

## 청소년의 인터넷 게임 중독: 시간에 따른 변화와 이에 영향을 미치는 변인들\*

권 정 혜†

고려대학교 심리학과

본 연구에서는 청소년들에게서 나타나는 인터넷 게임 중독이 시간에 따라 어떻게 변화하는지 살펴보고 이에 영향을 미치는 변인들을 알아보았다. 이를 위해 수도권의 4개 중학교에 재학 중인 중학생 127명을 대상으로 5개월 간격을 두고 인터넷 게임 중독 정도, 자기도피 성향, 부정적 정서, 친구관계 친밀도, 부모-자녀 관계 부모감독 등을 평가하는 설문조사를 실시하여 자료를 수집하였다. 분석 결과 1차 조사의 인터넷 게임 중독 점수(이하 중독 점수로 약칭)와 2차 중독 점수의 상관계수는 .66으로 인터넷 게임 중독 정도가 5개월 기간 동안에 비교적 안정적으로 지속됨을 보여주었다. 다음으로 인터넷 게임 중독의 시간적 변화에 영향을 미치는 변인들을 다음과 같이 알아보았다. 첫째, 1차와 2차 모두에서 중독 점수가 70 점 이상으로 나타난 43명 중독 유지집단과 중독 점수가 1차 표준편차 이상 감소한 3명 중독 감소집단을 대상으로 1차 중독 점수를 공변량으로 하여 자기도피 성향, 부정적 정서, 부모-자녀 변인들에 대해 공변량 분석을 하였다. 그 결과 자기도피 성향에서만 두 집단 간에 유의한 차이가 나타났다. 다음으로 5개월 후 인터넷 게임 중독을 예측하는 변인을 알아보기 위하여 1차 조사에서 측정된 변인들을 독립변인으로 하고 2차 조사에서 측정된 인터넷 게임 중독 정도를 종속변인으로 하여 중다회귀분석을 수행하였다. 그 결과 1차에서 조사한 자기도피 성향 부모감독 자기불일치 정도가 2차의 인터넷 게임 중독을 유의하게 예측하는 변인으로 나타났으며, 전체 변량의 12%를 설명하였다. 위의 결과들이 청소년의 인터넷 게임 중독을 예방하고 치료하는 데 시사하는 바를 논의하였다.

주요어 : 인터넷 중독, 자기도피 성향, 부모-자녀 관계, 부모감독

\* 본 연구는 2002년 교내 특별연구비 지원으로 이루어졌음. 이 연구에 연구조교로 참여하여 자료분석을 도와준 정정숙과 자료수집을 도와준 김효정, 배경미, 이정임, 정지혜, 조현에게 감사드립니다.

† 교신저자(Corresponding Author): 권 정 혜 / 고려대학교 심리학과 / 서울시 성북구 안암동 5가 1번지  
TEL : 02-3290-2067 / FAX : 02-3290-2537 / E-mail : [junghye@korea.ac.kr](mailto:junghye@korea.ac.kr)

최근 우리나라는 정보통신 산업을 국가의 전략산업으로 활성화시키면서 세계적인 IT강국으로 성장하였다. 이제 인터넷을 사용하는 국민이 천만 명을 넘어서게 되었고 전국 어디에서나 인터넷을 손쉽게 사용할 수 있게 되었다. 우리나라 사람들의 인터넷 사용현황을 보면 인터넷이 보급된 다른 어떤 나라보다도 인터넷 게임의 사용빈도가 월등히 높은 것으로 알려져 있다(한국 57.0%, 대만 18.1%, 싱가포르, 4.0%, 홍콩 14.5%, 동아일보 2001년 9월 6일자). 성인들과 마찬가지로 청소년들도 인터넷에서 다른 어떤 용도보다도 게임을 많이 하는 것으로 조사결과가 나와 있다(게임문화진흥협회, 2002). 12세 - 18세 청소년 313명을 대상으로 온라인 게임 사용실태를 조사한 문화 관광부 2001년 자료에 따르면 응답한 청소년 중 69.3%가 온라인 게임을 이용하고 있으며, 청소년 중에서도 중학생이 온라인 게임을 가장 많이 사용하는 것으로 나타났다(권준모, 2001, 재인용).

이처럼 우리나라 청소년들의 인터넷 게임 이용률이 높다보니 이에 따른 부작용도 많이 보고되고 있다. 인터넷 과사용 청소년들이 가장 많이 호소하는 문제는 금단증상("안하면 미칠 것 같다," "밥 안 먹고 게임 한다"), 신체 및 행동상의 문제("건강이 나빠졌다," "거짓말을 한다," "사기 친다"), 학업문제 ("학업에 집중이 안 된다", "학업성적이 떨어졌다"), 심리적 문제("무기력해졌다", "죽고 싶다") 등인 것으로 나타났다(이형초 2001). 청소년들을 대상으로 한 다른 조사들(한국 청소년상담원, 1999; 광주청소년상담실, 2001; 이시형, 이세용, 김은정, 오승근, 2000)에서도 인터넷 과사용 청소년들이 인터넷 게임을 특히 많이 하는 것으로 나타났으며, 학교생활 부적응과 성적 저하, 취미활동 및 독서시간의 감소, 그리고 정서적, 대인관계에서의 문제 등을 보이는 것

로 나타났다. 이와 비슷하게 외국에서도 인터넷을 과다하게 사용하는 이용자들이 여러 가지 적응상의 문제들을 보인다고 보고하였다(Brenner, 1997; Young, 1996).

인터넷 중독에 대한 초창기 연구에서는 주로 사례연구를 통해 인터넷 중독이 존재함을 밝혔다(Griffiths, 1998; 송명준, 김신희, 구훈정, 권정혜 2001). 이 후 여러 연구자들이 인터넷 중독에 대한 증거를 마련하기 위해 노력했으나, 아직까지 인터넷 중독에 대한 합의된 증거가 없는 실정이다.

인터넷 중독 장애라는 개념을 처음 제안한 Goldberg(1996)는 인터넷 중독 장애를 약물남용 장애와 유사하게 보아 그 특징을 내성과 금단증상 및 사회적, 직업적 기능의 손상으로 정의하였다. 한편 Young(1996)이나 Greenfield(1999) 등은 인터넷 중독을 강박적인 행동장애인 충동조절 장애에 가깝다고 보아 병리적 도박장애 진단 증거에 맞추어 인터넷 중독의 진단기준을 마련하였다. 이와 비슷하게 Griffiths(1998)도 인터넷 중독이 병리적 도박과 비슷하다고 보았으며, 현저성(salience), 기분조절(mood modification), 내성(tolerance), 금단증상(withdrawal symptoms), 갈등(conflict), 재발(relapse)의 6가지 증거를 제시하였다.

국내 인터넷 중독 연구자들 사이에서도 아직 합의된 증거가 없는 실정이며 대부분 연구가 Young의 인터넷 중독척도를 사용하여 이루어졌다(김교현, 2001; 송원영, 1998; 안석, 2000; 윤재희, 1998; 이소영, 권정혜, 2000; 최민정, 2000; 한국 청소년 상담원, 2000). 청소년들을 대상으로 한 연구들을 개관해보면 인터넷을 중독적으로 사용하는 청소년들은 충동성이 높으며, 의사소통 능력과 문제해결능력이 떨어지는 것으로 나타났다(이소영, 권정혜, 2000). 인터넷 게임 중독에 걸

릴 위험이 높은 청소년들을 심층 면접한 이송선(2000)에 의하면 이들이 성취감이나 자신감을 얻기 위해, 또 친구들과로부터 인정받기 위해 인터넷 게임을 하는 것으로 보고하였다. 안석(2000)은 중학생을 대상으로 가족지지와 인터넷의 중독적 사용간의 관계를 살펴본 결과 가족지지가 약할수록 중독적 사용경향이 강하다고 밝혔다. 조춘범(2001)은 인터넷 중독 청소년들이 부모와의 관계가 원만하지 않으며, 부모가 권위적인 양육방식을 가지고 있다고 보고하였다. 김교현(2001)은 중학교 3학년 남녀학생 328명을 대상으로 인터넷 중독을 연구했는데, 부모와의 갈등이 인터넷 중독의 잠재적인 위험요인으로 작용하는 반면 친구와의 갈등은 위험요인으로 작용하지 않는다고 보고하였다.

이들 선행연구들은 인터넷 중독 청소년들이 충동성을 보이며, 의사소통능력과 문제해결능력이 떨어지며, 공통적으로 부모와의 관계에서 갈등을 가지는 것으로 보고하였다. 그러나 대부분의 연구들이 청소년들의 인터넷 중독을 횡단적으로 연구하여 이들 청소년들이 보이는 문제가 인터넷 중독의 원인인지 아니면 그 결과인지 밝히기 어렵다는 한계점을 가지고 있다. 예컨대, 청소년이 인터넷을 많이 하면 할수록 부모와의 대화가 단절되고, 인터넷 사용에 대한 부모의 강압적인 통제가 늘어나게 되어 부모-자녀 관계가 악화되는 경우가 많다. 따라서 인터넷 중독 청소년들에게 흔히 나타나는 부모와의 갈등이 인터넷 중독의 결과일 가능성도 높다고 볼 수 있다. 이러한 문제점을 해결하기 위해서는 청소년 인터넷 중독을 종단적 연구를 통해 접근하는 것이 필요하다.

본 연구에서는 우리나라 청소년 중에서도 온라인 게임을 가장 많이 사용하는 중학생을 대상으로 인터넷 게임 중독(이후 인터넷 중독 혹은

중독이라 약칭)에 초점을 맞추고 연구를 수행하였다. 인터넷 중독을 Young(1996), Griffith(1998)와 같이 강박적 사용, 내성 및 금단증상, 대인관계 및 학업상 문제를 가지고 있는 행동장애로 개념화하고, Young의 인터넷 중독 척도와 그녀가 사용한 절단점수(Young, 1998)를 사용하여 인터넷 중독 정도를 평가하였다. 본 연구에서는 특히 종단적 연구 방법을 통해 중독의 양상이 시간이 지남에 따라 어떻게 변화해나가는지, 또 중독 정도가 변하는데 영향을 미치는 변인이 어떤 것인지 살펴보고자 하였다.

인터넷 게임 중독은 청소년의 삶에 심각한 신체적, 심리적 손상을 가져온다(Brenner, 1997; Young, 1996). 인터넷 중독에 빠진 청소년들은 인터넷 게임을 계속하는 것이 자신의 삶을 좀먹고 해로운 결과를 가져온다는 것을 알면서도 그치지 못한다는 점에서 약물중독이나 자살시도와 같은 일종의 자기-파괴적 행동을 하고 있다고 볼 수 있다.

본 연구에서는 청소년의 자살 및 약물남용 등 자기-파괴 행동을 설명하는 기제로 널리 사용된 자기도피 성향(escape from the self, Baumeister, 1991)이 인터넷 중독의 지속을 예측할 수 있는지 살펴보고자 한다. 이와 함께 청소년의 주요한 대인관계인 부모-자녀 관계 및 친구관계가 인터넷 중독의 시간적 경과에 따른 변화를 예측해줄 수 있는지 검증하고자 하였다.

Baumeister는 자살, 약물 중독 등 자기 파괴적 행동이 나타나게 되는 과정을 다음과 같은 5단계의 자기도피 과정으로 설명하였다; 제 1단계는 개인이 이루고자 하는 기대수준은 높는데 현실이 이에 따르지 못하거나, 또는 기대 수준은 높지 않으나 최근의 문제나 좌절로 인해 기대와 현실간의 괴리가 심해지고; 제 2단계에서는 그 이유를 자기 탓에 돌려 자기비난과 부정적인 자

기 평가를 하게 되며; 제 3단계에서는 주의의 초점이 자기에게 맞추어져 고통스런 자기지각이 첨예화되고; 제 4단계에서는 부정적인 정서가 생겨나고; 제 5단계에 이르면 이런 고통스런 감정과 생각을 없애줄 강력한 수단을 갈구하게 되며 자기도피를 무조건적으로 추구하는 인지적 해체 상태가 유발된다고 보았다. 이러한 상태에서는 정신기능이 협소화해지며 내적 억제력이 약화되어 극단적이고 자기-파괴적인 행동을 하게 된다는 것이다.

신민섭(1992)은 청소년 시기가 자기 지각이 급증하면서 자기도취적 욕구가 강해 자신의 기대와 현실간의 괴리가 커질 위험이 많고, 그 결과 우울감이 야기될 때 이로부터 도피하고자 자기 파괴적 행동을 결정하는 경우가 많다고 보았다. 예컨대 청소년들이 본드흡입을 통해 일시적으로 자신을 잊거나 또는 전자오락과 같은 감각적이고 구체적인 것에 몰두하는 행동은 모두 이러한 맥락에서 청소년들의 자기도피행동으로 이해할 수 있다고 제안하였다. 실제로 우리나라 청소년들의 자살시도나 약물중독이 자기도피 성향으로 설명될 수 있음이 밝혀졌다(신민섭, 1992; 이연경, 1999).

청소년들이 보이는 인터넷 중독 역시 내성과 금단증상을 보이며 심각한 적응상의 문제에도 불구하고 중단하기 어렵다는 점에서 약물중독과 유사하다고 볼 수 있다 (Goldberg, 1996). 이에 정정숙과 권정혜(2003)은 청소년의 인터넷 중독을 자기도피 성향으로 설명할 수 있는지 연구하였다. 그 결과 청소년의 인터넷 중독을 설명하는데 자기-불일치→부정적 정서→자기로부터의 도피→인터넷 중독에 이르는 경로가 타당함을 밝혔다. 본 연구에서는 자기도피 성향이 인터넷 중독을 설명하는 요인으로 작용할 뿐 아니라 인터넷 중독의 시간적 변화에도 중요한 영향을 미치리라

고 가정하고 이를 검증하고자 하였다. 즉 자기도피 성향이 강한 청소년들이 인터넷 중독에 빠지게 되면 현실적 자기와 이상적 자기와의 불일치가 더욱 커지게 되고, 이로 인한 고통스런 감정이 더욱 심화되나 적극적인 문제해결을 시도하지 못하고 자기도피를 통해 문제에서 벗어나고자 하여 인터넷 게임을 지속하리라고 예상해 볼 수 있다.

이와 함께 청소년들의 부모-자녀 관계 및 교우관계가 인터넷 게임의 지속에 중요한 영향을 미치리라고 가정하였다. 청소년들은 상대적으로 자기통제력이 약하기 때문에 인터넷 중독에서부터 벗어나는데 부모의 세심한 관심과 감독이 중요한 역할을 하리라고 가정할 수 있다. 많은 선행 연구에서 인터넷 중독 청소년들이 부모와 갈등을 가지고 있으며 대화가 단절되어 있음을 밝혔다(조춘범, 2001; 김교현, 2001). 본 연구에서는 종단적 연구법을 통하여 부모-자녀 관계가 인터넷 중독의 시간적 변화에 영향을 미치는지 살펴보고자 하였다. 특히 부모-자녀 관계가 인터넷 중독을 감소시키는데 더 중요한 요인으로 작용하는지 아니면 부모감독이 더 중요한지 살펴보고자 하였다.

마지막으로 청소년들의 교우관계가 인터넷 게임 중독의 지속에 영향을 미치는지 살펴보고자 하였다. 대부분의 청소년들이 인터넷 중독에 빠지게 되면 친구를 멀리하고 교우관계에 소극적으로 변하는 것으로 알려져 있다(조춘범, 2001; 이송선, 2000). 본 연구에서는 교우관계가 인터넷 중독의 시간적 변화에 영향을 미치리라고 가정하였다.

본 연구의 가설을 요약하면 다음과 같다; 1) 청소년의 자기도피 성향이 강할수록 인터넷 게임 중독이 지속될 것이다; 2) 청소년의 부모-자녀 관계가 나쁠수록, 또 부모감독 정도가 낮을수록

인터넷 게임 중독이 지속될 것이다; 3) 청소년의 교우관계가 좋지 않을 때 인터넷 게임 중독이 지속될 것이다.

## 연구 방법

### 연구대상 및 절차

서울시 및 수도권 5개 중학교에 재학 중인 1, 2, 3학년 학생 1400명을 대상으로 5개월 간격으로 2 차례에 걸쳐 설문조사를 실시하였다. 1차 설문조사는 2002년 7월에 설문지를 해당학교 교사를 통해서 수업시간 중에 실시하도록 한 후, 연구 보조원들이 방문하여 설문지를 수거하였다. 2차 조사는 5개월 후(2002년 12월)에 설문지를 같은 방법으로 다시 한번 실시하였다. 이 중 학교 사정으로 2차 설문조사에 응하지 않은 1개교의 자료를 제외한 1279명의 자료가 분석에 포함되었다. 남학생은 819명(64%), 여학생은 460명(35%)이었으며, 학년별 분포를 보면 1학년은 163명(12.7%), 2학년은 952명(74.5%), 3학년은 164명(12.8%)이었다.

### 측정 도구

#### 인터넷 게임 중독 질문지

Young(1996)이 온라인 중독센터(The Center For On-Line Addiction; www.netaddiction.com)에서 만든 총 20문항으로 구성된 인터넷 중독검사를 '인터넷'이란 단어를 '인터넷 게임'으로 대체한 이소영, 권정혜(2000)의 수정척도를 사용하였다. 이소영, 권정혜(2000)은 수정한 문항을 진위문항으로 사용하였으나, 본 연구에서는 Young의 척도와 동일하게 5점 척도로 사용하였다. 본 척도의 내적

일치도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .93으로 나타났다.

#### 이상적-실제적 자기 및 자기 불일치

본 연구에서는 최정원과 이영호(1998)가 번안한 Hoge와 McCarthy (1983)의 이상적-실제적 자기 불일치 척도를 사용하였다. 이 척도는 청소년의 일반적인 성격 특성을 측정하는 8개 문항에 대해 6점 척도 상에 실제 및 이상적 자기에 대해 평정하게 하고, 이상적 자기에서 실제 자기 점수를 뺀 점수를 자기 불일치 점수라 하였다. 자기 불일치 점수는 이상적 자기의 총점에서 실제 자기의 총점을 뺀으로써 얻어지며, -40에서 +40의 점수를 갖게 된다. 본 연구에서 실제 자기의 내적 일치도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .84, 이상적 자기의 내적 일치도 계수는 .93이었다.

#### 자기도피 척도

신민섭(1992)이 Baumeister(1991)의 이론에 입각하여 제작한 자기도피 척도(71문항)는 인지적 몰락 상태를 나타내는 문항들로 구성되어 있다. 본 연구에서는 단축형으로 35문항을 사용하였으며, 응답자들은 각 문항에 대해서 '예', 또는 '아니오'라고 대답하도록 하였다. 자기도피 척도의 내적 일치도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .87이었다.

#### 부정적 정서평가 질문지

부정적 정서상태를 평가하기 위해 이은영(1991)의 정서평가 질문지를 사용하였다. 이은영은 실망감과 연관된 정서(DRE)와 초조감과 연관된 정서(ARE)를 표현하는 형용사 20개로 된 7점척도의 정서평가 질문지를 구성하였다. 본 연구에서는 이은영의 정서평가 질문지 중에서 DRE문항 5개(침울한, 슬픈, 무기력한, 실망스러운, 행복한), ARE문항 6개(두려운, 걱정스러운, 긴장된, 편안함, 초조함, 안절부절함)을 선택하고, 긍정적 정

서상태를 표현하는 ‘기쁜, 즐거운, 활기찬’의 3문항과 부정적 정서상태를 표현하는 ‘우울한’의 한 문항을 추가하여, 총 15문항으로 부정적 정서평가 질문지를 구성하였다. 본 연구에서 정서평가 질문지의 내적 일치도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .78이었다.

#### 친구관계 친밀도

친구관계에서의 친밀도를 측정하기 위해서 이 영옥(1998)이 Ray와 Cohen(1997)의 척도를 우리나라의 문화와 언어, 생활양식에 맞게 번안, 제작한 것을 사용하였다. 이 척도는 지원, 친밀감, 교제, 일치감, 애정의 5개 영역으로 구성되어 있다. 각각의 영역은 정신적 차원과 행동적 차원에 해당되는 문항이 2개씩 포함되어서, 각 영역별로 4개의 문항으로 구성되어 있으며, 4점 척도로 평가한다. 교제와 애정의 두 영역에서 행동적 차원에 해당되는 문항이 각각 1문항씩만 포함되어, 총 문항 수는 18개의 문항으로 구성되었다. 본 연구의 내적 일치도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .92로 나타났다.

#### 부모-자녀 관계 질문지

이재창(1981)이 Carson(1969)의 대인관계 이론에 기초하여 제작한 총 15개 문항의 부모-자녀 관계 질문지를 사용하였다. 본 연구에서는 부모-자녀 관계 질문지를 요인분석하여, 4개의 요인을 추출하였다. 요인분석 결과 문항의 수가 적거나 내적

일치도 계수가 낮은 2개의 요인을 제외하고 2개의 요인만 사용하였다. 제 1요인인 지배/적대적 요인에는 4개 문항이 포함되었으며, 제 2요인인 친애적 관계 요인에는 5개 문항이 포함되었으며, 각각의 내적 일치도 계수는 .74와 .68이었다.

#### 부모감독 질문지

부모감독 질문지(남현미, 1998)는 부모가 자녀의 구체적인 생활모습에 대해 얼마나 알고 감독하고 있다고 지각하는지 알아보는 척도로서 총 20개 문항으로 이루어져 있으며, 5점 척도 상에 평정하도록 되어있다. 본 연구에서의 내적 일치도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .77로 나타났다.

## 결 과

#### 인터넷 게임 중독의 시간적 안정성

중학생을 대상으로 조사한 본 연구에서 1차 조사의 인터넷 게임 중독 점수의 평균은 45.7(표준편차: 16.5)점이었으며, 2차 조사 시의 평균은 43.9(표준편차: 15.9)점으로 나타났다. 1차 조사에서 남학생의 중독 점수 평균은 48.7(표준편차: 15.5)점이었으며, 여학생은 40.5(표준편차: 17.0)점으로 유의한 성차를 보였다,  $F(1, 1119) = 51.7, p < .001$ . 2차 조사에서도 남학생 평균 47.6점(표준편차: 15.4점)과 여학생(평균: 37.1점, 표준편차:

표 1. 1차, 2차 인터넷 중독 점수 빈도표

	39점 이하	40 - 69점	70점 이상
	N (%)	N (%)	N (%)
1차 조사 (N= 1198)	490 (40.9)	595 (49.7)	113 (9.4)
2차 조사 (N= 1203)	533 (44.3)	582 (48.4)	88 (7.3)

14.5점)은 유의한 성차를 보였다;  $F(1, 1119) = 104.2, p < .001$ .

표 1에 1차 조사와 2차 조사의 인터넷 게임 중독 점수와 이에 해당하는 중학생 수를 제시하였다. Young(1998)의 기준에 따라 70점 이상을 인터넷 중독으로 보았을 때 7.9%의 학생이 인터넷 게임 중독으로 나타났으며, 40점 이하로 비중독 점수를 받은 학생은 전체의 41.44%에 해당되었다.

인터넷 게임 중독이 시간적으로 얼마나 안정된 현상인지 다음의 두 가지 방식으로 살펴보았다. 첫째, 1차 조사 시 인터넷 게임 중독 점수와 5개월 후 측정된 2차 조사의 인터넷 게임 중독 점수간의 상관 계수는 .66( $p < .001$ )으로 유의하였다. 둘째, Young의 기준에 따라 중독 점수가 70점 이상 되는 학생을 중독 수준이라고 보았을 때, 1차 조사 시 중독에 해당되는 학생은 총 113명(9.7%)이었다. 그리고 이 중에서 2차 조사에서도 70점 이상을 보인 학생은 43명이었으며, 1 표준편차 이상의 점수감소를 보인 학생은 34명이었다. 이 결과는 인터넷 게임 중독이 비교적 시

간적으로 안정적이나 변화 가능한 것임을 보여 주었다.

#### 변인들간의 상관관계 및 중다회귀분석 결과

1차 조사에서 측정된 인터넷 게임 중독, 자기 불일치, 부정적 정서, 자기도피 성향, 부모-자녀 관계, 친구관계 친밀도 점수와 2차 조사에서 측정된 인터넷 게임 중독 점수간의 상관계수는 표 2와 같다.

2차 인터넷 게임 중독 점수와 1차에서 조사한 변인들 간의 상관관계를 살펴보면, 1차 인터넷 게임 중독 점수와의 상관이 가장 높게 나타났으며,  $r = .66 (p < .001)$ , 그 다음으로 자기 도피 성향과 높은 상관계수를 보였다,  $r = .33 (p < .001)$ . 이외 부정적 정서, 적대적 부모, 자기불일치 등과 유의한 정적 상관을 보였으며, 부모감독 친애적 부모, 친구관계 친밀도와는 유의한 부적 상관을 보였다.

다음으로 1차 조사에서 측정한 변인들 중 어떤 변인들이 2차 인터넷 게임 중독 점수를 예측하는지 알아보기 위해 2차 인터넷 게임 중독 점

표 2. 1, 2차 인터넷 게임 중독 및 독립변인간의 상관관계

	2차 게임중독	1차 게임중독	부정적 정서	자기 불일치	자기 도피	친구 관계	부모 감독	적대지배 부모	친애 부모
1차 게임중독	.66***								
부정적 정서	.17***	.28***							
자기 불일치	.10***	.13***	.13***						
자기 도피	.33***	.42***	.46***	.03					
친구 관계	-.09***	-.09***	-.21***	-.06*	-.26***				
부모 감독	-.17***	-.17***	-.24***	-.02	-.26***	.28***			
적대지배 부모	.18***	.18***	.39***	.00	.39***	-.16***	-.24***		
친애 부모	-.10***	-.10***	-.26***	.01	-.26***	.27***	.53***	-.39***	

\*  $p < .05$ . \*\*\*  $p < .001$ .

표 3. 1차 게임중독을 포함한 중다회귀 분석결과

		$\beta$	$t$	$R^2$	$\Delta R^2$	$F$	$df$
1단계	1차 게임중독	.66	39.41***	.44	.44	864.87***	1,1106
2단계	1차 게임중독	.64	25.59***				
	자기 도피	.06	2.51***	.44	.00	437.68***	2,1105
3단계	1차 게임중독	.64	25.75***				
	자기 도피	.09	3.22***				
	부정적 정서	-.01	-2.34*	.45	.01	294.79***	3,1104

\*  $p < .05$ . \*\*\*  $p < .001$ .

수를 종속변인으로 하여 중다 회귀 분석 (stepwise 방식)을 실시하였다. 표 3에 나타난 바와 같이 1차 변인들 중 인터넷 게임 중독, 자기도피, 부정적 정서가 유의한 예측 변인으로 나타났으며, 전체 변량의 45%를 설명하였다. 자기도피와 부정적 정서가 유의한 예측변인으로 나타났지만 이들 두 변인의 설명량은 1%에 불과하여 그 영향력이 매우 적음을 알 수 있다. 다음으로 인터넷 게임 중독이 비교적 안정적인 변인임을 고려하여, 1차 인터넷 게임 중독을 제외한 나머지 변인들을 독립변인으로 하여 중다 회귀 분석 (stepwise 방식)을 다시 실시하였다. 그 결과 표 4와 같이 1차 변인들 중 자기도피, 부모-감독, 자기-불일치

가 유의한 예측 변인으로 나타났으며, 전체변량의 12%를 설명하였다. 이 중 자기-도피 변인이 2차 인터넷 중독을 10.6% 예측해주어 설명량이 가장 높은 예측변인으로 나타났으며, 다음으로 부모감독, 자기-불일치가 유의한 예측변인으로 밝혀졌다.

인터넷 게임 중독 유지집단과 감소집단

1차 조사에서 게임 중독 점수가 70 점 이상 되는 학생들을 인터넷 게임 중독 집단으로 보고 이들의 2차 게임 중독 점수에 따라 중독 유지집단과 중독 감소집단으로 나누고 두 집단의 차이

표 4. 1차 게임중독을 제외한 나머지 변인들을 독립변인으로 수행한 중다회귀 분석결과

		$\beta$	$t$	$R^2$	$\Delta R^2$	$F$	$df$
1단계	자기 도피	.33	11.90***	.106		141.78***	1,1189
2단계	자기 도피	.30	10.75***	.112	.007	9.03**	1,1189
	부모 감독	-.09	-3.00***				
3단계	자기 도피	.30	10.69***				
	부모 감독	-.09	-3.00***	.119	.008	10.28***	1,1187
	자기불일치	.09	3.21**				

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



표 5. 중독 유지집단과 중독 감소집단의 비교

	중독 유지집단(N=43)		중독 감소집단(N=34)		F(1, 73)
	M	SD	M	SD	
부정적 정서	55.79	14.30	53.29	16.59	1.12
자기불일치	15.14	12.29	14.82	11.93	1.78
자기 도피	19.33	6.93	16.65	7.21	4.28*
친구 관계	50.45	11.51	53.65	10.18	.39
부모 감독	14.44	4.37	14.65	4.50	.83
적대 부모	10.65	4.19	11.59	3.64	.46
친애 부모	15.14	4.95	14.94	3.91	.51

\*  $p < .05$ .

를 살펴보았다. 중독 유지집단은 2차 조사에서도 여전히 게임 중독 점수가 70점 이상 되는 학생들로 이루어졌으며, 중독 감소집단은 2차 조사에서 중독 점수가 1표준편차인 16점 이상 감소한 학생들로 이루어졌다. 중독 유지 집단의 1차와 2차 게임 중독 점수의 평균은 79.9(표준편차: 7.4)점과 80.0(표준편차: 7.6)점이었다. 반면 중독 감소집단의 1차 게임 중독 점수의 평균은 77.3(표준편차: 7.8)점이었으며, 2차 게임 중독 점수의 평균은 42.4(표준편차: 9.2)점이었다. 중독유지 집단과 중독감소 집단의 차이를 알아보기 위해 1차 인터넷게임 중독 점수를 공변인으로 통제한 후 공변량 분석을 실시하였다. 표 5에 나와 있는 바와 같이 중독유지 집단과 중독 감소집단은 자기도피 성향에서만 유의한 차이를 보여주었다,  $F(1,73) = 4.28, p < .05$ .

#### 비중독 유지집단과 중독경향 상승집단

다음으로 1차 조사에서 게임 중독 점수가 40점 이하인 학생들을 비중독 집단으로 보고 이들

의 2차 게임 중독 점수에 따라 비중독 유지집단과 중독경향 상승집단으로 나누고 어떤 변인에서 차이가 나타나는지 살펴보았다. 1차, 2차 조사에서 모두 40점 이하인 학생들을 비중독 유지집단으로 보고, 1차 조사에서는 40점 이하 점수를 받았으나 2차 조사에서 1표준편차인 16점 이상 점수가 상승한 학생들을 중독경향 상승집단으로 보았다. 비중독 유지집단의 1차, 2차 게임 중독 점수의 평균은 각각 30.0(표준편차: 5.9)점과 29.0(표준편차: 6.0)점이었다. 중독경향 상승집단의 1차 게임중독 점수의 평균은 32.4(표준편차: 6.2)점이었으며, 2차 평균은 60.8(표준편차: 6.7)점이었다. 비중독 유지집단과 중독경향 상승집단 사이에 어떤 변인에서 차이를 보이는지 알아보기 위해 1차 인터넷 게임 중독 점수를 공변인으로 통제한 후 공변량 분석을 실시하였다. 표 6에 나와 있는 바와 같이 자기도피 성향, 부모감독, 적대적 부모 자녀 관계에서 유의한 차이를 보였다. 중독경향 상승집단은 비중독 유지집단에 비해 자기도피 성향이 높고 적대적 부모자녀 관계를 가지고 있었으며, 부모감독이 낮은 것

표 6. 비중독 유지집단과 중독경향 상승집단의 비교

	비중독 유지집단 (N=369)		중독경향 상승집단 (N=21)		F(1, 353)
	M	SD	M	SD	
부정적 정서	42.70	12.78	40.48	15.44	.31
자기불일치	10.32	9.45	12.05	11.04	.32
자기 도피	8.64	5.97	9.91	6.22	3.71*
친구 관계	55.21	9.87	54.00	12.28	2.59
부모 감독	17.02	4.58	16.29	5.56	3.40*
적대 부모	8.39	3.15	11.05	3.97	7.63***
친애 부모	16.47	3.79	15.76	4.89	1.96

\*  $p < .05$ . \*\*\*  $p < .001$ .

으로 나타났다.

### 논 의

본 연구의 목적은 우리나라 청소년을 대상으로 인터넷 게임 중독이 5개월의 시간적 경과에 따라 어떻게 변화하는지 살펴보고, 이에 영향을 미치는 변인들을 알아보고자 하였다. 인터넷 게임 중독은 예상한 바와 같이 시간적으로 비교적 안정적인 것으로 나타났다. 1차 조사의 인터넷 중독 점수와 2차 조사의 점수 사이에 상관성이 높을 뿐 아니라 1차 조사의 인터넷 중독 점수가 2차 점수의 가장 강력한 예측변인으로 나타났다. 그렇지만 인터넷 게임사용이 심각한 중독 수준에 이르는 청소년들 중에서도 5개월 사이에 중독 점수가 1표준편차 이상 감소한 학생들이 30% 정도 나타나 인터넷 게임 중독이 변화 가능한 행동임을 보여주었다. 이 결과는 학교 현장에서 인터넷 게임 중독을 보이는 학생들을 조기에 발견하고 이들에 대해 적극적인 관심을 보이고 치료적 개입을 할 때 인터넷 게임 중독을 개선시

킬 수 있음을 말해준다.

인터넷 게임 중독에 대한 횡단적 연구를 통해 인터넷의 중독적 사용과 관련된 요인이 무엇인지 밝힌 선행연구는 많았지만, 본 연구에서처럼 종단적 연구를 통해 인터넷 게임 중독을 예측하는 요인을 밝힌 연구는 거의 없었다. 예상한 바와 같이 인터넷 게임 중독을 예측하는 가장 설명력이 큰 예측변인은 역시 1차 조사 때의 인터넷 게임 중독이었다. 다음으로 자기도피 성향이나 부적 정서가 유의한 예측변인인 것으로 밝혀졌다. 그러나 1차 조사의 인터넷 게임 중독에 비해서 두 변인의 설명량은 상대적으로 미미하였다. 이러한 결과는 학교 현장에서 학생들의 인터넷 사용수준을 매 학기마다 반복적으로 모니터링하고 인터넷 게임을 중독적 수준으로 하는 학생들을 가려내고 상담하는 방법이 인터넷 중독이 장기화되는 것을 막을 수 있는 가장 효과적인 방법임을 시사해 준다.

1차 인터넷 게임 중독 점수를 제외한 다른 변인들을 독립변인으로 넣고 2차 인터넷 중독 점수에 대해 중다회귀분석을 한 결과 청소년들의 자기도피 성향, 부모감독, 자기불일치가 유의한

예측변인으로 나타났다. 특히 자기도피 성향의 설명량이 11%에 이르며 다른 두 변인의 설명량은 1%에 불과해 자기도피 성향이 인터넷 게임 중독을 예측해주는 중요한 변인인 것으로 밝혀졌다. 이외에도 자기도피 성향은 인터넷 게임 중독 유지 집단과 감소집단을 유의하게 변별하였으며, 비중독 유지 집단과 중독 상승집단도 유의하게 변별하는 것으로 나타나 청소년의 인터넷 게임 중독 수준의 변화에 큰 영향을 미치는 변인인 것으로 밝혀졌다. 이 결과는 정정숙과 권정혜(2003)에서 밝혀진 바와 같이 자기도피 성향이 우리나라 청소년들의 인터넷 게임 중독을 설명하는 중요한 변인일 뿐 아니라 인터넷 게임 중독의 시간적 변화에도 영향을 미치는 변인임을 말해준다. 또한 선행연구들에서 자기도피 성향이 우리나라 청소년들의 자살시도와 약물중독을 설명하는 변인으로 보고되었다는 점을 고려할 때 교육 현장이나 상담현장에서 청소년들의 자기도피성향에 좀 더 주목해야 할 필요성을 시사한다.

마지막으로 본 연구 결과 청소년의 부모-자녀 관계, 부모감독, 교우관계는 자기도피 성향에 비해 인터넷 게임 중독의 시간적 변화에 미치는 영향이 상대적으로 적은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 일차적으로는 자기도피 성향이 개인의 특성으로 비교적 안정적인 변인이지만, 부모-자녀 관계나 교우관계 등은 시간에 따라 변동이 많은 관계변인이라는 맥락에서 이해할 것이다. 그렇지만 횡단적 선행연구들에서 청소년의 인터넷 중독과 부모-자녀 관계가 관련이 깊은 것으로 나타난 것과는 다소 대조되는 결과라고 볼 수 있다. 이러한 결과는 인터넷 중독 점수가 높은 학생들의 중독 점수의 변화에는 부모-자녀 관계가 영향을 적게 미치며, 반면 인터넷 중독 점수가 낮은 학생들의 경우 부모-자녀 관계가 추후 중독 점수의 변화에 영향을 더 미치기 때문에

나타난 결과일 수 있다. 즉 인터넷 중독 수준에 따라 그 결과가 달라질 수 있다는 것이다. 본 연구에서도 1차 조사에서 중독 점수가 낮은 학생들만을 대상으로 분석했을 때 그 중 2차 조사에서 중독 점수가 상승한 학생들은 중독 점수가 여전히 낮은 학생들에 비해 부모-자녀 관계가 더 적대적인 것으로 나타났다. 한편 부모감독은 설명량은 적지만 인터넷 중독 점수의 변화에 유의한 변인으로 나타났으며, 비중독 집단만을 대상으로 했을 때 비중독 유지집단은 중독경향 상승집단에 비해 부모감독이 더 높은 것으로 나타났다.

본 연구의 제한점은 다음과 같다. 첫째, 종단적 연구 기간이 5개월에 한정되어 인터넷 게임 중독이 좀 더 장기간에 걸쳐 변화하는 양상을 살펴볼 수 없었다는 점을 들 수 있다. 둘째, 인터넷 게임 중독을 면접이나 주위사람들의 보고 없이 자기보고검사에 의존해 측정함으로써 평가의 오류가 있을 수 있다는 한계점을 가진다. 셋째, 채팅 중독이나 음란물 중독 등 청소년들에게 나타나는 다양한 인터넷 중독을 연구하지 못한 점을 들 수 있다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 인터넷 게임 중독을 종단적으로 연구하여 인터넷 게임 중독이 시간적으로 비교적 안정적인 변인임을 확인하였으며, 자기도피 성향이 인터넷 게임 중독의 지속에 영향을 미치는 중요한 변인임을 밝혔다는 데 연구의 의의가 있다고 본다. 앞으로 본 연구의 결과가 학교나 임상 현장에서 청소년의 인터넷 게임 중독을 예방하고 치료하는 데 활용되기를 기대해본다.

## 참고문헌

광주광역시 청소년 종합 상담실 (2001). 광주 시

- 역 청소년 인터넷 활용과 실태에 관한 조사 연구.
- 게임문화진흥협의회 (2002). 게임은 즐겁게! 게임 문화는 건전하게!
- 권준모 (2001). 온라인 게임의 문제점 및 대응방안. 정보문화센터 주최 인터넷 대처방안 모색을 위한 전문가 포럼 (pp. 20 - 31).
- 김교현 (2001). 청소년들의 컴퓨터 사용 실태와 컴퓨터 중독. 학생생활연구, 28(1), 41-62, 충남대학교 학생생활연구소.
- 송원영, 오경자 (1998). 자기효능감과 자기통제력이 인터넷의 중독적 사용에 미치는 영향. 99년 하계 임상심리학회 연차대회 발표논문집.
- 송명준, 김신희, 구훈정, 권정혜 (2001). 인터넷 중독이 일상생활에 미치는 영향: 세 명의 사례를 중심으로. 심리검사 및 상담연구, Vol. 5, No. 1, 325-333.
- 신민섭 (1992). 자살기제에 대한 실증적 연구: 자기도피척도의 타당화. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 안석 (2000). 인터넷의 중독적 사용에 관한 연구: 서울소재 중학생 대상으로. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 윤재희 (1998). 인터넷 중독과 우울, 충동성, 감각추구성향 및 대인관계의 연관성. 고려대학교 석사학위 청구논문.
- 이소영, 권정혜 (2000). 인터넷 게임의 중독적 사용이 청소년의 문제해결 능력 및 의사소통에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상, 20(1), 67-80.
- 이송선 (2000). 청소년의 컴퓨터 게임중독과 정서적 특성과의 관계: 초등학교 5·6학년과 중학교 2학년을 중심으로. 서울여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이시형, 이세용, 김은정, 오승근 (2001). 청소년의 인터넷 중독과 자녀교육. 사회 정신 건강 연구소.
- 이연경 (1999). 약물남용 청소년의 심리적 특성. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 이영옥 (1998). 친구관계에 대한 행동 및 정신적 기대. 국민대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이재창 (1981). 청소년문제 종합진단 연구. 서울: 한국교육개발원
- 이은영 (1991). 자기 불일치 인지 기제에 따른 우울과 불안의 공존현상. 고려대학교 대학원 박사학위논문.
- 이형초 (2001). 인터넷게임 중독의 진단척도 개발과 인지행동치료 효과. 고려대학교 박사학위논문.
- 조춘범 (2001). 청소년의 인터넷 중독과 가정 및 학교환경과의 관계에 관한 연구: 서울지역 인문계 고등학생들을 중심으로. 경희대학교 대학원 석사학위논문
- 정정숙, 권정혜 (2003). 자기도피 성향과 대인관계가 중독적 게임사용에 미치는 영향. 한국심리학회 연차 학술발표 논문집.
- 최민정 (2000). 인터넷의 중독적 사용과 우울감, 자기효능감 및 감각추구성향의 관계. 중앙대학교 석사학위 논문.
- 최정원, 이영호 (1998). 실제자기 수준, 이상적 자기 수준 및 자기불일치 수준이 우울에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상, 17(1), 69-87.
- 한국청소년상담원 (2000). 청소년의 pc중독. 청소년상담문제 연구보고서, 39편.
- 홍혜영 (1995). 완벽주의성향, 자기효능감, 우울과의 관계. 이화여자대학교 석사학위논문.
- Baumeister, R. F. (1991). *Escaping the self*. New York: Basic Books.

- Brenner, V. (1997). Psychology of computer use :XL VII. Parameters of internet use, abuse and addiction: The first 90 days of the internet usage survey. *Psychological Reports*, 80, 897-882.
- Corey, G. (1995). 심리상담과 치료의 이론과 실제 [*Theory and Counseling and Psychotherapy (4th)*], (조현춘·조현재 공역). 서울: 시그마프레스. (원전은 1991 에 출판)
- Goldberg, I. (1996). Internet addiction. Electronic message posted to research discussion list. <http://www.cmhc.com/mlists/research.html>.
- Greenfield, D. (1999, August). The nature of internet addiction: Psychological factors in compulsive internet use. Presented at the 1999 meeting of the American Psychological Association, Boston.
- Griffiths, M. (1998). Internet addiction: Does it really exist? In J. Gackenbach(Ed.), *Psychology and internet: Intrapersonal, interpersonal and transpersonal implications*. San Diego: Academic Press. pp. 61-75.
- Heiden, L. A., & Hersen, M. (2001). 임상심리학 입문 [*Introduction to Clinical Psychology*]. (이영호 역) 서울: 학지사; (원전은 1995 에 출판)
- Hoge, D. R., & McCarthy, J. D. (1983). Issues of validity and reliability in the use of real-ideal discrepancy scores to measure self-regard. *Journal of Personality and social Psychology*, 44(5), 1048-1055.
- Kazdin, A. E. (1989). *Behavior modification in applied settings(4th ed)*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Shapira, N. A., Goldsmith, T. D., Keck, P. E. Jr., Khosla, U. M., & McElroy, S. L. (1999). Psychiatric features of individuals with problematic internet use. *Journal of Affective Disorders*, 57(2000), 267-272.
- Sherer, M., Meddus, J., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs. B., & Rogers (1982). The Self-Efficacy Scale: Construction and Validation. *Psychological Reports*, 51, 663-671.
- 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*. New York: Wiley.
- Young, K. S. (1999). Internet Addiction: Symptoms, Evaluation, and Treatment. In L. VandeCreek & Jackson (Eds.). *Innovations in Clinical Practice: A Source Book* (Vol. 17; pp. 19-31. Sarasota, FL: Professional Resource Press.

원고접수일 : 2004. 9. 30

게재결정일 : 2005. 3. 4

## The internet game addiction of adolescents: Temporal changes and related psychological variables

Jung-Hye Kwon

Department of Psychology, Korea University

This study aimed to examine temporal changes in the internet game addiction of adolescents and related psychological variables using a prospective design. A total of 1279 middle high school students at five schools were assessed twice 6 month apart on measures of internet game addiction, self-escape tendency, real-ideal self discrepancy, negative affect, peer relationship, parent-child relationship, and parental supervision. Results indicated that the internet game addiction score of the first assessment was highly correlated with the score of the second assessment,  $r = .66$ ,  $p < .001$ . In 30 % of students who demonstrated a severe level of internet game addiction at the first assessment, their score decreased more than 1 standard deviation at the second assessment. The ANCOVA analysis showed that the self-escape tendency was the only significant difference between the adolescents maintaining a severe level of internet game addiction and those with decreasing use of internet game. The multiple regression analysis showed that the internet game addiction, the self-escape tendency, negative affect at the first assessment predicted the internet game addiction of 6 months after. These results indicated that internet game addiction is a rather stable phenomenon although there was a room for change. The self-escape tendency seemed to be a stronger predictor of continued internet game use than parental supervision and other interpersonal relationships.

*Keywords : internet game addiction, adolescents, self-escape, parental supervision*