

## 게임이용자의 자기통제와 해석수준이 게임중독에 미치는 영향

장예빛\*, 이혜림\*\*, 김민규\*\*\*, 정의준\*\*, 유승호\*\*\*\*

한국연구재단 한국사회과학연구, 건국대학교 문화콘텐츠학과\*\*,

아주대학교 문화콘텐츠학과\*\*\*, 강원대학교 영상문화학과\*\*\*\*

yebeet123@kaist.ac.kr, nevercry2100@konkuk.ac.kr, umin2kimp@ajou.ac.kr,

jeong12@konkuk.ac.kr, shryu@kangwon.ac.kr

The Effects of Self-control and Construal Level on Game Addiction

Ye-Beet Jang\*, Hye-Rim Lee\*\*, Eui-Jun Jeong\*\*,  
Min-Kyu Kim\*\*\*, Seoung-Ho Ryu

National Research Foundation of Korea, SSK, Dept. of Digital Culture & Contents,

Konkuk University, Dept. of Cultural Content\*\*,

Dept. of Visual Culture, Kangwon National Universtiy\*\*\*\*

### 요 약

게임중독은 자기통제 상실의 현대적 지표로서 동료관계 및 교우관계와 같은 사회적 관계맺음을 포함한 개인의 일상 전반에 부정적인 영향을 미치고 있다. 본 연구에서는 게임이용자들의 자기통제수준과 해석수준에 따라 게임중독수준의 차이를 살펴보았으며, 또한 자기통제수준과 해석수준의 상호작용이 게임중독에 어떠한 영향을 미치는지를 함께 탐색해보았다. 이를 위해, 게임이용자를 대상으로 온라인 서베이를 실시하였고, 총 918의 응답자를 분석대상으로 선정하였다. 연구결과, 낮은 자기통제수준과 낮은 해석수준을 가진 이용자들의 경우, 상대적으로 높은 자기통제수준 및 높은 해석수준을 가지는 경우에 비해, 더욱 높은 수준의 게임중독을 나타냈다. 또한 자기통제수준이 높을 경우에는 해석수준에 관계없이 게임중독수준이 낮았으나, 자기통제수준이 낮은 경우, 해석수준이 높고 낮음에 따라 게임중독에 미치는 영향일 달라짐을 확인할 수 있었다. 이는 해석수준이 하나의 조절변수로 기능하고 있음을 알려주는 결과로, 이러한 결과를 통해 개인의 자기통제와 해석수준의 변화를 통해 자율적인 규제를 통한 게임중독완화의 가능성을 논의해 볼 수 있다.

### ABSTRACT

The current study examined how different level of self-control and construal level influences game users' game addiction. Also we explored the interaction effect between the individual's self-control and construal level on game addiction. To answer the research questions, we conducted an online survey and total 918 participants were selected for the final analysis. According to the results, users with low level of self-control and low-level construal showed higher level of game addiction. In addition, we found a significant interaction effect between self-control and construal-level on game addiction. In high self-control group, game addiction level was low regardless of level of self-construal. However, in low self-control group, the level of construal-level affected game addiction. We found that construal-level played an important mediating variable. These findings suggest a noble insight for autonomous control in alleviating game addiction by changing one's level of self-control and self-construal.

**Keywords** : Game addiction, Self-control, Construal-level theory, High-level construal, Low-level construal

Received: Mar. 26, 2013 Accepted: Apr. 17, 2013

Corresponding Author: Seoung-Ho Ryu(Kangwon National Univ.)

E-mail: shryu@kangwon.ac.kr

© The Korea Game Society. All rights reserved. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

ISSN: 1598-4540 / eISSN: 2287-8211

## 1. 서 론

게임은 국내 콘텐츠산업의 성장을 주도하는 핵심 콘텐츠산업으로 괄목할만한 성장세를 보이고 있다. 게임 산업의 경제적 성장과 더불어, 게임은 사회적으로 많은 이슈를 만들어내고 있는데, 현재 우리나라에서 게임에 대한 사회적 인식은 전반적으로 부정적인 것이 사실이다. 이러한 부정적인 인식의 저변에는 게임콘텐츠의 선정적 요소 및 폭력적요소가 청소년 및 성인에게 미치는 부정적인 잠재 효과와 더불어 게임이용에 따른 중독문제가 큰 우려로 자리 잡고 있다. 특히 게임이용과 게임중독의 문제는 상당히 중요한 사회적 문제로 대두되며, 정부에서는 이를 완화하기 위한 조치로 게임 섣다운제를 도입하는 등의 일련의 규제활동을 통해 적극적인 개입을 시도하는 중이다.

게임중독의 사회전체의 문제이기도 하나, 그 내면을 들여다보면 매우 개인적인 미디어이용의 문제이자, 개인의 특성 혹은 특질과 관련한 문제로도 생각해 볼 수 있다. 똑같은 게임콘텐츠를 소비하더라도 어떤 이용자들은 높은 수준의 중독결과를 보이는 반면, 다른 어떤 이용자들은 그렇지 않은 결과를 나타내기도 한다. 이는 개인의 중독성향과 밀접한 관련이 있는 문제라 할 수 있는데, 본 연구에서는 개인의 특성 중에서도 중독과 가장 관련이 높은 변수인 자기통제를 하나의 주요 핵심 변수로 놓고 중독 이슈에 접근하고자 하였다.

본 연구에서는 일반적으로 널리 연구된 자기통제와 게임중독간의 상관관계에서 한 발 더 나아가, 개인의 해석수준의 차이가 중요한 조절변수로 작용할 수 있을 것으로 예상하고, 이와 관련한 연구문제를 설정, 온라인 서베이를 통해 이를 탐색해보았다. 자기통제와 게임중독은 널리 연구된 주제이나, 이 두변수 사이에서 작용하는 해석수준의 조절효과에 관한 연구는 현재까지 논의된 바가 없다. 따라서 본 연구에서는 개인의 해석수준과 자기통제의 상호작용이 게임중독 정도에 어떠한 미치는지를 살펴보고자 하였다. 결론적으로 연구결과와 논의를

바탕으로 게임 중독의 매커니즘을 밝히는데 있어 새로운 하나의 관점을 제공하고자 노력했다. 이러한 연구결과는 적극적 정부개입의 다른 한편에서, 개인의 자기통제와 해석수준의 변화를 통해 게임이용을 보다 자율적으로 규제하고 통제해나갈 수 있는 방안을 마련함에 있어 하나의 중요한 시사점을 제공할 수 있을 것이라 생각한다.

## 2. 본 론

### 2.1 게임중독, 해석수준과 자기통제

#### 2.1.1 인터넷 및 게임중독

게임에 대한 사회의 과급력 중에서도 인터넷 및 게임 중독은 다년간에 걸쳐 부정적 사례들을 양산하고 있다. 게임을 중독적으로 사용하는 게임이용자들은 자기 통제 능력을 제어하지 못하는 등의 증상을 보이며 육체적, 사회적, 정신적인 문제를 야기하고 있는 것이다[1]. 이에 따라 인터넷 및 게임 중독에 관한 연구도 다각적인 방향에서 진행 중이다.

“게임 중독”이라는 용어는 엄밀히 말하자면, 현재 학계에 정식으로 등록되어 있진 않으며 “게임 과몰입” 혹은 포괄적으로 “인터넷 중독”이라는 용어를 사용하고 있다. 인터넷 중독은 오랫동안 “컴퓨터 중독”, “기술 중독”, “인터넷 중독 장애” 등으로 불리어 왔다[1].

미국정신의학협회의 이상행동의 진단과 분류를 위한 표준진단분류체계(DSM-V)를 살펴보면 인터넷 중독이나 게임 중독에 대한 독립 항목은 없다. 대신에, 약물(마약 등)이 아닌 제반 행동과 관련해서는 “중독” 대신에 “충동조절장애 (Impulse Control Disorders)”라는 표현을 사용한다. 따라서 게임중독이라는 용어는 사실상 의학계에 병리적으로 정의 되어 있지 않으며 게임을 통한 충동조절장애 정도로 여겨진다.

2000년에 발표된 DSM-IV-TR에서 가장 게임

중독과 근접해 보이는것으로는 “Impulse-Control Disorders Not Elsewhere Classified”에 포함된 병리적 도박(pathological gambling)이다. 가장 최근의 미국 정신의학회의 DSM-V의 2012년 개정판에서도 게임중독은 장애 분류에서 제외되었으며 행동중독인 병리적 도박만 포함되었다.

앞의 논의를 종합해보면, 인터넷 및 게임 중독 현상은 자기 통제력과 상반되는 개념인 충동조절장애 혹은 행동중독 상태로 정의되어 지고 있다고 할 수 있다. 한국정보화진흥원의 ‘2010 인터넷 중독 실태 조사’에 따르면, 성인의 5.8%, 청소년의 12.4%가 인터넷 중독을 겪고 있다고 나타났으며 인터넷 중독 고위험 사용자 군으로 분류된 청소년들 중 43.9%가 주로 인터넷을 이용해 게임을 한다고 응답하였다. 따라서 인터넷 중독은 주로 게임과 관련되어 있음을 알 수 있다. 현재 이러한 중독성향을 해결하고자 영향요인에 대한 환경적, 심리적 특성변인에 대한 연구가 진행 중이다.

그 중에서도 심리적 특성인 자기통제력은 충동조절장애를 통제할 수 있는 주요 변수로써 인터넷 중독성향과 관련이 있는 것으로 나타났다[2,3,4,5,6,7].

한국청소년문화연구소(1998)에서 진행된 대학생 대상 인터넷 중독 연구에 따르면 인터넷 중독자는 낮은 자기통제력을 보였으며 일상생활 부적응, 감정조절 능력 감소, 대인 관계 장애 등의 현상을 보여주었다[8]. 청소년 대상 연구에서는 자기 통제력이 높을수록 인터넷 중독 점수가 낮았으며[3] 자기 통제 프로그램을 적용 한 집단에서는 인터넷 중독 성향 정도가 감소하였다는 결과가 나타났다[7].

또한 청소년들의 가정과 학교라는 환경 변수가 매개변수인 자아존중감과 자기통제력을 통해 인터넷 중독성향에 영향을 미치는 것으로 나타났다[2]. 게임 종류에 따라 심리사회적 요인 연구를 진행한 박보경 외(2012) 연구에서도 청소년 인터넷 게임 예측 요인으로 자기통제력에 대한 유의한 효과를 보여주었다[5].

대부분의 선행연구에서 온라인 및 게임 중독은

자기통제력과 밀접한 연관성을 보여주고 있다. 자기통제력은 게임중독 현상을 설명할 수 있는 주요한 요인인 것이다. 자기통제의 실패는 충동조절 장애 또는 중독적 행위의 형태로 나타난다. 따라서 이러한 중독성향에 대한 치료를 위해서는 자기통제 능력을 향상 시킬 수 있는 방안이 마련되어야 할 것이다.

## 2.1.2 자기통제

자기 통제력이란 인지나 정서, 행동조절을 자신의 의지대로 조절 가능함을 일컫는다. 인터넷 및 게임중독 현상을 완화하기 위해서는 자기통제의 강화 능력에 대한 다각적인 연구가 필요할 것이다. 우선 자기 통제에 관한 선행 연구들을 살펴보면 다음과 같다.

자기통제(self-control)란 즉각적으로 만족할 수 있지만 상대적으로 가치가 낮은 선택과 만족은 지연되지만 향후 더 큰 가치를 획득할 수 있는 선택이 충돌하는 상황에서 지연되지만 더 큰 강화물을 선택하는 것이다. 반대로 지연되지 않은 작은 강화물을 선택하는 것은 충동성을 의미한다[9]. 그리고 단기간의 결과보다는 장기간의 결과에 따라 결정을 내리고 행동하는 것으로 정의되어진다[10,11]. 이를 종합해보면, 장기적으로 이득을 볼 수 있는 상위 목표 추구하고 단기적으로 이득을 볼 수 있는 하위 목표 추구가 일치하지 않아 자기통제의 문제가 발생한다는 것이다.

Loewenstein(1996)는 자기통제를 신체의 본능적인 반응과 이성적 선호간의 갈등으로 설명한다. 이성을 통한 합리적인 선호와 비본능적인 반응을 나타내는 의사결정을 의미한다는 것이다[12]. 또한 반작용적 통제이론(Counteractive Control Theory)에 따르면 자기통제의 문제는 동기 갈등의 한 유형으로써 사람들이 장기적인 이익을 추구하기 위해 이를 위협하는 단기적인 이익에 대해 반작용적 통제를 한다고 설명하고 있다[13]. 성공적으로 자기 조절을 하는 사람들은 자기통제를 요구하는 목표간

의 갈등이 있을 때 중요한 목표를 향한 활성화가 암묵적으로 이루어진다는 것이다[14].

Muraven, Tice & Baumeister(1998)은 자기통제란 자신을 조절하려는 능력이라고 하였으며 Muraven와 Baumeister(2000)은 바람직하지 못한 자동적이고 일상적인 반응들을 의식적으로 억제하는 것을 의미하는 것이라고 하였다[15,16]. 이러한 자기통제의 성공 여부는 개인의 수행능력에 따라 차이가 난다고 한다. 이들이 제안한 자기조절력 모델(self-regulatory strength model)에 의하면 자기조절력은 근육과 유사한 특성을 가지고 있어, 많이 사용하면 에너지가 고갈되고 휴식을 취하면 회복된다고 하였다[15]. 여기서의 자기조절력(self-regulatory strength)이란 반응, 습관 등의 결과로 나타나는 반응들을 억제하고 극복하기 위해 활용되는 모든 내적 자원을 의미한다. 이러한 자기조절자원이 고갈이 되면 사람들은 자기통제에 실패한다고 한다[17].

자기조절자원 고갈에 의해서 통제력이 약해지면 수용자들은 직관적인 의사결정을 내리게 되며 노력을 별로 기울이지 않는 정보처리과정에 의존하게 된다[18,19]. 이에 따라 대상에 대한 세부적인 정보 파악 능력이 감소하게 되어 충동조절이 어려워지는 것이다.

결론적으로 이러한 단순처리과정과 통제과정의 약화는 인터넷 및 게임 중독 현상을 강화시키게 된다. 따라서 중독 현상 해결을 위해서는 자기통제력을 강화 할 수 있는 방안이 제시 되어야 할 것이다. 자기통제력 강화의 과정은 해석수준이론으로 높은 설명력을 가질 수 있다. 성공적인 자기통제는 개인의 해석수준과 깊은 관련이 있기 때문이다 [14,20].

### 2.1.3 해석수준이론

사람들은 삶에 있어서 다양한 선택적 순간에 직면하게 된다. 그러한 선택의 순간에 사람들은 대상과의 심리적 거리를 이용하여 과거와 현재를 평가

하거나 가까운 미래나 먼 미래 등에 일어날 일을 예측하고 선택을 하게 된다. 다양한 수준의 정신적 표상을 하게 되는 것이다. 이러한 현상에 대한 설명은 해석수준이론(Construal Level Theory, CLT)으로 가능하다. 해석수준이론에 따르면, 사람들은 가깝고 먼 시간의 흐름에 따라서 동일한 대상이나 사건에 대하여 다르게 표상한다고 한다. 이는 사람들이 대상이나 사건을 표상할 때 심리적 거리(psychological distance)에 따라서 다른 수준의 해석을 함으로써 예측하고 평가하고 선택하는 것에 대하여 영향을 받는다는 것이다 [21,22,23,24,25]. 이는 자기 통제를 하는데 있어 중요한 요인으로 작용할 수 있다.

해석수준은 크게 상위 수준 해석(high-level construal)과 하위 수준 해석(low-level construal)으로 구분되고 있다. 상위 수준의 해석에서는 대상에 대하여 추상적, 본질적, 목표지향적(goal oriented), 탈맥락적인 속성에 주목하는 반면에 하위수준에서는 구체적, 세부적, 수단지향적(mean oriented), 맥락적으로 해석하게 된다.

예를 들면, 두 아이들이 야외에서 공놀이를 한다고 하였을 때 세부 속성에 주목하는 하위수준의 해석 관점에서는 아이들의 연령이나 공의 색깔, 밖의 기온 정도에 주목하게 된다. 반면 상위수준의 해석을 할 때는 공놀이 라는 활동 자체를 세부 속성이 아니라 중심 속성이라 할 수 있는 즐거운 유희 활동으로 본다는 것이다[24]. 또한 대상과의 심리적 거리가 클수록 사람들은 상위해석수준으로 사건의 본질에 주목하여 더욱 추상적으로 표상을 하게 되며 하위수준해석에서는 더욱 구체적이고 맥락적이며 부수적인 속성에 주목한다. 반면에 거리가 가까울수록 하위수준으로 해석한다.

이러한 현상을 해석수준이론 관점에서 설명하자면, 상위수준의 해석이 추상적 관점인 행위의 목적에 대한 대답을 추구하는 “왜(why)”와 관련된 표상을 하는 반면, 하위수준 해석은 구체적 관점의 세부속성에 주목하는 방법에 대한 “어떻게(how)”와 관련된 표상에 주목하기 때문이다[25].

상위수준의 추상성은 행동 수행에 관하여 구체적인 세부속성이 아닌 대상과 관련 있을 때 당면한 맥락적 해석을 하게 되며 보편적인 의미로부터 더 많은 정보 및 유의성을 습득하려고 한다는 것이다[26,27,28]. 이렇게 사람들은 심리적 거리를 이용하여 과거와 현재, 미래에 대한 표상을 할 때 상위 및 하위수준의 해석을 적용시키고 있다.

심리적 거리란 현재의 자신과 가깝거나 먼 주관적인 경험으로 자기중심적(egocentric)인 개념이다. 시간적, 공간적, 사회적, 발생확률적 거리에 따른 직접 경험의 편향 정도에 따라 다르게 나타나는 것으로 정의되어지며 사건이 언제, 어디서, 누구에 의해 발생했는지 혹은 발생하지 않았는지에 대한 인식이라고 할 수 있다. 그리고 해석수준은 발생할 사건에 대한 인식이며 사건 그 자체에 대한 표상의 과정이다[25]. 심리적 거리는 시간적 거리(temporal distance)[21], 공간적 거리(spatial distance)[20], 사회적 거리(social distance)[31,32], 발생확률적 거리(hypothetically)[29,30] 로 분류되고 있다.

시간적 거리란 현재를 기준으로 근 미래나 먼 미래 등의 시간상 가깝고 먼 거리에 대한 심리적 거리를 의미한다. 시간적으로 먼 거리에 대해서는 추상적인 상위수준의 해석을 하며 가까운 거리에 대해서는 구체적인 하위수준의 해석을 적용한다[21]. 공간적 거리란 현재 자신이 있는 공간과 대상과의 물리적 거리를 의미한다. 사람들은 멀리 있는 공간에 대하여 수단(how)이 아닌 목적(why)에 주목하며 상위해석수준을 적용하는 성향을 보인다. 반면, 가까운 공간에 대해서는 수단(how)에 주목하며 하위수준으로 해석한다[20]. 사회적 거리란 사회 및 가족 구성원 등의 사회적 관점에서의 거리를 나타낸다. 사람들은 자신과 공통점이 많은 타인의 행동에 대해서 가깝게 느끼기 때문에 하위수준으로 해석하는 성향을 보였으며 차이가 날수록 상위수준으로 해석한다고 한다[31,32]. 마지막으로 발생확률적 거리(hypotheticality)란 발생 가능성이 낮은 사건을 표상할 때 심리적으로 더 멀게 느낀

다는 것이다. 실현 가능성이 높을수록 구체적인 표상이 가능하기 때문에 가깝게 느끼며 반대로, 실현 가능성이 낮은 사건일수록 보다 추상적으로 느끼기 때문에 심리적으로 멀게 느낀다는 것이다[29,30].

해석수준이론의 심리적 거리인 시간적 거리, 공간적 거리, 발생확률적 거리, 사회적 거리는 게임 사용자가 선택적 상황에 직면할 때 모두 적용될 수 있을 것이다. 이러한 전제를 바탕으로 본 연구에서는 인터넷 및 게임중독군의 사람들이 상위 및 하위 해석수준에 따라 자기통제력에 어떠한 변화가 있었는지 알아보고 역으로, 자기통제력이 높고 낮음에 따라 해석수준이 달라지는지에 대한 효과를 알아보려고 한다.

#### 2.1.4 해석수준, 자기통제와 게임중독

해석수준이론(Construal-Level Theory; CLT)에 따르면 개인의 해석 수준이 성공적인 자기통제 과정을 촉진한다고 한다. 해석수준이론에서 발생하는 자기통제는 동일한 대상이라 할지라도 심리적 거리에 따라 상위 혹은 하위 수준의 해석에 따라 다르게 발생한다는 것이다. 사람들은 동일한 대상에 대해서도 개인의 해석수준에 따라 상이하게 결정을 내리게 된다.

상위해석수준은 행동 결과에 대한 가치를 강조하는 바람직성(desirability)과 행동의 목적(why)에 주목하는 반면, 하위해석수준은 비교적 쉬운 결과를 바라거나 성취의 정도를 나타내는 실행가능성(feasibility) 및 행동의 수단(how)에 초점을 두고 결정하게 된다. 이렇게 동일 대상에 대한 해석의 차이는 서로 다른 속성을 강조하기 때문에 같은 자극과 현상에 대해서도 대립되는 평가를 하고 상이한 판단과 의사결정을 보여줄 수 있다. 그 결과 자기통제에 영향을 미칠 수 있다는 것이다[14,20].

상위해석수준은 본질적이고, 중심적이며 바람직성과 관련된 속성을 보기 때문에 목표지향적(goal-oriented)으로 해석하여 자기통제가 강하게 나타날 수 있다. 상위해석수준을 하는 사람들은 하

위해석수준인 부차적인 속성을 강조하는 수단지향적(mean oriented)인 해석 보다는 궁극적으로 자기통제력을 강화시킬 수 있다는 것이다. 자기통제는 하위해석수준보다는 상위해석수준에서 나타난다. 상위해석수준은 충동에 따른 즉각적인 결과물에 대한 선호도를 감소시키고 지연되지만 더 큰 강화물에 대한 선호도를 증가시킬 수 있는 것이다.

따라서 인터넷 및 게임중독에 대한 해결 방안 중 하나인 자기통제력의 강화는 해석수준이론으로 보다 정교한 설명력을 보여줄 수 있다. 하지만 아직까진 해석수준을 통한 인터넷 및 게임중독과 자기통제력에 대한 연구가 전무하다. 따라서 본 연구에서는 해석수준이론에 근거하여, 연구문제를 설정하였다.

## 2.2 연구내용

### 2.2.1 연구문제

연구문제1: 게임이용자의 자기통제수준이 높을수록 게임중독은 감소하는가?

연구문제2: 게임이용자의 해석수준이 높을수록 게임중독은 감소하는가?

연구문제3: 게임이용자의 자기통제수준과 해석수준이 어떻게 상호작용하며, 게임중독에 영향을 미치는가?

### 2.2.2 연구설계

본 연구에서는 연구문제를 살펴보기 위해 온라인 게임이용자들을 대상으로 약 2주에 걸친 온라인 설문조사를 실시하였다. 온라인 설문은 만16세부터 만59세까지에 걸친 전 연령층을 포괄하고 있으며, 결측 값을 제외하고 최종적으로 분석에 사용된 응답 수는 918명으로, 남성(532명)과 여성(386명)의 비율은 58% 대 42%로 약 60대 40의 분포를 보였다. 설문에 응답한 사람들은 설문조사 시점으로부터 6개월 내 게임을 한번이라도 이용해 본 경험이 있는 이용자들로 모집하였음을 밝혀둔다.

### 2.2.3 척도

연구문제를 살펴보기 위해, 우선 개인의 만성적인 해석수준을 측정하였다. 만성적 해석수준의 경우, 가장 널리 이용되는 대표적인 측정도구인 Vallacher와 Wegner에 의해 개발된 BIF(The Behavior Identification Form)를 사용하였으며, BIF는 총 25문항으로 구성되어 있다[33].

자기통제 변수는 Tangey(2004)와 그의 동료들이 개발한 척도를 사용하였으며, “1=전혀 그렇지 않다”에부터 “5=매우 그렇다”까지의 5점 척도의 6개 문항으로 조사하였다[34].

게임중독 척도는 기존 인터넷 중독척도로 널리 사용되는 Young(1998)의 척도를 게임 중독 상황에 맞게 변형하여 사용하였으며, 척도는 총 20문항의 5점 척도로 구성되었다[35]. 온라인 설문에서는 위의 핵심적인 세 가지 척도와 더불어 이용자들의 하루 평균 게임이용시간 및 선호하는 게임이용장르와 게임이용플랫폼을 함께 조사하였으며, 마지막으로 기본적인 개인의 인구통계학적 변수를 조사하였다. 자기통제변수와 게임중독의 Cronbach's  $\alpha$  값은 각각 0.61와 0.95로 척도의 신뢰도가 확인되었다.

## 3. 연구 결과

### 3.1 자기통제수준과 게임중독

연구문제 1을 살펴보기 위해, 본 연구에서는 우선 자기통제수준과 게임중독 변수를 이용해 회귀분석을 수행하였다. 기본적인 인구통계학 변수인 학력, 가구소득 변수와 게임중독에 영향을 미칠 수 있는 변수인 게임이용시간 변수를 통제한 상태에서 자기통제수준과 게임중독을 회귀분석으로 살펴본 결과, 회귀모형의 R제곱값은 0.19로 나타났다. 개별변수 중 학력과 게임이용시간이 유의미하게 나타났고, 학력변수는 통계적으로 유의미하게 나타나지 않았다. 자기통제수준 변수는 게임중독과 부적 관계를 가지고 있었으며,  $\beta$ 값은 .23으로 나타났고,

이는 자기통제수준이 높아질수록 게임중독이 감소하는 양상을 보이는 것으로 해석할 수 있다.

### 3.2 해석수준과 게임중독

연구문제 2를 살펴보기 위해, 해석수준변수와 게임중독변수를 이용하여 회귀분석을 수행하였다. 이때에도 역시 학력, 가구소득 변수 및 게임이용시간 변수를 통제하고, 해석수준과 게임중독의 관계를 살펴본 결과, 회귀모형의 R제곱값은 0.16으로 나타났으며, 게임이용시간만이 유의미한 변수로 나타났으며, 그 외 학력과 가구소득은 유의미하지 않은 변수인 것으로 확인되었다. 해석수준변수와 게임중독 역시 부적 관계를 가지고 있었으며,  $\beta$ 값은 .14로 나타났다. 문헌연구를 통해 예상했던 바와 같이 개인의 해석수준이 높아질수록 게임중독이 감소하는 양상을 보이는 것으로 나타났다.

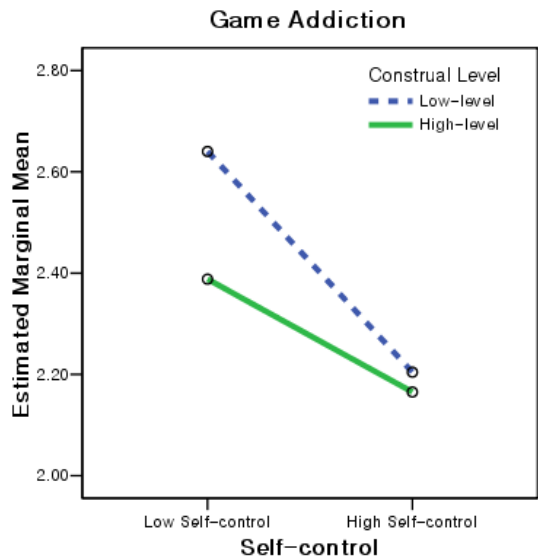
### 3.3 자기통제수준, 해석수준과 게임중독의 상호작용효과

마지막으로 게임이용자들의 자기통제수준과 해석수준에 따라 게임중독에 미치는 영향이 달라지는지를 알아보기 위해 상호작용효과가 존재하는지 검증해보았다. 이를 살펴보기 위해, 자기통제변수의 평균값인 3.00점( $SD=0.54$ )을 기준으로 높은 수준의 자기통제와 낮은 수준의 자기통제로 그룹을 나누었다. 또한 해석수준 역시 해석수준의 평균값인 15.61점( $SD=4.83$ )을 기준으로 상위해석수준과 하위해석수준으로 그룹을 구분하였다. ANOVA를 이용해 상호작용효과를 검증한 결과, 해석수준과 자기통제의 상호작용효과는 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다( $F(1, 4.591), p<0.05, \eta^2=0.01$ ). 즉, 자기통제에 따라 게임중독의 차이가 해석수준의 영향을 받는다는 것이다.

[Fig. 1]을 살펴보면, 이를 더욱 확실하게 살펴볼 수 있는데, 자기통제수준이 높은 경우, 해석수준에 관련 없이 게임중독의 평균값이 낮은 것을 확인할 수 있다(낮은 해석수준:  $M=2.20, SD=.71$  / 높은

해석수준:  $M=2.17, SD=.72$ ). 그러나 자기통제수준이 낮은 경우를 살펴보면 흥미로운 결과를 발견할 수 있다. 자기통제수준이 낮고, 해석수준도 낮은 경우( $M=2.64, SD=.78$ ), 해석수준이 높은 경우에 비해( $M=2.39, SD=.68$ ) 상대적으로 가장 높은 수준의 게임중독 평균값을 나타냄을 볼 수 있다.

다시 요약해보자면, 자기통제가 높을 경우에는 해석수준에 관계없이 게임중독이 낮지만, 자기통제가 낮은 경우에는 해석수준이 높고 낮음에 따라 이것이 게임중독에 영향을 미치는 하나의 의미 있는 조절변인(moderating variable)로 기능한다는 점이다. 해석수준이 높은 경우에 비해, 해석수준이 낮은 경우 더욱 중독의 수준이 높아지는 것을 볼 때, 이러한 해석수준의 높고 낮음에 따라 중독수준이 결정된다고 해석해 볼 수 있다.



[Fig. 1] Interaction effect between self-control and construal level

## 4. 결론 및 논의

본 연구는 게임이용자의 자기통제수준(높은 자기통제수준, 낮은 자기통제수준)과 해석수준(상위해

석수준, 하위해석수준)에 따라 게임중독에 차이를 보이는지를 서베이 연구를 통해 살펴보았다. 첫 번째, 연구문제에서 자기통제수준과 게임중독의 관계를 살펴본 결과, 자기통제수준이 높을수록 게임중독이 낮아짐이 확인되었다. 이는 낮은 자기통제수준을 가진 사람들이 높은 자기통제수준을 가진 사람들에 비해, 더욱 높은 게임중독을 보이는 것으로 해석해 볼 수 있다. 두 번째 연구문제에서는 해석수준과 게임중독의 관계를 살펴보고, 그 결과 해석수준이 높아질수록 게임중독이 낮아지는 것으로 나타났다. 이는 해석수준이 낮은 사람들이 해석수준이 높은 사람들에 비해 더욱 게임에 중독될 수 있다는 것으로 해석이 가능하다.

이와 더불어 본 연구에서는 마지막으로 해석수준과 자기통제수준에 따라 게임중독에 차이를 보이는지를 알아보기 위해, 해석수준과 자기통제 변수 간의 상호작용을 검증하였다. ANOVA 결과, 게임중독에 영향을 미치는 자기통제변수와 해석수준변수 간의 상호작용효과가 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 보다 구체적으로 설명하면, 자기통제가 높은 사람들의 경우, 개인이 가진 해석수준의 정도에 관계없이 낮은 게임중독수준을 보였다. 그러나 자기통제가 낮은 사람들의 경우에는 해석수준의 정도가 영향을 미치고 있었는데, 해석수준이 낮은 경우에는 게임중독이 높은 수준을 나타냈으나, 해석수준이 높은 경우에는 게임중독의 수준이 낮은 것을 확인할 수 있었다. 자기통제 수준이 낮은 사람들의 경우에는 상대적으로 어떠한 해석수준을 가지느냐(높은 해석수준 vs. 낮은 해석수준)에 따라 게임중독의 수준이 조절될 수 있다는 점에서 개인의 해석수준이 하나의 중요한 조절변인인 것으로 보인다.

기존의 게임중독 연구에서 자기통제 수준이 게임중독을 추정할 수 있는 하나의 주요 변인으로 주로 다루어져 왔다면, 본 연구에서는 이에 한 발 더 나아가, 자기통제가 게임중독에 미치는 영향 사이에 해석수준이라는 또 하나의 변수가 들어갔을 때, 새로운 상호작용 결과를 도출했다는 점에서 흥

미로운 결과라 하겠다. 이는 기존 게임중독에 영향을 미칠 수 있는 또 하나의 중요한 변수를 발견했다는 점에서 본 연구의 의의를 찾을 수 있다. 따라서 개인의 특성 변수라 할 수 있는 해석수준을 높이거나 낮춤에 따라, 게임중독이라는 하나의 미디어이용 결과에 다른 영향을 미칠 수 있다는 점에서 향후 이 부분에 대한 후속 연구가 지속되어야 할 것이다.

그러나 본 연구는 몇 가지 점에서 한계를 가진다. 첫째, 본 연구는 실험환경이 아닌 온라인 서베이 결과를 통해 결론을 도출하였기에, 향후 정밀한 실험환경에서 다시 한 번 결과를 확인한다면 보다 탄탄한(robust) 연구결과가 될 수 있을 것이다. 두 번째로, 본 연구에서는 특정 게임 플랫폼에 초점을 맞추지 않고, 온라인게임에서부터 모바일게임에 이르기까지 모든 게임플랫폼을 이용하는 게임이용자들을 대상으로 조사하였다는 점에서 한계를 가진다. 향후, 온라인게임 혹은 모바일게임을 주로 이용하는 주이용층을 대상으로 하여 연구를 진행한다면, 특정 게임플랫폼과 게임중독에 대한 보다 의미 있는 해석을 덧붙일 수 있을 것이다. 마지막으로 자기통제가 게임중독에 영향을 미치는 과정에는 해석수준변수 뿐만이 아닌 다른 중요한 조절변수 혹은 매개변수들이 존재할 가능성이 있다. 따라서 향후 연구에서는 본 연구에서 밝힌 해석수준 변수 외에 게임중독완화에 대한 목표중요성 인식 차이 혹은 고독감 및 우울감과 같은 다양한 정서 상태와 관련된 변수가 어떠한 영향을 미치는지에 대한 후속 연구가 필요할 것으로 보인다.

## ACKNOWLEDGMENT

This work was supported by the National Research Foundation of Korea Grant funded by the Korean Government (NRF-2011-330-B00107).



## REFERENCES

- [1] Eui-Jun Jeong & Doo-Hwan Kim, "Social activities, self-efficacy, game attitudes, and game addiction", *Cyber Psychology, Behavior & Social Networking*, Vol. 14, No. 4, 2011.
- [2] Gyo-Jeung Kim & Sang-Hyun Suh, "The research on a path-model on adolescent's psychological ; Environmental variables affecting the internet addiction, *Studies on Korean Youth*, Vol. 17, No. 1, 2006.
- [3] Jong-Won Kim & Ok-Gwi Joo, "The study on the relationship self-control, social and environmental factors and the Internet game addiction of middle and high school students", Vol. 12, No. 2, 2002.
- [4] Young-Ok Nam, "Comparison of internet addiction, internet game addiction and cybersex addiction among middle school students", *Journal of Youth and Adolescence* Vol. 12, No. 3., 2005.
- [5] Bo-Kyung Park, Sung-Man Shin & Hye-Joo Lee, "A study on the relationship between types of teen preferred internet game and internet game addiction, parent-adolescent communication, and self-control", *The Korean Journal of Health Psychology*, Vol. 17 No.3, 659-676, 2012.
- [6] Hye-Jin Jang & Kyu-Man Chae, "The psychological characteristics of adolescents with technological addiction - cellular phone addiction", *Korean Journal of Health Psychology*, Vol. 11 No. 4, 2006.
- [7] Sun-Tae Chung, "Effects of the self-control training program on relief of online game addiction, *The University of Ulsan*, 2001.
- [8] Information Society and Adolescence, *Journal of Adolescence Problematic Behavior*, 1998.
- [9] Kirk, J. M.& Logue, A. W., "Self-control in adult humans: Effects of counting and timing", *Learning and Motivation*, 27, 1-20., 1996
- [10] Thaler, R. H., "Quasi rational economics", New York: Russell Sage Foundation., 1991.
- [11] Trope, Y., & Fishbach, A., "Counteractive self-control in overcoming temptation", *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 493 - 506., 2000.
- [12] Loewenstein, G. F., "Out of control: Visceral influences on behavior", *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 65, 272 - 292., 1996.
- [13] Fishbach. A. & Trope. Y.(2005). "The substitutability of external control and self-control, *Journal of Experimental*". *Social Psychology*, 41(3), 256-270.
- [14] Fujita, K., & Han, H. A., "The effect of construal levels on evaluative associations in self-control conflicts. *Psychological Science*, 20, 799 - -804., 2009
- [15] Muraven, M., Tice, D. M.& Baumeister, R. F., "Self-control as a limited resource: Regulatory depletion patterns", *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 774 - 789., 1998.
- [16] Muraven, M. & Baumeister, R. F., "Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle?", *Psychological Bulletin*, 126, 247-259., 2000.
- [17] Baumeister, R. F., & Vohs, K. D., "Self-Regulation, Ego Depletion, and Motivation. *Social and Personality Psychology Compass*, 1, 1-14., 2007.
- [18] Pocheptsova, Anastasiya, Amir, On, Dhar, Ravi & Roy F. Baumeister, "Deciding without Resources: Psychological Depletion and Choice in Context", *Journal of Marketing Research*, 46(3), 344-355., 2009.
- [19] Vohs, Kathleen D., Roy F. Baumeister, Brandon J. Schmeichel, Jean M. Twenge, Noelle M. Nelson and Dianne M. Tice, "Making Choices Impairs Subsequent Self-Control: A Limited Resource Account of Decision Making, Self-Regulation, and Active Initiative," *Journal of Personality and Social Psychology*, 94(5),883-898., 2008.
- [20] Fujita, K., Henderson, M., Eng, J., Trope, Y., & Liberman, N., "Spatial distance and mental construal of social events. *Psychological Science*, 17, 278 - 2282., 2006.
- [21] Liberman, N., & Trope, Y.. "The role of feasibility and desirability considerations in near and distant future decisions: A test of temporal construal theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 5 -

518., 1998.

[22] Trope, Y., & Liberman, N., Temporal construal and time-dependent changes in preference. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 876 - 89., 2000.

[23] Trope, Y., & Liberman, N., Temporal construal. *Psychological Review*, 110, 403 - 21., 2003

[24] Trope, Y., Liberman, N., & Wakslak, C. J., Construal levels and psychological distance: Effects on representation, prediction, evaluation, and behavior. *Journal of Consumer Psychology*, 17, 83 - 5., 2007.

[25] Trope, Y & Liberman, N., “Construal-Level Theory of Psychological Distance”, *Psychological Review*, 117(2): 440~463., 2010

[26] Semin, G. R., & Fiedler, K., The cognitive functions of linguistic categories in describing persons: Social cognition and language. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 558 - 68., 1988.

[27] Trope, Y., Identification and inferential processes in dispositional attribution. *Psychological Review*, 93, 239 - 57., 1986

[28] Trope, Y., Levels of inference in dispositional judgment. *Social Cognition*, 7, 296 - 14., 1989.

[29] Wakslak, C., Trope, Y., & Liberman, N., Seeing the forest when entry is unlikely: Probability and the mental representation of events. *Journal of Experimental Psychology: General*, 135, 641 - 53., 2006.

[30] Alexander Todorov, Amir Goren and Yaacov Trope, “Probability as a psychological distance: Construal and preferences”, *Journal of Experimental Social Psychology*, 43(3), 473 ~482., 2007.

[31] Smith, P. K., & Trope, Y., You focus on the forest when you’re in charge of the trees: Power priming and abstract information processing. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90, 578 - 96., 2006.

[32] Liviatan, I., Trope, Y., and Liberman, N., “Interpersonal Similarity as a Social Distance Dimension: Implications for Perception of Others’ Actions,” *Journal of Experimental Social Psychology*, 44, 1256-1269., 2008.

[33] Vallacher, Robin R., Wegner, Daniel M., “Levels of personal agency: Individual variation

in action identification.”, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 57(4), Oct 1989, 660-671., 1989.

[34] Tangney JP, Baumeister RF, Boone AL. High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72:271 - 322., 2004.

[35] Young K. S., “Caught in the Net: How to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery”, New York : John wiley & Sons., 1998.



장 예 빛 (Jang, Ye Beet)

현재 한국연구재단 한국사회과학연구(SSK) 전임연구원  
2013 카이스트 문화기술대학원 공학박사  
2007 카이스트 문화기술대학원 공학석사  
2005 한양대학교 광고홍보학 문학사

관심분야 : 미디어효과, 문화콘텐츠, 게임콘텐츠,  
스토리텔링, 문화산업 및 정책, HCI



이혜림 (Lee, Hye Rim)

2012년 3월-현재 건국대학교 문화콘텐츠학과  
박사과정 재학

관심분야 : 기능성 게임, 게이미피케이션, HCI, 소셜  
미디어



김민규 (Kim, Min Kyu)

2002.2 고려대학교 사회학 박사(Ph.D. 문화사회학전공)  
2003-2009.5 한국게임산업진흥원 본부장·팀장  
2009.5-2010.2 한국콘텐츠진흥원 팀장  
2010.3-현 아주대학교 문화콘텐츠학과 조교수  
2011.6-현 아주대학교 문화콘텐츠연구센터 센터장

관심분야 : 게임콘텐츠 및 산업 비즈니스 연구,  
인터랙티브 콘텐츠 및 테크놀로지, 유저 인터  
페이스 및 이용 패턴

---



정익준 (Jeong, Eui Jun)

2001.5-2004.7 한국게임산업진흥원 선임연구  
2006.5-2011.8 미시건주립대 M.I.N.D. Lab 연구원  
2010.12-2012.2 성균관대 Interaction Science연구소  
선임연구원  
2011.8 미시건주립대 Telecommunication 박사  
2012-현재 건국대학교 문화콘텐츠학과 교수

관심분야 : 디지털게임, 소셜미디어, 문화기술(CT)

---



유승호 (Ryu, Seung Ho)

1996년 고려대학교 사회학 박사  
2001-2004 한국게임산업진흥원 (현 한국콘텐츠진흥원)  
산업진흥본부장  
2004-현재 강원대학교 영상문화학과 교수  
2005-현재 KAIST 문화기술대학원 겸직교수

관심분야 : 문화산업, 문화정책, 문화사회학, HCI

---

