

청소년 인터넷 중독 집단상담 프로그램의 효과에 대한 메타분석

박 승 민[†]

서강대학교

본 연구에서는 2001년부터 2009년 까지 국내에서 진행된 청소년 인터넷중독 집단상담 프로그램의 성과연구 41편을 대상으로 메타분석 방법을 통해 효과를 살펴보았다. 연구결과로는 첫째, 분석대상 논문들에서 산출된 195개의 평균 효과크기는 1.04로, 상당히 큰 것으로 나타났다. 둘째, 연령대(초등, 중등, 고등)별로는 세 집단 모두가 상당히 높은 효과크기를 나타내었으며, 고등, 초등, 중학생 순으로 높게 나타났다. 셋째, 예방 목적 프로그램 보다 치료 목적 프로그램의 효과크기가 더 큰 경향성을 나타내었다. 넷째, 프로그램 회기수에서는 10회기 이상의 경우가 6-9회기 또는 5회기 이내 경우보다 유의미하게 큰 것으로 나타났다. 다섯째, 이론적 배경에 따른 프로그램의 효과크기는 절충적 접근, 현실치료, 인지행동치료, 기타 접근의 순이었다. 특히 절충적 접근, 현실치료, 인지행동치료는 모두 1.00 이상의 상당히 높은 효과크기를 나타내었다. 여섯째, 종속변인에 따른 효과크기는 인터넷중독, 자아존중감, 사회적응, 충동성, 자기효능감, 통제력, 우울감의 순으로 나타났다. 본 연구는 청소년 인터넷중독 프로그램 효과연구 결과를 종합하고, 프로그램의 개발, 개정, 및 효과적인 운영에 필요한 정보와 지침을 제공하였다는 데 의의가 있다.

주요어 : 청소년 인터넷 중독, 집단상담 프로그램, 메타분석

[†] 교신저자 : 박승민, 서강대학교 학생생활상담연구소 상담교수, (121-742) 서울시 마포구 신수동 1번지
Tel : 02-705-8274, E-mail : subiya99@sogang.ac.kr

최근 10여 년 동안 괄목할 만한 성장을 한 정보통신기술의 발전으로, 이제는 3,000만명이 넘는 (한국방송통신위원회, 2008) 사람들이 생활 속에서 인터넷을 접하게 되었다. 특히 2008년 현재 우리나라 10대 청소년들의 인터넷 사용율은 99.8%에 달하며(한국인터넷진흥원, 2008), 청장년층의 인터넷 이용률도 꾸준히 증가하고 있는 추세여서 인터넷이 얼마나 사람들의 생활에 영향을 주고 있는 매체인지를 실감케 하고 있다. 한편 과유불급(過猶不及)이라는 말처럼, 아무리 좋은 생활의 도구라고 할지라도 지나치게 사용하거나 절제하지 못할 때 문제가 될 수 있는데, 그 대표적인 예가 바로 인터넷 중독이라 할 수 있다. 인터넷 중독은 인터넷을 통하여 생활의 편리함과 재미를 배가하는 것이 아니라 지나친 탐닉으로 인해 인터넷에 의존하고 본래의 생활패턴에 부정적 영향과 지장을 초래하게 되는 상태(Young, 1999; 권준수, 2001)를 말한다. 특히 인터넷게임이 국가경쟁력 제고를 위한 주력사업으로 등장하면서 인터넷을 매개로 한 새로운 형태의 게임들이 출시되고, '인터넷 게임 하기'가 e-스포츠라는 이름으로 청소년층의 새로운 놀이문화로 등장하면서 청소년의 '인터넷 게임중독' 역시 심각한 사회적 문제로 나타나게 되었다.

이처럼 인터넷 중독의 심각성이 부각되면서 이를 해결하고 예방하기 위한 노력들이 시작되었다. 2002년 4월에는 정보통신부 산하 한국정보문화진흥원에 인터넷중독예방상담센터가 개소되면서 인터넷중독 문제에 대한 예방 및 치료사업이 본격화 되었다. 이와 더불어 지역의 청소년상담 센터 및 관련기관에서도 인터넷중독 문제로 의뢰되거나 찾아오는 청소년 내담자들을 돕고 있으며, 최근에는 국가청소년위원회에서 청소년 인터넷중독을 전문적으로 상담할 수 있는 상담인력 양성사업을 지원하는 등 다방면의 정책들이 시행되고 있다.

연구의 측면에서, 우리나라에서는 1990년대 후반부터 '인터넷 중독'이라는 개념에 대한 논의가 시작되었고, 1999년부터 인터넷중독 관련 변인 확인을 주제로 한 대학원 석사학위 논문이 나오기 시작하였다. 그로부터 10여년이 지난 지금, 국회전자도서관에서 '청소년 인터넷 중독'을 주제로 하여 검색하면 600여 편에 이르는 석·박사 학위논문 및 학술지 논문이 검색될 정도로 인터넷 중독은 매우 관심 있는 연구 주제로 인식되고 있다. 최근에 박승민 등(2005)은 국내에서 이루어진 청소년 인터넷 중독 연구경향을 정리하였는데, (1) 청소년 인터넷 중독 실태 (2) 청소년 인터넷 중독과 관련된 변인들 (3) 청소년 인터넷 중독의 하위유형 분류 (4) 청소년 인터넷 중독의 과정 (5) 청소년 인터넷 중독 척도 개발 (6) 청소년 인터넷 중독 예방 및 개입방안의 6개 주제로 진행된 것으로 나타났다. 이들 연구들은 현재 우리나라에서 시행되고 있는 청소년 인터넷 중독 예방 및 상담실제에 필요한 정보와 지침을 제공해 주고 있다는 점에서 가치가 있다. 특히 청소년 인터넷 중독 예방 및 개입방안에 관한 연구들은 교육장면이나 상담실에서 만나는 청소년들을 돕기 위해 개발된 프로그램들의 효과검증에 관한 것들로서, 연구 결과물의 활용이나 실제적인 필요 측면에서 볼 때 앞으로도 꾸준히 연구가 진행될 것으로 보인다.

청소년 인터넷 중독 상담 프로그램에 관한 국내의 연구들은 2001년부터 나오기 시작하여, 지금까지 60여 편 이상이 학위논문이나 학술지 논문으로 발표되었다. 이들 프로그램들은 다양한 상담이론(예, 인지행동접근, 현실요법

접근, 해결중심 접근 등)을 기반으로 하여 개발된 것으로서, 주로 10-15명으로 구성된 소집단을 대상으로 한 집단상담에 적용될 수 있도록 구성되었다. 프로그램의 목적별로 보았을 때, 인터넷 중독 상담 프로그램들은 주로 예방을 목적으로 한 프로그램(문순현, 2005; 손기화, 2005; 심경섭, 2005; 장재홍, 신효정, 2003; 조옥자, 2005 등)과 치료를 목적으로 한 프로그램(권희경과 권정혜, 2002; 김희주, 2004; 이형초, 2002 등)으로 구분될 수 있는데, 예방을 목적으로 한 프로그램들은 인터넷의 유용성과 위험성 교육, 자신의 꿈 실현과 인터넷과의 관계, 네티켓 교육, 건강한 인터넷사용관 기르기, 인터넷 중독이 의심될 때 대처방법 등의 내용을 중심으로 구성되어 있다. 또 치료를 목적으로 한 프로그램들에는 인터넷의 순기능과 역기능 중 특히 자신에게 미치는 인터넷의 역기능에 대한 인식 심어주기, 자신의 인터넷 중독정도를 인정하기, 자신의 인터넷 중독 원인 탐색하기, 인터넷 이외의 대안행동 찾고 실천하기, 중독감소를 위한 환경적 지원 찾기 등이 주요 활동으로 포함되어 있다. 이들 연구들은 프로그램 실시 전 후의 인터넷 중독 정도와 자아존중감, 자기효능감, 통제력, 우울경향 등 인터넷 중독과 관련된 것으로 보고된 변인들에서 변화가 나타남을 통계적으로 또는 집단과정 분석 방법을 통해 밝히고 있다.

이러한 연구들은 인터넷 중독 상담 프로그램이 청소년들의 인터넷 중독의 예방 및 중독 정도의 감소에 효과가 있음을 보여주고 있다. 그러나 인터넷 중독 상담의 효과에 대해 개개의 연구물들을 제시하면서 ‘효과가 있다’고 일반화하기는 쉽지가 않다. 특히 어떤 형식의, 어떤 이론적 접근이 효과적이며, 어떤 종속변인에 인터넷 중독 상담 프로그램이 긍정적인

로 영향을 미치는지를 파악하여 향후 프로그램들의 개발 및 보완에 반영할 필요가 있다. 따라서 지금까지의 연구 결과물들을 보다 체계적으로 통합하여 분석할 필요가 있다. 이러한 목적으로 수행되는 방법이 메타분석(meta-analysis)이다(김계현, 2000; Cohen, 1977; Heppner, Kivlighan & Wampold, 1999).

메타분석은 Smith와 Glass(1977)가 상담과 심리치료의 효과를 알아보기 위해 상담영역에서 처음 시도하였다. Smith와 Glass 이후로 메타분석은 상담, 심리치료, 교육 프로그램 등에 다양하게 활용되기 시작하였고(Cohen, Kulik & Kulik, 1982), 우리나라에서도 집단상담을 중심으로 메타분석이 이루어져 왔다(김계현, 이운주, 왕은자, 2002; 박소연, 1993; 이원이, 2002; 임지선, 2001). 메타분석은 상담이라는 활동이 효과가 있는지를 전반적으로 평가하는 것 뿐만 아니라, 이론별 또는 문제별로 효과에 차이가 있는지를 평가하는 데에도 활용되고 있다. 예를 들어, 임지선(2001)의 연구에서는 자기존중감에 대한 인본주의적 집단상담과 인지행동적 집단상담의 효과에 대해 메타분석을 실시하였고, 임은미와 임찬오(2003)는 진로관련 집단상담의 성과를 분석하기 위해 메타분석을 실시하였다. 메타분석은 상담의 각 이론에 따라서, 집단의 운영방법에 따라서, 집단의 목적 및 문제영역에 따라서 다양하게 시도되고 있다(김계현 등, 2002; 노성덕, 김계현, 2004). 이와 같은 맥락에서, 본 연구는 지금까지 시행되어 온 인터넷 중독 상담 프로그램의 효과를 메타분석 방법을 사용하여 종합해 보고자 한다. 이를 위해 우리나라에서 인터넷 중독 집단상담 프로그램이 처음 시행된 2001년부터 최근까지 발표된 연구물들을 선정, 종합하고, 프로그램의 효과를 인터넷 중독 관련

변인들을 중심으로 비교, 분석하고자 한다. 우선 청소년 인터넷중독 집단상담의 효과를 전체 평균 효과크기 산출을 통해 살펴보고, 프로그램 참여자의 연령대(초등, 중등, 고등), 목적(예방/치료), 프로그램 운영 관련 변인(회기수)에 따라 효과크기를 비교 분석하고자 한다. 또한 프로그램의 이론적 배경 및 인터넷 중독 변인과 관련 변인들의 효과크기를 구하고 비교함으로써, 향후 인터넷 중독 상담 프로그램의 개발 및 개정, 그리고 효과적인 운영을 위해 보다 체계적인 지침을 제시해 줄 수 있리라 기대한다. 본 연구는 국내에서 청소년 인터넷 중독 집단상담 프로그램 연구물이 나오기 시작한 2001년부터 10여년에 걸쳐 발간된 논문들을 대상으로 메타분석을 통해 효과를 종합한 최초의 연구로서, 청소년 인터넷 중독 집단상담의 효과에 관한 지식과 정보를 제공한다는 데에 그 의의가 있다.

구체적으로, 본 연구에서 살펴보고자 하는 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 청소년 인터넷 중독 상담 프로그램의 전체 평균 효과크기는 어떠한가?

둘째, 청소년 인터넷 중독 상담 프로그램의 연령대(초등, 중등, 고등)별 효과의 크기는 어떠한가?

셋째, 프로그램의 목적(예방/치료)에 따른 청소년 인터넷 중독 상담 프로그램의 효과는 어떠한가?

넷째, 프로그램의 운영 관련 변인(회기수)에 따른 청소년 인터넷 중독 상담 프로그램의 효과는 어떠한가?

다섯째, 프로그램의 이론적 배경에 따라 청소년 인터넷 중독 상담 프로그램의 효과는 어

떻게 나타나는가?

여섯째, 청소년 인터넷 중독 관련 변인별로 본 인터넷 중독 상담 프로그램의 효과는 어떠한가?

방 법

대 상

본 연구에서 자료수집의 대상은 우리나라에서 인터넷 중독 집단상담 프로그램 개발 연구물이 처음 출간된 2001년부터 2009년 2월까지의 국내 학위논문 및 학술지 논문으로 하였다. 먼저, 인터넷으로 국회전자도서관과 한국교육학술정보원(KERIS) 사이트에서 청소년 인터넷 중독, 게임중독, 집단상담, 프로그램 이라는 주제어로 인터넷 중독 상담 프로그램의 효과 연구물들을 검색하였다. 인터넷으로 출력할 수 없는 자료는 국회도서관 및 서울시내 대학교 도서관 두 곳을 방문하여 총 48편의 논문을 수집하였다. 처음에 인터넷 중독과 게임중독을 따로 구분하여 논문들을 검색하고 내용 검토를 한 결과, ‘인터넷 중독’ 상담 프로그램에 참여한 청소년들 대부분이 ‘게임’에 몰두하는 특성을 보였다. 또한 게임중독이 인터넷 중독의 하위 유형에 속하기 때문에 ‘게임중독’과 ‘인터넷 중독’의 구분을 뚜렷이 하기가 현실적으로 어렵고, 인터넷 중독 척도와 게임중독 척도도 하위요인에서 서로 중복되는 경향이 있음을 감안하여, 게임중독 상담 프로그램도 분석대상으로 함께 포함시켰다. 다음으로, 수집된 논문들의 제목 및 초록, 결과부분을 검토하여 메타분석에 적합할 것으로 판단되는 논문 46편을 1차 분석대상 논문으로 선정하였

다. 끝으로, 1차로 선정된 논문들 중 통제집단을 사용하지 않거나, 연구설계에 대한 정보와 사후 결과의 평균과 표준편차, 실험집단과 통제집단의 인원수에 관한 정보가 들어있지 않은 경우를 제외한 41편(박사학위 논문 2편, 석사학위 논문 35편, 학술지 논문 4편)을 최종 분석대상 논문으로 선정하였다(부록 참조).

자료분석

자료분석의 첫 번째 절차로, 각 종속변인별로 효과크기를 산출하였다. 먼저 수집된 논문에 포함된 프로그램의 목적, 참여자 연령대, 회기수, 이론적 배경, 실험집단의 중독정도, 종속변인, 사후 종속변인들의 평균과 표준편차를 실험집단과 통제집단별로 코딩하였다. 이때 종속변인이 하위척도를 가진 경우, 각각을 분리해서 측정변인으로 만들고, 이들에 대한 각각의 효과크기를 구하였다. 다음으로 실험집단과 통제집단의 프로그램 실시 후 변인별 평균과 표준편차, 각 집단의 참여자 수를 사용하여, 실험집단과 통제집단의 분산을 계산하는 방식으로 분산의 합동추정치로 표준편차(*Spooled*)를 계산하였다. 그리고 나서 이 값을 토대로 효과크기(*effect size*)를 계산하였다. 효과크기란 어떤 연구대상에서 실험자가 의도하는 실험처치가 가해졌을 때 어느 정도 효과가 있는지를 Z점수로 환산한 것이다. 두 번째 절차로, 각 변인별로 산출된 각 효과크기들의 평균 및 표준편차를 산출하였다. 세 번째 절차로, 각 변인별 평균효과크기의 차이를 알아보기 위해서 일원변량분석(ANOVA)을 실시하였다. 효과의 크기를 구하는 공식은 아래와 같다.

$$ES = \frac{\bar{X}_e - \bar{X}_c}{S_{pooled}}$$

(*ES* : 효과크기, *X_e* : 실험집단의 평균,
X_c : 통제집단의 평균,
S_{pooled} : 분산의 합동추정치로 구한 표준편차)

$$S_{pooled} = \sqrt{\frac{(N_1 - 1)S_1^2 + (N_2 - 1)S_2^2}{N_1 + N_2 - 2}}$$

(*N₁*: 실험집단의 표본수,
N₂: 통제집단의 표본수, *S₁*: 실험집단의 분산,
S₂: 통제집단의 분산)

본 연구에서는 Microsoft office Excel 프로그램을 가지고 자료입력 및 효과크기를 계산하였고, 각 변인별 평균효과크기에 대한 기술통계치 산출 및 변량분석에는 spss 12.0 for window 프로그램을 사용하였다.

결 과

분석 결과, 41편의 연구에서 얻어진 195개의 효과크기를 종합한 평균 효과크기는 1.04로 나타났다. 이는 정상분포곡선 상에서 집단상담을 받지 않은 통제집단의 평균점수를 50%라고 했을 때, 집단상담을 받은 실험집단의 평균은 통제집단 분포에서 85%에 해당되며, 통제집단의 참여자 중에서 실험집단의 참여자들의 평균점수 이상의 좋은 점수를 받은 경우는 약 15% 정도임을 의미한다(그림 1 참조). 이러한 결과로 볼 때, 국내에서 연구된 청소년 인터넷 중독 집단상담 프로그램의 효과크

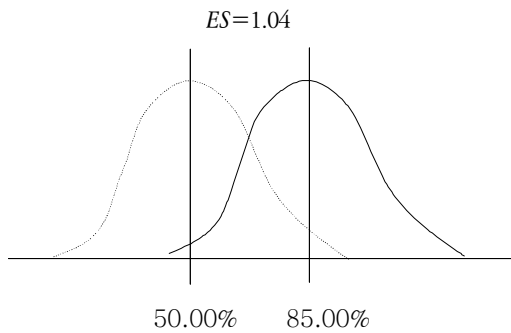


그림 1. 정상분포 곡선으로 본 전체 평균효과크기

기는 Cohen(1977)이 제시한 효과크기 해석 기준에 근거하여 볼 때 ‘상당히 크다’고 할 수 있다.

집단 참여자의 연령대별로 본 평균효과크기는 표 1과 같다. 효과크기의 사례수를 보면 중학생이 가장 많고, 고등학생이 가장 적었다. 효과크기의 평균은 고등학생이 가장 높았고, 그 다음으로 초등학생, 중학생 순으로 나타났다. 연령대에 따른 효과크기의 차이를 알아보

기 위하여 일원변량분석을 실시하였는데, 각 연령대별로 유의미한 차이가 있었다. 집단간 차이를 알아보기 위한 사후검정(scheffe 분석)결과, 고등학생과 초등학생 집단이 중학생 집단에 비해 효과크기가 유의미하게 큰 것으로 나타났다.

프로그램의 목적별로 본 평균효과크기는 표 2와 같다. 통계적으로 유의미한 차이를 보이지는 않았으나, 예방을 목적으로 하는 집단상담 프로그램보다 치료를 목적으로 하는 집단상담 프로그램이 효과크기가 더 큰 것으로 나타났다. 연구물의 수에 있어서도 중독 경향이 있는 청소년들을 대상으로 한 치료목적 프로그램이 일반사용자군 또는 일반사용자군과 중독 경향군이 함께 참여하는 예방목적의 프로그램보다 더 많았다. 이는 우리나라에서 개발된 상당수의 프로그램이 ‘인터넷 중독’ 문제의 예방 보다는 치료에 더 많은 관심을 가지고 있다는 의미로 해석된다.

이러한 결과는 실제로 프로그램에 참여한

표 1. 연령에 따른 인터넷 중독 집단상담 프로그램의 효과크기

구분	효과크기 사례수	효과크기 평균	효과크기 표준편차	F
초등학생	45	1.29	1.02	4.70* 중<고등, 초등
중학생	120	.87	.98	
고등학생	30	1.36	1.05	
전체	195	1.04	1.02	

주. * $p < .05$

표 2. 프로그램 목적에 따른 인터넷 중독 집단상담 프로그램의 효과크기

구분	효과크기 사례수	효과크기 평균	효과크기 표준편차	F
예방목적	30	.76	.88	2.85
치료목적	165	1.10	1.03	
전체	195	1.04	1.02	

청소년들의 인터넷 중독 정도별로 효과크기 차이를 살펴본 결과와도 맥을 같이 하는 것으로 보인다. 표 3에 의하면, 중독 위험군 청소년 집단이 정상군 집단 또는 위험군과 정상군 혼합집단 보다 평균효과크기가 통계적으로 유의미하게 큰 것으로 나타났다($F=2.87, p<.05$).

프로그램 운영과 관련하여, 회기 수 및 총 운영시간에 따른 청소년 인터넷 중독 집단상담 프로그램의 효과크기를 살펴본 결과는 표 4와 같다. 표 4를 보면, 10회기 이상의 시간을 들여 프로그램을 실시한 경우가 6-9회기를 실시한 경우 또는 5회기 이내로 실시한 경우보다 평균효과크기가 유의미하게 큰 것으로 나타났다. 5회기 이내로 실시한 프로그램들은 모두 예방을 목적으로 한 프로그램으로, 실시하는 학교나 상담기관의 사정 및 예방 프로그

램이라는 특성을 고려하여 짧은 회기수로 편성된 것으로 보인다. 그러나 실제로 프로그램의 효과 면에서는 회기수가 많을수록 효과가 큰 것으로 나타났다.

프로그램의 이론적 배경에 따른 청소년 인터넷 중독 집단상담 프로그램의 효과크기를 살펴본 결과는 표 5와 같다. 이론 구분에 있어서는 통계처리에 적합한 사례수가 확보되어야 함을 기준으로 하여, 인지행동치료, 현실치료, 절충적 접근, 기타(연구편수가 1편씩인 접근으로, 해결중심접근, 미술치료, 표현예술치료가 포함됨)로 구분하였다. 일원변량분석 결과, 평균효과크기는 절충적 접근, 현실치료, 인지행동치료, 기타 접근의 순으로 나타났다. 절충적 접근, 현실치료, 인지행동치료는 모두 1.00 이상의 높은 효과크기를 나타내었으며,

표 3. 참여자의 중독경향에 따른 인터넷 중독 집단상담 프로그램의 효과크기

구분	효과크기 사례수	효과크기 평균	효과크기 표준편차	F
위험군	163	1.12	1.03	2.87* 위험군>혼합군, 정상군
정상군	21	.59	.39	
혼합군 (위험군+정상군)	11	.83	1.42	
전체	195	1.04	1.02	

주. * $p<.05$

표 4. 프로그램 회기수에 따른 인터넷 중독 집단상담 프로그램의 효과크기

구분	효과크기 사례수	효과크기 평균	효과크기 표준편차	F
1	10	.38	.41	15.91*** 3 > 1, 2
2	118	.81	.95	
3	67	1.56	.98	
전체	195	1.04	1.02	

주. *** $p<.001$,

1: 5회기 이내, 2: 6~9회기, 3: 10회기 이상

표 5. 프로그램의 이론적 배경에 따른 인터넷 중독 집단상담 프로그램의 효과크기

구분	효과크기 사례수	효과크기 평균	효과크기 표준편차	F
1	49	1.04	.97	
2	31	1.00	1.02	
3	100	1.17	1.06	3.29*
4	15	.31	.43	3 > 4
전체	195	1.04	1.02	

주. * $p < .05$

1: 인지행동치료, 2: 현실치료, 3: 절충적 접근, 4: 기타(해결중심접근, 미술치료, 표현예술치료)

세 접근 간에 유의미한 차이는 없었다. 절충적 접근과 기타 접근 간에는 평균효과크기에서 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지는 하였으나, 기타 접근에 여러 접근들이 섞여있고 사례수 또한 적다는 점을 감안하여, '기타 접근 모두의 효과가 절충적 접근보다 유의미하게 적다'라고 단정적으로 해석하기는 어려

울 것으로 보인다. 추후 사례가 축적된 이후 다시 검증할 필요가 있을 것으로 생각된다.

청소년 인터넷 중독 집단상담 프로그램이 인터넷 중독 정도를 비롯한 관련 종속변인의 변화에 어느 정도의 효과를 가져 오는지를 살펴보기 위하여, 각 연구에 사용된 종속변인들의 평균효과크기를 구하고 일원변량분석을 실

표 6. 종속변인의 효과크기

구분	효과크기 사례수	효과크기 평균	효과크기 표준편차	F
1	100	1.29	1.23	
2	19	.60	.55	
3	4	1.18	1.07	
4	9	1.28	1.01	
5	8	.63	.52	2.44*
6	5	.59	.76	
7	25	1.21	.81	
8	25	.66	.78	
전체	195	1.04	1.02	

주. * $p < .05$,

1: 인터넷중독, 2: 통제력, 3: 충동성, 4: 자아존중감, 5: 자기효능감, 6: 우울, 7: 사회적응, 8: 기타(중독위험자각, 공격성, 부정적 신념, 책임감, 정서지능, 공격성 등이 포함됨. 각 변인별 사례수가 1-2개인 관계로 분석에 포함시키지 않았음)

시하였다. 표 6에는 중속변인의 사례수, 평균 효과크기, 평균효과크기의 표준편차가 제시되어 있다. 사례수가 1~2개뿐인 중독위험자가, 공격성, 부정적 신념, 책임감 등은 '기타' 변인으로 묶었다. 중속변인의 사례수는 인터넷중독, 통제력, 자아존중감, 자기효능감, 우울, 충동성의 순으로 많았으며, 효과크기 면에서는 인터넷중독이 가장 큰 효과크기를 나타내었고, 거의 비슷한 효과크기로 자아존중감, 그 다음으로 사회적응, 충동성, 자기효능감, 통제력, 우울감의 순으로 나타났다. 변인들에 따라 약간 혹은 조금 큰 차이를 보이고 있으나, 7개의 변인들 모두가 Cohen(1977)의 기준으로 볼 때 중간 이상의 효과크기를 나타내고 있어, 인터넷중독 집단상담 프로그램은 참여자들의 중독정도 감소, 자아존중감 및 사회적응 증진, 충동성 감소, 자기효능감 증진, 통제력 증진, 우울감 감소에 긍정적인 영향을 미쳤음을 알 수 있다. 프로그램의 목적상 인터넷중독 척도는 가장 많이 포함된 효과측정 도구로서, 평균효과크기도 가장 큰 것으로 나타났다.

논 의

본 연구에서는 청소년 인터넷중독 집단상담 프로그램의 효과를 검증한 2001년부터 2009년까지의 학위논문 및 학술지 논문 41편을 대상으로 195개의 효과크기를 산출하여, 인터넷중독과 관련된 다양한 변인들의 효과크기 평균을 비교 분석하였다. 본 연구의 결과에 따른 시사점을 논의하면 다음과 같다. 첫째, 195개의 효과크기를 종합한 평균 효과크기는 1.04로 나타났다. 이는 우리나라에서 개발되고 시행된 청소년 인터넷 중독 집단상담 프로그램

의 효과가 상당히 크다는 것을 의미하는 것으로, 청소년들의 인터넷 중독 정도의 감소 및 기타 관련변인들의 변화에도 기여하고 있음을 확인한 결과로 해석된다.

둘째, 집단 참여자의 연령대별로 본 효과크기의 사례수를 보면 중학생이 가장 많고, 고등학생이 가장 적었다. 효과크기의 평균은 세 연령대 집단 모두가 '상당히 높은' 효과크기를 나타내었으나, 고등학생이 가장 높았고, 다음으로 초등학생, 중학생 순으로 나타났으며, 고등학생과 초등학생 집단이 중학생 집단에 비해 효과크기가 유의미하게 큰 것으로 나타났다. 인터넷 중독으로 치료를 받고 있는 고위험군의 청소년들 중 중학생 연령대가 다른 연령대에 비해 높은(김남희, 2008) 반면, 중학생들의 인터넷 중독 문제가 생겼을 때 상담을 받을 의향은 초등 및 고등학생 보다 낮게 나타난 조사 결과(한국정보문화진흥원, 2008)를 감안하여 볼 때, 인터넷 중독에 대한 중학생 연령대의 문제의식 및 상담참여 동기를 증진시키기 위한 다양한 활동들이 프로그램에 보장될 필요가 있다.

셋째, 프로그램의 목적에 따른 평균 효과크기는 예방 목적 프로그램보다 치료 목적 프로그램이 효과크기가 더 큰 경향을 나타내었으며, 연구물의 수에 있어서도 중독 경향이 있는 청소년들을 대상으로 한 치료목적 프로그램이 일반사용자군 또는 혼합군(일반사용자군과 중독군)이 참여하는 예방목적 프로그램보다 더 많았다. 또한 실제로 프로그램에 참여한 청소년들의 인터넷 중독 정도별로 효과크기 차이를 살펴본 결과, 중독 위험군 청소년 집단이 정상군 집단 또는 혼합집단 보다 평균 효과크기가 통계적으로 유의미하게 큰 것으로 나타났다. 이는 우리나라에서 개발된 프로그

램들의 내용이 주로 소규모의 집단상담 활동을 통해 위험군의 인터넷 중독경향 감소에 보다 적극적으로 임하는 것에 초점을 두고 있다는 것을 보여주는 결과로 생각된다. 치료를 목적으로 하는 프로그램에는 위험군 집단원들이 참여하기 때문에, 사전-사후로 참여자들의 태도 변화 및 인터넷 중독 및 관련변인의 변화를 측정하는 등 효과를 탐색하기가 비교적 수월하다는 점도 치료목적 프로그램을 효과연구에 사용하는 이유일 것으로 생각된다. 예방을 초점으로 하는 프로그램들에는 인터넷 중독 예방의 필요성을 학교 등의 대규모 일반사용자군 집단을 대상으로 홍보하고 교육하는 내용들이 주로 포함되어 있고, 회기수도 치료목적 프로그램들보다 비교적 짧다(4~6회기 이내)는 점을 특징으로 하고 있으므로, 인터넷 중독 및 관련변인을 재는 척도를 가지고 효과검증을 할 때 치료집단에 비해 변화의 정도가 크지 않을 가능성이 높다. 그러나, 예방교육 또한 인터넷 중독 증가를 미리 차단하고 건강한 인터넷 사용역량을 증진시키는데 기여하고 있으므로(장재홍 등, 2002), 예방교육의 효과를 보다 적절하고 정확하게 보기 위해서는 프로그램의 특징 및 참여자의 중독경향(일반사용자군)을 고려하여 척도를 선정하는 것이 필요할 것으로 생각된다. 또한 중독 위험군 청소년 집단의 평균효과크기가 정상군 집단 또는 위험군과 정상군 혼합집단의 평균효과크기 보다 유의미하게 큰 것으로 나타났으므로, 향후 프로그램 운영시에는 일부 예방목적 프로그램들과 같이 대상을 혼합군으로 하기 보다는 프로그램의 목적에 따라 위험군과 정상군을 엄밀히 선별하여 참여시킬 필요가 있을 것이다.

넷째, 프로그램 운영과 관련하여, 회기 수에 따른 청소년 인터넷 중독 집단상담 프로그램

의 평균효과크기는 10회기 이상의 시간을 들여 프로그램을 실시한 경우가 6-9회기를 실시한 경우 또는 5회기 이내로 실시한 경우보다 유의미하게 큰 것으로 나타났다. 이러한 결과로 볼 때, 향후 예방 프로그램을 개발할 때에는 회기수를 적절하게 늘려 편성하는 것이 집단의 효과성을 높이는 데에 필요할 것으로 생각된다. 인터넷중독 문제는 통제력(Young, 1999), 충동성(이형초, 2002) 등의 자기조절 변인, 대인관계(성미나, 2002) 등의 사회적 변인, 자존감(이계원, 2000), 자기효능감(문순현, 2005), 우울(송수민, 박승민, 2008) 등의 개인내적 변인과 관련되어 있다. 이들 변인은 상황이나 순간적인 자극에 따라 쉽게 변화되는 특성이 아니기 때문에, 보다 시간을 들여 지속적으로 변화를 이끌어내는 것이 필요하다고 생각된다. 더구나 중독의 문제에 있어서는 변화에 대한 동기가 매우 중요한데(Miller, 2003), 상담실을 찾는 대부분의 청소년 내담자들은 비자발적으로 의뢰되는 경우가 많다. 이들을 대상으로 프로그램 참여도를 높이고 변화동기를 끌어올리기 위해서는 재미있고 적절한 활동을 포함시키는 것도 물론 중요하겠으나, 시간적으로 공을 들이는 것도 필요할 것으로 생각된다. 또한 인터넷 중독도 여타 다른 중독 문제와 마찬가지로 재발이 잘되는 특성이 있으므로(채규만, 박중규, 2002), 추수회기를 꼭 포함시켜서 변화의 정도가 얼마나 지속되고 있는지를 모니터링 하는 과정이 필요할 것이다.

다섯째, 프로그램의 이론적 배경에 따른 청소년 인터넷 중독 집단상담 프로그램의 효과크기를 살펴본 결과, 절충적 접근이 가장 큰 평균효과크기를 나타내었으며, 그 다음으로 현실치료, 인지행동치료, 기타 접근의 순이었

다. 절충적 접근, 현실치료, 인지행동치료는 모두 1.00 이상의 높은 효과크기를 나타내었으며, 세 접근 간에 유의미한 차이는 없었다. 절충적 접근의 프로그램의 내용에는 주로 인지행동, 인간중심, 게슈탈트, 해결중심 접근 등 다양한 상담기법들을 응용한 활동들이 포함되어 있었다. 즉, 수용적이고 따뜻한 집단 분위기 속에서 참여자들의 자기 이해 및 문제에 대한 각성, 작은 변화에 관심 가지기, 인터넷중독과 관련된 자신의 욕구 및 자동적 사고 점검 등을 통해 위험군 집단원들의 자기조절력 증진을 조력하는 활동들로 내용이 구성되어 있었다. 현실치료와 인지행동치료 접근에 특히 초점을 맞춘 프로그램들은 각 접근의 기본 가정부터 강조점, 주요 상담기법 등을 인터넷 중독 집단에 맞추어 구성되었다는 특징을 갖고 있으나, 기본적으로 공감하고 수용적인 분위기로 집단을 운영해 나간다는 점은 다른 집단과 큰 차이가 없었다. 기타 접근에는 해결중심치료, 미술치료, 통합예술심리치료가 포함되어 있었는데, 각각의 효과의 크기는 $ES = 0.1 \sim 0.6$ 으로 그렇게 높은 편은 아니었다. 그러나 기타 논문들이 워낙 사례수가 적었기 때문에, 한두 개만이 산출된 개개 이론들의 효과크기가 낮게 나왔다고 해서 이들 이론들이 인터넷 중독정도의 감소에 효과가 없다고 단정할 수는 없으며, 향후 추가적인 자료가 축적되었을 때 재분석을 통해 효과가 검토되어야 할 것으로 생각된다. 본 연구에 포함된 모든 프로그램들은 공통적으로 구조화 형식을 취하고 있었는데, 이는 참여 연령대가 청소년 연령임을 감안하여 구성한 것으로 생각된다.

여섯째, 청소년 인터넷 중독 집단상담 프로그램이 인터넷 중독 경향성을 비롯한 관련 중속변인의 변화에 어느 정도의 효과를 가져 오

는지를 살펴보기 위하여, 각 연구에 사용된 중속변인들의 평균효과크기를 구하고 일원변량분석을 실시하였다. 그 결과 인터넷중독이 가장 큰 효과크기를 나타내었고, 그 다음으로 자아존중감, 사회적응, 충동성, 자기효능감, 통제력, 우울감의 순으로 나타났으며 모두 중간 이상의 효과크기($ES = 0.59 \sim 1.29$)를 나타내고 있어, 인터넷중독 집단상담 프로그램은 집단원들의 중독정도 감소, 자아존중감 및 사회적응 증진, 충동성 감소, 자기효능감 증진, 통제력 증진, 우울감 감소에 긍정적인 영향을 미쳤음을 알 수 있다. 이는 프로그램 내용 중에 집단원들이 인터넷에 과도하게 몰입되어 있는 자신에 대한 변화가능성 및 긍정적 측면의 탐색, 인터넷 중독과 관련된 욕구 탐색 및 적절한 욕구충족 방안과 대안행동 발굴, 자동적 사고 탐색과 수정, 집단원들 상호간의 격려와 지지가 종합적으로 영향을 미친 결과로 해석된다. 인터넷중독 척도는 가장 많이 포함된 효과측정 도구로서, 평균효과크기도 가장 큰 것으로 나타났다. 이는 종속변인 사례수가 많고 프로그램의 내용도 인터넷중독 정도의 감소 또는 중독예방에 목적이 있기 때문에 나타난 결과로 해석된다. 자아존중감과 충동성도 인터넷 중독과 거의 비슷하게 효과의 크기가 상당히 큰 것으로 나타났으며, 통제력과 자기효능감, 우울감의 변화에도 프로그램이 어느 정도 긍정적인 영향을 미친 것으로 나타났다. 앞서 결과 부분에서 설명한 대로, 기타변인의 평균효과크기는 .66으로 중간 정도의 효과크기를 나타내고 있으나 여러 변인들의 사례수 한 두 개씩이 포함되었기 때문에 이들 중 어느 변인이 어느 만큼 효과적이라고 단정하기는 어려우며, 향후 이들 변인 각각에 대한 프로그램 효과 연구 결과들이 축적된 후에 다시

분석될 수 있을 것으로 생각된다.

본 연구는 청소년 인터넷 중독 집단상담 프로그램 연구물이 나오기 시작한 이래 지금까지 10여 년간 국내에서 이루어진 연구들을 대상으로 메타분석을 통해 효과를 통합한 최초의 연구로서 의미가 있다. 또 청소년 인터넷 중독 집단상담의 효과를 전체 평균 효과크기, 프로그램 참여자의 연령대, 목적, 프로그램 회기 수, 이론적 배경, 인터넷 중독 변인과 관련 변인들 별로 효과크기를 구하고 비교함으로써, 지금까지 개발된 청소년 대상 인터넷 중독 프로그램의 효과성을 확인할 수 있었다는 것 또한 본 연구의 중요한 의의라고 생각된다. 본 연구의 결과는 향후 인터넷 중독 상담 프로그램의 개발 및 개정, 그리고 효과적인 운영을 위해 보다 체계적인 정보와 지침을 제시해 줄 수 있으리라 기대한다.

한편, 본 연구는 몇 가지 제한점이 있다. 첫째, 본 연구에서는 추수(follow-up) 평가에서 나타나는 효과의 크기는 결과에 포함시키지 못하였다. 그 이유는 추수평가를 한 연구 편수가 단 4편에 불과하였기 때문에, 여기에서 산출된 효과의 크기가 본 연구에 포함된 모든 프로그램들의 추수효과를 대표한다고 보기 어렵기 때문이었다. 앞서 언급하였지만, 인터넷 중독 문제는 재발이 잘되고, 변화하고자 하는 동기가 중요하기 때문에, 집단원들의 변화 유지상태를 지속적으로 모니터링 하는 것이 중요하다. 따라서 향후 연구들에서는 되도록 추수평가를 통해 효과의 지속성 여부를 점검하는 것이 필요할 것으로 보이며, 추수평가가 이루어진 논문들이 축적되면 그때에 본격적으로 프로그램의 효과를 검증할 수 있을 것으로 생각된다.

둘째, 분석대상 프로그램 41편은 모두 구조

화 집단상담의 형식을 취하고 있었으며 진행자는 모두 해당 논문의 연구자였는데, 이렇게도 진행자의 상담경력, 전문가 자격 여부, 코리더 등에 대한 정보가 모두 포함된 논문은 한 편도 없었다. 보조진행자가 있었다고 기술된 논문은 4편이 있었는데, 이 역시 몇 명의, 어떤 사람들이 보조진행자로 투입되었는지에 대한 상세한 정보가 없었다. 구조화된 프로그램이라 하더라도 청소년을 대상으로 하는 집단상담에서는 상담자의 경험과 역량이 특히 중요한데, 분석대상 논문들에서는 이에 대한 정보가 없어서 상담자의 숙련 정도에 따른 프로그램의 효과를 비교해 볼 수 없었다는 한계가 있었다.

셋째, 본 연구는 통계적 방법을 통해 효과를 검증하였기 때문에, 지금까지의 연구물들의 효과성에 대해서는 정량적 정보를 제공하였으나, 어떻게 어떤 과정을 통해 효과가 나타나게 되었는지에 관한 프로그램 내용관련 정보들까지는 볼 수 없었다는 제한점이 있다. 차후에 연구물들이 축적되면서 양적 정보뿐만 아니라 프로그램의 구성요소에 대한 상세한 내용분석이 메타분석 결과와 함께 제시될 수 있다면, 프로그램을 실시하는 상담자들이나 후속 연구자들에게 보다 풍부한 지식과 정보를 제공할 수 있을 것이다.

참고문헌

- 권준수 (2001). 인터넷중독: 새로이 등장하는 문명병. 대한의사협회지. 42(8), 대한의사협회.
- 김계현 (2000). 상담심리학 연구. 서울: 학지사.
- 김계현, 이운주, 왕은자 (2002). 국내 집단상담

- 성과연구에 대한 메타분석. 상담학연구, 3(1), 47-62.
- 김남희, 신윤미, 조선미, 이영문, 임기영, 정영기, 김수권, 최지순 (2008). 청소년 인터넷 중독 성향과 관련된 사회 인구학적 특성과 정서 및 행동상의 요인. 신경정신의학, 47(4), 378-383.
- 김희주 (2004). 인터넷 사용조절 집단상담 프로그램이 중독 위험군 중학생의 중독 정도와 자기효능감 및 자기통제력에 미치는 영향. 전주대학교 대학원 석사학위 논문.
- 노성덕, 김계현 (2004). 국내 또래상담 성과연구에 대한 메타분석. 청소년상담연구, 12(2). 한국청소년상담원. 3-10.
- 문순현 (2005). 초등학교의 인터넷 중독 예방을 위한 통합적 자기관리 프로그램의 효과. 대구대학교 대학원 석사학위 논문.
- 박소연 (1993). 집단상담이 자아개념에 미치는 효과에 관한 메타분석. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 박승민, 김창대, 천명재 (2005). 청소년 인터넷 중독에 관한 국내 연구의 동향과 과제: 연구주제를 중심으로. 청소년상담연구, 13(2). 3-14.
- 성미나 (2002). 인지행동적 집단상담이 청소년의 인터넷중독행동에 미치는 효과. 영남대학교 대학원 석사학위 논문.
- 손기화 (2005). 인터넷 과다사용 예방 프로그램이 초등학교의 자기관리 능력에 미치는 효과. 아주대학교 대학원 석사학위 논문.
- 송수민, 박승민 (2008). 인터넷 중독 유형별 개입 프로그램 개발 연구보고서. 서울: 한국청소년상담원.
- 심경섭 (2005). 청소년 인터넷 게임중독 예방교육 프로그램의 효과. 고려대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이계원 (2001). 청소년의 인터넷 중독에 관한 연구. 이화여대 대학원 박사학위 논문.
- 이원이 (2002). 학습전략 프로그램의 효과에 관한 메타분석. 서울대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이형초 (2002). 인터넷 게임중독의 인지행동치료 프로그램 개발 및 효과 검증. 고려대학교 대학원 박사학위 논문.
- 임은미, 임찬오 (2003). 국내 집단 진로지도 및 상담 프로그램의 효과에 관한 메타분석. 청소년상담연구, 11(2), 3-11.
- 임지선 (2001). 자아존중감 향상을 위한 인본주의적/인지행동적 집단상담 효과의 메타분석. 충남대학교 대학원 석사학위 논문.
- 장재홍, 신호정 (2003). 청소년 인터넷 중독 예방프로그램의 효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 15(4). 651-672.
- 조옥자 (2005). 게임중독예방 프로그램의 효과성 연구. 호서대학교 대학원 석사학위 논문.
- 채규만, 박중규 (2002). 인터넷 중독 상담 전략. 서울: 한국정보문화센터.
- 한국방송통신위원회 (2008). 2008 인터넷 이용 실태 조사. 한국방송통신위원회.
- 한국인터넷진흥원 (2008). 2008년 한국 인터넷 백서. 한국인터넷진흥원.
- Cohen, J. (1977). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*(Revised edition). New York: Academic Press.
- Cohen, P. A., Kulik, J. A. & Kulik, C. (1982). Education coutcomes of tutoring: A meta-analysis of findings. *American Educational Research Jorunal*, 14, 237-248.
- Miller, W. R. (2003). *Enhancing motivation for changes in substance abuse treatment*. U.S.

- Department of Health and Human Services.
- Smith, M. J. & Glass, G. V. (1977). Meta-analysis of psychotherapy outcome studies. *American Psychologist*, 32, 752-760.
- Young, K. (1999). Internet addiction: Symptoms, evaluation and treatment. In L. VandeCreek & Jackson(Eds.). *Innovations in Clinical Practice: A Source Book*.(Vol.17, pp.19-31). Sarasota, FL: Professional Resource Press.

원 고 접 수 일 : 2009. 6. 3

수정원고접수일 : 2009. 7. 24

게 재 결 정 일 : 2009. 8. 19

A Meta-Analysis on the Effects of Adolescent Internet Addiction Group Counseling Program in Korea

Seung Min Park

Sogang University

The purpose of this study was to analyze the effects of adolescent internet addiction group counseling program conducted in Korea which were published in 41 thesis and articles during 2001~2009. The results are as follows : Firstly, the mean of 195 effect sizes was found to be 1.04. Secondly, the effect of the middle-high school group was the highest compared to elementary or middle school. Thirdly, treatment-focused programs are higher than prevention-focused programs. Fourthly, over 10-session-groups have higher effect sizes than 6~9-session or under 5-session-groups. Fifthly, the mean effect sizes of an eclectic approach was the highest of the other approaches. Finally, internet addiction was the highest of other dependent variables. The implications of this study results were discussed.

Key words : adolescent internet-addiction group counseling, meta-analysis

<부록> 분석에 사용된 논문 목록

번호	출판 년도	연구자	출판 형태	논문제목
1	2001	신현명	석사 (한국외대)	고교생의 인터넷 게임 중독 치료를 위한 현실치료 프로그램의 효과
2	2001	정선태	석사 (울산대)	자기통제훈련 프로그램이 인터넷 중독 감소에 미치는 효과
3	2002	이형초	박사 (고려대)	인터넷 게임중독의 인지행동치료 프로그램 개발 및 효과 검증
4	2002	고수연	석사 (제주대)	자기조절 집단상담 프로그램이 아동의 인터넷 중독에 미치는 효과
5	2002	이주영	석사 (계명대)	컴퓨터중독 초등학생을 위한 자기관리 프로그램의 효과
6	2002	성미나	석사 (영남대)	인지행동적 집단상담이 청소년의 인터넷중독행동에 미치는 효과
7	2002	허미리	석사 (안양대)	인터넷 중독 청소년을 대상으로 한 학교적응 상담프로그램의 효과
8	2002	권희경 권정혜	한국심리학회지: 임상	인터넷 사용조절 프로그램의 개발 및 효과검증을 위한 연구
9	2003	장재홍 신효정	한국심리학회지: 상담 및 심리치료	청소년 인터넷 중독 예방 프로그램의 효과
10	2003	이숙민	석사 (울산대)	자기통제훈련 집단상담이 청소년 인터넷 중독에 미치는 효과
11	2003	배새봄	석사 (대구대)	집단미술활동이 인터넷중독 초등학생의 감성지능과 중독증상에 미치는 영향
12	2003	신금순	석사 (한국외대)	자기조절 집단상담이 인터넷 중독학생의 자기존중감과 학교생활 만족도에 미치는 효과
13	2003	김지현	석사 (한국교원대)	인지행동치료 프로그램이 초등학생의 인터넷게임 중독 감소에 미치는 효과
14	2003	김경환	석사 (제주대)	인지행동 집단상담이 중학생의 인터넷게임 중독에 미치는 효과
15	2003	강민선	석사 (성균관대)	현실요법을 적용한 집단상담 프로그램이 청소년의 인터넷중독에 미치는 영향
16	2004	조은실	석사 (충북대)	대인불안성향의 인터넷 중독 청소년을 위한 집단상담 프로그램의 개발
17	2004	장민수	석사 (경인교대)	인터넷 게임중독 방지를 위한 가치촉진 프로그램의 효과
18	2004	윤광숙	석사 (경상대)	현실요법 프로그램이 청소년의 인터넷중독 감소에 미치는 효과
19	2004	이혜진	석사 (성신여대)	인터넷중독 청소년들을 위한 집단상담 프로그램
20	2004	최경원	석사 (한림대)	해결중심을 적용한 단기집단상담과 사관리가 인터넷중독 청소년의 사용량 감소에 미치는 효과

(계속)

번호	출판 년도	연구자	출판 형태	문제목
21	2004	김윤숙	석사 (대구교대)	자기통제훈련이 초등학생의 인터넷 게임중독에 미치는 효과
22	2004	김희주	석사 (전주대)	인터넷 사용조절 집단상담 프로그램이 중독 위험군 중학생의 중독 정도와 자기효능감 및 자기통제력에 미치는 영향
23	2005	심경섭	석사 (고려대)	청소년 인터넷 게임중독 예방교육 프로그램의 효과
24	2005	조옥자	석사 (호서대)	게임중독예방 프로그램의 효과성 연구
25	2005	손기화	석사 (아주대)	인터넷 과다사용 예방 프로그램이 초등학생의 자기관리 능력에 미 치는 효과
26	2005	백점순	석사 (계명대)	현실요법 집단상담 프로그램이 인터넷 중독 고등학생의 중독수준과 자기효능감, 내부-외부 통제성 및 정신건강에 미치는 효과
27	2005	문순현	석사 (대구대)	초등학생의 인터넷 중독 예방을 위한 통합적 자기관리 프로그램의 효과
28	2005	이일중	석사 (전주대)	인터넷 중독 예방교육 프로그램이 예방과 치료에 미치는 효과
29	2005	권경숙	석사 (공주대)	인터넷게임 욕구조절 프로그램이 중학생의 게임중독 감소와 자아 효능감에 미치는 영향
30	2006	이옥란	석사 (영남대)	자아성장 집단상담 프로그램이 남자중학생의 인터넷중독 예방과 학 교생활 적응에 미치는 효과
31	2006	여정숙	석사 (대구한의대)	인터넷중독 예방프로그램이 청소년의 자아존중감과 학교적응에 미 치는 효과
32	2006	정명희	석사 (계명대)	동기강화 인지행동치료가 청소년의 인터넷중독에 미치는 효과
33	2006	최경림	석사 (창원대)	게임중독 예방 프로그램이 중학교 청소년의 게임중독, 인터넷 사용욕구 및 인터넷 중독에 미치는 효과
34	2006	이재욱	박사 (원광대)	마음공부를 활용한 인터넷중독 예방 집단상담 프로그램의 개발과 효과
35	2007	한상수	석사 (충남대)	고등학생 인터넷중독 예방을 위한 집단상담 프로그램의 효과
36	2007	김은영	석사 (경인교대)	자기조절 집단상담 프로그램이 초등학교 고학년 아동의 인터넷 과 다사용에 미치는 영향
37	2007	이정미	석사 (위덕대)	청소년의 인터넷게임중독 예방을 위한 집단프로그램의 효과성 연구: 현실치료 이론을 중심으로
38	2007	문리학	석사 (서울여대)	집단미술치료가 인터넷 중독 초등학생의 자기통제 및 사회성에 미 치는 영향
39	2008	소두영	석사 (한국교원대)	인터넷 과다사용 초등학생을 위한 사회기술향상 집단상담 프로그램 개발
40	2008	이선미 이승희	놀이치료연구	놀이중심의 자기통제훈련 집단프로그램이 중학생의 인터넷 중독수 준과 자기통제력에 미치는 효과
41	2008	채유경	상담학 연구	초등학생 게임 과몰입에 대한 통합예술심리치료 프로그램 개발 및 효과검증