를 위한 예산 증가 시나리오 분석 결과 잠재적 위험과 고위험군에서 모두 효과가 있는 것으로 분석되었고 중독 다음 단계로 전이 되는 것을 예방하는 효과가 있는 것으로 나타났다. 특히 인터넷 중독 고위험 사용자의 전문치료 수준을 강화했을 경우 그 효과가 큰 것으로 분석되었다. 교육적 차원에서 통합적인 인터넷 중독예방 프로그램의 도입과 학교에서의 중독 예방 교육 강화가 필요할 것으로 사료된다.

본 연구는 중독 치료자에 대한 데이터 수집의 한계로 인해 정성적 변수의 계량화 과정에서 연구자의 추정이 일부 반영되었다. 추후 치료 효과에 대한 종단적 연구와 중독치료의 회복 탄력성에 대한 연구가 장기적인 관점에서 논의되어야 한다.

참고문헌

- 김유숙, 김보은, 박일순, 이성진, 권기한, 박종, 2012, “청소년의 인터넷 중독과 자살의도시도와의 관련성”, *소년보호연구*, 19, 1-22.
- 김정화, 김혜영, 2011, “대학생의 인터넷 중독 정도와 학교생활 만족도의 상관관계 분석”, *용인대학교 학교생활연구*, 19, 67-84.
- 변상해, 2012, “꽃보다 아름다운 딸”, 한국청소년보호재단.
- 스마트웹센터, 2016, <http://www.iapc.or.kr/>
- 오대영·이정기, 2014, “청소년의 스마트미디어 이용과 중독, 효과에 관한 연구: 스마트 미디어 이용동기, 중독, 공격성, 성적 학교생활 만족도를 중심으로”, *미디어, 젠더 & 문화*, 29(3), 125-158.
- 이해경, 2008, “휴대폰의 중독적 사용을 예측하는 변인들의 탐색”, *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 22(1), 133-157.
- 정영숙, 2014, “청소년의 인터넷 중독이 학교적응과 가족응집력에 미치는 영향”, *복지행정논총*, 24(2), 63-87.
- 주지혁, 2013, “초등학생의 우울증, 스마트폰 중독 및 학교생활 만족도의 관계에 대한 탐색”, *Journal of Digital Policy & Management*, 11(12), 49-60.
- 천정웅, 2013, “청소년문제와 보호”, 양서원.
- 한국인터넷진흥원, 2015, <http://isis.kisa.or.kr>
- 한국청소년상담복지개발원, 2015, <http://www.kyci.or.kr>

한국정보화진흥원, 2012, <http://www.nia.or.kr>

통계청, 2016, <http://kosis.kr>

Young, K. S, 1999, Internet addiction: Symptom, Evaluation, and Treatment, In L. Vane