

인터넷 중독 예방 및 개입 프로그램의 효과에 대한 메타분석

오익수*, 김 철**

광주교육대학교 교육학과*, 광주교육대학교 컴퓨터교육과**

요 약

본 연구는 초중고 학생을 대상으로 실시한 인터넷 중독 프로그램의 효과를 검증한 연구들의 효과를 메타 분석한 것이다. 주제어 ‘인터넷’, ‘중독’, ‘상담’, ‘프로그램’의 결합으로 국가전자도서관, 한국교육학술정보원, 국회도서관 등의 홈페이지에서 인터넷 검색을 하여, 메타분석에 적합한 54 편의 연구를 선정하였다. 메타분석결과는 다음과 같다. 첫째, 54편의 연구의 평균 효과크기는 1.89 였으며, 전체적으로 인터넷 중독 프로그램은 청소년의 인터넷중독 개선에 큰 효과가 있었다. 둘째, 이론적 배경에 따른 효과크기는 ‘심리교육’을 제외한 모든 집단상담 프로그램은 1.26이상이었다. 셋째, 실험대상인 초등학생, 중학생, 고등학생 집단간 효과크기의 차이는 없었다. 넷째, 총회기수에 따른 효과크기는 7회기 이상일 때 만족할만한 효과를 얻는 것으로 분석되었다. 다섯째, 실험집단원수가 14명이하일 때 만족할만한 효과크기를 얻는 것으로 분석되었다.

키워드 : 인터넷 중독, 상담 프로그램, 메타분석

Meta-analysis on the effects of the prevention and intervention programs for internet addiction

Oh Iksoo*, Kim Chul**

Department of Education, Gwangju National University of Education*

Department of Computer Education, Gwangju National University of Education**

ABSTRACT

This study was to meta-analyze the effects of the internet addiction programs for elementary, junior, and high school students. The 54 programs to meet the conditions for meta-analysis were selected using internet search on the homepage of National Digital Library, KERIS, and National Assembly Library and the key words such as ‘internet’, ‘addiction’, ‘counseling’, and ‘program’ were used for searching the programs. The results of this study were followings: First, the average score of the effect sizes of 54 programs was 1.89 and thus the internet addiction programs had great positive effects on the improvement of adolescent’s internet addiction. Second, all the programs’ effect size scores showed more than 1.25 except psychological education program. Third, there were no significant differences at the effect size scores among elementary school students’ group, junior school student’s group, and high school students’ group. Fourth, when programs had more than 6 sessions, the programs showed desirable effect size. Fifth, when programs had were less than 15 subjects, the program’s effect sizes were sufficiently great.

keywords : internet addiction, counseling program, meta-analysis

논문투고: 2009. 11. 25

논문심사: 2009. 12. 1

심사완료: 2009. 12. 2

1. 서론

20세기 중반 이후 정보통신기술의 급격한 발전과 더불어 출현한 인터넷은 이미 우리 일상생활의 중요한 부분이 되었다. 그러나 인터넷이 우리의 일상과 밀접하게 되면서, 인터넷 과사용 또는 중독이라는 부작용이 점점 사회문제가 되어왔다. 인터넷중독은 Goldberg 가 처음으로 용어를 제안하였고[13], Young 이 '인터넷 이용자가 약물, 알코올, 또는 도박에 중독되는 것과 유사한 방식으로 인터넷에 중독되는 심리적 장애로서, 인터넷에 탐닉되어 의존성, 내성 및 금단증상과 같은 병리적인 증상을 보이는 중독 상태'라는 정의를 내리면서[14] 학계에 그 개념을 공식적으로 알리게 되었다[4]. 한국정보문화진흥원의 2008년도 인터넷 중독실태조사에 의하면, 전체 청소년의 14.3%인 백만명 이상의 청소년이 인터넷 중독 경향을 보인다고 한다[5]. 과도한 인터넷 사용 또는 인터넷 중독은 다양한 문제를 야기한다. 김청택 등은 인터넷중독 경향성을 측정하는 척도를 개발하면서[1], 일상생활장애, 현실구분장애, 긍정적기대, 금단, 가상적 대인관계 지향성, 일탈행동, 내성 등을 인터넷 중독의 하위 요소로 설정하였고, 이형초는 인터넷 게임 중독 진단척도를 개발하면서[10], 인터넷중독의 문제를 학업태도 저하, 부적응행동, 부정적인 정서경험, 심리적인 몰입 및 집착, 대인관계문제로 간주하였다. 한편 박경호 등은 인터넷 중독의 구성요소로 집착, 강박사용, 재발, 내성 및 의존성, 생활장애로 구분하였다[3]. 이와 같은 척도들은 인터넷 중독의 특성과 부작용을 척도의 구성요소로 포함하고 있는데, 간단히 요약하면 인터넷에 과도하게 집착하여 현실생활에서 다양한 부적응을 나타낸다는 것이다. 이러한 인터넷 과사용과 중독에 빠지는 청소년들이 많아짐에 따라, 청소년들이 인터넷의 과사용과 중독에 빠져들지 않도록 예방하거나 인터넷 과사용과 중독 경향이 있는 청소년을 중재하려는 많은 노력들이 계속되어왔다. 박승민 등의 분석에 의하면[4], 청소년의 인터넷 중독 예방 및 개입에 관한 연구들은 대부분 집단상담의 형식으로 운영되고 있으며, 인지행동 접근 또는 자기통제개념을 근간으로 하는 치료 및 상담 프로그램, 현

실치료, 미술치료, 해결중심적 치료 등의 순으로 높은 비율을 차지하고 있다. 특히 한국정보문화진흥원(현 한국정보문화진흥원)의 인터넷중독예방상담센터(www.nia.or.kr/IAPC)는 매해 인터넷중독실태조사, 한국형인터넷중독척도 개발, 생애주기별 상담치료 프로그램개발, 인터넷중독 전문인력 양성, 지역별 인터넷 중독예방상담센터 설치 운영 등의 활동을 통하여 우리나라의 인터넷 중독 예방과 치료에 앞장 서고 있다. 따라서 그동안 인터넷 과사용과 중독을 예방하거나 중재하려는 다양한 프로그램들은 한국정보문화진흥원에서 개발한 인터넷 중독 프로그램을 그대로 사용하거나 또는 수정 보완하여 개발한 경우가 많다. 물론 현재 발표된 인터넷 중독 프로그램은 한국정보문화진흥원에서 개발한 인터넷 중독 프로그램과 관계없이 독자적인 이론 하에서 개발된 것도 상당수 있다. 한국정보문화진흥원에서 개발한 인터넷중독 프로그램은 이론적으로 인지행동적 접근에 속하지만, 인터넷중독 문제에 대해 인지행동적 접근 이외에도 다양한 이론적 접근이 이루어지고 있는 것이다. 또한 인터넷 중독 프로그램은 적용대상과 총 진행회기 등에서도 다양하다. 모든 인터넷중독 프로그램은 나름대로 효과를 기대하고 개발되었고 또한 그 효과를 적절하게 증명해 보이고 있다. 그러나 그동안 개발된 인터넷중독 프로그램들은 상호 상대적인 효과크기에 대해서 비교되지 않았다. 따라서 본 연구는 그동안 개발된 많은 인터넷 중독 프로그램들의 효과를 종합하여 분석하고자 한다. 즉 어떤 이론적 배경의 프로그램이 보다 효과적인지, 총회기수에 따라 효과크기는 어떻게 달라지는지, 집단구성원수에 따라 효과크기는 어떻게 달라지는지, 적용대상에 따라서 효과의 차이가 있는지 등에 대해 메타분석을 통하여 종합하고 정리하고자 하는 것이다.

2. 연구방법

2.1 연구 분석 대상

본 연구의 분석대상은 초중고 학생의 인터넷 중독 예방 및 개입 프로그램의 효과를 검증한 논문들이다. 분석대상은 국내에서 발표된 논문으로 제한하

였으며, 학위논문이 학술지에 중복 발표된 논문은 한 편만을 대상으로 하였다. 본 연구에서 분석대상 논문은 54편이다.

2.2 자료수집과 절차

자료는 국가전자도서관, 한국교육학술정보원, 국회전자도서관 등의 인터넷 검색을 통하여 수집하였다. 검색을 위해 사용된 주제는 '인터넷' '중독' '상담' '프로그램' 등이다. 위의 주제의 결합에 의해 추출된 논문을 검토하여 메타분석에 적합하다고 판단되는 논문을 선정하였다[8]. 즉 실험집단과 통제집단이 있으며, 각 집단별로 인터넷 중독 검사에 대한 사전-사후검사를 하여 각각 피험자수와 더불어 평균과 표준편차가 제시되어 있는 논문을 선정하였다. 선정된 논문 중 사전검사점수에서 실험집단과 통제집단 간 동질성을 확인할 수 없는 논문을 제외하였다. 또한 한 논문에서 서로 다른 두개의 인터넷 중독 프로그램을 적용하여 통제집단과 비교한 논문은 각각 한 편의 논문으로 간주하였다. 그 결과 총 54편의 논문이 분석대상 논문으로 선정되었다 (부록 참조).

2.3 자료분석

선정한 논문으로부터 연구자, 이론적 배경, 총회기수, 실험집단 표본수, 통제집단 표본수, 측정변인, 실험집단의 사후검사 평균 및 표준편차, 통제집단의 사후검사 평균 및 표준편차를 코딩하였다. 실험 및 통제집단의 사후검사의 평균은 분석논문에서 사용된 인터넷 중독 검사의 전체 점수이다. 이론적 배경을 코딩하기 위하여 본 연구자와 1명의 상담학 박사가 선정된 논문 제목과 논문에서 적용하고 있는 프로그램의 구체적인 내용을 검토하여 8개 이론적 배경을 추출하고, 다시 각자 54개의 논문을 8개의 이론적 배경으로 분류하였다. 이들의 분류 합치도는 91%였으며, 불일치한 논문에 대해서는 함께 검토하고 토의하여 같은 이론적 배경으로 합의 분류하였다. 8개의 분류체계는 ①인지행동적 접근 ②자기조절/자기관리 접근 ③통합적 접근 ④현실치료적 접근 ⑤부모연계 접근 ⑥예술/미술 치료적 접근 ⑦심

리교육 ⑧기타이다. 여기서 '자기조절 또는 자기관리적 접근'은 엄밀한 의미에서 인지행동적 접근에 포함되지만, '인지행동적 접근'은 한국정보문화진흥원에서 개발한 인터넷중독 프로그램의 구성요소를 중심으로 그대로 또는 수정 보완하여 사용한 인지행동적 프로그램을 의미하며, '자기조절/자기관리 접근'은 자기관리, 자기조절 기법이 보다 강조된 인지행동적 프로그램이다. '통합적 접근'은 인지행동적 접근뿐만 아니라 그 외의 다양한 접근(예:자기통제, 미술치료, 사회적 기술 훈련 등)을 함께 활용한 인터넷 중독 프로그램을 분류한 것이다. '부모연계 접근'은 인터넷중독 프로그램에서 부모 또는 가족이 직접 또는 간접적으로 참여하여 청소년의 인터넷 중독 지도에 관여하도록 하는 프로그램을 분류한 것이다. 예를 들면 인터넷 중독 프로그램 회기 중에 부모를 참여시켜 자녀와 인터넷 사용에 대한 목표를 함께 세우거나, 가정에서 인터넷 사용 행동을 평정하거나, 자녀를 포함한 가족상담에 참여하는 등이다. '기타'에는 다른 분류에 속하지 않는 단일 프로그램인 학습스트레스 대처훈련, 자아성장훈련, 사이버 인터넷 사용조절 훈련, 해결중심 단기 집단상담을 분류한 것이다.

인터넷 중독 프로그램의 전체적인 효과크기를 알아보기 위하여 54개 논문을 종합한 평균 효과크기(ES)를 산출하였고, 인터넷 중독 프로그램의 특성별 효과크기를 비교하기 위하여, 이론적 배경, 실험대상, 총회기수, 실험집단원수에 따라 평균 효과크기를 산출하였다. 효과크기의 의미를 보다 분명히 이해하기 위하여 Z 분포표를 이용하여 백분위 값도 함께 구하였다. 효과크기를 구하는 공식은 다음과 같다[7][8].

$$ES = \frac{|Xe - Xc|}{Sp}$$

Xe : 실험집단의 평균점수 Xc : 통제집단의 평균점수
Sp : 분산의 합동추정치로 구한 표준편차

$$S^2p = \frac{(Ne-1)S^2e + (Nc-1)S^2c}{Ne + Nc - 2}$$

Ne : 실험집단의 표본수 Nc : 통제집단의 표본수
S²e : 실험집단의 분산 S²c : 통제집단의 분산

3. 결과

총 54편의 연구에서 얻어진 효과크기를 종합한 평균 효과크기는 1.89 이다. 이는 Cohen(1977) 이 제시한 효과크기의 해석 기준에 의하면 큰 효과크기에 해당한다[12]. 효과크기 1.89는 Z 분포에서 .97에 해당한다. 이는 통제집단의 3%가 실험집단의 평균 점수 이상의 점수를 받을 수 있음을 의미하며, 통제집단의 평균점수를 50 퍼센타일로 보았을 때 실험집단의 평균점수는 97 퍼센타일에 해당하여 인터넷 중독 프로그램을 통하여 인터넷 중독 점수는 47 퍼센타일 정도 개선되었음을 의미하기도 한다[8]. 전체적으로 인터넷 중독 프로그램은 인터넷 중독 개선에 큰 효과가 있는 것으로 나타났다.

3.1 이론적 배경에 따른 효과크기

연구자가 분류한 이론적 배경에 따른 효과크기는 <표1>과 같다. 심리교육을 제외한 모든 프로그램의 효과크기에 따른 퍼센타일이 90 이상으로 나타나, 어떠한 이론적 배경하에서 개발된 인터넷 중독 프로그램도 꽤 큰 효과가 있음을 알 수 있다. 분석대상인 54개의 논문 중 ‘인지행동적 접근’이 15 편으로 가장 많았고, 다음으로 ‘자기조절/자기관리 접근’이 12편으로 나타나 인터넷 중독 프로그램은 주로 한국정보문화진흥원에서 개발한 프로그램을 그대로 또는 수정 보완하여 사용한 인지행동적 인터넷 중독 프로그램과 자기관리, 자기조절 기법을 보다 강조한 인지행동적 프로그램을 사용하는 경향이 있었다. 그러나 효과크기의 값을 단순 비교하면 ‘예술/미술 치료적 접근’, ‘부모 연계 접근’, ‘통합적 접근’ 순으로 효과크기의 값이 컸다. 이는 단순한 인지행동적 접근보다는 보다 다양한 이론적 배경과 접목된 활동들이 포함되는 것이 보다 효과적일 가능성을 시사한다. 또한 ‘심리교육’을 제외한 모든 프로그램은 90이상의 퍼센타일을 보여, 심리교육적인 접근 보다는 집단상담적 접근이 보다 효과적일 수 있음을 시사하기도 한다.

<표1> 이론적 배경에 따른 효과크기

이론적 배경	사례수	평균효과 크기(%)	효과크기의 표준편차
인지행동적 접근	15	1.97(98)	1.67
자기조절/자기관리 접근	12	1.53(94)	1.19
통합적 접근	7	2.47(99)	1.20
현실치료적 접근	4	1.80(96)	2.08
부모연계 접근	4	2.48(99)	1.41
예술/미술 치료적 접근	3	2.78(100)	1.47
심리교육	2	.57(72)	.16
기타	4	1.26(90)	.53
계	54	1.89(97)	1.44

3.2 실험대상에 따른 효과크기

인터넷중독 프로그램의 실험대상에 따른 효과크기는 <표2>와 같다. 대부분의 인터넷 중독 프로그램의 실험대상은 초등학생과 중학생을 대상으로 이루어졌으며, 각 실험대상별로 매우 큰 효과를 보이고 있음을 알 수 있다. 각 실험대상에 따른 평균 효과크기는 의미있는 차이는 없다(F=1.30, p>.05). 그러나 효과크기를 단순 비교하면, 초등학생과 중학생보다 고등학생에서 인터넷 중독 프로그램의 효과크기는 더 컸다.

<표2> 실험대상에 따른 효과크기

실험대상	사례수	평균 효과크기(%)	효과크기의 표준편차
초등학생	25	1.73(95)	1.20
중학생	21	1.75(96)	1.54
고등학생	7	2.89(100)	1.86
초·중·고	1	1.96(98)	-
계	54	1.89(97)	1.44

3.3 총 회기 수에 따른 효과크기

인터넷 중독 프로그램의 총회기수에 따른 효과크기는 <표3>과 같다. 총회기수에 따른 평균 효과크기는 16회기, 9회기, 11회기, 7회기의 순으로 크게 나타났다. 평균 효과크기의 퍼센타일을 비교하면, 7회기 이상의 경우 모두 90 퍼센타일을 넘어 인터넷

중독 프로그램의 회기는 7회기 이상이면 만족할만한 결과를 얻을 수 있음을 시사한다. 한편 인터넷중독 프로그램의 총회기수에 대해 8회기와 10회기가 분석대상 논문 중 각각 1/3을 차지하며 가장 많았으며, 회기수에 따른 효과크기를 단순비교하면 8회기보다 10회기가 더 컸다.

<표3> 총회기수에 따른 효과크기

총회기수	사례수	평균효과크기 (%)	효과크기의 표준편차
4	1	.68(75)	-
6	6	1.21(87)	1.57
7	2	2.48(99)	1.11
8	18	1.42(92)	1.30
9	4	3.03(100)	2.53
10	18	2.23(99)	1.24
11	2	2.54(99)	.68
12	2	1.26(90)	.17
16	1	3.96(100)	-
계	54	1.89	1.44

3.4 실험집단원수에 따른 효과크기

인터넷 중독 프로그램의 실험집단원수에 따른 효과크기는 <표4>와 같다. 실험집단원수에 따른 평균 효과크기는 '12명', '11명', '4명', '8명', '6명'의 순으로 컸다. 효과크기의 퍼센타일이 90이상인 실험 집단수는 14명 이하 집단, 20명 집단 그리고 42명 집단이었다. 이러한 결과는 프로그램의 효과에 집단원수보다는 다른 요인이 더 크게 영향을 미칠 수 있음을 시사하지만, 대체로 14명이하의 집단이면 만족할만한 프로그램 효과를 기대할 수 있음도 시사한다. 또한 실험집단원수가 10명인 연구가 가장 많았고, 다음으로 15명, 12명의 순이었다.

<표4> 실험집단원수에 따른 효과크기

실험집단원수	사례수	평균효과크기 (%)	효과크기의 표준편차
4	1	2.64(100)	-
6	3	2.28(99)	1.54
7	2	1.39(92)	.36
8	3	2.34(99)	1.53
9	3	1.50(93)	1.35
10	17	2.21(99)	1.74
11	2	2.66(100)	.85
12	4	3.04(100)	2.11
14	2	1.67(95)	.96
15	6	1.23(89)	.74
16	2	.85(80)	1.03
17	1	.96(83)	-
19	1	.69(75)	-
20	3	1.98(98)	1.75
21	1	.68(75)	-
24	1	.44(67)	-
42	1	1.65(95)	-
80	1	.45(67)	-
54	54	1.89	1.44

4. 결론

본 연구는 초중고 학생을 대상으로 인터넷 중독 프로그램의 효과를 검증한 연구들의 효과를 메타분석한 것이다. 메타분석 결과, 분석대상 연구들의 종합적인 평균 효과크기는 1.89로서 그동안 행해졌던 인터넷 중독 프로그램은 큰 효과가 있는 것으로 나타났다.

인터넷 중독 프로그램의 이론적 배경에 따른 효과크기를 비교한 결과, 심리교육을 제외한 모든 프로그램이 90이상의 퍼센타일을 보여, 인터넷 중독 프로그램은 심리교육적 접근보다 집단상담적 접근이 보다 효과적일 가능성을 시사하였다. 또한 이론적 배경에 따른 효과크기를 단순 비교한 결과, 자기조절/자기관리를 포함하여 한국정보문화진흥원의 프로그램을 응용한 인지행동적 프로그램보다는 예술/미술 치료적 접근, 부모연계 접근, 통합적 접근에 의한 프로그램의 효과크기가 더 컸는데, 다양한 이론적 배경을 통합하고, 부모의 연계 및 참여를 도

모하고, 예술/미술적인 활동을 활용하는 것이 보다 효과적일 가능성이 있다. 한국정보화진흥원에서는 초중고 및 성인을 대상으로 하는 인터넷 중독 생애주기 상담프로그램을 개발 보급하고 있으며, 더불어 초등학생을 위한 미술치료 프로그램과 가족 인터넷 중독 가족상담프로그램을 개발 보급하고 있는데 [2][11], 이러한 접근들을 통합한 프로그램이 개발된다면 보다 효과적일 수 있을 것이다. 송수민과 박승민이 인터넷중독 프로그램에 들어갈 내용에 대해 현장 전문가의 의견을 수렴하면서, 자기조절 능력 증진, 사회성 훈련 증진, 삶의 목표 및 가치관 수립, 가족의 지지 및 개입, 자존감 고양이나 우울의 극복 등을 주요하게 포함하여야 함을 지적하고 있는데 [6], 이러한 결과는 인터넷 중독 프로그램이 보다 통합적이고 다양한 접근이 필요함을 지지한다. 인터넷 중독 프로그램의 실험대상에 따른 효과크기를 비교한 결과, 초등학생, 중학생, 고등학생 대상별로 차이 없이 큰 효과가 있는 것으로 나타났다. 그러나 효과크기를 단순 비교한 결과, 초등학생과 중학생보다 고등학생의 경우 효과크기가 더 컸는데, 이러한 차이가 의미 있는 차이인지, 만약 의미 있는 차이라면 그 요인은 무엇인지에 대해서는 앞으로의 연구 과제라 할 수 있다.

인터넷 중독 프로그램의 총회기수에 따른 효과크기를 비교한 결과, 인터넷 중독 프로그램의 회기가 7회기 이상의 경우, 효과크기의 퍼센타일이 90이상이어서 만족할 만한 결과를 보였다. 따라서 인터넷 중독 프로그램을 구성할 때, 7회기 이상의 프로그램으로 구성하는 것이 프로그램의 효과를 담보하는데 도움이 될 수 있어 보인다. 한국정보화진흥원에서 개발하여 보급하고 있는 인터넷 중독 프로그램 중, 고등학생용은 8회기로 구성되어 있는 반면, 초등학교 저학년 용, 초등학교 고학년용, 중학생용은 프로그램이 6회기로 구성되어 있어 인터넷 중독 프로그램의 보다 안정적인 효과를 얻기 위하여 초등학생과 중학생용 프로그램을 1-2회기를 추가하는 것을 고려할 수 있을 것이다.

인터넷 중독 프로그램의 실험집단원수에 따른 효과크기를 비교한 결과, 대집단의 경우도 효과가 큰 경우도 있지만, 대체로 14명 이하의 집단원수에서의

효과크기가 90이상의 퍼센타일을 보였다. 따라서 일반적으로 14명 이내의 집단을 구성하면 프로그램이 안정된 효과를 얻을 가능성이 커 보인다. 집단상당의 큰 장점 중의 하나는 동시에 다수의 학생을 대상으로 하기 때문에 경제적이라는 점에 있다[9]. 따라서 실험집단원수를 어느 정도까지 늘려도 만족할 만한 효과크기를 그대로 유지할 수 있는가를 확인하는 것은 중요한 연구 주제가 된다. 본 연구의 분석결과, 집단원수가 증가하면 프로그램의 효과크기도 작아지는데, 20명인 집단과 42명인 집단에서는 예외적으로 프로그램의 효과크기에 따른 퍼센타일이 90을 넘었다. 이는 프로그램의 효과를 결정하는데 실험집단원수보다 더 효과적인 요인이 있음을 시사한다. 따라서 프로그램의 효과와 관련 있다고 판단되는 다양한 요인들과 프로그램 효과크기와의 회귀분석 연구를 통하여 보다 영향력 있는 요인들을 밝히는 것도 의미 있는 연구일 것이다.

결론적으로 심리교육을 제외한 모든 형태의 인터넷 중독의 예방과 개입을 위한 상담프로그램은 매우 효과적인 것으로 나타났다. 그리고 인지행동적 프로그램보다 다양한 이론과 접근이 통합된 프로그램이 보다 효과적으로 보이며, 초등학생, 중학생, 고등학생의 대상별로는 차이 없었다. 프로그램의 총회기수가 7회기 이상일 때 효과크기는 보다 만족스러웠으며, 실험집단원수를 일반적으로 14명 이내로 구성하였을 때, 프로그램이 안정된 효과를 얻을 수 있었다. 향후 연구를 위한 과제를 제언하면 다음과 같다. 첫째, 청소년의 인터넷 중독 예방 및 개입을 위하여 한국정보화진흥원에서 개발하고 보급하고 있는 인지행동적 인터넷 중독 프로그램을 많이 활용하고 있는 편인데, 보다 효과적인 통합적인 프로그램이 개발연구가 요구된다. 둘째, 한국정보화진흥원에서 개발하고 보급하고 있는 인터넷 중독 프로그램 중 초등학교 저학년 용, 초등학교 고학년용, 중학생용은 프로그램이 6회기로 구성되어 있는 바, 프로그램의 효과를 극대화할 수 있는 회기수에 대한 연구가 필요하다. 셋째, 본 연구의 논의에서 프로그램의 안정적인 효과를 위해 14명 이하의 집단원수를 제안하였는데, 프로그램의 효과를 극대화할 수 있는 적정 집단원수를 밝히는 것도 프로그램의 효

과를 높이기 위해 도움이 될 것으로 보인다.

참 고 문 헌

[1]김청택, 김동일, 박중규, 이수진(2002). 인터넷 중독 척도 개발 연구. 서울:한국정보문화진흥원.
 [2]박경애, 김옥희, 김희수, 고영삼, 이은실(2007). 인터넷 중독 가족상담 프로그램 개발연구. 한국정보문화진흥원 연구보고 07-10.
 [3]박경호, 강만철, 오익수, 김형근, 김건웅(2001). 국내 인터넷, 컴퓨터 드의 사이버중독 실태조사. 정보통신부 지정조사 00-05.
 [4]박승민, 김창대, 천명재(2005). 청소년 인터넷 중독에 관한 국내 연구의 동향과 과제:연구주제를 중심으로. 한국청소년상담원:청소년상담연구, 13(2), 3-14.
 [5]박효수, 고영삼, 김정미(2008). 2008 인터넷 중독 실태조사. 서울:한국정보문화진흥원.
 [6]송수민, 박승민(2008). 인터넷중독 유형별 개입 프로그램 개발 연구보고서. 한국청소년상담원, 청소년상담연구 143.
 [7]송혜향(2009). 메타분석법. 청문각.
 [8]오성삼(2002). 메타분석의 이론과 실제. 건국대학교 출판부.
 [9]이재규(2005). 학교에서의 집단상담:실제와 연구. 교육과학사.
 [10]이형초(2002). 인터넷 게임 중독의 진단척도 개발과 인지행동치료의 효과. 고려대학교 대학원 박사학위 논문.
 [11]최선남, 신영희(2006). 인터넷중독 미술치료 프로그램 개발 연구. 한국정보문화진흥원.
 [12]Cohen,J.(1977). Statistical power analysis for the behavior sciences. NY:Academic Press.
 [13]Goldberg,I.(1996). Internet addiction disorder. Retrieved from <http://internet.addiction/html>.
 [14]Young,K.S.(1998). Caught in the net: How to recognize the sign of internet addiction and a winning strategy for recovery. NY:John Wiley & Sons.

부록 : 메타분석 대상 논문 목록

강대철(2007). 자기조절 집단상담이 초등학생의 자기조절 능력과 인터넷 과다사용 경향에 미치는 영향. 전주교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
 강민선(2003). 현실요법을 적용한 집단상담프로그램이 청소년의 인터넷중독에 미치는 영향. 성균관대학교 대학원 석사학위논문.
 고수현(2002). 자기조절 집단상담 프로그램이 아동의 인터넷 중독에 미치는 효과. 제주교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
 고정화(2009). 초등학생의 게임중독 예방을 위한 부모 연계 집단상담 프로그램 개발. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
 권경숙(2005). 인터넷게임 욕구조절 프로그램이 중학생의 게임중독 감소와 자아효능감에 미치는 영향. 공주대학교 교육대학원 석사학위논문.
 권성열(2006). 현실요법 집단상담 프로그램이 초등학생의 인터넷 중독 경향성 감소 및 정신건강 증진에 미치는 효과. 계명대학교 교육대학원 석사학위논문.
 권현주(2007). 학업스트레스 대처 집단상담 프로그램이 초등학교 고학년의 학업스트레스 및 인터넷 중독에 미치는 영향. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
 권희경, 권정혜(2002). 인터넷 사용조절 프로그램의 개발 및 효과검증을 위한 연구. 한국심리학회지:임상, 21(3) 503-514
 김경환(2003). 인지행동 집단상담이 중학생의 인터넷게임 중독에 미치는 효과. 제주대학교 교육대학원 석사학위논문.
 김경희(2008). 인터넷 중독 초등학생의 학교적응력 향상을 위한 집단상담 프로그램 개발. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
 김명철, 정태근(2007). 인터넷사용조절 집단상담 프로그램이 자기통제력과 인터넷 중독개선에 미치는 효과. 부산교육대학교 초등교육연구소 초등교육연구 22. 163-186.
 김명화(2008). 통합적 접근의 인터넷 중독 예방 프로그램이 초등학생의 인터넷 중독에 미치는 효과. 경북대학교 교육대학원 석사학위논문.
 김성혜(2006). 현실치료집단상담 프로그램이 인터넷 중독 초등학생의 자아존중감, 내적 통제성 및 인터넷 중독 개선에 미치는 효과. 목포대학교 교육대학원 석사학위논문.
 김수진(2009). 자기조절 집단상담 프로그램이 고등학생의 인터넷 중독에 미치는 효과. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.

- 김윤숙(2004). 자기통제 훈련이 초등학생의 인터넷 게임 중독에 미치는 효과. 대구교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김은영(2007). 자기조절집단상담 프로그램이 초등학교 고학년 아동의 인터넷 과다 사용에 미치는 영향. 경인교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김지현(2003). 인지행동치료 프로그램이 초등학생의 인터넷 게임 중독 감소에 미치는 효과. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김태희(2008). 인터넷게임 욕구조절프로그램이 남자 중학생의 인터넷게임 중독에 미치는 효과. 경북대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 남영희(2006). 자기조절 집단상담 프로그램이 중학생의 인터넷 중독에 미치는 효과. 경북대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 노영희(2008). 게임중독아동의 자기통제력 향상을 위한 인지행동 집단 미술치료 연구. 서울교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 문리화(2008). 집단미술치료가 인터넷중독 초등학생의 자기통제 및 사회성에 미치는 영향. 서울여자대학교 특수치료전문대학원 석사학위논문.
- 문순현(2005). 초등학생의 인터넷 중독 예방을 위한 통합적 자기관리 프로그램의 효과. 대구대학교 사회복지대학원 석사학위논문.
- 박경애, 김옥희, 김희수, 고영삼, 이은실(2007). 인터넷중독 가족상담 프로그램 개발연구. 한국정보문화진흥원 연구보고 07-10.
- 박영화(2009). 인터넷 과다사용 조절 집단상담 프로그램이 인터넷 과다사용 아동에게 미치는 영향. 경인교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 백준순(2005). 현실요법 집단상담 프로그램이 인터넷 중독 고등학생의 중독수준과 자기효능감, 내부-외부 통제성 및 정신건강에 미치는 효과. 계명대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 성미나(2002). 인지행동적 집단상담이 청소년의 인터넷중독행동에 미치는 효과. 영남대학교 대학원 석사학위논문.
- 소두영(2008). 인터넷 과다사용 초등학생을 위한 사회기술 향상 집단상담 프로그램 개발. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 손기화(2005). 인터넷과다사용 예방 프로그램이 초등학생의 자기관리 능력에 미치는 효과. 아주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 신향숙(2005). 인지행동 집단상담이 인터넷 중독아동의 자기통제력 수준에 따라 인터넷 중독감소에 미치는 효과. 경북대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 여정숙(2006). 인터넷 중독 예방프로그램이 청소년의 자아존중감과 학교적응에 미치는 효과. 대구한의대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 윤광숙(2004). 현실요법 프로그램이 청소년의 인터넷 중독 감소에 미치는 효과. 경상대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이몽숙(2009). 인터넷 게임중독 잠재적 위험 초등학생을 위한 자기통제력 향상 프로그램 개발. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이선미, 이승희(2008). 놀이중심의 자기통제훈련 집단프로그램이 중학생의 인터넷 중독수준과 자기통제력에 미치는 효과. 한국아동심리재활학회:놀이치료연구 12(2), 55-74.
- 이수진, 고영삼, 허일범, 고성자, 장우민(2007). 초등학교 저학년 인터넷 중독 예방교육 프로그램 개발, 한국정보문화진흥원 연구보고 07-11.
- 이숙민(2002). 자기통제훈련 집단상담이 인터넷 중독에 미치는 효과. 울산대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이옥란(2006). 자아성장 집단상담프로그램이 남자중학생의 인터넷 중독 예방과 학교생활 적응에 미치는 효과. 영남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이일중(2005). 인터넷중독 예방 교육프로그램이 예방과 치료에 미치는 효과. 전주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이임숙(2004). 사이버와 면대면 인터넷사용조절 훈련을 통한 인터넷 중독 감소방안 탐색. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이정미(2007). 청소년의 인터넷 게임 중독예방을 위한 집단프로그램의 효과성 연구. 위덕대학교 사회복지대학원 석사학위논문.
- 이형초, 안창일(2002). 인터넷 게임중독의 인지행동치료 프로그램 개발 및 효과 검증. 한국심리학회지:건강, 7(3), 463-486.
- 이흥희(2006). 집단상담이 인터넷 중독 청소년의 자아존중감 및 인터넷사용에 미치는 영향. 중부대학교 원격대학원 석사학위논문.
- 장남미(2008). 인터넷 과다사용 예방 프로그램이 초등학생의 인터넷 사용에 미치는 효과. 공주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 장재홍, 신호정(2003). 청소년인터넷 중독 예방프로그램의 효과. 한국심리학회지:상담 및 심리치료 15(4), 651-672.
- 정경자(2007). 부모역할훈련 프로그램이 중학생 인터넷 사용조절 집단상담의 성과에 미치는 효과. 전북대학교 대학원 석사학위논문.

정명희(2006). 동기강화인지행동치료가 청소년의 인터넷 중독에 미치는 효과. 계명대학교 대학원 석사학위논문.

정여주(2008). 통합예술치료가 인터넷중독고교생의 인터넷 사용조절과 자기통제에 미치는 영향. 한국미술치료학회, 미술치료연구 15(3), 555-570.

주애란(2006). 중학생의 인터넷게임중독 예방을 위한 임과 워민트 교육프로그램의 효과. 전남대학교 대학원 박사학위논문.

최경원(2004). 해결중심을 적용한 단기집단상담과 사후관리가 인터넷 중독 청소년의 사용량 감소에 미치는 효과. 한림대학교 사회복지대학원 석사학위논문.

최명상(2002). 현실치료 집단상담이 인터넷중독 고교생의 자기존중감, 우울, 자기통제력 그리고 인터넷중독 개선에 미치는 영향. 경남대학교 교육대학원 석사학위논문.

표명화(2003). 게임 욕구조절프로그램이 인터넷 게임중독 완화와 자기효능감에 미치는 효과. 진주교육대학교 교육대학원 석사학위논문.

한상수(2007). 고등학생 인터넷중독 예방을 위한 집단상담 프로그램의 효과. 충남대학교 대학원 심리학과 석사학위논문.

허미리(2002). 인터넷 중독 청소년을 대상으로 한 학교적응 상담프로그램의 효과. 안양대학교 교육대학원 석사학위논문.

저 자 소 개

오 익 수



1991 전남대학교 교육학과
(교육학박사)
1999 - 현재 광주교육대학교
교육학과 조교수
관심분야 : 교육상담
E-mail : isoh@gnue.ac.kr

김 철



1997 전남대학교 전산통계학과
(이학박사)
1998 University of Washington
(객원교수)
1992-현재 광주교육대학교
컴퓨터교육과 교수
관심분야 : 인터넷자원관리, 교육용콘텐츠,
메타데이터, e-Learning
E-mail : chkim@gnue.ac.kr