

사회 심리적 요인이 인터넷 중독에 미치는 영향에 관한 연구

김정열*, 이성진**

A Study on the Effect of Social Psychological Factors on Internet Addiction

Jung Yul Kim*, Sung Jin Lee**

요 약

인터넷 중독에 관한 최근 연구는 인터넷 온라인 게임, 채팅, 인터넷 쇼핑 등에 중독된 사용자들이 인터넷으로 인해 그들의 생활이 심각하게 제어하기 힘들게 되고 있음을 규명하고 있다. 본 연구의 목적은 대학생들을 대상으로 인터넷 중독과 사회 심리적 요인들 간의 인과관계를 조사하는 것이다. 이를 위해 연구모델은 인터넷 중독에 영향을 미치는 사회 심리적 요인들을 규명하기 위해 자존감, 자기효능감, 가정생활, 스트레스의 개념을 이용하였다. 연구 결과 자존감, 자기효능감, 스트레스 요인이 인터넷 중독에 유의한 영향을 미치는 요인으로 규명되었다. 인터넷 중독에 대한 향후 연구는 지속적으로 논의되고 있다.

Abstract

New research on internet addiction identifies online users who became hooked on internet online games, chatting, and even internet shopping only to see their lives become increasingly unmanageable because of the Internet. The purpose of this study is to examine the causal relationship between internet addiction and social psychological factors of college students. This study model used four themes(self-esteem, self-efficacy, family relationships, stress) in order to identify the effect of social psychological factors on internet addiction. The result of this study identified that self-esteem, self-efficacy, stress have a significant effect on internet addiction. Future areas for studying internet addiction are continuously discussed.

▶ Keyword : Internet Addiction, Self-Esteem, Self-Efficacy, Family Relationships, Stress

• 제1저자 : 김정열 교신저자 : 이성진

• 투고일 : 2009. 10. 14, 심사일 : 2009. 10. 20, 게재확정일 : 2009. 12. 24.

* 오산대학 멀티미디어정보과 교수 ** 오산대학 멀티미디어과정정보과 겸임교수

※ 이 논문은 2009학년도 오산대학 교내연구비 지원에 의하여 이루어졌음.

1. 서론

ITU에 따르면 2007년 기준 전세계 인터넷 이용자수는 14억 219만명이며, 이 가운데 한국 인터넷 이용자가 3,679만명으로 나타났다(29). 2009년 실시된 한국인터넷진흥원 실태조사에 따르면 인구 100명당 인터넷 이용자수(인터넷보급률)는 76.3명으로 세계적 수준의 인터넷 인프라 및 이용환경을 기반으로 정보통신 강국으로서 위상을 공고히 하고 있다(17).

또한 우리나라는 10대와 20대의 99% 이상이 인터넷을 이용하고 있으며 전 국민 인터넷 이용률도 77.1%에 달하는 등 인터넷 이용이 일반화되었다(19). 인터넷뱅킹 가입자 수 역시 5,500만명을 넘어서는 등 인터넷이용은 이제 일상과 떨어져 생각할 수 없는 것이 되었다. 한국은행이 2009년 7월 28일 발표한 '2분기 국내 인터넷뱅킹 서비스 이용현황'에 따르면 2009년 6월말 현재 인터넷뱅킹 고객 수는 5,557만명(중복 가입 포함)으로 동년 3월말에 비해 1.1%(61만명) 증가했다(9).

국내 인터넷 및 이동통신 시장은 성숙기에 접어들어 한계에 도달하고 있으며(14), 정보가 컴퓨터와 통신에 의해 대량으로 생산, 저장, 유통되어 재화로서의 가치를 지니고 있는 정보화 사회는 새로운 사회적 구조를 형성하면서 우리의 생활 방식을 다양한 모습으로 변화시켜오고 있다(5).

이와 같이 여러 측면에서 초고속 통신망 보급이나 인터넷 이용자 수 등 양적인 측면에서 한국은 이미 세계적 수준에 올라 있으나 인터넷을 활용한 정보이용, 인터넷 윤리 등 질적인 측면을 놓고 볼 때 문제점은 갈수록 증가하고 있다. 대표적인 사례가 인터넷 중독현상이다.

정보화 역기능 현상인 인터넷 중독에 대한 사회문제는 이미 심각한 수준이다. 행정안전부가 발표한 '2008 실태조사' 결과에서 우리나라 전체적 인터넷 중독률은 8.8%, 인터넷 중독자 수는 199만 9000명인 것으로 나타났다(19). 또한 행정안전부와 한국정보문화진흥원을 통해 2002년부터 2008년까지 총 약 26만 건의 인터넷 중독자 상담이 이루어졌으며, 125만 명의 학생·교사·학부모를 대상으로 인터넷 중독 예방 교육이 실시되었다. 인터넷 중독 대응사업의 경우도 진단척도 개발, 전문상담 인력 양성, 상담센터 구축 및 지원 등 인터넷 중독 사전예방을 위한 제도적 개선, 인터넷 중독 진단결과에 따른 체계적 대응 수단을 제공하는 등 좀 더 고도화된 사업이 전개 중이다(2).

많은 선행연구도 컴퓨터와 인터넷의 급격한 보급에 따라 인터넷 사용에 대한 통제력을 잃게 되는 인터넷 중독에 대해 경고하고 있다.

특히 Young(1996, 1999, 2004)은 다수의 논문에서 수많은 인터넷 중독자들과의 인터뷰를 통해 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(37)(39)(40).

또 다른 연구에서는 인터넷 중독이 자존감과 문제해결 태도 및 능력, 의사소통 능력, 학습동기 및 학업성취를 저하시킬 뿐만 아니라 학교생활이나 가정생활에서의 적응, 친구관계 등에도 부정적인 영향을 미친다는 결과가 제시된바 있다(6)(36)(41).

인터넷 중독에 관한 논의는 현재 활발히 진행되고 있으나 주로 청소년들의 인터넷 중독과 이에 영향을 미치는 요인들 간의 단편적 관계에 관한 연구가 대부분이다. 또한 어떤 요인들이 인터넷 중독에 유의한 영향을 미치는가에 대한 인과관계를 밝히는 연구는 거의 드물다. 따라서 본 연구는 선행연구를 통해 인터넷 중독과 이에 영향을 미치는 사회 심리적 요인들을 발견하고 이들 사회 심리적 요인들이 인터넷 중독과 어떤 인과관계가 있는지를 실증적으로 조사하고자 한다.

본 연구결과는 인터넷 중독의 원인으로 사회 심리적 요인인 자존감, 자기효능감, 가정생활, 스트레스 요인들이 학생들의 인터넷 중독에 미치는 인과관계를 규명함으로써 인터넷 중독에 대한 보다 포괄적 이해와 인터넷 중독을 예방하기 위한 대안을 발견하는데 기초적 자료를 제공하고자 한다.

II. 인터넷 중독에 영향을 미치는 사회 심리적 요인

인터넷 중독과 관련된 많은 연구들은 인터넷 중독의 심각성과 인터넷 중독이 개인, 가정에 영향을 미치는 연구로 주로 초점을 맞춰 왔다. 인터넷 중독과 관련된 문제를 보다 근원적으로 이해하기 위해서는 개인의 사회 심리적 요인을 이해하는 것이 필요하다. 선행연구를 통해 사회 심리적 요인으로 자존감, 자기효능감, 가족관계, 스트레스 등을 인터넷 중독에 영향을 미치는 요인으로 규정하고 이러한 사회 심리적 요인들과 인터넷 중독의 인과관계에 대한 고찰이 필요하다.

1. 인터넷 중독

인터넷 중독(internet addiction)이란 사이버 중독, 병적 인터넷 사용, 인터넷 중추군, 인터넷 중독 장애 등을 통칭하는 것으로 이는 인터넷 사용을 지나치게 탐닉하여 의존·내성·금단의 증상을 보이면서 심리적·사회적·직업적 기능에

문제를 야기하고 정상적인 생활이 불가능한 경우를 뜻한다[38].

이러한 인터넷 중독에 대해서 Goldberg(1996)가 처음으로 인터넷 중독 장애(IAD : Internet Addiction Disorder)라는 용어를 사용하였다[28]. 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.

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 규정하였다. 자신의 감정표현이나 스트레스를 인터넷 사용으로 해결하는 경우가 있는데 이런 경우 일반화된 병적인 인터넷 사용과 관계가 있다고 한다[27].

Young(1996, 1999, 2004)은 수많은 인터넷 중독자들과의 인터뷰를 통하여 얻어진 자료를 토대로 가상공간의 비현실적 관계로 인하여 가정과편을 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. 그는 인터넷에 대한 강박적 사고, 내성과 급단, 의도한 것 이상의 과도한 인터넷 사용, 지속적인 욕구, 다른 활동에서의 흥미 감소, 과도한 인터넷 사용으로 인한 부정적 결과에 대한 무시 등을 인터넷 중독 진단의 기준으로 삼고 있다[37][39][40].

또한 인터넷 중독자들이 매우 자기 방어적이기 때문에 처음 접하는 면대면 상황에서 위협을 느끼고 타인을 신뢰하는데에 어려움을 겪는다고 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[39].

King(1996)은 인터넷 중독의 원인을 대인관계 의사소통과 가상세계의 잠복성으로 설명한다. 채팅, 게시판, 이메일, 게임 등 수 많은 새로운 사람과의 접촉을 쉽게 할 수 있고, 자신의 비언어적인 반응이 보이지 않기 때문에 제한 없이 자유롭게 자신을 표현할 수 있게 되는 것이다. 뿐만 아니라 개인

이 접촉할 수 있는 사회망의 범위를 확장시켜주어 다양한 사람들을 만날 수 있게 해주는 강력한 특성이 있다. 개인은 이를 통해서 현실에서는 얻을 수 없는 극히 개인적인 정보를 위험 없이 얻을 수 있으며, 이것이 매우 긍정적 강화물이 되어 인터넷에 빠져들게 된다고 주장하였다[31].

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 만사를 제쳐놓고 쉬지 않고 매달리는데, 이로 인하여 많은 학생들이 성적 저하로 학교에서 도태된다고 하였다[29].

한국정보문화센터(2002)에서는 인터넷 중독의 원인을 기술의 발달로 인해 인터넷 접근이 용이하다는 점을 들며, 유희성을 통해 호기심을 유발하고 사이버공간에서는 사용자가 자신의 신분을 드러내지 않고서도 자신을 표현할 수 있다는 익명성 때문에 현실에서는 이를 수 없었던 이상적인 자아를 형성하여 표현함으로써 자신의 욕구를 충족할 수 있으며 잠재되어 있던 자기 성격의 일부분을 안전하게 표현할 수 있기 때문이라고 설명하고 있다[18].

이외에도 인터넷 중독이 자존감과 문제해결 태도 및 능력, 의사소통 능력, 학습동기 및 학업성취를 저하시킬 뿐만 아니라 학교생활이나 가정생활에서의 적응, 친구관계 등에도 부정적인 영향을 미친다는 결과가 제시된바 있다[6][36][41].

2. 자존감

자존감(self-esteem)은 자신에 대한 주관적 평가로 자신을 유능하고 중요하며 성공적이고 가치있게 생각하는 것이다. 즉 자존감이 높다는 것은 자신을 수용, 존중하고 자신을 스스로 가치있는 인간으로 느끼는 것을 의미한다[26][34].

자존감이 높은 사람은 당면한 일에 적절하고 효과적으로 대처하며 자신을 가치있고 중요한 사람으로 생각하여 자신의 일에 자신감을 가지고 적극적, 능동적으로 역할을 수행해 나간다[26].

반면 자존감이 낮은 사람은 부정적인 속성을 갖고 있으며 자신의 생각에 확신이 없고 미래에 대한 긍정적 결과에 대한 기대가 낮은 것으로 나타났다[23].

또한 국내 연구에서도 인터넷 이용자 자신에 대한 호의적/비호의적 태도의 소유 여부, 자신이 어떠한 일을 잘 해낼 수 있을 것이라는 자기 믿음의 수준, 자신이 소유한 본능적 충동성과 감각 추구성에 대한 통제력 여부에 따라 인터넷 중독수준이 결정된다는 연구결과도 있다[12].

인터넷은 사회생활에 잘 적응하지 못하거나 다른 사람들의 인정을 받지 못해 자존심에 상처를 입은 사람들에게 매우 유혹적인 공간으로 여겨지고 있다. 인터넷에서 이루어지는 사회적 관계는 신체적인 정보가 배제된 채로 이루어지고 또한 익명성을 유지할 수 있기 때문이다. 이는 실생활에서 자존감이 낮은 사람들이 인터넷에서는 자신의 모습을 숨기고 자신이 되고자 하는 이상적인 모습을 가질 수 있기에 이들에게 인터넷은 매력적인 것을 넘어서 중독적인 공간이 될 것이다. 즉 실생활에서 대인관계에서 부적응적인 사람의 경우 낮아진 자존감을 회복하기 위해 인터넷상의 대인관계에 중독되게 된다는 것이다.

3. 자기효능감

자기효능감(self-efficacy)은 자신이 가지고 있는 지식, 능력 및 스킬을 적절히 운용하고 조직화하여 동원하는 능력(capacity)에 대한 자신의 신념이다. 이러한 자신의 능력에 대한 신념은 특정 행동 수준의 선택, 노력의 크기 및 지속성 등을 통해서 자신의 동기와 행동에 영향을 미친다[20][21][22].

자기효능감은 목표설정과도 많은 관련을 갖는다. 즉 자기효능감이 높은 사람은 낮은 사람에 비해 도전적인 목표를 설정하며 그 목표달성을 위해 더 많은 노력을 투자하고 어떤 장애가 나타나더라도 그 목표를 쉽게 포기하지 않는다[21][33].

Salomon(1984)은 실험적 연구를 통해서 자기효능감이 높은 사람은 남이 어렵다고 생각하는 과제에 많은 인지적 노력을 투자했고 높은 학습량을 획득했지만, 남이 쉽다고 생각하는 과제에는 노력을 덜 투자했고 낮은 학습량을 보였다고 주장했다[35].

Chen, Gully, Eden(2001)은 자기효능감이 높은 사람들은 어떠한 과제나 상황에서도 자신감 있게 행동하며, 자신이 관심을 갖고 노력하면 그 과제나 상황에서 훌륭한 성과를 낼 수 있다고 믿는다고 하였다. 또한 실패 뒤에도 좌절감이 적으며 보다 긍정적으로 결과를 받아들여 빨리 회복하는 완충 역할을 수행해 간다고 하였다[25].

Krout, Coward(1998)의 연구에 따르면 인터넷 사용이 많은 사람의 경우 더 많은 외로움을 느낀다는 사실이 보고되어 인터넷 사용이 시간 활용에 있어서 사회적 활동을 대신하는 역할을 하며 현실관계를 가상공간에서의 느슨한 관계가 대신하면서 외로움이나 불만족을 유발한다고 한다[32]. 즉 가상공간에서의 많은 활동은 현실세계로부터의 고립을 가져와 현실세계에서 자기효능감이 높지 않다면 더욱 가상공간에서의 활동에 집착하게 될 것이다.

4. 가족관계

가족기능, 가족응집력, 부모와 자녀의 태도가 부정적인 가정의 청소년이 게임중독 성향이 높아 가정환경은 인터넷 중독과 관련성이 있는 것으로 나타났다[16].

이러한 가정 환경적 특성은 한국정보문화진흥원에서 조사한 '2008 인터넷 중독 실태조사'에서 더욱 확연하게 나타났다. 본 조사에서는 가정환경별 청소년의 인터넷 중독률을 조사하였는데, 조사결과, 한부모가정 자녀의 인터넷 중독률이 22.3%로 양부모가정 자녀의 인터넷 중독률(13.9%)에 비해 8.4%p 높은 것으로 조사되었으며, 인터넷 중독 고위험 청소년의 56.3%가 맞벌이가정으로 조사되었다. 또한 학교나 가정에서의 만족도가 낮을수록 인터넷 중독에 걸릴 위험이 높은 것으로 조사되어 가정환경이 자녀의 인터넷 중독 위험에 영향을 주는 것으로 조사되었다[19].

이는 소득저하로 인한 운동, 여행 등과 같은 놀이에 대한 경험이 부족하고 양부모 또는 한부모의 부재로 인해 인터넷게임 등에 대한 통제를 거의 받지 않기 때문이다. 맞벌이 부모들의 경우 경제활동에 따른 정신적 부담이 많아 자녀들에 관심을 적게 가질 수밖에 없는 구조도 영향을 준다고 밝히고 있다. 더욱 큰 문제는 인터넷에 중독된 저소득계층 아동청소년들의 상당수가 ADHD는 물론 우울증, 비만 등과 같은 심각한 질환을 앓고 있으며, 이는 사이버범죄 노출, 가정불화 등 청소년 문제의 핵심요인으로 작용하고 있다고 분석하고 있다.

국내의 많은 연구에서도 이러한 결과를 뒷받침하고 있다. 부모와 자녀의 의사소통에서 청소년이 부모의 의사소통이 일방적이라고 지각할수록, 의사소통의 효율성이 낮을수록 인터넷 중독 성향이 높은 것으로 나타났으며, 부모와의 역기능적 의사소통이 인터넷 중독에 유의한 영향을 미친다고 밝히고 있다[1][3][10].

5. 스트레스

국내 많은 연구들은 스트레스 정도에 따라 인터넷 중독에 영향을 미친다고 보고하고 있다. 조승연(2003)은 가정생활 스트레스, 학업 스트레스, 학교환경 스트레스 등이 인터넷 중독에 유의한 영향을 미친다고 밝히고 있다[15]. 김현수(2002)는 가정환경 및 부모와의 관계, 성격 및 외모에 대한 스트레스가 인터넷 중독에 영향을 미친다고 하고 있다[7]. 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 비위험집단으로 나누어 스트레스의 차이를 분석한 결과 중독 위

험 군이 비 위험군보다 스트레스를 많이 받는 것으로 나타났다(13).

Caver, Scheier(1994)는 학생들에게 지각된 사회적 기대가 불안한 경우에 스트레스를 경험한다고 했으며, 학교성적이 심각한 스트레스 요인이라고 주장했다. 스트레스는 학생들의 우울감, 불안감, 자신감과 양의 상관관계가 있다고 밝히고 있다(24).

Young(1998)은 인터넷 중독자들이 외로움, 생활의 불안, 업무상의 스트레스, 따분함, 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 우울이나 낮은 자존감 등 개인 내적인 심리적 요인뿐만 아니라 개인 외적인 환경요인도 있다고 밝히고 있다(39).

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(4)(8).

III. 연구가설 설정과 조사방법

1. 연구가설

본 연구의 목적은 대학생들의 인터넷 중독에 영향을 미치는 사회 심리적 요인을 규명하는 것이다. 이를 위해 선행연구를 통해 인터넷 중독과 인터넷 중독에 영향을 미치는 사회 심리적 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 사회 심리적 요인들은 인터넷 중독에 유의한 영향을 미칠 것이다.

- 1-1 자존감
- 1-2 자기효능감
- 1-3 가족관계
- 1-4 스트레스

가설 2 아래의 사회 심리적 요인들은 인터넷 중독집단과 정상 이용집단 간에 차이가 있을 것이다.

- 2-1 자존감
- 2-2 자기효능감
- 2-3 가족관계
- 2-4 스트레스

2. 표본수집

본 연구의 주요 목적은 자존감, 자기효능감, 가족관계, 스트레스 등의 사회 심리적 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 회수하였고, 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.

표본분석결과 성별로 남자는 84명, 여자는 54명으로 나타났다. 인터넷 이용시간을 보면 하루 1시간 이하가 26명, 2시간 이하가 37명, 3시간 이하가 26명, 4시간 이하가 29명, 5시간 이상이 20명으로 조사되었다.

3. 변수측정

본 연구에 사용된 독립변수들은 자존감, 자기효능감, 가족관계, 스트레스 요인들로 각각 5문항씩 이용해 측정하였다. 인터넷 중독 관련 대부분의 선행연구들에서는 이들 사회 심리적 요인의 측정을 위해 본 연구보다 많은 변수들을 이용하였으나 대부분 변수들의 단순 평균값으로 변수를 측정하였다. 본 연구에서는 변수의 대표성을 높이기 위해 신뢰성분석(reliability analysis), 요인분석(factor analysis)을 실시하여 요인을 측정하였다.

설문문항은 모두 리커트의 5점 척도를 이용하였으며, 신뢰성분석 결과는 다음과 같다(42).

첫째, 자존감은 ① 외모에 대한 자신감, ② 주어진 일에 대한 자신감, ③ 대인관계에 대한 자신감, ④ 긍정적인 태도, ⑤ 자신에 대한 만족감을 이용해 측정하였다. 신뢰성분석 결과 Cronbach α 는 .8666으로 모두 본 분석에 이용하였다.

둘째, 자기효능감은 ① 목표달성정도, ② 성취동기, ③ 위험감수능력, ④ 혁신추구성, ⑤ 실패를 두려워하지 않고 노력하는 정도를 이용해 측정하였다. 신뢰성분석 결과 목표달성

정도를 분석에서 제거하고 Cronbach α 는 .8130으로 측정되었다.

셋째, 가족관계는 ① 부모와의 의사소통, ② 부모와의 일상대화시간, ③ 부모의 가정교육태도, ④ 부모의 자녀에 대한 이해심, ⑤ 부모와의 고민상담으로 측정하였다. 신뢰도분석 결과 Cronbach α 는 .8301로 나타나 모두 분석에 이용하였다.

마지막으로 스트레스는 ① 가정생활 스트레스, ② 학업 스트레스, ③ 교우관계 스트레스, ④ 자아관련 스트레스, ⑤ 경제력 스트레스를 이용하였다. 신뢰도분석 결과 Cronbach α 는 .7734로 분석되었고 모두 분석에 투입하였다.

〈표 1〉은 본 분석에 이용할 사회 심리적 요인을 구하기 위한 요인분석결과이다. 측정된 요인의 총 설명력은 63.376%로 나타났으며, 각 변수들의 상관관계를 나타내는 요인적재량(factor loading)에 따라 본 연구에서는 독립변수로 사회 심리적 요인을 다음과 같이 조작적 정의하였다. 요인 1은 자존감(self-esteem)으로, 요인 2는 가족관계(family relationships)로, 요인 3은 자기효능감(self-efficacy)으로, 요인 4는 스트레스(stress)로 각각 명명하였다.

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

독립 변수	요인 1	요인 2	요인 3	요인 4	설명력
	자존감	가족관계	자기효능감	스트레스	
X4	.833	.173	9.032E-02	-.104	17.450
X5	.797	.157	1.262E-02	-.296	
X3	.762	.192	.348	-.149	
X1	.723	.142	.295	-.128	
X2	.620	-1.80E-02	.357	-.137	
X9	6.386E-02	.807	.200	-1.33E-02	16.594
X7	.204	.780	-.141	-8.79E-02	
X6	.115	.754	2.993E-02	-.125	
X8	3.516E-02	.723	.236	7.977E-02	
X10	.175	.650	.282	-.289	
X14	.111	3.108E-02	.784	-.103	15.149
X13	.208	.162	.769	-7.02E-02	
X12	.186	.116	.767	-.114	
X11	.239	.175	.653	-.195	
X19	-8.01E-02	-.264	3.750E-02	.713	
X16	-.143	4.720E-02	-.266	.712	
X17	-.106	.107	-.191	.694	
X15	-.154	-.333	-6.89E-02	.662	
X18	-.447	-1.38E-02	-6.94E-02	.651	

- 주) X1 : 외모에 대한 자신감 X2 : 주어진 일에 대한 자신감
 X3 : 대인관계에 대한 자신감 X4 : 긍정적인 태도
 X5 : 자신에 대한 만족감 X6 : 부모와의 의사소통
 X7 : 부모와의 일상대화시간 X8 : 부모의 가정교육태도
 X9 : 부모의 자녀에 대한 이해심 X10 : 부모와의 고민상담
 X11 : 성취동기 X12 : 위험감수능력
 X13 : 혁신추구성 X14 : 실패를 두려워하지 않는 정도
 X15 : 가정생활 스트레스 X16 : 학업 스트레스
 X17 : 교우관계 스트레스 X18 : 자아관련 스트레스
 X19 : 경제력 스트레스

본 연구에서 사용된 종속변수는 인터넷 중독으로 미국 온라인 중독센터(the center for online addiction)에서 사용하고 있는 인터넷 중독검사(internet addiction test)를 수정, 보완해 측정하였다(38). 인터넷의 병적인 사용 경향을 파악하기 위한 설문으로 총 20개 문항으로 구성되어 있으며 리커트의 5점 척도로 구성되었다.

인터넷 중독을 측정하는 이 문항들은 국내 연구에서도 번안, 수정되어 사용되었다(11). 인터넷 중독정도를 분류하는 기준은 20-100점까지의 합계 범위에서 20-49점을 정상이용 집단, 50-79점을 중독위험집단, 80점 이상을 인터넷 중독집단으로 분류하여 명명하였다.

본 연구에서 신뢰도분석 결과 신뢰도는 .9005로 높게 측정되었다.

4. 분석방법

본 연구는 인터넷 중독에 영향을 미치는 사회 심리적 요인이 무엇인가를 규명하기 위한 것이다. 이를 위해 우선 선행 연구를 통해 인터넷 중독과 자존감, 자기효능감, 가족관계, 스트레스 등의 사회 심리적 요인들을 정의하였고 신뢰성분석(reliability analysis)을 실시하였다. 다음으로 이들 변수의 타당성을 분석하기 위해 요인분석(factor analysis)을 실시하여 변수를 정리하고 각각의 요인을 명명하였다. 마지막으로 본 연구가설의 검정을 위해 다중회귀분석(multiple regression analysis), 일원분산분석(one-way ANOVA)을 실시하였다.

IV. 실증분석

1. 연구가설 1의 검증

연구가설 1은 자존감, 자기효능감, 가족관계, 스트레스 요인들이 인터넷 중독에 유의한 영향을 미친다는 것을 검증하기 위한 것이다. 연구가설 1의 검정을 위해 〈표 2〉와 같이 다중회귀분석을 실시하였다.

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

독립변수	B	Beta	T-Value	Sig. T
자존감	2.203	.161	2.016	.046
자기효능감	2.525	.185	2.311	.022
가족관계	1.101	.080	1.007	.316
스트레스	-3.527	-.258	-3.227	.002
R = .464 조정된 R Square = .207 D.F. = 4, 134 F = 5.209 Sig. F = .001				

회귀식의 유의도는 F값이 5.209(.001)로 유의성이 있게 나타났다. 분석에 사용된 4개의 독립변수들은 요인분석을 통해 추출된 요인을 요인점수로 저장해 사용했기 때문에 다중공선성 문제를 해결하였다. 다중공선성 진단결과도 4개 요인 모두 VIF값이 1로 측정되었다.

회귀분석결과 자존감, 자기효능감, 스트레스 3개 요인이 5% 유의수준에서 유의한 영향을 미치는 것으로 판명되었다. 그 중 스트레스의 베타계수 값이 가장 커 인터넷 중독에 가장 유의한 영향을 미치는 요인으로 밝혀졌다. 연구가설 1-1, 1-2, 1-4는 채택되며, 연구가설 1-3은 기각된다.

Caver와 Scheier(1994)는 학생들에게 지각된 사회적 기대가 불안한 경우에 스트레스를 경험한다고 했으며, 스트레스는 학생들의 우울감, 불안감, 자신감과 양(+)의 상관관계가 있다고 밝히고 있다(24). Young(1998)은 인터넷 중독자들이 외로움, 생활의 불안, 업무상의 스트레스, 따분함, 우울 등의 현실적 문제를 회피하고 싶어서 인터넷 중독에 빠진다고 하였다(38). 이외의 많은 연구들도 스트레스 정도에 따라 인터넷 중독에 차이가 있다고 보고하고 있다.

인터넷 중독은 자존감과 문제해결 태도 및 능력, 의사소통 능력, 학습동기 및 학업성취를 저하시킬 뿐만 아니라 학교생활이나 가정생활에서의 적응, 친구관계 등에도 부정적인 영향을 미친다는 연구결과도 있다(6)(36)(41).

Krout, Coward(1998)의 연구에는 인터넷 사용이 많은 사람의 경우 현실관계를 가상공간에서의 느슨한 관계가 대신 하면서 외로움이나 불만족을 유발한다고 한다(32). 따라서 현실세계에서 자기효능감이 높지 않다면 더욱 가상공간에서의 활동에 집착하게 될 것이다.

본 연구결과도 이들의 연구결과와 동일하며 그 연구결과를 뒷받침한다.

2. 연구가설 2의 검정

연구가설 2는 인터넷 중독의 정도에 따라 정상이용집단, 중독위험집단, 인터넷 중독집단으로 구분하고 이들 집단 간 자존감, 자기효능감, 가족관계, 스트레스 정도에 유의한 차이가 있다는 것을 검정하는 것이다. 연구가설 2의 검정을 위해 <표 3>과 같이 분산분석을 실시하였다.

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

	정상이용 (n=44)		중독위험 (n=83)		인터넷 중독 (n=11)		F	Sig
	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차		
자존감	0.438	1.160	0.110	0.829	-1.439	0.530	9.989	.000
자기효능감	정상이용 (n=44)		중독위험 (n=83)		인터넷 중독 (n=11)		F	Sig
	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차		
	.237	.961	-.081	.967	-.738	1.232	3.804	.025
가족관계	정상이용 (n=44)		중독위험 (n=83)		인터넷 중독 (n=11)		F	Sig
	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차		
	.078	0.915	-.018	1.060	-.277	.848	.459	.633
스트레스	정상이용 (n=44)		중독위험 (n=83)		인터넷 중독 (n=11)		F	Sig
	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차		
	-.222	.826	-.001	1.034	1.315	.471	8.996	.000

분산분석결과 F값의 유의 확률을 보면 정상이용집단, 중독위험집단, 인터넷 중독집단 간 자존감, 자기효능감, 스트레스 3개 요인이 5% 유의수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 판명되었다.

사후분석으로 Duncan 분석을 한 결과 자존감의 평균은 각각 정상이용집단(0.438), 중독위험집단(0.110)으로 유사한 집단으로 나타났고, 인터넷 중독집단(-1.439)은 차이가 있는 집단으로 판명되었다. 연구가설 2-1는 채택된다.

자기효능감은 정상이용집단(0.237), 중독위험집단(-0.081)이 유사한 집단으로, 인터넷 중독집단(-0.738)은 차이가 있는 집단으로 판명되었다. 연구가설 2-2는 채택된다.

가족관계는 정상이용집단(0.078), 중독위험집단(-0.018), 인터넷 중독집단(-0.277) 모두 유의한 차이가 없게 나타났다. 연구가설 2-3은 기각된다.

스트레스는 정상이용집단(-0.222), 중독위험집단(-0.001)보다 인터넷 중독집단(1.315)이 높게 측정되었고 유의한 차이가 있는 집단으로 판명되었다. 연구가설 2-4는 채택된다.

연구가설 2의 결과는 인터넷 중독집단의 경우 정상이용집단과 중독위험집단보다 자존감이 떨어지며, 자기효능감이 낮

으며, 스트레스가 높음을 보여주고 있다. 따라서 연구가설 1에서 밝혀진 자존감, 자기효능감, 스트레스 3개 요인이 인터넷 중독에 유의한 영향을 미친다는 것을 재확인하고 있다.

V. 결론

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

본 연구는 인터넷 중독에 영향을 미치는 사회 심리적 요인들이 무엇인가를 규명하였다. 연구결과 자존감, 자기효능감, 스트레스 요인이 인터넷 중독에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 자존감, 자기효능감, 스트레스 모두 인터넷 중독 정도에 따라 정상이용집단과 중독중후집단이 같은 집단으로, 인터넷 중독집단이 유의한 차이가 있는 집단으로 분석되었다.

이상과 같은 연구결과를 토대로 다음과 같은 제언을 한다. 첫째, 가정, 학교에서는 학생들의 목표를 명확히 수립하게 하여 정진하게 함으로써 그들의 자존감과 자기효능감을 높여야만 한다. 둘째, 둘째, 교육학습을 통해 스트레스 대처능력, 자기통제능력, 사회적응력 등을 지속적으로 증진시켜야만 한다. 셋째, 인터넷 윤리교육을 강화하고 학생들이 쉽게 상담할 수 있는 인터넷 중독예방 인프라를 확충해야만 한다.

본 연구의 제한점은 다음과 같다. 인터넷 중독에 관한 연구는 현재 지속적으로 논의 중이나 인터넷 중독과 이에 영향을 미치는 요인의 인과관계를 밝히는 연구는 드물다. 더 많은 선행연구가 요구된다. 다음으로 표본선정 과정에서 본교 재학생들과 인터넷 전자상거래 동호회의 회원들을 대상으로 설문조사 하였으나 표본의 폭이 제한적이며 응답률이 떨어지는 이유로 표본 수가 부족하다. 따라서 표본대상과 그 수를 확대하여 조사할 경우 더 유용한 연구결과를 얻을 것이라 기대된다.

참고문헌

[1] 강석수, "중학교 남학생의 인터넷 중독과 부모 자녀간의 사소통 및 양육태도와의 관계," 경남대학교 교육대학원 석사논문, 2007년.
 [2] 고영삼, 김정미, "장애청소년의 인터넷중독과 인터넷이용 특성," 한국정보문화진흥원, 제6권, 제3호, 1-58쪽, 2008년.
 [3] 고은옥, "부모 양육태도 및 부모 자녀간의 사소통과 아동

의 인터넷 중독과의 관계," 경남대학교 교육대학원 석사 논문, 2005년.
 [4] 김세운, "자아, 스트레스 및 인터넷 사용통제가 인터넷 중독에 미치는 영향," 연세대학교 석사논문, 2004년.
 [5] 김영래, 이양원, "컴퓨터 자격증 취득을 위한 사용자 프로 파일을 이용한 실시간 평가 시스템," 한국컴퓨터정보학회 지, 11권 2호, 153-158쪽, 2006년 5월.
 [6] 김재준, "청소년의 인터넷 중독과 학습동기 및 학교생활 적응과의 관계," 원광대학교 석사논문, 2003년.
 [7] 김현수, "기독 청소년들의 인터넷 중독과 스트레스 상관관계 연구," 신학대학교 선교대학원 석사논문, 2002년.
 [8] 노수원, "아동의 인터넷 중독과 스트레스 양상과의 관계," 한국교원대학교 석사논문, 2003년.
 [9] 디지털타임스, 2009년 7월 28일.
 [10] 박시혜, "인터넷 중독 청소년의 의사소통에 관한 연구 - 부모 자녀 의사소통을 중심으로," 전남대학교 행정대학원 석사논문, 2002년.
 [11] 성동학, "청소년의 인터넷 중독과 스트레스와의 관계," 원광대학교 석사논문, 2005년.
 [12] 우형진, "미디어 이용자의 자아 안정성, 성향적 미디어 이용동기, 플로우 그리고 중독에 관한 연구," 한국방송학회, 21-4, 106쪽, 2007년 1월.
 [13] 이시영, 이세용, 김은정, 오승근, "청소년 인터넷 중독과 자녀교육," 삼성생명공익재단 사회정신건강연구소, 2001년.
 [14] 정운수, 우성희, 이상호, "휴대 인터넷 환경에서 모바일 IPv6 을 이용한 인터넷 도메인간 인증," 한국컴퓨터정보학회, 11권 2호, 223-230쪽, 2006년 5월.
 [15] 조승연, "스트레스와 인터넷 중독의 관계에 대한 탐색적 연구," 성균관대학교 석사논문, 2003년.
 [16] 최명선, 최태산, 안재영, "가정의 사회적·물리적·심리적 환경 변인과 청소년의 인터넷 게임중독 성향간의 관계," 한국가족복지학회, 12권 2호, 5-27쪽, 2007년 8월.
 [17] 한국인터넷진흥원, "한국과 미국의 인터넷이용 실태비교," 2009년 7월.
 [18] 한국정보문화센터, "인터넷 이용자 수 및 이용형태에 관한 설문조사결과," 2002년.
 [19] 한국정보문화진흥원, "2008 인터넷 중독 실태조사," 2008년.
 [20] Bandura, A., "Self-Efficacy : Toward a Unifying Theory of Behavioral Change," Psychological Review, Vol. 84, pp. 191-215, 1977.

- [21] Bandura, A., "Self-Efficacy Mechanism in Human Agency," *American Psychologist*, Vol. 37, No. 2, pp. 122-147, 1982.
- [22] Bandura, A., "Self-Efficacy : The Exercise of Control," New York : W.H. Freeman and Company, 1997.
- [23] Brown, G.W., "Social Factors and the Development and Course of Depressive Disorders in Woman : A Review of a Research Program," *British Journal of Society Work*, Vol. 17, pp. 615-634, 1987.
- [24] Caver, C.S. and M.F. Scheier, "Situational Coping and Coping Dispositions in a Stressful Transaction," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 66, pp. 184-195, 1994.
- [25] Chen, G., Gully, M.S. and D. Eden, "Validation of a New General Self-Efficacy Scale," *Organizational Research Methods*, Vol. 4, No. 1, pp. 62-83, 2001.
- [26] Coopersmiths, S., "The Antecedence of Self-Esteem," California : Consulting Psychologist Press Inc., 1983.
- [27] Davis, R.A., "A Cognitive-Behavioral Model of Pathological Internet Use(PIU)," *Computers in Human Behavior*, Vol. 17, No. 2, pp. 187-195, 2001.
- [28] Goldberg, I., "Internet Addiction," Electronic Message Posted Research Discussion List, <http://www.rider.edu/users/suler/psyber/supportgp.html>, 2009년 8월 방문, 1996.
- [29] Griffiths, M., "Internet Addiction," *The Psychologist*, Vol. 12, No. 5, pp. 80-91, 1999.
- [30] ITU Statistics Database, 2007.
- [31] King, S.A., "Researching Internet Communities : Proposed Ethical Guidelines for Reporting of Results," *The Information Society*, Vol. 12, pp. 119-127, 1996.
- [32] Krout, J. and R. Coward, "Aging in Rural Environments," In R. Coward & J. Krout (Eds.), *Aging in Rural Settings : Life Circumstances and Distinctive Features*. New York : Springer Publishing Co., pp. 3-14, 1998.
- [33] Latham, G.P. and E.A. Locke, "Self-Regulation through Goal Setting," *Organizational Behavior and Human Decision Process*, Vol. 50, pp. 212-247, 1991.
- [34] Rosenberg, M., "Self Concept and Psychological Well-Being in Adolescent," In Leahy, R.L.(ed), *The Development of the Self* Academic Press Inc., 1985.
- [35] Salomon, G., "Television is Easy and Print is Tough : The Differential Investment of Mental Effort in Learning as a Function of Perceptions and Attributions," *Journal of Educational Psychology*, Vol. 76, pp. 647-658, 1984.
- [36] Suler, J., "Internet Addiction in a Nutshell," Electronic Message Posted Research Discussion List, <http://www.rider.edu/users/suler/psyber/nutshell.html>, 2009년 8월 방문, 1999.
- [37] Young, K.S., "Internet Addiction : The Emergence of a New Clinical Disorder," Paper Presented at the American Psychological Association, Toronto, Canada, Aug. 1996.
- [38] 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.
- [39] Young, K.S., "Internet Addiction : Symptoms, Evaluation and Treatment, in Innovations in Clinical Practice," Professional Resource Press, 1999.
- [40] Young, K.S., "Internet Addiction : A New Clinical Phenomenon and Its Consequences," *American Behavioral Scientist*, Vol. 48, pp. 402-415, Dec. 2004.
- [41] Young, K.S. and R. Rogers, "The Relationship between Depression and Internet Addiction," *Cyber Psychology and Behavior*, Vol. 1, No. 1, pp. 25-28, 1997.
- [42] 김응렬, "사회조사방법론의 이해," 고려대학교출판부, 183쪽, 2004년.

저자 소개



김 정 열

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



이 성 진

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