

# 감각추구, 충동성, 인터넷 중독 및 부정적 정서 간의 인과모형 탐색: 성격강점 자기조절의 조절효과<sup>†</sup>

정재홍\*      이민규<sup>‡</sup>  
경상대학교 심리학과

본 연구는 인간의 긍정적인 심리적 측면을 과학적으로 연구하는 긍정심리학의 긍정특질을 바탕으로 한 성격강점을 통해 인터넷 중독을 설명하고자 하였다. 이를 위해 J시와 D시 4개 대학교의 568명(남 225명, 여 343명)의 자료를 사용하여 인터넷 중독과 성격강점의 관계를 탐색적 회귀분석을 통해 확인하였고, 인터넷 중독은 성격강점 요인 중 자기조절, 용감성, 사랑과 유의한 관계가 있었다. 그리고 선행연구를 바탕으로 인터넷 중독에 영향을 주는 요인으로 감각추구와 충동성을 설정하고, 인터넷 중독이 우울과 불안에 영향을 주는 인과모형을 설정하였다. 충동성은 인터넷 중독을 유의하게 설명하였으며, 감각추구는 충동성을 거치는 간접경로를 통해 인터넷 중독을 설명하였다. 그리고 인터넷 중독은 우울과 불안을 유의하게 설명하였다. 마지막으로 탐색적 회귀분석에서 가장 많은 설명력을 지닌 성격강점인 자기조절의 상하 수준에 따라 인과모형의 차이를 다집단 분석을 통해 확인하였다. 그 결과, 자기조절 하 집단에서는 충동성이 인터넷 중독을 유의하게 설명하였으며, 감각추구는 충동성을 거치는 간접경로를 통해 인터넷 중독을 설명하였다. 그리고 인터넷 중독은 불안을 유의하게 설명하였으며, 우울은 불안을 거치는 간접경로를 통해 설명되었다. 자기조절 상 집단에서는 감각추구와 충동성이 인터넷 중독을 유의하게 설명하였으며, 인터넷 중독은 우울과 불안을 유의하게 설명하였다. 결론적으로 자기조절이 낮은 사람들은 우선적으로 단순한 충동성에 의해 인터넷을 사용하는 반면, 자기조절이 높은 사람은 다양한 목적을 가지고 인터넷을 이용하지만 자기조절의 실패는 개인의 부정적 정서에 더 많은 영향을 줄 수 있다는 것을 시사한다. 그러나 지속된 인터넷 중독은 자기조절의 수준에 관계없이 부정적 정서에 영향을 미치는 것으로 보인다.

주요어: 인터넷 중독, 성격강점, 부정적 정서, 충동성, 감각추구, 다집단분석

<sup>†</sup> 이 논문은 정재홍의 석사학위 청구논문을 수정, 정리한 것임.

\* 현재 [부산가톨릭의료원 메리놀병원 정신건강의학과]

<sup>‡</sup> 교신저자(Corresponding author) : 이민규, (660-701) 경남 진주시 가좌동 진주대로 501, 경상대학교 심리학과, Tel: 772-1264, E-mail: rmk92@chol.com

표준국어대사전(국립국어원, 1999)은 중독(中毒)을 ‘생체가 음식물이나 약물의 독성에 의하여 기능 장애를 일으키는 일’, ‘술이나 마약 따위를 지나치게 복용한 결과, 그것 없이는 견디지 못하는 병적 상태’, ‘어떤 사상이나 사물에 젖어 버려 정상적으로 사물을 판단할 수 없는 상태’로 정의하고 있다. 과거 중독과 관련된 사회적 관심은 알코올이나 가스, 마약 등 주로 중추신경계에 영향을 미쳐 부작용을 일으키는 물질사용과 관련한 생리적 중독(intoxication)만을 일컫는 제한적 의미로 사용되어왔다. 하지만, 산업발달과 함께 찾아온 시장경제중심의 산업구조, 전자정보통신과 매스미디어의 발달, 국가정책 등으로 현대인은 보다 자극적인 상황에 노출되었고, 물질로 유발되는 것이 아닌, 게임이나 인터넷, 스마트폰, 쇼핑, 성형 등 부작용을 유발하는 다양한 행동과 관련하여 보다 포괄적이고 광범위한 의미로 ‘중독(addiction)’이란 용어를 사용하고 있다. 이에 김교현(2002)은 중독의 핵심을 대상이나 활동에 대해 발달시킨 강한 애착과 그에 대한 개인적 부작용이나 사회 및 도덕적인 중단 압력 사이의 갈등이라 보았다. 그리고 중독을 단순히 어떤 행동을 즐기고 자주 반복한다기보다는 “조절하고 싶은데도 불구하고 조절하기 어렵고, 그 결과로 개인적이나 사회적 폐해를 유발하는 생활의 균형이 깨어진 상태”라 정의하였다.

이러한 현상은 정신의학적 장애를 진단하기 위해 세계적으로 사용되며, 최근 새롭게 개정된 정신장애의 진단 및 통계 편람 제5판 (Diagnostic and statistical manual of mental disorders [5th ed.]) (American Psychiatric Association, 2013)에서도 나타난다. 기존 정신장애의 진단 및 통계 편

람 제4판 (DSM-IV-TR)(APA, 2000)의 물질관련 장애(Substance-Related Disorders)범주에서는 물질에 의한 생리적 중독(intoxication)만을 설명하였고, 병적도박(Pathological Gambling)을 다른 곳에 분류되지 않는 충동조절장애(Impulse-Control Disorders Not Elsewhere Classified)범주에서 설명하였다. 하지만 개정된 제5판에서는 물질관련장애의 범위를 확장하여 도박과 같은 행동이 약물남용과 유사하게 뇌 보상체계를 활성화하고, 도박장애 증상이 물질사용장애와 비슷하다는 일관된 많은 증거들을 반영하여 도박장애(Gambling Disorder)를 물질관련 및 중독 장애(Substance-Related and Addictive Disorders)범주에 포함하였다(APA, 2013). 그리고 Session III에서 더 많은 연구가 필요한 범주로 인터넷 게임장애(Internet Gaming Disorder)를 제안하였다. 이에 대해 DSM-5의 물질관련장애 작업그룹의 대표인 Charles O'Brien(2013)은 20년 간 많은 사람들이 인터넷을 지나치게 사용해보면서 많은 부작용을 일으켰으며, 특히 다른 사람들과 함께하는 그룹 게임에서 ‘중독’을 일으킨다고 보았다. 그리고 한국, 중국과 일본에서는 인터넷 중독으로 이미 많은 사람들이 치료를 받고 있으며, 직접 중국의 인터넷 중독 전문병원을 방문하기도 하였지만, 정신장애의 주요 목록에 포함되기에는 아직 준비가 부족하다 판단해, 인터넷 게임장애를 Section III에 포함하였다고 밝혔다. 이와 관련해, DSM-5에서는 인터넷 게임장애(Internet Gaming Disorder)는 유병자료를 확인할 수 있는 표준적인 정의와 사례의 자연사적 이해가 부족하며, 아시아 국가(특히, 중국과 한국)의 젊은 남성에서 유병율이 높고, 유럽과 북미에서는 유병율이 낮으며 가변적

이어서 Session III에 포함되었다고 설명한다. 그리고 물질 관련 및 중독장애 중 도박중독이 유일한 비물질 관련 중독장애이지만, 다른 행동장애에서 물질사용장애 및 도박장애와 유사한 점이 나타나며, 그 중 인터넷 게임의 강박적 사용에 대한 많은 문헌이 존재한다고 하였다. 또한, 인터넷 사용장애, 인터넷중독, 게임중독 등으로 거론되는 인터넷 게임장애는 상당한 공중보건의 중요성을 지니고, 추가적인 연구를 통해 독립적인 장애로 가치를 가질 것이라고 설명하였다. 이처럼 과거의 정신장애 진단에는 없었던 여러 행동들이 시대의 변화에 함께 새로운 문제로 떠오르고 있으며, 인터넷과 관련된 부적응을 설명하기 위한 많은 연구가 필요하다.

한편, Seligman(2002)은 인간의 약점과 결함을 교정함으로써 심리적 증상을 감소시킬 수 있다고 여기는 질병모형(disease model)이 지난 50여 년간의 정신건강 분야를 주도해왔다고 말한다. 이러한 영향으로 인간이 보이는 여러 가지 심리적 증상들은 다양한 정신장애로 명명되고 분류되었으며, 주요 정신장애의 원인과 기제가 밝혀지고, 증상의 감소와 제거를 목표로 한 다양한 치료방법들도 개발되었다(김지영, 2011). 그러나 정신장애 증상과 부적응적 문제행동의 제거를 목표로 하는 질병모형으로는 정신장애의 예방에 큰 성과를 거두지 못하였다(Catalano, Berglund, Ryan, Lonczak & Hawkin, 1998). 질병모형은 치료활동에서도 잦은 재발을 초래하는 불완전한 치료라는 점이 여러 연구에서 지적되고 있다(Simons, Murphy, Levine & Wetzel, 1986). 또한, 인간의 부정적 측면에 대한 편향된 시각으로 인해 긍정적 측면을 간과하고 설명하지 못했다.

이러한 한계를 극복하기 위해 긍정심리학은 단순히 부적응 증상의 부재상태가 아닌, 적극적인 의미의 주관적 안녕과 최선의 심리적 기능을 발휘하는 긍정적 정신건강을 목표로 하는 성장모형을 제안하였고, 인간의 결함과 장애에 초점을 맞추기보다 긍정적 성품과 강점을 근간으로 하였다(권석만, 2008). 그리고 질병모형의 틀에서 인간의 약점에 초점을 맞추어 만들어진 DSM의 분류체계가 심리장애의 이해와 치료, 연구에 영향을 준 것처럼, 성장모형의 틀에서 긍정특질(positive trait)을 연구하였다. 이를 통해 성격강점과 덕목을 분류(Peterson & Seligman, 2004)하여 인간의 강점, 심리장애의 예방에 초점을 두고 긍정심리학의 과학적 연구를 가능하게 하였다. 하지만, 긍정심리학에 대한 연구들은 특정집단의 성격강점을 확인하거나, 삶의 만족도(Park, Peterson & Seligman, 2004; 임영진, 2010; 최은미, 2009), 혹은 주관적 행복감(Shimai et al., 2006; Peterson et al., 2007; 최은미, 2009)과 같은 긍정적 상태와 관련한 연구들이 대부분이고, 개인의 중독 문제나 부정적 특성과의 관계에 대한 연구는 부족한 실정이다.

중독(addiction)의 영역은 문화사회적 변화와 함께 많은 영역으로 확장되었고, 개인의 중독행동과 관련된 선행연구들은 질병모형의 기본적인 틀에서 중독에 빠지는 사람과 그렇지 않은 사람들의 차이점을 설명하고 부정적 증상의 감소와 제거에 초점을 맞춰왔다. 이처럼 컴퓨터와 인터넷의 발달은 지난 몇 십년간 생활 전반에 깊숙이 자리 잡으면서 편리함과 신속함으로 생활에 많은 변화와 새로운 문화를 창출하였지만, 지나친 인터넷 사용으로 인한 역기능적인 문제가 발생하였고, 많은 연구들이 우울, 충동성, 불안 등의 부정적 특성을

확인해왔다. 이에 긍정심리학의 관점에서 긍정특질이 개인의 부정적 특성을 상쇄하고 완화시킬 수 있는 것처럼, 현실세계에 대한 도피나 충동적으로 인터넷을 사용하는 것이 아닌 지혜와 지식의 장으로서 스스로를 조절하며 인터넷을 활용하는 사람들의 특징을 확인해보고자 하였다.

정신건강의학과 의사인 Goldberg(1996)는 물질남용장애 진단기준에 근거하여 인터넷 중독 장애를 설명하려 하였고, 비슷한 시기 Young(1996)은 병적 도박 진단 기준을 원용하여 인터넷과 관련된 장애에 적용하였다. Davis(2001)는 인지행동모형으로 인터넷 중독과정을 설명하면서 병리적 인터넷 사용(Pathological Internet Use: PIU)이라는 용어를 사용하였는데, 개인의 심리적 요소와 인지적 특성으로 인해 온라인 섹스나 도박과 같은 인터넷의 특정한 영역에 의존되어 있는 특정한 병리적 인터넷 사용(Specific PIU)과 사회적으로 고립되어 분명한 목적 없이 인터넷에서 과도한 시간을 낭비하여 병리적인 인터넷 사용에 이르게 되는 일반적인 병리적 인터넷 사용(Generalized PIU)으로 나누어 설명하였다. 이처럼, 인터넷 중독은 약물이나 알코올, 도박에 중독되는 것과 같이 인터넷에 중독되는 심리적 장애로서, 인터넷에 반복적으로 접속하지 않았을 때 불안감과 초조감과 같은 금단증상과 내성으로 인해 더욱 인터넷에 접속하게 되고, 반복적인 접속으로 인해, 학업이나 직무상의 소홀과 같은 현실생활에서의 어려움을 나타내는 것으로 정의된다(이형초, 2009).

충동성은 계획능력의 부족, 결과를 고려하지 않은 채 지나치게 빨리 반응하는 경향, 자극추구성향, 위험을 감행하고자 하는 것, 지연된 보상보다는 즉각적인 보상을 선호하는 등의 자기조절의

문제를 반영하는 다양한 범위의 행동을 포함하고 있다(Evenden, 1999; 허심양, 2012에서 재인용). 충동성에 대한 정의가 여러 영역에서 사용되나, 정신병리학에서는 충동성을 정상 성격특질로서가 아니라 역기능적 증후로 보고 있다. 즉, 충동성은 충동조절장애의 핵심특징이며 반사회적 성격장애나 경계선 성격장애, 알코올 중독, 물질남용장애의 진단에서 중요한 기준의 하나로, 부정적인 결과와 관련이 높은 행동경향성으로 인식되어왔다(이인혜, 2002). 또한, 음주나 흡연, 약물, 도박 등의 다양한 중독과 관계가 깊은 변인으로 알려져 있으며, 인터넷 중독에서도 충동성은 인터넷에 빠져들게 하는 위험요인으로 작용한다(Meerkerk, 2010; 이대환, 2004). 그리고 Zuckerman(1979)은 감각추구성향을 다양하고 진기하며, 복잡하고 강렬한 감각이나 경험을 추구하려는 욕구로, 이러한 경험을 위해 신체적, 법적 및 재정상의 위험을 감수하는 경향이라 정의하였다. 박윤창 외(1995)의 연구에서 하위요인에 따라 감각추구성향은 비행행동 뿐만 아니라 약물남용, 충동성 등과 관련되었다. 그리고 감각추구성향은 도박중독(Kenny & Iain, 1993), 알코올중독(이병희, 박상학, 김상훈, 1996)뿐만 아니라, 인터넷 관련 문제(권정혜, 2000; 양돈규, 2000)와도 관련되는 등, 감각추구성향이 높은 사람이 위험행동에 더 많이 참여하는 경향이 비교적 일관되게 나타나고 있다.

한편, 인터넷 중독과 부정적 정서에 관한 연구들에서 우울이나 불안 등이 높은 집단일수록 인터넷 중독과 관련이 깊다는 것을 밝혀왔다(Kim & Davis, 2009; Ozgul et al., 2014; 한기홍, 2008; 조민자, 2011; 박경애, 2009). 우울과 불안을 설명하는 다양한 이론과 정의가 존재하지만, Laurent,

Landau와 Stark(1993)는 불안장애를 특징짓는 증상은 미래와 학업수행에 대한 근심인 반면에, 우울장애를 예상할 수 있는 증상은 사랑을 받고 있지 못하다는 느낌, 긍정적인 정서의 결핍, 과도한 죄책감과 우울한 기분으로 구분 지었다. 하지만, 아동 및 청소년의 우울의 경우에는 40-70%가 적어도 다른 하나의 장애를 가지며, 특히 우울장애 아동의 60-70%(Cole, Truglio & Peeke, 1997), 청소년의 30-75%가 불안장애로 진단될 수 있었다(Kovasc, 1990). 두 장애는 공존율이 높고 비슷한 증상을 보이기 때문에 불안장애와 우울장애를 하나의 단일한 장애라고 주장한다. 특히, 불안과 우울감을 부정적 정서로 통합하여 두 장애를 하나의 내재화 장애로 보기도 하였다(King, Ollendick, & Gullone, 1991; 박서영, 2012에서 재인용). 이처럼 우울과 불안은 모두 개인의 기분, 자아개념 등에 부정적 영향을 주는 인간의 대표적인 부정적 정서성을 공통적으로 지니고 있으나, 오미나와 최미선(1997)의 연구에서는 대학생의 특성불안이 우울에 영향을 미치는 인과모형을 설정하여 검증하기도 하였다. 이러한 선행연구를 바탕으로 새로운 것을 추구하는 개인의 성향과 이를 행동화하는 충동성을 인터넷 사용을 이끄는 선행요인으로 설정하고, 인터넷 사용으로 인한 부정적 정서적 변화를 결과요인으로 설정하였다.

한편, 긍정심리학의 성격강점과 중독과의 관계를 단계적 회귀분석으로 탐색한 선행연구에서는 자기조절, 용감함, 사랑의 성격강점이 인터넷 중독과 유의한 관계가 있었고, 이 중 자기조절(self regulation)이 가장 큰 상대적 설명량이 나타났다(정재홍, 이민규, 2011). 긍정심리학에서 자기조절은 긍정특질의 6개의 덕목 중 절제에 속하며, ‘자

신의 다양한 감정, 욕구, 행동을 적절하게 잘 조절하는 능력’으로 정의된다. 다른 연구들에서 자기조절능력은 각각의 이론적 접근을 바탕으로 다양하게 정의되고 중독행동을 설명하는 변인으로 설명되어왔다. 특히, 인터넷 중독과의 관계를 밝힌 연구들에서, 자기통제력이 낮은 사람은 현실에서 장애의 더 큰 만족을 추구하기보다, 가상세계에서 즉각적인 만족을 추구하기 때문에 중독에 쉽게 빠진다고 하였다(이계원, 2001). 이처럼 자기조절능력은 자신의 행동에 책임을 지고, 다양한 외부환경에 적응하기 위한 중요한 요인이며, 중독행동을 조절하기 위해 자기조절능력 향상을 초점으로 한 치료프로그램들이 개발되고 있다.

이에 본 연구에서는 성향과 행동특성인 감각추구와 충동성이 인터넷 중독에 정적인 영향을 미치고, 지속된 인터넷 중독이 정서특성인 우울과 불안에 정적인 영향을 미친다는 인과모형을 구성하고 구조방정식을 통해 모형을 검증하였다. 그리고 자기조절 능력의 상하 수준에 따라 감각추구, 충동성, 우울, 불안, 인터넷 중독에서 각기 다른 수준을 보일 것이라는 가설을 세웠으며, 연구자는 자기조절 능력이 높은 집단이 낮은 집단에 비해 인터넷 사용에서 충동성과 감각추구의 영향을 적게 받고, 우울과 불안 등의 부정적 정서를 적게 느낄 것이라 기대하였다. 이를 통해 인터넷 중독을 설명하는 여러 변인간의 관계에서 성격강점이 가지는 효과를 확인하여 인터넷 중독의 긍정심리 치료 개입에 이론적 배경을 제공하고자 하였다.

## 방 법

### 연구대상

J시에 소재한 G대학교, J대학교, C대학교와 D시에 소재한 C대학교에 재학 중인 대학생 685명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 총 685부의 수집된 자료 중에서 불성실한 응답이나 결측문항이 있는 105명의 자료와 이상치를 보이는 12명의 자료를 제외한 남자 225명(39.6%), 여자 343명(60.4%), 총 568명의 자료를 최종 분석하였다. 평균연령은 21.66세( $SD = 2.67$ )이었다.

### 측정도구

**성격강점척도.** Peterson과 Seligman(2004/2009)이 VIA분류체계에 입각하여 개발한 것을 권석만(2009)이 우리나라 대학생의 성격강점을 측정하기 위하여 새롭게 개발한 자기보고형 성격강점척도를 사용하였다. 여기에는 6개의 상위덕목과 24개의 성격강점이 포함되어있다. 24개 성격강점은 각각 10개의 문항으로 측정되며, 사회적 선희도를 평가하는 10문항이 추가되어 총 250문항으로 구성되어있다. 각 문항은 4점 Likert형 척도로 '전혀 아니다' 0점부터 '매우 그렇다' 3점으로 평정되며, 각각의 점수를 합하여 성격강점점으로 사용하였다. 전체 문항의 내적일치도는 .98로 나타났다.

**성인 인터넷 병리적 사용 자기보고척도.** 성인 인터넷 병리적 사용 자기보고척도(A-척도)는 이형초 등(2007)이 성인의 병리적인 인터넷 사용으로 인한 행동증상을 측정하는 진단용 검사를 개발하기 위하여 Davis의 인지행동모형과 국내의

인터넷 중독 척도 및 전문가의 임상적 경험과 면접을 통해 문항을 구성한 자기보고식 척도이다. 총 20문항의 4점 척도이며 4개의 하위요인(가상세계지향, 기분의 전환 및 변화, 내성 및 몰입, 인터넷 사용에 대한 죄의식)으로 구성되어 있다. A-척도는 영역참조방식으로 총점을 기준으로 42점 이하는 일반사용자군, 43-53점은 잠재적 위험사용자군 I군(자기관리요망군), 54-66점은 잠재적 위험사용자 II군(전문상담요망군), 67점 이상은 고위험사용자군(집중치료요망군)으로 분류한다. 이형초 등(2007)의 연구에서 내적일치도는 .89였고, 본 연구에서는 .91로 나타났다. 하위요인들의 내적일치도는 가상세계지향 .74, 기분의 전환 및 변화 .80, 내성 및 몰입 .82, 인터넷 사용에 대한 죄의식 .85로 나타났다.

**Barratt 충동성척도.** Barratt Impulsiveness Scale을 이현수(1992)가 번안한 것을 사용하였다. 하위요인은 무계획충동성 9문항, 운동충동성 8문항 및 인지충동성 6문항인 총 23개의 문항으로 구성되어있다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다' 1점부터 '항상 그렇다' 4점까지 이루어진 4점 척도로 평정되었다. 내적일치도는 무계획충동성 '이리저리 자주 옮겨 다니면서 사는 것이 좋다.'(17번 문항)를 제외하고 .62, 운동충동성은 .73으로 나타났다. 인지충동성은 .52로 나타났는데, 문항제거 후에도 적절한 내적일치도를 나타내지 못해 분석에서 제외되었다.

**감각추구척도.** Zuckerman, Kolin, Price와 Zoob(1964)의 감각추구척도(Sensation Seeking Scale)를 우리나라 실정에 맞게 번안한 다양한 연

구(박윤창, 이미경, 윤진, 1995; 양시자 외, 2001)를 활용하여, 한국형 감각추구 척도로 변환하고 보완한 유진, 강필중(2003)의 척도를 활용하였다(최기민, 2008). 감각추구척도는 총 28문항으로 하위요인은 스틸과 모험추구, 경험추구, 권태민감성, 탈억제로 나누어지며, ‘전혀 아니다’에서부터 ‘매우 그렇다’까지 4점 척도로 평정되었다. 각 하위요인의 내적일치도는 스틸과 모험추구 .89, 경험추구 .80, 권태민감성 .69, 탈억제 .66로 나타났다. 전체 내적일치도는 .89로 나타났다.

**한국 우울증검사.** 이민수와 이민규(2003)가 개발한 한국 우울증검사(*Korean Depression Scale*)를 사용하였다. 이 검사는 미래에 대한 부정적 생각 차원, 자기에 대한 부정적 생각 차원, 걱정 및 초조 차원, 우울기분 차원, 신체화증상 차원, 의욕 상실 차원으로 구성되었으며, 각 하위요인마다 5 문항씩 총 30문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘전혀 아니다’에서 ‘매우 그렇다’의 5점 척도로 평정되었다. 각 하위요인의 내적일치도는 미래에 대한 부정적 생각 차원 .90, 자기에 대한 부정적 생각 차원 .87, 걱정 및 초조 차원 .85, 우울기분 차원 .89, 신체화증상 차원 .84, 의욕상실 차원 .89였고, 전체 내적일치도는 .96으로 나타났다.

**상태-특성 불안척도.** Spielberger 등(1970)에 의해 개발된 상태-특성 불안척도(*State-Trait Anxiety Inventory*)를 한덕웅 등(1993)이 표준화한 척도를 사용하였다. 특성불안(평소의 기분이나 0 느낌을 어느 정도 잘 나타내주는지)과 상태불안(최근 며칠 동안의 기분이나 느낌을 어느 정도 잘 나타내주는지)을 ‘전혀 그렇지 않다’에서 ‘매우 그

렇다’ 4점 척도로 평정하며, 각각 20문항으로 총 40문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 특수한 상황에서 그 순간 느끼는 상태불안을 제외하고, 참여자들이 일반적으로 느끼는 특성불안을 사용하였다. 낮은 내적일치도로 인하여 역문항(1, 6, 7, 10, 13, 16, 19) 7문항을 제외한 33문항으로 분석을 실시하였고 내적일치도는 .89로 나타났다.

### 통계분석

수집된 자료는 SPSS 18.0 for Windows와 AMOS 18.0을 사용하여 분석하였다. 먼저 인터넷 중독에 영향을 미치는 성격강점의 하위요인을 탐색하기 위하여 신뢰도분석, 상관분석, 단계적 회귀 분석을 실시하였다. 이어서 Anderson과 Gerbing(1988)의 Two-Step 접근법에 따라 인터넷 중독과 감각추구, 충동성, 우울, 불안 변수들의 구조적 관계를 분석하였다. Two-Step 접근법은 구조방정식모형을 분석할 때 측정모형을 먼저 추정하고, 그 다음 구조모형을 추정하는 접근법을 말한다(배병렬, 2007). 마지막으로, 단계적 회귀분석을 통해 인터넷 중독에 가장 많은 영향을 미치는 것으로 확인된 성격강점 요인의 수준에 따라 다집단분석(Multi-Group Analysis)을 실시하여 인터넷 중독과 다른 변수들 간 구조적 영향력의 차이를 확인하였다.

### 결 과

#### 변인 간 상관

성격강점의 자기조절과 우울, 충동성, 특성불안,

인터넷 중독 간에는 부적 상관( $p < .01$ )이 나타났다. 인터넷 중독은 우울, 충동성, 특성불안, 감각추구와 정적상관( $p < .01$ )이 나타났다(표 1). 인터넷 중독과 성격강점 하위요인 간에서 19개의 성격강점(개방성, 학구열, 지혜, 사랑, 친절, 사회성, 용감함, 인내, 진실성, 활력, 용서와 자비, 겸손/겸양, 신중함, 자기조절, 시민의식, 공정함, 지도력, 감사, 희망)이 부적상관( $p < .01$ )을 나타내었다. 그리고 성격강점 하위요인에 대한 상관분석에서 성격강점 하위요인 간에는 모두 정적상관( $p < .01$ )이 나타났다.

**인터넷 중독에 대한 성격강점의 단계적 종다회귀분석**

인터넷 중독을 대한 성격강점의 선행연구가 부족하여 연구 표본을 이용한 단계적 회귀분석의

탐색적 과정을 통해 인터넷 중독에 영향을 미치는 성격강점의 하위요인을 확인하였다. 단계적 회귀분석을 실시하기에 앞서, 성격강점 간의 상관분석에서 성격강점 하위변인들을 모두 회귀방정식에 투입하여 분석할 경우 표본 수에 비해 예측변인의 수가 지나치게 많고, 성격강점들 간의 높은 정적상관으로 인해 다중공선성의 문제를 발생시키기 때문에 변인의 수를 조정해야 하였다. 우선 인터넷 중독 유의한 상관이 없는 하위요인인 창의성, 호기심, 심미안, 유머, 영성 5개의 하위요인을 예측변인에서 제외하였다. 그리고 다중공선성의 문제를 해결하기 위해서 선행연구에서 인터넷 중독을 설명하는 특성으로 확인된 자기통제력(Self-Control), 자기조절(Self-Regulation) 개념과 유사한 성격강점의 자기조절과 상관이 높은 강점 5개 요인을 제외하였다. 자기조절 강점과 높은 상

표 1. 변인간 상관계수

	1	2	3	4	5	6
1. 자기조절	-					
2. 우울	-.207**	-				
3. 충동성	-.531**	.195**	-			
4. 특성불안	-.121**	.635**	.217**	-		
5. 감각추구	.018	.031	.171**	.029	-	
6. 인터넷 중독	-.200**	.322**	.271**	.310**	.115**	-

\*\* $p < .01$ .

표 2. 인터넷 중독에 대한 성격강점 각 변인들의 단계적 회귀분석 결과

준거변인	성격강점	$B (SE)$	$\beta$	$t$	Sig.	$R^2$ 변화량
인터넷 중독	상수	48.683(2.001)		24.325	.000	
	자기조절	-.267(.096)	-.128	-2.791	.005**	.040
	용감함	-.210(.102)	-.099	-2.066	.039*	.014
	사랑	-.197(.097)	-.092	-2.019	.044*	.007
$R^2 = .060$ ( $Adj R^2 = .055$ ) $F = 12.10$ $p = .000$						

\*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

관을 보이는 성격강점은 개방성, 지혜, 인내, 신중함, 시민의식이었다. 최종적으로 학구열, 사랑, 친절, 사회성, 용감함, 진실성, 활력, 용서와 자비, 겸손/겸양, 자기조절, 공정함, 지도력, 감사, 희망 총 14개 성격강점을 예측변인으로 단계적 회귀분석을 실시하였다(표 2). 인터넷 중독에 대한 성격강점의 단계적 회귀분석 결과로 자기조절( $\beta = -.128, p < .01$ ), 용감함( $\beta = -.099, p < .05$ ), 사랑( $\beta = -.092, p < .05$ ) 강점이 인터넷 중독에 유의한 주효과가 있다고 확인되었다. 투입변인의 순서는 자기조절, 용감함, 사랑의 순서로 회귀식에 투입되었으며, 최종 회귀분석의 설명변량은 6%로 통계적 유의함을 나타내었다( $F = 12.10, p < .000$ )

**인터넷 중독과 감각추구, 충동성, 부정 정서의 구조방정식 모형분석**

인터넷 중독과 감각추구, 충동성, 부정 정서인 우울과 불안의 관계를 연구모형으로 검증하기 위해 AMOS 18.0을 사용하여 구조방정식 모형분석을 실시하였다. 연구모형에 포함된 잠재변인(constructs)에 대한 측정변인(indicator)은 기존의 연구에서 타당화가 확인된 척도의 문항과 하위요인을 적용하였으며, 문항들의 내적합치도를 확인

하여 신뢰도에 영향을 주는 문항들을 제거한 뒤 측정변인으로 사용하였다. 단일요인으로 측정된 특성불안 13문항에 대해서는 문항묶음(item parceling)을 하였다. 문항묶음은 잠재변수를 측정하기 위해 사용된 관측변수들을 부분적으로 총합해서 지표로 만드는 것을 의미한다. 개별문항을 지표변수로 설정하는 방법보다 문항묶음을 통해 만들어진 꾸러미변수를 지표변수로 사용할 때 모형이 훨씬 간단해지고 모형추정의 문제가 발생할 확률이 줄어든다(문수백, 2009). 그리고 개별변수보다 꾸러미변수를 지표변수로 설정할 경우 SEM이나 ML방법으로 모형추정을 위해 요구되는 다변량정규분포의 가정이 충족될 가능성이 더 높다는 이유로 꾸러미 방법을 권장하기도 한다. 분석에 앞서 가설적 연구모형의 구조방정식 모형분석에서 사용될 측정변수들의 다변량 정규분포 정상성을 확인하기 위해 측정변인으로 사용된 척도들의 최소값, 최대값, 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 산출하여 표 3.에 제시하였다.

**측정모형의 검증**

연구모형을 검증하기 전에 2단계 모형추정 확인절차(Kline, 2005)에 따라 최대우도(Maximum

표 3. 잠재변수에 대한 기술통계

	최소값	최대값	M(SD)	왜도	첨도
우울	0	89.00	23.27(16.59)	1.10	0.62
특성불안	13	52.00	24.82(6.83)	0.63	0.31
충동성	18	54.00	34.60(5.95)	-0.07	-0.09
감각추구	32	112.00	63.82(13.41)	0.34	0.08
인터넷 중독	20	66.00	37.76(10.10)	0.23	-0.59

주. Curran, West & Finch(1995)는 선행연구를 통해 정규성 가정을 충족하기 위한 조건으로 왜도 2.0, 첨도 7.0의 기준을 권고.

Likelihood: ML) 추정방법에 의한 측정모형의 적합도를 검증하였다. 적합도를 검증하는 과정에서 충동성의 하위요인 중 운동충동성에서 오차분산이 마이너스(-)를 보이는 Heywood Case가 발생하였다. Heywood Case는 있을 수 없는 비논리적 모수추정치로 모형설정의 오류, 추정가능성 확인

에 실패한 모형, 자료 속에 이상치가 들어 있는 경우, 측정 모형에서 요인 당 지표변인이 두 개 뿐이고 표집의 크기가 100이하로 작거나, 초기값이 아주 엉뚱한 값으로 설정되거나, 변인들 간에 아주 높은 상관으로 인해 경험적 불일정보형이 될 경우에 생기게 되고, 이로 인해 추정에 실패하

표 4. 측정모형의 적합도 검증 결과

	$\chi^2$	df	p	SRMR	TLI	CFI	RMSEA (90% CI)
적합도 지수	512.15	126	.000	.062	.906	.922	.074 [.067, .080]

주. CI = confidence interval. TLI와 CFI는 .90보다 클 때 좋은 적합도를 나타내며(Bentler & Bonett, 1980; Tucker & Lewis, 1973), RMSEA는 < .05일 때 좋은 적합도, < .08일 때 괜찮은 적합도, < .10일 때 보통 적합도로 여겨짐(Browne & Cudeck, 1993). SRMR은 모형 적합도가 완벽할수록 0에 가깝고, .08이하이면 모형 적합도가 좋은 것으로 판단함.

표 5. 측정모형의 경로계수 추정치

잠재변수	측정변수	B	$\beta$	SE	C.R.
충동성	운동충동성	1.000	1.000		
	무계획충동성	0.464	0.481	0.036	13.052***
감각추구	권태	1.000	0.601		
	경험추구	1.884	0.667	0.178	10.599***
	스릴과 모험추구	1.780	0.599	0.177	10.033***
	탈억제	1.124	0.655	0.107	10.522***
인터넷 중독	가상현실지향	1.000	0.757		
	기본전환 및 변화	0.869	0.740	0.052	16.717***
	내성 및 금단	1.448	0.815	0.080	18.184***
	죄책감	0.948	0.743	0.056	16.782***
우울	미래에 대한 부정생각	1.000	0.637		
	자기에 대한 부정생각	1.126	0.695	0.079	14.293***
	걱정 및 초조	2.057	0.879	0.121	17.067***
	우울기분	2.127	0.846	0.128	16.630***
	신체화 증상	1.700	0.774	0.109	15.568***
	의욕상실	2.255	0.831	0.137	16.412***
불안	불안_F1	1.000	0.858		
	불안_F2	1.216	0.953	0.049	24.563***

\*\*\*p < .001.

게 된다(Chen, Bollen, Paxson, Curran & Kirby, 2001: 문수백, 2007에서 재인용). 이를 해결하기 위하여 음오차 분산에 매우 작은 양의 값인 .005를 입력하여 고정시켰다. Heywood Case에 대한 조치 이후 측정모형의 적합도 지수는 표 4.와 같이 적절하였고, 모형의 경로계수추정치는 표 5.에 제시하였다.

**연구모형의 검증**

연구모형의 모든 잠재변수들이 측정모형을 통

해 통계적으로 타당하게 측정되고 있는 것으로 판명됨에 따라 잠재변수들 간의 구조적 관계를 설정한 연구모형의 적합도 지수를 추정하여 수용할 만한 적합도 지수를 확인하였다.  $\chi^2 = 544.96$ ,  $df = 130$ ,  $p = .000$ , SRMR = .067, TLI = .902, CFI = .917, RMSEA = .075, 90% CI [.069, .082]. 적절한 적합도를 확인한 후 각 변인들에 대한 경로계수를 표 6과 그림 1에 제시하였다.

그 결과, 감각추구에서 인터넷 중독( $t = 1.894$ ,  $p = .058$ )으로 가는 직접경로는 통계적으로 유의하지 않았고, 나머지 경로계수는 모두 유의하게

표 6. 연구모형의 경로계수 추정치

	모수	B	$\beta$	SE	C.R.
충동성	← 감각추구	.645	.361	.094	6.868***
인터넷 중독	← 감각추구	.119	.107	.063	1.894
인터넷 중독	← 충동성	.159	.255	.031	5.219***
불안	← 인터넷 중독	.486	.361	.065	7.482***
우울	← 인터넷 중독	.092	.131	.028	3.266**
우울	← 불안	.343	.656	.028	12.424***

\*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

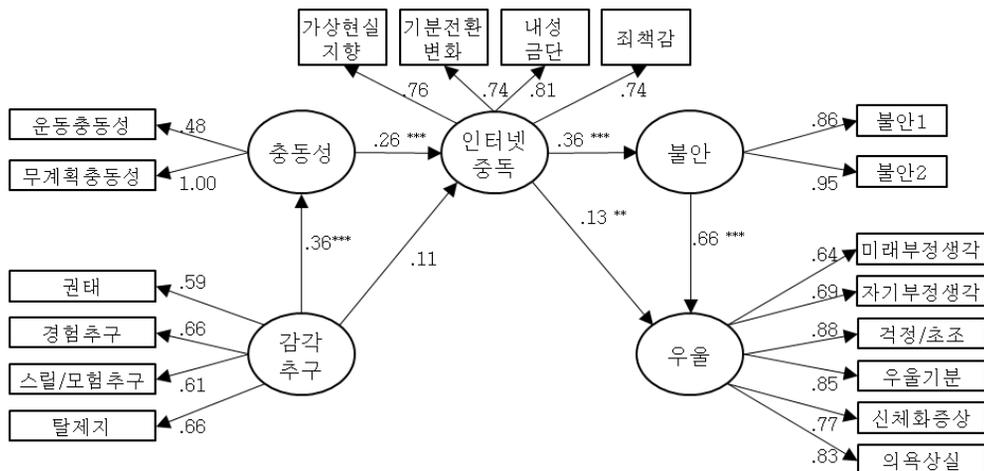


그림 1. 연구모형의 표준화 경로계수

주. 모든 요인적재치는  $p < .001$ 수준에서 유의, \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

나타났다. 감각추구에서 인터넷 중독으로 가는 경로가 유의하지 않아 해당 경로를 삭제한 후 통계적으로 유의한 차이가 있는지 확인해보았다. 경로가 삭제된 수정모형은 연구모형에 내재된 모형(Nested Model)이므로 두 모형의 자유도의 차이를 이용한  $\chi^2$  값 차이 ( $\Delta\chi^2$ )를 통해 검증할 수 있다. 수정모형의 적합도를 검증한 결과  $\chi^2 = 548.328$ ,  $df = 131$ ,  $p = .000$ , SRMR = .070, TLI = .902, CFI = .916, RMSEA = .075, 90% CI [.069, .082] 로 대체로 수용할 수 있는 모형으로 나타났다. 두 모형간의 차이검증 결과  $\Delta\chi^2(1, N = 568) = 3.364$ ,  $p = 0.067$  로 나타났고, 유의한 차이가 없어 수정모형이 보다 간명한 모형이라 할 수 있다. 하지만 본래의 경로가 추가되더라도 연구모형의 적합도는 적절한 수준을 유지하고 있고, 선행 연구에서 감각추구 성향과 인터넷 중독간의 관계를 밝힌 이론적 근거를 지니고 있어 연구모형을 사용하여 결과를 분석하였다. 감각추구는 인터넷 중독을 유의하게 설명하지 못하였지만, 충동성을 통해 인터넷 중독으로 가는 간접경로가 유의한지 확인하였다. 감각추구에서 충동성( $B = .645$ ), 충동성에서 인터넷 중독( $B = .159$ )간의 비표준화 경로계수를 곱한 간접효과는 .103으로 나타났고, 경로가 유의한지 검증하기 위해 Sobel 검증을 수행하였다. Sobel 검증결과, 간접경로의 효과는 유의한

것으로 나타났고( $Z_{ab} = 4.108$ ,  $p < .001$ ), 충동성( $t = 5.219$ ,  $p < .001$ )은 인터넷 중독에 통계적으로 유의한 영향력을 미치는 것으로 나타났다. 인터넷 중독은 불안과 우울에 통계적으로 유의한 영향력을 미치는 것으로 나타났으며, 불안은 우울에 통계적으로 유의한 영향력을 미치는 것으로 나타났다. 또한 인터넷 중독에서 불안( $B = .486$ ), 불안에서 우울( $B = .343$ )간의 비표준화 경로계수를 곱한 간접효과는 .167으로 나타났으며 경로가 유의한지 검증하기 위해 Sobel 검증을 수행하였다. Sobel 검증결과, 간접경로의 효과는 유의한 것으로 나타났다( $Z_{ab} = 6.382$ ,  $p < .001$ ).

**성격강점의 자기조절수준에 따른 다집단 분석**

인터넷 중독을 중심으로 하여 탐색된 모형이 성격강점의 자기조절의 수준(자기조절 점수의 중앙치를 기준으로 하여 분류)에 따라 잠재변수 간의 경로에 차이가 있는지 검증하기 위해 다집단 분석을 실시하였다.

우선 연구모형이 성격강점의 자기조절 상하 집단 모두에 적합한 모형인지 확인하는 형태동일성을 검증하여, 표 7에 제시하였다. 증분적합지수인 TLI의 값이 수용수준으로 나타나지 않았지만, 다른 증분적합지수 CFI와 절대적합지수 SRMR, RMSEA의 값이 수용수준을 충족하였다. 자기조

표 7. 집단 간 형태동일성 모형에 대한 적합도 분석 결과

	$\chi^2$	df	p	SRMR	TLI	CFI	RMSEA (90% CI)
자기조절 상	340.436	130	.000	.073	.897	.912	.077 [.067, .087]
자기조절 하	352.215	130	.000	.071	.893	.909	.077 [.067, .086]

주. 자기조절 상  $n = 277$ , 자기조절 하  $n = 291$

질 상:  $\chi^2 = 340.436$ ,  $df = 130$ ,  $p = .000$ , SRMR = .073, TLI = .897, CFI = .912, RMSEA = .077, 90% CI [.067, .087]. 자기조절 하:  $\chi^2 = 352.215$ ,  $df = 130$ ,  $p = .000$ , SRMR = .071, TLI = .893, CFI = .909, RMSEA = .077, 90% CI [.067, .086].

자기조절 상하 집단에 대한 형태동일성이 만족하였고, 이를 기저모형으로 하여 각각의 측정변수

와 잠재변수사이의 요인계수가 동일한지 확인하기 위해 측정동일성 검증을 실시하였다. 각 잠재변인에 대한 모든 요인의 적재치를 동일하게 고정된 경로모형에서 만족할 만한 적합도를 보였고, 기저모형과 측정동일성모형 간은  $\Delta\chi^2(13, N = 568) = 18.73$ ,  $p = 0.132$ 로 유의한 차이가 없었다 (표 8). 자기조절 상하 집단에서 경로계수는 표 9

표 8. 형태 및 측정 동일성 검증에 대한 적합도 지수

	$\chi^2$	$df$	$p$	SRMR	TLI	CFI	RMSEA (90% CI)
기저모형	692.65	260	.000	.071	.895	.911	.054 [.049, .059]
측정동일성모형	711.38	273	.000	.074	.899	.910	.053 [.048, .058]

표 9. 자기조절 상하 집단별 모수 추정치(요인 적재치에 동일성 제약을 가한 모형)

모수	자기조절 하				자기조절 상			
	$B$	$\beta$	$SE$	C.R.	$B$	$\beta$	$SE$	C.R.
충동성 ← 감각추구	.766	.467	.116	6.605***	.476	.279	.121	3.918***
인터넷중독 ← 감각추구	.054	.052	.088	0.606	.224	.200	.088	2.552*
인터넷중독 ← 충동성	.128	.204	.047	2.726**	.137	.209	.044	3.150**
불안 ← 인터넷중독	.376	.265	.094	4.001***	.568	.430	.088	6.465***
우울 ← 인터넷중독	.036	.047	.042	0.872	.127	.193	.039	3.281**
우울 ← 불안	.374	.684	.035	10.626***	.311	.626	.033	9.339***

\* $p < .01$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

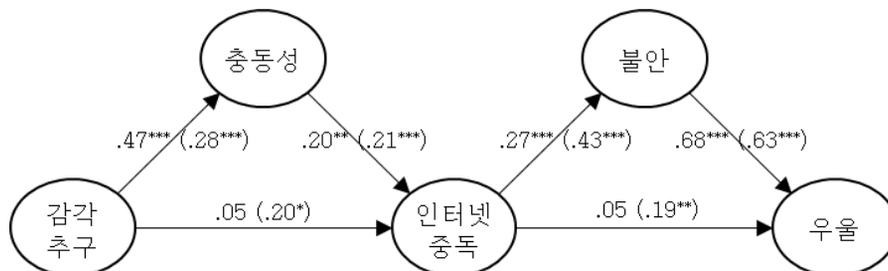


그림 2. 요인 적재치에 동일성 제약을 가한 자기조절 상하집단의 표준화 경로계수

주. 자기조절 하 집단과 괄호 안의 자기조절 상 집단 순으로 표기. \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

와 그림 2에 제시하였다.

성격강점 자기조절의 수준에 따라 자기조절 하 집단에서 감각추구에서 인터넷 중독, 인터넷 중독에서 우울을 유의하게 설명하지 못하였다. 반면에 자기조절 상 집단에서 잠재변인들의 경로는 모두 유의하였다. 감각추구가 인터넷 중독에 미치는 직접경로가 유의하지 않았던 기저모형과 비교해서 자기조절 하 집단에서는 인터넷 중독이 우울에 유의한 영향이 없었다. 그리고 기저모형과 비교해 자기조절 상 집단에서는 감각추구에서 인터넷 중독에 유의한 영향을 미쳤다. 감각추구에서 충동성을 통해 인터넷 중독으로 가는 간접경로는 두 집단에서 모두 유의하였다(하 집단:  $Z_{ab} = 2.517, p < .05$  / 상 집단:  $Z_{ab} = 2.441, p < .05$ ). 인터넷 중독에서 불안을 통해 우울로 가는 간접경로도 두 집단에서 모두 유의하였다(하 집단:  $Z_{ab} = 3.746, p < .001$  / 상 집단:  $Z_{ab} = 5.325, p < .001$ ).

## 논 의

본 연구에서는 인터넷 중독을 유의하게 설명하는 긍정심리학의 성격강점을 탐색하고, 확인된 성격강점의 수준에 따라 감각추구, 충동성, 불안, 우울과 인터넷 중독의 구조적 관계에 차이가 있는지를 확인하고자 하였다. 우선 인터넷 중독을 설명하는 가장 높은 성격강점을 확인하기 위해 탐색적 요인분석을 실시하였고, 확인된 성격강점의 수준을 상하로 나누어 인터넷 중독을 중심으로 한 구조적 관계를 다집단 분석을 통해 집단 간의 구조차이를 확인하였다. 인터넷 중독의 구조적 관계는 선행연구를 바탕으로 감각추구와 충동성이 인터넷 중독의 선행변인으로 작용하고, 인터넷 중

독으로 인해 부정적 정서인 불안과 우울에 이르는 경로를 설정하였다.

탐색적 요인분석에서 인터넷 중독을 유의하게 설명하는 성격강점은 자기조절, 용감성, 사랑으로 확인되었다. 이 중 자기조절(self-regulation)은 유사한 여러 정의가 있으며, 성격강점에서는 ‘자신의 다양한 감정, 욕구, 행동을 적절하게 잘 조절하는 능력’으로 정의한다(Peterson & Seligman, 2004). 이는 자기통제력과 인터넷 중독의 관계에 대한 선행연구(Shaffer, 1999; Young, 1999; 송원영, 1998; 김종원, 2002)들과 일치한다. 확인된 다른 성격강점으로 용감함은 ‘위험, 도전, 어려움, 고통으로부터 물러서지 않기’이며 사랑은 ‘상호호혜적인 사람들 즉 타인과의 친밀한 관계에 가치를 두기’로 정의한다. 이전의 연구에서 사회적 회피는 인터넷 중독에 영향을 미치는 것으로 확인되었고(한기홍, 2008), 인터넷 중독과 또래간의 원만하지 못한 대인관계나 사회적 고립/위축, 사회적 지지 부족 등의 관계를 밝힌 바 있다(Griffiths, 1997; 안세라, 2003; 조남근 외, 2001). 이처럼 인터넷 중독이 어떤 불편한 상황이나 대인관계에서의 회피 반응으로 일어날 수 있다고 보았을 때, 용감함과 사랑의 강점은 인터넷 중독에 대한 상쇄나 완충 역할을 할 수 있을 것으로 추측할 수 있다.

구조방정식 모형 검증을 통해 감각추구와 충동성이 인터넷 중독의 선행변인으로 작용하고, 인터넷 중독이 부정적 정서인 불안과 우울에 영향을 미치는 구조적 모형을 검증하였다. 감각추구는 인터넷 중독을 유의하게 설명하지 못하지만, 충동성을 통한 간접경로로 인터넷 중독에 유의한 영향을 미치고, 충동성은 인터넷 중독에 직접경로로 유의한 영향을 주는 것으로 확인되었다. 그리고

인터넷 중독은 부정적 정서인 우울과 불안에 유의한 영향을 주었고, 불안을 통한 간접경로로도 우울에 유의한 영향을 주었다. 이는 새로운 경험과 자극을 추구하는 감각추구 경향만으로는 인터넷 중독에 영향을 주지 않지만, 개인이 가진 충동적 경향으로 인해 인터넷과 관련된 문제가 일어난다고 볼 수 있다. 그리고 다양한 선행연구에서는 부정적 정서인 우울과 불안이 인터넷 중독에 영향을 미치는 것으로 설명되었으며, 본 연구에서 지속된 인터넷 중독 문제가 개인의 우울과 불안에 영향을 미치는 것을 확인하였다. 인터넷 사용으로 인한 불안이 우울에 영향을 미친다는 것은 오미나, 최외선(1997)의 환경변인으로 인한 특성불안이 우울에 영향을 미치는 연구와 유사하다. 이는 개인이 지닌 불안감과 우울감에 대한 회피의 수단으로 인터넷 중독에 빠지게 되지만 지속된 인터넷 사용은 불안감과 우울감을 완화하는 것이 아니라, 도리어 개인의 부정적 감정을 증가시킨다고 볼 수 있다.

연구모형을 검증한 후, 연구표본을 통해 인터넷 중독과 성격강점과의 관계에 가장 많은 설명량을 지니며, 이와 함께 선행연구를 고려하여 자기조절의 수준에 따른 집단 간의 차이를 확인하였다. 자기조절 상 집단에서는 감각추구와 충동성이 인터넷 중독을 모두 유의하게 설명하였고, 인터넷 중독으로 인한 부정적 정서인 우울과 불안도 모두 유의하게 설명하였다. 반면, 자기조절 하 집단에서는 충동성이 인터넷 중독을 유의하게 설명하였고, 감각추구는 충동성을 통해 간접경로로 인터넷 중독을 설명하였다. 그리고 인터넷 중독은 부정적 정서 중 불안을 유의하게 설명하였고, 우울은 불안을 통한 간접경로로 설명되었다. 즉, 자기조절

수준이 높더라도 개인의 감각추구성향과 충동성이 직접적으로 인터넷 중독에 영향을 미칠 수 있고, 자기조절 수준이 낮은 집단에서는 충동성만이 인터넷 중독에 직접적인 영향을 미쳤다. 감각추구는 단순히 어떤 무모한 위험한 활동만을 추구하는 것이 아니라, 낯선 곳을 여행하거나, 새로운 사람을 만나고, 놀라운 모험을 하고 싶은 것과 같은 새로운 것에 대한 개방이나 도전정신, 욕구와 변화를 즐기는 것을 의미한다. 이는 자기조절 수준이 높은 집단에서는 인터넷이라는 새로운 것에 대한 반응이 충동성과 함께 인터넷 중독이라는 것에 영향을 줄 수 있지만, 자기조절 수준이 낮은 집단에서는 새로운 것에 대한 반응이 아닌 단순히 무계획적이고 충동적인 문제가 인터넷 중독을 야기할 수 있다고 볼 수 있다.

한편, 인터넷 중독과 부정적 정서와의 관계에서 자기조절 상 집단에서는 우울과 불안을 유의하게 설명하였고, 자기조절 하 집단에서는 불안을 유의하게 설명하였지만 우울은 불안을 통한 간접경로를 통해 설명되었다. Klinger(1975)는 사람들이 개인적 목표추구에서 경험하는 장애를 극복하기 위해 시도하지만, 그 장애들을 극복하지 못하고 목표를 달성하지 못할 때, 부정적 기분이 유발된다고 본다. 이러한 점은, 스스로 자기조절 능력을 보유하고 있다고 생각하는 사람일수록 인터넷을 통제하지 못하고 실패할 경우, 자기조절 기대에 대한 스스로의 불만으로 인해 우울감과 불안감을 더 많이 느낄 수 있다는 것을 예측해 볼 수 있다. 반면에 자기조절능력이 낮은 사람들은 새로운 것에 대한 개방이나 욕구가 아닌 목적을 상실한 채 단순한 충동적 경향으로 인터넷을 사용하게 되고, 단순한 충동성 경향은 자신을 조절하지 못하고

있다는 것에 대한 우울감에는 직접적인 영향은 없는 것으로 보인다. 그러나 지속적인 인터넷 중독 문제는 최종적으로 개인의 불안감에 영향을 미치고, 불안은 우울에 영향을 줄 수 있다. 이러한 결과는 인터넷이 지닌 정적 측면인 새로운 정보의 탐색과 공유, 빠른 정보 전달, 사이버 관계 형성 등을 목적으로 인터넷을 사용하면서, 자신을 조절할 수 있다고 여기고 인터넷 콘텐츠와 게임 등을 사용하지만 자신이 정한 기준 이상의 인터넷 사용을 계속하게 되어 부정적 정서가 유발된다고 볼 수 있다.

‘한번 만, 한번 만 더...’라는 중독의 특성에 비추어 ‘한 시간만, 딱 한 시간만 더...’라는 인터넷 중독의 특성은 자신이 정해 놓은 시간만큼 인터넷을 통한 정보검색, 엔터테인먼트, SNS 등을 하기 위해 인터넷에 접속했지만 어느새 자신의 기준을 넘기고, 자아 이질적으로 인터넷에 빠져 있는 자신의 모습에 더 강한 부정적 정서를 느낀다고 볼 수 있다. 반면에 ‘시간 때우기(killing time)’나 게임을 즐기기 위해서만 인터넷을 사용할 경우 스스로에 대한 기준을 두지 않기 때문에 일시적인 우울감이나 부정적 정서가 낮을 수 있지만, 지속되는 인터넷 관련 문제들은 마찬가지로 개인의 정서에 부정적인 영향을 준다고 볼 수 있다.

적극적인 건강 증진은 임상과 건강심리 영역의 중요한 영역으로, 본 연구에서는 개인의 부정적 특성과 증상 제거에 초점을 둔 기존의 질병모델에서 벗어나, 성장모형에 기반을 둔 긍정심리학의 성격강점을 통해 인터넷 중독을 다양한 측면에서 확인해보았다. 그리고 이를 통해 인터넷 중독을 예방하고 치료하기 위해 약점의 보완이나 제거가 아닌 강점의 향상이라는 전략적인 치료개입과 예

방프로그램 개발에 이론적 배경을 제공하였다. 또한, 인터넷 중독을 중심으로 한 감각추구, 충동성, 부정적 정서의 연구모형을 통해 인터넷 중독에 영향을 주는 변인뿐만 아니라 인터넷 중독이 개인에게 미치는 영향을 확인하였다. 결과를 통해 인터넷 중독의 원인과 더불어 그로 인한 2차적 문제, 순환적 과정에 대한 연구의 필요성을 제기하고 변인 간의 기능을 이해하는데 보다 타당한 자료를 제공하였다.

본 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 긍정심리관점에서 개인의 성격강점을 확인하고, 인터넷 중독과 관련된 기존의 심리적 특성을 확인하기 위해 설문문항이 많았고, 설문지 작성에도 긴 시간이 소요되었다. 연구 참여자에 대한 배려가 부족했지만, 이로 인한 문제를 줄이고자 참여자에게 설문작성에 대한 답례를 제공하였고, 자료 분석 시에 결측치와 불성실한 응답이 있는 설문지를 제거하여 결과에 미치는 영향을 최소화하려고 노력하였다. 다음으로, 주된 연구 참여자가 대학생이므로 연구에서 제안된 모형이 특정 임상군이나 다른 학령/연령대와 차이가 있을 수 있다. 하지만, 연구 표본을 다른 2개 지역에 위치한 4곳의 대학생을 대상으로 설문을 실시하여 다양화를 위해 노력하였다. 그리고 추후에는 지역을 더욱 확대하고, 표본을 중고등학생이나 일반인, 인터넷 중독집단 등 다양한 대상으로 조사해 볼 수 있을 것이다. 또한, 인터넷이 가지는 어플리케이션의 범위는 광범위하다. 게임, SNS, 인터넷쇼핑, 정보검색 등 인터넷의 주된 활용 유형에 따라 많은 차이를 나타낼 수 있기 때문에 활용간의 차이가 존재할 수 있다. 비록 인터넷 활용간의 세분화된 차이를 보지 못하였지만, 성격강점

과 인터넷의 전반적인 중독과의 관계를 확인하였고, 차후의 연구에서는 보다 활용유형을 세분화하여 차이를 확인해 볼 수 있을 것이다.

## 참 고 문 헌

- 국립국어연구원(1999). 표준국어대사전. 서울: 두산동아
- 권석만 (2008). 긍정심리학: 행복의 과학적 탐구. 서울: 학지사
- 권석만 (2009). 서울대학교 리더십 향상 프로그램의 운영을 위한 성격적 강점검사의 개발. 서울대학교 기초교육원 연구보고서.
- 권정혜 (2000). 포스터발표 : 감각추구성향, 스트레스, 대처방식, 사회적 지지가 인터넷의 중독적 사용에 미치는 영향. 한국심리학회 2000 연차학술발표대회 논문집, 270-271.
- 김교현 (2002). 심리학적 관점에서 본 중독. 한국심리학회지: 건강, 7(2), 159-179.
- 김정애 (2011). 자기은폐와 부적응적 완벽주의가 심리 건강에 미치는 영향에서 기본적 심리 욕구 만족의 매개효과 : 모형검증 및 일일 상태의 위계적 분석 (HLM). 경상대학교 석사학위논문.
- 김종원 (2002). 중,고등학생의 자기통제력, 사회환경적 요인 및 인터넷, 게임 중독과의 관계. 경남대학교 석사학위논문.
- 김주환, 김민규, 홍세희 (2009). 구조방정식모형으로 논문쓰기. 서울: 커뮤니케이션북스
- 김지영 (2011). 성격강점이 긍정적 정신건강에 미치는 영향. 서울대학교 박사학위논문.
- 문수백 (2009). 구조방정식모델링의 이해와 적용. 서울: 학지사
- 박경애, 김희수, 이화자, 김옥희 (2009). 가족과 개인변인이 청소년의 인터넷 중독에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 14(1), 41-51.
- 박서영 (2012). 불안장애와 우울장애 감별진단에서 아동-청소년 행동평가척도(K-CBCL)의 유용성 탐색. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 박윤창, 이미경, 윤진 (1995). 자극추구동기가 청소년 비행에 미치는 영향. 한국심리학회지: 사회문제, 2(1), 53-64.
- 배병렬 (2007). AMOS 7에 의한 구조방정식 모델링. 서울: 도서출판 청람.
- 송원영 (1998). 자기효능감과 자기통제력이 인터넷 중독적 사용에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 안세라 (2003). 인터넷 중독에 영향을 미치는 사회·심리적 요인에 관한 연구: 서울·인천 지역 중학생을 대상으로. 경희대학교 석사학위논문.
- 양돈규 (2000). 청소년의 감각 추구성향과 인터넷 중독 경향 및 인터넷 관련비행간의 상관성. 청소년학연구, 7(2), 117-136.
- 양시자 (2001). 센세이션추구성향과 자아존중감이 청소년의 일탈행동에 미치는 영향. 신라대학교 석사학위논문.
- 오미나, 최외선 (1997). 대학생의 특성불안이 우울에 미치는 영향. 인문연구, 19(1), 261-276.
- 유진, 강필중 (2003). 한국형 감각추구척도의 타당도 검증과 스포츠 참가 예측분석. 한국스포츠심리학회지, 14(2), 249-264.
- 이계원 (2001). 청소년의 인터넷 중독에 관한 연구. 이화여자대학교 박사학위논문.
- 이대환 (2004). 청소년 인터넷 중독과 우울, 충동성, 강박성과의 연관성. 인제대학교 석사학위논문.
- 이민수, 이민규 (2003). 한국우울증척도의 개발. 신경정신의학, 42(4), 492-506.
- 이병희, 박상학, 김상훈 (1996). 알코올중독과 감각추구성향. 신경정신의학, 35(1), 144-155.
- 이인혜 (2002). 기능적 충동성과 역기능적 충동성의 성격적 및 인지적 특징. 한국심리학회지: 일반, 21(1), 67-89.
- 이현수 (1992). 충동성 검사 실시 요강. 서울: 한국가이던스.
- 이형초 (2009). 통합심포지움: 인터넷 게임: 약인가, 독인가? ; 인터넷 게임중독의 평가와 치료. 한국심리

- 학회지 2009 연차학술대회 논문집, 4-5
- 이형초, 최윤경, 이순목, 반재천, 이순영 (2007). 성인 인터넷 병리적 사용의 행동증상에 대한 자기보고형 척도 개발. *한국심리학회지: 임상*, 26(3), 765-791.
- 임영진 (2010). 성격강점과 긍정 심리치료가 행복에 미치는 영향. 서울대학교 박사학위논문.
- 전지환 (2005). 청소년의 인터넷 사용정도가 우울과 자아존중감에 미치는 영향 : 사회적 지원의 조절효과를 중심으로. 연세대학교 석사학위논문.
- 정재홍, 이민규 (2011). 구두 발표 : 긍정심리학적 관점에서 본 대학생의 성격적 강점과 행동증독과의 관계. *한국건강심리학회 2011 동계학술발표대회 자료집*, 67-70.
- 조남근 (2001). 청소년이 지각한 사회적 지지와 인터넷 중독경향 및 인터넷관련 비행간의 관계. *한국심리학회지: 발달*, 14(1), 91-111.
- 조만자 (2011). 우울, 불안 및 부모의 방임적 양육태도가 인터넷 중독에 미치는 영향: 정서인식 명확성, 자아존중감 및 자기통제력의 조절효과. 대구대학교 박사학위논문.
- 최기민 (2008). 생활체육 참여 정도에 따른 감각추구와 운동중독 간 관계. 중앙대학교 석사학위논문.
- 최민정 (2000). 인터넷 중독적 사용과 우울감, 자기효능감 및 감각추구성향의 관계. 중앙대학교 석사학위논문.
- 최은미 (2009). 성격적 강점이 성인의 삶의 만족도와 주관적 행복감에 미치는 영향. 계명대학교 석사학위논문.
- 팽현기 (2003). 인터넷 중독 청소년의 우울감·충동성·사회 회피 및 불안에 관한 연구. 영남대학교 석사학위논문.
- 한기홍 (2008). 인터넷 중독에 영향을 미치는 요인에 관한 연구: 고등학생 및 대학생을 중심으로. 한서대학교 박사학위논문.
- 한덕웅, 이창호, 탁진국 (1993). Spielberger 상태-특성 불안 검사의 표준화. *학생지도연구*, 10(1), 214-222.
- 허심양, 오주용, 김지혜 (2012). 한국판 Barratt 충동성 검사-11의 신뢰도 및 타당도 연구. *한국심리학회지: 일반*, 31(3), 769-782.
- 홍세희 (2003). 구조 방정식 모형의 원리와 응용, 경영학 연구조사방법 뉴트렌드. 이화여자대학교 경영연구소.
- American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed., text rev.). Washington, DC: Author.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- American Psychiatric Association. (2013). Highlights of Changes from DSM-IV-TR to DSM-5. <http://www.dsm5.org/Documents/changes%20from%20dsm-iv-tr%20to%20dsm-5.pdf>에서 2013. 9. 19 자료 얻음.
- Anderson, J. C., & Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological Bulletin*, 103(3), 411-423.
- Barratt, E. S. (1990). *Impulsiveness and Aggression*. Paper presented at risk Special Studies Meeting McArthur Foundation Program of Research on Mental Behaviour, Pittsburgh, P. A., 27-28.
- Bentler, P. M., & Bonnett, D. G. (1980). Significant tests and goodness of fit in the analysis of covariance structure. *Psychological Bulletin*, 88, 588-606.
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). *Alternative ways of assessing model fit*. In: Bollen, K. A., & Long, J. S. (Eds.) *Testing Structural Equation Models*. 136-162.
- Catalano, R. F., Berglund, M. L., Ryan, J. A. M., Lonczak, H. C., & Hawkins, J. D. (1998). Positive Youth Development in the United States: Research Findings on Evaluations of Positive Youth Development Programs. *The Annals of the American Academy of Political*

- and Social Science*, 59(1), 98-124.
- Charles O'Brien. (2013). DSM-5 Video Series: Why Internet Gaming Disorder is Included in Section III. <http://www.psychiatry.org/practice/dsm/dsm5/dsm-5-video-series-why-internet-gaming-disorder-is-included-in-section-iii>에서 2013. 9. 19 자료 얻음.
- Chen, F., Bollen, K., Paxton, P., Curran, P. J., & Kirby, J. (2001). Improper solutions in structural equation models: Causes consequences, and strategies. *Sociological Methods and Research*, 29, 468-508.
- Cole, D. A., Truglio, R., & Peeke, L. (1997). Relation between symptoms of anxiety and depression in children: A multitrait-multimethod-multigroup assessment. *Journal of Consult in and Clinical Psychology*, 65, 110-119.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17, 187-195.
- Goldberg, I. (1996). *Internet addiction: Electric message posted to research discussion list*. Retrieved Jan 6, 2005: [www.rider.edu/users/sulert/psychber/supportgp.htm](http://www.rider.edu/users/sulert/psychber/supportgp.htm)
- Griffiths, M. D. (1997). Psychology of computer use: XLIII. Some comments on Addictive use of the internet. *Psychological Reports*, 80, 81-82.
- Kenny, R. C., & Iain, F. B. (1993). Sensation Seeking, Gambling and Gambling Addiction. *Addiction* 88, 541-554.
- Kim, H. K., & Davis, K. E. (2009). Toward a comprehensive theory of problematic Internet use: Evaluating the role of self-esteem, anxiety, flow, and the self-rated importance of Internet activities. *Computers in Human Behavior*, 25(2), 490-500.
- Kim, K., Ryu, E., Chon, M. Y., Yeun, E. J., Choi, S. Y., Seo, J. S., & Nam, B. W. (2006). Internet addiction in Korean adolescents and its relation to depression and suicidal ideation: a questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies*, 43(2), 185-92.
- King, N. J., Ollendick, T. H., & Gullone, E. (1991). Negative affectivity in children and adolescents: Relations between anxiety and depression. *Clinical Psychology Review*, 11, 441-459.
- Kline, R. B. (1998). *Principles and practice of structural equation modeling (1st ed.)*. New York: Guilford Press.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling (2nd ed.)*. New York: Guilford Press.
- Klinger, E. (1975). Consequences of commitment to and disengagement from incentives. *Psychological Review*, 82, 1-25.
- Kovacs, M. (1990). *The Children's Depression Inventory*. North Tonawanda, NY: Mental Health System.
- Meerkerk, G. J., Van Den Eijnden, R. J., Franken, I. H., & Garretsen, H. F. (2010). Is compulsive internet use related to sensitivity to reward and punishment, and impulsivity?. *Computers in Human Behavior*, 26(4), 729-735.
- Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). Strengths of character and well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23, 603-619.
- Peterson, C. (2006). *Primer in positive psychology*. New York Oxford University Press.
- Peterson, C., & Seligman, M. (2004). *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*, Washington, D.C: APA Press and Oxford University Press.
- Peterson, C., Ruch, W., Beerman, U., Park, N., & Seligman, M. E. P. (2007). Strengths of character, orientations to happiness, and life satisfaction. *Journal of Positive Psychology*, 2,

- 149-156.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Positive psychology, positive prevention, and positive therapy*. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology*, 3-9. London: Oxford University Press.
- Shaffer, H. J. (1999). On the nature and meaning of addiction. *Natural Forum*, 4, 9-14.
- Shimai, S., Otake, K., Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2006) Convergence of Character Strengths in American and Japanese Young Adults. *Journal of Happiness Studies*, 7(3), 311-322
- Simons, A. D., Murphy, G. E., Levine, J. L., & Wetzel, R. D. (1986). Cognitive therapy and pharmacotherapy for depression: Sustained improvement over one year. *Archives of General Psychiatry*, 43, 43-48.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1970). *The State-Trait Anxiety Inventory: Test manual*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press.
- Tucker, L. R., & Lewis, C. (1973). A reliability coefficient for maximum likelihood factor analysis. *Psychometrika*, 38, 1-10
- Young, K. S. (1996). Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & Behavior*, 3, 237-244.
- Young, K. S. (1999). *Internet addiction: Symptoms, evaluation, and treatment*. In Vande-Creek, L., & Jackson, T. (Eds.), *Innovations in Clinical Practice: A Source Book*, 17, 19-31. Sarasota, FL: Professional Resource Press.
- West, S. G., Finch, J. F., & Curran, P. J. (1995). *Structural equation models with nonnormal variables: Problems and remedies*. In R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling - concepts, issues, and applications* (pp. 56-75). Thousand Oaks: Sage.
- Zuckerman, M., Kolin, E. A., Price, L., & Zoob, I. (1964). Development of a sensation seeking scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 28, 477-482.
- Zuckerman, M. (1979). *Sensation Seeking: Beyond the Optimal Level of Arousal*. Lawrence Erlbaum, Hillsdale, NJ.
- 원고접수일: 2014년 11월 8일  
논문심사일: 2014년 12월 3일  
게재결정일: 2014년 8월 25일

한국심리학회지: 건강

The Korean Journal of Health Psychology

2014. Vol. 19, No. 3, 747 - 767

# Exploration of Causal Model among Sensation Seeking, Impulsiveness, Internet addiction, and Negative Emotions: Moderating Effect of Self-regulation as a Character Strength

Jae-Hong Jung

Min-Kyu Rhee

Department of Psychology, Gyeongsang National University

The present study was conducted to explain internet addiction through the character strengths(VIA scale) based on positive traits in positive psychology, which is the scientific study for positive psychological aspects of humans. Using the data of 568 students (male 225, female 343) from four universities in J and D cities, the relationship between internet addiction and character strengths was examined through exploratory regression analysis, and internet addiction was significantly explained by self-regulation, bravery, and love among character strengths. Based on previous studies, the causal model was set up among sensations-seeking and impulsiveness, internet addiction, and negative emotions; sensations-seeking and impulsiveness were predictors of internet addiction while internet addiction was a affecting factor on negative emotions (depression, anxiety). Impulsiveness significantly predicted internet addiction, and sensation-seeking indirectly explained internet addiction through impulsiveness. In addition, internet addiction significantly explained depression and anxiety. Multi-group analysis was conducted in order to explain how the casual model could be explained differently according to the high-low level of self-regulation. In the low level of self-regulation, impulsiveness significantly explained internet addiction, and sensation seeking indirectly explained internet addiction through impulsiveness while internet addiction indirectly explained depression through anxiety. In addition, in the high level of self-regulation, sensations seeking and impulsiveness significantly explained internet addiction, and internet addiction significantly explained depression and anxiety. Consequently, these findings suggested that, while people with low self-regulation used the internet due to the simple impulse, people with high self-regulation used internet for different reasons and the expectation of self-regulation, but the failure of self-regulation could have greater effects on the negative emotions. However, persistent internet addiction, regardless of the level of self-regulation, impacted the negative emotions. Finally, the significance and limitations of this study and the suggestions on future research were discussed.

*Keywords:* internet addiction, character strength, negative emotions, sensation seeking, impulsiveness, multi-group analysis