

# 군 병사들의 입대 전 인터넷 중독과 군 생활 적응의 관계에서 심리적 취약성의 매개효과

## Mediating Effects of Psychological Weakness between the Soldiers Internet Addiction and Their Military Adjustment

한인영\*, 구승신\*\*

이화여자대학교 사회복지전문대학원\*, 세계사이버대학 청소년복지상담과\*\*

In Young Han(yhan@ewha.ac.kr)\*, Seung Shin Koo(sskoo0903@world.ac.kr)\*\*

### 요약

본 연구에서는 군 병사들을 대상으로 병사들의 입대 전 인터넷 중독과 군 생활 적응의 관계에서 심리적 취약성의 매개효과를 검증하고자 하였다. 본 연구의 대상자는 강원도, 경기도 지역의 부대에 복무 중인 현역 장병 486명이며, 자료분석을 위해 상관계수와 중다회귀분석을 실시하였다. 그 결과는 다음과 같다. 먼저 군 장병들의 입대 전 인터넷 중독, 심리적 취약성, 외로움, 통제력, 효능감 및 군 생활적응 간의 상관관계를 알아본 결과는 통계적으로 유의미하였다. 또 심리적취약성이 입대전 인터넷 중독과 군 생활 적응 간의 관계를 완전매개하는 것으로 나타났다. 심리적 취약성의 하위요인들- 외로움, 효능감 부족, 통제력 부족-은 모두 입대 전 인터넷 중독과 군 생활 적응과의 관계를 부분매개하는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 바탕으로 군사회복지제도의 도입을 제언하였다.

■ 중심어 : | 인터넷 중독 | 심리적취약성 | 군생활 적응 | 매개효과 |

### Abstract

The purpose of the study is to examine the mediating effects of psychological weakness between the soldiers internet addiction and their adjustments in the military. 486 soldiers in Kangwon-province and Kyonggi-province participated in the survey thru convenient sampling. For the study, the correlation analysis and the multiple regression were conducted. The results are as follows: First, correlations among the soldiers internet addiction, psychological weakness, solitude, lack of control, lack of efficacy, and military adjustments were found significant. Secondly, psychological weakness was verified as mediating effects in the relationship between the soldiers internet addiction and military adjustments. The study indicates mental health services for soldiers with internet addiction.

■ keyword : | Internet Addiction | Psychological Weak | Adjustment in the Military | Mediating Effects |

## I. 서론

현대사회에서 인터넷은 다양한 지식과 정보를 제공해 주고, 시간과 공간을 초월해서 다양한 계층과 교류

하도록 하며 새로운 문화의 창출이라는 측면에서는 긍정적인 요소가 많다. 그러나 과다하게 사용하거나 지나치게 몰입하게 되면 부정적인 측면도 상당히 존재한다. 인터넷 중독은 Goldberg(1996)가 I.A.D(Internet

Addiction Disorder) 개념을 제시하고, Young(1996)이 정신장애의 중독 기준을 기초로 척도를 제작 활용함으로써 본격적 논의가 시작되었으며, 우리나라에서도 학문적인 논의가 최근 활발하게 전개되고 있다[1][2]. 지난 10여 년간 국내의 여러 학자들이 인터넷 중독을 정의하고자 하였는데 인터넷에 대한 강박적 사용과 집착, 내성, 금단, 조절불능, 일상생활에서의 부적응 등이 기본적이라는 것에는 동의하는 사항이다[3-6]. 한편 홍경희(2002)는 ‘과다사용’이라는 용어를 사용하여 기존의 병리적 사용 개념과 구분되는 상태가 있음을 지적하였는데 이는 병리적인 중독 상태를 의미하지는 않고 인터넷에 대한 의존행동이 상대적으로 높아 인터넷 사용시간 통제의 어려움과 이로 인한 일상생활 및 학업에서의 문제를 경험하는 정도가 높은 경우를 의미한다고 하였다[7]. 따라서 본 논문에서는 인터넷 중독을 인터넷 사용에 대한 금단과 내성을 지니고 있는 병리적 중독 상태 뿐만 아니라 과도한 컴퓨터 및 인터넷 사용으로 인해 일상생활의 장애가 유발되는 상태로 정의하고자 한다.

행정안전부와 한국정보화진흥원에서 실시한 ‘2011년도 인터넷 중독 실태조사’에 따르면 10세~19세 청소년 중독률은 10.4%, 5세~9세 유아·아동들의 중독률은 7.9%로 나타났다. 이에 반해 20세~49세 성인들의 인터넷 중독률은 6.8%에 그쳤다. 청소년 중에서는 고등학생(12.4%)의 중독률이 가장 높았으며, 특히 고등학생 중 고위험군은 4.1%로 초·중학생 고위험군(2.1%)보다 2배 높게 나왔다. 성인 중에서는 대학생이 11.0%, 무직자가 10.1%로 가장 높게 나타났다. 성별로는 남성(9.1%)이 여성(6.1%)보다 높았으며, 고위험군에서도 남성(2.2%)이 여성(1.2%)보다 2배 가까이 높았다. 인터넷 중독자는 온라인게임(41.3%)과 웹서핑(37.7%)이 주된 이용목적이었으며, 일반사용자는 뉴스검색(43.0%)과 웹서핑(36.2%)이었다. 1일 평균 인터넷 이용시간은 일반사용자는 1.9시간, 중독자는 2.7시간이었다[8].

인터넷에 중독된 청소년들의 경우 현실세계에서 충족되지 않은 많은 욕구들이 존재하며 이러한 욕구를 해소하기 위해 인터넷에 몰입하는 경우가 많은 것으로 보인다. 인터넷 중독자들은 여러 가지 심리적 취약성에 당면하게 된다. 즉 강박증, 우울증, 충동조절장애 등의

정신병리로 발전할 가능성이 크고, 일상생활과 대인관계에 제약을 많이 받으며, 사이버공간에서 해킹, 바이러스 유포, 인터넷 사기 등 비행에 빠질 우려가 크다. 인터넷 중독과 심리적 취약성과의 선행연구는 다음과 같다. 송원영(1998)은 인터넷의 중독적 사용을 설명하는 변인으로 자기통제력과 가상공간 및 현실생활에서의 개인적 효능감과 대인관계 효능감을 제시하였다[4]. 김선우(2002)의 연구에서는 인터넷 중독에 영향력을 가장 크게 미치는 변수는 무력감이며 다음으로 고립감, 교육수준 그리고 규범상실감 순으로 나타났다[9]. 이형초와 안창일(2002)의 연구에서는 자기 통제력이 낮고 게임사용에 대해 부정적인 영향이 없다고 지각하고, 충동적이며, 외로움을 자주 경험하게 되는 것이 인터넷게임 중독의 가능성을 높여주는 것으로 나타났다[10]. 게임, 채팅 등 인터넷에 중독된 청소년은 대인관계 속에서 경험할 수 있는 다양한 사회적 기술을 습득할 기회를 놓칠 소지가 있으며[5], 인터넷 중독이 심화될수록 분노표현이 강해지고, 자살생각은 증가되는 것으로 나타났다[11]. 채팅에 중독된 청소년의 대인관계는 피상적인 관계가 두드러지게 나타나고, 대인관계에 대한 자신의 욕구가 채워지지 않을 경우, 관계 자체를 포기하거나 또 다른 관계를 찾는 특성이 나타나기도 한다. 그렇지만 이런 대인관계의 지나친 추구로 인해 오히려 외로움은 더 많이 느끼게 된다고 할 수 있다[12][13].

한편 인터넷 중독자들은 일상생활 적응에도 어려움을 겪는 것으로 나타나고 있다.

김광수 외(2002)는 청소년 인터넷 중독 정도와 학교생활적응 - 교사관계, 교우관계, 학교수업, 학교규칙 - 간에는 유의미한 부적 상관관계가 있으며, 인터넷 중독 경향 집단이 정상집단에 비해 유의미하게 낮은 수준의 학교생활적응을 보이고 있다고 했다[14].

군인들은 입대 전에 20세 이하인 경우가 대부분이다. 즉 인터넷에 중독될 가능성이 가장 높은 계층에 속해 있는 것으로 볼 수 있다. 군 입대는 많은 환경적 변화로 인한 스트레스와 지속적인 긴장을 가져오기에 장병들은 군 생활에서 긴장과 부적응을 경험할 가능성이 매우 높다. 인터넷에 중독되어 상기의 문제를 가지고 있는 청소년들이 입대 후 군 생활 적응에는 어려움이 있을

것으로 생각된다. 한편 군에서는 인터넷 사용이 극히 제한되기 때문에 이러한 환경적 변화로 인한 스트레스가 장병들에게 있을 것으로 판단된다. 정서적으로 예민하고 학교 이외의 틀 안에서 생활해 본 경험이 적은 청소년기<sup>1)</sup>에 규율과 명령 속에서 단체활동을 요구하는 군대 생활은 병사들이 군복무를 하는데 있어 부적응을 유발하는 환경적 요소가 될 수 있다. 신세대 병사들은 자기주장이 뚜렷하고, 기존세대들과는 판이한 가치관적 특징이 있고, 오직 자기가 하고 싶은 일에 최선을 다하면서 자신의 자유와 권리에 대한 의식도 높으며, 자신이 가진 생각을 당당하게 발언하며, 즉흥적이거나 현실도피적인 면이 많은 특성으로 인해 규율과 통제가 요구되는 군대 환경과 많은 갈등을 빚고 있는 것이다. 군복무 부적응의 요인은 군입대자 개인의 심리사회적 요인, 군대 조직의 물리적, 사회문화적 요인 등이 상호복합적으로 작용한다. 국가인권위원회(2006)의 조사보고서에 의하면, 군 생활을 하는데 어려움이 있다고 응답한 병사는 전체 응답자의 45%를 차지하였다. 특히 어려움이 상당히 있다고 응답한 병사는 13.2%로 10명당 1명이 군대생활에 상당한 어려움을 겪고 있는 것이다. 부적응 증상을 보이는 병사들의 계급은 이병과 일병이 63명으로 전체의 61.2%를 차지하였다[15]. 군 생활 적응에 영향을 미치는 요인에 대한 선행연구를 살펴보면 다음과 같다.

군대에 대한 긍정적 인식, 동료, 업무, 동기부여, 입무조건, 보급 및 복지, 행사에 관련된 요인, 신세대들의 특성과 가치관, 지휘관의 리더쉽, 및 지휘행동에 따른 조직 분위기 등이 군 생활 적응에 직·간접적인 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다[16-22].

자기효능감 요인 등이 군 생활 적응과 관련이 있다는 연구도 나와 있다[23-26]. 자아개념 변인 중에 자아동일성과 심신의 상태, 임무수행의지, 직책과 직무만족 요인과의 군 생활 적응과의 관련성이 보고되었다[27].

본 연구에서의 군 생활 적응은 정신적, 육체적 건강 등을 의미하는 심신만족, 역할수행에 있어서 자발성과 자신감 등을 의미하는 임무수행 의지, 직책에 대한 관

심과 가치부여 등을 의미하는 직무만족, 조직운영, 공정한 대우, 후생복지, 리더쉽 등을 의미하는 군조직 환경만족을 종합한 점수를 의미하는 것으로 보았다. 또한 인터넷 중독의 결과변인으로 또한 군 생활 적응의 선행요인인 심리적 취약성변인으로 외로움, 효능감 부족, 통제력 부족을 다루고자 한다.

이와 같이 입대 전 인터넷 중독성향이 있는 청소년들이 외로움, 효능감 부족, 통제력 부족 등의 심리적 취약성의 문제를 가지거나 부적응적인 행동을 한다는 것과 특히 군 생활 부적응을 초래하는 여러 영향 요인들 중 청소년 입대자들이 가지고 있는 행동적 심리적인 문제들에 대한 연구는 많이 나와 있지만 이들이 서로 어떠한 관계 하에서 군 생활 적응에 영향을 주는지에 대한 연구는 제한되어 있다. 입대 전 인터넷 중독 성향이 외로움, 효능감 부족, 통제력 부족 등의 심리적 취약성을 매개하여 군 생활 부적응에 영향을 주는 것인지 아니면 외로움, 효능감 부족, 통제력 부족 등의 심리적 취약성 없이 군 생활 부적응에 영향을 미치는 것인지를 동시에 고려한 연구는 전무하여 이에 대한 결과를 예측할 수는 없었으니 이를 동시에 고려하여 군 생활 적응에 미치는 영향을 살펴보는 것은 중요한 것으로 시사된다.

본 연구는 입대 전 인터넷 중독이 군 생활 적응에 미치는 영향을 군병사의 심리적 취약성이 매개할 것이라는 가설을 입증하고자 한다. 이에 따른 연구문제와 연구가설은 다음과 같다.

#### 연구문제

입대 전 인터넷 중독이 군 생활 적응에 미치는 부정적 영향을 심리적 취약성이 매개할 것인가?

#### 연구가설

군 병사의 심리적 취약성은 입대 전 인터넷 중독과 군 생활 적응과의 관계를 매개할 것이다.

## II. 연구 방법

### 1. 대상자 및 자료수집방법

본 연구의 대상자는 육군 병사들을 표적 모집단으로

1) 청소년기본법에는 '청소년이라 함은 '9세 이상 24세 이하의 자를 말한다'고 정한다.

하고, 부대가 상대적으로 많이 밀집해 있는 강원도, 경기도 지역에서 부대를 임의 선정하였으며, 해당 부대에 복무 중인 현역 장병 510명을 편의추출 하였다. 본 연구의 자료 수집은 상급부대의 보안성 검토 후 진행하였으며, 자료 수집은 2011년 9월 19일 ~ 9월 23일까지 시행하였다. 자료수집 방법은 해당부대의 지휘관의 사전 승인을 받고 연구자가 각 부대의 조사 담당간부를 선정하였으며, 설문조사 전 담당간부에게 조사 취지와 설문조사 시행상의 유의점을 충분히 설명하였다. 설문조사지는 우편으로 담당간부에게 전달하였으며, 해당 부대에서 설문조사지를 배포 및 실시하여 우편으로 연구자에게 회송하였다. 전체 510명 중 불성실 응답자 24명을 제외한 최종 486명의 조사자료를 분석에 이용하였다.

## 2. 연구 도구

### 2.1 입대 전 인터넷 중독 수준 척도

입대 전 병사의 인터넷 중독 수준을 진단하기 위해 한국정보문화진흥원 지원으로 김용주, 신웅섭, 고재원(2007)에 의해 제작된 병사용 인터넷 중독 경향성 진단 도구를 사용하였다[28]. 이 척도는 입대 전 경험에 기초한 인터넷 중독 경험의 과거력 판단 등 20문항으로 구성되어 있으며, '전혀 그렇지 않다. (1점)'에서 '매우 그렇다(4점)'까지 척도로 구성하였다. 본 연구에서의 신뢰도(Cronbach'a)는 .94로 나타났다.

### 2.2 심리적취약성 척도

인터넷 중독과 연관성이 높은 심리적 취약특성을 진단하기 위해 김용주, 신웅섭, 고재원(2007)에 의해 제작된 병사용 인터넷 중독 경향성 진단 도구를 사용하였다[28]. 척도는 모두 33문항으로 구성되어 있다. 심리적 취약성 진단척도의 구성은 외로움 진단척도 12개 문항, 효능감 진단척도 13개 문항, 통제력 진단척도 8개 문항으로 이루어져 있으며, '전혀 그렇지 않다. (1점)'에서 '매우 그렇다(4점)'까지 척도로 구성하였다. 본 연구에서의 신뢰도는 심리적 취약성은 .92, 외로움은 .90, 효능감 부족은 .81, 통제력 부족은 .79를 보였다.

### 2.3 군 생활 적응 척도

신세대 병사의 군 생활에서 적응을 측정하기 위한 도구인 군 생활 적응은 신태수(1981), 구승신(2004), 서해석·김정은(2009)이 사용한 척도를 수정 보완하여 사용하였다[29][30]. 하위척도는 심신의 상태(3문항), 직책과 직무만족(4문항), 임무수행의지(7문항), 군 조직 환경에 대한 태도(12문항) 총 26문항으로 구성되어 있으며, 각 척도는 '전혀 그렇지 않다. (1점)'에서 '매우 그렇다(4점)'까지 척도로 구성하였다. 점수의 범위는 26~104이고, 점수가 높을수록 적응이 잘 되는 것으로 측정된다. 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach'a= .90이었다.

## 3. 자료 분석

수집된 자료는 SPSS 12.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 자료를 분석하였다. 기본적으로 병사들의 인구사회학적 변인들과 병사들의 인터넷 중독, 군 생활 적응 정도를 파악하기 위해 기술적 통계분석을 하였다. 이외에 병사용 인터넷 중독 척도와 심리적취약성과 하위요인(외로움, 효능감부족, 통제력부족) 척도, 군 생활 적응 척도의 신뢰도를 알아보기 위해 내적 합치도 Cronbach' a 계수를 산출하였다.

독립변인인 입대 전 인터넷 중독, 매개변인인 심리적 취약성과 하위요인(외로움, 효능감부족, 통제력부족) 및 종속변인인 군 생활 적응 간의 관계를 살펴보기 위해 상관계수를 산출하였다.

다음으로 심리적 취약성의 매개효과를 확인하기 위해 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 분석방법을 사용하였다[31]. 이들이 제안한 매개효과 분석 절차는 다음과 같다. 1단계에서는 독립변인과 종속변인간의 관계를 확인하기 위해 입대 전 인터넷 중독과 군 생활 적응간의 단순회귀분석을 실시한다. 이때 회귀계수는 유의하여야 한다. 2단계에서는 독립변인과 매개변인의 관계를 확인하기 위해 입대 전 인터넷 중독과 심리적 취약성간의 단순회귀분석을 실시한다. 마찬가지로 회귀계수는 유의하여야 한다. 3단계는 매개변인과 종속변인의 관계를 확인하고, 매개변인의 투입으로 인한 독립변인과 종속변인 간의 관계가 변화되는가를 확인하기 위한 절차이다. 이를 위해 입대 전 인터넷 중독과 심리적 취약성

을 독립변인으로 하고 군 생활 적응을 종속변인으로 하는 중다회귀분석을 실시한다. 이때 매개변인(심리적 취약성)과 종속변인(군생활적응) 간의 편회귀계수가 유의하여야 한다. 매개변인의 매개효과는 3단계에서의 독립변인(입대 전 인터넷 중독)과 종속변인(군 생활 적응) 간의 편회귀계수와 1단계에서의 단순회귀계수의 값을 비교하여 분석하게 된다. 3단계의 편회귀계수가 유의하지 않을 경우, 매개변인은 완전매개효과를 가지며, 편회귀계수가 유의하더라도 편회귀계수의 값이 감소한 경우 매개변인은 부분매개효과를 가진 것으로 판단한다.

### III. 연구 결과

#### 1. 연구대상자의 인터넷 중독 경향성

병사용 인터넷 중독 경향성 진단척도에 의한 연구대상자들의 인터넷 중독 경향성을 살펴본 결과 10.7%(52명)가 중독성향이 있는 것으로, 89.3%(434명)이 중독성향이 없는 것으로 나타났다.

#### 2. 상관관계 분석

군 장병들의 입대 전 인터넷 중독, 심리적 취약성, 외로움, 통제력, 효능감 및 군 생활적응의 상관관계를 알아보기 위해 상관계수(Pearson)를 산출한 결과는 [표 3]에 제시된 바와 같이 군 장병들의 입대 전 인터넷 중독, 심리적취약성, 외로움, 통제력, 효능감 및 군 생활적응은 통계적으로 유의미한 상관이 있는 것으로 나타났다.

표 1. 입대 전 인터넷 중독, 심리적 취약성, 외로움, 통제력, 효능감 및 군 생활적응의 상관 분석 결과

	1	2	3	4	5	6
1. 인터넷 중독	-					
2. 심리적 취약성	.618***	-				
3. 외로움	.508***	.875***	-			
4. 통제력 부족	.355***	.684***	.369***	-		
5. 효능감 부족	.641***	.908***	.698***	.513***	-	

6. 군생활 적응	-.316***	-.440***	-.375***	-.326***	-.394***	-
M	1.893	2.005	1.689	2.223	2.163	2.674
D	.534	.389	.497	.464	.430	.447

주. \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$ .

#### 3. 매개효과 분석

입대 전 인터넷 중독과 군 생활 적응과의 관계에서 심리적 취약성의 매개효과를 분석한 결과는 [표 2]와 같다. 1단계에서 입대 전 인터넷 중독은 군 생활적응에 부적으로 유의한 효과를 나타냈다. 2단계에서 매개변인으로 가정된 심리적 취약성에 대한 입대 전 인터넷 중독의 회귀계수는 정적으로 유의하였다( $\beta = .618, p < .001$ ). 인터넷 중독과 심리적취약성을 독립변인으로 군 생활 적응을 종속변인으로 한 중다회귀분석 결과 매개변인인 심리적취약성의 종속변인에 대한 편회귀계수는 부적으로 유의하였고 ( $\beta = -.396, p < .001$ ), 독립변인인 인터넷 중독의 편회귀계수는 유의하지 않았다( $\beta = -.072, ns$ ). 이와 같은 결과는 심리적취약성이 인터넷 중독과 군 생활 적응 간의 관계를 완전매개하는 것으로 해석할 수 있다.

표 2. 입대 전 인터넷 중독과 군 생활 적응과의 관계에서 심리적 취약성의 매개효과 분석을 위한 회귀분석 결과

단계	종속변인	독립변인	B	SE B	$\beta$
1	군생활적응	인터넷 중독	-.265	.036	-.316***
2	심리적취약성	인터넷 중독	.450	.026	.618***
3	군생활적응	인터넷 중독	-.060	.043	-.072 <sup>ns</sup>
		심리적취약성	-.455	.060	-.396***

주. <sup>ns</sup> = non significant, \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$ .

매개변인으로 가정된 심리적 취약성의 하위요인들(외로움, 효능감부족, 통제력부족) 중 어떤 요소가 보다 중요한 매개효과를 갖는가를 확인하기 위해 세 하위요인들의 매개효과를 아래와 같이 분석하였다[표 3-5].

먼저 입대 전 인터넷 중독과 군 생활 적응과의 관계에서 외로움의 매개효과를 분석한 결과는 [표 3]과 같다. 입대 전 인터넷 중독과 외로움을 독립변인으로 군 생활 적응을 종속변인으로 한 중다회귀분석 결과 매개변인인 외로움의 종속변인에 대한 편회귀계수는 부적

으로 유의하였고( $\beta = -.291, p < .001$ ), 독립변인인 인터넷 중독의 편회귀계수는 1단계의 단순회귀계수에 비해 상당히 감소하였다( $\beta = -.169, p < .01$ ). 이와같은 결과는 외로움이 인터넷 중독과 군 생활 적응 간의 관계를 부분매개하는 것으로 해석할 수 있다.

표 3. 입대 전 인터넷 중독과 군 생활 적응과의 관계에서 외로움의 매개효과 분석을 위한 회귀분석 결과

단계	종속변인	독립변인	B	SE B	$\beta$
1	군생활적응	인터넷 중독	-.265	.036	-.316***
2	외로움	인터넷 중독	.473	.037	.508***
3	군생활적응	인터넷 중독	-.141	.041	-.169**
		외로움	-.261	.044	-.291***

주. \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

다음으로 입대 전 인터넷 중독과 군 생활 적응과의 관계에서 효능감의 매개효과를 분석한 결과는 [표 4]와 같다. 인터넷 중독과 효능감 부족을 독립변인으로 군 생활 적응을 종속변인으로 한 중다회귀분석 결과 매개변인인 효능감 부족의 종속변인에 대한 편회귀계수는 부적으로 유의하였고( $\beta = -.324, p < .001$ ), 독립변인인 인터넷 중독의 편회귀계수는 1단계의 단순회귀계수에 비해 상당히 감소하였다( $\beta = -.108, p < .05$ ). 이와 같은 결과는 효능감 부족이 인터넷 중독 성향과 군 생활 적응 간의 관계를 부분매개하는 것으로 해석할 수 있다.

표 4. 입대 전 인터넷 중독과 군 생활 적응과의 관계에서 효능감 부족의 매개효과 분석을 위한 회귀분석 결과

단계	종속변인	독립변인	B	SE B	$\beta$
1	군생활적응	인터넷 중독	-.265	.036	-.316***
2	효능감부족	인터넷 중독	.516	.028	.641***
3	군생활적응	인터넷 중독	-.091	.046	-.108*
		효능감부족	-.337	.057	-.324***

주. \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

마지막으로 입대 전 인터넷 중독과 군 생활 적응과의 관계에서 통제력 부족의 매개효과를 분석한 결과는 [표 5]와 같다. 인터넷 중독과 통제력 부족을 독립변인으로 군 생활 적응을 종속변인으로 한 중다회귀분석 결과 매개변인인 통제력 부족의 종속변인에 대한 편회귀계수는 부적으로 유의하였고( $\beta = -.244, p < .001$ ), 독립변인

인 인터넷 중독의 편회귀계수는 1단계의 단순회귀계수에 비해 감소하였다. ( $\beta = -.230, p < .001$ ). 이와 같은 결과는 통제력 부족이 인터넷 중독 성향과 군 생활 적응 간의 관계를 부분매개하는 것으로 해석할 수 있다.

표 5. 입대 전 인터넷 중독과 군생활 적응과의 관계에서 통제력부족의 매개효과 분석을 위한 회귀분석 결과

단계	종속변인	독립변인	B	SE B	$\beta$
1	군생활적응	인터넷 중독	-.265	.036	-.316***
2	통제력부족	인터넷 중독	.309	.037	.355***
3	군생활적응	인터넷 중독	-.192	.038	-.230***
		통제력부족	-.235	.043	-.244***

주. \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

#### IV. 결론 및 논의

본 연구에서는 군 병사들을 대상으로 병사들의 입대 전 인터넷 중독이 군 생활 적응에 미치는 영향을 심리적 취약성이 매개할 것이라는 가설을 입증하고자 하였다.

본 연구의 분석결과는 다음과 같다.

첫째, 병사용 인터넷 중독 경향성 진단척도에 의한 연구대상자들의 인터넷 중독 경향성을 살펴본 결과 10.7%가 중독성향이 있는 것으로, 89.3%가 중독성향이 없는 것으로 나타났다.

둘째, 군 장병들의 입대 전 인터넷 중독, 심리적 취약성, 외로움, 통제력, 효능감 및 군 생활적응의 상관관계를 알아본 결과 통계적으로 유의미한 상관성이 있는 것으로 나타났다.

셋째, 입대 전 인터넷 중독과 군 생활 적응과의 관계에서 심리적 취약성의 매개효과를 분석한 결과심리적 취약성이 인터넷 중독과 군 생활 적응간의 관계를 완전 매개하는 것으로 나타났다. 또한 매개변인으로 가장한 심리적 취약성의 하위요인들(외로움, 효능감 부족, 통제력 부족) 중 어떤 요소가 보다 중요한 매개효과를 갖는가를 확인하기 위해 세 하위요인들의 매개효과를 분석한 결과 세 요인 모두 입대 전 인터넷 중독과 군 생활 적응과의 관계를 부분매개하는 것으로 나타났다.

이상과 같은 결과에 따른 논의를 제시해보면 다음과 같다.

첫째, 현재 복무 중인 장병들 중 인터넷에 중독되어 복무를 하는 자가 있는 것으로 나타났다. 입대 전 징병 검사 시 인터넷 중독을 측정하여 인터넷 중독자를 분류 해내어 이들에 대한 특별 조치가 있어야 할 것이다.

둘째, 매개효과 검증에 의해 심리적취약성이 인터넷 중독과 군 생활 적응 간의 관계를 완전매개하는 것으로 나타났다. 이는 인터넷 중독 성향이 직접적으로 군생활 적응에 부정적 영향을 주는 것이 아니라, 외로움, 효능감 혹은 통제감 부족이라는 심리적 취약성을 통해 군 생활 적응에 부정적 영향을 미친다는 것이다. 이 연구는 인터넷 중독 성향이 높을수록 심리적 취약성이 증가한다는 연구결과들, 그리고 심리적 취약성이 군 생활 적응에 부정적 영향을 미친다는 연구결과들을 종합하여, 인터넷 중독성향이 심리적 취약성을 매개로 하여 군생활 적응에 영향을 미친다는 점을 보였다는에서 의의가 있다[32][33][29][34]. 박성길·김창대(2003)의 지적대로 인터넷 및 게임 중독자들의 심리사회적 변인은 중독의 원인인지 결과인지가 모호하다. 즉 심리적 취약성이 강한 사람들이 인터넷 중독에 쉽게 빠지고 인터넷 중독이 심각할수록 심리적 취약성도 증가한다는 것이다. 그러므로 인터넷 중독자들을 대상으로 심리적 취약성을 개선하는 개입이 있어야 할 것이다[35].

셋째, 인터넷 중독은 약물중독과는 차이가 있는 행동 중독에 포함된다. 즉 원인이 되는 마약, 알코올, 카페인 등의 접촉을 완전히 금지하거나 차단시키면 원칙적으로 치료가 가능한 약물중독과는 달리 일상생활이나 생존에 불가결한 활동이기 때문에 이를 강제로 차단하는 것은 원칙적으로 불가능하다. 따라서 시간관리 훈련이나 자기조절 프로그램에 참가시켜 원칙적으로 시간관리 및 자통제력을 강화시키는 개입이 필요하다.

넷째, 인터넷 중독자들은 정상적인 대인관계에 문제가 있으며 이에 따른 외로움도 큰 것으로 나타났다. 군대의 명령과 복종의 계급적 권위구조의 특성상에서 일반 장병들은 수직적이고 형식적인 인간관계로 어려움을 겪고 있다. 따라서 장병들간의 대인관계가 좀 더 원만하고 지지적이 될 수 있도록 하여야 하며 장기적으로는 민주적이고 인간적인 부대가 될 수 있도록 하는 병영문화의 개선이 필요하다고 본다.

다섯째, 병사들이 군 생활에 적응하고 건강하게 보내기 위해서는 병사들 뿐만 아니라 군관계자들의 어려움과 고민을 적극 청취하고 개선할 수 있는 시스템이 군 조직에 마련되어야 할 것이다. 현재 병영생활전문상담관 제도가 시행되고 있지만 병사들의 수에 비해 상담과의 수는 턱없이 부족하며, 병사들의 고통을 들어주는 상담역할에만 그치고 있어 제도의 본래 취지를 살리지 못하고 있는 실정이다. 따라서 군 장병들이 군 생활에서 처하게 되는 여러 가지 어려움에 적극 대처하고 나아가 비효율적인 군조직 및 군대문화의 개선을 위해서는 군사회복지사제도가 도입되어야 할 것이다. 본 연구는 다음과 같은 한계점을 지닌다. 본 연구는 회귀분석 시 통제변인을 포함하지 않아 독립변인의 효과를 정확하게 파악하는데 문제가 있을 수 있다. 또한 심리적취약성과 인터넷중독의 전후관계에 대한 세밀한 분석이 이루어지지 않은 한계가 있다. 후속연구는 이러한 점을 감안하여 보다 다양한 관점에서의 정교한 분석의 연구결과가 제시되어야 할 것이다.

#### 참고 문헌

- [1] I. Goldberg, "Internet Addiction, Electronic message posted to research discussion list," 1996.
- [2] K. S. Young, "Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder," *CyberPsychology and Behavior*, Vol.1, pp.237-244, 1996.
- [3] 김교현, "청소년들의 컴퓨터 사용실태와 컴퓨터 중독", *학생생활 연구*, 제28권, 제1호, pp.41-62, 2001.
- [4] 송원영, *자기효능감과 자기 통제력이 인터넷의 중독적 사용에 미치는 영향*, 연세대학교, 석사학위논문, 1998.
- [5] 이소영, *게임의 중독적 사용이 청소년 문제해결 능력 및 의사소통에 미치는 영향*, 석사학위논문, 고려대학교, 2000.
- [6] 권정혜, "청소년의 인터넷 게임 중독 : 시간에 따른 변화와 이에 영향을 미치는 변수들", 한국심리

- 학회지 : 임상, 제24권, 제2호, pp.267-279, 2005.
- [7] 홍경희, *중학생들의 인터넷 과다사용과 가정환경과의 연관성에 대한 연구*, 부산대학교, 석사학위논문, 2002.
- [8] www.theinterview.kr. 투데이뉴스 (2012.3.5) “인터넷중독률, 청소년>유·아동>성인 순”
- [9] 김선우, *인터넷 중독의 실태와 영향요인에 관한 연구*, 서울대학교, 석사학위논문, 2002.
- [10] 이형초, 안창일, “인터넷 게임 중독의 진단 척도 개발”, *한국심리학회지 : 건강*, 제7권, 제2호, pp.211-239, 2002.
- [11] 진은영, 서영미, “남자 고등학생의 분노표현, 자살생각, 및 인터넷 중독 정도간의 관계”, *한국콘텐츠학회논문집*, 제12권, 제1호, pp.430-437, 2012(1).
- [12] 성영신, *컴퓨터 사용의 심리적 욕구와 충족과정, 사이버 공간의 심리*, 서울:박영사, 1999.
- [13] R. Krout, M. Patterson, V. Lundmak, S. Kiesler, T. Mukopadhyay, and W. Scherlis, “Internet paradox: A Social technology that reduces social involvement and psychology well-being?,” *American psychology*, Vol.53, No.9, pp.1017-1031, 1998.
- [14] 김광수, 장승현, 조병만, 임을미, “청소년 인터넷 중독과 학교생활 적응의 관계”, *진주대학교 사범대학 교육문제연구소 제4회 공동학술연구논문집*, pp.301-333, 2002.
- [15] 국가인권위원회, “군복무 부적응자 인권상황 실태조사”, 2006.
- [16] 박상래, *공군병사들의 MBTI 성격유형과 군 생활 적응에 관한 연구*, 졸업논문, 공군대학교, 2003.
- [17] 서혜석, “신세대 병사의 자아존중감 및 대인관계 향상을 위한 집단프로그램 효과성 연구” 2006년 한국사회복지학회 춘계학술대회 자료집, pp.327-332, 2006a.
- [18] 서혜석, “군사회복지사 역할에 있어서 상담적 접근에 관한 고찰-신세대 병사들을 중심으로-”, 2006년 한국군사회복지학회 창립행사 및 포럼 자료집, pp.36-50, 2006b.
- [19] 임영태, *육군 신세대 병사 군복무 동기부여 방안*, 경북대학교, 석사학위논문, 2008.
- [20] 장재석, *신세대 병사의 효율적 지도관리 방향에 관한 연구-공공을 중심으로-*, 조선대학교, 석사학위논문, 2001.
- [21] 정민화, *신세대 현역병사들의 군 생활 적응력 향상요인에 관한 연구*, 충남대학교, 석사학위논문, 1998.
- [22] 천행환, *병사들의 군 생활 적응에 관한 연구*, 홍익대학교, 석사학위논문, 1998.
- [23] 손희락, *신세대장병의 스트레스가 부대 적응도에 미치는 영향에 관한 연구*, 연세대학교, 석사학위논문, 2001.
- [24] 송미림, *군병사의 정신건강 향상을 위한 웃음치료프로그램의 효과성 연구*, 대전대학교, 석사학위논문, 2007.
- [25] 서혜석, “신세대 병사의 진로결정수준과 자기효능감이 군 생활적응에 미치는 영향”, *한국청소년학연구*, 제15권, 제5호, pp.109-131, 2008.
- [26] 심정자, *완벽주의의 성향, 자기효능감과 병사들의 군 생활 적응과의 관계*, 부산대학교, 석사학위논문, 2001.
- [27] 권영웅, *병사들의 군복무기간과 자아개념 및 군 생활 적응간의 관계*, 강릉대학교, 석사학위논문, 2006.
- [28] 고재원, 김용주, 신응섭, “병사용 인터넷 중독 경향성 진단도구 개발”, *한국심리학회지: 일반* 제26권, 제2호, pp.307-328, 2007.
- [29] 구승신, *신세대 병사의 군 생활 적응에 관한 연구*, 이화여자대학교, 박사학위논문, 2004.
- [30] 서혜석, 김정은, “해군 신세대병사의 진로발달과 군생활 적응 간의 관계-진로정체감, 진로결정수준, 진로준비행동을 중심으로-”, 『*청소년복지연구*』 제11권, 제2호, pp.81-102, 2009.
- [31] R. M. Baron and D. A. Kenny, “The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic and statistical considerations,” *Journal*



of Personality and Social Psychology, Vol.51, pp.1173-1182, 1986.

- [32] 김재엽, 이지혜, 이효정, “청소년의 인터넷게임중독이 현실지각을 매개로 하여 형제폭력에 미치는 영향에 한 연구”, 청소년학연구, Vol.16, No.3, pp.25-54 2009.
- [33] K. S. Young, *Caught in the net ; How to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recover*, New York : John Wiley & Sons.1998.
- [34] 박영주, 정원철, “병사의 군부적응요인에 관한 연구”, 사회과학연구, 제22권, 제2호, 2006.
- [35] 박성길, 김창대, “청소년인터넷 과다사용의 위험요소분석. 청소년상담연구, 제11권, 제1호, pp.84-95, 2003.

### 저 자 소 개

#### 한 인 영(In Young Han)

정회원



- 1979년 3월 : 이화여자대학교 대학원 문학석사
- 1988년 3월 : Case Western Reserve University, Ph..D.
- 1995년 ~ 현재 : 이화여자대학교 사회복지전문대학원 교수

<관심분야> : 가족복지, 아동성학대, 정신보건, 군사회복지

#### 구 승 신(Seung Shin Koo)

정회원



- 1993년 3월 : 이화여자대학교 대학원 사회복지학과(문학석사)
- 2004년 8월 : 이화여자대학교 대학원 사회복지학과(문학박사)
- 2006년 12월 ~ 현재 : 세계사이버대학 청소년복지상담과 교수

<관심분야> : 청소년심리 및 상담, 군사회복지 및 상담