creative commons

COMMONS DEED

저작자표시-비영리-동일조건변경허락 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.
- 이차적 저작물을 작성할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:

저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.

동일조건변경허락. 귀하가 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공했을 경우에는, 이 저작물과 동일한 이용허락조건하에서만 배포할 수 있습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 이용허락규약(Legal Code)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

Disclaimer

dCollection

[UCI]I804:24011-200000239598

2010년 2월
교육학석사 (정보·컴퓨터교육)학위 논문

청소년들의 인터넷 중독의 실태와 해결방안

조선대학교 교육대학원

정보·컴퓨터교육전공

신 보 경

청소년들의 인터넷 중독의 실태와 해결방안

- Internet use by Korean adolescents:
A study of current issues and how to address them -

2010년 2월

조선대학교 교육대학원

정보·컴퓨터교육전공

신 보 경

청소년들의 인터넷 중독의 실태와 해결방안

지도교수 김 충 원

이 논문을 석사학위 논문으로 제출함

2009년 12월

조선대학교 교육대학원

정보·컴퓨터교육전공

신 보 경

신보경의 석사학위논문을 인준함

위원장	나 상 동 인
위원	이 성 주 인
위원	김 충 원 인

2009년 12월

조선대학교 교육대학원

목 차

Ⅰ. 서 론 ····· 1

1. 연구의 필요성 ····· 1

2. 연구의 목적 ····· 4

3. 연구의 가설 ····· 4

4. 연구의 제한점 ····· 4

Ⅱ. 이론적 배경 ····· 5

1. 인터넷 중독 ····· 5

1) 인터넷 중독의 개념 ····· 5

2) 인터넷 중독 진단 기준 ····· 8

3) 인터넷 중독과 공존질환 ····· 10

4) 인터넷 중독 관련 요인 ····· 12

5) 인터넷 중독 치료 요인 ····· 15

6) 인터넷 중독의 징후 ····· 17

Ⅲ. 연구 방법 ····· 19

1. 연구 대상 ····· 20

2. 조사 도구 ····· 20

3. 자료 처리 방법 ····· 21

Ⅳ. 연구 결과 ····· 22

1. 응답자의 일반적인 사항 ····· 22

1) 성별에 따른 집단간 차이 ····· 23

2) 인터넷 이용환경에 따른 사용현황 집단간 비교 ····· 23

3) 응답자의 K-척도 요소간의 집단간 차이 ····· 24

4) 청소년의 인터넷 이용실태 ····· 25

5) 인터넷 이용회수에 따른 사용현황 집단간 비교 ····· 26

6) 각 집단별 인터넷의 나쁜 영향 빈도 ····· 27

7) 인터넷중독의 해결대상으로서의 집단 간 비교 ····· 28

8) 인터넷중독의 게임중독 척도로서의 집단간 비교 ····· 29

9) 가정에서의 유해차단 프로그램 중독측정 ····· 29

Ⅴ. 결론 및 제언 ····· 31

참고문헌 ····· 35

부록 ····· 37

ABSTRACT

Internet use by Korean adolescents: A study of current issues and how to address them

Shin Bo-Kyoung
Advisor : Prof. Kim chung-Won
Major in Information and Computer Science Education
Graduate School of Education, Chosun University

Internet in the present knowledge-information society has become a necessary tool for all people. However, a problem of it is a phenomenon of the reverse function of internet. In the present study, three types of adolescents' groups are compared; the standard group, the potentially dangerous group and the highly dangerous group . The study seeks to investigate and analyze the propensities of internet addiction, the purposes and the reasons of internet use, and the motivations of internet use, by using K-standard. Therefore, this study find out the better alternative solutions for adolescents' internet addiction in terms of technology, efforts at school and social counterplans.

The purpose of the present study is to investigate the following pespectives; what differences are among the three groups; the standard group, the potentially dangerous group and the highly dangerous group in relation to the propensities and each factors of internet addiction; what meaningful relations are among them; what solutions can be drawn.

The participants of this study are 329 high school students who are all the first or second grade students attending a vocational high school in Kwangju, Korea.

K-standard, which is Korean internet addiction diagnosis standard developed by Kim Cheong-Teak, were used to analyze differences among

three groups. K-standard consites of all forty questions and seven factors for overall internet use including internet game and chatting. In order to determine whether there were significant differences between the results from the three different groups in relation to frequency and reliability, kai-square(χ^2) were performen on data. All the analyses were done by SPSSWIN 12.0 software package.

The results of analysis are as follows:

The distribution of internet addiction according to different gender shows that there are more male addicts than female addicts. The more they belong to the highly dangerous group, the lower their financial living level and academic grade. When it comes to their favorite internet activities, the highly dangerous group shows more overvalued pattern of internet use compared to other groups, and they are more likely to reckon internet as a tool to persue pleasure and stimulus rather than knowledge and information. Also, as far as they belong to the highly dangerous group to overuse the internet in terms of the frequency of internet use, they revealed that they were affected by negative things such as ambiguious division between reality and cyber world, lack of enough sleep, weakening of eye vision, etc.

These findings suggest the followings:

First, as a technologically helpful way, IP-blocking program based on Gateway is suggested. Second, as a alternative way used at school, media education is addressed. Lastly, in social perspectives, governments, companies and civic organizations need to cooperate each other to monitor our adolescents and to gather all information about internet use as well as they need to expand the number of counselling centers for young addicts. Thus our growing juveniles should be protected by internet addiction through these kinds of various and useful studies on some continuous interests and some alternative solutions for internet addiction.

Ⅰ. 서 론

1. 연구의 필요성

현재 사회는 인터넷 매체를 활용하여 필요한 정보를 수집하고 주변 정보를 적절히 활용하는 능력이 강조되는 지식정보사회이다. 지식정보사회로의 성공적인 진입과 지식 기반의 사회를 형성하기 위해 국가적 차원에서 초고속 정보 인프라 구축과 정보화 교육의 중요성이 끊임없이 강조되어 왔다. 정부의 이러한 노력의 결과로 우리나라의 인터넷 사용자는 꾸준히 증가하여 왔으며, 이제 인터넷은 전 국민에게 있어 생활의 필수적인 도구로 자리 잡아 가고 있다. 우리나라는 인터넷 인구증가율, 초고속 통신망 설치비율, 인터넷 인구 증가율 1위 등 급속하게 인터넷 보급이 확산 되었다. 따라서 이러한 현상은 아동 및 청소년의 인터넷 문화에 급속한 변화를 가져다 주었다. 현재 한국의 인터넷 이용자는 전체 인구의 77.1%인 총 3,536만명으로 추산되는데 그 중 문제시 되는 부분이 인터넷 역기능화 현상이다. 행정안전부가 2008년 10월부터 12월까지 만 9세~39세 이하 청소년 및 성인 중 최근 1개월 이내 1회 이상 인터넷을 이용한 자 5,500명을 대상으로 인터넷중독 실태조사를 실시한 결과, 전체적으로 인터넷 중독률은 8.8%, 인터넷 중독자 수는 1,999명인 것으로 나타났다[1]. 연령별로는 청소년이 1,035명으로 14%, 성인이 964명으로 6%, 청소년 중독률이 성인의 두 배 이상 높은 것으로 파악됐다. 중독 유형별로는 인터넷 중독 고위험 사용자가 전체 인터넷 이용자 중 366명인 1.6%이며 잠재적 위험사용자가 1,633명인 7.2%로 조사됐다. 고위험 사용자의 분포는 청소년의 168명인 2.3%, 성인의 198명인 1.3%이다. 잠재적 위험 사용자는 청소년의 867명인 12.0%, 성인의 766명인 5.0%로 나타났다. 청소년 중독률은 초·중·고등학생이 각각 12.8%, 14.7%, 14.7%로 초등학생보다는 중·고등학생이 더 높았다. 이처럼 청소년들은 현실에서의 여가 공간 및 프로그램 부족, 상대적으로 이용자의 편의와 만족 면에서 우수한 가

상공간, 인터넷을 쉽게 이용할 수 있는 사회기반시설의 확충과 컴퓨터 사용을 장려하는 사회적 분위기, 부모의 통제부족 등이 청소년의 심리적 특성과 맞물리면서 청소년들의 인터넷 이용률은 급격히 증가하였고, 컴퓨터는 청소년들의 가치관, 의식구조 및 생활 전반에 걸쳐 직-간접적으로 영향을 미치고 있다. 이렇게 컴퓨터 보급률이 높아지고 인터넷 사용이 증가됨에 따라 컴퓨터 이용으로 인한 긍정적인 측면도 있지만 새로운 사회적 문제로 부각되는 부정적 측면도 높아지고 있는 추세이다.

최근 우리나라에서 가장 심각하면서도 새롭게 등장한 청소년 문제는 바로 이러한 컴퓨터 및 인터넷 중독으로 인한 비행, 범죄이다. 법을 위반하는 수준의 심각한 문제행동과 관련되지 않은 인터넷 중독, 인터넷 몰입을 과연 문제 행동으로 볼 수 있는가에 대해서는 의견이 나뉘고 있는데, 중독이라는 개념 자체가 아직 분명치 않은 현 상황에서는 더욱 그렇다. 중독이란 개념은 처음에는 알콜이나 약물 사용과 관련하여 적용되어 왔으나 최근 들어 식사, 운동, 도박 등과 같은 특정 행위와 관련된 중독 가능성이 인정되고 있으며, 이러한 맥락에서 컴퓨터 및 인터넷 중독이란 용어가 사용되고 있다. 컴퓨터 및 인터넷 중독의 개념과 관련하여 많은 논란이 되어 왔고 또한 중독이란 용어 자체에 거부감을 나타내는 경우도 많지만 대체로 정신의학적인 입장에서 충동조절장애의 하나로 규정되어 왔다[3].

Young은 컴퓨터-인터넷 중독이 도박이나 쇼핑중독과 같은 행동적 중독의 특성을 갖고 있으며, 행동적 중독에서 중독자들은 바로 그 행동을 할때 경험하는 느낌에 중독되는 것처럼 인터넷 중독과 같은 방식으로 작용한다고 하였다. 이러한 인터넷 중독은 물질중독과 마찬가지로 내성과 금단현상이 일어나 불안, 초조, 강박행동은 물론 청소년들의 학업이나 대인관계 영역에서도 많은 문제를 초래한다. Iftene와 Roberts에 의하면 인터넷을 중독적으로 이용한 청소년은 친밀감이 결핍되어있고, 좌절내성이 약하며, 충동성과 불안정성을 보이고, 학교에 결석하는 등의 문제 행동을 나타낼 뿐 아니라, 심리검사에서 슬픔과 우울, 고립감, 낮은 자존감을 보였다고 보고하고 있다[22]. 이처럼 인터넷 중독은 다양한 청소년의 문제행동성향과 상호관련성을 가지고 있는데, 다수의 연구가 각각의 변수들의 상관관계를 주로 다루고 있

기 때문이다. 이러한 연구결과는 컴퓨터-인터넷을 중독적으로 사용하는 사용자가 일반사용자에 비해 개인의 병리적인 성향이 높은 것으로 나타났는데, 이는 Baumeister의 주장처럼 본인의 병리적-심리적인 특성으로 일상생활 적응에 어려움을 느끼고 부담감을 느끼게 되어, 부담감에서 피하고자 인터넷을 과도하게 사용하기 때문으로 해석할 수 있다[24]. 그러므로 이 연구는 K척도를 이용하여 청소년들의 일반군, 잠재적위험군, 고위험군 집단 간의 인터넷 중독 성향과 사용용도와 목적, 사용동기 등을 조사하고 수치화하여 보다 나은 청소년들의 인터넷 중독 해결방법을 기술적, 학교, 사회적 대응 방안에 대해 구체적으로 밝혀보고자 한다.

2. 연구의 목적

본 연구에서는 청소년을 대상으로 인터넷 중독수준이 정신적•신체적 건강에 미치는 영향을 분석하여 위험 요인을 파악하여 인터넷 중독 예방프로그램을 개발하고 계획하기 위한 기초자료를 제공하는 데 그 목적이 있다.

3. 연구 가설

본 연구의 목적에 따라 다음과 같은 가설을 설정하였다.
첫 째, 고등학생 남 녀 별로 인터넷 중독 성향에는 차이가 있을 것이다.
둘 째, 학년 별로 인터넷 중독수준에는 차이가 있을 것이다.
셋 째, 인터넷 중독은 생활수준이나 장소에 차이가 있을 것이다.
넷 째, 가정에서의 유해차단 프로그램에 따라서 차이가 있을 것이다.

4. 연구의 제한점

본 연구를 수행하는 데 있어서 고려할 몇 가지 제한점은 다음과 같다.
첫 째, 본 연구는 고등학교 학생을 대상으로 하는 점에서 지역적 한계가 있다. 따라서 본 연구의 실태조사의 내용이 우리나라 중•고등학생을 일반화 할 수 없다는 제한점을 가진다.
둘 째, 인터넷 사용에 따른 영향 중 부정적인 영향 외에 긍정적인 영향은 살펴보지 못했다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 인터넷 중독

오늘날의 청소년들은 신체 및 심리적 변화와 더불어, 빠르게 급변하는 사회에 적응해야 한다. 기성세대에 비하여 새로운 것, 모험적인 것, 이질적인 것에 호기심이 강한 청소년들이 인터넷을 이용하며, 인터넷의 특징인 익명성과 은밀함 때문에, 가상공간을 다소 무책임을 허용하고 있는 공간으로 인식하여 많은 청소년들이 통신에 몰입하게 되었다.

1) 인터넷 중독의 개념

인터넷 중독이란 인터넷 사용에 있어서 자율적인 통제가 불가능하고 병적으로 집착하는 상태를 말하며, 인터넷 중독이라는 용어는 Goldberg에 의해 처음 소개 되었다. 직업적, 학업적, 사회적, 직장 관련, 가정 관련, 재정, 심리적, 신체적 기능의 감소를 일으킬 때 인터넷 이용을 병리적이라고 말하고 있다[25].

Goldberg는 인터넷 중독증에 대한 7가지 진단준거를 아래와 같이 개발하였다.

① 내성

A. 많은 시간을 인터넷에서 소모해야 만족을 얻을 수 있는 경우

B. 인터넷 상에서 지속적으로 같은 시간을 소모해도 만족은 현저히 저하되는 경우

② 금단

A. 특징적인 금단증상

ㄱ) 장기간의 인터넷 사용을 중지하거나 감소시킨 경우

ㄴ) 항목 ㄱ) 이후 수 일에서 한 달 사이에 다음 중 두 항목 이상을 만족하는 경우

a. 정신운동 초조(psychomotor agitation)

b. 불안(anxiety)

c. 인터넷에서 무슨 일이 일어나고 있을 것 같은 강박적 사고

d. 인터넷에 대한 환상 혹은 꿈(과도한 상상)

e. 손가락의 수의적 혹은 불수의적 자판 두드리기 운동

ㄷ) 항목 ㄴ)의 증상들이 사회적·직업적 혹은 다른 기능상의 중요한 영역에서 장애 혹은 고통을 유발하는 경우

B. 인터넷 혹은 유사한 온라인 서비스가 금단증상의 경감이나 해소에 관련된 경우

③ 계획했던 것보다 인터넷 사용의 빈도 및 시간이 더 길어지는 경우

④ 인터넷 사용을 중지하거나 줄이고자 하는 지속적인 욕구 또는 실패하는 노력

⑤ 상당량의 시간을 인터넷 사용과 관련된 행동에 소비하는 경우

⑥ 중요한 사회활동, 직업, 여가활동이 인터넷 사용을 위해 포기되거나 감소하는 경우

⑦ 인터넷 사용으로 유발된 지속적이고 반복적인 신체적, 사회적, 직업적, 심리적 문제를 가지고 있음을 자각하고 있음에도 불구하고 지속되는 인터넷 사용하는 경우 [25]

한국정보문화진흥원의 2005년 인터넷 중독자의 직업별 특성에 따르면 커뮤니티 가입율의 경우 화이트칼라는 75.9%, 블루칼라76.3%, 자영업 58.9%, 학생 87.9%, 주부 52.6%, 무직/기타 87.1%로서 학생이 87.9%로 가장 많은 수치를 나타내었다. 이 결과는 학생이 다른 직업에 비해 인터넷에서 가장 활발한 활동을 하고 있으며 인터넷 중독에 노출된 확률 또한 다른 직업에 비해 많음을 알 수 있다[9].

지나친 인터넷의 사용은 일종의 중독 장애로 진단될 만큼 학업적, 직업적, 심리적 요인에 심각한 손상을 가져온다. 따라서 수면부족이나 체력저하, 우울한 기분, 대인기피 경향 등의 가벼운 증상에서부터 우울증, 강박증, 충동조절장애, 사회공포증 등의 심한 정신질환에 이르기까지 그 증상 또한 다양하며 그 대상이 아직 정체감이나 도덕성이 확립되지 않은 미성숙한 청소년일 경우에는 더욱 문제가 될 수 있다.

이러한 청소년의 인터넷 과다사용과 관련하여 부가적으로 나타나는 현상이 주의력 결핍 과잉 행동장애 ADHD(Attention-Deficit Hyperactivity Disorder)로써 학습장애, 심리·사회적 부적응, 학업 성취 저조 등의 문제를 낳기도 한다.

학교보건진흥원에 따르면 2005년 9~12월 서울시내 초·중·고 19개교 소아청소년과 부모 총 2,672명을 대상으로 조사한 결과 주의력결핍 과잉행동장애(ADHD), 적대적 반항장애(ODD: Oppositional Defiant Disorder) 등의 행동장애를 보인 경우가 전체 응답자의 687명인 25.71%로 가장 많았고, 초등학생과 중학생에서는 특정 공포증이, 고등학생은 주의력결핍 과잉행동장애가 9.52%로 가장 높은 비율을 차지했다고 한다. 이렇듯 서울시내 초·중·고교생 4명 중 1명이 정신장애를 앓고 있다는 조사결과는 그 동안 우리가 보호해야할 청소년율을 안고 있는 문제가 밖으로 표출된 것이며, 특히 소아기에 많을 나타나는 ADHD가 자등학생의 정신질환으로 가장 많은 비중을 차지하고 있다는 것에 우려된다[17].

Orzack는 이미 인터넷 중독과 ADHD는 상호간에 영향을 주고 있다고 한 바 있고 또 일반적으로 ADHD의 경우 중추신경계의 흥분도(arousal level)가 낮기 때문에 과잉행동으로 이를 보상하려고 한다는 의학적으로 증명된 적도 있다[10].

위와 같이 지금까지 인터넷 중독과 관련하여 인터넷 중독과 자기효능감, 우울감, 자기통제력 등의 심리적인 특성과 중독성향에 대한 연구들이 많이 이루어져 왔었고 현재에는 이와 관련하여 이로 인한 정신질환과의 관련성에 관한 연구들이 나타나고 있는 추세이다.

2) 인터넷 중독 진단 기준

Young은 병적 도박의 기준을 응용하여 다음과 같은 8가지 기준을 제작하였는데, 예를 들면, 의존했던 것보다 자주 또는 오랫동안 접속, 접속을 줄이려는 시도의 실패, 온라인 접속시간을 늘리기 위한 시도, 사회생활, 직장생활, 또는 여가활동에 대한 흥미상실, 인터넷 이용으로 생활상의 문제발생, 인터넷을 사용하지 않을 때에도 빨리 접속하고 싶어함 등 알코올이나 약물과 같이 그것을 유지하기 위해 행하는 이용습관을 토대로 인터넷 중독의 증상을 밝히려고 했다[11].

Goldberg도 인터넷 장애를 재는 7가지 주요 진단 준거를 제공했다[25].

본 연구에서는 한국문화진흥원에서 개발한 한국형 인터넷 중독검사 K-척도를 활용하였다. K척도는 인터넷의 하위 요소로서 일상생활장애, 현실구분장애, 긍정기대, 금단, 내성, 가상적 대인관계, 지향성 일탈행동 등 7개 항목 40문항으로 구성되어 있으며, 학업이나 업무의 용도로 사용하는 시간을 고려하여 측정하도록 되어있다. 점수의 분포에 따라 고위험 사용자군, 잠재적 위험 사용자군, 일반 사용자군으로 분류할 수 있다[14].

[표 Ⅱ-1] 한국형 인터넷 진단 기준

1. 인터넷 사용으로 인해 생활이 불규칙해졌다.
2. 인터넷 사용으로 건강이 이전보다 나빠진 것 같다.
3. 인터넷 사용으로 학교 성적이 떨어졌다.
4. 인터넷 너무 사용해서 머리가 아프다.
5. 인터넷을 하다가 계획한 일들을 제대로 못한 적이 있다.
6. 인터넷을 하느라 피곤해서 수업시간에 잠을 자기도 한다.
7. 인터넷을 너무 사용해서 시력에 문제가 생겼다.
8. 다른 할 일이 많을 때에도 인터넷을 사용하게 된다.
9. 인터넷 사용으로 인해 가족들과 마찰이 있다.
10. 인터넷을 하지 않을 때에도 하고 있는듯한 환상을 느낀 적이 있다.
11. 인터넷을 하지 않을 때에도, 인터넷에서 나오는 소리가 들리고 인터넷을 하는 꿈을 꾼다.

12. 인터넷 사용 때문에 비도덕적인 행위를 저지르게 한다.
13. 인터넷을 하는 동안 나는 가장 자유롭다.
14. 인터넷을 하고 있으면, 기분이 좋아지고 흥미진진해진다.
15. 인터넷을 하는 동안 나는 더욱 자신감이 생긴다.
16. 인터넷을 하고 있을 때 마음이 제일 편하다.
17. 인터넷을 하면 스트레스가 모두 해소되는 것 같다.
18. 인터넷이 없다면 내 인생에 재미있는 일이란 없다.
19. 인터넷을 하지 못하면 생활이 지루하고 재미가 없다.
20. 만약 인터넷을 할 수 없게 된다면 견디기 힘들 것이다.
21. 인터넷을 하지 못하면 안절부절 못하고 초조해진다.
22. 인터넷을 하고 있지 않을 때에도 인터넷에 대한 생각이 자꾸 떠오른다.
23. 인터넷 사용 때문에 실생활에서 문제가 생기더라도 인터넷 사용을 그만두지 못한다.
24. 인터넷을 할 때 누군가 방해하면 짜증스럽고 화가 난다.
25. 인터넷에서 알게 된 사람들이 현실에서 아는 사람들보다 나에게 더 잘해준다.
26. 온라인에서 친구를 만들어 본적이 있다.
27. 오프라인에서보다 온라인에서 나를 인정해 주는 사람이 더 많다.
28. 오프라인보다 온라인에서 만난 사람들을 더 잘 이해하게 된다.
29. 실제 생활에서도 인터넷에서 하는 것처럼 해보고 싶다.
30. 인터넷 사용기간을 속이려고 한 적이 있다.
31. 인터넷을 하느라고 수업에 빠진 적이 있다.
32. 부모님 몰래 인터넷을 한다.
33. 인터넷 때문에 돈을 더 많이 쓰게 된다.
34. 인터넷에서 무엇을 했는지 속이려고 한 적이 있다.
35. 인터넷에 빠져 있다가 약속을 어긴 적이 있다.
36. 인터넷을 한번 시작하면 생각했던 것보다 오랜 시간을 보내게 된다.
37. 인터넷을 하다가 그만 두면 또 하고 싶다.
38. 인터넷 사용시간을 줄이려고 해보았지만 실패했다.
39.인터넷 사용을 줄여야 한다는 생각이 끊임없이 든다.
40. 사람들이 내가 인터넷을 너무 많이 한다고 지적한다.

3) 인터넷 중독과 공존 질환

과도한 인터넷 사용으로 인한 일상생활에의 손상이 보고되면서 연구들의 초점은 인터넷의 어떠한 속성이 인터넷을 중독적으로 탐닉하게 하는가에 맞춰지게 되었다. 지금까지 학자들 사이에서 인터넷 중독의 원인으로 지적되고 있는 것은 인터넷 자체의 속성과 이를 통해서 강화를 받게 되는 인간의 욕구 두 가지로 나누어 볼 수 있다.

먼저 인터넷은 필요하면 언제든지 자신이 편리한 시간에 인터넷을 할 수 있는 비동시성(asynchronocity)과 다대다 커뮤니케이션(multi-point communication), 뛰어난 상호작용성, 그리고 가장 지적인 사회적 공간을 만들어 낸다는 특징동시성지고 있다. 구체적으로 인터넷의 중독적 속성을 살펴보면 다음과 같다.

김주한은 인터넷이 영화, 연극, 음악, 미술, 오락 등의 유희적 요소들을 모두 가지고 있다고 하였다. 이뿐만 아니라, 호기심, 권력욕, 강박성, 친밀성, 포용성, 신성희구(神性希求)등의 특성을 가지며, 여러 ID로 활동함으로써 다중인격체험을 할 수 있다는 분열적 요소를 가진다고 하였다. 또한 인터넷의 가장 두드러지는 특징으로 익명성을 언급하고 있다. 이는 자기의 이름을 정확하게 밝힐 필요도 없이 다수의 무수한 사람을 만날 수 있고, 필요 없다고 여겨지면 미련이나 일정한 집단의 규제를 받을 필요조차 없이 빠져나올 수 있기 때문에 사람들로 하여금 더욱 인터넷에 빠져들게 하고 있다[19].

King은 '독특한 대인관계 의사소통'의 특성과 타인의 활발한 상호작용, 감정, 그리고 생각들을 아무런 위험 없이 몰래 훔쳐볼 수 있는 '가상세계에서의 잠복성'으로 인해 인터넷에 빠지게 된다고 했으며, 인터넷 중독자의 71%가 인터넷상에서 더 강한 친밀감을 형성할 수 있었다고 하면서, 인터넷에 중독되는 원인으로 강한 친밀감을 지적하였다[23].

또한, 인터넷 중독 연구의 선구자인 Young은 사람들이 인터넷에 중독되는 원인으로 사회적 지지, 성적인 만족, 새로운 인격창출, 숨은 능력의 발현, 인식과 영향

력을 들고 있다. 이를 구체적으로 살펴보면 첫째, 사회적 지지로서 비록 온라인상에서의 의사소통이 문자에 기반을 두고 있으나, 이는 심리적으로 깊은 의미를 갖게 함으로써 사람들 간에 강한 유대감을 갖게 한다. 이에 사람들은 가상공간의 모임에 정기적으로 참여함으로써 다른 구성원들과 공동체를 형성하고 지지받는 느낌을 받게 된다. 둘째, 성적인 만족으로서 온라인상에서의 성은 안전한 것으로 인식되는 경향이 있다. 따라서 신체 접촉의 위험부담 없이 자유롭게 성을 표현할 수 있다는 것이 인터넷 중독의 원인이 될 수 있다. 셋째, 새로운 인격 창출으로서 현실과는 달리 사이버 세계는 사회경제 상태나 성, 나이, 그리고 인종 등은 중요하지 않으므로, 온라인을 통해서 개인은 자신을 새로운 사람으로 변형시킬 수 있다. 넷째, 숨은 성격의 발현으로서 현실에서 수줍음을 타는 사람은 가상공간에서 적극적이 될 수 있으며, 공격적이지 않았던 개인은 온라인 게임을 통하여 강력한 힘을 얻어 마음껏 공격성을 발휘할 수도 있다. 다섯째, 인식과 영향력으로서 머드게임을 통해서 개인은 사람들의 인식과 영향력을 획득할 수 있다. 중독자들은 머드게임에서의 캐릭터와 자신을 동일시하므로 약자는 강자가 될 수 있고, 겁쟁이는 용감한 사람이 될 수도 있다. 아울러 이러한 인터넷의 중독적 속성은 인간의 욕구를 충족시키므로 더욱 중독을 가중시킨다[25].

Suler는 인터넷에 빠지게 되는 것이 인터넷이 인간의 욕구를 충족시켜 주기 때문이라고 하면서, Maslow의 욕구위계이론을 인터넷 사용에 접목시켜 인터넷의 중독 원인을 설명하려고 하였다. 즉 생리적 욕구와 안전 욕구는 온라인상에서의 성적 희롱, 성별의 전환, 완전한 익명성에 의해서 충족되며, 소속과 애정 욕구는 온라인상에서 만나는 사람들을 통해서 얻을 수 있다고 하였다. 또한 존경 욕구는 온라인을 통해서 자신이 한 일에 대하여 즉각적인 피드백을 받고, 자신이 타인에게 끼친 영향을 빠르게 확인하므로 충족되어진다. 자아실현 욕구는 인터넷 사용자가 자신의 정체성에 대한 질문을 해결할 기회를 갖게 되고, 자신의 내적인 관심과 태도, 그리고 이전엔 알 수 없었던 자신의 성격 측면을 깨닫게 됨으로써 충족될 수 있다고 하였다[15].

성영신은 컴퓨터를 사용하는 행동을 크게 정보 지향적 행동, 인간관계 지향적 행동, 그리고 활동 지향적 행동으로 구분하였다. 먼저 정보 지향적 행동이란 정보의 수집, 처리, 저장, 전달, 학습에 관한 행동을 말하는 것으로 , 이러한 행동은 정보환경에 대한 이해의 욕구와 정보 창조력과 성취 욕구에 의해서 유발될 수 있는 행동이라고 하였다. 또한 활동 지향적 행동은 어떤 외부적인 결과에 관계없이 컴퓨터를 사용하는 것 자체가 목표인 행동으로, 이는 자율욕구, 성취욕구, 지배욕구 및 놀이욕구에 의해 유발된다. 인간관계 지향적 행동은 다른 사람과의 대인관계를 염두에 두고서 이루어지는 행동을 말하는 것으로, 이는 친화욕구, 지배와 통제욕구, 놀이욕구, 친화욕구 및 자기표현 욕구가 내재되어 있는 것이다[20].

이와 더불어 이동혁은 청소년들이 인터넷을 사용하는 이유를 관계욕구, 독립의 욕구, 자기 및 세상에 대한 이해의 욕구, 학습의 욕구, 아무런 의미나 동기 없이 PC통신이나 인터넷을 하게 되는 경향인 집착, 그리고 친밀감의 욕구 때문이라고 하였다[21].

4) 인터넷 중독 관련 요인

가. 낮은 자아존중감과 우울

인터넷은 사회생활에 잘 적응하지 못하거나 다른 사람들의 인정을 받지 못해 자존심에 상처를 입기 쉬운 사라들에게 매우 유혹적인 공간으로 여겨지고 있다. 실생활에서의 자신의 모습이 아닌 인터넷에서는 자신의 이상적인 모습을 가질 수 있기 때문이다[18]. 그러나 가상의 사회적 관계에 중독된 경우, 낮은 자존감을 극복하기 위한 수단으로 인터넷을 사용하기 때문에 실생활에서 더욱 고립되어 중독에 빠지는 결과를 낳게 된다. 자아존중감이 낮고 우울한 성향이 인터넷 중독 경향을 보이는 사람들의 개인적 특성을 나타낸다고 볼 수 있으며, 인터넷 중독에 이르는 원인이 되는 특성이 될 수 있다.

나. 대인관계 능력 부족

인터넷중독은 인터넷 자체로 인해 유발되는 것이 아니라 현실 세계에서의 충족되지 못한 사회적 욕구를 대체하는 수단으로 이용되는 것이다. 따라서 인터넷에 초점을 두어 행동상의 문제를 논의하기보다는 왜 특정사람들이 현실의 인간관계를 회피하고 사이버 공간으로 도피하는지를 파악해야 한다.

Young의 연구를 보면 인터넷의존 사용자들은 실생활에서 대인관계가 원만하지 못한 사람들에게 매우 매력적인 것이며, 또 다른 연구결과를 보면 인터넷중독 현상을 보이는 사람들 중 76%가 통신을 사용하면서 실제생활의 대인관계나 재정, 직장생활에 부정적인 영향을 끼치고 있다고 밝히고 있다.

다. 스트레스 대처 능력 부족

Hans selye의 정의에 의하면 스트레스란 생성된 어떤 요구에 따른 신체의 비특이성 반응을 말한다. 스트레스란 우리 몸에 도움을 주어 더 나은 상태를 유지할 수 있는 좋은 스트레스, 우리 몸에 혼란을 야기하고 병들게 하는 나쁜 스트레스가 있다. 대부분 스트레스의 원인이 본인 스스로 만들나쁜 스내부적인 원인이기 때문에 스트레스를 극복하기 위해서는 스트레스 원인을 먼저 이해하고 자기 스스로 변화하지 않으면 안 된다. 즉, 스트레스를 적절히 표출해서 해결하며, 자신의 생활, 습성, 생각, 외부상황 등을 변화함으로 인터넷으로 회피하거나 부적절하게 해소하는 것이 아닌 근본적인 문제를 해결해 나갈 수 있는 방식을 터득해야 할 것이다[26].

이시형의 연구에서 인터넷중독 위험군이 비위험군보다 스트레스를 많이 받는 것으로 나타났다[14]. 이는 스트레스를 많이 받는 사람들이 인터넷에 더 몰입한다는 점을 알 수 있다. 따라서 인터넷에 중독된 사람들에게 스트레스에 대한 대처방식을 알려주는 것이 필요하다.

라. 문제의식의 부재

인터넷중독은 물질 장애와는 달리 인터넷 자체가 가지고 있는 긍정적인 혜택들로 인해 인터넷 사용으로 인한 문제의식을 갖기는 쉽지 않다. 이는 인터넷이 생활화되면서 그 유용한 혜택들로 인해 자신이 중독인지 편리한 기능들을 사용하고자 하는 것인지에 대한 구분이 애매하기 때문이다.

실제로 인터넷 중독 경향의 청소년과 부모님 등의 주변인들도 다른 중독 장애와 달리 인터넷으로 인한 문제를 잘 의식하지 못하고 있다. 그러나 중독군의 청소년들은 물질장애와 마찬가지로 심각한 문제점을 가지고 있다는 것을 인식하면 점차 자신의 행동을 수정하고자 하는 의지를 갖게 된다[14].

그 외에도 Young은 심각한 정서적 문제나 낮은 자존감 상태에 있는 사람, 이전에 중독 경험이 있었던 사람, 자신의 정체감에 불만이 있는 사람 등이 인터넷에 잘 빠져든다고 지적했다. 인터넷 게임 중독 내담자를 만나는 상담원들은 알코올 중독이나 담배, 약물 중독처럼 중독자의 상담이 갖는 일반적 어려움과 동일한 차원에서의 어려움을 겪는다. 내성과 금단현상이 일어나는 것도 다른 중독에서 보이는 것처럼 동일하다[16].

이처럼 전반적으로 자아존중감이 낮고 가상세계에서 자기효능감이 높은 청소년은 현실보다 안전한 가상세계에서만 자아를 찾고자 하는데, 현실세계에서의 진지한 자아탐색과의 조화 없이 가상세계에서 제공하는 순간적인 만족만을 추구하는 경우 자신의 정체성을 탐색하는데 실패하고 인터넷 중독에 빠지게 된다는 것을 알 수 있다.

5) 인터넷 중독 치료 요인

인터넷 중독과 관련된 치료의 효과성을 검증한 연구는 국내·외로 매우 적은 편이라서 치료의 주된 효과를 가져 오는 요인들을 명확히 밝히는 것은 어려우나 대표적인 치료요인들이 무엇인지 살펴보도록 한다.

Young은 'Caught in the Net' 이라는 저서와 본인의 사이트에 있는 인터넷 중독 관련 치료자를 위한 가이드 'A Therapis Guide'를 통해 인터넷 중독 치료의 지침을 제시하고 있다. Young은 사용습관 뒤집기(practicing the opposite), 외부적 장치 이용하기(external stoppers), 시간 한계를 정하기(setting the time limits), 우선순위 정하기(setting task priorities), 기억카드 사용하기(use of reminder cards), 개인 점검 목록 만들기(conducting personal inventories)등을 인터넷 중독 초기에 사용할 수 있는 인지-행동적 기술에 포함시켰으며, 그 밖의 현실치료, 대인관계 치료, 통찰적 정신치료 등도 인터넷 중독에 도움이 될 수 있다고 언급하였다[27].

특히 Young은 MMORPG(Massively Multiplayer on-line Role Playing Game)에 중독되었을 경우에 다른 중독과 유사한 죄책-보상 순환을 겪는 경우가 많음을 지적하였다. 따라서 게임 중독자들이 기저 심리에 숨겨진 정서적 문제를 파악하고 게임 습관을 관찰할 수 있어야 회복이 일어날 수 있다고 주장하였다. 회복에 이르기 위해서는 다른 중독자들과 마찬가지로 '부정'을 극복하는 것이 중요하며, 심각한 게임 중독의 겨우 4주내지 6주의 주거시설을 통한 치료가 효과적이라고 하였다[11].

Young은 114명에게 12회기로 구성된 인지행동치료를 실시하고, 3회, 8회, 12회기에 프로그램을 점검하고 프로그램 종결 후 6개월 동안 추적조사를 한 결과를 발표하였다. 프로그램에 참여한 계층은 중년, 백인, 4년제 대학 졸업 이상의 사람들이었으며, 이들 중 사이버 섹스 혹은 성적 채팅과 성적 동영상과 관련해서 문제를 보인 중년 그룹이 가장 높은 비율을 차지하였다. 프로그램의 효과는 동기, 시간관리, 관계의 개선, 성적 활동의 개선, 오프라인 활동 참여의 증가, 문제적 인터넷 사용의 중단을 기준으로 평가되었으며, 114명 모두 유의미한 증상의 개선을 보였고 성적

활동의 개선에서 가장 낮은 수준의 호전을 나타내었다. 이 연구는 인터넷 중독의 치료에 대한 최초의 개인 인지행동치료의 효과성을 보고하고 있다는 점에서 큰 의의가 있다.

이형초는 청소년을 대상으로 하는 인터넷 게임 중독 인지행동 치료 프로그램에서 상담 초기부터 종결까지의 상담주제를 다음과 같이 제시한 바 있다. 상담초기 목표에는 게임의 대한 인식 갖기, 게임사용 1차 목표 정하기, 수면시간 지키기, 학교에 시간 맞춰 등교하기 등이, 상담 중기 목표에는 게임사용 2차 목표정하기, 게임관련 가족관계 회복하기, 시간 관리하기, 공부와 숙제를 목표만큼 하기 등이 포함된다. 그리고 상담 후기에는 자기 통제력 증진하기, 장래목표 설정하고 달성하기, 대안활동 찾아 생활의 즐거움 증가시키기 등을 목표로 삼았다. 또한 상담자는 상담시에 인터넷 상담의 목표는 내담자가 인터넷을 사용하지 못하게 하는 것이 아니라 자기 통제력의 증가를 위해 노력하는 것이며, 내담자가 주로 부정적 피드백을 많이 받아 왔으므로 긍정적 피드백을 받을 수 있는 내용을 찾아야하고, 비자발적 상담이 대부분이므로 상담 동기를 강화시킬 수 있어야하고, 인터넷 환경에 대한 이해와 공감이 중요하며, 가족 상담이나 가족교육이 반드시 동반되어야 한다는 점 등을 제시하였다[12].

Orzack은 인터넷 중독과 관련하여 상담이 오프라인 혹은 온라인으로 진행되는 것고는 무관하게, 인지행동치료가 상담 기술로 적용될 수 있으며, 동기강화 상담법(Motivational Interview)역시 사용될 수 있다고 지적하였다. Orzack 자신은 인지행동치료법과 동기강화 상담법을 고양시키면서 치료적 관계를 유지하는 것이 중요하다고 언급하였다[13].

인터넷 게임 중독의 치료과정에서 청소년과 가족과의 관계를 회복하고 치유하는 일은 매우 중요한 과정이다. 부모-자녀관계의 역기능적 의사소통이 인터넷 중독을 악화시킨다는 결과를 보고함으로써 가족 간의 의사소통을 촉진하는 것을 강조하는 연구들이 있다.

6) 인터넷 중독의 징후

가. 몰입

방대한 양의 정보를 섭렵하거나, 게임, 채팅 등을 하며 인터넷을 하는 동안은 시간의 흐름을 인식하지 못할 정도로 몰입하게 된다. 따라서 지나친 피로를 유발하게 되며 하루 종일 잠도 자지 않고 컴퓨터에만 몰입하는 경우도 있다.

나. 다행감, 불안감의 감소

현실 세계에서는 해결하기 힘든 여러 가지 일들을 한꺼번에 처리하거나 편리함과 해방감으로 불안감이 감소되어 불쾌감이 사라지고 기분이 좋아진다. 이러한 장기적인 반복은 인터넷 중독을 초래한다.

다. 익명성

자신의 존재를 알리지 않거나, 감춘 채 여러 가지 활동을 할 수 있어, 평소에 해보지 못했던 여러 가지 일을 자유롭게 해볼 수 있다. 따라서 익명성으로 인해 상대방에게 심한 상처가 되는 폭언을 남긴다거나 모멸감을 주기도 한다.

라. 즉각적 만족, 광대한 정보

짧은 시간에 원하는 것을 얻을 수 있고, 광대한 정보의 양 때문에 자신의 지식량 또한 커지는 자신감이 생긴다. 그로 인해 정해진 하루시간의 사용을 위해 밤에까지 인터넷을 하거나 아니면 잠을 자는 시간까지 줄여 인터넷을 하게 되기도 한다.

마. 역할놀이

인터넷 커뮤니티 활동, 롤플레잉 게임 등을 하면서 현실의 자신과 다른 모습을 표현해보는 욕구충족이 가능하다.

바. 상대적으로 거리감을 두고 인간관계 형성 가능

얼굴을 직접 마주 대하고 직접적인 반응을 하는 것이 아니며 충분히 상대방에 대해 숙지한 후 시간차를 두고 게시판 등을 통해 관계를 형성을 할 수 있어서 평소 내향적이거나 사회적 관계를 맺는데 익숙하지 않은 사람이 관계형성을 쉽게 할 수 있다. 따라서 현실 세계의 친구관계의 단절이나 변화가 올 수 있다.

사. 공격성, 충동성의 발현

게임의 공격적 행동, 익명 게시판을 통한 욕설과 공격적 글 올리기 등을 통해 억압되었던 공격성과 충동성을 사이버 공간에서 방출한다. 이러한 사람들은 현실과의 구분성을 인식하지 못하여 공격적인 행동을 하게 된다.

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구 대상

본 연구에서는 일반군, 잠재군, 위험군집단간의 인터넷중독 성향과 각각의 요소들에 대해서 어떠한 차이를 보이는지를 살펴보기 위하여 광주광역시 모 실업계 고등학교 1, 2학년을 대상으로 자료를 수집하였고 불성실 응답 자료를 제외한 총327명의 응답 자료를 분석하였다. 설문조사는 2009년 5월 4일 ~ 5월 8일까지 기간 동안 실시하였다. 응답자의 일반적인 사항을 보기 위해 빈도와 백분율을 산출한 결과는 다음과 같다. 성별은 남자가 287명으로 87.8%, 여자가 40명으로 12.2%이고, 학년별로는 고 1학년이 164명으로 50.1%, 고 2학년이 163명으로 49.9 %이었다.

[표 Ⅲ-1] 연구대상자의 학년 및 성별 분포

조사대상의 개인적 특성		빈도	비율(%)
학년	고1	164	50.1%
	고2	163	49.9%
합계		327	100%
성별	남	287	87.8%
	여	40	12.2%
합계		327	100%

2. 조사 도구

일반적 특성으로는 학년. 생활수준, 성별, 부모의 결혼상태, 부모님의 학력, 최근에 인지된 학업성적, 평균 수면시간을 묻는 8문항으로 구성되어 있다. 인터넷 사용 특성으로는 인터넷의 사용기간, 가정의 인터넷 연결 유무, 하루 평균 사용시간, 사용하는 장소, 1회 평균 사용시간, 한 달 평균 사용시간, 유해사이트 제한 프로그램의 설치 유무를 묻는 18문항으로 구성되어 있다.

인터넷 중독을 파악하기 위하여 사용한 도구는 김청택 등이 개발한 한국형 인터넷 중독 진단척도인 K척도를 사용하였다. [표 Ⅲ-2]를 참고해보면 K척도는 인터넷 게임, 채팅 등을 포함하여 인터넷사용 전반에 대하여 총 40문항, 7개 요인으로 구성되어 있다. Likert 형식의 4점 척도로 점수가 높을수록 중독의 경향성이 높음을 의미한다. 특히 '인터넷을 한번 시작하면 생각했던 것보다 오래 사용 한다', '인터넷을 하다가 그만 두면 또 하고 싶다' 등의 내성, '인터넷을 할 수 없다면 견디기 힘들 것이다', '인터넷을 하고 있지 않을 때에도 인터넷에 대한 생각이 자꾸 떠오른다', 등의 금단 그리고 '인터넷사용으로 인하여 생활이 불규칙해졌다', '인터넷 사용으로 학교 성적이 떨어졌다' 등의 일상생활장애의 여부에 따라 중독 경향성이 측정된다. 여기서 사용된 구체적인 실증 방법은 빈도분석, t-검증(t-test), 신뢰도분석(Reliability Analysis)을 활용하여 각각 분석하였다. 유의 수준은 95% 신뢰구간에서 검증하였으며, SPSSWIN 12.0 프로그램을 적용하여 분석하였다.

[표 Ⅲ-2] 인터넷 중독의 사용자 분류

고위험 사용자군	총점 160점에서 108점 이상이거나	일상생활장애 26점 이상 금단 18점 이상 내성 17점 이상이 모두 해당될 때
잠재적위험 사용자군	총점 160점에서 95~107점이거나	일상생활장애 23점 이상 금단 16점 이상 내성 15점 이상 중 한가지라도 해당될 때
일반 사용자군	총점 160점에서 94점 이하이면서	일상생활장애 22점 이하 금단 15점 이하 내성 14이하가 모두 해당하는 경우

3. 자료처리방법

본 연구는 설문지를 통해 조사된 자료는 모두 전산 부호화한 후 Window용 SPSS/PC12.0을 이용하여 분석하였다.

첫 째, 설문지의 신뢰도 검증을 위하여 Cronbach's 계수를 산출하고. χ^2검증을 사용하여 단순 빈도 분석 및 신뢰도 분석을 실시하였다.

둘 째, 대상자의 일반적 특성, 인터넷 이용 특성은 단순빈도분석을 이용하였고, 인터넷 중독수준, 중독 수준에 따른 일반적 특성과 인터넷 이용특성을 분석하였다.

셋 째, 이상의 모든 통계 분석을 유의도 수준 $p<.05$에서 검증하였다.

Ⅳ. 연구 결과

1. 응답자의 일반적인 사항

본 연구는 광주 모 실업계 고등학교 1, 2학년을 대상으로 설문조사를 실시 하였다. 응답자의 일반적인 사항을 보기 위해 빈도와 백분율을 산출한 일반적 특성은 [표 Ⅲ-3]과 같이 남자가 287명으로 87.8%, 여자가 40명으로 12.2%이고, 학년별로는 고 1학년이 164명으로 50.1%, 고 2학년이 163명으로 49.9%이었다. 주관적인 경제 생활 수준은 상 13명으로 4%, 중 211명으로 64.5%, 하 103명으로 31.5%이었다. 성적은 상 43명으로 13.2%, 중상 68명으로 20.8%, 중 82명으로 25.1%, 중하 73명으로 22.3%, 하 61명으로 18.7%로 구성 되었다.

[표 Ⅲ-3] 응답자의 일반적인 사항

조사대상의 개인적 특성		빈도	비율(%)
성별	남성	287	87.8%
	여성	40	12.2%
	합계	327	100%
학년별	고1	164	50.1%
	고2	163	49.9%
	합계	327	100%
경제생활 수준	상	13	4.0%
	중	211	64.5%
	하	103	31.5%
	합계	327	100%
성적	상	43	13.2%
	중상	68	20.8%
	중	82	25.1%
	중하	73	22.3%
	하	61	18.7%
	합계	327	100%
유해차단 프로그램	설치안됨	299	91.4%
	설치되어있다	28	8.6%

1) 성별에 따른 집단간 차이

[표 Ⅲ-4]와 같이 성별에 따른 집단간 차이 분석 결과는 남자는 총 287명중 일반군이 221명으로 77.0%, 잠재적위험군이 33명으로 11.5%, 고위험군이 33명으로 11.5%였다. 여자는 40명중 일반군이 31명으로 77.5%, 잠재적위험군이 8명으로 20.0%, 고위험군이 1명으로 2.5%로 나타났다. 이것은 95%의 신뢰도에서 통계적으로 그 구성 비율이 다소 차이가 있긴 하지만, 통계적으로 유의미한 차이는 아니라서 성별에 따른 차이가 있다고 보기 어렵다.

[표 Ⅲ-4] 성별에 따른 일반군, 잠재적위험군, 고위험군 집단 비교

조사 대상의 개인적 특성		성 별		합 계
		남자	여자	
중독 분류	일반군	221(77.0%)	31(77.5%)	252
	잠재군	33(11.5%)	8(20.0%)	41
	위험군	33(11.5%)	1(2.5%)	34
합 계		287(100%)	40(100%)	327
자유도1, χ^2=14.60, $p<0.05$				

2) 인터넷 이용환경에 따른 사용현황 집단간 비교

인터넷 이용환경에 따른 집단간 차이 분석 결과인 [표 Ⅲ-5]에 따르면 일반군 212명으로 84.1%, 34명으로 13.5%으로 청소년들 대부분이 실제로 집에서 가장 인터넷을 많이 하는 것으로 나타났다. 또한 고위험군과 잠재적위험군은 일반군에 비해서 다소 PC방에서 인터넷 사용률이 높았지만 특별한 유의미가 있다고 보기에는 어렵다.

[표 Ⅲ-5] 인터넷 이용장소에 따른 일반, 잠재, 위험군 집단의 차이 비교

조사 대상의 개인적 특성		인터넷 이용환경				합 계
		집	PC방	학교	기타	
중독 분류	일반군	212 (84.1%)	34 (13.5%)	2 (0.8%)	4 (1.6%)	252
	잠재군	26 (63.4%)	13 (31.8%)	1 (2.4%)	1 (2.4%)	41
	위험군	23 (67.6%)	11 (32.4%)	0 (0.00%)	0 (0.00%)	34
합 계		261 (79.8%)	58 (17.7%)	3 (0.9%)	5 (1.5%)	327 (100%)
자유도1, χ^2=2.85, $p<0.05$						

3) 응답자의 K-척도 요소간의 집단간 차이

인터넷 중독 자가진단의 하부 7요소 및 총점 차이분석을 실시한 [표 Ⅲ-6]의 결과 고위험군은 일상생활장애 27.32, 현실구분장애 8.57, 긍정기대 18.66, 금단 17.14, 가상대인관계지향 15.10, 일탈행동 16.70, 내성16.25의 평균 시간으로 관련된 일반사용자군, 잠재적 위험군의 집단간 차이에서 인터넷 중독이 높을수록 정도도 높아지는 경향을 보였다. 따라서 인터넷 중독 정도가 높을수록 하위 요소들과의 상관관계 또한 유의미한 것으로 나타났다.

[표 Ⅲ-6] 인터넷 중독의 하위 요인 7가지의 집단간 중독분류

		인터넷 중독 하위 7가지 요인							총점
		일상 생활 장애	현실 구분 장애	긍정 기대	금단	가상 대인 관계 지향	일탈 행동	내성	
중독분류	일반군 (n=252)	17.21	3.81	9.12	8.14	8.11	8.72	8.88	63.99
	잠재군 (n=41)	26.12	5.21	14.63	15.69	11.92	13.54	14.82	101.93
	위험군 (n=34)	27.32	8.57	18.66	17.14	15.10	16.70	16.25	119.74
p		.00	.00	.00	.00	.00	.00	.00	.00
Scheffée		a<b<c	a<b<c	a<b<c	a<b<c	a<b<c	a<b<c	a<b<c	a<b,c

4) 청소년의 인터넷 이용실태

인터넷을 사용하는 주된 용도로는 웹서핑/온라인쇼핑, 성인물사이트, 학업, 게임에서 두드러지는 차이가 나타났다. 실제로 웹서핑은 일반군이 42명으로 16.6%, 잠재적위험군이 10명으로 24.4%, 고위험군이 14명으로 41.2%로 나타나 주된 관심분야는 아닌걸로 판명되었다. 학업 면에서는 일반군이 잠재군, 위험군에 비해서 현저히 많은 정보검색을 보여주었다. 게임은 일반군, 잠재적위험군, 고위험군이 고루 높은 수치를 보여주었고 잠재적위험군과 고위험군에 속한 학생들은 압도적으로 컴퓨터의 용도가 게임임을 알 수 있다. 즉 청소년들은 인터넷을 유희나 오락을 위한 용도로 주로 활용하는 경향이 강하게 나타나 유의미한 관계가 있다.

[표 Ⅲ-7] 청소년의 선호되는 인터넷 활동현황

		전체	집단 구분		
			일반	잠재	위험
웹서핑/온라인쇼핑	사용안함	261 (79.8%)	210 (83.3%)	31 (75.6%)	20 (58.8%)
	사용함	66 (20.2%)	42 (16.6%)	10 (24.4%)	14 (41.2%)
성인물사이트	사용안함	210 (64.2%)	198 (78.5%)	28 (68.2%)	23 (67.6%)
	사용함	117 (35.8%)	54 (21.5%)	13 (31.8%)	11 (32.4%)
학업 및 업무관련	사용안함	165 (61.2%)	98 (38.9%)	36 (87.8%)	31 (91.2%)
	사용함	162 (38.8%)	154 (61.1%)	5 (12.2%)	3 (8.8%)
게임	사용안함	99 (30.3%)	92 (36.5%)	6 (14.6%)	1 (3.0%)
	사용함	228 (69.7%)	160 (63.5%)	35 (85.4%)	33 (97.0%)

5) 인터넷 이용회수에 따른 사용현황 집단간 비교

[표 Ⅲ-8]의 결과를 보면 이용 회수에 따른 집단 간 차이 분석 결과 중 주당접속시간의 일반군은 평균 11.34시간, 잠재적위험군은 29.21시간, 고위험군은 51.18시간으로 나타났다. 이는 인터넷 사용 수준에 증가함에 따라 주당 접속시간은 유의하게 달랐다. 주목할 것은 1일 접속회수에서 잠재적위험군이 5.32회수로 위험군의 3.81회수 보다 높게 나타났다. 이는 실제 인터넷을 고위험군보다 적은 시간을 사용하지만 자주 접속하는 중독성이 두드러진다고 볼 수 있다.

[표 Ⅲ-8] 이용회수에 따른 일반군, 잠재적위험군, 고위험군 집단 비교

		이용 회수		
		주당 접속시간	1일 접속회수	1회 접속회수
중독 분류	일반군	11.34	2.34	2.26
	잠재군	29.21	5.32	3.64
	위험군	51.18	3.81	5.84
p		.00	.00	.00
Scheffée		a<b<c	a<b,c	a<b<c

6) 각 집단별 인터넷의 나쁜 영향 빈도

잠재적위험군과 고위험군에 해당하는 청소년들의 인터넷으로 인한 나쁜 영향으로서 역기능의 요소들인 수면부족, 시력저하, 몸의피로, 공부시간부족, 스트레스, 대인관계부족, 용돈감소, 성격변화, 현실과의 구분 모호 부분을 분석한 [표 Ⅲ-9]결과를 보면 잠재군은 수면부족, 시력저하, 몸의 피로로 인한 공부시간이 18명과 11명으로 고위험군인 8명, 4명보다 더 부족하다는 것을 나타내고 있다. 또한 중독의 정도가 더 높은 고위험군은 잠재적위험군에 비해 현실과의 구분이 모호하다는 수치가 더 높게 나타났으므로 중독의 정도를 예측해 볼 수 있다.

[표 Ⅲ-9] 각 집단별 인터넷의 나쁜 영향 빈도

		인터넷의 역기능							합계
		수면부족, 시력저하, 몸의피로	공부 시간 부족	스트레스	대인 관계 부족	용돈 감소	성격 변화	현실과의 구분 모호	
중독분류	잠재군	18	11	3	2	0	0	7	41
	위험군	8	4	1	1	2	3	15	34
합 계		26	15	4	3	2	3	22	75

7) 인터넷중독의 해결대상으로서의 집단 간 비교

인터넷 중독의 해결대상으로서의 집단간 비교이다. [표 Ⅲ-10]결과와 같이 잠재군, 위험군 집단 간의 분석결과는 잠재적위험군은 부모님 18명으로 인터넷중독의 개선이 가능해 보임을 알 수 있다. 고위험군은 모르겠다고 응답을 한 학생들이 19명으로 확연히 차이가 나 통계적으로 유의미한 음(-)의 상관관계를 보였다.

[표 Ⅲ-10] 인터넷중독의 해결대상으로서의 잠재군, 고위험군 집단간 비교

		인터넷중독의 해결 대상							합계
		부모님	교사, 상담교사	친구	전문의료기관	전문상담기관	종교기관	어려움	
중독분류	잠재군	18	4	6	0	3	2	8	41
	위험군	2	4	4	0	4	1	19	34
합 계		26	15	4	3	2	3	22	75
자유도7, χ^2=12.45, $p<0.05$									

8) 인터넷중독의 게임중독 척도로서의 집단간 비교

인터넷중독의 게임중독 척도로서의 집단간 비교 중 게임지향은 [표 Ⅲ-10]과 같이 잠재군이 9.89, 고위험군이 13.61이였고, 통제상실면에서는 잠재군이 21.37, 고위험군이 25.83으로 나타났다. 금단정서는 잠재군이 16.05, 위험군이 19.17로 위험군 집단이 인터넷중독 상태가 높게 나타났다. scheffée 사후 비교는 $p<0.05$, 신뢰도는 95%이고 유의미한 결과를 나타내고 있다.

[표 Ⅲ-11] 청소년 게임중독척도 총점과 하위척도 점수의 집단 간 비교

	잠재 (n=19)	고위험 (n=18)	*p*	*scheffée*
총점	47.32 (9.92)	58.61 (10.28)	.00	a<b<c
게임지향	9.89 (3.31)	13.61 (4.35)	.00	a<b<c
통제상실	21.37 (5.43)	25.83 (3.97)	.00	a<b<c
금단정서	16.05 (4.40)	19.17 (5.49)	.00	a<b<c

9) 가정에서의 유해차단 프로그램 중독 측정

[표 Ⅲ-12]와 같이 유해프로그램을 설치한 집단간과 설치하지 않은 집단과의 성적의 상관관계의 비교 분석에서 결과는 유해차단 프로그램을 설치한 총 28명중 일반군에 속하는 성적이 상에 해당하는 학생이 17명으로 60.7%, 유해차단 프로그램을 설치하지 않고도 일반군에 속하는 성적이 상에 해당하는 학생은 22명으로 9.6%로 나타났다. 잠재군 임에도 불구하고 유해차단프로그램을 설치한 학생 중 성적이 상

에 해당하는 학생은 3명으로 7.3%, 유해차단 프로그램을 설치하지 않고 잠재군에 해당하는 성적이 상인 학생은 2.4%로서 가정에서 유해차단 프로그램을 설치함으로써 성적과의 상관관계가 확연히 드러난다는 것을 알 수 있다. 이 밖에 잠재군에 해당하는 학생들과 고위험군에 해당하는 학생들은 유해차단 프로그램 설치가 미비해서 인터넷중독에 쉽게 노출되어있다는 것을 알 수 있다.

[표 Ⅲ-12] 성적과 유해차단프로그램의 상관관계

조사대상의 개인적 특성			유해차단 프로그램 설치	유해차단 프로그램 미설치	비율(%)
성적	일반군	상	17	22	11.9%
		중	6	190	59.9%
		하	1	16	5.2%
	잠재군	상	3	1	1.2%
		중	0	22	6.7%
		하	0	18	5.5%
	위험군	상	0	0	0.0%
		중	0	2	0.6%
		하	0	32	7.5%
	합 계		28	299	100%

V. 결론 및 제언

본 연구는 광주 모 실업계 고등학교 1, 2학년 을 대상으로 설문조사를 실시하였고, 인터넷 관련 중독을 K척도 방법에 준거해 집단별 인터넷 관련 중독유형의 분포와 중독성향의 차이, 각 집단 간의 사용용도와 목적, 사용 환경, 시간을 구분지어 수치화하여 청소년들의 인터넷 중독 해결방법을 밝혀보고자 하였다. 이 논문의 요약 결과로서 응답자의 일반적인 사항을 보기 위해 빈도와 백분율을 산출한 결과는 남자가 287명으로 87.8%, 여자가 40명으로 12.2%이었다. 주관적인 경제생활 수준은 상 13명으로 4%, 중 211명으로 64.5%, 하 103명으로 31.5%이었다. 성적은 상 43명으로 13.2%, 중상 68명으로 20.8%, 중 82명으로 25.1%, 중하 73명으로 22.3%, 하 61명으로 18.7%로 구성 되었다. 성별에 따른 집단간 차이 분석 결과는 통계적으로 그 구성 비율이 다소 차이가 있긴 하지만, 통계적으로 유의미한 차이는 아니라서 성별에 따른 차이가 있다고 보기 어렵다. 인터넷 이용환경에 따른 집단간 차이 분석 결과는 일반군 212명으로 84.1%, 34명으로 13.5%으로 청소년들 대부분이 실제로 집에서 가장 인터넷을 많이 하는 것으로 나타났으며, 고위험군과 잠재적위험군은 일반군에 비해서 PC방에서 인터넷 사용률이 높았지만, 특별한 유의미가 있다고 보기에는 어렵다.

인터넷 중독 자가진단의 하부 7요소 및 총점 차이분석을 실시한 결과 인터넷 중독이 높을수록 정도도 높아지는 경향을 보였으므로, 인터넷 중독 정도가 높을수록 하위 요소들과의 상관관계 또한 유의미한 것으로 나타났다. 인터넷을 사용하는 주된 용도로는 웹서핑은 일반군이 42명으로 16.6%, 잠재적위험군이 10명으로 24.4%, 고위험군이 14명으로 41.2%로 나타나 주된 관심분야는 아닌 것으로 판명되었다. 학업 면에서는 일반군이 잠재군, 위험군에 비해서 현저히 많은 정보검색을 보여주었고, 잠재적위험군과 고위험군에 속한 학생들은 컴퓨터의 용도가 게임임을 알 수 있었고, 인터넷을 유희나 오락을 위한 용도로 주로 활용하는 경향이 강하게 나타나

유의미한 관계가 있다. 이용 회수에 따른 집단 간 차이 분석 결과 중 주당접속시간의 일반군은 평균 11.34시간, 잠재적위험군은 29.21시간, 고위험군은 51.18시간으로 나타났으므로, 인터넷 사용 수준에 증가함에 따라 주당 접속시간은 유의하게 달랐음을 보여준다. 또한 1일 접속회수에서 잠재적위험군이 5.32회수로 위험군의 3.81회수 보다 높게 나타났다. 이는 실제 인터넷을 고위험군보다 적은 시간을 사용하지만 자주 접속하는 중독성이 두드러진다고 볼 수 있다.

잠재적위험군과 고위험군에 해당하는 청소년들의 인터넷으로 인한 나쁜 영향으로서 역기능을 분석한 결과를 보면 잠재군은 수면부족, 시력저하, 몸의 피로로 인한 공부시간이 부족하다는 것을 나타내고 있고, 또한 중독의 정도가 더 높은 고위험군은 잠재적위험군에 비해 현실과의 구분이 모호하다는 수치가 더 높게 나타났으므로 중독의 정도를 예측해 볼 수 있다. 인터넷 중독의 해결대상으로서의 집단간 비교분석결과는 잠재적위험군은 부모님 18명으로 인터넷중독의 개선이 가능해 보임을 알 수 있다. 고위험군은 모르겠다고 응답을 한 학생들이 19명으로 확연히 차이가나 통계적으로 유의미한 음(-)의 상관관계를 보였다. 인터넷중독의 게임중독 집단간 비교중 게임지향은 잠재군이 9.89, 고위험군이 13.61이였고, 통제상실면에서는 잠재군이 21.37, 고위험군이 25.83으로 나타났다. 금단정서는 잠재군이 16.05, 위험군이 19.17로 위험군 집단이 인터넷중독 상태가 높게 나타났다. 유해프로그램을 설치한 집단간과 설치하지 않은 집단과의 성적의 상관관계의 비교 분석에서 결과는 유해차단 프로그램을 설치한 총 28명중 일반군에 속하는 성적이 상에 해당하는 학생이 17명으로 60.7%, 유해차단 프로그램을 설치하지 않고도 일반군에 속하는 성적이 상에 해당하는 학생은 22명으로 9.6%로 나타났다. 잠재군 임에도 불구하고 유해차단프로그램을 설치한 학생 중 성적이 상에 해당하는 학생은 3명으로 7.3%, 유해차단 프로그램을 설치하지 않고 잠재군에 해당하는 성적이 상인 학생은 2.4%로서 가정에서 유해차단 프로그램을 설치함으로써 성적과의 상관관계가 확연히 드러난다는 것을 알 수 있다. 이 밖에 잠재군에 해당하는 학생들과 고위험군에 해당하는 학생들은 유해차단 프로그램 설치가 미비해서 인터넷중독에 쉽게 노출되어있다

는 것을 알 수 있다. 이 밖에 잠재군에 해당하는 학생들과 고위험군에 해당하는 학생들은 유해차단 프로그램 설치가 미비해서 인터넷중독에 쉽게 노출되어 있다는 것을 알 수 있다.

그 결과에 기인해 가정에서의 청소년들을 보호하거나 제어할 수 있는 가정교육과 학교에서의 제약이 뒤따르는 인터넷 사용에는 잠재적위험군 뿐만 아니라 고위험군까지도 절제가 되어지는 것을 도출해 볼 수 있다. 따라서 학교와 가정에서 이러한 심각성을 공감하고 같이 회복할 수 있는 방법을 세워나가는 것이 중요하다고 보인다.

따라서 본 논문에 대한 해결 방법으로서 크게 3가지의 개선 방안을 제언하고자 한다. 첫 번째로 기술적 대응으로 소프트웨어나 프로그램의 활용을 들 수 있으며, 두 번째 방법은 가정에서의 대처 방안이며, 세 번째 방법은 사회에서의 대처방안을 제언을 하고자한다.

첫 번째 기술적 대응으로 게이트웨이를 통한 아이피 차단을 제언한다. 무엇보다 중요한건 본인 자각일테지만 청소년 유해사이트 필터링과 프로그램 차단, 사용시간 제한, 동영상 차단을 함으로써 많은 효과를 거둘 수 있으리라 보인다. 따라서 적어도 가정에서라도 게임에 관련된 중독을 피할 수 있다면 예방하는 방법과 중독에서 벗어날 수 있는 방법이 될 것이다. 물론 지속적인 연구와 한계에 부딪히게 될지 모르지만 현재의 인터넷 중독 해결방안들이 실효성이 없다는 것을 인지한다면 앞으로 이러한 연구가 많이 이루어져야 할 것이다.

두 번째 학교에서의 대처 방안으로 미디어교육을 제언한다. 청소년에 있어서 게임중독은 학교생활, 가족관계 및 또래 관계 등 일상생활의 부적응 문제를 발생시키는 주된 요인으로 작용하고 있으며, 발달적으로 중요한 시기에 불안감, 우울감, 충동성 등 신체적, 정신적 어려움을 야기하고 있음으로 인해 개인생활의 통제적 상실과 가족이나 또래 등 주변 사람들과 갈등을 유발하고 있다. 게임과다 사용 및 중독으로 인해 어려움을 겪고 있는 청소년들의 경우, 게임몰입의 초기부터 자신의 행동변화를 스스로 인지할 수 있도록 도와주거나 교사나 학교가 적절한 지도를 제공할

수 있는 사전 예방적 차원의 접근이 절실히 요구된다. 따라서 지속한 관심과 쉽게 접할 수 있는 미디어교육을 통해서 아이들에게 인터넷의 역기능에 대해 경각심을 주고 대대적인 교육과 캠페인을 함으로써 스스로 인지하게끔 하는 미디어교육을 제언한다.

세 번째 사회에서의 대처방안으로 인터넷 중독 현상을 효과적으로 해소하기 위해서는 사전적 대책인 교육 등 인식제고 활동을 강화하고, 치료, 재활 활동도 확대해야 하며 인터넷중독의 위험성과 과다이용 예방 수칙에 대한 홍보 강화 및 이용자 접근성을 고려하여 전국 지역별로 상담기관을 확충하고, 진단, 상담, 치료, 재활 등 대응활동을 대폭 확대 시행해야 한다. 그리고 한편으로 정부와 산업체들, 시민단체, 학부모간에 유기적인 협력을 통한 모니터링 및 정보화가 꼭 필요하다고 제언한다. 본 연구에서의 몇 가지 한계가 있기는 하지만 이러한 지속적인 관심과 인터넷 중독에 관한 해결방안에 관한 다양하고 실효성 있는 연구가 지속 되서 한참 성장 중인 우리의 청소년들이 보호되지길 바란다.

[참 고 문 헌]

[1] 한국정보문화진흥원(2008), **≪인터넷 이용실태조사≫.**

[2] Potera Carol(1998), **"Trapped in the Web."** Psychology Today 31 Spring.

[3] 강만철, 오익수(2001), **≪청소년 인터넷 중독 진단척도개발(Ⅰ)≫,** 교육심리연구.

[4] 권재환(2005), **"심리적·환경적 변수와 인터넷 넷 중독간 관계 대인관계 기술의매개 효과검증",** 전남대학교석사학위논문.

[5] 권정혜(2005), "**청소년의 인터넷 게임 중독 시간에 따른 변화와 이에 영향을 미치는 변수들",** 한국심리학회지, 임상24권2호 267-279.

[6] 김교헌(2001), **"청소년들의 컴퓨터 사용실태와 컴퓨터중독 학생생활연구",** 28(1), 41-62, 충남대학교 학생생활연구소.

[7] 김유정(2002), "**청소년 인터넷게임 중독척도개발 및 심리사회적 취약성요인",** 아주대학교 석사학위논문.

[8] 박승민(2005), "**온라인 게임과 다사용 청소년의 게임행동조절 과정분석",** 서울 대학교 박사학위 논문.

[9] 김정심(2007). "**인터넷 활용유형에 따른 초등학생의 스트레스. 인터넷 사용에 대한 자기효능감, 자기통제력 및 인터넷 중독 간의 관계",** 석사학위 논문, 전남대학교 교육대학원,

[10] 위지희(2003), "**주의력결핍과잉행동장애와 인터넷중독증의 관계 및 심리적인 특성연구,"** 석사학위논문, 성신여자대학교대학원.

[11] 킴벌리 영(2000), **≪http://www.netaddcition.com/articles/ addcition_to_mmorpgs.pdf≫.**

[12] 김은미(2006), "**청소년 인터넷 중독 예방을 위한 정책방안연구**", 국민대행정대학원.

[13] Potera(1998), **≪http://www.computeraddiction.conm/index.htm≫.**

[14] 한국정보문화진흥원(2003), **≪인터넷 중독 자가진단검사(K-척도)와 예방교육프로그램≫.**

[15] 송명준, 권정혜(2001), **"인터넷중독: 중독적 특성, 중독의 결과 및 중독자의 하위유형 심리 검사 및 상담연구"**. 한국임상심리학회 하계 학술대회 발표 논문.

[16] 김현수(2003), **"현실공간없이 사이버 공간이 존재한다? 인터넷이 개인행동에 미치는 영향과 사례"**, 정보통신윤리, 2001,3. 정보통신윤리위원회.

[17] 학교보건연보(2007), **≪http://www.bogun.seoul.kr≫, 서울시교육청 산하 학교보건진흥원.**

[18] 황상민(2001), "**한국형 인터넷 중독지수에 따른 중독 행동 특성**". 연세대학교심리학과 서울.

[19] 김주한(1996), **"인터넷신드롬"**, 과학동아 9월호. ≪http://plazal.sun.ac.kr/~psyber/internet.html≫.

[20] 성영신,박은아,이성수(1998), **"컴퓨터 사용욕구와 심리적 경험"**, 한국소비자학회

[21] 이동혁, 김현주, 구본용, 황순길(1999), "**청소년의 사이버문화 실태조사 : In 청소년의 사이버문화**".

[22] Felicia Iftene, Nasreen Roberts(2004), **"Romanian Adolescents: Literature Review and Psychiatric Presentation of Romanian Adolescents Adopted in Romania and in Canada"**. The Canadian Child and Adolescent Psychiatry Review. November, 2004, 110-113 (1209-7268-ISSN)

[23] King, S. A. (1996). **"Is the Internet Addictive, or Are Addicts Using the Internet?"**, Http://rdz.stjohns.edu/~storm/iad.html.

[24] Baumeister, R.F(1991). **"Escaping the Self: Alcoholism, pirituality,Masochism, and Other Flights from the Burden of Selfhood"**. New York: Basic Books.

[25] Goldberg, I(1996). **"Internet addiction. electronic message posted to research discussion list"**, ≪http://www.emhc.com/mlists/research.html≫.

[26] Selye, Hans(1956). **"The stress of life"** New York, NY, US: McGraw-Hill.

[27] Young, K. S. (1998). **"Caught in the net: How torecognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery"** New York.John Wiley & Sons Inc.

[부　　록]

1. 인터넷중독 자가진단 검사

아래 검사지의 해당하는 곳에 표시 하세요

번호		항목	전혀 그렇지 않다	때때로 그렇다	자주 그렇다	항상 그렇다
❶	1	인터넷 사용으로 인해 생활이 불규칙해졌다.	①	②	③	④
	2	인터넷 사용으로 건강이 이전보다 나빠진 것 같다.	①	②	③	④
	3	인터넷 사용으로 학교 성적이 떨어졌다.	①	②	③	④
	4	인터넷 너무 사용해서 머리가 아프다.	①	②	③	④
	5	인터넷을 하다가 계획한 일들을 제대로 못한 적이 있다.	①	②	③	④
	6	인터넷을 하느라 피곤해서 수업시간에 잠을 자기도 한다.	①	②	③	④
	7	인터넷을 너무 사용해서 시력에 문제가 생겼다.	①	②	③	④
	8	다른 할 일이 많을 때에도 인터넷을 사용하게 된다.	①	②	③	④
	9	인터넷 사용으로 인해 가족들과 마찰이 있다.	①	②	③	④
❷	10	인터넷을 하지 않을 때에도 하고 있는듯한 환상을 느낀 적이 있다.	①	②	③	④
	11	인터넷을 하지 않을 때에도, 인터넷에서 나오는 소리가 들리고 인터넷을 하는 꿈을 꾼다.	①	②	③	④
	12	인터넷 사용 때문에 비도덕적인 행위를 저지르게 한다.	①	②	③	④
❸	13	인터넷을 하는 동안 나는 가장 자유롭다.	①	②	③	④
	14	인터넷을 하고 있으면, 기분이 좋아지고 흥미진진해진다.	①	②	③	④
	15	인터넷을 하는 동안 나는 더욱 자신감이 생긴다.	①	②	③	④
	16	인터넷을 하고 있을 때 마음이 제일 편하다.	①	②	③	④
	17	인터넷을 하면 스트레스가 모두 해소되는 것 같다.	①	②	③	④
	18	인터넷이 없다면 내 인생에 재미있는 일이란 없다.	①	②	③	④

❹	19	인터넷을 하지 못하면 생활이 지루하고 재미가 없다.	①	②	③	④
	20	만약 인터넷을 할 수 없게 된다면 견디기 힘들 것이다.	①	②	③	④
	21	인터넷을 하지 못하면 안절부절 못하고 초조해진다.	①	②	③	④
	22	인터넷을 하고 있지 않을 때에도 인터넷에 대한 생각이 자꾸 떠오른다.	①	②	③	④
	23	인터넷 사용 때문에 실생활에서 문제가 생기더라도 인터넷 사용을 그만두지 못한다.	①	②	③	④
	24	인터넷을 할 때 누군가 방해하면 짜증스럽고 화가 난다.	①	②	③	④
❺	25	인터넷에서 알게 된 사람들이 현실에서 아는 사람들보다 나에게 더 잘해준다.	①	②	③	④
	26	온라인에서 친구를 만들어 본적이 있다.	①	②	③	④
	27	오프라인에서보다 온라인에서 나를 인정해 주는 사람이 더 많다.	①	②	③	④
	28	오프라인보다 온라인에서 만난 사람들을 더 잘 이해하게 된다.	①	②	③	④
	29	실제 생활에서도 인터넷에서 하는 것처럼 해보고 싶다.	①	②	③	④
❻	30	인터넷 사용기간을 속이려고 한 적이 있다.	①	②	③	④
	31	인터넷을 하느라고 수업에 빠진 적이 있다.	①	②	③	④
	32	부모님 몰래 인터넷을 한다.	①	②	③	④
	33	인터넷 때문에 돈을 더 많이 쓰게 된다.	①	②	③	④
	34	인터넷에서 무엇을 했는지 속이려고 한 적이 있다.	①	②	③	④
	35	인터넷에 빠져 있다가 약속을 어긴 적이 있다.	①	②	③	④
❼	36	인터넷을 한번 시작하면 생각했던 것보다 오랜 시간을 보내게 된다.	①	②	③	④
	37	인터넷을 하다가 그만 두면 또 하고 싶다.	①	②	③	④
	38	인터넷 사용시간을 줄이려고 해보았지만 실패했다.	①	②	③	④
	39	인터넷 사용을 줄여야 한다는 생각이 끊임없이 든다.	①	②	③	④
	40	사람들이 내가 인터넷을 너무 많이 한다고 지적한다.	①	②	③	④

고위험 사용자군

◉ **중˙고등학생** 전체총점 108점 이상이거나 ❶번 요인총점 26점 이상이거나 ❹번 요인총점 18점 이상이거나 ❼번 요인총점 17점 이상

◉ **초등학생** 전체총점 94점 이상이거나 ❶번 요인총점 21점 이상이거나 ❹번 요인총점 16점 이상이거나 ❼번 요인총점 15점 이상

위 점수 기준에 해당하는 경우

인터넷 사용으로 인하여 일상생활에서 심각한 장애를 보이면서 내성 및 금단 현상이 나타난다. 사이버 공간에서의 대인관계가 대부분이며, 해킹과 같은 비도덕적 행위와 막연한 긍정적 기대가 있고, 현실 생활에서도 인터넷에 접속하고 있는듯한 착각을 하기도 한다. 이들의 접속시간은 중고생의 경우 1일 약 4시간 이상, 초등생 약 3시간 이상이며, 중고생은 수면시간도 5시간 내외로 줄어든다. 대개 자신이 인터넷 중독이라고 느끼며, 학업에 곤란을 겪는다. 또한 , 심리적으로 불안정감 및 대인관계 곤란함, 우울한 기분 등이 흔하며, 성격적으로 자기조절에 심각한 어려움을 보이며 무계획적인 충동성도 높은 편이다. 현실세계에서 사회적 관계에 문제가 있으며, 외로움을 느끼는 경우도 많다.

▶▶▶인터넷중독 경향이 매우 높으므로 관련 기관의 전문적 도움이 필요하다.

잠재적위험 사용자군

◉ **중˙고등학생** 전체총점 95-107점 이상이거나 ❶번 요인총점 23점 이상이거나 ❹번 요인총점 16점 이상이거나 ❼번 요인총점 15점 이상

◉ **초등학생** 전체총점 82-93점 이상이거나 ❶번 요인총점 18점 이상이거나 ❹번 요인총점 14점 이상이거나 ❼번 요인총점 13점 이상

위 점수 기준에 해당하는 경우

고위험사용자에 비해 경미한 수준이지만 일상생활에서 장애를 보이며 , 인터넷 사용시간이 늘어나고 집착을 하게 된다. 학업에 어려움이 나타날 수 있으며, 심리적 불안정감을 보이지만 절반 정도의 학생은 자신이 아무 문제가 없다고 느낀다. 대체로 중고생은 1일 약 3시간 정도, 초등생은 2시간 정도의 접속 시간을 보이며, 다분히 계획적이지 못하고 자기 조절에 어려움을 보이며 자신감도 낮다.

▶▶▶ 인터넷 과다 사용의 위험을 깨닫고, 스스로 조절하고 계획적인 사용을 하도록 노력한다. 인터넷중독에 대한 주의가 요망되며, 학교 및 관련 기관에서 제공하는 건전한 인터넷 활용 지침을 따라야 한다.

일반 사용자군

◉ **중˙고등학생** 전체총점 94점 이상이거나 ❶번 요인총점 22점 이상이거나 ❹번 요인총점 15점 이상이거나 ❼번 요인총점 14점 이상

◉ **초등학생** 전체총점 81점 이상이거나 ❶번 요인총점 17점 이상이거나 ❹번 요인총좀 13점 이상이거나 ❼번 요인총점 12점 이상

위 점수 기준에 해당하는 경우

중고생의 경우 1일 약 2시간, 초등생 약 1시간 정도의 접속시간을 보이며, 대부분 인터넷 중독 문제가 없다고 느낀다. 심리적 정서문제나 성격적 특성에서도 특이한 문제를 보이지 않으며, 자기행동을 스스로 관리한다고 생각한다. 주변 사람들과의 대인관계에서도 자신이 충분한 지원을 얻을 수 있다고 느끼며, 심각한 외로움이나 곤란감을 느끼지 않는다.

▶▶▶ 때때로 인터넷의 건전한 활용에 대하여 자기 점검을 수행하는 것이 좋다.

안녕하세요?

본 질문지는 인터넷 사용과 관련하여, 여러분을 올바르게 이용할 수 있도록 정보를 제공하고자 만들어졌습니다.

질문에 대한 응답은 정답이 없습니다. 그러므로 여러분의 느낌이나 생각과 가장 가까운 답을 골라서 V표 하시면 됩니다.
여러분의 응답은 연구의 귀중한 자료로만 사용될 뿐, 여러분의 친구나 부모님, 선생님도 알 수 없습니다. 따라서 다소 지루하더라도 솔직하고 진지하게 빠짐없이 답해 주시기 바랍니다.

조선대학교 교육대학원 정보·컴퓨터교육 신 보 경 드림

❖ 학교와 학년은 ( ) 안에 기록해 주시고, 성별은 해당 성별에 V표 해 주세요.

( )학교 ( )학년 성별(남 여)

1. 평균적으로 학업 성적은? ( )

① 상위 ② 중상위 ③ 중위 ④ 중하위 ⑤ 하위

2. 우리 가족의 수입을 합치면 한 달에 얼마나 될까요? ( )

① 100만원미만 ② 100-200만원미만 ③ 200-300만원미만
④ 300-400만원미만 ⑤ 400-500만원미만 ⑥ 500만원이상

3. 우리 부모님의 결혼상태는 다음 중 어디에 해당합니까? ( )

① 결혼 ② 이혼 ③ 별거 ④ 사별 ⑤ 기타(_____)

4. 부모님의 최종 학력은 다음 중 어디에 해당됩니까?
아버지(_____) / 어머니(_____)

① 초등학교 졸업 ② 중등학교 중퇴 ③ 중등학교졸업 ④ 고등학교중퇴
⑤ 고등학교졸업 ⑥ 전문대중퇴 ⑦ 전문대 졸업 ⑧ 대학(4년제) 중퇴
⑨ 대학 (4년제) 졸업 ⑩ 석사학위 보유 ⑪ 박사학위 보유

5. 부모님의 직업은 다음 중 어디에 해당 됩니까?
아버지(_____) / 어머니(_____)

①전문직 (의사, 변호사, 교수 등) ② 경영/관리직 ③ 사무직
④ 판매직 ⑤ 서비스직 ⑥ 생산직 ⑦ 농어민
⑧ 군인 ⑨ 무직 ⑩ 가사 (주부) ⑪ 기타 (직접 쓰세요:)

6. 주로 인터넷에 접속하는 장소는 어디입니까? ( )
① 집 ② 학교 ③ PC방 ④ 기타(_____)

7. 우리집에는 컴퓨터가 있나요? ( )
① 예 ② 아니요

8. 우리 집에서는 어떻게 인터넷에 접속 합니까? ( )
① ADSL(초D고속인터넷) ② LAN ③ 케이블
④ 모뎀 ⑤ 무선인터넷 ⑥ 기타

9. 우리 집에 컴퓨터가 있다면 어디에 설치되어 있습니까? ( )
① 부모님방 ② 본인방 ③ 형제 및 자매의방 ④ 거실 ⑤ 기타

10. 일주일에 PC통신이나 인터넷을 몇 시간정도 이용 합니까? (직접 적어주세요)
(일주일에 약_____시간)

11. 하루에 PC통신이나 인터넷에 접속하는 횟수는 평균 얼마나 되나요? (직접 적어주세요)

(하루에 약_____회)

12. 한번 PC통신이나 인터넷에 접속하면 평균 얼마나 사용합니까? (직접적어주세요)

(_____시간_____분정도)

13. 이제까지 PC통신이나 인터넷을 이용 한지는 얼마나 되었습니까? (직접적어주세요)

(총_____년_____개월)

14. 하루 수면시간은 얼마 입니까? ( )

① 4시간미만 ② 4-6시간 ③ 7-8시간 ④ 8시간이상

15. 인터넷 때문에 생긴 나쁜 영향은 무엇이라 생각하십니까? (모두 고르세요 ( ))

① 수면부족, 시력 저하, 몸의 피로 ② 공부할 시간을 빼앗긴다.

③ 주변 사람들로 인해 스트레스를 받는다. ④ 사회생활과 대인관계가 줄어든다.

⑤ 인터넷 사용으로 용돈이 준다. ⑥ 성격이 나빠진다.

⑦ 현실과 인터넷을 혼동한다. ⑧ 기타( )

16. 인터넷 이용에 대한 부모님의 태도를 크게 나눈다면 어디에 해당이 된다고 생각합니까?

아버지(_____) / 어머니(_____)

① 절대 사용하지 못하게 한다. ② 심한 잔소리나 질책을 한다.

③ 잔소리를 한다. ④ 싫어하지만 묵인 해준다.

⑤ 상관하지 않는다. ⑥ 격려하고 지원한다. ⑦ 기타( )

17. 부모님께서 인터넷을 이용 하십니까 ( )

① 두분 모두 사용 ② 아버지만 사용 ③ 어머니만 사용 ④ 모두 사용하지 않음

18. 인터넷 사용이 본인의 학교공부에 지장을 줍니까?

① 매우 지장이 있다. ② 상당히 지장이 있다. ③ 조금 지장이 있다.

④ 거의 지장이 없다. ⑤ 전혀 문제 안 된다.

19. '나는 인터넷 중독'이라고 생각됩니까? ( )

① 전혀 아니다. ② 아니다. ③ 그렇다. ④ 정말 그렇다.

20. 내가 만일 인터넷중독이라면 어디에서 누구에게 도움을 받을 수 있다고 생각하나요?

① 부모님 ② 학교교사 상담교사 ③ 친구 ④ 전문의료기관

⑤ 전문상담기관 ⑥ 종교기관 ⑦ 모르겠다.

25. 다.음 항목중에서 자주 사용하는 인터넷 활동을 순위대로 적어 주세요

(1.)(2.)(3.)(4.)(5.)(6.)(7.)(8.)(9.)(10.)(11.)

① 웹서핑 ② 성인물사이트 ③ 정보검색 ④ 게임 ⑤ 온라인쇼핑 ⑥ 동호회 ⑦ 채팅/메신저 ⑧ 블로그 및 홈페이지 관리 ⑨ 학업 및 업무관련 작업 ⑩ 이메일 ⑪ 영화, 음악, 동영상 즐기기