

청소년의 스트레스와 인터넷 중독 및 도박행동과의 관계 : 자기효능감과 자아탄력성의 조절효과 검증

김 영 경*

초 록

본 연구는 남자 중학생의 스트레스와 인터넷 중독 및 도박행동과의 관련성을 살펴보고, 자기효능감과 자아탄력성의 조절효과를 검증하고자 한다. 연구대상은 부산과 인천 지역에 소재한 2개 중학교에 재학 중인 남자 중학생 1-3학년 394명이며, 이들로부터 자료를 수집하여 다중회귀분석을 실시하였다. 본 연구결과는 첫째, 스트레스, 인터넷 중독, 도박행동과는 유의미한 정적상관을 보였고, 자기효능감 및 자아탄력성과는 유의미한 부적상관을 보였다. 둘째, 인터넷 중독에 대한 자기효능감의 주효과는 유의미하게 나타났으나 스트레스와 인터넷 중독과의 관계는 조절하지 않는 것으로 나타났다. 셋째, 인터넷 중독에 대한 자아탄력성의 주효과는 유의미하게 나타났으나 스트레스와 인터넷 중독과의 관계는 조절하지 않는 것으로 나타났다. 넷째, 스트레스와 도박행동과의 관계에서 자기효능감의 조절효과는 유의미한 것으로 확인되었다. 다섯째, 스트레스와 도박행동과의 관계에서 자아탄력성의 조절효과는 유의미한 것으로 확인되었다. 이는 자기효능감과 자아탄력성이 청소년의 스트레스와 도박행동과의 관계에서 보호요인이 될 수 있음을 나타내는 결과이다. 본 연구 결과를 토대로 상담실제에 대한 시사점과 제한점 및 후속연구를 위한 제언을 제시하였다.

주제어 : 도박행동, 인터넷 중독, 스트레스, 자기효능감, 자아탄력성

* 연세대학교, 교신저자, kykrose@hanmail.net

I. 문제제기

청소년기는 변화와 새로운 경험 등을 통해 스트레스 상태에 놓이게 되는 역동의 시기라 할 수 있다(Moeini, Shafii, Birashk & Allahverdipour, 2008). 급변하는 사회에 대한 적응과 성장발달과업 해결뿐 아니라 학업에 대한 부담 등 청소년들이 감당하기에는 녹록치 않은 과제들이 즐비하다. 그들 앞에 놓여있는 이러한 과업을 달성하지 못할 때 청소년들은 중독의 위험에 빠질 가능성이 높다. 이는 중독자들이 대체로 현재 과업에 충실하지 않으며 불만족스러운 현실로부터 도피하려고 도박, 인터넷게임, 약물 등에 의존하다가 중독에 이르게 된다는 연구들을(Blaszczynski & Nower, 2002; Kandell, 1998) 통해 알 수 있다. 특히 학습과 밀접한 관련이 있는 인터넷은 학습도구이기보다 청소년의 여가활동인 인터넷게임에 더 많이 사용되고 있고, 학교근처에서 쉽게 할 수 있는 뽑기나 학생들이 모인 곳이면 언제 어디서나 할 수 있는 판치기는 도박인지도 모른 채 청소년의 놀이문화로 정착한 상태이다. 이처럼 청소년들에게 있어서 인터넷과 도박은 자신들을 위협할 수 있는 위험요인이기 이전에 여가활동을 위한 하나의 도구로 생각하기에 청소년들은 중독에 대해 무방비 상태라 할 수 있다.

한국정보화진흥원(2002)은 인터넷 중독을 인터넷 사용에 대한 금단과 내성을 지니고 이로 인해 일상생활 장애가 유발되는 것으로 정의하였다. Young(1996)은 인터넷 중독 장애가 알코올 중독이나 문제성 도박처럼 통제성 상실, 갈망과 내성, 과도한 재정 문제, 학업실패, 실직 등 사회적 문제를 야기할 수 있다고 경고하였다. 인터넷에 중독된 청소년들은 우울, 불안 등과 같은 심리적 문제를 보였고(이수진, 2008; 황혜리, 류수정, 2008), 학업 성취도가 낮고 학교생활 적응에 어려움을 겪고 있는 것으로 나타났다(서미아, 2007). 이처럼 인터넷 중독이 일상생활에서의 부적응과 연관되면서 사회적 문제로 부각된 것은 인터넷의 과도한 사용에 따라 충동적이고 공격적인 행동이 증가하게 되어 더 심각한 비행으로 발전할 가능성이 높기 때문이다(김은정, 2005). 특히 청소년의 인터넷 중독은 2011년 10.4%로 성인의 6.8%보다 높으며, 유아동의 인터넷 중독률은 7.9%로 이 또한 성인에 비해 높은 것을 볼 때, 그 심각성을 알 수 있다(한국정보화진흥원, 2012).

도박과 청소년과의 관련성도 더 이상 묵과할 수 없는데 미국과 캐나다의 청소년 대상으로 실시한 연구에 의하면, 청소년의 60-80%가 도박에 참여한 경험이 있는 것으로

로 나타났다(Messerlian, Derevensky, Gupta & Messerlian, 2005). 국내연구에서 고등학생을 대상으로 한 김민우(2004)의 연구에서는 77.9%가 도박경험을 하였고, 중고등학생을 대상으로 한 장정연(2011)의 연구에서는 82.3%가 도박경험이 있는 것으로 보고하였다. 이처럼 도박경험이 높은 것은 청소년들이 도박을 게임 활동으로 생각하고 있기 때문인데 이는 청소년 도박행동의 정의를 통해 확인할 수 있다. 청소년 도박행동은 자신이 원하는 바를 얻기 위해 돈이나 가치 있는 것을 걸고 하는 게임 활동 내지 사행성 게임행동으로 정의되고 있다(김현주, 2009; 장정연, 2011). 예를 들면, 화투, 포커, 뽑기, 짬짬이, 인터넷온라인 게임 등이다. 이처럼 게임으로 시작한 청소년 도박은 사회성 도박에서 문제성 도박으로 빠르게 이동하고 있고(Gupta & Derevensky, 2000), 청소년 문제성/병리적 도박자들에게서도 성인 문제성/병리적 도박자들과 유사한 재정문제와 범죄행위 등 부정적인 문제가 나타났다(Ellenbogen, Gupta & Derevensky, 2007). 또한, 청소년 문제 도박자들은 낮은 자아존중감(Gupta & Derevensky, 1998b), 높은 우울감(Newer, Gupta & Derevensky, 2000), 높은 불안과 자살 시도(Gupta & Derevensky, 1998a, 1998b) 등이 나타났으며, 비행 증가, 학업 수행 능력 감소, 가족 관계 와해 등의 문제도 초래하였다(Gupta & Derevensky, 1997). 그러나 부모나 교사들은 청소년 도박을 심각한 문제로 보지 않기에 도박문제로 특별한 치료를 받으려고 시도한 청소년은 거의 찾아볼 수 없다(Ladouceur, Ferland, Poulin, Vitaro & Wiebe, 2005).

청소년들 사이에서 인터넷 중독과 도박행동이 점점 심각해져가고 있고, 인터넷 사용 및 인터넷 게임이 도박행동에 영향력이 있는 것으로 나타나는 등 인터넷 중독과 도박행동이 관련이 있다는 연구결과(김영경, 2012; 장정연, 2011; Parker, Taylor, Eastabrook, Schell & wood, 2008)를 볼 때, 통합적 개입을 위한 방안 모색이 필요하다

청소년의 인터넷 중독(최희정, 2010; Lam, Peng, Mai & Jing, 2009)과 도박행동(김영경, 2012; 김현주 2009; 남전아, 2010; Bergevin, Gupta, Derevensky & Kaufman, 2006)에 관한 연구들에 의하면 이러한 중독이 청소년의 스트레스와 관련이 높은 것으로 나타났다. Jacobs(1986)는 중독을 만성 스트레스상태를 경감하게 함으로써 오랜 시간 이상을 의존한 상태로 보고, 중독 행동이 스트레스에서 벗어나고자 하는 욕구를 충족시켜주기에 중독에 빠져들게 된다고 하였다.

스트레스 완충모델에 의하면 스트레스를 경험하는 모든 사람이 동일한 부적응을 경험하는 것이 아니고, 개인이 어떻게 지각하고 대처하느냐에 따라 다른데 이러한 현상

에 미치는 다양한 완충요인에 의해 스트레스는 감소된다고 본다(Gore & Edlerode, 1994). 스트레스 자극 자체와 개인의 적응 간에 실질적인 관련성이 크게 나타나지 않게 되면서(Billings & Moos, 1981) 스트레스 자체보다는 스트레스에 영향을 미치는 개인특성과 같은 다른 요인에 대한 관심을 갖기 시작하였다(Coyne, Aldwin & Lazarus, 1981). 특히, 스트레스의 부정적인 효과에 완충작용을 하는 변인으로 자기효능감(Mackenzie & Perabine, 2003)과 자아탄력성에 관한 연구(Fauth, Zarit & Femia, 2008)가 있고, 자아탄력성은 스트레스나 다른 위험요인에 대해 성공적으로 적응하기 위한 주요한 요인(Braverman, 1999)으로 부각되고 있다. 그러나 대부분의 연구가 불안(박정희, 2010), 스트레스 반응(김영희, 서경현, 2011), 신체화 증상(김교현, 권선중, 심미영, 2005) 등과 관련된 연구가 진행되어왔고, 스트레스와 중독과의 관계에서의 자기효능감과 자아탄력성의 조절효과에 대한 연구는 미흡한 상태이다. 스트레스와 인터넷 중독 및 도박행동과의 관련성이 높다는 점을 고려할 때, 어떤 개인 내적 변인이 이러한 관계를 강화시키고 약화시키는지 탐색할 필요가 있다. 자기효능감과 자아탄력성은 스트레스 상황에서 벗어나 부정적인 결과를 감소시킬 수 있는 자원이기 때문에 스트레스가 인터넷 중독 및 도박행동에 미치는 영향을 조절할 수 있는지 예측해보는 것은 의미 있을 것으로 사료된다. 선행연구들에 의하면, 자기효능감이 자아탄력성에 직접적인 영향을 미치고(Martin & Marsh, 2008), 탄력성이 부족하면 자기효능감도 부족한 등(Tedeschi & Kilme, 2005) 자아탄력성과 자기효능감의 관련성을 알 수 있지만 개념적으로는 구별되기에 각 개념들을 살펴보고, 스트레스와 인터넷 중독 및 도박행동과의 관련성을 선행연구들에 근거하여 알아보고자한다. 이러한 분석을 통해 본고에서는 스트레스의 부정적인 효과에 완충작용을 하는 주요한 변인으로 부각되고 있는 자기효능감과 자아탄력성이 청소년의 스트레스와 인터넷 중독 및 도박행동과의 관계를 조절하는지를 추론해보고자 한다. 이는 스트레스에 노출되어 있는 청소년들이 인터넷 과다사용이나 도박행동에 중독되지 않도록 하기 위해 보다 중점적으로 개입해야 할 변인들을 확인할 필요가 있기 때문이다.

먼저, 자기효능감은 개인이 계획된 결과를 얻는데 필요한 능력이고, 자신의 능력으로 인해 성공적으로 수행할 수 있다는 신념을 의미한다(Bandura, 1986). 사람들은 효능기대에 따라 동기를 유발하고 행동을 수행하는데 효능기대가 긍정적일수록 과제 수행에 적극적이고, 효능기대가 낮을수록 어려운 과제를 회피하려고 한다(Zimmerman,

1995). 자기효능감이 낮은 사람은 자신의 능력에 대한 불안 때문에 노력을 하지 않고, 어려운 상황을 회피하거나 포기하면서 자신이 조절할 수 있는 상황만을 선택하게 된다(Bandura & Schunk, 1981). Bandura(1997)에 의하면 자기효능감이 높은 사람일수록 실수를 하거나 어려운 상황 직면 시, 유연하게 적응하는 대처능력이 뛰어나다고 하였다. 이처럼 자기효능감은 개인이 느끼는 불안, 외부 스트레스, 사회적 대처 등에 영향을 미치며 삶의 질을 향상시키는데도 주요한 역할을 수행하는 것으로 나타났다(Bruning, Schraw & Ronning, 1999).

자기효능감이 개인의 불안과 스트레스를 조절하는 기능이 있기에 청소년기의 자기효능감은 청소년의 행동 및 심리적 특성에 영향을 미치고, 여러 가지 상황에 효능적으로 대처함으로써 성취감을 증진시킬 뿐 아니라 스트레스를 감소시킬 수 있다(민병기, 2002). 이는 자기효능감이 높은 사람이 외적환경의 자극을 도전으로 받아드려 스트레스를 덜 지각하게 되고, 적절한 대처방안을 모색할 가능성이 높기 때문이며(Chemers, Hu & Garcia, 2001), 또한 자기효능감이 높은 사람은 좋은 결과를 낼 것이라는 기대를 하기 때문이다(Bandura, 2004).

한편, 자기효능감은 중독과도 관련이 있는데 Gunn(1998)은 인터넷 중독 성향을 보이는 사람에게서 자기효능감이 낮은 것을 발견하였다. 현실에서 자기효능감이 낮은 사람은 가상공간 활동 참여를 통해 자기효능감을 보상받고자 하는 가능성이 있으므로 나타났다(이지향, 2005). 자기효능감과 인터넷 중독과의 관계에 대한 국내연구에 있어서도 인터넷에 중독되지 않은 청소년들이 자기효능감이 높게 나타났으며(이정윤, 2005), 대학생을 대상으로 한 연구에서도 인터넷 위험사용자가 자기효능감이 낮게 나타났다(황혜리, 류수정 2008).

또한, 낮은 자기효능감은 문제성도박과도 관련이 있는 것으로 나타났다(Sylvain, Ladouceur & Boisvert, 1997). 낮은 도박자기효능감을 가진 도박중독자들은 도박과 관련된 인지적 왜곡과 부정적 정서를 훨씬 많이 나타내는 경향이 있으며(Casey, Oei, Melville, Bourke & Newcombe, 2008; May, Whelan, Steenbergh & Meyers, 2003), 낮은 자기효능감은 도박 경험이 있는 성인들(May et al, 2003)과 대학생들(Weinstoci, Whelan, Meyers & McCausland, 2007) 사이에서 파괴적인 도박행동과도 관련이 있는 것으로 나타났다. 이러한 관련성을 통해 자기효능감이 도박중독 치료에 있어서 중요한 요소로 확인되었다(Sylvain et al., 1997). 자기효능감이 높은 사람은 낮은 사람에

비해 문제행동을 통제할 수 있기에 치료를 통해 문제행동을 중단하기가 쉬울 뿐 아니라 회복을 계속 유지하게 할 수 있기 때문이다(Allsop, Saunders & Phillips, 2000).

청소년의 스트레스와 인터넷 중독 및 도박행동과의 관계에 있어서 또 하나의 조절변인으로 자아탄력성을 선택하였다. 이는 스트레스나 힘든 환경에도 불구하고 문제행동을 보이지 않고 적응하는 사람들에 대한 주요요인으로 자아탄력성에 대한 관심이 증가하고 있기 때문이다(Block & Block, 1980b; Klohnen, 1996). Block과 Block (1980a)에 의하면, 자아탄력성이란 변화와 상황적 요구들, 특히 스트레스적인 상황에 처했을 때 긴장 이내수준과 충동통제를 조절(Block & Kremen, 1996)하여 유연하게 반응하고, 긍정적으로 건강하게 적응해 가는 능력이다(Block & Block, 1980b; Hamill, 2003). 즉, 내외적 스트레스에 대해 융통성 있게 적응하여 스트레스 상황을 잘 극복할 수 있는 능력이다(Klohnen, 1996). 탄력적인 사람은 낙관주의, 유머와 같은 긍정적인 태도를 특징으로 하고 있는데 긍정적인 태도는 스트레스를 견뎌야 하는 상황에서 필수적인 역할을 한다(Haglund, Nestadt, Cooper, Southwick & Charney, 2007).

Masten(2001)은 자아탄력성이 스트레스 상황에 적응하기 위해 개인이 가지고 있는 보편적인 보호 적응기제임을 밝혔다. 스트레스와 같은 부정적인 경험이 자아탄력성에 영향을 미치지 않지만(Martin & Marsh, 2008), 자아탄력적인 사람들은 스트레스 상황에 잘 적응을 한다(장휘숙, 2001). 이는 탄력적인 사람이 적응 상황에서 대처할 수 있는 기술을 가지고 있고, 이러한 대처기술이 스트레스 상황을 효과적으로 관리할 수 있도록 하기 때문이다(Aroian & Norris, 2000). 즉, 자아탄력성이 높은 학생들은 자기관리 기술이 뛰어나고 효과적인 문제 해결 능력과 융통성 있는 대처 전략을 가지고 있기 때문이다(Masten & Coatsworth, 1998). 특히 탄력적인 청소년들에게서 나타나는 일반적인 특징인 문제 해결 기술, 사회적 유능감(의사소통 기술, 타인에 대한 관심 등), 자율성(자기 효능감과 자기 통제), 미래에 대한 낙관성 등(Brown, D'emidio-Caston & Benard, 2001)이 관련이 있는 것으로 여겨진다. 자아탄력성이 높은 청소년일수록 학교 스트레스가 낮고 적극적 대처방식이 유의미하게 높게 나왔고(장경문, 2003; 최희정, 2010), 학교 적응력이 높은 것으로 나타난 연구들을 통해서도 알 수 있다(이수현, 최해림, 2007).

Larm, Hodgins, Tengstrom & Larsson(2010)은 탄력성 수준이 청소년비행과 관련이 있는 것으로 보고 하였다. 먼저, 이만제(2009)가 중고등학생 대상으로 실시한 연구에서는 자아탄력성이 인터넷 중독에 영향을 미치는 것으로 보고하였고, 최희정(2010)의

중학생 대상 연구에서는 학교스트레스와 인터넷 중독의 관계에서 자아탄력성의 하위 요인에 의한 조절효과가 있는 것으로 나타났다. 주석진(2011)이 중고등학생을 대상으로 연구한 결과, 학업 및 부모 관련 스트레스가 인터넷 중독에 영향을 미치고, 탄력성은 부분매개효과를 보이나 조절효과는 나타나지 않았다. Dickson, Derevensky and Gupta(2002)는 청소년과 알코올, 약물중독 등과의 관계에서 탄력성이 보호요인으로 연구되고 있음을 근거로 청소년 도박행동의 적용 가능성에 대한 연구를 실시하였다. Dickson et al.(2002)은 탄력성이 위험한 상태에서 기대했던 것보다 더 나은 결과를 보여주고, 스트레스 상황임에도 불구하고 적극적인 적응을 유지시키는 능력이 있기에 (Masten, Best & Garmezy, 1990) 청소년 문제도박의 보호요인으로써의 가능성을 보고하였다. 본 연구에서는 이러한 선행연구를 근거로 자아탄력성과 도박행동과의 관련성을 실증적으로 확인해보고자 한다.

한편, 인터넷 사용 및 도박행동 시작 연령이 낮아지면서 중독과 연령과의 관련성에 대한 연구들이 진행되어왔다. 청소년 인터넷 중독 및 도박행동과 연령과의 관계에서 먼저, 인터넷 중독과 연령과의 관계 연구에서는 나이가 어릴수록 중독적 사용 경향성이 유의미하게 높게 나타났으나(김종범, 2000), 보호관찰소 청소년과 일반 고등학생 대상으로 한 연구에서는 유의미한 관계를 보이지 않았다(김영경, 2012; 김은영, 2009). 도박행동과 연령과의 연구에서도 연령이 증가할수록 도박행동이 증가하는 것으로 보고한 연구들(권선중, 김교현, 최지욱, 2006; 김민우, 2004; 장정연, 2011)이 있으나 유의미한 관계를 보이지 않은 연구들(김영경, 2012; 김현주, 2009)도 있다. 이처럼 연령과의 관계에서 상이한 결과를 보이기에 이에 대한 연구가 더 필요하다.

청소년들이 현재 경험하고 있는 스트레스가 높다할지라도 모든 청소년이 중독되는 것은 아니다. 또한, 중독에 대한 치료개입방법에 있어서도 다양한 연구가 진행되지만 동일한 프로그램과 치료개입방법이라 할지라도 중도 탈락자가 생기기도 하고, 모든 시간을 참여했다하더라도 회복도를 계속 유지하는 사람이 있는가하면 재발되기도 하는 등의 문제가 발생하는 것을 볼 때, 중독뿐 아니라 치료와 회복에 영향을 미치는 내담자 요인이 있을 것으로 보인다. 즉, 청소년의 심리적 특성에 따라 그들이 경험하고 있는 스트레스가 인터넷과 도박행동에 미치는 정도는 달라질 것이며, 내담자가 가지고 있는 능력과 자원을 이용할 때 치료 효과를 향상시킬 수 있을 것이다 (Fluckiger, Wusten, Zinbarg & Wampold, 2010). 최근 연구에서는 내담자 요인으로

사회적 지지, 절제, 자기효능감, 변화를 위한 준비, 변화를 위한 동기, 감정 초점 처리 전략을 생산적으로 사용할 수 있는 능력, 자아탄력성 등을 언급하고 있다(Gomes, 2011). 본 연구에서는 선행연구들에 근거하여 스트레스에 압도되지 않고 완화시키는 역할을 하는 개인 내적 자원으로 자기효능감과 자아탄력성을 선택하여 살펴보고자 한다. 지금까지의 선행연구들에 의하면 스트레스와 인터넷 중독과의 관계에서 자아탄력성의 하위요인에 의한 조절효과를 보이거나(최희정, 2010), 효과가 나타나지 않는 연구(주석진, 2011)도 있는 등 불일치한 결과를 보였다. 본 연구에서는 이를 재확인할 뿐 아니라 도박행동과의 관계에도 적용해보고자 한다. 연구대상에 있어서도 중고등학생이나 대학생을 중심으로 연구가 진행되었는데 중독의 연령이 낮아지고 있고 여학생보다 남학생의 중독이 더 높게 나타나고 있는 것을 감안할 때 남자 중학생을 대상으로 한 중독 보호요인에 관한 연구가 필요하다. 또한, 선행연구에서는 학교, 학업, 부모 등과 같이 스트레스를 한 두 영역으로 국한하였으나 본 연구에서는 청소년이 경험하고 있는 일상생활 전반에 걸친 스트레스와 인터넷 중독 및 도박행동과의 관계에서 자기효능감과 자아탄력성의 조절 효과를 살펴보고자 한다. 본 연구를 통해 청소년 중독 예방에 필요한 기초자료를 제공할 것으로 기대된다. 본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

- 연구문제 1. 청소년의 연령, 스트레스, 인터넷 중독, 도박행동, 자기효능감, 자아탄력성은 어떤 관계가 있는가?
- 연구문제 2. 청소년의 스트레스가 인터넷 중독에 미치는 영향에서 자기효능감의 조절효과는 유의미한가?
- 연구문제 3. 청소년의 스트레스가 인터넷 중독에 미치는 영향에서 자아탄력성의 조절효과는 유의미한가?
- 연구문제 4. 청소년의 스트레스가 도박행동에 미치는 영향에서 자기효능감의 조절효과는 유의미한가?
- 연구문제 5. 청소년의 스트레스가 도박행동에 미치는 영향에서 자아탄력성의 조절효과는 유의미한가?

II. 방 법

1. 연구대상

연구대상은 부산과 인천에 소재한 2개 중학교에 재학 중인 1-3학년 남학생들이다. 담임교사와 상담교사가 학년별로 무작위 선정한 학생들에게 설문지에 대한 설명을 한 후 설문지를 작성하도록 하였다. 결측치가 많거나 불성실하게 답변한 64부는 제외시키고, 394부를 최종 분석에 사용하였다. 학년별로는 1학년 160명(40.6%), 2학년 98명(24.9%), 3학년 136명(34.5%)이다. 청소년 인터넷 중독(이수진, 2008)과 도박행동(장정연, 2011) 관련 선행연구에 의하면 남학생의 중독이 더 높게 나타나고 있기에 그들의 중독예방을 위한 주요변인에 대한 연구를 좀 더 심도 있게 하고자 남학생만 연구 대상으로 선정하였다.

2. 측정도구

1) 스트레스 척도

Felner와 Felner(1989)가 제작한 Daily Hassles Questionnaire(DHQ)를 기초로 유안진과 한미현(1995)이 한국아동에게 실시하기 위해 개발하고, 이를 이경주(1997)가 청소년 대상으로 활용한 것을 신재은(1999)이 3문항을 추가하여 재수정하였다. 본 연구에서의 스트레스는 일상생활에서 흔히 경험하는 것으로 신재은(1999)이 수정한 스트레스 척도를 사용하였다. 하위요인으로는 부모나 형제로부터 받는 스트레스를 의미하는 가족요인(7문항), 친구로부터 소외나 따돌림 등으로부터 받는 스트레스를 의미하는 친구요인(6문항), 성적 부진으로 인한 스트레스를 의미하는 학업요인(6문항), 교사로부터 처벌이나 모욕감으로 인한 스트레스를 의미하는 교사요인(5문항), 다른 사람들과 신체를 비교하면서 받는 스트레스를 의미하는 신체(3문항)요인 등 5가지 영역이며, 총 27문항으로 구성된 5점 척도이다. 신재은의 연구에서 Cronbach $\alpha = .84$ 였으나 본 연구에서는 .82이다.

2) 한국형 인터넷 중독 자가진단 척도

한국정보화진흥원(김청택, 김동일, 박중규, 이수진, 2002)이 국내 실정에 맞게 제작한 간략형 한국판 인터넷 중독 척도를 사용하였다. 본 척도는 게임, 채팅 등 인터넷 사용 전반에 대해 중독경향성을 측정하기 위한 척도로 하위요인으로는 일상생활장애(6문항), 긍정적 기대(1문항), 금단(4문항), 가상적 대인관계 지향성(3문항), 일탈행동(2문항), 내성(4문항)이며, 총 20문항으로 구성된 Likert 4점 척도이다. 최희정(2010)의 연구에서 Cronbach α = .86이었고, 본 연구에서는 .84이다.

3) 청소년 도박행동

권선중 외(2006)이 청소년 도박성 게임 행동을 측정하기 위해 도박 종류별로 구성된 척도에 장정연(2011)의 연구에서 판치기, 카드, 윷, 주사위, 부루미블 등과 같은 관계게임이 높게 나타나 도박행동에 이들을 첨가하여 총 10문항으로 재구성한 Likert 5점 척도이다. 본 연구에서의 Cronbach α = .83다.

4) 자기효능감 척도

Sherer, Maddux, Mercandante, Prentice-Dunn and Jacobs(1982)의 자기효능감 척도를 홍혜영(1995)이 번안한 척도를 사용하였다. 본 척도는 행동을 시작하려는 의지, 행동을 수행하려는 의지, 최악의 상황에 당면했을 때 그 행동의 지속 능력 등을 측정하기 위한 척도로 하위요인으로는 일반적인 상황에서 필요한 효능감을 측정하는 '일반적 자기효능감(17문항)'과 대인관련 사회적 기술 등의 요소와 관련 있는 '사회적 자기효능감(6문항)'이며, 총 23문항의 Likert 5점 척도이다. 노호은(2001)의 연구에서 Cronbach α = .80이었고, 본 연구에서는 .64이다.

5) 자아탄력성 척도

Block과 Kremen(1996)이 개발한 척도로 유성경과 심혜원(2002)이 번안한 것을 사용하였다. 자아탄력성 척도는 체계의 유지나 증진을 위해 자기 통제 수준을 조정하는

능력을 측정하기 위한 것으로 하위요인으로는 대인관계(3문항), 활력성(2문항), 감정통제(2문항), 호기심(5문항), 낙관성(2문항)이며, 총 14문항으로 구성된 Likert 4점 척도이다. 최희정(2010)의 연구에서 Cronbach $\alpha = .80$ 이었고, 본 연구에서는 .89이다.

3. 분석방법

변인별로 평균과 표준편차를 구하고, 신뢰도 검증을 위해 Cronbach α 를 산출하였다. 각 변인들 간의 관계를 확인하기 위해 Pearson의 상관계수를 구하였다. 스트레스와 인터넷 중독 및 도박행동과의 관계에서 자기효능감과 자아탄력성의 조절효과를 살펴보기 위해 위계적 다중회귀분석을 실시하였고, 변수 간 관계를 구체적으로 확인하기 위하여 simple slope을 구하였다. 다중공선성의 가능성을 감소시키고, 회귀계수 해석의 용이성을 위해 독립변수와 조절변수에 대한 평균중심화를 실시하였다(홍세희, 2008). 자료분석은 SAS for Windows 9.1을 이용하였다.

III. 결 과

1. 변인 간의 상관계수, 평균 및 표준편차

변인 간 상관계수와 각 변인의 평균 및 표준편차를 표 1에 제시하였다. 먼저, 연령은 주요 연구 변인과 유의미한 상관이 없는 것으로 나타나 주요 분석에서는 제외시켰다. 스트레스, 인터넷 중독, 도박행동은 유의미한 정적 상관을 보였고 자기효능감과 자아탄력성과는 유의미한 부적 상관을 보였다.

표 1
변인들의 상관계수, 평균 및 표준편차

	연령	스트레스	인터넷 중독	도박행동	자기 효능감	자아 탄력성
연령	1.00					
스트레스	-.02	1.00				
인터넷 중독	.07	.44***	1.00			
도박행동	.09	.23***	.40***	1.00		
자기효능감	-.05	-.35***	-.44***	-.36***	1.00	
자아탄력성	.04	-.24***	-.22***	-.50***	.43***	1.00
M	13.98	79.76	33.69	17.66	71.97	34.91
SD	0.96	15.86	9.78	5.83	9.27	8.57

*** $p < .001$

2. 스트레스와 인터넷 중독과의 관계에서 자기효능감과 자아탄력성의 조절효과 검증

스트레스와 인터넷 중독과의 관계에서 자기효능감의 조절효과를 살펴보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 우선, 다중공선성 문제를 최소화하기 위하여 독립변수와 조절변수에 대해 평균중심화를 실시하였다(홍세희, 2008). 위계적 회귀분석에서는 1단계에 스트레스, 자기효능감을 투입하고 2단계에서는 스트레스와 자기효능감 간 상호작용 변인(스트레스 X 자기효능감)을 투입하여 인터넷 중독에 대한 변화를 살펴보았다.

자기효능감의 조절효과 결과는 표 2에 제시된 것처럼, 인터넷 중독에 대한 스트레스의 주효과는 유의미한 것으로 확인되었고, $\beta = .33, p < .001$, 자기효능감의 주효과 역시 유의미한 것으로 나타났다, $\beta = -.32, p < .001$. 즉, 스트레스, 자기효능감 모두 인터넷 중독에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 두 번째 단계에서 스트레스와 자기효능감의 상호작용 효과는 유의미하지 않는 것으로 나타나 $\beta = -.06, p > .05$, 스트레스와 인터넷 중독 간에 자기효능감의 조절효과는 유의미하지 않음을 확인하였다.

표 2
스트레스와 인터넷 중독과의 관계에서 자기효능감의 조절효과

		<i>B</i>	<i>SE</i>	β	<i>t</i>	<i>F</i> ²
1단계	스트레스	.20	.03	.33	7.28***	.29***
	자기효능감	-.34	.05	-.32	-7.02***	
2단계	스트레스	.20	.03	.33	7.28***	.29***
	자기효능감	-.34	.05	-.32	-7.09***	
	스트레스X 자기효능감	-.00	.00	-.06	-1.33	

****p* < .001

스트레스와 인터넷 중독과의 관계에서 자아탄력성의 조절효과를 살펴보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 우선, 평균중심화를 실시한 후, 위계적 회귀분석에서는 1단계에 스트레스, 자아탄력성을 투입하고 2단계에서는 스트레스와 자아탄력성의 상호작용 변인(스트레스X 자아탄력성)을 투입하여 인터넷 중독에 대한 변화를 살펴보았다.

자아탄력성의 조절효과 결과는 표 3에 제시된 것처럼, 인터넷 중독에 대한 스트레스의 주효과는 유의미한 것으로 확인되었고, $\beta = .42$, $p < .001$, 자아탄력성의 주효과 역시 유의미한 것으로 나타났다, $\beta = -.12$, $p < .01$. 즉, 스트레스, 자아탄력성 모두 인터넷 중독에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 두 번째 단계에서 스트레스와 자아탄력성의 상호작용 효과는 유의미하지 않는 것으로 나타나 $\beta = -.08$, $p > .05$, 스트레스와 인터넷 중독 간에 자아탄력성의 조절효과는 유의미하지 않음을 확인하였다.

표 3
스트레스와 인터넷 중독과의 관계에서 자아탄력성의 조절효과

		<i>B</i>	<i>SE</i>	β	<i>t</i>	<i>F</i> ²
1단계	스트레스	.26	.03	.42	8.97***	.21***
	자아탄력성	-.14	.05	-.12	-2.61**	
2단계	스트레스	.26	.03	.43	9.14***	.22***
	자아탄력성	-.15	.05	-.13	-2.82**	
	스트레스X 자아탄력성	-.01	.00	-.08	-1.70	

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

3. 스트레스와 도박행동과의 관계에서 자기효능감과 자아탄력성의 조절효과 검증

스트레스와 도박행동과의 관계에서 자기효능감의 조절효과를 살펴보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 우선, 평균중심화를 실시한 후, 위계적 회귀분석에서는 1단계에 스트레스, 자기효능감을 투입하고 2단계에서는 스트레스와 자기효능감의 상호작용변인(스트레스X자기효능감)을 투입하여 도박행동에 대한 변화를 살펴보았다.

자기효능감의 조절효과 결과는 표 4에 제시된 것처럼, 도박행동에 대한 스트레스의 주효과는 유의미한 것으로 확인되었고, $\beta = .12, p < .05$, 자기효능감의 주효과 역시 유의미한 것으로 나타났다, $\beta = -.32, p < .001$. 즉, 스트레스, 자기효능감 모두 도박행동에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 두 번째 단계에서 스트레스와 자기효능감의 상호작용 효과는 도박행동에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타나 $\beta = -.11, p < .05$, 스트레스와 도박행동 간에 자기효능감의 조절효과가 유의미함을 확인하였다.

표 4
스트레스와 도박행동과의 관계에서 자기효능감의 조절효과

		<i>B</i>	<i>SE</i>	β	<i>t</i>	<i>R</i> ²
1단계	스트레스	.04	.02	.12	2.37*	.14***
	자기효능감	-.20	.03	-.32	-6.44***	
2단계	스트레스	.04	.02	.12	2.38*	.16***
	자기효능감	-.21	.03	-.33	-6.61***	
	스트레스X자기효능감	-.01	.00	-.11	-2.33*	

* $p < .05$, *** $p < .001$

스트레스와 도박행동과의 관계에서 자아탄력성의 조절효과를 살펴보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 우선, 평균중심화를 실시한 후, 위계적 회귀분석에서는 1단계에 스트레스, 자아탄력성을 투입하고 2단계에서는 스트레스와 자아탄력성의 상호작용변인(스트레스X자아탄력성)을 투입하여 도박행동에 대한 변화를 살펴보았다.

자아탄력성의 조절효과 결과는 표 5에 제시된 것처럼, 도박행동에 대한 스트레스의 주효과는 유의미한 것으로 확인되었고, $\beta = .12, p < .01$, 자아탄력성의 주효과 역시 유의미한 것으로 나타났다, $\beta = -.47, p < .001$. 즉, 스트레스, 자아탄력성 모두 도박행

동에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 두 번째 단계에서 스트레스와 자아탄력성의 상호작용 효과는 도박행동에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타나 $\beta = -.19$, $p < .001$, 스트레스와 도박행동 간에 자아탄력성의 조절효과가 유의미함을 확인하였다.

표 5

스트레스와 도박행동과의 관계에서 자아탄력성의 조절효과

		B	SE	β	t	R^2
1단계	스트레스	.04	.02	.12	2.63**	.26***
	자아탄력성	-.32	.03	-.47	-10.59***	
2단계	스트레스	.05	.02	.14	3.32**	.30***
	자아탄력성	-.34	.03	-.50	-11.32***	
	스트레스X자아탄력성	-.01	.00	-.19	-4.33***	

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

도박행동에 대한 스트레스와 자기효능감 간 상호작용효과의 구체적인 양상을 파악하기 위하여 스트레스와 자기효능감의 상위 30% 집단과 하위 30% 집단으로 나누어 자기효능감의 조절효과를 그래프를 통해 살펴보면 그림 1과 같다. 자기효능감이 높은 경우, $b = 0.01$, $t = 0.09$, n.s, 스트레스의 정도에 따라 도박행동의 증가가 크지 않은 것으로 나타났고, 자기효능감이 낮은 경우, $b = 0.12$, $t = 2.68$, $p < .01$, 스트레스의 정도에 따라 도박행동이 더 증가하는 것으로 나타났다. 즉, 자기효능감은 스트레스가 도박행동에 미치는 영향을 유의미하게 조절하는 것으로 나타났다.

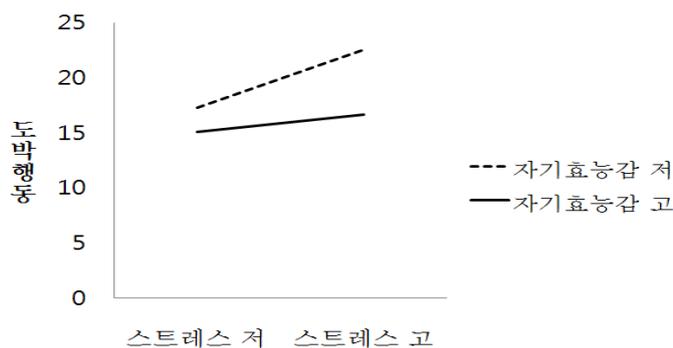


그림 1. 도박행동에 대한 스트레스와 자기효능감의 상호작용 효과

도박행동에 대한 스트레스와 자아탄력성 간 상호작용효과의 구체적인 양상을 파악하기 위하여 스트레스와 자아탄력성의 상위 30% 집단과 하위 30% 집단으로 나누어 자아탄력성의 조절효과를 그래프를 통해 살펴보면 그림 2와 같다. 자아탄력성이 높은 경우, $b = -0.05$, $t = -0.45$, n.s, 스트레스의 정도에 따라 도박행동의 증가가 유의미하지 않은 것으로 나타났고, 자아탄력성이 낮은 경우, $b = 0.14$, $t = 3.13$, $p < .01$, 스트레스의 정도에 따라 도박행동이 더 증가하는 것으로 나타났다. 즉, 자아탄력성이 스트레스가 도박행동에 미치는 영향을 유의미하게 조절하는 것으로 나타났다.

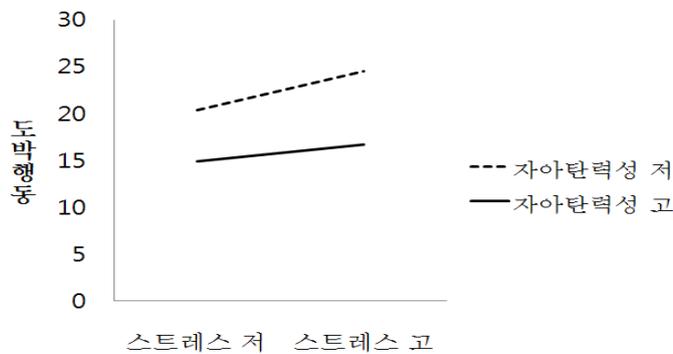


그림 2. 도박행동에 대한 스트레스와 자아탄력성의 상호작용 효과

IV. 논 의

본 연구에서는 스트레스가 인터넷 중독 및 도박행동에 미치는 영향에서 자기효능감과 자아탄력성의 조절효과를 알아보고자 하였다. 이를 위해 남자 중학생 394명을 대상으로 자료를 수집하였고, 수집된 자료를 바탕으로 각 변인들 간의 관련성을 확인하였으며, 자기효능감과 자아탄력성의 조절효과를 알아보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 본 연구 결과와 그에 따른 시사점에 대해 논의하면 다음과 같다.

먼저, 청소년의 연령, 스트레스, 인터넷 중독, 도박행동, 자기효능감, 자아탄력성과의 관계에서 스트레스, 인터넷 중독, 도박행동은 유의미한 정적상관을 보였고, 자기효능감과 자아탄력성과는 유의미한 부적상관을 보였다. 즉, 스트레스, 인터넷 중독, 도

박행동이 높을수록 자기효능감과 자아탄력성은 낮은 것으로 나타났다. 스트레스와 인터넷 중독 및 도박행동과의 관계에 관한 결과는 청소년을 대상으로 연구한 선행연구 결과들과 유사하다(김영경, 2012; 남전아, 2010; 서승연, 이영호, 2007). 스트레스와 자기효능감의 부적상관은 고등학생(Moeini et al., 2008)뿐 아니라 대학생(이숙정, 유지현, 2008)을 대상으로 연구한 선행연구 결과와 유사하고, 자기효능감과 인터넷 중독과의 부적상관은 중고등학생 대상으로 연구한 하정희와 이희경(2005)의 연구와도 유사하다. 또한 스트레스와 탄력성과의 관계는 대학생 대상으로 실시한 연구에서 스트레스와 자아탄력성 간의 부적 상관을 보인 선행연구 결과들과(Wilks & Spivey, 2010) 유사하며, 자아탄력성과 인터넷 중독 간에 부적 상관을 보인 남지현(2006)의 연구결과와도 유사하다. 본 연구 결과에서도 알 수 있듯이 스트레스는 중독과 관련된 위험요인 중 하나이기에(Steinberga, Tremblaya, Zacka, Bustoa & Zawertailoa, 2011) 스트레스에 대한 적절한 관리 및 대처법에 대한 교육이 필요하다.

둘째, 스트레스와 인터넷 중독과의 관계에서 자기효능감과 자아탄력성의 조절효과를 알아본 결과 유의미하지 않는 것으로 나타났다. 즉, 자기효능감과 자아탄력성은 스트레스와 인터넷 중독과의 관계를 강화시키거나 완충시키는 역할을 하지 않는 것으로 나타났다. 이는 남자 중학생이 경험하는 스트레스는 개인 내적 특성인 자기효능감과 자아탄력성과 상관없이 인터넷 중독에 영향을 미침을 의미한다. 즉, 개인 내적 특성과는 별도로 청소년이 경험하는 스트레스가 높고, 스트레스를 회피할 수 있는 방법으로 접근성과 용이성을 고려하여 인터넷이 선택되는 것으로 사료된다. 이러한 결과는 중고등학생을 대상으로 한 주석진(2011)의 연구와는 일치하나 한승희(2010)와 최희정(2010)의 연구 결과와는 일치하지 않는다. 한승희(2010)는 아동을 대상으로 연구하였으며, 최희정(2010)은 중학생을 대상으로 실시하였으나 학교 스트레스의 하위요인과 자아탄력성의 하위요인들 간의 상호작용을 통해 인터넷 중독에 미치는 조절효과를 검증하였기에 본 연구 결과와의 차이를 보이는 것으로 사료된다. 이처럼 연구 방법상의 차이가 있고, 연구 또한 부족하긴 하지만 이러한 결과를 통해 청소년이 지각하는 스트레스가 인터넷 중독에 영향을 미침에 있어서 자기효능감과 자아탄력성이 무관하다고 해석하기에는 한계가 있다. 그러나 본 연구결과에 의하면 자기효능감과 자아탄력성과 같은 개인 내적 특성이 완충역할을 하지 않고, 스트레스가 인터넷 중독에 영향을 미치고 있기에 이들이 현재 경험하고 있는 일상적인 스트레스에 대한 직접적인

예방과 개입이 더 중요하다 하겠다. 다만, 주효과의 경우 자기효능감과 자아탄력성이 유의미하게 인터넷 중독에 영향을 미치고 있는 것으로 확인되었으므로, 스트레스와의 연관성과는 별도로 이들 변인이 인터넷 중독에 대한 보호요인으로서의 역할에 대해서는 주목할 필요가 있다. 현실 속에서 자신의 능력에 대한 확신이 낮을수록 어려운 상황을 회피하고(Zimmerman, 1995), 자신이 조절할 수 있는 가상세계를 선택(Bandura & Schunk, 1981)하게 됨으로 인터넷을 과다사용 할 가능성이 높다. 또한, 자아탄력성이 낮은 경우에도 인터넷 중독에 영향을 미치는 충동성이 조절(Block & Kremen, 1996)되지 않아 적응에 어려움을 경험하게 되면서 가상공간으로 더 깊이 빠져들어 갈 우려가 있기에 주의와 관심이 필요하다. 이처럼 자기효능감과 자아탄력성이 인터넷 중독에 직접 영향을 미치고 있기에 청소년들의 자기효능감과 자아탄력성 개발을 위한 방안 모색도 필요하다.

셋째, 스트레스가 도박행동에 미치는 영향에서 자기효능감과 자아탄력성의 조절효과를 알아본 결과 주효과에서 모두 유의미하였고, 조절효과에 있어서도 유의미한 결과를 보여 자기효능감과 자아탄력성이 스트레스와 도박행동과의 관계를 조절하는 것으로 나타났다. 즉, 스트레스와 도박행동과의 관계가 자기효능감과 자아탄력성의 수준에 따라 강화되거나 감소되는 것으로 나타났다. 비록 스트레스와 도박행동과의 관계에서 자기효능감과 자아탄력성의 조절효과를 확인한 선행연구가 부재하기 때문에 직접적인 비교는 어렵지만, 본 연구결과는 자기효능감과 자아탄력성의 긍정적인 측면을 강조한 연구들을 통해 유사점을 발견할 수 있다(민병기, 2002; 장경문, 2003; Bandura, 1997; Block & Kremen, 1996; Klohnen, 1996; Loeb, 1990; Masten et al., 1990). 이러한 연구결과는 자기효능감과 자아탄력성이 스트레스에 효과적으로 대처하는데 도움이 되는 개인 내적 자원임을 시사한다. Loeb(1990)은 스트레스 완충역할을 하는 요인 중 개인적 자원으로 자기효능감을 강조하였으며, Bandura(1997)는 자기효능감을 스트레스에 대처하고 스트레스 상황에 적응할 수 있도록 하는 자원으로 언급하였다. 특히 청소년기의 자기효능감은 청소년들의 행동 및 심리적 특성에 영향을 미칠 뿐 아니라 스트레스가 가져다주는 부정적인 효과를 감소시키는 변인으로 보고한 연구(민병기, 2002)를 통해 본 연구결과와 유사하다 할 수 있다. 이를 통해 볼 때, 청소년의 자기효능감은 높은 스트레스로 인한 도박행동의 증가를 완화시켜줄 것으로 사료된다. 자아탄력성도 스트레스 상황에서 그 영향을 조절하여 완충시키는 역할을 하는 주요한

변인(장경문, 2003)일뿐 아니라 스트레스의 영향으로부터 벗어나 다시 적응적 기능을 유지하게 하는 자아통제 수준으로 되돌아갈 수 있는 역동적인 능력이며 개인 내적 자원이다(Block & Kremen, 1996; Klohnen, 1996). 탄력성은 일상의 스트레스를 경험하면서 개발된 대처 능력이기에(DiCorcia & Tronick, 2011) 탄력성 개발을 통한 스트레스에 대한 대처는 청소년들이 도박행동에 빠져드는 위험성을 조절할 수 있을 것으로 사료된다.

청소년들이 가정이나 학교 등과 같이 일상생활에서 경험하는 부정적 자극과 같은 일반적 긴장이 비행의 원인이 된다는 연구 결과처럼(Agnew, 1985), 청소년들은 자신이 경험하고 있는 일상생활 스트레스에 대해 적절하게 대처하지 못한 채 중독과 같은 비행행동에 빠지게 된다. 그러나 대부분의 청소년들이 스트레스 상황에 노출되어 있지만 모든 학생들이 비행행동을 하지 않는 것은 자기효능감과 자아탄력성과 같은 개인 내적 자원에 기인한 것으로 사료된다. 특히 청소년들이 놀이로 가볍게 생각하고 있는 도박행동은 승리에 대한 쾌감뿐 아니라 물질과 같은 보상도 동반되기에 스트레스를 회피하고자 하는 수단으로 도박행동에 빠져들 위험성이 높다. 스트레스 노출로 인해 발생할 수 있는 도박행동을 예방하거나 중재하기 위해 개인 내적 자원인 자기효능감과 자아탄력성을 향상시킬 수 있는 방법을 연구할 필요가 있다. 자아탄력성은 충동통제를 조절하는 능력을 갖고 있고(Block & Block, 1980b), 충동성과 밀접한 관련이 있는 도박행동(남전아, 2010)의 충동성 조절에 영향을 미칠 수 있는 주요한 변인이기에 이에 대한 연구가 지속적으로 필요하다. 이러한 연구들을 통해 일상생활 스트레스를 경험하고 있는 청소년들의 자기효능감과 자아탄력성이 향상되면 스트레스를 적절히 대처하게 됨으로 인해 도박행동이 감소될 것으로 기대된다. 또한 스트레스로 인한 도박행동을 예방하고 이로 인해 어려움을 경험하고 있는 청소년들을 도울 수 있는 방안 모색에 도움이 될 것으로 사료된다.

본 연구 결과를 통해 연구 의의와 함께 상담 실체에 대한 시사점을 제시하면 다음과 같다. 첫째, 청소년의 인터넷 중독 및 도박행동에 대한 개입의 초점을 예방차원에서 접근할 수 있는 기초 자료를 제공하였다. 인터넷 중독과 도박행동이 행위중독으로 상관이 있다는 연구결과들이 있지만(김영경, 2012; 장정연, 2011; Parker et al., 2008), 본 연구 결과를 통해 볼 때 청소년들의 인터넷 중독과 도박행동에 대한 예방 및 상담개입전략을 수립함에 있어서 접근성에 차이가 있을 수 있음을 고려할 필요가

있다. 인터넷 중독과 도박행동에 있어서 자기효능감과 자아탄력성과 같은 개인 내적 요인이 영향을 미치고 있지만 인터넷 중독에 있어서는 개인 내적 특성으로만 귀인하지 않고, 스트레스가 인터넷 중독에 영향을 미치고 있음을 인식하도록 돕는 것이 필요하다. 특히, 임성택, 김성현, 김정호와 배종선(2005)의 연구에 의하면 인터넷 중독에 영향을 미치는 요인으로 대인환경(부모 간 관계)이 개인의 내적성향보다 더 큰 설명력을 나타내고 있음을 볼 때, 개인내적 요인뿐 아니라 환경적 요인에 대한 연구가 필요할 것으로 사료된다. 둘째, 청소년의 인터넷 중독 및 도박행동 예방 프로그램 개발에 필요한 기초자료로 활용할 수 있다. 특히 도박행동과 관련된 연구에 있어서 위험요인에 관한 연구 중심이었으나 본 연구를 통해 도박행동의 보호요인으로 긍정적인 개인 내적 자원에 대한 관심을 갖게 한 점이다. 청소년은 성장 및 발달 단계에 있기에 본 연구 결과를 토대로 강점으로 사용될 수 있는 자기효능감과 자아탄력성을 향상시키는 프로그램을 개발할 수 있을 것으로 사료된다. 이러한 노력은 문제 중심의 상담접근으로 상담에 대해 부정적인 시각을 가지고 있는 청소년들에게 긍정적인 관점을 갖게 함으로써 상담에 대한 시각 전환을 시도하여 예방에 더욱 박차를 가할 수 있을 것으로 사료된다.

본 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언을 논하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 특정 지역에 국한하여 남자 중학생만을 대상으로 자료를 수집하였기에 일반화에 한계가 있다. 후속연구에서는 지역 간의 비교뿐 아니라 학년간의 비교연구가 필요하다. 둘째, 도박행동과는 달리 스트레스와 인터넷 중독 간에 자기효능감과 자아탄력성의 조절효과가 유의미하지 않은 이유가 무엇인지 현재로서는 명확하지 않다. 인터넷 중독과 도박행동 정도의 차이에 의한 것인지 개인내적 요인보다 환경적 영향력이 더 크기 때문인지 아니면 본 연구대상자들의 특성 때문인지는 후속연구를 통해 재차 확인할 필요가 있을 것으로 사료된다. 특히, 청소년의 인터넷 중독과 도박행동의 정도에 따른 조절효과의 차이가 있는지에 대한 연구가 필요하다. 셋째, 본 연구에서는 중독 예방을 위한 보호요인을 찾는데 그쳤으나 추후연구에서는 자기효능감 및 자아탄력성 증진 프로그램, 청소년의 일상생활 스트레스에 대한 적절한 대처법과 다양한 놀이문화를 경험할 수 있는 방과 후 내지 0교시 프로그램 등 다양한 프로그램 개발에 관한 연구가 필요하다. 마지막으로 본 연구에서는 자기효능감과 자아탄력성의 하위요인의 역할을 검증하지 않았으나 후속연구에서는 이에 대한 검증이 필요할 것으로 사료된다.

참고문헌

- 권선중, 김교현, 최지옥 (2006). 아동의 성인도박 인식실태와 도박성 게임행동에측요인. **한국심리학회지: 건강**, 11(1), 147-162.
- 김교현, 권선중, 심미영 (2005). 초등학생의 시험스트레스와 신체화 증상: 자아탄력성의 중재효과. **한국심리학회지: 건강**, 10(1), 113-126.
- 김민우 (2004). **문제도박 청소년의 심리적 특성**. 성신여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김영경 (2012). 청소년의 스트레스가 현재 도박행동과 미래 도박행동 가능성에 미치는 영향: 인터넷중독과 비합리적 도박신념의 매개효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 24(1), 175-195.
- 김영희, 서경현 (2011). 병원 종사자의 직무 스트레스 및 자아탄력성과 스트레스 반응 및 서비스 질의 관계. **한국심리학회지: 건강**, 16(2), 329-345.
- 김은영 (2009). 보호관찰 청소년의 인터넷 중독과 관련된 심리사회적 특성. **청소년복지 연구**, 11(4), 1-23.
- 김은정 (2005). 폭력적 컴퓨터 게임과 공격적 비행, 인터넷 비행 및 인터넷 게임중독과의 관계: 청소년을 중심으로. **한국심리학회지: 임상**, 24(2), 359-377.
- 김종범 (2000). **인터넷 중독 하위 집단의 특성 연구-자존감, 공격성, 외로움, 우울을 중심으로**. 연세대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김청택, 김동일, 박중규, 이수진 (2002). **한국형 인터넷중독진단척도개발연구**. 서울: 정보통신연구진흥원.
- 김현주 (2009). **청소년 도박행동에 영향을 미치는 요인에 관한 연구**. 충남대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 남전아 (2010). **스트레스와 청소년 도박 행동의 관계: 충동성의 매개효과와 모 애착의 중재효과**. 성신여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 남지현 (2006). **아동의 자아탄력성과 인터넷중독의 관계**. 청주교육대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 노호은 (2001). **청소년이 지각한 부모의 자녀 양육태도와 자기효능감 간의 관계**. 연세대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.

- 민병기 (2002). **청소년의 생활만족도 형성에 관한 연구: 사회적 지지지원과 자기효능감을 중심으로**. 인하대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 박정희 (2010). **부부갈등과 초등학생의 표출 불안과의 관계: 자아탄력성의 중재효과**. **청소년학연구**, 17(12), 27-48.
- 서미아 (2007). **일개 중학교 학생들의 인터넷 중독과 또래애착 정도, 학교생활 대처와의 관계**. **정신간호학회지**, 16(1), 5-13.
- 서승연, 이영호 (2007). **일상적 스트레스, 사회적 지지, 몰두 성향과 인터넷 중독과의 관계**. **한국심리학회지: 임상**, 26(2), 391-405.
- 신재은 (1999). **청소년의 우울에 영향을 미치는 심리사회적 요인에 관한 연구**. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 유성경, 심혜원 (2002). **적응 유연한 청소년들의 심리적 보호요소 탐색**. **교육심리연구**, 16(4), 189-206.
- 유안진, 한미현 (1995). **한국아동의 일상적 스트레스 척도의 개발**. **대한가정학회지**, 33(4), 49-64.
- 이경주 (1997). **청소년의 스트레스와 사회적 지지 및 행동문제**. 전남대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 이만제 (2009). **대인 커뮤니케이션 특성 및 자아성향이 청소년의 인터넷 중독에 미치는 영향: 커뮤니케이션 회피성향, 가족커뮤니케이션 유형, 자기효능감, 자아탄력성을 중심으로**. **한국청소년복지학회**, 11(3), 29-127.
- 이수진 (2008). **청소년의 심리사회적 변인이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향: 다변량 잠재성장 모형분석**. **한국심리학회지**, 5(2), 175-192.
- 이수현, 최해림 (2007). **고등학생이 지각한 부모의 학습관여 형태, 자아탄력성, 시험불안 및 학교적응의 관계**. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 19(2), 321-337.
- 이숙정, 유지현 (2008). **대학생의 학업 및 진로 스트레스와 대학생활적응의 관계에 대한 자기효능감의 매개효과**. **교육심리연구**, 22(3), 589-607.
- 이정윤 (2005). **인터넷중독 하위유형에 따른 심리적 특성의 차이**. **청소년학연구**, 12(2), 43-61.
- 이지향 (2005). **인터넷 환경변인과 중재변인이 청소년의 인터넷 중독 성향에 미치는 효과**.

- 숙명여자대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 임성택, 김성현, 김정호, 배종선 (2005). 청소년의 대인환경 및 성향과 인터넷 몰입 관계. **한국청소년연구**, 6(1), 477-510.
- 장경문 (2003). 자아탄력성과 스트레스 대처방식 및 심리적 성장환경의 관계. **청소년학연구**, 10(4), 143-161.
- 장정연 (2011). **청소년 사행성 게임행동에 관한 연구: 선별도구(SOGS-RA) 평가와 영향 요인**. 가톨릭대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 장휘숙 (2001). 정신병리를 차단하는 요인으로서의 탄력성. **한국심리학회지: 발달**, 14(1), 113-127.
- 주석진 (2011). 청소년이 지각한 학업 및 부모 관련 스트레스와 인터넷중독과의 관계에서 탄력성의 매개효과와 조절효과 검증. **청소년학연구**, 18(11), 61-83.
- 최희정 (2010). **중학생의 학교 스트레스와 인터넷 중독 간의 관계에 대한 자아탄력성 및 부모-자녀 의사소통의 조절효과**. 계명대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 하정희, 이희경 (2005). 낙관성, 자기효능감, 인터넷 몰입, 강인성이 청소년의 인터넷 중독에 미치는 영향. **상담학연구**, 6(3), 919-932.
- 한국정보화진흥원 (2002). **인터넷 중독 상담전략**. 서울: 한국정보화진흥원.
- 한국정보화진흥원 (2012). **2011년 인터넷 중독 실태조사**. 서울: 한국정보화진흥원.
- 한승희 (2010). **아동의 일상적 스트레스와 인터넷 게임중독 위험성의 관계에서 자아탄력성의 조절효과**. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 홍세희 (2008). 사회복지전문가를 위한 연구방법론 V. **제5회 중부재단 워크숍 자료집**, 1-59.
- 황혜리, 류수정 (2008). 기독교대학생의 인터넷중독 성향과 심리사회적 특성과의 관계: 자기통제력, 자기존중감, 자기효능감, 대인관계 효능감, 외로움을 중심으로. **한국기독교상담학회지**, 11, 321-346.
- 홍혜영 (1995). **완벽주의 성향, 자기효능감, 우울과의 관계 연구**. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- Agnew, R. (1985). A revised strain theory of delinquency. *Social Forces*, 64, 151-167.

- Allsop, S., Saunders, B., & Phillips, M. (2000). The process of relapse in severely dependent male problem drinkers. *Addiction, 95*, 95-106.
- Aroian, K. J., & Norris, A. E. (2000). Resilience, stress and depression among Russian immigrants to Israel. *Western Journal of Nursing Research, 22*(1), 54-67.
- Bandura, A. A. (1986). Self-efficacy mechanism in physiological activation and healthpromoting behavior. In J. Madden IV, S. Nathysse, & J. Barchas (Eds.), *Adaptation, learning and affect*. New York: Raven Press.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Bandura, A. (2004). Health promotion by social cognitive means. *Health Education & Behavior, 31*(2), 143-164.
- Bandura, A., & Schunk, D. H. (1981). Cultivating competence, self-efficacy and intrinsic interest through proximal self-motivation. *Journal of Personality and Social Psychology, 41*, 568-598.
- Bergevin, T., Gupta, R., Derevensky, J., & Kaufman, F. (2006). Adolescent gambling: Understanding the role of stress and coping. *Journal of Gambling Studies, 22*(2), 195-208.
- Billings, A. G., & Moos, R. H. (1981). The role of coping responses and social resources in attenuating the stress of life events. *Journal of Behavioral Medicine, 4*, 139-157.
- Blaszczynski, A., & Nower, L. (2002). A pathways model of problem and pathological gambling. *Addiction, 75*(5), 487-500.
- Block, J. H., & Block, J. (1980a). *The california child q-set*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Block, J. H., & Block, J. (1980b). The role of ego-control and ego resiliency in the organization of behavior. *Minnesota Symposia on Child Psychology, 13*, 39-101.
- Block, J. H., & Kremen, A. M. (1996). IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social*

- Psychology*, 70(2), 349-361.
- Braverman, M. T. (1999). Research on resilience and its implications for tobacco prevention. *Nicotine & Tobacco Research*, 1, S67-S72.
- Brown, J. H., D'Emidio-Caston, M., & Benard, B. (2001). *Resilience education*. Thousand Oaks: Corwin Press
- Bruning, R. H., Schraw, G. J., & Ronning, R. R. (1999). *Cognitive psychology and instruction*. New Jersey: Merrill.
- Casey, L. M., Oei, T. P. S., Melville, K. M., Bourke, E., & Newcombe, P. A. (2008). Measuring self-efficacy in gambling: The gambling refusal self-efficacy questionnaire. *Journal of Gambling Studies*, 24, 229-246.
- Chemers, M. M., Hu, L., & Garcia, B. F. (2001). Academic self-efficacy and first-year college student performance and adjustment. *Journal of Educational Psychology*, 93(1), 55-64.
- Coyne, C., Aldwin, C., & Lazarus, R. S. (1981). Depression and coping in stressful episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 90, 439-447.
- Dickson, L. M., Derevensky, J. L., & Gupta, R. (2002). The prevention of gambling problems in youth: A conceptual framework. *Journal of Gambling Studies*, 18(2), 97-159.
- DiCorcia, J. A., & Tronick, E. (2011). Quotidian resilience: Exploring mechanisms that drive resilience from a perspective of everyday stress and coping. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 35, 1593-1602.
- Ellenbogen, S., Gupta, R., & Derevensky, J. (2007). A cross-cultural study of gambling behaviour among adolescents. *Journal of Gambling Studies*, 23(1), 25-39.
- Fauth, E., Zarit, S., & Femia, E. (2008). Stress and well-being in a caregiving population: Prediction resilience in family caregiver. *The Gerontologist*, 40, 680.
- Felner, R. D., & Felner, T. Y. (1989). Primary prevention program in the

- educational context: A transactional-ecological framework and analysis. In L. A. Bond, & B. E. Compas (Eds.), *Primary prevention and promotion in the schools* (pp. 13-49). Newbury Park, CA: Sage.
- Fluckiger, C., Wusten, G., Zinbarg, R., & Wampold, B. E. (2010). *Resource activation: Using clients' own strengths in psychotherapy and counseling*. Cambridge, MA, US: Hogrefe Publishing.
- Gomes, K. (2011). *Client factors that influence outcome in problem gambling treatment*(Doctoral dissertation, University of Windsor, 2011). Dissertation Abstracts International, 1-13, NR77923.
- Gore, S., & Edenrode, J. (1994). Context and process in research on risk and resilience. In R. J. Hatterty, L. R. Sherrod, N. Germezy, & M. Rutter (Eds.), *Stress, risk, and resilience in children and adolescents* (pp. 19-63). N.Y.: Cambridge University Press.
- Gunn, D. A. (1998). Internet addiction. Project Presented to the University of Hertfordshire, UK. [On-line], Available <http://137.197.152.160/netquest/All-Ver6.html>.
- Gupta, R., & Derevensky, J. (1997). Familial and social influences on juvenile gambling. *Journal of Gambling Studies, 13*, 179-192.
- Gupta, R., & Derevensky, J. (1998a). Adolescent gambling behavior: A prevalence study and examination of the correlates associated with excessive gambling. *Journal of Gambling Studies, 14*, 319-345.
- Gupta, R., & Derevensky, J. (1998b). An empirical examination of Jacobs' General Theory of Addictions: Do adolescent gamblers fit the theory?. *Journal of Gambling Studies, 14*, 17-49.
- Gupta, R., & Derevensky, J. (2000). Adolescents with gambling problems: From research to treatment. *Journal of Gambling Studies, 16*(2/3), 315-342.
- Hamill, S. K. (2003). Resilience and self-efficacy: The importance of efficacy beliefs and coping mechanism in resilient adolescent. *Cogate University Journal of the Science, 56*, 115-146.

- Haglund, M. E. M., Nestadt, P. S., Cooper, N. S., Southwick, S. M., & Charney, D. S. (2007). Psychobiological mechanisms of resilience: Relevance to prevention and treatment of stress-related psychopathology. *Development and Psychopathology, 19*, 889-920.
- Jacobs, D. F. (1986). A general theory of addictions: A new theoretical model. *Journal of Gambling Behavior, 2*(1), 15-31.
- Kandell, J. J. (1998). Internet addiction on campus: The vulnerability of college students. *Cyber psychology and Behavior, 1*, 11-17.
- Klohn, E. C. (1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of ego-resiliency. *Journal of Personality and Social Psychology, 70*(5), 1067-1079.
- Ladouceur, R., Ferland, F., Poulin, C., Vitaro, F., & Wiebe, J. (2005). Concordance between the SOGS-RA and the DSM-IV criteria for pathological gambling among youth. *Psychology of Addictive Behaviors, 19*(3), 271-276.
- Lam, L. T., Peng, Z., Mai, J., & Jing, J. (2009). Factors associated with internet addiction among adolescents. *CyberPsychology & Behavior, 12*(5), 551-558.
- Larm, P., Hodgins, S., Tengstrom, A., & Larsson, A. (2010). Trajectories of resilience over 25years of individuals who as adolescents consulted for substance misuse and matched comparison group. *Addiction, 105*, 1216-1225.
- Loeb, R. (1990). Development and risk factors of juvenile antisocial behavior and delinquency. *Clinical Psychology Review, 10*, 1-41.
- Mackenzie, C. S., & Perabine, G. (2003). Measuring and enhancing self-efficacy among professional caregivers of individuals with dementia. *American Journal of Alzheimer's Disease and Other Dementias, 18*, 291-298.
- Martin, A., & Marsh, H. W. (2008). Academic buoyance: Towards an understanding of students' everyday academic resilience. *Journal of School Psychology, 46*, 53-83.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience process in development. *American Psychologist, 56*, 227-238.

- Masten, A., Best, K., & Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology, 2*, 425-444.
- Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research in successful children. *American Psychologist, 53*, 205-220.
- Masten, A. S., Hubbard, J., Gest, S., Tellegen, A., Garmezy, N., & Ramirez, M. (1990). Competence in context of adversity: Pathways to resilience and maladaptation from childhood to late adolescence. *Development and psychopathology, 11*, 143-159.
- May, R., Whelan, J., Steenbergh, T., & Meyers, A. (2003). The gambling self-efficacy questionnaire: An initial psychometric evaluation. *Journal of Gambling Studies, 19*, 339-357.
- Messerlian, C., Derevensky, J., Gupta, R., & Messerlian, C. (2005). Youth gambling problems: A public health perspective. *Health Promotion International, 20*(1), 69-79.
- Moeini, B., Shafii, F., Birashk, B., & Allahverdipour, H. (2008). Perceived stress, self-efficacy and its relations to psychological well-being status in Iranian male high school students. *Social Behavior and Personality, 36*(2), 257-266.
- Newer, L., Gupta, R., & Derevensky, J. (2000). Youth gamblers and substance abusers: A comparison of stress-coping styles and risk-taking behavior of two addicted adolescent populations. *Paper presented at the 11th International Conference on Gambling and Risk-Taking*, Las Vegas.
- Parker, J. D., Taylor, R. N., Eastabrook, J. M., Schell, S. L., & Wood, L. M. (2008). Problem gambling in adolescence: Relationships with internet misuse, gaming abuse and emotional intelligence. *Personality & Individual Differences, 45*(2), 174-180.
- Sherer, M., Maddux, J. E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., & Jacobs, B.

- (1982). The self-efficacy scale: Construction and validation. *Psychological Reports, 51*, 663-671.
- Steinberga, L., Tremblaya, A., Zacka, M., Bustoa, U. E., & Zawertailoa, L. A. (2011). Effects of stress and alcohol cues in men with and without problem gambling and alcohol use disorder. *Drug and Alcohol Dependence, 119*(1-2), 46-55.
- Sylvain, C., Ladouceur, R., & Boisvert, J. (1997). Cognitive and behavior treatment of pathological gambling: A controlled study. *Journal of Clinical and Consulting Psychology, 65*, 727-732.
- Tedeschi, R., & Kilme, R. (2005). Assessing strengths, resilience, and growth to guide clinical interventions. *Professional Psychology: Research and Practice, 36*(3), 230-237.
- Weinstoci, J., Whelan, J., Meyers, A., & McCausland, C. (2007). The performance of two pathological gambling screens in college students. *Assessment, 14*, 399-407.
- Wilks, S., & Spivey, C. A. (2010). Resilience in undergraduate social work students: Social support and adjustment to academic stress. *Social Work Education, 29*(3), 276-288.
- Young, K. S. (1996). Internet addiction: Emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychology and Behavior, 1*(3), 237-244.
- Zimmerman, M. A. (1995). Psychological empowerment: Issues and illustrations. *American Journal of Community Psychology, 23*(5), 581-599.

ABSTRACT

The moderating effects of self-efficacy and ego-resilience on stress, internet addiction and gambling behavior amongst adolescents

Kim, Youngkyung*

This study was designed to examine whether self-efficacy and ego-resilience moderated the association between stress and two indexes; namely internet addiction, and gambling behavior. For the purposes of this study, 394 adolescents were recruited from two middle schools. Correlational analysis and multiple regression analysis were then conducted. The major results were as follows: First, stress, internet addiction, and gambling behavior were positively correlated, and self-efficacy, ego-resilience were negatively correlated. Second, self-efficacy did not appear to moderate the relationship between stress and internet addiction. Third, ego-resilience did not appear to moderate the relationship between stress and gambling behavior. Forth, self-efficacy moderated the relationship between stress and internet addiction. Fifth, ego-resilience moderated the relationship between stress and gambling behavior. The implications to future studies into both internet addiction and gambling behavior are also discussed.

Key Words : gambling behavior, internet addiction, stress, self-efficacy, ego-resilience

투고일 : 11월 23일, 심사일 : 12월 24일, 심사완료일 : 1월 21일

* Yonsei University