

초등학생의 인터넷 과다 사용과 스트레스와의 관계에 대한 자아통제력의 중재효과*

The Moderated Effects of Self-control on the Relationship between Excessive Use
of the Internet and the Stress Levels of Elementary School Children*

조성연(Songyon Cho)¹⁾

ABSTRACT

This study examined the moderated effects of self-control on the relationship between elementary school children's excessive use of the Internet and their stress levels. The participants were 403 elementary school children from Chungnam-do. The instruments used were the 'Internet Addiction Autodiagnosis Scale (K-Scale)', the 'Stress Scale' and the 'Self-control Rating Scale'. The collected data were analyzed by *t* test, *F* test and the Scheffé test for a post hoc test, Pearson's partial correlation and stepwise multiple regression, and Cronbach's α for reliability by SPSS program (17.0 version). The results were as follows : First, it was found that there were significant differences in terms of excessive use of the Internet, stress levels, and self-control by gender, grade, academic achievement, the beginning year of first Internet access and the number of hours of Internet usage hours per day. Second, there were significant positive correlations between excessive use of the Internet ($r = .40, p < .001$) and stress levels ($r = .44, p < .001$) and the immediate satisfaction of self-control. Finally, the immediate satisfaction of self control was seen to moderate the relationships between the total scores for the excessive use of the Internet and stress levels and between withdrawal of excessive use of the Internet and the accompanying stress levels.

Key Words : 인터넷 과다 사용(excessive use of the Internet), 스트레스(stress), 자아통제(self-control), 중재효과(moderated effect), 초등학생(elementary school children).

* 이 논문은 2009년도 호서대학교의 재원으로 학술연구비 지원을 받아 수행된 연구임(2009-0492).

¹⁾ 호서대학교 유아교육과 교수

Corresponding Author : Songyon Cho, Dept. of Early Childhood Education, Hoseo University, Chungnam 330-713, Korea
E-mail : sycho@hoseo.edu

I. 서 론

사회가 복잡해지면서 인터넷이 우리 생활의 일부분이 된지 이미 오래다. 특히 인터넷은 그 사용의 편리함과 다양한 용도로 인해 모든 연령층에서 유용하게 사용하고 있다. 그러나 인터넷은 한번 몰두하게 되면 시간가는 줄 모르고 그 속에 파묻히게 되는 속성을 지니는 경향이 있다. 최근에는 어린 연령층의 인터넷사용이 날로 심화되면서 ADHD, 우울증 등 각종 정신질환뿐만 아니라, 비만, 사이버범죄 노출, 학업저하, 가정불화 등 아동과 청소년 문제의 핵심요인으로 작용하면서 그 중독성이 문제가 되고 있다. 이미 1990년대부터 인터넷 중독이라는 용어가 생겨나기 시작하였고, 많은 학자들이 그에 대한 진단 척도 등을 개발하여 활용하고 있다. 인터넷 중독 장애(Internet Addiction Disorder)라는 용어를 처음 사용한 Goldberg(1996)는 이를 더 많은 인터넷 사용을 해야 만족을 느끼는 내성(tolerance), 인터넷 사용을 중단하거나 감소하면 정신운동성 초조와 불안, 인터넷에 대한 강박적 사고나 환상 등의 증상을 나타내는 금단(withdrawal)과 인터넷 사용을 위해 중요한 사회적, 직업적 활동이 손상되는 것이라고 정의하였다. 또한 Young(2000)은 인터넷 중독을 과도한 인터넷 이용으로 금단과 내성이 생겨 이용자의 일상생활에 장애를 유발하는 충동조절장애라고 정의하였다.

한국정보문화진흥원에 따르면 2008년 12월 현재 우리나라 아동과 청소년의 인터넷 중독률은 9~19세 아동청소년의 약 2.3%인 168,000명이 치료가 필요한 고위험군이며, 약 12%인 867,000여 명은 상담이 필요한 잠재위험군으로 추정된다(조선일보, 2010. 3. 30). 뿐만 아니라 보건복지가족부(2009)는 아동과 청소년의 인터넷 중독으로 인한 학습부진과 생산력 저하 등 직·간접적인

사회적 손실액이 연간 약 8,000억 원에서 최대 2조2,000억 원에 이른다는 연구결과를 발표하기도 하였다. 이와 함께 초등학생은 주중에 인터넷을 이용하는 평균시간이 76분이고, 주말에는 107분으로 상당한 시간동안 인터넷을 하는데 사용한다(보건복지가족부, 2008). 또한 보건복지가족부(2009)는 초등학교 4학년 100명 중 6명인 34,000여명이 상담·치료를 요하는 심각한 인터넷 중독에 빠져있어 상담치료를 받고 있다고 발표하였다. 그에 따라 2009년 5월부터 전국 초등학교 4학년 594,000명 전원에 대해 인터넷 중독 조사를 실시한 결과, 11,820명(2.0%)이 정신과진료나 약물처방 등 의학적 치료가 필요한 인터넷 중독 ‘고위험군’으로 조사됐다. 22,467명(약 3.8%)은 상담치료가 필요한 ‘잠재적 위험군’으로 진단됐다. ‘고위험군’으로 분류된 학생들의 경우, 하루에 인터넷을 3시간 이상 사용하고 있으며, 대부분 우울증, ADHD(주의력결핍 과잉행동장애) 등의 질환을 동반하고 있었다. ‘잠재적 위험군’의 경우, 보통 하루 2시간 이상 인터넷을 사용하며, 인터넷에 접근할 수 없으면 심리적 불안감을 느끼는 것으로 조사됐다(조선일보, 2009. 9. 15). 이러한 결과들은 이들이 바로 전형적인 디지털 원주민 세대라는 점을 잘 드러내준다.

현대 사회의 과도한 인터넷 사용은 개인적인 문제의 차원을 넘어서 이제는 사회적인 문제가 된지 오래다. 인터넷에 중독되면 현실과 인터넷의 가상공간과의 혼동상황에서 대인관계가 소홀한 외톨이가 될 수밖에 없고, 학업 및 시력저하, 수면부족, 거북이목증후군(목이 빠죽 튀어나오는 모습), 터널증후군(마우스에 혹사당하는 손목관절통증)과 같은 신체적 문제를 야기한다. 이미 2007년 국가청소년위원회의 ‘2007 청소년 인터넷 중독 치료·상담 역량 강화를 위한 전문가 포럼’에서 인터넷 중독 환자의 86.4%가 정신질환

이 있다는 결과가 보고된 바도 있다(세계일보, 2007. 10. 30). 특히 맞벌이가족이 증가하면서 부모와 자녀 간에 의사소통이 줄어들고, 부모의 직장생활로 인해 아동들은 집에 혼자 있는 시간이 많아짐에 따라 자연스럽게 인터넷에 몰두하게 되는 경향이 많아졌다. 통계에 따르면 아이들의 인터넷 이용시간은 평일에는 부모와의 대화시간 14배에 해당하는 144분(2시간 24분), 주말에는 무려 24배인 240분(4시간)이라고 한다. 2007년 한국정보문화진흥원이 잠재적 위험사용자 청소년과 일반 사용자 청소년에게 ‘인터넷 중독 시 누구에게 도움을 받을 수 있을 것인가?’라는 질문을 했을 때 ‘부모’라고 답한 비율이 각각 87.9%, 89.8%였다. 이는 청소년들이 현재 자신이 처해있는 인터넷 중독 문제를 부모를 통해 해결할 의지가 있다는 것을 의미한다. 그렇다면 부모들도 적극적으로 합리적으로 문제해결에 나서야 하지만 유감스럽게도 부모들 스스로 인터넷을 원활하게 사용하지 못함에 따라 자녀가 과도한 인터넷 사용 상황에 처해있는 것을 눈치 채지 못하는 경우가 종종 있다. 그리하여 현재 여성가족부는 소위 신데렐라법이라고 하여 밤 12시부터 오전 6시까지의 게임을 못하게 하는 셋다운(강제 접속차단)제를 도입하려고 시도하고 있다(조선일보, 2010. 4. 27).

인터넷의 과도한 사용은 집중력과 자아통제력을 떨어뜨리고, 의사소통의 단절을 가져와 아동들로 하여금 가정과 학교에서 갈등과 부적응 행동을 보이면서 스스로를 고립시켜 다시 인터넷에 집착케 하는 악순환을 불러온다. 아동들이 인터넷에 몰두하게 되는 원인 중 하나로 과도한 스트레스를 들 수 있다. 스트레스가 증가할수록 어딘가에 자신을 몰두하고자 하는 경향이 높아지는데 인터넷은 쉽게 접근할 수 있고, 자신의 생각을 자유롭게 표현할 수 있기 때문에 자연스럽게

게 인터넷에 몰두하려는 경향이 증가할 수밖에 없다. 특히 요즘과 같이 일찍부터 학업에 대한 심한 스트레스를 받게 되면 초등학생들은 그로 인한 상당한 심리적 압박을 받아 이를 해소하고자 인터넷에 몰두할 수 있다. 이러한 과도한 인터넷 사용에는 인터넷 이용시간과 이용기간, 이용능력 등의 환경적 요인도 영향을 미친다(김소영, 2006; 김진순, 2002; 안석, 2002; 오경하, 2002).

스트레스는 대부분의 사람들이 지니고 있는 현상으로써 오늘날과 같이 복잡한 사회에서는 누구나 경험할 수 있는 보편적인 현상이라고 할 수 있다. 과거에는 스트레스가 성인에게만 해당되는 것이라고 보았으나 오늘날에는 아동도 예외가 될 수 없다는 것이 많은 연구결과들에서 밝혀지고 있다. Lazarus와 Folkman(1984)에 의하면 스트레스란 개인이 가지고 있는 한계를 초과하여 자신의 안녕이 위협당한다고 평가되는 개인과 환경 간의 특정한 관계로 정의하였다. Holahan, Holahan과 Belk(1984)도 개인의 적응을 예측하는데 있어 일상적 스트레스가 높은 설명력을 지닌다는 연구결과를 보고하였다. 이는 일상적 스트레스가 누적되면 중국에는 심각한 부적응을 야기하여 위협적인 요인이 될 수 있다는 것을 의미한다. 서승연(2001)은 온라인게임을 이용하는 경우에 일상적 스트레스가 높은 집단이 인터넷 중독에 빠질 위험이 더 높다는 결과를 보고하였다. 또한 인간관계가 취약하고, 자존감이 낮으며, 불안과 열등감이 심한 사람일수록 인터넷 중독에 빠지기 쉬우며(권정혜, 2000; 김종범, 1999; 박성혜, 2001; 이소영, 2000; 이송선, 2000), 스트레스가 많으면 인터넷 중독에 빠지는 경향이 더 높다(김세운, 2004; 김정심, 2007). 이와 관련하여 Suler(1996)는 청소년들이 스트레스를 푸는 공간으로 익명성이 보장되고 쉽게 드나

들 수 있는 사이버공간이 선호된다고 주장하여 스트레스와 인터넷 사용 간의 관계를 시사하기도 하였다.

이러한 스트레스와 인터넷 사용 간의 관계에서 자신을 조절할 수 있는 능력, 즉 자아통제력이 있다면 과도하게 인터넷을 사용하는 것은 상대적으로 줄어들 수 있다. 자아통제력(self-control)이란 자신의 행동이나 정서를 스스로 조절할 수 있는 능력으로서 Shaffer(1993)는 보다 크고 장기적인 목표달성을 위해 순간의 충동적인 욕구나 행동을 자제하며 즐거움과 만족을 지연시키는 능력이라고 보았다(송명자, 2008, p. 262). 자아통제가 실패하게 되면 충동적이고 섭식행동장애나 각종의 중독에 빠지기 쉽다(김세운, 2004). 그러므로 자아통제력이 높을수록 일시적인 충동에 의하거나 즉각적인 만족을 주는 문제행동을 회피하고 인내할 수 있는 능력이 커져 스트레스로 인한 과도한 인터넷 사용을 자제할 수 있을 것이다. 이와 관련하여 초등학생을 대상으로 연구한 김정심(2007)은 자아통제력이 높을수록 스트레스가 적고, 인터넷 중독에 빠질 위험이 낮으며, 인터넷 중독에 대한 자아통제력과 스트레스가 약 19%의 설명력을 지닌다는 결과를 보고하기도 하였다.

지금까지 스트레스와 인터넷 과다 사용과의 관계에 대해서는 많은 연구들이 수행되어왔으나 이들 간의 관계에서 자아통제력이 중재효과를 지니는지에 대한 연구는 찾아보기 어렵다. 특히 자아통제력에 대한 연구는 유아기에 관한 연구가 대부분이고 초등학생을 대상으로 한 연구는 비교적 최근에 관심을 갖기 시작하여(송명자, 2008, p. 262) 이에 대한 연구는 더욱 필요하다. 뿐만 아니라 초등학생이 각종의 스트레스 상황에 직면하면서 인터넷에 몰두하는 경우가 점차 증가하는 경향이 있어 스트레스와 과도한 인터넷 사용 간의 관계에서 스스로를 제어할 수 있는 자아통제력이

중재효과를 지닐 수 있는지에 대해 살펴볼 필요가 있다. 만일 과도한 인터넷 사용과 스트레스와의 관계에서 자아통제력이 중재효과를 지니게 된다면 향후 초등학생들의 과도한 인터넷 사용을 예방하여 보다 건전하게 인터넷을 활용할 수 있도록 지도함으로써 자아통제력을 증진시킬 수 있는 프로그램을 개발하여 활용할 수 있을 것이다.

따라서 본 연구는 스트레스로 인해 발생할 수 있는 과도한 인터넷 사용에 대해 자아통제력이 이를 중재할 수 있다고 보고 이를 증명하고자 하는데 목적이 있다. 이러한 연구목적과 필요성에 따라 본 연구에서 살펴보고자 하는 연구문제는 다음과 같다.

- <연구문제 1> 사회인구학적 변인에 따라 초등학생의 인터넷 과다 사용, 스트레스와 자아통제력에 차이가 있는가?
- <연구문제 2> 초등학생의 인터넷 과다 사용, 스트레스와 자아통제력 간에는 어떤 관계가 있는가?
- <연구문제 3> 초등학생의 인터넷 과다 사용과 스트레스 간의 관계에서 자아통제력이 중재효과가 있는가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 충남지역의 2개 초등학교에 재학 중인 3~6학년 아동 498명을 임의표집하였다. 초등학교 1~2학년을 제외한 이유는 이들이 질문지에 답하는 것이 어려울 것이라고 판단하였기 때문이다. 초등학생들이 응답한 문항 중 한 문항이라도 누락되었거나 부실하게 응답한 질문지는 제외하였다. 그리하여 최종 분석대상은 403

<표 1> 연구대상의 사회인구학적 특성

(N = 403)

범주	하위범주	빈도(%)	범주	하위범주	빈도(%)
성	남	201(49.9)	학교성적	상	99(24.9)
	여	202(50.1)		중	255(64.2)
	계	403(100)		하	43(10.8)
학년	3	97(24.1)	인터넷 사용자군 ¹⁾	고위험 사용자군	16(4.0)
	4	95(23.6)		잠재적위험 사용자군	19(4.7)
	5	100(24.8)		일반 사용자군	368(91.3)
	6	111(27.5)		계	403(100)
	계	403(100)			
부 교육수준	고졸 이하	130(39.5)	모 교육수준	고졸 이하	141(43.3)
	전문대·대졸	110(33.4)		전문대·대졸	110(33.7)
	대학원졸 이상	89(27.1)		대학원졸 이상	75(23.0)
	계	329(100)		계	326(100)
부 직업유형	전문직	26(7.0)	모 직업유형	전문직	31(8.2)
	행정관리·사무직	135(36.3)		행정관리·사무직	75(19.8)
	판매·단순노무직	197(53.0)		판매·단순노무직	141(37.2)
	무직·가사	14(3.8)		무직·가사	132(34.8)
	계	372(100)		계	379(100)
최초 인터넷 사용 시기	유치원	128(32.5)	하루 인터넷 사용 시간	30분 이하	91(23.5)
	초등 1학년	131(33.2)		31-60분 이하	107(27.6)
	초등 2학년	72(18.3)		61-120분 이하	124(32.0)
	초등 3학년	41(10.4)		121분 이상	65(16.8)
	초등 4학년 이상	227(5.6)		계	387(100)
계	394(100)				

주. 1) 본 연구에서는 일반사용자군이 대부분이어서 인터넷 사용자군을 분리하지 않고 통합하여 분석함.

명이었으며, 이들의 사회인구학적 특성은 표 1에 제시한 바와 같다.

표 1에 제시한 바와 같이 남녀와 학년별 표집은 비교적 균등하게 이루어졌으며, 학교성적은 중간수준이 64.2%로 가장 많았고, 인터넷사용자군은 대부분 일반사용자들(91.3%)이었다. 이는 보건복지가족부(2009)가 초등학교 아동 100명중 6명이 고위험군에 속해있다는 보고와 유사한 결과이다. 부모의 교육수준은 부모 각각 전문대졸

이상이 60.5%와 56.7%이었으며, 부모의 직업유형은 부모 모두 판매·단순노무직이 53%와 37.2%로 가장 많았고, 전문직은 7.0%와 8.2%로 가장 적었다. 초등학생들이 최초로 인터넷을 시작한 연령은 유치원 시기가 32.5%이고, 초등학교 1학년이 33.2%로 매우 이른 시기부터 인터넷을 사용하였다. 또한, 연구대상 초등학생들의 하루 평균 인터넷 사용시간은 30분 이하가 23.5%에 불과한 반면, 1시간 이상이 48.8%이었다.

2. 연구도구

1) 인터넷 중독 검사

초등학생의 인터넷 과다 사용여부를 측정하기 위하여 한국정보문화진흥원(2003)이 9~18세 미란에게 적용할 수 있도록 제작한 한국형 인터넷 중독 자가진단 검사(K-척도)를 사용하였다. 이 척도는 인터넷의 중독여부를 평가하기 위하여 제작된 검사도구이지만 현재의 연구에서 초등학생들이 인터넷에 어느 정도 몰입하여 있는지를 살펴보는 데 적합하다고 판단되어 채택하여 사용하였다. 원래 K-척도는 7영역의 총 40문항으로 구성된 4점 척도로 제작되었으나 본 연구에서는 초등학생이 질문지에 응답하는 시간을 줄이기 위하여 6개 영역의 20문항으로 재제작한 간편형 K-척도를 사용하였다. 6개 영역은 일상생활 장애(6문항), 긍정적 기대(1문항), 금단(4문항), 가상적 대인관계 지향성(3문항), 일탈행동(2문항), 내성(4문항)이지만, 이중 일상생활장애, 금단과 내성의 하위요인과 총점으로 인터넷 중독을 진단하기 때문에 본 연구에서도 인터넷의 과도한 사용여부를 판단하기 위해 이들 세 요인과 총점만을 분석에 사용하였으며, 점수가 높을수록 해당 요인적인 성향이 높을 것을 의미한다. 본 척도의 판단기준은 세 개의 군으로 분류한다. 즉, 고위험 사용자군은 총점 45점, 일상생활장애 요인 13점, 금단요인 9점, 내성요인 11점 초과자이며, 잠재적위험 사용자군은 총점 41~44점, 일상생활장애요인 12점, 금단요인 8점, 내성요인 9점 초과자이고, 일반사용자군은 총점 40점 이하, 일상생활장애요인 12점 이하, 금단요인 8점 이하, 내성요인 9점 이하자이다. 세 개 하위요인에 대한 내적합치도에 의한 신뢰도계수는 Cronbach's α 가 일상생활장애는 .63, 금단은 .78, 내성은 .69이고, 총점은 .88이었다.

2) 스트레스척도

아동의 스트레스 지각 정도를 살펴보기 위해 한미현과 유안진(1995)이 제작하여 백경애(1997)가 재구성한 아동스트레스척도를 사용하였다. 이 척도는 아동이 일상생활에서 경험하는 스트레스를 얼마나 지각하는지에 대해 측정하는 것으로 5개 하위영역의 총 36문항으로 '전혀 받지 않는다' 1점부터 '많이 받는다'의 4점으로 구성된 4점 Likert 척도이며, 점수가 높을수록 각 영역의 스트레스수준이 높은 것을 의미한다. 하위영역과 그 문항수 및 신뢰도계수인 Cronbach's α 는 부모(8문항, .83), 가정환경(7문항, .86), 친구(7문항, .91), 학업(7문항, .84), 교사 및 학교(7문항, .84)이며, 총점은 .94이었다.

3) 자아통제력척도

초등학생의 자아통제력을 측정하기 위해서는 Gottfredson과 Hirschi(1990)의 자아통제력척도(Self-Control Rating Scale : SCRS)와 김현숙(1998)의 자기통제평정척도를 수정하여 사용한 남현미(1999)의 척도를 사용하였다. 이는 총 20문항으로 각 10문항씩의 2개 하위영역(장기적 만족 추구, 즉각적 만족 추구)으로 구성되어 있다. 장기적 만족을 추구하는 경우는 보다 집중력이 있고, 행동하기 전에 생각하며, 욕구를 지연시킬 수 있으며, 효율적인 문제해결을 할 수 있는 능력을 가지고 있는지를 파악하는 것이며, 즉각적 만족을 추구하는 경우는 충동적이고 자신 위주로 생각하며, 말보다 행동이 앞서는 경향이 있는지를 파악하는 것이다. 이 척도는 '전혀 그렇지 않다'의 1점부터 '매우 그렇다'의 5점으로 구성된 5점 척도로서 즉각적 만족추구 문항은 역산하여 점수를 산출함으로써 각 영역의 점수가 높을수록 해당 영역의 자아통제력 수준이 높은 것을 의미한다. 신뢰도계수는 Cronbach's α 가 장

기적 만족추구는 .80이고, 즉각적 만족추구는 .81이었다.

4) 사회인구학적 변인에 대한 질문지

사회인구학적 변인으로는 아동의 성과 학년, 부모교육수준, 부모직업유형, 아동의 최초 인터넷 사용시기와 하루 평균 인터넷 사용시간 및 학교 성적에 대해 조사하였다. 아동의 학교성적은 자신이 평가하기에 친구들과 비교하여 어느 정도의 수준인지에 대해 응답하도록 하였다.

3. 연구절차 및 자료분석

본 연구는 해당 초등학교를 방문하여 담임선생님의 지도하에 연구자가 질문지를 배부하여 실시한 후 바로 회수하였다. 수집한 질문지는 연구문제에 따라 평균과 표준편차를 산출한 후 연구문제 1에 대해서는 t 검정과 F 검증을 실시하였고, 사후검정으로 Scheffé 검증을 실시하였다. 연구문제 2는 차이가 산출된 변수들을 통계하여 편상관계수를 산출하였고, 연구문제 3은 단계적 중다회귀분석을 실시하였다. 사용한 척도의 신뢰도 검증을 위해서는 Cronbach's α 를 산출하였다. 모든 통계적 분석은 SPSS PC 17.0 프로그램을 이용하였다.

III 연구결과

인터넷 과다 사용의 하위요인 중 일상생활 장애와 금단 및 내성이 인터넷 중독의 진단요인으로 간주되는 바, 본 연구에서는 인터넷 과다 사용을 알아보기 위해 인터넷 중독의 세 하위요인들과 총점만으로 스트레스와 자아통제력과의 차이 및 관계에 대해 분석하였다.

1. 사회인구학적 변인에 따른 초등학생의 인터넷 과다 사용, 스트레스와 자아통제력에서의 차이

사회인구학적 변인들에 따라 초등학생의 인터넷 과다 사용, 스트레스와 자아통제력 간에 차이가 있는지 살펴본 결과는 표 2와 같다.

표 2에서 보는 바와 같이 초등학생의 인터넷 과다 사용, 스트레스와 자아통제력은 사회인구학적 변인 중 성, 학년, 성적, 최초 인터넷 시작 연령과 하루 인터넷 사용시간에서 통계적으로 유의한 차이가 산출되었다.

먼저 인터넷 과다 사용은 성과 학년, 학교성적, 최초 인터넷 사용 시기와 하루 인터넷 사용 시간에 따라 유의한 차이가 산출되었다. 성은 총점과 모든 하위요인에서 유의한 차이가 산출됨으로써 남자 초등학생이 여자 초등학생에 비해 더 높은 점수를 나타냈으며, 학년은 하위요인 중 일상생활장애에서 4학년과 5학년 사이에서 차이가 있었다. 학교성적은 총점과 하위요인 중 일상생활장애와 금단에서 차이가 있었는데 성적이 낮은 집단이 인터넷을 더 과다하게 사용하였다. 최초 인터넷 사용 시기는 하위요인 중 내성에서 차이가 있었는데 유치원 시기부터 사용한 집단의 점수가 가장 높았다. 하루 인터넷 사용시간은 총점과 모든 하위요인에서 차이가 있었는데 30분 이하 집단과 61-120분 집단과 121분 이상 집단 간에서 나타났다.

다음으로 스트레스는 학년, 학교성적과 하루 인터넷 사용시간에 따라 차이가 있었다. 학년은 스트레스의 총점과 하위요인 중 친구와 학업에서 유의한 차이가 산출되었는데 이는 4학년과 5, 6학년 사이에서 차이가 있었다. 학교성적은 하위요인 중 부모와 친구에서 유의한 차이가 산출되었다. 부모로 인한 스트레스는 상집단에서, 친

<표 2> 사회인구학적 변인에 따른 초등학생의 인터넷 과다 사용, 스트레스와 자아통제력의 차이 (N = 403)

		인터넷 과다 사용				스트레스					자아통제력		
		일상생활 장애	금단	내성	총점	부모	가정환경	친구	학업	교사와 학교	총점	장기적 만족 추구	즉각적 만족 추구
성	남	8.80(2.44)	6.21(2.66)	6.55(2.72)	29.78(8.73)	15.52(6.09)	9.62(4.23)	10.75(5.11)	13.61(6.17)	10.67(4.66)	60.17(20.93)	29.32(7.98)	19.44(6.71)
	여	7.80(1.97)	5.22(1.52)	5.52(1.86)	25.94(5.87)	14.83(5.19)	9.49(3.67)	11.27(5.25)	13.86(6.29)	9.90(3.81)	59.35(19.40)	30.48(6.69)	19.91(6.46)
	t	4.52***	4.58***	4.40***	5.17***	1.23	.32	-1.01	-.40	1.82	.41	-1.57	-.71
학년	3	8.32(2.23) _{ab}	5.68(2.43)	6.31(2.21)	28.40(7.68)	14.85(5.64) _{ab}	9.37(3.36)	12.15(5.73) _b	12.56(5.21) _{ab}	10.96(4.37)	59.89(19.32) _{ab}	33.05(8.35) _b	18.34(5.69) _a
	4	7.67(1.98) _a	5.46(2.14)	5.52(1.94)	25.84(6.66)	13.66(4.97) _a	9.11(3.67)	10.03(4.33) _a	11.76(5.22) _a	9.52(3.98)	54.07(18.10) _a	27.66(7.67) _a	18.53(6.28) _a
	5	8.61(2.37) _b	5.84(2.11)	5.93(2.19)	28.10(7.25)	16.17(6.16) _b	10.26(4.31)	11.40(4.31) _{ab}	14.71(6.16) _{bc}	10.15(6.52)	62.69(21.83) _b	28.40(6.49) _b	21.27(7.26) _b
	6	8.52(2.36) _{ab}	5.71(2.22)	6.03(2.38)	28.87(8.57)	15.86(5.55) _{ab}	9.46(4.28)	9.46(4.28) _{ab}	15.86(5.55) _c	15.59(6.89)	61.88(20.25) _{ab}	30.41(5.84) _{ab}	20.38(6.58) _{ab}
	F	3.45*	.63	2.61	3.08	4.02**	1.57	3.30*	8.94***	1.96	3.71*	11.17***	4.80**
학교 성적	상	8.29(2.29) _a	5.82(2.43) _a	5.94(2.62)	28.07(8.05) _a	16.58(6.53)	9.11(3.73)	10.16(4.29) _a	14.06(6.56)	10.19(4.04)	60.10(19.47) _{ab}	31.24(7.75) _b	19.83(7.16)
	중	8.13(2.20) _a	5.52(2.04) _a	5.95(2.23)	27.19(7.29) _a	14.47(5.12)	9.61(4.07)	10.91(5.11) _a	13.45(6.09)	10.20(4.29)	58.66(20.16) _a	30.23(7.03) _b	19.37(6.27)
	하	9.35(2.44) _b	6.70(2.60) _b	6.86(2.70)	31.42(8.26) _b	16.16(6.21)	10.47(3.85)	13.88(6.59) _b	14.95(6.42)	11.33(4.76)	66.79(21.55) _b	24.79(6.75) _a	20.65(6.78)
	F	5.40**	5.39**	2.82	5.75**	5.72**	1.77	8.22***	1.21	1.33	3.01	12.87***	.77
부 교육 수준	고졸 이하	8.42(2.22)	5.81(2.20)	6.06(2.20)	28.01(7.29)	15.24(5.88)	10.03(4.23)	11.55(5.37)	13.92(6.77)	10.22(3.97)	60.96(21.17)	29.07(7.32) _b	20.25(6.31)
	전문대·대졸	8.38(2.34)	5.80(2.41)	6.11(2.61)	27.95(7.90)	15.24(5.81)	9.58(3.94)	10.50(4.59)	14.23(6.35)	10.19(4.25)	59.74(20.71)	30.65(6.78) _{ab}	19.11(6.50)
	대학원졸	8.15(2.06)	5.51(1.97)	5.91(2.18)	27.58(6.53)	15.03(5.37)	9.15(3.60)	11.11(5.63)	13.25(5.67)	10.49(4.78)	59.03(19.13)	31.52(7.61) _b	19.61(6.53)
	F	.43	.59	.19	.09	.04	1.33	1.21	.60	.15	.25	3.28*	.94
부 직업 유형	전문직	7.81(1.86)	5.15(1.89)	5.54(2.20)	25.77(6.46)	14.88(4.51)	8.69(2.35)	9.77(3.60)	12.77(5.12)	9.38(2.62)	55.50(12.50)	34.15(6.48) _b	20.81(5.41)
	행정·사무직	8.40(2.62)	5.86(2.54)	6.18(2.79)	28.41(8.70)	15.04(5.64)	9.53(4.11)	10.73(5.02)	13.67(5.99)	10.45(4.27)	59.41(19.90)	30.10(7.64) _{ab}	19.65(6.47)
	판매·노무	8.24(2.08)	5.61(2.01)	5.96(2.10)	27.45(6.99)	15.24(6.02)	9.70(4.09)	11.32(5.48)	14.22(6.83)	10.35(4.58)	60.83(22.01)	29.77(6.83) _{ab}	19.32(6.20)
	무직·가사	9.07(2.20)	6.00(2.45)	6.43(2.03)	29.29(6.76)	14.21(4.35)	8.64(2.27)	10.79(5.35)	12.14(3.86)	9.21(3.07)	55.00(13.81)	30.64(8.97) _{ab}	20.50(6.88)
	F	1.07	.94	.72	1.21	.17	.75	.86	.86	.74	.82	2.88*	.55
최초 인터넷 시기	유치원	8.45(2.31)	5.89(2.37)	6.45(6.23)	28.84(7.94)	16.28(5.99)	9.46(3.93)	11.09(5.31)	14.03(6.22)	10.41(4.48)	61.28(20.18)	29.88(7.21)	20.12(6.29)
	초등1	8.38(2.45)	5.98(2.58)	6.07(2.45)	28.39(8.59)	15.09(5.78)	9.73(3.96)	11.47(5.29)	13.65(5.92)	10.72(4.46)	60.66(20.57)	30.75(7.40)	20.34(6.76)
	초등2	8.00(1.78)	5.25(1.56)	5.60(2.03)	26.21(5.67)	14.69(4.75)	9.37(3.63)	10.44(4.74)	14.21(5.99)	9.78(3.78)	58.50(18.07)	28.49(7.43)	18.67(5.95)
	초등3	8.02(2.08)	5.29(1.49)	5.76(2.15)	26.17(5.77)	13.32(4.71)	9.27(4.02)	10.10(4.47)	13.07(7.83)	10.02(4.35)	55.78(21.28)	30.51(7.44)	17.68(6.28)
	초등4 이상	7.95(2.13)	5.32(1.49)	5.18(1.26)	26.32(5.43)	14.59(6.01)	9.55(4.14)	11.27(6.30)	13.09(6.35)	9.50(2.94)	58.00(21.92)	28.82(7.10)	20.14(8.72)
	F	.79	2.03	2.45*	2.33	2.58	.17	.81	.35	.84	.76	1.30	1.89
하루 인터넷 사용 시간	30분 이하	7.38(1.71) _a	4.80(1.36) _a	5.02(1.49) _a	24.04(4.75) _a	14.34(5.88)	9.29(3.96)	10.87(5.18)	12.41(6.65)	9.88(4.17)	56.78(21.37)	31.21(7.99) _b	18.10(6.55) _a
	31-60분 이하	7.82(1.83) _{ab}	5.19(1.69) _{ab}	5.48(1.80) _{ab}	25.89(5.83) _{ab}	14.42(5.24)	9.10(3.63)	10.40(4.72)	13.60(5.92)	10.07(4.14)	57.59(19.45)	31.54(7.36) _b	19.45(6.73) _{ab}
	61-120분 이하	8.60(2.29) _b	5.81(1.99) _b	6.15(2.18) _b	28.71(7.19) _b	15.69(5.53)	9.67(3.96)	11.40(5.29)	14.27(5.93)	10.68(4.46)	61.71(19.38)	29.23(7.20) _{ab}	19.74(6.41) _{ab}
	121분 이상	9.63(2.66) _c	7.48(3.06) _c	8.15(3.21) _c	34.15(9.50) _c	16.28(6.13)	10.65(4.42)	11.91(5.82)	14.94(6.53)	11.02(4.53)	64.78(21.46)	27.05(5.98) _a	21.68(6.11) _b
	F	16.95***	25.23***	30.02***	31.63***	2.47	2.29	1.36	2.52	1.26	2.78***	6.50***	3.89**

주. a, b, c는 차이가 있음을 의미함.

*p < .05. **p < .01. ***p < .001.

구로 인한 스트레스는 하집단에서 높게 나타났다. 하루 인터넷 사용시간은 총점에서 유의한 차이가 있었는데 하루 인터넷 사용시간이 많을수

록 스트레스도 더 많았다.

마지막으로 자아통제력의 장기적 만족추구는 학년, 학교성적, 부교육수준, 부직업유형과 하루

인터넷 사용시간에 따라 유의한 차이가 산출되었다. 학년은 4, 5학년과 3학년 사이에서 차이가 있었고, 학교성적은 하집단과 상, 중집단에서 차이가 있었다. 부모교육수준은 고졸이하와 대학원졸 이상에서, 부직업유형은 전문직과 판매·노무직에서, 하루 인터넷 사용시간은 121분 이상과 30분 이하와 31-60분간에서 차이가 있었다. 전반적으로 학년이 높고, 학교성적이 높은 수준일수록, 부모의 교육수준이 높고, 전문직에 종사할 경우, 하루 인터넷 사용시간이 적은 경우에 장기적 만족 수준이 높았다. 반면, 자아통제력의 즉각적 만족추구는 학년과 하루 인터넷 사용시간에서 유의한 차이가 있었다. 즉, 3, 4학년과 5학년 간에서, 30분 이하와 121분 이상 사용집단 간에서 차이가 있었다.

2. 초등학생의 인터넷 과다 사용, 스트레스와 자아통제력 간의 상관관계

초등학생의 인터넷 과다 사용, 스트레스와 자아통제력 간의 상관관계를 살펴보기 위해 통계적으로 유의미한 차이가 산출된 성, 학년, 학

교성적과 하루 인터넷 사용시간을 통제하여 편상관계수를 산출하였다. 그 결과는 표 3과 같다.

표 3에서 보는 바와 같이 초등학생의 인터넷 과다 사용과 스트레스, 인터넷 과다 사용과 자아통제력 및 스트레스와 자아통제력 간에는 하위요인별로 유의한 상관관계가 산출되었다. 즉, 인터넷 과다 사용의 총점과 모든 하위요인들과 스트레스 총점 및 모든 하위요인, 인터넷 과다 사용의 총점과 모든 하위요인들과 자아통제력의 즉각적 만족추구 간에 유의한 정적 상관관계가 있었으며, 스트레스의 총점과 모든 하위요인들과 자아통제력의 즉각적 만족추구 간에 유의한 정적 상관관계가 있었다. 이로써 과도한 인터넷 과다 사용과 스트레스는 자아통제력의 즉각적 만족추구와 유의한 상관관계가 있어 즉각적 만족을 나타내는 경향을 지닐 경우에, 또한 스트레스 수준이 높을수록 인터넷을 지나치게 많이 사용할 수 있다고 볼 수 있다. 이와 동시에 인터넷을 과다하게 사용하는 초등학생일수록 스트레스 수준도 높고, 즉각적 만족을 추구하려는 경향이 있다고도 볼 수 있다.

<표 3> 초등학생의 인터넷 과다 사용, 스트레스와 자아통제력 간의 편상관관계

(N = 403)

		인터넷 과다 사용				자아통제력	
		일상생활 장애	금단	내성	총점	장기적 만족추구	즉각적 만족추구
스트레스	부모	.246***	.308***	.271***	.342***	-.018	.404***
	가정환경	.165***	.230***	.184***	.263***	-.032	.350***
	친구	.160**	.311***	.274***	.332***	-.026	.390***
	학업	.205***	.274***	.285***	.309***	.058	.355***
	교사와 학교	.192***	.363***	.272***	.358***	-.074	.346***
	총점	.244***	.369***	.324***	.400***	-.016	.460***
자아통제력	장기적 만족추구	-.050	-.050	.059	-.012	-	-
	즉각적 만족추구	.347***	.342***	.314***	.436***	-	-

p < .01. *p < .001.

<표 4> 인터넷 과다 사용과 스트레스 간의 자아통제력의 중재효과

(N = 403)

종속변인	독립변인	B	SE B	β
일상생활 장애 ¹⁾	자아통제력 : 즉각적 만족추구	.110	.017	.319***
	스트레스 : 부모	.058	.020	.146**
	자아통제력 : 장기적 만족추구	-.034	.014	-.110*
금단 ²⁾	자아통제력 : 즉각적 만족추구	.052	.026	.154*
	스트레스 : 교사와 학교	.106	.027	.204***
	자아통제력 : 장기적 만족추구	-.028	.013	-.094*
	(스트레스 : 부모)×(자아통제력 : 즉각적 만족추구)	.002	.002	.189*
내성 ³⁾	자아통제력 : 즉각적 만족추구	.092	.018	.254***
	스트레스 : 교사와 학교	.080	.030	.144**
	스트레스 : 학업	.048	.021	.125*
인터넷 과다 사용 총점 ⁴⁾	자아통제력 : 즉각적 만족추구	.105	.137	.090
	스트레스 : 교사와 학교	-.344	.286	-.191
	스트레스 : 부모	.181	.071	.134*
	(스트레스 : 교사와 학교)×(자아통제력 : 즉각적 만족추구)	.029	.012	.515*

주. 1) 제1단계 $R^2 = .142$; 제2단계 $\Delta R^2 = .016$; 제3단계 $\Delta R^2 = .011$ ($ps < .05$)

2) 제1단계 $R^2 = .139$; 제2단계 $\Delta R^2 = .0617$; 제3단계 $\Delta R^2 = .007$; 제4단계 $\Delta R^2 = .008$ ($ps < .05$)

3) 제1단계 $R^2 = .118$; 제2단계 $\Delta R^2 = .033$; 제3단계 $\Delta R^2 = .009$ ($ps < .05$)

4) 제1단계 $R^2 = .208$; 제2단계 $\Delta R^2 = .042$; 제3단계 $\Delta R^2 = .009$; 제4단계 $\Delta R^2 = .009$ ($ps < .05$)

* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

3. 초등학생의 인터넷 과다 사용과 스트레스 간의 관계에 대한 자아통제력의 중재효과

초등학생의 인터넷 과다 사용과 스트레스와의 관계에서 자아통제력이 중재효과가 있는지에 대해 인터넷 과다 사용의 총점과 하위요인별로 단계선택에 의한 단계적 중다회귀분석을 실시한 결과는 표 4와 같다. 회귀분석을 실시함에 있어서 다중공선성의 문제를 확인하기 위해 공차(tolerance)는 모든 독립변수에서 0.3 이상이고, Durbin-Watson 통계량이 1.76~2.0으로 자기상관이 없다고 볼 수 있으며, 변인들 간의 상관관계수도 .46 이하로 높지 않기 때문에 다중공선성의 문제는 없다고 보아 회귀분석을 실시하는데는 무리가 없었다.

표 4에 제시된 바와 같이 인터넷 과다 사용 총점과 하위요인들은 스트레스와 자아통제력이 16.0~26.8%의 설명력을 지니는 것으로 나타났다. 인터넷 과다 사용과 스트레스 간의 관계에서 자아통제력이 중재효과를 지니는지에 대해 살펴본 바에 의하면 인터넷 과다 사용의 하위요인 중 금단과 인터넷 과다 사용 총점에서 통계적으로 유의한 중재효과가 있는 것으로 나타났다. 자아통제력 중에서는 즉각적 만족추구에 대한 중재효과가 있는 것으로 나타났다. 즉, 금단에서는 부모 스트레스에서 자아통제력의 즉각적 만족추구가, 인터넷 과다 사용의 총점에서는 교사와 학교 스트레스에서 자아통제력의 즉각적 만족추구가 중재효과가 있었다.

IV. 논의 및 결론

본 연구는 초등학생을 대상으로 사회문제가 되고 있는 과도한 인터넷 사용과 학업 등 다양한 요인에 의한 스트레스의 증가가 어떤 관련성이 있는지에 대해 알아보고, 이를 중재할 수 있는 요인으로 자아통제력의 효과를 검증하고자 하였다. 산출된 결과에 따라 논의하면 다음과 같다.

첫째, 초등학생의 인터넷 과다 사용의 총점과 하위요인은 사회인구학적 변인 중 성, 학년, 학교성적, 최초 인터넷 사용시기와 하루 평균 인터넷 사용시간에 따라 유의한 차이가 있어 남학생과 고학년, 낮은 학교성적과 최초로 인터넷을 접한 시기가 초등학교 이전이고 하루 평균 인터넷 사용시간이 길 때 인터넷의 과다 사용으로 인한 일상생활장애, 금단, 내성 등의 문제를 더 많이 나타냈다. 이는 환경적 요인 중 인터넷 이용시간이 인터넷의 과다 사용과 관계가 있다는 선행연구들(김소영, 2006; 김진순, 2002; 안석, 2002; 오경하, 2002)과 일치하는 결과이다. 또한 스트레스의 총점과 하위요인은 학년과 학교성적 및 하루 평균 인터넷 사용시간에 따라 유의한 차이가 있어 고학년이고 학교성적이 낮으며, 하루 평균 인터넷 사용시간이 많을 때 그렇지 않은 경우보다 스트레스 수준이 더 높았다. 하루 평균 인터넷 사용시간이 길수록 스트레스가 더 많다는 것은 스트레스로 인한 인터넷의 과다 사용이 인터넷 중독에 빠지게 하는 경향이 있다는 선행연구 결과들(김세운, 2004; 김정심, 2007; 서승연, 2001)과 불만과 열등감이 심한 사람일수록 인터넷 중독에 더 쉽게 빠진다는 권정혜(2000), 김종범(1999), 박성혜(2001), 이소영(2000), 이송선(2000) 등의 연구결과들과도 일맥상통하는 것이라 할 수 있다. 이와 함께 자아통제력의 장기적

만족을 추구하는 것은 학년, 학교성적, 부모교육수준과 하루 평균 인터넷 사용시간에 따라, 즉각적 만족을 추구하는 것은 학년과 하루 평균 인터넷 사용시간에 따라 유의한 차이가 있었다. 즉, 아버지가 전문직에 종사하고, 학교성적이 높으며, 3학년과 6학년인 경우와 하루 평균 인터넷 사용시간이 30분 이하로 짧을 때 초등학생들은 장기적 만족을 추구하는 경향을 나타냈다. 반면, 고학년이고, 하루 평균 인터넷 사용시간이 2시간 이상으로 많을 때 초등학생들은 즉각적 만족을 추구하였다. 이는 자아통제력이 높을수록 스트레스가 적어 인터넷 중독에 빠질 위험이 적었던 김정심(2007)의 연구결과와 일치하는 것이라 할 수 있다. 이러한 결과들은 과도한 인터넷 사용과 스트레스 및 자아통제력에 있어 사회인구학적 변인들이 영향을 미친다는 것을 잘 드러내주는 것이다. 그에 따라 본 연구결과는 초등학교 남학생들의 인터넷 사용에 대한 관심과 초등학교 4학년과 5학년 및 학교성적이 낮은 초등학생들에 대한 집중적인 예방차원의 교육이 필요함을 시사해주는 것이며, 인터넷에 접하는 시기를 가능한 한 늦출 수 있는 방안의 마련과 더불어 부모들이 자녀들의 하루 평균 사용하는 인터넷 시간을 제재하도록 하는 것이 매우 필요하다는 점을 입증해주는 것이다. 특히 사회인구학적 변인들 중 모직업유형이나 모교육수준은 초등학생의 인터넷 과다 사용과 스트레스 및 자아통제력에 차이를 나타내지 않았으나, 부직업유형과 부모교육수준은 장기적 만족을 추구하는 자아통제력에 차이를 나타냈다는 결과는 주목할 만하다. 이는 아버지의 교육수준이나 직업유형은 어머니의 교육수준이나 직업유형에 비해 가정의 사회경제적 수준을 결정하는데 있어 더 중요한 요인이 되고, 그로 인해 자녀의 학업에 대한 관심이나 인터넷 과다 사용에 대한 제재 등에도 영향을 미치기 때

문이라고 볼 수 있다. 또한 본 연구에서 아버지의 직업유형이 다른 직업에 비해 전문직이고, 교육수준이 높을 때 초등학생들은 장기적인 만족을 추구하는 경향이 있다는 점은 초등학교시기에 아버지의 역할이 매우 중요하다는 점을 다시 한 번 강조해주는 결과라 할 수 있다. 한편으로 이러한 결과는 초등학생의 삶의 만족도에 있어서 가정의 소득수준이 상당한 설명력을 지니는 연구결과(조성연·김민·김혜원, 2009)와도 일맥상통하는 것이라 할 수 있다. 즉, 아버지의 교육수준이 높고 전문직인 대부분의 경우에는 일정 수준 이상의 가정의 월평균 소득을 유지하기 때문에, 또한 반드시 그렇다고는 볼 수 없지만 아버지의 직업이 전문직이고, 대학교 이상의 교육수준을 지닌 경우에는 자녀들에 대한 관심 정도가 더 높아서 자녀들과 더 많은 개방적 의사소통을 함으로써 자녀들에게 보다 장기적인 만족을 추구할 수 있는 자아통제력을 지니도록 하는 양육태도를 나타낼 수도 있다고 볼 수 있다. 이와 관련하여 자녀들의 인터넷 중독을 예방·치료하기 위해서는 부모가 사이버 세상을 알아야 하고, 특히 이에 대한 아버지 역할을 강조한다. 부모는 자녀에게 강제로 인터넷을 중단시킬 게 아니라, 인터넷과 게임이 미치는 영향을 인식하게 하고 자아통제력을 키우도록 도와주어야 한다(조선일보, 2008. 12. 4). 하지만 이에 대해서는 추후연구를 통해 아버지 역할의 중요성에 대해 검증해보아야 할 것이다. 또한 본 연구결과, 초등학교 5학년이 인터넷 과다 사용과 스트레스 및 즉각적 만족추구에 대한 자아통제력 점수가 가장 높게 나타났다. 기본적으로 저학년에 비해서는 인터넷에 대한 지식이 더 많을 수 있고, 6학년은 중학교 진학을 앞두고 있어 5학년에 비해서는 인터넷에 접속하는 시간이 더 적기 때문일 수 있으며, 특히 성적이 낮은 5학년은 하루에

인터넷 사용시간이 더 길어질 수도 있어서 이로 인해 인터넷 과다 사용 경향이 있고, 인터넷의 속성상 빠르게 이루어져야 하기 때문에 이것이 즉각적으로 만족하려는 경향의 자아통제력으로 이어질 수 있다고 생각해볼 수 있으나 이에 대해서는 추후 재검증해보아야 할 것이다.

둘째, 초등학생의 인터넷 과다 사용 총점과 일상생활장애, 금단과 내성의 하위요인들은 스트레스 총점과 부모, 가정환경, 친구, 학업, 교사와 학교관련의 스트레스 하위요인 및 즉각적 만족추구의 자아통제력과 유의한 정적 상관관계가 있었고, 장기적 만족을 추구하는 자아통제력을 지닌 초등학생들과 인터넷 과다 사용과 스트레스와는 유의한 상관관계가 없었다. 이러한 결과는 가정과 학교생활에서의 스트레스 수준이 높은 초등학생일수록 인터넷 과다 사용을 더 많이 하고, 즉각적인 만족을 추구하는 경향이 있다는 것을 의미한다. 이는 일상적 스트레스가 높은 집단이 인터넷 중독에 빠질 위험이 더 높고, 자아통제력 수준은 더 낮다는 김세윤(2004), 김정심(2007), 서승연(2001)의 연구결과들과 불만과 열등감이 심한 사람일수록 인터넷 중독에 빠지기 쉽다는 권정혜(2000), 김종범(1999), 박성혜(2001), 이소영(2000), 이송선(2000), Suler(1996) 등의 연구결과 및 지적과 일치하는 것이다. 이러한 결과로 볼 때 즉각적 만족을 추구하는 초등학생들은 자신의 행동이나 정서를 스스로 조절할 수 있는 능력이 부족하여 그로 인한 스트레스 상황에 더 많이 노출될 수 있고, 이를 상쇄하기 위하여 혼자만의 세계인 인터넷에 더 몰입하게 될 수 있다고 볼 수 있다. 반면, 장기적 만족을 추구하는 초등학생들은 인터넷의 과다한 사용을 자제하는 경향이 있고, 스트레스에도 대처할 수 있는 책략이 있기 때문에 인터넷의 과다한 사용과 스트레스와 관계가 없는 것으로 나타났다고 볼

수 있으나 이에 대해서는 보다 심도 있는 추후 연구가 필요하다. 그러므로 이는 일상적인 스트레스 상황에 더 많이 노출될 수 있는 초등학생들을 대상으로 자아통제력을 강화시켜줄 수 있는 프로그램의 개발과 인터넷 대신 일상생활에서 스트레스를 해결할 수 있는 다양한 신체적 활동 프로그램의 개발 및 보급이 필요하다는 것을 시사해준다.

셋째, 인터넷 과다 사용과 스트레스와의 관계에서 자아통제력이 중재효과가 있는지에 대해 살펴본 결과, 인터넷 과다 사용의 총점과 교사와 학교생활로 인한 스트레스 간에서 즉각적 만족을 추구하는 자아통제력이 중재효과가 있었다. 또한 인터넷의 과다 사용 중에서는 금단현상에서만 부모로 인한 스트레스와의 관계에서 즉각적 만족을 추구하는 자아통제력이 중재효과가 있었다. 또한 장기적 만족을 추구하는 자아통제력은 인터넷 과다 사용과 스트레스 간의 관계에서 중재효과가 없었다. 이러한 결과들을 통해볼 때 초등학생의 인터넷 과다 사용과 스트레스와의 관계에서 스스로 자신의 행동을 통제하고 정서를 조절할 수 있는 능력은 이 둘 간의 관계를 중재해줌으로써 스트레스로 인한 과다한 인터넷 사용을 조절해줄 수 있는 중요한 요인이라고 볼 수 있다. 특히 인터넷의 과다한 사용과 부모 및 교사와 학교로 인한 스트레스 사이에서 즉각적인 만족을 추구하는 자아통제력이 중재효과를 지닌다는 것은 부모와 교사의 역할이 초등학생의 인터넷 과다 사용에 중요한 영향을 미친다는 것을 의미하므로 이들과의 원만하지 못한 관계로 인한 스트레스를 경험하는 아동들을 위한 자기통제력 훈련 프로그램의 개발이 필요하다는 점을 시사해준다. 뿐만 아니라 본 연구결과는 인터넷을 과다하게 사용하는 아동들이 즉각적인 만족을 추구하는 경향이 있다는 것으로도 볼 수

있어서 향후 인터넷 과몰입이나 중독을 치료함에 있어서 즉각적 만족을 해결할 수 있는 구체적인 방법의 제시를 통한 치료방안을 강구하는데 도움이 될 수 있을 것으로 사료된다. 이러한 결과는 기존의 인터넷 중독이나 과몰입과 스트레스와의 관계에 대한 연구들은 다수 시행되어 그 연구결과들이 보고되었으나 자아통제력이 인터넷 과다 사용과 스트레스 간의 관계에서 중재역할을 하는지에 대한 연구들은 거의 찾아볼 수 없었기 때문에 다른 선행연구결과들과 비교해볼 수는 없었다. 이는 향후 이에 대한 추후연구의 필요성이 부각되는 측면이기도 하다. 분명한 것은 자신의 즉각적인 기분이나 감정 혹은 충동적인 행동을 조절할 수 있는 능력을 갖추게 되면 현재 사회적으로 문제가 되고 있는 아동과 청소년의 인터넷 과몰입이나 중독 등을 조기에 예방할 수 있을 것이고, 이미 인터넷 중독이나 과몰입 상황이라 할지라도 즉각적 만족을 추구하려는 경향을 줄이거나 장기적 만족을 추구할 수 있는 자아통제력 훈련 프로그램의 개발과 적용을 통해 이를 해결할 수 있는 실마리를 제공해줄 수 있을 것이다.

이러한 논의에 따라 본 연구에서의 결론은 다음과 같다.

첫째, 남자 초등학생, 고학년, 낮은 학교성적, 유치원 시기부터의 인터넷 사용과 하루 평균 2시간 이상동안 인터넷을 사용하는 경우에 인터넷을 과다 사용한다. 둘째, 고학년이고 낮은 학업성적을 지니며 하루 평균 2시간 이상동안 인터넷을 사용하는 경우에 스트레스 수준이 높다. 셋째, 초등학교 저학년, 높은 학교성적과 대학원졸 이상의 아버지 교육수준, 아버지가 전문적인 경우와 매일 1시간 이하로 인터넷을 사용하는 경우에 초등학생은 장기적 만족을 얻고자 하는 자아통제력을 지닌다. 넷째, 초등학생의 인터넷 과다 사용 총점과 하위요인들은 스트레스 총점

과 부모, 가정환경, 친구, 학업, 교사와 학교 스트레스 및 즉각적 만족을 추구하는 자아통제력과 높은 수준의 정적 상관관계가 있으며, 장기적 만족을 추구하는 자아통제력과는 관계가 없다. 다섯째, 인터넷 과다 사용 총점과 부모와의 스트레스 간, 인터넷 과다 사용의 하위요인 중 금단과 교사와 학교생활로 인한 스트레스 간의 관계에서 즉각적 만족을 추구하는 자아통제력이 중재 효과가 있다.

이러한 논의와 결론에 따라 향후 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 충남지역에서만 자료를 수집함에 따라 다양한 지역을 표집하지 못함으로써 결과에 따른 편파성이 있을 수 있으므로 추후 연구에서는 여러 지역을 표집하여 연구가 진행될 필요가 있다. 둘째, 본 연구는 단일계층의 아동들만을 표집하여 연구가 이루어졌으나 향후 소득계층별로 초등학생을 표집하여 인터넷 과다 사용과 스트레스에 대한 자아통제력의 중재 효과를 검증해볼 필요가 있다. 셋째, 본 연구가 인터넷 과다 사용을 다루고 있으나 실제 인터넷 사용의 고위험 사용자군과 잠재적위험 사용자군의 빈도수가 작아 이를 일반사용자군과 함께 분석함으로써 단순한 인터넷 사용과 관련한 연구를 수행하였으나 추후 연구에서는 고위험 사용자군과 잠재위험 사용자군의 충분한 연구대상수를 확보하여 집단 간 비교를 통한 자아통제력의 중재효과를 검증해볼 필요가 있다. 넷째, 인터넷 사용과 관련하여 스트레스뿐만 아니라 과다하게 인터넷을 사용하는 아동의 스트레스 대처행동은 어떠한지에 대해 연구할 필요가 있다. 다섯째, 사용한 척도들 중 인터넷 중독 척도를 제외하고는 표준화된 것이 아니므로 척도에 대한 타당성 검증도 추후연구를 통해 재검증해보아야 할 것이다.

참 고 문 헌

- 권정혜(2000). 감각추구성향, 스트레스 대처방안, 사회적 지지가 인터넷의 중독적 사용에 미치는 영향. **2000년도 한국심리학회 연차학술대회 발표논문집**, 270-271.
- 김세윤(2004). 자아, 스트레스 및 인터넷 사용통제가 인터넷 중독에 미치는 영향. 연세대학교 정보대학원 석사학위 청구논문.
- 김소영(2006). 초등학생의 인터넷중독, 학교생활적응 및 자기효능감과의 관계. 원광대학교 교육대학원 대학원 석사학위 청구논문.
- 김정심(2007). 인터넷 활용유형에 따른 초등학생의 스트레스, 인터넷 사용에 대한 자기효능감, 자기통제력 및 인터넷 중독 간의 관계. 전남대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김종범(2000). 인터넷 중독 하위집단의 특성 연구 : 자존감, 우울, 외로움, 공격성을 중심으로. 연세대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김진순(2002). 초등학생의 스트레스 요인과 학교적응과의 관계. 인제대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 남현미(1999). 가족의 심리적 환경과 청소년의 자기통제력 및 친구특성이 문제행동에 미치는 영향. 서울대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 박성혜(2001). 컴퓨터게임 몰입과 정서적 특성의 관계 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 보건복지가족부(2008). **2008 청소년 디지털 문화 실태조사**. 서울 : 보건복지가족부.
- 보건복지가족부(2009). **아동청소년 인터넷 중독 예방 및 해소 대책**. 서울 : 보건복지가족부 업무보고.
- 서승연(2001). 일상적 스트레스, 몰두성향, 사회적 지지와 병리적인 인터넷 사용. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 세계일보(2007. 10. 30). “게임 못하게 하면 부모 폭행...인터넷 중독 방지하면 안돼”. <http://www.segye.com/Articles/Issue/INQUIRY/Article.asp?aid=20071029004263&subctg1=&subctg2=&sid=4300024>에서 2010년 4월 30일 인출.

- 송명자(2008). **발달심리학**. 서울 : 학지사.
- 안 석(2002). 인터넷의 중독적 사용에 관한 연구 : 서울소재 중학생을 대상으로. 연세대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 오경하(2002). 초등학생의 인터넷 중독에 영향을 미치는 요인 연구. 대전대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 이소영(2000). 게임의 중독적 사용이 청소년의 문제해결능력 및 의사소통에 미치는 영향. 고려대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 이송선(2000). 청소년의 컴퓨터 게임 중독과 정서적 특성과의 관계. 서울여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 조선일보(2008. 12. 4). “내 아이 인터넷 중독, 부모부터 상담받으라”. http://news.chosun.com/site/data/html_dir/2008/12/03/2008120301616.html에서 2010년 4월 30일 인출.
- 조선일보(2009. 9. 15). 초등 4학년 100명 중 6명 인터넷 중독. http://news.chosun.com/site/data/html_dir/2009/09/15/2009091502204.html에서 2010년 4월 30일 인출.
- 조선일보(2010. 3. 30). “인터넷 중독자들에게 ‘탈출구’ 만들어 줘요”. http://news.chosun.com/site/data/html_dir/2010/03/30/2010033002249.html에서 2010년 4월 30일 인출.
- 조선일보(2010. 4. 27). 청소년 심야 게임 규제법안 ‘신데렐라법’ 논쟁. http://news.chosun.com/site/data/html_dir/2010/04/27/2010042700185.html에서 2010년 4월 30일 인출.
- 조성연 · 김민 · 김혜원(2009). 삶의 만족도에 대한 공부압력, 성공압력 및 부모자녀 의사소통방식에서의 부모와 초등학생 자녀 간 차이(포스터 발표 초록). **2009년도 한국아동학회 추계학술대회 : 한국아동의 삶과 성장환경**.
- 주은미(2005). 강남지역 초등학생의 인터넷 중독에 영향을 미치는 요인들에 관한 연구 : 자기통제력, 자기효능감, 부모의 부정적 양육태도와 사회적 지지를 중심으로. 숭실대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- Goldberg, I. (1996). Internet addiction. Electronic message posted to research discussion list. <http://www.cmhc.com/milsts/research>.
- Holahan, C. K., Holahan, C. J., & Belk, S. S. (1984). Adjustment in aging : The role of life stress, hassles and self-efficacy. *Health Psychology, 90*, 365-370.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Coping and adoption. In W. D. Gentry (Ed.), *The handbook of behavioral medicine* (pp. 282-325). New York : Guilford.
- Logue, I. (1995). *Self-control*. New York : Prentice Hall.
- Suler, R. (1996). Computer and cyber space addiction. <http://rider.edu/suler/psyber/dybaddict.html>.
- Young, K. S. (2000). Internet addiction : Symptoms, evaluation and treatment. In L. V. Creek & T. L. Jackson (Eds.), *Innovations in clinical practice : A source book*. Sarasota, FL : Professional Resource Press.

2010년 5월 1일 투고, 2010년 6월 27일 수정
2010년 7월 8일 채택