

청소년기의 삶에 대한 태도와 인터넷 게임중독 및 건강 간의 관계[†]

서 경 현[‡]
삼육대학교
상담심리학과

김 혜 경
삼육대학교
보건복지대학원

김 성 민
삼육보건대학교
교양과

본 연구는 청소년의 삶에 대한 동기, 만족 및 기대와 같은 삶에 대한 태도가 인터넷 게임중독 및 건강과 어떤 관계가 있는지 탐색하고, 삶의 대한 태도와 건강 간의 관계에서 인터넷 게임중독의 매개효과를 검증하는 것을 목적으로 하였다. 본 연구의 참여자는 478명의 고등학생이고, 평균 연령은 16.62($SD=.74$)세였다. 본 연구에서는 삶에 대한 동기, 만족 및 기대와 우울, 주관적 건강 및 신체증상을 측정하였다. 분석결과, 고등학생의 삶에 대한 동기 및 기대는 인터넷 게임중독과 부적 상관이 있었다. 삶의 대한 만족과 기대가 우울 및 신체증상과는 부적의 관계를, 주관적 건강과는 정적인 관계를 보였다. 반면에 인터넷 게임중독은 우울 및 신체증상과는 정적으로, 주관적 건강과는 부적으로 관계가 있었다. 위계적 회귀분석에서는 고등학생의 인터넷 게임중독이 삶에 대한 기대와 우울이나 신체건강 간의 관계를 부분적으로 매개하는 것으로 나타났다. 청소년의 삶에 대한 만족 및 기대와 부적응 행동 및 건강 간의 관계와 청소년기의 미래의 삶에 대한 기대의 역할을 이론적 개념과 본 연구의 결과를 바탕으로 논의하였고, 추후연구의 방향과 임상적 함의를 제언하였다.

주요어: 청소년, 동기, 만족, 기대, 게임중독, 건강

[†] 이 논문은 2014년도 삼육대학교 학술연구비 지원에 의하여 연구된 것임.

[‡] 교신저자(Corresponding author) : 서경현, (139-742) 서울시 노원구 화랑로 815 삼육대학교 상담심리학과, 전화: 02) 3399-1676, E-mail: khshuh@syu.ac.kr

청소년기는 아동기를 지나 성인기를 가는 과정에서 자신의 가치관을 정립하는 기간이다. Erikson(1959)도 청소년기에는 정체감이나 가치관을 정립하는 것을 가장 중요한 발달과제로 보았다. 그 시기에 정립된 세상에 대한 가치관은 한 개인으로서 미래의 삶의 질을 결정하게 될 수 있기 때문이다. 그 중에서도 자신의 인생 혹은 삶에 대해 어떤 가치를 부여하고 생각하며 느끼고 있는지, 즉 삶에 대한 태도는 청소년의 행동과 밀접한 관계가 있을 수 있다. 이에 본 연구에서는 청소년의 삶에 대한 태도가 그들의 행동이나 정신건강 및 신체건강과 어떤 관계가 있는지를 탐색하려고 한다.

태도란 특정한 사람, 집단, 이념, 사건 등에 대하여 반응을 보이는 경향성을 말한다(Ajzen, 2001). 태도는 정서적이고 인지적인 측면이 강하며 개인의 행동에 기반이 된다. 그런데 본 연구에서는 탐구하고자 하는 것을 자신의 삶에 대한 태도로 국한하였다. 본 연구에서 분석하고자 하는 삶에 대한 태도는 만족 차원에 더해 동기 및 기대 차원을 추가하였다. 삶에 대한 만족은 현재 자신의 삶에 대한 긍정적 평가를 의미하고, 삶에 대한 동기는 긍정적인 삶을 만들고 싶은 동기이며, 삶에 대한 기대는 미래에 자신의 삶이 긍정적일 것이라는 기대이다. 태도의 정의를 설명하며 언급하였지만 삶에 대한 태도에도 삶에 대한 의미와 같은 인지적 차원 뿐 아니라 행동에 영향을 미칠 수 있는 정서적 차원이 포함되어 있다.

김정호(2007)는 현재 삶에 대한 만족 이상으로 삶에 대한 동기나 기대가 중요하다고 보았다. 그는 젊은이들의 삶에 대한 동기나 기대는 행복감과는 정적 상관이 있고 불안이나 우울과는 부적

상관이 있음을 확인하였다. 김정호 등(2009)의 연구에서는 삶에 대한 동기나 기대의 효과가 삶에 대한 만족이 높은 집단보다 낮은 집단에서 더 크게 나타났다. 이는 삶에 대한 기대가 현 시점에서 삶을 만족스럽게 만들고자 하는 동기가 충족되지 않은 사람에게 더 중요하다는 것을 시사한다. 이런 연구들을 수행하기 이전에 김정호(2006)는 동기상태이론에 따라 동기충족과 동기충족예상으로 스트레스와 웰빙을 조망하였다. 그런 견지에서 삶의 대한 태도 중에 삶에 대한 만족이란 동기충족이고, 삶에 대한 기대는 동기충족예상이다. 그래서 삶에 대한 동기 수준도 개인의 삶의 질에 중요할 수 있다. 학습된 무기력 등에 의해 낮아진 동기 수준은 웰빙의 반대개념의 하나인 우울의 중요한 요인이기 때문이다(Seligman, 1975). 동기가 행동의 에너지와 방향을 결정하는 요인이고(Reeve, 2005), 긍정심리 차원에서 볼 때 삶에 대한 동기는 만족된 삶을 만들고 유지하고자 하는 추동력이다(김정호, 2000). 따라서 본 연구에서도 삶에 대한 만족과 기대 외에 삶에 대한 동기도 청소년들에게 있어서 매우 중요한 태도라고 가정하였다.

Snyder(2002)도 미래에 대한 희망을 단순히 낙관성을 넘어 자기동기화가 추가된 개념으로 보았다. 그는 미래에 대한 희망 수준이 높은 사람들은 스트레스 상황을 하나의 도전할 만한 일로 생각하고 자신이 목표하는 것을 달성하기 위한 동기를 가지게 된다고 설명한다. Pavot, Diener와 Suh(1998)의 연구에서도 노인보다 젊은이들의 삶에 대한 만족 수준은 낮았지만 미래의 삶에 대한 기대 수준은 높은 것으로 나타났다. 따라서 젊은 시절에는 삶에 대한 동기충족보다는 삶에 대한

동기를 가지고 그것에 기대하는 것이 더 관건일 수 있다. 한국의 젊은이를 대상으로 한 연구들(김정호 외, 2009; 서경현, 양승애, 2011)에서 대학생의 삶에 대한 만족 수준이 낮는데 행복감 수준은 비교적 양호한 것이 미래의 삶에 대한 기대가 있기 때문일 수 있음이 시사되었다. 이에 본 연구에서도 삶에 대한 만족 이상으로 미래의 삶에 대한 기대에 초점을 맞추고자 한다. 안도희와 김유리(2012)의 연구에서는 기대와 가치 신념이 청소년의 주관적 웰빙에 긍정적으로 영향을 줄 수 있는 요인인 것으로 확인되었다.

미래의 삶에 대한 태도는 젊은이들에게 매우 중요할 수 있다. 특히 성장기에 있는 청소년들에게는 더욱 그렇다. Eckersley, Wierenga와 Wyn(2005)의 연구에서는 불확실한 미래를 앞에 둔 젊은이들이 미래의 삶에 대해 긍정적으로 조망할 경우 주관적 웰빙 수준이 높고 더 건강한 것으로 나타났다. 청소년이 세상이나 자기 자신, 그리고 자신이 살아가고 있는 사회에 대해 긍정적인 태도를 가진 청소년이 스트레스로부터 부정적인 영향을 덜 받고 행복감도 더 많이 느낄 수 있다는 것은 국내 연구(조경화, 고재홍, 2012)에서도 검증된 바 있다. 의미 있는 삶과 즐거움 삶, 그리고 적극적인 삶이 행복이나 정신건강에 중요한 역할을 할 수 있다(윤성민, 신희천, 2010). 최근 한 연구(김진경, 김혜연, 2013)에서는 미래에 대한 기대가 큰 청소년이 높은 자존감 수준을 보였다. 자존감은 정신건강과 밀접한 관계가 있기 때문에(서경현, 신현진, 양승애, 2012), 미래의 삶에 대한 기대가 청소년의 정신건강과 관계가 있을 것으로 가정하였다.

삶에 대한 긍정적인 태도가 신체건강에도 중요

할 수 있다. 서경현과 오경희(2009)의 연구에서는 스트레스가 심한 대학생이더라도 미래의 삶에 대한 기대가 많을 경우 기대가 적은 경우보다 신체증상을 덜 보고하였으며 덜 우울해하고 있었다. 또한 장정현과 고재홍(2010)의 연구에서도 희망이 스트레스가 정신적 고통이나 신체증상에 부정적인 영향을 미치는 것에 완충작용을 하는 것으로 나타났다. 김진경(2012)의 연구에서도 삶에 더 만족하는 청소년이 그렇지 않은 청소년보다 외로움을 덜 느끼고 있었다. 외로움이 우울이나 자살은 물론 신체건강을 위협하는 섭식장애와 상관이 있기 때문에(Zakriski & Coie, 1996), 삶에 대한 느낌이나 생각이 신체건강과도 상관이 있을 것으로 가정할 수 있다

일찍이 Fredrickson(1998)은 긍정적인 감정을 가지는 것이 행동 경향성을 증가시키고 적응적 사고를 가지게 한다고 주장하였다. 한국 청소년을 대상으로 한 연구(김택호, 2004)에서도 삶에 대한 의미를 깨닫고 미래에 대한 희망을 가지게 되는 것이 청소년들이 생활적응에 중요한 역할을 하는 것으로 나타났다. 생활에 적응하지 못한 청소년들이 많이 보이는 행동이 인터넷 게임중독이다(김희숙, 최연화, 유성자, 2010; Gharib, Homayouni, & Yanesari, 2010). 그런 의미에서 본 연구에서는 삶에 대해 부정적인 태도를 보이는 청소년이 인터넷 게임에 중독될 가능성이 클 것으로 보았다. 김세진과 김교현(2013)은 인터넷 중독의 원인이 부적응적 인지에 있다고 주장한다. 강희양과 손정탁(2010)도 부정적인 태도가 청소년을 인터넷 게임에 몰입되게 한다고 보았다. 본 연구에서는 청소년이 삶에 만족하지 않거나 미래의 삶에 대한 동기나 기대가 없으면 현실도피로 가상의 환경 상

에서 게임에 몰두할 것으로 가정하였다. 최근 한 연구(서경현, 2013)에서는 인터넷 게임중독 고위험군 청소년이 일반 청소년보다 삶에 대한 동기 및 기대 수준이 낮았다. 여러 가지를 감안하여 본 연구에서는 청소년의 삶의 대한 태도, 즉 삶에 대한 만족과 삶에 대한 동기 및 기대가 인터넷 게임중독과 어떤 관계가 있는지 분석하고자 한다.

현 시대에서 인터넷은 필수가 되어 한국 십대 청소년의 99% 이상이 인터넷을 사용하고 있는 것으로 보고되었다(한국정보화진흥원, 2011). 그리고 다른 연령대보다 십대 청소년들의 인터넷 중독 비율이 가장 높다. 그런데 문제는 그런 청소년의 인터넷 중독이 많은 부작용을 낳는다는 것이다. 그런 부작용은 대개 인터넷으로 게임을 할 때 나타난다(Tsitsika et al., 2009). 2013년 미국정신의학회(American Psychiatric Association)에서 개정된 정신장애진단편람 5판(DSM-5)에는 인터넷 게임중독을 정식적인 장애가 아닌 추가로 연구가 필요한 정신장애로만 구분되었다. 인터넷 게임중독이 많은 문제를 야기하지만 미국의 경우 초고속 인터넷망이 한국과 같지 않아 그 심각성이 덜하여 한국이나 중국보다 연구가 아직 덜 이루어졌기 때문이다.

인터넷 게임 중에 폭력적인 것이 많기 때문에 게임을 많이 하면 공격성이 증가할 수 있다(Anderson & Dill, 2000). 청소년이 인터넷 게임에 몰두하면서 생긴 그런 공격성이 현실세계에서 문제 행동으로 나타날 수 있다. 실제로 청소년은 미디어나 게임에 몰두하게 되어 문제 행동을 나타내거나 행동으로 나타나지 않는다고 하여도 심리적 문제를 가질 수 있다는 것은 이미 오래 전에 실증적으로 검증된 바 있다(Bushman &

Anderson, 2001). 인터넷에 중독된 청소년들이 일반 청소년들보다 타인에게 적대적이거나 외로움을 더 경험하고 더 우울한 것으로 보고되고 있다(Huang et al., 2010; Young & Rodgers, 1998). 이런 선행연구 결과들은 인터넷 게임중독이 청소년의 정신건강을 위협한다는 것을 시사한다.

청소년이 인터넷 게임에 과하게 몰입하거나 중독될 경우 신체건강을 해칠 수도 있다. 인터넷 게임중독과 신체건강 간의 관계가 아직 많이 연구된 것은 아니지만, 인터넷 게임중독이 신체건강을 위협할 수 있다는 것에 동의하는 사람들이 많다(Trochim & Kane, 2005). Gentile(2009)은 청소년이 비디오 게임을 많이 할 경우 신체건강에도 문제가 생길 수 있음을 경고한 바 있다. 일단 청소년이 인터넷 게임에 몰입할 경우 식사나 수면이 불규칙할 수 있어 불면이나 영양의 불균형을 야기할 수 있으며, 게임을 하며 한 자세를 계속 취하기 때문에 손목이나 목과 허리에 문제가 생길 수 있다. 게다가 계속적으로 긴장하고 있는 것은 신진대사 이상으로 부작용을 가져올 수 있다. 서경현(2013)의 연구에서는 인터넷 중독 수준에 따라 청소년들이 보이는 스트레스 반응에 차이가 있었다. 구체적으로 설명하면 인터넷 게임중독 고위험에 있는 청소년들이 분노나 우울과 같은 정신건강을 위협하는 정서적 반응을 더 많이 보였으며 긴장과 피로 수준도 높고 신체화 증상도 더 많이 보였다. 이는 인터넷 게임중독이 청소년의 신체건강에 부정적으로 작용할 수 있음을 암시한다. 따라서 본 연구에서는 청소년의 인터넷 게임중독과 신체건강 간의 관계도 분석하고자 한다.

종합해보면 청소년의 삶에 대한 태도와 신체건강이나 정신건강과 관계를 인터넷 게임중독이 매

개할 수 있음을 가정할 수 있다. 다시 말해 청소년이 삶에 대해 부정적인 태도를 가지면 현실의 삶에서 도피하여 가상의 환경에 몰입하게 되는데 이것이 인터넷 게임중독이며, 인터넷 게임중독이 청소년의 건강을 해치게 된다는 가설이다. 본 연구에서는 정신건강 변인으로 우울을, 신체건강 변인으로 신체증상, 통합적 건강 변인으로 주관적 건강을 채택하였다. 앞서 언급한 것처럼 미국을 포함한 서양국가에서는 고속 인터넷의 보급이 늘어 인터넷으로 게임을 과도하게 하는 것이 중독 인지에 대한 의견의 일치가 이루어진지도 오래되지 않았기 때문에(Grüsser, Thalemann, & Griffiths, 2007), 이와 관련된 연구가 많지 않았다. 게다가 한국의 경우도 인터넷 게임중독과 스트레스 반응이나 정신적 문제와의 관련성이 주로 연구되었기 때문에 본 연구에서는 인터넷 게임중독과 정신건강 변인 외에 신체적 건강이나 삶에 대한 태도와와의 관계를 탐색하는 것이 의미가 있다고 하겠다.

본 연구의 목적은 청소년의 삶에 대한 태도 및 인터넷 게임중독, 그리고 건강 간의 관계를 탐색하고, 삶에 대한 태도와 정신건강이나 신체건강 간의 관계에서의 인터넷 게임중독의 매개효과를 검증하는 것이다. 이런 목적을 성취하기 위해 본 연구에서는 다음과 같은 연구문제를 검증하고자 한다. 첫째, 고등학생의 삶에 대한 태도인 삶에 대한 동기, 만족 및 기대가 인터넷 중독과 관계가 있는가? 둘째, 고등학생의 삶에 대한 동기, 만족 및 기대가 우울, 주관적 건강 및 신체증상과 관계가 있는가? 셋째, 고등학생의 인터넷 게임중독이 우울, 주관적 건강 및 신체증상과 관계가 있는가? 넷째, 고등학생의 인터넷 게임중독이 삶에 대한

태도와 정신건강이나 신체건강 간의 관계를 매개하는가? 이런 연구문제를 검증하는 것이 청소년의 정신건강이나 웰빙을 증대하고자 하는 전문가에게 유용한 정보를 제공할 것이다.

방 법

참여자

본 연구는 서울시에 위치한 두 인문계 고등학교에 재학하고 있는 1,2학년 학생 478명을 대상으로 하였다. 참여자들의 평균 연령은 16.62세 ($SD=.74$)로 만 15세에서 18세까지 분포되어 있었다. 참여자 중에 남학생이 243명(50.8%), 여학생이 235명(49.2%)이었으며, 1학년은 169명(35.4%), 2학년은 309명(64.6%)이었다. 참여자들 중에 기독교, 즉 개신교를 믿고 있다고 응답한 학생이 171명(35.8%), 57명(11.9%)이 불교, 18명(3.8%)이 천주교, 2명(0.4%)은 기타 종교를 믿고 있다고 보고하였다. 230명(48.1%)이 종교를 가지고 있지 않다고 응답하였다. 참여자들이 보고한 경제수준은 중상류가 102명(21.4%), 중류 268명(56.1%), 중하류 108명(22.6%)이었다.

조사 도구

삶에 대한 동기. 참여자가 느끼는 삶에 대한 동기는 Diener, Emmons, Larsen와 Griffin(1985)이 개발한 삶에 대한 만족 척도(SWLS)를 김정호(2007)가 변형하여 만든 척도를 사용하여 측정하였다. 한 문항을 예로 들면 “대체로 나의 삶은 나의 이상(ideal)에 가깝다”라는 삶에 대한 만족 척도 문항을 “나는 삶을 나의 이상에 가깝게 만들고

삶다”로 변형한 것이다. 따라서 이 척도는 삶의 전반에 걸친 동기의 정도를 측정하게 된다. 총 5 문항을 7점으로 평정하도록 되어 있으며, 본 연구에서 내적일치도(Cronbach’s α)는 .90이었다.

삶에 대한 만족. 청소년이 자신의 삶에 만족하는 수준은 Diener 등(1985)이 개발한 삶의 만족 척도(SWLS: Satisfaction with Life Scale)로 측정하였다. 본 연구에서 사용한 척도는 조명환과 차경호(1998)가 한국어로 번역한 것을 김정호(2007)가 일부 수정한 것이다. 총 5문항으로 구성되어 있으며, 문항의 예로는 “대체로 나의 삶은 나의 이상(ideal)에 가깝다”, “나는 내 삶에 만족한다” 등이 있다. 각 문항은 7점(매우 반대한다 ~ 매우 찬성한다)으로 평정하도록 되어 있으며 점수가 높을수록 자신의 삶에 만족스런 태도를 보이는 것이다. 본 연구에서 내적일치도(Cronbach’s α) 수준은 .89였다.

삶에 대한 기대. 참여자가 미래의 자신의 미래의 삶에 대한 기대는 Diener 등(1985)의 삶에 대한 만족 척도(SWLS)를 김정호(2007)가 미래의 만족에 대한 예상을 측정하도록 문항을 변형하여 구성한 척도로 측정하였다. 문항의 예로는 “앞으로 나의 삶은 나의 이상에 더 가까워 질 것이다”가 있다. 이 척도도 5문항을 7점으로 평정하도록 되어 있으며 점수가 높을수록 자신의 미래 삶이 긍정적으로 될 것이라는 기대의 태도를 가지고 있는 것이다. 본 연구에서의 내적일치도(Cronbach’s α)는 .96이었다.

인터넷 게임중독. 청소년의 게임중독 수준은 한국정보문화진흥원(2006)에 개발한 인터넷 게임 중독 척도를 사용하여 측정하였다. 이 척도는 인터넷 중독에 대한 집단별 구별을 위해 개발되었

고, 각 점수대별로 비중독군인 일반 사용자, 평균적 인터넷 게임 사용자, 잠재적 위험군, 고위험군으로 분류된다. 본 연구의 목적에 따라 집단을 구분하지 않고 개인이 얻은 점수로만 분석하였다. 이 척도는 총 20문항을 4점(전혀 그렇지 않다 ~ 항상 그렇다)으로 평정하도록 되어 있으며, 점수가 높을수록 인터넷 게임에 중독된 정도가 강한 것이다. 본 연구에서 전체 문항의 내적 일치도(Cronbach’s α)는 .95였다.

우울. 청소년이 경험하는 우울 수준을 측정하기 위해 Ronan, Kendall 및 Rowe(1994)의 부정적 자기진술 질문지(Negative Affect Self-Statement Questionnaire: NASSQ)를 사용하였다. 이 척도는 자기보고식으로 우울에 대한 특징적인 자기진술과 불안에 대한 특징적인 자기진술, 전반적인 부정적 정서와 관련되는 자기진술을 구분하여 측정하고 있다. 각 문항에서 표현된 내용을 지난주에 얼마나 자주 있었는가에 따라 1점에서 5점까지로 평정하도록 되어 있다. 이 연구에서는 39문항을 이주영과 김지혜(2002)가 변안하여 사용한 우울을 측정하는 문항 중에 요인부하량 수준이 높은 10문항을 선택하여 사용하였다. 따라서 점수의 범위는 10에서 50까지이며 점수가 높을수록 우울한 것이다. 본 연구에서의 전체 문항의 내적일치도(Cronbach’s α)는 .94였다.

주관적 건강. 청소년 자신이 건강하다고 지각하는 수준은 한덕웅과 장은영(2003)이 개발한 척도를 사용하여 측정하였다. 문항의 예로는 “당신의 신체는 얼마나 건강합니까?”, “당신은 신체건강이 좋아서 하루 일과 동안 피로를 느끼지 않고 보낼 수 있다고 생각하십니까?” 등이 있는데, 그런 문항에 동의하는 수준을 ‘매우 건강하지 않다

(-3)'부터 '매우 건강하다(+3)'까지 7점으로 평정하도록 되어 있어 있다. 본 연구에서 6문항의 내적 일치도(Cronbach's α)는 .88이었다.

신체증상. 신체증상은 전검구의 신체증상 척도를 이용하여 측정하였다(류준범, 2000). 이 척도는 두통(4문항), 불면증(4문항), 소화계 증상(8문항) 및 심장질환 증상(8문항)을 측정한다. 각 문항은 '전혀 없다', '약간 있다', '웬만큼 있다', '꽤 심하다', '아주 심하다'와 같이 5점 척도로 평정하도록 구성되어 있다. 본 연구에서의 내적일치도 계수(Cronbach's α)는 각각 두통 .88, 불면증 .85, 소화계 증상 .84, 심장질환 증상이 .91이었으며, 전체 문항은 .92이었다.

조사 및 분석 절차

학교 관계자에게 연구내용을 자세히 설명한 후 허락을 받고 조사가 이루어졌다. 설문을 하기 전 참여자에게도 연구의 내용을 충분히 설명하고 참여에 동의를 구하였다. 더불어 개인정보의 누출이 없을 것이며 연구 참여를 언제든지 포기할 수 있다고 알렸다.

통계분석은 PASW Statistics 18에 의해 실행되었고, 주요 통계분석 방법은 Pearson 적률상관분석과 위계적 회귀분석이다. 위계적 회귀분석으로 매개효과가 입증하기 위해 필요한 조건은 다음과 같다. 먼저 A → B가 유의하고 A → C도 유의해야 하며, A와 B를 함께 예언변인으로 투입한(A, B)도 C를 유의하게 설명할 수 있어야 한다. 단 예언변인 A에 매개변인 B를 예언변인 투입하였을 때 독립변인 A의 설명력이 줄어들어야 한다. 더 구체적으로 설명하면 A → C에서 A의 설명량

보다 A, B → C에서의 A의 설명량이 적어야 한다. 그 조건이 충족되어야 A와 C의 관계를 B가 매개한다고 추정할 수 있다. A, B → C에서의 A의 설명량이 줄어들어도 유의하면 B가 부분적으로 매개하는 것이며, 설명량이 줄어 유의하지 않은 수준이 되면 완전하게 매개하는 것이다(Baron & Kenny, 1986). 또한 Sobel 검증으로도 매개효과가 검증하였다.

결 과

청소년의 삶에 대한 태도와 인터넷 게임중독 및 건강 간의 관계

청소년이 삶에 대해 갖는 태도, 즉 삶에 대한 동기, 만족 및 기대 수준과 인터넷 게임중독 및 정신건강 요인인 우울 그리고 신체건강 요인인 신체증상이나 통합적 건강 요인인 주관적 건강과 어떤 관계가 있는지를 분석하였다(표 1).

먼저 삶에 대한 태도와 게임중독의 관계를 분석한 결과, 삶에 대한 동기($r=-.15, p<.01$)와 기대($r=-.25, p<.001$)가 게임중독과 유의한 부적 관계가 있었다. 그런데 삶에 대한 동기는 우울이나 신체건강 요인들과 아무런 상관이 없었다. 반면에 삶에 대한 만족은 우울과 부적 상관이 있었으며($r=-.38, p<.001$), 주관적 건강($r=.19, p<.001$)과는 정적 상관이 신체증상($r=-.28, p<.001$)과는 부적 상관이 있었다. 또한 삶에 대한 기대도 우울($r=-.24, p<.001$)이나 신체증상($r=-.21, p<.001$)과는 부적 상관을, 주관적 건강($r=.20, p<.001$)과는 정적 상관을 보였다. 한편 삶에 대한 동기는 삶에 대한 만족과는 변량을 공유하지 않았고($r=.12, p<.01$) 삶에 대한 기대와

26%의 변량을 공유하였다($r=.51, p<.001$). 삶에 대한 기대는 삶에 대한 만족과 23%의 변량을 공유하고 있었다($r=.48, p<.001$).

고등학생들의 인터넷 게임중독 수준은 우울($r=.26, p<.001$)이나 신체증상($r=.16, p<.001$)과는 정적 상관이 있었으며, 주관적 건강과는 부적 상관이 있었다($r=-.15, p<.01$). 인터넷 게임중독은 신체증상 중에 두통과는 유의한 관계가 없었으며($r=.06, n.s.$), 불면증이나 심장증상 및 소화증상과 정적 상관을 보였다. 한편, 우울은 주관적 건강과는 부적 관계가 있었고($r=-.26, p<.001$), 신체증상과는 정적으로 상관이 있었다($r=.64, p<.001$). 신체증상과 우울과는 약 41%의 변량을 공유하였다.

삶에 대한 기대와 우울 간의 관계에서 인터넷 게임중독의 매개효과 검증

상관분석 결과, 삶의 태도 중에 삶에 대한 기대

와 우울 간의 관계에서 인터넷 게임중독의 역할이 부각되었다. 구체적으로 설명하면 우선 삶의 태도 중에 삶에 대한 동기 및 기대만이 인터넷 게임중독과 유의한 관계가 있었는데, 삶에 대한 동기는 건강과 유의한 관계가 없었기 때문이다. 그런 가운데 삶에 대한 기대와 인터넷 게임중독 간의 상관이 있었기 때문에 삶에 대한 기대와 우울 간의 관계에서 인터넷 게임중독의 중재효과보다는 매개효과를 검증하고자 하였다.

정신건강 변인인 우울을 준거변인으로 한 위계적 회귀분석에서는 인터넷 게임중독이 삶에 대한 기대를 매개하여 우울을 유의하게 설명하고 있었다(표 2). 삶에 대한 기대(A → C₁)의 설명량보다 A, B → C₁에서 A의 추가 설명량이 2.6% 줄었고, 게임중독(B)의 추가 설명력도 유의하였다($\beta=.21, p<.001$). A, B → C₁에서의 삶에 대한 기대의 설명량이 줄어들었어도 유의한 수준이었기 때문에 인터넷 게임중독이 삶에 대한 기대와 우울 사이

표 1. 청소년의 삶에 대한 태도, 우울, 주관적 건강 및 신체증상 간의 상관행렬(N=478)

변인	삶에 대한 동기	삶에 대한 만족	삶에 대한 기대	게임중독	우울	M	SD
삶에 대한 동기	.						
삶에 대한 만족	.12**	.					
삶에 대한 기대	.51***	.48***	.				
게임중독	-.15**	-.05	-.25***	.			
우울	.05	-.38***	-.24***	.26***	.		
주관적 건강	.05	.19***	.20***	-.15**	-.26***	17.87	4.00
신체증상	-.04	-.28***	-.21***	.16***	.64***	37.76	14.73
두통	.01	-.28***	-.18***	.06	.53***	7.13	3.70
불면증	-.04	-.24***	-.19***	.13**	.45***	6.50	3.43
심장증상	-.08	-.21***	-.19***	.22***	.56***	11.36	5.22
소화증상	-.01	-.21***	-.13**	.10*	.53***	12.78	5.42
M	27.77	19.91	27.18	26.01	16.07		
SD	5.29	6.19	6.67	8.27	6.46		

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

를 부분적으로 매개한다고 볼 수 있다. Sobel 검증에서도 매개효과가 유의한 것으로 분석되었다, $Z=-4.02, p<.001$.

표 3에 나타나 있듯이 인터넷 게임중독이 삶에 대한 기대와 주관적 건강 간의 관계도 매개하는 것으로 나타났다. 삶에 대한 기대(A → C₂)의 설명량보다 A, B → C₂에서 A의 추가 설명량이 1.1% 줄었으며, 인터넷 게임중독(B)의 추가 설명력도 유의하였다($\beta=-.10, p<.05$). A, B → C₂에서의 삶에 대한 기대의 설명량이 줄어들었어도 유의한 수준이었기 때문에 인터넷 게임중독이 삶에

대한 기대와 주관적 건강상태 사이도 부분적으로 매개하고 있었다. Sobel 검증에서도 매개효과가 유의한 것으로 분석되었다, $Z=2.81, p<.01$.

신체건강 변인인 신체증상을 준거변인으로 한 위계적 회귀분석에서도 인터넷 게임중독이 삶에 대한 기대를 매개하여 신체증상을 유의하게 설명하는 것으로 나타났다(표 4). 삶에 대한 기대(A → C₃)의 설명량보다 A, B → C₃에서 A의 추가 설명량이 1.3% 줄었고, 인터넷 게임중독(B)의 추가 설명력도 유의하였다($\beta=.12, p<.05$). A, B → C₃에서의 삶에 대한 기대의 설명량이 줄어들었어

표 2. 청소년의 삶에 대한 기대와 우울에 대한 인터넷 게임중독의 매개효과 검증 결과

예언변인	준거변인	R ²	ΔR ²	β
삶에 대한 기대(A)	게임중독(B)	.064		-.25***
삶에 대한 기대(A)	우울(C ₁)	.060		-.24***
삶에 대한 기대(A)	우울(C ₁)	.099	.034	-.19***
게임중독(B)	우울(C ₁)		.039	.21***

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

표 3. 청소년의 삶에 대한 기대와 주관적 건강에 대한 인터넷 게임중독의 매개효과 검증 결과

예언변인	준거변인	R ²	ΔR ²	β
삶에 대한 기대(A)	게임중독(B)	.064		-.25***
삶에 대한 기대(A)	주관적 건강(C ₂)	.041		.20***
삶에 대한 기대(A)	주관적 건강(C ₂)	.051	.030	.18***
게임중독(B)	주관적 건강(C ₂)		.010	-.10*

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

표 4. 청소년의 삶에 대한 기대와 신체증상에 대한 인터넷 게임중독의 매개효과 검증 결과

예언변인	준거변인	R ²	ΔR ²	β
삶에 대한 기대(A)	게임중독(B)	.064		-.25***
삶에 대한 기대(A)	신체증상(C ₃)	.041		.20***
삶에 대한 기대(A)	신체증상(C ₃)	.053	.028	-.17***
게임중독(B)	신체증상(C ₃)		.012	.12*

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

도 유의한 수준이어서 인터넷 게임중독이 삶에 대한 기대와 신체증상 사이를 부분적으로 매개하는 것으로 해석할 수 있다. Sobel 검증에서도 매개효과가 유의한 것으로 분석되었다, $Z=-2.98$, $p<.01$.

논 의

본 연구에서는 청소년의 삶에 대한 태도, 즉 삶에 대한 동기, 만족 및 기대와 인터넷 게임중독이 우울과 신체증상 및 주관적 건강 수준과 어떤 관계하는지를 탐색하였고, 삶에 대한 태도와 건강간의 관계에서 인터넷 게임중독이 매개 역할을 하는지 분석하였고 의미 있는 결과를 얻었다. 우선 청소년의 삶에 대한 태도가 인터넷 게임중독과 상관이 있는지를 분석해 보았다. 분석 결과, 삶에 대한 동기 및 기대가 클수록 게임중독 수준은 낮았으나, 삶에 대한 만족은 인터넷 게임중독과 상관이 없는 것으로 나타났다. 인터넷 게임이 미래의 삶에 대한 동기 및 기대를 낮춘다는 것은 논리성이 부족하기 때문에, 이런 결과는 현재의 삶에 대한 태도보다는 미래의 삶에 대한 동기나 기대가 청소년의 인터넷 게임중독에 영향을 미칠 수 있는 가능성을 시사한다.

청소년들의 삶에 대한 만족이나 미래 삶에 대한 기대 수준이 높을수록 정신건강 변인 중에 우울 수준은 낮았고 주관적 건강수준은 높았으며 신체건강 변인인 신체증상은 더 적게 보고되었다. 이는 청소년기나 초기 성인기에는 현재의 삶에 대한 만족만큼 미래에 대한 기대가 삶의 질이나 웰빙 혹은 행복에 중요하다는 주장(김정호 외, 2009)을 지지하는 결과이다. 그리고 본 연구에서

는 미래의 삶에 대한 기대가 행복감이나 주관적 웰빙이 아닌 건강과도 상관이 있다는 것을 발견하였다. Eckersley 등(2005)은 미래의 삶에 대해 긍정적인 태도를 가진 젊은이들이 건강할 것이라고 가정하였는데, 본 연구에서는 미래의 삶에 대한 긍정적인 태도가 단지 정신건강과 상관이 있는 것이 아니고 신체건강과도 상관이 있는 것으로 나타났다. 삶에 대한 만족이나 기대가 지각된 건강수준인 주관적 건강은 물론 신체증상과 유의한 관계가 있는 것으로 나타난 것은 시사하는 바가 크다. 게다가 삶에 대한 기대가 이 연구에 포함된 신체증상, 즉 두통, 불면증, 심장증상, 소화기관 증상 모두와 관계가 있었다. 이런 관계는 양방향적일 수 있다. 다시 말해 삶에 대해 만족하지 못하거나 미래의 삶에 대한 기대 수준이 낮으면 신체적으로 건강하지 못하게 될 수도 있지만, 신체적으로 건강하지 못하면 삶에 대한 만족 수준이 떨어지거나 미래에 삶에 기대를 할 수 없는 것일 수 있다. 실험연구가 현실적으로 가능하지 않기 때문에 적어도 종단연구를 통해 어떤 것이 선행하는지를 분석해 볼 필요가 있다. 하지만 청소년의 삶에 대한 동기는 신체증상이나 주관적 건강은 물론 우울과도 유의한 상관이 없었다. 무기력, 즉 낮아진 동기수준이 우울과 상관이 있을 것이라는 가정(Seligman, 1975)이 청소년기에서는 성립되지 않을 수 있다는 것을 시사한다. 삶에 대한 동기가 만족스런 삶을 만들고자 하는 추동력을 일으킬지는 몰라도(김정호, 2000), 정신건강이나 신체건강에 직접적으로 영향을 주지는 못하는 것일 수 있다. 일회성 연구의 결과로 어떤 결론을 내릴 수 없으며, 이 연구에서 나타난 결과가 청소년기만의 특성일 수도 있기 때문에 다른 연령대

를 대상으로 이 관계를 재확인할 필요가 있다. 그렇더라도 삶에 대한 동기가 중요하지 않은 것은 아니다. 미래의 삶에 대한 긍정적인 태도를 가진 사람들이 동기화가 잘 되어 삶에 더 도전적이라는 주장(Snyder, 2002)이 있으며, 본 연구에서도 삶에 대한 동기는 미래의 삶에 대한 기대와 밀접한 관계가 있었기 때문이다.

본 연구자들이 가정하였던 것처럼 인터넷 게임 중독은 정신건강은 물론 신체건강과 밀접한 관계가 있었다. 정신적으로나 신체적으로 건강하지 못하면 인터넷 게임에 중독될 수도 있고 인터넷 게임에 중독되면 우울해지거나 신체건강을 잃을 수 있다. 우울하면 인터넷 게임에 더 몰입할 수 있지만 신체적으로 건강하지 못하거나 신체증상을 느끼면 인터넷 게임을 더 할 것이라는 것은 논리적으로 타당성이 떨어지고, 인터넷 중독에 신체적 증상을 유발하여 그것을 진단하는 도구를 개발하는 연구(박지환, 2001)도 있었기 때문에 인터넷 게임에 지나치게 몰입하면 신체건강을 해칠 수 있다는 인과적 방향에 더 힘이 실린다. 게다가 인터넷 게임중독으로 발생하는 신체증상의 개념을 바탕으로 한 연구도 있었다(조성민 외, 2006). 앞서 삶에 대한 태도와 건강 간의 관계의 양방향성을 언급하였는데, 그런 논리에서 인터넷 게임중독과의 관계가 삶에 대한 태도와 건강 간의 관계의 방향성을 어느 정도 추론할 수 있게 한다. 삶에 대한 만족은 인터넷 게임중독과 상관이 없었지만 삶에 대한 기대는 인터넷 게임중독과 유의한 상관이 있었다. 그리고 위계적 회귀분석에서는 삶에 대한 기대와 건강 간의 관계를 인터넷 게임중독이 매개하는 것으로 나타났다. 이런 결과는 낮은 삶에 대한 만족 수준이 인터넷 게임에 중독되게

만드는 것은 아니라는 것이기 때문에 건강하지 않으면 삶에 만족하기 힘들어진다는 인과 방향의 가능성을 지지한다. 그와는 다르게 낮은 삶에 대한 기대 수준이 인터넷 게임에 몰입하게 만들고 그 결과 우울하고 신체건강 수준도 낮아질 수 있다는 결과를 얻었다.

본 연구의 결과는 삶에 대한 태도인 삶에 대한 동기 및 기대 그리고 삶에 대한 만족이 서로 상관이 있지만 그 역할이나 다른 변인들과 관계하는 방식이 다를 수 있다는 것을 시사한다. 삶에 대한 태도 중에 특별히 현재의 삶에 대한 만족과 미래의 삶에 대한 기대가 건강과 상관이 있지만 인과의 방향에서 차이가 있을 수 있다. 구체적으로 설명하면 삶의 대한 만족은 정신건강이나 신체건강의 결과일수 있지만 삶에 대한 기대는 건강 자체나 건강을 해칠 수 있는 문제행동의 원인이 될 수 있다. 청소년의 문제행동이나 건강에 있어서 미래의 삶에 대한 태도가 중요함을 알 수 있었다. 세대별 삶에 대한 만족을 비교한 연구(김의철, 박영신, 김명연, 이건우, 유호식, 2000)에서 노인, 청소년, 성인 순으로 삶에 대한 만족 수준이 유의하게 높았다. 이 연구가 종단연구가 아니기 때문에 코호트 효과를 무시할 수 없지만 청소년기의 삶에 대한 만족 수준이 성인기가 되면서 감소할 가능성이 크다. 그런 차원에서 청소년기에서부터 삶에 대한 긍정적인 태도를 유지할 수 있는 중재가 필요하다.

긍정성을 증진시켜 청소년의 행복감과 우울 수준을 낮추려는 시도가 없었던 것은 아니지만(유은영, 손정락, 2013), 본 연구에서는 삶에 대한 태도를 긍정적으로 변화시키는 것을 청소년의 중독 예방 프로그램이나 정신건강은 물론 신체건강 증

진을 위한 중재방식에 포함시킬 필요가 있다는 결과를 얻은 것이다. 그리고 미래의 삶에 대한 태도에 변화를 주어 청소년의 인터넷 게임중독을 중재할 수 있다는 것만으로도 청소년의 인터넷 게임중독이 심각한 시점에서 시사하는 바가 매우 크다. 인터넷 중독에 대한 중재를 어떻게 해야 하는지에 대한 관심(Freeman, 2008)이 고조되고 있는 가운데 미래에 대한 꿈을 가지게 하는 것이 청소년이 학업에 충실하게 하는 등 동기화가 되어 자신의 삶에 도전적이 되게 할 수 있는 것(Snyder, 2002)은 물론 인터넷 게임중독과 같은 부적응 행동을 중재할 수 있다는 결과이기 때문이다.

본 연구에서는 청소년의 삶에 대한 태도가 인터넷 게임중독이나 우울 및 신체건강 변인과 상관성이 있었고, 인터넷 게임중독이 미래의 삶에 대한 기대와 정신건강이나 신체건강 변인 간의 관계를 매개하는 것으로 나타났다. 이런 결과를 바탕으로 삶에 대한 태도와 건강 간의 관계의 인과 방향을 논의하였지만 상관연구로 인과관계를 해석하는 것에는 한계가 있다. 또한 특성상 본 연구에서 채택한 변인들 간에는 일방향적 관계만이 존재할 수 없다. 본 연구의 결과를 해석하는데 있어서 또 다른 한계들이 있다. 예를 들어, 본 연구에서 채택한 신체건강 측정방식은 의학적인 것이 아니고 개인이 지각한 건강상태와 보고한 신체증상이다. 게다가 정신건강 변인으로 우울만을 포함시켜 한계가 있다. 이런 해석의 한계가 있더라도 건강이나 대표적인 청소년의 부적응 행동인 인터넷 중독에 대한 미래의 삶에 대한 기대의 역할을 검증한 것은 학문적으로나 임상적으로 주는 의미가 있다고 생각한다. 그런 의미에서 본 연구의 결

과가 후속연구를 산출할 수 있을 것이다. 삶에 대한 태도와 건강 간의 관계를 중재하거나 매개하는 다른 변인을 연구할 필요가 있다. 예를 들어 미래에 대한 더 큰 희망을 가진 사람들이 대인관계가 중요하다고 생각하고 사람들과 더 많은 시간을 소비하는 것으로 알려져 있기 때문에(Snyder, Rand, & Sigmon, 2002), 삶의 대한 긍정적 기대와 정신건강 간의 관계를 대인관계 관여가 매개하는지를 검증할 수 있을 것이다. 이런 연구들이 청소년의 미래의 삶은 물론 현재의 삶의 질을 향상하는데 도움이 될 것이다.

참 고 문 헌

- 강희양, 손정락 (2010). 청소년의 인터넷 중독과 게임중독에 대한 자존감향상 인지행동치료 효과. 한국심리학회지: 건강, 15, 143-159.
- 김세진, 김교현 (2013). 인터넷 중독 개선을 위한 인지적 접근; 조절실패와 갈망에 대한 대책을 중심으로. 한국심리학회지: 건강, 18, 421-446.
- 김의철, 박영신, 김명언, 이진우, 유호식 (2000). 청소년, 성인, 노인 세대의 차이와 생활만족도. 한국심리학회지: 건강, 5, 119-145.
- 김정호 (2000). 스트레스의 원인으로 작용하는 동기 및 인지. 학생생활연구, 16, 1-26. 덕성여자대학교 학생생활연구소.
- 김정호 (2006). 동기상태이론: 스트레스와 웰빙의 통합적 이해. 한국심리학회지: 건강, 11, 453-484.
- 김정호 (2007). 삶의 만족 및 삶의 기대와 스트레스 및 웰빙의 관계: 동기상태이론의 적용. 한국심리학회지: 건강, 12, 325-345.
- 김정호, 유제민, 서경현, 임성건, 김선주, 김미리혜, 공수자, 강태영, 이지선, 황정은 (2009). 삶의 만족은 만족스러운가: 주관적 웰빙 측정의 보완. 한국심리학회지: 사회문제, 15(1), 187-205.

- 김진경 (2012). 아동과 청소년의 공격성과 외로움간의 관계에 대한 생활만족도의 매개효과. *한국가정관리학회지*, 30(1), 55-64.
- 김진경, 김혜연 (2013). 청소년의 미래기대에 대한 연구 자아존중감과 사회적 지지를 중심으로. *대한가정학회지*, 51(2), 173-186.
- 김택호 (2004). 청소년의 탄력성 과정에서 희망과 삶의 의미의 매개 효과. *상담학연구*, 5(3), 743-772.
- 김희숙, 최연희, 유성자 (2010). 고등학생의 자아정체성, 스트레스 및 인터넷 중독정도와의 관계. *정신건강간호학회지*, 19(2), 173-185.
- 류준범 (2000). 분노의 다차원적 특성과 신체 건강간의 관계. *대구대학교 석사학위 논문*.
- 박지환 (2001). 인터넷 중독자의 신체적 이상 증상에 대한 진단도구 개발에 관한 연구. *대한정형물리치료학회지*, 7(2), 51-56.
- 서경현 (2013). 남자 고등학생의 인터넷 게임중독과 스트레스 반응, 주관적 웰빙 및 삶에 대한 동기 및 기대. *청소년학연구*, 20(2), 217-236.
- 서경현, 신현진, 양승애 (2012). 초기 청소년기에 있는 아동의 자기에 및 자존감과 우울 및 행복감 간의 관계. *청소년학연구*, 19(10), 101-119.
- 서경현, 양승애 (2011). 알코올의 사교성 향상 및 긴장 완화 기대와 대학생의 생활 스트레스 및 주관적 웰빙. *한국알코올과학회지*, 12(2), 61-72.
- 서경현, 오경희 (2009). 대학생의 스트레스와 건강에 대한 삶의 기대의 중재효과. *한국심리학회지: 건강*, 14(3), 633-648.
- 안도희, 김유리 (2012). 기대 및 가치 신념이 청소년의 학업 성취와 주관적 안녕감에 미치는 영향. *청소년학연구*, 3(3), 293-312.
- 유은영, 손정락 (2013). 긍정 심리치료가 우울경향이 있는 청소년의 행복감, 낙관성, 무망감 및 우울에 미치는 효과. *한국심리학회지: 건강*, 18, 669-685.
- 윤성민, 신희천 (2010). 한국판 긍정심리척도의 타당화 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(3), 707-732.
- 이주영, 김지혜 (2002). 아동·청소년의 우울 및 불안과 관련된 부정적 자기진술: 한국판 부정적 자기진술 질문지(Negative Affect Self-Statement Questionnaire)의 타당화 연구. *한국심리학회지: 임상*, 21, 871-889.
- 장정현, 고재홍 (2010). 청소년의 스트레스와 정신건강: 희망의 조절효과. *청소년상담연구*, 18(2), 101-116.
- 조경화, 고재홍 (2012). 청소년의 일상생활 스트레스와 행복 긍정적 태도의 역할. *인문논총*, 30, 91-116.
- 조성민, 조성민, 윤경희, 고덕재, 유한정, 이진용, 김덕곤 (2006). 인터넷 게임 중독으로 발생하는 신체증상과 중독성 사이의 상관성 연구. *대한한방소아과학회지*, 20(3), 143-160.
- 한국정보문화진흥원 (2006). 유·아동 및 청소년의 인터넷 게임중독 척도 개발 연구. *한국정보문화진흥원*.
- 한국정보문화진흥원 (2011). 2011년 인터넷중독 실태조사. *행정안전부*.
- 한덕용, 장은영 (2003). 사회비교 동기와 강요된 사회비교가 주관안녕과 건강지각에 미치는 영향. *한국심리학회지: 건강*, 8, 619-644.
- Ajzen, I. K. (2001). Nature and Operation of Attitudes. *Annual Review of Psychology*, 52, 27-58.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.)*. Washington DC.: American Psychiatric Association.
- Anderson, C. A., & Dill, K. E. (2000). Video games and aggressive thoughts, feelings, and behavior in the laboratory and in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 772-790.
- Baron, R. M., & Kenny, D. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Bushman, B. J., & Anderson, C. A. (2001). Media violence and the American public: Scientific facts versus media misinformation. *American Psychologist*, 56, 477-489.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal*

- of Personality Assessment, 49*, 71-75.
- Eckersley, R. M., Wierenga, A., & Wyn, J. (2005). Life in a time of uncertainty: optimizing the health and wellbeing of young Australians. *Medical Journal of Australia, 183*, 402-404.
- Erikson, E. H. (1959) *Identity and the Life Cycle*. New York: International Universities Press.
- Freeman, C. B. (2008). Internet Gaming Addiction Treatments. *The Journal for Nurse Practitioners, 1*, 42-47.
- Fridrickson, B. L. (1998). What good are positive emotion. *Review of General Psychology, 2*, 300-319.
- Gentile, D. (2009). Pathological Video-Game Use Among Youth Ages 8 to 18: A National Study. *Psychological Science, 20*(5), 594-602.
- Gharib, K., Homayouni, A., & Yanesari, M. K. (2010). High levels of stress and addiction to internet. *European Psychiatry, 25*, supplement 1, 739.
- Grüsser, S. M., Thalemann, R., & Griffiths, M. D., (2007). Excessive Computer Game Playing: Evidence for Addiction and Aggression?. *CyberPsychology & Behavior, 10*(2), 290-292
- Huang, X., Zhang, H., Li, M., Wang, J., Zhang, Y., & Tao, R. (2010). Mental health, personality, and parental rearing styles of adolescents with internet addiction disorder. *Cyberpsychology, Behavior, and Social networking, 13*, 401-406.
- Pavot, W., Diener, E., & Suh, E. (1998). The temporal satisfaction with life scale. *Journal of personality Assessment, 70*, 340-354.
- Reeve, J. (2005). *Understanding motivation and emotion (4th ed)*. New York: Wiley.
- Ronan, K. R., Kendall, P. C., & Rowe, M. (1994). Negative affectivity in Children: Development and validation of a self-statement questionnaire. *Cognitive Therapy and Research, 18*, 509-529.
- Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness: On Depression, Development, and Death*. San Francisco: W. H. Freeman.
- Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry, 13*, 249-275.
- Snyder, C. R., Rand, K. L., & Sigmon, D. R. (2002). Hope theory. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 257-276). NY: Oxford University Press.
- Trochim, W., & Kane, M. (2005). Concept mapping: an introduction to structured conceptualization in health care. *International Journal for Quality in Health Care, 17*, 187-191.
- Tsitsika, A., Critselis, E., Kormas, G., Filippopoulou, A., Tounissidou, D., Freskou, A., Spiliopoulou, T., Louizou, A., Konstantoulaki, E., & Kafetis, D. (2009). Internet use and misuse: a multivariate regression analysis of the predictive factors of internet use among Greek adolescents. *European Journal Pediatrics, 168*(6), 655-665.
- Young, K. S., & Rodgers, R. C. (1998). The relationship between depression and internet addiction. *CyberPsychology & Behavior, 1*, 25-28.
- Zakriski, A. L. & Coie, J. D. (1996), A Comparison of Aggressive-Rejected and Nonaggressive-Rejected Children's Interpretations of Self-Directed and other-directed rejection. *Child Development, 67*(3), 1048-1070.

원고접수일: 2014년 10월 13일

논문심사일: 2014년 10월 27일

게재결정일: 2014년 11월 3일

한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2014. Vol. 19, No. 4, 1087 - 1101

Relationships between the Attitudes toward Life, Internet Game Addiction and Health in Adolescence

Kyung-Hyun Suh Hae-Kyoung Kim
Sahmyook University

Seong-Min Kim
Sahmyook Health University College

The purpose of this study is to investigate the relations of the attitudes toward life, such as life satisfaction, motivation and expectancy for future life, to internet game addiction and health in adolescence, and to examine the mediating effects of internet game addiction between the attitudes toward life and health. The participants were 478 male and female college students, whose average age was 16.62 (SD=.74). Life satisfaction, life motivation, life satisfaction expectancy, internet game addiction, depression, subjective health, and physical symptoms were measured. The results indicated that life motivation and life satisfaction expectancy were negatively correlated with internet game addiction. Life satisfaction and life satisfaction expectancy of high school students were negatively correlated with depression and physical symptoms, and positively correlated with subjective health. On the contrary, internet game addiction was positively correlated with depression and physical symptoms, and negatively correlated with subjective health. Hierarchical regression analysis revealed that internet game addiction partially mediated life satisfaction expectancy and depression or physical health of high school students. The relationships between life satisfaction or life satisfaction expectancy and maladaptive behaviors or health as well as the roles of expectancy toward future life of adolescents were discussed with some theoretical concepts and results of this study. And, the direction for further studies and clinical meaning of this study were recommended.

Keywords: adolescents, life motivation, life satisfaction, life satisfaction expectancy, game addiction, health