

■ 원 저

청소년들의 인터넷 사용실태 및 중독관련 요인 분석

김형준, 이상준, 우정익*, 조항석**, 권혁중***

방지거 병원 가정의학과, 미즈메디 병원 가정의학과*, 관동대 명지병원 가정의학과**, 건국대 병원 가정의학과***

—요 약—

연구배경: 현대인의 생활에 있어서 인터넷의 사용은 필수적인 요소로 자리잡게 되었다. 인터넷은 여러 가지 이점을 제공하지만 또한 많은 문제점을 유발시킨다. 그 중에서도 청소년들의 인터넷사용이 최근 사회적 문제로 대두되고 있다. 따라서 청소년들의 인터넷 사용실태와 중독상태를 평가하고, 이와 관련된 요인을 분석하여, 이에 관련된 문제에 대한 적절한 대응방안을 마련하고자 하였다.

방법: 2001년 5월 1일부터 5월 31일까지 서울소재 모병원에서 시행한 초·중·고 신체검사 학생 913명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 913명 중 불충분한 응답을 한 31명을 제외한 882명을 대상으로 하였다. 설문 내용은 인구 사회적인 정보를 조사하는 문항, 중독관련요인을 조사하는 문항, 인터넷 중독을 조사하는 문항으로 구성하였다.

결과: 전체 882명중 32명의 학생이 중독인 것으로 나타났다. 성별로는 남자가 7명, 여자가 25명이었고, 나이별로는 초등학교생 1명, 중학생 9명, 고등학생 22명이었다. 이용 횟수에 있어서 전체 882명 중 424명의 학생이 주 5회이상 사용하는 것으로 나타났으며, 중독된 학생중 30명의 학생이 주 5회이상 사용하는 것으로 나타났다. 주로 접속하는 사이트로는 전자메일, 게임/오락, 자료수집, 영화/엔터테인먼트, 채팅, 웹서핑, 기타, 온라인쇼핑, 성관련사이트 순이었다. 중독된 학생에서는 전자메일, 게임/오락, 채팅, 웹서핑, 영화/엔터테인먼트, 자료수집, 온라인쇼핑, 기타, 성관련사이트 순으로 사용하였다. 사용시간에 있어서는 308명의 학생이 1시간이하로 사용하였고 (34.92%), 299명의 학생이 2시간이하 (33.90%), 165명의 학생이 3시간이하라고 응답하였다. (18.71%) 사용장소에 있어서는 전체 882명중 760명의 학생이 집에서 인터넷을 사용한다고 응답하였다. (86.17%) 중독된 학생중에서는 31명이 집에서 인터넷을 사용하였다. (96.88%)

결론: 인터넷 중독 관련요인으로 채팅사이트가 중독과 관련이 됨을 알 수 있었다. 따라서, 우선 컴퓨터 사용시간과 이용횟수를 줄일 수 있는 대안활동을 찾아야 하겠고, 특히 사용 시간 중에는 채팅사이트를 피하는 것이 중독을 예방할 수 있는 방법이라고 생각 되어진다. (가정의학회지 2002 ; 23 : 334-343)

중심단어: 인터넷중독, 청소년, 중독 관련 요인, 대응방안
접수일: 01. 8. 28. 승인일: 02. 1. 8.
교신저자: 김형준 (e-mail: fun526@medigate.net)

1990년대부터 인터넷이 급속히 보급되기 시작하면서 인터넷은 많은 생활상의 혜택을 가져다주었다. 인터넷을 통해 수많은 정보에 손쉽게 접근할 수 있으며 멀리 떨어져 있는 사람들과 간단하게 메일로 의사소통을 할 수 있으며, 간편하고 편리하게 전자 상거래를 하거나 업무를 수행할 수 있다. 그러나 이러한 인터넷 사용이 증가함에 따라 여러 가지 문제들도 발생하게 되었다.¹⁾ 요즘은 학계뿐 아니라, 뉴스와 신문에서도 과도한 인터넷 사용이 부정적인 결과를 일으키는 것에 주목하고, 효율적인 인터넷 사용을 유도하고 있다. Goldberg²⁾가 1996에 '인터넷 중독 장애(Internet addiction disorder, IAD)'라는 말을 처음 언급함으로써 시작된 인터넷 중독에 관한 연구는 현재 미국을 비롯하여, 영국, 대만 등 여러 국가에서 이루어지고 있다. 그리고 많은 심리학자들의 보고에 의하면 지나친 인터넷 사용은 일종의 중독장애로 진단될 만큼 학업적, 직업적, 그리고 심리적 영역에 심각한 손상을 가져온다.³⁻⁷⁾

그러나 과연 과도한 인터넷 사용이 하나의 중독으로 진단, 분류될 수 있는가 하는 것은 아직 해결되지 않은 문제이다. 비록 앞으로 나올 DSM-V에 하나의 새로운 장애로써 '가상현실 장애(Cyber disorders)'가 생겨나게 될 정도로 그 영향력은 크지만⁸⁾, 인터넷 중독을 하나의 독립된 중독장애로 보기보다는 과도한 컴퓨터 사용의 일종으로 볼 것을 주장하는 사람도 있다.⁹⁾

Young⁷⁾은 지나친 인터넷 의존의 결과 학생들은 성격이 떨어지고, 부부관계 등 사랑하는 사람과의 관계에 있어서 문제가 발생하며, 직장인은 과도한 인터넷 사용으로 상사와의 갈등을 겪는 등 일상생활에 다양한 문제가 일어날 수 있다고 하였다. 그러나, 정작 본인들은 이를 부인하는 경우가 많은데, 이들은 문제의 심각성을 제대로 인식하지 못하고 타인의 질책과 충고에 화를 내는 경향이 있으며, 또한 온라인에 접속하지 못하게 될 때에는 우울하고 불안하게 된다고 한다.

이와 같이 과도한 인터넷 사용의 결과로 발생하는 부정적인 결과들이 밝혀지고는 있으나, 아직은 충분한 검토가 이루어지지 않았으며, 특히 국내에서는 더욱 더 미미한 형편이다.¹⁰⁾

따라서, 인터넷 중독증은 장시간의 인터넷사용이

인간의 정신건강에 상당한 피해를 가져옴은 물론 청소년시기에 중요한 성취과업인 대인관계에 있어서도 여러 가지의 문제점을 발생시킬 수 있어 많은 우려를 자아내게 하고 있다.¹¹⁾

본 연구에서는 대상을 판단력이 부족하고, 인터넷에 많은 악영향을 받을 수 있고 초·중·고 청소년들로 정하였으며 이들의 인터넷 사용실태를 파악하고, 이를 토대로 인터넷중독과 관련이 되는 요인을 분석하여 이에 적절한 대응방안을 마련하고자 하였다.

방 법

2001년 5월 1일부터 5월 31일까지 서울 소재의 ○○병원에 신체검사를 위해 방문한 초·중·고 청소년 913명을 대상으로 하였으며, 불충분한 응답을 한 31명을 제외하고, 882명을 대상으로 하여 설문 자료를 수집 분석하였다. 중독관련 요인 문항으로 성, 나이, 이용횟수, 주로 접속하는 사이트, 사용시간, 사용장소로 정하였으며, 이 중에서 주로 접속하는 사이트와 사용장소는 복수응답으로 하였다. 인터넷 중독여부의 판정은 인터넷 중독 연구에서 가장 널리 쓰이고 있는 Young척도¹²⁾ (20문항)를 사용하여 인터넷 중독 70점 이상인 경우 중독으로 판정하였다. 연구의 분석을 위한 통계처리는 SPSS 10.0프로그램을 사용하였으며 중독관련 요인 분석을 위해서 카이제곱 검정과 로지스틱 회귀분석을 실시하였다.

결 과

1. 연구 대상자들의 인구 사회적 특성

전체 913명의 학생중 성별로는 남자가 381명(41.8%), 여자는 501명(54.8%)을 차지하였으며, 나이별로는 초등학생 222명(24.3%), 중학생 369명(40.5%), 고등학생 291명(31.8%)으로 분포되었다(표 1).

2 인터넷 사용의 일반적 사항

1) 이용횟수

전체 882명중 424명의 학생이 주 5회 이상 사용하는 것으로 나타났다.(48.07%) 또한 일주일에 1-2회

Table 1. Population sociological characteristics

	Sex		Age
Male	381 (43.20%)	Elementary school	222 (25.17%)
Female	501 (56.80%)	Middle school	369 (41.84%)
		High school	291 (32.99%)
Total	882 (100%)		882 (100%)

Table 2. Frequency of internet use in adolescent

	Sex		Age		
	Male (%)	Female (%)	Elementary school (%)	Middle school (%)	High school (%)
Almost nothing to use	38 (9.97%)	47 (9.38%)	48 (21.62%)	30 (8.13%)	7 (2.41%)
1 - 2times/month	9 (2.36%)	6 (1.20%)	7 (3.15%)	7 (1.90%)	1 (0.34%)
1 - 2times/week	68 (17.85%)	75 (14.97%)	45 (20.27%)	57 (15.45%)	41 (14.09%)
3 - 4times/week	91 (23.88%)	124 (24.75%)	58 (26.13%)	85 (23.04%)	72 (24.74%)
morethan 5times/week	175 (45.93%)	249 (49.70%)	64 (28.83%)	190 (51.49%)	170 (58.42%)
Total	381 (100%)	501 (100%)	222 (100%)	369 (100%)	291 (100%)

Table 3. Mostly connected web - site*

	Sex		Age		
	Male (%)	Female (%)	Elementary school (%)	Middle school (%)	High school (%)
Web - surfing	15 (3.94%)	68 (13.57%)	7 (3.15%)	19 (5.15%)	57 (19.59%)
Game/recreation	271 (71.13%)	162 (32.34%)	105 (47.30%)	234 (63.41%)	94 (32.30%)
Chatting	40 (10.50%)	50 (9.98%)	16 (7.21%)	49 (13.28%)	25 (8.59%)
Sex - related site	4 (1.05%)	3 (0.60%)	3 (1.35%)	2 (0.54%)	2 (0.69%)
Online shopping	4 (1.05%)	11 (2.20%)	2 (0.90%)	3 (0.81%)	10 (3.44%)
E - mail	181 (47.51%)	326 (65.07%)	121 (54.50%)	202 (54.74%)	184 (63.23%)
Movie/entertainment	24 (6.30%)	71 (14.17%)	9 (4.05%)	23 (6.23%)	63 (21.65%)
Data collection	84 (22.05%)	95 (18.96%)	55 (24.77%)	69 (18.70%)	55 (18.90%)
Etc.	33 (8.66%)	47 (9.38%)	24 (10.81%)	26 (7.05%)	30 (10.31%)
Total	381 (100%)	501 (100%)	222 (100%)	369 (100%)	291 (100%)

* Plural answer item

이상 사용하는 학생이 전체의 782명을 차지함으로써 (88.66%), 대부분의 학생들에 있어서 인터넷을 일주일일에 1-2회 정도 사용함을 알 수 있었다. 성별에 따른 이용 횟수는 여자에서 주 5회 이상 사용하는 학생

이 더 많았다. (남자 45.93%, 여자: 49.70%) 연령에 따른 이용횟수에서는 고등학교 학생들에서 주 5회 이상 사용하는 학생이 가장 많았다(초등학교: 28.83%, 중학교: 51.49%, 고등학교:58.42%) (표 2).

Table 4. Time

	Sex		Age		
	Male (%)	Female (%)	Elementary school (%)	Middle school (%)	High school (%)
Less than 1hour	156 (40.94%)	152 (30.34%)	131 (59.01%)	129 (34.96%)	48 (16.49%)
Less than 2hour	120 (31.50%)	179 (35.73%)	59 (26.58%)	129 (34.96%)	111 (38.14%)
Less than 3hour	71 (18.64%)	94 (18.76%)	21 (9.46%)	71 (19.24%)	73 (25.09%)
Less than 5hour	17 (4.46%)	60 (11.98%)	8 (3.60%)	22 (5.96%)	47 (16.15%)
Less than 7hour	9 (2.36%)	8 (1.60%)	2 (0.90%)	9 (2.44%)	6 (2.06%)
Less than 7hour	8 (2.10%)	8 (1.60%)	1 (0.45%)	1 (2.44%)	6 (2.06%)
Total	381 (100%)	501 (100%)	222 (100%)	369 (100%)	291 (100%)

Table 5. Place*

	Sex		Age		
	Male (%)	Female (%)	Elementary school (%)	Middle school (%)	High school (%)
House	328 (86.09%)	432 (86.23%)	184 (82.88%)	320 (86.72%)	256 (87.97%)
School	5 (1.31%)	13 (2.59%)	9 (4.05%)	2 (0.54%)	7 (2.41%)
PC room	78 (20.47%)	67 (13.37%)	28 (12.61%)	75 (20.33%)	42 (14.43%)
Etc.	13 (3.41%)	17 (3.39%)	21 (9.46%)	7 (1.90%)	2 (0.69%)
Total	381 (100%)	501 (100%)	222 (100%)	369 (100%)	291 (100%)

* Plural answer item

2) 주로 접속하는 사이트

주로 접속하는 사이트로는 전자 메일, 게임/오락, 자료수집, 영화/엔터테인먼트, 채팅, 웹서핑, 기타, 온라인쇼핑, 성 관련사이트 순 이었다.

성별에 따른 접속 사이트는 먼저 남자에서는 첫 번째로 게임/오락을 가장 많이 사용하였고, 여자에서는 전자메일을 가장 많이 사용하였다. 사이트별로 보면, 게임/오락사이트 경우 남자가 71.13%, 여자는 32.34%를 차지하였고, 채팅사이트의 경우는 남자가 10.50%, 여자는 9.98%이었으며, 성관련 사이트는, 남자가 1.05%, 여자는 0.60%, 전자메일 사이트는 남자가, 47.51%, 여자는 65.07%, 영화/엔터테인먼트에서는 남자가 6.30%, 여자는 14.17%, 자료수집은 남자가 22.05%, 여자는 18.96%를 차지하였다.

연령에 따라서는 초등학교 학생은 전자메일을 가장 많이 사용하였고, 중학교 학생은 게임, 오락, 고등학교 학생은 전자메일을 가장 많이 사용하였다. 사이트

별로는, 게임/오락 사이트 경우, 초등학교 47.30%, 중학교 63.41%, 고등학교 32.30%이었고, 채팅 사이트는 초등학교 7.21%, 중학교 13.28%, 고등학교 8.59%, 성 관련사이트는 초등학교 1.35%, 중학교 0.54%, 고등학교 0.69%, 전자 메일은 초등학교 54.50%, 중학교 54.74%, 고등학교 63.23%, 영화/엔터테인먼트는 초등학교 4.05%, 중학교 6.23%, 고등학교 21.65%, 자료수집은 초등학교 24.77%, 중학교 18.70%, 고등학교 18.90%를 차지하였다(표 3).

3) 사용시간

사용시간에 있어서는 308명의 학생이 1시간이하로 사용하였고(34.92%), 299명의 학생이 2시간이하(33.90%), 165명의 학생이 3시간이하라고 응답하였다.(18.71%) 성별 분포에 있어서는 남자에서는 1시간이하의 사용자가 가장 많았다. 반면, 여자에서는 2시간이하의 사용자가 가장 많았다. 연령에 따라서는 초등

Table 6. Sex, Age, Frequency, Place

		Addict (%)	Non - addict (%)	p - value*	
Sex	Male	7 (21.88%)	374 (44.00%)	0.0131	
Age	Elementary school	1 (3.13%)	221 (26.00%)	< 0.0001	
	Middle school	9 (28.13%)	360 (42.35%)		
	High school	22 (68.75%)	269 (31.65%)		
Frequency	Almost nothing to use	0 (0.00%)	85 (10.00%)	< 0.0001	
	1 - 2times/month	0 (0.00%)	15 (1.76%)		
	1 - 2times/week	0 (0.00%)	143 (16.82%)		
	3 - 4times/week	2 (6.25%)	213 (25.06%)		
	more than 5times/week	30 (93.75%)	394 (46.35%)		
Place †	House	31 (96.88%)	729 (85.76%)	0.0739	
		1	121		
	School	1 (3.13%)	17 (2.00%)		0.6586
		31	833		
	PC room	2 (6.25%)	143 (16.82%)		0.1131
		30	707		
Etc.	0 (0.00%)	30 (3.53%)	0.2796		
	32	820			
Total		32 (100%)	850 (100%)		

* p-value of chi-square

† Plural answer item: upper portion is yes, lower portion is no.

학생에서는 1시간이하로 사용하는 학생이 가장 많았고, 중학교에서는 1시간이하, 2시간이하로 사용하는 학생이 같은 비율로 가장 많았으며, 고등학교에서는 2시간이하로 사용하는 학생이 가장 많았다(표 4).

4) 사용장소

전체 중 760명 (86.17%)의 학생이 집에서 인터넷을 가장 많이 사용하였고, 다음으로 145명 (16.44%)의 학생이 PC방을 이용하였다. 성별 분포에 있어서는 남자에서 집에서 사용하는 학생이 328명 (86.09%)이었고, 여자에서는 432명 (86.23%)이었다. PC방의 경우, 남자에서는 78명 (20.47%), 여자에서는 67명 (13.37%)이었다.

연령별로는 초등학생의 경우, 집에서 사용하는 학생이 184명 (82.88%), 그 다음으로 PC방이 28명 (12.61%), 세 번째로 기타장소라고 응답한 학생이 21명 (9.46%)이었다. 중학생의 경우는 집이 320명 (86.72%), PC방이 75명 (20.33%)이었으며, 고등학생은 집이 256명 (87.97%), PC방이 42명 (14.43%)이었다.(표 5).

3. 인터넷 중독

1) 성, 나이, 이용회수, 사용장소

전체 882명중 32명의 학생이 중독인 것으로 나타났으며 (3.63%), 대부분에서는 비중독인 것으로 나타났다. (96.37%) 성별로는 남자가 7명으로 1.84%, 여자는 25명으로 4.99%를 차지하였다. 나이별로는 초등학생이 1명으로 0.45%, 중학생이 9명으로 2.44%, 고등학생이 22명으로 7.56%를 차지하였으며 나이가 많아질수록 중독되는 학생이 많아짐을 알수 있었다. 이용횟수에서는 중독된 학생중 30명의 학생이 주 5회이상 사용한 것으로 나타났다. (93.75%) 2명은 주 3-4회 사용한다고 응답하였다. (6.25%) 반면, 비중독 학생에서는 주 5회이상이라고 응답한 학생이 46.35%, 주 3-4회는 25.06%, 주 1-2회는 16.82%를 차지하였다. 사용장소에 있어서는 집에서 사용하면서 중독된 학생이 96.88%, 학교는 3.13%, PC방은 6.25%, 기타장소는 0.00%이었다. 반면, 비중독 학생에서는 집에서 사용한 경우가 85.76%, 학교는 2.00%, PC방은 16.

Table 7. Mostly connected web - site[†], time

		Addict (%)	Non - addict (%)	p - value*	
Mostly connected web site	Web - surfing	5 (15.63%) 27	78 (9.18%) 772	0.2200	
	Game/recreation	15 (46.88%) 17	418 (49.18%) 432	0.7982	
	Chatting	9 (28.13%) 23	81 (9.53%) 769	0.0006	
	Sex - related site	0 (0.00%) 32	7 (0.82%) 843	0.6063	
	Online shopping	2 (6.25%) 30	13 (1.53%) 837	0.0426	
	E - mail	16 (50.00%) 16	491957/76%) 359	0.3081	
	Movie/entertainment	4 (12.50%) 28	91 (10.71%) 759	0.7479	
	Data collection	3 (9.38%) 29	176 (20.71%) 674	0.1177	
	Etc.	2 (6.25%) 30	78 (9.18%) 772	0.5715	
	Time	Less than 1 hour	2 (6.25%)	306 (36.00%)	< 0.0001
		Less than 2 hour	8 (25.00%)	291 (34.24%)	
		Less than 3 hour	4 (12.50%)	161 (18.94%)	
		Less than 5 hour	12 (37.50%)	65 (7.65%)	
Less than 7 hour		3 (9.38%)	14 (1.65%)		
Less than 7 hour		3 (9.38%)	13 (1.53%)		
Total	32 (100%)	850 (100%)			

* p - value of chi - square

† Plural answer item: upper portion is yes, lower portion is no.

82%, 기타장소가 3.53%를 차지하였다. 카이제곱 검증결과, 중독과 관련이 있는 요소로는 성, 나이, 이용횟수로 나타났다(p<0.05) (표 6).

2) 주로 접속하는 사이트, 사용시간

주로 접속하는 사이트중에서는 채팅사이트가 중독과 밀접한 관련이 있음을 알수 있었다. (p<0.05) 중독된 학생중 9명이 채팅사이트를 사용한다고 응답하여 28.13%를 차지하였고, 비중독학생에서는 81명이 사용한다고 응답하여 9.53%를 차지하였다. 온라인쇼핑 사이트 경우, p값이 0.0426으로 통계적으로는 유의하였으나, 중독된 학생중 2명만이 사용한다고 응답하여, 중독과 관련이 없는 것으로 처리하였다. 사용시간에

있어서는 중독된 학생중 5시간이하인 경우가 37.50%, 7시간 이상은 9.38%를 차지하여 전체의 56.26%이었다. 반면에 비중독 학생에서는 1시간이하 36.00%, 2시간이하 34.24%, 3시간 이하 18.94%를 차지하여 전체의 89.18%이었다. 카이제곱 검증결과 중독과 밀접한 관련이 있었다(p<0.0001) (표 7).

3) 로지스틱 회귀분석

카이제곱 검증과 달리 로지스틱 회귀분석에서는 나이, 이용횟수, 사용시간만이 중독과 관련이 있는 것으로 나타났다(p<0.05) (표 8). 따라서, 나이, 이용횟수, 사용시간이 증가할수록 중독되는 학생이 많아짐을 알수 있었다.

Table 8. Addiction relating factor analysis

Variables		p - value*	Estimate	Odds ratio	95% confidence intervals
Sex		0.9784	0.0186	1.019	(0.265 - 3.920)
Age		0.0404	1.0859	2.962	(1.049 - 8.365)
Frequency		0.0104	1.8376	6.282	(1.539 - 25.641)
Time		0.0006	0.5541	1.740	(1.267 - 2.391)
Mostly connected web - site	Web - surfing	0.6122	- 0.3251	0.722	(0.206 - 2.539)
	Game/recreation	0.9608	0.0229	1.023	(0.411 - 2.546)
	Chatting	0.0772	0.8754	2.400	(0.909 - 6.337)
	Sex - related site	0.9867	- 12.1223	< 0.001	(< 0.001 - > 999.999)
	Online shopping	0.2727	1.2427	3.465	(0.376 - 31.925)
	E - mail	0.5181	- 0.2780	0.757	(0.326 - 1.760)
	Movie/entertainment	0.2611	- 0.6922	0.500	(0.150 - 1.674)
	Data collection	0.1947	- 0.8927	0.410	(0.106 - 1.578)
	Etc.	0.3877	- 0.6991	0.497	(0.102 - 2.428)
Place	House	0.5694	- 0.8433	0.430	(0.024 - 7.863)
	School	0.4111	1.6707	5.316	(0.099 - 285.499)
	PC room	0.4326	- 0.7863	0.456	(0.064 - 3.246)
	Etc.	0.9818	- 9.8313	< 0.001	(< 0.001 - > 999.999)

*p - value of logistic regression analysis

고 찰

본 연구결과에 의하면 초·중·고 학생 3.63%에서 인터넷에 중독되어 있는 것으로 나타났으며, 박경호¹⁴⁾의 연구에서는 인터넷 중독자 비율이 4.8%로 보고하였는데 거의 비슷한 결과를 보여주고 있다. 연령별로 보면 초등학교생은 100명중 약 1명, 중학생은 약 3명, 고등학생은 약 8명정도가 중독된 것으로 나타났다. 따라서 연령이 증가함에 따라 인터넷에 대한 접촉할 기회가 많아지고, 중독률도 증가하는 것으로 보인다. 본 연구에서는 성별 인터넷 중독비율은 여자에서 더 높게 나타났지만, 박경호의 연구에서는 성별 인터넷 중독 비율이 남자에서 더 높게 나타났다. 이와 같은 차이가 생긴 원인은 본 연구 조사에서는 고등학생 응답자가 전부 여자였기 때문이라고 생각된다. 사용횟수와 사용시간에서 볼 때, 인터넷 중독 집단은 비중독 집단에 비해 더 많이 사용한다는 것을 알 수 있었다. 김 정기¹¹⁾의 연구에서는 학업 및 개인적인 용도의 정보수집과 중독 척도와는 아무런 상관성이 없는 것으로 나타났다. 이것은 인터넷 사용시간이 단순히 많

고 해서 중독증상을 보이는 것은 아니라는 점을 보여 준다. 사용장소에 있어서는 중독집단에서 비중독집단에 비해 집에서 사용하는 경우가 약간 더 많은 비율로 사용하는 것으로 나타났고, PC방의 경우는 비중독 집단에서 중독 집단에 비해 약 3배정도 더 많은 비율로 사용하는 것으로 나타났다. 이로 미루어 보건데, 통계적으로는 중독과 관련이 되지는 않았으나, 여러 명이 같이 사용하는 장소에서는 중독될 확률이 적어 진다는 것을 예측할 수 있었다. 박경호의 연구에서는 집에서 인터넷을 사용하는 학생이 중독될 확률이 더 많았고, 통계적으로도 유의한 수치를 보였다. 주로 접속하는 사이트별로 보면, 중독집단에서는, 전자메일을 가장 많이 사용하였고(50.00%), 둘째로, 게임/오락(46.88%), 세 번째로는 채팅(28.13%) 순이었다. 반면에, 비중독 집단에서는, 마찬가지로 전자메일을 가장 많이 사용하였고(57.76%), 둘째로는, 게임/오락(49.18%), 세 번째로는 자료수집(20.71%)이었다. 중독 집단에서는 세 번째로 채팅사이트를 많이 이용하는 것이 비중독 집단과 차이를 보였다.

채팅 사이트 경우, 남자에서 약간 더 많은 비율로

사용하였으며, 나이별로는 중학교 학생이 가장 많이 사용하는 것으로 나타났다. 통계적으로는 카이제곱검증 결과 중독과 밀접한 관련이 있는 것으로 나타났다 ($p < 0.05$). 박경호의 연구에서는 중독 집단에서 게임과 성관련 사이트를 사용하는 학생이 많았고, 비중독 집단에서는 전자 메일과 자료수집을 사용하는 학생이 많았다. 채팅 사이트는 중독 집단에서 약간 더 많이 사용하였으나, 통계적으로는 의미가 없는 결과가 나왔다. Young은 다양한 사례와 그 치료경험을 통하여 인터넷이라는 것이 충분히 중독에 빠져들 만큼 강력하며, 그 위력은 일상생활을 파멸로 이끌 만큼 위력적이라는 것을 보여 줌으로써 모든 의문을 일축시켜 주었다.

그녀는 수많은 인터넷 중독자들과의 면접과 심리치료를 통하여 인터넷 중독이 가상 공간의 비현실적인 관계로 인하여 가정파탄을 초래하고, 억제할 수 없는 사용은 학업 문제를 일으키며, 또한 업무시간의 인터넷 사용으로 직장에서 상사와 문제를 일으켜 퇴직까지도 당하는 등 생활의 모든 영역에서 본인은 물론 주위 사람들에게 피해를 끼치게 되는 것을 강조하였다.¹³⁾ 김현수¹⁵⁾의 연구에서는 집안 형제가 모두 인터넷 게임에 중독된 사례를 보고 하였다. 따라서 예방적인 대응책을 제시하여 보면 첫째, 하루 중 컴퓨터를 켜고 끄는 시간을 일정하게 정하고 꼭 지키도록 노력하자. 뚜렷한 목적이 없는 웹 서핑을 하지 말아야 하며, 자신에게 주어진 다른 일을 다 끝마친 후에 컴퓨터를 켜는 습관을 들이는 것이 좋다. 한시간만 채팅하고 리포트를 쓰고 시험공부를 하겠다는 생각이 역시 중독증상의 하나일 뿐이다. 둘째, 혼자서 컴퓨터를 사용하는 것을 피하자. 남에게 드러나지 않는다는 은밀성이 사이버중독증을 악화시키기 때문에 보다 공개된 장소로 컴퓨터의 위치를 옮기는 것도 좋은 방법이다. 셋째, 오락과 휴식의 도구로서의 컴퓨터 사용을 줄이자. 컴퓨터 사용은 신체적, 정신적 긴장을 유발하므로 또 하나의 스트레스가 되는 경우가 많으므로 과감하게 불필요한 게임 CD는 정리하고 게임과 일을 삭제하는 것이 좋다. 넷째, 신체적 활동을 하는 시간을 늘리자. 땀을 흘리는 적절한 운동을 규칙적으로 하고, 모니터 앞에서 식사를 절대 하지 않으며, 바쁘더라도 컴퓨터를 끈채로 끼니를 해결해야 하는 습관을 들이는 것이 좋다. 다섯째, 사이버 공간이 아닌

현실 공간에서의 대인관계를 늘리자. PC 게임방을 가더라도 동료, 연인과 같이 가고 혼자서는 절대 가지 않는다는 원칙을 만드는 것도 좋다. 여섯째, 대안 활동을 찾자. 단순히 컴퓨터를 사용하는 시간만을 줄이는데 목적을 두게 되면 남은 시간에 할일이 없어서 다시 인터넷을 하게 된다. 인터넷 사용을 조절하기 원한다면 인터넷 말고 자신에게 즐거움을 주는 대안 활동을 찾아서 즐기는 것도 좋다. 한두가지 말고 가능한 한 여러개가 좋다.¹⁶⁾

일차 진료의로서 실제 임상에서 중독징후를 보이는 청소년들을 접할수 있을 것이다. 우선 인터넷 진료의로서 실제 임상에서 중독징후를 보이는 청소년들을 접할 수 있을 것이다. 우선 인터넷 중독에 빠진 아이들이 보이는 징후를 살펴보면, 첫째 지나친 피로감, 둘째 성적이 떨어진다. 셋째 취미생활을 점차 하지 않는다. 넷째 가까운 친구와 멀어진다. 다섯째 반항과 불복종이 나타나는 등의 현상을 볼수 있다. 이러한 현상은 인터넷으로 인해 나타난 우리사회의 병적현상 중의 하나인데 일차 진료의로서 이러한 현실을 이해하고 이주 사소한 것으로 부터 시작될 수 있는 청소년 대중들의 병적 인터넷 사용의 확산을 미리 차단할수 있는 고리가 과연 무엇일지 우리는 끊임없이 청소년들의 문화를 이해하고자 노력해야 할 것이다.

참 고 문 헌

1. 김정기, 최명식. 포항 공대생들의 인터넷 사용실태 및 중독에 관한 연구. 2000. <http://www.cya-dic.or.kr/>
2. Goldberg I. Internet addiction Electronic message posted to research discussion list. <http://www.rider.edu/users/suler/psyber/supportgp.html>. 1996.
3. Brenner V. Psychology of computer use:XLVII. Parameters of internet use, abuse and addiction: The first 90 days of the internet usag survey. *Psychological Reports* 1997;80:879-82.
4. Morahan-Martin J. M. & Schumacher P. Incidence and correlates of pathological internet use. 1997.
5. Scherer K & Bost J. Internet use patterns: Is there internet dependency on campus? 1997.

6. Thomson S. Internet connectivity: Addiction and dependency 1996.
7. Young K. Internet addiction: Symptoms, Evaluation, and Treatment. <http://netaddiction.com/articles/symptoms.htm> 1999.
8. Zenhausen B. Preliminary Draft of the DSM-V Committee on Cyberdisorders 1995.
9. Suler. Computer and Cyberspace Addiction. <http://www.rider.edu/users/suler/psycyber/cybaddict.html>. 1996
10. 송명준, 권정혜, 대학생의 인터넷 중독 현황 및 인터넷 중독이 대학생생활적응에 미치는 영향. <http://www.cyadic.or.kr/>. 2000
11. 청소년 문화 연구소. 통신 중독증. <http://user.chollian.net/~sunglho/comaddiction.htm>. 2000
12. Young K. Caught in the net. <http://www.cyadic.or.kr/page2.htm>. 2000
13. Korea University Internet Addiction Online Center. 인터넷 중독의 정의. <http://psyber119.com/main.htm>. 2000
14. 박경호, 강만철, 오익수, 김형근, 김건웅, 국내 인터넷, 컴퓨터 등의 사이버 중독 실태조사. <http://www.cyadic.or.kr/>. 2001. 3
15. 김현수. 청소년과 인터넷 중독, 임상사례를 중심으로. <http://netmentalhealth.fromdoctor.com/pds/nac02.asp> 2000.
16. Cyber Addiction Information Center. 사이버 중독 예방과 대응 방안. <http://www.cyadic.or.kr/page4.htm>. 2000.

— Abstract —

**The internet using pattern and addiction -
relating factor analysis of adolescents in Korea**

Hyung Joon Kim M.D., Sang Jun Lee M.D., Jung Ik Woo M.D.*, Hang Seok Jo M.D.***, Hyuk Jung Kweon M.D.***

Department of Family Medicine, ST. Francisco General Hospital

Background: Internet use is taking place as a necessary part in modern life. Recently, internet use among adolescents has become a prominent social problem. In accordance with assessment of internet using pattern and addiction, this study analyzed addiction-relating factors. According to analysis of intimate relating factor, this study attempted to provide appropriate countermeasure.

Methods: The author had performed physical examination on the subjects on May, 2001. The subjects were elementary, middle, and high school students. Among them, 913 students were surveyed with questionnaires. Among the 913 students, elementary school students were 222, middle school 369, high school 291, and 31 did not complete the survey. Addiction-relating factors were sex, age, frequency, mostly connected web-site, time, and place. Young's scale was used as internet addiction assessment, 70 points, and above were used as criteria for internet addiction.

Results: There were 32 addicted students among the subjects. By sex, male students were 7, female students 25. By age, elementary school student was 1, middle school students 9, and high school students 22. In frequency, 424 students used the internet more than 5 times per week among all subjects. 30 students used the internet more than 5 times per week among addicted students.

Conclusion: Internet use of chatting site is an intimate addiction-relating factor. Therefore, substitute activity which can reduce computer using time, and frequency should be encouraged. Especially, avoiding chatting site is considered a preventive methive of addiction during the computer using time. (J Korean Acad Fam Med 2002;23 : 334-343)

Keywords: internet addiction adolescent, addiction relating factor, countermeasure