

한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2010. Vol. 15, No. 2, 357 - 367

대학생 인터넷 사용과 사회 적응 및 대인 적응과의 관계: 상담에서의 활용

박 지 선[†]

건국대학교병원 신경정신과

본 연구는 비교적 다른 어느 연령대보다 인터넷 접근이 용이한 대학생(N=396)을 대상으로 하여 인터넷 사용과 사회 적응 및 대인 적응과의 관계를 알아보기 위해 실시되었다. 이를 위해 사회적 불편감척도, 사회적 문제해결척도, 대인관계문제검사를 실시한 후 최종 380명의 자료를 바탕으로 상관분석을 실시하였다. 그 결과, 인터넷 사용 점수는 사회적 문제해결을 제외한 사회적 불편감척도와 대인관계문제 검사의 모든 하위 척도와 유의미한 정적 상관을 보여 인터넷 사용 점수가 높은 사람일수록 사회적 상황에서 적응력이 떨어지며 대인간 문제도 더 많음을 시사하였다. 다음으로 인터넷 사용 척도 점수 중 상위 20%에 해당하는 사람과 하위 20%에 해당하는 사람으로 나누어 각각 인터넷 일반 사용군과 인터넷 문제 사용군으로 분류한 후 다변량 분석을 실시하였다. 그 결과, 인터넷 문제 사용군에 속하는 학생들은 일반 사용군에 속하는 학생들에 비해 사회적 불편감 수준이 더 높고 사회적 문제해결력도 더 낮았으며 다양한 대인관계 문제를 지니고 있는 것으로 확인되었다. 본 연구 결과를 종합해 볼 때 인터넷의 과도한 사용은 사회적 문제해결력을 비롯한 social skill의 부족으로 사회 및 대인 관계 부적응을 경험할 가능성이 높으므로 적절한 사회기술훈련이 필요함을 알 수 있었다.

주요어: 인터넷 사용, 대학생, 사회적 불편감, 사회적 문제해결능력, 대인관계문제

[†] 교신저자(Corresponding author) : 박지선, (143-429) 서울특별시 광진구 화양동 4-12 건국대학교병원 신경정신과 임상심리실, Tel: 02-2030-5147, E-mail: lala@kuh.ac.kr

대학생들에게 인터넷이란 일상생활에서 없어서는 안 될 중요한 일부이다. 대학생들은 인터넷을 통해 다양한 정보를 공유하며 학업에 도움을 얻기도 하고 잠시나마 스트레스에서 벗어날 수 있지만 많은 시간을 인터넷에 몰두함으로 부정적인 결과를 야기하기도 한다. 인터넷의 과도한 사용과 관련되어 언급되고 있는 인터넷 중독이란 정보 이용자가 지나치게 많은 시간을 컴퓨터에 접속하므로 일상생활 전반에 심각한 지장을 받고 있는 상태를 말한다(Goldberg, 1995; Young, 1998). 인터넷 중독 장애라는 개념은 1995년 뉴욕 타임즈의 “온라인의 유혹과 중독(The lure and addiction of life online)”이라는 기사에서 처음 언급되었지만, Kimberly Young이 미국 심리학회지에 “인터넷 중독: 새로운 임상 장애의 출현”이라는 연구 논문을 발표할 때까지는 대중적인 관심을 얻지 못했다(Chak & Leung, 2004). 인터넷 중독은 인터넷의 병리적인 사용과 그것으로 인한 병리적 피해를 확인하기 위한 것으로(Whang, Lee, & Chang, 2003), “충동조절장애(Impulse control disorder)”로 정의된다. Davis (2001)의 병리적 인터넷 사용의 인지-행동적 모형(Cognivite-behavioral model of pathological internet use)에서는 인터넷 중독의 원인을 다음의 세 가지 요인으로 요약한다(조영미, 김동민, 송경수, 유지현, 2009 재인용). 첫째 요인은 인터넷 자체의 매력으로 익명성, 편리성, 현실탈출이라는 사이버 공간상의 특성과 접근 가능성, 통제감, 흥미라는 사용자의 경험적 특성이 인터넷 몰입을 유도한다는 것이다. 두 번째 요인은 사용자의 특성에 관한 것으로 낮은 자아존중감, 분노조절과 자기 통제력의 부족, 자기 불만이 인터넷 중독과 관련이 많다는 것이다. 세 번째 요인은 가족, 사회,

학교 등을 포함하는 환경 요인에 관한 것이다. 가령 부모가 잘 돌봐주지도 않으면서 통제만 많이 하는 경우, 부모가 인터넷 사용에 대해 부정적인 태도를 가지고 있어 감시, 감독만 많이 하는 경우, 그리고 사회적 지지가 적은 경우에 인터넷에 중독되기가 더 쉽다.

인터넷 중독으로 야기되는 문제는 다양하지만, 사회적인 문제로 대두되고 있는 것이 대인관계 장애와 사회적 고립 및 철수이다(김광웅, 유미숙, 이지향, 2004). Goldberg(1996)은 인간이 현실세계에서 적응하지 못할수록 가상공간에 빠져 인터넷 중독이 되기 쉽다고 제안하였다. Young(1996)도 실생활에서 대인관계가 원만하지 못한 사람들이 가상공간에서 다른 사람들과 대화하거나 게임을 벌일 수 있다는 것에 매력을 느껴 중독 경향을 보이게 된다고 언급하였다. Kraut 등(1998)은 과도한 인터넷 사용이 우울증, 외로움, 가족 구성원과 의사소통의 감소, 사회적 위축과 관련이 있다고 보고하였다.

인터넷은 전통적인 오프라인 네트워크에서 채워질 수 없는 사회적, 정서적 욕구를 충족시켜 줄 수 있는 대안을 제공한다(Leung, 2003). 수줍음이 많은 사람에게 인터넷 환경에서의 익명성은 안전하고도 편한 사회적 상호작용 환경을 제공한다(Young, Griffin-Shelley, Cooper, O'mara, & Buchanan, 2000). 인터넷 중독 경향을 보인 사람은 그렇지 않은 사람보다 수줍음을 더 많이 느꼈으며(Chak & Leung, 2004; Engelberg & Sjoberg, 2004; Yang & Tung, 2007), 자신의 삶이 자신의 힘에 의해 통제된다기보다 불가항력적인 다른 힘에 의해 통제된다고 믿었다(Chak & Leung, 2004). 특히 직업을 가지지 않은 학생(full-time student)이 인터넷에

더 자유롭게 접속이 가능하여 인터넷 고위험군이 될 가능성이 더 높았다(김현수, 이난, 2005; Chak & Leung, 2004).

한국인을 대상으로 한 연구 결과, 인터넷 중독 군이 대인관계에 더 취약했고 잠재적 인터넷 중독 위험군과 인터넷 중독이 아닌 군에 비해 현실로부터 도피하려는 경향도 더 많았다(Whang et al., 2003). 청소년을 대상으로 한 인터넷 관련 연구에서도 인터넷에 중독된 청소년일수록 소외감, 고립감, 외로움을 많이 경험하며(황혜리, 류수정, 2008), 사회적으로 위축되고(이형하, 2003), 공격적이며(조성상, 이서원, 2006), 학교생활에 잘 대처하거나 적응하지 못하고(서미아, 2007), 문제해결능력도 낮았다(박경애, 김희수, 이화자, 김옥희, 2009). 청소년 인터넷 중독 유형별 설명요인의 모색 연구에서는 게임중독의 경우, 충동성과 스트레스 해소 및 재미가 인터넷의 주요 동기요인이었으며 채팅중독은 우울 및 사회적 지지, 그리고 대인관계의 이유가 주요 요인이었고 음란물 중독의 경우, 스트레스 해소가 주된 요인이었다(이성식, 전신현, 2006). 특히 보다 어렸을 적에 인터넷에 중독된 청소년일수록 실제 대인관계 문제 해결(이소영, 2000)의 결함을 지니게 될 가능성이 더욱 더 높다. 이렇듯 인터넷의 과도한 사용은 대인관계를 비롯한 사회 적응 기능의 부적응과 관련이 있을 수 있지만 인터넷과 같은 사이버 세계에 대한 친밀도와 대인관계에 대한 연구는 아직 매우 제한적이다(김병석, 정은희, 2004; 전정숙, 최문희, 2007). 앞서 살펴보았듯이 다른 어느 연령대보다도 인터넷에 접속하기 쉬운 대학생들은 인터넷의 과다 사용으로 인해 부적응을 경험하기 쉽다. 또한 많은 시간을 인터넷에 몰두하는 학생일수록

사회적 관계나 대인간 문제를 능동적으로 해결하기보다는 회피하며 사회적인 위축을 보이기 쉽다. 인터넷은 다양한 형태의 대인간 만남을 마련해주는 공간으로, 인터넷 사회가 일반 사회의 특성을 상당 수준 반영한다는 점을 고려해 볼 때(김광웅 등 2004), 인터넷 사용자들의 보다 구체적인 사회 적응력과 대인 적응력에 대한 탐색이 필요하다. 그 동안 인터넷 중독과 관련하여 다양한 연구가 이루어져 왔으나 대인관계나 사회적 적응에 관한 구체적인 특성을 살펴본 연구가 많이 부족하였으므로 본 연구에서는 인터넷 사용 점수가 높은 사람과 낮은 사람을 두 집단으로 분류하여 이들의 사회적 불편감, 사회적 문제해결 능력, 그리고 대인관계 문제를 비교해 보려 한다.

방 법

참여자

서울과 경기 지역의 4년제 대학에서 교양 과목을 수강하는 대학생 396명에게 수업을 시작하기 전에 협조를 구한 후 설문조사를 실시하였다. 그 중 불성실하게 응답한 16명의 자료를 제외한 380명(남 113, 여 267)의 자료를 최종 분석에 사용하였다. 1학년은 70명(18.4%), 2학년은 146명(38.4%), 3학년은 97명(25.5%), 4학년은 67명(17.6%)으로 18세에서 28세까지 평균 연령은 21.026(SD=2.075)이었다. 또한 대상자의 96%가 5년 이상의 인터넷 사용자였다.

측정도구

인터넷 중독 검사. 대학생의 인터넷 사용 정도

를 구별하기 위해 인터넷 중독 검사를 실시하였다. 인터넷 중독 검사(Internet Addiction Test: 이하 IAT)는 인터넷 중독 여부를 판별하기 위해 Young(1998)이 제작한 검사로, 본 연구에서는 윤재희(1998)가 번안하고 고유진(2001)이 대학생 집단에 맞게 수정 보완한 것을 사용하였다. 총 20문항으로 각 문항은 “전혀 그렇지 않다”에서 “매우 그렇다”까지 5점 척도로 평정한다. 점수가 높을수록 인터넷 중독정도가 심한 것을 나타내므로 본 연구에서는 인터넷 중독 점수가 높을수록 인터넷을 많이 사용하는 것으로 해석하였다. 본 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .831이었다.

사회적 불편감 척도. 대인관계 관련 질문지로 이영란, 김진영 및 안창일(1997)이 표준화한 한국형 MMPI의 내용척도 중 사회적 불편감(SOD; Social Discomfort) 25문항을 사용하였다. 총 25문항으로 구성되어 있으며 ‘예’나 ‘아니오’로 답하게 되어 있다. 이 척도의 점수가 높을 경우, 주변에 사람들이 있는 것을 싫어하고 혼자 있기를 선호하는 내성적인 사람으로 사고모임이나 사회활동을 싫어한다. 본 연구에서 사회적 불편감의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .687이었다.

사회적 문제해결 질문지. 사회적 문제해결질문지(SPSI; Social Problem Solving Inventory)는 D'zurilla & Nezu(1990)가 개발하고 김영미가 번안하였다. SPSI는 2개의 주요 척도와 7개의 하위 척도로 구성되어 있는데 2개의 주요척도는 문제해결 지향척도(POS: Problem Orientation Scale)와 문제해결 기술척도(PSSS: Problem Solving Skill Scale)이다. 본 연구에서는 연구 목적에 따

라 김차희(2002)가 사용한 문제해결 기술척도 40문항을 사용하였다. 총 40개 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’에서 ‘완전히 그렇다’까지의 5점 리커트 척도로 평정한다. 본 연구에서 사회적 문제해결 질문지의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .914이었다.

대인관계문제검사. Horowitz, Rosenberg, Baer, Ureño 및 Villaseñor(1988)가 심리치료를 받는 환자들의 면접 장면을 녹화하여 대인관계와 관련된 내용을 중심으로 문항을 선정하여 개발한 대인관계문제검사(IIP)를 개발하였다. 이를 바탕으로 김영환 등(2002)이 한국형 대인관계문제검사(KIIP; Korean Inventory of Interpersonal Problems)를 표준화하였다. 원형척도와 성격장애척도 크게 두 가지의 총 99문항으로 구성되어 있으며 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’에서 ‘매우 그렇다’의 5점 리커트 척도로 평가한다. 8개의 원형척도는 통제지배, 자기중심성, 냉담, 사회적 억제, 비주장성, 과순용성, 자기희생, 과관여이며, 5개의 성격장애 척도는 대인적 과민성, 대인적 비수용성, 공격성, 사회적 인정욕구, 사회성 부족이다. 본 연구에서 8개의 원형척도 각각의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .849, .838, .857, .878, .828, .843, .796, .785였으며 5개의 성격척도 각각의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .764, .827, .855, .857, .899였다.

분석

본 연구의 통계분석을 위하여 SPSS 15.0 for windows를 사용하였다. 먼저 주요 변인들 간 상관관계와 기술통계치를 구하였다. 본 연구에서는 인터넷 사용 정도를 측정하기 위해 실시한 인터

넷 중독 검사(IAT) 점수의 상위 20%에 해당하는 집단(IAT 점수 49점~100점)을 인터넷 문제 사용군으로, 하위 20%에 해당하는 집단(IAD 점수 20~31점)을 일반 이용자로 분류하여 다변량 분석(MANOVA)을 통해 두 집단의 사회적 불편감, 문제해결 능력, 대인관계 문제를 분석하였다.

결 과

주요 변인들의 상관관계 및 기술통계치

본 연구의 주요 변인들 간 상관관계를 분석하고 기술 통계치를 구한 후, 그 결과를 표 1에 제시하였다. IAT는 사회적 문제해결 척도와는 유의한 상관을 보이지는 않았으나 사회적 불편감과 대인관계 문제검사의 모든 하위 척도 점수와 유의미한 상관을 보였다 각각 $r = .190, p < .01, r = .266 \sim .380, p < .05$. 사회적 불편감은 사회적 문제해결과는 부적 상관을

$r = -.242, p < .01$ 보였으나, 대인관계 문제검사의 하위 척도들과는 모두 정적인 상관을 보였는데 $r = .144 \sim .676, p < .01$ 그 중에서도 사회성 부족, 사회적 억제 하위 척도와 높은 상관을 보였다 각각 $r = .659, p < .01, r = .676, p < .01$. 한편 사회적 문제해결은 대부분의 대인관계문제 검사의 하위 척도와 작지만 유의미한 부적 상관을 보였다 $r = -.167 \sim -.268, p < .01$

인터넷 중독 집단의 사회 및 대인관계 적응 비교

본 연구에서는 IAT 점수의 상위와 하위 각 20%에 해당하는 사람을 선별하여 인터넷 문제 사용군과 일반 사용군으로 분류한 후 다변량 분석을 실시하였다. 주요변인에 따른 인터넷 중독 집단별 다변량 분석(MANOVA) 결과를 표 2에 제시하였다. 인터넷 일반 사용군과 인터넷 문제 사용군은 사회적 불편감, 사회적 문제해결 및 대인관계문제의 모든 하위 척도 점수에서 유의미한 차이를 보였다.

표 2 주요 변인에 따른 인터넷 중독의 다변량분석표(MANOVA)

	인터넷사용(N=150)		
	인터넷 일반사용군(N=77)	인터넷 문제 사용군(N=73)	F
사회적 불편감	6.546(4.538)	9.260(5.370)	11.226**
사회적 문제해결	93.442(20.426)	87.945(19.860)	2.787*
통제지배	7.688(5.393)	13.178(6.328)	32.817***
자기중심성	9.026(5.071)	13.973(5.711)	31.546***
냉담	10.779(5.964)	15.822(7.202)	21.906***
사회적억제	10.013(6.082)	16.753(7.380)	37.427***
비주장성	12.753(6.968)	19.192(9.440)	22.751***
과순응성	13.481(6.547)	20.055(6.729)	36.782***
자기회생	14.779(6.874)	20.110(6.107)	25.107***
과관여	11.922(6.143)	17.973(5.637)	39.684***
대인적과민성	11.351(5.380)	18.189(6.324)	37.235***
대인적 비수용성	11.455(5.571)	18.288(6.310)	49.551***
공격성	6.646(5.261)	11.890(6.900)	27.680***
사회적 인정욕구	10.507(5.719)	15.534(5.378)	30.695***
사회성 부족	11.779(6.954)	18.890(8.036)	33.691***

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

표 1. 주요 변인들의 상관관계 및 기술통계치(N=380)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1. 인터넷중독																
2. 사회적불편감	.190**															
3. 사회적 문제해결	-.087	-.242**														
4. 통제지배	.289**	.147*	-.223**													
5. 자기중심성	.350**	.350**	.197**	.648**												
6. 냉담	.307**	.556**	-.203**	.467*	.748**											
7. 사회적억제	.346**	.676**	-.236**	.448**	.680**	.830**										
8. 비주장성	.278**	.541**	-.207**	.239*	.477**	.625**	.727**									
9. 과수용성	.307**	.458**	-.167**	.198*	.308**	.534**	.652**	.838**								
10. 자기회생	.266**	.272**	-.012	.251**	.305**	.374**	.521**	.667**	.775**							
11. 과관여	.320**	.144*	-.085	.657**	.453**	.345**	.409**	.433**	.466**	.610**						
12. 대인적과민성	.313**	.382**	-.094	.467**	.501**	.494**	.574**	.649**	.654**	.677**	.716**					
13. 대인적비수용	.380**	.412**	-.235**	.571**	.900**	.730**	.681**	.520**	.443**	.323**	.415**	.494**				
14. 공격성	.291**	.247**	-.230**	.886**	.688**	.524**	.525**	.347**	.206**	.334**	.626**	.542**	.611**			
15. 사회적인정욕구	.230**	.422**	-.070	.282**	.408**	.480**	.616**	.758**	.828**	.836**	.610**	.750**	.434**	.389**		
16. 사회적부족	.312**	.659**	-.238**	.303**	.698**	.772**	.938**	.819**	.736**	.572**	.407**	.608**	.672**	.488**	.657**	
M	40.284	7.435	91.832	10.364	11.332	12.915	12.499	15.839	16.574	17.138	15.354	14.267	14.646	9.236	13.172	14.688
SD	11.111	4.826	19.053	6.410	5.805	6.807	7.264	7.910	6.933	6.193	5.974	5.453	6.697	6.166	5.540	8.431

** $p < .01$

논 의

그동안 인터넷을 과하게 사용하는 사람일수록 사회 적응력과 대인 적응력이 떨어진다는 보고가 있었으나 이에 관한 연구가 활발히 이루어지지 못했다. 그나마 실시된 연구 또한 수줍음(shyness), 문제해결력, 사회적 지지, 외로움, 의사소통 등의 일부 사회적 변인에 초점을 맞췄다. 본 연구에서도 인터넷에 많은 시간을 보내는 사람일수록 사회 및 대인 적응력이 떨어질 것이라 가정하고 이를 검증하였다. 검증 대상은 다른 어느 집단보다 인터넷 접근이 용이한 대학생이었으며 이들에게 사회적 불편감, 사회적 문제해결 능력 척도와 함께 여러 가지 대인관계 문제를 종합적으로 평가할 수 있는 한국형 대인관계 문제검사(K-IRP)를 실시하였다. 그 결과를 논의하면 다음과 같다.

첫째, 주요 변인들 간 상관관계를 알아본 결과, IAT 점수는 사회적 불편감과 다양한 대인관계 문제와 관련이 있었다. 비록 사회적 문제해결과는 유의미한 상관이 발견되지 않았으나 IAT가 높은 사람일수록 사회적 장면에서 불편감 수준이 높고 편안한 대인관계를 형성하거나 유지하는 능력이 떨어질 가능성을 시사한 것으로 볼 수 있다. Bach와 Goldberg(1974)는 자신의 감정을 충분히 표현하지 못하는 사람일수록 인간이 개입되지 않는 활동 속에서 피난처를 찾는 경향이 많다고 보았다(김진희, 김경신, 2006 재인용). 대학생을 대상으로 한 송원영과 오경자(1999) 그리고 송명준(2000)의 연구에서도 현실 생활에서의 대인관계 효능감이나 친밀한 대인관계 형성 능력이 인터넷 중독에 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 특히 본 연구에서 대인관계문제 검사의 원형척도 중 통제지

배, 자기희생, 과순응성, 비주장성과 과관여 척도가 모두 유의미한 상관을 보였다. 이 같은 결과는 인터넷 사용 점수가 높아질수록 대인관계에서 허용적이며 타인에게 이용당하거나 순종적이기도 하지만 대인관계에서 다른 사람들의 일에 지나치게 관여하려 하거나 통제, 지배하고자 하는 성향도 지니고 있음을 시사하여 대인관계가 원만하지 못함을 반영한 것 같다.

Suler(1996)는 인터넷의 세계에서의 익명성 보장이 자유로운 표현을 가능하게 하여 실제 면대면 관계에서 보다 더 공격성을 표출하기가 쉬워진다고 보았다. 이러한 결과는 실제 면대면 관계에서는 타인에게 순종적이고 우호적이며 자신의 요구나 의사를 적절하게 표현하지 못할 수 있지만 익명성이 보장되는 인터넷의 가상공간에서는 타인을 통제하려 하고 타인과의 관계에서 경계를 분명하게 설정하지 못함이 반영된 것일 수 있다. 그러나 본 연구 결과의 해석을 보다 확실히 검증하기 위해서는 향후 더 많은 인터넷 과다 사용자들을 대상으로 연구를 수행해 보아야 할 것으로 판단된다. 또한 IAT와 대인관계문제 검사의 원형 척도 중 사회적 억제, 자기중심성 척도, 성격장애 척도 중 대인적 과민성, 대인적 비수용성, 공격성, 사회적 인정욕구, 사회성 부족 등과의 정적 상관 은 인터넷 중독 점수가 높은 사람일수록 적절한 social skill을 갖추고 있지 못하고 타인을 신뢰하지 못해 타인과 정서적으로 상호 작용하는 데에 어려움이 있고 사회적 장면에서 쉽게 불안해지거나 당황할 수 있음을 시사한다. 이러한 결과를 종합해 볼 때 상담 및 치료적 관점에서 과도한 인터넷 사용으로 인해 부적응을 경험하고 있는 사람일수록 적절한 사회 적응 및 대인 적응을 향상

시켜 주어야 한다.

둘째, 본 연구에 참여한 대학생들 중 IAT 점수의 상위 20%에 해당하는 학생과 하위 20%에 해당하는 사람을 각각 인터넷 문제 사용군과 인터넷 일반 사용군으로 분류하여 두 집단이 사회 및 대인관계 적응에서 차이를 보이는지를 확인하고자 다변량 분석(MANOVA)을 실시하였다. 그 결과, 인터넷 일반 사용군과 문제 사용군은 사회적 불편감, 사회적 문제해결 능력을 비롯하여 모든 대인관계 문제 영역에서 유의미한 차이가 있는 것으로 확인되었다. 대인관계문제검사는 개인이 일상생활에서 경험하는 여러 가지 대인관계 문제를 종합적으로 평가할 수 있다. 따라서 인터넷 문제 사용군이 일반 사용군에 비해 모든 대인관계 문제 영역에서 유의하게 높은 점수를 얻었다는 점은 다각적인 대인관계 문제를 반영하는 것으로 이들이 실제 면대면 대인관계에서의 어려움이 뚜렷함을 반영한 것으로 볼 수 있다. 본 연구의 결과는 현실세계에 적응하지 못하는 사람일수록 현실로부터 도피하여 가상공간에 빠질 가능성이 높다는 Goldberg(1996)나 Young(1996), Whang 등(2003)의 제안과 일치하는 것으로 볼 수 있다.

위의 결과를 토대로 본 연구의 제한점과 향후 연구방향을 논의하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구의 대상자인 380명의 대학생 중에는 IAT의 중독군(80~100점)에 해당하는 학생이 없었으므로 향후 연구에서는 좀 더 많은 사람을 대상으로 하여 중독 수준에 속하는 사람과 그렇지 않은 사람으로 분류하여 그들의 사회 및 대인 적응을 비교하는 연구가 이루어져야 한다. 둘째, 부가적으로 실시한 IAT의 성별 차이 분석에서는 여학생이 남학생보다 IAT 점수가 유의하게 더 높은 것으로 확

인되었다. 실제로 본 연구에 남학생보다 여학생의 참여가 더 많았고 집단 구분을 위해 IAT 점수가 높은 것을 인터넷 사용이 더 많은 것으로 해석하였기에 남, 여를 따로 분석하지 않았지만 향후 연구에서는 인터넷 사용과 인터넷 사용 관련 부적응 문제가 성별에 따라 차이를 보이는지를 확인해 보아야 한다. 셋째, 본 연구에서는 인터넷 관련 문제를 평가하기 위해 IAT 점수만을 고려하였다는 점이다. 인터넷 사용에 관한 외부의 부정적인 편견 등으로 인해 자신의 인터넷 사용에 관한 문제를 실제보다 더 낮게 평가했을 가능성도 있으므로 추후 연구에서는 실제 인터넷 사용 시간, 자주 사용하는 인터넷 프로그램 등에 관한 다양한 정보를 고려해야 한다. 마지막으로 본 연구에서는 IAT로 포괄적인 인터넷 사용 문제를 조사하였으나 인터넷 사용 유형에 따라 사회 및 대인 적응력이 차이를 보일 가능성이 있다. 즉 채팅, 게임, 쇼핑, 음란물 등의 인터넷 사용 유형에 따라 서로 다른 적응 양상이 발견 될 수 있다. 이 경우 각 중독 유형에 따른 적절한 치료적 개입의 강구가 가능해짐으로 이에 관한 연구가 필요하다. 그럼에도 불구하고 본 연구는 인터넷 사용과 관련하여 사회적 적응과 다각적인 대인관계문제를 확인하였다는 점에서 의의가 있다. 이 연구를 기초 연구로 하여 인터넷 관련 문제를 지닌 대학생들의 대인적응력이나 사회적응력 향상을 위한 사회기술 훈련이 필요하다. 또한 보다 이른 시기의 아동 및 청소년의 사회 및 대인 적응력에 대한 연구도 보다 적극적으로 실시되어 이후의 발달 시기로 문제가 확대되지 않도록 도와주는 것이 필요하리라 생각된다.

참 고 문 헌

- 김광웅, 유미숙, 이지향 (2004). 인터넷 중독 여부에 따른 온라인대인관계 성향과 대면대인관계 성향의 차이. *아동학회지*, 25(2), 109-120.
- 김병석, 정은희 (2004). 인터넷 채팅중독 청소년의 공격성, 사회적지지 지각, 인지적 대인문제 해결능력간의 관계. *청소년상담연구*, 12(1), 91-99.
- 김영환, 진유경, 조용래, 권정혜, 홍상환, 박은영 (2002). 대인관계문제검사 매뉴얼. 서울: 도서출판 학지사
- 김진희, 김경신 (2006). 대학생의 인터넷 중독 모형 분석. *청소년학연구*, 13(1), 235-268.
- 김차희 (2002). 성격양식 및 대인관계 문제해결 능력과 생활 스트레스간의 관계. *아주대학교 석사학위논문*.
- 김현수, 이난 (2005). 청소년의 학교생활 스트레스와 정서상태 및 인터넷 중독의 관계. *학생생활연구*, 26호, 1-20.
- 고유진 (2001). 인터넷 중독 집단의 성격 특성 및 자기개념 연구. *성신여자대학교 석사학위논문*.
- 박경애, 김희수, 이화자, 김옥희 (2009). 가족과 개인변인이 청소년의 인터넷 중독에 미치는 영향. *한국심리학회지:건강*, 14(1), 41-51.
- 서미아 (2007). 일개 중학교 학생들의 인터넷 중독과 또래애착 정도, 학교생활 대처와의 관계. *정신간호학회지*, 16(1), 5-13.
- 송명준 (2000). 인터넷 중독자의 온라인 및 면대면 커뮤니케이션 만족도 연구. *고려대학교석사학위 논문*.
- 송원영, 오경자 (1999). 자기 효능감과 자기 통제력이 인터넷의 중독적 사용에 미치는 영향. 99년 하계 임상심리학회 연차대회 발표논문집.
- 이성식, 전신현 (2006). 청소년 인터넷중독 유형별 설명요인의 모색. *청소년학연구*, 13(4), 151-171.
- 이소영 (2000). 게임의 중독적 사용이 청소년의 문제해결 능력 및 의사소통에 미치는 영향. *고려대학교 석사학위논문*.
- 이영란, 김진영, 안창일 (1997). 한국형 MMPI의 내용척도의 표준화 연구: 기준 및 예비적해석 자료. *한국심리학회지: 임상*, 16(1), 131-149.
- 이형하 (2003). 인터넷 중독정도가 도서지역 청소년의 심리정서, 행동, 학업부적응에 미치는 영향. *청소년학연구*, 10(4), 263-288.
- 전정숙, 최문희 (2007). 인터넷 채팅 이용자의 대인관계에 관한 연구. *일러스트레이션 포럼*, 14, 165-179.
- 조성상, 이서원 (2006). 청소년의 가정폭력 경험과 인터넷 중독이 공격성에 미치는 영향. *아동학회지*, 27(4), 117-131.
- 조영미, 김동민, 송경수, 유지현 (2009). 청소년 인식에 의한 인터넷 중독의 원인 탐색: 개념도 접근을 중심으로. *상담학 연구*, 10(1), 469-483.
- 황혜리, 류수정 (2008). 기독교대학생의 인터넷 중독 성향과 심리사회적 특성과의 관계-자기 통제력, 자기존중감, 자기효능감, 대인관계 효능감, 외로움을 중심으로-. *한국기독교상담 학회지*, 11, 321-346.
- Chak, K. & Leung, L. (2004). Shyness and locus of control as predictors of internet addiction and internet use. *CyberPsychology & Behavior*, 7(5), 559-570.
- Engelberg, E. & Sjoberg, L. (2004). Internet use, social skills, and adjustment. *CyberPsychology and Behavior*, 7, 41-47.
- Goldberg, I. (1995). *Internet Addiction. Electronic message posted to search discussion list*. <http://www1.rider.edu/~suler/psycyber/supportg-p.html>.
- Goldberg, I. (1996). *Internet addiction. Electronic message posted to research discussion list*. <http://www.cmhc.com>.
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukopadhyay, T., & Wcherlis, W. (1998). Internet paradox: A social technology and reduces social involvement and psychological well-being? *American Psychologist*, 53,

1017-1031.

- Leung, L. (2003). Impacts of net-generation attributes, seductive properties of the Internet, and gratifications-obtained on Internet use. *Telematics & Informatics, 20*, 107-129.
- Suler, J. (1996). Computer and Cyberspace Addiction. <http://www.rider.edu/suler/psycyber/cybaaddict.html>.
- Whang, L. S., Lee, S., & Chang, G. (2003). Internet over-users' psychological profiles: A behavior sampling analysis on internet addiction. *Cyber Psychology & Behavior, 6*(2), 143-150.
- Yang, S. C. & Tung, C. J. (2007). Comparison of Internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Computers in Human Behavior, 23*, 79-96.
- Young, K. S. (1996). Internet addiction: Emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology and Behavior, 1*(3), 237-244.
- Young, K. S. (1998). *Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Young, K., Griffin-Shelley, E., Cooper, A., O'mara, J., & Bachanan, J. (2000). Online infidelity: a new dimensions for evaluation and treatment. *Sexual Adiccion and Compulsivity, 7*, 59-74.

원고접수일: 2010년 5월 25일

게재결정일: 2010년 6월 15일

한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2010. Vol. 15, No. 2, 357 - 367

Relationship of Social, Interpersonal Adjustment and Internet Use of College Student: The Practical use in counselling

Jisun Park

Konkuk University Medical Center

This study was conducted on college students(N=396) that have better access to the Internet compared to other age groups to examine the relationship between Internet use and social and interpersonal adaptation. For this purpose, subjects were tested for social discomfort, social problem-solving, and interpersonal relationship problems and the responses of the final 380 subjects were processed through correlation analysis. In result, Internet use scores have significant static correlation with all sub-indexes of social discomfort and interpersonal relationship problems, manifesting that people with higher Internet use scores lack adaptation to social situations and have more interpersonal problems. Next, people with 20% highest Internet addiction scores and 20% lowest Internet addiction scores were divided into general Internet user group and problematic Internet user group and processed through multivariate analysis. In result, it was found that students in problematic Internet user group had higher social discomfort level, lower social problem-solving skills, and various interpersonal problems compared to students in general Internet user group. Considering the findings of this study, excess use of the Internet can cause people to experience difficulties adjusting to social and interpersonal life as they can lack social problem-solving skills. Therefore, it is necessary to provide appropriate training for social skills. Based on these findings, the limitation and future study topics of this study were also discussed.

Keywords: Internet Use, College Student, Social Discomfort, Social Problem Solving, Interpersonal Problems