

김 정 규 교수지도

석사학위청구논문

청소년의 부모 애착이
인터넷 중독에 미치는 영향
- 정서조절능력의 매개효과 -

2012

성신여자대학교 대학원

심 리 학 과

김 서 현

청소년의 부모 애착이
인터넷 중독에 미치는 영향
- 정서조절능력의 매개효과 -

김 정 규 교수지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2011년 11월

성신여자대학교 대학원

심 리 학 과

김 서 현

인 준 서

김서현의 석사학위 논문으로 인준함.

심사위원 _____ 인

심사위원 _____ 인

심사위원 _____ 인

성신여자대학교 대학원

논문개요

본 연구는 청소년의 부모 애착이 인터넷 중독에 미치는 영향을 살펴보고 이 관계에서 정서조절능력의 매개효과를 검증하고자 하였다. 이를 위해 정서조절능력이 부모 애착과 인터넷 중독의 관계를 매개할 것이라고 가설을 설정하였다. 서울 및 경기 소재의 중학교와 고등학교에 재학 중인 남, 여학생 총 500명을 대상으로 애착 척도, 인터넷 중독 척도, 정서조절능력 척도로 구성된 질문지를 배부하여 자료를 수집하였다. 수집된 자료는 SPSS 18.0.0과 AMOS 18.0.0을 사용하여 분석하였다. 본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 부모 애착은 정서조절능력과 정적 상관관계를 가지고 있었으며 인터넷 중독과는 부적 상관관계를 가지고 있었다. 정서조절능력과 인터넷 중독 역시 부적 상관관계를 나타냈다. 이러한 결과를 통해 부모와의 높은 애착 수준이 높은 정서조절능력, 낮은 인터넷 중독 수준과 관련되어 있음을 알 수 있다.

둘째, 청소년의 부모 애착과 인터넷 중독의 관계에서 정서조절능력의 매개효과를 알아본 결과, 정서조절능력은 부모 애착과 인터넷 중독의 관계에서 완전매개 효과를 가지고 있는 것으로 나타났다. 따라서 부모 애착은 청소년의 인터넷 중독에 직접적인 영향을 주지는 않지만 정서조절능력을 매개로 하여 간접적인 영향을 주고 있음을 알 수 있겠다.

마지막으로 본 연구의 의의와 한계 및 후속연구에서의 제안을 논의하였다.

주요어 : 애착, 인터넷 중독, 정서조절, 청소년, 매개효과

목 차

논문개요

I. 서 론

- 1. 연구의 필요성 및 목적 1
- 2. 연구문제 6

II. 이론적 배경

- 1. 애착 7
 - 1) 애착의 개념 7
 - 2) 애착의 유형 8
 - 3) 청소년의 애착 10
- 2. 인터넷 중독 12
 - 1) 인터넷 중독의 개념 12
 - 2) 인터넷 중독의 진단기준 14
 - 3) 인터넷 중독의 유형 17
- 3. 정서조절 19
- 4. 애착, 정서조절, 인터넷 중독의 관계 22

III. 연구 방법

- 1. 연구 설계 26
- 2. 연구 대상 27
- 3. 측정도구 28
 - 1) 애착 척도 28
 - 2) 인터넷 중독 척도 29
 - 3) 정서조절능력 척도 30

4) 인구학적 변인 및 인터넷 사용에 대한 질문지	31
4. 분석 방법	32

IV. 연구 결과

1. 주요 변인의 기술통계	33
2. 주요 변인간의 상관관계	34
3. 부모 애착이 인터넷 중독에 미치는 영향에 대한 정서조절능력의 매개효과	37
1) 모형 비교와 적합도	37
2) 모형에 나타난 경로계수와 매개효과	40
3) 직접효과와 간접효과	42

V. 논의 및 제언

1. 결과 논의	43
2. 연구의 제한점 및 제언	47

참고문헌

ABSTRACT

부록

표 목 차

<표 1> 인구통계학적 특성 및 인터넷 사용 현황	27
<표 2> 부모 애착 척도의 하위 구성 요인	29
<표 3> 인터넷 중독 척도의 하위 구성 요인	30
<표 4> 정서 조절 능력의 하위 구성 요인	31
<표 5> 연구 변인들의 기술 통계	33
<표 6> 각 변인 간 상관관계	36
<표 7> 완전매개모형과 부분매개모형의 적합도	39
<표 8> 모형 경로 검증 결과	40
<표 9> 주요 변인들의 직접효과, 간접효과, 총 효과	42

그림 목 차

<그림 1> 부모 애착, 정서조절, 인터넷 중독의 관계 모형	26
<그림 2> 연구 모형	38
<그림 3> 경쟁 모형	38
<그림 4> 애착, 정서조절능력, 인터넷 중독의 표준화 경로계수	41

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

세계보건기구(WHO)의 정의에 따르면 중독(addiction)이란, 자연 혹은 인공적인 약물의 반복적인 사용으로 야기되는 일시적 혹은 만성적인 중독 상태를 의미한다. 다시 말해 약물의 투여가 관여된 경우에만 중독이라는 용어가 적용되었다. 하지만 최근 들어 물질이 개입되지 않는, 특정한 행위에 대하여 내성과 금단증상을 나타내는 행위중독으로 관심이 기울여지고 있다. 인터넷 중독 역시 이러한 행위중독이라 할 수 있겠다.

인터넷 중독에 대한 관심은 1995년 이후로 시작되었으며 ‘인터넷 중독 장애(Internet Addiction Disorder: IAD)’라는 용어를 최초로 사용한 Goldberg(1996)는 개념적인 진단 준거를 만들어 병리적 강박적 인터넷 사용에 대한 학술적 연구의 필요성을 제기하였다. Young(1996)은 DSM-IV의 ‘병적 도박’의 진단 기준을 원용하여 인터넷에 대한 강박적인 사고, 내성과 금단, 의도한 것 이상의 과도한 인터넷 사용, 지속적인 욕구, 다른 활동에서의 흥미 감소, 과도한 인터넷 사용으로 인한 부정적인 결과에의 무시 등을 인터넷 중독의 진단 기준으로 삼았다. 더불어 Young은 인터넷 중독은 자기조절의 장애이며 DSM-IV의 달리 분류되지 않는 충동조절장애에 포함시켜야 한다고 주장하였다.

우리나라에서도 인터넷 사용이 보편화 되면서 중독 증세를 보이는 인터넷 사용자들이 상당수 존재한다. 그 중에서도 청소년의 인터넷 중독률은 다른 연령에 비해 높은 수치를 보인다. 한국정보문화진흥원의 인터넷 중독 실태 조사 보고에 따르면 고 위험군을 포함한 청소년의 인터넷 중독률은 2010년에 12.4%로 나타났다. 이 수치는 2008년(14.3%)과 2009년(12.8%)에 비해서

감소된 수치이기는 하지만 전체 인터넷 중독률(8%)과 성인의 인터넷 중독률(5.8%)에 비해 높다 할 수 있다.

이러한 인터넷 중독은 심각한 문제를 가져올 수 있다. 인터넷 중독자들은 할동안 인터넷을 사용하지 않으면 우울하거나 초조함, 답답한 기분을 느끼게 되는 의존 증상과 컴퓨터를 끄고 빠져나오기가 힘들며 오래 있어도 작업효율이 떨어지는 내성현상, 알코올 중독 환자가 술이 떨어졌을 때 손을 떨거나 극도의 불안, 초조에 시달리는 것과 같이 인터넷을 하고 있지 않으면 초조하고 불안해하는 금단현상을 경험하게 된다. 밤을 새워 인터넷을 사용하므로 일상생활주기(circadian rhythm)가 교란되며, 만성피로감, 눈의 피로, 시력저하, 근 골격 장애가 오는 등 신체적 증상에 대한 호소를 하게 된다. 또한 불규칙한 식사로 인한 영양실조, 혹은 운동 부족과 과식으로 인한 체중증가, 혈압상승, 심장마비, 돌연사 등이 초래된다. 인터넷을 장시간 사용 시, 생길 수 있는 여러 증상의 복합적 증후군인 'VDT(Visual Display Terminals)증후군'이 나타나기도 한다(한국정보문화진흥원, 2006). 이밖에도 전기 및 통신 요금에 대한 부담과 인터넷 과다 사용으로 인한 가족 간의 갈등, 친구관계의 어려움 등을 겪을 수 있다. Young 역시, 지나친 인터넷 사용 결과로 학생들이 결석, 성적부진 등을 겪게 되어 일상생활에 어려움을 초래할 수 있다고 경고하였다. 실제로 과다한 인터넷 사용은 지각, 조퇴 결석, 잦은 PC방 출입, 학업부진, 가족 간의 갈등으로 이어지게 된다. 또한 대인관계 역시 원활하지 못하고 가상세계와 현실세계를 구분하지 못하고 착각하게 되기도 한다.

이렇듯 인터넷 중독은 청소년에게 있어 심각한 문제라 할 수 있으며 인터넷 중독에 영향을 주는 변인에 대해 밝혀내고 이를 인터넷 중독의 예방 및 치료에 활용 하는 것은 매우 중요한 일이라 할 수 있다. 본 연구는 청소년의 인터넷 중독에 영향을 주는 변인으로 애착에 대해 살펴볼 것이다.

애착이란 Bowlby(1958)가 영아와 양육자간의 관계를 설명하면서 최초로 사용한 개념으로서, Bowlby는 애착을 가까운 사람과 연결되게 하는

강렬하고도 지속적인 정서적 결속이라고 정의하였다. 생애 초기 부모와의 정서적 유대관계는 위협으로부터 자신을 보호하게 하고 이러한 정서적 경험을 통해 그 후의 감정과 행동 간의 연속성의 가장 중요한 원천인 애착을 형성하게 한다(Bowlby, 1969, 1982; Bretherton, 1990; Izard, Haynes, Chisholm & Baak, 1991). 이러한 애착은 영아기와 아동기를 넘어 전 생애 동안 지속되는 중요한 개념으로서(장휘숙, 1997) 심리적 안녕감과 밀접한 관련이 있다.

부모 자녀간의 애착은 그 이후 타인들과의 관계를 통해 변화할 수 있다는 것이 일반적이며 더욱이 청소년기의 경우 또래와의 애착관계가 중요해지는 시기이지만 타인과의 애착 형성의 기본이 되는 것은 부모와의 애착이며 어린 시절 부모와 안정된 애착은 청소년의 발달에 큰 영향을 미친다.

선행 연구를 통해 안정애착은 사회적 유능성, 정서적 적응, 자아존중감, 신체적 건강 등 여러 측면에서 행복한 삶을 촉진하는 요인으로 밝혀지고 있다(Allen, Bell, & Boykin, 1994; Kobak, Cole, Ferenz-Gillies, & Fleming, 1993; Onishi & Gierde, 1994). 반면에 불안정 애착은 우울(Kobak & Sceery, 1988; Collins & Reed, 1990; Robert, Gotlib, & Kassel, 1996), 불안(신노라 등, 2004), 낮은 자기효능감(신노라 등, 2004), 낮은 심리적 안녕감(김정문, 2010) 등과 관련이 되어 있다고 밝혀졌다.

애착과 인터넷 중독을 함께 다룬 연구들을 살펴보면 다음과 같다. 애착 유형과 인터넷 중독 간의 관계를 규명한 연구(최명구, 2003; 김한규, 2005; 정다운, 2010)를 통해 거부형, 공포형 등의 불안정 애착과 인터넷 중독 간에 높은 상관성이 있음을 알 수 있다. 애착 정도가 인터넷 중독에 미치는 영향에 대한 연구를 살펴본 목점선(2004)의 연구를 통해 부모 애착은 인터넷 중독에 직접적인 경로는 아니나 간접적인 경로를 통해 영향을 주었으며 또래애착은 청소년의 인터넷 중독에 직접적인 영향을 미침을 알 수 있었다. 인터넷 중독의 하위 유형인 게임 중독에 부모 자녀 애착이 미치는 영향을 살펴본 노지정(2008)의 연구는 낮은 부모 자녀 애착이 청소년의 게임중독을 유의하게

예측하는 것으로 나타났다. 박경숙(2005)의 연구에서는 부모애착과 또래애착 모두 인터넷 중독을 감소시키는 역할을 하지 않으며 학교 애착의 정도가 높을수록 인터넷 중독이 감소한다고 보고하였다. 이처럼 인터넷 중독에 영향을 미치는 변인으로서 애착에 대한 연구들이 존재하지만 각각의 연구들이 일관된 결론을 도출해내고 있지는 않다. 따라서 본 연구에서는 애착이 인터넷 중독에 미치는 영향에 대해 알아봄으로서 애착과 인터넷 중독 간의 관계를 명확히 하고자 한다.

또한 본 연구에서는 애착과 인터넷 중독 사이의 관계에서 정서조절능력의 매개효과를 검증할 것이다. 매개변인 및 중재변인을 찾는 연구는 발달정신병리학적 관점에서 볼 때, 보호요인과 위험요인을 탐색하는 것으로 해석할 수 있다(신지옥, 2006에서 재인용). 치료적 개입의 일환으로 청소년의 부모와의 애착관계를 향상 시키는 것은 쉽지 않은 작업이다. 그렇기 때문에 청소년의 부모 애착이 개인의 어떠한 심리적 특성에 영향을 주어 인터넷 중독으로 이르게 되는지를 밝혀내는 것은 청소년의 인터넷 중독 예방 및 치료적 개입에서 매우 중요하다 할 수 있겠다.

본 연구에서는 애착과 인터넷 중독 사이의 관계에서 정서조절능력이 매개변인으로 작용할 것이라 가정하였는데, 정서조절에 대한 정의는 연구자들마다 다양하지만 Gottman과 Katz(1989)는 정서조절을 인식된 자신의 감정을 적절하게 처리하고 변화시킬 수 있는 능력으로 보고, 분노의 조절, 절제, 인내심 등이 포함된다고 하였다. 더불어 자신의 감정과 정서를 조절할 수 있는 능력은 (1) 강렬한 긍정적 또는 부정적 감정과 연관되는 부적절한 행동을 하지 않는 능력, (2) 스스로 진정하는 능력, (3) 주의집중을 하기 위해 감정 상태를 사용하는 능력, (4) 중요한 목표를 달성하기 위해서 감정, 생각, 행동을 조화시키는 능력, (5) 타인의 느낌과 행동에 영향을 주기 위하여 감정을 사용하는 능력, (6) 사회와 문화에서 허용하는 방법으로 정서를 표출하는 능력으로 구성된다고 하였다. 애착이 주 양육자와의 정서적 유대임을 생각해

볼 때, 한 개인이 생애 초기의 애착관계를 통해 습득할 수 있는 것 중 가장 중요한 부분은 자신의 정서를 인식하고 조절하는 것이라 할 수 있다(Cassidy, 1994; Hazan et al, 2004).

정서조절능력을 포함하는 정서지능과 인터넷 중독에 대한 연구들을 살펴보면 인터넷 중독된 청소년들이 그렇지 않은 청소년에 비해 정서 지능의 하위 요인 중 정서인식, 정서표현, 정서조절, 정서활용능력이 낮다는 연구결과(이만제, 2009)와 정서조절이 안될수록 높은 인터넷 중독 경향성을 나타낸다는 연구결과(김명숙, 2007)를 통하여 인터넷 중독에서 정서조절이 매우 중요한 역할을 함을 알 수 있겠다.

이에 본 연구에서는 애착과 인터넷 중독 간의 관계에서 정서조절능력의 매개효과를 검증함으로써 청소년의 인터넷 중독 예방 및 치료를 위한 프로그램 개발 및 접근방법에 기초 자료를 제공하고자 한다.

2. 연구 문제 및 가설

연구의 필요성과 목적을 위하여 다음과 같은 연구 문제 및 가설을 설정하였다.

연구문제 1. 부모 애착, 인터넷 중독, 정서조절능력 간의 상관관계는 어떠한가?

가설 1. 부모 애착은 정서조절능력과 정적인 상관이 있을 것이다.

가설 2. 부모 애착은 인터넷 중독과 부적의 상관이 있을 것이다.

가설 3. 정서조절능력은 인터넷 중독과 부적의 상관이 있을 것이다.

연구문제 2. 부모 애착과 인터넷 중독의 관계에서 정서조절능력의 매개효과는 어떠한가?

가설 4. 부모 애착은 정서조절능력을 매개로 하여 인터넷 중독에 영향을 미칠 것이다.

II. 이론적 배경

1. 애착

1) 애착의 개념

애착(attachment)이란, 한 개인이 자신과 가장 가까운 사람에 대해서 느끼는 강하고 지속적인 정서적 유대관계를 말한다(Bowlby, 1958). 생애 초기 부모와의 정서적 유대관계는 위협으로부터 자신을 보호하게 하고 이러한 정서적 경험을 통해 그 후의 감정과 행동 간의 연속성의 가장 중요한 원천인 애착을 형성하게 한다(Bowlby, 1969, 1982; Bretherton, 1990; Izard, Haynes, Chisholm & Baak, 1991). 생애초기에 형성된 애착은 전 생애를 거쳐 지속되며, 아동기를 거쳐 청소년기, 성년기, 노년기까지 인간의 성장과 발달에 중요한 영향을 끼치게 된다.

Bowlby(1982)에 의하면 인간은 애착대상과의 반복되는 상호작용경험을 통해 자기, 타인, 자기와 타인과의 관계에 대한 인지적 표상들을 발달시키는데 이를 내적 작동 모델(internal working model)이라 한다. 개인은 내적 작동 모델에 근거하여 애착대상의 행동을 해석하고 예측한다. 일단 형성된 애착은 새로운 상황에 부딪치면 내적 실행 모델의 중재를 통해 이미 갖고 있던 모델을 재조정하거나 수정하여 현실에 적응하게 되므로 애착은 지속성뿐만 아니라 변화가능성도 가지고 있다고 할 수 있다. 또한 애착대상도 아동이 성장함에 따라 부모에게서 친구로, 또 애인과 배우자로 점차 바뀌어간다.

애착의 형성 과정에 대해서는 이론마다 다르게 설명하고 있는데 먼저 정신분석적 이론을 살펴보면 Freud는 어린 영아를 대상을 빨고 우물거리는 것으로 만족을 끌어내는 구강적 창조물이라 정의하며 영아는 구강적 즐거움을 제공하는 사람에게 애착한다고 하였다. Erick Erickson 역시 어머니가 음식을 주는 것이 영아 애착의 강도와 안정성에 영향을 미친다고 믿었다. 그러나

자녀의 욕구에 대한 어머니의 전반적인 반응성이 음식을 주는 것 자체보다도 더욱 중요하다고 주장했다. Erickson에 따르면 영아의 모든 욕구에 일관되게 반응하는 양육자는 타인에 대한 신뢰를 육성하지만 무반응적이고 일관적이지 못한 양육자는 불신감을 낳는다 하였다.

학습 이론가들은 영아가 음식을 주고 그들의 욕구를 만족시키는 사람에게 애착한다고 가정하였다. 음식은 아기에 대한 양육자의 애정을 증가시키는 미소나 웅얼거림과 같은 영아의 긍정적인 반응을 유발시키며, 어머니는 영아에게 음식을 주면서 음식, 따뜻함, 부드러운 접촉, 부드럽고 안심이 되는 말들, 장면 변화, 필요한 경우에는 마른 기저귀와 같은 많은 편안함들을 한 자리에서 한꺼번에 제공하는데 학습이론에서는 이러한 이유로 음식을 주는 것이 애착형성에서 중요하다고 주장한다.

인지발달이론에서는 애착을 형성하는 능력이 부분적으로 영아의 지적 발달 수준에 달려있다고 제안하였다. 특히 친숙한 동료들이 영속성을 가졌음을 인식하는 대상영속성의 개념을 이해하는 것이 애착 형성에 중요한 역할을 한다고 하였다.

마지막으로 동물 행동학 이론에서는 애착에 대해 진화론적 뉘앙스가 있는 설명을 제시하였는데 동물행동학적 접근의 주요 가정은 인간을 포함한 모든 종은 진화과정에서 어떤 식으로든 종의 생존에 기여했던 수많은 타고난 행동경향성을 가지고 태어난다는 것이다. 다시 말해 주 양육자에 대한 유아의 애착행동은 유아의 생존을 위해 자연스럽게 불가피하게 진화되어 형성된 것이라 가정하였다(Shaffer, 2005).

2) 애착의 유형

대부분의 영아들은 양육자와의 애착관계를 형성하지만 실질적으로 모든 영아가 양육자와 형성하는 애착관계는 질적인 면에서 아주 다르다. 어떤 영아들은 양육자의 주변에서 매우 안전하고 이완된 반면, 다른 영아들은 다음에 어떤 일

이 일어날지에 대해 불안하고 확신 없는 모습을 보인다.

Ainsworth는 낯선 상황에서 어머니와 영아가 격리되었다가 다시 만날 때 보이는 반응을 관찰하는 실험을 통해 애착의 질을 네 가지로 분류하였다 (Shaffer, 2005).

(1) 안전 애착 : 안전하게 애착된 영아는 어머니와 함께 있는 동안 적극적으로 탐색하고 분리되면 눈에 띄게 혼란스러워 질 수 있다. 영아는 어머니가 돌아왔을 때, 어머니를 따뜻하게 맞이하고, 만일 심하게 스트레스를 받았다면 어머니와 신체적 접촉을 하려 하는데, 이것은 스트레스를 완화하려는데 도움을 준다. 영아는 어머니가 있으면 낯선 사람들과 잘 지낸다.

(2) 저항 애착 : 저항애착을 보이는 아동은 어머니 가까이에 머물려고 하지 않지만 어머니가 있을 때 거의 탐색하지 않는다. 이들은 어머니가 떠나면 매우 스트레스를 받지만 어머니가 돌아왔을 때, 영아들의 감정은 양가적이다. 비록 자신을 남겨둔 것에 대해 화가 난 듯 하고 어머니가 시도하는 신체적 접촉에 대해 저항할 가능성이 높을지라도 어머니 곁에 남는다. 저항적 영아는 어머니가 있을 때조차도 낯선 사람들을 매우 경계한다.

(3) 회피 애착 : 회피 애착을 보이는 아동들은 어머니와 분리되었을 때 스트레스를 덜 받고, 어머니가 주의를 끌려고 할 때조차도 대개 돌아서서 계속해서 어머니를 무시한다. 회피 영아는 낯선 사람들에 대해 다소 사교적이지만 때로는 어머니를 회피하거나 무시하는 것과 같이 회피하거나 무시할 수도 있다.

(4) 해체/혼란 애착 : 최근에 발견된 애착 패턴으로 낯선 상황에서 가장 큰 스트레스를 받고 가장 불안정하다. 양육자에게 접근할지 아니면 회피할지에

대한 갈등을 반영하는 저항 패턴과 회피 패턴의 기묘한 조합이다. 어머니와 재결합했을 때, 이 영아들은 멍하고 얼어붙은 듯이 행동한다. 그러나 어머니가 가까이 다가오면 어머니에게로 움직이다가 갑자기 멀리 피한다. 혹은 양쪽 패턴을 모두 보일 수도 있다.

3) 청소년의 애착

청소년기는 아동기에서 성인기의 과도기적 상태로 여러 가지 발달적 위기를 맞는 시기이다. 이 시기에 청소년은 사춘기의 신체 생리적 변화를 경험할 뿐만 아니라 인지적 발달 및 학교생활의 변화, 학업, 사회성, 운동 등의 영역에서 수행 압력이 증가되고 자아정체감을 형성해야 하는 등 중요한 변화에 직면한다(McCauley et al, 1995).

영아 및 아동의 애착에 대한 중요성이 강조되고 많은 연구가 이루어진 반면에 청소년의 애착 연구는 많지 않다. 하지만 청소년기에도 부모는 여전히 '안정기저'(secure base)로 남아있으며 위협을 느끼거나 질병으로 고통 받을 때 애착체계가 재활성된다(Bowlby, 1988). 때문에 청소년기의 애착 역시 매우 중요하다 할 수 있겠다.

청소년기 애착의 특징은 다음과 같다. 첫째, 상대적으로 부모가 일방적 권위를 지니는 아동기의 애착관계에서 벗어나 상호성(mutuality)을 향한 관계의 재협상이 이루어진다. 둘째, 또래 관계가 점차 중요해지면서 청소년기의 또래 관계는 청소년에게 정서적 지지를 줄 수 있게 된다(옥정, 1998에서 재인용)

청소년기의 애착은 애착행위 그 자체보다는 애착감정과 유의한 관계를 갖으며, 부모와의 친밀한 애착감정이 청소년기의 자녀에게 적절한 애착을 형성하게 한다(이은경, 1992). 스스로 결정을 내리고 행동을 함에 있어서 애착감정은 필요할 때 언제나 부모가 자신을 지지해 주며 응원해 줄 것이라고 내적으로 형성하고 있으며, 이러한 청소년기의 애착형성은 다른 발달적

특성들에 긍정적인 영향을 미친다(채진선, 2007).

16~20세의 후기 청소년들을 대상으로 자기보고식 척도인 IPPA를 사용하여 부모 및 또래의 애착과 심리적 안녕, 자존감, 삶에 대한 만족의 관계를 연구한 Armesden과 Greenberg(1987)는 부모 및 또래의 애착 안정성이 높을수록 자존감, 삶에 대한 만족도가 높았으며, 우울, 불안, 죄의식, 분노, 소외, 자기개념의 혼란은 낮게 보고하였다. Raja(1992)의 연구에서도 부모와의 높은 애착 안정성이 청소년의 심리적 안녕에 결정적으로 기여하였다고 하였으며, Papini와 Roggman(1992)의 연구에서도 청소년기에 부모 애착 안정성이 높을수록 자기가치감이 높고 불안 및 우울 증상수준이 낮아 정서적 적응이 양호한 것으로 나타났다(옥정, 1998).

이처럼 청소년의 발달에 있어 부모와의 애착은 많은 영향을 미치므로 청소년기의 애착에 대해 중요하게 다룰 필요가 있겠다.

2. 인터넷 중독

1) 인터넷 중독의 개념

Freeman(1992)은 임상적 용어로서 중독을 "약물의 사용에 과도하게 얽매이고, 약물의 공급을 계속 원하고, 약물을 사용하는 것을 중지시킨 후에도 금단현상이 나타나고, 그 중지하는 것이 끝난 후에 다시 재발하는 충동적인 약물 사용 패턴"으로 보았다. 이 정의에는 약물에 의한 신체적 의존 현상만을 중독이라 명명하고 있다. 그러나 약물복용과는 무관하게 특정한 행위에 대하여 내성과 금단증상을 나타내는 사례들이 여러 학자들에 의해 관찰되었는데, 대표적인 예로는 운동중독(Morgan, 1979), TV중독(Winn, 1983), 충동적인 도박(Griffiths, 1990), 비디오 게임중독(Keeperta, 1990), 컴퓨터 중독(shotton, 1991) 등이 있다. 이 사례들이 '행위중독' 또는 '과정중독'으로 지칭되기 시작하면서 중독의 개념이 확대되었다(이종원, 2006).

약물 중독과 행위 중독은 내성과 금단현상이라는 공통된 특징과 더불어 뚜렷한 차이점도 가지고 있다. 약물중독은 생리적 중독(intoxication)을 의미하며, 특정약물이 육체에 과도하게 들어와 구토, 복통, 흥분, 환각상태 등의 부작용을 발생시킨다. 그 원인이 되는 약물의 접촉을 완전히 금지하거나 차단시키면 치료가 가능하다. 또한 중독자들은 심각한 신체적 정신적 고통을 경험하기 때문에 대부분 중독으로부터 탈출하려는 의지를 갖고 노력하게 된다. 반면, 인터넷, 도박, 음식, 운동, 소비 등 행위적 중독(addiction)은 자기 스스로 자율적인 통제가 되지 않는 강박적, 습관적 행위 중독을 말하며 이로 인하여 자신이나 타인에게 부정적인 영향이 발생하게 된다. 즉, 과도한 인터넷 이용으로 인해 가정, 학교, 사회에서 수행해야 할 일상생활에 지장이 생기거나 일상생활의 유지가 불가능한 상황이 발생되고 점점 더 인터넷에 의존하게 된다. 또한 약물중독자들에 비하여 행위중독자들이 느끼는 신체적 정신적

자각증상이 심하지 않기 때문에 행위중독 상태를 인식하는 경우가 드물다(이종원, 2006).

행위중독의 한 유형으로서 인터넷 중독이 관심사로 부각된 것은 1995년 이후이며 미국 뉴욕의 정신과 전문의 Goldberg(1996)는 ‘인터넷 중독 장애(Internet Addiction Disorder: IAD)’라는 용어를 최초로 사용하였고 개념적인 진단 준거를 만들어 이를 통해 병리적 강박적 인터넷 사용에 학술적 연구의 필요성을 제기하였다. Goldberg는 알코올 중독이나 마약 중독이 지각장애, 주의력장애, 사고력장애, 대인관계의 장애 등을 유발하는 것과 같이 인터넷 중독 역시 그러한 장애를 일으킬 수 있음을 경고하였다. 이후에는 병리적 컴퓨터 사용(Pathological Internet Use: PIU)라는 용어를 사용하기도 하였다. Young(1996) 역시 인터넷의 과도한 사용을 인터넷 중독 장애(Internet Addiction Disorder: IAD)라고 명명하며 온라인 중독이 강박적 도박이나 쇼핑, 심지어는 흡연과 알코올 중독과 똑같은 특성을 갖고 있다고 주장했다. 행동적 성향(behavior-oriented)의 중독증의 경우, 중독자들은 바로 그 행동을 할 때 경험하는 느낌(feelings)에 중독된다 하였다(Young, 1998).

이외에도 인터넷의 지나친 사용을 중독이라고 보는 학자들은 다양한 용어로 인터넷 중독을 정의하였는데 Greenfield의 강박적 인터넷 장애(Compulsive Internet Disorder), Suler의 컴퓨터 가상공간 중독(Computer and Cyberspace Addiction), 인터넷 증후군(Internet Syndrome), 웨바홀리즘(Webaholism), PC 중독 등이 있으며 Young은 ‘병리적 인터넷 사용(Pathological Internet Use : PIU)’로 정의하였다. 하지만 아직까지 학술적으로 정립된 용어는 없다.

최근 청소년의 인터넷 중독문제가 심각해지면서 미국 의학계에서도 2012년 개정 예정인 DSM-V(미국 정신의학회 진단통계편람 5판)에 인터넷 중독이라는 진단명을 추가할 계획에 있는 것으로 알려져 있다(Block, 2008).

2) 인터넷 중독 진단 기준

(1) Ivan Goldberg의 온라인 중독증 진단기준(Goldberg, 1995)

인터넷 사용에 대한 부적응적인 행동양식으로, 임상적으로 중요한 장애 또는 고통을 유발한다. 12개월 기간 동안에 다음 중 세 개 이상이 충족되면 인터넷 중독으로 간주된다.

1. 내성(다음 중 한 항목 이상에 해당하는 경우로 정의한다)
 - A. 더 많은 시간을 온라인에서 소모해야 만족을 얻을 수 있는 경우
 - B. 온라인 상에서 지속적으로 같은 시간을 소모해도 그 효율이 현저히 저하 되는 경우
2. 금단(다음 중 한 항목 이상에 해당하는 경우로 정의한다)
 - A. 특징적인 금단 증상
 - ① 장기간의 심한 인터넷 사용을 중지하거나 감소시킨 경우
 - ② ①항목 이후 수일에서 한 달 사이에 다음 중 두 항목 이상을 만족시키는 경우
 - a. 정신운동 초조(psychomotor agitation)
 - b. 불안(anxiety)
 - c. 인터넷에서 무슨 일이 일어나고 있을 것 같은 강박적인 사고
 - d. 인터넷에 대한 환상 혹은 백일몽(과도한 상상)
 - e. 손가락의 수의적 혹은 불수의적 자판 두드리기 운동
 - ③ 항목 ②의 증상들이 사회적, 직업적, 혹은 다른 기능상의 중요한 영역에서 장애 혹은 고통을 유발하는 경우
 - B. 금단증상의 해소를 위해 인터넷 혹은 유사한 온라인 서비스 사용
3. 계획했던 것보다 인터넷 사용의 빈도 및 사용시간이 더 길어지는 경우

4. 인터넷 사용을 중지하거나 줄이고자 하는 지속적인 욕구, 혹은 성공하지 못하는 경우

5. 상당량의 시간을 인터넷 관련 행동에 소모하는 경우

6. 중요한 사회, 직업, 혹은 여가활동이 인터넷 사용을 위해 포기되거나 감소한 경우

7. 인터넷 사용에 의해 유발 혹은 악화된 지속적이거나 반복적인 신체적, 사회적, 직업적, 혹은 심리적 문제를 갖고 있음을 자각함에도 불구하고, 인터넷 사용을 지속하는 경우

Goldberg는 이후 자신의 진단기준과 병적 장애 명을 수정하였는데 병적 컴퓨터 사용 장애 (Pathological Computer Use Disorder)라 부르고 진단기준을 다음과 같이 간소화하였다. 병적 컴퓨터 사용 장애란 사람들이 정도 이상으로 컴퓨터를 지나치게 이용하여 생기는 장애로 1) 병적 컴퓨터 사용으로 인해 어떤 장애를 일으킬 때, 2) 병적 컴퓨터 사용으로 인해 신체적, 심리적, 대인관계, 결혼생활, 경제적, 사회적 기능에 손해나 지장이 생길 경우라 하였다.

(2) Kimberly Young의 인터넷 중독 진단 기준(Young, 1999)

다음 항목 중에서 5개 이상에 해당되면 인터넷 중독으로 진단.

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 것 보다 자주 또는 오랫동안 접속, 인터넷 상에서 장시간을 소모한다.
4. 통신 접속을 줄이려 했으나 실패한다.
5. 온라인 접속 시간을 늘리기 위한 시도(수업시간을 빼먹는다거나, 인터넷 접속을 위해서 잠자리에 늦게 들거나 일찍 일어남)를 한다.
6. 사회생활, 직장생활, 또는 취미 활동에 흥미를 상실한다(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.

3) 인터넷 중독의 유형

Young(1996)은 인터넷 중독의 5가지 하위 유형을 제시하며 다음과 같이 설명하였다. 본 연구에서는 Young이 제시한 5가지 인터넷 중독 하위 유형들을 모두 포함하여 인터넷 중독이라 칭할 것이다.

(1) 사이버 섹스 중독

온라인 포르노그래피에서 자료를 검색하거나 다운로드하고, 거래하는데 몰두하거나, 성인 사이트의 채팅방에 참여하는 것에 중독된 것을 말한다.

인터넷 중독자 다섯 명 중 한 명은 이 형태의 중독에 해당된다. 사이버섹스 중독은 성차를 보이는데 남성은 사이버 포르노 사이트를 찾는 성향이 강하고, 여성의 경우에는 에로틱한 채팅을 하는 성향이 강하다. 자아존중감이 낮고 심각하게 자기의 신체에 대한 이미지가 나쁘거나 치료되지 않는 성기능장애, 기존에 성적 도박에 있었던 사람들이 빠져들 가능성이 높다. 특히 성중독자들은 비용이 적고 남에게 보이거나 성병에 걸릴 두려움도 없어 그들의 성적 충동을 해결하기 위해 인터넷을 새롭고 안전한 장소로 여기고 있다.

(2) 가상관계중독

온라인에서의 관계 형성에 지나치게 관여하는 것으로, 때로는 실제세계에서의 가족과 친구들보다 온라인에서 알게 된 사람들을 더 중요하게 생각하여 이로 인해 결혼생활과 가정에서의 불화가 유발되기도 한다.

(3) 인터넷 게임 중독

지나친 온라인 도박, 게임, 쇼핑, 온라인 거래 등에 중독된 경우를 말한다. 특히 가상공간에서의 카지노, 상호작용 게임, 인터넷 경매 등에 몰두하는 사람들은 많은 돈을 잃고 직업과 관련된 문제를 유발하며 의미 있는 관계를 상실하기도 한다.

(4) 과도한 정보 검색

웹과 데이터베이스를 과도하게 검색하는 것과 관련된 새로운 형태의 강박적 행동을 보이는 것으로 웹으로부터 자료를 검색하고 수집하는데 많은 시간을 보낸다. 강박적인 성향, 생산성의 감소 등이 관련되어 있다.

(5) 컴퓨터 중독

온라인을 통해서 할 수 없는 컴퓨터에 프로그램 된 게임에 게임 놀이나 컴퓨터 분야 프로그래밍 분야야 몰두하는 것을 의미한다.

3. 정서조절

정서란, 어떤 대상이나 상황을 지각하고 그에 따르는 생리적 변화를 수반하는 복잡한 상태이다. 20세기 초까지 정서는 감정과 동일한 것으로, 또는 혼동되어 사용되어 왔는데 감정이란 용어는 여러 다른 용어들(불안, 분노, 사랑 등)로 사용되고 있어서 이를 일정한 범주로 분류하고 통합할 필요가 생기게 되었다. 현재 정서(emotion)는 여러 가지 감정을 포괄하는 상위 개념으로 사용되고 있다(김경희, 1995).

과거에는 정서를 인간의 이성적 판단, 정신활동을 방해하는 비합리적이고 무질서한 것으로 보았다. Young(1943)은 정서를 쾌락추구적인 성적 욕망이나 공격성처럼 뇌의 통제를 완전히 벗어난 기능으로 보았으며 Descartes는 마음과 몸의 세계를 이원론적으로 구분하고, 정서를 이성적 개입과는 전혀 다른 선천적인 것이라고 하였다(Strongman, 1978). 그러나 정서에 대한 이러한 전통적인 입장은 많은 연구들로 인해 그 견해가 달라졌다. 정서가 개인에게 정보로서 기능할 수 있으며 이를 활용하는 능력이 개인의 적응에서 매우 중요한 것이라 여겨지게 되었다(Gohm, 2003). Mowrer(1960)는 정서가 이성과 대립된다는 과거의 견해를 반대하고 정서 그 자체로서 높은 수준의 지능이 되어 유기체의 총체적 경제성을 유지하는데 매우 중요한 기능을 한다고 강조하였다. Leeper(1965) 역시 정서가 행동에 부적응적 영향을 미친다는 과거의 전통적인 견해에 강력하게 반대하면서 정서는 모든 행동을 조정하고 동기화 하는데 중요한 영향을 미친다고 하였다.

다시 말해 정서는 개인의 삶에서 무시하거나 억제해야 하는 비합리적, 본능적 현상이 아니라 생존과 적응을 위해서 고려해야 하는 삶의 필수적인 부분이다. 따라서 매 순간마다 자신에게 일어나는 정서를 자각하고 그것의 의미를 잘 파악하여 상황에 적절하게 반응하고 대처하는 것은 매우 중요한 일이다(이지영, 권석만, 2006).

정서조절에 대한 관심이 증대되면서 정서조절에 대한 다양한 정의가 제시되었으나 합의된 정의는 없으며 연구자들마다 다양한 정서조절에 대한 정의를 내리고 있다. Gross(1998)에 따르면 정서조절을 개인이 어떠한 정서를 언제, 어떻게 경험하고 표현할지에 대해 영향을 미치는 과정으로 보았고, Cicchetti 등(1995)은 부정적 정서에 대한 스트레스 수준을 낮추고 부적응적인 행동을 예방하며 적응적 행동을 이끌고 동기화하고 조작하는 과정으로 보았다. 이지영과 권석만(2006)은 불쾌한 감정을 다루기 위해 동원하는 의식적·무의식적 노력이라는 점에서 모든 대처를 포함하는 폭넓은 개념이라고 하였다. 또한 Salovey와 Mayer(1997)는 정서조절능력을 자신의 긍정적 또는 부정적 정서를 상황에 맞게 효과적으로 조절하고 표현하며 적응하는 능력을 의미하는 것으로서 부정적 정서를 바로잡고 최소화함으로써, 자신이 속한 사회에 기대하는 정서상태로 조절하는 능력이라고 하였다.

다양한 상황에서 경험하는 정서에 대해 적절히 반응하는 것은 개인의 적응에 중요하며, 개인의 안녕감과 성공적인 기능을 결정하는 중요한 요인이 된다는 인식이 증가하면서(Cicchetti, Ackerman, & Izard, 1995) 정서조절에 대한 연구가 활발히 이루어지고 있는데, 자신의 정서를 잘 파악하고 조절할 줄 아는 능력을 지닌 사람은 스트레스 상황에 처하더라도 긍정적으로 평가하거나 바람직한 방향의 대처행동을 나타내 궁극적으로 환경과 긍정적인 상호작용을 만들어내며(Lopes, Brackett, Nezlek, Schutz, Sellin, & Salovey, 2004; Trinidad, Unger, Chou, Azen, & Johnson, 2004) 정서조절은 타인의 정서를 인식하고 다루는 능력으로 인간관계를 잘 유지해 나가는데 큰 영향을 주는 사회적 기술과도 관계가 있다고 보고되고 있다(Salovey & Mayer, 1990). 이렇듯 정서조절은 개인의 주관적인 안녕감과 성공적인 기능을 결정하는 중요한 요인이며 더 나아가 정서를 조절하는 양식은 정신 병리와도 중요한 연관이 있다.

정서의 조절을 능력의 요인이라 여겼던 발달이론가들(Gottman & Katz,

1989)은 정서조절의 핵심은 첫째, 정적 혹은 부적 감정으로 인한 부적절한 행동을 억제할 수 있는 능력이며, 둘째, 강한 감정이 유입 될 때 생기는 생리적 각성을 자기 스스로 완화시킬 수 있는 능력이며, 셋째, 주의를 재 집중하는 능력이며, 넷째, 외적인 목적을 이루기 위해 행위를 조절할 수 있는 능력이라고 하였다. 실제로 정서조절이 능력이 될 수 있음을 증명하는 연구결과를 보면, 정서조절능력이 뛰어난 아동일수록 사회성이 높고, 타인과의 상호작용을 잘하며, 정서적으로 고조된 놀이를 하는 동안에서도 자신의 정서를 잘 조절할 수 있는 반면 정서조절에 어려움을 지닌 아동들은 그렇지 않은 아동들에 비해 대인관계에서 융통성이 부족하고 고립적인 행동을 많이 한다고 하였다(Gottman & Mettetal, 1986).

4. 애착, 정서조절, 인터넷 중독의 관계

인터넷 중독(Internet Addiction Disorder; IAD)이란, 인터넷에 너무 탐닉하여 병적 증세를 나타내는 현상을 지칭하는 것으로 인터넷 사용자들이 인터넷을 과다 사용하여 현실 생활에 지장을 받을 정도의 신체적, 정신적, 사회적, 이상 현상을 경험하는 것을 말한다. 이와 같이 인터넷 중독은 인터넷 이용으로 인한 생활상, 즉, 가족관계, 대인관계, 일, 학교생활 등에 어떠한 문제가 발생한다는데 그 심각성이 있다(백선미, 2009에서 재인용).

많은 연구들을 통해서 인터넷 중독이 우울, 자존감, 외로움, 공격성 등과 관련된다고 보고되고 있는데, 먼저 인터넷 중독과 우울의 관련성을 살펴보면 Young과 Rogers(1998)의 연구에서는 인터넷 중독 기준을 만족하는 사람들이 정도에서 중등도의 우울과 낮은 자존감을 보이며 자신을 드러내는 것을 많이 꺼려하고 정서적 민감성이 높은 것으로 나타났다. 국내 연구에서도 인터넷에 몰입하는 사람들이 그렇지 않은 사람들보다 더 우울하고 충동적이었다(윤재희, 1998).

또한 인터넷에서 이루어지는 사회적 관계는 신체적인 정보가 배제된 채로 이루어지고 익명성을 유지할 수 있기 때문에 사회생활에서 잘 적응하지 못하거나 다른 사람의 인정을 받지 못해 자존심에 상처를 입은 사람들에게 매우 유혹적인 공간으로 여겨지고 있다(한규석, 1999). 다시 말해 낮은 자존감을 극복하기 위한 수단으로 인터넷을 사용하는 것이다.

인터넷 중독과 외로움에 대한 연구를 살펴보면 Krout 등(1998)의 연구 결과 인터넷 사용이 많은 사람이 높은 외로움을 보인다고 보고하였으며 박영숙(1999)의 연구에서도 가상공간에서의 중독여부가 소외 정도에 유의미한 영향을 주는 것으로 나타났다.

마지막으로 Suler(1998)는 다양한 압력과 공격적 충동을 적절히 표출할 줄 모르는 청소년들에게 있어서 경험과 다양한 좌절감을 표현하는 공간으로

인터넷 공간이 적절하다고 보았다. 국내 연구에서도 인터넷 중독과 공격성이 정적인 상관이라고 보고되었다(김중범, 1999; 배경숙, 2004; 이현애, 2010).

인터넷 중독자들이 보이는 특성들이 불안정 애착을 가진 사람들의 특성과 유사함을 알 수 있는데, 이를 통해 애착과 인터넷 중독간의 관련성을 추측해 볼 수 있으며 더 나아가 인터넷 중독에 영향을 미치는 변인으로서 애착을 고려해볼 수 있을 것이다.

실제로 애착과 인터넷 중독을 함께 다룬 선행 연구들을 살펴보면 애착과 인터넷 중독의 관계를 밝힌 연구(김한규, 2006; 최명구, 2009; 정다운, 2010)들을 통해 불안정 애착이 높은 인터넷 중독 수준과 관련이 있음을 알 수 있었다. 나아가 애착이 인터넷 중독에 미치는 영향에 관한 연구를 살펴보면 애착이 초등학생의 인터넷 게임 중독에 미치는 영향에 대해 살펴본 손현미(2006)와 유수경(2006)의 연구 결과, 부모 자녀 애착이 초등학생의 인터넷 게임 중독에 유의미한 영향을 주었다. 인터넷 중독의 하위 유형인 게임 중독에 부모 자녀 애착이 미치는 영향을 살펴본 노지정(2008)의 연구에서는 낮은 부모 자녀 애착이 청소년의 게임중독을 유의하게 예측하는 것으로 나타났다. 그러나 목점선(2004)의 연구에서는 부모 애착은 인터넷 중독에 영향을 미치는 직접적인 요인이 아니었으며 또래애착이 청소년의 인터넷 중독에 직접적인 영향을 미친다고 나타났다. 또한 박경희(2005)의 연구에서는 부모애착과 또래애착 모두 인터넷 중독을 감소시키는 역할을 하지 않으며 학교 애착의 정도가 높을수록 인터넷 중독이 감소한다고 보고하였다. 본 연구에서는 선행연구와 마찬가지로 인터넷 중독에 미치는 애착의 영향을 알아봄으로서 애착과 인터넷 중독 간의 관계를 명료히 하고자 한다.

애착이 인터넷 중독에 미치는 영향을 알아보는 것에서 더 나아가 애착과 인터넷 중독 간의 관계의 기저를 밝혀내고자 한다. Bowlby의 내적작동모델에 따르면 양육자에 대한 애착은 그대로 지속되는 것이 아니라 시간의 경과와

함께 자기와 타인에 대한 신념으로 재조직화 된다고 한다. 다시 말해 애착은 고정불변한 것이 아니라 변화할 수 있다는 것이다. 하지만 그럼에도 불구하고 Bretherton(1985)은 양육자와 유아의 애착 관계의 질은 비교적 안정적으로 유지되며, 이것이 청소년기의 대인관계 행동과 성격을 형성하는데 기능한다는 연구 결과를 보고하였다. 또한 치료적 개입을 통해 애착의 질을 높이는 것은 쉽지 않기 때문에 애착의 질을 향상시키려는 개입보다는 애착의 영향을 받는 개인의 심리적 특성에 대한 개입이 더 효과적일 수 있겠다. 따라서 애착과 인터넷 중독의 관계에서 매개역할을 하는 변인을 밝혀내는 것이 매우 중요하다고 할 수 있다.

본 연구에서는 애착과 인터넷 중독의 관계에서 정서조절능력이 매개할 것이라고 가정하였다. 애착의 정의를 살펴보면 정서적 유대관계를 강조하는데, 이를 통해 정서란, 애착 관계의 중심 영역이라고 할 수 있다(Hazan, Gur-Yaish, & Campa, 2004). Goldberg(1996)는 Ainsworth의 낯선 상황 실험에서 실제적으로 측정된 것은 정서조절이었고, 부모에 대한 애착과 아동의 기질이 정서조절영역과 상호작용한다고 주장한다(Bradly, 2000에서 재인용).

성인 애착 유형과 정서조절의 관련성을 살펴본 Searle와 Meara(1999)의 연구를 살펴보면, 4개의 애착 패턴에 따라 정서를 경험하는데 차이가 있다는 점을 밝혀, 애착 스타일에만 기반을 둔 정서패턴 양식을 지지하였다. 안정형의 사람은 의존적이지 않으면서 표현적이기 때문에 감정을 오픈하는 것을 쉽게 여기고 강렬한 감정에 초점을 두지 않기 때문에 경험한 것을 편안하게 표현한다. 의존형의 사람은 의존적이고 표현적이므로 감정이 격하고 불안정하다. 따라서 과도하게 감정을 표현한다. 거부형의 사람은 의존성도 적고 표현도 적게 하므로 낮은 수준에서 감정을 느끼거나 감정을 느끼는 것을 제한한다. 두려움형의 사람은 의존적인 성향은 있으나 표현을 적게 하므로 감정에 대해서 어려워하고 숨기는 경향이 있으며 의사소통을 효과적으로 하지 못한다. 국내 연구 중 류수정(2010)의 연구에서도 애착의 유형에 따라 정서

과정(정서 주의, 정서 강도)의 차이를 보이며 몰입형, 거부형, 두려움형과 같은 불안정 애착을 지닌 성인들이 안정형 애착을 지닌 성인에 비해 정서조절의 적응적 방략인 인지적 재해석은 낮으며 비효과적인 방략인 억제는 높은 것으로 나타났다.

정서조절과 인터넷 중독의 관계에 대한 선행 연구를 살펴보면 인터넷에 중독된 청소년들이 그렇지 않은 청소년에 비해 정서지능의 하위 요인 중 정서인식능력, 정서표현능력, 정서조절능력, 정서활용능력이 낮다고 나타났으며(이만제, 2009), 안혜영(2003)과 정경순(2005)의 연구에서도 역시 게임 중독집단이 비중독 집단보다 낮은 정서지능을 보이는 것으로 나타났다. 김명숙(2007)의 연구에서는 정서조절이 안 될수록, 긍정성과 낙관성이 부족할수록, 감정이입이 안 될수록, 전체 감성지수가 낮을수록 인터넷에 중독되는 경향을 보였다는 결과를 보였다. 황혜정(1999)의 연구에서는 정서지능 및 정서와 행동문제가 매우 높은 상관관계를 가지며 감정의 조절 및 충동억제가 정서 및 행동문제를 가장 잘 예언한다는 결과를 보고하였다. 환경적 변인으로 부모의 양육태도와 개인의 특성으로 정서조절이 인터넷 중독에 미치는 영향에 대해 살펴본 손수아(2011)의 연구 결과, 부모의 양육태도와 부정적 정서조절이 인터넷 중독에 유의미한 영향을 주는 것으로 밝혀졌다. 이러한 연구들을 통해 감정 및 의지를 조절하는 정서조절능력이 청소년의 적응적인 발달에 긍정적인 영향을 미침을 알 수 있으며 정서조절능력 수준이 인터넷 중독에도 유의미한 영향을 미침을 추측해 볼 수 있다.

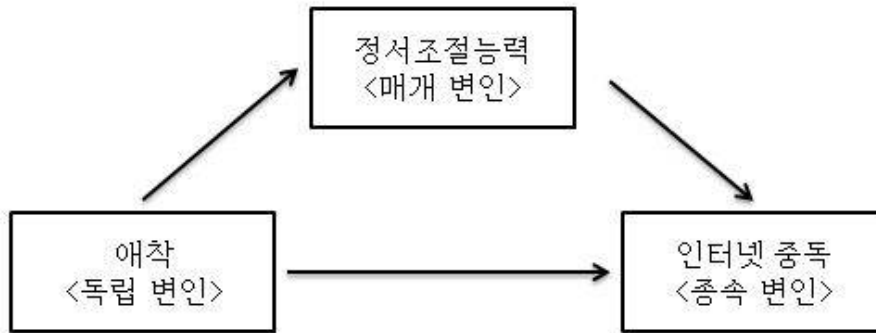
이를 종합해 보면 부모 애착이 청소년의 인터넷에 영향을 미치는 변인이며 정서조절능력이 매개변인으로서 작용할 수 있음을 추측해볼 수 있다. 따라서 본 연구에서는 부모-자녀 애착이 청소년의 인터넷 중독에 미치는 영향과 더불어 정서조절능력의 매개효과를 함께 살펴볼 것이다.

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구 설계

본 연구에서는 부모와의 애착을 독립변인으로, 인터넷 중독을 종속변인으로 설정하고 정서조절능력이 독립변인과 종속변인 간의 관계에서 매개효과를 지닐 것으로 가정하였다.

본 연구에서 설정한 관계모형은 다음과 같다.



<그림 1> 부모 애착, 정서조절, 인터넷 중독의 관계 모형

2. 연구 대상

본 연구는 서울 및 경기 지역에 소재한 중·고등학교에 재학 중인 학생 500명을 대상으로 자기보고식 설문지를 실시하였다. 설문지는 총 500부 중 480부가 수거되었으며 그 중 누락된 문항이 많거나 무성의하게 응답한 설문지 58부를 제외한 422부가 연구 분석에 사용되었다. 연구 대상자의 일반적 특성으로 성별, 학년, 소속 학교를 조사하였으며 인터넷 사용용도 및 시간도 함께 조사하였다. 자세한 연구 대상자의 인구통계학적 특성과 인터넷 사용 현황은 <표 1>에 제시하였다.

<표 1> 인구통계학적 특성 및 인터넷 사용 현황

구분	남(N=240)		여(N=182)		
	N	%	N	%	
학교	중학교	112	52.1	103	47.9
	고등학교	128	61.8	79	38.2
인터넷 사용용도	E-MAIL	18	7.5	19	10.4
	채팅, 메신저	67	28	58	31.9
	미니홈피, 블로그	61	25.5	103	56.6
	학업용도	27	11.3	35	19.2
	웹서핑	81	33.9	87	47.8
	인터넷 쇼핑	24	10	58	31.9
	인터넷 게임	176	73.6	29	15.9
	성인 사이트	16	6.7	4	2.2
	기타	7	2.9	5	2.7
	하루 평균 인터넷 사용시간	30분미만	23	9.6	33
30분-1시간		55	22.9	49	26.9
1시간-2시간		92	38.3	57	31.3
2시간-3시간		46	19.2	28	15.4
3시간-5시간		21	8.8	10	5.5
	5시간 이상	3	1.3	5	2.7

3. 측정 도구

1) 애착 척도

본 연구에서는 청소년의 부모 애착을 측정하기 위해서 Armsden과 Greenberg(1987)가 10~20세를 대상으로 제작한 부모 및 또래 애착 척도(Inventory of Parent and Peer Attachment : IPPA) 개정판을 옥정(1997)이 번안 및 수정한 척도를 사용하였다. 본 연구에서는 또래 애착 척도를 제외하고 부모 애착 척도를 사용하였다.

IPPA-R은 부와 모 각각의 애착을 점검하는데 있어 신뢰감, 의사소통, 소외감 3가지 하위요인으로 구성되어 있다. 부와 모에 대한 애착 척도는 동일문항으로 각각 25문항으로 구성되어 있으며 각 하위 차원별 문항 수는 신뢰감 10문항, 의사소통 9문항, 소외감 6문항이다. 문항 형식은 Likert 방식의 5점 척도로 일치하는 정도에 따라 평정되며 부정적인 문항은 역채점하여 총점을 산출한다. 점수가 높을수록 부모와 애착이 안정적으로 잘 되었음을 의미한다.

신뢰감은 걱정거리가 생겼을 때 털어놓고 얘기할 수 있고 나의 판단을 믿어주며 아버지, 어머니를 좋은 사람이라고 생각하는지를 묻는 문항이며 의사소통은 아버지, 어머니가 내 감정을 존중하고 대화 시에 나의 의견을 존중해주며 이를 이해하려고 노력하는지에 관해 묻는 문항이다. 소외감은 문제가 생겼을 때 도움을 받을 수 없으며, 집이나 학교에서 나에게 관심이 없고 이해를 받지 못한다는 느낌, 좌절이나 침체 등을 묻는 문항으로 구성되어 있다.

Armsden과 Greenberg(1987)는 의사소통, 신뢰감의 점수가 중간에서 높은 범위이고 소외감 점수가 중간 이하일 때 ‘안정적 애착’ 그리고 의사소통 신뢰감 점수는 중간에서부터 낮은 점수 범위이고 소외감점수가 중간에서 높은 쪽의 범위에 있을 때 ‘불안정적인 애착’ 그 외에는 ‘중간집단’으로 분류하였다.

옥정(1997)의 연구에서 내적합치도(Cronbach'a)는 부 애착은 .93, 모 애착은 .92로 나타났으며 본 연구에서는 부 애착은 .92, 모 애착은 .91로 나타났다.

<표 2> 부모 애착 척도의 하위 구성 요인

부모에 대한 애착	문항수	문항 번호
신뢰감	10	2,3*,4,5,9*,13,17*,20,22,24
의사소통	9	1,6*,7,12,15,16,19,21,25
소외감	6	8*,10*,11*,14,18*,23*
총 문항	25	

* 역채점 문항

2) 인터넷 중독 척도

청소년의 인터넷 중독 여부를 측정하기 위해 Young(1996)이 온라인중독센터에서 만든 검사를 김은정, 이세용, 오승근(2003)이 청소년용으로 번안한 것을 사용하였다. 각 문항은 인터넷이나 통신사용과 관련된 생활, 대인관계, 행동문제, 정서문제 등을 중심으로 하는 인터넷 사용에 대한 의존성과 내성, 심리적 및 신체적 금단 증상을 측정하는 문항들로 구성되었다.

총 20문항으로 구성되어 있으며 각 문항은 5점 Likert식 척도로 평정된다. 점수범위는 20점~100점 사이이다. Young 척도의 진단기준에 의하면 20~49점까지는 인터넷 사용을 스스로 조절할 수 있는 정상적인 인터넷 사용자이며 50점이 넘는 경우에는 인터넷 사용으로 인해 일상생활에서 어려움을 겪고 있는 것으로, 80점이 넘는 경우에는 병리적 인터넷 사용으로 인해 일상생활에서 심한 어려움을 경험하는 것으로 규정하고 있다. 김은정, 이세용, 오승근(2003)의 연구에서의 내적합치도(Cronbach'a)는 .90, 검사 재검사 신뢰도는 .87로 나타났으며 본 연구에서의 내적합치도(Cronbach'a)는 .90으로 나타났다.

<표 3> 인터넷 중독 척도의 하위 구성 요인

인터넷 중독	문항수	문항 번호
의존성 및 금단증상	13	3,4,9,10,11,12,13,14,15,17,18,19,20
부정적 결과	3	5,6,8
내성	4	1,2,7,16
총 문항	20	

3) 정서조절능력 척도

청소년의 정서조절능력을 측정하기 위해 Goleman(1995), Mayer(1990, 1995)의 연구결과를 토대로 김정희(1998)가 제작한 교사용 유아 정서지능 평정 척도를 손경숙(2007)이 재구성하고 오지혜(2010)가 수정한 것을 사용하였다. 이 척도는 자기 정서 인식 및 표현, 감정조절 및 충동억제, 자기정서이용, 타인 정서 인식 및 배려, 대인관계 등 5가지 하위요인으로 구성되어 있으며 총 50문항이다.

각 하위 요인들에 대해 살펴보면 먼저 ‘자기 정서의 인식 및 표현’은 정서가 유발되는 상황을 아는 것, 정서의 원인이 되는 내적상태와 내적 상태의 변화, 외적 사건과 행동을 아는 것, 정서가 신체에 미치는 영향과 동기적으로 어떠한 기능을 하는지를 아는 것, 정서 유발로 인한 외적 행동과 표현을 아는 것을 의미한다. ‘감정 조절 및 충동 억제’는 정서 경험과 표현을 조절하는 능력으로 외부 상황에 대해 적절한 감정으로 반응하여 균형을 이루는 정서적 절제를 포함한다. ‘자기 정서의 이용’은 어려움을 참아내고 자신의 성취를 위해 노력할 수 있는 능력으로 만족지연, 동기화 등을 포함한다. ‘타인 정서의 인식 및 배려’는 인간관계를 유지하고 발전시키는 중요한 요인으로 타인이 느끼는 감정을 자신의 것처럼 느끼는 능력인 감정이입능력을 통해 타인의 정서를 공유하는 것을 포함한다. 마지막으로 ‘대인관계 기술’은 좋은 대인관계를 형성하기 위해 필요한 타인과의 상호작용을 먼저 시작하는 능력, 원하는 것을

정확하게 전달 할 수 있는 의사소통 능력, 친사회적 행동을 할 수 있는 능력을 포함한다(김경희, 1998).

각 문항의 응답방식은 5단계 Likert형 척도로 ‘전혀 그렇지 않다’부터 ‘매우 그렇다’까지 1~5점을 부여하고 점수가 높을수록 정서조절능력이 높은 수준임을 의미한다. 오지혜(201)의 연구에서 나타난 내적합치도(Cronbach’a)는 .89였으며 본 연구에서의 내적합치도(Cronbach’a) 역시 .89로 나타났다.

<표 4> 정서조절능력의 하위 구성 요인

정서지능	문항 수	문항 번호
자기 정서 인식 및 표현	9	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9
감정조절 및 충동억제	9	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21
자기 정서 이용	12	18*, 19, 22, 23, 24, 25*, 26, 27, 28, 29*, 30*, 31
타인 정서 인식 및 배려	10	32*, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 44, 48
대인관계	10	10, 40*, 41, 42*, 43, 45, 46, 47*, 49, 50
총 문항		50

* 역채점 문항

4) 인구학적 변인 및 인터넷 사용에 대한 질문지

대상자들의 인구학적 변인과 인터넷 사용에 대한 정보를 얻기 위한 질문들로 구성되어있는 질문지를 사용할 것이다. 질문에는 학교 및 학년, 연령, 성별, 인터넷사용시간, 인터넷 사용 용도 등의 내용이 포함되어있다.

3. 분석 방법

본 연구에서 수집된 자료의 기술통계치와 상관은 SPSS 18.0.0을 사용하여 분석하였으며, 모델 검증을 위해 구조방정식 모델(SEM : Structural Equational Modeling)에 접근하여 AMOS 18.0.0을 사용하여 분석하였다.

- 1) 연구 대상자의 일반적 특성과 인터넷 사용 특성을 알아보기 위해 빈도분석을 실시하였다.
- 2) 각 척도의 신뢰도 검증을 위해 내적 일관성을 측정하는 Cronbach's alpha를 이용하여 신뢰도 검사를 실시하였다.
- 2) 주요 변인 및 하위 요인들의 평균 및 표준편차를 알아보기 위해 기술통계를 실시하였다.
- 3) 각 변인들 간의 관계를 알아보기 위하여 상관분석을 실시하였다.
- 4) 애착과 인터넷 중독의 관계에서 정서조절능력의 매개효과를 알아보기 위해 구조방정식 모형 분석을 실시하였다.

IV. 연구 결과

1. 주요 변인의 기술통계

연구 대상자들의 주요 변인에 대한 기술통계치는 다음과 같다.

<표 5> 연구 변인들의 기술 통계

(N=422)

변인	평균	표준편차	점수범위	
			원점수	측정점수
부 애착	86.17	16.07	25-125	34-121
모 애착	89.56	15.17	25-126	44-121
인터넷 중독	36.12	11.80	20-100	20-84
의존성 및 금단	21.1	7.33	13-65	13-50
부정적 결과	5.8	2.71	3-15	3-15
내성	9.2	3.32	4-20	4-20
정서조절능력	175.14	20.08	50-250	116-238
정서 인식 및 표현	32.2	5.57	9-45	9-45
감정 조절 및 충동억제	30.0	5.07	9-45	10-45
자기 정서 이용	40.0	6.01	12-60	20-56
타인정서	37.3	5.24	10-50	22-50
대인관계	35.7	5.76	10-50	18-50

2. 주요 변인간의 상관관계

부, 모 애착과 정서조절능력, 인터넷 중독 간의 상호 관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시한 결과, 모든 변인은 $p < .01$ 수준에서 유의미한 상관관계가 있는 것으로 나타났으며 그 결과는 <표 7>에서 확인할 수 있다. 부 애착은 정서조절능력과 정적인 상관관계를 가지고 있는 것으로 나타났으며($r = .380$, $p < .01$) 모 애착 역시 정서조절능력과 정적인 상관을 가지고 있는 것으로 나타났다($r = .405$, $p < .01$). 이러한 결과를 통해 부모 애착이 높을수록 정서조절능력이 높음을 알 수 있다. 또한 부 애착과 모 애착은 인터넷 중독과 부적의 상관관계($r = -.185$, $r = -.225$, $p < .01$)를 가지고 있었으며 정서조절능력 역시 인터넷 중독과 부적의 상관관계($r = -.225$, $p < .01$)를 가지고 있는 것으로 나타났다. 이를 통해 낮은 부모 애착과 낮은 정서조절능력이 높은 인터넷 중독 수준과 관련 있다고 볼 수 있겠다.

각 변인의 하위 요인별 상관을 살펴보면, 부 애착은 인터넷 중독의 하위 요인 중 '부정적 결과'와는 유의미한 상관을 보이지 않았으나 '의존 및 금단'요인과 '내성'요인에서는 유의미한 부적 상관을 보였으며 모 애착의 경우에는 인터넷 중독 변인의 모든 하위 요인과 부적의 상관을 보였다. 또한 부 애착과 모 애착은 정서조절능력 변인의 모든 하위요인들과 정적인 상관을 가지고 있음을 알 수 있다. 한편, 정서조절능력 변인의 하위 요인 중 인터넷 중독과 가장 큰 상관을 보이는 요인으로는 자기정서이용($r = -.252$, $p < .01$), 감정 조절 및 충동억제($r = -.192$, $p < .01$)순으로 나타났다.

<표 6> 각 변인 간 상관관계

	1	1-1	1-2	2	2-1	2-2	2-3	3	3-1	3-2	3-3	3-4	3-5
1. 총 애착	1												
1-1. 부 애착	.94**	1											
1-2. 모 애착	.94**	.77**	1										
2. 인터넷 중독	-.22**	-.18**	-.22**	1									
2-1. 의존성 및 금단	-.23**	-.21**	-.23**	.94**	1								
2-2. 부정적결과	-.12*	-.09	-.13**	.80**	.62**	1							
2-3. 내성	-.16**	-.11*	-.18**	.82**	.63**	.64**	1						
3. 정서조절능력	.42**	.38**	.40**	-.26**	-.26**	-.20**	-.17**	1					
3-1. 자기 정서인식 및 표현	.27**	.24**	.27**	-.12*	-.16**	-.08	-.02	.74**	1				
3-2. 감정조절 및 충동억제	.33**	.31**	.32**	-.19**	-.20**	-.10*	-.16**	.67**	.35**	1			
3-3. 자기 정서 이용	.33**	.31**	.31**	-.25**	-.20**	-.28**	-.23**	.76**	.45**	.47**	1		
3-4. 타인 정서인식 및 배려	.27**	.24**	.28**	-.17**	-.19**	-.11*	-.09	.75**	.44**	.41**	.42**	1	
3-5. 대인관계	.31**	.29**	.30**	-.19**	-.20**	-.13**	-.11	.71**	.45**	.24**	.37**	.48**	1

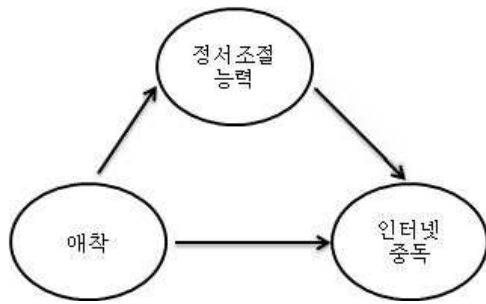
3. 부모 애착이 인터넷 중독에 미치는 영향에 대한 정서조절능력의 매개효과 검증

부모 애착과 인터넷 중독, 정서조절능력이 서로 어떤 관계를 맺고 있으며 정서조절능력이 부모 애착과 인터넷 중독 사이를 매개하는 지 알아보기 위하여 구조방정식 분석을 실시하였다. 본 연구에서는 애착과 인터넷 중독 간의 관계에서 정서조절능력이 부분 매개하는 모형을 연구모형으로 설정하였으며 완전 매개하는 모형을 경쟁 모형으로 설정하였다. 정서조절능력이 매개변인으로 구성되어 있는 본 연구의 연구모형을 검증하고 매개경로를 검증하기 위해서 AMOS(Analysis of Moment Structure) 18.0.0을 사용하여 구조모형 방정식 검증을 실시하였다.

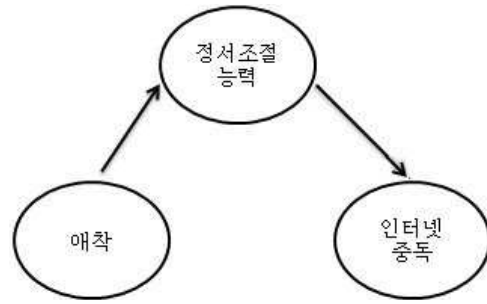
1) 모형 비교와 적합도

구조 방정식 모형을 분석할 때 사용하는 방법에는 다음과 같은 2가지 방법이 있다. 첫 번째 방법은 단일평가 방법으로, 하나의 모형을 제시하고 수정지수(MI: Modification Index)와 CR(Critical Ratio) 값을 고려하여 최종 모형을 확정하는 방법이다. 두 번째 방법은 경쟁모형 방법으로, 이론적으로 가능한 모형을 연구모형과 경쟁모형의 형태로 2가지 제시하고 서로 적합도 지수를 비교하여 가장 해석하기 용이하고 자료와 잘 맞는 모형을 최종 모형으로 선택하는 방법이다.

본 연구에서는 애착과 인터넷 중독 간의 관계에서 정서조절능력이 부분 매개하는 모형을 연구모형으로 설정하고 완전 매개하는 모형을 경쟁모형으로 설정하여 두 모형을 비교하여 자료와 잘 맞는 모형을 선택할 것이다. 본 연구에서의 연구모형과 경쟁모형은 <그림 2>와 <그림 3>에 제시되어 있다.



<그림 2> 연구모형



<그림 3> 경쟁모형

χ^2 검증은 경쟁모형이 내포(nested)되어 있는 경우 모형 비교를 위한 검증을 하는 것으로 각 모형들의 자유도와 χ^2 값이 증가 혹은 감소됨에 따른 유의도 수준을 비교하여 최종 모형을 선택하는 방법이다(배병렬, 2007). 이 때 유의도 수준 $p < .05$ 수준에서 연구 모형과 경쟁모형이 차이가 없다는 영가설을 기각하기 위해서는 자유도 1의 차이 시, 3.84 이상의 χ^2 차이를 가져와야 한다. 이 때, 두 모형 간의 χ^2 차이가 유의미하면 자유도가 작은 모형을 선택하게 된다. 반면, 두 모형의 χ^2 차이가 유의미하지 않으면 두 모형이 유사하다는 것을 의미한다. 이럴 때에는 ‘간결의 원칙’에 의하여 더 간단한 모형 즉, 자유도가 더 큰 모형이 선호된다.

구조방정식 모형에서는 특정 모형이 실제 자료와 부합되는 정도를 검증하기 위해 기본적으로 χ^2 를 구할 수 있지만 χ^2 검증은 표본 크기에 비교적 민감하여 표본의 크기가 커질수록 모형을 쉽게 기각하는 문제점이 있다. 따라서 본 연구에서는 χ^2 와 함께 홍세희(2000)가 제안한 적합도 지수인 GFI(Goodness of Fit), CFI(Comparative Fit Index), TLI(Tucker-Lewis Index), RMSEA(Root Mean Squate Error of Approximation)를 사용하였다. GFI(Goodness-of-Fit-Index)는 원래의 자료와 분석을 통해 도출된 자료간의 차이의 비율에 기초한 것이다. 보편적으로 권장되는 수용 수준은 0.90

이상이고 표본 크기가 200 이상이면 제안 모형의 적합도를 판단하는데 무리가 없는 것으로 알려져 있다. CFI(Comparative Fit Index)는 자유도에 따른 오차를 감소시켜 그 영향을 배제하고 모형을 비교하는 비교 부합치로 0.90 이상이면 좋은 적합도를 갖는 것으로 본다. TLI(Turker-Lewis Index)는 기초 모형에 대해 제안모형과 대안모형의 비교를 위해 모형의 간명도(자유도)를 결합하여 측정한 것으로, 권장 수용 기준은 0.90 이상이다. RMSEA(Root Mean Square Error of Approximation)는 모형을 표본이 아닌 모집단에서 추정할 때 기대되는 적합도 지수로 <.05이면 좋은 적합도, <.08이면 괜찮은 적합도, <.10이면 보통 적합도, >.10이면 나쁜 적합도로 본다(김주환 외, 2009; Browne& Cudeck, 1993).

본 연구에서는 부모 애착과 인터넷 중독의 관계에서 정서조절능력의 매개효과를 알아보기 위해 연구모형과 경쟁모형을 비교하였다. 두 모형의 χ^2 와 자유도, 적합도 지수를 알아본 결과는 <표 7>에 제시 되어 있다.

<표 7> 연구모형과 경쟁모형의 적합도

모형	χ^2	Df	P	GFI	CFI	TLI	RMSEA
경쟁모형 (완전매개모형)	109.42	33	.000	.951	.950	.932	.074
연구모형 (부분매개모형)	106.32	32	.000	.953	.951	.932	.074

연구모형과 경쟁모형의 적합도를 비교한 결과, 연구모형과 경쟁모형 모두 RMSEA가 .074로 괜찮은 적합도를 보인다 할 수 있으며 GFI, CFI, TLI 모두 .90이상으로 양호한 모형이라고 평가할 수 있다. 그러나 이 두 모형은 각기 다른 모형으로 두 모형을 모두 채택할 수 없으며, 두 모형 중 어떤 모형이 더 적절한 것인지 결정할 필요가 있다. 따라서 두 모형의 χ^2 값과 자유도를

비교해 보았다.

본 연구에서 설정한 연구모형과 경쟁모형의 자유도 차는 1이며 χ^2 값의 차이는 3.101로 두 모형은 $p < .05$ 수준에서 유의미한 차이가 없었다. 따라서 차이 검증 결과가 통계적으로 유의미하지 않으면 '간결의 원칙'에 의하여 더 간단한 모형 즉, 자유도가 더 큰 모형을 선택하게 되므로 정서조절능력이 애착과 인터넷 중독 사이를 완전 매개하는 경쟁모형이 더 적절한 것으로 보고 이를 채택하였다.

2) 모형에 나타난 경로계수와 매개효과

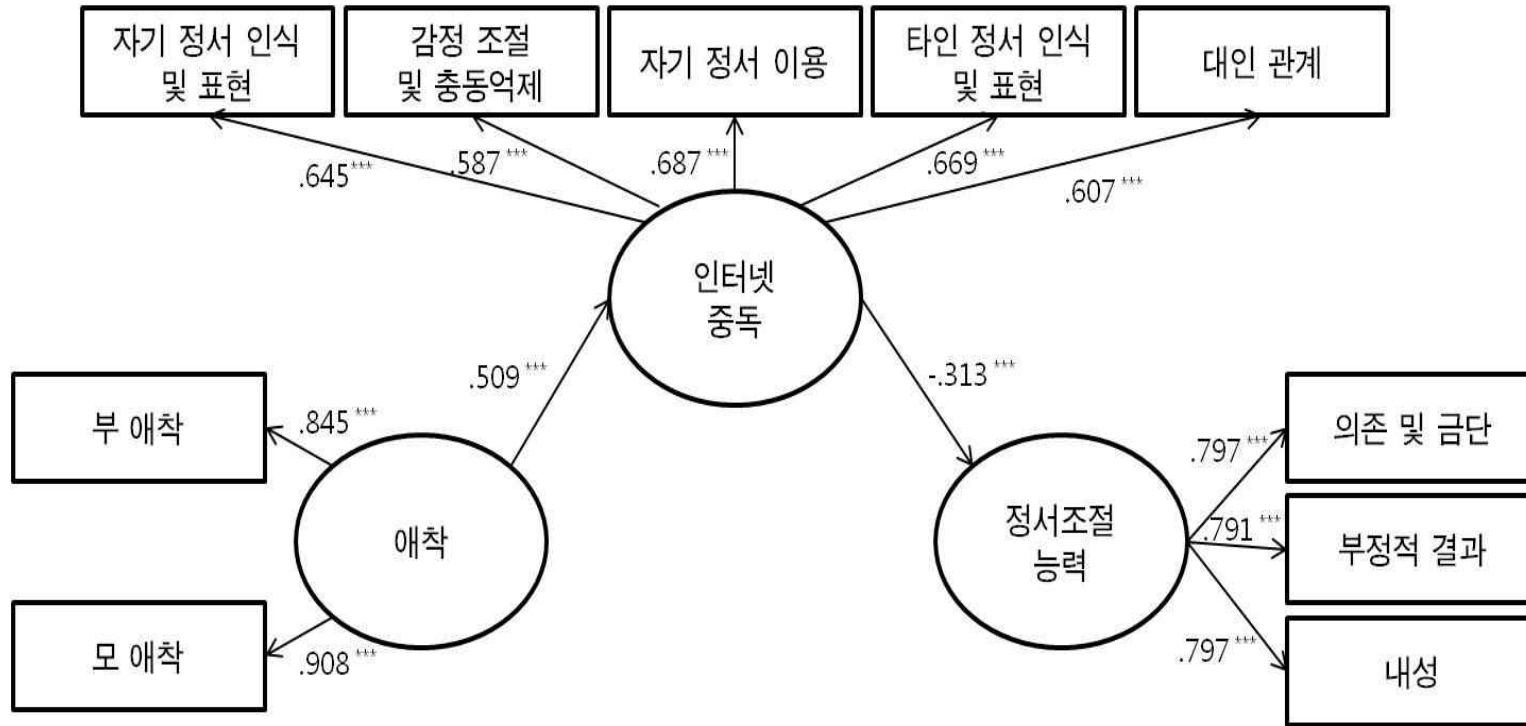
부모 애착과 인터넷 중독 간의 관계에서 정서조절능력의 매개효과가 있는지를 알아보기 위하여 모형 적합도가 검증된 경쟁모형을 대상으로 매개효과를 검증하였다. 그 결과는 <표 8>에 제시되어있다.

<표 8> 모형 경로 검증 결과

경로	추정치	S.E.	C.R.	유의도
정서조절능력←애착	1.35(.509)	.017	7.847	***
인터넷 중독←정서조절능력	-2.30(-.313)	.046	-5.014	***

*** $p < .001$ 추정치는 비표준화 계수, 표준화 계수는 괄호 안에 제시.

경로계수들을 살펴본 결과, 애착이 정서조절능력으로 가는 경로와 정서조절능력이 인터넷 중독으로 가는 경로 모두 유의미 한 것으로 나타났다. 이를 통해, 정서조절능력이 애착과 인터넷 중독 사이를 완전 매개한다는 결론을 내릴 수 있으며 <그림 4>에 경로계수를 표시하였다.



<그림 4> 애착, 정서조절능력, 인터넷 중독의 표준화 경로계수

3) 직접 효과와 간접 효과

영향력의 크기를 보다 자세히 알아보기 위해서 경로계수가 유의미하게 입증된 경쟁 모형 경로의 직접 효과(Direct Effect)와 간접 효과(Indirect Effect)를 알아보았으며 이에 대한 결과를 <표 9>에 제시하였다.

경로계수를 살펴보면 애착이 정서조절능력으로 가는 경로의 전체 효과는 .509, 직접 효과는 .509로 독립 변인인 애착이 매개 변인인 정서조절능력에 직접 영향을 미치는 것으로 나타났다. 정서조절능력이 인터넷 중독으로 가는 경로의 전체 효과는 -.313, 직접 효과는 -.313으로 매개 변인인 정서조절능력 역시, 종속 변인인 인터넷 중독에 직접 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그리고 애착이 인터넷 중독으로 가는 경로의 전체 효과는 -.159, 간접 효과는 -.159로, 이는 인터넷 중독에 대한 애착의 직접 효과가 없다는 것을 의미한다. 이와 같은 결과를 통해, 애착이 정서조절능력을 매개로 하여 종속변인인 인터넷 중독에 간접적으로 영향을 미친다는 것을 알 수 있다.

<표 9> 주요 변인들의 직접 효과, 간접 효과, 총 효과

독립변수	종속변수	직접 효과	간접 효과	총 효과
애착	정서조절능력	.509	.000	.509
애착	인터넷 중독	.000	-.159	-.159
정서조절능력	인터넷 중독	-.313	.000	-.313

V. 논의 및 제언

1. 결과 논의

본 연구는 심각한 사회적 문제로 대두되고 있는 청소년들의 인터넷 중독에 영향을 미치는 변인으로 부모와의 애착을 설정하고 이 관계에서 정서조절능력의 매개효과를 검증하여 청소년 인터넷 중독 예방 및 치료를 위한 기초 자료를 제시하고자 하였다. 연구 목적을 달성하기 위해 서울 및 경기 소재의 중·고등학교 남, 여학생 500명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 본 연구의 주요 결과를 요약하고 이를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 부모 애착과 모 애착, 정서조절능력과 인터넷 중독 변인들 간의 상관관계를 살펴본 결과 부모 애착은 정서조절능력과 정적인 상관이 있었으며 인터넷 중독과는 부적의 상관이 있는 것으로 나타났다. 더불어 정서조절능력 역시 인터넷 중독과 부적의 상관이 있는 것으로 나타났다. 부모와의 높은 애착 수준과 높은 정서조절능력, 낮은 인터넷 중독 수준이 관련되어 있음을 보여주며 이러한 결과는 낮은 애착 수준이 인터넷 중독과 상관을 가지고 있다는 많은 연구(최명구, 2003; 김한규, 2005; 정다운, 2010)의 결과와 일치한다고 볼 수 있다. 또한 인터넷에 중독된 청소년들이 낮은 정서조절능력을 보였다는 이만제(2009)의 연구 결과와 게임 중독 집단이 비중독 집단에 비해 낮은 정서지능을 보였다는 안혜영(2003), 정경순(2005)의 연구 결과와도 일치한다 할 수 있다. 한편, 정서조절능력의 모든 하위요인이 인터넷 중독과 부적의 상관관계를 나타내었으며 그 중에서도 만족지연, 동기화와 관련된 '자기 정서 이용' 요인이 가장 큰 상관관계를 나타내었다. 이러한 결과를 통해 부모 애착이 정서조절능력과 정적인 상관이 있을 것이라 가정한 가설 1, 부모 애착이 인터넷 중독과 부적의 상관이 있을 것이라 가정한 가설 2, 정서조절능력이 인터넷 중독과 부적의 상관이 있을 것이라고 가정한

가설 3이 모두 지지되었다.

다시 말해, 일관되고 따뜻한 보살핌에 의해 형성된 안정애착은 자신이 느끼는 정서를 적절하게 경험하고 이를 효과적으로 조절할 수 있는 능력과 관련이 있으며 정서적 스트레스를 유발하는 상황에서 개개인이 가지는 정서조절능력의 수준이 정서조절방략의 선택에 영향을 줌으로써 인터넷 중독과 밀접한 연관성을 가질 수 있겠다. 사람들은 부정적 정서를 조절하기 위해 다양한 정서조절전략을 사용하는데 Thayer와 MaCain(1994)은 부정적인 정서를 조절하기 위한 방략들이 능동적 조절, 주의분산, 수동적 조절, 정서의 발산, 약물 복용, 철회와 회피 등으로 구분된다고 보고하였다(오지혜, 2010에서 재인용). 인터넷을 중독적으로 사용하는 청소년들의 경우 자신의 부정적 정서를 조절하기 위해 현실 세계에서의 철회와 가상공간으로의 회피, 주의분산을 정서조절전략으로 사용한다고 추측해볼 수 있다. 자신의 부정적 정서를 감소시키기 위해 적당한 주의분산과 회피는 적응적일 수 있지만 이러한 정서조절방략을 빈번히 사용하는 것은 자신의 정서를 효과적으로 다루지 못하게 되어 인터넷의 중독적 사용과 같은 병리적 양상으로 나타날 수 있을 것이다.

둘째, 부, 모 애착과 인터넷 중독의 관계에서 정서조절능력의 매개효과가 어떠한지 구조방정식을 통한 모형 검증을 실시하였다. 그 결과, 부모 애착은 정서조절능력을 매개로 하여 인터넷 중독에 영향을 줄 수 있는 변인임을 알 수 있었다. 본 연구에서 설정한 연구모형과 경쟁모형을 비교 분석한 결과, 매개변인인 정서조절능력은 부모와의 애착과 인터넷 중독 간의 관계를 완전 매개하는 방식이 더 적합한 것으로 나타났다. 다시 말해 부모 애착은 인터넷 중독에 직접적으로 영향을 미치지 보다는 정서조절능력을 매개하여 인터넷 중독에 영향을 미친다는 것이다. 이러한 결과는 낮은 부모 애착이 청소년의 게임 중독에 직접적인 영향을 준다는 노지정(2008)의 연구 결과와는 일치하지 않지만 애착이 간접경로를 통해 인터넷 중독에 영향을 주었다는

목점선(2004)의 연구와 부모 애착이 인터넷 중독을 감소하는 직접적인 역할을 하지 않았다는 박경숙(2005)의 연구 결과와 일치한다. 이러한 연구 결과들을 종합했을 때, 청소년들의 부모 애착은 인터넷 중독 수준에 직접적으로 영향을 주기보다는 정서조절능력과 같은 매개변인을 통해 간접적인 영향을 미친다고 해석할 수 있겠다.

본 연구에서 청소년의 부모 애착이 인터넷 중독에 직접적인 영향을 미치지 않은 것은 또래관계가 중요시되며 부모로부터의 권위적인 애착관계에서 벗어나 관계의 재형성이 이루어지는 청소년기의 특성에 기인한다고 볼 수 있을 것이다. 그럼에도 불구하고 정서조절능력과 같은 개인 내 심리적 특성을 통해 간접적인 영향을 줄 수 있는 만큼 부모 애착은 청소년의 적응적 발달에 여전히 중요한 요인이 될 수 있겠다.

더불어 정서조절능력이 부모 애착과 인터넷 중독간의 경로에서 완전 매개한다는 결과는 인터넷 중독의 치료에서 정서적 측면을 다루어 주는 개입의 중요성을 시사한다 볼 수 있다. 특히 청소년들이 정서조절을 도울 수 있는 다양한 접근이 필요하겠다.

이지영과 권석만(2006)은 부정적인 정서를 감소시키기 위해서 사람들이 사용하거나 치료 장면에서 사용하는 다양한 정서조절방략들을 정서의 생리적, 인지적, 행동적, 체험적 요소 가운데 어떤 측면의 변화를 통해서 정서적 변화를 초래하느냐에 따라 생리적, 인지적, 행동적, 체험적 정서조절방략으로 구분하였다.

첫째, 생리적 방략은 심장박동, 혈압, 땀과 같은 생리적 요소를 변화시킴으로써 정서적 변화를 초래하는 방법으로, 음주하기, 담배피기, 커피마시기, 약물복용, 호흡하기, 명상 등이 대표적이다.

둘째, 인지적 정서조절방략은 인지적 변화를 통해 정서적 변화를 초래하는 방법이다. Garnefski 등(2001)은 인지적 정서조절방략에 관심을 가졌으며, 자기비난, 타인비난, 수용하기, 계획하기, 긍정적인 생각하기, 반추하기, 긍정적인

재평가, 관점에 맞추기, 과묵화를 포함한 9가지 인지적 대처방략을 제안하였다. Parkinson과 Totterdell(1999) 등의 선행연구들을 바탕으로 대표적인 인지적 방략을 살펴보면, 반추, 과묵화, 인지적 재구조화, 인지적 재평가, 합리화, 수용하기, 계획하기, 다른 생각으로의 주의분산 등이 있다. 인지치료에서는 생각과 신념의 변화를 통해 부정적 정서를 감소시키기 위한 인지적 기법을 강조한다.

셋째, 행동적 방략은 행동적 변화를 통해 정서적 변화를 초래하는 방법이다. 사람들이 부정적인 정서를 감소시키기 위해서 사용하는 대표적인 행동적 방략으로는 쇼핑하기, 음악듣기, 영화보기, 성관계하기, 테이트하기, 운동하기, 산책하기, 악기연주하기, 요리나 청소 등 다른 일에 몰두하기, 즐거운 일하기, 조언 구하기, 도움청하기 등이 있다. 행동치료에서는 부정적 정서를 초래하는 부적응적 행동을 제거하고 긍정적 결과를 유발하는 적응적 행동을 학습시킨다는 점에서 행동적 기법을 강조한다.

넷째, 체험적 방략은 정서적 체험과 표현을 통해 정서적 변화를 초래하는 방략이다. 정서 자각하기, 정서 느끼기, 웃기, 소리 지르기, 때려 부수기, 느낌적기, 다른 사람과 느낌 공유하기, 공감 받기, 즐거운 것 상상하기, 행복한 기억하기 등이 대표적인 체험적 정서조절방략이다. 이러한 체험적 방략을 중요시 여기는 치료적 접근으로는 지금-여기에서 체험되는 욕구와 감정의 자각을 중요시 여기는 게슈탈트 치료와 적응적 정서의 지각과 활성화를 지향하며 부적응적 정서를 탐색, 역기능적 신념을 완화하고 자기 통합적 정서의 개발을 돕는 정서중심치료(Emotion focused therapy)가 있다.

인터넷 중독 청소년에 대한 개입에 있어, 앞서 언급한 다양한 정서조절방략 중 보다 더 적응적인 정서조절방략을 습득할 수 있도록 돕는 치료적 개입이 이루어진다면 보다 긍정적인 치료 효과를 거둘 수 있을 것이다. 뿐만 아니라 인터넷 중독의 예방 차원에서도 도움이 될 수 있을 것이다.

2. 연구의 제한점 및 제언

본 연구는 다음과 같은 제한점을 가지고 있다.

첫째, 본 연구는 서울, 경기 지역의 중고등학교 학생들을 대상으로 하였기 때문에 전체 청소년의 특성을 대표하고 있다고 할 수 없으며, 청소년을 대상으로 한 연구결과이기 때문에 성인 인터넷 중독에는 연구의 결과를 적용할 수 없겠다. 따라서 후속 연구에서는 다양한 청소년 집단 및 성인을 대상으로 연구가 이루어질 필요가 있다.

둘째, 연구에서 사용한 설문지에는 청소년의 사회 경제적 요인에 대한 질문이 없어 인터넷 중독에 영향을 미칠 수 있는 사회 경제적 요소를 통제하지 못하였다는 점이 연구의 한계점이라 할 수 있다.

셋째, 본 연구에서는 애착과 인터넷 중독의 관계에서 정서조절능력 변인의 매개효과를 검증하였다. 추후 연구에서는 인터넷 중독에 영향을 줄 수 있는 다양한 매개 변인을 고려한 종합적인 모형검증이 이루어질 필요가 있겠다.

넷째, 본 연구에서는 하위 유형에 대한 구분 없이 포괄적인 인터넷 중독에 대해 살펴보았는데 추후 연구에서는 인터넷 중독 유형별로 어떤 애착 유형을 보이는지 알아볼 필요가 있겠다. 이를테면, 불안정 애착을 보이는 사람들은 자아존중감이 낮고 현실에서 부적절함을 많이 느끼기 때문에 성인 사이트의 채팅방 이용하거나 가상관계에 심취해 있을 가능성이 높다. 이러한 연구를 통해 인터넷 중독 하위 유형에 대한 깊은 이해가 가능할 것이다.

마지막으로, 본 연구에서 사용된 부모 애착, 정서조절능력, 인터넷 중독 척도는 선행 연구를 통해 검증된 척도이나 자기보고식 검사이기 때문에 측정하고자 하는 변인이 제대로 측정되지 않았을 가능성이 있다. 특히 인터넷 중독의 경우, 실제로 인터넷에 중독된 사람들이 자신의 중독적 인터넷 사용에 대해 스스로 인정하는 경우가 드물기 때문에 과소 보고하였을 가능성이 있다. 따라서 청소년의 인터넷 중독을 객관적으로 평정할 수 있는 방법이 필요하겠다.

참 고 문 헌

- 김경희(1995). 정서란 무엇인가. 서울: 민음사
- 김경희(1998). 교사용 유아 정서지능 평정척도 개발에 관한 연구. 연세대학교 대학원 박사학위 논문.
- 김명숙(2007). 인터넷 중독이 초등학생의 정서지능과 학교생활 적응에 미치는 영향. 영남대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 김은정, 이세용, 오승근(2003). 한국판 청소년 인터넷 중독 척도의 타당화. 한국심리학회지: 임상, Vol. 22, No. 1, 125-139.
- 김정문(2010). 불안정 애착이 심리적 안녕감에 미치는 영향 - 자동적 사고, 정서 인식, 정서표현 양가성, 스트레스 대처방식의 매개효과를 중심으로 -. 한양대학교 대학원 박사학위 논문.
- 김종범(1999). 인터넷 중독 하위 집단의 특성 연구 - 자존감, 우울, 외로움, 공격성을 중심으로-. 연세대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김주환, 김민규, 홍세희(2009). 구조방정식 모형으로 논문쓰기. 커뮤니케이션북스.
- 김한규(2006). 애착이 중학생의 대인관계 및 인터넷 중독에 미치는 영향. 한양대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 노지정(2009). 부모 자녀 애착과 가족응집력이 청소년의 게임중독에 미치는 영향. 건양대학교 대학원 석사학위 논문.
- 류수정(2010). 아동이 지각한 부모의 양육태도와 아동의 정서조절 및 인터넷 중독과의 관계. 한양대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 목점선(2004). 청소년의 인터넷 중독과 애착·학교생활적응 및 자기통제력과의 관계. 경남대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 박영숙(1999). 사이버스페이스에서의 소외현상에 관한 연구-현실세계와의 비교를 중심으로-. 정보통신학술 연구과제.

- 배병렬(2007). Amos17.0 구조방정식의 모델링 - 원리와 실제. 도서출판 청람.
- 손수아(2011). 아동이 지각한 부모의 양육태도와 아동의 정서조절 및 인터넷 중독과의 관계. 한양대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 손현미(2006). 초등학생의 인터넷 게임 중독과 부모-자녀 애착. 부산대학교 대학원 석사학위 논문.
- 신노라, 안창일(2004). 성인 애착 유형과 자기개념, 효능감, 대처 양식, 사회적 지지 수준과 대인불안의 관계. 한국심리학회지: 임상. Vol. 23, No. 4, 949-968.
- 신지욱(2006). 애착, 정서, 그리고 대인관계 유능성 사이의 관계에 대한 경로분석. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 안혜영(2003). 초등학생의 인터넷 게임 중독과 감성지능 및 학교 생활 적응간의 관계. 단국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 오지혜(2010). 게슈탈트 관계성 향상 프로그램(GRIP)이 우울 성향 여자 중학생의 우울, 정서조절, 학교적응에 미치는 효과. 성신여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 옥정(1997). 청소년기 애착 안정성과 우울 성향의 관계-지각된 유능감의 매개 효과를 중심으로. 이화여자대학교 석사학위 논문.
- 유수경(2006). 초등학생의 부모애착과 컴퓨터 게임 중독, 학교생활적응과의 관계. 인천대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 윤재희(1999). 인터넷 중독과 우울, 충동성, 감각추구성향 및 대인관계의 연관성. 고려대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이만제(2009). 대인 커뮤니케이션 특성 및 자아성향이 청소년의 인터넷 중독에 미치는 영향. 청소년복지연구, Vol. 11, No. 3, 99-127.
- 이은경 (1992). 청소년기 모- 자녀간의 애착이 자녀의 사회성과 학문적 자아개념에 미치는 영향. 이화여자대학교 교육대학원. 석사학위 청구논문.
- 이종원, 도종수, 김준호, 전경숙, 고성혜, 최원기, 이윤희, 한국청소년개발원

- (2006). 청소년 문제론. 서울: 교육과학사.
- 이지영, 권석만(2006). 정서조절과 정신병리의 관계: 연구 현황과 과제. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, Vol. 18, No. 3, 461-493.
- 이현애(2010). 청소년의 인터넷 사용 수준과 공격성, 자기통제력 간의 관계. 아주대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 장휘숙(1997). 청년기의 애착과 자아존중감 및 자기효능감의 관계. 인간발달연구, Vol. 4, No. 1, pp.89-103.
- 정경순(2005). 초등학생의 컴퓨터 게임 중독과 아동의 컴퓨터 게임 사용 특성, 대인관계 성향, 정서지능의 관계. 경희대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 정다운(2010). 청소년의 애착 유형과 인터넷 중독 간의 관계. 한남대학교 대학원 석사학위 논문.
- 채진선(2007). 부모 양육태도 및 부모와의 청소년기 애착이 이성 친구 애착에 미치는 영향. 성신여자대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 최명구(2003). 청소년의 애착, 자기위로능력, 심리적 안녕감과 인터넷 중독에 관한 연구. 한양대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 한국정보문화진흥원.(2010). 2010년 인터넷 이용 실태조사. 서울: 한국정보문화진흥원
- 한규석(1999). 사이버공간의 심리. 서울: 박영사.
- 황혜정(1999). 아동의 정서지능 발달과 정서 행동 문제와의 관계에 대한 연구. 초등교육연구, 13(1), 51-69.
- 홍세희(2000). 구조방정식모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. 한국심리학회 임상. 19(1), 161-177.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). *The inventory of Parent and Peer Attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence*. Journal of Youth and Adolescence, 16(5), 427-453.

- Block, J. J. (2008). *Issues for DSM-V: Internet addiction*. The American Journal of Psychiatry, 165(3), 306-307.
- Bowlby, J. (1958). *The nature of the child's tie to his mother*. International Journal Psychoanalysis, 39, pp.350-373.
- Bowlby, J. (1969/1982). *Attachment and loss : Vol 1. Attachment. (2nd ED)*. New York : Basic books.
- Bowlby, J.(1988). *A Secure Base*. New York : Basic Books.
- Bradley. S. J. (2000). *The caregiving Environment. In Affect regulation and the development of psychopathology*. New York: Guilford Press.
- Brenner, V. (1997). *Psychology of computer use: Parameters of Internet use, abuse and addiction*. Psychological Reports, 80(3), 879-882.
- Beranuy, M., Oberst, U., Carbonel, X., & Chamaro, A. (2009). *Problematic internet and mobile phone use and clinical symptoms in college students : The role of emotional intelligence*. Computer sin Human Behavior, 25(5), 1182-1187.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
- Bretherton, I. (1985). *Attachment theory: Retrospect and prospect*. In I. Bretherton, E. Waters (Eds), *Growing points of attachment theory and research: Monographs of the society for Research in Child Development, 50 (pp.3-35)*. Chicago: University of Chicago Press.
- Bretherton, I. (1990). *Assessing internal working models of the attachment relationships*. In M. T. Greenberg D. Cicchetti, & E. M. Cummings(Eds). *Attachment in the preschool years: Theory. Research and intervention* (pp. 273-308). The University of Chicago Press.

- Cassidy, J. (1994). *Emotion regulation : Influences of attachment relationships*. Monographs of the Society for Research in Child Development, Vol. 59, No. 2/3, pp. 228-249.
- Cicchetti, D., Ackerman, B. P., & Izard, C. E. (1995). *Emotions and emotion regulation in development psychopathology*. Development and Psychopathology, 7, 1-10
- Collins, N. L. & Read, S. J. (1990). *Adult attachment, working models and relationship quality in dating couples*. Journal of Personality and Social Psychology, 58(4), 644-663.
- Freeman, M. (1992). *The Addiction Process: Effective Social Work Approaches*. NY, Longman.
- Goldberg, I. (1995). *Internet Addiction Process: Electronic message posted to reach discussion list*. <http://www.rider.edu/user/suler/psycyber/supportg-p.html>.
- Goldberg, I. (1996). *Internet Addiction Disorder*. <http://www.cog.brown.edu/brochures/people/duchon/humor/internet.addiction.html>.
- Gohm C. L. (2003). *Mood regulation and emotional intelligence: individual differences*. Journal of Personality and Social Psychology, 84(3) 594-607.
- Gottman, J. M. & Metetal, G. (1986). *Speculations about social and affective development: Friendship and acquaintanceship though adolescents*. In J. M. Gottman & J. G. Parker(Eds). *Conversations of friends : Speculations on affective development*. New York : Cambridge University Press.
- Gottman, J. M., & Katz, L. F. (1989). *Effects of marital discord on*

young children's peer interaction and health. Developmental Psychology, 25, 373-381.

Gross, J. J.(1998). *Antecedents and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression and physiology.* Journal of Personality and Social Psychology, 74, 224-237.

Hazan, C., Gur-Yaish, N., & Campa. (2004). *What does it mean to be attached? In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds).* Adult attachment. (pp. 55-85). New York : Guildford Press.

Izard, C. E., Haynes, O. M., Chisholm, G., & Baak, K. (1991). *Emotional determinant of infant-mothers attachment.* Children Development, 62, 906-917.

Kobak, R. R., & Sceery, A. (1988). *Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others.* Child Development, 59, 135-146.

Kobak, R. R., Cole, H. E., Ferenz-Gillies, R., & Fleming, W. S. (1993). *Attachment and emotional regulation during mother-teen problem-solving: A control theory analysis.* Child Development, 64(1), 231-245.

Kraut, R. & Patterson, M. (1998). *Internet paradox: The generality and dynamics of conceptual tempo.* Journal of Abnormal Psychology, 71, 17-24.

Leeper, R. W. (1965). *Some needed developments in the motivational theory.* In D. Levine(Ed). Nevraska symposium on motivation. Lincoln: University of Nevraska.

Lopes, P. N., Brackett, M. A., Nezlek, J. B., Schutz, A., Sellin, I.,

- Salovey, P. (2004). *Emotional Intelligence and Social Interaction*. Personality and social psychology bulletin, Vol. 30, No. 8, 1018-1034.
- McCauley, E., Kendall, K, & Pavlidis, K.(1995). *The development of emotional regulation and emotional response*. In I. M. Goodyer (Ed), *The depressed child and adolescent* (pp. 53-80). Cambridge: University Press.
- Mayer, J., & Salovey, P. (1990). *Emotional intelligence*. Imagination, Cognition, and Personality, 9, 185-221.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1995). *Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings*. Applied and Preventive Psychology, 4(3), 197-208.
- Mayer, J., & Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence? In P. Salovey, & D. J. Sluyter, Emotional development and emotional intelligence : Educational implication(pp. 1-30)*. New York: Basic Book, Harp Collins Pub.
- Mowrer, O. (1960). *Learning theory and behavior*. New York: Wiley.
- Onishi, M., & Gierde, P. E. (1994). *Attachment styles: A multimethod examination concurrent and prospective personality characteristics*. Paper presented at the meeting of the Society for Research on Adolescence, San Diego, CA.
- Robert, J. E., Gotlib, I. H., & Kassel, J. D. (1996). *Adult attachment security and symptoms of depression: the mediating roles of dysfunctional attitudes and low self-esteem*. Journal of Personality and Social Psychology, 70(2), 310-320.
- Searle, B., & Meara, M. N. (1999). *Affective Dimensions of Attachment*

Styles: Exploring Self-Reported Attachment Style, Gender, and Emotional Experience Among College Students. Journal of Counseling Psychology, 46, 147-158.

Shaffer, D. R. (2005). *발달심리학.*(송길연 외, 역). 서울: 시그마프레스

Strongman, K. T. (1978). *The nature and measurement of practical intelligence.* Unpublished Manuscript. Yale University.

Suler, J.(1998). *Psychology of Cyberspace.* URL : www.rider.edu/users/suler/psycyber/psycyber.html

Trinidad, D. R., Unger, J. B., Chou, C. P., Azen, S. P., Johnson, C. A. (2004). *Emotional intelligence and smoking risk factor in adolescents: interactions on smoking intentions.* Journal of Adolescent Health, Vol. 34, No. 1, 46-55.

Young K. S. (1996). *Internet Addiction : The Emergence of A New Clinical Disorder.* Cyber Psychology Behavior, 1(3), 237-244.

Young, K. S. & Rodgers, R. C. (1998). *The relationship between depression and internet addiction.* Cyber Psychology & Behavior, 1(1), 25-28.

Young, K. S. (1999). *Internet addiction: Symptoms, evaluation, and treatment.* *Innovation in Clinical Practice.* <http://netaddiction.com/articles/symptoms.html>.

ABSTRACT

The Effect of Parent Attachment in Adolescent on Internet Addiction : The Mediating Effect of Emotion Regulation Ability

Kim, Seo-Hyeon

Department of Psychology

The Graduate School of

Sungshin Women's University

The purpose of this study is to examine the effect of parent attachment on internet addiction and shed light on the specific mechanism through which emotion regulation ability had an influence on internet addiction of students in middle and high school. Based on earlier studies, it was hypothesized that emotion regulation ability would mediate the relations between parent attachment and internet addiction level. Inventory of parent attachment, internet addiction scale, emotional regulation ability scale were administered to 500 middle and high school students. Data were analyzed by SPSS 18.0.0 and Amos 18.0.0. The results of this study were summarized as follows:

First, parent attachment had a positive correlation with emotion

regulation ability. emotion regulation ability had a negative correlation with internet addiction.

Second, emotion regulation ability showed a totally mediation effect on the relationship between parent attachment and internet addiction.

Finally, based on the finding results, the implication and limitations of this study were discussed.

Key words : attachment, internet addiction, emotion regulation, adolescent, mediating effect

부 록 목 차

부록 1. 애착 척도

부록 2. 인터넷 중독 척도

부록 3. 정서조절능력 척도

부록 4. 인구학적 변인 및 인터넷 사용에 대한 질문지

설문지

안녕하세요?

소중한 시간을 내주셔서 감사합니다.

본 설문지는 여러분의 부모님에 대해 여러분의 생각과 자기 자신에 대한 생각, 태도 및 인터넷 사용에 대하여 알아보기 위해 제작되었습니다.

모든 질문에 정답은 없습니다. 설문지는 익명으로 처리되고 철저하게 비밀보장 될 것이며, 본 연구 이외의 목적에는 사용되지 않을 것입니다. 따라서 평소에 느꼈던 귀하의 생각이나 행동을 있는 그대로 솔직하게 답해주시면 됩니다.

본 설문의 내용을 다른 사람과 의논하지 마시고 작성해주시고, 한 문항도 빠짐없이 최대한 솔직하게 답해주시기를 부탁드립니다.

연구를 위해 소중한 시간을 내주셔서 다시 한번 진심으로 감사드립니다.



성신여자대학교 대학원 임상심리 전공

지도교수 김 정 규

연구자 김 서 현

※ 본 조사는 통계법 제 8조에 의거하여 비밀이 보장되며 통계 목적 이외에는 사용되지 않습니다.

◆ 다음은 여러분에 대한 것과 인터넷 사용에 대한 질문입니다. 자신에게 해당하는 보기에 ○표를 해주십시오.

1. 여러분의 성별은 무엇입니까? ① 남 ② 여
2. 여러분은 어느 학교에 재학 중입니까? ① 중학교 ② 고등학교
3. 여러분은 몇 학년입니까?
① 1학년 ② 2학년 ③ 3학년

4. 여러분이 주로 어떤 용도로 인터넷을 사용하나요?

- ① E-mail
- ② 채팅&메신저
- ③ 미니홈피, 블로그(트위터, 페이스북 포함)
- ④ 학업과 관련된 용도(인터넷 동영상 강의 등)
- ⑤ 웹서핑 및 정보 검색
- ⑥ 인터넷 쇼핑
- ⑦ 인터넷 게임
- ⑧ 성인 사이트
- ⑨ 기타 _____

5. 여러분의 하루 평균 인터넷 사용 시간은 어느 정도인가요?

- ① 30분 미만
- ② 30분 이상-1시간 미만
- ③ 1시간 이상-2시간 미만
- ④ 2시간 이상-3시간 미만
- ⑤ 3시간 이상-5시간 미만
- ⑥ 5시간 이상

◆ 다음은 여러분의 아버지, 어머니(또는 아버지, 어머니처럼 돌봐주신 분)에 대한 여러분의 생각에 대한 질문입니다. 각 문항을 읽고 아버지, 어머니에 각각에 대한 현재 여러분의 느낌을 솔직하게 답해주시기 바랍니다.

문 항		평가 척도					
		전혀 그렇지 않다	그렇지 않은 편이다	보통이다	조금 그렇다	매우 그렇다	
1.	우리 부모님은 나의 감정을 존중해줍니다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
2.	우리 부모님은 부모님으로서 본분을 다 한다고 생각한다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
3.	다른 분이 우리 부모님이었으면 좋겠다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
4.	우리 부모님은 나를 있는 그대로 받아들여 주십니다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
5.	나는 걱정되는 일이 있을 때, 부모님의 의견을 받아들이고 싶다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
6.	부모님께 내 감정을 드러내 봐야 소용 없다고 생각한다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
7.	우리 부모님은 내가 어떤 일로 기분이 상했을 때, 알아차리십니다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
8.	부모님과 함께 나의 문제를 상의할 때, 나는 수치스럽고 바보 같다고 생각한다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
9.	우리 부모님은 내게 너무 많은 것을 바라십니다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
10.	나는 부모님과 함께 있을 때, 쉽게 기분이 나빠진다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
11.	나는 기분 나쁜 일이 있을 때, 부모님이 생각하는 것 보다 훨씬 더 속상해 한다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
12.	어떤 일에 대해 상의 할 때, 부모님은 나의 의견을 고려해주십니다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5

13.	우리 부모님은 판단을 신뢰하신다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
14.	우리 부모님 나름대로 문제가 있기 때문에 나의 문제로 부모님을 귀찮게 하지 않는다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
15.	우리 부모님은 내가 나 자신을 더 잘 이해할 수 있도록 도와주신다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
16.	나는 부모님께 나의 어려움과 근심거리에 대해 말씀 드린다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
17.	나는 부모님께 분노를 느낀다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
18.	나는 부모님으로부터 별 관심을 받지 못한다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
19.	우리 부모님은 내가 나의 어려움을 이야기할 수 있도록 격려해 주신다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
20.	우리 부모님은 나를 이해해 주신다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
21.	우리 부모님은 내가 어떤 일로 화가 났을 때, 이해하려고 노력하신다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
22.	나는 우리 부모님은 신뢰한다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
23.	우리 부모님은 내가 요즘 어떤 일을 겪는지 이해하지 못하신다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
24.	나의 마음의 부담을 떨쳐 버리고 싶을 때 부모님께 의지할 수 있다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5
25.	만약 부모님께서 내게 고민거리가 있다는 걸 아신다면 나에게 그것에 대해 물어보신다.	부	1	2	3	4	5
		모	1	2	3	4	5

◆ 다음은 여러분들의 인터넷 사용에 대한 질문입니다. 각 문항을 잘 읽고 현재 자신의 상태와 가장 가깝다고 생각되는 숫자에 ○표 해주시기 바랍니다.

문 항		전 혀 그 렇 지 않 다	약 간 그 렇 다	보 통 그 렇 다	많 이 그 렇 다	매 우 많 이 그 렇 다
1.	인터넷을 하게 되면 처음 생각했던 것보다 늘 더하게 된다.	1	2	3	4	5
2.	인터넷으로 많은 시간을 보내느라 집안일에 소홀히 한다.	1	2	3	4	5
3.	가장 친한 친구와 시간을 보내는 것보다 인터넷의 즐거움을 더 좋아한다.	1	2	3	4	5
4.	인터넷을 통해 새로운 친구를 사귈다.	1	2	3	4	5
5.	내가 인터넷에 많은 시간을 보내는 것에 대해 주위 사람들이 불평을 한다.	1	2	3	4	5
6.	인터넷을 하는데 많은 시간을 쓰기 때문에 숙제, 학과 공부에 지장이 있으며, 성적이 떨어진다.	1	2	3	4	5
7.	공부 등 해야 할 일을 먼저 하기 전에 이메일(e-mail)부터 먼저 확인한다.	1	2	3	4	5
8.	인터넷 때문에 학습 능률이 떨어진다.	1	2	3	4	5
9.	다른 사람들이 인터넷으로 주로 무엇을 하느냐고 질문을 하면 방어적이 되거나 숨는다.	1	2	3	4	5
10.	다시 인터넷을 할 수 있을 때를 기대하게 된다.	1	2	3	4	5
11.	현실의 골치 아픈 생각을 잊기 위해 인터넷을 하게 된다.	1	2	3	4	5
12.	인터넷이 없는 내 생활은 허전하고 따분하고 재미가 없을 것 같다.	1	2	3	4	5
13.	인터넷을 할 때 나를 방해하면 막 소리를 지르고 화를 낸다.	1	2	3	4	5
14.	밤새 인터넷을 하느라 잠을 못 자는 때가 있다.	1	2	3	4	5

15.	인터넷을 하지 않을 때에도 인터넷에 대한 생각으로 짝 차있거나 접속하는 것을 상상한다.	1	2	3	4	5
16.	인터넷을 할 때 '조금만 더 하고 그만해야지'하면서 계속 하게 된다.	1	2	3	4	5
17.	오랜 시간 인터넷을 하는 것에 대해 그만 두려고 무척 노력해보았지만 결국 실패하였다.	1	2	3	4	5
18.	인터넷을 얼마나 오래 했는지에 대해 숨기려 한다.	1	2	3	4	5
19.	남들과 밖에서 노는 것보다 결국 인터넷 하는 것을 택한다.	1	2	3	4	5
20.	인터넷을 하지 않을 때는 마음이 웬지 불안하고 울적하며 신경이 날카롭게 된다. 그래서 다시 인터넷을 하게 된다.	1	2	3	4	5

◆ 각 문항을 주의 깊게 읽고, 평소 자신의 모습이라고 생각되는 번호에 표시해 주세요. **좋거나 나쁜답은 없습니다.** 문장을 읽고, 가장 먼저 떠오르는 생각 그대로 한 문장도 빠트리지 말고 해당 번호에 ○표 해주세요.

번호	문항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통이다	대체로 그렇다	매우 많이 그렇다
1.	감정을 나타내는 말과 얼굴 표정이 일치한다.	1	2	3	4	5
2.	나는 내가 좋아하는 것과 싫어하는 것에 대한 구별이 뚜렷하다.	1	2	3	4	5
3.	나는 나의 감정과 행동의 이유를 설명할 수 있다.	1	2	3	4	5
4.	친구와 싸울 때의 느낌과, 야단 맞을 때의 느낌을 구분한다.	1	2	3	4	5
5.	다른 사람이 내 얼굴 표정을 보면 기분을 알 수 있다.	1	2	3	4	5
6.	나는 내 자신의 감정을 말할 수 있다.	1	2	3	4	5
7.	나는 슬픈 일이 있을 때, 다른 사람에게 내 감정을 표현한다.	1	2	3	4	5
8.	나는 상황에 맞는 감정을 표현한다.	1	2	3	4	5
9.	나는 기쁜 일이 있으면 다른 사람에게 내 감정을 표현한다.	1	2	3	4	5
10.	나는 얼굴 표정이 풍부하다.	1	2	3	4	5
11.	나는 화가 나서 활동이나 놀이를 못하는 경우는 거의 없다.	1	2	3	4	5
12.	나는 감정의 변화가 심하지 않다.	1	2	3	4	5
13.	다른 사람들이 나의 다음 행동을 예측하는 편이다.	1	2	3	4	5
14.	내 감정이 격해졌을 때, 스스로 해결하려고 노력한다.	1	2	3	4	5

15.	나는 기분이 나빠져도 물건을 던지거나, 때리거나 하지는 않는다.	1	2	3	4	5
16.	나 자신이 원하는 바를 하지 못해도 참는다.	1	2	3	4	5
17.	나는 집단 활동을 할 때, 내 차례를 지키려고 기다린다.	1	2	3	4	5
18.	나는 한 가지 일에 오래 집중하지 못하고 쉽게 주의가 흐트러진다.	1	2	3	4	5
19.	나는 시작한 일은 잘 마무리 짓고 다음 활동으로 넘어간다.	1	2	3	4	5
20.	나는 꼭 해야 되는 일이라면 하기 싫어도 한다.	1	2	3	4	5
21.	나는 하고 싶은 일도 해서는 안 된다고 하면 하지 않는다.	1	2	3	4	5
22.	나는 쉬운 일은 다른 사람의 도움 없이 혼자 힘으로 한다.	1	2	3	4	5
23.	나는 실패하더라도 여러 번 시도한다.	1	2	3	4	5
24.	나는 계획한대로 실천한다.	1	2	3	4	5
25.	선생님의 격려나 관심 없이는 과제를 완성하지 못한다.	1	2	3	4	5
26.	내가 한 일에 대해서 자부심을 느낀다.	1	2	3	4	5
27.	“혼자 할 수 있어요.”라는 말을 더 많이 한다.	1	2	3	4	5
28.	나는 당장의 작은 결과나 성취보다 더 큰 결과를 위해 기다릴 줄 안다.	1	2	3	4	5
29.	나는 나 자신의 능력보다 너무 높거나 낮은 기대를 한다.	1	2	3	4	5
30.	나는 무언가 잘 하려고 노력하기보다는 서둘러 끝낸다.	1	2	3	4	5
31.	나는 과제의 완성에 관심을 갖고 이를 위해 노력한다.	1	2	3	4	5
32.	나는 놀이를 할 때, 친구를 방해한다.	1	2	3	4	5
33.	나는 친구들의 감정표현에 적절하게 반응한다.	1	2	3	4	5
34.	나는 다른 사람의 감정을 존중한다.	1	2	3	4	5
35.	나는 친구가 다쳤거나 울고 있으면 관심을 보인다.	1	2	3	4	5

36.	나는 도움이 필요한 친구한테 도움을 준다.	1	2	3	4	5
37.	내가 가지고 놀던 것을 친구가 가지고 놀고 싶어 하면, 양보한다.	1	2	3	4	5
38.	나는 다른 사람을 고려해서 내가 하고 싶은 일도 참을 때가 있다.	1	2	3	4	5
39.	나는 놀면서 규칙을 정할 때, 친구의 의견을 참고한다.	1	2	3	4	5
40.	나는 선생님 앞에서 어색해하고 피한다.	1	2	3	4	5
41.	나는 선생님의 칭찬을 받으려고 노력한다.	1	2	3	4	5
42.	나는 선생님의 말에 무관심하다.	1	2	3	4	5
43.	선생님께 먼저 말을 거는 등 선생님과 관계에서 적극적이다.	1	2	3	4	5
44.	선생님의 지시를 잘 따른다.	1	2	3	4	5
45.	나는 친하게 지내는 친구가 있다.	1	2	3	4	5
46.	나는 친구들이 놀고 있는 중간에도 잘 참여한다.	1	2	3	4	5
47.	나는 새로운 친구와는 쉽게 어울리지 못한다.	1	2	3	4	5
48.	나는 화가 났을 때, 말로 문제를 해결한다.	1	2	3	4	5
49.	친구들이 나를 좋아한다.	1	2	3	4	5
50.	나는 혼자 있는 경우보다는 친구와 함께 놀이를 하는 경우가 많다.	1	2	3	4	5

♥ 수고하셨습니다. 설문에 참여해 주셔서 감사합니다. ♥

감사의 글

2009년 9월 어느 가을 날, 무작정 대학원에 진학하고 싶다며 김정규 교수님을 찾아갔을 때가 생각납니다. 무슨 용기로 그랬는지는 지금도 알 수 없지만 지금 돌이켜보면 참 운명 같은 선택이 아니었나 싶습니다. 막연한 미래에 불안하고 좌절스러웠던 시간도 있었지만 나 자신을 있는 그대로 인정하고 수용할 수 있었던 소중한 시간들이었습니다. 이런 경험을 할 수 있는 기회를 주신 김정규 교수님, 교수님의 제자가 될 수 있어 정말 행복했습니다. 감사합니다.

논문에 대해 좋은 말씀 나누어주시고 꼼꼼하게 봐주시며 도움주신 채규만 교수님과 이정윤 교수님 덕분에 제 논문이 잘 마무리 될 수 있었습니다. 감사한 마음을 전합니다. 연구 설문을 도와주신 이성희 교장선생님, 김영래 교장 선생님, 홍진경 선생님, 봉하경 선생님, 지연이 어머님께 감사드립니다. 이 분들이 없었더라면 참으로 막막하고 힘든 길이 되었을 것 같습니다.

논문 쓰며 큰 힘이 되었던 29기 동기 자혜언니, 보람언니, 소영언니, 신영언니, 주화언니, 지혜언니. 이렇게 좋은 동기들을 만날 수 있어 큰 행운이었다고 생각합니다.

바쁠 텐데도 부탁 기꺼이 들어준 인경, 인성이, 항상 용기와 힘을 북돋아 주던 지연(곽), 하영, 중국에 있는 지연(이). 다들 너무 고맙고 사랑한다.

우리 사이코드라마 학회 동기 유진, 수란, 지윤, 유리, 윤원, 선아(쓰라)! 다들 많이 바빠 연락은 많이 못하지만 늘 고맙고 보고 싶은 친구들입니다.

한없이 약해진 내 모습을 받아주고 든든한 버팀목이 되어준 종훈이에게도 고마움을 전하고 싶습니다.

마지막으로 대학원 과정 중에 투정 다 받아주고 제 논문을 위해 저보다 더 힘써주신 엄마, 논문은 잘 되어가는지 물어주며 마음써준 아빠, 무심해보이지만 사실 내 걱정 많이 해주는 헤미. 우리 가족 모두에게 사랑한다는 말을 전하고 싶습니다.

이렇게 많은 분들이 옆에 있어, 힘든 여정이었지만 기운내서 즐겁게 걸어올 수 있었습니다. 앞으로 제가 갈 길에도 많은 힘든 일들이 있겠지만 늘 노력하고 정진하고자 합니다.

2011년 12월 겨울

김 서 현