

청소년의 스트레스, 사회적 지지 및 충동성이 인터넷 중독에 미치는 영향

박지은¹ · 최연희²

¹대구과학대학 간호과 교수, ²경북대학교 간호대학 교수

The Effects of Stress, Social Support and Impulsiveness on Adolescents' Internet Addiction

Park, Gieun¹ · Choi, Yeonhee²

¹Professor, Dept. of Nursing, Taegu Science University, ²Professor, College of Nursing, Kyungpook National University

Purpose: The study was to identify the influences of stress, social support and impulsiveness on the internet addiction of adolescents. **Methods:** A cross-sectional study was conducted with 243 male middle and high school students in D city. Data were collected from March to April in 2009 using self-report questionnaires such as internet addiction test, perceived stress, social support appraisal scale and Barratt impulsiveness scale. Data were analyzed using frequency, mean, Pearson's correlation coefficient, & hierarchial multiple regression. **Results:** The results showed that adolescents who had poor social support or higher stress and impulsiveness were more likely to have higher levels of internet addiction. The internet addiction was positively related to the stress and impulsiveness and negatively related to the social support. And education, record at school, stress, social support and impulsiveness had influence on the depression. **Conclusion:** Based on the findings, school nurses need to screen the risk of the internet addiction for adolescents who are in serious stress and have poor social support and impulsiveness. It is necessary to develop some preventive programs for those in high risk of internet addiction.

Key words : Adolescent, Stress, Social support, Impulsiveness, Internet addiction

서 론

연구의 필요성

21세기는 정보화 사회로 인터넷의 사용은 현대 생활에서 피할 수 없는 생활의 일부가 되었다. 청소년들의 99.8%가 인터넷을 이용하고 있으며 이들 중 29.5%가 인터넷 중독 경향

이 있는 것으로 나타났고, 특히 남자 청소년은 무려 40.8%가 중독 증세를 보였다(Jeon, Park, & Lee, 2008). 이처럼 인터넷 중독증의 확산이 우려되고 있는 상황임에도 불구하고, 컴퓨터 통신 및 인터넷의 활용은 글로벌 국제경쟁 속에서 살아가기 위한 유용하고도 필요한 정보처리 수단으로서 인지하는 사회적 분위기로 인해 인터넷 중독에 대한 심각성을 간과하고 있는 실정이다.

주요어 : 청소년, 스트레스, 사회적 지지, 충동성, 인터넷 중독

Address reprint requests to : Choi, Yeonhee

College of Nursing, Kyungpook National University, 101 Dongin-dong, Jung-gu, Daegu 700-422, Korea

Tel: 82-53-420-4926 Fax: 82-53-421-2758 E-mai : yeonhee@knu.ac.kr

투고일: 2011년 10월 13일 1차 수정일: 2011년 12월 2일 2차 수정일: 2011년 12월 12일 게재확정일: 2011년 12월 16일

건강한 자아를 형성해야 할 청소년들이 사이버 공간에 지나치게 몰입할 경우, 학업성취에 많은 지장을 초래하고 가상 세계 속에서 자기중심적으로 생각하고 활동함으로써 사회적 능력이 떨어져서 친구들과 멀어지고 부모와의 의사소통에도 어려움을 느낀다(Lee, 2005). 또한 성장기 연령층의 수면부족, 체력저하, 대인기피 경향 등 일상생활의 리듬을 깨뜨리는 행위는 신체적, 정신적 건강에 영향을 주고 있으며, 사회공포증과 같은 심한 정신질환은 물론 사회적 기능상의 손상을 가져오는 중독증상으로 나타나고 있다(Jeon et al., 2008). 따라서 청소년 인터넷 중독의 요인을 찾아냄으로써 이들을 도울 수 있는 방안이 모색할 수 있고 나아가 문제를 예방할 수도 있을 것이다.

요즘 지나친 입시위주의 교육은 청소년들을 불안하고 초조하게 만들어 극도의 심리적 스트레스를 받아 실제 학교생활에서 잘 적응하지 못하는 학생들이 증가하고 있다. 이러한 학생들은 게임이나 채팅, 음란물 등에 몰입하는 인터넷 중독에 빠질 가능성이 크다고 한다(Ryu, Choi, Seo, & Nam, 2004). Lee와 Kwon (2001)의 청소년 대상으로 인터넷 중독과 스트레스의 차이를 분석한 결과, 인터넷 중독 위험군이 인터넷 중독 비위험군보다 스트레스를 더 많이 받는 것으로 나타났다. 이러한 인터넷 중독 위험군인 청소년들은 청소년들을 둘러싸고 있는 사회적 망과 사회적 지지가 제대로 형성되어 있지 못하거나 그 역할을 제대로 수행하지 못하여 정상적인 사회성 발달에 필요한 적절한 조력을 받지 못하게 된다(Holliday, 2000). 그렇게 되면 청소년들은 발달과업을 제대로 성취하지 못할 뿐만 아니라 비행문제를 일으킬 수도 있다는 것이다(Mitchell, 2000). 가족관계에서 인정책임 요인이 낮을수록 인터넷 중독정도가 높았으며, 친구관계에서도 정서적 안정이 낮을수록, 친밀감이 높을수록, 경쟁심이 높을수록 인터넷 중독정도가 높은 것으로 나타났다(Nam, 2009). Wie (2005)는 청소년이 인간관계에서 상호성을 배우는 것은 친구와 가족 구성원과의 상호작용을 통해서라고 강조하였다. 가족은 청소년 개인에게 중요한 환경으로서 작용하고 청소년의 발달과 행동에 영향을 미치며, 가족으로부터 받는 지지는 청소년의 인성과 성격 발달에 영향을 주며 동시에 행동에도 영향을 주게 된다. Greenfield (1999)에 의하면 친밀감에 대한 욕구는 청소년 초기에 강력해지기 때문에 십대들은 가까운 친구를 찾게 된다고 한다. 만약 청소년이 친한 친구를 갖지 못하여 고립감이라는 고통스러운 감정을 경험하게 되면 별다른 자극이 없이도 기분변화의 정도가 심한 정서적인 가변성의 특성인 충동성이 심해짐을 볼 수 있다(Jeon et al., 2008; Lee & Kwon, 2001). Brady, Eastin, Fediuk와 Lachlan (2004)에 의하면 충동성이란 ‘지연된 큰 결과보다 지연되지 않은 작은 결과를 선택하는 것’으로 정의하고 그 반대의 개념으로 자기통제,

즉 ‘즉시 얻는 작은 결과보다 늦지만 더 큰 결과를 선택하는 것’으로 상정하였다. 자기통제의 실패는 충동조절의 장애로 나타나 가상공간의 중독적 사용으로 이는 다시 가상공간의 비행으로 이어지기 쉬울 것이다. 충동의 통제력이 결핍되면 행동을 통제하고 반사회적 행위로 미래에 초래하게 될 결과에 대해 생각하지 못하게 됨으로써 비행과 직접 연결될 수도 있고, 나아가 학교 및 학업생활에서의 성공을 방해함으로써 간접적으로 비행을 초래하게 될 수도 있다(Oh, 2004). 특히 충동적인 성격을 가진 사람이 사회적 지지 체계가 취약한 환경에 처했을 때 전 생애에 걸쳐서 반사회적인 행동과 연결될 가능성이 있다고 평가한다. 가족지지와 충동성의 연구에서는 가족들의 지지가 적을수록 충동성과 불안이 높아 충동적이 되기 쉬우며(Shin & Lee, 2010), 친구지지와 충동성과의 관계에서도 대인관계에서 사회기술 부족으로 친구와 잘 사귀지 못해 지지가 적은 경우 충동성이 높은 것으로 나타났다(Yoo, 2009). 성격 연구자들(Greenfield, 1999; Young, Pistner, O'Mara, & Buchan, 1999)은 충동성이 반사회적인 행동에 영향을 주는 중요한 특질이고 일생동안 지속적으로 비행을 반복하게 해주는 성격 요소라고 보았다. 따라서 인터넷 중독을 충동조절 장애로 언급하는 다수의 연구들(Holliday, 2000; Mitchell, 2000; Young, 1999)을 통해서 충동성은 인터넷 중독의 가장 중요한 예측요인으로 제시할 수 있다.

그러나 지금까지 청소년의 인터넷 중독에 대한 기존의 연구에서 청소년의 스트레스와 사회적 지지가 미치는 영향요인에 관해 다수(No & Jung, 2011; Shin & Lee, 2010) 있으나 충동성을 매개로 청소년의 인터넷 중독의 영향을 연구한 것은 미미한 상태이다. 청소년의 인터넷 중독에 대한 영향 기전에 관한 명확한 이해는 청소년의 인터넷 중독에 대한 효과적인 예방프로그램의 방향을 설정하는데 매우 중요하다. 우리나라 청소년의 인터넷 중독 예방을 위한 위험요인을 파악하기 위해서는 사회적 지지와 인터넷 중독, 충동성 간의 관계에 대한 더 많은 연구가 필요하다고 하겠다.

인터넷 중독에서 회복되는 과정은 단순하게 이루어지지 않고 복합적인 상호작용을 거치면서 성취되는 과정(Shin, 2001)이므로 그 과정을 모색하려는 끊임없는 노력이 요구된다. 따라서 본 연구에서는 스트레스, 사회적지지 및 충동성이 인터넷 중독에 어떠한 영향을 미치는지에 대해 확인함으로써 그 영향 기전에 대한 이해를 도모하고자 한다. 이를 통해 향후 청소년이 정보화의 역기능의 희생자가 되지 않고 건강하게 성장할 수 있도록 인터넷 중독 예방 스크리닝과 인터넷 중독 예방 프로그램 개발의 기초자료로 이용하고자 한다.

연구 방법

연구 설계

본 연구는 중·고등학교 남학생의 스트레스, 사회적 지지와 충동성이 인터넷 중독에 미치는 영향을 파악하기 위한 서술적 관계 조사연구이다.

연구 대상 및 표집방법

본 연구 대상은 D지역에 소재하고 있는 중·고등학교에 재학 중인 남학생 250명을 편의 표집하여 2009년 3월 10일부터 4월 30일 사이에 자료를 수집하였다. 연구대상자는 인문계 남자 고등학교의 남학생과 남자중학교의 남학생으로 선정하였으며 고등학교 3학년은 제외시켰다. 사전 학교장에게 연구를 위한 협조 공문을 보내어 재가를 얻은 다음 해당학교 보건교사와 본 연구자가 연구의 목적을 설명하고 동의를 구한 후 설문지를 배부하여 직접 작성하도록 하였다. G*Power 3.1 프로그램을 이용한 대상자수는 회귀분석을 위해 유의수준 .05, 검정력 80%, 효과크기는 중간수준인 .25로 하였을 때 192명이므로 대상자 수는 충족되었다. 총 250부를 배부하고 그 중 기입이 불완전하거나 무성의하게 답하여 결과처리가 부적당하다고 판단된 것을 제외한 243부를 분석 자료로 사용하였다.

연구 도구

● 인터넷 중독

인터넷 중독은 Young (1999)의 온라인 중독센터(The Center for On-Line Addiction)에서 만든 인터넷 중독 검사(Internet Addiction Test)를 본 연구자가 우리나라 청소년에게 적합하게 수정보완한 도구를 사용하여 측정하였다. 총 20문항으로 인터넷, 게임, 채팅, 통신사용과 관련된 강박적 행동이나, 행동상의 문제 및 정서적 변화 등으로 구성되었다. 각 문항은 5점 척도로 50점 이상이면 인터넷 고위험사용자군으로 분류하며 점수가 높을수록 인터넷 중독이 심한 것을 의미한다. 도구개발 시 신뢰도는 Cronbach's α 가 .84이었고 본 연구에서는 .93이었다.

● 스트레스

스트레스는 Cohen (1983)이 청소년이 지각한 스트레스 측정 도구를 사용하였다. 총 10문항으로 인격적 요소, 대처과정, 객관화된 스트레스 사건 등으로 구성되었다. 각 문항은 5점 척도로 점수가 높을수록 스트레스 정도가 높은 것을 의미한다. 도구개발 시 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .75$ 이었고 본 연구에서는 .81이었다.

● 사회적 지지

사회적 지지는 Vaux (1986)가 개발한 Social Support Appraisal Scale을 우리나라 청소년에게 적합하도록 수정 보완한 도구를 사용하여 측정하였다. 총 24문항으로 가족으로부터의 지지, 친구로부터의 지지, 선생님으로부터의 지지의 3가지 하위 영역으로 구성되었다. 각 문항은 5점 척도로 점수가 높을수록 사회적 지지 정도가 높은 것을 의미한다. 도구개발 시 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .91$ 이었고 본 연구에서는 .89이었다.

● 충동성

충동성은 Barratt (1985)가 개발한 Barratt Impulsiveness Scale II(BIS-II)를 사용하여 측정하였다. 총 23문항으로 인지 충동성, 운동 충동성, 무계획 충동성의 3가지 하위 영역으로 구성되었다. 각 문항은 4점 척도로 점수가 높을수록 충동성 정도가 높은 것을 의미한다. 도구개발 시 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .81$ 이었고 본 연구에서는 .82 이었다.

자료 분석

수집된 자료는 SPSS WIN 17.0 Program을 이용하여 전산처리 하였으며, 분석 방법은 다음과 같다.

- 대상자의 인터넷 중독, 스트레스, 사회적 지지 및 충동성의 정도는 평균과 표준편차를 이용하여 분석하였다.
- 대상자의 인터넷 중독, 스트레스, 사회적 지지 및 충동성의 상관관계는 Pearson's correlation coefficient를 이용하여 분석하였다.
- 대상자의 인터넷 중독에 영향을 주는 예측변인을 파악하기 위해 위계적 다중회귀분석을 이용하여 분석하였다.

연구 결과

대상자의 일반적 특성

대상자는 남자 중학생이 46.9%, 남자 고등학생이 53.1%였으며, 상위 30%의 성적을 유지하는 학생 30.9%, 중간성적 46.9%. 하위 30%의 성적을 유지하는 학생 22.2%였다. 경제상태는 보통정도의 수준이 56.8%로 가장 많았고, 양친 부모와 함께 생활하는 학생 94.2%로 대부분을 차지했다. 아버지의 인터넷 사용정도는 73.3%로 높았으나 어머니의 인터넷 사용정도는 52.7%로 적은 편이었다. 대상자의 인터넷 사용에 대한 아버지의 태도와 어머니의 태도는 '부정적'이다가 54.7%와 60.9%로 가장 많았으나 친구의 태도는 '그저 그렇다'가 59.3%로 가장 많았다. 대상자의 인터넷 사용에 대한 선생님의 태도는 '그저 그렇다'가 55.1% '부정적'이다가 41.6%, '긍정

Table 1. General Characteristics (N=243)

Variable	Division	n	%
Education	Education	114	46.9
	High school	129	53.1
Record at school	High grade (30%)	75	30.9
	Middle grade	114	46.9
	Low grade (30%)	54	22.2
Economic status	High	36	14.8
	Middle	138	56.8
	Low	24	9.9
Family structure	Two parents family	229	94.2
	Single parent family	14	5.8
Internet use of father	Use	178	73.3
	Non-use	65	26.7
Internet use of mother	Use	128	52.7
	Non-use	115	47.3
Attitude of father about internet	Negative	133	54.7
	So-So	90	37.0
	Positive	20	8.2
Attitude of mother about internet	Negative	148	60.9
	So-So	75	30.9
	Positive	20	8.2
Attitude of friend about internet	Negative	18	7.4
	So-So	144	59.3
	Positive	81	33.3
Attitude of teacher about internet	Negative	101	41.6
	So-So	134	55.1
	Positive	8	3.3

적' 이다가 3.3% 순으로 나타났다(Table 1).

인터넷 중독과 관련 변인의 정도

인터넷 중독, 스트레스, 사회적 지지 및 충동성의 정도를 측정한 결과는 Table 2와 같다. 대상자의 인터넷 중독 수준은 평균 49.12점(표준편차 18.01점), 스트레스 수준은 30.12점(표준편차 15.07점), 사회적 지지 수준은 84.71점(표준편차 14.02점) 및 충동성의 수준은 64.04점(표준편차 9.11점)으로 나타났다.

Table 2. Descriptive Statistics for Variables (N=243)

Variable	M±SD	Max	Min
Internet addiction	49.13±18.01	100.00	21.00
Stress	30.12±15.07	50.00	13.00
Social support	84.71±14.02	120.00	36.00
Impulsiveness	64.04± 9.11	88.00	38.00

인터넷 중독과 관련 변인간의 상관관계

인터넷 중독과 스트레스, 사회적 지지, 충동성 간의 상관관계 분석결과는 Table 3와 같다.

Table 3. Correlation among Internet Addiction, Stress, Social Support, and Impulsiveness (N=243)

	Internet addiction	Stress	Social support	Impulsiveness
Internet addiction	-			
Stress	.509***	-		
Social support	-.518***	-.566***	-	
Impulsiveness	.691***	.576***	.591***	-

*** $p < .001$

스트레스와 인터넷 중독 간에는 유의한 정적 상관관계가 있었고($r = .509, p < .001$), 사회적 지지와 인터넷 중독 간에도 유의한 부적 상관관계가 있었다($r = -.518, p < .001$). 따라서 스트레스가 높을수록 사회적 지지가 낮을수록 인터넷 중독의 수준이 높았다.

충동성과 인터넷 중독 간에는 유의한 정적 상관관계가 있었으며($r = .691, p < .001$), 이는 충동성이 높을수록 인터넷 중독의 수준이 높았다.

인터넷 중독에 미치는 영향변인

스트레스, 사회적 지지 및 충동성이 인터넷 중독에 미치는 영향에 대한 회귀분석 결과는 Table 4와 같다. 먼저 독립변수에 대한 회귀분석의 가정을 검증하기 위하여 다중공선성, 잔차, 특이값을 진단하였다. 독립변수들 간의 다중공선성의 문제를 확인한 결과 상관관계는 .017-.790로 .80 이상인 설명변수는 없어 예측변수들이 독립적임이 확인되었으며, Durbin-Watson 통계량은 1.932으로 2.116-1.525 범위에 있어 자기상관의 문제는 없었다. 또한 다중공선성의 문제는 공차한계(tolerance)가 .760-.854으로 1.0이하로 나타났으며, 분산팽창인자(variance inflation factor, VIF)도 1.612-1.321으로 기준인 10.0 이상을 넘지 않아 문제는 없었다. 잔차의 가정을 충족하기 위한 검정결과 선형성(linearity), 오차항의 정규성(normality), 등분산성(homoscedasticity)의 가정도 만족하였다. 특이값을 검토하기 위한 Cook's Distance 값은 1.0을 초과하는 값은 없었다. 따라서 회귀식의 가정이 모두 충족되어 회귀분석결과는 신뢰할 수 있는 것으로 판단되었다.

모델 1에서는 독립변수로 일반적 특성을 투입한 결과, 중학생보다 고등학생($\beta = .258, p < .001$)에서, 학교성적($\beta = .121, p < .01$)이 낮을수록 인터넷중독 정도가 높아지는 것으로 나타

Table 4. Factors Affecting Internet Addiction

(N=243)

	Model I			Model II		
	B	β	t	B	β	t
Constant	15.343		7.398***	25.116		13.723***
Education	4.062	.258	6.054***	2.289	.186	3.650**
Record at school	1.046	.121	2.722**	1.192	.169	2.082*
Economic status	0.252	.017	0.381	0.770	.053	1.276
Family structure	0.095	.107	1.264	0.498	.059	1.386
Internet use of father	0.157	.013	0.032	0.244	.020	0.522
Internet use of mother	1.335	.131	1.178	1.670	.136	1.306
Attitude of father about internet	0.096	.010	0.237	0.011	.001	0.031
Attitude of mother about internet	0.126	.098	0.169	0.425	.087	0.483
Attitude of friend about internet	0.278	.067	0.246	0.287	.168	0.497
Attitude of teacher about internet	0.168	.033	0.264	0.232	.019	0.486
Stress				3.299	.276	6.716***
Social support				-1.238	-.100	-2.191**
Impulsiveness				2.332	.258	5.416***
F		16.216***			21.835***	
Adj. R ²		.378			.494	

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Dummy variables: Education(0=Middle school, 1=High school), Record at school(0=High grade, 1=Middle grade, 2=Low grade), Economic status(0=High, 1=Middle, 2=Low), Family structure(0=Two parents family, 1=Single parent family), Internet use of father/mother(0=Non-use, 1=Use), Attitude of father/mother/friend/teacher about internet(0=Positive, 1=So-So, 2=Negative).

났으며, 모델의 설명력은 37.8%이었다.

모델 II에서는 모델 I에 인터넷중독 관련 변수를 추가 투입한 결과, 중학생보다 고등학생($\beta = .189, p < .01$)에서, 학교성적($\beta = .169, p < .05$)이 낮을수록, 스트레스($\beta = .258, p < .001$)가 높을수록, 사회적 지지($\beta = .100, p < .01$)가 낮을수록, 충동성($\beta = -.276, p < .001$)이 높을수록 인터넷중독 정도가 높아지는 것으로 나타났다. 모델의 설명력은 49.4%로 모델 I에 비해 11.6% 증가하였다.

논 의

본 연구는 중·고등학교 남학생의 스트레스, 사회적 지지 및 충동성이 인터넷 중독에 미치는 영향요인을 파악하기 위한 서술적 조사 연구이다.

현대 및 미래 사회에서 컴퓨터 및 인터넷 활용은 중요한 생존능력으로 인식되어 이를 능숙하게 사용할 수 있는 능력을 키우도록 적극 권장하고 있다. 이러한 사회 분위기 속에서 청소년들은 인터넷을 배우기 위해 많은 시간을 투자하게 되었고, 그 과정에서 심각하게 등장하고 있는 새로운 문제가 인터넷 중독이라 할 수 있다. 이러한 시점에서 정보화 시대에서 인터넷이 차지하게 될 중요성과 함께 적절한 사용 방안에 대한 재평가가 필요하다고 생각한다.

본 대상자의 인터넷 중독 수준은 평균 49.12점으로 Young (1999)의 인터넷 고위험사용자군을 50점 이상 기준에 준하였

을 때 거의 인터넷 고위험사용자군에 가까운 수준이었다. 이는 Han과 Wang (2009)의 실업계 청소년의 인터넷 중독 수준 평균 54.53점보다는 낮은 수준이었다. 이는 인문계 청소년이 실업계 청소년보다 학교에서 수업으로 보내는 시간이 더 많아 인터넷 사용 시간이 적어서 그나마 인터넷 중독 수준이 낮은 것으로 볼 수 있다.

본 연구결과는 청소년의 스트레스가 심할수록, 사회적 지지가 적을수록 그리고 충동성이 많을수록 인터넷 중독이 높은 것을 확인하였다.

이러한 결과는 청소년의 스트레스가 청소년 인터넷 중독의 위험요인이라는 기존의 연구결과와 일치하고 있어서(Kang & Son, 2007; Kwon & Youn, 2010). 청소년의 인터넷 중독 예방을 위해서는 스트레스의 관리와 이에 대한 적절한 대처가 필수적임을 시사하고 있다.

우리나라의 입시위주의 교육체계 속에서 시험점수에 의한 평가를 받게 되는 학생들은 심리적 압박과 스트레스 환경에서 한시라도 자유로울 수가 없을 것이다(Kim et al., 2008). Wie (2005)는 이러한 스트레스를 줄여갈 수 있는 완충공간을 갖지 못한 청소년들에게 사이버 세계는 어른들의 간섭에서 벗어나 스트레스를 해소할 수 있는 가장 손쉬운 접근방법이라고 하였다.

Shin (2001)의 연구에서 고등학생들의 학업성적으로 인한 스트레스 수준이 높을수록 인터넷 사용량이 학업성적으로 인한 스트레스 수준이 낮을 경우보다 유의하게 증가함을 보고

했다. 따라서 이 결과는 스트레스로 인해 일상의 여러 측면에 영향을 받고 있는 청소년들에 대해 인터넷 중독 예방을 위한 스크리닝을 시행하는 것이 필요함을 시사하고 있다.

본 연구에서 사회적 지지가 인터넷 중독에 미치는 영향은 스트레스보다 상관관계가 더 높은 것으로 확인되었다. 지금까지 청소년의 인터넷 중독의 위험요인으로는 주로 스트레스로 설명하였고(Lee & Kim, 2009). 가족지거나 친구지거나 청소년의 인터넷 중독에 미치는 영향은 없다고 하였으나(Kim et al., 2008), 본 연구에서는 사회적 지지가 청소년들의 인터넷 중독에 있어 매우 중요하게 고려되어야 할 요인임을 제시하고 있다. Berkman (2000)은 사회적 욕구를 충족시키기 위하여 인간은 타인과 상호작용을 하게 되고 이를 통해 얻게 하는 것이 사회적 지지는 건강에 대한 스트레스의 충격을 감소 또는 완충할 수 있는 속성을 지녔음을 강조하였다.

Shin과 Lee (2010)의 연구에서 인터넷 중독과 관련된 사회적 지지원을 살펴보면, 아버지, 어머니 및 선생님 등으로부터의 사회적 지지 수준이 높을수록 인터넷 중독 수준이 낮았다. Yoo, Kim, Back과 Kang (2009)의 연구에서도 청소년이 사이버 공간에 빠지게 되면 학교생활에 대한 관심이 줄어들고 사이버 세계의 관계망에만 몰입하여 사회적 능력의 상실로 사회 부적응에 대한 가능성을 증가시킨다고 하였다.

Han과 Wang (2009)의 연구에서도 인터넷의 사용량이 많은 사람들에게서는 스트레스 수준이 월등히 높은 경향을 보였으며, 가족간 의사소통이 유의하게 줄었으며, 근거리와 원거리에 사는 사람들과의 접촉도 유의하게 감소하는 사회적 참여 정도도 낮은 경향이였다. Kwon & Youn, 2010)에서는 청소년 대상으로 조사한 결과 인터넷 사용으로 인해 친구 및 가족들과 대화 시간이 줄어들면서 사회적 지지 체계의 단절 현상이 심화된다고 보고하였다. 또한 Na (2004)는 인터넷 사용자들 대부분이 인터넷 활동 때문에 일상생활과 여가시간 활용에 문제점을 가지고 있었으며, 인터넷에 중독된 것으로 분류된 집단은 다른 중독 현상에서 발견되는 문제와 비슷한 문제를 보였으며 사용자의 나이가 어린 청소년에게 더 많은 문제를 경험하는 경향이 있다고 보고하였다.

이와 같이 청소년들이 과도한 컴퓨터 활동으로 인한 인터넷 중독은 스트레스를 해결하는 도구로 많이 활용하며 이로 인한 사회적 네트워크와의 접촉이 감소로 사회적 지지체계 구성 등에 부정적 영향을 미치고 있다는 선행연구들이 본 연구결과를 지지한 것으로 나타나 향후 청소년의 인터넷 중독 예방을 위해서는 사회적 지지 요인을 고려하여야 할 것으로 보인다.

Berkman (2000)은 인터넷상에서 네티즌을 대상으로 충동성, 외로움 및 자아존중감을 중심으로 인터넷 중독 하위 집단의 특성을 연구한 결과 인터넷 중독 집단이 비중독 집단에 비해

외로움과 충동성이 유의미하게 높은 것으로 나타났다. 청소년의 인터넷 중독에 있어서 청소년의 충동성이 강력한 위험요인이라고 하는 기존의 연구결과와도 일치하였다(Lee & Kwon, 2001; Nam, 2009). Kang과 Son (2007)에서의 인터넷 중독 관련 메타분석의 결과에서 인터넷 중독 사용자는 통제력이 약했고, 인터넷을 통해 행복감을 추구하며, 점점 사용량이 증가하고, 일상생활에 부적응을 보였고, 감정조절 능력이 감소하고 대인관계의 장애를 보였다. 충동성은 개인의 성격특성이나 정신병리적 차원과 함께 접근해야 할 영역이며, 이는 인터넷 중독의 결과라기보다는 유발요인 가운데 하나로써 인터넷 중독 취약집단을 구성하는 요인으로 고려해 볼 수 있다(Barratt, 1985; Brady et al., 2004; Krout, Lundmark, Patterson, Kiesler, Mukopadhyay, & Scherlis, 1998). 이와 관련하여 Greenfield (1999)는 충동적인 성향이 강한 사람은 인터넷 사용에 매료되기 쉬우며, 일단 인터넷에 몰입하게 되면 사용을 조절하는데 실패함으로써 인터넷에 중독되기 쉽다고 하여 결국 충동성은 인터넷 중독의 유발요인임과 동시에 유지시키는 요인으로 작용하는 특성을 가진다고 하였다.

따라서 청소년의 인터넷 중독을 예방하기 위해서는 청소년의 충동성에 대한 사정과 중재 프로그램의 개발이 필요하다. 그리고 지역사회내의 인터넷 중독 예방 상담센터를 적극적으로 활용하여 청소년 충동성향과 인터넷 중독 위험에 대한 스크리닝을 함께 시행하는 것이 필요하겠으며, 이는 지역사회내에 숨어있는 충동성향을 가진 인터넷 중독 위험군을 발견하는 데에 매우 효과적인 방법이 될 것으로 생각한다.

본 연구의 제한점으로는 대상자가 D시 4개의 중고등학교에서 편의추출에 의해 추출됨에 따라 대상자들의 경제상태나 교육정도가 평균적으로 높았으므로 연구의 일반화에 주의를 기하여야 할 것이다. 또한 청소년의 스트레스를 주관적 인지 정도로 측정하였기 때문에 대상자의 충동성정도에 따라 영향을 받았을 점을 배제할 수 없었다.

결론 및 제언

본 연구는 중·고등학교 남학생의 스트레스, 사회적 지지 및 충동성이 인터넷 중독에 미치는 영향을 파악하기 위한 서술적 조사 연구이었다. 본 연구의 결과는 다음과 같다.

첫째, 스트레스와 인터넷 중독은 스트레스와 충동성 간에 유의한 양의 상관관계이었으며, 사회적 지지와는 유의한 음의 상관관계이었다.

둘째, 대상자의 스트레스와 충동성이 심할수록 인터넷 중독이 유의하게 증가하였고, 사회적 지지가 많을수록 인터넷 중독이 유의하게 낮았다.

셋째, 대상자의 인터넷 중독은 스트레스, 사회적 지지 및

충동성에 영향을 높게 받았다.

본 연구의 의의는 우리나라 청소년의 인터넷 중독 위험요인으로 스트레스, 사회적 지지 및 충동성의 영향을 파악하여 우리나라 청소년의 인터넷 중독 예방을 위한 인터넷 중독 위험군의 확인에 유용한 기초자료를 제공하였다는 점이다.

이상의 연구결과를 통하여 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 일 지역의 중고등학생만을 조사대상으로 함으로써 연구 결과를 일반화하는데 한계가 있으므로, 향후 전체 청소년을 최대한 반영할 수 있도록 모집단을 대표할 수 있는 표집 방법을 통한 연구 설계가 이루어져야 한다.

둘째, 청소년의 인터넷중독에 영향을 미치는 다양한 변인에도 불구하고, 스트레스, 사회적 지지 및 충동성 요인만을 적용함으로써 총체적 정보를 제공하는데 제한성을 지녀, 향후 청소년의 인터넷중독의 예측 모형 구축을 위한 연구가 이루어져야 한다.

References

- Barratt, E. S. (1985). *Impulsiveness defined within a system model of personality*. In C. Spielberger and J. Butcher(Eds.). New Jersey: Earlbaum.
- Berkman, L. F. (2000). What influences cognitive function; Living alone or being alone? *Lancet*, 355, 1291-1292.
- Brady, R., Eastin, M. S., Fediuk, T. A., & Lachlan, K. (2004). Violet virtual video games and hostile thoughts. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 48(3), 335-357.
- Cohen, S. A. (1983). Global measure of perceived stress. *Journal Health Social Behavior*, 24, 385-396.
- Greenfield, D. (1999). *The nature of internet addiction: psychological factors in compulsive internet use*. Presentation at the meeting of the American Psychological Association, Boston, Massachusetts.
- Han, S. H., & Wang, S. J. (2009). Verification of the moderating effects of the variables related to adolescents' addiction to internet game and aggression. *Journal of Educational Research*, 7(3), 51-72.
- Holliday, H. (2000). Hooked on the net. *Psychology Today*, 33, 10-20.
- Jeon, C. A., Park, C. O., & Lee, E. K. (2008). An exploratory study of the related variables on the Internet addiction of adolescents. *Journal of Korean Counseling*, 9(2), 709-726.
- Kang, H. Y., & Son, J. R. (2007). A meta analysis on the variables related Internet and game addiction. *Journal of Korean Psychology: Health*, 12(4), 733-745.
- Kim, K. L., Lee, S. J., & Shin, H. S. (2008). The effects of internet-addiction on adolescents' family communication. *Journal of Korea Home Economics Education Association*, 20(4), 187-203.
- Krout, R., Lundmark, V., Patterson, M., Kiesler, S., Mukopadhyay, D., & Scherlis, W. (1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? *American Psychologist*, 53(9), 1017-1031.
- Kwon, J. H. (2008). Research trends in internet addiction in Korea: Analysis of journals. *Korea Youth Research*, 15(3), 137-157.
- Kwon, M. R., & Youn, C. Y. (2010). The effects of the internet addiction of the youth according to the types of family. *Journal of Webcasting, Internet & Telecommunication*, 10(1), 129-135.
- Lee, S. J. (2005). Relationships between type of high school students' addiction to internet and their mental health. *Mental Health and Social Work*, 20, 154-181.
- Lee, S. J., & Kim, H. M. (2009). Factors affecting on internet addiction of the adolescents. *Journal of Korean Council for Children & Rights*, 13(2), 275-303.
- Lee, S. Y., & Kwon, J. H. (2001). Impulsivity, social problem-solving abilities, and communication style of adolescent internet game addicts. *Korean Journal Clinical Psychology*, 20(1), 67-80.
- Mitchell, P. L. (2000). Internet addiction: Genuine diagnosis or not? *Lancet*, 355, 632-641.
- Na, D. S. (2004). A study on adolescent's internet addiction by their delinquent proneness and social support. *Korea Youth Research*, 11(3), 23-42.
- Nam, J. Y. (2009). College students' internet addiction tendency and related variables. *Journal of Adolescent Welfare*, 11(1), 121-141.
- No, A. Y., & Jung, M. (2011). Depression mediated predictors of college students' internet addiction. *Korean Journal of Counseling*, 12(1), 355-371.
- Oh, W. O. (2004). Educational needs for internet, addiction in middle school students of Korea. *Journal of Korean Academy Child Health Nursing*, 10(1), 48-58.
- Ryu, E. J., Choi, K. S., Seo, J. S., & Nam, B. W. (2004). The relationships of internet addiction, depression, and suicidal ideation in adolescent. *Korean Journal of Academy of Nursing*, 34(1), 102-110.
- Shin, H. M. (2001). *The effects of reality therapy program for high school student's addiction to internet game*. Unpublished master's thesis, Hankook University of Foreign Studies, Seoul.
- Shin, J. S., & Lee, C. W.(2010). The effects of self-control and social support on the adolescents' internet addiction. *Journal of Adolescent Welfare*, 17(8), 105-128.
- Vaux, A. (1986). The social support appraisal scale: Studies of reliability. *American Journal Community Psychology*, 14(2), 195-219.
- Wie, H. A. (2005). Study on the factors affecting the stress for adolescents. *Journal Korean Academic Psychiatric Mental Health Nursing*, 14(2), 129-138.
- Yoo, B. H., Kim, S. M., Back, H. G., & Kang, J. W. (2009). Impact of internet addiction on school life adaptation. *Digital Policy & Management Research*, 7(2), 71-81.

Yoo, P. S. (2009). An study of the school violence and the internet addiction level affecting cellular phone addiction in middle school students. *Journal of Educational Research*, 7(3), 119-136.

Young, K. S. (1999). Internet addiction: evaluation and

treatment. *Student British Medical Journal*, 12, 351-352.

Young, K. S., Pistner, M., O'Mara, J., & Buchan, J. (1999). *Cyber-disorders : The mental health concern for new millennium*. Paper presented at the 107th Convention of the American Psychological Association.