미래사회
Journal of Future Society
2023. Vol. 14, No. 1, 62~77.

인터넷중독과 사회적 지지가 노인 우울에 미치는 영향

문 진 영* 이 성 철 박 재 완*****

서강대학교 서강대학교 서강대학교

본 연구는 정보화 시대 노인의 우울과 인터넷 중독, 가족의 사회적 지지에 대한 이론적 접근과 설문조사 결과를 바탕으로 한 실증적 분석을 통하여 노인의 우울에 영향을 미치는 위험요인과 보호요인을 탐색하여, 노년기 삶의 질 저하 등 여러 사회문제를 야기하는 노인의 우울에 대한 대안을 제시하고자 하였다. 이를 위해 총 286명의 연구 참여자를 대상으로 설문조사를 실시하여 분석한 결과 인터넷 중독이 노인 우울의 위험요인으로 나타났고, 가족의 사회적 지지 중 정보적 지지가 보호요인으로 나타났다. 연구결과에 근거하여 노인의 우울을 방지하고, 인터넷 중독 문제를 개선하기 위한 정책 및 실천적 함의로, 노인을 대상으로 우울을 낮추는 정신건강관리 프로그램 개발 및 정책 수립 시 인터넷 중독을 함께 고려하는 것과 가족의 정보적 지지를 지원할 수 있는 방안에 대하여 제언하였다.

주요어 : 정보화 시대, 노인 우울, 인터넷 중독, 가족의 사회적 지지

이 논문은 2020년 대한민국 교육부와 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임(NRF-2020S1A5B8100993).
* 주저자: 문진영/서강대학교 신학대학원 교수/서울특별시 마포구 백범로 35 다산관 541호
/Tel: 02-705-8960/E-mail: jymoon@sogang.ac.kr
** 교신저자: 이성철/서강대학교 신학대학원 박사과정/서울특별시 마포구 백범로 35 다산관 531호
/Tel: 02-705-8216/E-mail: ploka15@sogang.ac.kr
*** 공동저자: 박재완/서강대학교 신학대학원 박사과정/서울특별시 마포구 백범로 35 다산관 531호
/Tel: 02-705-8216/E-mail: jumpman@sogang.ac.kr

Ⅰ. 서론

1. 연구의 필요성

에스핑 안데르센은 고령화와 세계화, 가족의 불안정성을 복지국가에 대한 외생적 충격으로, 복지국가를 위협하는 '트로이 목마'에 비유하였는데(Esping Andersen, 1999), 이 중 특히 고령화는 한국에 시시각각 다가오는 암울한 미래사회의 중요한 위험요인이라고 할 수 있다. 통계청의 2021년 고령자 통계에 따르면 2021년 65세 이상 고령인구는 전체 인구의 16.5%이고, 현재 추세대로라면 2018년 '고령사회'에 들어선 한국은 불과 7년 만인 2025년에 '초고령사회'[1]로 진입할 것으로 전망하였다. 경제협력개발기구(OECD) 37개국 중 가장 빠르게 고령사회에서 초고령사회로 넘어간 일본의 경우 1994년 고령사회(14.1%)에 들어선 뒤 2005년 초고령사회(20.2%)가 되기까지 11년이 걸렸다. 하지만 한국의 경우 고령사회에서 초고령사회로 넘어가는 데는 불과 7년밖에 걸리지 않는 것인데, 다른 OECD 국가들과 비교하면 고령사회에서 초고령사회로 넘어가는 데 걸리는 시간이 압도적으로 짧다. 이러한 한국의 유례없는 빠른 고령화로 인해 2020년 전국 시군구 261개 중 109개는 이미 고령인구의 비중이 20%를 넘는 초고령사회에 진입한 것으로 나타났는데(행정안전부, 2021), 이러한 상황에서 고령화와 관련한 사회문제를 해결하기 위해서는 다양한 정책적 제안이 요구되지만 관련된 정책이나 콘텐츠 등이 부족하다고 할 수 있다.

고령화에 따른 여러 문제 중 특히 노인 우울은 중요하게 논의될 필요가 있다. 코로나19 장기화에 따라 전반적인 국민 정신건강 지표가 악화된 것으로 나타났는데, 특히 우울의 경우 2018년 실시된 지역사회 건강조사결과 평균 2.3점에서 2021년 평균 5.7점으로 2배 이상 증가한 것으로 나타났고(보건복지부, 2021), 2020 노인실태조사에 따르면 우리나라 노인의 13.5%가 우울증상이 있는 것으로 나타났다(보건복지부, 2022). 일반적으로 노인은 경제적 빈곤, 질병과 장애, 고립, 역할 상실, 사회적 유대 및 관계의 약화 등으로 인해 다른 연령층에 비해 우울을 경험할 가능성이 크다(한국보건사회연구원, 2005). 생애주기에서 노년기는 노화 과정에 따른 신체적·심리적·사회적·경제적 변화를 경험하는 시기인데 노인의 우울을 이러한 변화 경험에 따른 정상적인 노화 과정으로 여기는 경향이 있다(송은경·손연정, 2011). 그러나 노년기 우울은 많은 연구들에서 일관성 있게 노년기 자살생각의 가장 중요한 요인으로 확인(Bonnewyn et al., 2009)되었고, 자살률 증가에도 중요한 원인으로 작용한다고 보고되고 있는데, 중년기 이후 연령이 증가하면서 우울이 자살에 미치는 영향이 더 커지기 때문으로 추정된다(노용환·이상영, 2013). 이렇듯 노년기의 우울은 노인의 삶의 질을 저하하는데 그치지 않고 자살에까지 영향을 미치므로 적극적인 개입이 필요하다.

빠른 인구 고령화와 더불어 한국 사회는 정보통신기술의 발전에 따른 정보화라는 사회변화를 동시에 경험하고 있고 그에 따른 사회적 문제와 대응에 대한 관심도 증가하고 있다(전혜정·김명용, 2015). 한국의 경우 김대중 정부 당시 정보화 및 정보통신 산업의 육성을 통한 국가경쟁력의 제고라는 명확한 목표 하에서 추진된 정부 주도의 물량중심 정보통신정책(최영훈·김용순, 2005)에 의해 인터넷 등 정보통신기술의 비약적인 발달과 정보통신 인프라 확산에 따른 정보화를 이루었는데, 이러한 변화는 청

1) UN에서는 전체 인구 중 65세 이상 고령인구 비율이 7~14% 미만은 고령화 사회, 14-20% 미만인 사회를 고령사회, 20% 이상은 초고령사회로 구분하고 있다(보건복지부, 2011). 한국은 2001년 고령인구 비율 7.2%로 고령화사회에 진입했고, 2018년 고령인구 비율 14.4%로 고령사회에 들어섰다. 통계청 전망에 따르면 2025년 고령인구 비율 20.6%로 초고령사회에 진입할 예정이다.

장년층뿐만 아니라 노인의 삶에도 지대한 영향을 미치고 있다. 한국지능정보사회진흥원의 “2021 디지털정보격차 실태조사”결과에 따르면 2021년 고령층 가구 중 인터넷 접속이 가능한 가구의 비율은 97.7%로, 2020년 85.3% 대비 12.4% 증가한 것으로 나타났는데 이러한 조사 결과는 정부 차원에서 노년층 등 정보취약계층[2]을 집중적으로 지원한 결과이며 코로나19 장기화와 사회적 거리두기에 의해 비대면 서비스가 증가함에 따라 인터넷 이용 관련 지표에도 변화가 많이 나타난 것으로 해석할 수 있다.

더불어 코로나19 상황으로 각종 서비스의 온라인화, 비대면 서비스가 확대되면서 인터넷을 사용하는 것은 일상생활을 수행하는 데 필수적인 수단이 되었다(Király et al., 2020). 인터넷은 시간과 공간의 제약이 적어 신체 및 기능의 제한을 가진 고령자도 활용 가능하다는 장점을 가지고 있는데, 고령자에게 인터넷은 다양한 정보 및 서비스에 접근할 수 있는 수단이라고 할 수 있다(엄사랑 외, 2019)

Young & Rodgers(1997)가 인터넷 중독과 우울의 관계를 보고한 이후 많은 연구에서 인터넷 중독과 우울의 관계를 보고하고 있는데, 최근 인터넷 사용과 우울이 증가한 노인을 대상으로 인터넷 중독이 우울에 미치는 영향에 대한 연구가 필요한 상황이라고 할 수 있다. 더욱이 이전 세대 노인들에 비해 교육수준이 높고, 인터넷에 친숙한 베이비부머 세대들이 은퇴하여 노인집단으로 편입되기 시작하고 있는 추세를 감안할 때, 노인 인터넷 중독 문제는 적극적으로 다루어야 할 문제라고 할 수 있다. 또한 보건복지부의 “코로나19 국민 정신건강 실태조사 결과”에 따르면 심리적 지지 제공자는 가족이 62.6%로 가장 많았는데, 우울에 대한 보호요인으로써 가족의 사회적 지지에 대해서도 연구가 필요한 상황이라고 할 수 있다.

인터넷 중독과 우울의 관계에 대해서 인터넷이 의사소통의 수단으로써 사람들이 관계를 형성하는데 사용되기도 하지만, 오히려 사회활동을 대치함으로써 사회적 참여를 감소시켜 심리적 안녕을 위협하는 상황을 Kraut et al.(1998)은 ‘Internet Paradox’라고 표현하였고, Young(1998b)은 인터넷의 익명성으로 인하여 내향적이거나 소극적인 사람들이 현실관계보다 가상현실관계에 의존하게 될 가능성이 크고, 삶의 고비나 감정적 어려움을 인터넷으로만 극복하려는 성향을 우려하였다. 또한 인터넷 중독자의 54%가 이전에 우울증 경력이 있는 것으로 나타났고, 대인관계나 직장, 가정 등에서 이미 문제가 있었던 인터넷 이용자의 경우 인터넷 중독은 기존의 문제를 강화하면서 새로운 문제도 유발한다고 하였다(윤재희, 1999).

이후 한국에서 진행된 여러 연구에서도 인터넷 중독과 우울의 관계가 확인되었는데, 인터넷 사용량이 많은 사람에게서 우울 수준도 증가한다는 연구결과(박정환・공은희・차형수, 1999; 김종범・한종철, 2001)나 인터넷 중독집단을 사용정도 등으로 구분하여 하위집단별 특성을 밝힌 연구에서도 인터넷 중독집단은 비중독집단보다 더 우울하다고 보고하였다. 또한 미래창조과학부・한국정보화진흥원이 실시한 “2015년 인터넷 과의존 실태조사”에서 전반적으로 과의존 위험군이 일반사용자군보다 심리사회적 부작용에 취약하였고, 정서적인 부분에서 과의존 위험군은 외로움(36.4%), 불안(28.1%), 우울(25.9%), 분노 (24.2%) 등을 경험한 것으로 조사되었다.

인터넷 중독과 우울, 자살사고 관계에 대한 연구결과 인터넷 중독과 우울, 자살사고는 모두 유의한 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났고, 자살사고에 영향을 미치는 요인과 관련하여 인터넷 중독이 자살사고를 설명하는데 유의미한 변수로 나타났다(류

2) 한국의 경우 정보격차 없는 사회구현을 위해 2001년「정보격차해소에 관한 법률」제정을 통해 장애인, 노년층, 저소득층, 농어민을 정보취약계층으로 규정하고 이들에 대한 정보화교육, 정보통신보조기기 보급사업, 정보접근선 보장 등과 같은 지원 정책을 실시하고 있다(김나정, 2020).

은정・최귀순・서정석・남범우, 2004). 또한 우울을 설명하는데 인터넷 중독이 유의미한 변수로 나타났으며, 인터넷 중독과 자살사고의 관계에서 우울이 통계적으로 유의미한 (부분)매개역할을 하는 것을 발견하였다(고기숙・이지숙, 2013).

이에 본 연구는 정보화 시대 노인의 우울과 인터넷 중독, 가족의 사회적 지지에 대한 이론적 접근과 설문조사 결과를 바탕으로 한 실증적 분석을 통하여 노인의 우울에 영향을 미치는 위험요인과 보호요인을 탐색하여, 자살 및 노년기 삶의 질 저하 등 여러 사회문제를 야기하는 노인의 우울에 대응하기 위한 사회정책 수립과정에서 합리적인 의사결정을 할 수 있도록 기초 연구를 제시하고자 하였다. 연구목적을 달성하기 위해 연구문제는 '인터넷 중독과 가족의 사회적 지지는 노인의 우울에 위험요인과 보호요인으로 영향을 미치는가?'로 설정하였다.

2. 이론적 배경

1) 노인 우울[3)]

우울이란 무기력, 외로움, 공허감 등의 정서적 증상과 사고력 및 주의력 저하 등의 인지적 증상, 그리고 피로감, 불면증 등의 생리적 증상이 동반되는 마음의 불안정한 상태를 지칭한다(Beck, 1974). 우울 경향성의 증가는 노화로 인해 나타나는 심적 기능의 변화 중 하나로 볼 수 있는데(최영애, 2003), 노인 우울은 노년기 삶의 질을 저하하는 주요 요인이고, 노년층 인구의 증가에 따라 심각한 사회문제가 되고 있다(김희영・정봉교, 2016). 노년기 우울은 노년기의 정신건강과 삶의 질을 위협하는 중요 요인임에도 불구하고 진단과 치료에서 소홀히 다루어지고 있는데, 노인의 정신적 증세는 신체적 증세보다 덜 주목받기 때문이다. 이는 노인 우울의 증상이 다른 세대와 달리 신체적 증상과 동반되어 나타나 우울증에 대한 인지보다는 노화에 따른 신체적 증상으로만 판단하는 경우가 많은 것이 원인이라고 할 수 있다. 노화에 따른 질병 등 건강 악화로 인한 수면장애, 기력 저하, 식욕부진 등의 신체적 증상에 집중하며, 우울 증상은 노화 진행에 따른 건강 상태 약화가 요인이며(고정국 외, 2019), 일시적이고 부수적인 것으로 생각하여 신체적 증상이 호전되며 모두 해소될 것으로 판단하는 경우가 많다(김정유, 2014).

노인 우울에 영향을 미치는 요인에 대한 선행연구를 살펴보면, 개인적 요인과 사회·심리학적 요인으로 구분할 수 있고 요인에 따라 우울 수준의 차이를 보인 것으로 나타났다. 강희숙, 김근조(2000)의 연구에 따르면 여성이 남성보다, 연령이 증가할수록, 배우자가 없는 경우에 우울 수준이 높게 나타났다고 보고하였다. 이는 여성이 남성에 비해 우울 수준이 높으며, 연령이 증가할수록 우울 수준이 더 높게 나타나는 연구(이민아 외, 2010, 박소영, 2018; 김수진, 2019)를 뒷받침해 주기도 한다. 또한 조은희(2000) 등의 연구에 의하면 만성질환을 가지고 있는 노인들을 대상으로 조사한 결과 건강한 노인들에 비하여 우울감 수준이 높았다. 이후에 진행된 연구들에서도 남성 노인보다 여성 노인이, 연령이 높을수록, 저소득층에서 우울이 발현될 가능성이 크고(김동배・손의성, 2005; 김혜령, 2014; 전혜정・김명용, 2014b), 동거가족이 있는 노인보다 독거노인이 우울에 취약한 것으로 알려져 있는데(이신영, 2011; 김은경, 2018; 안재순, 2021), 우울증을 경험한 독거노인의 비율은 41.2%로 전체 노인 중 29.2%보다 높은 수준이었다(보건복지부 한국보건사회연구원, 2012)

노인 우울의 사회·심리학적 요인으로는 무엇보다 노년기에 겪게 되는 각종 상실을 들 수 있다. 첫

3) 일반적으로 우울과 우울증을 혼용하여 사용하는 경우가 있는데, 우울감이 2주 이상 지속되어 일상생활에 문제가 생기는 등 임상적 치료가 필요한 상태가 '우울증(major depressive disorder)'이다(이인정, 2011).

번째로 노년기에 찾아오는 질병과 장애로 인한 건강의 상실이 있고, 두 번째로 퇴직 이후 재정적 준비의 부족으로 인한 경제적 능력의 상실이 있으며, 셋째로 배우자나 친지와 사별, 가족과의 분리 등으로 인한 대인관계의 상실이 있다. 흔히 노인의 삼고(三苦)라고 하는 병고(病苦), 빈고(貧苦), 고독(孤獨)이 노인 우울증의 사회·심리적 요인이라 할 수 있다(김정유, 2014).

2) 노인 우울과 인터넷 중독

현대사회는 주로 인터넷을 통해 소통하고 상호작용하고 있다. 이 과정에서 인터넷 중독이라는 사회문제가 발생하게 되었는데, 특히 한국의 경우 외국의 학자들도 “세계 최초로 인터넷 의존증이 심각한 집단 현상”이 된 나라로 보고하고 있다(베르트 테빌트, 2017). 또한 인터넷 중독으로 인한 학습·소득·시간 손실, 상담비 등 개인과 가족의 사회·경제적 비용이 연 7조 8천억 원에서 최대 10조 1천억 원으로 추산되고 있어(유영철·김혜정, 2020) 한국의 인터넷 중독 문제는 심각하다고 할 수 있다.

정보통신부와 한국정보화진흥원은 고령층 대상 정보화 교육을 고령사회 대책 및 고령층의 사회경제적 참여기회 확대의 핵심수단으로 결정하고 2001년부터 55세 이상 장노년층을 대상으로 정보화교육을 지속적으로 실시하고 있으며, 2004년부터는 고령층 정보격차해소의 중요성을 강조하였다. 다른 한편으로 이러한 인식을 공유하기 위한 다양한 활동을 병행하고 있는데, 이러한 국가의 정책적 노력과 함께 성공적인 노후를 맞으려는 노인들의 여가활동 및 평생학습 욕구의 일환으로서 노년층의 인터넷 이용률은 매년 증가하고 있다(한국정보문화진흥원, 2022).

최근 정부가 발표한 제4차 스마트폰 · 인터넷 과의존 예방 및 해소 종합계획(2019~2021)에 청소년뿐만 아니라 고령자를 정책대상으로 포함하였는데, 이는 고령자를 인터넷 중독과 관련한 잠재적 위험군으로 인정했다는 것으로 볼 수 있다(양승민·임진섭, 2019). 노인의 인터넷 이용률이 매년 증가하고, 정부도 노인을 인터넷 중독의 잠재적 위험군으로 보고 있음에도 노인의 인터넷 중독에 관한 연구가 부족한 이유는 노인은 인터넷 사용이 친숙하지 않아서 다른 연령대에 비해 인터넷에 중독되기 힘들 것이라는 편견이 큰 것이 원인으로 보고되고 있다(원희욱, 2017).

노인의 인터넷 및 스마트폰 이용과 관련 연구동향을 살펴보면 노인의 인터넷, 스마트폰 이용은 역할상실 및 소외 등의 노년기의 문제를 해결하고 능동적이고 적극적인 사회참여활동 등 긍정적인 기능을 한다는 연구와 노인의 인터넷 및 스마트폰 중독과 같이 부정적인 기능과 관련된 연구가 같이 보고되고 있다(고재욱·김수봉, 2012; 고정현, 2012; 원희욱, 2017). 노인의 인터넷 중독 경향에 영향을 미치는 요인을 살펴본 연구에서는 인터넷 이용시간이 많을수록, 가족관계 정도가 낮을수록, 인터넷 중독 정도를 증가시키는 예측변인이 될 수 있다고 설명하였으며(고재욱·김수봉, 2012), 고정현(2012)은 인터넷 중독점수가 높게 나온 노인은 중독 점수가 낮은 노인보다 인터넷 중독 비율이 3배 이상 높게 나타났고, 노인으로만 구성된 노인가구인 경우 인터넷 중독군에 속하는 비율이 높게 나타났다고 보고하였다.

장·노년층의 스마트폰 과의존 영향요인에 대한 연구(배성만·고영삼, 2017)에서는 스마트폰 주중 사용횟수 및 시간, 주말사용횟수가 증가할수록, 정서적인 측면에서는 외로움과 불안이 증가할수록 스마트폰 과의존이 증가하였다고 보고하였으며, 원희욱(2017)은 노인의 스마트폰 과몰입 및 게임중독에 따른 발달지연 문제에 대해 보고하였다. 하지만 본 연구에서처럼 노인을 대상으로 한 우울과 인터넷 중독의 관계에 대한 연구는 찾기가 어렵다.

3) 노인 우울과 사회적지지

사회적 관계가 정신건강에 미치는 영향에 대해서는 뒤르깽, 볼비 등의 고전이론에서부터 오늘날 노인 우울과 관련한 여러 연구들에서 다루고 있다(이채린・김홍수, 2022). Berkman et al.(2000)은 사회적 관계의 구조적 측면을 정교화하고자 시도한 이론적 틀로써 '사회적 관계망과 건강의 연결관계 개념틀(a conceptual model linking social networks to health)'을 제시하였는데, 사회적 지지는 미시적 차원에서 심리사회적 기전으로서 정신건강에 영향을 주는 요인으로 파악하였다. 사회적 지지는 가족, 친척, 친구 및 기타 연결망으로부터 받는 신체적, 정서적 안위(Cobb, 1976)와 중요한 타인과의 관계를 통하여 여러 가지 형태로 받을 수 있는 원조(Cohen et al, 1983)를 의미하며, 그 기능에 따라 정서적, 평가적, 정보적, 물질(도구)적 지지로 유형화된다(House, 1981). 사회적 지지는 제공자에 따라 가족, 친구, 지역사회 수준으로 나눌 수 있고, 내용 및 형태에 따라 구조적 차원과 기능적 차원으로 구분하고, 기능적 차원은 다시 정서적, 도구적, 평가적, 정보적 지지로 구분하기도 하고, 가족, 친구나 이웃, 사회적 관계에 대한 주관적인 친밀감이나 만족감을 의미하기도 한다(이민아 외, 2011; Han et al., 2007; TAMT Mohd et al., 2019).

개인으로 하여금 삶을 지탱하도록 돕는 심리적, 물질적, 사회적 지원을 의미하는 사회적 지지는 개인의 정서적 생활을 유지하는 데 필수조건이다. 배우자, 가족, 친구 등으로부터 친밀감, 인정과 애정, 소속감, 돌봄과 보살핌, 정보 제공, 물질적 도움과 지원 등을 통해 개인의 자존감과 안정감을 유지해주는 사회적 지원이라고 할 수 있는 사회적 지지는 우울증을 유발하는 생활사건을 차단해줄 뿐만 아니라 어려움이 닥치더라도 이겨낼 수 있다는 자신감을 주게 된다. 또한, 사회적 지지는 정서적으로 자존감과 안정성을 높이고, 개인의 삶의 문제에 대한 적응능력을 길러줌으로써 우울을 감소시키는 요인으로 알려져 있다(Berkman, 1983). 노인의 우울과 사회적 지지와 관련하여 사회적 지지는 노인의 우울감 해소에 영향을 미치는 요인으로 보고되었으며(Ozer&Bandura, 1990), 사회적 지지가 오랜 기간 결핍되어 있는 상태는 개인의 정서적 안정감과 자존감을 서서히 잠식하여 우울증을 촉발시킬 수 있다(권석만, 2016).

자녀 연락, 친척 연락, 가족 인식 등이 노인의 우울과 유의미한 부적(-)관계를 가지고, 가족의 인식(지지)수준이 높을수록 우울이 낮게 나타났으며(노병일, 2007), 특히 장·노년층의 경우 고령화로 인해 사회적·경제적 자원이 취약해질 수 있는 시기로, 이들에게 있어 사회적 지지는 노년기의 문제인 경제적 빈곤, 고립감 등을 완화해주고, 스트레스 및 우울을 줄여주며, 자아존중감을 높여주는 등 삶의 질 향상에 도움을 줄 수 있다고 하였다(김봉금, 2019; 이혁준・임진섭, 2019).

국내 연구의 경우 사회적 지지의 공식적 지지와 비공식적 지지에 대한 연구가 대부분이며. 사회적 지지의 구성요소인 정서적 지지, 인지적 지지, 물질적 지지를 구분하여 살펴본 연구는 찾아보기 힘들고(손자영, 2010) 연구마다 연구 대상의 차이 등으로 우울과 사회적 지지의 네 하위요인의 관계에 대한 결과가 다양하게 나타났다. 정서적 지지를 높게 지각한 노인의 우울 수준이 낮았다(박경민, 1993)는 연구결과도 있었고, 노인의 정서적 지지나 인지적 지지가 상승하면 노인의 우울이 유의적으로 하락하는 경향을 보였으나 물질적 지지는 우울에 유의적인 영향력이 없는 것(손자영, 2010)으로 나타나기도 하였다. 노인의 사회적 지지에 따른 노인의 우울을 살펴본 결과, 사회적 지지의 하위요인 중 정서적 지지, 물질적 지지, 평가적 지지는 그 수준이 높을수록 우울이 감소하는 것으로 나타났으나, 정보적 지지는 그 수준이 높을수록 우울이 증가하는 것으로 나타났다(권영순 외, 2020).

하지만 대부분의 선행연구에서 사회적 지지가 낮을수록 우울정도가 높았으며, 노인의 건강상태가 우울에 미치는 영향에 대해 사회적 지지가 매개효과가 있었다. 또한 이러한 효과가 성별로 다르게 나타나기도 하였는데, 남성노인의 경우, 자녀에게 제공받은 도구적 지지와 자녀에게 제공한 정서적 지지와 도구적 지지가 건강상태가 우울에 미치는 영향을 매개하는 것으로 나타났으며, 여성노인의 경우에는 자녀로부터 받은 모든 사회적 지지(정서적, 도구적, 재정적 지지)와 자녀에게 제공한 도구적 및 재정적 지지가 매개효과를 지니는 것으로 나타났다(윤현숙・구본미, 2009).

인간은 사회적 관계 속에서 생활을 영위할 수 있는 여러 종류의 자원을 교환하고 사회의 일원으로 역할을 한다. 인간이 사회적욕구를 충족시키고자 타인과 상호작용을 하는 가운데 그를 통해 얻게 되는 것이 사회적 지지라고 할 때 사회적 지지는 우울 등과 같은 개인의 정신건강에 미치는 중요한 결정인자가 될 수 있다(박지원, 1985). 본 연구에서는 박지원(1985)의 개념에 근거하여 한 개인이 가족, 친척, 이웃, 전문가 등으로부터 제공받는 도움을 사회적 지지로 보고, 정서적 지지, 정보적 지지, 평가적 지지와 물질적 지지의 4가지 하위요인으로 구성되어 있다고 보았다.

이상에서 살펴본 선행연구에 기초하여 다음과 같이 가설을 설정하였다.

가설1. 인터넷 중독은 노인 우울의 위험요인일 것이다.

가설1-1. 인터넷 중독은 노인 우울에 정적 영향을 미칠 것이다.

가설2. 가족의 사회적 지지는 노인 우울의 보호요인일 것이다.

가설2-1. 가족의 정서적 지지는 노인 우울에 부적 영향을 미칠 것이다.

가설2-2. 가족의 정보적 지지는 노인 우울에 부적 영향을 미칠 것이다.

가설2-3. 가족의 물질적 지지는 노인 우울에 부적 영향을 미칠 것이다.

가설2-4. 가족의 평가적 지지는 노인 우울에 부적 영향을 미칠 것이다.

Ⅱ. 연구방법

1. 연구대상 및 연구윤리 준수과정

1) 연구대상

본 연구는 서강대학교 생명문화연구소에서 설문조사 전문기관에 의뢰하여 2022년 10월 6일부터 10월 27일까지 3주간 온라인 조사로 실시한 '노인 정신건강 및 중독 실태조사'(설문조사명: 노년기의 정서적 건강에 관한 연구를 위한 설문조사) 데이터를 활용하였으며 결측치를 제외한 총 286명의 자료를 분석에 이용하였다. 연구 대상은 설문조사 전문기관의 온라인 패널 중 만 65세 이상의 성인을 대상으로 하였으며, 편의할당 추출 방식을 사용하였다. 조사에 앞서 연구목적, 비밀보장 등 연구대상자에게 설명해야 할 내용을 화면으로 구성하여 동의를 해야 조사에 참여할 수 있게 하였고, 연구대상자는 동의 후 온라인으로 구현된 설문지에 직접 클릭하여 답을 선택할 수 있게 하였다.

연구 대상의 성별은 남성 183명(64.0%), 여성 103명(36.0%), 연령대는 65~69세 168명(58.8%), 70대 107명(37.4%), 80대 이상 11명(3.8%), 학력은 고졸 이하가 102명(35.7%), (전문)대졸이 146명(51.0%), 대학원 이상은 38명(13.3%)로 나타났다. 혼인상태는 배우자 있음이 230명(80.4%), 배우자 없음(비혼, 이혼, 사별 등)이 56명(19.6%), 독거 여부 확인 결과 독거노인은 26명(9.1%), 동거가족이 있는 비독거 노

인은 260명(90.9%)로 나타났다. 경제활동을 하고 있는 노인은 156명, (54.5%), 경제활동을 안 하는 노인은 130명(45.5%), 월 평균 가구소득은 중위소득(월 400만원) 미만인 경우가 154명(53.9%), 중위소득 구간(4~500만)인 경우가 37명(12.9%), 중위소득(500만) 초과인 경우가 95명(33.2%)으로 나타났다. 연구대상의 인구사회학적 특성은 다음 <표 1>과 같다.

<표 1> 연구대상의 인구사회학적 특성

구분		빈도 (명)	백분율 (%)
성별	남성	183	64.0
	여성	103	36.0
연령	65~69세	168	58.8
	70대	107	37.7
	80대 이상	11	3.8
학력	고졸이하	102	35.7
	(전문)대졸	146	51.0
	대학원 이상	38	13.3
혼인 상태	배우자 있음	230	80.4
	배우자 없음 (이혼, 사별 등)	56	19.6
독거 여부	독거	26	9.1
	비독거	260	90.9
경제활동 여부	경제활동 함	156	54.5
	경제활동 안함	130	45.5
월평균 가구소득	중위소득 미만	154	53.9
	중위소득 구간	37	12.9
	중위소득 초과	95	33.2

2) 연구윤리 준수과정

본 연구는 서강대학교 생명윤리위원회의 승인을 받았으며(승인번호: SGUIRB-A-2210-53, 승인일자: 2022년 10월 6일) 설문참여 전 연구 전반에 대한 설명 후 연구 참여 동의과정을 거쳤다. 설문 참여자들에게 연구자의 인적사항과 연락처 및 서강대학교 생명윤리위원회의 연락처를 고지하고, 연구의 목적과 방법을 설명하였다. 연구에 자발적으로 참여하는지를 확인하기 위해 전자서명을 받은 후 설문을 진행하였고 익명성 및 비밀보장, 학문적 목적 이외의 사용금지에 대해 안내하였고, 설문 참여 중 본인이 원하면 언제든지 중단할 수 있도록 하였다.

2. 측정도구

1) 우울

본 연구에서는 우울은 CES-D(역학연구 우울척도: Center for Epidemiologic Studies Depression Scale) 척도를 사용하였고, 4점 척도(0점~3점) 20문항을 합산하여 우울감 정도를 파악하였다. CES-D는 Radloff 등이 1977년 우울 증상의 평가를 위하여 개발한 척도로 문항이 간결하고 증상의 존재 기간을 기준으로 정도를 측정하여 외국 및 국내에서의 지역사회 역학 연구에서 다양하게 활용되었다(이산, 2016). 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's α는 .941 이었다.

2) 인터넷 중독

인터넷 중독은 인터넷을 과다 사용하여 인터넷 사용에 대한 금단과 내성을 지니고 있으며 이로 인해 일상생활의 장애가 유발되는 상태를 의미하며, 척도는 한국정보화진흥원(2016)의 성인 인터넷 중독 자가진단 척도(KS-A)를 사용하였다. 4점 척도(1점~4점) 총 15문항을 합산하여 인터넷 중독 정도를 파악하였다. 문항신뢰도 분석결과 Cronbach's α는 .846로 나타났다.

3) 가족의 사회적 지지

본 연구에서는 박지원(1985)이 번안한 사회적 지지 척도를 사용하였다. 존경, 애정, 신뢰, 관심, 경험 행위 등 정서적 지지(7문항), 개인이 이용할 수 있는 정보를 제공하는 등의 정보적 지지(6문항), 돈이나 현물, 노동력 등을 제공하는 행위 등 물질적 지지(6문항)와 행위를 인정해주거나 부정하는 등 자기평가와 관련한 평가적 지지(6문항)의 4개의 하위 구성요소 총 25문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 '전혀 아니다' 1점에서 '항상 그렇다' 5점의 5점 Likert 척도로 되어있으며, 점수가 높을수록 사회적 지지 정도가 높은 것을 의미한다. 사회적지지 전체의 Cronbach's α는 .974로 나타났으며, 정서적 지지 Cronbach's α=.918, 정보적 지지는 α=.897, 물질적 지지 α=.880, 평가적 지지 α=.904로 나타났다.

본 연구에서 사용한 주요 변수를 다음 <표 2>로 정리하였다.

<표 2> 주요 변수

구분	변수명 (문항수)	변수설명 및 신뢰도	척도명 및 출처
종속변수	우울 (20문항)	점수가 높을수록 우울감이 높음 Cronbach's α=.941	CES-D 척도 Radloff(1977)
독립변수	인터넷 중독 (15문항)	점수가 높을수록 인터넷 중독이 심한 것을 의미 Cronbach's α=.846	성인 인터넷 중독 자가진단 간략형 척도 한국정보화진흥원 (2016)
	가족의 사회적지지 (25문항)	점수가 높을수록 가족의 사회적지지 수준이 높은 것을 의미 Cronbach's α=.974	사회적 지지척도 박지원(1985)

3. 절차

본 연구에서는 노인의 우울과 인터넷 중독, 가족 사회적 지지의 관계를 확인하기 위하여 spss23 통계 프로그램을 이용하여 기술통계, 평균비교(t-test), ANOVA, 상관관계분석, 다중 회귀분석을 실시하였다.

Ⅲ. 결과

1. 주요변수의 기술통계 결과

Kline(2005)은 왜도가 절대값 3을 초과하지 않고, 첨도는 절대값 8을 초과하지 않으면 정규분포로 볼 수 있다고 제시하였는데, 우울, 인터넷 중독, 가족의 사회적 지지 모두 왜도와 첨도를 기준으로 정규분포를 가정할 수 있다. 본 연구의 주요 변수에 대한 기술통계는 다음 <표 3>과 같다.

<표 3> 주요 변수의 기술통계

구분	변수명	평균 / 표준편차	왜도	첨도
종속변수	우울	18.64 / 12.323	.769	-.070
독립변수	인터넷 중독	30.80 / 6.125	-.242	-.274
	가족의 사회적 지지	89.39 / 16.94	-.833	1.277

2. 인구사회학적 특성에 따른 우울의 평균비교 결과

인구사회학적 특성에 따른 우울의 평균비교(t-test) 결과는 다음과 같다. 먼저 성별의 경우 여성이 남성보다 우울의 평균이 높은 것으로 나타났고, 배우자

가 없는 경우와 독거 노인인 경우, 배우자가 있는 노인이나 동거 가족이 있는 노인보다 통계적으로 유의한 수준에서 우울 평균이 높은 것으로 나타났다. 이 결과는 선행연구에서 보고한 바와 같은 결과였다. 하지만 경제활동 여부는 우울의 평균 차이에 통계적으로 유의하지 않았다.

연령, 학력, 가구소득에 따른 우울의 ANOVA(분산분석) 결과, 연령 그룹별 우울의 평균차이는 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다. 학력의 경우 저학력(고졸이하) 노인의 우울이 고학력(대학원 이상) 노인의 우울보다 높은 것으로 나타났고, 2022년 3인 가구 중위소득(400만원) 미만 가구의 노인의 우울이 중위소득 초과 가구의 노인보다 높은 것으로 나타났다. 인구사회학적 특성에 따른 우울의 평균비교 결과는 <표 4>와 같다.

<표 4> 인구사회학적 특성에 따른 우울의 평균비교

변인 및 범주		평균 (SD)	t값	변인 및 범주		평균 (SD)	F값
성별	남	17.52 (12.19)	-2.068*	연령	65-69 (1)	18.35 (12.92)	.128
	여	20.64 (12.36)			70대 (2)	19.12 (11.68)	
혼인상태	배우자유	17.14 (11.62)	-4.298***		80대 (3)	18.45 (9.37)	
	배우자무	24.80 (13.27)		학력	고졸 이하(1)	20.78 (12.90)	4.259* (1)>(3)
독거여부	독거	25.85 (11.93)	3.175**		(전문) 대졸(2)	18.33 (12.25)	
	비독거	17.92 (12.15)			대학원 (3)	14.11 (9.63)	
경제활동여부	활동	18.90 (12.33)	.391	가구소득	중위 미만(1)	21.00 (12.49)	6.335** (1)>(3)
	비활동	18.33 (12.36)			중위 구간(2)	15.73 (10.72)	
					중위 초과(3)	15.96 (11.95)	

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

3. 주요변수의 상관관계 분석 결과

본 연구의 주요변수에 대한 상관분석 결과 우울과 인터넷 중독은 .291로 통계적으로 유의한 정적(+) 상관관계가 나타났으며, 가족의 사회적 지지의 경우 우울과 -.424로 통계적으로 유의한 부적(-) 상관관계가 나타났다. 인터넷 중독과 가족의 사회적 지지는 통계적으로 유의한 상관관계가 나타나지 않았다. 주요변수의 상관관계 분석 결과는 다음 <표 5>와 같다.

<표 5> 주요 변수의 상관관계 분석

	우울	인터넷 중독	가족의 사회적 지지
우울	1		
인터넷 중독	.291**	1	
가족의 사회적 지지	-.424**	.172	1

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

4. 회귀분석 결과

인터넷 중독과 가족의 사회적 지지가 노인 우울에 미치는 영향을 확인하기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 분석결과 인터넷 중독(β=.243, $p<.000$)과 가족의 사회적 지지의 하위요인 중 정보적지지(β=-.572, $p<.000$)가 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 공차한계와 VIF를 확인한 결과 다중 공선성은 나타나지 않았고 회귀분석의 설명력은 28.5%로 나타났다.

즉 인터넷 중독이 심할수록, 가족의 정보적 지지가 낮을수록 노인 우울을 증가시키는 것을 확인할 수 있었다. 따라서 본 연구의 가설인 인터넷 중독이 노인 우울에 위험요인이라는 가설 1은 지지되는 것으로 나타났고, 가족의 사회적 지지가 노인 우울에

보호요인이라는 가설 2는 부분적으로(가설 2-4 가족의 정보적 지지) 지지되는 것으로 나타났다. 회귀분석 결과는 다음 <표 6>과 같다.

<표 6> 회귀 분석 결과

종속변수	독립변수	비표준화계수		β	t값	유의확률	공선성 통계량	
		B	표준오차				공차한계	VIF
우울	(상수)	31.550	4.784		6.596	.000		
	인터넷 중독	.490	.101	.243	4.828	.000	.987	1.013
	가족 정서지지	.053	.347	.022	.151	.880	.122	8.214
	가족정보 지지	-1.662	.346	-.572	-4.808	.000	.177	5.641
	가족물질 지지	.618	.329	.216	1.876	.062	.189	5.279
	가족평가 지지	-.279	.327	-.095	-.852	.395	.200	5.003
Durbin-Watson: 2.025 / R^2=.297, Adj. R^2=.285 F=23.688, p=<.001								

Ⅳ. 논의

본 연구는 노인의 우울과 중독, 가족의 사회적 지지에 대한 이론적 접근과 설문조사 결과를 바탕으로 한 실증적 분석을 통하여 정보화 시대 노인의 우울에 영향을 미치는 위험요인과 보호요인을 탐색하여 밝히는 데 목적이 있다. 연구 결과 노인의 인터넷 중독이 우울에 위험요인으로 영향을 미친다는 것과 가족의 정보적 지지가 보호요인으로 영향을 미친 것을 발견한 데에 연구의 의의가 있다고 할 수 있다. 즉, 고령화와 세계화, 가족의 불안정성이 복지국가를 위협하는 '트로이 목마'라면 한국의 경우 고령화와 정보화, 가족의 정보적 지지의 부재가 우울 등 노인의 정신건강을 위협하는 트로이 목마로 비견될 수 있을 것이다.

본 연구의 결과는 다음과 같이 요약된다. 첫째, 노인 우울과 관련하여 선행연구에서 나타난 바와 같이 성별, 결혼 상태 및 독거 여부, 학력, 가구소득에 따라 차이가 있는 것으로 나타났다. 성별의 경우 남성노인에 비해 여성노인의 우울 수준이 높다고 보고한 선행연구(박소영, 2018; 김수진, 2019)와 같은 결과였고, 독거가 노인의 우울 수준을 높이는 요인으로 제시한 연구(김은경, 2018)와 같은 결과였다. 학력과 가구소득이 낮은 노인의 경우 우울 수준이 높은 것으로 나타났는데, 이와 같은 결과는 교육수준과 소득이 우울에 영향을 미친다는 연구결과(김은경, 2018; 김명일 외, 2019; 김수경외, 2020)와 같았다.

둘째, 인터넷 중독은 노인의 우울은 정적(+) 상관관계가 있는 것으로 나타났고, 가족의 사회적지지가 우울에 부적(-) 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

셋째, 회귀분석 결과 인터넷 중독이 우울과 같은 정신건강에 부정적 영향을 미치는 위험요인으로 나타났고, 가족의 사회적지지 중 정보적 지지가 같은 보호요인을 통해 노인 우울이 완화될 수 있음이 나타났다. 이러한 결과는 가족 간의 원활한 의사소통을 바탕으로 한 노인의 정보화는 가족관계는 물론 사회적 관계에서 생기는 소외감과 무기력함, 우울감 등을 감소시키는 효과가 있다(김미연·변성준, 2018; 박소영·정순둘, 2019)는 선행연구와 같았고, 나아가 노인의 정보화는 노인의 생활만족도를 높이는 중요한 요인(문진영·정순둘, 2020)이 된다고 한 연구와도 맥락을 같이 한다고 할 수 있을 것이다.

연구결과에 근거하여 노인의 우울을 방지하고, 인터넷 중독 문제를 개선하기 위한 정책 및 실천적 함의를 제시하면 다음과 같다.

첫째, 노인을 대상으로 우울을 낮추는 정신건강 관리 프로그램 개발 및 정책 수립 시 인터넷 중독을 함께 고려하는 것이 필요하다. 우울은 노인의 삶

의 질을 저하시키는 주요 요인으로써 우울을 낮추는 정책 개발이 필요한데, 이때 개인적 요인과 경제적 요인 이외에 인터넷 중독과 같은 정보화라는 시대적 상황에 맞는 새로운 요인을 같이 고려하여야 한다. 특히 최근 코로나19 장기화에 따른 우울 확산 등 국민정신건강 악화에 대응하기 위해 통합심리지원단을 운영하는 등 정부 주도로 대책을 마련하고 있는데, 인터넷 중독과 같은 노인 우울에 영향을 주는 시대적 상황을 고려한 다양한 위험요인에 대한 연구가 필요한 상황이라고 할 수 있다. 이를 위해 노인복지관이나 경로당을 대상으로 전문 강사의 방문교육을 통한 인터넷 중독 및 과의존 예방교육을 실시하여 인터넷 이용에 대한 자기결정능력을 강화하고 올바른 사용습관을 길러주는 프로그램이 개발되어 운영될 필요가 있다. 또한 이러한 과의존 방지 예방 프로그램은 교육수준이 낮은 취약계층에게 우선적이고 집중적으로 실시하는 것이 중요할 것이다(김수경 외, 2020).

둘째, 연구 결과를 고려하였을 때 노인 우울 등 정신건강의 문제를 개인 차원의 문제로 보고 당사자만을 대상으로 개입하는 프로그램이나 정책보다 가족을 포괄하는 프로그램이나 정책 개발이 필요하다는 것을 시사한다. 특히 가족의 정보적 지지가 고려된 사회복지 프로그램 개발이 필요하며, 정보격차 완화 프로그램 기획 시 노인을 대상으로 하는 프로그램과 더불어 가족이 함께 참여하여 정보적 지지를 지원하는 프로그램이 필요하다고 할 수 있다.

셋째, 노인 여가활동에 대한 지원 부재로 인해 인터넷과 같은 비용이 적게 드는 활동에 참여하게 되어 인터넷 중독으로 이어지는 악순환이 나타난다고 볼 수 있는데, 이러한 부분에 대한 근본적인 접근과 대안모색도 필요하다고 할 수 있다.

위에 언급한 연구의 의의에도 불구하고 본 연구는 다음과 같은 한계가 있어 후속연구를 위해 다음과 같이 제언하고자 한다.

이 연구는 노인 중 매우 한정적인 집단을 대상으로 연구가 이루어졌기 때문에, 노년층 전체로 결과를 일반화하여 적용하는 데에는 무리가 있다. 또한 표집과정에 있어 확률표집이 아닌, 설문조사 전문기관의 패널을 이용한 편의할당 추출 방식을 사용하였는데, 설문조사 기관의 패널의 경우 전체 노년 세대 평균보다 교육 및 생활수준이 높을 가능성이 클 것으로 예상되므로 본 연구 결과를 일반화하기에는 무리가 있다. 따라서 후속 연구는 다양한 노년 계층을 연구 대상으로 할 필요가 있다.

본 연구에서는 노인의 우울에 인터넷중독과 가족의 정보적 지지가 영향을 미치는 것으로 도출 되었지만, 그 외에 다른 변인들이 영향을 주는지 매개효과나 조절효과 등 추가적인 분석이 이루어져야 할 것이며, 본 논문에서 다루지 않은 노인의 인구사회학적 요인들이 우울과 인터넷 중독에 어떠한 영향을 주는지에 대한 후속연구가 이루어지길 제언한다.

참고문헌

고재욱, 김수봉 (2012). 노인의 인터넷 중독 경향에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 한국노년학, 32(2), 649-668.

고정국, 이정화, 오영은(2019). 농촌노인의 신체적 건강이 우울에 미치는 영향 : 전-후기 노인비교를 중심으로. 한국지역사회생활과학회, 30(1), 83-100.

고정현 (2012). 노인 인터넷중독의 특성에 관한 탐색적 연구: 정보화교육 강의 및 수강 노인을 중심으로. 석사학위논문, 명지대학교 사회교육대학원

권석만 (2016). 우울증 침체와 절망의 늪. 서울: 학지사.

권영순, 오서진, 이상주 (2020). 노인의 사회적 지지가 우울에 미치는 영향. 노년교육연구, 6(1), 1-20.

김나정 (2020). 비대면 사회의 정보격차 해소방안.

국회입법조사처.

김년희 (2021). 청소년의 우울이 인터넷과의존에 미치는 영향: 부모양육방식의 매개효과. 한국콘텐츠학회논문지, 21(3), 676-684.

김수진, 김미혜, 김신혜 (2020). 농촌노인의 건강정보이해력이 우울에 미치는 영향. 노인복지연구, 75(1), 159-181.

김명일, 이은진, 김준표 (2019). 노인의 사회복지서비스 이용 수준과 삶의 만족과의 관계 : 우울과 주관적 건강 수준의 다중 매개효과 검증. 사회과학연구, 30(2), 141-161

김미연, 변성준 (2018). 고령자 정보접근성 향상을 위한 스마트 공공서비스 지표. 한국디지털융복합연구, 16(5), pp.43-53.

김민아, 양지훈 (2015). 여성노인 우울의 보호 요인과 위험 요인에 관한 메타분석. 정신보건과 사회사업, 43(3), 136-465.

김수경, 신혜리, 김영선 (2020). 중고령자의 교육수준에 따른 스마트폰 과의존 간의 관계성 연구: 스마트폰 과의존 예방교육 이용의향 조절효과를 중심으로. 사회과학연구, 31(1), 31-46.

김수진 (2019). 사회적배제, 가정생활스트레스, 우울의 종단적 관계 : 노인부부가구의 성별차이를 중심으로. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.

김윤신, 김은진, 임세원, 신동원, 오강섭, 신영철 (2015). 직무스트레스와 우울 및 불안 증상의 연관성. 대한불안의학회지, 11(1), 38-46.

김은경 (2018). 도시와 농촌 거주 고령 독거노인의 우울증상에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 예술인문사회융합멀티미디어학회지, 8(6), 609-623.

김정유 (2014). 중소도시 노인의 사회적 지지가 우울에 미치는 영향-스트레스 완충효과를 중심으로-. 석사학위논문, 한림대학교 대학원.

김종범, 한종철 (2001), 인터넷 중독 하위 집단의 특성 연구: 자존감, 공격성, 외로움, 우울을 중심으로, 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 13(2), 207-219.

김희영, 정봉교 (2016). 노인의 스트레스와 우울의 관계에서 사회적 지지의 조절효과와 회복탄력성의 조절된 매개효과. 정서행동장애연구, 32(4), 183-204.

남석인, 시지혜, 정예은, 채주석 (2019). 노년기 삶의 의미와 우울, 자살생각에 대한 연구: 독거노인과 비독거노인의 비교. 노인복지연구, 74(2), 163-192.

노병일 (2007). 사회적 지지 수준과 차원이 노인 우울에 미치는 영향. 한국노년학, 27(1), 53-69.

노용환, 이상영 (2013). 우리나라의 자살급증원인과 자살예방을 위한 정책과제. 보건복지포럼,200, 7-18.

문진영, 이성철, 박지혜 (2022). 4·50대 중년 남성의 인터넷 중독이 우울에 미치는 영향: 가족 사회적지지의 매개효과를 중심으로. 인문사회21, 13(6), 2271-2285.

문진영, 정순둘 (2020). 노인의 정보접근성 강화 방안 연구: 서울노인의 연령집단별, 정보종류별 정보매체 네트워크 분석을 중심으로. 보건사회연구, 40(2), 283-320.

박소영 (2018). 노인의 건강 특성과 사회적 관계망이 우울 증상 수준에 미치는 영향 : 성별 조절효과를 중심으로. 보건사회연구, 38(1), 154-190.

박소영, 정순둘. (2019). 중고령자의 정보접근성이 우울증상에 미치는 영향: 디지털정보 활용능력과 사회적 네트워크의 매개효과를 중심으로. 보건사회연구, 39(3), 179-214.

박정환, 공은희, 차형수 (1999). 인터넷 사용자들의 우울성향. 가정의학회지, 20(11), 203-210.

박지원 (1985). 사회적 지지척도 개발을 위한 일 연구. 박사학위논문, 연세대학교 대학원.

배성만, 고영삼 (2017). 장·노년층의 스마트폰 과의존 영향요인에 대한 탐색적 연구. 디지털융복합연구, 15(7), 111-121.

보건복지부 (2021). “2021년 1분기 코로나19 국민 정신건강 실태조사”.

보건복지부 (2021). 2020 노인실태조사

베르트 테 빌트(Bert te Wildt) 저, 박성원 역 (2017). 『디지털 중독자들』, 서울: 율리시즈.

손자영 (2010). 사회적 지지가 노인 우울에 미치는 영향 연구. 석사학위논문, 한양대학교 행정자치대학원.

송민선, 김남초, 이동한 (2008). 우울 노인의 일상생활활동과 우울 영향 요인. 노인간호학회지, 10(1), 20-26.

송은경, 손연정 (2011). 지역사회 거주 독거 여성노인의 체질량 지수, 지각된 건강상태가 우울에 미치는 영향. 정신간호학회지, 30(4), 376-385.

안재순 (2022). 독거노인 우울에 영향을 미치는 요인에 대한 효과분석. 인문사회 21, 13(5), 277-292.

양승민, 임진섭 (2019). 노인의 스마트폰 중독 경향성에 미치는 영향요인 : 인지행동모델(cognitive-behavioral model)을 기반으로 한 탐색연구. 공공정책연구, 36(1), 207-230.

엄사랑, 신혜리, 김영선 (2021). 중·고령자의 인터넷 이용이 삶의 만족도에 미치는 영향: 성향점수매칭과 이중차이 결합모형을 이용한 분석. 보건사회연구, 41(4), 72-87.

원희욱 (2017). 노인의 스마트 폰 게임 중독 경향에 따른 뇌파 비대칭(asymmetry)와 연결성(Coherehnce)의 정량화뇌파(QEEG) 비교 분석. 한국산학기술학회 논문지, 18(11), 644-652.

유영철, 김혜정 (2020). 인터넷중독 관련 행정조직 기능 조정에 관한 연구. 한국지역정보화학회지, 23(1), 1-23.

윤현숙, 구본미 (2009). 노인의 건강상태가 우울에 미치는 영향에 대한 사회적 지지의 매개효과. 한국사회복지학, 61(2), 303-324.

이민아, 김지범, 강정한 (2011). 동거형태와 한국노인의 삶의 질 만족도: 자녀와의 관계 만족도가 갖는 매개효과. 보건과 사회과학, 29, 41-67.

이산 (2016). 한국판 역학연구 우울척도 개정판(K-CESD-R)의 표준화 연구. 정신신체의학, 24(1), 83-93.

이신영(2011). 독거노인의 우울수준과 영향요인에 관한 연구. 사회과학논총, 30(1), 181-202.

이인정 (2011). 노인의 우울과 자살생각의 관계에 대한 위기사건, 사회적 지지의 조절 효과. 보건사회연구, 31권 4호, 34-62.

이채린, 김홍수 (2022). 코로나-19 팬데믹 하 도시 취약계층 노인의 우울 관련요인: 다차원적 사회적 관계요인을 중심으로. 한국노년학, 42(5), 893-913.

전혜정, 김명용 (2015). 사회적 관계 만족도를 매개로 한 노년기 인터넷 이용과 우울 간의 구조모형 분석 : 서울시 독거노인을 대상으로. 한국사회복지조사연구, 43, 73-98.

최영훈, 김용순 (2005), 김대중 정부의 정보통신정책의 성과와 과제. 한국지역정보화학회지, 8(2), 27-51.

한국보건사회연구원 (2005). 2004년도 전국 노인생활실태 및 복지욕구조사. 보건복지부.

한국지능정보사회진흥원 (2021). 2020 인터넷 이용 실태조사.

한국지능정보사회진흥원 (2022). 2021 디지털정보격차 실태조사.

행정안전부 (2022). 주민등록 인구통계. https://jumin.mois.go.kr/

Beck, A. T.(1974). *The Psychology of depression, contemporary theory and research.* NY: John Wiley & Sons.

Bonnewyn, A., Shah, A., & Demyttenaere, K. (2009). Suicidality and suicide in older people, *Reviews in Clinical Gerontology, 19,* pp.271-294.

Esping-Andersen, G. (1999). *Social Foundations of Postindustrial Economies.* Oxford: Oxford

Univ.

Király, O., Potenza, M. N., Stein, D. J., King, D. L., Hodgins, D. C., Saunders, J. B. & Demetrovics, Z. (2020). Preventing problematic internet use during the COVID-19 pandemic: Consensus guidance, *Comprehensive Psychiatry, 100,* 152-180.

Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling.* NY: Guilford Press.

Han, H., Kim, M., Lee, H. B., Pistulka, G., & Kim, K. B. (2007). Correlates of depression in the Korean American elderly: Focusing on personal resources of social support, *Journal of Cross-Cultural Gerontology, 22,* 115 - 127.

House, J. S. (1981). *Work stress and social support. Reading.* MA: Addison-Wesley.

Lincoln, K.D., Chatters, L.M., & Taylor,R.J. (2005). Social support, trumatic events and depressive symptoms among African American , *Journal of Marriage and Family, 67,* 754-766.

Ozer, E.M., & Bandura, A. (1990). Mechanisms governing empowerment effects: a self-efficacy analysis, *Journal of personality and social psychology, 58(3),* 472-86.

Radloff & Lenore Sawyer.(1977). The CES-D scale a self-report depression scale for research in the general population, *Applied Psychological Measurement. 1,* 385-401.

TAMT Mohd, Yunus, R. M., Hairi, F., Hairi, N. N., & Choo, W. Y. (2019). Social support and depression among community dwelling older adults in Asia: A systematic review, *BMJ Open 2019(9),* e026667.

Young, K. S & Rodgers R. (1997). The Relationship between Depression and Internet Addiction, *Cyber-Psychology and Behavior, 1(1),* 5-28.

투고일자 : 2023. 1. 10.
심사일자 : 2023. 2. 7.
게재확정일자 : 2023. 2. 10.

미래사회
Journal of Future Society
2023. Vol. 14, No. 1, 62~77.

The Effect of Internet Addiction and Social Support on Depression in the Elderly

Jinyoung Moon Seongchul Lee Jaewan Park

Sogang University

This study explores the risk factors and protective factors affecting depression in the elderly through a theoretical approach and empirical analysis based on survey results on depression, Internet addiction, and family social support in the information age. This study tried to suggest an alternative to the depression of the elderly, which causes various social problems such as deterioration in quality of life. For this purpose, a survey was conducted on 286 participants. The results found that Internet addiction was a risk factor for depression in the elderly, and informational support among family social support was a protective factor. Based on these results, policy and practical implications for preventing depression in the elderly and improving Internet addiction problems are suggested. That is when developing a mental health management program and policy establishment that lowers depression for the elderly, Internet addiction and informational support from family should be taken into account.

Keywords: Information Age, Depression in the Elderly, Internet Addiction, Family Social Support