

## 청소년의 인터넷 사용시간과 건강위험행위

김영숙

위덕대학교 간호학과

### Internet Use Time and Health Risk Behavior in Adolescents

Young-Sook Kim

Department of Nursing Uiduk University

#### ABSTRACT

**Objectives:** The purpose of this study was to identify the relationship of internet use time and health risk behaviors among adolescents and provide data to set up a strategy for preventing internet addiction.

**Methods:** The data of the 2011 Youth Health Risk Behavior web-based Survey Collected by Korean Center for Disease Control was analyzed using t-test, ANOVA, Chi-square test for this study.

**Results:** There were significant differences between boys and girls in internet use time. Boy's internet use time was different according to city size( $F=13.20, p<.001$ ), grade( $F=35.85, p<.001$ ), school record( $F=298.95, p<.001$ ), economic state( $F=326.75, p<.001$ ), living with parents( $t=11.60, p<.001$ ), father's education level( $F=147.92, p<.001$ ), and mother's education level( $F=110.93, p<.001$ ). Girls' internet use time was also different according to school grade( $t=-8.68, p<.001$ ), grade( $F=61.03, p<.001$ ), school record( $F=233.32, p<.001$ ), economic state( $F=185.78, p<.001$ ), living with parents( $t=10.81, p<.001$ ), father's education level( $F=86.54, p<.001$ ), and mother's education level( $F=92.64, p<.001$ ).

Regarding the health risk behaviors, present smoking, present alcohol drink, drug use skipping breakfast, eating fast food, drinking soda, sexual behavior, suicidal attempt, engagement time in physical education classes, severe exercise, and sleeping satisfaction made differences in the internet use time.

**Conclusions:** The results suggest that health risk behaviors are influenced by internet use time of adolescents. Thus, these results may be contribute to development of programs to prevent internet addiction.

**Key words :** Adolescents, Health Risk Behavior, Internet Use Time

\* 이 연구결과물은 2013학년도 위덕대학교 학술진흥연구비지원에 의하여 이루어졌음.

접수일 : 2013년 4월 19일, 수정일 : 2013년 7월 25일, 채택일 : 2013년 7월 26일

교신저자 : 김영숙 (780-713 경상북도 경주시 강동면 유금리 525)

Tel: 054-760-1772, Fax: 054-760-1179, E-mail: kys-777@hanmail.net.

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성

현대사회는 인터넷이란 기술의 발달로 인해 빠른 속도로 인류의 정치, 사회, 문화 전반에 걸쳐 커다란 변화를 받고 있으며, 이러한 인터넷은 대중매체로써 디지털 문화와 접목되어 메시지 전파 수단으로 이용되고 있다(노지현, 2010). 우리나라의 경우 인터넷 보급률이 인구의 80.9%로 아시아에서 가장 높으며(Internet World Stats, 2011), 10대 청소년의 97.8%가 하루 1회 이상 인터넷을 이용할 정도로 인터넷은 우리의 일상생활에서 하나의 생활문화로 자리 잡고 있다(통계청, 2012). 인터넷의 이용자와 사용범위가 확장되면서 인터넷은 교육, 정보습득의 순기능적 역할과 함께 정보공유와 자신감, 효능감, 개방적이고 다양한 인간관계를 접하며 발전시키는 등의 긍정적인 요인을 제공해 준다(이상미, 2008). 반면 인터넷 사용과 관련된 각종 폐해 또한 속출하고 있는데 그 대표적인 것이 인터넷 중독으로 이는 약물, 알코올 중독과 같이 인터넷을 지나치게 사용하여 현실생활에 지장을 받을 정도로 신체적, 정신적, 사회적 이상 현상을 경험하는 것을 말한다(아영아, 2010). 이러한 현상은 영국에서 청소년의 약 14% 이상이 인터넷 중독현상을 보이는 것으로 나타나 (Morrison, 2010) 청소년과 관련된 새로운 문제가 되고 있다.

이는 인터넷을 쉽게 이용할 수 있는 사회기반시설이 확충되고 컴퓨터 사용을 장려하는 사회적 분위기와 인터넷의 실제 활용에 대해 무지한 부모의 통제부족 등이 청소년의 심리적 특성과 맞물리면서 인터넷이 청소년들에게 적은 비용과 노력으로 흥미롭고 다양한 세계를 제공해주는 활동과 놀이의 장이 되었기 때문이다. 과도한 인터넷 사용이나 인터넷 중독은 청소년들에게 가치관, 의식구조 및 생활전반에 걸쳐 직·간접적인 영향을 미치게 되어(김효순, 2009), 성격저하나 학교부적응 등의 생활

변화, 성격변화, 정체성의 혼란, 현실감의 저하, 건강약화, 척추 측만증이나 디스크 등의 신체 증상, 언어발달의 지장 등을 나타내기도 하며(조유영, 2008) 때로는 심각한 수준의 비행이나 범죄로 연결되기도 한다(이종원, 2004).

청소년은 아직 성장, 발달 과정 중에 있으며 미래사회를 이끌어갈 주역이라는 점을 고려할 때 우리 청소년들에게 올바른 건강행위를 습관화시켜, 인터넷 중독으로 이어지지 않도록 하는 대책마련이 매우 시급하다. 이에 우리나라는 초, 중, 고등학생을 대상으로 일 년에 한차례씩 인터넷 중독검사를 실시하여, '고 위험군 사용자' 나 '잠재 위험군 사용자'로 분류된 청소년들을 위한 치료나 상담을 하는 등 국가적 차원에서 많은 노력을 기울이고 있다. 이러한 노력에도 우리나라 청소년의 인터넷 중독 고위험군은 2009년 187만 명에서 2010년 218만 명으로 증가하였다(한국정보화진흥원, 2011, 2012). 물론 인터넷을 통한 적절한 게임이용은 오히려 학업성적에 긍정적인 영향을 주기도 하지만(신순영과 김창석, 2002), 인터넷 사용시간의 증가는 인터넷 중독의 가능성을 높이며(안석, 2000; 박정은, 2001), 과도한 인터넷 사용은 신체활동을 감소시킴으로 인해 21세기 좌식생활방식의 주요 위험요소가 되고 있다는 연구들을(Kim & So, 2012) 고려해 볼 때 인터넷 사용시간이 청소년들의 건강위험행동과 어떠한 연관이 있는가를 알아볼 필요가 있다.

그 동안 국내에서 청소년의 인터넷 과다사용이나 중독과 관련된 연구 중 건강과 관련된 연구들은 대부분 정신건강과 관련된 연구가(이석범 등, 2002; 류은정 등, 2004; 이상준, 2005; 송경연, 2011) 주를 이루고 있으며 인터넷 사용과 건강행위에 관한 연구는 미흡한 실정이며 이 또한 일개 고등학교 학생(김양석, 2006)이나 중학교 학생만을(한선희 등, 2003) 대상으로 한 연구로 우리나라 청소년을 규명하는 데는 한계가 있다.

따라서 본 연구는 청소년들의 인터넷 사용시간과 건강위험행위와의 관계를 탐색하여 청소년들의 인

터넷 중독예방을 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

## 2. 연구목적

본 연구의 목적은 청소년의 인터넷 사용시간과 건강위험행위와의 관계를 파악하여 청소년의 인터넷 중독 예방을 위한 프로그램 개발에 기초 자료를 제공하고자 한다. 구체적으로는 1)청소년의 일반적 특성에 따른 인터넷 사용시간을 파악한다. 2)청소년의 인터넷 사용시간에 따른 건강위험행위를 파악한다.

## II. 연구방법

### 1. 연구대상자료

본 연구는 질병관리본부가 교육인적자원부의 협조를 통해 실시한 2011년 청소년 건강행태 온라인 조사 원시자료(질병관리본부, 2011)를 이용하여 분석하였다. 2011년 청소년 건강행태 온라인 조사는 중학교 1학년부터 고등학교 3학년 학생을 대상으로 하고 있는데, 중, 고등학교를 16개 시도별로 중학교는 남녀를, 고등학교는 학교유형을 고려하였고, 도시규모를 고려하여 조사대상 학교 수를 배분하고, 학교 및 학급은 '비 복원 단순 랜덤 추출' 방법으로 표본을 추출하였다. 중, 고등학교 각각 400개교씩 조사하였고, 표본학교 학년별 1개 학급을 무작위로 선정하여 학교당 3개 학급을 조사하였다. 중, 고등학교 각각 16개 시도별로 5개 학교를 우선 배분하고 학급 수를 기준으로 제곱근 비례 배분법을 적용하여 표본학교수를 할당하였다. 이렇게 표본으로 선정된 청소년은 79,202명이었으며, 이 가운데 75,643명이 응답하여 95.5%의 응답률을 보였다. 본 연구는 이 중 결측치를 제외한 73,474명의 자료를 대상으로 흡연, 음주, 신체활동, 식습관, 성행태, 정신보건, 인터넷 중독, 약물에 관한 영역의 조사결과를 분석하였다.

### 2. 분석 대상 변수

본 연구에서 인터넷 사용시간은 '최근 30일 동안 하루 평균 인터넷을 몇 시간 정도 사용하였습니까?'로 질문하여 주중과 주말을 구분하여 '사용하지 않았다', '사용했다'로 응답하게 하였으며 '사용했다'라고 답한 경우 주중과 주말에 학습이외의 목적으로 사용한 시간의 합을 7로 나눈 자료를 분석하였다. 본 문항은 질병관리본부 청소년 건강행태 온라인 조사팀이 개발하고, 정신보건 인터넷 중독 분과 위원회에서 조사항목을 검토하였다. 조사대상의 일반적 특성을 파악하기 위하여 성별, 학교급, 도시규모, 학년, 학교성적, 가족과 동거여부, 경제수준, 부모의 학력 등을 분석하였다. 건강위험행위는 선행연구들(한성현 등, 2000; 이호진, 2001)에서 청소년의 건전한 성장을 저해하거나 건강에 나쁜 영향을 끼칠 우려가 있는 것으로 여겨지는 좋지 못한 습관이라고 분석한 변수들을 참고하여 분석대상을 선정하였다. 이에 본 연구에서의 건강위험행위는 현재 흡연, 현재 음주, 1주 동안 체육시간에 직접운동을 한 횟수, 숨이 찰 정도의 운동을 60분 이상 한 횟수, 1주 동안 아침결식 횟수, 주 1회 이상 탄산음료 섭취 횟수, 주 1회 이상 패스트푸드 섭취 횟수, 습관적 약물사용 경험, 성관계 경험, 자살시도 경험, 수면만족 등이다<표 1>.

### 3. 자료 분석 방법

일반적 특성, 건강위험행위 정도에 대해서는 빈도와 백분율을 구하고, 인터넷 사용시간은 평균과 표준편차를 구하여 분석하였다. 일반적 특성에 따른 인터넷 사용시간은 t-test, ANOVA 로 분석하였고, 사후검정을 위해 Duncan test를 실시하였다. 인터넷 사용시간에 따른 건강위험행위를 분석하기 위해 Chi-square test를 하였으며 분석을 위해 SPSS 12.0을 이용하였다.

&lt;표 1&gt; 분석 대상 변수

구분	조사항목	세부사항
일반적 특성	인구사회학적 특성요인	성별, 학교급, 도시규모, 학년, 성적, 가족과동거, 가정형편, 부모의 학력
독립변수	인터넷 사용시간	주중과 주말에 학습이외의 목적으로 인터넷을 사용한 시간의 합을 7로 나눈 값
종속변수	건강위험행위(흡연, 음주, 약물)	현재 흡연, 현재 음주, 습관적 약물사용
	건강위험행위(식습관)	아침결식 패스트푸드섭취, 탄산음료섭취
	건강위험행위(운동)	체육시간 참여, 숙관 활동횟수
	건강위험행위(기타)	성경험, 자살시도 경험, 수면만족,

### Ⅲ. 연구결과

#### 1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성은 <표 2>에 제시된 바와 같다. 조사 대상자의 남, 녀의 비율은 각각 50%이었고 학교 급은 중학생이 50.9%이었다. 도시규모는 대도시가 45.9%이었으며 학년은 중학교 2학년이 17.1%로 가장 많았다. 성적은 하위권이 37.6%, 상위권이 35.3%이었다. 가족과 동거여부는 가족과 함께 사는 학생이 95.3%이었고 가정형편이 중간정도라고 응답한 학생이 47.6%이었다. 부모의 학력은 아버지의 경우 대졸이상인 43.3%로 가장 많았고 어머니의 경우는 고졸이 46.0%로 가장 많았다<표 2>.

#### 2. 대상자의 일반적 특성에 따른 인터넷 사용시간

대상자의 일반적 특성에 따른 인터넷 사용시간을 살펴보면 남학생은 도시규모( $F=13.20$ ,  $p<.001$ ), 학년( $F=35.85$ ,  $p<.001$ ), 성적( $F=298.95$ ,  $p<.001$ ), 부모와 동거( $t=11.60$ ,  $p<.001$ ), 가정형편( $F=326.75$ ,  $p<.001$ ), 아버지의 학력( $F=147.92$ ,  $p<.001$ ), 어머니의 학력( $F=110.93$ ,  $p<.001$ )에 따라 유의한 차이가

있었다. 이에 따른 사후검정결과 도시규모로는 군 지역 학생의 인터넷 사용시간이 대도시나 중소도시 지역 학생보다 많았으며 학년은 중학교 3학년이 인터넷 사용시간이 유의하게 많았으며 성적이 하위권인 학생이 상위권이나 중위권 학생보다 인터넷 사용시간이 유의하게 많았다. 가족과의 동거는 가족과 같이 산다고 한 경우가 동거하지 않은 경우보다 유의하게 많았으며 가정형편은 “하”인 경우가 “상”이나 “중”인 경우보다 인터넷 사용시간이 유의하게 많았다. 부모의 학력은 아버지나 어머니의 학력을 잘 모르거나 중졸이하라고 한 경우가 고졸이나 대졸인 경우보다 인터넷 사용시간이 유의하게 많았다. 여학생은 학교급( $t=-8.68$ ,  $p<.001$ ), 도시규모( $F=5.05$ ,  $p<.01$ ), 학년( $F=61.03$ ,  $p<.001$ ), 성적( $F=233.32$ ,  $p<.001$ ), 가족과 동거( $t=10.81$ ,  $p<.001$ ), 가정형편( $F=185.78$ ,  $p<.001$ ), 아버지의 학력( $F=86.54$ ,  $p<.001$ ), 어머니의 학력( $F=92.64$ ,  $p<.001$ )에 따라 유의한 차이가 있었다. 이에 따른 사후 검정결과 학교 급은 중학생이 고등학생보다 인터넷 사용시간이 유의하게 많았으며, 도시규모로는 군 지역 학생의 인터넷 사용시간이 대도시나 중소도시 지역 학생보다 많았으며 학년은 중학교 3학년이 인터넷 사용시간이 유의하게 많았으며 성적이 하위권인 학생이 상위권이나 중위권 학생보

다 인터넷사용시간이 유의하게 많았다. 가족과의 동거는 가족과 같이 산다고 한 경우가 동거하지 않은 경우보다 유의하게 많았으며 가정형편은 “하”인 경우가 “상”이나 “중”인 경우보다 인터넷 사용

시간이 유의하게 많았다. 부모의 학력은 아버지나 어머니의 학력을 잘 모르거나 중졸이하라고 한 경우가 고졸이나 대졸인 경우보다 인터넷 사용시간이 유의하게 많았다<표 2>.

<표 2> 일반적 특성에 따른 인터넷 사용시간

특성	구분	남학생			여학생			계
		실수(%)	인터넷 사용시간 평균±표준편차	t/F(P)	실수(%)	인터넷 사용시간 평균±표준편차	t/F(P)	
학교 급	고등학교	17748(48.3)	103.76±105.28	-1.16(.246)	18301(49.8)	88.02± 86.58	-8.68(.000)	36049(49.1)
	중학교	19007(51.7)	105.04±105.53		18418(50.2)	97.94± 92.81		37425(50.9)
도시	대도시	17000(46.3)	101.73±102.69	13.20(.000)	16737(45.6)	92.26± 88.40	5.05(.006)	33737(45.9)
	중소도시	14825(40.3)	105.70±105.81		15411(42.0)	92.63± 90.69		30236(41.2)
규모	군 지역	4930(13.4)	109.86±112.91		4571(12.4)	96.92± 92.00		9501(12.9)
	도시	14825(40.3)	105.70±105.81		15411(42.0)	92.63± 90.69		30236(41.2)
학년	중 1	6394(17.4)	92.85±101.16	35.85(.000)	6037(16.4)	85.89± 88.22	61.03(.000)	12434(16.9)
	중 2	6219(16.9)	105.62±104.53		6310(17.2)	101.34± 94.81		12529(17.1)
	중 3	6394(17.4)	116.66±109.37		6071(16.5)	106.39± 93.93		12465(17.0)
	고 1	6204(16.9)	102.07±104.67		6030(16.4)	91.09± 90.01		12234(16.7)
	고 2	5791(15.8)	107.95±105.39		6369(17.3)	88.89± 85.66		12160(16.6)
	고 3	5753(15.7)	101.37±105.74		5902(16.1)	83.94± 83.80		11655(15.9)
성적	상위권	13242(36.0)	90.33±95.73	298.95(.000)	12685(34.5)	82.76± 82.02	233.32(.000)	25927(35.3)
	중위권	9822(26.7)	100.37±96.53		10103(27.5)	88.54± 83.47		19925(27.1)
	하위권	13691(37.2)	120.96±117.49		13931(37.9)	105.55± 99.27		27622(37.6)
부모와 동거	동거	34947(95.1)	105.87±105.09	11.60(.000)	35058(95.5)	94.10± 89.93	10.81(.000)	70005(95.3)
	비 동거	1808( 4.9)	76.44±107.75		1661( 4.5)	69.74± 85.96		3469( 4.7)
가정 형편	상	12184(33.1)	98.02±97.98	326.75(.000)	9583(26.1)	81.72± 85.10	185.78(.000)	21767(29.6)
	중	16535(45.0)	105.91±102.25		18447(50.2)	92.19± 86.90		34982(47.6)
	하	8036(21.9)	126.22±117.76		8689(23.7)	107.15± 98.95		16725(22.8)
아버지 학력	중졸이하	1736( 4.7)	122.02±111.79	147.92(.000)	1849( 5.0)	105.58± 97.18	86.54(.000)	3585(4.9)
	잘 모름	6491(17.7)	116.38±118.39		5668(15.4)	103.45±100.30		12159(16.6)
	고졸	12290(33.4)	112.41±105.88		13595(37.0)	96.24± 90.37		25885(35.2)
	대졸이상	16238(44.2)	91.7 ± 97.10		15607(42.5)	84.88± 83.62		31845(43.3)
어머니 학력	중졸이하	1685( 4.6)	123.65±110.61	110.93(.000)	1942( 5.3)	108.02± 97.04	92.64(.000)	3627(4.9)
	잘 모름	6807(18.5)	113.63±116.70		5046(13.7)	102.80±100.91		11853(16.1)
	고졸	15814(43.0)	108.78±103.38		17956(48.9)	95.27± 89.58		33770(46.0)
	대졸이상	12449(33.9)	91.24± 99.18		11775(32.1)	82.85± 82.81		24224(33.0)
계		36755(50)	104.42±105.41	15.81(.000)	36719(50)	92.99± 89.89		73474(100)

### 3. 대상자의 인터넷 사용시간에 따른 건강위험행위 정도

남학생의 인터넷 사용시간에 따른 건강위험행위 정도는 현재흡연( $\chi^2=480.43, p<.001$ ), 현재음주( $\chi^2=469.26, p<.001$ ), 습관적 약물사용 경험( $\chi^2=150.13, p<.001$ ), 아침결식 횟수( $\chi^2=181.98, p<.001$ ), 패스트푸드 섭취횟수( $\chi^2=113.78, p<.001$ ), 탄산음료 섭취횟수( $\chi^2=101.75, p<.001$ ), 성경험( $\chi^2=384.69, p<.001$ ), 자살시도 경험( $\chi^2=158.06, p<.001$ ), 체육시간 참여 횟수( $\chi^2=149.79, p<.001$ ), 숨이 찰 정도의 운동 횟수( $\chi^2=95.10, p<.001$ ), 수면만족도( $\chi^2=48.39, p<.001$ )에서 유의한 차이가 있었다. 현재흡연은 인터넷을 180분 이상 사용한다고 한 경우에 흡연하는 학생의 비율이 유의하게 높았으며 현재음주 또한 인터넷을 180분 이상 사용한다고 한 경우에 음주하는 대상자의 비율이 유의하게 높았다. 습관적 약물사용은 학습이외의 목적으로는 인터넷을 사용하지 않는다고 한 경우에 습관적으로 약물을 복용하는 대상자의 비율이 가장 높았다. 아침결식 횟수는 인터넷을 180분 이상 사용하는 경우 주 3회 이상 결식하는 대상자의 비율이 유의하게 높았다. 패스트푸드 섭취와 탄산음료 섭취는 전 시간에 걸쳐 대상자의 패스트푸드나 탄산음료 섭취의 비율이 높았다.

성경험은 학습목적 이외에는 인터넷을 사용하지 않는다고 한 경우에 성경험이 있다고 답한 대상자의 비율이 유의하게 높았다. 자살시도 경험은 학습목적 이외에는 인터넷을 사용하지 않는다고 한 경우에 자살을 시도한 대상자의 비율이 유의하게 높았다. 체육시간의 참여는 인터넷을 180분 이상 사용한다고 한 경우가 주 1회 이하 체육시간에 참여하는 대상자의 비율이 더 높았다. 숨이 찰 정도의 활동여부는 인터넷을 180분 이상 사용한다고 한 경우가 숨이 찰 정도의 활동을 하지 않는 대상자의 비율이 유의하게 높았다. 수면만족은 인터넷을 180분 이상 사용한다고 한 경우가 수면이 부족한 대상자의 비율이 유의하게 높았다<표 3>.

여학생의 인터넷 사용시간에 따른 건강위험행위 정도는 현재흡연( $\chi^2=527.69, p<.001$ ), 현재음주( $\chi^2=437.33, p<.001$ ), 습관적 약물사용 경험( $\chi^2=71.71, p<.001$ ), 아침결식횟수( $\chi^2=363.37, p<.001$ ), 패스트푸드 섭취횟수( $\chi^2=22.14, p<.001$ ), 탄산음료 섭취횟수( $\chi^2=70.41, p<.001$ ), 성경험( $\chi^2=189.54, p<.001$ ), 자살시도 경험( $\chi^2=195.85, p<.001$ ), 체육시간 참여 횟수( $\chi^2=49.82, p<.001$ ), 숨이 찰 정도의 운동 횟수( $\chi^2=47.65, p<.001$ ), 수면만족도( $\chi^2=162.88, p<.001$ )에서 유의한 차이가 있었다.

현재흡연은 인터넷을 180분 이상 사용한다고 한 경우에 흡연하는 학생의 비율이 유의하게 높았으며 현재음주 또한 인터넷을 180분 이상 사용한다고 한 경우에 음주하는 대상자의 비율이 유의하게 높았다. 습관적 약물사용은 인터넷을 180분 이상 사용한다고 한 경우에 습관적 약물을 사용하는 대상자의 비율이 높았다. 아침 결식횟수는 인터넷을 180분 이상 사용하는 경우 주 3회 이상 결식하는 대상자의 비율이 유의하게 높았다. 패스트푸드 섭취는 학습목적 이외에는 인터넷을 사용하지 않는 경우가 패스트푸드를 섭취하는 대상자의 비율이 높았다. 탄산음료 섭취는 인터넷을 180분 이상 사용한 다고 한 경우가 탄산음료를 섭취하는 대상자의 비율이 높았다.

성경험은 인터넷을 180분 이상 사용한다고 한 경우가 성경험이 있는 대상자의 비율이 유의하게 높았다. 자살시도 경험은 인터넷을 180분 이상 사용한다고 한 경우 자살시도 경험이 있다고 한 대상자의 비율이 높았다. 체육시간의 참여는 학습목적 이외에는 인터넷을 사용하지 않는다고 한 경우가 주 1회 이하 체육시간에 참여하는 대상자의 비율이 더 높았다. 숨이 찰 정도의 활동여부는 인터넷을 180분 이상 사용한다고 한 경우가 숨이 찰 정도의 활동을 하지 않는 대상자의 비율이 유의하게 높았다. 수면만족은 인터넷을 180분 이상 사용한다고 한 경우가 수면이 부족한 대상자의 비율이 유의하게 높았다<표 4>.

&lt;표 3&gt; 인터넷 사용시간에 따른 건강위험행위(남학생)

변수	N(%)	사용없음 N(%)	60분미만 N(%)	60-119분 N(%)	120-179분 N(%)	180분 이상 N(%)	$\chi^2$ (P)
현재흡연							480.43(.000)
예	12457(33.9)	3073(34.4)	1079(24.3)	2787(30.0)	2575(36.1)	2943(42.3)	
아니오	24298(66.1)	5848(65.6)	3367(75.7)	6498(70.0)	4566(63.9)	4019(57.7)	
현재음주							
예	8539(23.2)	2328(26.1)	593(13.3)	1846(19.9)	1777(24.9)	1995(28.7)	469.26(.000)
아니오	28216(76.8)	6593(73.9)	3853(86.7)	7439(80.1)	5364(75.1)	4967(71.3)	
습관적약물							
예	505( 1.4)	235( 2.6)	41( 0.9)	68( 0.7)	66( 0.9)	95( 1.4)	150.13(.000)
아니오	36250(98.6)	8686(97.4)	4405(99.1)	9217(99.3)	7075(99.1)	6867(98.6)	
아침식사							181.98(.000)
2회 이하/주	4953(13.5)	1268(14.2)	450(10.1)	1041(11.2)	980(13.7)	1214(17.4)	
3회 이상/주	31802(86.5)	7653(85.8)	3996(89.9)	8244(88.8)	6161(86.3)	5748(82.6)	
패스트푸드							113.78(.000)
0회/주	130( 0.4)	80( 0.9)	1( 0.0)	8( 0.1)	13( 0.2)	28( 0.4)	
1회이상/주	36625(99.6)	8841(99.1)	4445(100.0)	9277(99.9)	7125(99.8)	6934(99.6)	
탄산음료							101.75(.000)
0회/주	479( 1.3)	178( 2.0)	26( 0.6)	67( 0.7)	73( 1.0)	135( 1.9)	
1회 이상/주	36276(98.7)	8743(98.0)	4420(99.4)	9218(99.3)	7068(99.0)	6827(98.1)	
성경험							384.69(.000)
있음	6547(17.8)	1624(23.6)	762(11.8)	1431(15.4)	1326(18.6)	1404(20.2)	
없음	30208(82.2)	5262(76.4)	5719(88.2)	7854(84.6)	5815(81.4)	5558(79.8)	
자살시도경험							158.06(.000)
있음	1048( 2.9)	392( 4.4)	77( 1.7)	168( 1.8)	159( 2.2)	252( 3.6)	
없음	35707(97.1)	8529(95.6)	4369(98.3)	9117(98.2)	6982(97.8)	6710(96.4)	
체육참여							149.79(.000)
1회이하/주	15170(41.3)	3981(44.6)	1708(38.4)	3545(38.2)	2793(39.1)	3143(45.1)	
2회이상/주	21585(58.7)	4940(55.4)	2738(61.6)	5740(61.8)	4348(60.9)	3819(54.9)	
습찬활동							95.10(.000)
하지 않음	10677(29.0)	2446(27.4)	1256(28.3)	2547(27.4)	2088(29.2)	2340(33.6)	
1회 이상/주	26078(71.0)	6475(72.6)	3190(71.7)	6738(72.6)	5053(70.8)	4622(66.4)	
수면만족							48.39(.000)
충분	12872(35.0)	2509(36.4)	2323(35.8)	3344(36.0)	2445(34.2)	2251(32.3)	
보통	12321(33.5)	2211(32.1)	2147(33.1)	3141(33.8)	2466(34.5)	2356(33.8)	
부족	11562(31.5)	2166(31.5)	2011(31.0)	2800(30.2)	2230(31.2)	2355(33.8)	

&lt;표 4&gt; 인터넷 사용시간에 따른 건강위험행위(여학생)

변수	N(%)	사용없음 N(%)	60분미만 N(%)	60-119분 N(%)	120-179분 N(%)	180분 이상 N(%)	$\chi^2(P)$
현재흡연							527.69(.000)
예	6500(17.7)	1500(19.6)	773(12.1)	1518(14.5)	1275(18.5)	1434(26.7)	
아니오	30219(82.3)	6146(80.4)	5597(87.9)	8923(85.5)	5615(81.5)	3938(73.3)	
현재음주							437.33(.000)
예	6434(17.5)	1612(21.1)	729(11.4)	1522(14.6)	1306(19.0)	1265(23.5)	
아니오	30285(82.5)	6034(78.9)	5641(88.6)	8919(85.4)	5584(81.0)	4107(76.5)	
습관적약물							71.71(.000)
예	332( 0.9)	90( 1.2)	42( 0.7)	52( 0.5)	55( 0.8)	93( 1.7)	
아니오	36387(99.1)	7556(98.8)	6328(99.3)	10389(99.5)	6835(99.2)	5279(98.3)	
아침식사							363.373(.000)
2회이하/주	8683(23.6)	1945(25.4)	1172(18.4)	2155(20.6)	1705(24.7)	1706(31.8)	
3회이상/주	28036(76.4)	5701(74.6)	5198(81.6)	8286(79.4)	5185(75.3)	3666(68.2)	
패스트푸드							22.14(.000)
0회/주	41( 0.1)	20(0.3)	3( 0.0)	5( 0.0)	6( 0.1)	7( 0.1)	
1회이상/주	36678(99.9)	7626(99.7)	6367(100.0)	10436(100.0)	6884(99.9)	5365(99.9)	
탄산음료							70.41(.000)
0회/주	227( 0.6)	54( 0.7)	19( 0.3)	42( 0.4)	38( 0.6)	74( 1.4)	
1회이상/주	36492(99.4)	7592(99.3)	6351(99.7)	10399(99.6)	6852(99.4)	5298(98.6)	
성경험							189.54(.000)
있음	5377(14.6)	1334(17.4)	670(10.5)	1382(13.2)	1048(15.2)	943(17.6)	
없음	31342(85.4)	6312(82.6)	5700(89.5)	9059(86.8)	5842(84.8)	4429(82.4)	
자살시도							195.85(.000)
경험있음	2007( 5.5)	435( 5.7)	223( 3.5)	458( 4.4)	415( 6.0)	476( 8.9)	
경험없음	34712(94.5)	7211(94.3)	6147(96.5)	9983(95.6)	6475(94.0)	4896(91.1)	
체육참여							49.82(.000)
1회이하/주	18015(49.1)	3969(51.9)	2997(47.0)	4983(47.7)	3339(48.5)	2727(50.8)	
2회이상/주	18704(50.9)	3677(48.1)	3373(53.0)	5458(52.3)	3551(51.5)	2645(49.2)	
습찬활동							47.65(.000)
하지않음	20153(54.9)	4035(52.8)	3471(54.5)	5716(54.7)	3772(54.7)	3159(58.8)	
1회이상/주	16566(45.1)	3611(47.2)	2899(45.5)	4725(45.3)	3118(45.3)	2213(41.2)	
수면만족							162.88(.000)
충분	9155(24.9)	1993(26.1)	1737(27.3)	2772(26.5)	1544(22.4)	1109(20.6)	
보통	12443(33.9)	2521(33.0)	2162(33.9)	3629(34.8)	2373(34.4)	1758(32.7)	
부족	15121(41.2)	3132(41.0)	2471(38.8)	4040(38.7)	2973(43.1)	2505(46.6)	



#### IV. 논의

본 연구대상자의 인터넷 사용시간은 남학생이 104.42분으로 여학생 92.99분보다 더 많았다. 이는 중고등학생을 대상으로 남학생의 인터넷 사용시간이 더 많다고 한 김영미(2002)와 노지현(2010)의 연구결과와도 일치하는 것으로 인터넷상에서 청소년들에게 인기 있는 게임들은 여학생들보다는 남학생들이 선호하는 게임들이 많아 여학생들이 비교적 덜 참여하며 따라서 남학생의 인터넷 중독의 위험이 더 높다는 정우진(2011)의 연구를 고려할 때 남학생을 대상으로 한 적절한 인터넷 사용과 중독예방에 대한 더 많은 교육과 관리가 필요하다고 생각된다.

남, 여학생의 일반적 특성에 따른 인터넷 사용시간을 살펴보면 남, 여 학생 모두 중학생이 고등학생보다 인터넷 사용시간이 많았는데 이는 중고등학생을 대상으로 한 김영미(2002)의 연구와 일치하는 것으로 중학생은 대학입시 준비로 바쁜 고등학생에 비해 다소 시간이 여유롭기 때문인 것으로 사료된다. 도시규모로는 군 지역 학생들이 대도시나 중소도시 학생들에 비해 인터넷 사용시간이 더 많았는데 이는 농촌 청소년들이 도시 청소년들보다 인터넷 사용시간이 더 긴 것으로 나타난 윤명숙 등(2009)과 설장규(2005)의 연구와 일치하는 것으로 농촌지역 청소년들의 39.8%가 여가생활로 인터넷을 한다고 한 박상언(2006)의 연구에서 알 수 있듯이 군 지역은 학생들이 여가활동을 할 수 있는 문화공간이 대도시에 비해 적기 때문에 상대적으로 군 지역 학생들이 대도시나 중소도시에 비해 인터넷을 더 많이 이용하는 것으로 생각된다. 따라서 군 지역 청소년들을 위한 문화공간의 확보가 시급함을 알 수 있다.

학년별로는 중학교 3학년이 다른 학년에 비해 인터넷 사용시간이 더 많았는데 이는 중, 고등학생을 대상으로 중학교 3학년 학생들의 인터넷 중독정도가 가장 높게 나타난 정우진(2011)의 연구결과

와 일치하였으나 중학생을 대상으로 학년이 올라갈수록 인터넷 사용시간이 줄어들었다고 한 신소연의 결과와는 일치하지 않아 이에 대한 반복 연구가 필요하다고 생각된다.

성적은 하위권인 학생이 중위권이나 상위권인 학생보다 인터넷 사용시간이 더 많았는데 이는 성적이 하위권인 학생들이 상위권이나 중위권인 학생들보다 인터넷 중독 비율이 높다는 연구들(김화경, 2002; 노지현, 2010)과 같은 맥락으로 인터넷 사용시간이 길어지면 이로 인해 공부에 몰두하는 시간이 줄어들고 흥미마저 상실하게 되어 학업성적이 떨어진다는 양희정(2001)의 연구를 고려할 때 청소년들의 학업성취를 위해서는 가정이나 학교에서 인터넷 사용시간에 대한 규제가 필요함을 나타낸다.

가족과의 동거에 관해서는 가족과 같이 산다고 한 경우가 그렇지 않은 경우보다 인터넷 사용시간이 유의하게 많았다. 이는 인터넷을 이용하는 대상자의 93.1%가 가정에서 인터넷을 사용한다는 연구(김기리, 2007)를 고려할 때 가족과 동거하지 않고 자취나 기숙사에서 거주하는 학생들은 가족과 동거하는 학생들에 비해 컴퓨터를 보유하지 못한 경우가 많으므로 인터넷을 이용하는 시간이 적을 것이라 생각된다.

가정형편은 “하”인 경우가 “상”이나 “중”인 경우보다 인터넷 사용시간이 유의하게 많았다. 이는 생활수준이 “하”인 집단이 다른 집단에 비해 인터넷 중독 성향이 높다고 한 김기리(2007)의 연구와 같은 맥락으로 경제수준이 낮은 가정의 학생들은 가정에서 여가시간을 활용할 가족문화가 부족하며 자녀들의 인터넷 사용시간에 대한 부모들의 중재 또한 부족하기 때문이라고 생각된다.

대상자들이 부모의 학력을 잘 모르거나 중졸이하라고 한 경우가 고졸이나 대졸인 경우보다 인터넷 사용시간이 더 많아 부모의 학력이 고졸이하인 학생이 대졸이상인 학생보다 인터넷 중독정도가 높게 나타난 연구들(김영미, 2002; 김화경, 2002)과

일치하였다. 이러한 결과는 학력이 높은 부모일수록 인터넷 중독의 위험성을 잘 인지하고 있어 자녀들의 인터넷 사용시간을 통제하기 때문인 것으로 짐작된다.

본 연구에서 인터넷 사용시간에 따른 건강위험행위 중 흡연상태를 보면 남, 여 학생 모두 인터넷을 180분 이상 사용한다고 한 경우에 흡연을 하는 대상자의 비율이 유의하게 높았는데 이는 인터넷 중독자일수록 흡연량이 유의하게 많아졌다는 김영신(2004)의 연구와 일치하며 흡연 경험이 있는 학생이 그렇지 않은 학생보다 인터넷 중독률이 남학생은 1.06배, 여학생은 1.62배 높다고 한 김동순 등(2012)의 연구와 같은 맥락으로 남학생의 경우 흡연을 하는 경우가 그렇지 않은 경우에 비해 높은 수준의 스트레스와 우울을 경험하고 또 스트레스가 높을수록 인터넷 중독률이 높으며 이로 인해 스트레스가 증가된다는 최연희 등(2007)의 연구결과를 고려할 때 흡연은 스트레스를 매개로 인터넷 중독과 연결된다는 것을 알 수 있다. 음주상태 또한 남, 여 학생 모두 인터넷 사용시간이 180분 이상인 경우에 현재 음주를 하는 대상자의 비율이 유의하게 높았는데 이는 인터넷 사용시간과 음주량은 상관관계가 높다고 한 윤명숙 등(2009)의 연구와 일치하며, 청소년의 생활양식에 인터넷 중독이 부정적인 방향으로 연관되어 있어 부정적인 건강생활습관을 형성한다는 김창국(2001)의 연구와도 같은 맥락이다. 이처럼 청소년들의 인터넷 사용시간의 증가는 흡연이나 음주량의 증가 같은 또 다른 중독으로 이어져 청소년들의 건강에 악영향을 미칠 수 있음을 나타낸다. 따라서 대다수의 선행연구에서 청소년들은 스트레스 해소를 목적으로 인터넷을 이용한다(서승연과 이영호, 2007; 조춘범, 2008)는 결과를 고려할 때 청소년들을 인터넷 중독으로부터 예방하기 위해서는 청소년들이 스스로의 스트레스를 해소하는데 도움을 주는 프로그램의 개발과 이를 위한 제도적 지원이 필요하다고 생각된다.

습관적 약물의 사용은 남학생의 경우는 학습목

적이외에는 인터넷을 사용하지 않는다고 한 경우에 습관적 약물사용의 비율이 높은 반면 여학생의 경우는 180분 이상 인터넷을 사용한다고 한 경우에 습관적 약물사용의 비율이 높았다. 이러한 결과는 선행연구가 없어 비교하기 어려우나 남, 여학생에 있어 약물사용은 인터넷 사용시간보다는 또 다른 요인이 영향을 미치는 것으로 예상되므로 이에 대한 추후 연구를 해 볼 필요가 있겠다.

아침식사는 남, 여 학생 모두 인터넷을 180분 이상 사용한다고 한 경우에 주 2회 이하로 아침식사를 한 대상자의 비율이 높았다. 이는 평균적인 인터넷 사용자가 과다 사용자보다 식이에 있어 바람직한 건강행위를 하고 있다고 한 한선희 등(2003)의 연구와 같은 맥락으로 인터넷을 사용하는 시간이 증가할수록 제대로 된 식사를 할 시간이 없어짐을 알 수 있다. 반면 주 1회 이상 패스트푸드 섭취나 주 1회 이상 탄산음료 섭취는 남, 여학생 모두 모든 인터넷 사용시간 대에서 대상자의 섭취비율이 높았다. 이는 고등학생의 32.1%가 자주 먹는 간식이 스낵류와 컵라면이라는 장현숙(2004)의 연구와 중, 고등학생의 65.2%가 주 1회 이상 패스트푸드를 먹는다는 박소정(2009)의 결과와 같은 맥락이다. 패스트푸드나 스낵의 빈번한 섭취는 동물성 지방과 식염의 과잉섭취 뿐 아니라 비타민이나 무기질의 섭취부족 등 영양소섭취의 불균형을 야기하여(구재욱 등, 2008) 청소년의 건강에 심각한 악영향을 미칠 수 있다. 따라서 청소년들이 올바른 식습관과 태도를 형성하도록 가정이나 학교에서 더 많은 관심을 가지고 제대로 된 영양교육이 실시되어야 할 것으로 사료된다.

성경험에 대해서 남학생은 학습목적 이외에는 인터넷을 사용하지 않는다고 한 경우가 성경험이 있다고 답한 대상자의 비율이 가장 높았으며, 여학생은 인터넷을 180분 이상 사용한다고 한 경우에 성경험이 있다고 답한 대상자의 비율이 가장 높았다. 자살시도 경험 또한 남학생은 학습목적 이외에는 인터넷을 사용하지 않는다고 한 경우에 자살 시도경

험이 있다고 답한 대상자의 비율이 유의하게 높았으며, 여학생은 인터넷을 180분 이상 사용한다고 한 경우에 자살 시도경험이 있다고 답한 대상자의 비율이 유의하게 높았다. 이러한 결과는 인터넷 중독 점수가 높을수록 자살사고의 평균이 높게 나타난 류은정 등(2004)의 결과와는 일치하지 않았는데 남, 여학생들의 어떠한 특성들의 영향에 의한 것인지 반복적인 연구를 통해 조사해 볼 필요가 있겠다.

체육시간의 참여는 남학생은 인터넷을 180분 이상 사용하는 경우에 주 1회 이하로 체육시간에 참여하는 대상자의 비율이 가장 높았으며 여학생은 학습목적 이외에는 인터넷을 사용하지 않는다고 한 경우 주 1회 이하로 체육시간에 참여하는 대상자의 비율이 가장 높았다. 이러한 결과는 자율적으로 체육활동에 참여하는 남학생이 그렇지 않은 남학생에 비해 인터넷 게임중독의 비율이 높은 반면 여학생의 경우는 유의미한 차이가 없게 나타난 서경현 등(2012)의 연구와 여학생은 남학생에 비해 신체활동을 기피하려는 경향이 있고 그로 인해 남학생들에 비해 체육시간에 적극적으로 참여하지 않는다는 신윤주(2007)의 결과와 같은 맥락으로 여학생들의 인터넷사용시간과 체육시간의 참여는 아무런 상관이 없는 것으로 짐작 할 수 있다. 반면 스포츠 활동은 남, 여학생 모두 인터넷을 180분 이상 사용하는 경우에 스포츠 활동의 정도를 하지 않는다고 한 대상자의 비율이 가장 높아 컴퓨터 사용 후 운동시간이 줄었다는 강경두(2002)의 연구와 맥락을 같이 하였다. 이는 청소년의 체육활동 참여가 인터넷 중독과 부적 관계가 있다는 이호열(2009)의 연구를 고려할 때 청소년들이 여가시간을 체육활동으로 보낸다면 인터넷 사용시간이 줄어들 것으로 생각된다. 따라서 청소년들 특히 남자 청소년들이 흥미를 가지고 접근할 수 있는 다양한 운동프로그램을 개발하여 이를 활용하는 방안이 모색되어야 하겠다.

수면만족은 남, 여 학생 모두 인터넷 사용시간이 180분 이상인 경우 수면이 부족하다고 한 대상자

의 비율이 가장 높았다. 이는 수면이 부족하다는 청소년의 19.1%가 인터넷 때문이라는 김춘미(2009)의 연구와 같은 맥락으로 정해진 하루시간 중 인터넷 사용시간이 증가함에 따라 수면시간이 줄기 때문인 것으로 생각된다. 따라서 가정이나 학교에서 청소년들이 인터넷의 과다이용으로 수면이 부족하지 않도록 사전에 관심을 가지고 일정시간 이상의 인터넷 사용에 대해서는 규제하고 통제하는 분위기가 조성되어야 할 것으로 생각된다.

## V. 결론 및 제언

본 연구는 청소년의 인터넷 사용시간과 건강위험행위의 관계를 파악하여 청소년의 인터넷 중독 예방을 위한 프로그램 개발에 기초 자료를 제공하고자 시도되었다. 본 연구는 질병관리본부가 교육인적자원부의 협조를 통해 실시한 2011년 청소년건강행태 온라인 조사 원시자료(질병관리본부, 2011)를 이용하였다. 중학교 1학년부터 고등학교 3학년 학생을 대상으로 중, 고등학교 각각 400개교 73,474명의 자료를 대상으로 분석하였다. 자료분석은 SPSS 12.0을 이용하여 대상자의 일반적 특성에 따른 인터넷 사용시간은 t-test, ANOVA 로 분석하였으며, 인터넷 사용시간에 따른 건강위험행위를 분석하기 위해 Chi-square test를 하였다. 주요결과는 다음과 같다.

- 1) 대상자의 일반적 특성에 따른 인터넷 사용시간은 남학생은 도시규모, 학년, 성적, 가족과 동거, 가정형편, 아버지의 학력, 어머니의 학력에 따라 유의한 차이가 있었다. 여학생은 학교 급, 도시 규모, 학년, 성적, 가족과 동거, 가정형편, 아버지의 학력, 어머니의 학력에 따라 유의한 차이가 있었다.
- 2) 대상자의 인터넷 사용시간에 따른 건강위험행위 정도는 남, 여학생 모두 현재흡연, 현재음주, 습

관적 약물사용 경험, 아침결식횟수, 패스트푸드 섭취횟수, 탄산음료 섭취횟수, 성경험, 자살시도 경험, 체육시간 참여횟수, 숨이 찰 정도의 운동 횟수, 수면만족도에서 유의한 차이가 있었다.

이상의 연구결과를 통해 청소년들은 습관적 약물사용, 자살시도 경험, 성경험, 체육시간의 참여 등에 관해서는 남, 여 학생의 차이가 있었지만 전반적으로 인터넷 사용시간이 증가할수록 건강위험 행위를 더 많이 하게 되는 것으로 나타났다. 따라서 청소년들의 건강위험행위를 감소시키기 위해서는 첫째, 청소년들이 인터넷 이외에 스트레스를 해소하고 여가시간을 보낼 수 있는 다양하고 건전한 놀이문화 프로그램의 개발이 필요하다. 둘째, 적당한 시간동안 건전하게 인터넷을 사용하게 하고 일 정시간이상의 인터넷 사용에 대해서는 가정이나 학교에서 규제하고 통제하는 제도가 마련되어야 하겠다.

셋째, 인터넷 중독예방을 위한 보건교육프로그램이 개발되고 정기적으로 실시되어야 하겠다.

### 참고문헌

1. 강경두. 청소년 인터넷게임 과몰입에 대한 운동 효과: 심리, 뇌 활성화 분석[석사학위논문]. 서울: 중앙대학교 대학원, 2002.
2. 구재욱 외 5명. 영양교육의 이론과 실제. 서울: 파워북, 2008.
3. 김기리. 청소년의 인터넷 중독과 가족 의사소통 및 가족 기능에 관한 연구[석사학위논문]. 광주: 전남대학교 대학원, 2007.
4. 김동순 외 5명. 우리나라 청소년의 흡연경험과 인터넷 중독과의 관련성. 한국전자통신학회 논문지. 2012;7(4):937-944.
5. 김양석. 고등학생의 인터넷 중독과 건강위험행동간의 연관성[석사학위논문]. 서울: 한양대학교 대학원, 2006.
6. 김영미. 중, 고등학생의 컴퓨터 사용시간과 중독 정도에 영향을 미치는 요인[석사학위논문]. 서울: 성공회대학교 대학원, 2002.
7. 김영신. 중학생의 인터넷 중독과 건강관련 생활 습관과의 관련성[석사학위논문]. 부산: 인제대학교 대학원, 2004.
8. 김창국. 중학생들의 컴퓨터 사용실태 및 컴퓨터 증후군에 관한 연구[석사학위논문]. 부산: 인제대학교 대학원, 2001.
9. 김춘미. 청소년의 인터넷 중독실태 및 영향요인에 관한 연구. 지역사회간호학회지 2009;20(3):316-326.
10. 김화경. 청소년들의 인터넷 활용실태[석사학위논문]. 서울: 연세대학교 대학원, 2002.
11. 김효순. 청소년기 인터넷 중독의 영향요인에 관한 연구 : 생태체계 요인의 조절효과를 중심으로[박사학위논문]. 광주: 조선대학교 대학원, 2009.
12. 노지현. 인터넷 게임중독이 청소년의 학교적응 및 사회성 발달에 미치는 영향에 관한 연구[석사학위논문]. 서울: 카톨릭대학교 대학원, 2010.
13. 류은정, 최귀순, 서정석, 남범우. 청소년의 인터넷 중독과 우울, 자살사고와의 관계연구. 대한간호학회지 2004;34(1):102-110.
14. 박상언. 농촌지역 중학생의 인터넷 중독에 관한 연구[석사학위논문]. 목포: 목포대학교 대학원, 2006.
15. 박소정. 전북지역 초, 중, 고등학생의 패스트푸드 이용실태 및 식습관 비교연구[석사학위논문]. 익산: 원광대학교 대학원, 2010.
16. 박정은. 청소년의 인터넷 중독적 사용 및 영향변인 연구[석사학위논문]. 서울: 숙명여자대학교 대학원, 2001.
17. 서경현, 김은경, 조성현. 청소년의 스트레스 반응과 행복감에 대한 체육활동 및 인터넷 게임 중독의 역할. 청소년학연구 2012;19(5):115-135.
18. 서승연, 이영호. 일상적 스트레스, 사회적 지지,

- 몰두 성향과 인터넷 중독과의 관계. 한국심리학회지입상 2007;26(2):391-405.
19. 설장규. 인터넷 중독과 학교생활적응의 도, 농간 차이[석사학위논문]. 목포: 목포대학교 대학원, 2005.
  20. 송경연. 후기 학령기 아동의 인터넷 게임중독과 자아존중감, 자기효능감 및 자기 통제력과 관계[석사학위논문]. 남원: 서남대학교 대학원, 2011.
  21. 신순영, 김창석. 컴퓨터 게임의 이용행태가 학습전략과 학습성취도에 미치는 영향. 한국컴퓨터교육학회논문집. 2002;5(2):79-89.
  22. 신윤주. 고등학생의 지역별 및 성별 신체활동량 비교[석사학위논문]. 서울: 국민대학교 대학원, 2007.
  23. 아영아. 청소년의 인터넷 중독에 영향을 미치는 인터넷 환경요인의 조절효과[박사학위논문]. 부산: 신라대학교 대학원, 2010.
  24. 안석. 인터넷의 중독적 사용에 관한 연구[석사학위논문]. 서울: 연세대학교 대학원, 2000.
  25. 양희정. 청소년의 인터넷 중독 실태와 문제점에 관한 연구[석사학위논문]. 대전: 한남대학교 대학원, 2001.
  26. 윤명숙, 조혜정, 이희정. 청소년의 인터넷 사용과 음주행위가 우울에 미치는 영향. 사회과학연구 2009;25(4):347-370.
  27. 이상미. 청소년의 인터넷 중독과 스트레스의 상관관계연구[석사학위논문]. 공주: 공주대학교 대학원, 2008.
  28. 이상준. 고등학생의 인터넷 관련 중독과 정신건강과의 관계. 정신보건과 사회사업 2005;20:154-181.
  29. 이석범, 이경규, 백기청, 김현우, 신수경. 중·고교 학생들의 인터넷 중독과 불안, 우울, 자기 효능감의 연관성. 신경정신의학 2002;40(6):1174-1184.
  30. 이종원. 청소년 인터넷 중독의 실태와 문제. 한국사회학회사회학대회 논문집 2004;6:559-565.
  31. 이호열. 청소년의 스포츠 참여정도와 자아 존중감 및 인터넷 중독성향의 인과관계. 한국사회체육학회지 2009;42(5):147-157.
  32. 이호진. 학교주변 유해환경 이용과 청소년의 건강위험행태 분석 : 건강신념모델을 적용하여 [석사학위논문]. 서울: 이화여자대학교 대학원, 2001.
  33. 장현숙. 고등학생의 식습관 영양지식 및 편의식품 섭취실태에 관한연구. 중등교육연구 2004;52(1):453-468.
  34. 정우진. 청소년 인터넷 중독에 대한 시간선호 분석[석사학위논문]. 서울: 이화여자대학교 대학원, 2011.
  35. 조유영. 청소년 인터넷 중독에 영향을 미치는 요인에 관한 연구 : 생태 체계적 관점을 중심으로[석사학위논문]. 서울: 서울시립대학교 대학원, 2008.
  36. 조춘범. 가족기능이 청소년의 폭력비행에 미치는 영향과 인터넷 게임중독의 매개효과 검증[박사학위논문]. 서울: 연세대학교 대학원, 2008.
  37. 질병관리본부. 청소년 건강행태 온라인조사 원시자료. 서울: 질병관리본부, 2011.
  38. 최연희, 서부덕, 최은희. 청소년의 인터넷 중독, 스트레스와 사회적 지지. 지역사회간호학회지 2007;18(3):452-459.
  39. 통계청. (2012. May 2). 2012청소년통계. Retrieved January 2, 2013, from [http://kostat.go.kr/portal/korea/kor\\_nw/2/6/1/index.board?bmode=read&aSeq=255358](http://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/2/6/1/index.board?bmode=read&aSeq=255358)
  40. 한국정보화진흥원. 2010년 인터넷 중독실태조사. 서울: 한국정보화진흥원, 2011.
  41. 한국정보화진흥원. 2011년 인터넷 중독실태조사. 서울: 한국정보화진흥원, 2012.
  42. 한선희, 오복창, 장인순. 일부 중학생의 인터넷 사용 수준에 따른 건강증진행위 비교 연구. 지역사회간호학회지 2003;14(1):66-74.
  43. 한성현, 최민자, 이선희, 이명선, 이해진. 우리나라 일부 여고생과 여대생의 건강 위험 행태

- 분석. 한국모자보건학회지 2000;4(1):83-91.
44. Internet World Stats. Internet usage statistics: world internet users and population stats. <http://www.internetworldstats.com/>. 2011.
45. Kim DH, So WY. The relationship between daily internet use time and school performance in Korean adolescents. *Central European Journal of Medicine* 2012;7(4):444-449.
46. Morrison, C. The relationship between excessive internet use and depression: A questionnaire-based study of 1,319 young people and adults. *Psychopathology* 2010;43:121-126.