

초등학생 인터넷게임 중독의 효율적인

치료 방안 탐색

김은곤^o, 한병래
진주교육대학교 컴퓨터교육과
keg8981@hanmail.net, raehan@cue.ac.kr

Efficient Intoxication Treatment Plan Search of Elementary Student Internet Game

Eun-Gon Kim^o, Byoung-Rae Han
Chinju National University Of Education, Dept. of Computer Education

요 약

현재 우리나라의 컴퓨터 보급률은 세계 최고를 달리고 있다. 컴퓨터의 보급과 더불어 인터넷의 활용은 이제 우리 사회의 하나의 새로운 문화를 이루고 있지만 그 부작용 또한 만만치가 않다. 게임, 통신 중독, 불건전한 정보의 유통, 각종 사이버 범죄 등 정보화의 역기능 또한 나타나고 있다. 이에 본 연구에서는 이런 역기능 중 게임중독에 빠진 학생들을 단순히 병원에서의 치료프로그램 위주의 치료가 아닌 실제 가정에서나 일선 학교에서 학생과 학부모, 교사가 참여하여 조금 더 효과적인 치료가 가능한 프로그램을 만들고자 한다.

1. 서론

1.1 연구의 필요성

2002년 통계청의 한 조사 결과에 의하면 컴퓨터 총사용 시간을 100으로 봤을 때 남자는 66.0% 여자는 56.3%가 게임을 하기 위해 활용하는 것으로 나타났다.[1] 청소년의 여가 시간 중 컴퓨터 게임에 가장 많은 시간을 활용한다는 조사 결과도 발표되었다. 초등학생의 인터넷게임중독은 여러 가지 많은 문제점을 야기시킨다, 컴퓨터란 가상현실에 빠져 대인 기피현상을 나타내고 게임의 그 특성상 공격적으로 변하기 쉬우면 그 공격성에 의해 사회적 일탈행동을 일으킬 수 있다. 이런 중독학생의 치료법은 현재 여러 치료센터를 중심으로 행하여지고 있다.

그 중 몇 가지를 살펴보겠다

김봉수 학습클리닉 - 대치동 소재, 게임중독 전문클리닉. 소아청소년정신과 전문의, 뉴로피드백 치료. <http://sooclinic.net>[2]

게임중독 M&H 클리닉 - 대치동 소재. 게임중독 전문치료, 우울증치료, 동기부여, 기분조

절. <http://www.mindnhealth.co.kr>[3]

나우 소아청소년 클리닉 - 천호역, 소아정신과 전문의. 청소년 보호위원회 지정 게임중독 전문병원. <http://www.nowclinic.co.kr>[4]

게임중독치료센터 - 아이들, 남편, 아내 게임중독 치료. 게임중독 사례, 자가진단법 소개. <http://www.gameclinic.com>[5]

강지윤 신경정신과 - 수원 영통 소재. 게임중독 전문치료. 소아정신과 전문의. 인터넷중독. <http://www.i-clinic.co.kr>[6] 등 여러 곳의 게임중독치료센터가 있다.

그러나 이런 치료센터 중심의 치료법은 몇 가지 문제점이 있다. 치료센터 중심의 치료는 사회적 인식이 이 학생들을 문제아동으로 보게 할 수도 있고 그 학생들의 발달과정에 맞지 않을 수도 있다. 그 치료법이 일반 성인을 기준으로 짜여졌는지, 중고등학생인지 남, 여학생인지 정확한 대상이 불명확하기 때문이다. 또한 대부분이 수도권에 위치해 있으며 이런 센터 자체가 고가의 치료비를 유발하며 보편화되지 않고 있다. 보통의 중독치료 센터는 일반 정신과 계열의 병원

들이 주를 이루고 있다. 즉 일반 정신과병원의 하위 항목으로 게임중독을 치료하는 것이다. 그러므로 전문적인 치료프로그램이 아니라 다른 일반적인 학생들의 정신과 문제(주의력결핍, 언어장애, 정서 행동문제)치료프로그램을 하다가 최근의 컴퓨터 보편화에 따른 게임중독을 치료하기 위해 나타났기 때문에 여러 가지 문제점이 나타나고 있다. 여기서는 이런 치료 프로그램을 일선학교에서 교사가 직접 적용해 볼 수 있게 문제점을 파악하고 실제적으로 학생들에게 적용해서 더 나은 치료프로그램을 탐색해 보도록 하겠다.

1.2 연구의 내용 및 방법

본 연구는 초등학교 학생의 컴퓨터 게임 중독치료 방안을 학생들에게 적용해 보고 더 나은 치료프로그램을 탐색해 보는 것이다.

본 연구는 경남 고성 00초등학교 5, 6학년 학생 각기 1명씩을 선정하여 인터넷 게임 중독 처치 효과를 적용해 보고 그 처치전과 후의 생활태도비교, 컴퓨터 사용 시간 비교, 학업 성취도의 비교를 통하여 효과적인 치료방안을 분석, 탐색해 보는 것이다,

본 연구의 기간은 2006년 3월부터 2006년 6월까지로 먼저 중독 학생을 선별해서 그 학생들에게 치료법을 처치한 후 생활 태도의 변화와 심리 상태의 변화 및 학업 성취도의 변화 등을 면접과 관찰 등으로 조사해 볼 것이다.

1.3 선행연구

컴퓨터게임에 관련된 선행연구들을 살펴보면 크게 두 가지 내용으로 분류될 수 있다. 첫째, 컴퓨터 게임을 교육에 활용한 연구들이다. 둘째, 컴퓨터게임이 생활에 미치는 영향에 관한 연구들이다. 본 연구논문에서는 둘째 생활에 미치는 영향중 중독에 빠진 학생들을 어떻게 하면 치료할 수 있고 치료 방안 처치 전후의 생활태도와 컴퓨터 사용 시간 비교 등을 통하여 그 효과에 관하여 알아보도록 하겠다.

컴퓨터게임이 생활에 미치는 영향을 살펴보면 크게 두 가지 입장으로 나눌 수 있다. 먼저 부정적인 입장에서는 컴퓨터 게임이 대부분 폭력적, 파괴적, 선정적인 점을 들어 모방 심리를 부추기고 사회적 일탈행동을 유발하며 공격성을 키우며 컴퓨터세계란 가상현실에 고립되게 된다. 그래서 지나친 컴퓨터게임은 대인관계를 기피하게 되고 개인적 성향을 키우게 되어 사회성을 저하시킬 수 있으며 지나친 몰입은 중독현상을 일으켜 몸 건강상태가 나빠지며 거친 행동과 언어를 자극하는 등 여러 가지 부정적인 면이 있다고 주장한다.[7]

반면에 컴퓨터게임의 긍정적으로 이해하고 잘 활용하면 여러 가지 교육적 효과가 있다고 주장하는 쪽에서 컴퓨터 게임이 인간 욕망을 대리 충족시킬 수 있으며 높은 난이도의 지적 능력, 집중력, 사회성, 상상력과 창의적 사고능력을 향상시킬 수 있다고 주장한다.

위의 두 주장은 각기 컴퓨터가 지닌 속성이나 기능을 잘 대변해준다. 이렇게 컴퓨터게임의 교육적 기능은 양면성을 지닌다. 여기서는 두 입장 중 부정적인 입장의 면에서 중독된 학생의 평소 학교나 가정에서의 생활 모습을 알아보고 그 중독을 치료할 방안을 적용해 보아서 적용효과를 파악하여 더욱 더 신뢰할 만한 치료방안을 찾아보도록 하겠다.

2. 인터넷게임의 중독

2.1 우리나라 학생의 인터넷게임중독 현황

현재 우리나라 학생의 컴퓨터 사용현황

청소년 중 18%가 게임중독 증세를 보임

-우리나라 전체 초등학교생의 93%, 중학생의 95%가 게임을 하고 있음(청소년보호위원회, 2001)[8]

-게임산업개발원이 심재철위원에게 제출한 국감자료에 따르면 우리나라 게임이용 청소년 중 18%가 게임중독 증세를 보이고 있는 것으로 밝혀졌다. 이는 2001년 문화관광부 조사 결과 10.6%에 비해 급격하게 증가한 것이다. 계

임 중독 증상은 게임을 장시간 이용함에 따라 내성, 금단, 조절능력 상실, 강박적 의존 등의 증세를 보이는 것을 의미한다.

-게임 중독은 다양한 신체증상을 야기할 뿐만 아니라 가족 간의 갈등, 대인관계 부적응, 학교생활의 어려움, 성적 하락 등의 제반문제를 일으키며, 특히 각종 비행 및 청소년 범죄와 연루된다.

-청소년들의 게임중독 현상이 심해짐에 따라 이에 따른 악영향도 증가하고 있어 시급한 대책이 필요하다. 또한 그 중독 연령이 갈수록 저령화 되는 등 게임중독의 심각성이 날로 악화되고 있다.

<표 1> 청소년 게임 하루 이용 시간

하루사용시간	빈도(%)
1시간미만	13.8%
1-2시간	39.5%
2-3시간	20.6%
3-4시간	8.6%
4-5시간	3.2%
5시간 이상	3.2%

- 평일에는 평균 1시간 43분, 휴일에는 2시간 43분의 게임을 하고 있으며 이들의 73%가 주로 온라인 게임을 하고 있음.

2.2 게임의 순기능과 역기능

“컴퓨터 게임을 즐기는 어린이들은 영리하고 학습능력이 뛰어나며, 결국 대학에 진학해 좋은 직장을 갖는 것으로 확인됐다. (청소년 127명을 5년간 조사한 결과 보고, 2000년 영국 내무부 보고서)[9]

“게임은 문화적 도구(Cultural Tool)로서 테크놀리지에 친숙하게 해 하이테크 세계에 대한 접근을 유도하고, 게임속의 상호작용을 통해 체험적 학습능력이 향상되며 컴퓨터를 사

용하는 직업에 필요한 능력을 개발시킨다. (미국 심리학자 그린필드)[10]

“게임이용은 인터넷과 외국어 실력향상, 게임제작 경험 증대, 자신감과 집중력 향상 등에서 긍정적인 영향을 가져오며 게임이용자의 대다수는 컴퓨터 정보통신 분야로 진로를 확고히 하고 있다.” (문화관광부 2001 보고서)[11]

게임은 역기능 못지 않게 순기능도 존재한다. 순기능 중 대표적인 것이 게임의 보편화로 인한 문화의 다양성 증가이다. 게임의 종류가 다양해지고 게이머들의 연령과 성별 또한 다양해지면서 헤어스타일, 의상, 언어 및 행위의 유형도 다양해졌다. 사회 전반의 유연성 강화라는 긍정적 결과를 가져왔다. 또 평소 발견하지 못한 자신의 새로운 면을 익명성을 통해 확인함으로써 자신감을 얻게 되는 긍정적 자아발견도 이룰 수 있다. 게임 장르의 개발이 확산돼 앞으로 가족과 개인의 여가활동에도 게임이 주요 대상으로 부상할 것으로 보인다. 이와 함께 스트레스 해소, 긍정적 사회화 과정 등 게임을 통해 얻을 수 있는 긍정적 효과는 대수이다.

반면 부정적 측면 역시 크게 부각되고 있다. 대표적인 것이 게임중독이다. 게임중독이란 과도한 게임으로 정신적, 육체적, 물질적으로 생활에 지장을 받고 있는 상태를 말한다. 특히 온라인게임은 컴퓨터와 인간이 아닌 사람과 사람이 경쟁, 협력하는 게임으로 중독성이 더 강하다. 게임중독 증상은 스스로 통제가 불가능하며 일상생활이 어려워지고 대인기피증이 보인다. 증상이 심하면 가출해 PC방을 전전하기도 하고 학교, 직장을 그만두기도 한다. 이러한 게임중독의 결과는 무엇보다도 심리적인 문제가 가장 크다. 게임몰입이 극대화 되면 편집증과 같은 심리적인 문제를 가져올 수 있기 때문이다. 지나친 몰입은 게임과 자신의 방에만 고착화될 수 있으며 사회적 관계를 멀리하게 돼 사회성에도 문제가 발생할 수 있다. 또한 가상현실과 현실의 경계를 구분하지 못하는 정신적 문제도 발생한다. 장시간 고정

된 자세로 앉아있어 신체상의 건강악화를 발생할 수 있으며 학습시간이 줄어들어 학습장애로 발전할 수 있다. 성인의 경우 음란, 폭력성에 따른 사회문제도 간과할 수 없는 상황이다.

게임중독은 타인이제도 피해를 끼친다. 지난 2002년 검거된 사이버범죄자 중 10대 청소년은 37.6%로 1위를 차지했다. 청소년들이 관여된 사이버 범죄는 해킹, 사기, 개인정보 침해, 명예훼손, 불법사이트 운영 등 다양하지만 게임관련 사기가 단연 1위를 기록하고 있다.[12] 또한 지난해 경찰에 검거된 사이버범죄자는 전국 3만6148명이며 이 중 10대는 9391명으로 26.0%를 차지했다. 이밖에 20대 1만3296명(36.8%), 30대 8176명(22.6%), 40대 3337명(9.2%), 50대 이상 1948명(5.4%) 순으로 집계됐다. 10대 사이버범죄자는 2001년 2193명, 2002년 8205명, 2003년 1만187명, 2004년 9391명으로 4년 사이에 4배 증가했다.

3. 질적 연구에 관한 내용

3.1 질적 연구의 개념

질적 연구의 정의

질적 연구에 대해 김영석(1999)은 “질적 연구는 인과관계를 기능적 모델을 통해 설명하고, 통계적 방법과 예측적 용어를 사용해서 이들 변인간의 관계를 밝히는 양적 연구의 상대적 개념이다. 즉, 사회과학과 자연과학은 다르다”는 전제 하에 사회과학 고유의 철학적 방법론적 문제를 규명하고, 이 문제를 의미의 해석을 통해 이해하려는 연구방법”이라고 정의하고 있다.

Anselm Strauss & Juliet Corbin(1990)은 질적 연구에 대해 통계 과정을 거치거나 다른 양적 방법을 사용하지 않은 연구라고 정의하고 있다. 인간의 삶, 이야기, 행동, 조직의 기능, 사회 운동, 상호 관계 등이 주 대상이다. 특히 질적 연구의 개념에 대해 다양한 사람들이 다양한 의미를 지니고 있기 때문에 복합적

인 개념이라 설명한다.

Punch(1998)는 “질적 연구 방법은 복합적이고, 변화하고, 논쟁이 되고 있는 영역에 있다. 그러므로 질적 연구는 하나의 완성된 실체가 아닌 다양한 가능성을 포괄하고 있는 우산과 같은 개념이라고 할 수 있다.”며 질적 연구의 다양성을 제시했다.

Merriam(1988)은 질적 연구에 대해 6가지 가정을 세웠는데

1. 질적 연구자는 결과나 생산물보다는 과정에 관심을 가지고 있다.
2. 질적 연구자는 사람들이 그들의 생활, 경험, 세계관에 대해 어떻게 의미를 부여하는가와 같은 의미에 관심을 갖고 있다.
3. 질적 연구자 자신이 자료를 수집하고 분석하는 도구이다. 자료는 인위적인 도구나, 질문지, 기계와 같은 것에 의해서가 아니라 사람에 의해 다뤄진다.
4. 질적 연구는 현장 활동을 포함하고 있다. 연구자는 자연 상태의 활동을 관찰하고 기록하기 위해 물리적으로 여러 환경과 조직, 사람들을 만나게 된다.
5. 질적 연구는 연구자가 언어나 그림을 통해 얻은 과정, 의미, 이해 등에 관심을 갖고 이를 기술적으로 다루게 된다.
6. 질적 연구 과정은 연구자가 추상화, 개념, 가설, 이론 등을 세우는 귀납적인 방법이다. 질적 연구는 위에서 보듯이 다양하게 정의되고 있다. 이를 종합해 본다면 “질적 연구란 귀납적 방법을 이용해 과정에 초점을 맞춘 현상의 의미를 해석하는 연구”라고 간략하게 정의 내릴 수 있다.

3.2 질적 연구와 양적 연구의 차이

질적 연구와 양적 연구의 차이

Dabbs(1982)는 질적 연구의 개념을 어떤 것에 대한 본질적 특성이라 했고, 양은 무언가의 총액이라고 규정했다. 특히 질적 연구는 어떤 것의 무엇, 어떻게, 언제, 어디서를 지칭하는

것이기 때문에 질적 연구는 어떤 것에 대한 의미, 개념, 정의, 특성, 은유, 상징, 기술이라고 했다. 반면 양적 연구는 어떤 것의 측정과 계산을 가리킨다고 했다.

4. 중독증 치료법

4.1. 자가 증상확인법

<표2>게임중독의 증상

항 목	O	X
1. 꼭 해야 할 일이 없으면 거의 모든 시간을 게임하는데 보낸다.		
2. 게임을 하고 있지 않는데도 게임을 하는 느낌이 들 때가 있다.		
3. 게임을 한 이후로 해야 할 일이나 물건을 잃어버리는 등 건망증이 늘었다.		
4. 반드시 해야 할 일이 있어도 게임을 그만둘 수 없다.		
5. 게임 때문에 시험(일)을 망친 적이 있다.		
6. 게임을 통해서 내가 할 수 없는 일을 할 수 있다고 느낀다.		
7. 게임을 안 하는 날이 거의 없다.		
8. 컴퓨터를 켜 후 가장 먼저 게임을 시작한다.		
9. 게임을 하지 못할 때면 짜증나거나 화가 난다.		
10. 게임을 하는 것 때문에 가족들과 다툰 적이 있다.		
11. 게임 때문에 밤새운 적이 많다.		
12. 게임을 하는 도중 주인공이 다치거나 죽으면 마치 내가 그런 느낌이 든다.		
13. 게임을 하다가 고함을 치는 경우가 많다.		
14. 내가 현실생활보다는 게임에서 더 유능하다는 느낌이 든다.		
15. 게임시간을 줄이려고 노력하는데도 번번이 실패한다.		
중독 증세 자기 진단결과 <예>라고 응답한 항목의 모두 ()개 입니다.		

10 ~15개	컴퓨터 게임 중독일 가능성이 많으므로 전문가와 강의가 필요합니다.
5 ~10개	컴퓨터 게임 때문에 생기는 문제점들을 살피고 현실세계에서 자주 어울리도록 노력해야 합니다.
0 ~ 5개	컴퓨터 게임을 휴식시간 등에 잘 활용하는 편으로 시간 계획을 세워 사용하는 것이 좋습니다.

<표3>자가 증상 확인법

4.2 중독의 징후

피로 (만성적 피로)
졸음 (수면 부족으로 인한)
수업집중곤란
성적의 하락
빠른 귀가 혹은 늦은 귀가
친구관계의 단절 혹은 변화
취미생활의 상실
짜증이 많고 충동적인 반응
반항과 불복종
언어와 맞춤법의 변화
주말 외박
잡은 지각 혹은 갑작스런 결석

4.3 현 치료센터의 치료법

4.3.1. 심리적 환경적 상태에 대한 정확한 이해와 평가

인터넷 중독에 이를 수밖에 없었던 아이의 정서적 환경적 원인에 대한 정확한 이해와 파악은 중독을 벗어나기 위한 무엇보다도 중요한 단계이다.. 원인이 파악되지 않은 치료는 일순간의 미봉책에 불과하기 때문이다.

4.3.2. 원인이 되는 심리적 갈등과 정신적 문제의 해결

아이에 대해 이해되고 파악된 결과에 따라서 그 원인 해결을 위한 치료적 접근이 필요하다.

4.3.3. 뉴로피드백

-게임에 대한 욕구를 줄여준다.

인터넷에 중독이 되었다 함은 이미 뇌의 깊은

곳에 중독에 대한 갈망이 저장되어 스스로의 의지로는 조절이 어려운 상태로 뇌기능이 학습되어 있다는 것을 말한다. 뉴로피드백 훈련을 통해서 이러한 갈망을 줄여주기 때문에 게임을 줄이거나 중단하기가 훨씬 용이해진다.

4.3.4. 약물치료

현재의 심리적 상태와 주의집중력 상태에 따라서 약물치료의 도움이 필요할 때가 있습니다. 주의력 결핍이나 우울 불안 문제, 등은 약물치료로 많은 도움을 받을 수 있습니다.

4.3.5. 부모 교육

무엇보다도 중요한 것은 아이의 현재 상태와 인터넷 중독에 대한 부모의 이해와 파악입니다. 체계적인 부모 교육 프로그램으로 부모 역할의 효율성을 극대화시킬 수 있습니다.

4. 4 현 치료법의 문제점

4.4.1 정확한 대상이 불명확하다

4.4.2 치료 아동에 대한 선입관에 빠지게 된다.

4.4.3 고가의 치료비가 요구된다.

4.4.4 직접 찾아가야 한다.

4. 5 교육현장에 맞는 치료법연구

조사, 작성, 적용, 비교, 개선

5. 결론 및 제언

컴퓨터게임은 이미 학생들 문화의 일부로 자리 잡았다. 본 연구에서도 알 수 있듯이 컴퓨터게임의 긍정적인 기능과 부정적인 기능은 대부분의 교사나 학부모들은 알고 있다. 또 이런 게임중독에 걸린 학생들이 심리적으로나 사회적으로 많은 문제점들이 있음을 알지만, 이런 학생들을 치료할 방법이나 과정은 전문적인 클리닉 위주로 짜여져 있다. 본 연구에서는 이런 전문적인 치료프로그램을 우리가 평소 학급이나 가정에서 해당 학생과 학부모, 교사가 서로 연계하여 조금 더 직접적이고 효과적인 치료방안을 탐색해 보도록 하였다. 본 연

구는 현재 진행 중인 연구로써 완벽하지는 않지만 게임중독의 증상이나 자가 진단법, 외 몇 가지 전문 클리닉에서의 치료프로그램을 제시하였다. 앞으로 이런 전문치료프로그램을 재구성하여 수정 후 투입, 테스트해 보아야 할 것이다.

참고문헌

[1] 2001년 대한민국 통계청

[2] 김봉수 학습클리닉 <http://sooclinic.net>

[3] 게임중독 M&H 클리닉

<http://www.mindnhealth.co.kr>

[4] 나우 소아청소년 클리닉 -

<http://www.nowclinic.co.kr>

[5] 게임중독치료센터

<http://www.gameclinic.com>

[6] 강지윤 신경정신과

<http://www.i-clinic.co.kr>

[7] 구성옥, 맹승렬, 유관희. "컴퓨터 게임과 학업성취도와의 관계연구", 컴퓨터교육학회, 2005

[8] 청소년 보호위원회 2001년

[9] 2000년 영국내무부 보고서

[10] 미국심리학자 그린필드

[11] 문화관광부 2001 보고서)

[12] <http://cafe.naver.com/nemo05/848>

문. 1998

그 외 참고 자료

송원영, "자기효능감과 자기통제력이 인터넷의 중독적 사용에 미치는 영향", 연세대학교 대학원 석사학위 청구

연정흠, 안미리 "실업계 고등학생들의 인터넷 중독 요인 조사", 한국컴퓨터교육학회 제8권 1호, 2004

김윤덕, 김민기, 권오성 "컴퓨터채팅이 아동들의 언어생활에 미치는 영향", 2001년 하계 한국정보교육학회 학술발표논문집, 2001