

대학생의 우울, 자아탄력성, 적극적 스트레스 대처가 인터넷중독경향에 미치는 영향

오 원 옥* · 신 현 정**

I. 서 론

1. 연구의 필요성

우리나라는 아시아에서 처음으로 인터넷 사용서비스를 시작한 IT 강대국으로서 만 3세의 유아에서 노인에 이르기까지 모든 연령층이 인터넷을 활용하고 있다 (Hwang, Shin, & Jung, 2011; Korea Internet & Security Agency, 2013). Korea Internet and Security Agency (2013)에서 전국 30,000가구 77,402명을 대상으로 조사한 결과 전체의 82.1%가 인터넷을 사용하는 것으로 나타나 2001년의 56.6%에 비해 인터넷 이용률이 급격히 상승했음을 알 수 있다. 이러한 인터넷 이용률에 대한 통계적 수치는 인터넷이 자동차만큼이나 현대의 일상생활과 밀착된 생활요소임을 반영한다고 할 수 있다. 그러나 인터넷이 우리의 실생활에 매우 유용한 도구임에는 틀림없으나 자동차와는 달리 인터넷의 지나친 사용이나 남용은 알코올이나 약물중독과 마찬가지로 '인터넷 중독(Internet addiction)'이라는 매우 심각한 부정적 결과의 초래도 가능하기 때문에 이에 대한 연구가 다 방면에서 이루어지고 있

다(Oh, 2007; Park, Kim, & Ryu, 2006).

인터넷 중독이라는 병리적 진단은 인터넷 중독 장애(Internet Addiction disorder: IAD)라는 용어로 사용하기 시작하면서 DSM (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders)-IV의 병리적 도박 및 약물남용장애의 진단기준 개정 시 처음으로 공식적인 기준이 마련되었다(Park et al., 2006). 이후 인터넷 중독은 인터넷 과다사용 또는 병리적 인터넷 사용 등과 같은 다양한 용어를 총괄하여 보편적 용어로 사용되고 있다. 최근에 개정된 DSM-V에서는 비물질중독 관련 장애의 소분류로 인터넷게임 장애(Internet gaming disorder)가 세분화되어 제시되고 있어 인터넷의 과다 사용으로 인한 중독의 심각성이 더욱 공식화되고 있다. 인터넷 중독은 병리적이고 강박적인 인터넷 사용을 의미하며 내성이나 금단 증상과 같은 요소를 포함하여 마치 알코올이나 약물 중독과 유사한 병리적 증상을 보이게 된다(Young, 1998). 즉 처음에는 일상에서 필요에 의해서 또는 스트레스 전환을 위해 인터넷을 사용하였으나, 점차 인터넷 사용 목적 달성 이외에도 인터넷 사용 시간이 증가하면서 인터넷 사용에 의한 동일한 만족감을 얻기 위해서는

* 고려대학교 간호대학 부교수

** 고려대학교 간호대학 부교수(교신저자 E-mail: hyunjshin@korea.ac.kr)

• Received: 18 September 2015 • Revised: 15 January 2016 • Accepted: 19 April 2016

• Address reprint requests to: Hyunjeong Shin

College of Nursing, Korea University

145 Anam-ro, Sungbuk-gu, Seoul 136-705, Korea

Tel: 82-2-3290-4927 Fax: 82-2-927-4676 E-mail: hyunjshin@korea.ac.kr

더 많은 시간을 할애하게 되는 강박적 양상을 나타내게 된다. 인터넷 사용의 중단 시에는 심리적, 신체적 불편감 뿐만 아니라 심할 경우에는 금단증상이 일어나 더욱 인터넷에 집착하게 되어 자기조절 능력을 상실하는 부적응적인 인터넷 사용이 지속된다(Lee, Ban, Lee, Choi, & Lee, 2007).

현재 우리나라의 인터넷 중독자 비율을 연령대별로 살펴보면 중독 위험군이 30~50대의 성인은 3.4-5.6%인 반면, 10대의 청소년은 11.7%, 20대의 청년층은 9.5%를 차지하여 10대와 20대가 다른 연령층에 비해 중독위험군의 비율이 상대적으로 높은 것으로 드러났다(National Information Society Agency, 2014). 또한 학령별로 인터넷 중독 위험군의 비율을 살펴본 결과 중학생 12.5%, 대학생 12.4%, 초등학교 11.0%, 고등학교 10.8%, 유치원생 3.4%로 대학생과 중학생이 가장 높은 위험군으로 나타났으며, 대학생의 인터넷 중독에 대한 예방과 관리가 절실함이 제기되고 있다(Lee, 2012). 특히 우리나라는 고등학교를 졸업하면서 이전에 비해 학업 시간이 감소되고 인터넷 사용 시간의 증가나 이용에 대한 제제가 감소될 수 있다는 점, 그리고 스마트폰을 통한 인터넷의 접근성이 그 어느 나라보다 높다는 점을 고려해 볼 때 대학생 인구집단의 인터넷 과다 사용에 대한 관리가 미흡할 경우 이들이 인터넷 중독에 빠질 가능성은 더욱 높다고 볼 수 있다. 그럼에도 불구하고 간호학문 영역에서 대학생을 대상으로 시도된 연구는 거의 전무한 수준으로 단지 우울, 자아존중감 및 정신건강과의 관련성을 탐색한 것이 전부이다(Byeon et al., 2003; Park & Kang, 2013). 따라서 간호 영역에서 중요 간호대상자 집단 중 하나인 대학생들의 정신건강문제의 예방과 더 나아가 건강증진을 고려해 볼 때 인터넷 중독 관련 탐색이 반드시 필요하다고 볼 수 있다.

청소년과 마찬가지로 대학생의 인터넷중독경향 역시 부정적 정서와 밀접한 관련이 있는데, 선행연구에 따르면 이들의 인터넷중독경향에 영향을 미치는 요인 중 하나로 우울이 제시된 바 있다. 우울은 인터넷 중독과 정적 상관관계를 보이거나 강력한 예측요인으로 규명되고 있는데(Choi, Shin, Bae, & Kim, 2014), 불안, 자아존중감, 자기통제력, 스트레스 인지 등과 같은 심리적 변인이나 부모-자녀관계 및 가족 응집력 등과

같은 가족적 요인과 인터넷 중독과의 관계에서 매개변인으로도 기능하는 것으로 밝혀지고 있다(Noh & Jeong, 2011).

대학생의 인터넷 중독에 대한 연구는 관련 사회심리적 특성에 대한 실태연구나 위험요인에 대한 탐색이 주를 이루고 있다(Kim, 2007; Kim & Lee, 2007; Park et al., 2006). 그러나 사회심리적 건강문제에 대한 실천적 개입전략의 마련을 위해서는 위험요인뿐만 아니라 건강문제를 완충시켜 줄 수 있는 보호요인의 탐색이 강화되어야 함이 제시되고 있다(Kim, 2008). 선행연구에 따르면, 대학생의 우울이나 불안 등과 같은 심리적 특성과 인터넷 중독 사이에서 중독을 예방해주는 인지적 보호변인으로 자아탄력성이 제시되고 있다(Choi et al., 2014; Jang & Choi, 2012). 자아탄력성이란 스트레스 상황이나 역경 하에서도 자아통제력을 발휘하여 행동이나 정서적 문제를 보이지 않고 건강하게 적응하는 심리적 특성으로 정의된다(Block & Gjerde, 1990). 따라서 자아탄력성이 높은 대학생은 높은 스트레스 상황이나 우울과 같은 심리적 갈등 속에서도 적절한 자아통제력을 발휘하여 인터넷 중독의 유발 가능성을 낮추어 줄 수 있을 것이라는 가설의 설정이 가능하다.

대학생 및 청소년의 인터넷 중독에 대한 또 다른 선행연구들은 인터넷 중독과 높은 스트레스 및 그에 대한 대처방식과의 관련성을 제시하고 있다. 즉 일상생활 속의 높은 스트레스 인지는 현실 도피를 유발하고, 이를 위한 탈출구로 인터넷에 몰입하게 되며 결국 중독과 같은 문제행동을 야기하게 된다는 것이다(Young, 1998). Lazarus와 Folkman (1984)은 스트레스가 인간의 안녕을 위협하는 실제적인 심리적 요인이 되기도 하나 스트레스 자체 보다는 이에 대한 대처가 개인의 안녕과 적응에 더 큰 영향을 미친다고 주장하였다. 스트레스 상황에 대한 대처 유형은 개인의 자원을 초과한다고 평가되는 구체적인 내·외적 요구들을 관리하기 위해 지속적으로 변화하는 인지적, 행동적인 노력 이므로(Lazarus & Folkman, 1984), 어떠한 대처 전략을 사용하느냐에 따라 인터넷 중독과 같은 문제행동이 유발될 수도 있지만 한편으로는 문제행동의 가능성을 낮추어 줄 수 있는 보호요인으로 작용할 수도 있는 것이다. 기존에 인터넷 중독과 스트레스 반응 자체

와의 관련성은 매우 높은 상관이 있는 것으로 보고 된 바 있으나(Kim, 2007; Kim & Lee, 2007; Park et al., 2006), 실제 이 스트레스에 대한 적극적 스트레스 대처 정도와의 관련성 탐색 연구는 매우 부족한 실정이다. 따라서 스트레스가 일상생활에서 피할 수 없는 정서적 경험이라고 가정해 볼 때, 스트레스 반응 자체보다는 이에 대한 적극적 스트레스 대처와 인터넷 중독과의 관련성을 탐색하는 것이 매우 의미있는 연구 시도라고 생각된다. 이에 대해 Lee (2012)도 대학생의 인터넷 중독에서 스트레스 대처방식의 영향력을 파악할 필요가 있음을 언급한 바 있어 본 연구의 필요성을 지지하고 있다.

따라서 본 연구에서는 인터넷 중독의 주요 유발 요인으로 제시되고 있는 우울과 보호·완충 요인으로 제시되고 있는 자아탄력성, 적극적 스트레스 대처와의 관련성 조사와 함께 대학생 인터넷 중독 경향에 대한 이 요인들의 상대적인 영향력을 규명해 보고자하며, 연구의 개념적 기틀은 Figure 1과 같다. 이는 대학생 인터넷 중독에 대한 경험적 증거의 축적뿐만 아니라 예방 및 스크리닝 차원에서의 전략 개발의 기초자료로 활용될 수 있을 것으로 사료된다.

2. 연구 목적

본 연구의 목적은 인터넷 중독의 주요 유발 요인으로 제시되고 있는 우울과 보호·완충 요인으로 제시되

고 있는 자아탄력성, 적극적 스트레스 대처가 대학생의 인터넷중독경향에 어떤 영향을 미치는지 확인하는 것으로 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 대학생의 일반적 특성, 인터넷 사용 관련 특성에 따른 인터넷중독경향 정도의 차이를 파악한다.
- 대학생의 우울, 자아탄력성, 적극적 스트레스 대처와 인터넷중독경향과의 관련성을 파악한다.
- 대학생의 우울, 자아탄력성, 적극적 스트레스 대처가 인터넷중독경향에 미치는 영향을 파악한다.

II. 연구 방법

1. 연구 설계

본 연구는 대학생의 인터넷중독경향에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위한 서술적 조사연구이다.

2. 연구 대상

본 연구의 표적 모집단은 우리나라 대학생이며 근접 모집단은 경상북도와 경기도의 3개 시에 위치한 4년제 대학에 재학 중인 학생이었다. 이들 중 연구의 목적을 이해하고 참여할 것을 동의한 대학생 258명을 편의표집 하였다. 본 연구 대상자의 제외기준은 설문지를 이해할 수 없을 정도의 정신과적 문제나 인지 장애가 있

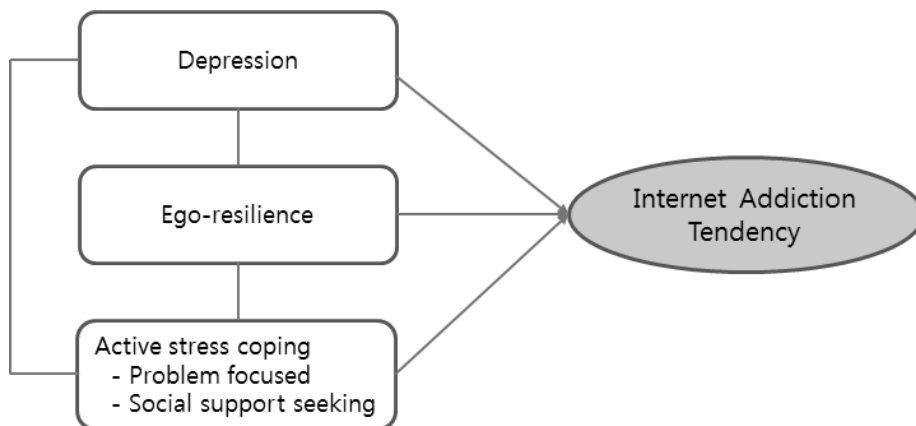


Figure 1. Conceptual Framework for the Study

는 경우였다. G*power 3 프로그램을 이용하여 독립변수 5개에 대해 중간의 효과크기(effect size) .15와 검정력(power) .95, 유의수준 .05로 하여 계산하였을 때 적정 표본 수는 160명이었고, 탈락률 20% 고려하였을 때 약 192명의 대상자가 필요하였는데, 본 연구의 대상자 수는 이를 상회하였으므로 통계적 분석을 위해 적절하였음을 알 수 있다. 258부의 질문지 중 응답이 불완전한 질문지 14부를 제외한 후 최종 244부를 분석에 이용하였다.

3. 연구 도구

1) 인터넷 중독 경향(Internet addiction tendency)

본 연구에서는 Lee 등(2007)이 개발한 성인 인터넷 사용 자가보고 척도(A척도)를 사용하였다. 이 A척도는 인터넷 중독에 대한 자기진단에 동기화 되어 있는 증졸 이상의 20세 이상의 성인을 대상으로 사용할 수 있도록 개발된 도구이다. 이 도구는 현재 자신의 인터넷 사용에 대한 평가에 대한 총 20문항으로 구성된 4점 척도로 '전혀 그렇지 않다' 1점, '매우 그렇다' 4점으로 점수가 높을수록 인터넷 중독 경향이 높음을 의미한다. 도구개발 당시 도구의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .85$ 였으며, 본 연구에서는 .90이었다.

2) 자아탄력성(Ego-resilience)

본 연구에서는 Block과 Kremen (1996)이 개발한 자아탄력성 척도(Ego-resiliency Scale)를 Yoo와 Shim (2002)이 한국 상황에 맞게 번안한 도구를 사용하였다. 이 척도는 대인관계, 활력성, 감정통제, 호기심, 낙관성 등과 관련된 14개 문항으로 구성되어 있다. 각 문항에 대해 '전혀 그렇지 않다' 1점, '매우 그렇다' 5점으로 점수가 높을수록 적응이 요구되는 스트레스 사건의 경험 후에 개인의 자기통제 수준이 이전의 상태로 회복되는 능력이 높음을 의미한다. 도구개발 당시 도구의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .76$ 였으며, 본 연구에서는 .82이었다.

3) 적극적 스트레스 대처(Active stress coping)

본 연구에서는 Folkman과 Lazarus (1985)가 개발한 스트레스 대처 체크리스트(Ways of coping

checklist) 척도 중 문제중심 스트레스 대처 15문항과 조력추구 스트레스 대처 6문항의 21문항을 사용하였으며, Park과 Lee (1992)가 우리나라의 상황에 맞게 번안한 도구를 활용하였다. Kim (1987)은 요인분석을 통해 Folkman과 Lazarus (1985)의 스트레스 대처척도를 적극적 스트레스 대처와 소극적 스트레스 대처로 구성하였고, 적극적 스트레스 대처 영역에 기존의 문제중심 스트레스 대처와 조력추구 스트레스 대처가 포함됨을 규명하였다. 적극적 스트레스 대처의 각 문항은 '전혀 그렇지 않다' 1점, '매우 그렇다' 4점으로 점수가 높을수록 스트레스 상황에 대한 적극적 스트레스 대처 정도가 높음을 의미한다. Park과 Lee (1992)의 연구에서 적극적 스트레스 대처 도구의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .84$ 이었고, 본 연구에서는 문제중심 스트레스 대처 하위척도가 .84, 조력추구 스트레스 대처 하위척도는 .62이었다.

4) 우울(Depression)

본 연구에서는 Radloff (1977)가 개발한 우울척도(Center for Epidemiologic Studies-Depression: CES-D)를 Chun, Choi와 Yang (2001)이 한국판으로 수정한 것을 활용하였다. 본 도구는 우울 정서, 긍정적 정서, 신체적 저하 및 대인관계와 관련된 20문항으로 구성되어 있다. 각 문항에 대해 지난 일주일 동안 어떻게 느꼈는지를 '극히 드물게' 1점부터 '거의 대부분' 4점으로 측정하는 4점 척도로 점수가 높을수록 우울의 정도가 높음을 의미하고 총점이 36점 이상이면 임상적으로 우울함을 의미한다(Radloff, 1977). 도구개발 당시 도구의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .91$ 로 나타났으며, 본 연구에서는 .91로 나타났다.

5) 일반적 특성 및 인터넷 사용 관련 특성

연구 대상자의 일반적 특성과 인터넷 사용 관련 특성 조사를 위한 도구는 문헌고찰을 근거로 작성하였으며, 간호학과 교수 2인의 내용 검토를 거친 후 사용하였다. 일반적 특성은 성별, 학년, 연령, 학교성적, 월 소득수준에 대한 5문항이며, 이 중 학교성적은 대학교 입학 후 자신의 성적이 평균 상위 몇 %에 해당되는지를 체크하도록 하였다. 인터넷 사용 관련특성은 주요 인터넷 사용목적, 주말 하루 인터넷 사용시간, 주중 하

루 평균 인터넷 사용 시간, 인터넷 사용으로 인한 일상 생활 지장정도, 인터넷 사용의 심각성 자가 인식에 대한 5문항으로 구성되어 있다.

4. 자료 수집 방법

본 연구의 자료수집기간은 2013년 10월부터 12월 까지였으며, 연구책임자가 학과의 책임자와 자료 수집할 대상자가 참여하는 담당교과목 교수를 직접 만나 연구의 목적과 절차를 상세히 설명한 후 자료수집에 대한 협조와 허락을 받았다. 또한 교과목 학생 대표를 접촉하여 자료수집에 대한 공지를 사전에 하도록 협조를 구하였고, 대상자들이 수업을 마치는 시간에 방문하여 자료를 수집했다. 자료수집은 본 연구자들과 연구자로부터 자료수집방법에 대해 교육받은 2명의 간호학과 보건학 전공 석사급 이상의 연구보조자에 의해 이루어졌고, 구조화된 질문지를 이용하였다. 연구대상자로 선정된 대학생에게는 연구의 목적을 설명한 후 익명과 비밀보장을 약속하였으며, 대상자가 개인적인 정보의 노출을 꺼리는 경우 응답하지 않아도 됨을 질문지 작성 전에 설명하였다. 또한 연구 참여를 통해 시간적 할애를 통한 불편함 이외에 심각한 위해요소는 없을 것이며, 본 연구 참여를 통해 직접적 이득은 없으나, 향후 본 연구 결과의 활용을 통해 대학생의 인터넷 중독 관련 증세 프로그램의 개발 등과 같은 간접적 이득이 있음을 설명하였다. 또한 질문지 완성 후 언제라도 연구 참여를 원치 않을 경우 연락할 수 있도록 연락처를 제공하였고, 연구와 관련이 없는 질문인 경우에도 성실히 답변해 줌으로써 연구 참여자의 윤리적 측면을 최대한 고려하고자 노력하였다. 또한 수집된 자료는 코드화하여 입력하였고, 수집된 질문지는 연구책임자 연구실의 잠금장치가 있는 일 캐비닛에 보관함으로써 연구 대상자의 개인적 정보가 누출되지 않도록 최선을 다하였다. 자료 수집을 마친 참여자에게는 소정의 사례로 필기도구 문구를 제공하였다.

5. 자료 분석 방법

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS/WIN 21.0 version을 이용하여 분석하였으며, 구체적인 분석방법

은 다음과 같다.

- 연구 대상자의 일반적 특성, 인터넷 사용 관련 특성 및 인터넷중독경향과 제 변수들에 대한 기술적 통계 분석(descriptive statistics)을 실시하였다.
- 연구 대상자의 일반적 특성, 인터넷 사용 관련 특성에 따른 인터넷중독경향 정도는 t-test, ANOVA 및 Duncan 다중 비교 검증법을 이용하여 분석하였다.
- 연구 대상자의 인터넷중독경향과 제 변수들 간의 상관관계 분석을 위하여 Pearson correlation coefficient를 산출하였다.
- 연구 대상자의 인터넷중독경향 영향변인과 영향력을 파악하기 위하여 단계별 다중회귀분석(Stepwise multiple regression analysis)을 실시하였다. 다중회귀분석을 실시하기 전 다중공선성 검증은 분산팽창요인값(variance inflation factor : VIF)과 상태지수(condition index)를 이용하였다.

Ⅲ. 연구 결과

1. 대상자의 일반적 특성 및 인터넷 사용관련 특성

본 연구의 대상자인 4년제 대학생 244명의 일반적 특성은 Table 1과 같다. 대상자 중 남학생은 49.2%이었으며, 1학년과 2학년이 각각 32.8%, 29.5%로 저학년이 고학년보다 많았다. 연령은 19-20세가 41.0%, 22-24세가 40.6%로 대부분 25세 미만이었다. 가족의 월 평균 수입은 500만원 이상이 51.6%로 가장 많았고, 학교성적은 상위 10-30% 사이가 34.8%로 가장 많았다.

인터넷 사용 관련 특성으로 주말의 하루 평균 인터넷 사용시간은 1-3시간이 45.5%로 가장 많았으며, 주중 인터넷 이용 시간도 3시간미만이 51.6%로 가장 많았다. 인터넷을 사용하는 주요 목적으로는 정보탐색(51.6%)과 블로그 이용(21.7%)이 주를 이루었으며, 대상자의 절반 정도(49.2%)는 인터넷 사용이 일상생활을 방해한다고 대답하였다. 그러나 자신의 인터넷 사용문제에 대한 자가 인식은 대상자의 대부분이 문제가 없다고 인식하고 있었으며(83.2%), '문제 있음'으로 인식하고 있는 대상자는 16.8%이었다.

Table 1. Differences in Internet Addiction Tendency by Characteristics of Participants (N=244)

Characteristics	Categories	n(%)	M±SD	t or F	p
Gender	M	120(49.2)	40.88±9.20	1.38	.167
	F	124(50.8)	40.20±8.37		
School grade	1 st yr	80(32.8)	39.94±8.73	2.54	.057
	2 nd yr	72(29.5)	40.79±9.14		
	3 rd yr	53(21.7)	39.17±7.71		
	4 th yr	39(16.0)	43.87±9.38		
Age (yrs)	≤20	100(41.0)	39.77±8.77	1.13	.325
	21-24	99(40.6)	41.45±8.65		
	25≤	45(18.4)	41.49±8.95		
Academic grade (%)	<10	54(22.1)	41.04±9.49	0.56	.693
	10≤ <30	85(34.8)	41.08±7.46		
	30≤ <50	80(32.8)	39.78±9.36		
	50≤	25(10.3)	41.35±9.67		
Monthly household income (million won)	<3	23(9.4)	40.00±7.48	0.97	.410
	3≤ <4	47(19.3)	41.75±8.86		
	4≤ <5	48(19.7)	41.71±7.41		
	5≤	126(51.6)	39.73±9.41		
Duration of internet use in weekend (hours) †	< 1	41(16.8)	32.56±8.62 ^a	27.63 (a(b)c)	<.001
	1≤ <3	111(45.5)	39.53±7.23 ^b		
	3≤ <6	82(33.6)	45.27±7.60 ^c		
	6 ≤	10(4.1)	45.50±7.47 ^c		
Duration of internet use in weekdays (hours)	< 3	126(51.6)	40.16±8.42	0.74	.480
	3-6	106(43.5)	40.66±9.44		
	6 <	12(4.9)	43.33±5.80		
Purposes of internet use †	Game	28(11.5)	42.64±9.06 ^a	3.01 (a>b)	.019
	Chatting	12(4.9)	32.75±7.41 ^b		
	Seeking information	126(51.6)	40.35±8.90 ^a		
	Blog	53(21.7)	41.28±7.64 ^a		
	Others	25(10.3)	41.24±9.27 ^a		
Degree of interference with daily living †	Very much	28(11.5)	45.75±9.07 ^a	17.81 (a>b)>c)	<.001
	Somewhat	92(37.7)	43.34±7.64 ^a		
	Not much	84(34.4)	38.80±7.30 ^b		
	Not at all	40(16.4)	34.08±9.26 ^c		
Self-perception of the internet use †	Healthy use	69(28.3)	35.38±8.51 ^a	29.52 (a(b)>c)	<.001
	No problem	134(54.9)	41.16±8.22 ^b		
	Serious	41(16.8)	47.15±5.28 ^c		

†: showed group difference by Duncan test

2. 일반적 특성, 인터넷 사용 관련 특성에 따른 인터넷중독경향 정도의 차이

본 연구대상자의 일반적 특성 및 인터넷 사용 관련 특성에 따른 인터넷중독경향 정도는 주말 인터넷 사용 시간(F=27.63, $p<.001$), 인터넷 사용의 주요 목적(F=3.01, $p=.019$), 인터넷으로 인한 일상생활 지장 정도(F=17.81, $p<.001$), 인터넷 사용에 대한 자가

인식(F=29.52, $p<.001$)에 따라 유의한 차이를 보였다(Table 1).

주말 평균인터넷 사용 시간에 따라서는 6시간이상(M=45.50)과 3시간이상 6시간미만(M=45.27)이 1시간이상 3시간미만(M=39.53)과 1시간미만(M=32.56)의 경우보다 인터넷중독경향 점수가 높았다. 인터넷 사용의 주요 목적에 대해서는 게임(M=42.64)이나 블로그(M=41.28) 이용을 목적으로 하는 대상자가 채팅을

목적으로 하는 대상자(M=32.75)보다 인터넷중독경향 점수가 높았다. 일상생활 지장정도는 '매우(M=45.75) 또는 약간 지장 있음(M=43.34)'으로 인지하는 경우에서 '거의 지장 없음(M=38.80)'이나 '전혀 없음(M=34.08)'으로 인식하는 경우보다 중독경향 점수가 높았다. 인터넷 사용에 대한 자가 인식에 대해서는 '문제 있음(M=47.15)'으로 인식하는 대상자에서 '특별한 문제없음(M=41.16)' 또는 '건강한 사용자(M=35.38)'로 인식하는 경우보다 중독경향 점수가 높았다.

3. 인터넷중독경향, 자아탄력성, 적극적 스트레스대처 및 우울 정도

본 연구대상자의 인터넷중독경향과 자아탄력성, 적극적 스트레스대처 및 우울 정도는 Table 2와 같다. 대학생의 인터넷중독경향은 총 4점 만점에 평균 2.02(±0.44)점이었다. 자아탄력성은 총 5점 만점에 평균 3.46(±0.49)점이었으며, 적극적 스트레스 대처 정도는 총 4점 만점에 평균 2.45(±0.38)점이었다. 적극적 스트레스 대처의 하위 영역인 문제중심 스트레스 대처는 평균 2.46(±0.42)점이었고 조력추구 스트레스 대처는 평균 2.47(±0.46)점이었다. 우울은 총 4점 만점에 평균 1.87(±0.48)점으로 나타났다.

Table 2. Descriptive Statistics of the Main Variables

Variables	Mean±SD	Item mean±SD	Range
Internet addiction tendency	40.53±8.77	2.02±0.44	20 - 63
Ego-resilience	48.44±6.79	3.46±0.49	31 - 68
Active stress coping (total)	51.45±7.74	2.45±0.38	60 -130
Problem focused	36.89±6.32	2.46±0.42	15 - 62
Social support seeking	14.83±2.79	2.47±0.46	7 - 21
Depression	37.45±9.68	1.87±0.48	21 - 75

Table 3. Correlations among Study Variables

	IAT	Ego-resiliency	Problem focused coping	Social support seeking	Depression
IAT	-				
Ego-resilience	-.09	-			
Problem focused coping	-.14 *	.41 **	-		
Social support seeking	-.21 **	.18 **	.37 **	-	
Depression	.29 ***	-.33 **	-.12	.16 *	-

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, IAT: internet addiction tendency

4. 인터넷중독경향과 제 변수들 간의 상관관계

본 연구에서 대학생의 인터넷중독경향 정도는 우울과 순 상관관계가 있었으나($r = .29, p < .001$), 자아탄력성($r = -.09, p = .143$)과는 통계적으로 유의한 상관관계를 보이지 않았다. 그러나 인터넷중독경향 정도는 적극적 스트레스 대처의 하위영역인 문제중심 스트레스 대처($r = -.14, p = .035$) 및 조력추구 스트레스 대처($r = -.21, p = .034$)와는 역 상관관계를 나타냈다(Table 3).

5. 인터넷중독경향에 영향을 미치는 요인

대학생의 인터넷중독경향 영향요인을 확인하기 위하여 본 연구의 주요 관련 독립변수(우울, 자아탄력성, 적극적 스트레스 대처의 하위영역인 문제중심 스트레스 대처 및 조력추구 스트레스 대처)와 인터넷 사용특성 중 유의한 상관관계를 보인 변수 중 인터넷 사용목적 독립변인으로 하여 다중회귀분석을 실시하였다. 인터넷 사용특성 중 주말 인터넷 사용 시간, 일상생활 지장 정도, 인터넷 사용에 대한 자가 인식의 변수도 인터넷중독경향 정도와 유의한 상관관계가 있었으나, 이 변수들은 인터넷중독경향 측정 문항에 이미 포함된 내

용으로 중복된 문항으로 판단하여 회귀분석의 독립변인으로는 포함하지 않았다. 또한 인터넷 사용목적은 명목적도이므로 가변수(dummy variable)로 처리한 후 투입하였다. 다중회귀분석 실시 전 다중공선성을 검증한 결과 분산팽창요인값(VIF)은 1.26~2.96으로 모두 10을 넘지 않았고, 상태지수(condition index)도 1.000~20.463으로 30 이하의 값을 보여 다중공선성 문제를 배제할 수 있었다. 다중공선성 검증 후 잔차분석을 시행한 결과 모든 대상자의 Cook's D의 값이 0.1 이하로 나타나 244명 모두 포함하여 분석하였고, 오차항의 정규분포를 검증하여 모형의 적합성을 확인하였다($F=11.48, p<.001$).

다중회귀분석결과 대학생의 인터넷중독경향에 대해 우울이 8.4%($\beta=.24, p<.001$)의 가장 높은 설명력을 나타냈고, 그 다음으로 인터넷사용목적(채팅)이 4%($\beta=-.19, p<.001$), 문제중심 스트레스 대처가 2.7%($\beta=-.17, p<.001$)를 설명하여 이들 변수로 총 15.1%를 설명하는 것으로 나타났다(Table 4). 즉, 우울 정도가 심할수록 인터넷중독경향이 높은 것으로 나타났으며, 인터넷의 주요 사용목적이 채팅일수록, 문제중심 스트레스 대처를 많이 사용할수록 인터넷중독 경향이 낮은 것으로 나타났다.

IV. 논 의

본 연구는 인터넷 중독의 주요 유발 요인으로 제시되고 있는 심리적 요인인 우울과 보호·완충 요인으로 제시되고 있는 자아탄력성과 적극적 스트레스 대처의 하위영역인 조력추구 및 문제중심 스트레스 대처와의 관련성을 살펴보고, 이들 변인 중 대학생의 인터넷중독 경향 관련변인을 파악함으로써 효과적인 예방 및 중재 전략을 수립하는데 기여하고자 실시되었다.

본 연구 대상자인 대학생의 인터넷 중독 경향 정도는 4점 만점에 평균 2.02점으로 비교적 높지 않은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 본 연구와 동일한 도구를 사용한 Shim (2008)의 연구 2.51점보다는 낮고 Nam (2009)의 연구 1.76점 보다는 높은 결과로, 본 연구를 포함한 위의 선행 연구들에서 모두 대학생의 인터넷 중독 경향이 그다지 높지 않은 것으로 확인되었다. 그러나 이러한 결과가 대학생이 인터넷 중독의 고위험 집단임을 배제할 수 있는 근거라기보다는 오히려 인터넷 중독의 중독군과 고위험군의 분류를 통한 개별적인 중재가 필요한 결과임을 시사할 수 있다. 따라서 향후 연구에서는 인터넷 중독군과 고위험 집단의 분류 후 그에 따른 영향 요인을 개별적으로 탐색하는 연구를 제안한다.

본 연구에서 일반적 특성에 따른 인터넷 중독경향의 차이를 살펴본 결과, 인터넷 사용목적, 일상생활 지장 정도, 인터넷 사용에 대한 자가 인식 및 주말 인터넷 사용 시간에 따라 인터넷중독 경향점수에 차이가 있는 것으로 나타났다. 인터넷의 사용 목적이 채팅보다는 주로 게임이나 블로그 이용 집단이 인터넷 중독 경향의 점수가 높게 나타났고, 회귀분석 결과에서도 특히 채팅 그룹이 다른 유형에 비해 낮은 인터넷 중독경향을 예측하는 요인으로 확인되었다. 이미 게임이나 블로그 같은 오락적 목적을 위해 인터넷을 이용하는 군이 중독의 경향이 높다는 점은 선행 연구결과를 통해 밝혀진 바 있으며(Oh, 2007), Yan, Li와 Sui (2014)의 연구에서도 인터넷 게임 이용자가 중독 경향 점수가 높게 나타나 본 연구결과를 지지하고 있다. 게임은 인터넷의 다른 사용 목적 즉, 채팅보다는 중독적 성향이 높기 때문에(Young, 1998), 자연스럽게 목적인 시간보다 초과되는 인터넷 사용 결과를 가져오고, 그에 따라 학업이나 업무 등의 일상생활 방해 정도가 높아진 것

Table 4. Influencing Factors of Internet Addiction Tendency

Variables	B	S.E.	β	Partial R^2	Cumm. R^2	t	F
Depression	0.225	0.555	0.244	0.084	0.084	22.15**	11.48**
Purposes of internet use (chatting) [†]	-3.801	1.202	-0.191	0.040	0.124	11.02**	
Problem focused coping	-0.261	0.094	-0.170	0.027	0.151	7.72**	

** $p<.01$, [†] : dummy base - Purposes of internet use (others)

으로 사료된다. 또한 본 연구에서 인터넷 사용목적과 관련된 조사 결과 중 눈여겨 볼 점은 '기타'의 군도 전체의 10.3%를 차지하고 있다는 점이다. 비록 인터넷 중독 경향이 게임군 점수 보다는 높지는 않았으나 블로그 이용자와 유사한 점수를 보여 대학생들이 본 연구에서 조사한 항목 이외에 어떤 목적을 위해 인터넷을 활용하는지를 탐색하고 이에 대한 위험성 여부를 재탐색해 볼 필요가 있다고 생각된다.

한편 주말 인터넷 사용시간이 3시간 이상인 그룹이 그 미만의 그룹들보다 인터넷 중독경향 점수가 높은 것으로 나타났다. 이는 인터넷의 활용이 게임과 같은 오락성 활동보다는 학업과 관련된 활동이 많을 주중의 인터넷 이용이 아닌 주말의 인터넷 사용 시간을 측정 한 것이기 때문에 연구대상자의 인터넷중독경향과의 관련성을 신뢰롭게 증명하였다는 결론을 신중히 내려 볼 수 있겠다. 본 연구와 마찬가지로 청소년을 대상으로 조사한 Kim과 Kim (2010)의 연구와 대학생을 대상으로 조사한 Choi와 Ha (2011)의 연구에서도 인터넷 사용빈도가 높을수록 인터넷 의존성과 중독 정도가 증가된다고 하여 본 연구결과를 지지하고 있다. 즉, 인터넷 사용 빈도와 시간이 증가할수록 인터넷 의존성이 커지고, 해야 할 일을 시작하기 전에 인터넷을 먼저 검색하는 등 학교생활과 일상생활에 지장을 받게 되며 인터넷 이용에 대한 과도한 집착으로 대인관계 문제를 유발하고 다른 사람들과 어울리기보다는 고립된 생활을 즐기게 되어 이로 인해 다시 과도한 인터넷 사용에 빠져들게 되는 악순환이 반복된다는 것이다(Choi & Ha, 2011). 따라서 본 연구와 선행연구의 결과는 대학생들의 인터넷 중독 예방을 위한 한 가지 방법으로 주말에 인터넷 이외의 건강한 여가활동을 유도하는 중재전략 개발의 필요성을 시사한다고 하겠다.

또한 Yan 등(2014)의 연구와 마찬가지로 인터넷 사용에 대해 스스로 심각한 문제가 있다고 인식하는 군이 중독 경향 점수가 높게 나타났다. 이러한 결과는 자신의 인터넷 사용에 문제가 있다는 것을 인식하면서도 대상자들이 이를 조절하거나 중단하지 못하고 문제성 있는 인터넷 사용을 지속함을 의미한다. 따라서 본 연구의 이러한 결과는 알코올이나 약물 중독과 마찬가지로 인터넷 이용자 스스로의 자가 인식 보고만으로도 문제성 있는 인터넷 중독 위험군을 선별할 수 있는 타

당한 근거를 제시하는 결과라고 사료된다.

본 연구결과에서 대학생의 인터넷 중독 경향과의 관련성을 탐색한 주요 변수 중 자아탄력성은 인터넷 중독 경향과 상관관계가 없는 것으로 나타났다. 본 연구의 이러한 결과는 대학생의 자아탄력성이 인터넷 중독에 미치는 영향을 연구한 여러 선행연구에서 자아탄력성이 높을수록 인터넷 중독 정도가 낮다고 보고한 Bak (2013)의 결과와는 상반된 결과이다. 향후 반복적인 탐색을 통해 좀 더 심층적 분석이 필요하겠으나, 이러한 결과는 본 연구 대상자들의 인터넷중독경향의 평점 자체가 낮아 자아탄력성의 개입 정도가 크게 영향을 미치지 않아서 나타난 결과일 수 있음을 생각해 볼 수 있겠다. 자아탄력성은 선행 연구에서 인터넷 중독 유발과 밀접한 관련이 있는 심리적 요인인 우울, 불안, 충동성을 조절해 주는 변인으로 알려져 있다(Bak, 2013). 그러나 본 연구 대상자의 인터넷중독경향 점수 자체가 낮아 거의 정상 인터넷 사용자들의 집단으로 이를 변별력 있게 상관관계를 분석하는 데는 한계가 있었을 것으로 생각한다. 실제로 Choi 등(2014)의 연구에서도 전체 연구대상자의 인터넷중독경향 점수와 자아탄력성과의 상관관계를 분석한 결과 유의한 부적 관계를 보고하였으나, 이를 고위험군, 잠재군, 일반군으로 분류하여 심층분석한 결과에서는 자아탄력성의 개입이 유의하지 않음을 보고한 바 있다. 이에 대해 Choi 등(2014)의 연구에서도 인터넷중독경향과 자아탄력성과의 이러한 관계에 대해 이것이 대학생만의 특성인지 아니면 인터넷 중독경향이 심하지 않은 집단들이 많기 때문인지를 향후 규명할 필요가 있다고 제안한 바 있다. 따라서 향후 연구에서는 인터넷 중독 경향에 대해 군별로 분류하여 이를 각각 분석할 수 있는 충분한 연구대상자를 표집하여 반복적인 조사를 할 것을 제안한다.

마지막으로 대학생의 인터넷 중독 경향에 영향을 미치는 요인들의 영향력을 파악하기 위해 회귀분석을 수행한 결과 우울, 인터넷 사용목적(채팅) 및 적극적 스트레스 대처 유형 중 문제중심 스트레스 대처가 통계적으로 유의한 예측 요인임이 밝혀졌다. 인터넷 사용목적과 인터넷 중독 경향과의 관련성은 앞서 논의하였으므로 이 부분에서는 우울과 적극적 스트레스 대처의 하위영역인 문제중심 스트레스 대처를 중심으로 논의

하고자 한다. 우선 우울은 높은 인터넷 중독 경향을 예측할 수 있는 가장 영향력이 높은 변인으로 확인되었는데 Noh와 Jeong (2011)의 대학생을 대상으로 한 연구에서도 우울이 인터넷중독의 중요한 영향요인이라고 보고하여 본 연구결과와 상통하며, 대학생이 아닌 청소년의 인터넷 중독 관련 연구에서도 우울이 영향력 있는 변인임이 증명된바 있다(June, Sohn, So, Yi, & Park, 2007; Ryu, Choi, Seo, & Nam, 2004). Young (1998)도 병리적 인터넷 사용과 우울은 매우 높은 상관성이 있다고 주장하면서 우울한 사람은 일반적으로 낮은 자존감과 거절에 대한 두려움, 승인 받고자 하는 욕구는 크지만 실생활에서 이를 충족할 정도의 대인관계 능력이 뒷받침 되지 않기 때문에 온라인이라는 가상적 상황에서 이러한 욕구를 해결하고자 하여 병리적 인터넷 사용을 더욱 촉진시킨다고 하였다. 또한 우울한 사람은 자기도피적 성향이 강하기 때문에(Noh & Jeong, 2011), 인터넷이라는 가상 상황에 빠질 위험성도 더욱 크다고 할 수 있겠다. 따라서 본 연구의 이러한 결과는 대학생을 위한 인터넷중독 예방 및 치료적 전략 개발 시 건전한 인터넷사용에 대한 가이드 뿐만 아니라 참여자의 우울정도를 사정하여 이를 해소할 수 있는 중재전략의 동시 개입의 필요성을 제시한다.

다음으로 적극적 스트레스 대처의 하위 영역 중 문제중심 스트레스 대처도 낮은 인터넷 중독 경향을 예측하는 요인으로 확인되었는데, Lee (2004)도 대학생을 대상으로 인터넷중독군과 비중독군의 스트레스 대처양상을 비교한 결과 인터넷중독군에서 문제중심과 조력추구 중심의 적극적 스트레스 대처 점수는 낮은 반면 정서완화 및 소망적 사고 중심의 소극적 스트레스 대처 점수는 높은 것으로 나타나 본 연구결과를 지지하고 있다. 적극적 스트레스 대처의 하위영역인 문제중심 스트레스 대처란 자신이 직면한 스트레스원이나 문제 그 자체를 변화시키거나 관리하는데 관련된 문제 해결 노력들과 정보 추구 활동 및 행동전략에 중점을 두는 방법을 의미한다(Folkman & Lazarus, 1985). 따라서 문제중심 스트레스 대처 전략을 활용하는 사람은 자신에게 스트레스를 유발하는 요인을 회피하기 보다는 환경에 초점을 두어 환경적 압력이나 장애를 극복하기 위한 활동전략 수립을 위해 노력하는 성향이 강하다고 할 수 있다(Folkman & Lazarus, 1985).

위와 같은 이론적 주장에 근거해 생각해 볼 때, 본 연구의 이러한 결과는 문제중심 스트레스 대처전략을 사용하는 대학생은 일상생활에서의 스트레스 발생시 이를 회피하기 위한 수단, 즉 소극적 스트레스 대처의 한 가지 방식으로 과도하게 인터넷에 몰입하기보다는 반대로 스트레스 문제 극복을 위한 현실적 대안과 전략을 세울 것이라는 가설의 설정을 가능하도록 해 준다고 할 수 있다. 따라서 대학생의 인터넷 중독 예방을 위한 중재 프로그램의 수립시 스트레스 상황 하에서 스트레스 문제를 어떻게 분석하고 그에 따라 어떤 활동계획을 세워야 할지에 대한 문제중심 스트레스 대처 전략 수립에 대한 안내도 포함되어야 할 것으로 생각된다.

본 연구는 위와 같은 연구의 의의 이외에 다음과 같은 제한점이 있음을 밝힌다. 첫째, 본 연구결과와 일반화의 제한이다. 즉 일부 지방도시의 4년제 대학생을 편의표출 하였기에 본 연구결과를 확대 일반화하는 것은 신중을 기해야 할 것이다. 둘째, 낮은 설명력이다. 즉 대학생의 인터넷중독경향에 우울을 비롯한 인터넷 사용목적과 문제중심 스트레스 대처가 유의한 예측변인으로는 확인되었으나, 이들의 총 설명 변량은 15.1%에 불과했다. 따라서 향후 연구에서는 이외의 다른 어떤 변인들이 영향을 미치는지에 대한 포괄적 탐색을 제한한다. 셋째, 적극적 스트레스의 하위영역인 조력추구대처 척도의 .615의 낮은 Cronbach's alpha 값이다. 이는 조력추구대처 척도의 문항수가 6문항으로 비교적 적은 편이었기 때문이라고 생각되나, 향후 연구에서는 좀 더 신뢰도가 확보된 도구의 적용과 분석을 제안한다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 대학생을 대상으로 인터넷 중독의 주요 심리적 유발 요인으로 제시되고 있는 우울과 보호·완충 요인으로 제시되고 있는 자아탄력성, 적극적 스트레스 대처와의 관련성을 살펴보고자 실시되었다. 대학생의 인터넷중독경향에 영향을 미치는 요인을 분석한 결과 우울, 인터넷 사용목적 및 적극적 스트레스 대처의 하위영역인 문제중심 스트레스대처가 유의한 예측요인으로 확인되었다. 따라서 대학생을 위한 인터넷중독예방 또는

치료적 중재전략의 개발 시 그들의 우울을 완화하고 스트레스 상황에서 게임 등과 같은 오락적 스트레스 대처방식을 활용하기 보다는 현재의 우울이나 스트레스를 유발하는 문제 해결 중심의 적극적 대처 방안을 가이드하는 것이 효율적일 것으로 판단된다.

본 연구는 다음과 같은 간호학적 의의를 지닌다. 첫째, 실무 및 정책적 측면에서는 대학생 인터넷중독 예방을 위한 프로그램의 내용 개발 시 우울이나 문제중심 스트레스 대처전략 증진도 함께 고려해야함을 밝혀 주었다는 점이다. 둘째, 연구 측면에서 대학생 인터넷 중독 예방을 위한 보호, 완충 요인으로 자아탄력성이나 적극적 스트레스 대처의 변인을 동시에 고려하여 향후에도 다른 보호, 완충 변인 연구의 필요성을 지지하고 있다는 점이다.

이를 토대로 다음과 같은 제언을 하고자 한다. 첫째, 대학생들의 인터넷 중독 예방을 위한 방법으로 주말에 인터넷 이외의 건강한 여가활동을 유도하는 중재 전략의 개발을 제언한다. 둘째, 인터넷중독경향의 정도 별로 그룹을 분류하여 분석할 수 있도록 충분한 연구 대상자를 표집하여 반복적인 조사를 할 것을 제언한다. 셋째, 대학생의 인터넷 중독 예방을 위한 중재 프로그램의 수립시 스트레스 상황 하에서 스트레스 문제를 어떻게 분석하고 그에 따라 어떤 활동계획을 세워야 할지에 대한 문제중심 스트레스 대처전략 수립에 대한 안내를 포함할 것을 제언한다. 넷째, 대학생을 위한 인터넷중독 예방 및 치료적 전략 개발 시 건전한 인터넷 사용에 대한 가이드뿐만 아니라 참여자의 우울정도를 사정하여 이를 해소할 수 있는 중재전략을 동시에 적용할 것을 제언한다.

References

Bak, S. Y. (2013). *An influence of stress and ego-resilience of university students on the internet addiction*. Unpublished master's thesis, Hannam University, Daejeon.

Block, J. H. & Gjerde, P. F. (1990). *Depressive symptoms in late adolescence: A logitudinal perspective on personality antecedents*, In J. Rolf, A. S. Masten, D. Cicchetti, K. H.

Nuechterlein & S. Weintraub (Eds), *Risk and protective factors in the development of psychopathology*. New York: Cambridge University Press.

Block, J. & Kremen, A. M. (1996). IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 349-361. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.70.2.349> .

Byeon, Y. S., Kim, E. H., Shin, S. J., Kim, H. S., Kim, J. H., Gu, J. E., Hwang, E. H., Kim, J. H., Park, B. N., Lee, H. S., & Lee, O. H. (2003). Addiction to internet among university students and its relationships with self-esteem and depression. *Nursing Science*, 15(2), 61-72.

Chun, K. K., Choi, S. C., & Yang, B. C. (2001). Integrated Adaptation of CES - D in Korea. *Korean Journal of Health Psychology*, 6(1), 59-76.

Choi, E. M., Shin, J. R., Bae, J. H., & Kim, M. S. (2014). The relationships among depression, anxiety, impulsivity and aggression and internet addiction of college students -Moderating effect of resilience. *Journal of Korean Contents Association*, 14(8), 329-340.

Choi, H. S. & Ha, J. (2011). A study on the factors inducing internet addiction of college students. *Journal of Korean Data and Information*, 22(3), 437-448.

Folkman, S. & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 150-170. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.48.1.150>

Hwang, E. H., Shin, S. J., & Jung, D. Y. (2011). A study of the pattern of elderly's

- internet usage, self-efficacy, and self-esteem. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 25(1), 118-128.
- Jang, J. N. & Choi, Y. H. (2012). Pathways from family strengths and resilience to internet addiction in male high school students: mediating effect of stress. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 26(3), 375-388. <http://dx.doi.org/10.5932/JKPHN.2012.26.3.375>
- June, K. J., Sohn, S. Y., So, A. Y., Yi, G. M., & Park, S. H. (2007). A study of factors that influence internet addiction, smoking, and drinking in high school students. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 37(6), 872-882.
- Kim, H. J. (2007). The relationships among social support, stress and internet addition in college Students. *Students Life Research*, 15(1), 69-88.
- Kim, J. H. (1987). *Relations of perceived stress, cognitive set, and coping behaviors to depression*. Unpublished Doctoral Dissertation, Seoul National University, Seoul.
- Kim, K. S. & Kim, K. H. (2010). A prediction model for internet game addiction in adolescents: Using a decision tree analysis. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 40(3), 378-388. <http://dx.doi.org/10.4040/jkan.2010.40.3.378>
- Kim, S. G. (2008). The effect of risk and protective factors to adolescent suicide - based on mediation effect of protective factors. *Mental Health & Social Work*, 29, 66-93.
- Kim, S. Y. & Lee, S. J. (2007). A study on the relationship between internet addiction and stress of college students. *Journal of the Korea Society of Computer and Information*, 12(3), 243-250.
- Korea Internet and Security Agency. (2013). *Internet usage condition survey 2013*. Korea Internet & Security Agency: Seoul.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Spring Publishing.
- Lee, S. M., Ban, J. C., Lee, H. C., Choi, Y. K., & Lee, S. Y. (2007). Development of a self-report scale for measuring behavioral symptoms of adults' pathological internet use. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 26(3), 765-791.
- Lee, J. S. (2012). The effect of interpersonal relationship on internet addiction level of university students : Stress coping strategies as mediating variable. *Adolescent Counseling Research*, 20(2), 115-134.
- Lee, W. Y. (2004). *The difference between internet addictive users' and non addictive users in self-esteem and stress coping*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Nam, C. Y. (2009). College students' internet addiction tendency and related variables. *Adolescent Welfare Research*, 11(1), 121-140.
- National Information Society Agency. (2014). *The report of internet addiction status 2013*, Seoul: National Information Society Agency.
- Noh, A. Y. & Jeong, M. (2011). Depression mediated predictors of college students' internet addiction. *Korean Journal of Counseling*, 12(1), 355-371.
- Oh, W. O. (2007). Factors influencing internet addiction among high school students. *Child Health Nursing Research*, 13(1), 81-89.
- Park, A. S. & Lee, Y. H. (1992). Influence of the sex role characteristics and stress perception of married women on the coping style for stress. *Korean Journal of Counseling and Psychology*, 4(1), 69-80.

- Park, J. H., Kim, J. B., & Ryu, S. Y. (2006). The relationship between temperament and character, stress response and internet addiction tendency among college students. *Journal of the Korean Society of Biological Therapies in Psychiatry, 12*(1), 29-38.
- Park, H. & Kang, S. J. (2013). Cybersex Addiction among Korean College Students: Current Status and Relationships of Sexual Knowledge and Sexual Attitude. *Journal of Korean Public Health Nursing, 27*(3), 608-618.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement, 1*(3), 385-401. <http://dx.doi.org/10.1177/014662167700100306>
- Ryu, E. J., Choi, K. S., Seo, J. S., & Nam, B. W. (2004). The relationships of internet addiction, depression, and suicidal ideation in adolescents. *Journal of Korean Academy of Nursing, 34*(1), 102-110.
- Shim, O. N. (2008). *Investigation into variables which affect college students' internet addiction*. Unpublished Doctoral Dissertation, Kangwon National University, Chunchun.
- Yan, W., Li, Y., & Sui, N. (2014). The relationship between recent stressful life events, personality traits, perceived family functioning and internet addiction among college students. *Stress and Health, 30*, 3-11. <http://dx.doi.org/10.1002/smi.2490>
- Yoo, S. K. & Shim, H. W. (2002). Psychological protective factors in resilient adolescents in Korea. *The Korean Journal of educational Psychology, 16*(4), 189-206.
- Young, K. S. (1998). *Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction and winning strategy for recovery*. New York: John Wiley & Sons.

Impact of Depression, Ego-resilience, and Active Stress Coping on Internet Addiction Tendency among College Students

Won Oak Oh (Associate Professor, College of Nursing, Korea University)

Hyunjeong Shin (Associate Professor, College of Nursing, Korea University)

Purpose: The prevalence of problematic internet usage among college students is a cause for concern. There is a lack of study examining influences of cognitive protecting or buffering factors on internet addiction among college students. The purpose of this study was to examine influences of depression, ego-resilience, and active stress coping on internet addiction tendency (IAT) among college students. **Methods:** A cross-sectional, descriptive design was used. Data were collected between October and December 2013. A convenience sample of 244 students completed self-report questionnaires consisting of Ego-resiliency Scale, Ways of Coping Checklist, Center for Epidemiologic Studies-Depression, and Self-report Scale for Internet Use. Stepwise multiple regression analysis was performed for data analysis. **Results:** We found that higher levels of depression were associated with higher levels of IAT. However, an inverse association was found between active stress coping and IAT. Students who mainly used the internet for chatting showed lower levels of IAT than those who used the internet for games or blogs. These factors explained 15.1% of the variance in IAT of college students. **Conclusion:** The study results suggest that stress coping strategies and depression are important factors for evaluation when developing intervention programs targeting college students with problematic internet use.

Key words : Internet addiction tendency, College students, Depression, Ego-resilience, Coping