

아들러의 사회적 관심과 격려 기법에 근거한 인터넷 중독과 사이버 비행 아동 집단상담 프로그램의 효과*

정 민†

광주대학교

본 연구에서는 인터넷 중독과 사이버 비행 아동의 인터넷 중독을 감소시키기 위해 프로그램을 개발하고 그 효과를 검증하였다. 본 연구에 참가한 내담자는 모두 21명으로 본 연구에서 개발된 집단상담 프로그램에 참여한 실험집단이 11명, 비교집단이 10명이었다. 본 프로그램은 개인심리학 이론을 바탕으로 1시간 30분씩 6회로 구성하였다. 프로그램 효과를 알아보기 위해 인터넷 중독, 사이버 비행행동, 사회적 관심, 자기격려 척도를 사전, 사후, 추후로 실시하여 반복측정 분산분석을 적용하였다. 그 결과, 첫째, 실험집단은 통제집단에 비하여 인터넷 중독 점수 및 그 하위요인인 일상생활장애, 긍정적기대, 가상적대인관계지향성, 일탈행동, 내성이 감소하였다. 그러나 현실구분장애, 금단은 유의미한 감소가 나타나지 않았다. 둘째, 실험집단은 통제집단에 비하여 사이버 비행행동 및 그 하위요인인 지위비행, 재산비행, 폭력비행에서 모두 감소하였다. 그러나 성비행은 차이가 없었다. 셋째, 실험집단은 통제집단에 비하여 사회적 관심이 증가하였다. 넷째, 실험집단은 통제집단에 비하여 자기격려 및 그 하위요인인 인지, 행동, 정서가 증가하였다. 따라서 개인심리학을 바탕으로 한 집단상담이 인터넷 중독과 사이버 비행행동을 줄이고 사회적 관심과 자기격려를 증가하는데 효과가 있었다. 일반화의 제한점 및 보완될 프로그램 내용 등에 대하여 논의하였다.

주요어 : 집단상담, 인터넷 중독, 사이버 비행, 사회적 관심, 자기격려

* 이 연구는 2012년도 광주대학교 대학 연구비의 지원을 받아 수행되었음.

† 교신저자 : 정 민, 광주대학교 청소년상담·평생교육학과

E-mail : saiyoony@hanmail.net

인터넷은 현대를 살아가는 대다수 사람들의 생활양식을 바꿀 정도로 큰 영향을 주고 있다. 인터넷 발달은 우리에게 보다 편하고 쉽게 다양한 정보를 접할 수 있게 해주고, 자신의 재능을 많은 사람들에게 보여줄 수 있는 기회도 제공해주며, 일과 재미를 주기도 한다. 한편 그 편리함과 유용함 이면에 인터넷 중독, 사이버 비행, 건강악화, 생활파괴, 성격변화, 사회생활 위축 등 부정적인 영향을 주기도 한다. 더구나 인터넷사용 연령층이 점점 낮아지고 맞벌이 부부가 늘어나면서 다른 연령층에 비해 자기통제력이 부족하고 혼자 보내는 시간이 많은 초등학생들은 더욱 취약할 수밖에 없다. 한국정보문화진흥원(2010)에서 실시한 인터넷 중독 실태를 살펴보면 청소년이 12.4%로 성인의 5.8%보다 높게 나타나고 있으며 연령대별로 만 9세에서 12세 사이 청소년의 인터넷 중독률이 14.0%로 다른 연령에 비해 가장 높게 나타나고 있다.

인터넷 이용이 늘면서 사이버 비행 또한 늘고 있다. 사이버 비행이란 인터넷 사이트와 컴퓨터 네트워크를 수단으로 하여 개인, 사이트, 또는 네트워크 그 자체를 대상으로 하는 범죄 및 일탈을 의미한다(박문옥, 2007). 라민오(2001)는 사이버 비행을 지위비행, 성비행, 재산비행, 폭력비행으로 구분하였다. 지위비행은 청소년의 지위나 연령에 맞지 않는 행위를 하는 경우를 의미하며, 성비행은 음란한 대화나 성교, 음란물 접촉과 같은 성적인 것과 관련된 행위를 의미한다(라민오, 2001). 또한 타인의 물질적, 지적 재산을 훔치는 경우 재산비행에 해당되고 폭언이나 폭행과 같은 부적응적 행위를 폭력비행이라고 한다(라민오, 2001). 사이버 비행에 대한 연구가 아직 체계적으로 이루어지지 않았지만 경찰청(2010)에

의하면 10대의 사이버범죄는 전체 비행의 19.5%를 차지하고 있는 것으로 나타나고 있다. 또한 지위비행에 속하는 성인인증이 필요한 사이트 이용률이 초등학생의 경우 12.2%로 나타났다며, 온라인 도박 이용률 또한 초등학생이 3.8%로 나타나고 있어(한국정보문화진흥원, 2010) 문제가 더 심각해지기 전에 사이버 비행 예방을 위한 교육이 필요함을 알 수 있다.

혼자 지내는 시간이 많은 초등학생들은 인터넷 중독 및 사이버 비행에 취약성을 가지고 있을 뿐 아니라 중독기간이 보다 짧기 때문에 치료에도 더욱 효과적일 수 있다. 이러한 이유로 초등학생을 대상으로 인터넷 중독 예방 및 치료를 위한 많은 프로그램들이 제안되어져 왔다.

문리학(2008)은 집단미술치료를 통해 초등학생의 인터넷 중독을 줄이고, 자기통제력과 사회기술향상을 가져왔다. 김성혜(2006)는 현실치료 집단상담 프로그램을 통해 인터넷 중독을 줄이고 자아존중감과 내적통제성의 증가를 보여주었으며 서종철(2008)은 인지행동 집단상담을 실시하여 인터넷 과다사용 감소와 변화동기를 가져왔다. 한국정보문화진흥원(2006)에서는 게임중독 예방 프로그램을 제작하고 전국적으로 실시하여 인터넷 과다사용자들의 인터넷 사용 감소에 기여하고 있다.

그러나 문리학(2008)은 집단미술치료를 실시하여 자기통제력의 하위요인 중 장기적 만족에는 변화를 가져왔으나 즉각적 만족에는 유의미한 변화를 보이지 않았고 사회기술향상 또한 하위 요인인 자기주장, 공감, 자기조절, 협동 중 공감만 유의미한 차이를 보여주었다. 이에 비해 인지적 접근을 사용한 김성혜(2006), 서종철(2008)은 인터넷 과다사용의 모든 하위요인에서 유의미한 감소를 가져왔지만 자아존

중감, 내적통제, 변화 동기 등의 요인에서 유의미한 변화가 나타나지 않았다. 이러한 결과는 인터넷 중독을 줄이기 위해 집단상담 프로그램이 효과가 있음을 보여주고 있으나 내적 동기 변화와 사회기술향상을 위해 기존에 개발된 프로그램을 좀 더 보완할 필요가 있음을 시사하고 있는 것이다.

사이버 비행을 감소시키기 위한 정보윤리교육이 한국정보문화진흥원을 중심으로 실시되고는 있으나 집단상담 프로그램에 활용되어 진행되는 프로그램은 없다. 사이버 비행은 인터넷 중독과 관련이 높으나(라민오, 2001; 양돈규, 2000) 구성개념이 다르므로 인터넷 중독은 물론 사이버 비행을 감소시킬 수 있는 프로그램을 개발하여 학생들에게 제공할 필요가 있다. 그리고 사이버 비행은 인터넷 중독을 동반하므로(조남근, 양돈규, 2002) 집단상담에서 사이버 비행과 인터넷 중독을 함께 다룬다면 사이버 비행 감소에 더 효과적일 것이다.

본 연구에서는 Adler의 개인심리학 관점에서 인터넷 중독과 사이버 비행을 살펴보고자 한다. 다른 이론에 비해 개인심리학은 아동의 중독 및 비행과 같은 부적응적인 행동의 원인을 낮은 사회적 관심으로 명확히 설명하고 있다(노안영 외, 2005). 특히 혼자 지내는 시간이 많은 아동의 인터넷 사용의 주요한 목적은 관계형성이었다(서진숙, 2006). 그들은 인터넷을 통해 관계를 형성하고자 하지만 타인에 대한 관심과 배려인 사회적 관심의 부족으로 사이버 비행을 저지르게 된다(Rehbein, Psych, Kleimann, Mdeiasci, & Moble, 2010). 또한 집단상담을 통한 집단원들의 상호작용 및 격려는 좀 더 짧은 시간 내에 사회적 관심을 향상시키며(노안영 외, 2005) 지속시킬 수 있다(김애진, 2010).

Adler(1924)는 사회적 관심을 건강을 재는 척도로 보았다. 사회적 관심이란 개인이 공동체를 위해 타인과 긍정적인 상호작용을 통하여 공동체내에서 소속감과 목적을 창조하고 수행하려는 타고난 능력이다(Adler, 1958). Adler(1924)는 사회적 관심이 없으면 절망하게 되고, 삶을 부정적으로 보게 된다고 했다. Adler는 사회적 관심은 타고난 것이지만 나누어주는 활동이나 상호존중, 상담을 통해 발달시킬 수 있다고 보았다(김춘경, 2004). 또한 개인심리학에 의하면 아동의 모든 행동에는 목적이 있다(노안영 외, 2005). 다만 자신의 목적을 이루기 위해 그리고 자신의 사회적 관심 정도에 따라 적응적인 행동뿐만 아니라 부적응적인 행동을 할 수 있다는 것이다. 따라서 부모와 교사는 아동이 자신의 목적을 이룰 수 있도록 적응적인 행동을 안내하고 가르치는 것이 필요하다(Dinkmeyer & Losoncy, 1996). 부모나 교사는 아동에게 사회적 관심을 길러줌으로써 자신의 목적을 이루기 위해 했던 부적응적인 행동 즉 인터넷 중독이나 사이버 비행 등을 적응적인 행동으로 바꾸도록 노력할 수 있다.

인터넷 중독과 사회적 관심간의 관계를 살펴본 연구는 정민(2004)이 인터넷 중독과 생활양식간의 관계를 살펴본 연구에서 생활양식의 하위 유형 중 소속·사회적 관심과 인터넷 중독간에 유의미한 부적상관이 나타났다. 즉 사회적 관심이 높을수록 인터넷 중독이 낮게 나타났다. 개인심리학에서는 중독자가 의존하는 기초적인 관계가 타인보다는 물질이기 때문에 중독자들이 고립감과 외로움을 느낀다고 보았다(김춘경, 2004). Ebeling, Frank와 Lester(2007) 또한 인터넷 사용이 증가할수록 외로움을 많이 느끼고, 사회적 상황에 대한 지각이 떨어짐을 보고했다. 이와 같이 사회적 관심과 인

터넷 중독은 밀접한 관계가 있다. 따라서 사회적 관심을 강조하는 개인심리학 집단상담은 사회적 관심을 높이고 인터넷 중독 감소에도 효과적일 것이라 예측할 수 있다.

Adler(1958)는 또한 아동의 상담·교육 및 지도를 위한 기법 중 격려치료기법을 소개했다. 격려에는 타인격려, 자기격려 등이 있다. 타인격려는 부모와 교사가 격려를 사용하는 방법이다. 자기격려란 스스로에게 격려하여 용기를 주는 것으로 스스로에게 확신과 자신감을 강화시켜 개인의 성장과 발달을 촉진한다(노안영, 정민, 2007). 격려 받은 사람은 스트레스를 적게 지각하며 적응적 행동에 참여할 경향성이 높아진다(Manaster & Corsini, 1999). 또한 자기격려가 높을수록 스트레스가 낮고 자기효능감이 높은 것으로 나타나고 있다(노안영, 정민, 2007).

인터넷 중독과 자기격려간에 관계를 직접적으로 살펴본 연구는 없으나 자기격려와 자기효능감간에 정적상관, 스트레스와는 부적상관을 나타냈으며(노안영과 정민, 2007), 심리적 부적응간에도 부적상관을 나타냈다(기채영, 신현숙, 홍경자, 2009). 자기격려는 자기효능감과 같은 긍정적인 내적 특성과 정적상관을 보이고 스트레스, 심리적 부적응 등의 부적응적 특성과 부적상관을 보고하고 있다. 또한 격려를 활용한 집단상담을 통해 자존감 및 학업성적 증가(정영희, 2011), 내적 통제 및 사회적 관심의 증가(김미란, 2005)를 보고한 연구들이 있다. 이와 같은 선행연구를 통해 자기격려와 인터넷 과다사용간의 유의미한 부적상관을 예측해 볼 수 있다. 따라서 자기격려를 높이면서 인터넷 과다사용을 줄이는 것이 인터넷 사용을 줄이는데 더욱 효과적임을 예측할 수 있다. 사이버 비행과 사회적 관심간의 관계를

직접적으로 살펴본 연구는 없지만 한중욱(2001)은 사이버 비행자의 사회유대요인에 관한 연구를 통해 사이버 비행청소년이 일반청소년에 비해 사회유대의 각 요인에서 낮게 나타남을 보고했다. 부모와의 유대 및 사회활동 참여는 아들의 사회적 관심과 밀접한 관련이 높다. 사회적 관심은 애착에서 시작하여 바람직한 사회활동에 관심을 갖고 참여하는 것이다(노안영 외, 2005). 한중욱(2001)의 연구에서 사회유대요인 중 가정애착, 학교 수용, 사회적 활동참여에서 사이버 비행자가 일반청소년에 비해 모두 낮게 나타났다. 이러한 결과는 사이버 비행에 부모와의 유대가 중요하며, 학교생활에 전념할 수 있도록 학교생활여건을 개선할 필요가 있으며 건전한 활동에 참여할 수 있도록 지도할 필요가 있음을 보여주는 것이다. 전동일, 위수경, 최중복과 오봉욱(2008) 또한 청소년의 사이버 비행 영향을 살펴본 결과 청소년들이 사이버동아리에 참여할수록, 선생님 지지가 높을수록 사이버 비행이 감소함을 보고했다. 이러한 선행연구들은 아들의 관점에서 사이버 비행과 사회적 관심이 관계가 있음을 시사하는 것이다.

사이버 비행과 자기격려간의 관계를 살펴보면 개인심리학에서는 청소년들의 문제행동을 교정하기 위해서 논리적인 결과와 격려로 반응할 것을 제안한다(노안영 외, 2005). 격려의 목표는 환경이 어떠하든 결과가 무엇이든 간에 극복할 수 있음을 근본적으로 믿게 하는 용기를 키우는 것이다(노안영 외 2005). James(1999)는 멘토링을 통한 격려가 비행아동과 비행청소년들의 비행행동을 줄이는데 효과적임을 보고했다. 타인격려를 점차 자기격려로 대체함으로써 아동 스스로 통제할 수 있는 능력을 갖게 된다(노안영, 정민, 2007). 초등학교

은 자신을 통제할 수 있는 능력이 떨어져 사이버 비행을 저지를 가능성이 높기 때문에(신남숙, 2003) 집단상담을 통해 사이버 비행을 감소시키는 것은 물론 지속적으로 유지할 수 있도록 자기격려 기법을 길러 줄 필요가 있다.

지금까지 인터넷 중독성향을 보이면서 사이버 중독을 보이는 학생들을 대상으로 개발된 프로그램은 없다. 이들은 더욱 심각한 문제 상황으로 나아갈 수 있다는 점에서 좀 더 많은 관심을 가져야 한다(박문옥, 2007). 특히 개인심리학 이론에서 강조하고 있는 사회적 관심, 격려 및 자기격려 등은 특히 개인주의적인 성향과 일등 지상주의로 야기된 아동·청소년의 문제 해결을 위한 대안으로 재조명을 받고 있다(기채영, 신현숙, 홍경자, 2009). 따라서 본 연구에서는 개인심리학을 활용하여 초등학생의 인터넷 사용과 사이버 비행을 줄이고 프로그램 효과를 지속시키기 위해 사회적 관심과 자기격려를 향상시키기 위한 집단상담 프로그램을 개발하여 그 효과를 검증하였다.

본 연구에서는 개인심리학 이론을 적용하여 사이버 비행과 인터넷 중독 집단상담프로그램의 효과를 검증하는데 그 목적이 있다. 이러한 연구목적을 위해 개인심리학 이론을 적용한 실험집단과 비교집단간의 집단상담 효과를 비교하고자 한다. 연구가설은 다음과 같다. 첫째, 사이버 비행과 인터넷 중독 집단상담프로그램 실시 결과 인터넷 중독 감소에 있어서 실험집단과 비교집단간에 차이가 있을 것이다. 둘째, 사이버 비행과 인터넷 중독 집단상담프로그램 실시 결과 사이버 비행에 있어서 실험집단과 비교집단간에 차이가 있을 것이다. 셋째, 사이버 비행과 인터넷 중독 집단상담프로그램 실시 결과 사회적 관심 향상에 있어서 실험집단과 비교집단 간에 차이가 있을 것이

다. 넷째, 사이버 비행과 인터넷 중독 집단상담프로그램 실시 결과 자기격려에 있어서 실험집단과 비교집단 간에 차이가 있을 것이다.

방 법

대상

광주지역 소재 초등학교 5, 6학년を対象으로 실시하였다. 한국형 인터넷 중독 자가진단 검사(K-척도)와 사이버 비행행동 검사 결과 고위험 사용자군 및 잠재적 위험군에 속하며 사이버 비행 점수가 상위 30%에 해당되는 학생을 대상으로 담임선생님의 협조를 받아 실시하였다. 실험집단 및 비교집단 각각 13명, 14명으로 모두 남학생으로 구성되었다. 그러나 실험집단의 집단상담에 두 번 이상 빠진 학생 2명과 비교집단에서 두 번 이상 빠진 학생 3명, 추후 검사를 할 수 없었던 학생 1명을 제외한 11명, 10명이 분석에 포함되었다. 참여 학생의 평균나이는 실험집단, 비교집단이 각각 11.3세, 11.0세였다.

도구

인터넷 중독 척도

김청택, 김동일, 박중규, 이수진(2002)이 청소년을 대상으로 개발한 한국형 인터넷 중독 자가진단 척도를 사용하였다. 척도는 일상생활 장애, 현실구분 장애, 긍정적 기대, 금단, 가상적 대인관계 지향성, 일탈 행동, 내성의 7개 하위요인으로 구성되었다. 1점(전혀 그렇지 않다)부터 4점(항상 그렇다)까지 4점 Likert 척도로 구성되어 있다. 인터넷 중독 척도 총점

이 94점 이상인 경우나 일상생활장애에서 21 점 이상, 금단에서 16점 이상, 내성에서 15점 이상에 해당될 경우 고위험 사용자군으로 분류된다. 김청택, 김동일, 박중규, 이수진(2002)이 산출한 신뢰도는 .96으로 나타났으며 본 연구에서의 신뢰도는 전체가 .87, 일상생활 장애, .86, 현실구분 장애, .72, 긍정적 기대, .85, 금단, .84, 가상적 대인관계 지향성, .87, 일탈 행동, .88, 내성 .83으로 나타났다.

사이버 비행행동 척도

라민오(2001)가 제작한 사이버 관련비행 검사 항목과 조남근과 양돈규(2002)가 사용한 척도에 근거하여 심진숙(2008)이 사용한 사이버 비행행동 척도를 사용하였다. 지위비행, 성비행, 재산비행, 폭력비행의 4개 하위요인 35문항으로 구성되어 있다. 1점(예), 또는 0점(아니오)로 답하도록 구성되어 있다. 심진숙(2008)이 산출한 신뢰도는 .89로 나타났으며 본 연구에서 신뢰도는 전체가 .75, 지위비행 .76, 성비행 .72, 재산비행 .77, 폭력비행 .78로 나타났다.

사회적 관심 척도

Crandall(1975)이 개발하고 정민과 노안영(2002)이 번안하여 문항수정을 거친 사회적 관심 척도를 5점 Likert 척도로 다시 수정·보완하였다. 1점(전혀 아니다)에서 5점(매우 그렇다)까지 15문항으로 구성되었다. 본 연구에서 신뢰도는 .86으로 나타났다.

자기격려 척도

노안영과 정민(2007)이 개발한 자기격려-낙담 척도에서 자기격려관련 문항만 사용하였다. 인지, 행동, 정서의 3개 하위영역 30문항으로 구성되어 있다. 1점(전혀 그렇지 않다)에서 5

점(매우 그렇다)의 5점 Likert 척도 문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서 신뢰도는 .87, 인지 .84, 행동 .81, 정서 .90으로 나타났다.

집단상담 프로그램

개인심리학 이론을 바탕으로 사이버 비행과 인터넷중독 감소 집단상담 프로그램을 구성하였다. 개인심리학은 인터넷 중독 및 사이버 비행을 낮은 사회적 관심 때문이라고 보고 있으며 건강한 삶을 위해 사회적 관심의 증진을 강조하고 있다. 또한 집단상담 프로그램의 효과를 지속시키기 위해 자기격려 능력을 향상시키는 것이 효과적이다(김애진, 2010). 본 연구에서 개발된 집단상담 프로그램의 목적은 사회적 관심과 자기격려를 증진시켜 인터넷 중독과 사이버 비행을 줄이는데 있다. 목표는 다음과 같다. 첫째, 사회적 관심을 향상시킨다. 둘째, 자기격려를 향상시킨다. 셋째, 인터넷 중독을 감소시킨다. 넷째, 사이버 비행을 감소시킨다. 프로그램의 구체적인 내용은 표 1과 같다.

연구절차

Adler 이론을 바탕으로 집단상담 프로그램을 개발하였다. 개발된 프로그램은 상담을 전공한 3명의 박사수료생에게 프로그램의 적합성 및 타당성을 확인하여 수정하였다.

2개 초등학교 학교장과 학교사회복지사의 도움으로 초등학교 5, 6학년을 대상으로 K-척도와 사이버 비행검사를 실시하였다. 인터넷 중독 검사 실시 결과 김청택, 김동일, 박중규, 이수진(2002)이 제안한 인터넷 중독 고위험군 및 잠재적 위험군에 해당되는 학생 45명, 48명 사이버 비행검사 하위 4개 요인의 총합이

표 1. 개인심리학 이론을 바탕으로 한 집단상담 프로그램

회기	주제	목표	활동내용
1	반가워!	프로그램 소개 인터넷 사용의 장단점 알기	<ul style="list-style-type: none"> · 프로그램 소개 및 참가자 소개 · 인터넷 사용의 장단점 나누기 · 인터넷 사용으로 인해 즐거웠던 일/ 힘들었던 일 나누기 · 회기 나누기
2	네가 있어서 즐거워	사회적 관심 기르기 I	<ul style="list-style-type: none"> · 지난 회기 탐색 및 프로그램 소개 · 사회적 관심에 대해 이해하기 · 다른 사람들에게 도움 받았던 사례 나누기 · 다른 사람을 도와주었던 사례 나누기 · 역할극을 통해 다른 사람들을 위해 내가 도움을 줄 수 있는 일 찾기 · 타인과 함께 하는 것의 즐거움 나누기 · 회기 나누기
3	너는 그렇게 생각했구나	사회적 관심 기르기 II	<ul style="list-style-type: none"> · 지난 회기 탐색 및 프로그램 소개 · 경청, 공감, 수용에 대해 소개하기 · 상대방의 감정 맞추기 연습 - 사이버 상의 부정적 경험 · 경청, 공감, 수용에 대한 역할연습하기 - 사이버 상의 부정적 경험 · 사이버 상의 언어폭력 경험나누기 · 내 감정 표현하기 연습 - 언어폭력에 대한 대안 · 회기 나누기
4	낙담했을 때는 이렇게	격려 기르기 I	<ul style="list-style-type: none"> · 지난 회기 탐색 및 프로그램 소개 · 타인 격려와 자기격려에 대한 강의 · 낙담했던 상황 나누기: 나의 행동과 타인의 행동 비교 · 낙담했을 때 대처 방법들과 대안 나누기 - 인터넷을 이용한 다양한 방법들과 문제점 나누기 · 회기 나누기
5	우리는 정말 열심히 노력하고 있어	격려 기르기II	<ul style="list-style-type: none"> · 지난 회기 탐색 및 프로그램 소개 · 격려하는 방법에 대한 강의 · 상황극에서 격려하기 연습 · 인터넷 사용을 조절하기 위해 타인 격려 및 자기 격려 연습 · 회기 나누기
6	우리의 약속	인터넷 윤리 목표설정 마무리	<ul style="list-style-type: none"> · 회기 총정리 및 프로그램 소개 · 인터넷 윤리에 대한 설명 및 정리 · 인터넷 상에서 타인으로 인해 피해봤던 상황/ 타인을 피해 입혔던 상황 나누기 · 사이버 비행의 문제 나누기 · 앞으로의 계획 나누기 · 선서문 작성하기/ 타인 및 자기격려하기 · 소감문 작성

상위 30%(심진숙, 2008)에 속한 학생들을 선별하였다. 1개 초등학교를 실험집단으로 1개 초등학교는 비교집단으로 설정하여 매주 중간에 10분 휴식시간을 갖은 것을 포함해서 1시간 30분씩 6회기를 본 연구자와 상담전공 대학원생이 보조 연구자로 함께 실시하였다.

부득이한 사정으로 프로그램에 빠진 경우 프로그램 내용에 대해 프로그램 시작 전에 따로 만나 설명해주었으며 2번 이상 빠진 학생의 결과는 통계처리에서 제외되었다. 그 외 모든 학생들이 모든 회기에 참석하였다. 실험집단에게는 본 연구에서 개발한 집단상담 프로그램을 2011년 9월에서 10월 말까지 실시하였으며 비교집단에서는 도서를 읽고 토론하였다. 도서는 참여 아동들이 원하는 책을 선택하도록 하였다. 실험이 끝난 후 비교집단 참여자들에게도 집단상담을 실시하였다. 실험이 모두 끝난 후 비교집단에게도 인터넷 중독 및 사이버 비행 감소프로그램을 2011년 11월에서 12월에 실시하였다. 인터넷 중독 검사, 사이버 비행행동검사, 사회적 관심 척도, 자기격려 척도는 프로그램 실시 전, 프로그램 종료 직후, 종료 2달 후에 실시되었다.

결 과

사회적 관심, 자기격려와 인터넷 과다사용, 사이버 비행간의 관계

사회적 관심, 자기격려, 인터넷 과다사용과 사이버 비행간의 상관을 살펴보았다. 그 결과가 표 2이다. 인터넷 과다사용을 종속변인으로 사회적 관심과 자기격려를 예측변인으로 회귀분석을 실시하였다. 그 결과 $F(2, 18) = 5.629, p < .001, R^2 = .13$ 으로 나타났으며 사회적 관심($t = 2.39, p < .05$), 자기격려($t = 2.21, p < .05$)로 나타났다. 즉 사회적 관심과 자기격려가 인터넷 과다사용을 유의미하게 관련된 변인임을 알 수 있다. 사이버 비행행동을 종속변인으로 사회적 관심과 자기격려를 예측변인으로 회귀분석을 실시하였다. 그 결과 $F(2, 18) = 6.271, p < .01, R^2 = .15$ 로 나타났으며 사회적 관심($t = 3.01, p < .01$), 자기격려($t = 2.46, p < .01$)로 나타났다. 이와 같은 결과는 사회적 관심과 자기격려가 사이버 비행행동과 유의미하게 관련된 변인임을 알 수 있다.

인터넷 과다사용에 대한 집단상담 프로그램의 효과

인터넷 중독 검사에 대한 실험집단과 비교집단의 사전, 사후, 추후검사 결과에 대한 평

표 2. 사회적 관심, 자기격려, 인터넷 과다사용과 사이버 비행간의 상관

	사회적 관심	자기격려	인터넷 과다사용	사이버 비행
사회적 관심	-			
자기격려	.33***	-		
인터넷 과다사용	-.32***	-.30***	-	
사이버 비행	-.35***	-.28**	.49***	-

주. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

평균과 표준편차는 표 3이다. 인터넷 중독에 대한 실험집단과 비교집단의 동질성 검사를 위해 사전검사에 대한 변량분석을 실시하였다. 그 결과 인터넷 중독($F(1, 19) = -1.204, p > .05$), 일상생활장애($F(1, 19) = 1.102, p > .05$), 현실구분장애($F(1, 19) = -1.091, p > .05$), 긍정적인 기대($F(1, 19) = 1.054, p > .05$), 금단($F(1, 19) = -1.104, p > .05$), 가상적대인관계지향성($F(1, 19) = 1.043, p > .05$), 일탈행동($F(1, 19) = 1.208, p > .05$), 내성($F(1, 19) = -1.081, p > .05$)에서 실험집단과 비교집단간에 인터넷중독 사전검사에서 유의미한 차이가 나타나지 않아 두 집단간에 동질성이 검증되었다.

실험집단 및 통제집단의 시기별(사전-사후, 사전-추후) 인터넷 중독 점수에 대해 변량분석을 실시하였다. 그 결과 실험집단의 사전-사후($t = 4.18, p < .01$), 사전-추후($t = 2.81, p < .05$) 인터넷 중독에서 유의미한 차이가 나타났다. 그러나 통제집단의 사전-사후($t = 1.21, p > .05$), 사전-추후($t = 1.52, p > .05$) 인터넷 중독에서는 유의미한 차이가 나타나지 않아 본 연구에서 개발된 프로그램이 인터넷 중독을 유의미하게 감소시켰으며 그 효과 또한 지속시키는 것으로 나타났다. 집단(실험집단, 비교집단)과 검사 시기(사전검사, 사후검사)에 따른 인터넷 중독 변화를 분석하기 위해 반복측정을 실시하였다.

표 3. 인터넷 중독 검사에 대한 평균과 표준편차

변인	집단	사전검사	사후검사	추후검사
		평균(표준편차)		
일상생활장애	실험집단($n = 11$)	19.73(4.80)	17.27(2.57)	17.73(2.37)
	비교집단($n = 10$)	19.30(4.22)	19.60(6.08)	19.70(2.01)
현실구분장애	실험집단($n = 11$)	5.64(2.29)	4.37(1.42)	5.01(1.22)
	비교집단($n = 10$)	6.00(2.00)	6.20(1.51)	6.10(1.20)
긍정적 기대	실험집단($n = 11$)	16.00(5.40)	12.64(2.11)	12.09(1.97)
	비교집단($n = 10$)	16.10(5.11)	15.40(2.99)	16.30(1.95)
금단	실험집단($n = 11$)	16.40(5.62)	14.63(1.79)	15.55(1.69)
	비교집단($n = 10$)	16.00(4.30)	15.20(2.57)	17.20(1.14)
가상적대인관계지향성	실험집단($n = 11$)	12.64(5.03)	10.05(1.63)	10.36(1.80)
	비교집단($n = 10$)	12.10(4.07)	11.40(1.65)	11.20(1.40)
일탈행동	실험집단($n = 11$)	13.27(4.47)	10.54(1.51)	11.13(1.27)
	비교집단($n = 10$)	13.20(3.88)	14.10(.84)	14.20(2.20)
내성	실험집단($n = 11$)	14.55(2.62)	10.36(1.36)	9.64(1.03)
	비교집단($n = 10$)	14.60(1.90)	14.50(1.51)	14.10(1.98)
인터넷 중독	실험집단($n = 11$)	99.82(12.95)	86.82(11.89)	88.18(10.60)
	비교집단($n = 10$)	100.70(13.42)	101.00(14.45)	102.70(13.85)

표 4. 인터넷 중독 검사에 대한 사전-사후 반복측정 결과

변인	변량원	SS	df	MS	F
인터넷중독	집단간	2212.296	1	2212.296	9.336**
	오차	4502.323	19		
	집단내 검사시기	1099.855	1	1099.855	6.557*
	집단×검사시기	1188.236	1	1188.236	7.084*
	오차	3187.050	19	167.739	

주. * $p < .05$. ** $p < .01$.

그 결과가 표 4이다.

실험집단과 비교집단간의 인터넷 중독 변화 정도의 결과에서 집단과 측정시기간에 상호작용 효과가 유의미하게 나타났다($F = 7.084, p < .05$). 실험집단의 인터넷 중독 감소 정도가 비교집단보다 유의미하게 높게 나타났다. 인터넷 중독 하위 요인별로 사전-사후 반복측정을 실시하였다. 집단과 측정시기간의 상호작용 효과를 살펴본 결과 모든 하위요인에서 실험집단의 인터넷 중독 점수는 감소하고 비교집단의 인터넷 중독 점수는 증가하였으나, 일상생활장애($F = 3.251, p < .05$), 긍정적기대($F = 4.392, p < .05$), 가상적대인관계지향성($F = 3.985, p < .05$), 일탈행동($F = 3.011, p < .05$), 내성($F = 6.076, p < .05$)에서 실험집단의 인터넷 중독 감소 정도가 비교집단보다 유의미하게 높게 나타났다. 그러나 현실구분장애($F = 1.125, p > .05$), 금단($F = 1.320, p > .05$)에서는 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

프로그램 종료 2개월 후 추후검사를 실시하였다. 집단(실험집단, 비교집단)과 검사 시기(사전검사, 추후검사)에 따른 인터넷 중독 변화를 분석하기 위해 반복측정을 실시하였다. 실험집단과 통제 집단간에 인터넷 중독 변화 정도의 결과에서 집단과 측정시기간에 상호작용효

과가 유의미하게 나타났다($F = 6.085, p < .05$). 인터넷 중독 하위 요인별로 사전-추후 반복측정을 실시하였다. 집단과 측정시기간의 상호작용 효과를 살펴보면 일상생활장애($F = 5.106, p < .05$), 긍정적기대($F = 5.749, p < .05$), 가상적대인관계지향성($F = 4.657, p < .05$), 일탈행동($F = 3.254, p < .05$), 내성($F = 6.147, p < .05$)에서 실험집단의 인터넷 중독 감소 정도가 비교집단보다 유의미하게 높게 나타났다. 그러나 현실구분장애($F = 1.331, p > .05$), 금단($F = 1.863, p > .05$)에서는 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 이러한 결과는 인터넷 중독 및 그 하위요인인 일상생활장애, 긍정적기대, 가상적대인관계지향성, 일탈행동, 내성에서 실험 집단상담 참여 후 인터넷 중독 감소 효과가 지속되고 있음을 보여주는 것이다.

사이버 비행행동에 대한 집단상담 프로그램의 효과

사이버 비행행동에 대한 실험집단과 비교집단의 사전, 사후, 추후검사 결과에 대한 평균과 표준편차는 표 5이다. 사이버 비행행동에 대한 실험집단과 비교집단의 동질성 검사를 위해 사전검사에 대한 변량분석을 실시하였다. 그 결과 사이버 비행($F(1, 19) = 1.715, p >$

표 5. 사이버 비행행동에 대한 평균과 표준편차

변인	집단	사전검사	사후검사	추후검사
		평균(표준편차)		
지위비행	실험집단($n = 11$)	6.55(0.93)	5.45(.93)	5.50(1.41)
	비교집단($n = 10$)	6.30(.82)	6.20(.92)	6.20(.79)
성비행	실험집단($n = 11$)	3.00(.89)	2.55(.93)	2.61(.98)
	비교집단($n = 10$)	2.60(1.17)	2.30(1.34)	2.60(.97)
재산비행	실험집단($n = 11$)	6.09(1.30)	5.27(1.19)	5.82(1.33)
	비교집단($n = 10$)	5.70(1.57)	5.50(1.72)	6.00(1.56)
폭력비행	실험집단($n = 11$)	5.91(1.04)	4.45(1.21)	4.27(1.01)
	비교집단($n = 10$)	5.40(1.35)	5.30(1.55)	5.20(1.32)
사이버 비행	실험집단($n = 11$)	21.54(2.34)	17.72(2.53)	17.91(2.59)
	비교집단($n = 10$)	20.00(2.26)	19.40(2.27)	19.54(2.24)

.05), 지위비행($F(1, 19) = 1.105, p > .05$), 성비행($F(1, 19) = 1.127, p > .05$), 재산비행($F(1, 19) = 1.092, p > .05$), 폭력비행($F(1, 19) = 1.311, p > .05$)에서 실험집단과 비교집단간에 유의미한 차이가 나타나지 않아 두 집단간에 동질성이 확인되었다.

실험집단 및 통제집단의 시기별(사전-사후, 사전-추후) 사이버 비행 점수에 대해 변량분석을 실시하였다. 그 결과 실험집단의 사전-사후($t = 5.04, p < .01$), 사전-추후($t = 4.77, p < .01$) 사이버 비행에서 유의미한 차이가 나타났다. 그러나 통제집단의 사전-사후($t = 1.67, p > .05$), 사전-추후($t = 1.49, p > .05$) 사이버 비행에서는 유의미한 차이가 나타나지 않아 본 연구에서 개발된 프로그램이 사이버 비행을 유의미하게 감소시켰으며 그 효과 또한 지속시키는 것으로 나타났다.

집단(실험집단, 비교집단)과 검사시기(사전검사, 사후검사)에 따른 사이버 비행의 변화를

분석하기 위해 반복측정을 실시하였다. 그 결과가 표 6이다.

실험집단과 비교집단간의 사이버 비행 변화 결과에서 집단과 측정시기간에 상호작용 효과가 유의미하게 나타났다($F = 6.275, p < .05$). 실험집단의 사이버 비행 감소 정도가 비교집단보다 유의미하게 낮게 나타났다. 사이버 중독 하위 요인별로 사전-사후 반복측정을 실시하였다. 그 결과 사이버 비행 하위 요인별로 집단과 측정시기간의 상호작용 효과를 살펴보면 지위비행($F = 3.147, p < .01$), 재산비행($F = 3.235, p < .05$), 폭력비행($F = 4.540, p < .05$)에서 실험집단의 지위비행, 재산비행, 폭력비행 정도가 비교집단보다 유의미하게 낮게 나타났다. 성비행($F = 1.219, p > .05$)에서는 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

프로그램 종료 2개월 후 추후검사를 실시하였다. 집단(실험집단, 비교집단)과 검사 시기(사전검사, 추후검사)에 따른 사이버 비행 변

표 6. 사이버 비행에 대한 사전-사후 반복측정 결과

변인	변량원	SS	df	MS	F
사이버 비행	집단간	42.193	1	42.193	4.652*
	오차	172.291	19	9.068	
	집단내 검사시기	76.887	1	76.887	37.440***
	집단×검사시기	12.887	1	12.887	6.275*
	오차	39.018	19	2.054	

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

화를 분석하기 위해 반복측정을 실시하였다. 실험집단과 비교집단간의 사이버 비행에 대한 결과에서 집단과 측정시기간에 상호작용 효과가 유의미하게 나타났다($F = 4.133, p < .05$). 사이버 중독 하위 요인별로 사전-추후 반복측정을 실시하였다. 그 결과 사이버 비행 하위 요인별로 집단과 측정시기간의 상호작용 효과를 살펴보면 지위비행($F = 3.832, p < .01$), 재산비행($F = 3.781, p < .05$), 폭력비행($F = 4.405, p < .05$)에서 실험집단의 사이버 비행 감소 정도가 비교집단보다 유의미하게 낮게 나타났다. 이러한 결과는 실험 집단상담 참가자들의 사이버 비행 및 그 하위요인의 감소 효과가 지속되고 있음을 보여주는 것이다.

사회적 관심에 대한 집단상담 프로그램의 효과

사회적 관심에 대한 실험집단과 비교집단의

사전, 사후, 추후검사 결과에 대한 평균과 표준편차는 표 7이다. 사회적 관심에 대한 실험 집단과 비교집단의 동질성 검사를 위해 사전 검사에 대한 변량분석을 실시하였다. 그 결과 $F(1, 19) = 1.521, p > .05$ 로 실험집단과 비교 집단간에 사회적 관심에서 유의미한 차이가 나타나지 않아 두 집단간에 동질성이 확인되었다.

실험집단 및 통제집단의 시기별(사전-사후, 사전-추후) 사회적 관심에 대해 변량분석을 실시하였다. 그 결과 실험집단의 사전-사후($t = 4.45, p < .01$), 사전-추후($t = 4.32, p < .01$) 사회적 관심에서 유의미한 차이가 나타났다. 그러나 통제집단의 사전-사후($t = 1.43, p > .05$), 사전-추후($t = 1.27, p > .05$) 사회적 관심에서는 유의미한 차이가 나타나지 않아 본 연구에서 개발된 프로그램이 사회적 관심을 유의미하게 증가시켰으며 그 효과 또한 지속시키는 것으

표 7. 사회적 관심에 대한 평균과 표준편차

변인	집단	사전검사	사후검사	추후검사
		평균(표준편차)		
사회적 관심	실험집단($n = 11$)	31.82(4.26)	38.63(6.30)	37.65(3.53)
	비교집단($n = 10$)	33.00(4.69)	34.70(4.64)	33.00(4.69)

표 8. 사회적 관심에 대한 사전-사후 반복측정 결과

변인	변량원	SS	df	MS	F
사회적 관심	집단간	50.088	1	50.088	4.566*
	오차	208.414	19	10.969	
	집단내 검사시기	190.037	1	190.037	11.218**
	집단×검사시기	68.608	1	68.608	4.050*
	오차	321.868	19	16.940	

주. *** $p < .001$.

로 나타났다.

집단(실험집단, 비교집단)과 검사시기(사전검사, 사후검사)에 따른 사회적 관심 변화를 분석하기 위해 반복측정을 실시하였다. 그 결과가 표 8이다.

실험집단과 비교집단간의 사회적 관심 변화 결과에서 집단과 측정시기간에 상호작용 효과가 유의미하게 나타났다($F = 4.050, p < .05$). 실험집단의 사회적 관심 증가 정도가 비교집단보다 유의미하게 높게 나타났다.

프로그램 종료 2개월 후 추후검사를 실시하였다. 집단(실험집단, 비교집단)과 검사 시기(사전검사, 추후검사)에 따른 사회적 관심 변화를 분석하기 위해 반복측정을 실시하였다. 실험집단과 비교집단간에 사회적 관심에 대한 결과에서 집단과 측정시기간에 상호작용 효과가 유의미하게 나타났다($F = 4.122, p < .05$). 이러한 결과는 집단상담 참가자들의 사회적 관심 증가 효과가 지속되고 있음을 보여주는 것이다.

자기격려에 대한 집단상담 프로그램의 효과

자기격려에 대한 실험집단과 비교집단의 사전, 사후, 추후검사 결과에 대한 평균과 표준

편차는 표 9이다. 자기격려에 대한 실험집단과 비교집단의 동질성 검사를 위해 사전검사에 대한 변량분석을 실시하였다. 그 결과 자기격려($F(1, 19) = 1.715, p > .05$), 인지($F(1, 19) = 1.623, p > .05$), 행동($F(1, 19) = 1.516, p > .05$), 정서($F(1, 19) = -1.522, p > .05$)에서 실험집단과 비교집단간에 유의미한 차이가 나타나지 않아 두 집단간에 동질성이 확인되었다.

실험집단 및 통제집단의 시기별(사전-사후, 사전-추후) 자기격려에 대해 변량분석을 실시하였다. 그 결과 실험집단의 사전-사후($t = 4.45, p < .01$), 사전-추후($t = 4.32, p < .01$) 자기격려에서 유의미한 차이가 나타났다. 그러나 통제집단의 사전-사후($t = 1.43, p > .05$), 사전-추후($t = 1.27, p > .05$) 사회적 관심에서는 유의미한 차이가 나타나지 않아 본 연구에서 개발된 프로그램이 자기격려를 유의미하게 증가시켰으며 그 효과 또한 지속시키는 것으로 나타났다.

집단(실험집단, 비교집단)과 검사시기(사전검사, 사후검사)에 따른 자기격려 변화를 분석하기 위해 반복측정을 실시하였다. 그 결과가 표 10이다.

실험집단과 비교집단간에 자기격려 변화를

표 9. 자기격려에 대한 평균과 표준편차

변인	집단	사전검사	사후검사	추후검사
		평균(표준편차)		
인지	실험집단($n = 11$)	21.27(2.53)	29.27(1.68)	28.64(2.77)
	비교집단($n = 10$)	20.40(2.55)	21.70(.95)	22.20(2.04)
행동	실험집단($n = 11$)	20.00(2.14)	26.36(3.59)	26.82(1.99)
	비교집단($n = 10$)	19.50(3.06)	20.12(1.70)	21.60(3.13)
정서	실험집단($n = 11$)	21.55(3.59)	27.00(2.89)	26.64(3.70)
	비교집단($n = 10$)	21.80(2.25)	22.30(1.70)	22.60(2.63)

살펴본 결과, 집단과 측정시기간에 상호작용 효과가 유의미하게 나타났다($F = 63.123, p < .001$). 실험집단의 자기격려 증가 정도가 비교 집단보다 유의미하게 높게 나타났다. 자기격려 하위 요인별로 사전-사후 반복측정을 실시하였다. 그 결과 사이버 비행 하위 요인별로 집단과 측정시기간의 상호작용 효과를 살펴보면 인지($F = 6.935, p < .01$), 행동($F = 3.481, p < .05$), 정서($F = 4.755, p < .05$)에서 실험 집단의 인지적, 행동적, 정서적 자기격려 증가 정도가 비교집단보다 유의미하게 높게 나타났다.

프로그램 종료 2개월 후 추후검사를 실시하였다. 집단(실험집단, 비교집단)과 검사 시기

(사전검사, 추후검사)에 따른 자기격려 변화를 분석하기 위해 반복측정을 실시하였다. 실험 집단과 비교집단간에 자기격려 변화 결과에서 집단과 측정시기간에 상호작용 효과가 유의미하게 나타났다($F = 7.214, p < .01$). 자기격려 하위 요인별로 사전-추후 반복측정을 실시하였다. 그 결과 인지($F = 6.872, p < .01$), 행동($F = 4.106, p < .05$), 정서($F = 4.210, p < .05$)에서 실험집단의 자기격려 증가 정도가 비교집단보다 유의미하게 높게 나타났다. 이러한 결과는 실험 집단상담 참가자들의 자기격려 및 그 하위요인에서 모두 증가 효과가 지속되고 있음을 보여주는 것이다.

프로그램 참가 학생들의 의견을 간단히 정

표 10. 자기 격려에 대한 사전-사후 반복측정 결과

변인	변량원	SS	df	MS	F
자기격려	집단간	1031.255	1	1031.255	23.711***
	오차	826.364	19	43.493	
	집단내 검사시기	888.458	1	888.458	28.904***
	집단×검사시기	1940.268	1	1940.268	63.123***
	오차	884.018	19	30.738	

주. *** $p < .001$.

리하면 다음과 같다. 인터넷 사용을 줄여야겠다. 사이버 비행을 줄여야겠다. 남에 대해 생각해봐야겠다. 친구에게도 게임을 줄이자고 해야겠다는 등의 의견이 있었다. 좀 더 자세히 살펴보면 인터넷 중독과 사이버 비행 중 재산비행. “설명이 많아 조금 힘들었지만 친구들과 함께 하고 이야기를 나누면서 사이버 상에서 남의 것을 훔치는 것이 나쁜 것이라는 것을 알게 되었다. 인터넷을 조금 사용하면서 게임도 줄이고 남의 아이템을 훔치지 말아야겠다. 폭력비행. “인터넷에서는 다들 욕을 한다. 기분은 나빴지만 나도 욕을 많이 했다. 그것이 왜 문제인지 알 것 같다. 나부터 나쁜 말을 쓰지 않아야겠다는 생각이 들었다.” 사회적 관심. “남을 먼저 생각하면 친구도 많아질 것 같다. 게임을 하면서 화도 덜 낼 것 같다.”

논 의

본 연구는 개인심리학 이론을 바탕으로 인터넷 중독과 사이버 비행 초등학생을 대상으로 인터넷 중독 및 사이버 비행 감소를 위한 집단상담 프로그램을 실시하였다. 그 결과를 바탕으로 논의하면 다음과 같다. 먼저 인터넷 중독에 있어서 본 연구에서 개발한 집단상담 프로그램에 참가한 실험집단과 비교집단 사이에서 유의미한 차이가 나타났다. 집단상담에 참여한 학생들의 사전, 사후 변화가 집단상담에 참여하지 않은 학생들보다 인터넷 중독에 있어서 유의미하게 감소한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 정민(2004)이 대학생들을 대상으로 사회적 관심을 포함하고 있는 생활양식과 인터넷 중독 간에 유의미한 관계가 있음을 보여준 것과 같다. 개인심리학에서 강조하는 것

은 사회적 관심이다. 자신뿐만 아니라 다른 사람에게 관심을 갖고 다른 사람과 함께, 다른 사람을 위하고자 하는 데서 정신적 건강함이 있다고 한다. 연구 결과 인터넷 중독을 나타내는 초등학생들은 맞벌이 부모가 많고 대부분의 시간을 혼자서 컴퓨터를 하면서 보내는 경우가 많았다. 친구들과 교류하는 방법을 잘 모르고 자신에게만 관심이 집중되어 있어 다른 사람들이 어떻게 느끼고 생각하는지에 대한 능력이 또래에 비해 더 떨어지는 것으로 나타났다. 본 연구를 통해 사회적 관심을 기르고 타인을 격려하며 문제에 처했을 때 스스로 격려하는 방법을 습득하게 하는 것이 사회적 관심 및 자기격려 증가는 물론 인터넷 중독 감소에 효과적임을 보여주었다. 자신만을 바라보고 자신에게 주어진 시간을 그저 즐겁게 보내는 방법만을 찾던 아이들이 자신의 모습을 조금씩 바라보고, 타인을 바라보며 타인의 입장에서 이해하고 상호작용할 수 있는 방법을 습득함으로써 인터넷 사용을 줄일 수 있게 된 것이다.

인터넷 중독의 하위요인인 일상생활장애, 긍정적기대, 가상적대인관계지향성, 일탈행동, 내성에서 실험집단과 비교집단 사이에서 유의미한 차이가 나타났다. 다만 현실구분장애, 금단에서는 집단상담에 참가한 실험집단이 비교집단에 비해 감소하였으나 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지는 않았다. 현실구분장애와 금단의 경우 참여 학생들의 점수가 비교적 높지 않고 단기간에 변화되기에는 한계가 있다. 김청택, 김동일, 박중규와 이수진(2002)은 인터넷 중독의 경우 장기간 인터넷 사용을 중단하거나 감소시킨 경우 정신운동 초조, 불안 등을 나타내는 금단 현상과 인터넷과 실생활을 구분하는데 어려움을 느끼는 현실구분 장애

애가 가장 늦게 나타나게 된다고 했다. 그 만큼 금단 현상과 현실구분 장애는 변화되는데 시간이 더 많이 필요함을 예측할 수 있다. 따라서 좀 더 프로그램 회기를 늘려 진행할 필요가 있다. 개인심리학은 인지적인 요인을 좀 더 강조하고 있다. 초등학생을 대상으로 집단상담을 실시할 경우 행동적 요인에 대한 추가 활동을 고려해 볼 필요가 있다. 더구나 인터넷 중독 아동의 특징 중 집중력이 짧고 과다행동이 있기 때문에(Goldberg, 1996) 대안활동에 대한 내용을 더 늘릴 필요가 있다.

사이버 비행행동에 있어서 실험집단과 비교집단간에 유의미한 차이가 나타났다. 집단상담에 참여한 학생들의 사전, 사후 변화가 비교집단에 참여한 학생들의 변화보다 유의미하게 감소한 것으로 나타났다. 본 연구결과 사회적 관심의 증가가 사이버 비행행동의 감소를 가져왔음을 알 수 있다. 이러한 결과는 사회통제이론에서 개인이 비행 혹은 범죄행위를 하게 되는 것이 개인과 사회 간의 유대가 약화되거나 와해되었기 때문이라는 주장(Hirschi, 1969)과도 일치하는 결과이다. 심진숙(2008)은 소외감을 높게 지각하는 청소년의 사이버 비행행동이 높게 나타남을 보고했다. 사회적 관심은 소외감과 상반되는 개념으로 사이버 비행행동과 높은 관련성이 있음을 시사하는 것이다.

사이버 비행의 하위요인인 지위비행, 재산비행, 폭력비행에서 실험집단과 비교집단 사이에서 유의미한 차이가 나타났다. 다만 성비행은 사전-사후, 사전-추후 반복측정 결과에서 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 본 연구에서 성비행이 유의미하지는 않았지만 집단상담 후 점수가 감소한 것으로 나타났으나 추후 검사에서는 다시 증가한 것으로 나타났다. 이와

같이 집단상담프로그램이 성비행에 대해 일시적인 효과는 있지만 장기적인 효과가 나타나지 않은 것은 음란물 중독이나 성비행이 다른 사이버 비행에 비해 치료가 힘들고 장기간의 상담기간이 필요하기 때문이다(김청택, 김동일, 박중규, 이수진, 2002). 추후 집단상담 프로그램에 성비행을 감소시키기 위한 세부 프로그램을 좀 더 보완할 필요가 있다.

인터넷 사용은 물론 사이버 비행행동을 통제하는 것은 부모의 영향도 크지만 자신의 통제력, 자신에 대한 격려 또한 중요하다(김정심, 2007). 본 프로그램을 통해 자기격려를 증가시키는 것이 자기격려는 물론 인터넷 사용과 사이버 비행행동 감소를 지속시킬 수 있을 것이다. 실험집단과 비교집단의 차이뿐만 아니라 추후검사 결과에서의 차이가 이러한 결과를 입증하고 있다.

사회적 관심에 있어서 실험집단과 비교집단 사이에서 유의미한 차이가 나타났다. 집단상담에 참여한 학생들의 사전, 사후 변화가 비교집단에 참여한 학생들의 변화보다 유의미하게 증가한 것으로 나타났다. 본 연구에서 개발된 집단상담 프로그램의 목적은 사회적 관심의 증가에 있다. 사회적 관심은 개인심리학의 주요한 개념 중 하나로 사회성의 개념을 포함하고 있다. 개인심리학에서는 중독자가 의존하는 기초적인 관계가 타인보다는 물질이기 때문에 고립감과 외로움을 느낀다고 보았다(김춘경, 2004). 또한 아동은 자신의 목적을 이루기 위해 부적응적인 행동을 하는데 아동에게 사회적 관심을 길러줌으로써 자신의 목적을 이루기 위해 인터넷 중독이나 사이버 비행 등의 부적응적인 행동이 아닌 타인과 함께하는 적응적인 행동으로 바꿀 수 있다는 것이다(노안영 외, 2005). 본 연구에서도 프로그램

실시 결과 사회적 관심의 증가와 인터넷 중독 및 사이버 비행의 감소를 가져왔다. 인터넷 중독 초등학생들이 사회성이 떨어진다는 선행 연구들(유순옥, 2003; 문리학, 2008)을 볼 때 사회적 관심의 증가는 인터넷 중독을 감소시킬 뿐만 아니라 사회성을 증가시켜 학교생활 적응을 도울 수 있을 것이다.

자기격려에 있어서 실험집단과 비교집단간에 유의미한 차이가 나타났다. 자기격려는 우울 및 스트레스와 같이 부적응적인 요인과는 부적상관을 나타내며(노안영과 정민, 2007) 자아존중감(정영희, 2011) 및 자기효능감과 같은(노안영과 정민, 2007) 적응적인 요인과는 정적상관을 보였다. 또한 자기격려는 자기격려 집단상담을 통해 자기격려를 증진시킬 수 있을 뿐만 아니라(이은희, 2012) 학교생활 적응을 향상시킬 수도 있다(김애진, 2010). 본 연구 결과는 선행연구들처럼 집단상담을 통해 자기격려를 증가시켰을 뿐만 아니라 인터넷 중독 및 사이버 비행행동의 감소를 가져왔다. 본 연구는 인터넷 중독과 사이버 비행 아동에게 자기격려를 길러주는 것이 인터넷 중독과 사이버 비행을 지속적으로 줄일 수 있음을 보여주고 있다.

본 연구의 시사점으로는 첫째, 인터넷 중독 및 사이버 비행행동 아동을 대상으로 개인심리학 이론을 바탕으로 인터넷 중독 및 사이버 비행을 감소시키기 위한 집단상담 프로그램을 제작하여 그 효과를 검증하였다는 것이다. Adler는 특히 부모 역할과 아동 교육을 강조하여 그의 이론은 현재 활발하게 진행되고 있는 효과적인 부모역할 훈련(STEP: Systematic Training for Effective Parenting), 적극적 부모역할훈련(APT: Active Parenting Training) 등의 부모교육에 이론적 근거를 제공하고 있다. 또한

사회적 관심과 자기격려 등의 그의 주요한 개념들은 초등학교 학생들의 적응적인 요인과 정적인 관계가 있는 것으로 보고되고 있다(김미화, 2010; 김애진, 2010). 따라서 개인심리학 이론을 바탕으로 사회적 관심과 자기격려를 증진시키고 인터넷 중독 및 사이버 비행 감소를 위한 집단상담 프로그램을 개발한 것은 특히 사이버 비행에 대한 집단상담프로그램이 전무한 상태에서 인터넷 중독과 사이버 비행 모두를 감소시킬 수 있다는 점에서 그 의의가 크다고 볼 수 있다. 본 연구에서 개발한 프로그램은 초등학생들의 사이버 비행행동은 물론 인터넷 중독을 줄이고 효과적으로 인터넷을 사용할 수 있도록 도와줄 것이다. 둘째, 본 프로그램은 초등학생의 사회적 관심과 자기격려를 길러주어 인터넷 중독 감소는 물론 사회성 증진, 적응력을 향상시킬 수 있도록 도와줄 것이다. 셋째, 개인심리학은 그 유용성에 비해 정신분석의 한 부분으로 여겨져 이론에 대한 관심 및 실증적 검증이 비교적 많이 이루어지지 못했다. 본 연구는 개인심리학의 이론에 대한 실증적 검증을 제공함으로써 아동 교육 및 상담에 효과적임을 입증하였다.

본 연구의 제한점으로는 첫째, 담임선생님 및 학교의 관심 등 프로그램 이외에 다른 요인들이 연구결과에 영향을 미칠 수 있다는 점이다. 담임선생님이나 학교에서 덜 신경써준 경우 참석률이 떨어짐을 보여주었다. 둘째, 저소득층 아동이 대부분이어서 본 프로그램 효과에 대한 연구결과를 일반화하기에는 한계가 있다. 또한 프로그램 참가자 10명, 통제집단 11명으로 본 연구결과를 일반화하기에 한계가 있다. 본 프로그램의 주요한 목적이 인터넷 중독 감소임에도 불구하고 인터넷 중독의 하위 요인인 현실구분장애, 금단에서 실험집단

과 비교집단간에 유의미한 차이를 보이지 못했다는 점이다. 셋째, 인터넷 중독 기준을 자기보고식 척도의 점수만으로 분류하였다. 대상이 초등학생이기 때문에 인터넷 중독 결과가 편향될 가능성이 있다. 인터넷 과다사용집단이라고 규정할 수 있는 다른 준거, 일상생활의 변화(성적)나 관찰자(부모, 교사 혹은 친구의 평가)평가가 함께 이루어질 필요가 있다. 넷째, 본 집단상담 프로그램을 통해 인터넷 중독 및 사이버 비행에서 감소를 가져왔지만 프로그램이 사회적 관심과 자기격려에 좀 더 초점이 맞추어져있다. 인터넷 중독과 사이버 비행에 좀 더 직접적으로 초점을 맞추어 프로그램을 진행할 필요가 있다. 다섯째, 본 연구자가 프로그램을 진행하였다는 점에서 연구 결과에 한계가 있다. 실험집단과 통제집단을 나누어 결과를 비교하였지만 연구자의 의도가 프로그램 효과에 영향을 미칠 수 있다. 추후 다양한 상담자가 프로그램을 실시하여 그 효과를 검증할 필요가 있다. 또한 관련된 다양한 사례를 좀 더 활용해 역할극에 적용하여 추후 프로그램을 운영할 필요가 있다.

참고문헌

- 경찰철 (2010). 사이버범죄 범죄통계(연령별). http://www.police.go.kr/infodata/pds_07_totalpds_03_01.jsp#none
- 기채영, 신현숙, 홍경자 (2009). 아동의 스트레스와 자기격려 및 심리적 부적응과의 관계. 한국놀이치료학회지, 12(4), 117-133.
- 김미란 (2005). 아들러 개인심리학에 근거한 격려 집단상담 프로그램 개발 및 효과분석. 목포대학교 대학원 박사학위논문.
- 김미화 (2010). 아들러 집단상담이 초등학생의 교우관계와 학급 응집력에 미치는 효과. 광주교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김성혜 (2006). 현실 치료 집단 상담 프로그램이 인터넷 중독 초등학생의 자아존중감, 내적통제성 및 인터넷 중독 개선에 미치는 효과. 목포대학교 대학원 석사학위논문.
- 김애진 (2010). 격려 중심의 학습 운영이 초등학생의 학교생활 적응력 및 자기격려에 미치는 효과. 광주교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김정심 (2007). 인터넷 활용유형에 따른 초등학생의 스트레스, 인터넷 사용에 대한 자기효능감, 자기통제력 및 인터넷 중독간의 관계. 전남대학교 대학원 석사학위논문.
- 김청택, 김동일, 박중규, 이수진 (2002). 인터넷 중독 예방 상담 및 예방 프로그램 개발 연구. 서울: 한국정보문화진흥원.
- 김춘경 (2004). 상담과 심리치료-Adler 개인심리학의 통합적 접근. 서울: 학지사.
- 노안영, 강만철, 오익수, 김광운, 송현중, 강영신, 오명자 (2005). Adler 상담이론과 실제. 서울: 학지사.
- 노안영, 정민 (2007). 자기격려-낙담 척도 개발 및 타당화. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료 19(3), 675-692.
- 라민오 (2001). 충동성, 인터넷 중독 경향과 청소년의 사이버 관련 비행의 관계. 강원대학교 대학원 석사학위논문.
- 문리학 (2008). 집단미술치료가 인터넷 중독 초등학생의 자기통제 및 사회성에 미치는 영향. 서울여대 특수대학원 석사학위논문.
- 박문옥 (2007). 초등학생의 정보통신 윤리의식과 사이버비행과의 관계. 경인교육대학교 교육대학원 석사학위논문.

- 서종철 (2008). 인지행동집단상담이 인터넷 과다 사용 아동의 변화동기에 따라 인터넷과다사용 감소에 미치는 영향. 경인교육대학교 대학원 석사학위논문.
- 서진숙 (2006). 인지행동 집단상담이 초등학생의 인터넷 게임중독 완화와 자아존중감, 대인관계에 미치는 효과. 건국대학교 대학원 석사학위논문.
- 심진숙 (2008). 청소년의 사이버 비행행동 연구. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 양돈규 (2000). 청소년의 감각추구성향과 인터넷 중독 경향 및 인터넷 관련 비행간의 상관성. 청소년학연구, 7(2), 117-136.
- 유순옥 (2003). 초등학생의 인터넷 중독과 사회적응력과의 관계. 대전대학교 대학원 석사학위논문.
- 이은희 (2012). 격려집단상담이 초등학생의 자기격려 및 스트레스에 미치는 영향. 광주교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 전동일, 위수경, 최종복, 오봉욱 (2008). 청소년 사이버 비행 영향 요인. 사회복지리뷰, 12, 149-170.
- 정 민, 노안영 (2002). 생활양식과 대학생활적응과의 관계. 한국심리학회지 상담 및 심리치료학회, 14(2), 375-387.
- 정 민 (2004). 대학생의 게임중독 특성 분석. 대학생활연구, 6, 3-20, 동신대학교 학생생활연구소.
- 정영희 (2011). 자기격려프로그램이 아동의 자아존중감 및 학업성적에 미치는 효과. 광주교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 조남근, 양돈규 (2002). 청소년이 지각한 사회적 지지와 인터넷 중독경향 및 인터넷관련 비행간의 관계. 한국심리학회지 발달 14(1), 91-111.
- 한국정보문화진흥원 (2006). 초등게임중독예방프로그램. 서울: 정보통신부 한국정보문화진흥원.
- 한국정보문화진흥원 (2010). 인터넷 중독의 특성 분석 연구: 인터넷 중독 고위험군의 심리적 특성을 중심으로. 서울: 한국정보문화진흥원.
- 한중욱 (2001). 청소년 사이버비행자의 사회유대요인에 관한 연구. 한국경찰학회보, 3, 357-384.
- Adler, A. (1924). *The practice and theory of individual psychology*. New York: Harcourt, Brace and CO.
- Adler, A. (1958). *What life should mean to you*. New York: Perigee Books.
- Crandal, J. E. (1975). A scale for social interest. *The Journal of Individual Psychology*, 31(2), 187-195.
- Dinkmeyer, D. & Losoncy, L. (1996). *The skills of encouragement*. New York: St. Lucie Press.
- Ebeling, W, S., Frank, L. M., & Lester, D. (2007). Shyness, Internet Use, and Personality, *Cyber Psychology & Behavior*, 10(5), 713-716.
- Goldberg, I. (1996). *Internet addiction, electronic message posted to research discussion list*. www.rider.edu/user/suler/psyber/supportgp.html.
- Hirschi, H. B. (1969). *Causes of delinquency*. Berkely: University of California Press.
- James, S. G. (1999). Mentoring makes a difference. <http://www.thefreelibrary.com/Mentoring+Make+s+A+Difference.-a054806048>
- Masaster, G. J. & Corsini, R. J. (1999). *Individual psychology: theory and practice*. Chicago: Adler School of Professional Psychology.
- Rehbein, F., Psych, G., Kleimann, M., Mdeiasci,

G., & Moble, T. (2010). Prevalence and risk factors of video game dependency in adolescence: result of a German nationwide survey, *Cyber Psychology, Behavior, and Social Networking*, 13(3), 269-277.

원 고 접 수 일 : 2012. 3. 1

수정원고접수일 : 2012. 4. 27

게 재 결 정 일 : 2012. 8. 10

The Effect of Group Counseling Program
for the Internet Addiction and Cyber Delinquent Children
Based on Adlerian Therapy

Min Jeong

Gwangju University

In the present study, the group counseling program for internet addiction and cyber delinquent children was developed and its effectiveness on internet addiction was evaluated. Twenty-one students were participated in group counseling. They were assigned to either an experimental group(11 subjects) or a control group(10 subjects) for six sessions. To examine the treatment effect, all subjects completed the Internet Addiction Scale, Cyber-Delinquency Behaviors Scale, Social Interest Scale, and Self Encouragement Scale at three times (e.g., before the first session, after the last session, and two month follow-up). And repeated measure ANOVA was used to analyze the outcomes. Results showed that the Individual Group Counseling was effective in reducing internet addiction and cyber delinquency behaviors as well as increasing social interest and self encouragement. Implication for further research are discussed.

Key words : *Group Counseling, Internet Addiction, Cyber Delinquency Behaviors, Social Interest, Self Encouragement*