



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

석사학위논문

아동의 역기능적 신념과 충동성이
인터넷 중독 성향에 미치는 영향

제주대학교 사회교육대학원

심리치료학과

김 영 아

2013년 8월






아동의 역기능적 신념과 충동성이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향

지도교수 송 재 홍
김 영 아

이 논문을 사회교육학 석사학위 논문으로 제출함
2013년 8월

김영아의 사회교육학 석사학위 논문을 인준함

심사위원장 김 양 순 
위 원 김 동 우 
위 원 송 재 홍 

제주대학교 사회교육대학원

2013年 8月

The Predictive Effect of Dysfunctional Belief
and Impulsiveness on Internet Addiction with
Primary School Children

Kim Young Ah
(Supervised by Professor Song Jae Hong)

A thesis submitted in partial fulfillment of the
requirement for the degree of Master of Social Education

Department of Psychotherapy
Graduate School of Social Education
Jeju National University

Aug. 2013

[국문초록]

아동의 역기능적 신념과 충동성이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향

김 영 아

제주대학교 사회교육대학원 심리치료학과
지도교수 송재홍

본 연구는 아동의 역기능적 신념과 충동성이 인터넷 중독 성향 수준에 미치는 영향과 역기능적 신념과 인터넷 중독 성향 수준과의 관계에서 충동성이 미치는 매개효과를 살펴봄으로써 인터넷 중독 예방 및 치료 프로그램을 개발하는 데 기초 자료로 활용할 뿐만 아니라 아동들이 가정과 학교, 사회 안에서 보호받고 건전하게 생활할 수 있는 환경을 마련하는 데 목적이 있다.

본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1) 역기능적 신념, 충동성, 인터넷 중독 성향 세 변인은 상관관계가 있는가?

연구문제 2) 역기능적 신념이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향력은 어느 정도인가?

연구문제 3) 충동성이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향력은 어느 정도인가?

연구문제 4) 역기능적 신념과 인터넷 중독 성향과의 관계에서 충동성은 매개효과가 있는가?

본 연구의 측정도구로는 홍세희와 조용래(2006)가 구성한 역기능적 신념검사(DBT)의 단축판을 임다영(2009)이 아동용으로 수정하여 사용한 도구, 이현수(1992)가 번안한 Barratt 충동성 검사Ⅱ(1969)판, 인터넷 중독예방센터에서 개발한 한국형 인터넷 중독 자가진단 검사(K-척도)를 사용하였다.

이상과 같은 연구문제를 해결하기 위하여 제주시내에 소재한 A, B 초등학교에서 320명의 5~6학년 학생들을 대상으로 실시하였으며, 자료 분석은 SPSS 18.0 프로그램을 이용하여 주요변인의 평균과 표준편차, 상관관계 분석, 다중회귀분석을 실시하였으며, 역기능적 신념과 인터넷 중독 성향 수준과의 관계에서 충동성의 매개효과를 살펴보기 위하여 단계적 회귀분석을 실시하였다.

본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 역기능적 신념, 충동성, 인터넷 중독 성향 간에는 서로 정적인 상관을 보였다. 즉, 역기능적 신념이 높을수록, 충동성이 높을수록 인터넷 중독 성향이 높아짐을 알 수 있었다.

둘째, 역기능적 신념은 인터넷 중독 성향에 유의한 영향을 나타내며, 역기능적 신념의 하위요인 중 타인 및 사회적 관계에 대한 부정적 신념이 인터넷 중독 성향에 중요한 영향을 미치는 것으로 나타나, 타인 및 사회적 관계에 대한 부정적 신념이 높을수록 인터넷 중독 성향이 높아짐을 알 수 있다.

셋째, 충동성은 인터넷 중독 성향에 유의한 영향을 나타내며, 충동성의 하위요인 중 운동 충동성이 인터넷 중독 성향에 중요한 영향을 미치는 것으로 나타나, 운동 충동성이 높을수록 인터넷 중독 성향이 높아짐을 알 수 있다.

넷째, 역기능적 신념과 인터넷 중독 성향 간의 관계에서 충동성은 부분매개효과를 나타냈다. 역기능적 신념은 인터넷 중독 성향에 직접적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 매개변수인 충동성을 통해서도 간접적인 영향을 미친다는 것을 알 수 있다. 이러한 분석결과는 역기능적 신념이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향은 개인의 충동성 수준에 따라 달라질 수 있음을 나타내는 것으로, 일상생활에서 대인관계에 어려움을 겪는 아동들이 소외와 고립의 탈출구로 인터넷 중독에 빠져들지 않도록 부모는 물론 교사, 친구 등 주위의 지속적인 관심과 배려로 자존감을 높일 수 있도록 도와주고, 아동들이 자기 통제력을 향상시킬 수 있도록 충동성 통제 및 조절을 위한 상담 개입과 다양한 프로그램의 개발이 필요함을 시사하고 있다.

주요어 : 역기능적 신념, 충동성, 인터넷 중독

목 차

국문초록

I. 서론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구문제	2
3. 용어의 정의	3
가. 인터넷 중독	3
나. 역기능적 신념	3
다. 충동성	4
II. 이론적 배경	5
1. 인터넷 중독	5
가. 인터넷 중독의 정의	5
나. 인터넷 중독의 원인 및 증상	6
다. 초등학교의 인터넷 중독	9
2. 역기능적 신념	10
가. 역기능적 신념의 정의	10
나. 역기능적 신념의 구성요인	13
3. 충동성	15
가. 충동성의 정의	15
나. 충동성 유형	15
다. 충동적인 아동의 특징	16
4. 역기능적 신념, 충동성, 인터넷 중독과의 관계	17
가. 충동성과 인터넷 중독과의 관계	17
나. 역기능적 신념, 충동성, 인터넷 중독과의 관계	18

III. 연구 방법	20
1. 연구대상	20
2. 측정도구	20
가. 인터넷 중독 검사	20
나. 역기능적 신념 검사	22
다. 충동성 검사	23
3. 자료수집 절차	24
4. 자료 분석방법	24
IV. 연구결과	25
1. 기술통계와 상관관계	25
가. 기술통계	25
나. 상관관계	26
2. 역기능적 신념과 충동성이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향	28
가. 역기능적 신념이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향	28
나. 충동성이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향	29
3. 역기능적 신념과 인터넷 중독 성향의 관계에서 충동성의 매개효과	30
V. 논의 및 제언	32
1. 논의	32
2. 제언	34
참고문헌	37
Abstract	41
부록 설문지	44

표 목 차

<표 III-1> 연구대상의 일반적 특성.....	20
<표 III-2> 인터넷 중독 검사의 하위요인별 문항구성 및 신뢰도.....	21
<표 III-3> 한국형 인터넷 중독 자가진단검사 초등학생 채점 기준.....	22
<표 III-4> 역기능적 신념 검사의 하위요인별 문항구성 및 신뢰도	23
<표 III-5> 충동성 검사의 하위요인별 문항구성 및 신뢰도	23
<표 IV-1> 인터넷 중독 수준에 따른 기술통계.....	25
<표 IV-2> 역기능적 신념, 충동성과 인터넷 중독 성향 간의 상관관계	27
<표 IV-3> 인터넷 중독 성향에 대한 역기능적 신념의 다중회귀분석 결과.....	28
<표 IV-4> 인터넷 중독 성향에 대한 충동성의 다중회귀분석 결과.....	29
<표 IV-5> 역기능적 신념과 인터넷 중독 성향 관계에서 충동성의 매개효과 검증결과.....	30

I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

서울특별시(2012)가 최근 3년간(2009~2011년) 청소년들이 21개 청소년상담지원센터를 방문하여 상담한 내용을 분석하여 발표한 자료에 따르면, 상담 내용 중 가장 높은 비중을 차지한 것은 컴퓨터·인터넷 사용에 대한 고민이었다. 한국정보화진흥원(2012)이 보고한 2011년 인터넷 중독 실태조사에서도 전 연령대 중 10대의 인터넷 중독률이 10.4%로 가장 높게 나타났다. 이들의 고위험군 비율도 2.9%로 전 연령대 중 가장 높게 나타났고 인터넷 중독자의 33.7%가 만10세 이전에 인터넷을 처음 이용했다고 나타났다. 또한, 인터넷을 접하는 거의 모든 아동들(초등학생 97.2%, 중학생 95.5%)이 온라인 게임을 이용하고 있어 그 심각성이 매우 높고, 인터넷 중독의 잠재적 위험이 더욱 커지고 있음을 알 수 있다.

아동기는 자아를 형성하고 자존감이 발달하는 시기로 자아개념에 변화가 일어난다. 사고의 자기중심성에서 벗어나 타인의 입장, 감정, 인지 등을 추론하고 이해할 수 있는 능력을 습득하게 되고, 사회적 자아와 심리적 자아의 묘사가 증가한다(정옥분, 2011). 아동기에 있어 의미 있는 타인들은 자아개념 형성에 중요하게 영향을 미치는 사람들로 자아를 정의하는 데 확고한 역할을 하며, 아동들이 긍정적인 자아개념을 형성하기 위해서는 주변 환경이나 상황이 아동들에게 수용적이고 신뢰할만하여야 한다. 초기 어린 시절 동안 어린이들은 그 자신에 대한 지각을 신체적 자아와 그에 대한 중요 타인, 특히 부모들의 반응과 같은 직접적인 경험에 고정시킨다. 초등학교 상급학년 어린이의 자아개념은 사회적 환경의 영향을 받아 계속해서 변화하는데 보통 능력과 재능은 학교 표준, 동료들의 승인 등에 의해서 평가되며 이 시기의 자아개념은 확장된 사회적 관계의 틀과 성취에 근거한다. 부모나 선생님들에 의해 설정된 기준은 자아존중의 발달에 매우 중요하다(송인섭, 1998).

오늘날의 사회에서 인터넷 환경은 가정, 학교, 직장 등 전 사회적으로 없어서는 안될 생활이 곤란할 정도로 생활필수품이 되었다. 아동들에게도 예외는 아니다. 학교든 학원이든 학생들에게 주어지는 과제 중 일부가 인터넷을 통하지 않고서

는 과제 수행이 어려우며, 인터넷 강의, e-스터디 등 사이버가정학습은 이미 일반화되어 있으며, 오프라인 서점이 설 곳을 잃어가고 전자책 산업이 점차 호황을 누리고 있는 추세임을 감안하면 현대인으로 살아가기 위해서 인터넷을 접하는 것은 당연한 일이다. 아동의 경우 신체적, 정서적 발달과 함께 정체감에 위기를 느끼고, 자기 통제력이 약하기 때문에 나이가 어릴수록 인터넷 사용에 있어 더 많은 문제를 경험하는 경향이 있다. 아동과 인터넷 이용의 관계는 이미 사용 유무의 통제를 넘어섰으며 무엇보다 중요한 것은 인터넷을 이용하는 아동들이 인터넷으로 인한 각종 사회문제에 노출되지 않도록 어떻게 하면 좀 더 긍정적이고 효율적으로 이용할 수 있도록 여건을 마련해 주느냐에 달려있다고 본다.

본 연구에서는 건전한 자아개념이 형성되어야 하는 시기임에도 불구하고 인터넷 게임 등 부정적 요소에 쉽게 노출되고 중독될 수 있는 초등학교 5~6학년을 대상으로 아동의 역기능적 신념과 충동성이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향과 역기능적 신념과 인터넷 중독 성향과의 관계에서 충동성이 미치는 매개효과를 살펴봄으로써 인터넷 중독 예방 및 치료 프로그램을 개발하는 데 기초 자료로 활용할 뿐만 아니라 아동들이 가정과 학교, 사회 안에서 보호받고 건전하게 생활할 수 있는 환경을 마련하는 데 목적이 있다.

2. 연구문제

본 연구에서는 정신적·정서적 발달과 정체성 확립을 이루어야 하는 시기에 인터넷 게임 등 부정적 요소에 쉽게 노출되는 초등학교 5~6학년을 대상으로 역기능적 신념과 충동성이 인터넷 중독 성향에 어떠한 영향을 미치는지와 역기능적 신념과 인터넷 중독 성향 간의 관계를 충동성이 매개하는지에 대하여 살펴보고자 한다.

본 연구의 목적에 따라서 다음과 같은 연구 문제를 설정하였다.

연구문제 1) 역기능적 신념, 충동성, 인터넷 중독 성향 세 변인은 상관관계가 있는가?

연구문제 2) 역기능적 신념이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향력은 어느 정도인가?

연구문제 3) 충동성이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향력은 어느 정도인가?

연구문제 4) 역기능적 신념과 인터넷 중독 성향과의 관계에서 충동성은 매개 효과가 있는가?

3. 용어의 정의

본 연구에서 사용될 용어의 정의는 다음과 같다.

가. 인터넷 중독

인터넷 중독은 연구자, 학자마다 사이버 중독, 컴퓨터 중독, 인터넷증후군 등으로 조금씩 다르게 정의하여 통일된 정의는 없으나 공통적으로 지나친 사용과 장애의 문제를 다루고 있어 내용적으로 개념이 유사하다고 볼 수 있다. 국가정보화기본법(제30조)은 인터넷 등의 지나친 이용으로 이용자가 일상생활에서 쉽게 회복할 수 없는 신체적, 정신적, 사회적 기능의 손상을 입는 것을 인터넷 중독으로 보고 예방과 해소를 위한 계획을 수립하고 시행해야 함을 명시하고 있으며 한국정보화진흥원(2012)은 인터넷 과다사용으로 인해 인터넷 사용에 대한 금단과 내성을 지니고 있으며, 이로 인해 이용자의 일상생활에 장애가 되는 상태로 보고 있다.

본 연구에서는 과도한 인터넷 사용으로 인해 병리적 장애가 발생하는 것을 인터넷 중독이라고 하고자 한다.

나. 역기능적 신념

역기능적 신념은 Beck이 인지적 취약성 스트레스 모형(cognitive diathesis-stress model)에서 처음 등장한 개념이며, 역기능적 인지 도식은 완벽주의적, 절대주의적, 당위적이며, 이상주의적인 융통성이 없는 신념들로 이루어져 있어 현실적인

삶 속에서 실현되기 어려운 것들로 보고 있다. 역기능적 신념과 유사한 개념인 비합리적 신념은 Ellis에 의해 창안된 합리적 정서적 행동치료의 핵심개념으로서, 비실체적이며 아무런 근거가 없으면서도 건전한 인간행동을 지속하는 데 지장을 야기하는 신념을 의미한다(임다영, 2009, 재인용).

본 연구에서 역기능적 신념이란 어린 시절에 부정적인 정서를 반복적으로 경험하게 되면서 형성된 비합리적이고 자동적인 사고과정으로 인해 결국 목표의 달성을 방해하고 문제를 심화시키는 신념체계라고 정의하고자 한다.

다. 충동성

충동성의 개념은 매우 복잡하기 때문에 조작적으로 정의하기가 쉽지 않으며, 많은 영역에서 광범위하게 연구되고 있는데 성격심리학의 영역에서는 성격특질의 하나로 간주하는 한편, 이상심리학이나 정신병리학의 영역에서는 행동장애의 징후로 간주되기도 하고, 정신의학에서는 사회적으로 용납되지 않는 행동이나 사회적으로 일탈된 행동과 관련 있는 것으로 본다(이은영, 2010, 재인용).

본 연구에서는 주의집중력이 약하여 한 가지 일을 시작해서 끝까지 마무리하기가 어렵고 주위 사람이나 때와 장소를 가리지 않고 생각 없이 즉각적으로 행동하는 것을 충동성이라고 하고자 한다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 인터넷 중독

가. 인터넷 중독의 정의

인터넷 중독은 사이버 중독, 컴퓨터 중독, 인터넷증후군 등으로 불리며 다양하게 정의되고 있다. 국가정보화기본법(제30조)은 인터넷 등의 지나친 이용으로 이용자가 일상생활에서 쉽게 회복할 수 없는 신체적, 정신적, 사회적 기능의 손상을 입는 것을 인터넷 중독으로 보고 예방과 해소를 위한 계획을 수립하고 시행해야 함을 명시하고 있으며 한국정보화진흥원(2012)은 인터넷 과다사용으로 인해 인터넷 사용에 대한 금단과 내성을 지니고 있으며, 이로 인해 이용자의 일상생활에 장애가 되는 상태로 보고 있다.

인터넷 중독이라는 용어는 1996년 심리학자인 Goldberg에 의해 처음 사용되었고, Young이 미국심리학회에서 인터넷 중독 척도를 발표함으로써 공식화되었다. Young(1996)에 의하면 어떤 사람들은 인터넷에서 새로운 정보를 찾는데 몰두하면서 주변의 일상사에 흥미를 상실하고 실생활에서 무력감을 느끼게 되며, 현실 인간관계에서 얻을 수 있는 만족과 즐거움을 급속히 상실하는 경우가 있다고 한다. 인터넷에 너무 탐닉해 병적 증세를 나타내는 현상들을 총체적으로 인터넷 증후군(Internet Syndrome), 웨버홀리즘(Webaholism) 혹은 인터넷 증후 장애(Internet Addiction Disorder; IAD)라고 불렀다. 곧 인터넷 중독이란 과도한 인터넷 사용으로 인해 병리적 장애가 발생하는 것을 말한다. 미국 정신의학회의 정신질환 분류체계인 DSM-IV에 수록된 각종 정신장애 중에서 특성상 인터넷 중독에 가장 가깝고 적용할 만한 것이 병적도박의 진단이라고 간주하고 이 진단을 모델로 하여 인터넷 중독을 ‘중독성 물질(intoxicant)이 없는 충동조절 장애(Impulse-control disorder)’로 정의하고 있다(신점란, 2005, 재인용).

국내의 경우 송인덕(1999)의 연구에서는 인터넷 중독은 인터넷 접속에 대한 강박적 집착, 일단 접속하면 끝을 보려하는 조절 불능, 해로운 결과가 있을 것이라는

것을 알면서도 계속 접속하는 강박적 사용, 그리고 이러한 증상들에 대한 자각 및 주위의 염려 등이 존재하는 상태로 정의하고 있다. 인터넷 중독은 학자마다 달리 정의하고 있으나 공통적으로 지나친 사용과 장애의 문제를 다루고 있다. 인터넷이 시공을 초월하는 획기적인 정보제공자로서의 역할과 스트레스 해소를 위한 놀이·문화를 접하도록 하는 등 다양한 긍정적 기능을 수행하고 있음에도 불구하고 지나친 사용으로 인한 신체적, 정신적, 사회적 문제를 일으키고 있으며 그 원인과 그 증상에 대하여도 다양하게 보고되고 있다.

나. 인터넷 중독의 원인 및 증상

Young(1996)은 인터넷상에서 다른 사람들과 대화하거나 게임을 벌일 수 있다는 것이 일상생활에서 대인관계가 원만하지 못한 사람들에게 매력적인 중독의 유인자극이 될 수 있음을 시사하고 있다. Suler(1996)는 인터넷이 인간의 욕구를 충족시켜 주기 때문이라고 하며, 매슬로우의 욕구단계이론을 인터넷 사용에 접목시켜 원인을 설명하였다. 욕구단계 중 하위욕구인 생리적 욕구와 안전 욕구는 온라인상에서 성적 희롱, 성별 전환, 완전한 익명성에 의해 충족되고, 보다 상위 욕구인 소속과 애정욕구는 온라인상에서 만나는 사람을 통해 얻을 수 있다고 하였다. 존경욕구는 개인이 온라인을 통해서 자신이 한 일에 대하여 즉각적인 피드백을 받고, 자신이 타인에게 끼친 영향을 빠르게 알 수 있게 됨에 따라 충족된다고 하였다. 최상위 욕구인 자아실현욕구는 인터넷 사용자가 자신의 정체성에 대한 질문을 해결할 기회를 갖게 되고, 자신이 내적인 관심과 태도, 그리고 이전에 알 수 없었던 자신의 성격 측면을 깨닫게 됨으로써 충족될 수 있다고 하였다.

청소년기에는 심리적 이유현상이 나타나고, 그들의 관심이 자신과 비슷한 친구들에게 향하게 되며, 또래 집단에 소속되고자 하는 욕구를 가지고 이런 집단에 소속될 때 안정감을 느낀다. 따라서 청소년은 소속감을 느낄 수 있는 새로운 친구와 새로운 집단을 찾아다닌다. 하지만 현실세계에서 사회적 기술이 부족하거나 자신감이 부족하여 친구관계를 잘 맺지 못하는 청소년들은 자기를 실제로 들어낼 필요도 없고 다르게 나타낼 수 있는 사이버 공간에서의 만남에 빠질 수 있다

(이시형, 2000). 청소년기에는 가족보다는 또래나 친구들이 의미 있는 타자들로 여겨지므로 친구관계는 청소년들의 행동양식을 결정하는데 중요한 역할을 한다.

인터넷 중독의 원인은 다양하다. 첫째 인터넷의 속성 요인으로 ①높은 유희성과 욕구 충족 ②강박성과 충동성 ③익명성 ④상대적으로 거리감을 두고 인간관계 형성이 가능하다는 점 ⑤개방성이 있다. 둘째 개인의 심리적 요인으로 성격이 많은 부분을 차지한다. 인터넷 중독은 사회생활에 자신감이 심하게 결핍된 사람, 우울증이나 조울증이 있는 사람에게 쉽게 나타난다. 극단적인 성격이나 충동을 잘 억제하지 못하는 사람들도 사이버 중독에 빠질 가능성이 많은 것으로 나타났다. 셋째는 가정적 요인이다. 가족 구성원 간의 인간관계는 개인의 도덕의식, 생활습관, 문화 의식에 지대한 영향을 미치게 된다. 청소년기는 어느 때보다도 부모의 사랑과 관심이 필요한 시기로서, 부모와 상호작용 할 수 있는 기회가 없다는 사실은 그들의 심리적, 정서적 발달에 좋지 않은 영향을 미치게 된다. 넷째 사회적 요인과 문화적 요인이다. 전국적 규모로 설치된 초고속망과 PC방은 인터넷 접근성을 용이하게 해 주었으나 인터넷 중독에 빠지기 쉬운 환경으로 작용하기도 한다. 특히 자기조절과 통제력이 충분히 발달하지 않은 청소년들에게는 더 없이 위험한 환경이라고 할 수 있다. 또한 우리나라 인터넷은 상업적 사이트가 주종을 이루고 있어 청소년들의 음란한 사이트에 접근하는 것을 막을 수 있는 제재장치가 발달되어 있지 않다.

한국컴퓨터생활연구소의 어기준(2000)은 청소년들이 보이는 대표적인 컴퓨터 중독증을 게임 중독, 통신 중독, 음란물 중독으로 나누었다. 게임중독은 지나치게 게임에 몰입함으로써 중독성을 유발하고 증상으로는 대인기피증, 강박증, 편집증, 체력저하, 게임의 폭력성에 쉽게 노출, 지나친 승부욕 조장 등의 문제점이 나타난다. 통신 중독은 정보이용자가 인터넷을 과도하게 이용함으로써 일반인들과는 달리 현실도피의 수단으로 인터넷 공간에 빠져드는 것을 말하고 증상으로는 자기 통제력의 상실, 인터넷 사용량 증가, 일상생활에의 부작용, 감정조절능력 감소, 대인관계 장애 등의 문제점이 나타나고 음란물 중독은 청소년들에게 많이 볼 수 있는 중독현상으로 성에 대한 호기심이 왕성한 청소년들이 인터넷을 통해 음란물에 지나치게 접속할 경우에 발생하는 중독현상으로 성적 충동 증가, 성에 대한 왜곡된 인식 표현, 모방 성범죄 초래 등의 문제점이 나타난다(김용직, 2006, 재인용).

Young과 Goldberg(1996)가 정리한 과도한 인터넷 사용자들이 경험하는 가장 흔한 증상들은 다음과 같다(김용직, 2006, 재인용).

1) 내성과 금단

만족하기 위해서 점점 더 많은 시간을 사용하고 더 자극적인 것을 찾게 되며 인터넷을 하지 않으면 불안, 우울, 초조감에 시달린다. 수업 중에도 게임소리가 귓전을 맴돌고 밤에 잠자리에 들어도 눈이 말뚱말뚱해지며 천장이 컴퓨터 화면으로 보이고, 그 속에 장면이 어지럽게 펼쳐진다. 또 컴퓨터를 하고 있지 않은 동안에도 자신도 모르게 컴퓨터 자판을 두드리고 있다.

2) 일상생활 장애

인터넷에 한번 들어가면 사용을 줄이거나 조절하려는 욕구가 지속적으로 있었지만 그만두기가 어렵고 인터넷을 하기 위해 다른 일을 미루거나 포기하며 방해를 받으면 몹시 화내거나 때로는 부모에게 반항한다. 또 중요한 약속을 어기거나 공부를 소홀히 한다. 가족과 보내는 시간이 줄어 가족과도 소원해지고 인터넷 사용으로 학업성적, 친구관계, 취미활동에도 관심이 없으며, 학교 적응도 어려워 학교를 그만두기도 한다.

3) 강박적 사용과 집착

인터넷을 하지 않는 동안에도 인터넷을 할 생각만 하고 인터넷에서 뭔가 새로운 일이 일어날 것 같은 생각에 사로잡혀 있어서 대부분의 시간을 인터넷을 사용하는데 보낸다.

4) 신체적 증상

인터넷 중독자들은 밤을 새워 인터넷을 사용하므로 수면 시간의 부족으로 인해서 일상생활주기 교란과 만성피로감, 시력저하, 눈의 피로, 목이나 어깨의 통증으로 인한 장애가 온다. 불규칙한 식사로 인한 영양실조, 혹은 운동 부족과 과식으로 인한 혈압상승, 심장마비, 체중증가, 돌연사 등이 초래된다. Oman(1996)은 손목관절의 통증, 눈의 건조함, 요통, 식사를 거름으로 인한 불규칙한 식사, 개인 위생 소홀, 수면패턴의 변화로 인한 수면 장애들이 컴퓨터 중독의 증상이라고 이야기한다.

인터넷 중독자들은 그렇지 않은 사람들에 비해 자기 효능감(self efficacy)이 낮고(송원영, 1998), 우울 성향과 충동성이 높으며(김중범, 1999; Gunn, 1998), 내향적이고(Gunn, 1998), 자존감이 낮은 것으로 알려져 있다. 사회생활에 적응 못하거나 다른 사람들의 인정을 받지 못해 자존심에 상처를 입은 사람들에게 매력적인 공간이거나(한규석, 1999), 표면적인 익명성으로 인해 좌절감과 공격적 충동을 표현하기에 적절한 공간으로 받아들여지기도 한다.

다. 초등학생의 인터넷 중독

인터넷을 통한 PC통신과 컴퓨터 게임의 중독적인 사용은 인터넷 사용자의 나이가 어릴수록 더 많은 문제를 경험한다는 연구(Brenner, 1997)처럼 성장단계에 놓인 초등학생들의 경우, 정신적·정서적 발달과 정체성 확립에 장애를 초래하는 등 위험소지가 높다.

인터넷을 사용하는 초등학생들은 정보 검색보다는 주로 온라인 게임과 채팅, 메신저 등에 심하게 몰입하는 경향이 있으며 이에 따른 여러 가지 문제점을 보이고 있다(정호선, 2009, 재인용) 인터넷 중독 정도에 따라 초등학교 고학년 아동의 충동성에 있어서 인터넷 중독 집단의 아동이 일반 집단의 아동보다 인지충동성, 운동충동성, 무계획충동성, 점수가 높게 나타났고, 신체적 공격성, 언어적 공격성, 간접적 공격성, 부정성 점수도 높게 나타났다고 하였다(김효선, 2002, 재인용).

이계원(2000)의 연구에서는 자녀들이 부모가 자신에 대해 관심이 없거나 귀찮아하며 필요할 때 곁에 없고 자기보다 바깥일을 보다 중시한다고 생각하는 경우 청소년은 아무런 제재 없이 인터넷을 사용하게 되며 결국은 인터넷 중독에 빠지기 쉽다고 하였으며, 부모가 자녀에게 과도하게 기대하며 경쟁적인 성공을 강조하는 경우에도 자녀는 성취압력에 대한 스트레스 때문에 인터넷에 몰입할 가능성이 있음을 시사하였다(박선아, 2011).

인터넷 중독과 관련한 초등학생의 심리적 특성에 관한 류길순(2003)의 연구에서는 충동성, 공격성을 주요 특성으로 보았다. 인터넷 중독이 심할수록 충동성과 공격성이 높아지며, 인터넷 중독과 충동성, 공격성과의 관계 고찰을 통해 인터넷

중독으로 인해 청소년 시기에 더 반항적이고, 화를 잘 내며, 타인에 대해 우호성과 책임감 결여, 자기 통제력의 상실을 가져오고, 이로 인해 아동기와 청소년기 또는 성인기까지 부적응 혹은 비행이 이어진다고 주장하였다.

Brenner(1997)는 아동의 경우 신체적, 정서적 발달과 함께 정체감에 위기를 느끼고, 자기 통제력이 약하기 때문에 인터넷 사용자의 나이가 어릴수록 더 많은 문제를 경험하는 경향이 있다고 하였다. 인터넷 과다 사용으로 인한 신체적인 문제는 수면 부족과 신체적 질병으로 호소되며, 학습동기가 줄어들고 성적이 저하되며, 우울증 충동 등의 심리적 문제를 유발한다, 또한 실생활 친구보다 온라인의 친구와 더 가까워지게 되고 대인관계의 문제가 발생하는 등 인터넷 중독 성향에 따른 역기능적인 문제가 나타난다고 하였다(김선숙, 2004).

2. 역기능적 신념

가. 역기능적 신념의 정의

Ellis(1962; Ellis & Harper, 1997)는 심리적 장애와 건강에 관한 논의에서 합리적 사고와 비합리적 사고간의 차이를 구분하였다. 합리적 사고는 각 개인의 복지, 만족도 그리고 행복에 기여하는 반면 비합리적 사고는 정서적 장애와 역기능적 행동에 중요하게 기여하는 것으로 보인다. 심리적 역기능에서 인지의 우선적인 중요성을 강조한다는 점에서 Beck은 Ellis와 같은 접근법을 취하고 있다. 둘은 치료를 부정적인 가정을 변화시키는 것으로 본다는 점, 치료에서 적극적 지시적 자세를 취한다는 점에서 공통적이다. 그럼에도 불구하고 두 접근은 몇 가지 차이점이 있다. Ellis의 합리적·정서·행동치료(REBT)이론은 비합리적 신념을 철학적 기준에서 틀린 것으로 보는 반면 Beck의 인지치료(CBT)이론은 그것이 철학적 기준에서 오류라기보다 환자의 삶에서 역기능적이라는 점에 더 주목한다. 따라서 CBT에서는 비합리적이라는 용어보다는 역기능적 신념이라는 용어를 더 선호한다(Corsin & Wedding, 2000). 요컨대, 두 개념 모두 부정적 결과와 연관되어 있으나 그 정의 방법에 있어서 차이가 있다(김기웅, 2012, 재인용).

역기능적 신념과 유사한 개념인 비합리적 신념은 Ellis(임다영, 2009, 재인용)에

의해 창안된 합리적 정서적 행동치료의 핵심개념으로서, 비실제적이며 아무런 근거가 없으면서도 건전한 인간행동을 지속하는 데 지장을 야기하는 신념을 의미한다. 이처럼 비합리적 신념을 가진 사람은 자신이 처한 상황에 대하여 부정적 결과가 일어날 것이라는 가능성은 과대평가하고 그에 대처할 자신의 능력은 과소평가하는 경향을 지닌다. 이 후에 Beck(2009, 임다영)은 비합리적 신념은 결국 목표의 달성을 방해하여 문제가 더욱 악화된다는 점을 강조하여 이를 역기능적 신념이라고 명명하였다. 두 용어는 근본적으로는 동일한 의미를 가지고 있으나 역기능적 신념은 비합리적 신념이 생활사건에 기여하는 영향력을 포함하는 의미하고 할 수 있다.

Ellis 등은 이러한 비합리적이고 역기능적인 신념체계가 형성되기까지는 인지왜곡을 유지시키는 습관적인 자기 독백과 자동적 사고가 영향을 미친다고 하였다. 이들은 비현실적인 가정이나 인지왜곡을 가진 사람들은 실수에 대한 두려움이나 자신의 수행에 대한 의심으로 인해 부정적인 자동적 사고를 하게 되며, 결과적으로 이러한 자동적 사고로 인해 인지, 정서, 행동, 자기지각의 측면에서 부정적인 결과를 가져오게 된다는 것이다(하정희, 조한익, 2006).

Ingram과 Kendall(1987)은 자동적 사고를 유발한 사건에 의해 활성화된 역기능적인 신념 혹은 비합리적 신념에 의해 생성된 일종의 인지산물 상태의 부정적인 사고로 보았다. 자동적 사고는 역기능적 신념의 인지적 산물로 쉽게 변하지 않는 안정적인 성격의 인지적 구조를 반영하는 반면 자동적 사고는 일시적이고 상황에 따라 변화한다. 또한 역기능적 신념은 긍정적이거나 부정적인 평가적 내용을 포함하지 않으나 자동적 사고는 자기 자신, 자신의 미래, 주변 환경에 대한 부정적이고 긍정적인 평가적 내용을 포함한다(Hollon & Bemis, 1981; Kwon & Oei, 1992). 역기능적 신념은 모든 상황에 적용되는 추상적이고 일반적인 신념이라면 자동적 사고는 특정한 상황과 밀접히 연관된 것으로서 자신이 처한 상황의 위협 정도나 그러한 상황에 대한 자신의 대처능력 혹은 대처행동이 결과에 대해 순간적으로 떠오르는 구체적인 생각이나 영상으로 간주된다(권정혜, 1993; Fennell, 1989).

Beck(1997)은 이러한 자동적 사고의 근원을 믿음(belief)에 있다고 하였다. 어린 시절부터 사람들은 자신과 타인 그리고 세상과의 상호작용으로 믿음을 형성

해 나간다. 이러한 믿음은 결국 가장 중심적인 믿음인 핵심믿음(core belief)을 형성하게 되는데, 핵심믿음은 아주 근원적이고 깊은 수준의 믿음으로 흔히 그들 자신조차도 인지하지 못한다고 한다. 또한 이러한 핵심믿음은 인지의 가장 심층부로 전혀 의식하지 못하고 생활하며, 이 핵심믿음에 의해서 자동적 사고가 형성된다. 어떤 특정 상황에서 한 사람의 내재된 믿음은 그 사람의 지각에 영향을 주고 이것은 상황의 특징적인 자동적 사고를 통하여 표현된다. 이러한 자동적 사고는 그 사람의 감정에 영향을 주며 나아가서 행동에 영향을 주게 된다고 하였다(류금동, 2006).

인지치료는 인지모델을 근거로 하는데 사람들의 감정이나 행동이 그들의 지각에 의해서 영향을 받는다고 가정한다(Beck, 1988) 즉 사람들의 느낌을 결정하는 것은 그 상황 자체가 아니고, 그들이 그 상황을 해석하는 방식에 달려 있다(Beck, 1964)는 것이다. 이러한 인지모델의 내용을 바탕으로 하는 자동적 사고는 인지의 가장 표면적인 부분으로 어떤 상황이나 외부 자극에 의해 자동적이고 즉각적으로 진행되는 생각들이다. 이것은 논리적이고 심사숙고한 사고와는 다르다. 이는 어떤 노력을 통해서 나오는 것이 아니라 어릴적부터 반복된 경험과 대상과의 관계에서 형성된 신념에서부터 자동적으로 자기내부에서 발생한다. 그러므로 전혀 의심 없이 받아들이고 믿게 되는 사고이다. 이러한 자동적 사고는 우리의 태도나 행동, 기분 등을 좌우하는 아주 중요한 정신현상이 될 수 있다. 또한 자동적 사고는 우리의 감정과 행동에 결정적인 영향을 미치면서도 쉽게 의식되지 않는다. 말 그대로 자동적으로 드는 생각이고 매우 신속하게 스치고 지나가는 생각이다. 자동적 사고가 중요한 것은 자동적 사고가 이렇게 즉각적이다 보니 일상 생활에서 그 생각이 현실적으로 타당한지 아닌지 검토해 보지 않고 대부분 그냥 쉽게 영향을 받는 경우가 많다(Beck, 1979; 이영화, 2011, 재인용).

역기능적 신념이라는 용어는 Beck이 우울증의 발생을 설명한 인지적 취약성 스트레스 모형(cognitive diathesis-stress model)에서 처음 등장한 개념이다. 이 모형은 인지적 취약성을 가진 사람에게 스트레스 즉 부정적인 생활사건이 일어났을 때 우울증을 비롯한 심리적 장애가 발생한다는 관점이다. Beck은 이러한 인지적 취약성을 인지도식의 개념으로 설명하고 있다. 인지도식은 한 개인이 주변자극을 선택적으로 받아들이고 자극의 의미를 해석하며 자신의 경험을 나름대로

체계화하는 인지적 틀을 의미한다. 심리적 장애를 경험하는 사람들은 어린시절의 경험에 의해 특정한 내용의 인지 도식을 형성하고 있으며 부정적인 생활사건에 부딪히면서 그 사건의 의미를 특정한 방향을 왜곡하여 해석하게 되고 결과적으로 심리적 장애를 야기하게 된다는 것이다. Beck에 따르면 우울증을 유발하는 역기능적 인지 도식은 완벽주의적, 절대주의적, 당위적이며, 이상주의적인 융통성이 없는 신념들로 이루어져 있어 현실적인 삶 속에서 실현되기 어려운 것들이다. 그는 이러한 인지 도식을 맥락에 따라서 역기능적 신념(dysfunctional belief), 역기능적 태도(dysfunctional attitude), 부적응적 기저 가정(maladaptive underlying assumptions)등의 다양한 용어로 부르고 있다(임다영, 2009, 재인용).

나. 역기능적 신념의 구성요인

역기능적 신념의 요인은 학자에 따라 다르게 구분하여 제시하고 있으며, 역기능적 신념의 의미와 본질적으로 동일한 의미를 갖는 비합리적 신념 또는 역기능적 태도의 요인과 중복되는 부분이 많아 여러 연구자들 사이에서 혼용되기도 한다. 이에 역기능적 요인을 설정하기 위해 비합리적 신념 또는 역기능적 태도의 요인을 함께 살펴보고 가장 핵심적인 요인을 추출해 보고자 한다.

먼저 비합리적 신념의 요인으로는 Jones(1969; 이희영, 정민상, 2007)가 개발한 비합리적 신념 검사(Irrational Belief Test, IBT)에서 인정의 욕구, 개인적 완벽성, 비난경향성, 과묵화, 정서적 무책임감, 과잉 불안 염려, 문제 회피, 의존성, 무기력, 완벽한 해결의 10가지 하위 요인을 제시한 바 있다. 또한 서수균(2004)은 DiGuiseppe 등(1998)이 개발한 일반적 태도 및 신념 척도(General Attitude and Believes Scale, GABS)를 번안하고 요인을 분석하였다. GABS는 한 개의 합리적 신념 척도와 다섯 개의 비합리적 신념 척도로 구성되어 있었으며, 그 중 비합리적 신념 척도만을 발췌하여 5개의 요인을 추출하였다. 5개의 요인에는 성취에 대한 집착, 자기비하, 불편감이나 좌절에 대한 낮은 인내력, 무시나 부당한 대우에 관한 과민성, 호감이나 인정에 대한 집착이 있다.

두 번째로 역기능적 태도의 요인은 권석만(1994)이 Weissman과 Beck(1978)에 의해 개발된 역기능적 태도 척도(Dysfunctional Attitude Scale, DAS) 40문항을 요

인분석하여 성취지향성과 자율성에 대한 신념과 사회적 의존성과 애정욕구의 두 요인을 추출한 바 있다.

또한 조용래와 홍세희(2006)는 조용래와 원호택(1999)의 역기능적 신념 검사(Dysfunctional Belief Test, DBT)를 바탕으로 역기능적 신념 검사 단축판을 구성하면서 역기능적 신념 구성요인으로 사회적 자기에 대한 부정적 개념, 타인의 인정에 대한 과도한 요망(要望), 그리고 타인 및 사회적 관계에 대한 부정적인 신념의 세 요인을 추출하였다. 이상에서 기술한 역기능적 신념의 구성요인을 정리하면 <표 II-1>과 같다.

이처럼 역기능적 신념의 요인에 대해서는 학자마다 다양하게 접근하고 있으나 대부분 중복되는 핵심 개념들이 있다. 즉, 타인에 의한 인정욕구와 성취에 대한 집착, 그리고 이로 인한 자기에 대한 부정적 개념이 역기능적 신념 요인의 주요 개념이라 할 수 있다.

<표 II-1> 역기능적 신념의 구성요인

학 자	역기능적 신념의 구성요인
Jones(1969)	인정의 욕구, 개인적 완벽성, 비난 경향성, 과국화, 정서적 무책임감, 과잉 불안 염려, 문제 회피, 의존성, 무기력, 완벽한 해결(10가지)
Cane 등(1986)	성취지향성, 타인에 대한 인정(2가지)
권석만(1994)	성취지향성과 자율성, 사회적 의존성과 애정욕구(2가지)
DiGuiseppe 등(1998)	성취에 대한 집착, 자기비하, 불편감이나 좌절에 대한 낮은 인내력, 무시나 부당한 대우에 대한 과민성, 호감이나 인정에 대한 집착(5가지)
조용래, 원호택(1999) 조용래, 홍세희(2006)	사회적 자기에 대한 부정적 개념, 타인 및 사회적 관계에 대한 부정적인 신념, 타인의 인정에 대한 과도한 요망(3가지)

본 연구에서는 가장 최근에 한국인을 대상으로 신뢰도를 검증하여 역기능적 신념 검사 단축판을 타당화한 조용래와 홍세희(2006)의 연구를 참고하여 사회적 자기에 대한 부정적 개념, 타인의 인정에 대한 과도한 요망, 그리고 타인 및 사회적

관계에 대한 부정적 신념의 세 가지를 역기능적 신념의 요인으로 설정하고자 한다. 이는 위의 세 요인이 지금까지 살펴 본 여러 학자들이 제시한 요인 중 가장 중복되는 핵심개념이기 때문이다.

3. 충동성

가. 충동성의 정의

충동성을 성격특성으로 간주하는 Harriman(1947)은 충동성을 경솔하고 주의력이 부족하고 지나치게 감상적으로 행동하는 것이라 하였고 Buss와 Plimin(1975)은 주저하는 일이 없이 일을 빨리빨리 해치우고 기분 나는 대로 즉흥적으로 결심하는 것, 그리고 자기의 감정을 스스로 억제하지 못하고 행동하는 사람, 무분별하게 행동하는 경향이 있는 것이라고 정의하였다. Gray(1987)는 위협이나 불이익이 있음에도 불구하고 시작한 행동을 중단하거나 조절하는데 어려움을 보이는 성격으로 Barratt과 Patton(1983)은 어떤 일에 대한 반응 시간이 빠르고 행동에 대한 제지를 잘 하지 못하며 미래에 대한 계획을 잘 세우지 못하는 계획 능력의 결여로 정의하고 있다(이은영, 2010, 재인용).

일반적으로 충동적인 사람의 기본적 특성은 사전 계획 없이 행동하거나 심사숙고 하지 않고 행동하며 스스로 자신을 통제하지 못한다. 또한 결정하는데 있어서 신중하지 못하며, 다른 곳으로 빠르게 관심을 돌리는 경향이 있다. 따라서 충동성이 높은 아동들은 자제력이 약하고 자신의 기분 나는 대로 행동한다. 이 특성은 단순성, 사태의 감정적 처리, 즉흥성·폭발성 등을 말하며, 판단이나 행동이 기분에 좌우되고, 침착성과 자제력이 결여되는 경향을 뜻한다. 충동적 행동은 계획에 의한 것이 아니라 순간적인 감정의 지배에 의한 것이기 때문에 공격적 행동이나 자살 등의 예기치 못한 행동을 일으키기도 한다(팽현기, 2003).

나. 충동성 유형

Barratt Impulsiveness Scale II판에 의하면 충동성의 개념에서 주의집중 결핍은

인지 충동성으로, 선택과 조절 통제 of 어려움은 운동 충동성으로, 계획 능력의 결핍은 무계획 충동성으로 구분할 수 있다.

김지영(2005)에 의하면 이들 각각의 하위 유형에 대한 특징은 다음과 같다. 첫째, 인지충동성의 특징이 있는 사람은 어떤 일에든지 쉽게 몰두할 수 없으며, 실수를 범하지 않기 위해 신중하게 생각한 후 행동하는 일이 없다. 복잡한 문제를 놓고 생각하는 것을 싫어하며, 복잡한 일을 생각하려 하면 곧 싫증이 난다. 한 가지 일이 끝날 때까지 한결같이 계속 추구하지 못하며, 깊이 생각하던 일도 다른 생각이 떠오르면 그것 때문에 크게 방해받는다. 둘째, 운동충동성의 특징이 있는 사람은 깊이 생각해보지 않고 일을 시작하는 경향이 있으며, 자기자신을 스스로 억제할 수가 없다. 한군데에 오랫동안 앉아 있기가 힘이 들며, 깊이 생각하지 않고 말을 한다. 충분한 사전계획이나 앞뒤 생각없이 행동하고, 특별한 계획없이 기분나는 대로 물건을 사며, 또한 수업을 듣거나 대화를 할 때 안절부절 못하는 경향이 있다. 셋째, 무계획 충동성의 특징이 있는 사람은 일을 착수하기 전이나 여행을 떠나기 전에 시간을 두고 세밀한 계획을 세우는 일이 없다. 정기적으로 저축하는 일도 없으며, 한 가지 일이 채 끝나기도 전에 또 다른 일을 착수하며, 그 일에 착수하기 전에 안정성을 고려하지도 않는다.

다. 충동적인 아동의 특징

충동성은 활동을 제지하는 능력의 부족, 직접적인 만족의 추구, 인지적 수행에서의 열등함 등과 같은 요소로 이루어져 있으며 충동성이 높은 아동은 학교 성적이 부진하고 학습장애를 보이며, 탈선적이고 활동지향적인 행동을 통해 감정적이고 정서적인 갈등을 외부로 표출하는 특성을 가지고 있다. 또한 상황에 따라 자기 행동을 조절하는 것에 익숙하지 않으며 목적을 갖고 행동하지 못하고 돌발적이고 산만하며 자신의 위치에서 자주 이탈한다고 한다(이은영, 2010, 재인용).

충동성과 학교적응력과의 상관관계를 연구한 최장숙(1993)은 충동성과 학업성취도와는 유의한 차이가 없으나 교사에 대한 태도, 학교생활규칙 준수, 교우관계 등의 학교생활 적응과는 상관관계가 있으며 특히 충동성이 높을수록 교우관계가 더 부정적이라고 하였다. 강명숙(1991)은 충동적인 아동은 매일의 환경적 요구에

대해 장애를 갖게 되고, 친구를 사귀고 우정을 유지하는데 곤란을 겪고 있으며, 또 동료와 어른들로부터 부적절하다는 평가를 받고 있다고 하였다. 이처럼 충동적인 아동들은 자주 학습에 어려움을 보이며, 수업 방해 행동을 많이 하고, 자기 통제, 정서적 문제, 교사 및 교우관계 문제에 어려움이 있으며, 이러한 정서적·행동적 충동성으로 인하여 학교적응에 많은 문제를 보이고 있다(이은영, 2010, 재인용).

아동기에 나타나는 우울은 성인기에 나타나는 전형적인 우울증상과는 다른 특성을 보이며 충동적인 행동이나 급작스러운 분노 또는 비순응적이고 반항적인 행동으로 숨겨진다고 한다.

4. 역기능적 신념, 충동성, 인터넷 중독과의 관계

가. 충동성과 인터넷 중독과의 관계

충동성은 활동을 제지하는 능력의 부족, 직접적인 만족의 추구, 인지적 수행에서의 열등함 등과 같은 요소로 이루어져 있으며(Block & Harrington, 1974) 충동성이 높은 아동은 학교 성적이 부진하고 학습장애를 보이며, 탈선적이고 활동 지향적인 행동을 통해 감정적이고 정서적인 갈등을 외부로 표출하는 특징을 가지고 있다(Messer, 1979). 또한 상황에 따라 자기행동을 조절하는 것에 익숙하지 않으며 목적을 갖고 행동하지 못하고 돌발적이고 산만하여 자신의 위치에서 자주 이탈한다고 한다. 충동성은 회피적인 대처방식, 낮은 자존감과 더불어 중독적인 행동성향을 가지는 사람들의 공통적인 특징이며, 자기 통제력의 상실을 가장 잘 나타내는 성격특징이 바로 충동성이다. 또한 충동적인 사람은 반항적이고 화를 잘 내고, 타인에 대한 우호성과 책임감이 적고, 자기 통제력이 부족하며, 아동기의 충동성은 청소년기 또는 성인기의 부적응 혹은 비행과 관련이 있는 것으로 보고되어지고 있다(이은영, 2010, 재인용).

기존의 많은 연구결과들에서 전혀 약물을 사용하지 않은 중독적인 행동의 기저에는 다른 중독장애와 공통적으로 충동통제력 결핍이 있다고 보고하고 있다(Knecht, 1995). 또한 이송선(2000)은 자아실현의 지연과 쾌락원칙의 추구, 자기

조절의 불완전 등으로 약물, 전자게임 등과 같은 특정행동 집착이나 내적 공격 충동의 즉각적인 행동으로 비행 등의 문제로 표출될 수 있다고 하였다.

라민오(2001)는 인터넷이 자기 통제, 자기조절의 어려움을 겪게 되는 충동성이 높은 아동에게 매력적인 특성들을 가지고 있으며, 필요한 정보를 즉각적으로 얻을 수 있고 원하지 않으면 언제든지 중단할 수 있는 자기 위주의 편의성이 욕구 만족을 지연하거나 자신의 욕구를 절제할 필요가 없는 상황을 만든다고 하였다. 박영숙(2002)의 청소년의 심리적 특성과 인터넷 중독간의 상관관계 연구에서 인터넷 중독과 충동성 수준에서 유의미한 정적 상관이 나타났다. 이은영(2010)의 연구에서도 충동성 변인 중 인터넷 중독에 유의미한 영향력을 가지는 변인은 운동충동성으로 나타나 깊이 생각해보지 않고 일을 시작하거나 자기 자신을 스스로 억제할 수 없는 특징을 운동충동성이 높은 사람들의 특징으로 볼 때 인터넷을 사용하는 행동을 조절하지 못하고 계속적으로 반복하게 되는 행동과 연관이 되어 있다고 보고 있다.

팽현기(2003)는 중·고등학생을 대상으로 인터넷 중독 청소년의 우울감, 충동성 등의 연구에서 인터넷 중독 집단이 비중독집단에 비해 우울, 충동성이 유의미하게 높게 나타났다고 보고하였다. 이대환(2004)은 고등학생을 대상으로 인터넷 중독과 우울, 충동성, 강박성과의 관계에서 인터넷 중독군이 비중독군에 비해 충동성, 우울, 강박성 점수가 유의미하게 높은 것을 확인하였다(정재홍, 2012).

진정명(2005)의 연구에서 인터넷 중독 성향 초등학생들의 심리적 특성으로 충동성과 심리적 안녕감, 불안을 주요 요인으로 꼽았으며, 이상명(2002)의 연구에서는 인터넷 사용시간이 길어질수록 사회성 척도의 하위요인의 평균점수도 낮아진다고 하였다.

나. 역기능적 신념, 충동성, 인터넷 중독과의 관계

충동성을 인지적인 특성으로 보는 견해로 Dickman(1990)은 ‘동등한 능력을 가진 대부분의 사람보다 행동하기 전에 덜 숙고하는 경향성’으로 정의내리고 충동성의 인지적인 특성에 초점을 맞춘다. 또한 Kagan(1965)은 충동성은 인지양식의 한 분류로서 사려성과 대조되는 개념으로 보고, 사려성-충동성 인지양식의 측정

은 불확실하고 애매한 상황에서 여러 가지 선택 대안 중에 특정한 정보를 선택할 때 나타난다고 하였다.

충동성에 대한 인지-행동주의적 접근에서는 충동성을 인지적인 문제해결능력의 손상으로 설명하며(Kendall & Finch, 1976), 충동적인 아동은 ‘계획적인 방식으로 과제상황에 반응하는 능력과 상황적 요구에 따라 부적절한 행동을 제지하는 능력이 결핍되어 있다’(Olson, 1999)는 것이며, 특히 인지과정에 관심을 두는 행동주의자들은 충동성은 불충분하게 또는 부적절하게 매개된 학습 경험의 결과에 원인이 있다는 가설을 제시하였다(이명숙, 2008).

인지조절능력측면에서 중독의 원인은 인지적 유연성의 부족으로 설명할 수 있으며, 강박적 중독행위는 이전에 긍정적 정서를 유발한 보상 활동에 고착되어 그 행위가 부정적 결과를 주는 것에도 불구하고 다른 형태의 보상 활동으로 변환하지 못하기 때문에 나타나는 증상이라고 볼 수 있기 때문이다(Crews et al., 2007) 중독적 행동은 즉각적으로 받는 보상의 긍정적 정서로 인하여 장기적으로 나타나는 부정적인 결과를 고려하지 않은 비합리적인 의사결정능력을 가지고 있다고 할 수 있다(정다운, 2013).

많은 학자들이 인터넷의 지나친 사용이 개인의 인지적, 심리적, 사회적 활동 등의 생활 전반에 부적응적인 장애를 초래한다고 보았으며, Davis는 병리적 인터넷 사용의 인지행동적 모형을 인지적 측면과 행동적 측면을 구분하고 그에 영향을 미치는 환경과 심리적인 요소를 구분하여 설명하였다(정재홍, 2012).

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 제주시내에 소재한 초등학교에 재학중인 5, 6학년 342명을 대상으로 이루어졌으며, 이 중 불성실한 응답자를 제외한 320명에 대하여 분석이 이루어졌다. 연구대상의 일반적 특성은 <표 Ⅲ-1>과 같다.

<표 Ⅲ-1> 연구대상의 일반적 특성

구 분	성별		학년별		전체
	남	여	5학년	6학년	
조사대상자 수	176	166	89	253	342
유효응답자 수	164	156	84	236	320
유효 응답율	93.2%	94.0%	94.3%	93.3%	93.6%

2. 측정도구

본 연구에서는 아동의 역기능적 신념, 충동성, 인터넷 중독 성향을 측정하기 위한 도구로 세 가지 검사 도구를 사용하였으며, 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

가. 인터넷 중독 검사

한국정보문화원(2002)의 인터넷 중독 성향예방센터에서 개발한 한국형 인터넷 중독 성향 자가진단검사(K-척도)를 사용하였다. 이 검사는 5개의 하위요인으로 구성되어 있으며 일상생활장애요인(1요인)이 6문항, 금단요인(2요인)이 4문항, 가상적 대인관계 지향성 요인(3요인)이 4문항, 일탈행동 요인(4요인)이 2문항, 내성요인(5요인)이 5문항 등 총 20문항으로 구성되었다.

Likert식 4점 척도로 구성되어 있으며, ‘전혀 그렇지 않다’에 1점, ‘대때로 그렇다’에 2점, ‘자주 그렇다’에 3점, ‘항상 그렇다’에 4점을 주었다. 측정된 점수의 총합이 높을수록 인터넷 중독 성향이 높음을 의미한다.

<표 III-2>에서 보는 바와 같이 인터넷 중독 요인에 대한 신뢰도 분석 결과, 전체 신뢰도는 .891로 나타났으며, 하위요인별 신뢰도는 일상생활 장애요인이 .703, 금단요인이 .761, 가상적 대인 관계 지향성 요인이 .848, 일탈행동이 .797, 내성이 .767로 나타나 모든 문항에서 .6이상으로 나타났으며, 이는 각 문항 간 내적 일치도가 매우 높은 것으로 나타났다.

<표 III-2> 인터넷 중독 검사의 하위요인별 문항구성 및 신뢰도

하위요인	문항 번호	문항 수	Cronbach's α
일상생활 장애요인(1요인)	1 ~ 6	6	.703
금단요인(2요인)	7 ~ 10	4	.761
가상적 대인관계 지향성 요인(3요인)	11 ~ 14	4	.848
일탈행동(4요인)	15, 16	2	.797
내성(5요인)	17 ~ 20	4	.767
전 체		20	.891

검사의 결과는 고위험 사용자군, 잠재적 위험 사용자군, 일반 사용자군으로 분류되며 채점기준은 총점기준방법과 요인기준방법의 두 가지 판별방법이 있으며 기준은 <표 III-3>과 같다.

<표 III-3> 한국형 인터넷 중독 자가진단 검사(K-척도) 초등학교 채점 기준

사용자군	사용자군의 특성	채점기준	판정기준
고위험 사용자군	일상생활에서 심각한 장애를 보이면서 내성 및 금단현상이 나타남	① 총점 46점 이상 ② 1요인 14점 이상 ③ 2요인 10점 이상 ④ 5요인 11점 이상	①에 해당하거나 ② ~ ④ 모두 해당하는 경우
잠재적 위험 사용자군	인터넷 사용시간이 늘어나고 학업에 어려움이 나타날 수 있음	① 총점 41 ~ 45점 ② 1요인 13점 이상 ③ 2요인 9점 이상 ④ 5요인 10점 이상	① ~ ④ 중 한 가지라도 해당되는 경우
일반 사용자군	특이한 문제를 보이지 않으며, 자기행동을 관리한다고 생각함	① 총점 40점 이하 ② 1요인 12점 이상 ③ 2요인 8점 이상 ④ 5요인 9점 이상	① ~ ④ 모두 해당하는 경우

나. 역기능적 신념 검사

본 검사는 조용래와 원호택(1999)이 사회공포증의 인지적 취약성 변인인 역기능적 신념을 측정하기 위해 제작하고, 홍세희와 조용래(2006)가 구성한 역기능적 신념검사(Dysfunctional Belief Test, DBT)의 단축판을 임다영(2009)이 아동용으로 수정하여 사용한 것으로 하위요인은 사회적 자기에 대한 부정적인 개념, 타인의 인정에 대한 과도한 요망, 타인 및 사회적 관계에 대한 부정적인 신념의 세 개 요인으로 이루어져 있다. 질문지는 각 요인별로 12문항씩 총 36개의 문항으로 구성되어 있다.

Likert식 5점 평정 척도로 구성되어 있으며 ‘매우 아니다’에 1점, ‘아니다’에 2점, ‘보통이다’에 3점, ‘그렇다’에 4점, ‘매우 그렇다’에 5점을 주었다. 측정된 점수가 높을수록 역기능적 신념이 높음을 의미한다.

<표 III-4>에서 보는 바와 같이 역기능적 신념 요인에 대한 신뢰도 분석 결과, 전체 신뢰도는 .946으로 나타났으며 하위요인별 신뢰도는 사회적 자기에 대한 부정적 개념이 .893, 타인의 인정에 대한 과도한 요망이 .886, 타인 및 사회적 관계에 대한 부정적 신념이 .932로 나타나, 모든 문항에서 .6 이상으로 나타났으며, 이는 각 문항 간 내적 일치도가 매우 높은 것으로 나타났다.

<표 III-4> 역기능적 신념 검사의 하위요인별 문항구성 및 신뢰도

하위요인	문항번호	문항수	Cronbach's α
사회적 자기에 대한 부정적 개념	1~12	12	.893
타인의 인정에 대한 과도한 요망	13~24	12	.886
타인 및 사회적 관계에 대한 부정적 신념	25~36	12	.932
전 체		36	.946

다. 충동성 검사

충동성을 측정하기 위하여 이현수(1992)가 번안한 Barratt 충동성 검사II (Barratt Impulsiveness Scale)(1969)판의 23문항을 사용하였다. 이 검사는 총 23 문항으로 구성되어 있으며 요인분석을 통해 인지충동성 6문항, 운동충동성 8문항, 무계획충동성 9문항의 세 가지 하위요인으로 구분되어 있다. 응답 방법은 '전혀 그렇지 않다'(1점)에서 '항상 그렇다'(4점)까지의 Likert식 4점 척도로 구성되어 점수가 높을수록 충동성이 높은 것을 의미한다.

<표 III-5>에서 보는 바와 같이 충동성 요인에 대한 신뢰도 분석 결과, 전체 신뢰도는 .703으로 나타났으며 하위요인별 신뢰도는 인지충동성이 .620, 운동 충동성이 .713, 무계획 충동성이 .680으로 나타나, 모든 문항에서 .6이상으로 나타났으며, 이는 각 문항 간 내적 일치도가 매우 높은 것으로 나타났다.

<표 III-5> 충동성 검사의 하위영역별 문항구성 및 신뢰도

하위요인	문항수	문항번호	Cronbach's α
인지충동성	6	(5), (8), (11), 14, (16), 21	.620
운동충동성	8	2, 4, 7, 10, 13, 15, 18, 22	.713
무계획충동성	9	(1), (3), (6), (9), 12, 17, (19), 20, (23)	.680
계	23		.703

* ()은 역채점 문항임.

3. 자료수집 절차

본 연구에서는 질문지를 통한 양적 접근법을 활용하였다. 임의표집을 통해 선정된 조사대상자에게 인터넷 중독 성향 검사, 역기능적 신념 검사, 충동성 검사로 구성된 설문지를 배포하여 검사를 실시하였다. 질문지 자료의 수집은 제주 시내 2개 초등학교 5~6학년 13개 학급 학생을 대상으로 담임교사의 협조를 얻어 본 검사의 취지를 설명하고 실시하도록 하였다. 이 연구에 대한 설문지 배부 및 회수 기간은 2013년 2월 4일부터 2월 20일까지였으며, 총 342부를 배부·회수하였으며 그 중 무응답을 포함한 불성실한 설문지 22부를 제외한 320부를 본 연구의 분석 자료로 활용하였다.

4. 자료 분석방법

본 연구에서 수집된 모든 자료는 각 검사의 채점기준에 근거하여 점수화한 후 통계적 분석은 SPSS 18.0 프로그램을 이용하여 분석하였다.

첫째, 조사대상자의 기초 통계량 산출을 위해 역기능적 신념, 충동성, 인터넷 중독의 하위요인 및 전체점수에 대한 평균(M)과 표준편차(SD)를 구하였다.

둘째, 아동의 역기능적 신념과 충동성, 인터넷 중독 성향간의 관계를 알아보기 위하여 Pearson의 상관분석을 실시하였다.

셋째, 역기능적 신념과 충동성의 하위요인별 인터넷 중독 성향의 설명력을 분석하기 위해 독립변수들 간의 다중공선성을 살펴보고, 다중회귀분석을 실시하였다.

넷째, 아동의 역기능적 신념과 인터넷 중독 성향과의 관계에서 충동성의 매개효과를 확인하기 위해 단계적 회귀분석을 실시한 후, 매개효과의 유의성 검증을 위한 Sobel test를 실시하였다.

IV. 연구결과

1. 기술통계와 상관관계

가. 기술통계

인터넷 중독 수준에 따른 역기능적 신념, 충동성, 인터넷 중독의 하위요인별 기술통계 결과는 <표 IV-1>와 같다.

<표 IV-1> 인터넷 중독 수준에 따른 기술통계

(N=320)

구 분	고위험 사용자군		잠재적 위험 사용자군		일반 사용자군		전체	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
일상생활 장애요인	2.23	0.25	1.89	0.44	1.37	0.36	1.40	0.39
금단요인	2.88	0.67	2.17	0.41	1.33	0.42	1.40	0.51
가상적 대인관계 지향성 요인	2.72	0.89	2.04	0.66	1.23	0.44	1.28	0.51
일탈행동	2.25	0.87	2.38	0.85	1.30	0.44	1.36	0.54
내성	3.00	0.45	2.50	0.89	1.36	0.43	1.44	0.56
인터넷 중독 전체	2.61	0.16	2.15	0.08	1.32	0.30	1.38	0.38
사회적 자기에 대한 부정적 개념	2.43	0.78	2.66	0.78	2.16	0.75	2.18	0.74
타인의 인정에 대한 과도한 요망	2.78	0.65	3.08	0.93	2.70	0.79	2.71	0.80
타인 및 사회적 관계에 대한 부정적 신념	2.69	0.75	2.61	0.88	2.01	0.78	2.05	0.81
역기능적 신념 전체	2.63	0.45	2.78	0.75	2.29	0.64	2.31	0.65
인지충동성	2.44	0.40	2.49	0.54	2.10	0.43	2.13	0.44
운동충동성	2.23	0.62	2.13	0.46	1.65	0.42	1.68	0.43
무계획충동성	2.38	0.29	2.31	0.58	2.12	0.42	2.13	0.43
충동성 전체	2.34	0.27	2.29	0.35	1.95	0.29	1.97	0.31

나. 상관관계

역기능적 신념, 충동성, 인터넷 중독 성향 간의 상관관계를 살펴보기 위해 변수들 간의 Pearson 상관계수를 산출하였으며, 그 결과는 <표 IV-2>와 같다.

역기능적 신념과 인터넷 중독 성향 간의 상관계수는 .264로 나타나 역기능적 신념이 높을수록 인터넷 중독 성향이 높은 것으로 나타났다($p < .01$). 역기능적 신념의 하위요인과 인터넷 중독 성향 간의 상관계수는 타인과 사회적 관계에 대한 부정적 신념 .276, 자기에 대한 부정적 개념 .223, 타인의 인정에 대한 과도한 요망 .165로 유의한 정적상관을 나타냈다. ($p_s < .01$) 따라서 자기에 대한 부정적 개념, 타인의 인정에 대한 과도한 요망, 타인과 사회적 관계에 대한 부정적 신념이 높을수록 인터넷 중독 성향도 높아진다.

충동성과 인터넷 중독 성향 간의 상관계수는 .245로 나타나 충동성이 높을수록 인터넷 중독 성향이 높은 것으로 나타났다($p < .01$). 충동성의 하위요인과 인터넷 중독 성향 간의 상관계수는 운동충동성 .404, 인지충동성 .149로 유의한 정적상관을 나타내($p_s < .01$) 운동충동성, 인지충동성이 높을수록 인터넷 중독 성향도 높아진다.

역기능적 신념과 충동성간의 상관계수는 .296으로 나타나 역기능적 신념이 높을수록 충동성이 높은 것으로 나타났다($p < .01$). 역기능적 신념의 하위요인과 충동성과의 상관계수는 타인의 인정에 대한 과도한 요망 .314, 자기에 대한 부정적 개념 .234, 타인과 사회적 관계에 대한 부정적 신념 .194로 나타나($p_s < .01$) 자기에 대한 부정적 개념, 타인의 인정에 대한 과도한 요망, 타인과 사회적 관계에 대한 부정적 신념이 높을수록 인터넷 중독 성향도 높아진다.

<표 IV-2> 역기능적 신념, 충동성 요인과 인터넷 중독 성향 간의 상관관계

(N=320)

구 분	1a	1b	1c	1d	1e	1	2a	2b	2c	2	3a	3b	3c	3
일상생활 장애요인(1a)	1													
금단요인(1b)	.530**	1												
가상적대인관계지향성(1c)	.354**	.532**	1											
일탈행동(1d)	.426**	.522**	.228**	1										
내성(1e)	.572**	.578**	.411**	.557**	1									
인터넷 중독 성향 수준 전체(1)	.787**	.831*	.684**	.647**	.827**	1								
인지충동성(2a)	.061	.161**	.081	.098	.168**	.149**	1							
운동충동성(2b)	.356**	.333**	.163**	.263**	.397**	.404**	.201**	1						
무계획충동성(2c)	-.065	-.002	-.023	.012	.029	-.017	.535**	.026	1					
충동성 전체(2)	.161**	.223**	.099	.173**	.274**	.245**	.772**	.579**	.769**	1				
자기에대한부정적개념(3a)	.145**	.214**	.156**	.119*	.201**	.223**	.085	.345**	.061	.234**	1			
타인의 인정에 대한 과도한 요망(3b)	.132*	.174**	.038	.135*	.154**	.165**	.220**	.268**	.180**	.314**	.644**	1		
타인 및 사회적 관계에 대한 부정적신념(3c)	.241**	.180**	.169**	.120*	.293**	.276**	.085	.352**	-.017	.194**	.548**	.463**	1	
역기능적 신념 전체(3)	.207**	.225**	.143*	.149**	.259**	.264**	.157**	.384**	.090	.296**	.865**	.840**	.807**	1

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

2. 역기능적 신념과 충동성이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향

가. 역기능적 신념이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향

역기능적 신념의 하위요인인 자기에 대한 부정적 개념, 타인의 인정에 대한 과도한 요망, 타인 및 사회적 관계에 대한 부정적 신념이 인터넷 중독 성향을 얼마나 잘 설명하는지를 알아보기 위하여 인터넷 중독 성향을 종속변수로 하여 다중회귀분석을 실시하였으며, 그 결과는 <표 IV-2>와 같다.

<표 IV-3> 인터넷 중독 성향에 대한 역기능적 신념의 다중회귀분석 결과

(N=320)

예측변인	비표준화 계수		표준화 계수	t	R ²	F	공선성 통계량	
	B	SE	β				공차한계	VIF
(상수)	1.061	.076		13.878				
자기에 대한 부정적 개념	.054	.039	.107	1.406	.083	9.593***	.505	1.978
타인의 인정에 대한 과도한 요망	-.003	.034	-.006	-.082			.566	1.761
타인 및 사회적 관계에 대한 부정적 신념	.103	.031	.220	3.365***			.679	1.474

*** $p < .001$

<표 IV-3>에서 역기능적 신념이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향을 살펴보면 타인 및 사회적 관계에 대한 부정적 신념($\beta=.220$)이 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며($p < .001$) 인터넷 중독에 대한 역기능적 신념의 전체 설명력 8.3%를 차지하였다($F=9.593, p < .001$). 따라서 타인 및 사회적 관계에 대한 부정적 신념이 높을수록 인터넷 중독 성향이 높아짐을 알 수 있다. 분석결과는 공차 한계값이 0.1 이상이고 VIF 값이 10이하로 다중공선성의 문제가 없는 것으로 나타났다.

나. 충동성이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향

충동성의 하위요인인 인지충동성, 운동충동성, 무계획충동성이 인터넷 중독 성향을 얼마나 잘 설명하는지를 알아보기 위하여 인터넷 중독 성향을 종속변수로 하여 다중회귀분석을 실시하였으며, 그 결과는 <표 IV-3>와 같다.

<표 IV-4> 인터넷 중독 성향에 대한 충동성의 다중회귀분석 결과

(N=320)

변인	비표준화 계수		표준화 계수	t	R ²	F	공선성 통계량	
	B	SE	β				공차한계	VIF
(상수)	.770	.126		6.096				
인지충동성	.103	.053	.121	1.953	.174	22.123***	.679	1.473
운동충동성	.335	.046	.382	7.272***			.950	1.052
무계획충동성	-.080	.053	-.091	-1.501			.707	1.415

*** $p < .001$

<표 IV-4>에서 충동성이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향력을 살펴보면 운동충동성($\beta = .382$)이 인터넷 중독 성향 수준에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다($p < .001$), 인터넷 중독에 대한 충동성의 전체 설명력은 17.4%를 차지하였다($F = 22.123, p < .001$). 따라서 운동충동성이 높을수록 인터넷 중독 성향이 높아짐을 알 수 있다. 분석결과는 공차한계값이 0.1 이상이고 VIF 값이 10이하로 다중공선성의 문제가 없는 것으로 나타났다.

3. 역기능적 신념과 인터넷 중독 성향과의 관계에서 충동성의 매개효과

역기능적 신념, 충동성, 인터넷 중독 성향 간의 관계를 동시에 살펴보고, 충동성이 역기능적 신념과 인터넷 중독 성향을 매개하여 영향을 미치는 것인지 알아보기 위해 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 매개효과 검증 절차를 걸쳐 분석하였으며 그 결과는 <표 IV-4>와 같다.

<표 IV-5> 역기능적 신념과 인터넷 중독 성향과의 관계에서 충동성의 매개효과 검증결과

(N=320)

단계	변인	비표준화 계수		표준화 계수	t	R ²	F	Sobel test (Z)
		B	SE	β				
독립 → 매개	(상수)	1.653	.060		27.467	.088	30.578***	
	역기능적 신념 → 충동성	.138	.025	.296	5.530***			
독립 → 종속	(상수)	1.030	.075		13.713	.070	23.906***	
	역기능적 신념 → 인터넷 중독 성향	.153	.031	.264	4.889***			2.816
독립 매개 → 종속	(상수)	.656	.136		4.832			
	역기능적 신념 → 인터넷 중독 성향	.121	.032	.210	3.770***	.100	17.690***	
	충동성 → 인터넷 중독 성향	.226	.069	.183	3.278***			
총효과		.264		직접효과	.210	간접효과	.054	

*** p<.001

역기능적 신념과 인터넷 중독 성향과의 관계에서 충동성의 매개효과에 대하여 <표 IV-5>에서 살펴보면 먼저, 역기능적 신념은 충동성에 정적인 영향을 미치고 ($\beta=.296, p<.001$), 충동성에 대한 역기능적 신념의 설명력은 총 분산의 8.8%이다 ($F=30.578, p<.001$). 또한 역기능적 신념은 인터넷 중독 성향에 정적인 영향을

미치고($\beta=.264, p<.001$), 인터넷 중독 성향에 대한 설명력은 총 분산의 7.0%이다($F=23.906, p<.001$). 마지막으로 역기능적 신념과 충동성을 동시에 고려할 때 전체 설명력은 10.0%이며($F=17.960, p<.001$), 역기능적 신념이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향은 감소하여($\beta=.210, p<.001$) 충동성이 역기능적 신념과 인터넷 중독 성향과의 관계를 부분매개 하였음을 알 수 있다. 즉, 역기능적 신념이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향력의 직접효과는 .210(79.5%), 간접효과는 .054(20.5%)이다.

보다 정확히 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위하여 Sobel Test를 실시한 매개효과는 통계적으로 유의한 것으로 확인되었다($Z= 2.816, p<.001$).

따라서 역기능적 신념은 인터넷 중독 성향에 직접적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 매개변수인 충동성을 통해서도 간접적인 영향을 미치는 것으로, 역기능적 신념이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향은 개인의 충동성 수준에 따라 달라질 수 있음을 알 수 있다.

V. 논의 및 제언

1. 논의

본 연구는 아동의 역기능적 신념과 충동성이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향과 역기능적 신념과 인터넷 중독 성향 간에 충동성 수준이 미치는 매개효과를 파악함으로써 아동이 합리적인 신념을 지니고 충동성을 조절할 수 있는 치료 프로그램을 개발하는 데 기초자료로 활용할 뿐만 아니라 아동들이 효율적이고 긍정적인 수단으로 인터넷을 활용할 수 있도록 대안을 마련하기 위한 자료를 제공하는 데 목적이 있다.

본 연구결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째 역기능적 신념과 충동성 인터넷 중독 성향간의 상관분석을 실시한 결과 역기능적 신념, 충동성, 인터넷 중독 성향 간에는 서로 유의미한 상관을 보였다. 이러한 결과는 인터넷 중독 성향이 개인의 심리적 요인으로 성격이 많은 부분을 차지하는데 사회생활에 자신감이 심하게 결핍되거나 극단적인 성격으로 충동을 잘 억제하지 못하는 사람들이 인터넷 중독 성향에 빠질 가능성이 높음을 나타낸다.

또한 Davis(2001)가 제시한 병리적 인터넷 사용이 개인의 인지적, 심리적 사회적 활동 생활 전반에 부적응적인 장애를 초래하고, 현실도피의 수단으로 인터넷 공간에 빠져들면 들수록 자기 통제력을 상실하게 되고 일상생활에의 부작용, 감정조절능력 감소, 대인관계의 장애 등을 일으킨다고 한다는 점과 일치함을 알 수 있다.

둘째, 역기능적 신념은 인터넷 중독 성향에 유의미한 영향을 미치며, 역기능적 신념의 하위요인 중 타인 및 사회적 관계에 대한 부정적 신념이 인터넷 중독 성향에 중요한 영향을 미치는 것으로 나타나, 타인 및 사회적 관계에 대한 부정적 신념이 높을수록 인터넷 중독 성향이 높아짐을 알 수 있다.

이러한 결과는 Young (1996)이 인터넷 중독의 원인으로 제시한 일상생활에서 대인관계가 원만하지 못한 사람들에게 인터넷상에서 다른 사람들과 대화하거나 게임을 벌일 수 있다는 것이 매력적인 중독의 유인자극이 될 수 있다는 점을 지

지한다. 또한 Suler(1996)가 메슬로우의 욕구단계이론과 접목하여 제시한, 인터넷이 현실에서 충족되지 않은 소속과 애정욕구를 온라인상에서 만나는 사람을 통해 충족시켜 줄 수 있다고 한 점과도 일치하는 결과이다.

현실세계에서 사회적 기술이 부족하거나 자신감이 부족하여 친구관계를 잘 맺지 못하는 청소년들은 자기를 실제로 들어낼 필요도 없고 다르게 나타낼 수 있는 사이버 공간에서의 만남에 쉽게 빠질 수 있다. 실생활에서의 친구보다 온라인상에서의 친구와 더 가까워지게 되어 점차적으로 일상생활에서 대인관계의 문제와 소외, 고립 등 역기능적인 문제가 발생하게 되는 것이다.

인지조절능력 측면에서 중독의 원인을 인지적 유연성의 부족으로 설명하였는데, 아동이 자신에 대해 가지고 있는 신념 수준의 차이가 인지적 유연성의 차이를 가져오고 인터넷 중독 성향의 차이를 가져 올 수 있는 것이다.

셋째, 충동성은 인터넷 중독 성향에 유의미한 영향을 미치며, 충동성의 하위요인 중 운동 충동성이 인터넷 중독 성향에 중요한 영향을 미치는 것으로 나타나 운동 충동성이 높을수록 인터넷 중독 성향이 높아짐을 알 수 있다.

이러한 결과는 박영숙(2002)의 청소년의 심리적 특성과 인터넷 중독간의 상관관계 연구에서 인터넷 중독과 충동성 수준에서 유의미한 정적 상관이 나타났다는 결과를 지지하며, 이은영(2010)의 연구에서 충동성 변인 중에서 인터넷 중독에 유의미한 영향력을 가지는 변인이 운동충동성으로 나타났다는 점과도 일치한다. 또한, 팽현기(2003)의 인터넷 중독 청소년의 우울감, 충동성 등의 연구에서 인터넷 중독 집단이 비중독 집단에 비해 우울, 충동성이 유의미하게 높게 나타났다는 점, 이대환(2004)의 인터넷 중독과 우울, 충동성, 강박성과의 관계에서 인터넷 중독군이 비중독군에 비해 충동성, 우울, 강박성 점수가 유의미하게 높은 것을 확인한 연구들과도 일치한다.

김지영(2005)이 제시한 운동충동성의 특징이 있는 사람들은 깊이 생각해보지 않고 일을 시작하는 경향이 있으며, 자기 자신을 스스로 억제할 수가 없고, 한곳에 오랫동안 앉아 있기가 힘이 들며, 깊이 생각하지 않고 말을 하거나 충분한 사전 계획이나 앞뒤 생각 없이 행동한다고 한 점을 볼 때 운동충동성이 높은 아동들은 인터넷을 사용하는 행동을 조절하지 못하고 일상생활 장애와 수면 부족 등 신체적인 문제를 일으키고 있음에도 불구하고 생각 없이 인터넷을 계속적으로 반복

하게 됨을 알 수 있다.

넷째, 역기능적 신념과 인터넷 중독 성향 간의 관계에서 충동성은 부분매개효과를 나타냈다. 역기능적 신념은 인터넷 중독 성향에 직접적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 매개변수인 충동성을 통해서도 간접적인 영향을 미치는 것으로, 역기능적 신념이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향은 개인의 충동성 수준에 따라 달라질 수 있음을 나타내고 있다.

충동성에 대한 인지-행동주의적 접근에서 충동성을 인지적인 문제해결능력의 손상으로 설명하며(Kendall & Finch, 1976), 충동성은 불충분하게 또는 부적절하게 매개된 학습 경험의 결과에 원인이 있다는 가설을 제시하였는데, 이는 아동들이 스스로에 대하여 인지적, 심리적으로 부정적인 신념들을 강화할수록 충동적인 성향을 더 많이 지닐 수 있으며, 이러한 아동들은 조절 통제의 어려움으로 인해 자제력이 약하고 자신의 기분 나는 대로 행동함으로써 대인관계에서 어려움을 느끼게 되며 인터넷에 점점 더 빠져들게 된다는 점을 알 수 있다.

아동들이 자신에 대하여 스스로 부족하다거나 주위와 잘 어울리지 못한다는 부정적인 정서와 비합리적인 사고를 지니고, 깊이 생각하지 않고 사전 계획 없이 행동하는 충동적인 행동을 할수록 일상생활에서 대인관계를 어려워하고, 사회적인 친밀감을 형성하는 데 어려움을 느껴 인터넷에 쉽게 빠져들고 집착하게 되는 것이다.

2. 제언

아동기의 인터넷 중독 성향이 청소년기의 더 심각한 인터넷 중독 성향 및 비행과 관련되어짐을 볼 때 아동을 인터넷의 역기능으로부터 보호하기 위하여 다양한 방안들이 모색되어야 할 것이다.

첫째, 일상생활에서 대인관계에 어려움을 겪는 아동들이 도피의 수단으로 인터넷 중독에 빠지게 됨을 볼 때, 부모의 사랑과 관심은 물론 아동들에게 중요한 영향을 미치는 교사, 친구들과 적절한 상호작용을 할 수 있는 여건을 마련해 주어야 한다. 아동기는 신체적, 심리적, 정서적 발달이 원만하게 이루어져야 할 중요한 시기로 아동들이 소외와 고립의 탈출구로 인터넷에 빠져들지 않도록 주위의

지속적인 관심과 배려가 필요하며, 아동들 스스로가 자신에 대하여 긍정적인 정서와 사고를 지닐 수 있도록 다양한 프로그램을 운영할 필요가 있다.

둘째, 자기 통제, 자기조절의 어려움을 겪게 되는 충동성이 높은 아동들이 인터넷에 쉽게 빠지고, 약물이나 게임 등 특정행동 집착이나 내적 공격충동의 즉각적인 행동으로 비행 등의 문제를 야기할 수 있음을 볼 때, 아동들의 충동성 조절 및 자기통제력 향상을 위한 지속적인 치료 프로그램 개발이 필요하다고 본다.

셋째, 인터넷은 일상생활에서 대인관계에 어려움을 느끼고 자기조절과 통제력이 충분히 발달하지 않은 아동들에게 쉽게 빠져드는 위험한 환경이라고 할 수 있다. 더욱이 상업적 사이트가 주종을 이루고 통제되지 않는 상황에서 문제는 더욱 심각하다. 서두에서 밝힌 바와 같이 청소년들 스스로가 해결하고 싶은 고민 1순위가 인터넷 게임과 음란물 중독이란 점을 볼 때, 이러한 문제들을 해결할 수 있는 다양한 장치들을 마련하여 인터넷이 아동들에게 정보 전달과 지식 습득의 도구로 이용되고 문화와 여가를 즐길 수 있는 긍정적인 공간으로 활용될 있도록 하는 환경을 마련할 필요가 있다고 본다.

이상과 같이 연구 결과가 주는 시사점에도 불구하고 본 연구는 한계점을 가지고 있으며 이를 토대로 후속 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 모든 변인은 자기보고식 질문지에 의한 것이기 때문에 연구 대상자의 역기능적 신념, 충동성, 인터넷 중독 성향이 실제보다 과장되거나 혹은 축소되었을 가능성이 있어 자기보고에 기초한 역기능적 신념, 충동성, 인터넷 중독 성향을 정확히 반영하는 데 제한점이 있다. 설문조사를 통한 자기보고 외에도 행동관찰 등 다양한 측정방법을 사용함으로써 조사결과의 타당성을 높이도록 해야 할 것이다.

둘째, 본 연구에서는 인터넷의 부정적인 문제를 토대로 연구한 결과이기 때문에 너무 부정적인 측면만 고려된 경향성이 있어 향후에는 인터넷의 긍정적 측면이 동시에 고려된 연구를 수행할 필요성이 있다.

셋째, 컴퓨터 이외에도 전 연령층에의 휴대전화 확산으로 인한 인터넷 과다 사용과 게임 중독 등의 문제로 인터넷에 대한 연구가 많이 진행되고 있다. 인터넷 과다 사용이 아동, 청소년들에게 긍정적인 측면보다는 죽음, 정신질환 등 각종 사회문제를 일으키는 원인이 되고 있음을 고려할 때 이와 관련한 연구가 꾸

준히 이루어지고 적절한 예방·치료 프로그램이 개발되어 가정과 학교, 사회 안에서 아동들이 보호되고 건전하게 생활할 수 있는 환경이 마련되었으면 한다.

참고문헌

- 권석만 (1994). 한국판 역기능적 태도척도의 타당도 및 변인구조. *심리과학*, 3(1), 100-111
- 김기웅 (2012). 역기능적 신념, 자기제시책략이 초등학생의 부정적 또래관계에 미치는 영향. 석사학위논문, 경남대학교.
- 김선숙 (2004). 초등학생의 인터넷 중독과 학교생활 적응 실태 분석. 석사학위논문, 한국교원대학교 교육대학원.
- 김지영 (2005). 충동성, 자기효능감이 초등학생의 지연행동에 미치는 영향. 석사학위논문, 숙명여자대학교.
- 김효선 (2002). 인터넷 게임중독이 아동의 충동성 및 공격성에 미치는 영향. 석사학위논문, 제주대학교.
- 김희영 (1999). 감성지능에 입각한 자기통제 프로그램이 아동의 충동성과 학업성취에 미치는 효과. 석사학위논문, 부산대학교.
- 라민오 (2001). 충동성, 인터넷 중독 경향과 청소년 사이버 관련 비행의 관계. 석사학위논문, 강원대학교.
- 류금동 (2006). 이혼가정 청소년의 문제행동에 영향을 미치는 인지적 특성에 관한 연구. 석사학위논문, 카톨릭대학교.
- 류길순 (2003). 인터넷 게임중독이 초등학생의 심리적 특성에 미치는 영향. 석사학위논문, 수원대학교.
- 류인균, 하지현, 양은주, 김영미, 장창곡, 우종인 (2000). 인터넷 중독의 정신병리. *정신병리학*, 9, 16~26
- 박선아 (2011). 가족기능이 초등학생 인터넷 중독 경향에 미치는 영향. 석사학위논문, 한국교원대학교.
- 박영숙 (2002). 청소년의 인터넷 중독과 관련된 심리적 특성 탐색. 석사학위논문, 여수대학교.
- 서수균 (2004). 분노와 관련된 인지적 요인과 그 치료적 함의. 석사학위논문, 서울대학교 대학원.

- 송인섭 (1999). **인간의 자아개념 탐구**. 서울: 학지사.
- 신점란 (2005). **인터넷 중독에 따른 청소년의 또래관계 및 역량지각의 차이**. 석사학위논문, 전주대학교 상담대학원.
- 여기준 (2000). **청소년 PC 중독의 유형과 문제점**. 청소년의 PC 중독. 한국청소년상담원.
- 이계원 (2001). **청소년의 인터넷 중독에 관한 연구**. 박사학위논문, 이화여자대학교.
- 이대환 (2004). **청소년 인터넷 중독과 우울, 충동성, 강박성과의 연관성**. 석사학위논문, 인제대학교 대학원.
- 이명숙 (2008). **초등학생의 충동성 감소 및 학교적응력 향상을 위한 인지행동적 집단상담프로그램 개발**. 석사학위논문, 한국교원대학교 교육대학원.
- 이상명 (2002). **초등학생의 인터넷 게임 사용과 사회성과의 관계**. 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 이송선 (2000). **청소년의 컴퓨터 게임중독과 정서적 특성과의 관계: 초등학교 5·6학년과 중학교 2학년을 중심으로**. 석사학위논문, 서울여자대학교.
- 이영화 (2011). **청소년의 부모애착 및 또래애착과 자동적 사고의 관계**. 석사학위논문, 고려대학교.
- 이은영 (2010). **초등학교 고학년 아동의 충동성과 인터넷의 중독적 사용과의 관계 : 대인관계의 매개효과 검증**. 석사학위논문, 덕성여자대학교.
- 이정숙 (2003). **초등학생의 인터넷 과다사용과 공격성 및 충동성과의 관계**. 석사학위논문, 공주대학교.
- 임다영 (2009). **이야기치료 집단상담이 아동의 역기능적 신념과 공격성에 미치는 영향**. 석사학위논문, 서울교육대학교.
- 정다운 (2013). **인터넷 중독 성향의 인지행동학적 특징연구**. 석사학위논문, 고려대학교.
- 정옥분 (2011). **아동발달의 이해**. 서울: 학지사.
- 정재홍 (2012). **감각추구, 충동성, 인터넷 중독 및 부정적 정서간의 인과모형탐색 : 성격강점 자기조절의 조절효과**. 석사학위논문, 경상대학교.
- 정호선 (2009). **인터넷 중독 초등학생의 DAS(Draw A Story) 반응 특징 연구**. 석사학위논문, 서울여자대학교.

- 조수현 (2012). **초등학생의 부모애착이 학교생활 적응에 미치는 영향: 자아탄력성의 매개효과**. 석사학위논문, 전남대학교.
- 진정명 (2005). **초등학생의 컴퓨터 중독과 심리적 특성 및 학업성취도간의 관계**. 석사학위논문, 경남대학교.
- 팽현기 (2003). **인터넷 중독 청소년의 우울감, 충동성, 사회 회피 및 불안에 관한 연구**. 석사학위논문, 영남대학교.
- 하정희, 조한익 (2006). 비합리적 신념에 따른 완벽주의적 순기능과 역기능, **한국심리학회지 상담 및 상담치료**, 18(4), 873-896.
- 홍세희, 조용래 (2006). 역기능적 신념검사 단축판의 구성: Rasch 평정척도 모형의 적용. **한국심리학회지: 임상**, 25(3), 865-880.
- 행정안전부, 한국정보화진흥원 (2012). 2011년 인터넷 중독 성향 실태조사. 서울특별시 여성가족정책실 보도자료(2012. 6. 15) '서울 청소년 상담 1순위, 인터넷 게임 과다사용' 문제.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A.(1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research : Conceptual strategic and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182
- Barratt. E.S., & Patton, J. H.(1983). Impulsivity: Cognitive, behavioral, and psychophysiological correlates. In M. Suckerman(Ed), *Biological base of sensation seeking, impulsivity. and anxiety* (pp. 77-122). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Beck, A. T.(1964). Thinking and depression: II. Theory and therapy. *Archives of General Psychiatry*, 10, 561-571.
- Beck, A. T.(1967). *Depression: causes and treatment*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Beck, A. T.(1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International University Press.
- Beck, A. T.(1988). Cognitive approaches to panic disorder: Theory and therapy. In S. Rachman, & J. D. Maser(Eds.), *Panic: Psychological perspectives*(pp. 91-109). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.

- Beck, A. T., Freeman, A., & Associates.(1990). *Cognitive therapy of personality of depression*. New York: Guilford Press.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G.(1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press.
- Beck, J. S.(1997). **인지치료의 이론과 실제** [*Cognitive Therapy*].(최영희와 이정흠 역). 서울: 하나의학사. (원전은 1995에 출판)
- Davis, R. A.(2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior* 17, 187-195.
- Ellis, A. (1962). Reason and emotion in psychotherapy. Secaucus, NJ: Citadel.
- Corsini, R. J., & Wedding, D. (2000). **현대심리치료** [*Current Psychotherapies*]. 김정희 역(2000). 서울: 학지사.
- Goldberg, I.(1996) Internet addiction. Electronic message posted to research discussion list. (<http://www.rider.edu/user/suler/psycyber/supportgp.html>)
- Goldberg, I.(1996) Internet Addiction Disorder(IAD)-Diagnostic Criteria (<http://www.transarc.com/afs/transarc.com/public/mic/html/addiction.html>)
- Gray, J. A.(1987). Perspectives on anxiety and impulsivity: A commentary. *Journal of Research in Personality*, 21, 493-509.
- Sobel, M. E.(1982). Asymptotic intervals for indirect effects in structural equations models. *Sociological methodology*, 13, 290-312.
- Suler,John(1996). Computer and cyberspace Addiction. Rider univ. copyright.Aut (<http://www.rider.edu/~suler/psycyber/cybaddict.html>)
- Young, K. S.(1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & Behavior*, 1, 237-244.

[Abstract]

The Predictive Effect of Dysfunctional belief and Impulsiveness
on Internet Addiction with Primary school children

Kim Young Ah

Department of Psychotherapy
Graduate School of Social Education
Jeju National University

Supervised by Professor Song Jae hong

This study aims not only to provide basic materials for developing Internet addiction prevention and cure programs, but also to create the environment where children can live safely and while being protected by their families, schools and the society by studying the influence of children's dysfunctional belief and impulsiveness has on the level of Internet addiction and the mediator effect of impulsiveness in relation to dysfunctional belief and the level of Internet addiction.

The subjects for inquiry of this study are the following.

Study Problem 1: Is there correlation between the three factors - dysfunctional belief, impulsiveness, and Internet addiction?

Study Problem 2: What is the level of influence dysfunctional belief has on level of Internet addiction?

Study Problem 3: What is the level of influence impulsiveness has on the level of Internet addiction?

Study Problem 4: does impulsiveness have mediator effect in relation to dysfunctional belief and Internet addiction?

As the measurement tool of this study, dysfunctional belief test (DBT)'s shortened board made by Sehee Hong and Yongrae Cho (2006) that is modified by Dayoung Lim (2009) for children, Barratt impulsiveness test II (1969) board remade by Hyunsoo Lee (1992), and Korea Internet addictiveness self-test (K-test) developed by the Internet addiction prevention center were used.

In order to solve such study problems, surveys have been conducted targeting 320 fifth and sixth grade students from A, B elementary schools in Jeju City, and the material analysis was done using SPSS 18.0 program to conduct multiple regression analysis of the average, standard deviation, and correlation of major factors; and in order to test the mediator effect of impulsiveness in relation with dysfunctional belief and the level of Internet addiction, stepwise regression analysis was conducted.

The summary of the findings of the study is as follows.

First, between dysfunctional belief, impulsiveness, and Internet addiction, there was a static correlation. In other words, the higher dysfunctional belief or impulsiveness is, the higher the level of Internet addiction becomes.

Secondly, dysfunctional belief has a meaningful influence on the level of Internet addiction, and it has been found that negative belief about others and social relations, which is one of sub-factors of dysfunctional belief, has an important effect on the level of Internet addiction, one can find that the higher negative belief about others and social relations is, the higher the level of Internet addiction becomes.

Third, impulsiveness has a meaningful influence on the level of Internet addiction, and it has been found that motor impulsiveness, the sub-factor of impulsiveness, has an important effect on the level of Internet addiction, one can see that the higher motor impulsiveness is, the higher the level of Internet addiction becomes.

Fourth, the impulsiveness within the relationship between dysfunctional belief and the level of Internet addiction showed partial mediated effect. It was found that dysfunctional belief not only directly influences Internet addiction, but also has indirect influence via impulsiveness which is a parameter. Such results of analysis represent the fact that the influence of dysfunctional belief on the level of Internet addiction can be differentiated according to the individual impulsiveness level. Thus, the study signifies that not only parents, also teachers, friends and others around children experiencing difficulties in everyday relationships should help them to increase self-regard with continuous attention and care, so the children would not dive themselves into Internet addiction to escape from such isolation and exclusion; moreover, various programs should be developed and counseling approach for controlling and regulating impulsiveness should be performed so children can develop the ability to self-control.

< 부 록 >

< 설 문 지 >

--	--	--

여러분 안녕하세요?

설문에 응해 주셔서 진심으로 감사합니다.

이 설문지는 초등학교 5,6학년 학생들의 인터넷 사용과 일상생활에 대한 생각이나 행동이 어떤지에 대해 묻고 있습니다. 이 설문은 본인의 이름을 쓰지 않으며 모든 응답 내용은 절대 비밀이 보장되고 설문의 결과는 순수하게 연구의 목적으로만 사용될 것을 약속드립니다.

이 설문 문항은 정답이 없으며 학교 성적이나 행동평가에 반영되지 않을 것입니다. 그러므로 평소 여러분이 가지고 있는 생각이나 느낌대로 **솔직하고 편안하게** 답하여 주실 것을 진심으로 부탁드립니다. 이 설문지는 **연구자 이외에는 아무도 보지 않을** 것입니다. 여러분의 응답 하나 하나는 앞으로 여러분을 더 잘 이해하고 도와주는 데 귀중한 자료로 사용될 것입니다. **한 문항도 빠짐없이** 응답해 주시기 바랍니다.

본 설문지 작성에 시간을 허락해 주심에 진심으로 감사드립니다.

제주대학교 사회교육대학원

심리치료학과

석사과정 김영아

◎ 다음 질문은 여러분의 일반적인 사항에 대한 질문입니다. 자신의 경우에 해당된다고 생각하는 번호에 V표를 해 주세요

1. 성별 : ① 남() ② 여()
2. 학년 : ① 5학년() ② 6학년()
3. 일주일에 인터넷을 얼마나 자주 하고 있습니까?
① 하지 않는다() ② 일주일에 1~2일 정도()
③ 일주일에 3~4일 정도() ④ 일주일에 5~6일 정도() ⑤ 매일 한다()
4. 하루 평균 인터넷 사용시간은 얼마나 됩니까?
① 1시간 미만() ② 1시간 이상~2시간 미만()
③ 2시간 이상~3시간 미만() ④ 3시간 이상~4시간 미만()
⑤ 4시간 이상()
5. 인터넷을 가장 많이 이용하는 장소는 어디입니까?
① 집() ② PC방() ③ 친구 집() ④ 학원, 학교 등()
6. 인터넷을 사용하여 가장 많이 하는 활동을 무엇입니까?
① 정보 및 자료 검색() ② 메일 및 메신저 이용()
③ 카페 및 미니홈피 관리() ④ 게임 및 동영상() ⑤ 영화(드라마) 감상()
7. 부모님과 동거 여부
① 두 분 부모님과 함께 산다() ② 아버지와 함께 산다()
③ 어머니와 함께 산다() ④ 부모님과 함께 살지 않는다()
8. 부모님 중 어느 분이 직장생활을 하시나요?
① 아버지() ② 어머니()
③ 두 분 모두() ④ 두 분 모두 하지 않는다()
9. 본인의 인터넷 이용에 대한 부모님의 태도는 어떠하십니까?
① 전혀 신경을 쓰지 않으신다() ② 약간의 걱정과 잔소리를 하신다()
③ 엄격하게 제한하신다() ④ 격려 및 도움을 주신다()
10. 컴퓨터는 집안 어디에 있습니까?
① 내 방() ② 거실() ③ 형제.자매방() ④ 부모님 방() ⑤기타()

□ 인터넷 중독 성향 진단 척도

다음은 여러분의 인터넷 사용에 관한 질문입니다. 자신과 가장 비슷하다고 생각되는 칸에 표시해주세요

문항	전혀 그렇지 않다	약간 그렇다	자주 그렇다	항상 그렇다
1. 인터넷 사용으로 건강이 이전보다 나빠진 것 같다.				
2. 인터넷을 너무 사용해서 머리가 아프다.				
3. 인터넷을 하다가 계획한 일들을 제대로 못한 적이 있다.				
4. 인터넷을 하느라고 피곤해서 수업시간에 잠을 자기도 한다.				
5. 인터넷을 너무 사용해서 시력 등에 문제가 생겼다.				
6. 다른 할 일이 많을 때에도 인터넷을 사용하게 된다.				
7. 인터넷을 하지 못하면 생활이 지루하고 재미가 없다.				
8. 인터넷을 하지 못하면 안절부절못하고 초조해진다.				
9. 인터넷을 하고 있지 않을 때에도 인터넷에 대한 생각이 자꾸 떠오른다.				
10. 인터넷을 할 때 누군가 방해를 하면 짜증스럽고 화가 난다.				
11. 인터넷에서 알게 된 사람들이 현실에서 아는 사람들보다 나에게 더 잘해준다				
12. 오프라인에서보다 온라인에서 나를 인정해 주는 사람이 더 많다.				
13. 실제에서보다 인터넷에서 만난 사람들을 더 잘 이해하게 된다.				
14. 인터넷을 하는 동안 나는 더욱 자신감이 생긴다.				
15. 인터넷 사용시간을 속이려고 한 적이 있다.				
16. 인터넷 때문에 돈을 더 많이 쓰게 된다.				
17. 인터넷을 하다가 그만 두면 또 하고 싶다.				
18. 인터넷 사용시간을 줄이려고 해보았지만 실패한다.				
19. 인터넷 사용을 줄여야 한다는 생각이 끊임없이 들곤 한다.				
20. 주위 사람들이 내가 인터넷을 너무 많이 한다고 지적한다.				

□ 충동성 검사 척도

다음은 여러분이 일상생활에서 경험할 수 있는 여러 가지 일들을 모아 놓은 것입니다. 자신과 가장 비슷하다고 생각되는 칸에 표시해주세요

문항	전혀 아니다	약간 그렇다	자주 그렇다	항상 그렇다
1. 일을 시작하기 전에 세밀한 계획을 세운다.				
2. 깊이 생각해 보지 않고 일을 시작한다.				
3. 여행을 떠나기 전에 오랜 시간동안 세밀한 계획을 세운다.				
4. 나 자신을 스스로 억제할 수 없다.				
5. 어떤 일든지 쉽게 몰두할 수 있다.				
6. 정기적으로 저축을 한다.				
7. 한군데에 오랫동안 앉아 있기가 힘들다.				
8. 실수를 저지르지 않기 위해 신중하게 생각한 후 행동한다.				
9. 어떤 일을 시작하기 전에 그 일이 안전한가를 깊이 생각한다.				
10. 깊이 생각하지 않고 말을 한다.				
11. 복잡한 문제를 놓고 생각하는 것이 좋다.				
12. 한 가지 일이 채 끝나기도 전에 또 다른 일을 시작한다.				
13. 충분한 사전 계획 없이 행동한다.				
14. 복잡한 일을 하려고 하면 곧 싫증이 난다.				
15. 앞 뒤 생각 없이 행동한다.				
16. 한 가지 문제를 붙잡으면 그것이 해결될 때까지 한결같이 계속 추구한다.				
17. 이리저리 자주 옮겨 다니면서 사는 것이 좋다.				
18. 특별한 계획 없이 기분 나는 대로 물건을 산다.				
19. 일단 시작한 일은 어떤 일이 있어도 끝맺으려고 한다.				
20. 용돈을 타는 날이 되기도 전에 다 써 버린다.				
21. 깊이 생각하던 일도 다른 생각이 떠오르면 그것 때문에 크게 방해를 받는다.				
22. 수업시간이나 친구들과 얘기할 때 가만히 있지 못한다.				
23. 장래의 계획을 구체적으로 세운다.				

□ 역기능적 신념 검사

여러분이 생각하는 대로 대답하시면 됩니다. 자신과 가장 비슷하다고 생각되는 칸에 표시해주세요

문항	매우 아니다	아니다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1. 내 의견에 동의하지 않는 친구가 있다면 그 친구들은 나를 좋아하지 않아서 그러는 것이다.					
2. 사람들은 원래 이기적이고 손해 보기 싫어하는 존재이다.					
3. 사람들이란 알고 보면 다른 사람에 대해 험담하기는 좋아하면서도 상대방에게 진정한 관심이 없다.					
4. 다른 사람에게 도움을 요청하는 것은 정신이 나약한 사람들이나 하는 것이다.					
5. 어색한 친구관계는 애초에 그만두는 것이 낫다. 그렇지 않으면 결국 안 좋은 일을 당할 것이다.					
6. 나는 어떤 일을 하다가 절반쯤에서 실패가 보이면 그 일은 결국 실패로 끝날 것이라고 생각한다.					
7. 확실하게 성공할 수 있는 일이 아니라면, 아예 시작하지 않은 것이 나을 것이다.					
8. 인간관계는 결국 강자가 약자의 것을 뺏는 관계이다.					
9. 사람들은 상대방의 약점을 보면 그것이 무엇이든지 간에 그 사람을 멀리할 것이다.					
10. 사람들은 시시때때로 잘 변하기 때문에 믿을 수가 없다.					
11. 내 자신의 모습, 특히 결점이나 허점을 남들에게 있는 그대로 보여서는 안 된다.					
12. 나를 분명하게 좋아하지 않는 사람을 만나는 것은 시간 낭비이다					
13. 모든 사람으로부터 인정을 받아야 괜찮은 사람이다.					
14. 다른 사람들에게 인기가 있으려면, 그들 앞에서 멋지고 능력 있게 보여야 한다.					
15. 나를 아는 대부분의 사람들이 나를 칭찬해 주지 않으면 나는 행복해 질 수 없다					
16. 사람으로부터 인정을 받으려면 항상 주어진 일을 잘 해야 한다					
17. 주변 사람들이나 친구들이 날 좋아하게 만들려면, 말을 유창하게, 그리고 재미있게 해야 한다.					
18. 내 기분이나 행동은 나에게 대한 다른 사람의 태도나 평가에 따라 바뀌는 것 같다.					
19. 나는 항상 나와 같이 있는 사람들을 즐겁게 해주어야 성이 풀린다.					

20. 중요한 사람으로부터 인정을 못 받게 된다면 정말 슬플 것이다.					
21. 다른 사람들에게 좋은 인상을 주어야 인정을 받을 것이다.					
22. 나로 인해 다른 사람의 기분이 상하게 되어서는 안된다					
23. 내가 관심을 가진 사람들이 나를 좋아하지 않는다면 이걸 끔찍한 일이다.					
24. 다른 사람들이 나를 싫어한다면, 나는 견디기 힘들다.					
25. 나는 사람을 사귀는 데 서툴러서 다른 사람을 어색하게 만드는 때가 있다.					
26. 사람들은 나를 상대하기 꺼려운 사람으로 여길 것이다.					
27. 아무도 내게 관심이 없는 것 같다.					
28. 나는 남들에게 좋은 인상을 주는 호감형은 못될 것이다.					
29. 사람들이 나를 알게 된다면, 내가 정말 열등하다는 것을 알아차리고 말 것이다.					
30. 나의 실제 모습이 그대로 알려지면 사람들이 나를 전보다 업신여길 것이다.					
31. 지금 내 모습 그대로를 보게 된다면 나를 형편없는 사람으로 볼 것이다.					
32. 나는 다른 사람들과 잘 맞지 않는다.					
33. 다른 사람들은 나를 사قم성이 부족하고 바보 같은 사람이라고 생각할 것이다.					
34. 사람들은 내 실력이 별로라고 생각할 것이다.					
35. 남들이 날 봤을 때 나를 그저 그런 사람으로 생각할 것이다.					
36. 나는 어딘가 부족한 사람이다.					

감사의 글

저에게는 주어지지 않을 것 같던 시간들이 흘러갔습니다. 직장인으로서, 주부로서 주어진 역할들을 해야 한다는 핑계로 나를 들여다보고 찾아보려는 노력을 해 보지 않던 나에게 2년 6개월은 참으로 소중한 시간들이었습니다. 지나고 나니 아무 일도 아닌 없었던 것처럼 흔적 없지만, 기억을 더듬으면 힘들기도 했지만 즐겁고 행복함을 더 많이 느꼈던 것 같습니다.

많은 가르침을 주시려 열정을 아끼지 않으셨던 교수님들과 함께 한 모든 수업이 흥미로웠으며, 강요가 아닌 선택에 의해 시작했던 공부는 새로운 나를 발견해 내는 중요한 과정들이었습니다. 2년 6개월의 마지막 흔적으로 보잘 것 없지만 논문 하나를 완성할 수 있게 된 것도 감사한 일입니다. 좀 더 열심히 했더라면 하는 아쉬움은 남지만, 이 마저도 쉬지 않고 꾸준히 할 수 있었던 건 주위 많은 분들의 도움 덕분이 아닌가 생각합니다.

혼자였다면 끝까지 올 수 없었던 길이었습니다. 공부하는 동안 온전히 나만의 시간을 허락해 주고 묵묵히 지지해 주던 가족들, 자신의 일처럼 배려를 아끼지 않았던 직장 동료들, 모든 일을 같이 고민하고 의논했던 3기 동기들, 모두가 끝까지 할 수 있도록 지켜주는 버팀목이었습니다. 특히, 논문 주제 선정에서부터 완성까지 무엇 하나 놓치지 않으시려고 꼼꼼히 챙겨 주셨던 송재홍 교수님과 끝없는 애정과 격려를 아끼지 않으셨던 김양순 교수님, 논문 심사과정에서 조언을 주셨던 김종우 교수님께 감사드립니다.

마지막이란 아쉬움은 생기지만 그 동안의 특별했던 경험들과 교수님들의 가르침이 앞으로 계속 나를 성장시키고, 새로운 시작을 할 수 있는 밑거름이 되었음을 확신하며 함께 했던 모든 분들께 깊은 감사의 마음을 전합니다.

2013년 8월 김 영 아