

이 정 윤 교수지도
석사학위 청구논문

성인 인터넷 과다사용 집단의
하위유형별 특성
- 쇼핑, 사이버관계, 정보검색
하위유형을 중심으로 -

2007

성신여자대학교 대학원
심 리 학 과
문 나 영

성인 인터넷 과다사용 집단의
하위유형별 특성

- 쇼핑, 사이버관계, 정보검색
하위유형을 중심으로 -

이 정 윤 교수지도

이 논문을 석사학위 논문으로 제출함

2007년 5월

성신여자대학교 대학원
심 리 학 과

문 나 영

인 준 서

문나영의 석사학위 논문으로 인준함.

심사위원 _____인

심사위원 _____인

심사위원 _____인

성신여자대학교 대학원

논문개요

본 연구에서는 성인을 대상으로 인터넷 과다사용의 하위유형 -인터넷쇼핑 과다사용집단, 사이버관계 과다사용집단, 정보검색 과다사용집단- 에 따라 과다사용자들의 심리적 특성 -우울, 외로움, 성인 ADHD, 현실과 가상공간에서의 자기효능감- 이 어떻게 달라지는지를 알아보려고 하였다. 피험자는 20대~ 50대의 성인 486명이었으며, 인터넷 과다사용 하위유형에 해당하는 사용시간을 근거로 하여 하위유형 집단을 구분하였다. 그 결과, 인터넷쇼핑 과다사용집단에 125명, 사이버관계 과다사용집단에 77명, 정보검색 과다사용집단에 100명이 선정되었고, 비과다사용집단을 보면, 인터넷쇼핑 비과다사용집단에 199명, 사이버관계 비과다사용집단에 149명, 정보검색 비과다사용집단에 72명이 선정되었다. 본 연구에서 사용한 척도는 Young 인터넷 중독 척도, CES-D 우울척도, SEASA-S 외로움 척도, 성인 ADHD 척도, 현실에서의 자기효능감 척도, 가상공간에서의 자기효능감 척도이다.

인터넷 중독검사와 우울, 외로움, 성인 ADHD, 현실에서의 자기효능감, 가상공간에서의 자기효능감 변인들의 상관분석 결과, 인터넷 중독검사는 우울, 외로움, 성인 ADHD, 가상공간에서의 자기효능감과 정적상관을 보였으며, 현실에서의 자기효능감과 는 부적상관을 보였다. 우울은 외로움, 성인 ADHD, 가상공간에서의 자기효능감과 정적상관을, 현실에서의 자기효능감과 는 부적상관을 보였다.

인터넷 과다사용 하위유형별로 과다사용집단과 비과다사용집단 간에 심리적 변인들의 차이를 보기 위해 공변량 분석을 실시한 결과, 인터넷쇼핑집단에서는 과다사용집단과 비과다사용집단 간에 성인 ADHD와 현실에서의 자기효능감에서 유의미한 차이를 보였다. 사이버관계집단에서는 과다사용집단과 비과다사용집단 간에 가상공간에서의 자기효능감에서 유의미한 차이를

보였으며, 정보검색집단에서는 과다사용집단과 비과다사용집단 간에 우울, 현실에서의 자기효능감, 가상공간에서의 자기효능감에서 유의미한 차이를 보였다.

인터넷 중독에 영향을 미치는 변인은 알아보고자 중다회귀분석을 실시한 결과, 인터넷쇼핑집단에서는 우울, 가상공간에서의 자기효능감이 이들의 인터넷 중독을 가장 잘 설명했으며, 사이버관계집단은 우울, 가상공간에서의 자기효능감, 성인 ADHD 순으로 설명력을 가졌다. 그리고, 정보검색집단에서는 가상공간에서의 자기효능감, 우울, 외로움 순으로 설명력을 지니는 것으로 나타났다.

이러한 결과들로 미루어보아 인터넷 과다사용 하위유형 집단 간에 유사점과 차이점이 존재하는 것으로 보인다. 마지막으로 본 연구의 시사점과 제한점에 대하여 논의하였다.

*** 주요어:** 인터넷 과다사용, 인터넷 과다사용 하위유형, 우울, 외로움, 성인 ADHD, 현실에서의 자기효능감, 가상공간에서의 자기효능감

목 차

논문 개요

I. 서론

- 1. 연구의 필요성과 목적 1
- 2. 연구문제 및 가설적 5

II. 이론적 배경

- 1. 중독의 개념 6
- 2. 인터넷 중독 7
 - 1) 인터넷 중독의 정의 및 특성 7
 - 2) 진단기준 10
 - 3) 인터넷 중독의 원인 13
- 3. 인터넷 과다사용 15
- 4. 인터넷 중독 하위유형 16
 - 1) Young에 의한 인터넷 중독 분류 17
 - 2) Suler에 의한 인터넷 하위집단의 분류 18
- 5. 인터넷 중독 하위유형 집단과 심리적 특성 19
 - 1) 인터넷 사용집단 우울 20
 - 2) 인터넷 사용집단 외로움 21
 - 3) 인터넷 사용집단 성인 ADHD 23
 - 4) 인터넷 사용집단 현실에서의 자기효능감 24
 - 5) 인터넷 사용집단 가상공간에서의 자기효능감 25

III. 연구방법

- 1. 연구대상 27
- 2. 측정도구 29
 - 1) 인터넷 사용 설문지 30
 - 2) Young의 인터넷 중독 척도 30
 - 3) 우울 척도 31

4) 외로움 척도	32
5) 성인 ADHD 척도	33
6) 현실에서의 자기효능감 척도	34
7) 가상공간에서의 자기효능감 척도	35
3. 통계처리 및 자료분석	36

IV. 연구결과

1. 주요변인들의 상관관계	37
2. 인터넷 과다사용 하위유형 집단별 과다사용자와 비과다사용자의 인터넷 중독점수	39
3. 인터넷 과다사용집단에 따른 인구통계학적 특성	40
4. 인터넷 과다사용 하위유형별 심리적 변인들의 차이 비교	44
1) 인터넷쇼핑집단	44
2) 사이버관계집단	46
3) 정보검색집단	49
5. 하위유형별 인터넷 중독에 미치는 예언변인들의 상대적 영향력	51
1) 인터넷쇼핑집단	51
2) 사이버관계집단	52
3) 정보검색집단	53

V. 논의

1. 요약 및 결론	55
2. 연구의 제한점 및 의의	62

참고문헌

ABSTRACT

부록

표 목 차

<표 1> Kimberly Young(1999)의 인터넷 중독 영역	17
<표 2> 연구대상자의 인구통계학적 자료	28
<표 3> 인터넷 중독의 하위영역	31
<표 4> 우울의 하위영역	32
<표 5> 외로움의 하위영역	32
<표 6> 성인 ADHD의 하위영역	33
<표 7> 현실에서의 자기효능감 하위영역	34
<표 8> 가상공간에서의 자기효능감 하위영역	36
<표 9> 주요변인들의 상관관계	37
<표 10> 인터넷 과다사용 하위유형 집단별 인터넷 중독검사점수	39
<표 11> 인터넷쇼핑집단에 따른 인구통계학적 특성	41
<표 12> 사이버관계집단에 따른 인구통계학적 특성	42
<표 13> 정보검색집단에 따른 인구통계학적 특성	43
<표 14> 인터넷쇼핑 과다사용-비과다사용집단 간 종속측정치에서의 평균과 표준편차	44
<표 15> 인터넷쇼핑집단 공변량분석 결과	45
<표 16> 사이버관계 과다사용-비과다사용집단 간 종속측정치에서의 평균과 표준편차	47
<표 17> 사이버관계집단 공변량분석 결과	48
<표 18> 정보검색 과다사용-비과다사용집단 간 종속측정치에서의 평균과 표준편차	49
<표 19> 정보검색집단 공변량분석 결과	50

<표 20> 인터넷쇼핑집단의 인터넷 중독에 미치는 예언변인들의 상대적 영향력	52
<표 21> 사이버관계집단의 인터넷 중독에 미치는 예언변인들의 상대적 영향력	53
<표 22> 정보검색집단의 인터넷 중독에 미치는 예언변인들의 상대적 영향력	54

I. 서론

1. 연구의 필요성과 목적

최근 인터넷 보급률이 급속도로 높아짐에 따라 인터넷 사용이 증가되어 인터넷을 통한 게임, 쇼핑, 음란물 접촉 등에 지나치게 몰입함으로써 직장, 학교 및 가정에서의 학업이나 업무수행 지장을 초래하거나, 시력저하, 두통, 불면, 식욕부진, 근육 긴장, 집중력 저하, 무기력 등의 건강문제를 야기한다. 또한, 현실세계의 친밀한 인간관계보다는 사이버 공간 상에서의 가상관계에 몰두함으로써 가족이나 직장에서의 대인관계가 약화되고, 현실세계와 가상세계를 분별하지 못해 아이템 갈취나 실제보복 등으로 폭력과 범죄를 일으키기도 한다. 이와 같이 인터넷의 과도한 사용으로 인해 학업, 직업, 그리고 가정 및 사회문제를 일으키는 성인 인터넷 중독은 최근 들어 그 심각성이 점점 크게 대두되고 있다.

미국 스탠포드 의대가 인터넷 중독 실태 조사 결과 미국 성인 8명 중 1명은 인터넷 중독 증세를 보이며, 이러한 사실을 자각하지 못하거나 숨겨 문제를 더욱 심각하게 만들고 있다는 것으로 밝혀졌다. 이 같은 증후군은 일주일에 약 30시간을 불필요하게 컴퓨터를 사용하는 성향을 말하며, 응답자의 13.7%는 며칠간 인터넷이나 e-mail을 검색하지 않으면 불안한 증상을 보였으며, 12.4%는 의도와 달리 컴퓨터 화면 앞에 더 머무르게 됐다고 응답했다(전자신문, 2006).

정보통신부와 한국정보문화진흥원(2006)이 전국 3500명의 네티즌을 대상으로 조사·발표한 ‘인터넷 중독 실태조사’ 결과에 따르면 성인의 인터넷 중독률은 고위험군 및 잠재적 위험자군이 각각 1.5%, 5.5%로 위험 사용자군이

7.0%로 조사됐다. 이 조사에 따르면 성인들의 하루 평균 인터넷 사용시간이 20대 초반은 3.3시간, 20대 후반은 3.2시간, 30대 초반은 2.9시간인 것으로 나타났다. 20대 성인의 경우 하루 3시간 미만을 사용하는 청소년 사용자들보다 긴 시간을 인터넷 사용에 보내고 있는 것이다. 또한, 성인들이 인터넷을 사용하는 주요 목적은 정보검색(69.3~ 86.8%), 게임(42.2~ 51.3%), 웹서핑(26.1~ 32.1%), MP3 영화 사진 다운로드(16.8~ 27.2%), 메신저나 채팅(7.7~ 25.1%) 등으로 광범위하게 나타나 주로 게임에 치중해 있는 청소년 인터넷 사용과는 다소 다른 양상을 보인다.

한국정보문화진흥원 인터넷 상담센터에 따르면 월평균 140여건의 상담 중 성인의 인터넷 중독 상담건수가 30% 정도에 달하고 있다. 인터넷 중독예방센터 이수진(2003)에 따르면, 특히 중독자가 한 가정의 가장인 경우 아이들의 올바른 성장에 치명적인 악영향을 입힐 수 있고 경제적인 어려움까지 초래하기 때문에 피해정도가 더 심할 수 있다고 한다. 그러나 성인의 경우 청소년과 달리 스스로 혹은 주변에서 상담을 신청하기 어렵다는 점을 감안할 때 실제로는 더 많을 것이라는 게 센터 측의 견해다. 특히, 성인의 전화 상담이 꾸준히 늘어나고 있어 앞으로는 성인의 비중이 점점 높아질 것으로 보고 있다. 또한, 성인 100명중 7명이 인터넷과 휴대전화 등 IT기술 보급 확대로 인해 일상생활에 장애를 겪거나 이탈행동을 하고 있는 것으로 나타났다(전자신문, 2003).

이처럼 성인 인터넷 중독의 심각한 현실에 대해 임은미(2006)는 이용자의 특성을 보면 주로 남성으로 정서적 문제가 있거나 자존감이 낮고, 충동성·자극추구성향·강박성이 강하고, 문제해결능력이 낮으며, 이전에 다른 형태의 중독경험이 있었거나 자신의 정체감에 불만인 경우에 인터넷 중독성이 높다고 설명했다. 또한, 성인 인터넷 중독의 원인으로 학교에서 과도한 성적 경쟁에 시달려야 했던 청소년기를 보낸 성인들이 사회에 진출한 후에도 경쟁의 연속선상에 놓이고, 현실에서 겪는 스트레스에 대처할 만한 경험과 훈

련이 부족해 현실도피 수단과 스트레스 해소 통로로 인터넷을 선택한다고 밝혔다. 인터넷비즈니스(2006)는 성인 인터넷 중독의 영향에 대해 경제적으로는 인터넷의 과다사용으로 생산성이 급격히 저하되고, 가정에서 수면과 휴식, 정서적 교류와 지지 등의 심리적인 재생산성이 떨어져 본인은 물론 배우자까지 불안정하다며 특히, 자녀에게 부모로서 적절한 양육행동을 하지 못해 자녀 역시 정상적으로 발달하지 못하는 경우가 태반이라고 지적했다. 따라서, 자녀에 대한 영향은 세대를 반복해 지속적으로 영향을 줄 수 있어 장기적으로 심각한 손실을 미칠 수 있다.

이와 같이 성인 인터넷 중독에 대한 폐해는 청소년에 비해 가족 갈등과 가족 해체에 보다 직접적인 원인이 될 수 있는데, 병리적인 인터넷 사용자로 분류될만한 성인이 얼마나 되는지에 대한 연구는 거의 없다. 또한, 성인의 경우는 외부의 통제가 별로 없이 인터넷 사용이 이루어지므로, 역기능적으로 인터넷을 사용하는 사람들에게 대한 보호나 치료적인 개입의 기회는 거의 없다고 해도 과언이 아닐 것이다. 그러므로 성인의 인터넷 중독적 사용자들을 분류하여 적절한 심리사회적 도움을 제공하는 것은 더욱 어려운 실정이다(오원이 외, 2005).

이상과 같이 선행연구들을 살펴본 결과, 인터넷 중독에 관한 기존 연구들이 대다수 청소년에 국한되어 있는 경우가 많았고, 성인을 대상으로 한 연구들은 미흡한 실정이다. 성인이라면 자신의 행동이나 생활에 대해 스스로 책임지고 통제할 수 있다는 것을 전제로 하기 때문에, 청소년과는 달리 인터넷에 몰두해 있어도 이를 제어할 수 있는 대책이 없는 무방비 상태에 놓이기가 쉽다. 실제 언론에 보도되는 인터넷 과다사용으로 인한 돌연사는 청소년이 아니라 성인에게 발생하는 경우가 대부분이고, 주부의 쇼핑중독으로 인한 가정파탄이나 인터넷 게임, 도박 중독 등도 성인의 경우에서 많이 발생한다. 이에 성인을 대상으로 한 인터넷 중독 연구가 필요하다고 하겠다.

따라서 본 연구에서는 성인들을 대상으로 Young(1999)의 인터넷 중독 하위유형을 참고하여 인터넷 과다사용 하위유형별로 각 집단의 특성을 확인해보고자 하였다. 또한, 하위유형 간에 어떠한 유사점과 차이점이 존재하는지를 살펴보고자 하였다. 이와 같은 연구는 성인 인터넷 과다사용자들에 대한 이해와 이들을 대상으로 한 예방 및 치료 프로그램의 개발에 필요한 기초 자료를 제공할 수 있을 것이다.

2. 연구문제 및 가설

본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 인구통계학적 자료에 따라 인터넷 과다사용 하위유형 집단들에서 차이를 보일 것인가?

연구문제 2. 인터넷 하위유형별로 과다사용집단과 비과다사용집단 간에 우울, 외로움, 성인 ADHD, 현실에서의 자기효능감, 가상공간에서의 자기효능감에서 차이를 보일 것인가?

연구문제 2-1. 쇼핑과다사용집단과 비과다사용집단 간에 우울, 외로움, 성인 ADHD, 현실에서의 자기효능감, 가상공간에서의 자기효능감에서 차이를 보일 것인가?

연구문제 2-2. 사이버과다사용집단과 비과다사용집단 간에 우울, 외로움, 성인 ADHD, 현실에서의 자기효능감, 가상공간에서의 자기효능감에서 차이를 보일 것인가?

연구문제 2-3. 정보검색과다사용집단과 비과다사용집단 간에 우울, 외로움, 성인 ADHD, 현실에서의 자기효능감, 가상공간에서의 자기효능감에서 차이를 보일 것인가?

연구문제 3. 인터넷 과다사용 하위유형별로 인터넷 중독을 가장 잘 설명하고 예측해주는 심리적 변인은 무엇인가?

II. 이론적 배경

1. 중독의 개념

최근 중독과 관련된 문제들이 중요한 사회적 관심사로 등장하고 있다. 빠른 속도로 확산되고 있다는 마약 사범이나 인터넷의 중독적 사용 문제 뿐 아니라 역사적 뿌리가 깊은 술과 담배의 남용과 의존 문제, 홈쇼핑과 신용카드의 무분별한 사용과 관련된 재정 파산 문제, 청소년들의 인기 연예인이나 스포츠 스타에 대한 과도한 열광 문제 등에도 중독 관련 요소들이 문제의 핵심 성분일 가능성이 높다. 정신의학적 장애를 진단하는 도구로 세계적으로 널리 사용되는 DSM-IV에 물질 의존(substance dependence)과 남용(abuse) 및 중독(intoxication) 범주가 포함되어 있으며, 장차 마련될 DSM-V에 ‘사이버 중독’이라는 새로운 범주를 포함시킬지가 논의의 쟁점이 되고 있다고 한다. 또, ‘병적 도박’이 충동조절장애의 범주에 포함되어 있기는 하지만 DSM-III-R(APA, 1987) 이후의 진단 기준은 물질 의존의 그것과 매우 유사하다. 즉, 중독 문제는 일반인들과 전문가들 모두 사이에서 주요 관심사가 되고 있다고 할 수 있다. 장차의 인류는 현재 급격한 발전을 보이는 기술문명과 이를 상업적으로 이용하는 경향의 확산으로 인해, 지금까지 경험해보지 못한 새로운 중독 문제에 더욱 심각하게 노출될 것으로 보인다. 중독이란 무엇일까? 단순히 어떤 행동을 즐기고 자주 반복한다고 해서 중독이라고 보기는 어렵다. 여러 유형에 걸쳐 있는 중독의 공통적 핵심은 “조절하고 싶은데도 불구하고 조절하기 어렵고, 그 결과로 개인적이거나 사회적 피해를 유발하는 생활의 균형이 깨어진 상태” 라고 할 수 있다(김교현, 2002).

권준모(2001)는 중독증(addiction)이란, 단순한 대상 탐닉에 그치는 것이

아니라 대상에 몰두해서 그 대상으로부터 만족감과 편안함을 찾는 대상 의존성, 시간이 지남에 따라 점점 의존의 강도가 높아지는 내성현상, 그 대상에 몰두하지 않으면 나타나는 금단현상을 수반하는 것을 말한다고 하였다. 또한, Knecht(1995)는 중독과 관련된 생리적인 의존성은 약물에만 국한되는 것이 아니라 다른 충동조절장애에서도 관찰되고 있는데, 지나친 TV 시청, 병적도박, 섭식장애 등 전혀 약물을 사용하지 않은 중독행동의 기저에는 충동통제력 결핍이 있다고 보았다.

이와 같이 다양한 중독의 유형들이 있는데, 그 중에서도 요즘 가장 심각한 사회문제로 대두되고 있는 것 중의 하나가 인터넷 중독이다.

2. 인터넷 중독

1) 인터넷 중독의 정의 및 특성

인터넷 중독은 일반적으로 인터넷의 사용이 지나쳐서 이용자의 일상생활에 심각한 신체적, 정신적, 경제적, 직업적, 사회적 기능손상을 초래하는 상태라 할 수 있다.

인터넷 중독에 관련된 선행연구들의 정의를 살펴보면, 오원이 외(2005)에서는 개인적인 만족감을 얻기 위하여 시작된 인터넷 사용 행동이 점차 사용 시간이 증가되어 동일한 만족을 얻기 위해서는 더 많은 시간을 지속하게 되고, 중단했을 때 신체적, 심리적으로 불쾌감과 불만족감을 초래하여 분명하게 사회적, 심리적, 신체적으로 부정적인 영향이 발생되고 있음에도 불구하고 자기 통제력을 상실하고 부적응적인 인터넷 사용 행동이 지속되고 있을 때라고 하였고, 이계원(2001)은 인터넷의 지속적 사용으로 인해 개인이 통제

력을 잃어 사용자의 생활양식이나 기능수행에 부정적 영향을 미치는 것을 의미한다고 하였다.

이현아(2004)는 여러 학자들이 제시한 인터넷 중독기준을 종합하여, 인터넷 중독은 방향성이나 목적 없이 인터넷을 사용하면서, 사용자가 인터넷 사용에 대한 조절능력을 상실하고, 내성에 의해 지속적으로 그 사용이 증가하며, 금단증상, 강박적 집착 또는 의존 등의 문제적 징후가 나타나 신체적, 사회적, 직업적, 심리적 문제를 현실적으로 일으키는데도 불구하고 그것을 문제로 인식하지 못하고 지속적, 강박적, 의존적으로 사용하게 되는 것이라고 정의하였다.

인터넷 중독과 관련하여 성인을 대상으로 한 연구들은 드문 실정이지만, 청소년들을 대상으로 한 연구들은 활발하게 이루어져 왔다. 따라서, 성인 인터넷 중독에 대한 이론적, 경험적 배경을 구성하기 위해 기존에 연구가 많이 이루어진 청소년들을 대상으로 한 선행연구들을 살펴보면 다음과 같다.

청소년들에게 컴퓨터와 인터넷은 여가 활동의 차원을 넘어서 생활의 주요한 영역으로 자리 잡고 있다. 인터넷 사용으로 인한 긍정적, 부정적 전망 중에서도 부정적인 측면이 더욱 대두되는 이유는 지나친 흥미나 오락 위주로 청소년들의 정서 발달 및 정서 상태의 장애 초래, 개인에게 부여된 일상생활 활동을 소홀히 하는 경향, 중독 현상 초래 및 건전한 인격형성장애 등을 초래하기 때문이다.

특히, 부정적 영향 가운데서도 청소년의 중독 현상은 더욱 문제가 되는데, 흔히 말하는 약물중독, 도박, 쇼핑, 비디오 게임 등에서 나타나는 양상들이 인터넷에 대한 중독에서도 예외가 아니라는 점이다. 인터넷 중독은 다른 중독의 경우와 마찬가지로 생리적 의존성, 내성과 금단증상이 동반되며 학업, 직업, 사회적 손상 및 일상생활에 장애를 유발한다(류은정, 2004).

정보화 사회의 대표적인 생활공간이라고 할 수 있는 사이버 공간이 청소년

년들에게 쉽게 수용되고, 그것이 그들의 새로운 행동양식을 결정해 주고 있는 이유는 무엇인가? 첫째, 청소년들은 인지능력의 질적인 발달을 보여주지만 아직도 미성숙한 사고를 나타낸다. 둘째, 청소년은 현실 지향적 사고에서 벗어나 가능성 지향의 사고를 하게 된다. 셋째, 청소년 세대는 다른 어떤 세대보다 감각추구성향(sensation seeking)이 더 강하다. 사이버 공간은 청소년들의 재미없고 따분한 생활에 활력소를 심어줄 수 있다. 그러나 현실적으로 사이버 공간은 우리가 생각할 수 있는 것과 같은 이상적인 경험을 청소년들에게 제공해주지 못하며, 청소년들 또한 건전하고 가치 있는 인터넷 경험을 통해 그들의 감각추구성향을 충족시키지 못하고 있다. 음란 사이트의 내용들이 점차 자극적이 되고, 폭력물 역시 더욱 잔인하고 파괴적이 되어가는 것은 청소년의 감각추구성향을 강화시켜 줌으로써 사이트의 이용률을 향상시키려는 전략이라고 볼 수 있다. 동영상 자료와 고난도 게임들이 등장하면서 사이버 공간은 청소년들의 감각추구성향을 충족시키는 가장 확실한 공간으로 자리매김함과 동시에 더 나아가 그들의 인터넷 몰입 및 중독을 유도하고 있다(한상철, 2003).

특히, 지난 10년간의 폭발적인 인터넷 사용인구의 증가는 병적인 인터넷 사용행동에 대한 연구의 필요성을 자극하였다. 앞서도 이야기했듯이 최초의 인터넷 중독에 대한 경험적 연구는 Young(Young, 1996)에 의해 수행되었다. 그는 충동조절장애의 하나인 병적 도박의 진단기준을 변용하여 인터넷 중독의 진단기준을 만들어 인터넷 중독의 현황을 조사했다. 그는 웹사이트(web site)를 개설한 후 검색엔진을 통해 자발적으로 들어온 방문자들을 대상으로 하였는데, 총 596명 중 396명에서 인터넷 중독증이 발견되었고 이들은 주당 평균 39.6시간 인터넷을 사용하고, MUD 등의 인터랙티브 게임(interactive game)과 채팅을 즐기는 것으로 관찰되었다. Young(Young, 1996) 이후의 연구들에 의하면, 인터넷 중독군에서 금단, 내성, 갈구 등의 전형적인 의존증상이 나타나고(Brenner, 1997), 인터넷 과다사용으로 인한 시

력저하나 수면장애와 같은 신체증상들로 인해 생활에 전반적인 장애가 있을 수 있음이 밝혀졌다(Thompson, 1996). 그 외에도 인터넷 중독군은 일반 인터넷 사용자군에 비해 사용자간 상호작용이 많은 인터랙티브 게임, 채팅, 사이버 섹스 등을 즐기고, 인터넷을 통해 인간관계를 쉽게 맺고 그 관계를 실제 관계보다 더 신뢰하며 그 속에서 정서적 지지를 얻으려 하는 특성을 보였다(Morachan-Martin, Schumacker, 1997).

2) 진단기준

① Kimberly S. Young의 인터넷 중독 진단 기준(Young, 1999)

다음의 항목 중에서 5개 이상에 해당되면 인터넷 중독으로 진단한다.

1. 장시간 온라인에 접속해야 직성이 풀린다.
2. 통신에 접속하지 않은 상태에서 금단 증상을 호소한다.
즉, 우울증의 증가, 무드를 탐, 초조해지고 짜증남(irritability), 안절부절(psychomotor agitation restlessness), 불안, 강박적 사고(obsessive thinking), 환상이나 꿈, 타이핑 손놀림 등이 학교, 사회생활에 지장을 줄 정도이며, 이상의 증상들 때문에 다시 통신에 접속하게 된다. 한 예는, 접속을 끊고 나오면 점점 우울해지는 것이다.
3. 의도했던 것보다 자주 또는 오랫동안 접속, 인터넷 상에서 장시간을 소모한다.
4. 통신 접속을 줄이려 했으나 실패한다.
5. 온라인 접속시간을 늘이기 위한 시도(수업시간을 빼먹는다거나, 인터넷 접속을 위해서 잠자리에 늦게 들거나 일찍 일어남)를 한다.

6. 사회생활, 직장생활, 또는 취미활동에 흥미를 상실한다(의미, 남들과 어울리는 것, 친구와 전화 연락하는 것 등에서).
7. 인터넷 사용 때문에 여러 가지 문제가 생겼거나, 더 나빠졌어도(직장, 학교, 재정 또는 가족문제 등) 인터넷을 계속 사용한다.
8. 인터넷을 사용하지 않을 때에도 빨리 접속해보고 싶은 마음에 사로잡힌다. 일이나 휴가 때문에 통신을 못하면 초조하고 불안하다.

② Ivan K. Goldberg의 인터넷 중독기준(Goldberg, 1995)

동일한 12개월 기간 동안에 다음의 항목 중 적어도 세 가지 이상을 만족시키는 인터넷 사용에서 비순응적인 행동유형을 보여 임상적으로 유의한 장애 혹은 고통을 유발하는 경우.

1. 내성

다음 중 한 항목에라도 해당하는 경우에 정의한다.

- (A) 더 많은 시간을 인터넷에서 소모해야 만족을 얻을 수 있는 경우.
- (B) 인터넷 상에서 지속적으로 같은 시간을 소모해도 그 효율은 현저히 저하되는 경우.

2. 금단

다음 중 한 항목에라도 해당하는 경우에 정의한다.

(A) 특징적 금단 증상

- 1) 장기간의 심한 인터넷 사용을 중지시키거나 감소시킨 경우
- 2) 항목 1) 이후 수일에서 한 달 사이에 다음 두 항목 이상을 만족시키는 경우

- a. 정신운동초조(psychomotor agitation)
 - b. 불안(anxiety)
 - c. 인터넷에서 무슨 일이 일어나고 있을 것 같은 강박적 사고
 - d. 인터넷에 대한 환상 혹은 백일몽 작용(과도한 상상)
 - e. 손가락의 수의적 혹은 불수의적 자판 두드리기 운동
- 3) 항목 2)의 증상들의 사회적, 직업적 혹은 다른 기능상의 중요한 영역에서 장애 혹은 고통을 유발하는 경우
- (B) 금단증상의 해소를 위해 인터넷 혹은 유사한 통신망을 사용하는 행동
3. 계획했던 것보다 인터넷 사용의 빈도 및 사용 시간이 더 길어지는 경우.
 4. 인터넷 사용을 중지하거나 줄이고자 하는 지속적인 욕구, 혹은 성공하지 못하는 노력.
 5. 상당량의 시간을 인터넷 관련 행동에 소모함(예: 인터넷 서적 구입, 새로운 웹브라우저의 사용 시도, 인터넷 관련 상품판매의 검색, 다운받은 파일들의 정리)
 6. 중요한 사회, 직업, 혹은 여가 활동이 인터넷 사용을 위해 포기되거나 감소함.
 7. 인터넷 사용에 의해 유발 혹은 악화된 지속적이거나 반복적인 신체적, 사회적, 직업적, 혹은 심리적 문제를 소유하고 있음을 자각하고 있음에도 불구하고 지속되는 인터넷 사용.

3) 인터넷 중독의 원인

어떤 점이 인터넷 사용자들을 중독으로 빠져들게 만드는 것인지에 대해 인터넷 중독의 위험성이 제기된 이후로, 인터넷 중독의 원인에 대해 다양한 관점에서 논의되어 왔다(Suler, 1996; Young, 1999).

Suler(1996)는 인터넷에 빠지게 되는 것은 인터넷이 인간의 욕구를 충족시켜 주기 때문이라고 하며 Maslow의 욕구위계이론을 인터넷 사용에 접목시켜 사람들이 인터넷에 중독적으로 빠지게 되는 원인을 설명하려고 하였다. 그는 욕구위계 중 가장 하위에 있는 안전 욕구는 온라인상에서의 성적 인 회롱, 성별의 전환, 완전한 익명성에 의해서 충족되며, 그보다 상위 욕구인 소속과 애정 욕구는 온라인상에서 만나는 사람들을 통해서 얻을 수 있다고 하였다. 그에 의하면 온라인에서는 많은 사람들이 스쳐 지나가기도 하지만 서로가 서로의 이름을 아는 정기적인 모임도 존재하기 때문에 굳이 현실에서 대인관계를 만들려 하지 않게 된다고 하였다. 보다 상위인 존경 욕구는 자신이 스스로를 능력 있고, 가치 있는 사람이라고 느끼고 싶어 하는 것인데 개인은 온라인을 통해서 자신이 한 일에 대하여 즉각적인 피드백을 받고 자신이 타인에게 끼친 영향을 빠르게 알 수 있게 된다. 따라서 온라인을 통해 개인은 새로운 성격을 창조하고 이를 유명하게 만듦으로써 존경의 욕구를 충족시키게 된다. 마지막으로 최상의 욕구인 자아실현 욕구는 인터넷 사용자가 자신의 정체성에 대한 질문을 해결할 기회를 갖게 되고 자신의 내적인 관심과 태도, 그리고 이전엔 알 수 없었던 자신의 성격 측면을 깨닫게 됨으로써 충족될 수 있다고 하였다.

그러나 그는 인터넷 중독의 원인을 욕구의 결핍을 충족시켜줌으로써 일어나는 현상으로 보려고 하였다. 이는 Maslow의 이론과 접목시켜 설명한 것이지만, 온라인상에서는 자신을 솔직히 드러내기보다는 다른 사람의 모습이거나 다른 정체성을 가지고 활동하는 경우가 대다수이기 때문에 몰랐던 자

신의 성격을 깨닫는 기회를 가질 수는 있겠지만, 자신의 정체성을 깨달아서 자아실현욕구를 실현시켜 준다는 주장에는 무리가 있다.

Young(1999)은 인터넷 중독의 주요 원인으로 익명성(Anonymity)을 지목하면서, 특히 다음의 네 가지 역기능 영역에 익명성이 연계되어 있음을 강조하였다. 첫째, 익명성은 음란한 이미지나 불법적인 이미지 등을 보거나 다운로드받는 비정상적이고 심지어 범죄의 행동을 부추긴다. 여기서 중요한 사실은 이러한 행위가 인터넷을 벗어나서는 행해지지 않는다는 것이다. 둘째로, 익명성은 부끄러움이 많거나 또는 자의식이 강한 개인들이 보다 사회적으로 안전한 환경에서 상호 작용할 수 있는 가상공간을 제공한다. 이러한 온라인 관계에 대한 지나친 의존은 실제 생활에서의 대인관계 또는 직장에서 중요한 문제를 야기하게 된다. 셋째로, 인터넷의 쌍방향적 요소는 온라인 상에서 형성된 혼외관계를 촉진시키며, 이는 결혼 또는 가족관계의 안정성을 위협할 수 있다. 마지막으로 온라인 상에서 또 다른 자아를 만들어낼 수 있는 능력은 현실에서의 개인적 문제들이나 정서적 어려움으로부터 회피할 수 있게 하며 이러한 환상으로의 도피가 강박적인 인터넷 이용을 강화시킨다는 것이다(현대원, 김명준, 2001).

인터넷 중독의 원인을 설명하는 또 하나의 이론은 이용충족이론(Uses and Gratification)으로, 이 이론은 주로 미디어 중독에 대한 연구에서 언급되어왔다. 이용충족이론은 이용자가 주어지는 미디어를 그대로 받아들이는 것이 아니라 능동적으로 선택한다고 가정하여, 이용자의 미디어 이용을 심리적 동기의 충족과 관련시킨 이론이다(Katzs, Blumler & Gurevitch, 1974; Newhagen & Rafaeli, 1996). 즉, 인터넷을 이용하는 동기는 무엇이며, 인터넷을 실제 생활에서 어떻게 사용하고 있는지를 연구함으로써, 사람들이 인터넷에 몰입하게 되는 원인을 분석하는 것이다(김세영, 2005).

이와 같은 원인들로 볼 때, 사이버 공간에서의 특성과 인터넷을 하고자 하는 사람들의 동기가 맞물려서 인터넷에 몰입하는 사람들이 증가하고, 몰

입이 중독으로 이어지는 것으로 추측해 볼 수 있다.

3. 인터넷 과다사용

최근 들어 중독이라는 개념을 과다사용의 개념으로 대체하려는 시도가 많아졌다. 박성길, 김창대(2003)는 기존의 연구를 고찰하였을 때 인터넷 중독이 하나의 장애로 진단될 수 있을 것인가에 대한 논란의 여지가 있고(김청택 외, 2002), 인터넷 중독 진단척도가 타당성의 문제를 가져오기 때문에 인터넷 과다사용이라는 개념을 사용하였다. 또한, 그들은 인터넷 과다사용을 인터넷의 정상적인 사용을 넘어서서 필요이상으로 통제가 어려우며 습관성·기벽성을 야기하여 일상생활에 지장을 초래할 정도로 부적응적으로 사용하는 경우라 하였고, 홍경희(2002)의 연구에서는 절대적이거나 병리적인 중독 상태를 의미하지 않고, 인터넷에 대한 의존행동이 상대적으로 높아 인터넷 사용시간 통제의 어려움과 이로 인한 일상생활 및 학업에서의 문제를 경험하는 정도가 높은 것을 의미한다고 정의하였다.

한편, 인터넷 중독에 관한 논의가 상당히 과장되었다고 주장하는 이들이 있는데, 그들은 인터넷 자체가 중독을 유발하기보다는 현실세계에서 문제가 있기 때문에 인터넷에 매몰되었다고 본다. 인터넷 중독은 일상생활의 1차적인 문제로 인해 발생하는 부차적인 결과에 지나지 않는다면 인터넷 중독의 실제 자체를 부정한다(Griffiths, 1999).

4. 인터넷 중독 하위유형

인터넷 중독은 앞서 살펴보았던 용어와 정의, 그리고 하위유형의 구분에 있어서 아직까지 일치된 견해를 이루지 못하고 있는 실정이다. 이에 대해 Wallace(1999)는 많은 학자들이 인터넷 중독 현상에 대해 너무 성급하게 혹은 잘못된 방향으로 이끌어가고 있다고 지적하였다.

하위유형 연구의 필요성에 대한 문제제기가 있었음에도 불구하고 인터넷 중독의 하위유형에 대한 연구가 덜 활성화되어 있으며, 특히 인터넷 중독에 대해 가장 먼저 학문적, 사회적 관심을 제기한 미국에서도 인터넷 중독 하위유형에 대한 연구들은 거의 활성화되지 못한 것이 사실이다. 국내에서도 대부분의 연구들(예: 김순태, 2001; 최민정, 2001; 이주연, 2001; 홍윤진, 2002; 송원영, 1998; 류진아와 김광웅, 2004 등)이 하위유형을 구분하지 않은 채 인터넷 중독 혹은 통신 중독이라는 이름으로 연구가 진행되어져 왔다.

그러나 최근에 와서는 국내의 학자들을 중심으로 인터넷 중독을 하위유형 별로 나누어 그 특성을 밝히고자 하는 연구들(예: 이소영, 권정혜, 2001; 주리아, 하승수, 권석만, 2002; 유영달, 2002; 이정윤, 이명화, 2003 등)이 발표되고 있다(이정윤, 2005). 또한, 전성경(2004)은 사용정도에 따라 비중독적 사용집단, 중독적 사용집단, 심한 중독적 사용집단으로 구분하고, 인터넷의 서비스 영역에 따라 대인접촉영역, 정보검색영역, 온라인게임영역의 세 가지 영역으로 구분하였고, 인터넷상에서의 활동이 다른 사람들과 의사소통하고 사회 작용을 하기 위한 것인지 아닌지에 따라 사회적 유형과 비사회적 유형으로 구분하였다. 이정숙(2004)은 한국정보문화진흥원(2003)에서 제작한 인터넷 중독 자가진단 프로그램에서 인터넷 과다사용성향 집단을 세 집단으로 나눈 K-척도(한국형 인터넷 중독 자가진단척도)를 사용하여 ‘고위험사용자군’, ‘잠재적위험사용자군’, ‘일반사용자군’으로 분류하였고, 김정심(2007)은 초등학생의 인터넷 활용유형을 게임, 통신, 정보검색으로 구분한 것을 볼 수

있다.

이와 같이, 인터넷 중독 하위유형을 분류하려는 여러 시도들이 활성화되고 있다는 것을 알 수 있는데, Young과 Suler의 분류가 가장 대표적인 인터넷 중독 하위유형이며, 이를 기술하면 다음과 같다.

1) Young에 의한 인터넷 중독 분류

Young은 인터넷 중독을 5가지 중독의 하위집단으로 나누어 기술하였다. 각 집단에 있어서 인터넷에 몰입되는 기제가 각 집단에 있어서 차이가 있을 수 있고 다른 특성을 가지고 있다고 하였다. 사이버 섹스 중독, 가상관계 중독, 충동적 인터넷 사용(도박, 쇼핑), 정보 과부하, 컴퓨터 중독의 5가지였다. 특히, 충동적 인터넷 사용 중독 집단, 사이버 섹스 중독 집단은 예전 전자우편, 채팅 등에 몰입된 가상관계 중독과는 다른 현상들이 나타나고 있고 몰입되는 기제 역시 다르다고 주장하고 있다.

<표 1> Kimberly Young(1999)의 인터넷 중독 영역

인터넷 중독 영역	특징
사이버 섹스 중독 (cyber sexual addiction)	전형적으로 성(性)과 포르노를 위한 성인용 웹사이트 의 강박적 사용이 포함된다.
가상관계 중독 (cyber-relationship addiction)	대화방, MUD 게임, 뉴스 그룹 등의 온라인 관계 에 과도하게 몰입하는 경우를 말하며, 전형적으로 온라인 관계에 대한 과도한 몰두가 포함된다.

충동적 인터넷 사용 (net compulsion)	새로운 문제로 부각되는 중독의 하위형태로 충동적인 온라인 도박, 쇼핑, 주식, 강박적인 온라인 거래와 같은 강박적인 활동이 포함된다.
정보 과부하 (information overload)	전형적으로 강박적인 웹서핑 또는 데이터베이스 검색이 포함된다.
컴퓨터 중독 (computer addiction)	게임에서 강박적으로 컴퓨터 게임놀이를 하거나 컴퓨터 분야 프로그래밍을 묶어서 중독의 한 유형으로 본 것이 포함된다.

2) Suler에 의한 인터넷 하위집단의 분류

Suler(1996)는 모든 가상현실에 대한 중독을 두 가지 범주 즉, 대인관계 위주 형태와 비 대인관계 위주 형태로 나누어 볼 수 있다고 하였다.

대인관계 위주 부류의 사람들은 다른 사람과 의사소통하고 사회적인 생활을 영위하는데 몰입하고 그 외의 컴퓨터의 사용에는 관심이 없다고 보았다. 그는 대다수의 인터넷 중독자들은 대인관계 위주 형태를 지닐 것이라고 예측하면서, 그들은 채팅, 전자우편에 중독되어 이런 인터넷을 통해서 관계를 유지하며 계속해서 다른 사회적인 자극을 찾고 있다고 보았다. 그들의 사회적 인터넷 중독의 저변에 흐르는 욕구는 대인 관계적(사랑받고, 소속되어지고, 영향력을 가지고, 사랑 받음 등)이라고 보았다.

비 대인관계 위주 형태의 사람들은 개인적인 게임, 일, 정보 수집 또는 인

터넷에서 자신들이 원하는 것을 찾아다니는 일에 컴퓨터를 사용하고 그들의 대인관계의 연결을 위해서 가상공간을 사용하지 않는 것으로 보았다. 이렇게 비 대인관계 위주 형태의 사람들의 경우 채팅 방에서의 혼란스러운 대인관계를 피하고자 한다고 보았으며, Suler(1996)는 통제와 예측가능성 충족이 이들이 인터넷에서 얻는 주요한 욕구 만족이라고 보았다(김중범, 2001).

5. 인터넷 중독 하위유형 집단과 심리적 변인

인터넷 중독과 관련된 심리적인 변인에 대한 여러 연구들 중에서 이제까지 관련이 높다고 밝혀진 변인들은 외로움(김중범, 1999), 가족관계 및 자기통제력(안석, 2000; 송원영, 1999), 충동성(이소영, 2000; 윤재희, 1998), 우울·자아존중감·자기통제력(서문영, 2005) 등이 있었다. 성인을 대상으로 한 선행연구들을 살펴보면, 자존감·자기통제력·스트레스·충동성·사회적 회피 및 불안·부부친밀감 등의 변인을 다룬 신길순(2005)과 장·노년층을 대상으로 자기통제감 및 우울감을 연구한 장혜련(2005)의 연구가 있다.

성인 뿐 아니라 청소년을 대상으로 한 연구들에서 우울, 충동성은 많이 다뤄진 변인이지만, 본 연구에서 다루고자 하는 변인인 외로움, 현실에서의 자기효능감, 가상공간에서의 자기효능감에 대한 연구는 거의 이루어지지 않았다. 따라서, 본 연구에서는 우울, 외로움, 성인 ADHD(과잉활동 및 초조함, 충동성 및 정서적 불안정성), 현실에서의 자기효능감, 가상공간에서의 자기효능감 변인들을 중점으로 보고자 하였다.

1) 인터넷 사용집단 우울

우울증은 삶을 매우 고통스럽게 만드는 정신장애인 동시에 ‘심리적 독감’이라고 부를 정도로 매우 흔한 장애이다. 또한 우울증은 개인의 능력과 의욕을 저하시켜 현실적 적응을 어렵게 만드는 주요한 요인으로 알려져 있다.

한 조사자료(Lopez& Murray, 1998)에 따르면, 우울증은 전 세계적으로 직업적 부적응을 초래하는 가장 중요한 요인으로 보고되고 있다. 뿐만 아니라, 우울증은 흔히 자살에 이르게 한다는 점에서 치명적인 심리적 장애이기도 하다. 전문가들은 우울증이 앞으로 점점 더 심각한 문제가 될 것으로 예상하고 있다. 우울의 주요 증상으로는 슬픔, 공허감, 좌절감, 절망감, 죄책감, 무기력감 등의 정서적 증상과 더불어 일상생활에 대한 흥미감소, 의욕저하, 성욕 및 식욕감퇴 등의 동기적 증상이 있다.

우울에 관련된 선행연구들을 보면, 윤재희(1998)는 대학생을 대상으로 인터넷 몰입과 비 몰입 집단 간에 우울, 대인관계를 살펴보았는데, 몰입집단이 비 몰입집단보다 우울이 더 높았다. Young(1996)은 병리적인 인터넷 사용의 결과로 실생활에서의 관계가 위축된다고 보았으며, 컴퓨터 사용 시간이 늘수록 사회적 고립 수준이 증가하고, 이것은 우울을 증가시킬 수 있다고 하였다.

Young과 Rodgers(1997)는 16 성격요인 질문지(16 PF: Sixteen Personality Factor Inventory)를 사용하여 259명의 인터넷 의존자를 대상으로 인터넷 중독과 관련된 성격 특성을 살펴본 결과, 인터넷 의존자가 우울감이 높음을 밝혔다. Gunn(1998) 역시 우울증 척도를 사용하여 인터넷 중독을 보이는 사람들의 우울증상을 조사한 결과, 경도에서 중증도의 우울증상을 보임을 재확인하였다(이은선, 2006). Kraut 등(1998)은 256명의 가족원들을 대상으로 2년간의 종단 연구를 실시하였고, 그 결과 우울 수준이 사용량이 많은 사람들에게서 증가하는 경향을 보였다. 또한, Young(1999)은 인터넷 중독자의

54%가 우울증 경력을 가지고 있었다고 밝혔다.

인터넷 중독집단의 정신건강상의 문제(Young & Rogers, 1997)를 확인하기 위해 이들의 우울에 대한 연구들이 이루어졌고, 그 결과 인터넷 중독집단이 중등도의 우울을 보이고 있다는 것을 밝혀냈다. 하지만, 이런 우울이 인터넷의 사용영역에 따른 인터넷의 하위중독집단에 따라 어떻게 다르게 나타나는지에 대한 연구는 이루어지지 않았다. 또한, 비대인관계 위주 중독집단의 우울에 대해서는 연구되어진 바가 없다(김종범, 2001).

이상과 같이 우울에 관한 선행연구들을 살펴보면, 인터넷 중독은 우울한 사람들이 걸릴 확률이 높다는 것을 알 수 있었지만, 성인을 대상으로 하위 유형에 따라 우울의 정도를 확인한 연구는 별로 없기 때문에 성인들의 우울감이 인터넷 과다사용에 어느 정도 영향을 미치는가에 대한 검증을 해 볼 필요가 있다. 또한, 하위유형에 따라 우울이 높은 집단이 있고, 그렇지 않은 집단이 있을 가능성이 있기 때문에 본 연구에서는 우울변인에 있어서의 인터넷 과다사용 유형을 확인해볼 필요가 있다고 생각한다.

2) 인터넷 사용집단 외로움

인터넷의 사용이 외로움을 증가시킬 것인가 감소시킬 것인가에 대해서는 논란이 계속 있어 왔다. 몇몇 연구자들은 자신의 컴퓨터에만 매달리게 되고 익명의 낯선 사람과의 의사소통만을 함으로써 인터넷이 사람들로 하여금 사회적으로 고립되게 할 것이고, 진정한 사회적 관계로부터 멀어지게 할 것이라고 하였다(Stroll, 1995; Turkle, 1996, 재인용).

인터넷은 때로는 고립된 사람들의 사회적 관계를 증진시켜주는 순기능도 가지고 있지만, 이와 동시에 이것이 도리어 사회활동을 대치함으로써 사회적 참여를 감소시켜 심리적 고립감과 소외감을 증대시킬 수도 있다.

Kraut(1998)은 이를 'Internet Paradox'라고 표현하기도 하였다(전효정, 2006).

Katz와 Aspden(1997)의 연구에서 인터넷 사용자와 비사용자의 사회적 참여를 비교하였는데, 인터넷이 사회적 관계와 친구관계를 좀 더 풍성하게 한다고 하였다. 하지만, Kraut 등(1998)의 종단 연구에서는 다른 결과를 보였는데, 인터넷의 사용이 많은 사람의 경우 외로움에 있어서 증가를 보였다고 보고하였다는 점이다.

사이버 공간에서는 지속적인 인간관계보다는 모임의 이름이나 그 당시의 관심을 함께 나눌 수 있는 사람과 만나게 된다. 그로 인해 상대방의 관심이나 교류 상대자가 처한 상태를 고려하기보다는 자신의 관심사, 필요, 이익에 따라 이루어진다(성영신, 1999). 대인관계를 위주로 사용하는 집단은 친밀감이 지속적인 인간관계를 원하는 반면, 사이버 공간에서는 지속적인 관계형성에 대한 기대감이 없다(성영신, 1999). 그러므로 대인관계에서 친화욕구를 충족하려고 인터넷을 사용하는 사람들의 경우 이런 활동이 오히려 외로움을 더 느끼게 하는 이유가 될 수 있다(김종범, 2001). 또한, 외로움 수준이 낮은 사람이 인터넷을 통한 정보탐색의 욕구가 높고, 외로움 수준의 정도에 따라 시간을 보내거나 할애하기 위해 인터넷을 사용하고자 하는 동기의 차이를 보여주었다(김기범 외, 2001). 또한, 서승연(2001)의 연구에서는 인터넷 중독자들은 비중독자들보다 외로움이나 고독을 더 많이 느끼며, 대인관계 예민성이 높다고 하였다.

이상의 선행연구들을 살펴보면, 외로움은 인터넷 사용을 감소시킬 수도 있고, 증가시킬 수도 있는 변인으로 보인다. 본 연구에서는 외로움이 인터넷 사용에 어떤 영향을 미치는지 알아보려고 하였다.

3) 인터넷 사용집단 성인 ADHD

일반적으로 충동성은 ‘빠르게 반응하며 사려성이 부족한 성향’을 뜻하고 있다(Murray, 1938). Barratt(1983)은 충동성은 반응의 속도가 빠르고, 생각 없이 말하고 행동하며, 예견능력이 부족한 성격특질로 정의하고 있다. 정신의학에서 충동성은 사회적으로 용납되지 않은 행동이나 사회적으로 일탈된 행동과 관련된 것으로 보고 있고(이은경, 1999), 충동성은 자신이나 타인에게 해로운 행동을 하고자 하는 충동, 추동 또는 시도에 저항하지 못하는 장애인 충동조절장애의 주된 특성으로 제시되고 있다(American Psychiatry Association, 1994).

ADHD 아동은 일반아동들에 비해 오토바이나 번지점프 같은 스릴 있는 행동을 추구한다. 또한, 그들은 주의가 산만하나 관심을 끄는 상황에도 주의를 집중할 수 없는 것은 아니며, 게임이나 텔레비전 시청과 같은 아주 흥미가 있는 행동을 하는 도중에는 주의를 집중할 수 있다(한영옥, 1992). ADHD와 마찬가지로 인터넷 중독은 약물, 알코올, 도박 같은 중독과 비슷한 양상을 보이는 것과 관련되며(Murphery, 1996), 이러한 중독은 앞서 제시했듯이 충동조절장애로 분류되어 있다(위지희, 2003).

지금까지의 대다수의 연구들이 인터넷 중독을 충동 조절에 있어서의 문제로 보아왔고(Young, 1998), 윤재희(1998)의 연구에서는 중독집단과 충동성의 상관을 보고자 하였다. 인터넷 게임 중독에 관한 여러 연구에서 충동성은 인터넷 게임 중독자의 공통적인 성격특성으로 밝혀졌다. 남자 고등학생을 대상으로 한 이소영(2000)의 연구에서 인터넷 게임을 중독적으로 사용하는 집단과 비 중독 집단 간에 충동성 점수에서 유의미한 차이가 있었다. 초등학교 5, 6학년생을 대상으로 한 연구에서도 인터넷 게임 중독 집단과 비 중독 집단 간에 운동충동성, 무계획 충동성에 유의미한 차이가 있었고, 전체적인 충동성 점수에서 중독 집단이 유의미하게 높았다(백공주, 2001). 또한, 인터

넷에 과도하게 몰입하는 사람들이 충동적이며, 그 중에서도 게임중독인 청소년이 다른 중독집단보다 더 충동적이라는 연구가 있다(유영달, 2002). 이처럼 충동성은 대부분 청소년들을 대상으로 한 연구가 많이 이루어져 왔다.

청소년의 경우 발달기적으로 충동적으로 생각하고 행동하는 경향이 많으므로 인터넷을 과도하게 사용하는 경우 개인의 충동적인 특성이 영향을 미치는 것인지 혹은 청소년기라는 시기적 특수성이 청소년의 인터넷의 몰입과 중독에 기여하는지에 대하여 명확하게 구분하여 설명하기 어렵다. 또한, ‘어떠한 일이든 쉽게 몰두할 수 있다거나 이리저리 옮겨 다니기를 좋아한다.’는 충동성의 특징이 인터넷 사용에 있어서도 지속적인 영향을 미치는지 혹은 일시적으로 인터넷에 몰입하도록 기여하는가에 대한 설명이 부족하므로 지속적인 연구가 필요하다(이수진, 2005). 성인을 대상으로 한 신길순(2005)의 연구에서는 충동성이 클수록 인터넷 중독이 될 가능성이 1.1배 증가하는 것으로 나타났다는 연구결과가 있다.

이상과 같이 ADHD에 관련된 선행연구들을 살펴본 바, 청소년을 대상으로 인터넷 중독 하위유형에 따라 ADHD의 변인의 증가한다는 결과들은 많이 있었지만, ADHD 성인을 대상으로 연구한 결과는 별로 없었다. 따라서, 본 연구에서는 인터넷 과다사용의 각 집단들에서 성인 ADHD의 변인이 어떻게 나타나는지를 살펴보고자 하였다.

4) 인터넷 사용집단 현실에서의 자기효능감

송원영의 연구(1998)에서는 현실생활에 대한 자기효능감이 인터넷의 사용시간과 중독적 사용에 미치는 영향을 밝히고자 하였으며, 현실에서의 개인적 효능감이 인터넷의 중독적인 사용에 부적인 영향을 예측하였으나 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 현실세계에서의 자기효능감이 높은 사

람은 현실세계에 더 많은 활동과 참여를 할 것이며, 이것은 현실세계에서의 정보와 사회적 지지를 제공해 줄 것으로 기대된다.

조해연(2001)의 연구에서는 청소년을 대상으로 인터넷게임중독과 자기효능감에 대한 연구를 하였는데, 현실에서의 자기효능감과 인터넷 중독은 부적상관으로 나타났다. 이는 현실생활에서 높은 자기효능감은 게임사용시간을 더 적게 하는데 영향을 미치고 이것이 게임중독을 낮추는 역할을 할 수 있음을 의미한다. 이러한 연구결과에 의해 현실에서 자기효능감이 높은 경우는 게임중독의 가능성이 낮아진다는 것을 알 수 있다.

이처럼 현실에서의 자기효능감에 관한 자기효능감 변인은 청소년들을 대상으로 한 인터넷게임중독집단의 연구들이 대다수였으며, 성인을 대상으로 각 집단의 하위유형의 특성을 파악하려는 시도는 아직 이루어지지 않았다. 따라서, 본 연구에서는 각 하위유형 집단에서 현실에서의 자기효능감에 따라 성인의 인터넷 사용이 어떤 방식으로 이루어지는지 알아보고자 하였다.

5) 인터넷 사용집단 가상공간에서의 자기효능감

가상공간이라는 상황에서 자신이 유능할 것이라는 판단과 가상공간의 사용이 자신에게 충분히 강화물을 제공할 것이라는 신념은 현실에서와 마찬가지로이다. 즉, 자신이 인터넷을 다른 사람들보다 더 잘 활용한다고 생각하고, 어떤 일이나 공부를 하는데 충분할 만큼 인터넷을 알고 있다고 생각하며, 인터넷에 대해 다른 사람들보다 더 많이 알고 있다고 생각하는 등의 컴퓨터 자기효능감이 높은 경우는 인터넷을 보다 더 많이 활용할 것이다. 또, 인터넷 사용이 이후에 확실한 결과를 낼 것이라고 예측하는 컴퓨터 결과기대가 높은 경우에도 인터넷의 사용빈도는 높을 것이다(송원영, 1999). 또한, 인터넷 중독 접수가 높을수록 가상공간에서의 자기효능감은 높아진다는 한혜정(2007)과 이계원

(2001), 최민정(2000)의 연구에서도 가상공간에서의 자기효능감은 인터넷 중독과 정적인 상관관계가 있는 것으로 밝혀졌다. 이 연구에 따르면, 인터넷 중독집단에 속한 청소년들은 비중독집단 청소년들에 비해 가상공간에서의 효능감이 높았다. 이처럼, 가상공간에 대한 자기효능감이 높은 사람들이 인터넷 사용시간이 더 많다는 것은 가상공간에서 자신이 유능하고 가상공간의 사용이 만족스러운 결과를 제공할 것으로 생각하는 경우 인터넷을 더 많이 사용하게 된다는 것이다.

이상의 선행연구들을 바탕으로 하여 본 연구에서는 가상공간에서의 자기효능감이 인터넷 사용과 각 하위유형집단에 미치는 영향을 살펴보고자 하였다.

III. 연구방법

1. 연구대상

서울·경기 지역의 20대부터 50대까지의 성인 535명(남 171명, 여 315명)을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 설문조사는 온·오프라인에서 실시되었고, 설문지는 총 517부가 회수되었으며, 불성실하게 응답한 자료를 제외하고 분석에 사용된 피험자는 총 486명이었다. 설문에는 인터넷 중독 질문지와 이와 관련된 심리적 변인들을 측정하는 질문지들이 포함되었으며, 인터넷 중독 하위유형 집단을 선별하기 위해 사이버 관계, 정보검색, 게임, 성인 사이트, 인터넷쇼핑, 경매·도박 등과 관련하여 각각 하루 평균 인터넷을 사용하는 시간을 직접 기입하도록 하였다.

인터넷 과다사용 하위유형집단의 선별은, 각각의 하위유형별로 응답자의 사용시간에 근거하여 선별하였다. 인터넷 과다사용자의 경우 대개 하루 평균 3시간 이상의 사용을 기준으로 제시(이정윤, 2005; 김유정, 2002; 한국정보문화진흥원, 2003)하고 있으나, 본 연구에서는 연구대상자가 성인임을 감안하여 사이버관계와 정보검색 과다사용집단의 경우 하루 평균 2시간 이상(각각 사용시간의 상위 9.7%, 9.3% 이상) 사용자를 선별하였고, 쇼핑 과다사용의 경우는 인터넷 쇼핑의 특수성을 감안하여 하루 평균 1시간 이상(사용시간의 상위 8.2% 이상) 사용자를 선별하였다. 그 결과, 인터넷쇼핑 과다사용집단의 사람들이 모두 125명이었으며, 사이버관계 과다사용집단인 사람들은 모두 77명이었고, 정보검색 과다사용집단인 사람들이 100명이었다. 한편, 비과다사용집단은 인터넷쇼핑과 사이버관계를 목적으로 하는 컴퓨터 사용을

전혀 하지 않고, 정보검색 과다사용집단은 성인의 경우 정보수집의 필요성을 감안하여 20분 이하의 사용시간을 기준으로 선별하였다. 그 결과 각각 199명, 149명, 72명이 선별되었다. 각 과다사용집단별 하루 평균 사용시간은 인터넷 쇼핑 과다사용 집단 93.76분, 사이버관계 과다사용 집단 220.61분, 정보검색 집단 183.47분이었고, 비 과다사용집단별 하루 평균 사용시간은 쇼핑과 사이버관계집단이 0분, 정보검색집단이 8.94분이었다.

설문에 참여한 성인 전체를 대상으로 인구통계학적변인을 조사한 결과는 <표 2>에 제시하였다.

<표 2> 연구대상자의 인구통계학적 자료

N=486

	구분	빈도(%)
연령	20~ 29세	151(27.7%)
	30~ 39세	206(44.7%)
	40~ 49세	89(19.7%)
	50~ 59세	40(7.9%)
성별	남자	171(37.3%)
	여자	315(62.7%)
교육수준	고졸 미만	5(1.1%)
	고졸	99(18.0%)
	전문대졸	112(20.0%)
	대졸	219(46.9%)
	대학원 이상	51(13.9%)
직장형태	없음	124(30.8%)
	part-time 근무	46(11.9%)
	full-time 근무	316(57.2%)
결혼유무	기혼	266(59.3%)
	미혼	220(40.7%)

사용경력	1년~ 2년 미만	24(4.2%)
	2년~ 3년 미만	26(5.7%)
	3년~ 4년 미만	25(5.1%)
	4년~ 5년 미만	56(12.0%)
	5년 이상	355(72.9%)
사용장소	집	293(62.5%)
	회사	184(36.3%)
	PC방	3(0.3%)
	기타	6(0.9%)
사용빈도	전혀 사용하지 않음	12(2.5%)
	1주일에 1~ 2회	71(14.8%)
	1주일에 3~ 4회	84(14.5%)
	1주일에 5~ 6회	66(14.6%)
	매일	253(57.3%)

각 집단별로 하루 평균 2시간 이상 사용자를 보면, 사이버관계 77명, 정보검색 100명, 게임 30명, 성인사이트 3명, 경매·도박 0명, 기타 37명이었다. 또한, 인터넷쇼핑은 대상이 성인이라는 점을 감안(2시간 이상으로 했을 때, 이에 해당하는 사람이 40명으로 너무 적었고, 또한 인터넷 쇼핑을 하루 평균 1시간 이상을 사용한다는 것 자체가 적지 않은 사용시간이라고 간주)하여 하루 평균 1시간 이상 사용자를 기준으로 했을 때, 125명이었다. 따라서, 본 연구에서는 7개 유형 중 인터넷쇼핑, 사이버관계, 정보검색의 3개의 유형을 중심으로 살펴볼 것이다.

2. 측정도구

본 연구에 사용된 도구는 「인터넷 사용 설문지」 「Young 인터넷 중독 검사 척도」 「우울 척도」 「외로움 척도」 「성인 ADHD(과잉활동 및 초조함, 충동

성 및 정서적 불안정성) 척도」, 「현실에서의 자기효능감 척도」, 「가상공간에서의 자기효능감 척도」로 이루어진 질문지이다.

1) 인터넷 사용 설문지

인터넷 사용에 대한 현황을 알아보기 위해 이전 연구들을 토대로 인터넷 사용경력, 주된 사용 장소, 사용 빈도, 하루 평균 사용시간, 주된 사용용도(사이버관계/ 정보검색/ 게임/ 성인사이트/ 인터넷쇼핑/ 경매·도박/ 기타)의 평균 소요시간 등의 질문 문항을 제작하여 사용하였다.

2) Young 인터넷 중독 척도

인터넷 중독 여부를 측정하기 위해 Young의 온라인 중독 센터(The Center for On-Line Addiction)에서 제작한 인터넷 중독 척도를 사용하였다. 이 척도는 5점 척도로 개발한 20문항으로 구성된 검사로 본 연구에서는 김은정, 이세용, 오승근(2003)이 번안한 한국판 척도를 성인에 맞게 수정하여 사용하였다. 각 문항의 내용은 인터넷 사용과 관련된 강박적 행동이나 경제적 어려움, 가정에서의 소홀, 대인관계에서의 문제, 행동상의 문제, 정서상 변화 등을 보여준다.

점수의 범위는 20점~ 100점 사이이고, Young의 기준에 따르면, 20점~ 49점은 일반적인 사용자로서 가끔 인터넷을 오래 사용할 때도 있지만, 자기통제가 가능한 사람들이다. 50점~ 79점은 중독 경향자로서 인터넷 사용으로 인해 생활상의 문제를 경험하는 사람들이고, 80~ 100점은 심각한 중독자들로서 실제생활에 매우 심각한 부적응 문제를 경험하고 있는 사람들이다.

본 연구에서 신뢰도 계수는 Cronbach's Alpha=.85였으며, 하위척도들의 신뢰도 계수(Cronbach's Alpha)는 인터넷으로 사용으로 인한 일상생활에서의 부적응적인 측면 .74, 인터넷 사용의 조절능력의 상실 .78, 인터넷에 대한 강박적인 생각이나 기대감 .86이었다.

<표 3> 인터넷 중독의 하위영역

구 분	문항번호	문항수
인터넷 사용으로 인한 일상생활에서의 부적응적인 측면	3, 6, 8, 9, 10, 13, 15, 18, 19, 20	10
인터넷 사용의 조절능력의 상실	1, 2, 4, 5, 14, 16, 17	7
인터넷에 대한 강박적인 생각이나 기대감	7, 11, 12	3

3) 우울 척도

우울을 측정하기 위해 미국 정신보건 연구원에서 개발한 CES-D(Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale)를 신승철(1991)이 변안한 것을 사용하였다. 이 척도는 현재의 우울증상 중 주로 정서적인 측면에 해당하는 20개의 문항으로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 우울이 심함을 나타낸다. 본 연구의 우울척도 신뢰도 계수는 Cronbach's Alpha=.75였으며, 하위척도들의 신뢰도 계수(Cronbach's Alpha)는 우울감정 .51, 긍정적 감정 .62, 신체적 및 둔화된 행동 .52, 대인관계는 .61이었다.

<표 4> 우울의 하위영역

구 분	문항번호	문항수
우울감정	3, 5, 6, 9, 10, 14, 17, 18	8
긍정적 감정	4*, 8*, 12*, 16*	4
신체적 및 둔화된 행동	1, 2, 7, 11, 20	5
대인관계	13, 15, 19	3

*는 역산문항

4) 외로움 척도

외로움을 측정하기 위해 Cramer 등(2000)의 총 15문항으로 구성된 외로움 척도(the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults-Short Form)를 사용하였다. 이 척도는 외로움을 3가지(가족, 애인 또는 배우자, 친구)로 구분하였다(Cramer 등, 2000). 7점 Likert 형식의 척도(1- 전혀 아니다, 7- 매우 그렇다)로 되어 있으며, 본 연구의 외로움척도 신뢰도 계수는 Cronbach's Alpha=.80이고, 하위척도들의 신뢰도 계수(Cronbach's Alpha)는 가족 .78, 애인 또는 배우자 .68, 친구 .80이었다.

<표 5> 외로움의 하위영역

구 분	문항번호	문항수
가족	1*, 4*, 7*, 10*, 13*	5
애인 또는 배우자	2*, 5*, 8*, 11*, 14*, 15*	6
친구	3*, 6*, 9*, 12*	4

*는 역산문항

5) 성인 ADHD 척도

과잉활동 및 초조함, 충동성 및 정서적 불안정성을 측정하기 위해 Connors 등(1999)이 개발한 성인 ADHD 질문지 중 자기보고형 평정척도를 김호영(2005)이 번안한 척도를 사용하였다. CAARS-K(Connors' Adult ADHD Rating Scale-Korean)는 0-3점의 Likert 척도로 Connors 등(1999)이 요인분석을 통해 개발한 4개의 소척도와 DSM-IV 증상척도 2개, 그리고 ADHD 지수의 총 7개 소척도(부주의 및 기억문제, 과잉활동성 및 초조함, 충동성 및 정서적 불안정성, 자기개념의 문제, DSM-IV 부주의 증상, DSM-IV 과잉활동 및 충동성 증상, ADHD 지수)로 구성되어 있다.

본 연구에서는 Connors 등(1999)이 개발한 척도 중에서 과잉활동 및 초조함 척도와 충동성 및 정서적 불안정성 척도 23문항을 사용하였다.

본 연구의 성인 ADHD 척도 신뢰도 계수는 Cronbach's Alpha=.86이고, 하위척도들의 신뢰도 계수(Cronbach's Alpha)는 과잉활동 및 초조함 .83, 충동성 및 정서적 불안정성 .89였다.

<표 6> 성인 ADHD의 하위영역

구 분	문항번호	문항수
과잉활동 및 초조함	2, 7, 8, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19	12
충동성 및 정서적 불안정성	1, 3, 4, 5, 6, 9, 13, 20, 21, 22, 23	11

6) 현실에서의 자기효능감 척도

Paulhus & Delroy(1983)가 개발한 자기효능감 척도(Spheres of Control Battery Items)는 개인적인 효능감과 지각된 통제력을 개인, 대인관계, 사회정치적인 범위로 구분하여 측정하는 검사이다. 이것을 번역하여 사용한 송원영의 척도를 사용하였는데, 자기효능감 검사는 각 하위척도마다 긍정적인 문항과 부정적인 문항이 각 5개씩 총 30개의 문항으로 이루어져 있었다. 이것을 송원영은 개인적 효능감 9문항과 대인관계 효능감 10문항으로 바꾸어 개인적 효능감 검사는 신뢰도 Cronbach's Alpha=.71, 대인관계 효능감은 .74로 나타났다.

본 연구는 송원영의 척도에 문항 하나를 추가한 윤지영(2001)의 척도를 사용하였다. 총 20문항으로 긍정적인 문항(10문항:1, 2, 3, 4, 5, 12, 13, 15, 17, 20)과 부정적인 문항(10문항: 6, 7, 8, 9, 10, 11, 14, 16, 18, 19)으로 구성되었으며, 부정적인 문항은 역산하여 합산하였다. 개인적인 효능감을 10문항으로 바꾸어 사용한 개인적 효능감 검사는 신뢰도 Cronbach's Alpha=.72, 대인관계에서의 효능감은 .74였다. 본 연구의 현실에서의 자기효능감 척도 신뢰도 계수는 Cronbach's Alpha=.86이고, 하위척도들의 신뢰도 계수(Cronbach's Alpha)는 자기효능감 .84,, 대인관계 자기효능감 .86이었다.

<표 7> 현실에서의 자기효능감 하위영역

구 분	문항번호	문항수
자기효능감	1, 2, 3, 4, 5, 6*, 7*, 8*, 9*, 10*	10
대인관계 자기효능감	11*, 12, 13, 14*, 15, 16*, 17 ,18*, 19*, 20	10

*는 역산문항

7) 가상공간에서의 자기효능감 척도

가상공간 활용에 대한 척도 역시 개인적 효능감과 대인관계 효능감의 두 가지 하위요인으로 구성하여 측정하였다. 개인적 효능감은 Henry & Stone(1997)이 개발한 컴퓨터 자기효능감 및 결과기대척도(Computer self-efficacy and outcome expectancy scale)를 참고로 하여 송원영이 제작한 척도를 사용하였다. 이 검사는 가상공간 활용 경험이 있는 대학생 133명을 대상으로 신뢰도를 검증한 결과 .85의 신뢰도를, 송원영의 연구에서는 .82의 신뢰도를 나타냈다. 가상공간에서의 대인관계 효능감 또한 송원영의 Paulhus & Delroy(1983)의 검사에서 대인관계 부분을 가상공간에 맞게 수정한 것으로 사용하였다. 이 역시 가상공간 활용경험이 있는 대학생 134명을 대상으로 예비조사를 한 결과 .76의 신뢰도를, 송원영의 연구에서는 .74의 신뢰도를 나타내었다. 이 검사는 5점으로 이루어진 Likert 척도를 사용한다.

본 연구는 송원영의 척도에 문항 하나를 추가한 윤지영(2001)의 척도를 사용하였다. 총 20문항으로 긍정적인 문항(15문항: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 14, 15, 17, 20)과 부정적인 문항(5문항: 11, 13, 16, 18, 19)으로 구성되었으며, 부정적인 문항은 역산하여 합산하였다. 개인적 효능감 10문항과 대인관계 효능감 10문항으로 바꾸어 사용한 가상공간에서의 개인적 효능감 검사는 신뢰도 Cronbach's Alpha=.88, 대인관계에서의 효능감은 .68로 나타났다.

본 연구의 가상공간에서의 자기효능감 척도 신뢰도 계수는 Cronbach's Alpha=.84이고, 하위척도들의 신뢰도 계수(Cronbach's Alpha)는 자기효능감 .73, 대인관계 자기효능감 .92였다.

<표 8> 가상공간에서의 자기효능감 하위영역

구 분	문항번호	문항수
자기효능감	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	10
대인관계 자기효능감	11*, 12, 13*, 14, 15, 16*, 17, 18*, 19*, 20	10

*는 역산문항

3. 통계처리 및 자료분석

- 1) 인터넷 과다사용집단을 선별하기 위해서 각 하위유형별로 빈도분석을 실시하였다.
- 2) 인터넷 과다사용 하위유형집단 간 차이를 알아보기 위해 ANOVA를 시행하였으며, 각 집단에서의 인터넷 중독 점수와 변인들 간 특성의 상관관계를 알아보기 위해 Pearson 상관계수를 구하였다.
- 3) 인터넷 과다사용집단과 비과다사용집단 간의 인구학적 변인 및 심리적 특성의 차이가 존재하는지를 분석하기 위하여 ANOVA와 chi-square test를 시행하였다.
- 4) 인터넷 과다사용집단과 인터넷 비과다사용집단의 우울, 외로움, 성인 ADHD과 현실에서의 자기효능감, 가상공간에서의 자기효능감의 차이를 보기 위해 인구통계학적변인을 공변량으로 하여 ANCOVA을 실시하였다.
- 5) 각 하위유형별로 인터넷 중독을 잘 설명해주는 변인을 확인하기 위해서 중다회귀분석을 실시하였다.
- 6) 본 연구의 전체 자료처리를 위해 사용한 통계 프로그램은 Window용 spss 14.0이다.

IV. 연구결과

1. 주요변인들의 상관관계

본 연구에서 사용한 주요변인들의 상관관계를 알아본 결과, 5개의 변인들 간에서 $p < .001$ 과 $p < .01$ 에서 유의미한 상관을 보였다. 결과는 <표 9>에 제시하였다.

<표 9> 주요변인들의 상관관계

	인터넷 중독검사	우울	외로움	성인 ADHD	현실 자기효능	가상 자기효능
인터넷 중독검사	-					
우울	.858***	-				
외로움	.126**	.251***	-			
성인 ADHD	.255***	.375***	.118**	-		
현실 자기효능	-.162***	-.309***	-.278***	-.297***	-	
가상 자기효능	.348***	.185***	-.121**	.080	.183***	-

** $p < .01$ *** $p < .001$

인터넷 중독검사에서는 우울($r=.858$), 외로움($r=.126$), 성인 ADHD($r=.255$), 가상공간에서의 자기효능감($r=.348$)과 정적상관을 보였으며, 현실에서의 자기효능감($r=-.162$)에서는 부적상관을 나타냈다. 즉, 인터넷 중

독검사점수가 높은 사람일수록 우울, 외로움, 성인 ADHD를 느낄 확률이 높으며, 가상공간에서의 자기효능감이 높음을 의미하며, 또한 현실에서의 자기효능감이 높을수록 인터넷 중독검사 점수가 낮게 나타났다.

우울은 외로움($r=.251$), 성인 ADHD($r=.375$), 가상공간에서의 자기효능감($r=.185$)과 정적상관을 보였으며, 현실에서의 자기효능감($r=-.309$)에서는 부적상관을 나타냈다. 이는 우울한 사람들은 외로움과 성인 ADHD가 높고, 가상공간에서의 자기효능감이 높음을 의미한다.

외로움은 우울($r=.251$)과 성인 ADHD($r=.375$)에서 정적상관을, 현실에서의 자기효능감($r=-.278$)과 가상공간에서의 자기효능감($r=-.121$)에서는 부적상관을 보였다. 즉, 외로운 사람들은 우울과 성인 ADHD가 높고, 현실과 가상공간에서 자기효능감을 높게 느끼는 사람일수록 외로움의 수준이 감소한다는 것을 의미한다.

성인 ADHD는 우울($r=.375$)과 외로움($r=.118$)에서 정적상관을, 현실 자기효능감($r=-.297$)에서는 부적상관을 나타내며, 가상공간에서의 자기효능감과 아무런 관계를 보이지 않았다. 이는 성인 ADHD가 높은 사람들이 우울과 외로움을 느낄 확률이 높으며, 현실에서의 자기효능감을 느끼는 사람일수록 성인 ADHD가 감소한다는 것을 의미한다.

현실에서의 자기효능감은 우울($r=-.309$), 외로움($r=-.278$), 성인 ADHD($r=-.297$)와 부적상관을 보이며, 가상공간에서의 자기효능감($r=.183$)과는 정적상관을 보였다. 이는 현실에서의 자기효능감이 높은 사람일수록 우울, 외로움, 성인 ADHD를 적게 느끼고, 가상공간에서의 자기효능감 또한 높다는 것을 의미한다.

가상공간에서의 자기효능감은 우울($r=.185$), 현실에서의 자기효능감($r=.183$)과 정적상관을, 외로움($r=-.121$)과는 부적상관을 나타냈다. 즉, 가상공간에서의 자기효능감을 느끼는 사람은 현실에서의 자기효능감을 가질 확률이 크지만, 또한 가상공간에서 몰두하다 보면, 우울감을 갖게 된다는 것을

의미한다. 현실에서의 자기효능감을 높게 느끼는 사람일수록 가상공간에서의 자기효능감을 느낄 확률이 높다는 결과가 도출되었다.

2. 인터넷 과다사용 하위유형 집단별 과다사용자와 비과다사용자의 인터넷 중독점수

청소년들을 대상으로 인터넷 중독 하위유형별 특성을 연구한 선행연구(이정윤, 2005)를 보면, 인터넷 중독집단의 선별기준으로 Young의 인터넷 중독 척도에서 50점 이상이며, 하루 평균 3시간 이상 사람들을 기준으로 삼고 있으나, 성인들의 경우에는 이 기준을 그대로 적용하면 연구대상자가 매우 제한되는 현상이 나타난다. 따라서, 사이버관계와 정보검색집단은 하루 평균 2시간 이상 사용자로, 인터넷쇼핑집단은 1시간으로 기준을 완화하여 각 하위유형에 속하는 사람들을 선별하여, 이들의 인터넷 중독 점수가 비과다사용자들과 유의한 차이가 있는지를 검토하였다.

결과는 <표 10>에서 제시된 바와 같으며, 그 결과 모든 인터넷 과다사용 하위집단의 과다사용자의 경우 비과다사용자에 비해 인터넷 중독점수가 유의미하게 높게 나타났다.

<표 10> 인터넷 과다사용 하위유형 집단별 인터넷 중독검사점수

	인터넷 중독검사		<i>t</i>
	과다사용집단	비과다사용집단	
	M(SD)	M(SD)	
인터넷쇼핑	38.37(12.38)	34.31(11.49)	3.01**
사이버관계	40.91(12.39)	34.43(12.25)	3.76***

정보검색

41.60(12.26)

29.04(7.96)

7.61***

** $p < .01$ *** $p < .001$

3. 인터넷 과다사용집단에 따른 인구통계학적 특성

인터넷 사용시간을 기준으로 하위유형 집단을 인터넷쇼핑 과다사용집단, 사이버관계 과다사용집단, 정보검색 과다사용집단으로 구분하였으며, 이 세 하위유형 집단의 인터넷 사용자의 연령, 성별, 교육수준, 직장형태, 결혼유무에 대해 카이제곱 검증을 사용해 과다사용집단과 비과다사용집단 간 차이를 분석하였다.

그 결과, 인터넷쇼핑의 경우, 과다사용집단은 여자가 약 85%를 차지하고 있으나, 비과다사용집단은 남자(48%)와 여자(52%)가 비슷한 분포를 보인다. 연령도 과다사용집단은 20대(42%)와 30대(38%)가 가장 많으나, 비과다사용집단은 30대(42%)와 40대(23%)가 가장 많은 것으로 나타났다. 교육수준은 과다사용집단의 경우 전문대졸(32%)과 대졸(42%)이 많았으며, 비과다집단의 경우 대졸(43%)과 고졸(21%)이 많은 것으로 나타났다. 직장형태는 두 집단 모두 full-time 근무의 비율이 높았다. 결혼유무에서는 과다사용집단은 기혼과 미혼이 비슷하였으나, 비과다사용집단에서는 기혼(65%)이 미혼(35%)보다 두 배 가량 높은 비율을 보였다.

결과는 <표 11>에 제시한 바와 같다.

<표 11> 인터넷쇼핑집단에 따른 인구통계학적 특성

	전체 (N=324)	과다사용 집단 (N=125)	비 과다사용 집단 (N=199)	χ^2
연령	20~ 29세	53(42.4%)	42(21.1%)	24.49***
	30~ 39세	48(38.4%)	83(41.7%)	
	40~ 49세	21(16.8%)	46(23.1%)	
	50~ 59세	3(2.4%)	28(14.1%)	
성별	남자	19(15.2%)	95(47.7%)	35.64***
	여자	106(84.8%)	104(52.3%)	
교육 수준	고졸 미만	0(0%)	4(2.0%)	19.50**
	고졸	29(23.2%)	41(20.6%)	
	전문대졸	40(32.0%)	37(18.6%)	
	대졸	52(41.6%)	86(43.2%)	
	대학원 이상	4(3.2%)	31(15.6%)	
직장 형태	없음	36(28.8%)	57(28.6%)	.34
	part-time 근무	13(10.4%)	17(8.6%)	
	full-time 근무	76(60.8%)	125(62.8%)	
결혼 유무	기혼	63(50.4%)	129(64.8%)	6.62*
	미혼	62(49.6%)	70(35.2%)	

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

사이버관계의 경우도 인터넷쇼핑과 마찬가지로 연령에서 과다사용집단은 20대(56%)와 30대(26%)가 가장 많았고, 특히 20대가 전체 과다사용집단의 과반수를 넘게 차지하고 있으나, 비과다사용집단은 30대(42%)와 40대(30%)가 가장 많은 것으로 나타났다. 성별을 보면, 과다사용집단에서는 여자(75%)가 남자(25%)보다 3배 정도 높은 비율을 보이며, 비과다사용집단에서는 성별에서의 비율이 비슷하다. 교육수준은 과다사용집단에서는 전문대졸(36%)과 대졸(32%)이 많았으며, 비과다사용집단에서는 대졸(42%)이 가장

많았고, 고졸과 전문대졸의 비율이 비슷하게 나타났다. 직장형태에서는 두 집단 모두 full-time 근무가 많았으며, 결혼유무를 보면 과다사용집단에서는 미혼(66%)이 기혼(34%)보다 두 배 가량 높았으나, 비과다사용집단에서는 기혼(78%)인 사람들이 높게 나타났다.

결과는 <표 12>에 제시한 바와 같다.

<표 12> 사이버관계집단에 따른 인구통계학적 특성

	전체 (N=226)	과다사용집단 (N=77)	비 과다사용집단 (N=149)	χ^2
연령	20~ 29세	43(55.8%)	22(14.8%)	42.92***
	30~ 39세	20(26%)	62(41.6%)	
	40~ 49세	11(14.3%)	45(30.2%)	
	50~ 59세	3(3.9%)	20(13.4%)	
성별	남자	19(24.7%)	46(30.9%)	.95
	여자	58(75.3%)	103(69.1%)	
교육 수준	고졸 미만	2(2.6%)	2(1.4%)	12.87*
	고졸	19(24.7%)	32(21.5%)	
	전문대졸	28(36.4%)	30(20.1%)	
	대졸	25(32.4%)	62(41.6%)	
	대학원 이상	3(3.9%)	23(15.4%)	
직장 형태	없음	14(18.2%)	57(38.3%)	10.75**
	part-time 근무	7(9.1%)	16(10.7%)	
	full-time 근무	56(72.7%)	76(51.0%)	
결혼 유무	기혼	26(33.8%)	116(77.9%)	42.25***
	미혼	51(66.2%)	33(22.1%)	

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

마지막으로 정보검색을 보면, 과다사용집단에서 남자(46%)와 여자(54%)가 비슷했으나, 비과다사용집단에서는 여자(74%)의 비율이 높았다. 연령은

앞의 두 집단과는 달리 과다사용집단과 비과다사용집단 모두 20~30대의 비율이 높게 나타났다. 직장형태에서는 과다사용집단은 full-time 근무(78%)가 높게 나타났으나, 비과다사용집단에서는 무직(35%)이거나 full-time 근무(54%)하는 사람들의 비율이 높았다. 결혼유무를 보면, 두 집단이 비슷하였으나 과다사용집단에서는 미혼(57%)이 기혼(43%)보다 높았고, 비과다사용집단에서는 기혼(58%)이 미혼(42%)보다 높게 나타났다.

결과는 <표 13>에 제시한 바와 같다.

<표 13> 정보검색집단에 따른 인구통계학적 특성

	전체 (N=172)	과다사용집단 (N=100)	비 과다사용집단 (N=72)	χ^2
연령	20~ 29세	39(39.0%)	23(31.9%)	8.67*
	30~ 39세	42(42.0%)	22(30.6%)	
	40~ 49세	13(13.0%)	14(19.4%)	
	50~ 59세	6(6.0%)	13(18.1%)	
성별	남자	46(46.0%)	19(26.4%)	6.85**
	여자	54(54.0%)	53(73.6%)	
교육 수준	고졸 미만	1(1.0%)	3(4.2%)	7.81
	고졸	15(15.0%)	20(27.8%)	
	전문대졸	26(26.0%)	20(27.8%)	
	대졸	48(48.0%)	24(33.3%)	
	대학원 이상	10(10.0%)	5(6.9%)	
직장 형태	없음	14(14.0%)	25(34.7%)	11.86**
	part-time 근무	8(8.0%)	8(11.1%)	
	full-time 근무	78(78.0%)	39(54.2%)	
결혼 유무	기혼	43(43.0%)	42(58.3%)	3.94*
	미혼	57(57.0%)	30(41.7%)	

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

4. 인터넷 과다사용 하위유형별 심리적 변인들의 차이 비교

1) 인터넷쇼핑집단

인터넷쇼핑 과다사용집단과 비과다사용집단 간의 심리적 특성의 차이를 알아보기 위하여, 먼저 인터넷쇼핑 과다사용집단과 비과다사용집단의 종속측정치에서의 평균과 표준편차를 구한 후(표 14), 연령, 성별, 교육수준, 결혼유무를 공변인으로 하고, 우울, 외로움, 성인 ADHD, 현실에서의 자기효능감, 가상공간에서의 자기효능감을 종속변인으로 하여 공변량분석을 실시하였다.

<표 14> 인터넷쇼핑 과다사용-비과다사용집단 간 종속측정치에서의 평균과 표준편차

	과다사용집단(N=125) M(SD)	비과다사용집단(N=199) M(SD)	t
우울	39.81(8.15)	37.36(8.78)	2.509*
외로움	41.08(15.16)	39.33(14.97)	1.021
성인 ADHD	40.13(8.42)	36.81(7.54)	3.687***
현실 자기효능감	64.04(6.18)	66.29(7.56)	-2.793**
가상 자기효능감	61.94(9.79)	60.74(11.70)	.949

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

그 결과, <표 14>에서 제시한 바와 같이, 인터넷쇼핑 과다사용과 비과다사용 집단의 차이를 비교해보면, 과다사용집단에서 비과다사용집단에서보다 우울과 성인 ADHD 점수가 유의미하게 높았으며, 현실에서의 자기효능감 점수는 비과다사용집단에서 높게 나타났다. 외로움과 가상공간에서의 자기효능감 점수는 과다사용집단에서 높게 나타났으나, 비과다사용집단과의 차이가 유의

미하지는 않았다.

한편, 공변량분석 결과에서는 인터넷쇼핑 과다사용집단과 비과다사용집단 간에 성인 ADHD($F(1, 318) = 7.199, p < .01$), 현실에서의 자기효능감($F(1, 318) = 4.355, p < .05$)에서 유의미한 차이를 보였다. 우울의 경우에는 과다사용집단과 비과다사용집단 간에 t-test 결과 유의미한 차이가 있었으나(표 14 참고), 공변량분석 결과 집단 간의 차이는 유의미하지 않았으며, 결혼유무에 따라 우울에 차이를 가져오는 것으로 나타났다.

결과는 <표 15>에 제시한 바와 같다.

<표 15> 인터넷쇼핑집단 공변량분석 결과

변인	변량원	제 III유형 제곱합	자유도	평균제곱	F
우울	집단	189.165	1	189.165	2.638
	연령	19.249	1	19.249	.268
	성별	109.313	1	109.313	1.525
	교육수준	.385	1	.385	.005
	결혼유무	488.614	1	488.614	6.815**
	오차	22800.188	318	22800.188	
	합계	23956.750	323		
외로움	집단	5.855	1	5.855	.029
	연령	504.402	1	504.402	2.468
	성별	34.443	1	34.443	.169
	교육수준	1097.605	1	1097.605	5.370*
	결혼유무	6021.056	1	6021.056	29.460***
	오차	64992.014	318	64992.014	
	합계	73082.997	323		
성인 ADHD	집단	436.669	1	436.669	7.199**
	연령	107.272	1	107.272	1.768
	성별	5.460	1	5.460	.090
	교육수준	70.190	1	70.190	1.157
	결혼유무	164.122	1	164.122	2.706

	오차	19289.255	318	19289.255	7.199
	합계	20882.404	323		
현실	집단	213.458	1	213.458	4.355*
자기효능	연령	3.742	1	3.742	.076
	성별	.524	1	.524	.011
	교육수준	376.022	1	376.022	7.671**
	결혼유무	81.932	1	81.932	1.671
	오차	15587.788	318	15587.788	
	합계	16449.071	323		
가상	집단	160.799	1	160.799	1.629
자기효능	연령	1496.029	1	1496.029	15.153***
	성별	1713.249	1	1713.249	17.354***
	교육수준	1268.364	1	1268.364	12.847***
	결혼유무	187.330	1	187.330	1.897
	오차	31394.796	318	31394.796	
	합계	39116.556	323		

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

2) 사이버관계집단

사이버관계 과다사용집단과 비과다사용집단 간의 심리적 특성의 차이를 알아보기 위하여, 먼저 사이버관계 과다사용집단과 비과다사용집단의 종속측정치에서의 평균과 표준편차를 구한 후(표 16), 연령, 교육수준, 직업, 결혼유무를 공변인으로 하고, 우울, 외로움, 성인 ADHD, 현실에서의 자기효능감, 가상공간에서의 자기효능감을 종속변인으로 하여 공변량분석을 실시하였다.

<표 16> 사이버관계 과다사용-비과다사용집단 간 종속측정치에서의 평균과 표준편차

	과다사용집단(N=77)	비과다사용집단(N=149)	<i>t</i>
	M(SD)	M(SD)	
우울	41.27(9.66)	38.28(7.95)	2.493*
외로움	42.87(16.17)	38.48(15.23)	2.013*
성인 ADHD	41.22(8.74)	37.07(7.50)	3.721***
현실 자기효능	64.19(6.32)	65.19(7.09)	-1.035
가상 자기효능	64.14(8.96)	58.99(11.31)	3.475**

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

그 결과, <표 16>에서 제시한 바와 같이, 사이버관계 과다사용과 비과다사용 집단의 차이를 비교해보면, 과다사용집단에서 비과다사용집단에서보다 우울과 외로움, 성인 ADHD, 가상공간에서의 자기효능감 점수가 유의미하게 높았으며, 현실에서의 자기효능감 점수는 비과다사용집단에서 높게 나타났지만, 점수의 차이가 유의미하지는 않았다. 한편, 공변량분석 결과는 사이버관계 과다사용집단과 비과다사용집단 간에 가상공간에서의 자기효능감($F(1, 220)=4.945, p < .05$)에서만 유의미한 차이를 보였다.

우울, 외로움, 성인 ADHD의 경우에는 과다사용집단과 비과다사용집단 간에 *t*-test 결과 유의미한 차이가 있었으나(표 16 참고), 공변량분석 결과 집단 간의 차이는 유의미하지 않았으며, 결혼유무에 따라 우울에 차이를 가져오고, 연령과 결혼유무에 따라 외로움에 차이를 가져오며, 연령과 교육수준에 따라 성인 ADHD에 차이를 가져오는 것으로 나타났다.

결과는 <표 17>에 제시한 바와 같다.

<표 17> 사이버관계집단 공변량분석 결과

변인	변량원	제 III유형 제곱합	자유도	평균제곱	F
우울	집단	89.347	1	89.347	1.247
	연령	14.271	1	14.271	.199
	교육수준	14.613	1	14.613	.204
	직장형태	14.904	1	14.904	.208
	결혼유무	522.354	1	522.354	7.288**
	오차	15767.710	220	15767.710	
	합계	16901.137	225		
외로움	집단	10.007	1	10.007	.047
	연령	1477.244	1	1477.244	6.878**
	교육수준	502.918	1	502.918	2.342
	직장형태	653.707	1	653.707	3.044
	결혼유무	6347.551	1	6347.551	29.555***
	오차	47249.562	220	47249.562	
	합계	55161.841	225		
성인 ADHD	집단	147.768	1	147.768	2.473
	연령	276.586	1	276.586	4.630*
	교육수준	323.621	1	323.621	5.417*
	직장형태	8.010	1	8.010	.134
	결혼유무	27.032	1	27.032	.452
	오차	13143.022	220	13143.022	
	합계	14996.460	225		
현실 자기효능	집단	4.177	1	4.177	.096
	연령	.738	1	.738	.017
	교육수준	72.133	1	72.133	1.662
	직장형태	471.560	1	471.560	10.863**
	결혼유무	436.449	1	436.449	10.054**
	오차	9550.232	220	9550.232	
	합계	10524.885	225		
가상 자기효능	집단	509.482	1	509.482	4.945*
	연령	186.749	1	186.749	1.813
	교육수준	550.842	1	550.842	5.347*
	직장형태	462.430	1	462.430	4.489*
	결혼유무	22.887	1	22.887	.222
	오차	22665.112	220	22665.112	
	합계	26383.115	225		

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

3) 정보검색집단

정보검색 과다사용집단과 비과다사용집단 간의 심리적 특성의 차이를 알아보기 위하여, 먼저 정보검색 과다사용집단과 비과다사용집단의 종속측정치에서의 평균과 표준오차를 구한 후(표 18), 연령, 성별, 직업, 결혼유무를 공변인으로 하고, 우울, 외로움, 성인 ADHD, 현실에서의 자기효능감, 가상공간에서의 자기효능감을 종속변인으로 하여 공변량분석을 실시하였다.

<표 18> 정보검색 과다사용-비과다사용집단 간 종속측정치에서의 평균과 표준편차

	과다사용집단(N=100) M(SD)	비과다사용집단(N=72) M(SD)	t
우울	40.15(9.47)	36.89(8.61)	2.313*
외로움	43.87(14.72)	40.67(15.65)	1.371
성인 ADHD	38.74(8.26)	37.78(8.86)	.731
현실 자기효능	64.35(6.31)	65.83(8.35)	-1.326
가상 자기효능	66.16(9.64)	55.82(10.94)	6.559***

* $p < .05$ *** $p < .001$

그 결과, <표 18>에서 제시한 바와 같이, 정보검색 과다사용과 비과다사용집단의 차이를 비교해보면, 과다사용집단에서 비과다사용집단에서보다 우울과 가상만족도 점수가 유의미하게 높았으며, 외로움과 성인 ADHD 점수는 과다사용집단에서 높게 나타났고, 현실에서의 자기효능감 점수는 비과다사용에서 높게 나타났지만 점수의 차이가 유의미하지는 않았다.

한편, 공변량분석 결과는 사이버관계 과다사용집단과 비과다사용집단 간에 우울($F(1, 166)=6.648, *p < .05$), 현실에서의 자기효능감($F(1, 166)=4.014, *p < .05$), 가상공간에서의 자기효능감($F(1, 220)=28.167, *** p < .001$)에서 유의미한

차이를 보였다. 즉, t-test 결과 나타났던 과다사용집단과 비과다사용집단 간의 유의미한 차이는 공변인을 통제한 이후에도 집단 단에 유의미한 차이를 보이는 것으로 나타났다. 한편, 현실에서의 자기효능감의 경우 과다사용집단과 비과다사용집단 간의 t-test 결과에서는 유의미한 차이가 나타나지 않았으나(표 18 참고), 공변량분석 결과 집단 간의 차이가 유의미하게 나타났다. 이는 각 집단 내에서의 오차변량들이 공변인에 의해 추출됨으로써 집단 내 오차변량이 줄어들었을 가능성이 있으며 그럼으로써 집단 간의 차이가 유의미하게 나타난 것으로 보인다.

결과는 <표 19>에 제시한 바와 같다.

<표 19> 정보검색집단 공변량분석 결과

변인	변량원	제 III유형 제곱합	자유도	평균제곱	F
우울	집단	495.941	1	495.941	6.648*
	연령	12.397	1	12.397	.166
	성별	899.532	1	899.532	12.058**
	직장형태	7.342	1	7.342	.098
	결혼유무	333.523	1	333.523	4.471
	오차	12383.682	166	12383.682	
	합계	14597.041	171		
외로움	집단	335.153	1	335.153	1.657
	연령	839.457	1	839.457	4.151*
	성별	20.286	1	20.286	.100
	직장형태	271.992	1	271.992	1.345
	결혼유무	4899.275	1	4899.275	24.229***
	오차	33566.956	166	33566.956	
	합계	39270.855	171		
성인 ADHD	집단	11.166	1	11.166	.166
	연령	277.642	1	277.642	4.128*
	성별	209.783	1	209.783	3.119
	직장형태	.049	1	.049	.001
	결혼유무	68.421	1	68.421	1.017
	오차	11164.483	166	11164.483	

	합계	12360.442	171		
현실	집단	204.714	1	204.714	4.014*
자기효능	연령	25.824	1	25.824	.506
	성별	163.293	1	163.293	3.202
	직장형태	147.831	1	147.831	2.899
	결혼유무	101.519	1	101.519	1.991
	오차	8465.333	166	8465.333	
	합계	8990.855	171		
가상	집단	2605.872	1	2605.872	28.167***
자기효능	연령	153.512	1	153.512	1.659
	성별	1788.752	1	1788.752	19.335***
	직장형태	22.458	1	22.458	.243
	결혼유무	124.957	1	124.957	1.351
	오차	15357.633	166	15357.633	
	합계	22164.110	171		

* $p < .05$ *** $p < .001$

5. 하위유형별 인터넷 중독에 미치는 예언변인들의 상대적 영향력

1) 인터넷쇼핑 집단

인터넷 쇼핑 집단에서 인터넷 중독 영향을 미치는 예언변인들의 상대적 설명력을 알아보기 위해서 <표 20>과 같이 우울, 외로움, 성인 ADHD, 현실에서의 자기효능감, 가상공간에서의 자기효능감을 독립변인으로 하고, 인터넷 중독검사 결과를 종속변인으로 하여 중다회귀분석을 실시하였다. 우울, 가상공간에서의 자기효능감의 심리적 변인을 예언변인으로 하였다.

결과에 따르면, 인터넷쇼핑 과다사용집단의 인터넷 중독을 잘 설명해주는 변인은 우울(R^2 변화량=.137), 가상공간에서의 자기효능감(R^2 변화량=.125)으로 나타났다. 즉, 우울은 인터넷쇼핑집단의 인터넷 중독을 13.7% 설명해주고

있으며, 가상공간에서의 자기효능감이 추가될 경우 12.5%의 설명력을 추가하는 것으로 나타났다.

<표 20> 인터넷쇼핑집단의 인터넷 중독에 미치는 예언변인들의 상대적 영향력

예언변인	β 계수	R^2 (adjusted R^2)	R^2 변화량	F
우울	.370	.137(.134)	.137	50.981***
가상 자기효능	.354	.262(.258)	.125	57.048***

*** $p < .001$

2) 사이버관계집단

사이버관계집단에서 인터넷 중독 영향을 미치는 예언변인들의 상대적 설명력을 알아보기 위해서 <표 21>과 같이 우울, 외로움, 성인 ADHD, 현실에서의 자기효능감, 가상공간에서의 자기효능감을 독립변인으로 하고, 인터넷 중독 검사 결과를 종속변인으로 하여 중다회귀분석을 실시하였다. 우울, 가상공간에서의 자기효능감, 성인 ADHD의 심리적 변인들을 예언변인으로 하였다.

결과에 따르면, 사이버관계 과다사용집단의 중독을 잘 설명해 주는 변인들은 우울(R^2 변화량=.137), 가상공간에서의 자기효능감(R^2 변화량=.100), 성인 ADHD(R^2 변화량=.024) 순으로 나타났다.

즉, 우울은 사이버관계집단의 인터넷 중독을 13.7%로 설명해주고 있으며, 가상공간에서의 자기효능감이 추가될 경우 10%의 설명력을 추가하고, 성인 ADHD가 추가될 경우 2.4%의 설명력을 추가하는 것으로 나타났다.

<표 21> 사이버관계집단의 인터넷 중독에 미치는 예언변인들의 상대적 영향력

예언변인	β 계수	R^2 (adjusted R^2)	R^2 변화량	F
우울	.370	.137(.133)	.137	35.513***
가상 자기효능	.316	.237(.230)	.100	34.579***
성인 ADHD	.170	.261(.251)	.024	26.080***

*** $p < .001$

3) 정보검색집단

정보검색집단에서 인터넷 중독 영향을 미치는 예언변인들의 상대적 설명력을 알아보기 위해서 <표 22>와 같이 우울, 외로움, 성인 ADHD, 현실에서의 자기효능감, 가상공간에서의 자기효능감을 독립변인으로 하고, 인터넷 중독검사 결과를 종속변인으로 하여 중다회귀분석을 실시하였다. 가상공간에서의 자기효능감, 우울, 외로움의 심리적 변인들을 예언변인으로 하였다.

결과에 따르면, 정보검색 과다사용집단의 중독을 잘 설명해 주는 변인들은 가상공간에서의 자기효능감(R^2 변화량=.187), 우울(R^2 변화량=.174), 외로움(R^2 변화량=.035)의 순으로 나타났다.

즉, 가상공간에서의 자기효능감이 정보검색집단의 인터넷 중독을 18.7%로 설명해주고 있으며, 우울이 추가될 경우 17.4%의 설명력을 추가하고, 외로움이 추가될 경우 3.5%의 설명력을 추가하는 것으로 나타났다.

<표 22> 정보검색집단의 인터넷 중독에 미치는 예언변인들의 상대적 영향력

예언변인	β 계수	R^2 (adjusted R^2)	R^2 변화량	F
가상 자기효능	.432	.187(.182)	.187	39.053***
우울	.418	.361(354)	.174	47.821***
외로움	.204	.396(386)	.035	36.759***

*** $p < .001$

V. 논의

1. 요약 및 결론

본 연구에서는 성인을 대상으로 인터넷 과다사용의 하위유형 -인터넷쇼핑 과다사용집단, 사이버관계 과다사용집단, 정보검색 과다사용집단- 에 따라 과다사용자들의 심리적 특성 -우울, 외로움, 성인 ADHD, 현실에서의 자기효능감, 가상공간에서의 자기효능감- 이 어떻게 달리 나타나는지를 알아보고자 하였다. 즉, 인터넷 과다사용 하위유형집단 간에 어떤 유사점과 차이점이 존재하는지를 파악함으로써, 각 하위유형집단을 이해하는데 도움이 되는 기초 자료를 제공할 수 있을 뿐 아니라, 나아가 하위유형별 상담접근의 개입에 있어서도 시사점을 제공하고자 하였다.

본 연구의 결과를 요약하고, 이를 분석하면 다음과 같다.

첫째, 주요변인들 -인터넷 중독검사, 우울, 외로움, 성인 ADHD, 현실에서의 자기효능감, 가상공간에서의 자기효능감- 의 상관분석을 실시한 결과, 인터넷 중독은 우울, 외로움, 성인 ADHD, 가상공간에서의 자기효능감과 정적상관을 보였으며, 현실에서의 자기효능감에서는 부적상관을 나타냈다. 즉, 인터넷 중독검사점수가 높은 사람일수록 우울, 외로움, 성인 ADHD를 느낄 확률이 높으며, 가상공간에서의 자기효능감은 높으나, 현실에서의 자기효능감은 낮음을 알 수 있다. 또한, 현실에서의 자기효능감이 높을수록 인터넷 중독검사 점수가 낮게 나타났다. 우울 수준을 보면, 외로움, 성인 ADHD, 가상공간에서의 자기효능감과 정적상관을 보였으며, 현실에서의 자기효능감에서는 부적상관을 나타냈다. 이는 우울한 사람들은 외로움과 성인 ADHD가 높고, 가상공간에서의 자기효능감이 높음을 의미한다. 그러나 현실에서의 자

기효능감 수준은 우울이 높을수록 낮아지는 것으로 나타났다. 즉, 현실에서의 자기효능감이 높을수록 우울이 감소함을 알 수 있다. 외로움은 우울과 성인 ADHD에서 정적상관을, 현실에서의 자기효능감과 가상공간에서의 자기효능감에서는 부적상관을 보였다. 즉, 외로운 사람일수록 우울과 성인 ADHD가 높고, 현실과 가상공간에서의 자기효능감은 낮은 것으로 나타났다. 성인 ADHD는 우울과 외로움에서 정적상관을, 현실에서의 자기효능감에서는 부적상관을 나타내며, 가상공간에서의 자기효능감과는 유의미한 관계를 보이지 않았다. 이는 성인 ADHD가 높은 사람들이 우울과 외로움을 느낄 확률이 높으며, 현실에서의 자기효능감은 낮으나 가상공간에서의 자기효능감과는 특별한 관련이 없는 것으로 보인다. 현실에서의 자기효능감은 우울, 외로움, 성인 ADHD와 부적상관을 보이며, 가상공간에서의 자기효능감과는 정적상관을 보였다. 이는 현실에서의 자기효능감이 높은 사람일수록 우울, 외로움, 성인 ADHD를 적게 느끼고, 가상공간에서의 자기효능감 또한 높다는 것을 의미한다. 가상공간에서의 자기효능감은 우울, 현실에서의 자기효능감과 정적상관을, 외로움과 부적상관을 나타냈다. 즉, 가상공간에서의 자기효능감을 느끼는 사람은 현실에서의 자기효능감을 가질 확률이 크고, 현실에서의 자기효능감을 높게 느끼는 사람일수록 가상공간에서도 자기효능감을 느낄 확률이 높다는 결과가 도출되었다.

둘째, 인터넷 과다사용 하위유형 집단별 과다사용자와 비과다사용자의 인터넷 중독검사점수에 대해서 알아보았다.

인터넷쇼핑집단은 1시간을 기준으로 하였고, 사이버관계집단과 정보검색집단은 2시간을 기준으로 하여 각 집단의 인터넷 중독검사점수의 평균과 표준편차를 알아본 결과, 세 집단에서 모두 인터넷 중독검사점수와 유의미한 차이를 보였다. 기존의 청소년들을 대상으로 한 연구들에서는 인터넷 중독점수의 기준을 50점으로 정했지만, 본 연구에서는 Young의 인터넷 중독의

위험성군인 50점 이상의 집단은 없었다. 하지만, 세 집단 모두 40점 정도의 점수를 보였고, 인터넷쇼핑 과다사용집단과 사이버관계 과다사용집단, 정보검색 과다사용집단은 각각 비과다사용집단에 비해 인터넷 중독점수가 유의미하게 높음을 확인하였다.

셋째, 인터넷 과다사용집단에 따른 인구통계학적 특성을 알아보았다.

인터넷쇼핑 과다사용집단은 125명, 비과다사용집단은 199명이 선발되었고, 사이버관계 과다사용집단은 77명, 비과다사용집단은 149명이 선발되었으며, 정보검색은 과다사용집단이 100명, 비과다사용집단이 72명 선발되었다. 인터넷쇼핑의 경우 과다사용집단은 연령을 보면 20대와 30대가 많았으나, 비과다사용집단은 30대와 40대의 비율이 높았다. 또한, 과다사용집단에서 성별을 보면, 여자가 15%, 남자가 85%의 비율을 보였고, 비과다사용집단에는 성별의 차이가 별로 없었다. 이로 미루어 볼 때, 주로 20, 30대의 여성들이 인터넷쇼핑을 즐겨하는 것으로 보이며, 이는 젊은 층의 여성들이 패션 등 라이프스타일에 민감하고 관심이 많으며, 인터넷을 자유롭게 사용할 수 여건이 주어지기 때문에 인터넷 공간에서도 쇼핑활동을 많이 하는 것으로 보인다. 또한, 과다사용집단의 경우 전문대졸과 대졸이 많았으며, 비과다집단의 경우 대졸과 고졸이 많은 것으로 나타났다. 직장형태는 두 집단 모두 full-time 근무의 비율이 높았다. 결혼유무에서는 과다사용집단은 기혼과 미혼의 비율이 비슷하였으나, 비과다사용집단에서는 기혼이 미혼보다 두 배 가량 높은 비율을 보였다. 이는 직장생활을 하는 사람들일수록 컴퓨터를 많이 접하게 되기 때문에 상대적으로 인터넷쇼핑을 할 확률이 높으며, 비과다사용집단에서 기혼이 비율이 높은 것은 40, 50대 주부들이 인터넷쇼핑을 즐겨하지 않는다는 점을 볼 수 있다.

사이버관계의 경우도 과다사용집단에서 연령을 보면 인터넷쇼핑 과다사용집단과 마찬가지로 20, 30대가 높은 비율을 보였고, 특히 20대가 전체 과다

사용집단의 과반수를 넘게 차지하고 있으나, 비과다사용집단은 30, 40대가 높은 비율을 나타냈다. 성별은 두 집단 간에 큰 차이를 보이지 않았지만, 과다사용집단에서 여자(75%)가 남자(25%)보다 3배 정도 높은 비율을 보임으로써, 사이버관계는 주로 20, 30대의 여성들이 즐겨하는 것으로 보인다. 이는 결혼유무에서도 유사점을 발견할 수 있는데, 미혼자(66%)들이 기혼자(34%)보다 사이버상에서 관계를 맺는 활동을 더욱 많이 사용한다는 것을 볼 수 있으며, 이는 개인이 활용할 수 있는 시간이 기혼자들보다는 더 많고, 자신의 관심분야에 시간을 투자할 수 있는 여건이 더욱 많이 마련됨으로써 상대적으로 미혼인 20, 30대 여성들이 사이버관계에 더 활발히 참여하는 것으로 풀이된다. 또한, 여성들이 남성보다 관계에 더 많이 개입하는 경향이 있는데, 이는 온라인상에서도 마찬가지로 보이며, 상대적으로 젊은 여성들일수록 메신저나 싸이월드 등의 커뮤니티를 통하여 대인관계를 맺고 유지하는 성향을 보인다고 할 수 있다.

정보검색을 보면, 연령에서는 두 집단 간의 차이가 크지 않았지만, 성별과 직장형태에서는 유의미한 차이를 보였다. 우선, 과다사용집단의 경우 성별에서 남자(46%)와 여자(54%)의 비율이 비슷하였으나, 비과다사용집단의 경우 여자(74%), 남자(26%)의 비율을 보여 성별의 차이가 크다는 것을 알 수 있었다. 또한, 과다사용집단에서는 full-time으로 근무(78%)하는 직장인의 비율이 높았으며, 비과다사용집단에서는 무직(35%)과 full-time 근무(54%)하는 사람들의 비율이 높았다. 이로 미루어 보아 정보검색은 full-time 직업을 가지고 있는 직장인들이 많이 하는 것으로 보이는데, 이는 웹서핑을 통해 정보를 습득하는 경우가 많기 때문에 직장인들에게서 정보검색의 비율이 높은 것이라고 예상된다.

넷째, 인터넷 과다사용 하위유형별로 과다사용집단과 비과다사용집단 간에 심리적 변인들의 차이를 비교하였다. 각 집단의 과다사용-비과다사용집

단 간 종속측정치에서의 평균과 표준편차를 구한 뒤, 공변량분석을 하였다.

먼저, 인터넷쇼핑 과다사용집단과 비과다사용집단 간의 심리적 특성의 차이를 알아본 결과 과다사용집단이 비과다사용집단보다 성인 ADHD의 점수가 높았으며, 유의미한 결과를 보였다. 현실에서의 자기효능감에서는 비과다사용집단이 과다사용집단보다 점수가 높았으며, 유의미한 결과를 보였다. 공변량분석 결과에서는 성인 ADHD와 현실에서의 자기효능감에서 유의미하였다. 인터넷쇼핑을 많이 사용하는 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 성인 ADHD가 높고, 현실에서의 자기효능감은 낮은 것으로 나타났다.

사이버관계 과다사용집단과 비과다사용집단 간의 심리적 특성의 차이를 알아본 결과 사이버관계 과다사용집단이 비과다사용집단보다 우울, 외로움, 성인 ADHD, 가상공간에서의 자기효능감에서 높은 점수를 보였으며, 유의미한 결과를 보였다. 이는 사이버관계를 많이 경험하는 사람들이 그렇지 않은 사람들보다 우울하거나 외로움을 많이 느끼고, 성인 ADHD가 높다는 것을 나타내는데, 사이버관계 중독 하위유형 집단이 사이버관계 비중독집단에 비해 우울감을 높게 느끼고, 충동성이 높게 나타났다는 선행연구(팽현기, 2002)와 일치하며, 대인관계 위주 중독집단이 가장 많은 외로움을 느낀다는 김종범(2001)의 선행연구와도 일치한다. 공변량분석 결과에서는 가상에서의 자기효능감에서만 유의미한 차이를 보였다. t-test에서는 여러 개에서 집단 간 유의한 차이가 있었으나, 공변량에서 가상공간에서의 자기효능감에서만 유의하게 나타났다는 것은 사이버과다사용에 몰두하는 사람들은 그렇지 않은 사람들보다 가상공간에서의 자기효능감이 높다는 것을 의미한다.

또한, 우울에서 유의미한 차이가 난 것은 과다사용집단과 비과다사용집단 간의 차이에 의한 것이 아니라, 결혼유무에 따라서 우울에 차이가 발생한 것이라는 점이다. 따라서, t-test에서는 우울에서 집단간 차이가 있었지만 결혼을 공변인으로 설정하고 과다-비과다집단 간의 차이를 보니 그 효과가 사

라졌다. 마찬가지로 외로움에서 차이가 난 것은 과다사용집단과 비과다사용 집단 간의 차이에 의한 것이 아니라, 연령과 결혼유무에 따라서 외로움에 차이가 발생한 것이라는 점이다. 따라서, t-test에서는 외로움에서 집단 간 차이가 있었지만 연령과 결혼을 공변인으로 설정하고 과다-비과다집단 간의 차이를 보니 그 효과가 사라졌다. 마지막으로, 성인 ADHD에서 차이가 난 것은 과다사용집단과 비과다사용집단 간의 차이에 의한 것이 아니라, 연령과 교육수준에 따라서 성인 ADHD에 차이가 발생한다는 것이다. 즉, t-test에서는 성인 ADHD에서 집단 간 차이가 있었지만, 연령과 교육수준을 공변인으로 설정하고 과다-비과다집단 간의 차이를 보니 그 효과가 사라졌다.

정보검색 과다사용집단과 비과다사용집단 간의 심리적 특성의 차이를 알아본 결과 현실에서의 자기효능감을 제외한 심리적 변인들에서 과다사용집단이 비과다사용집단보다 평균점수가 높았다. 하지만, 우울과 가상공간에서의 자기효능감에서만 유의미한 차이를 보였는데, 이를 통해 우울하거나 가상공간에서의 자기효능감이 높은 사람들일수록 정보검색을 많이 한다는 것을 알 수 있다. 또한, 외로움과 성인 ADHD에서는 유의미한 차이를 보이지 않는 것으로 나타났는데, 이는 정보검색중독 하위유형집단이 비중독집단에 비해 성인 ADHD가 높게 나타난다는 선행연구(팽현기, 2002)와 일치하는 결과이다. 공변량분석 결과를 보면, 우울, 현실에서의 자기효능감, 가상공간에서의 자기효능감에서 유의미한 차이를 보였는데, 이는 성별에 따라서 우울에 영향을 미치고, 연령과 결혼유무에 따라서 외로움에 영향을 미치며, 성별에 따라 가상공간의 자기효능감에 영향을 미치는 것으로 알 수 있다. 즉, 성별에서는 두 집단 간의 차이가 크지는 않았지만 여자가 남자보다 조금 높은 비율을 보였기 때문에 우울하거나 가상공간에서의 자기효능감이 높을 때, 정보검색을 더 많이 하는 경향이 있다는 것을 알 수 있다. 따라서, 정보검색을 많이 사용하는 사람들은 그렇지 않은 사람들보다 우울과 가상공간에서의 자기효능감이 높고, 현실에서의 자기효능감이 낮다는 것을 알 수 있다.

다섯째, 중다회귀분석을 통해 인터넷 중독검사 결과에 영향을 미치는 변인들의 상대적 영향력을 살펴보았다.

인터넷쇼핑집단에서는 우울과 가상공간에서의 자기효능감이 인터넷 중독을 설명하는 변인으로 나타났다. 사이버관계집단에서는 우울, 가상공간에서의 자기효능감, 성인 ADHD가 인터넷 중독을 설명하는 변인으로 나타났는데, 이는 우울이 높은 사람들이 사이버관계 인터넷 중독에 빠질 가능성을 잘 예측해준다는 것을 알 수 있다. 이는 충동성이 인터넷 중독점수에 유의한 설명력을 갖고 있으며, 청소년의 인터넷 중독적 사용을 유의미하게 예측할 수 있는 요인으로 볼 수 있다는 윤숙진(2004)과 충동성이 클수록 인터넷 중독이 될 가능성이 증가한다는 신길순(2005)의 선행연구 결과와도 일치한다. 또한, 정보검색집단에서는 가상공간에서의 자기효능감과 우울, 외로움이 인터넷 중독을 설명하는 변인으로 나타났다. 특히, 가상공간에서의 자기효능감이 가장 높은 설명력을 보였으며, 우울과 외로움이 그 다음으로 설명력을 나타냈다. 즉, 정보검색집단에서의 가상공간에서의 자기효능감과 우울, 외로움이 높은 사람들이 정보검색 인터넷 중독에 빠질 가능성이 높을 것이라는 점을 알 수 있다. 이는 외로움 수준이 높은 사람이 인터넷에서 시간을 보내기 위한 동기를 더 많이 가지고 있으므로, 인터넷을 사용하는 시간이 더 많을수록 인터넷 사용의 문제행동을 더 많이 보일 수 있음을 시사한 전주연(2004)의 연구결과를 지지한다.

이러한 결과들로 미루어보아 인터넷 과다사용 하위유형 집단 간에는 다음과 같은 유사점과 차이점이 존재하는 것으로 보인다.

인구통계학적 변인들을 통제한 결과, 인터넷쇼핑 과다사용집단과 비과다사용집단 간에 유의미한 차이를 보이는 것은 성인 ADHD와 가상공간에서의

자기효능감이었으며, 사이버관계 과다사용집단과 비과다사용집단 간에는 가상공간에서의 자기효능감, 정보검색 과다사용집단과 비과다사용집단 간에는 우울, 현실에서의 자기효능감, 가상공간에서의 자기효능감이 유의미한 차이를 보였다. 따라서, 세 가지 유형별로 과다사용집단과 비과다사용집단 간에 유의미한 차이를 보이는 공통적인 변인은 가상공간에서의 자기효능감이었으며, 이는 인터넷을 과다사용하는 사람들은 하위유형에 따른 구분 없이 모두 가상공간에서의 자기효능감이 높은 사람들로 보여진다. 인터넷쇼핑 과다사용집단의 경우는 성인 ADHD가 확실히 높았고, 따라서 성인 ADHD는 인터넷쇼핑 과다사용집단을 특징적으로 나타내주는 변인으로 보여진다. 정보검색 과다사용집단은 우울이 높고 현실에서의 자기효능감이 낮았으며, 이러한 특성은 정보검색 과다사용집단을 특징짓는 것으로 보인다.

이상의 결과들을 적용하여 앞으로 인터넷 과다사용 하위유형별로 상담적인 접근을 시도할 때, 집단별 특수성을 고려하여 내담자를 이해하고 나아가 내담자의 특성에 맞는 상담전략을 구성할 수 있을 것이다.

2. 연구의 제한점 및 의의

본 연구의 제한점과 후속 연구에 대한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 결과는 상관관계에 기초한 것으로서 인과적으로 해석하는 데에는 제한이 따른다. 따라서, 어떤 사람들이 어떤 하위유형에 걸리기 쉬운가에 대해서는 추후에 인과적인 방법을 적용하여 연구를 수행해야 할 것이다.

둘째, 인터넷과다사용 하위유형에 해당하는 사람들을 선발하는 방법에 있

어서 사용시간을 근거로 하여 하위집단을 분류하였음에도 불구하고, 이들이 과연 특정유형의 인터넷과다사용 하위유형에 정확히 분류될 수 있는 사람들인지에 대해서는 의문이 남을 수 있다. 따라서, 하위집단 선발에 있어서 자기보고식 평가방법의 문제점을 보완할 수 있는 전문가의 평가나 심리검사 등을 보완해야 할 것으로 보인다.

셋째, 본 연구는 서울·경기 지역의 성인들을 대상으로 설문하였기 때문에 특정 지역의 성인들이 전체 성인들을 대변할 수는 없는 문제가 초래될 수 있다. 후속 연구에서는 보다 광범위한 지역에 거주하는 대상으로 연구의 결과를 반복 검증할 필요가 있다.

넷째, 직장인의 경우 회사에서의 업무를 위한 인터넷 사용을 제외하였지만, 자기보고의 방식을 선택하였기 때문에 업무를 위해 정보검색을 사용하는 시간이 포함되었을 가능성이 있다. 따라서, 직장인들을 대상으로 한다면 근무 시간과 근무 외 시간에 인터넷을 사용하는 시간과 종류를 제한할 필요가 있겠다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 다음과 같은 의의를 지닌다. 본 연구는 성인을 대상으로 한 기존의 연구가 미흡하다는 점을 감안할 때, 각 하위유형의 심리적 특성을 알아봄으로써, 성인에게 있어서 각각의 하위유형이 지닌 특수성을 파악하는 기초자료를 제공하고자 하였다. 그리고, 성인의 경우 특수하게 나타날 수 있는 심리적인 변인들을 밝혀냄으로써 성인들의 인터넷 사용 경향을 이해할 수 있을 것이며, 또한, 인터넷 과다사용집단을 밝힘으로써 상담 및 치료과정에서 인터넷 중독에 빠지는 성인들을 좀 더 쉽게 개입할 수 있을 것이며, 인터넷 중독이 되기 전에 과다사용집단인 사람들을 치료함으로써 점점 증가하고 있는 성인 인터넷 중독문제를 예방하는데도 효과적일 수 있겠다.

참 고 문 헌

- 권준모(2001). 온라인게임의 문제점 및 대응방안. 정보문화센터 주최 인터넷 대처방안 모색을 위한 전문가 포럼. 20-31.
- 김교현(2002). 심리학적 관점에서 본 중독. 한국심리학회지: 건강. 7(2), 159-179.
- 김기범, 김미희, 최상진(2001). 정서적 고독감과 인터넷 효능감이 온라인 커뮤니케이션 활동에 미치는 영향. 한국심리학회지: 여성. 6(2), 39-57.
- 김세영(2005). 중학생의 인터넷 중독 수준에 따른 인터넷 활용유형, 자기통제력, 자기조절학습능력 및 학업성취도의 차이. 석사학위논문 이화여자대학교 대학원.
- 김유정(2002). 청소년 인터넷 게임 중독 척도 개발 및 심리사회적 취약성 요인. 석사학위논문 아주대학교 대학원.
- 김정심(2007). 인터넷 활용유형에 따른 초등학생의 스트레스, 인터넷 사용에 대한 자기효능감, 자기통제력 및 인터넷 중독 간의 관계. 석사학위논문 전남대학교 교육대학원.
- 김종범(1999). 인터넷 중독의 하위집단의 특성연구. 석사학위논문 연세대학교 대학원.
- 김종범, 한종철(2001). 인터넷 중독 하위 집단의 특성 연구- 자존감, 공격성, 외로움, 우울을 중심으로- 한국심리학회지: 상담 및 심리치료. 13(2), 207-219.
- 김청택, 김동일, 박준규, 이수진(2002). 인터넷 중독 상담 및 예방프로그램 개발 연구. 서울: 한국정보문화센터.
- 류은정, 최귀순, 서정석, 남범우(2004). 청소년의 중독과 우울, 자살사고와의 관계 연구. 대한간호학회지. 34(1), 102-110.
- 박성길, 김창대(2003). 청소년 인터넷 과다사용의 위험요소 분석. 청소년상담연구. 11(1), 84-95.
- 백공주(2001). 게임중독과 우울 및 충동성의 상관성. 석사학위논문 고려대학교 교육대학원.
- 서문영(2005). 중, 고등학생의 인터넷 중독 관련 변인 연구. 석사학위논문

- 인제대학교 대학원.
- 서승연(2001). **일상적 스트레스, 몰두 성향, 사회적 지지와 병리적 인터넷 사용**. 석사학위논문 가톨릭대학교.
- 성영신(1999). **컴퓨터 사용의 심리적 욕구와 충족과정**. 사이버 공간의 심리. 서울: 박영사.
- 송원영(1998). **자기효능감과 자기통제력이 인터넷의 중독적 사용에 미치는 영향**. 석사학위논문 연세대학교 대학원.
- 신길순, 구자경(2005). **성인의 심리적 특성과 인터넷 중독과의 관계**. 상담학 연구. 6(4), 1151-1162.
- 안석(2000). **인터넷의 중독적 사용에 관한 연구: 서울소재 중학생 대상으로**. 석사학위논문 연세대학교 대학원.
- 유영달(2002). **인터넷 중독유형에 따른 청소년의 자아정체감, 우울, 충동성의 차이**. 석사학위논문 계명대학교 교육대학원.
- 윤숙진(2004). **중, 고교생의 충동성 및 자기효능감과 인터넷 사용 간의 관계 연구**. 석사학위논문 서울여자대학교 특수치료전문대학원.
- 윤재희(1998). **인터넷 중독과 우울, 충동성, 감각추구성향 및 대인관계의 연관성**. 석사학위논문 고려대학교 대학원.
- 오원이, 이순목, 반재천, 이형초, 최윤경, 이순영(2005). **성인 인터넷 중독 진단척도 개발연구**. 한국정보문화진흥원 중독예방사업 연구 결과.
- 위지희(2003). **주의력결핍 과잉행동장애와 인터넷 중독증의 관계 및 심리적인 특성 연구**. 석사학위논문 성신여자대학교 대학원.
- 이계원(2001). **청소년의 인터넷 중독에 관한 연구**. 박사학위논문 이화여자대학교 대학원.
- 이소영(2000). **게임의 중독적 사용이 청소년의 문제해결능력 및 의사소통에 미치는 영향**. 석사학위논문 고려대학교 대학원.
- 이수진, 홍세희, 박중규(2005). **청소년의 인터넷 중독과 개인적, 가족적 변인 간의 연구: 시간에 따른 변화와 상호 연관성**. 교육심리연구. 19(4), 1179-1197.
- 이은경(1999).
- 이은선(2006). **청소년기 우울증상과 인터넷 중독 및 사이버 비행의 관계**. 석사학위논문 숙명여자대학교 대학원.
- 이정숙(2004). **초등학생의 인터넷 과다사용과 공격성 및 충동성과의 관계**.

- 석사학위논문 공주대학교 교육대학원.
- 이정윤(2005). 인터넷 중독 하위유형에 따른 심리적 특성의 차이. 청소년학연구. 12(1), 43-61.
- 이현아(2004). 대학생의 인터넷 중독유형에 따른 특성과 인터넷 중독의 영향. 대한가정학회지. 42(3).
- 인터넷비즈니스(2006). 알코올 중독만큼 심각한 '성인 인터넷 중독.'
- 장혜련(2005). 장, 노년층의 자기통제감 및 우울감과 인터넷 중독과의 관계. 석사학위논문 숙명여자대학교 원격대학원.
- 전성경(2004). 청소년 인터넷 중독적사용의 하위집단별 대인관계 효능감과 사회적 지지 지각에 관한 연구. 석사학위논문 동의대학교 대학원.
- 전자신문(2006). 미국 인터넷 중독 심각.
- 전자신문(2003). 인터넷 중독 "청소년보다 성인이 더 심각."
- 전주연(2004). 외로움과 인터넷 사용의 문제행동과의 관계 -사회적 기술을 매개변인으로- 석사학위논문 연세대학교 대학원.
- 전효정(2006). 대학생의 인터넷 중독에 따른 애착유형과 심리적 특성. 청소년학연구. 13(3), 137-159.
- 조해연(2001). 청소년 인터넷 게임중독과 성격특성변인 연구. 석사학위논문 한양대학교 대학원.
- 최민정(2000). 인터넷의 중독적 사용과 우울감, 자기효능감 및 감각추구성향의 관계. 석사학위논문 중앙대학교.
- 팽현기(2002). 인터넷중독 청소년의 우울감, 충동성, 사회회피 및 불안에 관한 연구. 석사학위논문 영남대학교 대학원.
- 한국정보문화진흥원(2003). 인터넷 중독자가진단검사(K-척도)와 예방교육프로그램. 한국정보문화진흥원 인터넷 중독예방상담센터.
- 한국정보문화진흥원, 정보통신부(2006). 2005 인터넷중독 실태조사.
- 한상철(2003). 청소년의 인터넷 접촉 정도와 중독성향에 대한 조사. 한국심리학회지: 사회문제. 9(2), 19-39.
- 현대원, 김명준(2001). 인터넷 중독의 사회적 중요성 연구. 사이버 커뮤니케이션 학보. 8(2), 155-180.
- 홍경희(2002). 중학생들의 인터넷 과다사용과 가정환경과의 연관성에 관한 연구. 석사학위논문 부산대학교.

- American Psychiatric Association(1987). *DSM-III-R: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (3rd ed., revised). Washington, DC: APA.
- American Psychiatric Association(1994). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (4rd ed.). Washington, DC: APA.
- Barratt, E. S. & Patton, J. H.(1983). *Impulsivity: Cognitive, behavioral, and psychophysiological correlates*. In M. Zuckerman(Ed.), *Biological Bases of Sensation Seeking, Impulsivity, and Anxiety*. New Jersey: Earlaum.
- Brenner V(1997). *The results of an on-line survey for the thirty days*. Paper presented at the 105th Annual Meeting of the American Psychiatric Association, Chicago, Illinois. Cited from Griffiths M(1998). *Internet Addiction: does it exists? Psychology and the Internet* by Jayne Gackenbach, San Diego, Academic Press.
- Cramer, K. M., Ofofu, H. B., & Barry, J. E.(2000). *An abbreviated form of the social and emotional loneliness scale for adults(SELSA)*. Personality and Individual Difference, 28, 1125-1131.
- Goldberg I(1995). Internet Addiction. Electronic message posted to research discussion list.
<http://www.rider.edu/users/suler/psycyber/cybaddict.html>
- Griffiths M(1999). *Internet Addiction: Fact or Fiction?* Psychologist. 12: 246-280.
- Gunn. D. A. (1998). *Internet Addiction*. Project Presented to the University of Hertfordshire. UK. World Wide Web.
- Katz, J. L., & Aspden, P.(1997). *A nation of stranger?* Communications of the ACM, 40(12).
- Kraut, R, Patterson, Michael, Lundmark, V., Kiesler, Sara., Mukopadhyay, T., & Scherlis, W(1998). *Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being?* American psychologist, 53(9), 1017-1031.
- Lopez, A. D. Murray, C. C. J. L(1998). *The global burden of disease*.

- 1990–2020. *Nature medicine*, 4(11), 1241–1242.
- Morachan–Martin JM, Schumacker P(1997). *Incidence and correlates of pathological Internet use*. Paper presented at the 105th Annual Meeting of the American Psychiatric Association, Chicago, Illinois. Cited from Griffiths M(1998). *Internet Addiction: does it exist?* Psychology and the Internet by Jayne Gackenbach, San Diego, Academic Press.
- Stoll, C.(1995). *Silicon snake oil*. New York: Doubleday.
- Suler J(1996). *Computer and Cyberspace Addiction*. <http://www.rider.edu/users/suler/psycyber/cydaddict.html>
- Thompson S. (1996). *Internet connectivity: Addiction and dependency*. Unpublished Master's thesis, Pennsylvania State University, USA. Cited from Griffiths M(1998). *Internet Addiction: does it exist?* Psychology and the Internet by Jayne Gackenbach, San Diego, Academic Press.
- Turkle, S.(1996). *Virtuality and its discontents: searching for community in cyberspace*. *The American prospect*, 24, 50–57.
- Wallace, P. M (1999). *The Psychology of the Internet*. New York: Cambridge University Press.
- Young K. S. (1999). *Caught in the net*. New York, NY: John Wiley & Sons, Inc.
- Young(1998). *Internet Addiction: The Emergence of A New Clinical Disorder*. *Cyberpsychol Behav*. 1: 237–244.
- Young K. S. (1996). *Internet Addiction: The Emergence of A New Clinical Disorder*. Unpublished manuscript. [available on-line at <http://www.netaddiction.com>]

ABSTRACT

The Differences in Psychological Characteristics among subgroups of Internet Excessive Use Groups In Adults

Moon, Nayoung

Department of Psychology

The Graduate School of

Sungshin Women's University

The purpose of this study was to investigate the differences in psychological characteristics such as depression, loneliness, adult ADHD, self-efficacy in cyber-life and real-life situation among the subtypes of adult excessive internet use. The participants were 486 adults from twenties to fifties. Based on the hours to stay in each type of excessive internet use, they were categorized into one of the three subtypes internet shopping(n=125), cyber relationship(n=77), information seeking(n=100). In case of the groups of non-excessive use, they were as follows; the group of non-excessive use in internet shopping(n=199), the group of non-excessive use in cyber relationship(n=149), the group of non excessive use in information search(n=72).

The scale used in this study was internet addiction scale of the Young, CES-D depression scale, SEASA-S loneliness scale, adult ADHD scale, self-efficacy in real-life, self-efficacy in cyber-life.

Analysis of relation variable in search of the internet addiction, depression, loneliness, adult ADHD, self-efficacy in real-life, self-efficacy in cyber-life the result were as follows; search of internet addiction was positive correlation statically depression, loneliness, adult ADHD, self-efficacy in cyber-life and was negative correlation self-efficacy in real-life. Differences of internet addiction in subtypes, the differences were as follows; there are significant differences between the group of excessive use and non-excessive use in three subgroups.

Covariance analysis(ANCOVA) show that for checking the psychological difference of variable in excessive use of internet in subgroup, there were significant difference between the group of excessive use and non-excessive use in internet shopping. There were significant differences were self-efficacy in cyber-life between the group of excessive use and non excessive use and also there were significant difference in depression, self-efficacy in real-life and self-efficacy in cyber-life related group.

Multiple regression analysis show that in order to check variable which exercise its influence over internet addiction. The results was that depression, self-efficacy in cyber-life explained well their internet addiction and the power of explanation was in order of depression, self-efficacy in cyber-life, adult ADHD. And, the power of explanation was in order of self-efficacy in cyber-life, depression, loneliness in the group of information seeking.

Therefore, there are similarities and differences among subgroups of internet excessive use. Finally, the implications and the limitations of this study were discussed.

** key word: internet excessive use, subgroups of internet excessive use, depression, loneliness, adult ADHD, self-efficacy in real-life, self-efficacy in cyber-life*

부 록

1. Young의 인터넷 중독 척도
2. 우울 척도 (CES-D)
3. 외로움 척도 (SEASA-S)
4. 성인 ADHD 척도
5. 현실에서의 자기효능감 척도
6. 가상공간에서의 자기효능감 척도
7. 인구통계학적 변인
8. 인터넷 사용 질문지

설문지

안녕하십니까?

귀하의 소중한 시간을 내어주셔서 감사합니다.

본 설문지는 한국 성인의 인터넷 사용 및 그에 따른 심리적 특성을
알아보기 위한 것입니다.

귀하의 응답내용은 비밀이 철저히 보장되며, 익명으로 통계처리 되어
오직 연구의 목적으로만 사용됩니다.

한 문항도 빠뜨리지 말고, 솔직하게 응답해 주십시오.

귀하의 솔직한 응답은 한국 성인의 인터넷 사용 및 그에 따른 심리적
특성에 관한 연구에 중요한 자료로 사용될 것입니다.

본 연구에 도움을 주셔서 진심으로 감사드립니다.

성신여자대학교 대학원 심리학과
상담심리 연구실

지도교수 이 정 윤
석사과정 연구원 문 나 영

- 본 조사의 결과는 통계법 제 8조에 의거하여 비밀이 보장되며
통계목적 이외에는 사용되지 않습니다.

1. Young의 인터넷 중독 척도

다음은 인터넷 사용 정도에 관한 문항들입니다.

각 문항을 잘 읽고 현재 자신과 가장 가깝다고 생각되어지는 곳에 "O"표 해 주세요.

번호	문항	전혀 그렇 지 않다	드물 게 그렇 다	가끔 그렇 다	자주 그렇 다	항상 그렇 다
1	원래 마음먹은 생각보다 더 오랫동안 인터넷에 접속해 있었던 적이 있다.	1	2	3	4	5
2	인터넷 때문에 일을 소홀히 한 적이 있다.	1	2	3	4	5
3	이성 친구(또는 배우자)와의 친밀한 관계보다 인터넷에서 더 흥미를 느낀 적이 있다.	1	2	3	4	5
4	온라인상의 친구를 만들어 본 적이 있다.	1	2	3	4	5
5	온라인 접속시간 때문에 다른 사람에게 불평들을 적어 있다.	1	2	3	4	5
6	온라인 접속을 오래해서 일에 영향을 준 적이 있다.	1	2	3	4	5
7	해야 할 다른 일을 하기 전에 먼저 전자우편을 점검한 적이 있다.	1	2	3	4	5
8	인터넷 때문에 업무능률이나 생산성에 문제가 되었던 적이 있다.	1	2	3	4	5

9	누군가 인터넷에서 무엇을 했느냐고 물었을 때 숨기거나 변명으로 얼버무린 적이 있다.	1	2	3	4	5
10	인터넷에 대한 생각으로 인해 현재 생활상의 어려운 문제를 생각지 못했던 적이 있다.	1	2	3	4	5
11	인터넷 사용 후 다시 온라인에 접속할 때가 기다려진 적이 있다.	1	2	3	4	5
12	인터넷이 없는 생활이 따분하고 공허하며 재미없을까 봐 염려한 적이 있다.	1	2	3	4	5
13	온라인에 접속하는 중 방해받았을 때 소리를 지르거나 화를 낸 적이 있다.	1	2	3	4	5
14	밤늦게까지 접속해 있느라 잠을 못 잔 적이 있다.	1	2	3	4	5
15	오프라인 상태에서 인터넷에 정신이 팔려있거나 온라인에 접속해 있는 듯한 환상을 느낀 적이 있다.	1	2	3	4	5
16	온라인에 접속해 있을 때 “몇 분만 더” 하면서 시간을 허비한 적이 있다.	1	2	3	4	5
17	온라인 접속시간을 줄이려고 노력했지만 실패한 적이 있다.	1	2	3	4	5
18	온라인 접속시간을 줄이려고 숨기려 한 적이 있다.	1	2	3	4	5
19	다른 사람과 밖으로 외출하기보다 온라인에 머무르려고 접속한 적이 있다.	1	2	3	4	5
20	오프라인 상태일 때는 기분이 우울하고 신경이 날카로워졌다가 다시 온라인 상태로 오면 이런 감정이 모두 사라졌던 적이 있다.	1	2	3	4	5

2. 우울 척도 (CES-D)

다음은 여러분의 기분에 관한 질문입니다. 다음 문항을 읽고 지난주부터 오늘까지 자신의 상태를 가장 잘 나타냈다고 생각되는 항목을 한 가지를 골라 “O”표 해 주세요.

번호	문항	전혀 없었다	한두 번 있었다	많이 있었다	매일 있었다
1	평상시에는 아무렇지도 않던 일들이 귀찮게 느껴졌다.	1	2	3	4
2	입맛이 없었다.	1	2	3	4
3	가족이나 친구들을 만나보고 이야기도 했지만 계속 기분이 좋지 않았다.	1	2	3	4
4	나는 다른 사람들과 마찬가지로 착한 편이라고 생각한다.	1	2	3	4
5	내가 하는 일에 마음을 집중시키기 어려웠다.	1	2	3	4
6	기분이 우울했다.	1	2	3	4
7	내가 하고자 하는 일 모두가 어렵다고 느껴졌다.	1	2	3	4
8	나는 미래에 대하여 희망적으로 느꼈다.	1	2	3	4
9	내 인생은 실패였다고 생각한다.	1	2	3	4
10	두려움을 느꼈다.	1	2	3	4
11	잠을 시원하게 못 잤다.	1	2	3	4
12	행복한 편이었다.	1	2	3	4
13	평상시보다 대화를 적게 하였다.	1	2	3	4

14	외로움을 느꼈다.	1	2	3	4
15	사람들이 다정하지 못하다고 느꼈다.	1	2	3	4
16	생활을 즐겁게 느꼈다.	1	2	3	4
17	울었던 적이 있다.	1	2	3	4
18	슬픔을 느꼈다.	1	2	3	4
19	주위 사람들이 나를 싫어한다는 생각이 들었다.	1	2	3	4
20	무슨 일이든 제대로 할 수가 없었다.	1	2	3	4

3. 외로움 척도 (SEASA-S)

다음 문항을 읽고 각각의 문항들이 자신과 일치한다고 생각되는 곳에 "O" 표 해 주세요.

번호	문항	전혀 그렇지 않다	아니다	그렇지 않은 편이다	중간이다	그런 편이다	그렇다	매우 그렇다
1	나는 우리 가족에 소속감을 느낀다.	1	2	3	4	5	6	7
2	나는 내 마음 속에 있는 생각과 느낌을 공유할 수 있는 애인(또는 배우자)이 있다.	1	2	3	4	5	6	7
3	나는 정보가 필요할 때 찾아갈 친구(들)가 있다.	1	2	3	4	5	6	7
4	나는 내가 나의 가족의 일부분이라고 느낀다.	1	2	3	4	5	6	7
5	나는 나에게 필요한 지지와 격려를 해주는 애인(또는 배우자)가 있다.	1	2	3	4	5	6	7
6	나는 내 친구들에게 도움을 청할 수 있다.	1	2	3	4	5	6	7
7	내 가족은 진심으로 나에게 신경을 써 준다.	1	2	3	4	5	6	7

8	나는 친밀한 연애(또는 부부)관계에 있어서 충족되지 않는 욕구가 있다.	1	2	3	4	5	6	7
9	나는 나의 삶에 느껴지는 중압감에 대해 이야기 나눌 수 있는 친구(들)가 있다.	1	2	3	4	5	6	7
10	내 가족은 나에게 중요하다.	1	2	3	4	5	6	7
11	나는 나를 사랑하는 사람과 사랑을 하고 있다.	1	2	3	4	5	6	7
12	나는 내 견해를 공유할 수 있는 친구(들)가 있다.	1	2	3	4	5	6	7
13	나는 내 가족이 가깝게 느껴진다.	1	2	3	4	5	6	7
14	나는 나의 성적 욕구를 충족할 수 있는 대상이 있다.	1	2	3	4	5	6	7
15	나는 내가 행복하게 해 줄 수 있는 대상(애인 또는 배우자)이 있다.	1	2	3	4	5	6	7

4. 성인 ADHD 척도

다음의 문항을 잘 읽고 자신에게 해당한다고 생각되는 곳에 "O"표 해 주세요.

번호	문항	전혀 아니다	중간 이다	매우 그렇다
1	나는 초조해지는 때가 많다.	1	2	3
2	나는 가만히 있어야 할 때조차도 끊임없이 움직인다.	1	2	3
3	나는 쉽게 좌절한다.	1	2	3
4	나는 쉽게 짜증이 나고 화가 난다.	1	2	3
5	나는 여전히 짜증을 부리곤 한다.	1	2	3
6	나의 기분은 예측하기 힘들다.	1	2	3
7	나는 꼼지락대고 안절부절못하는 경향이 있다.	1	2	3
8	나는 쉽게 지루해진다.	1	2	3
9	나는 하고 나서 후회하는 말을 자주 한다.	1	2	3
10	나는 속도가 빠르고 자극적인 활동을 찾아낸다.	1	2	3
11	나는 한 장소에 있기보다는 여러 곳을 다니기 좋아한다.	1	2	3
12	나는 활동적인 일을 하는 것을 좋아한다.	1	2	3
13	나는 성미가 급하다.	1	2	3
14	나는 모험을 즐기고 때로는 무모하다.	1	2	3
15	나는 가만히 앉아 있는 것이 무척 힘들다.	1	2	3

16	나는 가만히 있어야 할 때조차도 끊임없이 움직인다.	1	2	3
17	나는 오랜 시간동안 가만히 앉아 있는 것이 무척 힘들다.	1	2	3
18	나는 한 자리에 오래 머물러 있는 것이 힘들다.	1	2	3
19	나는 조용하고 숙고하는 활동을 싫어한다.	1	2	3
20	나는 말할 때 생각을 하지 않고 말한다.	1	2	3
21	나는 미리 생각을 하지 않고 말한다.	1	2	3
22	나는 어떤 이야기를 무심결에 볼썽해버린다.	1	2	3
23	나는 뜻하지 않게 다른 사람들을 귀찮게 한다.	1	2	3

5. 현실에서의 자기효능감 척도

다음 문항들은 귀하가 바라본 자기 자신에 관한 질문입니다. 이상적인 자신이 아닌 실제 자신의 모습이나 생각에 해당하는 것으로, 자신과 가장 가까운 곳에 "0"표 해 주세요.

번호	문항	전혀 그렇지 않다	거의 그렇지 않다	보통이다	조금 그렇다	아주 그렇다
1	내가 바라는 것을 얻은 것은 대부분 내가 열심히 했기 때문이다.	1	2	3	4	5
2	나는 계획을 세운 것은 거의 해낸다고 확신한다.	1	2	3	4	5
3	나는 하려고 마음먹는 것은 거의 다 배울 자신이 있다.	1	2	3	4	5
4	내가 주로 성취한 것들은 전적으로 내가 능력이 있고 열심히 했기 때문에 가능했다.	1	2	3	4	5
5	나는 어려운 상황을 극복할 수 있는 능력이 있다.	1	2	3	4	5
6	나는 목표를 세우고 성취하는 것이 어렵기 때문에 거의 목표를 세우지 않는다.	1	2	3	4	5
7	경쟁상황에서는 성취하기가 더 어렵다.	1	2	3	4	5
8	종종 사람들은 운이 좋은 것만으로도 앞서나가곤 한다.	1	2	3	4	5

9	어떤 종류의 일이나 경쟁에서도 나는 내가 다른 사람에게 비해 얼마나 잘하는지 알고 싶다.	1	2	3	4	5
10	내가 하기 너무 어려운 일을 계속해서 하는 것은 쓸모 없는 것이다.	1	2	3	4	5
11	나는 대부분의 일에 대해 자신감이 있을 때라도, 다른 사람들과 일을 함께할 때에는 어려운 상황을 조절하는 능력은 부족한 것 같다.	1	2	3	4	5
12	나는 친구를 사귀고 유지하는데 별 어려움이 없다.	1	2	3	4	5
13	나는 다른 여러 사람들과 친밀한 관계를 형성하곤 한다.	1	2	3	4	5
14	나는 주로 내 마음에 드는 사람과 친밀한 관계를 형성하곤 한다.	1	2	3	4	5
15	누군가 나에게 관한 질문을 하면 나는 종종 내가 말하고 싶은 방향으로 질문하도록 유도하고, 말하고 싶지 않은 것들은 피해가도록 조절할 수 있다.	1	2	3	4	5
16	내가 나의 일로 세운 계획에 다른 사람의 도움을 청하여 필요한 도움을 받는 것은 어려운 일이다.	1	2	3	4	5
17	내가 만나고자 하는 사람이 있을 때 나는 대개 그렇게 할 수 있다.	1	2	3	4	5
18	나는 종종 나의 의견을 다른 사람들에게 전달하여 이해시키는 것이 어려울 때가 있다.	1	2	3	4	5
19	의견의 불일치를 조절하려고 할 때 나는 종종 이를 더 악화시키곤 한다.	1	2	3	4	5
20	나는 대부분의 집단 상황에서 중요한 역할을 쉽게 맡을 수 있다.	1	2	3	4	5

6. 가상공간에서의 자기효능감 척도

다음 문항들은 가상공간에서의 자기 자신에 대한 질문입니다. 이상적인 자신이 아닌 가상공간에서 실제 자신의 모습이나 생각에 해당하는 것으로 자신과 가장 가까운 곳에 "0"표 해 주세요.

번호	문항	전혀 그렇지 않다	거의 그렇지 않다	보통이다	조금 그렇다	아주 그렇다
1	직장이나 가정에서 나는 대부분의 다른 사람들보다 인터넷을 더 잘 사용하는 것 같다.	1	2	3	4	5
2	나는 일을 하는데 충분할 만큼 인터넷을 알고 있다.	1	2	3	4	5
3	나는 다른 사람에 비해, 인터넷에 대해 더 많이 알고 있다.	1	2	3	4	5
4	나는 가능한 한 인터넷을 많이 이용한다.	1	2	3	4	5
5	일반적으로 인터넷을 사용하면 일을 더 쉽게 할 수 있다.	1	2	3	4	5
6	인터넷의 사용방법을 알면 일을 더 잘 할 수 있다.	1	2	3	4	5
7	인터넷을 이용하여 일하면 원하는 양의 공부나 일을 정시에 끝마칠 수 있다.	1	2	3	4	5
8	나는 인터넷을 사용하여 일이나 공부를 하면 더 많은 효과를 낼 수 있다고 믿는다.	1	2	3	4	5

9	인터넷을 사용하는 것은 내가 일에 있어서 목표를 달성하는데 유용하다.	1	2	3	4	5
10	인터넷 사용방법을 다른 사람에게 자신 있게 가르쳐 줄 수 있다.	1	2	3	4	5
11	나는 인터넷상에서 혼자 할 수 있는 일은 잘하지만, 다른 사용자와 함께 해야 하는 일에는 어려움을 느낀다.	1	2	3	4	5
12	나는 인터넷 상에서 친구를 사귀고 유지하는데 별 어려움이 없다.	1	2	3	4	5
13	나는 채팅을 하면 다른 여러 사람들과의 대화를 주도해 나가는데 능숙하지 못하다.	1	2	3	4	5
14	나는 인터넷에서 주로 내 마음에 드는 사람과 친밀한 관계를 형성하곤 한다.	1	2	3	4	5
15	인터넷에서 누군가 나에게 대한 질문을 하면 나는 종종 내가 말하고 싶은 방향으로 질문하도록 유도하고 말하고 싶지 않은 것들은 피해가도록 조절할 수 있다.	1	2	3	4	5
16	내가 나의 일로 계획을 세웠을 때, 인터넷을 사용하는 다른 사람에게 도움을 청하여 필요한 도움을 받는 것은 어려운 일이다.	1	2	3	4	5
17	내가 인터넷을 통해 만나고자 하는 사람이 있을 때 나는 대개 그렇게 할 수 있다.	1	2	3	4	5
18	나는 인터넷을 하는 다른 사람들에게 나의 의견을 전달하여 이해시키는 것이 어려울 때가 있다.	1	2	3	4	5
19	인터넷상에서 의견의 불일치를 조절하려고 할 때 나는 종종 이를 더 악화시키곤 한다.	1	2	3	4	5
20	나는 인터넷 내의 집단 활동에서 중요한 역할을 쉽게 맡을 수 있다.	1	2	3	4	5

7. 인구통계학적 변인

※ 다음은 귀하의 일반적인 사항에 대한 질문입니다.
모든 정보는 비밀이 보장되오니, 해당하는 곳에 0표해 주시기 바랍니다.

1. 귀하의 연령은 어떻게 되십니까?
1) 20~29세 2) 30~39세 3) 40~49세 4) 50세 이상

2. 귀하의 성별은 무엇입니까? 남자 () 여자 ()

3. 귀하의 최종학력은 어떻게 되십니까?
1) 고졸 미만 2) 고졸 3) 전문대졸 4) 대졸 5) 대학원 이상

4. 귀하는 직장이 있으십니까? 있으시다면, 근무형태는 어떻게 되십니까?
1) 없음 2) 파트타임(part-time) 근무 3) 전일제(full-time) 근무

5. 귀하의 결혼여부는 어떻게 되십니까?
1) 기혼 () 2) 미혼 ()

8. 인터넷 사용 질문지

※ 다음은 귀하의 인터넷 사용경향에 대한 질문입니다.
한글 등 워드프로세서, 엑셀 등의 프로그램 사용은 포함되지 않으며,
해당하는 곳에 0표해 주시기 바랍니다.

1. 귀하의 인터넷 사용경력은 어떻게 되십니까?

- 1) 1년 이상~ 2년 미만 2) 2년 이상~ 3년 미만
3) 3년 이상~ 4년 미만 4) 4년 이상~ 5년 미만 5) 5년 이상

2. 귀하가 인터넷을 주로 이용하시는 장소는 어디입니까?

- 1) 집 2) 회사 3) PC방 4) 기타

3. 귀하는 인터넷을 얼마나 자주 사용하십니까?

- 1) 전혀 사용하지 않는다. 2) 1주일에 1~2회 3) 1주일에 3~4회
4) 1주일에 5~6회 5) 매일

4. 다음은 사람들이 주로 인터넷을 사용하는 용도입니다.

귀하께서는 아래와 같은 용도로 인터넷을 얼마나 사용하시는지 하루 평균 사용시간을 적어주십시오.

1) 사이버 관계(채팅, 싸이월드, 메신저 등) ()시간 ()분

2) 정보검색(인터넷 신문 또는 뉴스, 웹서핑 등, 관심자료 검색)
()시간 ()분

3) 게임 ()시간 ()분

4) 성인사이트 ()시간 ()분

5) 인터넷쇼핑 ()시간 ()분

6) 경매, 도박 ()시간 ()분

7) 기타 ()시간 ()분

감사의 글

논문을 마무리하면서 대학원에서의 2년 동안의 시간들을 모두 추억으로 담아두려 합니다. 제 인생에서 가장 소중하고 빛났던 시간들이었기에 그 시간들이 더 값지고 의미 있게 다가옵니다.

대학원 과정 동안 제 든든한 조력자가 되어주셨던 이정윤 교수님, 바쁘신 와중에도 세심한 논문지도를 해주신 김정규 교수님, 이옥경 교수님, 특성화 사업을 통해 가르침을 주신 채규만 교수님, 장재운 교수님 감사드립니다.

논문과정에 있어서 설문조사를 도와주신 지연언니와 형부, 정화언니, 선영, 지혜, 정미, 민영, 은지, 부모님의 지인분들과 통계방법에 대해 함께 고민해주신 민지언니, 승하, 종은, 그리고 은이, 격려해주며 도움을 준 상아, 지현, 선화 및 상담랩 후배들, 정말 감사합니다.

대학원 생활 동안 소중한 추억들을 공유하며 마음을 나눈 동기들...
혜정언니, 영숙언니, 희성언니, 희정언니, 희진, 지은, 모두 고맙습니다.

항상 힘이 되어주었던 후배님들...
묘정, 현욱, 현아, 진영, 주희, 지은언니, 경희, 은경, 진희, 은영, 모두 감사합니다.

밝은 웃음으로 마음 편안하게 해 주었던 신희, 미현, 유미 조교, 고맙습니다.
그리고, 성신에서 만난 특별한 인연 윤미언니, 윤아에게도 감사한 마음을 전합니다.

존재하는 것만으로도 삶의 의미를 주는 내 소중한 친구들...
혜림, 세진, 연경, 애경, 지은, 영희 그리고 희연이, 사랑합니다.

논문 때문에 바쁜 일정으로 인턴 생활을 제대로 수행하지 못하고 있는 저에게 너그러움을 보여주시는 한국심리검사연구소 연구개발팀의 김은주 선임연구원님과 이진선 연구원에게 특별한 감사의 마음을 전합니다. 그리고, 든든한 후원자가 되어주셨던 이태승 박사님께도 감사드립니다.

마지막으로, 세상에서 가장 소중하고 사랑하는 부모님, 존경합니다.

대학원 생활 동안 배우고, 경험했던 자원들이 앞으로 저의 삶에 길을 제시해 줄 것이라고 믿으며, 그동안 제가 받았던 관심과 배려에 다시 한 번 감사드립니다.

감사의 마음을 미처 전하지 못한 지인들께도 지면을 빌어 감사하단 말씀을 전합니다.

2007. 7월

문 나 영 드림