

전산직 종사자의 인터넷 중독 정도가 우울감 및 직무스트레스에 미치는 영향

황정균*, 이무식**, 나백주**, 홍지영**, 임남구***

*건양대학교 보건복지대학원 보건학과, **건양대학교 예방의학교실,

***대전보건대학 의무행정과

e-mail:ing1973@hit.ac.kr

The Effect of Internet Addiction on Depression and Job Stress among IT Engineer

Jeoung-Gyun Hwang*, Moo-Sik Lee**, Bak-Ju Na**, Jee-Young Hong**,
Nam-Gu Lim***

*Dept of Public Health, The Graduate School of Public Health and Welfare,
Konyang University,

**Dept of Preventive Medicine, College of Medicine, Konyang University

***Dept of Medical Administration, Daejeon Health Sciences College

요 약

본 연구는 전산직과 비전산직 종사자의 인터넷 중독 정도가 직무스트레스 및 우울감에 미치는 영향을 파악하고자, 2009년 10월 25일부터 12월 9일까지 서울 및 대전에 소재한 2개의 공공기관 건물내 근무하고 종사자 500명을 대상으로 구조화된 설문지를 이용하여 일반적 특성, 직무스트레스, 우울감 정도, 일상적인 인터넷 이용, 인터넷 중독 자가진단을 조사하였다.

주요 결과는 첫째, 일반적 특성에 따른 직무스트레스 요인별 분류에서는 개인 관련요인이 낮은 연령과 미혼인 경우, 아파트 외 기타에서 거주하는 경우 높게 나타났고, 조직 외 요인의 직무스트레스에서는 전산직에 비해 비전산직이 통계적으로 높게 나타났다($p<0.05$). 둘째, 인터넷 중독에 따른 직무스트레스에서는 직무 관련요인, 개인 관련요인, 조직 외 요인 모두 일반 사용자보다 잠재적 위험사용자가 높게 나타났다($p<0.05$). 셋째, 우울감 정도에 따른 직무스트레스에서는 우울감 정도가 정상인 경우에 비해 경미함 및 중증도의 경우가 직무 관련요인, 개인 관련요인, 조직 외 요인 모두 높은 직무스트레스를 나타냈다($p<0.05$). 넷째, 직무스트레스와 우울감을 종속변수로 한 다중회귀분석 결과를 보면 직무스트레스는 결혼여부, 가족구성원 수, 인터넷 중독이 유의한 변수였고, 25.6%의 설명력을 나타냈다. 우울감은 결혼여부와 인터넷 중독이 유의한 변수였고, 26.4%의 설명력을 나타냈다.

전산직 및 비전산직의 인터넷 중독과 직무스트레스 및 우울감은 관련성이 있는 것으로 나타났고, 인터넷 중독이 심할수록 직무스트레스가 높았으며, 우울감 정도가 심할수록 역시 직무스트레스가 높은 것으로 나타났다.

1. 서론

1.1. 연구의 필요성

2009년 우리나라의 인터넷 사용자수는 37,475,800명으로 전체인구의 77.3%가 인터넷을 사용하고 있고, 2000년도에 비해 96.8%가 증가 되었다[1]. 2008년 우리나라의 인터넷 중독 실태 조사를 통해 성인의 인터넷 중독율은 6.3%로 집계 되었다(한국정보문화진흥원, 2008)[2].

정보통신기술의 확산으로 야기된 인터넷 중독은 인터넷 사용으로 인해 발생한 역기능 중 하나로 인터넷 중독과 관련된 여러 요인 중 스트레스와 인터넷

중독은 정적 상관을 보이며 인터넷 중독집단이 비중독 집단보다 스트레스를 더 많이 지각한다고 보고 하였다. 760명의 일반 성인을 대상으로 한 김세윤(2004)[3]의 연구에서 스트레스가 인터넷 중독에 영향을 준다고 하였고, 일반인 987명을 대상으로 한 인터넷 중독연구에서 류인균 등(2000)[4]은 인터넷 중독 유병률은 14.8%로 보고하였고, 강박성과 충동성, 우울감이 증가하고 자존감이 감소할수록 인터넷 중독이 발생할 가능성이 높은 것으로 보고하였다.

본 연구는 인터넷의 순기능을 접하는 직장인들 중 직업적으로 인터넷 정보화 환경과 밀접한 관련이 있는 전산직 종사자와 비전산직 종사자의 인터넷 중독

정도와 중독 수준에 따른 직무스트레스와 우울감의 정도를 파악하고자 하며, 이와 관련 있는 요인들을 조사함으로써 인터넷 환경에서 종사하는 근무자들의 직무 만족을 높이고, 인터넷 중독을 예방하는 기초 자료로 활용하고자 한다.

2. 연구대상 및 방법

2.1. 연구대상 및 방법

본 연구는 2009년 10월 25일에서 12월 9일 사이에 서울 및 대전에 소재한 2개의 공공기관에 근무하는 전산직(한국표준직업분류에 의함) 및 전산직 이외(이하 비전산직) 종사자를 대상으로 편의 추출법에 의해 구조화된 설문지를 이용하여, 자기기입식으로 조사하였으며 대상자 500명 중 237명(47.4%)이 응답하였다.

조사 내용은 일반적 특성 10문항, 직무스트레스 자가 진단은 이종목 외(1988)[5]에 의해 개발된 간이 직무스트레스 자가진단 척도를 활용하였으며, 직무 관련요인 10문항, 개인 관련요인 7문항, 조직 외 요인 3문항으로 총 3개 영역 20문항으로 리커트식 4점 척도로 조사하였다. 기존 연구에서 직무스트레스 문항별 점수의 합계를 가지고 5단계 직무스트레스 군을 구분하지만, 본 연구에서는 각 영역별 100점 환산 점수를 산출하였다. 본 연구에서 직무 관련요인, 개인 관련요인, 조직 외 요인의 Cronbach's α는 각각 0.819, 0.836, 0.695로 직무스트레스 총 20문항의 Cronbach's α는 0.903등으로 비교적 높은 내적 일치도를 보였다.

우울감 정도를 알아보기 위해 Beck의 우울 검사(Beck depression inventory; BDI)[6] 21문항, 우울감 정도는 각 문항별 점수를 합하여 '정상, 경미함, 중등도'로 구분하였으며, 본 연구의 Cronbach's α는 0.905 이었다.

인터넷 중독진단기준은 한국정보문화진흥원(2005)[7]이 연령에 맞게 개발한 '한국형 인터넷 중독 자가진단척도(K-척도) 20문항을 사용하였으며 본 연구의 Cronbach's α는 0.942로 각 문항별 점수를 합하여 구분하였다.

2.2. 자료 분석

수집된 자료는 SPSS 17.0을 이용하여 카이제곱검정, t-검정, 일원분산분석 하였고 단변량에서 의미있는 변수들을 독립변수로 하고, 직무스트레스와 우울

감 정도를 종속변수로 한 다중회귀분석을 실시하였으며, 유의수준은 0.05로 설정하였다.

3. 연구 결과

3.1. 일반적 특성에 따른 직무스트레스

연구 대상자의 일반적 특성에 따른 직무스트레스 평가에서 직무 관련요인 중 결혼여부, 전체 및 현재 근무년수가 유의한 것으로 나타났으며, 개인 관련요인 중 연령, 결혼여부, 거주형태, 전체 및 현재 근무년수가 유의한 요인으로 나타났다. 조직 외 요인은 학력, 전체 근무년수, 근무직종에서 통계적으로 유의하였다(p<0.05)(표 1).

[표 1]. 일반적 특성에 따른 직무스트레스

단위: 평균±표준편차

구분	직무스트레스			
	직무 관련요인	개인 관련요인	조직 외 요인	계
성별				
남자	20.14 ±15.61	20.89 ±18.80	11.26 ±15.02	17.17 ±14.05
여자	20.92 ±14.24	23.98 ±16.85	14.64 ±16.37	19.63 ±13.88
연령				
20~29세	21.99 ±14.52	30.26 ±19.55 [†]	13.05 ±14.74	21.70 ±13.54 [†]
30~39세	20.92 ±15.70	20.80 ±17.11 [†]	13.45 ±16.09	18.15 ±14.45
40세 이상	17.08 ±14.17	14.12 ±13.06 [†]	8.77 ±13.57	12.84 ±11.00 [†]
학력				
고졸 이하	15.33 ±14.52	14.29 ±17.54	11.11 ±15.71	13.58 ±13.69
대졸(전문대졸)	20.16 ±14.43	22.33 ±17.82	11.50 ±14.33 [†]	17.84 ±13.32
대학원 이상	26.51 ±19.82	24.52 ±21.14	22.75 ±22.63 [†]	23.60 ±19.05
결혼여부				
미혼	23.67 ±14.44 [†]	28.48 ±19.00 [*]	14.56 ±15.95	22.07 ±13.64 [†]
기혼	17.99 ±15.17	16.99 ±15.79	10.86 ±15.14	15.07 ±13.57
가족구성원 수				
2명 이하	21.93 ±15.70	24.78 ±19.69	13.36 ±15.31	19.74 ±14.16
3명 이상	19.60 ±14.60	20.11 ±16.83	12.02 ±15.83	17.06 ±13.85
거주형태				
아파트	19.12 ±15.32	20.22 ±17.84 [†]	11.48 ±15.63	16.75 ±14.03
아파트 외 기타	22.76 ±14.49	25.17 ±18.36	14.25 ±15.39	20.43 ±13.73
전체 근무년수				
5년 이하	21.83 ±14.16	26.25 ±19.66 [†]	11.56 ±13.48	19.72 ±13.08 [†]
6~10년	24.80 ±17.43 [†]	25.92 ±18.27 [†]	17.12 ±18.21 [†]	22.41 ±16.20 [†]
11년 이상	16.63 ±13.40 [†]	14.83 ±14.82 [†]	9.49 ±14.07 [†]	13.35 ±11.76 [†]
현직장 근무년수				
5년 이하	20.51 ±14.19	25.13 ±19.46 [†]	11.82 ±14.76	18.87 ±13.73 [†]
6~10년	22.59 ±17.38 [†]	21.77 ±16.75	15.56 ±19.28	20.99 ±16.08 [†]
11년 이상	16.99 ±13.98 [†]	15.52 ±14.86 [†]	9.26 ±12.72	13.87 ±12.20 [†]
직급				
사원, 계장	19.91 ±14.84	22.31 ±18.33	12.44 ±15.05	17.89 ±13.79
과장 이상	22.58 ±16.08	19.51 ±17.56	11.65 ±17.38	18.10 ±14.98
고용형태				
정규직	20.96 ±15.18	21.27 ±17.44	11.78 ±15.19	17.76 ±13.76
비정규직	18.89 ±14.80	25.02 ±20.31	15.17 ±16.76	19.45 ±14.84
근무직종				
전산직	20.82 ±13.86	21.47 ±16.11	7.82 ±10.93 [*]	16.41 ±10.30
비전산직	20.30 ±15.49	22.15 ±18.74	13.86 ±16.47	18.55 ±14.92
계	20.42 ±15.10	22.00 ±18.15	12.48 ±15.57	18.06 ±14.01

* p<0.05 t-검정에 의함, † p<0.05 일원분산분석 사후검정에 의함

3.2. 인터넷 이용 특성에 따른 직무스트레스

인터넷 이용 특성에 따른 직무스트레스를 살펴보면, 일일 평균 이용시간에서 개인 관련요인에서 3시간 미만이 19.29점으로 3~6시간 미만, 6시간 이상과 각각 통계적으로 유의하였고($p < 0.05$), 최초 인터넷 이용에서는 고등학교 27.72점과 대학 및 사회생활이후 19.49점이 개인 관련요인의 직무스트레스에서 유의한 차이를 보였다($p < 0.05$).

인터넷 이용 장소의 구분에서도 개인 관련요인이 통계적으로 유의한 것으로 나타났다($p < 0.05$)(표 2).

[표 2]. 인터넷 이용 특성에 따른 직무스트레스

단위: 평균±표준편차

구분	직무스트레스			
	직무 관련요인	개인 관련요인	조직 외 요인	계
일일 평균 이용시간				
3시간 미만	19.91 ±14.40	19.29 ±15.96 [†]	11.30 ±14.61	16.67 ±13.01
3~6시간 미만	22.40 ±16.99	26.67 ±21.09 [†]	13.83 ±17.91	20.40 ±15.93
6시간 이상	19.71 ±14.97	23.47 ±19.16 [†]	13.46 ±15.70	18.72 ±14.29
최초 인터넷 이용				
중학교 이하	19.76 ±15.88	25.80 ±19.03	11.89 ±13.59	18.81 ±13.67
고등학교	20.96 ±12.08	27.72 ±21.87 [†]	13.39 ±17.69	20.47 ±14.56
대학 및 사회생활이후	20.54 ±15.67	19.49 ±16.42 [†]	12.49 ±15.63	17.29 ±14.00
인터넷 이용 장소				
학교/직장	20.63 ±14.96	20.90 ±17.71 [†]	12.51 ±15.73	17.77 ±13.92
집 및 기타	20.00 ±16.02	27.16 ±19.56	12.88 ±15.15	19.81 ±14.53
집의 컴퓨터 설치 장소				
본인 침실/서재	21.29 ±14.80	23.81 ±17.52	13.30 ±15.88	19.41 ±13.54
기타 장소	19.86 ±15.51	19.86 ±19.04	11.58 ±15.28	16.63 ±14.65
인터넷 사용 상황				
혼자 있을 때	21.58 ±16.25	22.22 ±16.96	11.63 ±14.06	18.57 ±13.37
사람이 있을 때	21.82 ±14.17	24.87 ±18.84	13.66 ±15.83	19.61 ±13.40
기타	17.12 ±15.28	16.98 ±17.61	11.48 ±16.87	15.14 ±15.23
계	20.47 ±15.12	22.03 ±18.18	12.53 ±15.58	18.11 ±14.02

* $p < 0.05$ t-검정에 의함, † $p < 0.05$ 일원분산분석 사후검정에 의함

3.3. 일반적 특성에 따른 우울감 및 인터넷 중독

일반적 특성에 따른 우울감 및 인터넷 중독을 보면(표 3), 연령이 낮을수록 우울감 및 인터넷 중독이 많은 것으로 나타났으나 통계적으로 유의하지 않았다($p > 0.05$). 우울감은 결혼여부에서 미혼 8.97점, 기혼 6.00점으로 미혼이 높은 우울감을 느끼는 것으로 나타났다($p < 0.05$).

거주형태에 따라 우울감에 차이가 있었으며($p < 0.05$), 전체 근무년수에 따라 우울감 및 인터넷 중독도 유의한 차이가 있었다($p < 0.05$).

3.4. 인터넷 이용 특성에 따른 우울감 및 인터넷 중독

인터넷 이용 특성에 따른 우울감 및 인터넷 중독을 살펴보면, 일일 평균 이용시간이 3시간 미만인 경우가 3~6시간 미만, 6시간 이상과 각각 인터넷 중독 점수에서 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다($p < 0.05$)(표 4).

[표 3]. 일반적 특성에 따른 우울감 및 인터넷 중독

단위: 평균±표준편차

구분	우울감	인터넷 중독
성별		
남자	7.10 ±7.03	36.57 ±10.21
여자	7.68 ±6.78	34.80 ± 9.22
연령		
20~29세	8.40 ±6.77	37.89 ± 9.48
30~39세	7.17 ±6.87	35.59 ±10.57
40세 이상	5.85 ±5.82	34.17 ± 8.62
학력		
고졸 이하	5.13 ±3.68	33.07 ± 7.87
대졸(전문대졸)	7.43 ±6.93	36.10 ±10.12
대학원 이상	7.89 ±8.70	36.38 ± 8.82
결혼여부		
미혼	8.97 ±7.43 [*]	37.31 ± 9.68
기혼	6.00 ±6.23	34.88 ± 9.94
가족구성원 수		
2명 이하	7.74 ±7.07	35.58 ± 9.99
3명 이상	7.04 ±6.83	36.33 ± 9.81
거주형태		
아파트	6.42 ±6.07 [*]	35.23 ±10.25
아파트 외 기타	8.86 ±8.01	37.17 ± 9.14
전체근무년수		
5년 이하	7.57 ±7.31	36.61 ±10.38
6~10년	9.17 ±8.06 [†]	37.70 ± 9.92 [†]
11년 이상	5.51 ±5.22 [†]	33.50 ± 9.32 [†]
현직장근무년수		
5년이하	7.50 ±7.08	35.93 ±10.68
6~10년	8.14 ±6.49	37.06 ± 9.92
11년 이상	5.80 ±6.05	34.36 ± 9.17
직급		
사원, 계장	7.45 ±7.14	35.95 ± 9.98
과장 이상	6.13 ±5.53	35.49 ± 9.81
고용형태		
정규직	7.14 ±6.60	35.62 ± 9.85
비정규직	8.13 ±8.05	36.98 ±10.11
직종		
전산직	6.49 ±6.76	36.17 ±10.52
비전산직	7.57 ±6.98	35.87 ± 9.72
계	7.22 ±7.11	35.94 ± 9.88

* $p < 0.05$ t-검정에 의함, † $p < 0.05$ 일원분산분석 사후검정에 의함

3.5. 인터넷 중독 정도에 따른 직무스트레스

인터넷 중독에 따른 직무스트레스에서는 직무 관련요인 등 3개 영역 모두에서 인터넷 일반 사용자에 비해 잠재적 위험사용자가 통계적으로 직무스트레스 정도가 높은 것으로 나타났다($p < 0.05$)(표 5).

3.6. 우울감 정도에 따른 직무스트레스

우울감 정도에 따른 직무스트레스에서는 직무 관련요인 등 3개 영역 모두 통계적으로 유의하였다 ($p<0.05$)(표 6).

[표 4] 인터넷 이용 특성에 따른 우울감 및 인터넷 중독
단위: 평균±표준편차

구분	우울감	인터넷 중독
일일 평균 이용시간		
3시간 미만	6.90 ±6.67	33.47 ± 8.97 [†]
3~6시간 미만	8.56 ±7.33	38.96 ± 9.02 [†]
6시간 이상	7.20 ±7.16	38.15 ±10.96 [†]
최초 인터넷 이용		
중학교 이하	7.57 ±7.62	39.44 ± 8.98 [†]
고등학교	8.30 ±7.87	36.67 ±10.08
대학 및 사회생활이후	6.99 ±6.49	34.75 ± 9.91 [†]
인터넷 이용 장소		
학교/직장	7.15 ±6.88	35.68 ± 9.85
집 및 기타	8.00 ±7.30	36.84 ±10.25
집의 컴퓨터 설치 장소		
본인 침실/서재	7.66 ±7.06	36.03 ±10.52
기타 장소	6.99 ±6.77	35.85 ± 9.01
인터넷 사용 상황		
혼자 있을 때	7.40 ±6.51	37.50 ±10.27
심심하거나 스트레스 받았을 때	8.28 ±7.75	36.50 ± 9.68
기타	5.68 ±5.56	33.49 ± 9.64
계	7.31 ±6.93	35.94 ± 9.88

* $p<0.05$ t-검정에 의함, † $p<0.05$ 일원분산분석 사후검정에 의함

[표 5] 인터넷 중독 정도에 따른 직무스트레스
단위: 평균±표준편차

구분	직무스트레스			
	직무 관련요인	개인 관련요인	조직 외 요인	계
인터넷 중독군				
일반 사용자 ¹	18.03 ±14.23*	18.21 ±16.58*	9.38 ±13.36*	15.01 ±12.34*
잠재적 위험사용자 ²	27.17 ±15.54	32.28 ±18.35	20.99 ±17.97	26.55 ±14.93
계	20.42 ±15.10	22.00 ±18.15	12.48 ±15.57	18.06 ±14.01

* $p<0.05$ t-검정에 의함

1 일반 사용자 인터넷 중독 자가진단(K-척도)결과 42점 이하 군
2 잠재적 위험사용자 인터넷 중독 자가진단(K-척도)결과 43~66점 군

[표 6] 우울감 정도에 따른 직무스트레스
단위: 평균±표준편차

구분	직무스트레스			
	직무 관련요인	개인 관련요인	조직 외 요인	계
우울감 정도				
정상 ¹	15.54 ±12.45*	14.96 ±14.38*	6.79 ±10.72*	12.43 ±10.25*
경미함 ²	28.13 ±13.89	32.43 ±14.70	19.31 ±15.73	26.50 ±11.15
중증도 ³	38.89 ±14.10	46.56 ±13.94	32.51 ±16.86	39.79 ±12.06
계	20.42 ±15.10	22.00 ±18.15	12.48 ±15.57	18.06 ±14.01

* $p<0.05$ 일원분산분석 사후검정에 의함

1 정상 Beck의 우울검사 결과 9점 이하 군
2 경미함 Beck의 우울검사 결과 10~15점 군
3 중증도 Beck의 우울검사 결과 16점 이상 군

3.7. 직무스트레스와 우울감에 영향을 주는 요인

단변량 분석에서 유의한 변수들을 독립변수로 하고, 직무스트레스 점수와 우울감 점수를 종속변수로 한 다중회귀분석을 실시하였다(표 7).

[표 7]. 직무스트레스와 우울감을 종속변수로 한 다중회귀분석
단위: 베타(p-값)

독립변수*	직무스트레스	우울감
일반적 특성		
성별	-0.036 (0.612)	-0.008 (0.915)
학력	-0.027 (0.688)	-0.000 (0.964)
결혼여부	0.192 (0.028)	0.177 (0.047)
가족구성원 수	-0.183 (0.008)	-0.130 (0.064)
거주형태	0.061 (0.397)	-0.008 (0.913)
현직장 근무년수(년)	-0.103 (0.169)	-0.015 (0.844)
직급	-0.106 (0.172)	0.021 (0.789)
직종	-0.139 (0.084)	-0.094 (0.247)
일상적 인터넷 이용		
이용 시간	0.014 (0.853)	-0.004 (0.955)
최초 이용군	-0.061 (0.397)	-0.076 (0.302)
이용 장소	-0.031 (0.661)	-0.032 (0.665)
인터넷 중독(점수)	0.432 (0.000)	0.446 (0.000)
	R2 = 0.256	R2 = 0.264

* 성별(1 : 남자, 2 : 여자), 학력(1 : 대학교, 2 : 대학원 이상), 결혼여부(1 : 미혼, 2 : 기혼), 거주형태(1 : 아파트, 2 : 아파트 외 기타), 직급(1 : 사원, 계장, 2 : 과장 이상), 직종(1 : 전산직, 2 : 비전산직), 최초 이용군(1 : 중학교 이하, 2 : 고등학교 이상), 이용 장소(1 : 학교/직장, 2 : 집 및 기타)

4. 고 찰

직무와 관련된 스트레스는 개인이나 조직에 긍정적 가치를 지닐 때는 유익한 스트레스가 되고, 개인이나 조직에 부정적 가치를 지닐 때는 유해한 디스트레스가 될 수도 있는 양면성을 가지고 있다(박종섭, 1997)[8]. 특히 직무스트레스와 관련한 우울증, 불안장애, 약물남용, 수면장애 등과 같은 정신과적 문제가 점차로 증가하는 추세이며(Public Health Service, 1991)[9], 전 세계적으로 일차 진료 영역에서 우울증과 불안 장애의 유병율은 10%에 달하며(Wittchen, 1998)[10], 직무스트레스로 인해 우울, 불안 등의 정신건강문제를 일으킬 위험성이 2배 정도 높다고 보고되고 있다(Shingemi, 2000; Melchior, 1998)[11],[12].

인터넷 중독과 관련된 정신병리의 증상들을 살펴 보면 우선 인터넷 중독과 우울에 대한 연구들에서 청소년(이무식 등, 2003)[13]과 일반인(류인균 등, 2000; 강혜련 등, 2005)[4],[14]들을 대상으로 한 연구

모두에서 인터넷 중독군에서 더 높은 우울이 존재한다고 보고 하였다. 스트레스와 인터넷 중독은 정적 상관관을 보이며 인터넷 중독집단이 비중독 집단보다 스트레스를 더 많이 자각한다고 보고 하였고 가족관계 스트레스가 인터넷 중독 발생에 가장 큰 영향을 주고 있다고 보고하였다(조승연, 2003)[15].

본 연구에서는 전산직 및 비전산직의 일반적 특성에서 성별, 가족구성원 수, 거주형태, 직급이 유의한 변수로 나타났으며, 직종별 인터넷 이용 특성에 있어서 인터넷 이용시간, 집의 컴퓨터 설치 장소에서 유의한 차이가 있었다. 일반적 특성에 따른 직무스트레스에서는 결혼여부, 근무년수, 고용형태가 유의한 변수였으며, 기존 선행연구(이백현 등, 2008)[16]와 같은 결과를 얻었다.

대상자 237명 중 63명(26.6%)이 잠재적 위험사용자인 인터넷 중독자로 나타났으며, 성인 대상의 인터넷 중독 유병률을 조사한 하지현 등의(2000)[17] 연구에서는 14.8%, 일 도시지역 사업장으로 한 김남석 등(2007)[18]의 연구에서는 8.63%로 보고되었으며, 이는 각각의 연구들이 사용한 척도도 다르고 같은 척도를 사용한 경우에도 중독기준이 다르게 정의하고 있기 때문이다.

인터넷 이용에 따른 인터넷 중독에서 장영남 등(2009)[19]의 초등학생을 대상으로 한 연구에서는 컴퓨터의 설치 위치에 유의한 차이가 있었지만, 본 연구에서는 인터넷 중독에서 잠재적 위험사용자에서 본인 침실 및 서재가 42명(66.74%)으로 일반 사용자의 본인 침실 및 서재 95명(55.9%)보다는 높았지만 통계적으로 유의하지 않았다.

본 연구에서는 직무스트레스 요인별 분류에 따라 직무 관련요인, 개인 관련요인, 조직 외 요인에서 관련이 있는 것으로 나타났다. 인터넷 중독과 우울감에 있어서는 일반인들을 대상으로 한 류인균(2000)[4]과 강혜련(2006)[14] 등의 연구에서와 같이 인터넷 중독에서 우울감이 더 심한 것으로 나타났다. 하지만 Young(1998)[20]이 지적한 바와 같이 우울정도가 심해서 인터넷 중독이 악화 된 것인지 또한 직무스트레스가 인터넷 중독을 유발한다(조승연, 2003)[15]에서처럼 인터넷 중독이 직무스트레스를 유발하는지에 전향적인 연구를 통해 검증이 필요하다.

단변량 분석에서 의미있는 변수를 독립변수로 하고, 직무스트레스 점수와 우울감 점수를 종속변수로 다중회귀분석을 실시한 결과, 결혼여부, 가족구성원 수, 인터넷 중독 점수가 직무스트레스와 유의한 변

수임을 보여 주었다. 기혼인 경우, 가족구성원 수가 적은 경우, 인터넷 중독 점수가 높은 경우 직무스트레스가 높은 것으로 나타났는데, 이는 Silje 등(2007)[21]의 연구에서도 가족구성원 수와 직무스트레스가 통계적으로 유의한 변수로 나타났다. 그리고, 결혼여부, 인터넷 중독 점수가 우울감과 유의한 변수임을 보여 주었다.

본 연구에서 제한점으로는 첫째, 2개의 공공기관 건물내 종사자를 대상으로 하였기 때문에 전체 전산직 등을 대표할 수 없다. 둘째, Young이 지적한 바와 같이 우울정도가 심해서 인터넷 중독이 악화된 것인지 또한 사례 연구처럼 직무스트레스가 인터넷 중독을 유발하는지에 대한 전향적인 연구를 통해 검증이 필요하다.

과거 인터넷 중독과 관련된 연구가 청소년 및 학생들을 대상으로 하였다면, 본 연구는 인터넷의 순기능을 많이 이용하는 전산직과 비전산직을 대상으로 하였으며, 인터넷 중독 정도와 직무스트레스 및 우울감의 관련성을 연구하였고, 인터넷의 순기능을 저해하는 요소에 대한 개선을 통해 생산성 향상에도 기여할 수 있을 것으로 판단된다.

참고문헌

- [1] <http://www.internetworldstats.com/stats3.htm>. Miniwatts Marketing Group
- [2] 한국정보문화진흥원, “2008 인터넷중독 실태조사”, 한국정보문화진흥원, 2008.
- [3] 김세운, “자아 스트레스 및 인터넷 사용통제가 인터넷 중독에 미치는 영향” 석사학위논문, 연세대학교 정보대학원, 2004.
- [4] 류인균, 하지현, 양은주, 김영미, 장창곡, 우종인, “인터넷 중독의 정신병리”, 정신병리학, 제9권, pp. 16-26, 2000.
- [5] 이종목, 박한기, “직무스트레스 척도제작에 관한 연구”, 사회심리연구. 제7권, 1988.
- [6] Beck A, Rush. AJ, Shaw BF, Emery G. “Cognitive therapy of depression”, New York, Guilford Press, 1979.
- [7] 한국정보문화진흥원. “성인 인터넷 중독 진단척도 개발연구”, 한국정보문화진흥원, 2005.
- [8] 박종섭. “직무스트레스와 기업문화의 관련성에 관한 연구”, 목포대기업경영연구소, 제1권, pp. 302-303, 1997.
- [9] Public Health Service, Healthy People 2000: “National health promotion and disease prevention objectives”,

- Washington DC. US. Government Printing Office, 1991.
- [10] Wittchen HU, Boyer P, "Screening for anxiety disorders: Sensitivity and specificity of the Anxiety Screening Questionnaire(ASQ-15)", Br J Psychiatry Suppl, 34, pp. 10-17, 1998.
- [11] Shigemi J, Mino Y, Ohtsu T, Tsuda T, "Effects of perceived job stress on mental health", Eur J Epidemiol, 16(4), pp. 371-376, 2000.
- [12] Melchior M, Caspi A, Milne BJ, Danese A, Poulton R, Moffitt TE, "Work stress precipitates depression and anxiety in young, working women and men", Psychol Med, 37(8), pp. 1119-1129, 2007.
- [13] 이무식, 김건엽, 고경재, 이효진, 남욱, 김은영, 홍지영, 나백주, "도시지역 일부 고등학생을 대상으로 한 인터넷 중독 실태와 관련된 요인 연구", 예방의학회지, 제36권, 제4호, pp. 390-398, 2003.
- [14] 강혜련, "장노년층의 자기통제감 및 우울감과 인터넷 중독과의 관계", 석사학위논문, 숙명여자대학교 대학원, 2006.
- [15] 조승연, "스트레스와 인터넷 중독의 관계에 대한 탐색적 연구", 석사학위논문, 성균관대학교 교육대학원, 2003.
- [16] 이백현, 정수일, "중소기업 근로자들의 직무스트레스 요인과 직무만족에 관한", 산업경영시스템학회지, 제31권, 제1호, pp. 32-40, 2008.
- [17] 하지현, 조두영, 이훈진, 양은주, 우종인, 류인균, "국내 인터넷 중독의 현황", 정신병리학, 제9권, pp. 59-68, 2000.
- [18] 김남석, 신상은, 이계성, 이명지, 장은영, "일 도시지역 사업장내 인터넷 중독과 직무스트레스에 관한 연구", 중독정신의학, 제11권, 제2호, pp. 78-85, 2007.
- [19] 장영남, 이무식, 홍지영, 황혜정, "초등학생 컴퓨터 게임중독, 건강지각 및 건강증진 행동 관련요인 분석" 보건교육 건강증진학회지, 제26권, 제3호, pp. 63-74, 2009.
- [20] Young KS, Rodgers RC, "The relationship between Depression and internet Addiction", Cyberpsychol Behav, 1, pp. 25-28, 1998.
- [21] Silje CW, Hege KA, Hansulrich P, Silvina MS, Tove S, Catharine EC, "Relations between Internet use, socio-economic status(SES), social support and subjective health", Health Promotion International, 23(1), pp. 70-77, 2007.