

KIAS: 한국형 인터넷 중독 척도와 이를 이용한 국내 실태 조사

정회원 박 경 호*, 강 만 철**, 오 익 수***, 정회원 김 건 웅*

KIAS: the Korean Internet Addictions Scale and a Survey on the Internet Addictions in Korea

Kyung-Ho Park*, Man-Chull Kang**, Ik-Soo Oh***, Geonung Kim*

Regular Members

요 약

인터넷 서비스의 확산, 초고속 정보통신망의 구축은 원활한 정보 교환과 이를 통한 정보화 사회 구축이라는 긍정적인 결과도 가져 올 수 있지만, 컴퓨터, 인터넷의 과도한 사용으로 인한 새로운 정신 질환인 '사이버 중독', '인터넷 중독'의 등장이라는 부정적인 결과도 야기 시켰다. 이러한 인터넷 중독 실태를 파악하고, 예방책을 강구하기 위해선 무엇보다도 인터넷 중독을 판정하기 위한 정확한 척도가 필요하다. 본 논문은 한국형 인터넷 중독 판정 도구인 KIAS(Korean Internet Addictions Scale)를 소개하고, 이를 이용한 전국적인 인터넷 중독 실태 조사 결과를 소개한다. 조사 결과 전체 대상자 중 중독 비율은 4.8%로 나타났고, 일반 성인은 1.6%, 초등학교생의 중독 비율은 4.1%, 중학교생의 비율은 6.6%, 대학생의 중독 비율은 6.6%로 나타났다.

ABSTRACT

With the rapid increase of high-speed network and internet use, those who fall into Internet addictions increase. They have serious personal, familial, academic/occupational and financial problems. So it is very important to estimate the ratio of Internet addiction accurately, to establish the strategies for internet addiction effectively, and to prevent internet user from internet addiction. In this paper, we introduce the KIAS:Korean Internet Addictions Scale and a survey on the Internet Addictions in Korea. Nearly 4.8% of those totally surveyed met the strict criteria for KIAS and subgroups showed different addiction-ratios(adults 1.6%; elementary school 4.1%; middle and high school 6.6%; college 6.6%; adults 1.6%).

I. 서 론

1980년대 개인용 컴퓨터가 등장하고, 컴퓨터 관련 기술의 발달은 일반인들에게 보다 친숙한 운용 환경을 제공함으로써 컴퓨터 이용을 확산시키고 있다. 1990년대에 들어서는 WWW 서비스의 등장으로 인터넷의 급속한 확산을 가져왔고 이것은 우리

생활 전반에 걸친 변화를 가져오고 있다. 우편이나 FAX를 통한 교류보다는 전자우편을 통한 교류가 일반화되고 있으며, 전자 상거래의 등장으로 직접 매장에 가지 않고도 물건을 구매하는 새로운 형태의 생활 방식이 등장하고 있다. 또한 정부의 지원으로 급속히 확산되고 있는 초고속 정보통신망의 구축은 모든 국민들에게 보다 쉽게 인터넷에 접근할

* 북포해양대학교 해양전자통신공학부(khpark@mail.mmu.ac.kr, kgu@mail.mmu.ac.kr),

** 목포대학교 교육학과(mckang@intra.mokpo.ac.kr),

*** 광주교육대학교 학생생활연구소(isoh@gnuc.ac.kr)

논문번호 : K01207-1008, 접수일자 : 2001년 10월 8일

* 본 논문은 정보통신부 정보통신기술연구과제 지정조사 00-05의 결과물입니다.

수 있는 방법을 제공하고 있다.

이러한 인터넷 서비스의 확산, 초고속 정보통신망의 구축은 원활한 정보 교환과 이를 통한 정보화 사회 구축이라는 긍정적인 결과도 가져 올 수 있지만, 인터넷, 컴퓨터의 과도한 사용으로 인한 새로운 정신 질환인 ‘사이버 중독’, ‘인터넷 중독’의 등장이라는 부정적인 결과도 야기 시킬 수 있다.

‘인터넷 중독’이라는 개념은 1996년 Goldberg^[1], Young^{[2][3]}, Greenfield^[4] 등에 의해서 제시되었는데, 국내에서도 이러한 인터넷 중독에 관한 제한된 범위에서의 연구들이 진행되어 왔다^{[5][6][7][8][9][10][11][12][13][14][15][16][17][18][19][20][21][22][23][24]}. 그러나 이러한 연구들이 앞서 수행된, 우리와 다른 환경의 외국의 연구 방법을 그대로 적용하는데 따르는 문제점들이 발생했고, 또한 중독 판정에 대한 깊이 있는 연구가 수행되지 않은 상태에서 진행된 관계로 동일 계층에 대한 자기 다른 결과가 나타나는 문제점들이 있었다.

본 논문은 이러한 시대적 상황에 부응하고자 인터넷 중독 자체에 대한 연구를 선행하여 만든 한국형 중독 판정 도구인 KIAS(Korean Internet Addictions Scale)를 소개하고 이를 이용한 전국적 실태 조사 결과를 소개한다. 본 논문의 구성은 다음과 같다. 우선 2장에서는 기존의 국내외 연구를 분석하고, 3장에서는 한국형 인터넷 중독 판정 도구의 개발 과정과 개발된 인터넷 중독 판정 도구를 소개한다. 다음, 4장에서 이를 이용한 전국적 실태 조사 결과를 소개하고 5장에서는 전체적인 분석 결과와 대처 방안을 제시한 후 6장에서 결론을 맺는다.

II. 국내외 기존 연구

인터넷 중독 장애(Internet Addiction Disorder : IAD)라는 용어를 처음 제안한 Goldberg는 중독 개념을 병리적이고 강박적인 인터넷 사용으로 규정하고 진단 기준으로서 내성, 금단 등의 요소를 포함시키고 있다.^[1] Young은 인터넷 중독 개념을 충동 조절 장애의 하나로 규정하고서 DSM-IV에 수록된 병리적 도박(pathological gambling)의 기준을 원용하여 진단 기준을 제안하였다^{[2][3]}. Griffiths는 인터넷 중독의 핵심 준거로서 집착, 활용시 긍정적 감정, 내성, 금단, 일상 생활의 지장 등을 들고 있다^[4]. 국내의 경우, 정보통신부가 운영하는 사이버 중독센터에 따르면, 사이버 중독의 개념을 “컴퓨터에 지나치게 접속함으로써 일상생활에서 심각한 사회적, 정

신적, 육체적 및 금전적 지장을 받는 상태”로 규정하고 있는데, 이 상태에서는 의존성, 내성 및 금단 증상이 나타나고, 이러한 증상들이 반복적, 만성적으로 표현되며, 또한 활동 장애가 나타난다고 보고 있다. 인터넷 중독이 알콜이나 약물에서처럼 생리적으로 중독되지 않는다는 점에서 동일한 관점으로 보아서는 안된다는 입장도 있지만^[26], 약물이나 섹스 중독과 유사하게 의존적인 행동이나 정서적인 문제를 포함하고 있다고 보는 견해도 있다^{[27][28]}. 김옥순 등은 인터넷 중독과 약물 중독의 유사점으로서 자기 통제력 결핍, 행복감 추구, 사용량의 증가, 일상 생활에서의 역기능 초래, 감정조절 능력의 부족, 낮은 자존감, 현실 적응력의 저하 등을 들고 있다^[5].

그러나 과도한 컴퓨터 사용이 중독으로 간주될 수 있는가 하는 문제에 대해서 회의가 많아서 앞으로 더욱 정밀하고 체계적인 분석 연구가 필요할 것이다. 인터넷 중독 장애를 처음 제안했던 Goldberg도 후에 병리적 컴퓨터 사용(Pathological Computer Use)이란 용어로 수정하였다. Scherer는 인터넷 중독이란 용어를 뒷받침할 수 있는 경험적 증거가 적고 인터넷 중독에 대한 많은 보고서들이 개별 사례 연구에 초점을 두고 있음을 지적하고 있다^[29]. Walther와 Reid도 오늘날 인터넷 중독에 대한 관심이 증가하고 있지만 그것이 실제 존재하는지, 혹은 그것의 이론적 본질이 무엇인지에 대해서는 아무도 모른다고 지적하고 있다^[28]. 정기도는 중독과 몰입의 차이를 구별하여 몰입의 긍정적 가치에 비중을 두어서 몰입이 중독으로 이어지는 가능성에 대한 우려가 지나친 편견임을 지적하고 있다^[13]. 이런 관점에서 보면 단순히 인터넷의 과도한 사용시간을 가지고 중독으로 판정하는 경우 커다란 오류를 가져올 가능성이 높다고 할 수 있다. 과도한 사용시간이 중독이 아닌 몰입의 차원일 수 있기 때문이다. 이밖에도 인터넷 중독이 다른 장애의 한 징후라고 보거나 다른 원인에 의한 이차적인 증상으로 보는 관점이 있다^[19]. 따라서 인터넷 중독에 대한 논의는 보다 신중하게 접근해야 할 필요가 있다. 다만 중요한 것은 중독 자체에 대한 논의보다 과도한 인터넷 사용이 생활에 미치는 부정적인 측면들에 많은 관심을 가져야 한다는 점이다. 앞으로 발간될 DSM-V에 새로운 장애 유형으로서 가상현실 장애(Cyber disorder)가 포함될 수 있다는 사실은 우리에게 시사하는 바가 크다고 할 수 있다.

외국의 경우 90년대 후반에 들어서면서 인터넷 중독에 관한 연구가 활발하게 수행되어 왔다^{[30][31][32]}

[33][34]. 미국의 Goldberg나 Young 등이 인터넷 중독 연구의 선구자적 위치를 차지하고 있는데, 특히 Young이 제작한 중독 척도는 세계적으로 널리 쓰이고 있다. 그러나 Kiernan은 Young의 결론들은 인터넷 사용자 중 불과 4%에 해당하는 집단을 근거로 내려진 것이라는 점, Young의 중독 검사 자체의 결함, 주로 개별 사례 분석에만 의존하여 통계적 분석 절차가 수행되지 못한 점, Young이 제안한 인터넷 중독 비율이 과장되었다는 점 등을 들어 Young의 연구에 대한 비판을 제기하였다[35].

국내외에서 선행된 연구에 대한 검토를 통하여 다음과 같은 사실들을 발견할 수 있다. 국내에서 분석된 인터넷 중독 비율의 경우 최저 3.7%에서 최고 29%까지로 나타나고 있는데^{[14][21][22][23][24]}, 외국의 경우에는 최저 5%에서 최고 13%까지 나타나고 있다^{[29][30][31][32][33][34]}. 특히 국내의 중독 비율의 편차가 크게 나타나고 있는데 여기에는 표집 대상의 문제, 측정 도구의 문제, 중독 판정 기준의 문제 등이 복합적으로 작용하고 있는 것으로 생각된다. 표집 대상에 있어서는 학교 수준별(초·중·고·대) 혹은 지역별(전국-특정 지역) 차원에서 상당한 차이를 나타냈으며, 중독 측정 도구 문제에 있어서는 Young이 제시한 척도를 그대로 사용한 경우가 많지만 연구자 나름대로 변형시켜 사용한 경우도 있었다. 중독 판정 기준에 있어서는 대체로 Young 척도 기준을 적용하고 있지만 연구에 따라서는 미리 일정 비율의 집단(75퍼센트 혹은 평균점 이상과 같은)을 중독 집단으로 규정하고 있는 경우도 있었다. 이러한 상황을 고려할 때 중독 실태에 대한 더욱 객관적이고 신뢰성 있는 자료가 요구되고 있음을 확인할 수 있다.

Ⅲ. KIAS: 한국형 인터넷 중독 측정 도구 개발

인터넷 중독을 측정하는 도구를 제작하기 위하여 먼저 기존의 중독 척도를 검토하였으며 이를 토대로 중독기준에 부합되는 문항들을 중심으로 하여 예비 문항을 구성하였다. 구성된 문항들을 설문지로 제작하여 예비조사를 실시하였고, 신뢰도 및 타당도 분석을 거쳐 최종 척도를 구성하였다. 국내외에서 주로 이용된 Young 척도 판정 기준은 다음과 같다.

Young 척도 문항(20) : 5단계 Likert 척도

1. 컴퓨터(게임, 채팅, 인터넷 등)를 사용하다보면 현실의 골치 아픈 생각이 잊혀지는 경우가 있습니까?

2. 다시 컴퓨터(게임, 채팅, 인터넷 등)에 접속할 때를 기다리는 경우가 있습니까?
 3. 컴퓨터(게임, 채팅, 인터넷 등)를 사용하지 않으면, 생활이 지루하고 공허하며 재미없을 것이라는 생각을 한 적이 있습니까?
 4. 컴퓨터(게임, 채팅, 인터넷 등)를 사용하고 있는데 누가 방해하면 짜증이 나고 화를 내는 경우가 있습니까?
 5. 밤늦게 컴퓨터(게임, 채팅, 인터넷 등)를 사용하느라 잠을 안자는 경우가 있습니까?
 6. 컴퓨터(게임, 채팅, 인터넷 등)를 사용하고 있지 않을 때에도 컴퓨터에서 보았던 것들에 대해서 생각하는 경우가 있습니까?
 7. 컴퓨터(게임, 채팅, 인터넷 등)를 하면서 “조금만 더, 몇 분만 더”라고 생각하는 경우가 있습니까?
 8. 컴퓨터(게임, 채팅, 인터넷 등) 사용시간을 줄이려고 시도했지만 실패한 경우가 있습니까?
 9. 컴퓨터(게임, 채팅, 인터넷 등) 사용시간을 부모님이나 다른 사람에게 감추거나 거짓말을 하는 경우가 있습니까?
 10. 친구나 가족들과 어울리기보다는 컴퓨터(게임, 채팅, 인터넷 등) 사용을 선택하는 경우가 있습니까?
 11. 컴퓨터(게임, 채팅, 인터넷 등)를 하지 않으면 기분이 우울하거나 불안하다가도 사용하기 시작하면 그런 기분이 사라지는 경우가 있습니까?
 12. 예상했던 시간보다 더 오랜 시간 동안 컴퓨터(게임, 채팅, 인터넷 등)를 사용하는 경우가 있습니까?
 13. 컴퓨터(게임, 채팅, 인터넷 등) 사용으로 인해 다른 해야할 일들을 소홀히 한 경우가 있습니까?
 14. 친구들을 만나는 것보다 컴퓨터(게임, 채팅, 인터넷 등)를 사용하는 것이 더 즐거운 경우가 있습니까?
 15. 컴퓨터(게임, 채팅, 인터넷 등)를 통해 새로운 친구를 만나는 경우가 있습니까?
 16. 컴퓨터(게임, 채팅, 인터넷 등)를 오래 동안 사용하는 것 때문에 부모님이나 선생님으로부터 꾸중을 들은 적이 있습니까?
 17. 컴퓨터(게임, 채팅, 인터넷 등)를 사용하는 시간 때문에 성적이 떨어진 경우가 있습니까?
 18. 공부나 할 일을 시작하기 전에 컴퓨터(게임, 채팅, 인터넷 등)를 먼저 사용하는 경우가 있습니까?
 19. 컴퓨터(게임, 채팅, 인터넷 등) 사용 때문에 공부하는데 집중력이나 효율성이 떨어지는 경우가 있습니까?
 20. 자신이 컴퓨터(게임, 채팅, 인터넷 등)에서 이용하는 것들의 내용을 다른 사람에게 술길 때가 있습니까?
- 판정기준 (1)20-49 점: 정상 (2)50-79 점: 중독 초기 (3)80-100 점: 중독 중증

본 연구에서 이용한 예비 문항은 중독 척도 문항, 신체 증상 문항, Young척도 문항, 중독 관련 변인 측정 문항, 준거 문항, 인적 배경 문항들을 포함하

고 있으며 모두 2점 척도로 구성하였다. 중독 척도 문항은 집착 7문항, 강박적 사용 6문항, 재발 1문항, 내성 및 의존성 4문항, 생활장에 9문항으로서 총 27 문항으로 구성하였으며, 신체 증상 문항은 인터넷의 지속적인 사용 후 나타날 수 있는 신체적 증상을 말하는데, 총 6문항으로 구성되었다. 또한 앞서 언급한 Young 척도를 포함하여 교차 분석이 가능하도록 하였다. 그리고 중독 관련 변인 측정 문항으로는 인터넷 중독과 관련된 변인으로 제안되고 있는 우울증, 충동성, 자존감 항목을 사용하여 각각 우울증 15문항, 충동성 10문항, 자존감 10문항으로 구성하였다. 또한 중독 척도 문항의 양호도 분석을 위해 준거문항을 사용하였는데 인터넷 사용으로 인한 생활 지장 정도와 중독 지각 정도를 측정하는 2개 문항을 사용하였다. 그 외 응답자의 인적 사항에 관한 잠정적인 정보를 얻기 위해 소속별, 성별, 직업별 등의 문항을 구성하였다. 이들 예비 문항 중 중독 척도 문항은 다음과 같다.

1. 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등)은 나의 하루 일과 중에서 가장 중요한 일이다.
2. 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등) 때문에 다른 해야 할 일들을 소홀히 한다.
3. 밤늦도록 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등)을 한다.
4. 친구나 가족들과 어울리기 보다는 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등)을 즐긴다.
5. 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등)을 하기 위해 다른 일을 미루거나 포기한다.
6. 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등)을 시작하면 시간 가는 줄 모른다.
7. 어떤 일보다도 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등)을 하는 시간이 가장 즐겁다.
8. 처음에 생각했던 것보다 더 오랜 시간 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등)을 사용한다.
9. 공부시간이나 근무시간 중에 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등)을 사용한다.
10. 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등)을 하지 않으면 불안하거나 초조해진다.
11. 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등) 사용 때문에 부모나 직장상사로부터 꾸지람을 듣는다.
12. 계속적인 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등) 사용으로 눈이 피로하거나 머리가 아프다.
13. 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등)이 나의 생활에 부정적인 영향을 미치지만 어쩔 수 없다.
14. 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등) 사용시간을 줄이려고 노력하지만 실패한다.
15. 갈수록 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등) 사용시간이 증가한다.

16. 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등)을 사용하지 않으면 생활이 지루하고 재미가 없다.
17. 기본이 우울하거나 짜증스럽다가도 인터넷(게임, 채팅, 정보검색 등)을 하면 그런 기본이 사라진다.
18. 스트레스를 해소하기 위해서 다른 일보다도 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등)을 한다.
19. 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등) 사용으로 학교성적 또는 업무 성과가 떨어진다.
20. 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등) 사용으로 공부나 일하는데 집중력이나 효율성이 떨어진다.
21. 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등) 사용으로 학교나 직장에서 고통을 받거나 손해를 본적이 있다.
22. 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등) 사용으로 해야 할 과제를 못한 적이 있다.
23. 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등) 사용으로 현실에서의 대인관계가 줄어들었다.
24. 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등) 사용으로 가족과 대화하는 시간이 줄어든다.
25. 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등) 사용으로 다른 사람과 약속을 어긴 적이 있다.
26. 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등) 사용시간 때문에 가족과 마찰이 있다.
27. 인터넷 (게임, 채팅, 정보검색 등) 사용시간이나 내용에 대해서 사실대로 말하지 않는다.

본 연구에서는 중독 척도 문항의 신뢰도, 타당도에 관한 정보 및 관련 변인들간의 관계 정보를 얻기 위하여 예비 조사를 실시하였다. 또한 예비문항에 사용된 개념이나 표현 방식이 특히 초등학생 집단에 적절한지에 대한 점검도 예비 조사 목적의 일부였다. 예비 조사는 설문조사 방식을 사용하였으며, 설문지로 작성하여 시행하였다. 예비 조사에서는 초·중·고·대학생 및 일반성인을 포함하여 407명을 대상으로 하였으며, 불성실한 반응 등을 제외하고 400명이 통계적 분석 대상이 되었다. 각 집단별 분석 대상자 수는 초등학생이 75명, 중·고등학생이 150명, 대학생이 127명, 일반성인이 48명이었다.

다음, 본 연구의 인터넷 중독 측정도구를 확정하기 위해 예비조사 자료를 가지고 신뢰도, 타당도 분석을 수행하였다. 신뢰도 분석은 중독척도 문항들이 얼마나 일관성 있게 중독성향을 측정하고 있는가를 나타내주는 Cronbach의 α 계수를 산출하였고 타당도 분석은 Young척도(20문항)와의 상관분석 및 준거문항을 통한 판별분석을 사용하였다.

인터넷 중독을 측정하는 27개의 예비 문항의 분석결과, 내성 및 의존성 요인을 재는 문항들 중 내적 일관성이 낮게 나타난 문항(갈수록 인터넷 사용시간이 증가하였다) 하나를 제외한 26개 문항을 중

독 척도 문항으로 선정하였다. 따라서 본 중독 척도는 집착 7문항, 강박적 사용 6문항, 재발 1문항, 내성/의존성 3문항, 생활장애 9문항을 포함하여 총 26 문항으로 구성되었다. 본 중독 척도의 신뢰도 계수(α)는 .87로서 매우 높은 편이며 Young 척도의 신뢰도 계수($\alpha = .90$)와 거의 유사하게 나타났다.

표 1. 본 연구 중독척도의 신뢰도 계수(Cronbach's α)

전체 (N=400)	소속 집단별			
	초등생 (N=75)	중고생 (N=150)	대학생 (N=127)	일반성인 (N=48)
.87	.85	.84	.89	.83

또한, 본 연구의 인터넷 중독 척도의 타당도를 분석하기 위해 본 척도와 Young 척도간의 상관관을 분석하였고 준거문항을 활용하여 각 척도의 판별 분석 결과를 비교하였다. 본 중독척도와 Young 척도간에 상관관이 비교적 높게($r=.76$) 나타나고 있어서 유사한 요인을 측정하고 있는 것으로 판단된다. 특히 본 중독척도 중 집착요인과 Young 척도간의 상관관이 가장 높게 나타났으며 재발 요인과는 가장 낮은 상관관을 나타냈다.

표 2. 본 중독척도와 Young 척도간 상관계수

전체 (N=400)	본 중독 척도					
	전체	집착	강박 사용	재발	내성 및 의존성	생활 장애
Young 척도	.76**	.69**	.58**	.42**	.57**	.54**

다음으로 판별분석을 위해 준거문항에 따른 집단 구분을 하여 인터넷 사용으로 생활에 지장이 있는 집단 (A)과 없는 집단(a)으로 구분하고 준거 문항2에 의하여 중독 지각 집단(B)과 비중독 지각 집단(b)으로 구분하여 이들의 조합에 의해 3개의 중독관련 집단을 구성하였다. 여기에는 중독집단(A-B), 위험집단(A-b, a-B), 정상집단(a-b)으로 표현되었다. 다음 표3과 표4에서는 두 척도를 이용한 판별결과를 보이고 있는데, 본 중독척도 점수와 Young 척도 점수가 세 집단을 얼마나 잘 판별하고 있는가를 분석한 결과 중독 관련 집단을 정확하게 판별한 비율이 두 척도 모두 82%로 나타났지만, 중독집단(46.2% : 0.0%), 위험집단(44.1% : 31.6%)의 판별 비율은 본 중독척도가 Young 척도보다 높은 반면, 정상집단(92.5% : 96.9%)은 본 중독척도보다

Young척도가 높게 나타났다. 특히 중독집단의 판별 비율은 두 척도간 차이가 크게 나타나고 있다.

표 3. 본 중독척도의 판별 결과

		예측 집단			전체
		중독	위험	정상	
준거 집단	중독	6(46.2)	5(38.5)	2(15.4)	13(100.0)
	위험	2(3.4)	26(44.1)	31(52.5)	59(100.0)
	정상	0(0.0)	19(7.5)	236(92.5)	255(100.0)

*전체의 82%가 올바르게 분류되었음
*()은 %를 나타냄

표 4. Young 척도의 판별 결과

		예측 집단			전체
		중독	위험	정상	
준거 집단	중독	0(0.0)	8(66.7)	4(33.3)	12(100.0)
	위험	0(0.0)	18(31.6)	39(68.4)	57(100.0)
	정상	0(0.0)	8(3.1)	250(96.9)	258(100.0)

* 전체의 82%가 올바르게 분류되었음
*()은 %를 나타냄

이상의 타당도 분석 결과를 종합하면 본 연구척도가 Young척도에 비해 중독을 측정하는 척도로서 타당성이 더 높다고 할 수 있다. 그러나 본 척도의 중독 집단에 대한 정확한 판별 비율이 Young척도 보다는 훨씬 높게 나타났지만 전체적으로는 그리 높지 않게 나타났다. 이것은 척도 자체가 갖는 원인도 있겠지만 준거 문항에 의한 집단 구분에서도 원인을 찾을 수 있을 것이며, 무엇보다도 분석 사례수가 적다는 사실에 원인이 있다고 분석된다. 본 척도에서의 중독 판정 기준은 다음 표 5와 같다.

표 5. 중독 판정 기준

항목	초등생		중고생		대학생		일반성인	
	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차
집착	2.09	1.65	2.91	2.05	2.28	1.84	1.34	1.68
강박 사용	1.54	1.23	1.99	1.43	1.92	1.34	1.42	1.37
재발	0.27	0.44	0.27	0.44	0.17	0.38	0.08	0.27
내성/ 의존성	1.25	1.08	1.25	1.10	0.87	0.99	0.61	0.95
생활 장애	1.41	1.64	2.43	2.29	1.60	1.97	0.87	1.65

다음, 중독척도와 전술한 중독관련 변인들 그리고 인터넷 사용으로 인한 신체증상 변인들간의 상관관을 분석하였다. 결과는 표 6과 같고, 분석 결과 중독관련 변인들과 높은 상관관을 나타내고 있지 않는 것으로 나타났다. 관련 변인들 중에서 신체증상, 충동성, 우울증 변인들은 약간의 상관관을 나타내고 있지만 자존감 변인은 전혀 상관관이 없는 것으로 나타났다. 따라서 낮은 자존감이 인터넷 중독의 원인이 될 수 있다는 등의 선행 연구 결과와는 크게 다른 것으로 나타났다.

표 6. 중독 척도와 중독 관련 변인들간의 상관 계수

	우울증	충동성	자존감	신체증상
본 중독척도	.21**	.28**	-.08	.39**
Young척도	.29**	.30**	-.12*	.39**
*.....p< .05 **.....p< .0				

IV. 전국적인 실태 조사

중독 실태 분석을 위해 설문 조사와 전자우편 조사를 병행하였는데 주로 설문조사 방식에 의존하였다. 설문조사는 전국을 크게 서울 경기, 대전 충청, 광주 전라, 대구 경북, 부산 경남의 5대 권역으로 나누고, 표집 비율은 인구수를 고려하여 대략 2:1:1:1:1로 하여 총 3,000명을 대상으로 하였다. 각 권역별로 조사 책임자를 선정하여 조사를 실시하였으며, 각 권역별로 초등 학생, 중고등 학생, 대학생, 일반성인 집단 및 거주지 유형별(대도시-중소도시-읍면 지역) 집단간에 가급적 균형을 유지도록 하였다. 초등학생의 경우 5,6학년만을 대상으로 하였고 중고등 학생의 경우는 2학년을 대상으로 하였으며, 일반 성인의 경우는 학생 집단의 학부모를 활용하였는데, 학부모의 연령을 고려하여 초등학생 학부모 2개 권역, 중등학생 학부모 2개 권역, 대학생 학부모 1개 권역으로 하였다. 조사 대상 지역에 강원 제주가 제외되었음은 본 조사의 한계이다. 전자우편 조사는 전국(강원 제주 포함)을 대상으로 실시하였다. 전자우편에 의한 조사 대상자는 154명으로 나타났다. 회수된 설문지 중 불성실한 반응을 보인 응답자를 제외한 결과 2,717명이 최종 분석 대상자가 되었다. 조사 대상자의 특성은 다음 표 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13과 같다.

표 7. 소속별 조사 대상자 분포

	전체	초등생	중고생	대학생	일반
인원수	2,717	683	789	619	626
비율	100.0	25.1	29.0	22.8	23.0

표 8. 연령별 조사 대상자 분포

	전체	10대	20대	30대	40대	50대	60세 이상
인원수	2,717	1502	641	178	318	65	13
비율	100.0	55.3	23.6	6.6	11.7	2.4	0.5

표 9. 거주지 유형별 조사 대상자 분포

	전체	대도시	중소도시	읍면지역
인원수	2,717	1,782	486	449
비율	100.0	65.6	17.9	16.5

표 10. 거주 지역별 조사 대상자 분포

	전체	서울 경기	대전 충청	광주 전라	대구 경북	부산 경남	강원 제주
인원수	2,717	938	400	527	444	398	10
비율	100.0	34.5	14.7	19.4	16.3	14.6	0.4

표 11. 성별 조사 대상자 분포

	전체	남	여
인원수	2,717	1803	914
비율	100.0	66.4	33.6

표 12. 직업별 조사 대상자 분포

	전체	학생	공무원	교원	회사원	자영업	전문직
인원수	2,717	2091	53	40	147	102	50
비율	100.0	77.0	2.0	1.5	5.4	3.8	1.8
	군인	연로인	프리랜서	가사	무직	기타	
인원수	3	3	9	162	11	46	
비율	0.1	0.1	0.3	6.0	0.4	1.7	

표 13. 종교별 조사 대상자 분포

	전체	기독교	천주교	불교	유교	무종교
인원수	2,717	804	283	620	25	985
비율	100.0	29.6	10.4	22.8	0.9	36.3

실태 조사의 내용은 크게 조사 대상자의 인적 배경, 중독척도 문항, 그리고 인터넷 사용실태 문항으로 구성되었다. 인적 배경 문항은 앞서 언급한 조사 대상자의 특성에 대한 7개 내용이며, 예비조사를 통해 확정된 중독척도 26문항, 인터넷 사용 실태 문항에는 사용 여부, 사용횟수, 하루평균 사용시간, 사용장소, 사용기간, 사용용도가 포함되었다. 수집된 자료는 코딩 과정을 거쳐 다양한 통계분석이 수행되었다. 주된 분석 기법은 빈도분석, 상관분석, 평균분석 등이며, 집단간 차이 여부를 분석하기 위해 카이제곱 검증, F 검증 등을 활용하였다. 이 모든 분석은 SPSS PC+를 사용하였다.

인터넷 사용 실태 결과를 분석해 보았는데, 결과는 다음 표 14, 15, 16, 17, 18, 19와 같다. 인터넷 사용 용도 항목은 인터넷 사용 용도를 미리 제시하고 가장 많이 사용하는 용도 순으로 세 가지를 고르도록 하였다.

표 14. 인터넷 사용 유무

항목	초등생 (683)	중고생 (789)	대학생 (619)	일반성인 (626)	계 (2717)
사용안함	16.0%	8.7%	6.9%	43.0%	18.0%
사용함	84.0%	91.3%	93.1%	57.0%	82.0%
카이제곱:362.869, p=.000					

표 15. 인터넷 사용 횟수

	초등생 (543)	중고생 (694)	대학생 (508)	일반성인 (345)	계 (2090)
거의 안한다	7.2%	3.3%	1.4%	11.0%	5.1%
한달에 1-2회	12.3%	6.0%	3.7%	11.0%	7.9%
일주일애 1-2회	37.0%	34.0%	27.2%	27.5%	32.0%
거의 매일	43.5%	56.7%	67.7%	50.4%	54.9%
카이제곱 118.731 p=.000					

표 16. 인터넷 사용 시간

	초등생 (231)	중고생 (389)	대학생 (340)	일반성인 (174)	계 (1134)
해당 없음	5.6%	1.3%	2.1%	2.9%	2.6%
1시간 이하	31.6%	11.3%	26.2%	32.2%	23.1%
2시간 이하	33.3%	38.8%	36.5%	32.8%	36.1%
3시간 이하	16.9%	22.9%	21.2%	21.8%	20.9%
5시간 이하	6.9%	14.4%	10.6%	5.2%	10.3%
7시간 이하	0.9%	3.1%	1.2%	1.5%	1.9%
7시간 이상	4.8%	8.2%	2.4%	3.4%	5.0%
카이제곱 164.636 p=.000					

표 17. 인터넷 사용 장소

항목	초등생 (528)	중고생 (692)	대학생 (502)	일반성인 (345)	계 (2069)
집	67.2%	58.4%	43.8%	39.4%	53.9%
학교	7.4%	3.3%	36.1%	7.2%	13.0%
PC방	19.1%	36.6%	18.7%	5.5%	22.6%
직장	0.0%	0.0%	0.0%	45.8%	7.6%
기타	6.3%	1.7%	1.4%	2.0%	2.9%
카이제곱 1248.291 p=.000					

표 18. 인터넷 사용 기간

항목	초등생 (522)	중고생 (690)	대학생 (500)	일반성인 (345)	계 (2054)
6개월 미만	46.7%	29.1%	10.2%	17.5%	27.1%
1년 정도	31.4%	31.9%	33.2%	21.6%	30.4%
2년 정도	15.3%	22.2%	35.0%	24.0%	23.9%
3년 정도	3.6%	11.6%	13.4%	14.0%	10.4%
4년 이상	2.9%	5.2%	8.2%	22.8%	8.3%
카이제곱 339.094 p=.000					

표 19. 인터넷 사용 용도

항목	초등생 (571)	중고생 (704)	대학생 (576)	일반성인 (353)	계 (2225)
게임	70.8%	70.9%	48.8%	22.4%	57.2%
채팅	34.0%	43.3%	16.5%	9.0%	28.4%
메일	65.5%	66.8%	77.3%	72.8%	70.2%
사이버 쇼핑	1.8%	5.3%	5.2%	24.4%	7.4%
사이버 증권	0.0%	0.0%	2.4%	22.1%	4.2%
동화상 감상	11.2%	14.5%	20.8%	11.5%	14.8%
정보/자 료 검색	60.8%	57.8%	70.8%	82.6%	66.0%
음란물	0.5%	14.3%	3.8%	3.9%	6.8%
기타	26.8%	12.1%	12.3%	28.9%	18.7%

인터넷 중독비율을 산정하기 위하여 척도의 각 집단별 중독 판정 기준에 따라 각 사례별로 중독여부를 판정하였다. 이는 인터넷을 사용한다고 응답한 사례 중 중독척도에 성실하게 반응한 사례에 적용되어, 중독기준에 따라 중독집단과 비중독집단으로 구분하였다. 나머지 사례는 인터넷을 사용하지 않는 사례와 인터넷을 사용하지만 중독척도에 적절히 반응하지 않은 사례인데, 이들을 각각 '인터넷 비사용' 및 '척도 무응답' 집단으로 묶었다. 중독비율의 현황 분석은 전체 국민의 인터넷 중독율을 추정하기 위하여 조사대상자 전체를, 인터넷 사용자 중 인터넷 중독율을 추정하기 위하여 인터넷 사용자들 단위로 하여 각각 분석하였다.

표 20. 전체 조사대상 중 인터넷 중독 비율

항목	초등생 (683)	중고생 (789)	대학생 (619)	일반성인 (626)	계 (2717)
인터넷 비사용	16.0%	8.7%	6.9%	43.0%	18.0%
인터넷 비중독	66.2%	77.9%	77.2%	52.1%	68.9%
인터넷 중독	4.1%	6.6%	6.6%	1.6%	4.8%
척도 무응답	13.8%	6.7%	9.2%	3.4%	8.3%

카이제곱 409.118 p=0.000

우선 조사대상자 전체를 대상으로 한 인터넷 중독 판정 결과는 표 20과 같고, 인터넷 사용자만을 대상으로 한 결과는 표 21과 같다.

표 21. 인터넷 사용자 중 인터넷 중독 비율

항목	초등생 (480)	중고생 (667)	대학생 (519)	일반성인 (336)	계 (2002)
인터넷 비중독	94.2%	92.2%	92.1%	97.0%	93.5%
인터넷 중독	5.8%	7.8%	7.9%	3.0%	6.5%

카이제곱 10.660 p=0.014

집단과 성별로 교차 분석한 결과는 다음 표 22와 23과 같다.

표 22. 전체 대상 중 인터넷 중독 비율(집단X성별)

항목	초등생		중고생		대학생		일반성인	
	남 (341)	여 (342)	남 (671)	여 (118)	남 (447)	여 (172)	남 (344)	여 (282)
인터넷 비사용	16.7%	15.2%	9.7%	3.4%	7.8%	4.7%	34.6%	53.2%
인터넷 비중독	62.8%	69.6%	76.2%	88.1%	75.4%	82.0%	60.5%	41.8%
인터넷 중독	5.6%	2.6%	7.2%	3.4%	6.9%	5.8%	2.6%	0.4%
무응답	15.0%	12.6%	7.0%	5.1%	9.8%	7.6%	2.3%	4.6%
카이 제곱	5.775		9.106		3.444		30.165	
p	0.124		0.028		0.328		0.000	

표 23. 인터넷 사용자 중 중독 비율(집단X성별)

항목	초등생		중고생		대학생		일반성인	
	남 (233)	여 (247)	남 (559)	여 (108)	남 (368)	여 (151)	남 (217)	여 (119)
인터넷 비중독	91.8%	96.4%	91.4%	96.3%	91.6%	93.4%	95.9%	99.2%
인터넷 중독	8.2%	3.6%	8.6%	3.7%	8.4%	6.6%	4.1%	0.8%
카이 제곱	4.441		3.002		0.478		2.911	
p	0.035		0.083		0.490		0.088	

다음 인터넷 중독자의 특성을 이해하기 위하여 인터넷 사용자 중 인터넷 비중독자와 인터넷 중독자간의 특성을 인터넷 사용횟수, 사용시간, 사용장소, 사용기간, 사용 용도별로 비교 분석하였다. 그 중 집단별 인터넷 사용 기간은 의미 있는 차이가 없는 것으로 나타나서 제외하였고, 나머지 결과는

다음 표 24, 25, 26, 27과 같다.

인터넷 사용횟수에서 중독집단은 '거의 매일'한다는 비율이 비중독 집단보다 상대적으로 높으며, 중독집단의 9/10은 거의 매일 인터넷을 하는 것으로 나타났다. 인터넷 사용시간도 전반적으로 중독집단이 더 많았고, 또한 인터넷에 중독될수록 인터넷 사용량도 증가함을 시사한다.

표 24. 인터넷 사용 횟수

항목	비중독 집단 (1789)	중독집단 (124)	전체 (1913)
거의 안한다	5.5%	-	5.2%
한달에 1-2회	7.9%	2.4%	7.6%
일주일에 1-2회	34.0%	8.1%	32.4%
거의 매일	52.5%	89.5%	54.9%
카이제곱 64.672 p=0.000			

표 25. 인터넷 사용 시간

항목	비중독 집단 (1733)	중독집단 (124)	전체 (1857)
해당 없음	14.8%	1.6%	13.9%
1시간 이하	29.8%	4.8%	28.2%
2시간 이하	31.2%	30.6%	31.2%
3시간 이하	14.9%	21.0%	15.3%
5시간 이하	5.6%	24.2%	6.8%
7시간 이하	1.3%	3.2%	1.4%
7시간 이상	2.4%	14.5%	3.2%
카이제곱 158.287 p=0.000			

사용 장소는 두 집단 모두 집에서 사용한다는 비율이 제일 높게 나왔는데, 특히 중독집단이 집에서 인터넷을 사용하는 비율이 더 높게 나타났다. 이러한 결과의 원인은 좀더 면밀한 조사가 되어야 밝혀지겠지만, 상대방의 인터넷 중독자는 집에서 인터넷 사용에 대한 통제 없이 인터넷에 빠져들 수 있는 환경이 조성되어 있을 가능성을 추론해 본다. 또한 인터넷 사용 용도를 비교한 결과, 게임, 메일, 정보/자료 검색, 음란물에서 두 집단 간 통계적으로 의미 있는 차이를 보이고 있다. 중독집단은 게임과 음란물을 위해 인터넷을 사용한다는 응답율이 상대적으로 더 높았으며, 비중독집단은 메일과 정보/자료 검색을 위하여 인터넷을 사용한다는 응답율이 더 높았다. 이러한 결과는 비중독 집단은 메일과 정보

자료 검색처럼 인터넷을 자신의 필요에 의해 이용하는 경향이 더 강하고, 중독집단은 게임과 음란물에 빠져드는 경향이 더 강할 가능성을 시사한다.

표 26. 인터넷 사용 장소

항목	비중독 집단 (1792)	중독집단 (124)	전체 (1916)
집	52.3%	70.2%	53.4%
학교	13.8%	4.8%	13.3%
PC방	22.6%	19.4%	22.4%
직장	8.4%	4.0%	8.1%
기타	2.9%	1.6%	2.8%
카이제곱 17.947 p=0.001			

표 27. 인터넷 사용 용도

항목	비중독집단 (1871)	중독집단 (130)	전체 (2001)
게임	57.6%	72.3%	58.6%
채팅	28.9%	35.4%	29.3%
메일	73.2%	63.8%	72.6%
사이버쇼핑	8.0%	6.2%	7.8%
사이버증권	5.3%	3.8%	5.2%
동화상 감상	14.7%	16.2%	14.8%
정보/자료검색	69.2%	53.8%	68.2%
음란물	5.7%	20.0%	6.6%
기타	19.5%	13.8%	19.1%

V. 조사 결과 분석 및 대처 방안

5.1 결과 분석

가. 인터넷 중독 실태

1) 전체적으로 볼 때, 전체 인구에서 100 중 5명 정도는 인터넷에 중독되었다고 볼 수 있다. 좀더 세분화하면, 초등학생은 100명 중 4명, 중고등학생과 대학생은 100명 중 6-7명, 성인은 100명 중 1-2명이 인터넷에 중독되었다고 추정할 수 있었다.

2) 인터넷을 사용하고 있는 사람을 기준으로 할 때, 100명 중 6-7명, 세분화하면 초등학생은 100명 중 6명, 중고등학생과 대학생은 100명 중 8명, 성인

은 100 명 중 3명 정도가 인터넷에 중독되었다고 추정할 수 있었다.

3) 인터넷 중독비율은 남녀간에 큰 차이가 없었지만, 다소간에 남자가 더 높은 것으로 추정된다.

4) 인터넷 중독집단은 인터넷 비중독집단보다 인터넷 사용회수와 사용시간이 더 많은 경향이 있다. 또한 인터넷 중독집단은 인터넷 사용장소로서 인터넷 비중독집단에 비해 집을 뺀 경우가 더 많았다. 그러나 인터넷 사용기간에서는 인터넷 중독집단과 비중독집단 간에 차이가 없었다.

5) 인터넷 중독집단과 비중독집단 모두 게임, 메일, 정보자료검색을 위해 인터넷을 사용하는 비율이 높았으며, 인터넷 중독집단은 인터넷 비중독 집단보다 게임과 음란물을 위해 인터넷을 사용하는 비율이 더 높았다.

나. 인터넷 사용실태

1) 전체적으로 100명 중 80명 이상이 인터넷을 사용하고 있으며, 특히 중고등학생과 대학생은 100명 중 90명 이상이 인터넷을 사용하고 있었다.

2) 인터넷 사용자의 과반수는 거의 매일 인터넷을 하고 있었다.

3) 인터넷 사용자의 3/5은 하루 평균 2시간 이하 인터넷을 사용한다

4) 인터넷 사용자의 과반수는 집에서 인터넷을 주로 사용한다. 한편 초등학생(약 7/10)은 집에서, 중고등학생(약 4/10)은 pc방에서, 대학생(약 4/10)은 학교에서, 일반성인(약 5/10)은 직장에서 인터넷을 사용하는 비율이 다른 집단보다 더 높았다.

5) 인터넷 사용기간은 학년이 올라갈수록 더 길게 나타났다.

본 연구의 인터넷 중독 실태에 대한 결과는 국내의 선행 연구 결과와 상당한 차이를 보이고 있는데, 이것은 기존 연구들이 중독의 개념이 충분히 정의되지 않은 상태에서 제작된 검사지를 이용하거나, 중독을 판정하는 통계적인 기준에 대한 검토 없이 기준에 사용되고 있는 기준을 차용한 결과, 관대한 기준을 적용한 결과로 보인다. 이는 앞으로 보다 정확하고 엄밀하게 인터넷 중독을 측정할 수 있는 도구를 개발하여야 할 필요를 야기한다. 본 연구에서 개발한 인터넷 중독 측정검사는 더욱 향상된 검사도구가 개발될 때까지는 어느 정도 중독기준을 제공해 줄 수 있을 것이다.

5.2 대처 방안

이러한 인터넷 중독에 대한 대처방안의 논의는 인터넷 과사용을 인터넷 중독으로 잘못 판정하는 오류를 범하지 않는 것으로부터 출발하여야 할 것이다. 즉 인터넷의 과사용과 인터넷 중독을 구분해야 하며 인터넷 중독에 대한 대처 방안과 인터넷 과사용의 대처방안을 따로 마련하여야 한다는 것이다. 인터넷 중독은 개인의 삶의 방식이 인터넷을 중심으로 구조화되고 의존되어 인터넷을 떠난 독립적인 생활을 할 수 없는 상태를 말한다. 인터넷의 과사용은 삶이 인터넷과 독립적으로 구성되어 있지만 삶의 질서가 손상될 만큼 인터넷에 몰두하는 것을 의미하는 것으로 이해될 수 있다. 인터넷 중독자나 인터넷의 과사용자 모두 인터넷이 생활의 중요한 부분이 되었음을 말하기 때문에, 이들에 대한 지도나 대처도 공통적인 방안을 고려할 수 있고, 한편 인터넷 중독과 인터넷 과사용의 핵심 구조가 다르기 때문에 차별적으로 접근하는 노력도 필요하다. 이런 점들을 고려하여 인터넷 중독의 대처방안을 제안하면 다음과 같다.

가. 정부 차원에서의 대처방안

1) 앞에서 지적한 것처럼 인터넷 중독을 정확하게 측정 평가할 수 있는 도구가 개발되고 계속 개선되어 인터넷 사용자 자신이나 이들을 지도 교육하는 부모, 교사, 지도자들이 손쉽게 활용할 수 있도록 하여야 한다. 자가 점검표와 같은 척도가 개발되어 인터넷 사용자에게 쉽게 사용할 수 있도록 하는 것은 인터넷 중독 여부를 스스로 점검하여 자신의 행동을 교정할 수 있는 계기가 된다.

2) 인터넷 중독 치료 및 상담 센터의 운영과 지원을 고려할 수 있다. 심각하게 인터넷에 중독되어 있다면, 정상적인 생활을 유지하지 않고 다양한 부수적인 부적응적 또는 파괴적인 행동을 산출하고 심지어 사회문제를 일으킬 수도 있음을 예상할 수 있다. 이는 개인적으로나 사회적으로 크나큰 손실이 아닐 수 없다. 따라서 이들에 대한 적극적인 치료 대책이 수립되어야 한다. 중독이란 스스로 자신의 중독 상태에서 벗어날 수 없을 정도로 의존되어 있는 상태를 의미한다. 인터넷 중독자 자신이 인터넷 중독에 빠져 있음을 안다 하더라도, 스스로 인터넷 중독에서 벗어나 정상적인 생활을 할 수 있는 힘을 상당히 상실했을 가능성을 예견할 수 있다. 즉 인터넷 중독의 문제는 인터넷 중독 당사자가 스스로 해결하도록 당사자에게만 맡겨놓을 수 없는 문제라는 것이다. 외부의 전문적인 개입을 통하여 중독으로부터 벗어

나도록 도움을 주고 관리하여야 한다. 이를 위해 각 지역의 인터넷 중독 치료 또는 상담 센터를 운영하고 적극적으로 지원해야 하며, 또한 지역 센터에서 담당하기 어려운 업무를 관장할, 전문 인터넷 중독 치료센터의 운영과 지원을 고려해야 한다.

3) 인터넷 중독 및 인터넷 과사용 예방교육을 실시하여야 한다. 인터넷 중독의 문제를 다루는 가장 효율적인 방법은 인터넷 중독에 빠져들지 않도록 미리 예방하는 것이다. 인터넷 중독의 예방 교육에는 인터넷 과사용의 문제도 다룬다. 인터넷 중독은 인터넷의 과사용과 직결되어 있으며, 인터넷의 과사용자 인터넷 중독으로 이어질 가능성이 크기 때문이다.

4) 인터넷 사용에 대한 법적 및 제도적 장치를 마련해 가야 한다. 인터넷 중독 또는 인터넷 과사용은 대체로 게임이나 음란물 탐색과 같은 생산성이 없는 분야에서 더 빈번하게 일어난다. 생산성이 없거나 사회 풍속을 저해하거나 인터넷 중독을 촉진하는 인터넷 영역을 조사하여 이들에 대한 법적 제재 방안을 강구할 수 있다. 음란물 사이트에 대한 단속은 지금도 이루어지고 있지만, 누구에게나 무료로 개방되어지는 내용들이 있고, 청소년들은 이런 내용만 찾아다녀도 인터넷에 시간을 과사용할 수 있다. 인터넷 게임도 무료로 언제 어디서나 누구와도 연결하여 함께 할 수 있는 게임들이 있어, 게임에 빠져들거나 컴퓨터의 과사용을 부추기고 있다. 인터넷 중독 및 과사용과 관련된 사이트와 비생산적인 사이트를 규제하는 법적 장치와 더불어 유희화를 적극 추진하는 것도 한 방안일 수 있다.

나. 민간 차원에서의 대처 방안

우리는 다양한 자극과 경험을 통해 균형을 익히고, 자신의 잠재력을 계발하고, 사회에 기여하면서 살아가는 삶을 건강한 삶의 모습으로 간주한다. 인터넷에 중독되거나 인터넷을 과사용한다는 것은 우리가 받아들일 수 있는 자극과 경험의 세계가 제한되어 균형있는 생활을 하지 못하고, 자신에게 있을 수 있는 다양한 잠재능력을 발견하고 계발할 기회를 상실하며, 더 나아가 사회에 기여할 수 있는 부가가치를 창출하지 못하기 때문에 개인적 및 사회적 문제로 부각된다. 따라서 인터넷의 중독과 과사용은 건강하고 바람직한 삶의 모습으로부터 이탈되었음을 나타내는 지표일 수 있다. 인터넷 중독 및 과사용의 문제에 대처하기 위해서 고려되어야 할 것은 인터넷의 중독 또는 과사용 여부를 알아차릴

수 있어야 하고, 다음 균형있는 정상적인 생활로부터 인터넷에 빠지게 된 이유와 과정을 이해하여야 한다. 그리고 인터넷의 중독과 과사용으로부터 벗어나 균형있는 생활로 삶의 방식을 바꾸도록 하여야 할 것이다. 앞에서 언급한 바와 같이 이미 인터넷에 중독되어 있는 사람은 인터넷에 매우 의존적인 구조 속에 있기 때문에 인터넷중독으로부터 스스로 벗어날 수 있음을 기대하기 어렵다. 따라서 인터넷 중독자에 대한 대처는 부모나 교사, 지도자가 적극적으로 주도하여 가야만 할 것이다. 이러한 과정에 고려할 점을 살펴보면 다음과 같다.

1) 컴퓨터의 사용 실태를 점검하여 인터넷 중독 여부를 확인한다. 인터넷 중독의 발전은 본 연구에서 개발된 척도를 점검표로 활용할 수 있을 것이다.

2) 인터넷 중독에 이르게 된 과정을 살펴보고 이해한다. 인터넷 중독자와 과사용자도 다른 부적응 및 이탈자와 마찬가지로 바람직한 삶의 방식을 몰라서가 아니라 바람직한 삶의 방식으로 생활하기가 어려운 사정과 여건에 있기 때문일 것임을 전제할 수 있다. 따라서 단순히 인터넷 사용을 제한하거나 제재한다고 해서 인터넷 중독을 벗어나거나 과사용을 줄일 수 있는 것이 아니다. 강한 제한과 제재는 제한자와 제재자의 눈길을 피해가는 요령을 발달시키고, 인터넷에의 몰두는 계속될 수 있다. 이러한 과정에는 거짓말을 하거나 대화의 단절을 넣거나 갈등을 야기하는 등 부작용을 산출할 가능성이 있다. 이러한 과정이 반복되면 인터넷 중독뿐만 아니라 새로운 문제가 부수적으로 나타나서 문제의 해결을 더욱 어렵게 할 수 있다. 따라서 근본적인 생활방식을 살펴보고 이해하면서 인터넷 중독과의 관련성을 알아볼 필요가 있다.

3) 인터넷 중독으로부터 벗어나도록 지도하고 격려한다. 인터넷 중독을 벗어나는 것은 곧 인터넷을 중심으로 또는 인터넷에 의존하여 이루어졌던 생활 방식을 바꾼다는 것을 말한다. 즉 다양한 자극과 경험을 통해 균형을 익히고, 자신의 잠재력을 계발하고, 사회에 기여하면서 살아가려는 삶의 방식으로 바꾼다는 것이다. 구체적으로 살펴보면 자신의 삶의 목표가 분명하고, 목표 달성을 위한 계획이 있으며, 계획을 실천하기 위해서 노력하고, 가족 또는 친구와의 관계가 원만하며, 다른 사람에 대한 관심과 배려를 보이는 행동들이 포함된 삶의 방식으로 바꾸어 가는 것이다. 그리고 인터넷을 이러한 삶을 위한 수단적 가치로 이용되는 것이다. 이를 위해 애정어린 관심을 가지고 지속적으로 지도하고 격려해야 한다.

4) 인터넷 과사용을 예방하고 올바른 인터넷 활용법을 교육한다. 인터넷 중독 및 과사용에 빠지기 전에 인터넷의 올바른 사용을 지도하고 교육하는 것이 더욱 효과적이다. 컴퓨터에 처음 접할 때부터 컴퓨터를 사용하는 원칙들이 잘 규정되어 있고, 합의된 규정들이 일관성있게 지켜지도록 관심을 기울이는 것이 필요하다.

VI. 결론

본 논문에서는 ‘인터넷 중독’에 대한 현황 파악과 대처 방안을 모색하기 위한 기초 연구로 수행된 한국형 인터넷 중독 척도 개발과 이를 이용한 전국적인 인터넷 중독 실태 조사 결과를 소개하였다. 개발된 중독 판정 척도는 기존의 Young 척도와 유사한 신뢰도를 나타내고 있으며, 타당도 분석 결과, Young 척도에 비해 중독을 측정하는 척도로서 타당성이 더 높게 나타났다. 또한 개발한 중독 척도를 이용, 전국적인 실태 조사 및 분석을 수행하고, 인터넷 중독에 대한 대처방안을 제시하였다.

현재, 인터넷 역기능에 대한 대응 방안 연구의 일부로, 개발된 한국형 인터넷 중독 척도를 각 집단별로 정련화하는 연구가 계속 진행 중이며, 인터넷 중독 사례별 임상자료 수집을 통한 인터넷 중독 자가 진단 방안 연구와 극복 방안 연구도 병행 중이다.

참고 문헌

[1] Goldberg, "Internet addiction Electronic message posted to research discussion list", <http://www.rider.edu/users/suler/psyber/supportgp.htm>, 1996

[2] Young, "Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder, 104th annual conversation of the American Psychological Association, Toronto, Canada, 1996

[3] Young, "Internet can be as alchoal, drugs and gambling", An APA news release, <http://www.apa.org/releases /internet.html>, 1996

[4] Griffiths, "Psychology of computer use; some comments on 'addicted use of internet' by Young", Psychological Reports, 1996

[5] 김옥순, 홍혜영, "정보사회와 청소년 I-통신중독증", 한국 청소년 문화 연구소, 1998.

[6] 윤재희, "인터넷 중독과 우울, 충동성, 감각 추

구 성향 및 대인관계의 연관성", 고려대학교 석사학위 논문, 1998

[7] 이봉건, "사이버공간에서의 중독, 통신, 인터넷 중독증의 증상과 예방, 사이버 공간의 심리", 바영사, 1999

[8] 황상민, 안규석 편, "사이버공간의 심리", 바영사, 1999

[9] 김종범, "인터넷 중독하위 집단의 특성연구", 연세대 대학원 석사학위 논문, 1999.

[10] 한국 청소년 개발원, "청소년 정보화 실태와 새로운 정책의 방향", 연구보고서 99-R14, 1999

[11] 청소년보호위원회, "인터넷 환경이 청소년의 사회화에 미치는 영향", 2000

[12] 송원영, 오경자, "자기효능감과 자기 통제력이 인터넷의 중독적 사용에 미치는 영향", 한국임상심리학회 하계학술대회 발표논문집, 1999

[13] 정기도, "게임, 몰입, 그리고 탈자", '인터넷 몰입과 중독-어떻게 볼 것인가' 심포지엄 발표자료, 지식 문화재단, 2000

[14] 송명준, 권정혜, "대학생의 인터넷 중독 현황 및 인터넷 중독이 대학생할 적응에 미치는 영향", 한국임상심리학회 하계학술대회 발표논문집, 2000

[15] 윤영민, "인터넷이 청소년의 사회화에 미치는 영향, '인터넷 시대에 있어 청소년 문제와 대책'" 발표 논문, 2000

[16] 이소영, 권정혜, "게임의 중독에 따른 청소년들의 문제해결 능력 및 의사 소통", 한국심리학회 연차학술 발표대회 논문집, 2000

[17] 안정임, 김동규, "청소년 인터넷 중독증후군 및 음란물 접촉 행위에 관한 연구", 한국 여성 민우회 미디어 운동본부, 2000.

[18] 하지현, "청소년 PC중독의 원인 분석, 청소년 PC중독", 청소년 대화의 광장, 2000

[19] 어기준, "청소년 PC중독의 유형과 문제점, 청소년 PC중독", 청소년 대화의 광장, 2000.

[20] 서울YWCA "PC방이 청소년에게 미치는 영향, 2000

[21] 김정기, 최명식, "포항공대생들의 인터넷 사용 실태 및 중독에 관한 연구", 1999.

[22] 한국 청소년 개발원, "청소년 인터넷 이용실태에 관한 연구", 연구보고서 99-R15, 1999

[23] 김진숙 외, "청소년의 컴퓨터 활용실태, 청소년의 PC중독", 청소년 대화의 광장, 2000

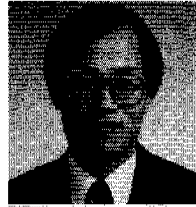
[24] 김교현, "청소년들의 컴퓨터 사용실태와 컴퓨터

중독”, 충남대 학생생활연구소, 2001

- [25] 사이버중독센터 <http://www.cyberadic.or.kr>
- [26] Ross, “Study shows some internet addicts suffer from mental illness”, 2000
- [27] Morahan-Martin, Schunacher, “Incidence and correlates of pathological internet use”, 105th Annual convention of the American Psychological Association, Chicago, Illinois, 1997
- [28] Walthcr, Reid, “Understanding the allure of the internet”, The Chronicle of Higher Education, 46, 2000
- [29] Scherer, “College life on-line: Healthy and unhealthy internet use”, Journal of College Student Development, 38., 1997
- [30] Scherer, Bost, “Internet use patterns: Is there internet dependency on campus?”, 105th Annual Convention of the American Psychological Association, Chicago, Illinois, 1997
- [31] Anderson, “Internet use among college students : An exploratory study”, <http://www.rpi.edu/anderk4/research.html>, 1999
- [32] Chien, Ming-Chun. “Internet addiction, usage, gatification, and pleasure experience : Taiwan college students’ case”, Computer & Education, 35, 2000
- [33] Greenfield, “The net effect : Internet addiction and compulsive internet use”, The center for Internet studies, Virtual-Addiction.com., 2000
- [34] Young, “Intetnet Addiction: Symptoms, Evaluation, and Treatment”, [http:// netaddiction.com/articles/symptoms.htm](http://netaddiction.com/articles/symptoms.htm), 1999
- [35] Kicman, “Some suggestion research methods of expert on internet addiction”, The Chronicle of Higher Education, 44, 1998

1969년 11월~현재: 목포해양대학교 해양전자·통신공학부 교수
 <주관심 분야> 데이터통신, 인터넷 중독

강 만 철(Man-Chull Kang) 비회원



1979년 2월: 전남대학교
교육학과(학사)
1982년 2월: 전남대학교
교육학과(석사)
1991년 8월: 고려대학교
교육학과(박사)

1995년 3월~현재: 목포대학교 교육학과 교수
 <주관심 분야> 인터넷 중독, 학습장애

오 익 수(Ik-Soo Oh) 비회원



1979년 2월: 전남대학교
교육학과(학사)
1985년 8월: 전남대학교
교육학과(석사)
1991년 8월: 전남대학교
교육학과(박사)

1999년 9월~현재: 광주교육대학교 학생생활연구소
 <주관심 분야> 인터넷 중독, 이동(청소년) 상담

김 건 응(Geonung Kim) 정회원

한국통신학회 논문지 26권 10A호 참조
 현재: 목포해양대학교 해양전자·통신공학부 조교수

박 경 호(Kyung-Ho Park) 정회원



1965년 2월: 한국항공대학교
통신공학과(학사)
1978년 2월: 건국대학교
행정학(석사)
1982년 2월: 조선대학교
전산학(석사)
1986년 2월: 조선대학교
정보통신공학(박사)