

청소년의 인터넷 중독실태 및 영향요인에 관한 연구

김 춘 미

선문대학교 간호학과 부교수

A Study on Teenagers' Internet Addiction and Influencing Factors

Kim, Chunmi

Associate Professor, Department of Nursing, Sunmoon University

Purpose: The purpose of this study was to examine teenagers' Internet addiction and to find factors influencing it. **Methods:** Data were collected from 596 middle and high school students between June 1 and June 20, 2009 with a self-rating questionnaire. The data were processed with SPSS/WIN 12.0. **Results:** (1) 20.3% of the students were spending over three hours a day in Internet use. The percentages of mild and serious Internet addiction were 22.3 and 2.1, respectively. (2) The stronger Internet addiction was, the higher stress was and the lower social support was. There was a negative correlation between stress and social support ($r = -.296, p < .01$). There was also a positive correlation between Internet addiction and stress ($r = .264, p < .01$) while a negative correlation between Internet addiction and social support ($r = -.127, p < .01$). (3) Among the subjects' characteristics, sex, school and family type, frequency of processed food intake, average daily Internet use hour and sleeping hour, subjective health perception, and satisfaction level with parents and family made difference in the Internet addiction level. **Conclusion:** The result of this study will provide useful background data for the selection of target population, stress management and social support promotion programs to prevent teenagers' Internet addiction.

Key Words : Internet addiction, Stress, Social support, Teenagers

I. 서 론

1. 연구의 필요성

우리나라는 2007년 현재 만 6세 이상 국민의 인터넷 이용률이 76.3%로, 이 중 남성이 80.8%, 여성은 70.3%이며, 연령별로는 10대 99.8%, 20대 99.3%, 30대 96.5%로 매우 높은 것으로 집계되고 있다(National Information Society Agency, 2008). 이 중 인터넷 중독실태조사에 의하면 전체 응답자 중 1.7%가 고위험 사용군이며, 7.5%가 잠재적 위험 사용군으로

분류되었다. 그리고 중독정도가 가장 높은 집단은 만 16~19세(2.9%), 남자(2.5%), 대도시 거주자(1.9%)들이며, 가장 높은 잠재적 위험 사용자군 집단은 만 9~19세 청소년들로 35.9%를 차지하는 것으로 나타났다(Korea Agency for Digital Opportunity and Promotion, 이하 KADO, 2006).

N세대 또는 사이버 세대로 명명되고 있는 청소년들은 인터넷을 통해 정보의 공유와 자신감, 개방적이고 평등한 인간관계를 유지할 수 있다는 긍정적인 측면을 가지고 있다. 그러나 인터넷 사용과 기능이 증가되고 확대되어감에 따라 최근에는 과도한 컴퓨터사용으로 야기되는 인터넷 중독에 대한 우려의 목

주요어 : 인터넷 중독, 스트레스, 사회적 지지, 청소년

* 이 논문은 2009년도 선문대학교 교내연구비의 지원을 받아 수행되었음.

* This work was supported by Sunmoon University.

Address reprint requests to : Kim, Chunmi, Department of Nursing, Sunmoon University, 100 Kalsan-ri, Tangeong-myeon, Asan 336-708, Korea. Tel: 82-41-530-2757, Fax: 82-41-530-2767, E-mail: cmchoi@chollian.net

투고일 : 2009년 8월 2일 수정일 : 2009년 9월 3일 게재확정일 : 2009년 9월 14일

소리들이 높아지고 있다. 즉, 인터넷을 통한 지나친 음란물 접촉, 그리고 게임에 대한 몰입 등의 활동에 지나치게 몰입함으로써 심리적으로나 정서적인 문제뿐만 아니라 학업, 직업 등에도 부정적인 영향을 주면서 중독증상은 사회문제로 나타나고 있는 추세이다(Young, 1996). Kraut 등(1998)은 인터넷이 의사소통 수단으로서 사람들과의 관계를 형성하는 목적으로 사용되기도 하지만, 도리어 이것이 사회활동을 대치함으로써 사회적 참여를 감소시켜 심리적 안녕을 위협하기 때문에 이를 'Internet Paradox'라고 표현하였다. Byeon과 Lee(2007)는 청소년의 46%가 인터넷 중독예방 및 치료를 위해 상담이 필요한 상태라고 하였고, KADO(2006)도 인터넷 이용의 가장 심각한 부정적 영향으로 청소년 중 87.2%가 수면 부족 등의 건강문제가 대두되고 있다고 보고하고 있다. Brenner(1997)는 특히 성장단계에 있는 중·고등학생의 경우 정신적, 정서적 발달과 정체성 확립에 장애를 초래하는 등 성인보다 훨씬 인터넷 중독으로 인한 후유증을 앓게 될 위험소지가 높은 경향이 있다고 하였다. 그 결과 청소년들에서 사회적, 학업적, 행동적 측면에서 부정적인 영향을 초래하는데, 청소년의 학업소홀, 성적저하 및 높은 결석률(Young, 1996), 퇴학, 10대의 방향, 가족의 위기, 거짓말(Young, 1998), 비도덕적 행위(KADO, 2006) 등의 문제가 제기되고 있다.

Young(1998)은 사람들이 인터넷을 사용하는 이유에 관한 연구에서, 청소년의 경우에는 성적이나 공부에 대한 압박이 심하여 이러한 현실로부터 멀어지거나 도피하고 싶을 수도 있다고 하였다. 또한 게임에 더 몰두하게 하는 스트레스 요인에는 우울이나 낮은 자존감 등 심리적 요인뿐만 아니라 외적인 환경요인도 있다고 밝히고 있다. Jung(2007)도 청소년들이 쉽게 인터넷에 중독되는 원인에는 과중한 학업에 억눌려서 하루의 대부분을 학교에서 보내며, 건전한 놀이 활동이나 가족간의 여가 활동도 부족하여 일상에서 지친 마음의 위로를 얻기 위해서 또는 입시 스트레스를 잊어버리기 위해서 인터넷 접속을 많이 하게 된다고 하였다. 이처럼 청소년기의 정체성 확립 및 학업 등으로 인한 스트레스는 인터넷 중독에 밀접한 관계가 있음을 여러 연구에서 밝히고 있다(Baik, 2002; So, 2006; Choi, Suh, & Choi, 2007).

한편, 현실세계에서 사회적인 지지를 덜 받고 있는 사람들에게 인터넷 내에서의 사회적 지지는 자신을 드러내는데 적극적이 되도록 유도하고 강화물로 작용하여 인터넷에 빠져들게 하는 요인이 되고 있다. 이와 관련하여 Lee(2007)는 중·고등학생들은 가족 간의 응집력이 부족하고 가족 내 갈등이 있거나 표현력이 부족할 때 인터넷 중독에 빠질 가능성이 높다고 하였

다. KADO(2008)의 조사에서도 인터넷 중독자는 가족 및 사회 생활에 대한 만족도가 낮고, 가족 간 갈등이 심하며, 한부모가정이나 맞벌이 가정 등 부모의 자녀지도가 불충분한 경우 증가한다고 하였다. 이 외에도 외로움이나 고독을 많이 느끼며 사회적 지지지각이 낮은 집단에서 인터넷 중독률이 높다고 한 연구(Choi et al., 2007; Chung & Kim, 2004; Young, 1997)들도 청소년들에게 가족을 포함한 사회적 지지가 중요한 영향요인임을 입증해주고 있다. 반면에 이런 결과와는 다르게 인터넷 중독과 사회적 지지 간에는 유의한 상관관계가 없다고 분석된 연구결과(Baik, 2002; Suh & Lee, 2007)도 있어서 이를 검증하는 지속적인 연구의 필요성이 제기되고 있다.

이에 본 연구에서는 일개 지역 중·고등학생들을 대상으로 인터넷 사용 및 중독실태를 알아보고, 대상자들의 일반적 특성, 스트레스와 지각된 사회적 지지가 이에 얼마나 영향을 미치는지를 파악하고자 한다. 아울러 이들이 경험하는 스트레스 및 지각하는 사회적 지지내용을 구체적으로 제시함으로써 청소년들을 위한 인터넷 중독의 예방책을 제시하고, 이를 위한 프로그램 개발에 유용한 기초자료를 제공하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구의 구체적인 목적은 다음과 같다.

첫째, 청소년들의 일반적 특성, 생활양식, 주관적 건강인식과 염려정도, 생활만족도 등을 분석한다.

둘째, 청소년들의 스트레스를 파악한다.

셋째, 청소년들이 인식하는 부모와 친구로부터 받는 사회적 지지정도를 파악한다.

넷째, 청소년들의 인터넷 중독실태를 파악한다.

다섯째, 청소년들의 인터넷 중독과 스트레스 및 사회적 지지와의 상관관계를 분석한다.

여섯째, 청소년들의 제 특성에 따른 인터넷 중독정도를 분석한다.

II. 연구방법

1. 연구설계

본 연구는 일개 지역 중·고등학생들을 대상으로 인터넷 중독 실태 및 영향요인을 파악하기 위하여 실시된 횡단적 조사연구이다.

2. 자료수집

연구대상은 Y군의 중·고등학생들로서 비확률 표출법 중 임의표출에 의해 중학교 3개교와 고등학교 3개교를 선정하였다. 자료수집기간은 2009년 6월 1일부터 6월 20일까지 이루어졌으며, 선정된 학교를 방문하여 연구의 취지와 방법을 설명한 후 연구참여에 대한 승낙을 취득하였다. 이 과정에서 학생 개인의 신상정보 등은 비밀을 유지하며, 무기명으로 처리하고 모든 자료는 연구목적외로만 사용할 것을 약속하였다. 이에 답임교사를 통해 설문지를 학생들에게 배부하도록 하였으며, 기꺼이 조사에 참여하기로 구두 동의한 청소년들에 한해서 설문지를 기입하도록 하였다. 설문지는 문헌고찰을 통해서 신뢰도와 타당도가 확립된 표준화된 도구를 사용하였으며, 설문지를 읽고 자가보고 하는 것을 원칙으로 하였다. 최종 자료분석에 포함된 설문 대상자는 총 596명이었다.

3. 연구도구

1) 청소년 스트레스

Rowlison과 Felner(1988)의 daily hassles questionnaire (DHQ), Han(1996)의 도구를 토대로 본 연구대상자에 맞게 수정, 보완하였다. 학교(성적, 학업, 교사), 친구, 가정(부모, 경제), 자기 관련 문항들로 구성된 총 10문항의 4점 척도이며 점수가 높을수록 지각된 스트레스가 높음을 의미한다. 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach $\alpha = .750$ 이었다.

2) 사회적 지지도

Park(1985), Yun(1993)의 도구를 기본 토대로 수정, 보완하였다. 사회적지지 유형은 사랑, 공감적 경청에 관한 정서적지지 2문항, 충고, 조언, 정보 제공에 관한 정보적지지 2문항, 인정, 공정한 평가에 관한 평가적지지 2문항, 돈, 물건, 서비스 등의 물질적지지 2문항으로 총 8문항으로 구성되었다. 또한 지지원에 따라 다르게 지각하는(Wolchik, Sandler, & Braver, 1987) 대상자의 특성을 고려하여 지지원을 한 지지또래로 구분해서 최근 2개월 동안 이들로부터의 지지가 어느 정도 도움이 되었는지를 체크하도록 하였다. 즉 실제 경험한 지지원에 따른 지지 유형의 효과를 평가함으로써 지각된 사회적 지지의 효율성을 측정하도록 구성하였다. 총 8문항의 4점 척도이며, 점수가 높을수록 지각된 사회적 지지의 효율성이 높음을 의미한다. 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .918$ 이었다.

3) 인터넷 중독 척도

인터넷 중독여부를 측정하기 위해 Young(1998)의 온라인 중독센터(The Center for On-line Addiction)에서 만든 인터넷 중독 검사(internet addiction test)를 사용하였다. 이 척도는 20문항으로 되어 있으며, 총점의 합으로 중독여부를 판별하는데 1점에서 5점 척도로 제작되었다. Young(1998)이 제시한 기준에 따르면 20~49점은 평균 이용자이며, 50~79점일 경우 경미한 중독자, 80점 이상이면 심각한 인터넷 중독자이다.

측정도구의 문항은 인터넷 이용시간, 인터넷 이용과 관련된 강박적 행동, 학업이나 일에서의 장애여부, 가정에서의 소홀, 대인관계의 문제, 통제조절력의 여부, 행동상의 문제, 정서적 문제 등을 포함하고 있다. 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .938$ 이었다.

4. 자료분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 12.0 프로그램을 이용하여 전산처리 하였으며, 자료분석을 위해 사용한 통계방법은 다음과 같다.

- 대상자의 제 특성 등은 백분율과 빈도로 산출하였다.
- 측정도구의 신뢰도는 Cronbach alpha 계수를 산출하였다.
- 대상자의 제 특성에 따른 인터넷 중독에 관한 차이를 검증하기 위하여 변수특성에 따라 t-test와 ANOVA를 이용하였다.
- 대상자의 스트레스, 사회적 지지 및 인터넷 중독의 상관관계를 분석하기 위하여 Pearson's correlation coefficients를 산출하였다

III. 연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

대상자들은 중학생과 고등학교의 비율 및 학년별 비율이 비교적 균등하게 분포되어 있다. 이들의 일반적 특성을 살펴보면 중학생이 48.8%, 고등학생이 51.2%였으며, 고등학생의 경우에는 중합(실업계) 고등학생이 27.4%, 일반(인문계)고등학생이 72.6%였다. 대상자들이 인식하는 가정의 경제적 수준은 보통이다가 84.4%로 가장 많았으며, 어려운 편이 10.6%, 그리고 잘사는 편이 5.0%의 순이었다. 동거가족형태에서는 양친부모와 함께 살고 있는 경우가 86.5%로 가장 많았으며, 부모의 이혼이나 사망으로 인한 한부모가족이 10.3%이고, 부모가 아닌 다른 친척과 살고 있는 경우도 3.2%있었다. 대상자들의 생활

양식행태를 알아보기 위하여 식습관, 운동 및 수면에 대해 분석하였다. 식습관으로 아침식사와 가공식품 섭취율을 살펴 본 결과, 매일 아침식사를 하는 비율은 58.7%였고, 전혀 먹지 않는 비율도 9.8%나 되었다. 가공식품 섭취 빈도를 분석한 결과 일주일에 2회 미만 섭취하는 경우는 54.5%였고, 7회 이상 먹는 비율도 15.5%나 되었다. 규칙적인 운동실천율은 비교적 낮았는데, 일주일에 3회 이상 운동을 하는 대상자들은 28.6%뿐이었다. 수면행태로 평균수면시간을 분석한 결과 수면부족이라고 응답한 경우가 52.9%나 되었으며, 이들의 수면부족이유로는 숙제 및 과제 때문이 33.3%로 가장 많았으며, 인터넷 때문이 19.1%를 차지하였다.

이들 청소년들이 지각하는 건강상태, 자신이 생활하는 가정, 학교 및 친구관계에 대한 만족도를 분석한 결과, 주관적 건강 인식도는 비교적 긍정적으로 나타나 62.1%의 청소년들은 스스로 건강하다고 인식하고 있었다. 생활만족도 중 가정과 부모님에 대해서는 59.7%가 만족한다고 응답하였으며, 교사 및 학교 생활에 대해서는 27.6%가 만족한다고 응답하여 가족보다는 학교에 대한 불만족도가 더 높은 것으로 나타났다. 학업성취도와 관련해서는 단지 12%의 학생들만이 만족한다고 응답한 반면, 친구관계에서는 57.1%의 학생들이 만족한다고 응답하였다. 따라서 청소년들의 생활만족도는 크게 가족, 친구, 학교, 그리고 성적의 순으로 분석되었다(Table 1).

2. 청소년의 스트레스 및 사회적 지지

청소년들의 스트레스를 학교(성적, 학업, 교사), 친구, 가정(부모, 경제), 자기 관련 문항들로 구성된 측정도구로 분석한 결과 청소년들이 가장 높게 받는 스트레스는 미래에 대한 불확실성, 성적, 시험의 순이었다. 반면에 성적욕구, 친구관계, 그리고 가정의 경제적인 측면에서는 스트레스를 적게 받는 것으

Table 1. General Characteristics, Life Style, Subjective Health Perception & Life Satisfaction

Categories	Items	n (%)
Gender (N = 596)	Female	273 (46.2)
	Male	318 (53.8)
Type of school (N = 592)	Middle school	289 (48.8)
	High school	83 (14.0)
	Comprehensive General	220 (37.2)
Economic status (N = 596)	Good	30 (5.0)
	Average	503 (84.4)
	Poor	63 (10.6)

Table 1. General Characteristics, Life Style, Subjective Health Perception & Life Satisfaction (Continued)

Categories	Items	n (%)
Living together (N = 593)	With parents	513 (86.5)
	Single parent (divorce or separation)	42 (7.1)
	Single parent (death)	19 (3.2)
	Other relatives	19 (3.2)
Breakfast intake (N = 562)	Everyday	330 (58.7)
	Often	118 (21.0)
	Seldom	59 (10.5)
	Never	55 (9.8)
Processed food intake frequency per week (N = 561)	More than 7 times	87 (15.5)
	3 ~ 4 times	168 (30.0)
	2 times	203 (36.2)
	Below 2 times	49 (8.7)
	Seldom	54 (9.6)
Regular exercise frequency per week (N = 562)	More than 7 times	56 (9.9)
	5 times	31 (5.5)
	3 ~ 4 times	74 (13.2)
	1 ~ 2 times	214 (38.1)
	Seldom	187 (33.3)
Average daily hours of sleep (N = 592)	Sufficient	108 (18.2)
	Average	171 (28.9)
	Slight insufficient	129 (21.8)
	Very insufficient	184 (31.1)
Reason of sleep insufficiency (N = 513)	TV watching	119 (23.2)
	Friend	34 (6.6)
	Internet	98 (19.1)
	Study	171 (33.3)
	Others	91 (17.7)
Subjective health perception (N = 594)	Very healthy	87 (14.6)
	Relatively healthy	282 (47.5)
	Moderate	168 (28.3)
	Relatively unhealthy	53 (8.9)
	Very unhealthy	4 (0.7)
Satisfaction level with parents & family (N = 595)	Very dissatisfied	8 (1.3)
	Relatively dissatisfied	56 (9.4)
	Moderate	176 (29.6)
	Relatively satisfied	216 (36.3)
	Very satisfied	139 (23.4)
Satisfaction level with school (N = 594)	Very dissatisfied	38 (6.4)
	Relatively dissatisfied	115 (19.4)
	Moderate	277 (46.6)
	Relatively satisfied	136 (22.9)
	Very satisfied	28 (4.7)
Satisfaction level with school record (N = 595)	Very dissatisfied	64 (10.8)
	Relatively dissatisfied	214 (36.0)
	Moderate	246 (41.3)
	Relatively satisfied	67 (11.3)
	Very satisfied	4 (0.7)
Satisfaction level with friends (N = 593)	Very dissatisfied	2 (0.3)
	Relatively dissatisfied	20 (3.4)
	Moderate	173 (29.2)
	Relatively satisfied	258 (43.5)
	Very satisfied	140 (23.6)

로 나타났다(Table 2).

그리고 청소년들의 사회적 지지 정도를 분석한 결과 부모로부터 받는다고 지각하는 지지는 필요로 하는 돈이나 물건제공, 공정한 평가, 직·간접적인 도움제공의 순으로 높았다. 반면에 모르는 것을 깨닫게 하거나 고민거리를 경청 또는 자신이 하는 일을 진심으로 인정해주는 부분에서는 낮은 지지를 받는 것으로 나타났다. 한편, 친구들로부터 받는다고 인식하는 지지는 이야기 경청, 유용한 의견 및 정보제공, 친밀감과 사랑의 표시 등의 순으로 높았던 반면, 물질적 제공, 공정한 평가, 인정해주는 부분에서는 상대적으로 낮았다(Table 3).

3. 일일 평균 인터넷 사용시간 및 인터넷 중독정도

대상자들의 일일 평균 인터넷 사용시간과 인터넷 중독정도를 분석한 결과는 Table 4와 같다. 인터넷을 하루에 평균 1~2 시간 정도 한다고 응답한 비율이 50.8%로 가장 많았으며, 3시간 이상 하는 비율은 20.3%였다. 인터넷 중독 정도를 분석한 결과 경미한 중독비율은 22.3%였으며, 심각한 중독비율은 2.1%였다.

4. 스트레스, 사회적 지지와 인터넷 중독간의 상관관계

대상자들의 인터넷 중독정도에 따른 스트레스와 사회적 지지도의 차이를 검증한 결과, 인터넷 중독정도가 심할수록 스트레스가 더 많은 것으로 나타났다. 사회적 지지도의 경우에는 인터넷 정상 이용자들이 인터넷 중독자들에 비해서 높은 것으로 나타났지만, 경미한 중독자와 심각한 중독자의 비교에서는 오히려 작은 차이로 경미한 중독자군의 지지도가 더 낮은 것으로 분석되었다(Table 5).

세 변수간의 상관관계를 분석한 결과 스트레스와 사회적 지지는 부의 상관관계를 나타냈다. 즉, 사회적 지지가 낮을수록 스트레스는 높게 인식하는 것으로 분석되었다. 인터넷 중독정도와 사회적 지지도는 부의 상관관계를 보이고 있는 반면 스트레스 정도와는 정의 상관관계를 나타내고 있다(Table 6). 이러한 결과는 청소년들의 인터넷 중독에 영향을 미치는 변수들로서 사회적 지지가 높고 스트레스가 낮을수록 그 가능성이 낮아질 것임을 시사하고 있다.

5. 대상자의 제 특성에 따른 인터넷 중독정도

대상자들의 일반적 특성과 생활양식에 따른 인터넷 중독정

Table 2. The Stress

Stress items	M ± SD
Appearance and personality	1.42 ± 0.86
Parent's meddling	1.27 ± 0.92
Test	1.73 ± 0.94
Relationships with the opposite sex	1.02 ± 0.93
Teacher's scolding	0.97 ± 0.88
Sexual desire	0.58 ± 0.73
Financial hardship	0.67 ± 0.82
School record	2.03 ± 0.98
Friends	0.66 ± 0.80
Future way, aptitude, continue studies at a higher level	2.10 ± 0.95

Table 3. Perceived Social Support

Support items	Relationship	M ± SD
They demonstrate affinity and love	Parents	3.14 ± 0.83
	Friends	3.09 ± 0.76
They wakened me to realize what I don't know	Parents	3.07 ± 0.83
	Friends	3.06 ± 0.75
They provided money & things which I need	Parents	3.38 ± 0.73
	Friends	2.50 ± 0.87
They evaluated me fairly whether I was right or wrong	Parents	3.31 ± 0.78
	Friends	2.92 ± 0.84
They listened attentively my story & mental agony	Parents	3.07 ± 0.93
	Friends	3.18 ± 0.85
They helped (in) directly whenever I needed	Parents	3.29 ± 0.80
	Friends	3.09 ± 0.79
They appreciated sincerely what I was doing	Parents	3.09 ± 0.91
	Friends	3.02 ± 0.81
They provided useful opinion & information	Parents	3.20 ± 0.82
	Friends	3.16 ± 0.81

Table 4. Daily Internet usage Hour and Internet Addiction Status

Categories	Items	n (%)
Daily internet usage hour (N = 561)	Seldom	162 (28.9)
	1 ~ 2 hours	285 (50.8)
	3 ~ 4 hours	79 (14.1)
	> 4 hours	35 (6.2)
Internet addiction status (N = 565)	Average user	427 (75.6)
	Mild addict	126 (22.3)
	Serious addict	12 (2.1)

Table 5. Stress and Social Support Differences by Internet Addiction

Categories		Stress			Social support		
		M ± SD	F	p	M ± SD	F	p
Internet addiction	Average user	11.81 ± 4.75	21.76	.000*	50.26 ± 8.82	5.44	.005*
	Mild addict	14.83 ± 4.40			47.28 ± 7.81		
	Serious addict	15.45 ± 6.41			48.83 ± 9.69		
	Total	12.54 ± 4.88			49.57 ± 8.70		

*p < .01.

Table 6. The Correlation among Stress, Social Support and Internet Addiction

Pearson's correlation coefficients	Stress	Social support	Internet addiction
Stress	1		
Social support	-.296*	1	
Internet addiction	.264*	-.127*	1

*p < .01.

도의 차이를 살펴 본 결과 일반적 특성에서는 성별, 학교유형, 가족동거형태에 따라서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉, 인터넷 중독점수가 여학생의 경우 평균 36.73 ± 13.80인 것에 비해 남학생은 42.19 ± 16.23로 높았다. 학교유형에 따른 차이에서는 중학생의 평균점수가 41.34 ± 15.29로, 중합계(35.11 ± 13.39), 인문계(39.56 ± 15.96) 고등학생들보다 높은 것으로 나타났다. 가족동거형태에서는 양친부모와 함께 사는 학생들에서 중독점수(39.06 ± 14.60)가 가장 낮았던 반면, 부모님이 아닌 조부모 등의 친척과 동거하는 학생들의 점수(45.88 ± 22.57)가 가장 높았다. 한 부모가정의 경우 부모님 중 어느 한 분이 사망한 경우(39.94 ± 17.26)보다는 부모님의 이혼이나 별거 등의 이유로 한쪽 부모와 사는 학생들(45.85 ± 18.50)에서 인터넷 중독점수가 더 높은 것으로 나타났다.

대상자들의 생활양식에 따른 인터넷 중독정도의 차이에서는 가공식품섭취정도, 일일평균 인터넷 사용시간 및 수면량에 따라서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉, 매일 가공식품을 섭취한다는 군에서 인터넷 중독 점수가 44.46 ± 16.01로 가장 높았으며, 가공식품을 1주일에 2회 미만으로 섭취한다고 응답한 대상자들에서 34.12 ± 12.49로 가장 낮았다. 인터넷 중독 점수는 일일평균 인터넷 사용시간에 비례하는 것으로 나타났는데, 하루에 4시간 이상 인터넷을 한다고 응답한 경우의 중독 점수가 52.03 ± 17.55로 가장 높았으며, 인터넷 사용을 거의 하지 않는다는 학생들의 점수가 32.09 ± 12.79로 가장 낮았다. 수면량에 따른 중독점수에서도 수면시간이 불충분하다고 응답한 대상자들의 중독점수가 43.35 ± 16.93로, 수면량이 충

분하다고 응답한 대상자들의 점수 35.25 ± 14.37)보다 현격히 높은 것으로 나타났다(Table 7).

대상자들이 지각하는 건강상태 및 가족, 학교, 성적과 친구 관계에 대한 만족도에 따른 인터넷 중독정도의 차이를 살펴 본 결과 주관적 건강인식도와 가족의 만족도에 따라서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 자신의 건강을 긍정적으로 인식하는 학생들보다는 부정적으로 인식하는 학생들에서 인터넷 중독점수가 더 높은 것으로 나타났다. 그리고 대체로 부모님과 가족에 대한 만족도가 높은 경우 보다는 만족도가 낮은 경우의 학생들에서 인터넷 중독점수가 높은 것으로 나타났다(Table 8).

IV. 논 의

청소년기는 생애주기 중 어느 발달 단계보다도 신체적, 성적으로 급격히 성숙해가며 정서와 인지 및 지적인 발달을 경험하게 된다. 또한 사회적 역할확대와 그에 따른 복잡한 적응문제, 교우관계의 확대 및 이성문제, 기성세대와의 가치관 차이, 학업과의 갈등 등 다양한 정서경험을 야기하는 상황에 대처해야 하는 어려움 속에서 갈등하고 방황하게 된다. 이러한 발달특성을 가진 청소년들은 연령, 언어, 행동의 제한이 없으며, 자율성과 익명성이 보장되는 인터넷의 가상세계에 매료되어 쉽게 빠져들게 된다. 아울러 인터넷이 가지는 쌍방향성 즉, 가상의 세계에서 많은 사람들을 즉각적으로 만날 수 있고, 이러한 만남을 통해 새로운 사람들을 사귀게 되면서 인터넷에 중독이 되고 있다(King, 1996).

본 연구에서 청소년들의 인터넷 중독률은 경미한 중독이 22.3%였고 심각한 중독이 2.1%인 것으로 나타났다. 그런데 이러한 중독비율은 측정도구에 따라서 많은 편차를 보이고 있는데, 중학생을 대상으로 한 Byeon과 Lee(2007)의 연구에서는 중독군이 19%, 잠재중독군이 27%라고 하여 본 연구대상자 중 중학생의 인터넷 중독 비율(심각한 중독 2.6%, 경미한 중독 23.6%)과 큰 차이를 보이고 있다. 그런데 위의 연구와 동일한 측정도구로 중학생을 분석한 Sohn(2007)의 연구에서는 고위

Table 7. Internet Addiction Differences by General Characteristics and Life Style

Categories	Items	n	M ± S.D	t or F	p
Gender	Female	257	36.73 ± 13.80	18.07	.000**
	Male	304	42.19 ± 16.23		
Type of school	Middle school	271	41.34 ± 15.29	5.26	.005**
	High school				
	Comprehensive General	82 208	35.11 ± 13.39 39.56 ± 15.96		
Economic status	Good	29	38.79 ± 17.99	1.203	.301
	Average	475	39.39 ± 14.67		
	Poor	61	42.56 ± 18.95		
Living together with	Parents	490	39.06 ± 14.60	3.320	.020*
	Single parent (divorce or separation)	39	45.85 ± 18.50		
	Single parent (death)	17	39.94 ± 17.26		
	Other relatives	17	45.88 ± 22.57		
Breakfast intake	Everyday	330	39.55 ± 15.69	0.960	.411
	Often	118	38.75 ± 14.95		
	Seldom	59	38.95 ± 13.40		
	Never	55	42.82 ± 16.34		
Processed food intake frequency per week	More than 7 times	87	44.46 ± 16.01	5.080	.001**
	3 ~ 4 times	168	41.23 ± 16.51		
	2 times	203	38.60 ± 14.34		
	Below 2 times	49	34.12 ± 12.49		
	Seldom	54	36.52 ± 14.71		
Regular exercise frequency per week	More than 7 times	56	40.77 ± 16.52	0.934	.444
	5 times	31	34.65 ± 11.63		
	3 ~ 4 times	74	39.64 ± 15.35		
	1 ~ 2 times	214	39.77 ± 14.72		
	Seldom	187	40.10 ± 16.35		
Daily internet usage hour	Seldom	162	32.09 ± 12.79	36.624	.000**
	1 ~ 2 hours	285	39.71 ± 13.34		
	3 ~ 4 hours	79	49.06 ± 16.9		
	More than 4 hours	35	52.03 ± 17.55		
Average daily hours of sleep	Sufficient	101	35.25 ± 14.37	7.737	.000**
	Average	166	37.52 ± 13.65		
	Slight insufficient	119	40.87 ± 14.83		
	Very insufficient	176	43.35 ± 16.93		

*p < .05, **p < .01

험 사용자군이 3%, 잠재적 위험 사용자군이 13%라고 제시하고 있다. 그러나 본 연구와 동일한 측정도구를 사용하여 중학생을 대상으로 분석한 Joo(2007)의 연구에서도 심각한 중독률이 1.9%, 경미한 중독률은 40.2%라고 제시하고 있어서 청소년 인터넷 중독률을 단순 비교하기는 쉽지 않다. 이는 어떤 측정도구이든지 자가 보고식으로 기입하는 설문지가 가지는 한계점으로 여겨지며, 연구결과의 일반화를 위해서는 지속적으로 반복연구가 이루어져야 할 것으로 생각된다.

인터넷 중독에 영향을 미치는 인구사회학적 변수로는 여러 연구(Lee, 2007; Han, 2008)에서 일관되게 성별에서 남성들의 인터넷 중독자 비율이 여성들보다 높은 것으로 제시되고 있

다. 본 연구에서도 남학생들이 여학생들보다 인터넷 중독점수가 월등히 높은 것으로 나타났는데 이는 인터넷 중독에 관한 모형을 개발한 연구에서 성별이 중독에 가장 큰 영향을 미치는 변인이라고 밝힌 Cho와 Lee(2004)의 연구결과와 일치한다. 이러한 성별차이가 나는 이유로 Han(2008)은 남성이 여성보다 기계를 다루는데 두려움이 적기 때문이라고 하였으며, 인터넷일일평균 이용시간 자체도 남학생이 여학생보다 훨씬 많다고 밝힌 바 있다. 가족동거형태에서는 양부모와 사는 학생들보다 한 부모 가정 또는 부모가 아닌 친척과 동거하는 학생들의 중독점수가 현격히 높은 것으로 분석되었는데, 이는 KADO(2008)의 보고에서 양부모 자녀의 중독률이 13.9%인 것에 비해 한 부모

Table 8. Internet Addiction Differences by Subjective Health Perception & Life Satisfaction

Categories	Items	n	M ± SD	t or F	p
Subjective health perception	Very healthy	79	35.86 ± 12.50	3.428	.009*
	Relatively healthy	269	38.68 ± 14.66		
	Moderate	160	42.23 ± 16.34		
	Relatively unhealthy	51	43.24 ± 18.26		
	Very unhealthy	4	44.25 ± 15.59		
Satisfaction level with parents & family	Very dissatisfied	8	41.00 ± 13.37	5.461	.000**
	Relatively dissatisfied	52	44.77 ± 19.02		
	Moderate	168	42.56 ± 15.32		
	Relatively satisfied	205	38.62 ± 14.07		
	Very satisfied	131	35.76 ± 14.84		
Satisfaction level with school	Very dissatisfied	38	37.26 ± 15.27	1.498	.201
	Relatively dissatisfied	108	40.44 ± 15.93		
	Moderate	263	40.69 ± 14.80		
	Relatively satisfied	130	38.83 ± 16.42		
	Very satisfied	24	34.04 ± 12.03		
Satisfaction level with school record	Very dissatisfied	60	43.00 ± 18.30	1.360	.247
	Relatively dissatisfied	208	40.24 ± 15.37		
	Moderate	228	38.28 ± 14.05		
	Relatively satisfied	65	40.49 ± 16.49		
	Very satisfied	3	40.33 ± 20.00		
Satisfaction level with friends	Very dissatisfied	2	42.50 ± 31.82	1.672	.155
	Relatively dissatisfied	19	45.16 ± 15.46		
	Moderate	165	41.20 ± 16.47		
	Relatively satisfied	245	39.54 ± 14.43		
	Very satisfied	131	37.53 ± 15.35		

* $p < .05$, ** $p < .01$

가정의 자녀 중독률이 22.3%로 8.4%나 높다는 결과와 일치한다. 따라서 본 연구결과 부모 및 가정의 정서적 안정과 지지가 청소년들의 인터넷 사용에 영향을 미치는 중요변수임이 재확인 되었다고 본다.

인구사회학적 변수의 하나인 학년에 따른 인터넷 중독의 차이에 대해서 본 연구에서는 중학생들의 중독이 고등학생들보다 더 높은 것으로 나타났는데, 이는 Lee(2007)의 연구결과와 일치한다. 그러나 Baik(2002)의 연구에서는 반대의 결과도 출되었는데, 고등학생이 중학생보다 대학입시라는 중압감에 따른 고민이 많고, 학업관련 스트레스를 해소하기 위한 방편으로 중학생보다 인터넷에 더욱 몰입한다고 그 이유를 설명하고 있다. 따라서 좀 더 다양한 표본을 대상으로 이 변수의 영향력을 검증할 필요가 있어 보인다.

본 연구에서 청소년의 생활양식에 따른 인터넷 중독 정도를 살펴본 결과 가공식품 섭취횟수, 일일평균 인터넷사용시간과 수면충족도에 따라서 인터넷 중독정도에 유의한 차이를 보였다. 이는 인터넷에 중독되어 있는 학생들이 가공식품을 많이 섭취하고 있으며, 하루에 인터넷을 사용하는 시간이 많기 때문에 적정수면을 취하지 못해 수면부족과 피곤함을 호소하는 것

을 증명해 주고 있다. 식습관과 관련된 본 연구결과는 인터넷 사용수준이 과다해질수록 바람직하지 못한 식이행태를 보이고 (Han, Oh, & Jang, 2003), 식사속도가 빨라지며(Kang, 2002), 간식구매빈도가 증가한다는 연구(Lee, 2002)와 맥을 같이하고 있다.

본 연구결과 청소년들의 인터넷 중독에 스트레스와 사회적 지지가 영향을 미치는 것으로 나타났는데 즉, 인터넷에 중독된 집단에서 이 두변수의 점수가 유의하게 차이가 나는 것으로 나타났다. 이는 스트레스 지각수준과 인터넷 중독이 유의한 상관관계가 있다고 한 Baik(2002), So(2006)의 연구들과 일치하고 있다. 특히 So(2006)는 스트레스 지각수준 중 가족관련, 친구관련, 생활환경과 관련해 스트레스를 많이 받으면 인터넷 중독의 위험이 높아진다고 주장하였는데, 본 연구결과에서 청소년들이 가장 높게 받는 스트레스는 미래에 대한 불확실성, 성적, 시험의 순이었다. 반면에 성적욕구, 친구관계, 그리고 가정의 경제적인 측면에서는 스트레스를 적게 받는 것으로 나타났다.

그리고 사회적 지지에 관한 본 연구결과는 지각된 사회적 지지가 높을수록 인터넷 중독비율이 낮아진다고 한 선행연구(Cho & Lee, 2004; Choi et al., 2007; Chung & Kim, 2004)

결과와도 일치하고 있다. 한편, Han(2008)의 연구에서는 사회적 지지가 남자 대학생들의 인터넷 중독에는 영향을 미치는 변수이나 고등학생들의 경우에는 유의한 효과가 없다고 하여 본 연구와 상이한 결과를 보고하고 있는데 이는 측정도구의 차이에서 기인하는 것으로 보여진다.

또한 변수 간 상관관계에서 본 연구에서는 스트레스와 사회적 지지는 부의 관계, 인터넷 중독정도와 사회적 지지도도 부의 관계를 보이고 있는 반면, 스트레스 정도와는 정의 관계를 나타내고 있다. 이러한 결과는 인터넷 중독의 비율은 낮추기 위해서는 청소년들의 스트레스를 감소시켜야 하며, 동시에 사회적 지지를 증가시켜야 함을 시사해주고 있다. 스트레스 감소의 대책으로는 연구결과가 제시하는 것처럼 청소년들이 스트레스를 많이 받고 있는 미래에 대한 진로결정 및 적성 등의 불확실성을 제거해주고 학업성취에 대한 긍정적 자세를 가질 수 있도록 지지하고 격려해주는 전략이 필요하다고 생각된다. 본 연구에서 사회적 지지를 분석한 결과 청소년들은 부모로부터 물질적 지지나, 공정한 평가, 직·간접적인 도움제공의 순으로 점수가 높았던 반면 모르는 것을 깨닫게 하거나 고민거리를 경청 또는 자신이 하는 일을 진심으로 인정해주는 부분에서는 낮은 지지를 받는 것으로 나타났다. 한편, 친구들로부터 받는다고 인식하는 지지는 이야기 경청, 유용한 의견 및 정보제공, 친밀감과 사랑의 표시 등의 순으로 높게 나타난 반면, 물질적 제공, 공정한 평가, 인정해 주는 부분에서는 상대적으로 낮게 나타났다. 따라서 이들이 지지를 덜 받는다고 생각하고 있는 자기인정욕구 등을 충족시켜줄 수 있는 대책을 마련하여 청소년들이 정서적으로 편안하고 안정감을 유지할 수 있도록 하는 사회적 지지 증진 프로그램이 필요하다고 사료된다.

한편 Choi 등(2007), Suh와 Lee(2007)의 연구에서는 스트레스와 사회적 지지 간에 유의한 상관관계가 없다고 한 바 있는데, 이러한 차이는 측정도구 및 연구대상자의 차이 때문에 기인하는 것으로 생각된다. 따라서 동일한 측정도구를 가지고 변수간의 관계를 파악하기 위한 반복연구의 필요성이 있다.

이상의 논의에서 언급된 바와 같이 인터넷에 중독된 학생들의 비율과 영향요인은 연구마다 조금씩 차이를 보이고는 있지만 중요한 것은 그 비율이 점점 증가하고 있다는 사실이다. 따라서 차세대의 주역인 청소년들이 병적으로 인터넷에 몰입하고 그로 인해 자신이 속한 사회적 환경에서 정상적인 활동과 소통을 하지 못하는 사태로까지 악화되지 않도록 지속적인 연구와 국가적 관심이 기울어져야 할 것이다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 중·고등학생들을 대상으로 인터넷 중독의 정도를 알아보고, 대상자들의 일반적 특성, 스트레스와 지각된 사회적 지지가 이에 얼마나 영향을 미치는지를 파악하고자 시도된 횡단적 조사연구이다. 연구대상은 임의표출에 의해 중학교와 고등학교 각 3개교에서 선정된 596명의 학생들이었으며, 2009년 6월 1일부터 6월 20일에 걸쳐 설문지를 배부하여 자료수집을 실시하였다. 수집된 자료는 SPSS/WIN 12.0 프로그램을 이용하여 전산처리 하였으며, 자료분석을 위해 서술적 통계, Cronbach α , t-test, ANOVA, 그리고 Pearson's correlation coefficients를 산출하였다. 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 청소년들이 가장 높게 받는 스트레스는 미래에 대한 불확실성, 성적, 시험의 순이었다. 반면에 성적욕구, 친구관계, 그리고 가정의 경제적인 측면에서는 스트레스를 적게 받는 것으로 나타났다.

둘째, 부모로부터 받는다고 지각하는 지지는 필요로 하는 돈이나 물건제공, 공정한 평가, 직·간접적인 도움제공의 순으로 높았던 반면 모르는 것을 깨닫게 하거나 고민거리를 경청 또는 자신이 하는 일을 진심으로 인정해주는 부분에서는 낮은 지지를 받는 것으로 나타났다. 한편, 친구들로부터 받는다고 인식하는 지지는 이야기 경청, 유용한 의견 및 정보제공, 친밀감과 사랑의 표시 등의 순으로 높게 나타난 반면, 물질적 제공, 공정한 평가, 인정해 주는 부분에서는 상대적으로 낮게 나타났다.

셋째, 하루에 평균 3시간 이상 인터넷을 하는 비율은 20.3%였고, 경미한 인터넷 중독비율은 22.3%였으며, 심각한 인터넷 중독비율은 2.1%였다.

넷째, 인터넷 중독정도가 심할수록 스트레스가 더 많은 것으로 나타났다. 사회적 지지도의 경우에는 인터넷 정상 이용자들이 인터넷 중독자들에 비해서 높은 것으로 나타났지만, 경미한 중독자와 심각한 중독자의 비교에서는 오히려 작은 차이로 경미한 중독자군의 지지도가 더 낮은 것으로 분석되었다

다섯째, 상관관계를 분석한 결과 스트레스와 사회적 지지는 부의 상관관계를 나타냈다. 즉, 사회적 지지가 낮을수록 스트레스는 높게 인식하는 것으로 분석되었다. 인터넷 중독정도와 사회적 지지도는 부의 상관관계를 보이고 있는 반면 스트레스 정도와는 정의 상관관계를 나타내고 있다.

여섯째, 대상자들의 제 특성에 따른 인터넷 중독정도의 차이를 살펴 본 결과 성별, 학교유형, 가족동거형태, 가공식품섭취 정도, 일일평균 인터넷 사용시간 및 수면량, 주관적 건강인식

도, 그리고 가족의 만족도에 따라서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

이러한 연구결과는 학교보건실무에서 점차 증가하고 있는 청소년 인터넷 중독을 예방하고 관리할 수 있는 전략을 마련하는데 유용한 근거자료가 될 것이다. 즉, 청소년들이 스트레스를 많이 받는 부분에 대한 이해와 이를 건전하고 건강한 방법으로 해소할 수 있는 대처방안을 마련함과 동시에 청소년들이 긍정적인 정체성을 확립할 수 있도록 격려해주고 인정해주는 사회적 지지체계를 마련하는 것이 인터넷 중독의 가능성을 줄이는 최선책이 될 것이다. 아울러 연구결과에서 제시하는 것처럼 인터넷 중독의 위험이 높은 집단 즉, 결손가정, 남학생들에 대해서는 보다 집중적인 인터넷 예방에 대한 학교차원의 관심과 노력이 요구된다. 본 연구결과를 토대로 다음과 같이 후속연구를 제안한다.

첫째, 청소년 인터넷 중독자들을 대상으로 스트레스 관리 프로그램과 사회적 지지증진 프로그램을 시행하여 그 효과를 살펴보는 후속연구가 필요하다.

둘째, 인터넷에 중독된 학생들의 건강상태와 건강행위를 좀 더 심층적으로 분석하여 이들의 건강을 증진시킬 수 있는 전략을 마련하는 연구가 필요하다.

REFERENCES

- Baik, M. Y. (2002). *Influence that the stress, social support, and self-esteem of teenagers have on internet*. Unpublished master's thesis, Sungshin women's University, Seoul.
- Brenner, V. (1997). Psychology of computer use: XI. VII parameters of internet use, abuse and addiction: The first 90 days of the internet usage survey. *Psychological Reports*, 80, 879-882.
- Byeon, Y. S., & Lee, H. S. (2007). The effects of internet addiction on mental health among adolescents. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, 18(3), 460-468.
- Cho, Y. R., & Lee, H. J. (2004). A study on a model for internet addiction of adolescents. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 34(3), 541-551.
- Choi, Y. H., Suh, B. D., & Choi, E. H. (2007). Stress and social support according to internet addiction. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, 18(3), 452-459.
- Chung, H. K., & Kim, K. H. (2004). Internet addiction, social support and psychological factors in adolescents. *Journal of Korean Academy of Child Health Nursing*, 10(4), 406-412.
- Han, G. H. (2008). *A study on comparison of effect to internet addiction for adolescents and university students*. Unpublished Doctoral Dissertation, Hanseo University, Seosan.
- Han, M. H. (1996). *A study on stress, perceived social supports, and behavior problems of children*. Unpublished doctoral dissertation, Seoul National University, Seoul.
- Han, S. H., Oh, B. C., & Jang, I. S. (2003). A comparative study on the health promotion behavior between average internet users and excessive internet users in middle school students. *The Journal of Korean Community Nursing*, 14(1), 66-74.
- Joo, A. R. (2007). Correlations among internet games addiction, self esteem and physical health in middle school students. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, 18(2), 331-339.
- Jung, Y. H. (2007). *A research on internet addiction of 6th grade students at elementary school in Koseong, Keongnam*. Unpublished master's thesis, Chinju National University of Education, Jinju.
- Kang, Y. (2002, spring). *A study on the change of diet for elementary school students*. paper presented at the meeting of the Korean society of school health, Seoul.
- King, S. A. (1996). Is the internet addictive, or are addicts using the internet? <http://rdz.stjohns.edu/~storm/iad.html>
- Korea Agency for Digital Opportunity and Promotion (2006). *The survey of 2006 Internet Addiction*. Retrieved July 31, 2009 from, <https://www.kado.or.kr/>
- Korea Agency for Digital Opportunity and Promotion (2008). *The survey of 2008 Internet Addiction*. Retrieved July 31, 2009, from <https://www.kado.or.kr/>
- Kraut, R., Patterson, J., Landmark, V., Kiesler, S., Mukopadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being. *American Psychologist*, 53(9), 1017-1031.
- Lee, H. D. (2007). *Research of the primary factors related to internet addiction of teenagers in a middle and high school*. Unpublished master's thesis, Woosuk University, Wanju.
- Lee, J. (2002). *Computer excessive use and diet*. Paper Presented at the Meeting of the Korean Society of School Health, Seoul, Korea.
- National Information Society Agency (2008). *2008 National Informatization White Paper*. Retrieved July 31, 2009, from <http://www.nia.or.kr/>
- Park, J. W. (1985). *A study to development a scale of social support*. Unpublished Doctoral Dissertation, Yonsei University, Seoul.
- Rowlison, R. T., & Felner, R. D. (1988). Major life events, hassles, and adaptation in adolescence: Confounding in the conceptualization and measurement of life stress and adjustment revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(3), 432-444.
- So, B. H. (2006). *A study on the relationship in the method of coping with the stress and the perceptible level of stress by internet addictive user's among youth*. Unpublished Doctoral Dissertation, Sungkyungyan University, Seoul.
- Sohn, J. S. (2007). *A study on the difference in internet activities, career attitude maturity, social support, self-control according to the level of internet addiction among middle school students*. Unpublished master's thesis, Sookmyung Woman's University, Seoul.
- Suh, S. Y., & Lee, Y. H. (2007). The relationships between daily hassles, social support, absorption trait and internet addiction. *Korean Journal of Psychology*, 26(2), 391-405.
- Yun, H. J. (1993). *A perception of everyday stress and social network*

- support in adolescence*. Unpublished master's thesis, Seoul National University, Seoul.
- Wolchik, S. A., Sandler, I. N., & Braver, S. L. (1987). Social support: Its assessment and relation to children's adjustment. In N. Eisenberg (Ed.). *Contemporary topics in developmental psychology* (pp. 319-348). New York: Wiley.
- Young, K. S. (1996). Internet can be as addicting as alcohol, drugs, and gambling. An APA news release, <http://www.apa.org/releases/internet.html>
- Young, K. S. (1997). *What makes the internet addictive: Potential explanation for pathological internet use*. Paper presented at the 105th annual meeting of the American psychological association. Chicago.
- Young, K. S. (1998). *Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery*. New York: John Wiley & Sons, Inc.