

중·고등학생과 비교한 초등학생의 인터넷 중독 실태와 영향 요인*

조미현

청주교육대학교 컴퓨터교육과

요약

10대 학생들의 인터넷 사용이 증가하고, 인터넷이 그들의 일상생활에서 중요한 영역을 차지하게 됨에 따라서 인터넷 중독에 대한 우려의 목소리가 커지고 있다. 본 연구는 학생들을 대상으로 사용할 수 있도록 국내에서 개발된 '인터넷 중독 자가진단 척도'를 사용하여 10대 학생들의 인터넷 중독 실태를 분석하고, 초등학생의 중독 수준과 중·고등학생의 중독 수준을 비교하였다. 또한 인터넷 중독에 영향을 주는 요인에 대해서 알아보고자 '인구학적 배경', '인터넷 사용 경험', '가족 관련 특성', '사회적 활동' 등과 같은 4가지 영역에서 18가지의 요인들을 선정하여, 각 요인별로 학생들의 인터넷 중독 수준에 따라서 유의미한 차이가 있는지를 분석하였다. 전국 규모로 1,155명의 초등학생과 1,882명의 중·고등학생들을 대상으로 2005년 7월에 인터넷 중독의 실태에 대한 설문조사를 실시한 결과, 초등학생의 5.0%에 해당하는 학생들이 고위험 사용자군으로 그리고 19.7%의 학생들이 잠재적위험 사용자군으로 분류되었다. 또한 초등학생의 중독률이 중·고등학생의 중독률보다 통계적으로 유의미하게 더 높은 것으로 나타났다. 한편 초등학생의 경우에 성, 하루 인터넷 사용 시간, 사용 목적, 부모 관계 만족도, 부모의 인터넷 사용 간섭, 가족 대화 시간, 학교 생활만족도 등에 대해 중독 수준 집단 간에 유의미한 차이가 나타나 주요 영향 요인으로 발견되었다.

The Current Status and Affecting Factors of Elementary Students' Internet Addiction in Comparison with Secondary Students

Miheon Jo

Cheongju National University of Education Dept. of Computer Education

ABSTRACT

As teenagers' Internet use increases and Internet takes an important part in their everyday lives, many people become concerned with Internet addiction. In this study, I attempt to analyze the current status of teenagers' Internet addiction using an evaluation tool developed for students, and to compare elementary students' Internet addiction level with secondary students. Also I analyze factors affecting Internet addiction. For the analysis, 18 variables are selected from the areas such as demographic background, the experience of Internet use, family-related traits and social activities. A survey was conducted to 1,155 elementary students and 1,822 secondary students selected from nationwide schools. The main finding of this study is that among the elementary students 5.0% of the sample students are in the stage of serious addiction, and 19.7% in the stage of early addiction. In addition, the level of elementary students' Internet addiction is significantly higher than the level of secondary students. Also, the degree of elementary students' Internet addiction is significantly affected by some factors such as gender, surfing time, surfing purpose, satisfaction with parental relationship, parents' interference in Internet use, conversation frequency among family members, and satisfaction with school life.

Keywords: Teenagers' Internet Use, Internet Addiction

* 이 논문은 2004년도 한국학술진흥재단 지원 연구(KRF-2004-B00413)의 '기초 연구'로 수행되었으며, 2004년도 청주교육대학교 자유공모연구과제 지원에 의하여 연구되었음.

1. 서론

“맷돌은 봉건 영주를 있게 했고, 증기기관은 자본가가 있는 사회를 만들었다”는 Karl Marx의 지적과 같이 새로운 기술은 개인과 사회의 변화를 가져올 수 있다[13][23]. 특히 다양한 잠재력을 갖춘 인터넷은 이제 생활 속에서 필수화됨에 따라서 사회의 곳곳에서 변화를 가져오는 강력한 매개체가 되고 있다.

특히 10대 청소년들의 인터넷 사용율은 남자 평균 98.7%와 여자 평균 96.9%로 20대~50대 이상의 연령층과 비교할 때, 제일 높은 비율을 보이고 있고[20], 이제 청소년들에게 인터넷은 정보습득, 의사소통, 감정표출 등을 위한 주요 수단인 동시에 가상의 생활 공간으로 인정받고 있다[3][9]. 이와 같이 10대 청소년들의 인터넷 사용율이 증가하고 인터넷이 그들의 일상생활에서 중요한 영역을 차지하게 됨에 따라서, 청소년들은 감성이 불안정하고, 판단력이 부족하며, 주위 환경에 대한 불만이 많기에 그들을 대상으로 한 인터넷 사용의 역기능에 대해 우려하는 목소리가 높아지고 있다.

인터넷의 오용 또는 남용에 따른 역기능은 다양한 형태로 나타나고 있다[23][24][27]. 신발과 옷을 사기 위해 음란물 사이트를 운영한 학생들, 자살 사이트를 방문했다가 그 유혹에 빠져 목숨을 끊은 학생들, 자신을 비난하는 글을 읽고 수치심에 목숨을 끊은 학생들, 가상 세계에서 느낀 분노를 현실 세계에서 폭력으로 양갓음을 한 학생들, 폭력 게임을 통해 느낀 호기심으로 친동생을 살해한 학생 등이 인터넷 역기능의 심각함을 나타내는 최근의 뉴스들이다.

특히 인터넷 사용의 역기능 중에서 인터넷 중독에 대한 우려가 크다[2][3][9][18]. 인터넷 중독은 가상공간의 활동에 집착하고 의존하여 기분의 변화, 내성현상, 금단 현상 등과 같은 여러 가지 형태로 나타난다[17][22]. 인터넷 중독은 또한 학생들의 경우에 학업 지장, 일상생활 부적응, 대인관계 장애, 신체적·정신적 이상 현상 등을 경험하게 되어 현실 생활에 지장을 받게 된다[5][6][12].

인터넷 중독을 알코올 중독과 유사한 질병으로 간주하여 많은 병원들이 그 치료 프로그램을 개발하고 있으며, 전문으로 온라인 상담과 치료를 하는 기관들

도 최근에 증가하고 있다. 그러나 이러한 조치들은 사후 대처적인 것이며, 인터넷 중독을 예방하고 문제의 근본을 해결하기에는 한계가 있다[21]. 이에 인터넷 중독을 야기하는 요인들이 무엇인지를 알아보고, 그 요인과 관련한 예방책을 마련하는 노력이 필요하다.

또한 이와 같은 예방책을 마련함에 있어서 이제까지 대부분의 연구들(예: [5][6][11][12][14][22])이 간호학, 의학, 심리학 등의 분야에서 이루어졌다는 사실을 주시할 필요가 있다. 이 연구들은 인터넷 중독과 우울, 불안, 적대감, 공포, 낮은 자존감 등과의 관련성을 밝혔다는 면에서 가치를 갖지만, 정신병리학적인 면에 치우쳐서 교육적인 측면에서의 영향 요인들을 살펴보고 그에 대한 대책을 제시하지 못하였다.

이와 더불어서, 인터넷 중독에 초점을 두고 교육 분야에서 행하여진 연구들의 경우에도 몇 가지 문제들이 존재한다. 먼저 10대 청소년들을 대상으로 2000년과 2001년에 수행된 3편의 연구들을 살펴보면, 각각 4.8%, 29%, 50% 등의 중독률을 보고한 바와 같이 선행연구들의 결과가 매우 큰 차이를 보였다는 점을 고려할 때, 이 연구들이 신뢰도 높은 측정 도구를 사용하지 못하였고 각 연구 결과들의 상호비교가 어렵다는 문제를 지적할 수 있다[3]. 또한 최근 초등학생들의 인터넷 사용이 급증하고 있음에도 불구하고 초등학생의 인터넷 중독 실태에 초점을 둔 연구가 부족하며, 더 나아가서 10대 청소년들 중에서도 초등학생들의 판단력이 더 부족함에 따라서 초등학생과 중·고등학생의 중독률을 비교·분석한 연구가 매우 부족한 것이 현실이다.

따라서 본 연구는 이와 같은 필요를 고려하여 한국정보문화진흥원이 우리나라의 현실에 맞고, 학생들을 대상으로 사용이 가능하며, 표준화와 타당화 과정을 거쳐 개발한 인터넷 중독 자가진단 척도를 사용하여, 전국의 초·중·고등학생들을 대상으로 인터넷 중독의 현황을 알아보고, 중·고등학생들과 비교한 초등학생들의 중독 실태를 파악하고자 하였다. 또한 인터넷 중독에 영향을 주는 요인들을 인구학적 배경, 인터넷 사용 경험, 가족 관련 특성 그리고 사회적 활동의 측면에서 분석하고자 하였다.

2. 이론적 배경

2.1 인터넷 중독의 특성과 원인

인터넷 중독이란 자기도 모르게 컴퓨터에 접속하여 시간을 보내며 마음의 위안을 얻는 ‘집착’, 인터넷을 사용하지 않으면 불안하여 무슨 중요한 일이 일어났을 것으로 생각하는 ‘급단’, 컴퓨터를 끄기가 힘들어 지며 오래 사용해도 작업 효율이 떨어지는 ‘내성’ 등 다양한 현상을 야기하며, 이로 인해 일상생활의 장애가 유발되는 증상을 의미한다[3][17]. 인터넷 중독은 게임 중독, 채팅 중독, 음란물 중독, 가상과 현실 세계의 혼동, 자료 중독(게임, 유틸리티, 음란물, 영화 등) 등과 같이 다양한 형태로 나타난다[9].

이러한 인터넷 중독은 마약, 약물 복용, 본드 흡입 등의 물질 중독과는 다른 특징을 갖는다. 인터넷 중독의 특징을 몇 가지로 정리하면 다음과 같다[1][4].

- 기계 중독으로서, 가상의 공간에서 이루어지는 행동이 다른 종류의 중독에 비해 훨씬 다양하다.
- 타인과의 상호작용이 가능하여 가상공간과 실제상황과의 구분을 모호하게 하며, 현실 도피라는 속성이 강하다.
- 알코올, 도박 등의 중독은 부정적으로 인식되는 것과는 달리 인터넷은 그 순기능이 더 부각되어 중독 현상이 적응적인 행동으로 해석될 수 있다.
- 중독 수준에 이른 사람도 자신이 중독자라는 사실을 부정하는 경향이 많다.

대부분의 정신 질환과 마찬가지로 중독 역시 다면적인 특성을 갖기에 그 원인을 진단하기 위해서는 다양한 요인들을 고려해야 한다[1]. 인터넷 중독 역시 마약이나 도박의 쾌락과 같이 인터넷을 사용하는 가운데 여러 가지 강화나 보상을 제공하여 개인의 욕구를 충족해주며, 여러 가지 주변 환경의 변화가 인터넷 중독을 야기하기도 한다. 인터넷 중독에 영향을 주는 강화 및 보상 요인, 변화 요인 등을 ‘인터넷 자체요인’, ‘개인적 요인’, ‘가정·사회적 요인’ 등의 항목으로 나누어 정리하면 <표 1>과 같다[2][3][9][21][24][27][29].

<표 1> 인터넷 중독 원인

항목	영향 요인
인터넷 자체요인	<ul style="list-style-type: none"> •여러 사람을 쉽게 만나고 사귄 수 있는 기회 제공 •쌍방향 커뮤니케이션 강화 •비언어적 반응이 보이지 않기에 자신을 쉽게 표현 •타인의 감정과 생각들을 몰래 훑쳐보기 •지속성이 있는 개별 전자 기록 남기기 •원하는 정보를 다방면에서 습득 •시공간의 제약 없이 사용 •영화, 음악, 오락 등 유희적 요소 제공
개인적 요인	<ul style="list-style-type: none"> •현실 세계의 실패, 불안 등에 대한 보상 수단 •개인의 정체성 기만과 은폐의 수단 •정서적 투사효과 •사회적지지 기반 습득 •자신의 숨은 성격 발현
가정·사회적 요인	<ul style="list-style-type: none"> •부모와 자녀간의 대화 감소 •자녀들이 독자적인 방을 갖는 등 주거형태의 변화 •자녀의 학원 수강 등 부모들의 인터넷 가치관 문제 •건강한 놀이 문화 부족 •대학입시 위주의 교육에 따른 스트레스 증가 •친구 간 따돌림 현상 증가 •인터넷에 대한 올바른 교육의 부재 •PC방, 상업적 사이트 등의 증가

2.2 10대 청소년들의 인터넷 사용 특성

2.2.1 인터넷 사용율과 관심

전국 규모로 살펴본 인터넷 사용율은 지난 여러 해 동안 지속적으로 상승하여 왔다. 2004년도 조사 결과, <표 2>에 정리된 바와 같이 10대 청소년들은 남학생 98.7% 그리고 여학생 96.9%로 다른 연령층에 비해서 매우 높은 사용율을 보이는 것으로 밝혀졌다[20].

<표 2> 연령별 인터넷 사용율 단위: %

연령층	남자	여자
10대	98.7	96.9
20대	95.7	93.3
30대	91.7	85.3
40대	72.9	62.1
50대 이상	36.7	20.8

한편 한국방송광고공사가 주관하여 TV를 비롯한 6대 주요 매체에 대한 관심도를 전국 규모로 6,000명을 대상으로 알아본 결과는 <표 3>에 정리된 바와 같다. 6점 척도로 알아본 결과, 응답자 전체로 볼 때 TV에 대한 관심이 4.7로 가장 높았으며, 인터넷이 4.1로 다음 순위로 나타났다[20]. 성과 연령에 따른 관심도를 살펴본 결과, 남자와 여자 모두 10대의 청

소년들이 다른 매체나 다른 연령층과 비교할 때 인터넷에 대해 가장 높은 관심도를 보였다.

<표 3> 6대 매체에 대한 성별·연령별 관심도

	전체	남자					여자						
		남자 전체	10대	20대	30대	40대	50 이상	여자 전체	10대	20대	30대	40대	50 이상
TV	4.7	4.7	4.8	4.6	4.6	4.6	4.8	4.8	5.0	4.8	4.7	4.7	4.9
라디오	2.9	2.9	2.1	2.8	3.2	3.2	2.9	2.9	3.0	3.0	3.1	2.9	2.6
신문	3.6	3.7	2.7	3.5	3.9	4.2	4.0	3.4	2.9	3.4	3.6	3.8	3.1
잡지	2.7	2.4	2.2	2.6	2.5	2.5	2.3	3.0	3.3	3.5	3.1	3.0	2.4
인터넷	4.1	4.3	5.3	5.0	4.6	3.9	2.7	4.0	5.3	4.9	4.3	3.5	2.2
케이블/위성	3.3	3.3	3.6	3.5	3.3	3.3	3.1	3.2	3.8	3.4	3.2	3.0	2.9

2.2.2 인터넷 몰입의 이유와 효과

인터넷 중독에 걸린 10대 청소년들은 부모가 자신을 인정해주지 않으며, 집안에 답답하게 갇힌 것 같다고 말하는 경우가 많다[4]. 선진국에 비해 청소년들의 놀이 공간이 매우 부족하고 초등학교부터 입시 위주의 과중한 학업 부담 속에서 살아가고 있는 청소년들의 현실을 고려할 때, 인터넷 중독 비율이 더욱 증가할 것으로 예상된다. 청소년들이 인터넷에 몰입하게 되는 이유는 다음과 같은 몇 가지로 정리할 수 있다[2][4][5][6][27][28].

- 가상공간에서 자아 정체감을 탐색하면서 자신의 정체성에 대한 불안정감을 통제할 수 있다.
- 자신을 나타내는 부담에서 벗어나서 여러 사람들을 자유롭게 만나서 소속감을 느낄 수 있다.
- 물리적으로는 가족과 떠나지 않으면서, 가상공간에서 부모의 통제에서 벗어나서 모험을 할 수 있는 수단이 된다.
- 학업, 친구관계, 가족문제 등 여러 가지 스트레스로부터의 탈출 욕구를 갖고 현실적인 문제를 극복할 수 없을 때, 현실세계와 다른 가상의 도피처를 인터넷에서 찾음으로써 마음의 안식을 찾을 수 있다.
- 자신을 밝히지 않고 자유롭게 자신의 생각을 표현하고 원하는 것을 볼 수 있다.
- 비슷한 고민이나 관심을 가진 사람들과 대화를 통해 사회적인 지지를 얻을 수 있다.

청소년들의 인터넷 사용과 인터넷 중독과의 상관관계를 살펴본 연구들[2][3]이 학교 성적 하락, 공부에 대한 관심 하락, 학교생활에 대한 관심 하락, 교우관계 악화, 부모님과의 대화 단절, 부모님과의 관

계 악화 등의 현상이 나타난다는 사실을 지적한 바 있다. 이 외에도 다음과 같은 중독으로 인한 효과가 나타날 수 있다[4][11][24].

- 온라인상의 상호작용에 많은 시간을 할애하여 현실세계에서의 친구 관계를 소홀히 함으로써 사회적인 고립을 초래할 수 있다.
- 현실세계에서 필요한 타인의 입장에 대한 이해가 가상공간에서는 요구되지 않기에, 오랜 가상공간 활동 경험은 타인을 배려하는 사회적 능력을 감소시키고 친사회적 행동 성향을 약화시킬 수 있다.
- 인터넷에서는 활동에 대한 반응이 즉시 제시되므로 성격이 급하고 충동적으로 변화할 수 있다.

2.3 선행 연구 분석

최근 청소년들의 인터넷 중독에 대해 관심을 갖고 수행한 연구 사례가 증가하고 있다. 이 연구들을 살펴보면 다음과 같은 몇 가지 문제들을 발견할 수 있다.

첫째, 중·고등학생들을 대상으로 한 연구는 다수 수행되었으나, 초등학생들을 대상으로 수행된 연구는 소수에 그치며, 초등학생의 중독 실태를 중·고등학생의 중독 실태와 비교·분석한 연구는 미흡하다[5][18].

둘째, 연구 대상의 수가 적어서 전체 청소년을 대표할 수 있는지에 대해 의문이 제기되는 경우들이 많다[12].

셋째, 청소년들의 인터넷 사용율이 증가하고, 사용 형태가 다양해짐에 따라서 청소년의 인터넷 중독 실태를 주기적으로 평가하고 비교하는 연구가 수행될 필요가 있음[3]에도 불구하고, 개인은 물론 기관에서 수행한 대부분의 선행연구들이 일 회에 그친 분석을 하였다.

넷째, 청소년들의 인터넷 중독에 대한 연구가 우울, 불안, 강박증, 적대감, 불안, 낮은 자존감 등 정신 건강에 초점을 두고 심리학, 간호학, 의학 등의 영역에서 수행된 바 있다[1][5][6][11][12][14][22]. 따라서 교육 분야에 초점을 두고, 그 실태와 교육적인 측면에서의 대책을 살펴보는 연구가 수행될 필요가 있다.

다섯째, 연구에서 사용한 중독 척도의 문제를 지적할 수 있다. 청소년들을 대상으로 한 선행 연구물

들은 최저 2.9%에서 최고 80%까지의 중독률을 보고한 바 있다[12]. 이와 같은 결과의 차이에 대한 원인은 다음의 몇 가지 측면에서 찾아볼 수 있다 [3][12][15][23].

- 높은 중독률을 보고한 연구들은 주로 온라인설문을 사용하여 자신이 인터넷 사용상에 문제가 있다고 느끼는 사람들이 설문에 응했을 가능성이 높다.
- 많은 연구들이 Young의 척도[28]에 너무 의존하거나 관련 이론을 척도에 충분히 반영하지 않았다.
- Young의 척도는 성인용으로 제작된 것이며, 우리나라의 상황에 맞게 표준화되지 않았다.
- Young의 척도 기준은 중독자에 대해서 지나치게 엄격하게 진단하는 반면 중독 가능자의 범위는 너무 광범위하게 측정하는 경향이 있다.
- 연구에 따라서 척도를 오용한 사례들이 많다. (예: 20문항을 8문항으로 조정, 5점 척도를 2점 척도로 수정, 중독 판정 기준을 연구에 따라 수정, 변안 과정에서 연구자가 문항을 변용)

3. 연구 방법

3.1 연구 대상

본 연구는 전국의 초·중·고등학교들 중에서 지역별 분포를 고려하여 대상 학교들을 표집하고, 초등학교에서는 5, 6학년 학생들을 그리고 중학교와 고등학교에서는 각각 1, 2학년 학생들을 대상으로 2005년 7월에 인터넷 중독 검사를 실시하였다. 총 3,037명의 학생들이 연구에 참여하였으며, 그 학생들의 배경 정보를 정리하면 <표 4>와 같다.

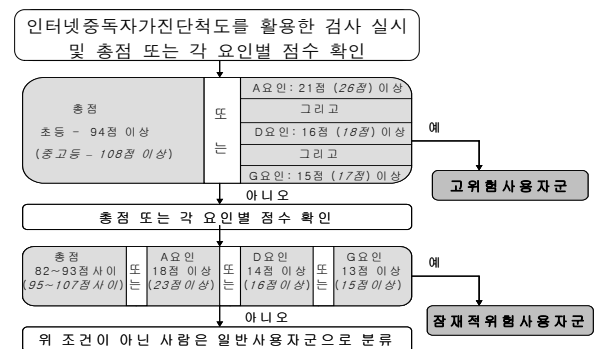
<표 4> 설문 응답 학생들의 배경 정보 단위: %

구분	전체	초등학생	중학생	고등학생		
계	3,037명	1,155명	974명	908명		
지역	광역시·특별시	38.0	36.0	40.7	37.6	
	시	37.2	31.9	38.9	42.1	
	읍/면	24.8	32.0	20.4	20.4	
성	남	54.8	50.2	52.9	62.5	
	여	45.2	49.8	47.1	37.5	
학년	5	46.7	1	53.3	1	52.2
	6	53.3	2	46.7	2	47.8

3.2 연구 도구

인터넷 중독의 실태를 파악하기 위하여 본 연구는 한국정보문화진흥원이 우리나라 학생들의 인터넷 사용 현실에 맞는 도구로 개발한 ‘인터넷 중독 자가진단 척도’를 사용하였다. 이 척도는 인터넷 중독 관련 이론에 기초하여 중독의 제반 증상을 포괄하는 40개의 문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 4점 척도로 평정되며, 문항들은 일상생활장애(A), 현실구분장애(B), 긍정적 기대(C), 금단(D), 가상적대인관계지향성(E), 일탈행동(F), 내성(G) 등과 같은 7가지 요인들로 구분된다[17]. 전체 문항은 본고의 <표 8>에 제시되어 있다.

인터넷 중독 자가진단 척도는 중독자 집단을 총 40문항의 총점과 7가지 요인들 중에서 일상생활장애(A), 금단(D), 내성(G) 등과 같은 3가지 요인 각각의 합계를 사용하여 분류한다[17]. 이 척도를 사용하여 중독자 집단을 분류하는 절차는 [그림 1]에 정리된 바와 같다.



[그림 1] 중독 집단 분류 절차

* 괄호 표시 없는 점수: 초등학생 대상 기준
* 괄호 안에 기입된 점수: 중·고등학생 대상 기준

한편 인터넷 중독의 원인을 파악하기 위하여, 관련 이론과 선행연구물들을 분석[18]하여 인터넷 중독에 영향을 줄 수 있는 요인들을 선별하였다. 중·고등학생을 대상으로 한 선행연구들에서 유의미한 것으로 일관되게 밝혀졌으나 초등학생을 대상으로 한 연구에서 살펴보지 않은 요인, 소수의 선행 연구에서 유의미한 것으로 밝혀졌기에 다시 살펴보아야 할 요인, 청소년을 대상으로 한 선행연구에서 살펴보지 못한 주요 요인, 결과가 일관되지 않은 요인, 주요 요인으로 논의되지만 선행연구에서 유의미하지 않계

나타난 요인 등을 선정하여 18개의 설문 문항들을 작성하였다. 이 요인들은 또한 그 특성에 따라서 '인구학적 배경', '인터넷 사용 경험', '가족 관련 특성' 그리고 '사회적 활동'과 같은 4가지 항목으로 분류될 수 있다. 세부 요인들을 정리하면 아래의 표와 같다.

<표 5> 항목별 인터넷 중독 관련 요인

항목	요인
인구학적 배경	성, 학년, 지역, 과외나 학원 수강 여부
인터넷 사용 경험	인터넷 사용 경력, 하루 사용 시간, 사용 목적, 사용 장소
가족 관련 특성	컴퓨터 소재 장소, 가족 형태, 부모 직업 유무, 부모의 컴퓨터 사용 유무, 부모와의 관계 만족도, 부모의 컴퓨터 사용 간섭 여부, 인터넷 사용 형제(자매)유무, 가족 대화 정도
사회적 활동	친구 관계, 학교 생활 만족도

3.3 자료 분석 방법

설문조사 결과로 수집한 자료를 SPSSWIN 10.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 먼저 [그림 1]에 정리한 평가기준에 따라서 인터넷 중독 수준을 응답 학생 전체와 학교급을 구분하여 분석하였다. 또한 인터넷 중독과 관련이 있는 요인들 각각에 대해 인터넷 중독 수준에 따른 집단간의 차이가 있는지를 알아보기 위하여 교차분석을 실시하여 유의도를 검증하였다.

4. 연구 결과

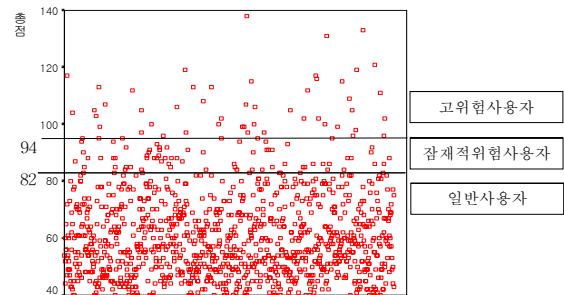
4.1 중독 실태

4.1.1 학교급별 중독 실태 분석 및 비교

인터넷 중독 자가진단 척도를 사용하여 전국의 초·중·고등학교 학생 3,037명을 대상으로 설문 조사를 실시한 결과, <표 6>에 제시된 바와 같이 전체 응답자의 4.0%가 고위험사용자군으로 분류되었으며, 18.5%에 해당하는 학생들이 잠재적위험사용자군으로 분류되었다. 초등학생의 경우, 5.0%가 고위험사용자군으로 그리고 19.7%가 잠재적위험사용자군으로 분류되었다. 총점을 기준으로 하여 점수의 분포와 중독 수준을 분류한 결과를 살펴보면 [그림 2]와 같다.

<표 6> 학교급별 인터넷 중독 수준과 교차분석 결과
단위: %

수준	전체	학교급			교차분석 결과
		초등학생	중학생	고등학생	
고위험 사용자	4.0	5.0	3.2	3.4	$\chi^2=10.572$ $p=0.032$
잠재적위험 사용자	18.5	19.7	19.1	16.3	
일반 사용자	77.5	75.2	77.7	80.2	



[그림 2] 초등학생의 인터넷 중독 응답 총점 분포

초등학생의 인터넷 중독 현황을 중·고등학생의 중독 현황과 비교한 결과는 <표 6>에 제시된 바와 같이 고위험사용자군과 잠재적위험사용자군 모두에서 초등학생의 중독률이 중·고등학생의 중독률보다 더 높았으며, 학교급에 따른 중독 수준에는 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다($\chi^2=10.572$, $p<.05$). 이와 같은 결과는 초등학생들의 인터넷 중독의 심각성을 지적해준다.

4.1.2 선행 연구와의 비교

본 연구와 동일한 척도를 사용하여 전국규모로 초등학생의 인터넷 중독 실태를 조사했던 선행 연구 [18]의 결과와 본 연구의 결과를 비교하면 <표 7>과 같다. 고위험사용자군에 속하는 학생의 비율은 2003년의 연구에서 조금 더 높게 나타났으나, 고위험사용자군과 잠재적위험사용자군에 속하여 인터넷 중독 증상을 보이는 학생의 비율은 본 연구의 결과에서 눈에 띄게 증가한 것으로 드러났다. 잠재적위험사용자군에 속하는 학생 역시 고위험사용자군의 학생과 마찬가지로 학업에 지장을 받으며, 강박증·대인민감성·적대감·우울·공포·불안 등과 같은 심리적인 부정적 증상을 보인다는 사실 [3]을 고려할 때, 이와 같은 증

가 추세를 주시하고 인터넷 중독 예방 및 치료를 위한 대책을 마련할 필요가 있다.

<표 7> 초등학생 대상 인터넷 중독 분석 결과 비교 단위: %

수준	2003년 10월		2005년 7월	
고위험사용자	5.5	17.9	5.0	24.7
잠재적위험사용자	12.4		19.7	
일반사용자	82.1		75.2	

4.1.3 중독 척도 문항별 응답 결과 분석

6개영역으로 구분한 인터넷 중독 자가진단 척도의 문항별 응답(1-전혀 그렇지 않다; 2-때때로 그렇다; 3-자주 그렇다; 4-항상 그렇다) 결과를 전체와 학교 급별로 정리하면 <표 8>과 같다. 영역별로 살펴보면, 초등학생의 경우에 가상적 대인관계 지향성(평균 2.79), 내성(평균 2.54) 그리고 긍정적 기대(평균 2.39) 영역에서 특히 높은 비율의 응답이 보여졌다. 초등학생의 경우로 제한하여 문항별 응답 결과를 또한 살펴보면, 평균이 3.0을 넘은 높은 긍정을 보인 문항은 14번, 24번 그리고 27번이었다. 특히 '오프라인에서보다 온라인에서 나를 인정해주는 사람이 더 많다'는 27번 문항에 대한 응답 평균이 3.09로 나타났다는 사실은 많은 수의 초등학생들이 현실에서 가족, 교사, 친구 등으로부터 인정을 받지 못한다고 느끼며, 그 문제를 온라인에서 해소할 수 있다고 인지하고 있음을 지적하기에 이에 대한 주의와 관심이 필요하다.

<표 8> 영역과 문항별 응답 결과 정리

항목	번호	질문	전체	초	중	고
일상 생활 장애	1	인터넷 사용으로 인해서 생활이 불규칙해졌다.	1.86	1.67	2.01	1.83
	2	인터넷 사용으로 건강이 이전보다 나빠진 것 같다.	1.97	2.03	2.06	1.80
	3	인터넷 사용으로 학교 성적이 떨어졌다.	2.42	2.57	2.56	2.09
	4	인터넷을 너무 사용해서 머리가 아프다.	2.36	2.36	2.46	2.25
	5	인터넷을 사용하다가 계획한 일들을 제대로 못한 적이 있다.	2.43	2.34	2.56	2.41
	6	인터넷을 사용하느라고 피곤해서 수업시간에 잠을 자기도 한다.	1.72	1.64	1.91	1.62
	7	인터넷을 너무 사용해서 시력 등에 문제가 생겼다.	2.36	2.28	2.54	2.26
	8	다른 할 일이 많을 때에도 인터넷을 사용하게 된다.	2.64	2.54	2.89	2.49
	9	인터넷 사용으로 인해 가족들과 마찰이 있다.	2.26	2.31	2.29	2.17
현실 구분 장애	10	인터넷을 사용하지 않을 때에도 하고 있는 듯한 환상을 느낀 적이 있다.	1.86	2.31	1.80	1.35
	11	인터넷을 사용하고 있지 않을 때에도 인터넷에서 나오는 소리가 들리고 인터넷을 사용하는 꿈을 본다.	1.49	1.51	1.72	1.22
	12	인터넷 사용 때문에 비도덕적인 행위를 저지르게 된다.	1.61	1.57	1.87	1.36

항목	번호	질문	전체	초	중	고
긍정적 기대	13	인터넷을 사용하는 동안 나는 가장 자유롭다.	2.38	2.28	2.57	2.31
	14	인터넷을 사용하고 있으면, 기분이 좋아지고 흥미진진해진다.	2.71	3.02	2.86	2.15
	15	인터넷을 사용하는 동안 나는 더욱 자신감이 생긴다.	2.19	1.93	2.60	2.07
	16	인터넷을 사용하고 있을 때 마음이 제일 편하다.	2.41	2.58	2.68	1.89
	17	인터넷을 사용하고 스트레스가 모두 해소되는 것 같다.	2.25	2.35	2.54	1.80
	18	인터넷이 없다면 내 인생에 재미있는 일이란 없다.	1.94	2.19	1.95	1.61
	19	인터넷을 사용하지 못하면 생활이 지루하고 재미가 없다.	2.03	2.14	2.11	1.80
	20	만약 인터넷을 다시 사용할 수 없게 된다면 견디기 힘들 것이다.	1.96	1.83	2.17	1.90
급단	21	인터넷을 사용하지 못하면 안절부절 못하고 초조해진다.	1.54	1.58	1.56	1.46
	22	인터넷을 사용하고 있지 않을 때에도 인터넷에 대한 생각이 자주 떠오른다.	1.83	1.92	1.89	1.66
	23	인터넷 사용 때문에 실생활에서 문제가 생기더라도 인터넷 사용을 그만두지 못한다.	1.84	1.84	1.83	1.83
	24	인터넷을 사용할 때 누군가 방해할 하면 짜증스럽고 화가 난다.	2.80	3.12	2.54	2.67
가상적 대인관계 지향성	25	인터넷에서 알게 된 사람들이 현실에서 아는 사람들보다 나에게 더 잘해준다.	2.13	2.18	2.18	2.03
	26	온라인에서 친구를 만들어 본 적이 있다.	2.73	2.82	2.82	2.52
	27	오프라인에서보다 온라인에서 나를 인정해 주는 사람이 더 많다.	2.51	3.09	2.41	1.89
	28	실제에서도 인터넷에서 만난 사람들을 더 잘 이해하게 된다.	2.20	2.68	2.04	1.75
	29	실제 생활에서도 인터넷에서 하는 것처럼 해보고 싶다.	2.25	2.20	2.43	2.10
인탈행동	30	인터넷 사용시간을 속이려고 한 적이 있다.	2.02	2.02	2.12	1.91
	31	인터넷을 사용하느라고 수업에 빠진 적이 있다.	1.44	1.49	1.49	1.34
	32	부모님 몰래 인터넷을 사용한다.	1.67	1.69	1.65	1.66
	33	인터넷 때문에 돈을 더 많이 쓰게 된다.	1.70	1.74	1.63	1.70
	34	인터넷에서 무엇을 했는지 숨기려고 한 적이 있다.	1.96	1.89	1.86	2.15
	35	인터넷에 빠져 있다가 다른 사람과의 약속을 어긴 적이 있다.	1.91	1.86	1.86	2.00
내성	36	인터넷을 한 번 시작하면 생각했던 것보다 오랜 시간을 인터넷에서 보내게 된다.	2.66	2.70	2.69	2.58
	37	인터넷을 사용하다가 그만 두면 또 하고 싶다.	2.60	2.90	2.47	2.34
	38	인터넷 사용 시간을 줄이려고 해보았지만 실패한다.	2.55	2.67	2.36	2.60
	39	인터넷 사용을 줄여야 한다는 생각이 끊임없이 들곤 한다.	2.34	2.57	2.30	2.10
	40	주위 사람들이 내가 인터넷을 너무 많이 한다고 지적한다.	1.80	1.84	1.75	1.82

4.2 중독 영향 요인

중독에 영향을 주는 요인들을 알아보려고 인터넷 중독 수준에 따라 <표 5>에 정리한 18가지 요인별로 차이가 있는지를 분석하였다. 교차분석을 실시한 결과는 <표 9>에 제시된 바와 같다. 초등학생의 경우에 '성', '하루 인터넷 사용 시간', '인터넷 사용 목적', '부모 관계 만족도', '부모의 컴퓨터 사용 간섭', '가족 대화 시간', '학교생활 만족도' 등과 같은 7가지 요소들에 대해서 유의미한 결과가 발견되었다.

<표 9> 중독 수준에 따른 요인별 교차분석 결과

인구학적 배경	지역	구분	초등학생		교차분석 결과	중학생 교차분석 결과	고등학생 교차분석 결과
			중독수준(%)	교차분석 결과			
			고위험	잠재위험	일반		
	광역시/특별시	6.0	21.5	72.5	$\chi^2=3.006$ $p=0.557$	$\chi^2=7.756$ $p=0.101$	$\chi^2=2.678$ $p=0.613$
	시	4.6	19.0	76.4			
	읍/면	4.3	18.5	77.2			

구분		초등학생			중학생	고등학생			
		중독수준(%)		교차분석 결과	교차분석 결과	교차분석 결과			
		고위험	중위험				일반		
인구학적배경	성별	남	6.4	22.8	70.8	$\chi^2=13.237$ p=0.001**	$\chi^2=1.739$ p=0.415	$\chi^2=0.136$ p=0.934	
		여	3.7	16.5	79.9				
	학년	초등5학년	5.4	19.8	74.8	$\chi^2=0.312$ p=0.835	$\chi^2=2.920$ p=0.232 (1, 2학년)	$\chi^2=6.106$ p=0.047* (1, 2학년)	
		초등6학년	4.7	19.7	75.6				
	학원 과외	수강	4.8	20.8	74.4	$\chi^2=4.200$ p=0.122	$\chi^2=0.634$ p=0.728	$\chi^2=8.087$ p=0.018*	
		비수강	6.2	15.0	78.8				
	인터넷 사용경력	인터넷 사용경력	약 1년	8.8	21.3	81.2	$\chi^2=17.017$ p=0.074	$\chi^2=8.950$ p=0.537	$\chi^2=4.281$ p=0.334
			약 2년	2.2	18.0	79.8			
			약 3년	5.4	17.8	76.8			
			약 4년	6.5	21.3	72.2			
		약 5년	4.8	19.1	76.1				
		6년 이상	6.1	23.5	70.5				
		1시간 미만	1.8	12.1	86.1				
하루 인터넷 사용 시간	1시간이상 2시간미만	4.4	20.6	75.0	$\chi^2=123.984$ p=0.000***	$\chi^2=32.338$ p=0.000***	$\chi^2=7.770$ p=0.255		
	2시간이상 3시간미만	12.1	27.9	60.0					
	3시간 이상	16.4	49.3	34.2					
	3시간 이상	16.4	49.3	34.2					
인터넷 사용 목적	공부·숙제·정보검색·검색	1.2	10.2	88.7	$\chi^2=47.711$ p=0.000***	$\chi^2=4.308$ p=0.828	$\chi^2=9.232$ p=0.319		
	채팅(대화방)·메일	2.1	23.4	74.5					
	온라인게임·인터넷활동참여	4.3	18.3	77.4					
	게임, 오락	7.4	23.8	68.8					
	기타	7.7	13.5	78.8					
	기타	4.9	20.1	75.0					
인터넷 사용 장소	학교	5.3	10.5	84.2	$\chi^2=4.781$ p=0.781	$\chi^2=2.770$ p=0.948	$\chi^2=6.735$ p=0.559		
	PC방	10.0	16.0	74.0					
	친구 집		18.2	81.8					
	기타	4.8	23.8	71.4					
컴퓨터 소재 장소	내방	5.1	20.3	74.6	$\chi^2=7.538$ p=0.672	$\chi^2=8.561$ p=0.574	$\chi^2=10.074$ p=0.434		
	형제·자매방	5.1	21.2	73.7					
	부모님방	2.6	23.5	73.9					
	거실	6.7	17.2	76.1					
	기타	3.8	19.0	77.1					
가족 구성	집에 컴퓨터가 없음		13.6	86.4	$\chi^2=7.701$ p=0.231	$\chi^2=5.739$ p=0.446	$\chi^2=3.217$ p=0.781		
	조부모·부모님·형제자매나	6.4	19.9	73.8					
	부모님·형제자매나	4.4	20.7	74.9					
	부모님+나	3.5	18.8	77.6					
가족 관련 특성	기타	9.2	13.8	77.1	$\chi^2=3.421$ p=0.400	$\chi^2=6.204$ p=0.184	$\chi^2=1.403$ p=0.844		
	부모님 직업유무	두분 다 직업 있음	5.7	20.6				73.7	
		한 분만 직업 있음	4.1	18.9				77.0	
		두분 다 직업 없음	14.3	85.7					
		두분 다 사용함	5.1	19.2				75.6	
		아버지만 사용함	3.1	21.3				75.6	
부모 관계 만족도	어머니만 사용함	5.7	26.4	67.9	$\chi^2=7.762$ p=0.235	$\chi^2=8.360$ p=0.213	$\chi^2=12.422$ p=0.053		
	두분 다 사용 안함	6.6	15.9	77.5					
	만족	4.2	17.3	78.6					
	보통	4.7	25.2	70.1					
부모님 간섭	불만족	27.8	16.7	55.6	$\chi^2=50.016$ p=0.000***	$\chi^2=9.846$ p=0.043*	$\chi^2=2.932$ p=0.356		
	간섭함	5.5	22.7	71.8					
사용 형태 자매	간섭하지 않음	4.6	16.8	78.6	$\chi^2=7.243$ p=0.027*	$\chi^2=6.142$ p=0.046*	$\chi^2=0.604$ p=0.739		
	있음	5.5	21.7	72.8					
	없음	4.5	16.7	78.8					
가족 대화 시간	있음	5.5	21.7	72.8	$\chi^2=5.381$ p=0.068	$\chi^2=2.617$ p=0.270	$\chi^2=0.139$ p=0.933		
	많이 나눔	2.3	19.9	77.8					
	조금 나눔	5.9	18.2	75.9					
사회적 활동	거의 없음	12.7	28.2	59.1	$\chi^2=29.571$ p=0.000***	$\chi^2=8.035$ p=0.080	$\chi^2=4.933$ p=0.294		
	친구 관계	누구와도 잘 어울림	5.8	19.2				75.1	
		대부분 아이들과 어울림	4.5	17.3				78.2	
		친한 친구 몇만 어울림	5.8	26.4				67.8	
		어울리는 친구가 없음	14.3	85.7					
		매우 즐겁고 재미있음	2.4	19.2				78.4	
학교 생활 만족도	즐겁게 생활함	3.7	18.4	77.9	$\chi^2=39.641$ p=0.000***	$\chi^2=21.448$ p=0.002**	$\chi^2=5.747$ p=0.452		
	그냥 그러함	12.7	24.1	63.2					
	다지기 싫음	7.1	21.4	71.4					

4.2.1 인구학적 배경 요인

‘인구학적 배경 요인’들 중에서는 학생의 성과 관

련하여 남학생이 여학생보다 더 인터넷에 중독되는 경향이 있는 것으로 밝혀졌다. 이 결과는 [3][15][25] 등의 연구 결과와 일치한다. 또한 성별 인터넷 중독으로 인한 변화를 살펴본 선행 연구에서, 남학생이 여학생보다 공부와 학교생활에 대한 관심, 학교 성적 등의 하락을 느끼는 정도가 더 강했다는 연구 결과 [2]를 고려할 때, 특히 남학생의 인터넷 사용 양태를 분석하고 중독 예방을 위한 대책을 마련할 필요가 있다.

4.2.2 인터넷 사용 경험 관련 요인

‘인터넷 사용 경험 관련 요인’들 중에서는 하루 인터넷 사용 시간과 사용 목적에 대해 유의미한 차이가 나타났다. 학교급에 따라서 하루 인터넷 사용 시간의 차이가 있는지를 알아본 결과, $\chi^2=26.432(p<0.001)$ 로 유의미한 차이가 발견되었으며, 초등학생이 중·고등학생보다 하루에 인터넷을 더 많이 사용하는 것으로 밝혀졌다(2시간~3시간미만 사용-초등17.4%, 중13.1%, 고등16.8%; 3시간이상 사용-초등12.4%, 중8.1%, 고등11.2%). 따라서 초등학생에 대해 하루에 인터넷을 정해진 시간 동안 제한하여 사용하도록 하는 지도가 요구된다.

또한 인터넷을 사용하는 목적과 관련해서는 고위험중독군에 해당하는 학생들의 경우에 기타 항목에 명시한 음악 다운로드, 영화보기 등이 오락에 해당되기에 게임이나 오락을 위해 인터넷을 사용하는 경우에 인터넷 중독 현상이 가장 많이 나타난다는 사실을 알 수 있다. 특히 초등학생들이 인터넷을 이용하는 주목적이 게임(42.6%), 자료 검색(22.8%), 메일 사용(21.2%), 학습(4.3%)의 순으로 나타났다[19]는 사실과 게임에 오래 노출될수록 자기조절능력이 약화되어 사이버세계의 쾌락감과 분노를 현실세계에서 폭행의 형태로 나타내기도 했던 사례[8] 등을 고려할 때, 좀더 다양하고 건전한 목적으로 인터넷을 사용하고 현실 세계에서 여러 형태의 활동에 참여하도록 유도하는 방안이 마련될 필요가 있다.

4.2.3 가족 관련 특성 요인

‘가족 관련 특성 요인’들 중에서는 부모 관계 만족도, 가족 대화 시간, 인터넷 사용에 대한 부모의 관

섭 등에 대해 유의미한 차이가 나타났다. 부모와의 관계에 만족하지 않는 경우에, 가족과의 대화 시간이 적을수록 그리고 부모가 인터넷 사용을 간섭하는 경우에 더욱 인터넷에 중독되는 것으로 나타난 것이다.

이는 중독 증상을 보이는 학생들의 상당수가 부모와의 관계에 대해 만족하지 못하고, 가족간의 대화 시간 역시 부족하기에 그 문제를 해소하기 위해 인터넷에 더욱 몰입하는 경향이 있다고 지적했던 선행 연구[13][21][26] 결과와 일치된다. 또한 인터넷에 관한 부모의 통제가 심하면 청소년이 인터넷에 중독될 가능성이 높아진다는 선행 연구 결과[2][10]와 일치되기도 한다. 이와 같은 결과를 고려할 때, 자녀가 인터넷에 중독되는 것을 방지하기 위해서는 부모의 통제보다 부모와 자녀간의 대화와 신뢰의 수준을 높이고 친밀한 관계를 유지하도록 노력하는 것이 필요하다.

4.2.4 사회적 활동 요인

‘사회적 활동 요인’과 관련하여 친구관계에 대해서는 중독 수준에 따른 차이가 모든 학교급에서 발견되지 않았다. 이와 비교할 때, 학교생활 만족도에 대해서는 중독 수준에 따라 유의미한 차이가 있는 것으로 밝혀졌다. 학교생활에 만족하지 않을수록 인터넷을 통하여 그 불만족을 해소할 수 있기에 더욱 인터넷 사용에 몰입하게 되는 것이다. 따라서 학교생활을 즐겁게 하는 것이 인터넷 중독 예방의 한 가지 방법이 될 수 있기에 이에 대한 지도가 필요하다.

5. 결론 및 제언

인터넷이 현대사회의 중추적인 매체로 자리 잡음에 따라서 인터넷의 오용이나 남용으로 인한 여러 부작용들이 사회적인 이슈로 대두되고 있다. 특히 10대 청소년들은 정서적으로 불안정하며, 주관적인 판단력이 부족하기에 인터넷을 올바르게 사용하도록 지도하여 인터넷 사용의 순기능을 강화하고 인터넷 중독으로 인한 부작용을 예방하기 위한 방안들을 마련할 필요가 있다.

본 연구는 10대 청소년들 중에서도 판단력이 부족한 초등학생들의 인터넷 중독 실태 분석의 필요, 연

구 대상 규모 확대의 필요, 주기적인 평가의 필요, 교육적인 원인 및 대책 분석 연구의 필요, 신뢰도 높은 평가 도구 사용의 필요 등을 고려하여, 인터넷 중독 실태를 분석하고 중독 관련 요인 18가지를 추출하여 중독의 원인에 대해 살펴보았다.

전국 규모로 1,155명의 초등학생과 1,882명의 중·고등학생들을 대상으로 인터넷 중독 자가진단 척도를 사용하여 중독 실태를 분석한 결과, 초등학생의 경우에 응답자의 5.0%에 해당하는 학생들이 고위험 사용자군으로 그리고 19.7%의 학생들이 잠재적위험 사용자군으로 분류되었다. 특히 초등학생의 중독률이 중·고등학생의 중독률보다 더 높았으며, 학교급에 따른 중독 수준에 대해 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 또한 선행 연구[18]의 결과와 본 연구의 결과를 비교했을 때, 고위험사용자군과 잠재적위험사용자군에 속하여 인터넷 중독 증상을 보이는 학생의 비율이 본 연구에서 눈에 띄게 증가한 것으로 드러났다.

한편 인터넷 중독에 영향을 주는 요인에 대해서 알아보고자 초등학생의 인터넷 중독과 관련된 18가지의 요인들을 선정하여 각 요인별로 학생들의 인터넷 중독 수준에 따라서 유의미한 차이가 있는지를 분석하였다. 분석 결과, 성, 하루 인터넷 사용 시간, 인터넷 사용 목적, 부모 관계 만족도, 부모의 인터넷 사용 간섭 여부, 가족 대화 시간, 학교 생활만족도 등과 같은 7가지 요인들에서 중독 수준 집단 간에 유의미한 차이가 발견되었다.

이상 본 연구의 결과로 나타난 초등학생들의 인터넷 중독 수준의 심각성과 인터넷 중독에 영향을 주는 요인들을 고려하여, 인터넷 중독의 수준에 알맞은 대책을 마련할 필요가 있다. 고위험사용자군에 속하는 학생들의 경우에는 인터넷 사용으로 인하여 일상 생활에서 심각한 장애를 보이면서 내성 및 금단 현상을 경험하여 현실생활에서도 인터넷에 접속하고 있는 듯한 착각을 하기도 한다. 따라서 이 학생들은 전문 기관이나 조직의 전문적인 도움이 필요하다. 이에 청소년위원회와 대한청소년정신의학회가 주관하는 ‘인터넷중독청소년의 치료·재활 프로그램’[8], 정보통신부와 한국정보문화진흥원이 운영하는 ‘사이버치료센터(www.iapc.or.kr)’ 등의 프로그램에 참여하여

치료받는 것이 바람직하다.

한편 인터넷 사용시간이 늘어나고, 인터넷에 집착을 나타내며, 경미한 수준에서 생활의 장애를 보이는 잠재적위험사용자군에 속하는 학생들을 대상으로 하여서도 그들이 명백한 중독 성향을 보이기 전에 정신 건강을 강화하고 인터넷을 올바르게 사용하도록 지도해야 한다. 이는 특히 남학생들에 대해 더욱 요구되며, 개인, 가정 그리고 학교 수준에서 지속적인 관심과 노력이 필요하다. 인터넷 중독의 예방을 위하여 고려할 몇 가지 사항들을 정리하면 다음과 같다 [4][9][16].

먼저 개인 수준에서 올바르게 인터넷을 사용하기 위해서는 다음의 몇 가지 사항들을 고려할 수 있다.

- 자신의 인터넷 사용 패턴을 파악하고, 사용 목적에 맞게 인터넷 사용을 계획하여 실천함으로써 불필요한 인터넷 사용을 자제
- 1일 사용 시간을 2시간 이내로 제한
- 현실에서 도피하고 싶은 문제를 확인하고, 스트레스 대처 방법을 탐색

이와 더불어서 가정에서는 인터넷의 사용을 무조건 금하면 오히려 PC방과 같은 외부에서 문제를 일으킬 수 있기에 유의하는 가운데 다음의 몇 가지 사항들을 고려할 필요가 있다.

- 부모도 컴퓨터 사용 방법을 익히고, 컴퓨터를 가족이 공동으로 사용
- 컴퓨터를 가족 모두가 쉽게 사용할 수 있도록 거실에 두고 사용
- 가족들 간에 대화 기회 만들기
- 학생이 자신의 능력이나 대인관계에 있어서의 장점을 탐색하도록 격려
- 가상공간이 아닌 실제 생활에서 가족, 친척 등 다른 사람들과 어울릴 수 있는 기회 마련

마지막으로, 학교 정보교육 관련 내용 중에서 정보통신윤리에 관한 내용이 전체의 2.5%에 그친다는 사실[7]을 고려하여, 학교에서도 아래와 같은 인터넷 중독의 예방책을 별도로 계획하고 실천할 필요가 있다.

- 인터넷 정보와 더불어서 책, 신문 등과 같은 인쇄매체를 통한 정보 습득 활동 장려
- 인터넷 사용의 장점을 발견하고, 그 장점을 일상생활

과 학습 활동을 위해 사용하도록 안내

- 협동학습, 프로젝트학습 등을 통해 자신의 능력과 대인관계 기술을 발휘할 수 있는 기회 제공
- 정보도우미, 정보감시단 등과 같은 조직을 발족하여 학생들이나 학부모가 자율적으로 정보통신환경을 정화할 수 있는 기회 제공

한편 앞으로 인터넷이 청소년들의 생활 속에 더욱 깊이 자리 잡을 것을 고려할 때 중·고등학생들은 물론 특히 초등학생들의 인터넷 중독 실태를 주기적으로 평가해야 하며, 그 예방에 대한 대책을 마련하고 예방책의 효과 역시 지속적으로 평가하는 노력이 필요하다. 그리고 인터넷 중독이 복합적인 요인들의 영향을 받는 사실을 고려하여 교육학, 윤리학, 의학, 심리학, 아동학 등을 포함한 관련 학계간의 공동연구를 통해 보다 총체적인 연구를 수행하는 노력 역시 이루어져야 하겠다.

참고 문헌

- [1] 권준수(2001). 인터넷 중독증. 의사협회지. 4(8). 759-764.
- [2] 김종원, 조옥귀(2002). 중·고등학생의 자기통제력, 사회환경적 요인 및 인터넷·게임 중독과의 관계. 교육이론과 실천, 12(2). http://cat2.riss4u.net/ExportXML?p_control_no=19592757
- [3] 김청택, 김동일, 박중규, 이수진(2002). 인터넷 중독 예방상담 및 예방 프로그램 개발 연구. 한국정보문화진흥원.
- [4] 김현수 역(2000). 인터넷 중독증. 서울: 나눔의 집.
- [5] 김혜정, 조복희(2003). 초등학교 5·6학년 학생의 인터넷 중독과 정신 건강과의 관계. 한국학교보건학회지. 16(2). 97-110.
- [6] 사공정규(2002). 인터넷 중독증. 생물치료정신의학. 8(1). http://cat2.riss4u.net/ExportXML?p_control_no=19563316
- [7] 서울신문(2001. 6. 18). '클린 사이버 2001' (1-1) 흔들리는 인터넷.
- [8] 서울신문(2005. 12. 12). 게임 중독 아들 '맞는 엄마' 는다.
- [9] 어기준(2000). 청소년 PC 중독의 유형과 문제점. 한국청소년상담원 편. 청소년 PC 중독.

- [10] 윤영민(2000). 청소년의 인터넷 사용: 분석 모형의 개발. 정보와 사회, 2, 133-153.
- [11] 이명수, 오은영, 조선미, 홍만제, 문재석(2001). 청소년 인터넷 중독증과 우울, 사회적 불안, 또래 관계 문제와의 연관성 조사. 신경정신의학, 40(4), 616-626.
- [12] 이석범, 이경규, 백기청, 김현우, 신수경(2001). 중·고교 학생들의 인터넷 중독과 불안, 우울, 자기 효능감의 연관성. 신경정신의학, 40(6), 1174-1184.
- [13] 이영분(2003). 청소년 인터넷 중독과 부모의 역할. 사회과학연구, 16, 187-203.
- [14] 이인숙(2003). 초등학생들의 인터넷 중독과 인터넷 기대 및 자기효능감. 아동간호학회지, 9(4), 376-383.
- [15] 이시형, 이세용, 김은정, 오승근(2000). 청소년의 인터넷 중독과 자녀 교육. 삼성생명 사회정신건강연구소.
- [16] 임진숙, 강성국, 김성식(2005). 인터넷 중독 예방 교육을 위한 청소년의 인터넷 중독 요인에 관한 연구. 컴퓨터교육학회논문지, 8(2), 75-83.
- [17] 정보통신부, 한국정보문화진흥원(2003). 인터넷 중독자가진단검사(K-척도)와 예방교육프로그램.
- [18] 조미현, 신경선(2004). 초등학생의 인터넷 중독 현황과 원인. 컴퓨터교육학회논문지, 7(5), 45-56.
- [19] 조선일보(2002. 2. 18). 초등생 1025명 설문; “인터넷 주목적은 게임” 42.6%.
- [20] 한국방송광고공사(2004). Media and Consumer Research - 소비자 행태 조사 -.
- [21] 현대원, 김명준(2001). 인터넷 중독의 사회적 중요성 연구. 사이버커뮤니케이션 학보, 8. http://cat2.riss4u.net/ExportXML?p_control_no=3028106
- [22] 홍재현, 함병주, 광동일(2003). 인터넷 중독의 성격유형. 중독정신의학, 7(1), 11-19.
- [23] 황상민 역(2001). 인터넷 심리학. 서울: 예코리브르
- [24] 황진구, 권태희(2003). 청소년의 사이버커뮤니티 참여 및 이용실태 연구. 한국청소년개발원.
- [25] Anderson, K. J. (2001). Internet use among college students: An exploratory study. *Journal of American College Health*, 50(1), 21-26.
- [26] Orzack, M. H. (2003). Computer addiction services. <http://www.computeraddiction.com/>
- [27] Suler, J. (2002). The basic psychological features of cyberspace. <http://www.rider.edu/~suler/psycyber/basicfeat.html>.
- [28] Young, K. (1996). Addictive use of the Internet: a case that breaks the stereotype. *Psychological Reports*, 79, 899-902. http://www.netaddiction.com/resources/internet_addiction_test.htm
- [29] Young, K. S. (2002). Men, women, and the Internet: gender differences. <http://www.netaddiction.com/>.

저자 소개:



조미현

Univ. of Wisconsin-Madison 컴퓨터교육 · 교육공학 전공 (MS, Ph.D.)
 청주교육대학교 컴퓨터교육과 교수
 관심분야 : e-Learning, 교수 설계,
 ICT 기반 교수-학습 방법
 E-mail : mihjo@cje.ac.kr