

# 인터넷 중독에 관한 연구

## A Study on Internet Addiction

조 찬 식(Chan-Sik Cho)\*

### 초 록

인터넷에의 접근과 이용의 확산은 인터넷 중독이라는 사회적 병리현상을 초래하였다. 이에 본 연구는 정보사회에서 인터넷 중독의 심각성에 비추어, 인터넷에 대한 이해와 중독이라는 사회적 현상에 대한 이해를 바탕으로 인터넷 중독에 대한 이론적 근거를 구축하고, 우리나라에서의 인터넷의 보급과 중독의 배경을 살펴본 뒤, 신문기사에 나타난 사례를 중심으로 인터넷 중독에 대한 실태를 분석하고, 이에 대한 특징과 대응방안을 살펴봄으로써 인터넷 중독에 대한 이해의 증진에 일조 하고자 하였다.

### ABSTRACT

As the access and the use of internet have been diffused in our daily life, internet addiction has been issued as a social pathological phenomenon. In this context, this study constructs a theoretical foundation on internet addiction based upon the understanding on internet and on addiction as a social phenomenon; examines the background of internet addiction in Korea; analyzes the cases of internet addiction as reported on newspapers; and explores the characteristics and the directions to cope with internet addiction. By so doing, this study aims at enhancing our understanding on internet addiction.

**키워드** : 인터넷, 중독, 인터넷 중독, 정보사회, 정보정책, internet, addiction, internet addiction, information society, information policy

---

\* 동덕여자대학교 문헌정보학과 부교수(ccho@dongduk.ac.kr)

■ 논문 접수일 : 2002. 8. 22

■ 게재 확정일 : 2002. 9. 9

## 1 서론

정보사회의 도래와 더불어 정보의 가치가 하나의 재화나 자원으로 의미를 가지면서 정보에의 접근이 점점 중요해지고 있다. 이에 따라 사회를 연결하고 있는 정보통신기술의 발달과 그 파급의 효과는 사회전반에 커다란 변화를 초래하고 있다. 인터넷은 정보망의 네트워크로 정보사회에서 가장 두드러지는 정보채널이며 '정보의 바다'라 불릴 만큼 다양한 정보를 공유하는 공간이기도 하다. 이러한 인터넷은 접근성, 시공적인 자유성, 멀티미디어성, 상호 작용성을 바탕으로 사회의 중요한 정보매카니즘으로 자리잡고 있다.

사회현상으로 인터넷의 보급이 우리의 생활에 편리를 가져다준 반면 인터넷으로 인한 새로운 사회적 문제가 야기되는 것은 사회속성상 당연한 일이며, 인터넷의 이러한 문제는 '중독'이라는 관점에서 이해될 수 있다. 중독이란 원래 약물투여에 따른 병리적 현상이었으나 최근에는 중독적 물질이 없는 사회적 행위중독까지를 포함하는 개념으로 발전하고 있으며, 강박장애, 내성과 금단현상, 일상생활의 변화, 신체적 증상의 동반, 우울증 등을 동반하는 사회적 현상으로 인지되고 있다.

인터넷 중독이란 사회 일반화된 인터넷을 과다하게 사용함으로써 발생하는 병리적인 현상으로 인터넷으로 인하여 일상생활에 심각한 사회적, 정신적, 육체적 및 금전적 지장을 초래하는 것을 말한다. 즉

인터넷 중독은 인터넷에 의존하여 주어진 문제를 해결하는 단계를 지나서 인터넷을 하고픈 욕구를 통제할 능력을 상실하여 건강이나 직업활동 또는 사회활동에 장애를 초래하는 정보사회의 병리적인 단면인 것이다.

이에 본 논문은 정보사회에서 인터넷 중독의 심각성에 비추어, 인터넷에 대한 이해와 중독이라는 현상에 대한 이해를 바탕으로 인터넷 중독에 대한 이론적 근거를 구축하고, 우리나라에서의 인터넷의 보급과 중독의 배경을 살펴본 뒤, 신문기사에 난 사례를 중심으로 인터넷 중독에 대한 실태를 분석하고, 이에 대한 문제점과 대응방안을 살펴봄으로써 인터넷 중독에 대한 이해의 증진에 일조함에 그 목적이 있다.

이를 위하여 본 논문은 내용분석법(content analysis method)을 이용하여 대중매체인 신문기사에 나타난 사례를 바탕으로 상기의 인터넷 중독을 분석하고자 한다. 내용분석법은 관찰법과 유사한 기법으로 이미 밝혀진 내용을 바탕으로 내용상의 의미를 분석하여 문제를 해결하고자 하는 방법이다(Berelson 1954). 내용분석법은 특히 내용의 변화나 경향 또는 내용에 숨겨진 의미를 찾아내고, 내용상의 사회적 또는 심리적 의미를 이해하는데 필요한 방법이며, 단순히 시각이나 청각 등의 감각에 의한 이해가 아닌 내용을 중심으로 하여 그 의미를 찾는 방법으로, 이를 이용하여 신문기사 가운데 나타난

인터넷 중독에 관한 사례를 조사·분석함으로써 본 연구의 목적을 이루고자 한다.

## 2 이론적 배경

### 2.1 인터넷의 이해

사회가 변화하면서 비트의 흐름에 불과하던 정보가 이제는 가치를 창조하며 하나의 상품이나 자원으로 역할이 하게 되었다. 정보의 이런 가치상승은 사회구조의 변화와 더불어 컴퓨터와 통신기술의 발달을 밑바탕으로 하여 이루어져 왔으며, 동시에 정보의 가치변화는 사회의 생활양태에도 영향을 미치게 되었다(조찬식 2001; 한상완 2001). 그러므로 정보와 사회의 관계성에 대한 다각적인 이해가 이루어질 때 정보사회의 구체적인 미래를 그려볼 수 있게 되는 것이다.

인터넷은 TCP/IP(Transmission Control Protocol/Internet Protocol)라는 규약에 기반을 둔 네트워크의 네트워크(a network of networks based on the TCP/IP protocols)로 정보의 가치변화를 초래한 가장 큰 동인이다. 인터넷은 TCP/IP로 대표되는 약속된 통신규약을 사용하므로서 수많은 컴퓨터를 연결하여 많은 사람들이 서로 접근할 수 있는 네트워크를 구성하고 있다. 따라서 인터넷은 누구나 접근할 수 있으며 또한 네트워크를 개발하고 사용하는 사람들의 공동체로 자리잡고 있는 것이다. 그러므로 인터넷은 여러 사

람들이 접근하고 머물면서 그들이 주고받는 정보의 집합체가 되고 있다.

인터넷의 초기에는 E-mail, Ftp, Newsgroup 등으로 학자들이나 전문인들이 사용하는 중·소규모로 사용되었으나 1991년 CERN의 WWW서비스가 개발되어 일반인들도 쉽게 멀티미디어 정보를 제공할 수 있고 사용할 수 있게 되자 인터넷은 폭발적인 성장을 이루게 되었다. 지금은 전세계 수많은 호스트 컴퓨터가 인터넷에 연결되어 있는 거대한 네트워크가 되었고, 전세계적으로 6,000만명 이상이 사용하고 있다. 이는 중앙 통제 방식이 아닌 사용자들의 규약으로 모든 네트워크가 연결되어 있기 때문에 개방적이고 민주적이며, 정보의 흐름에 있어서도 양방향성을 가지고 있기 때문이라고 할 수 있다.

이러한 인터넷의 특징을 살펴보면 다음과 같다(이종석 2001; 조찬식 2002). 첫째, 인터넷은 기종에 관계없이 표준화된 규정만 따르면 접속이 가능하다. 이는 인터넷의 탈중앙적이고 개방적 특성을 이용하여 언제, 어디서, 누구나 인터넷에 접속하여 정보를 공유할 수 있다는 것으로 정보의 생산과 흐름이 무정부적이고 동시에 자율적인 흐름에 의해 통제되고 있음을 보여주고 있다. 또한 저렴한 비용으로 접속이 가능하다는 점은 인터넷에 대한 접근의 용이성을 높여 주고 있는 것이다.

둘째, 인터넷의 시공간 한계를 극복할 수 있는 특성은 사람들로 하여금 대인관계 욕구를 채울 수 있게 하였다. 인간은

인터넷을 통하여 사람들은 이전에 알고 지냈던 사람뿐 아니라, 자신이 알지 못하던 사람들과도 만날 수 있게 되어 네티즌(netizen)이라는 새로운 커뮤니티(communitiy)를 형성하게 되었다. 또한 인터넷은 24시간 쉬는 시간이 없이 동작하며 운영에 대한 책임자가 없이 자유로이 운영되기 때문에 별도의 감독이나 책임자가 없다. 모두가 인터넷의 주인이 될 수 있다.

셋째, 인터넷은 단순히 문자만을 주고 받는 도구가 아니라 소리, 그림, 동영상 등을 주고 받을 수 있는 멀티미디어이다. 기존의 미디어는 문서 중심의 정보교환이 중심이 되었으나 인터넷기술의 발달은 음향이나 영상뿐만 아니라 시각이미지와 동영상 등을 멀티미디어의 형태로 제공해줌으로써 내용만이 아니라 형식면에서의 다양성까지 구현하고 있다. 이러한 인터넷의 멀티미디어의 기능은 인간이 느끼고 생각하는 욕구를 신속하고 다양하게 채워주고 있기 때문에 인간의 인터넷에 대한 의존도는 점점 높아지고 있는 것이다.

넷째, 인터넷의 상호작용성은 인터넷이 다른 그 어떤 매체보다 차별화 되는 가장 큰 특성이자 최대의 장점이기도 하다. 우리는 직접 사람을 만나서 상호간 의사소통을 할 수 있으나, 전화는 소리만을 전달하며, TV나 라디오는 방송국에서 일방향으로 송신할 수만 있다. 그러나 인터넷은 소수이든 다수이든 상대방을 직접 보지 못하는 익명성에서도 불구하고 네트워크를 통하여 마치 상대방을 직접 대면하

고 있는 것처럼 정보를 서로 주고받을 수 있는 환경을 제공할 수 있다.

정보의 가치상승이 높아지면서 인터넷은 이제 우리 생활에 없어서는 안될 요소가 되었으며 이러한 인터넷에 대한 의존도 또한 급격히 높아가고 있다. 또한 인터넷의 접근용이성, 개방성, 멀티미디어성, 상호작용성은 우리 생활환경을 전 세계로 확대시켜 놓았다. 이러한 인터넷의 확산은 우리의 대인관계, 생활양태, 사고방식의 변화 등 사회 전반에 커다란 변화를 가져왔으며 그 변화의 정도는 과거의 그것들과 비교가 안될 만큼의 커다란 것이 되어버린 것이다.

## 2.2 중독이란?

중독(addiction)이란 원래 생체가 음식이나 내용(內用)·외용(外用) 약물의 독성에 치여서 기능 장애를 일으키는 현상을 일컫는 의학용어로, 임상적으로 약물의 사용에 과도하게 얽매이며, 약물의 공급을 계속 원하게 되고, 약물을 사용하는 것을 중지시킨 후에도 다시 재발하는 충동적인 약물 사용 행동의 패턴으로 알려져 있다(김성중 1998; Goldberg 1995; Greefield 1999). 이렇듯 중독이라는 용어는 초기에는 약물의 투여를 포함하는 경우에만 적용하는 의학적인 개념으로 시작되었다.

중독의 개념은 의학계에서 사용되는 '의존'이라는 용어와 비교되어 좀 더 자세히 살펴볼 수 있다. 의학계에서는 종종

중독대신 사용되는 '의존'이란 개념을 사용하고 있는데, 의존은 '어떤 활동을 하고자 하는 욕구, 그 활동을 반복함으로써 만족을 얻고, 자의나 타의에 의해 금지됨으로써 고통스럽다'는 점에 중독과 유사하다. 하지만 중독은 계속하고 싶은 욕구를 통제할 능력을 상실한 때까지를 포괄한다는 점에서 의존보다 더욱 치명적이며 파괴적인 것이다.

이러한 중독을 유발하는 약물의 종류를 살펴보면, 아편, 모르핀, 헤로인 등의 아편양 진통제(opioid analgesics), 알콜, 바비튜레이트, 항불안약물, 수면제로 대표되는 중추신경억제제(central nervous system depressants)가 있다(Griffiths 1999). 중추신경흥분제로는 암페타민, 코카인 중독이 있으며 LSD, mescaline같은 사이킥델릭제재도 중독이 된다. 대마초(cannabis)의 대마양제재, 담배의 니코틴, 아편양 진통제(opioid analgesics)도 중독되는 약물이다.

그러나 초기 중독에 대한 임상적 개념이 약물의 투여를 포함하는 경우에 적용되는 것에 반하여, 최근 중독의 양상이 다양하게 나타나면서 인간의 행위를 중심으로한 행동중독(behavior addiction)의 개념이 나타나게 되었다(Griffiths 1996). 예컨대 중독성 물질이 없는 병적 도박장애, 섭식 장애, 운동 중독, 사랑 중독, 쇼핑 중독, 컴퓨터 게임 중독, 텔레비전 중독 등의 행동중독 역시 중독의 정의에 포함되고 있다. 이러한 행동중독이 나타내

는 특성은 기존의 약물중독의 특성과 유사하므로 이를 중독성 물질이 없는 충동 조절 장애(intoxicant impulse control disorder)로 간주하고 이를 진단하기 위한 기준들을 제시되기도 하였다(Young 1996b; Young 1998).

이러한 중독의 일반적인 증상을 보면 다음과 같다(권준수 1999; 송명준 외 2001; Kraut & Patterson 1998; Young 1996a). 첫째, 강박장애가 있다. 강박장애는 자신의 의지와는 무관하게 어떤 특정한 생각(강박사고)이나 행동(강박행동)이 계속 반복되는 증상을 주로 하는 경우를 말한다. 예를 들면, 외출을 하러 집을 나선 후에 집안의 가스밸브를 잠그지 않은 것 같은 생각이 들어 불안해하다 결국에는 집으로 들어가서 확인해 보는 증상이다. 환자 자신은 그것이 불합리하다는 것을 알고 있으나 이를 억제하려고 하면 불안증상이 나타나 결국 억제하지 못하는 것이다. 이런 증상이 심해지면 하루 중 많은 시간을 강박사고나 강박행동을 반복하는데 보내느라 업무수행이나 일상생활에도 지장을 주게 된다. 또한 이런 환자들은 자신의 증상이 불합리하고 괴상하다고 생각하기 때문에 남들에게 이 증상을 숨기고 혼자서만 고민하는 경우가 많다.

둘째, 내성과 금단 현상을 들 수 있다. 내성이란 중독성 물질을 처음 사용할 때보다 두번 세번 사용할 때 그 효과가 감소하는 현상을 말한다. 모든 중독성 물질이 모두 내성을 가지는 것은 아니지만,

내성은 거의 모든 중독현상에서 나타난다. 가장 대표적인 예가 음주이다. 술은 마실수록 자꾸 늘기 때문에 점점 더 많은 양의 술을 마실 수 있게 된다. 담배의 경우 첫 모금이 가장 짜릿하고 두번째, 세번째 흡입하는 것은 금방 그 맛이 떨어진다. 금단 현상은 상습적으로 중독성 물질을 사용하거나 중독행동을 하다가 중단하였을 때 오로지 중단하였다는 점 때문에 생기는 신체적 증상이나 현상을 말한다. 중독 종류에 따라서 금단 증상은 모두 다르나 대체적으로 공통적인 점은 불쾌하고 괴로운 신체 현상이나 심리현상이라는 것이다. 따라서 이러한 괴로움을 없애기 위해 다시 같은 물질을 사용할 수 밖에 없게 된다.

셋째, 중독은 일상생활을 바꾸어 놓는다. 이는 일상생활의 단순한 변화가 아닌 행동의 총체적 변화인 점이라는데 그 문제의 심각성이 있는 것이다. 중독은 정교하고 교묘하게 사람의 행동양식을 변화시키며 이는 겉으로 잘 드러나지 않는다. 예를 들어, 코카인 중독자의 삶은 '행동양식 전반'이 코카인 섭취를 극대화하기 위한 방향으로 재조직화 된다. 사랑하는 연인과 이별 후에 비탄에 빠져 약물을 사용한다고 하더라도, 실은 무의식적으로 약물사용을 하고 싶은 욕구 때문에 연인과의 관계를 비탄지경에 빠뜨렸다는 것이다.

넷째, 중독은 여러 신체적인 증상을 동반한다. 예를 들어, 아편중독은 기분의 변화와 졸림, 정신혼탁, 호흡억제들의 자율

신경계증상들을 일으킨다. 또한 심한 무반응, 느리고 주기적인 호흡, 서맥, 저혈압 등도 일어난다. 알콜 중독은 혀 꼬부라진 말, 신체의 부조화, 비틀걸음, 주의력 및 기억력 장애가 나타나며 심리학적 변화로는 감정의 불안정, 초조감 및 성적 탈선, 공격성 등이 나타날 수 있다. 코카인은 일반적으로 운동활동을 향진시키고 식욕을 감퇴시킨다. 행동 중독 역시 신체적 증상이 따른다. TV중독의 경우 어린이들이 학습장애와 소아비만, 그리고 공격적 성향을 나타나게 한다. 성인의 뇌파에도 영향을 주어 TV를 보는 동안에는 정신적 자극에 둔감해지고 이완된 상태로 있다. TV중독은 시력장애나 자폐증을 유발하고 집중력과 창의력을 저하시킨다.

다섯째, 우울증을 들 수 있다. 우울증에 걸리면, 먼저 인지기능의 저하가 초래된다. 집중력이 감퇴되고, 사고 장애가 나타난다. 에너지의 감소와 일을 제대로 수행하지 못하는 능력 감소가 나타나 학업과 직업수행의 문제가 동반된다. 핵심적인 양상은 흥미상실이다. 그리고 우울증에는 흔하게 동반되는 신체증상이 많다. 약 80%정도에서는 수면장애, 식욕부진과 체중감소, 월경불순, 성욕감퇴 등이 나타난다. 간혹 증상에 따라서 이와 반대로 식욕 과다 증가, 수면 과다증가도 올 수도 있다. 불안증상도 90%정도 동반되어, 초조감, 좌불안석 등의 양상이 나타난다.

요컨대 중독이란 더 이상 약물투여에 의한 신체적이고 임상적인 현상일 뿐만

아니라 행동과 생활 속에서 일어나는 사회현상이며, 이러한 중독은 공통적으로 강박적 집착, 내성과 금단현상, 우울증 등의 증상이 나타나며 이 현상들은 신체적 증상과 일상생활 장애로 이어진다. 그러므로 중독은 일상에서 발생되며 우리의 행동과 생활을 해칠수 있는 요소임을 알고 이에 대한 각별한 이해가 요구되는 사회현상인 것이다.

### 2.3 인터넷 중독

인터넷의 이용이 확산되면서 일명 webaholic, cybercocoon, cyberaddiction 이라 불리기도 하는 인터넷 중독은 행위중독의 한 형태로 등장하게 되었다(권준수 1999; Griffiths 1999; Young 1996a). 1980년대 컴퓨터가 본격적으로 보급되고 일반화되면서 컴퓨터를 과다하게 사용하는 경우가 함께 증가하였다. 이런 강박적인 사용은 컴퓨터의 사용에서만 국한된 것이 아니라 전 세계를 망라하는 거대한 통신망의 집합체인 인터넷이 등장하면서 병리적이고, 강박적인 인터넷 사용이 생기게 되었다. 1990년대를 넘어서자 인터넷의 사용이 널리 퍼져 갔고 1996년에 들어서면서 인터넷 사용이 증가함에 따라 인터넷 중독도 중독의 한 현상으로 나타나게 되었다.

인터넷 중독증이란 지나치게 많은 시간을 인터넷에 할애하여 채팅(chatting)을 하거나, 대인관계를 현실에서보다는 주로 사이버 공간에서 가지거나, 사이버 공간에서의 도박, 상거래, 정보수집이 과도한

경우 즉, 다양한 행동양상을 가지는 충동 조절의 장애이다. 즉, 정보이용자가 지나치게 컴퓨터에 접속하여 일상생활에 심각한 사회적, 정신적, 육체적 및 금전적 지장을 받고 있는 상태이다.

인터넷 중독이 정신의학적으로 '중독'이라고 진단을 하려면 어떤 대상에 지나치게 몰두하고 탐닉할 뿐만 아니라 의존성과 내성 그리고 금단증상이 있어야 한다. 즉, 인터넷 중독증을 가진 사람인 경우에는 답답하거나 무료할 때 인터넷에 접속하고 싶어하고 접속을 통해 마음의 위안을 느끼게 된다. 이런 사람들은 또 마음이 복잡하거나 허전할 때 자기도 모르게 인터넷에 접속하여 시간을 보내며 마음의 위안을 얻는 의존성을 가진다. 또한 인터넷에 머무는 시간이 자꾸 길어지고, 컴퓨터를 끄고 빠져 나오기가 점점 힘들어지며, 오래 있어도 작업효율은 떨어지는 내성현상이 나타난다. 접속을 안하게 되면 뭔가 불안하고 초조하며 마치 e-mail이 와 있을 것 같은 생각이 들기도 하고 인터넷에서 어떤 일이 일어나는지 궁금해하기도 하는 금단증상이 생긴다. 게다가 접속하기 전 긴장이 고조되고 접속 후에는 긴장이 순간적으로 해소되면서 심지어 쾌감을 느끼기도 한다. 또한 이들은 인터넷을 떠나 있으면 인터넷에 관한 백일몽에 빠지기도 하고, 왠지 초조하고 불안해 하며, 인터넷 상에 무슨 중요한 일이 일어났을 것 같은 생각이 들고, 어떤 e-mail이 와 있을지 몹시 궁금해하는 금단현상

을 보이기도 한다.

이러한 증상들이 반복되고 만성화되면서 정도가 심해지고 건강이나 사회활동, 직업활동에 장애를 가져오게 되면 하나의 질병인 인터넷 중독증이 된다. 즉 제대로 자지도 않고 불규칙적인 생활을 하면서 식사를 거르기도 하여 건강을 해치거나, 인터넷을 하느라 친구와도 멀어지고 가족과도 멀어져서 심지어 애인이 떠나고 가족도 버리는 지경에 빠지거나, 밤에 인터넷을 하느라 직장생활에 장애를 가져오고 학업성적이 떨어지는 상황이 되면 하나의 질병이 되는 것이다.

그러므로 인터넷 중독이란 일면 만연된 인터넷의 사회화가 초래한 부산물이며, 또한 중독이라는 사회병리현상이 정보사회에 이르러 그 범위가 넓어지는 것으로, 인터넷의 속성이 강박적 집착과 사용, 내성과 금단, 일상생활 장애, 신체적 증상, 그리고 시간에 대한 지각 왜곡과 현실간의 상실 등의 중독과 관련된 제반 증후군과의 결합이 표출된 현대사회의 새로운 사회적 현상이자 풀어야 하는 과제인 것이다.

### 3 인터넷 보급과 중독의 배경

인터넷 중독의 배경으로 우리나라의 급속한 인터넷 보급을 들 수 있다. 우리나라는 1994년 138,000명이 인터넷을 이용한 것을 시작으로 1998년 3,103,000명의 이용자추이를 보였다. 1999년에는 1086만

명이 인터넷을 사용하여 1년 동안 전년대비 3배의 폭발적인 증가가 있었다. 2001년에는 이용자가 2438만 명을 넘었고 2002년 3월말 우리 국민 중 인터넷 인구는 2780만 명으로 전 세계 국가 중에서 여섯 번째로 인터넷 사용자가 많은 것으로 나타났다(한국인터넷정보센터 2002).

우리나라 인터넷의 역사는 1982년 7월 서울대와 한국과학기술원간에 TCP/IP로 SDN (System Development Network)을 구축(1.2Kbps)하면서 시작되었다. 이는 국내 최초 컴퓨터 통신망으로 1년 후 SDN, USENET을 연결하게 되었으며, 1988년에는 한국학술망협의회인 ANC (Academic Network Council)가 구성되고 1989년은 한국통신 SDN/HANA망이 구축되었다. 이 밖의 교육망(KREN), 연구망(KREONet)도 탄생하여 1991년에는 교육망 인터넷 서비스를 개시하게 되었고, 그해 미국과 56Kbps급 회선을 구성하여 본격적인 인터넷을 활용하게 되었다. 3년 후인 1994년 6월에는 한국통신이 인터넷 상용서비스를 개시함으로써 일반인도 인터넷 사용이 가능하게 되면서 일반기업들의 도메인 신청이 이어지게 되었다. 우리나라의 인터넷 접속속도를 획기적으로 높인 초고속정보통신망은 2000년 그 기반이 조기 완성됨에 따라 당시 초고속 인터넷 가입자가 400만 명을 돌파하게 되었다. 이 때부터 정보화 교육이 관심을 끌며 2000년에는 340여 만 명이 교육을 받았다. 2001년에는 모바일 인터넷의 이용이



확산되면서 국내 인터넷 뱅킹 인구가 1,000만 명을 돌파하게 되었으며, 신규 도메인 서비스(.biz, .info, .dj 등)를 개시하면서 초고속 인터넷 보급률 세계 1위라는 영예로운 지위를 차지하기도 하였다. 반면 스팸메일이 폭주하고 신종 바이러스들이 생겨 심각한 사회문제가 되기도 하였다. 인터넷 사업에서 가장 중요한 요인으로 여겨지는 콘텐츠가 유료화 되기 시작하던 시기도 2001년이며, 한국디지털대학, 서울디지털대학 등 9개 사이버대학이 공식 출범하였다.

이런 세계에서 유래가 없을 정도로 빠른 초고속 인터넷 보급속도로 가정에서의 인터넷 사용시간이 세계 1위로 집계되었다는 점이나 인터넷 PC방의 급성장이 세계의 주목을 받고 있다. 초고속 인터넷의 보급은 한국의 도시구조의 영향이 크다. 한국이 아파트로 인한 인구집중 경향이 뚜렷하여 가정까지 광통신망이 들어오기 유리하기 때문이다. 인터넷의 급속한 이용증가는 긍정적이고 생산적인 정보전달과 이용의 효과를 가져왔지만 반면 부정적 영향을 감소시키면서 긍정적 영향을 극대화시키는 성숙한 문화가 뿌리내릴 만한 충분한 시간을 주지 않았던 점들이 풀어야될 과제로 남게 되었다.

## 4 실태분석

본 연구는 인터넷 중독의 이론적 근거와 심각성에 비추어 우리나라에서의 인터넷

중독에 관하여 조사·분석하기 위하여 인터넷 중독의 현상을 강박적 집착과 사용, 내성과 금단, 일상생활 장애, 신체적 증상, 그리고 시간에 대한 지각 왜곡과 현실간의 상실로 나누어서, 대중매체인 신문기사에 나타난 사례를 중심으로 살펴 보았다. 물론 인터넷 중독에 관한 위의 분류는 우선순위가 있다거나 상호 배타적이거나 모든 증세를 다 포함하는 것은 아니나 일반적인 중독 증세에 준하여 인터넷 중독에 대한 이해를 돕기 위하여 구분하였으며, 인터넷 중독에 대한 신문기사 검색은 최근성을 중심으로 각 인터넷 중독 현상마다 6건 이내로 분류하여 그 의미를 이해하고 분석하는데 초점을 맞추어 이루어졌다.

### 4.1 강박적 집착과 사용

강박적 집착은 인터넷에 정신적 의존현상이 일어나 자신이 원치 않은 경우에도 인터넷을 이용하는 현상을 말한다. 이런 현상은 계속 반복되어 나타나며 강화되는 경향이 있다.

사례1-1 주부 박지현(朴志鉉·34·경기 고양시 일산구 일산4동)씨는 새학기에 초등학교 2학년이 되는 아들이 겨울방학 동안 하루 대 여섯 시간씩 TV와 컴퓨터에 매달리는 습관을 들인 것이 내심 걱정스럽다. 새학기가 시작되면 아들이 학교 생활을 해야 하지만 방학이 끝나고도 여전히 TV와 컴퓨터 앞을 떠나지 않기 때문이다. 박씨는 “아이가 학교 생활에 적응하도록 오후 2시간만 TV를 시청하도록 충고하지만 울면

서 떼를 써 난감할 때가 많다”며 “교육용 인터넷사이트보다는 컴퓨터 게임에 몰두하는 것도 고민”이라고 말했다. (동아일보 2002년2월21일)

사례1-2 고3인 김모군은 자료 수집증에서 헤어지지 못하는 사례다. 하루의 대부분을 PC 앞에서 산다는 김군은 자신이 한심하다는 생각이 들지만 자제력을 상실해 PC를 떠날 수 없다고 고백했다. “저 이제 졸업반이거든요. 취업도 관심 없고, 학교도 안가고. 정말로 중요한 이 시기에... 지난 4월 초고속인터넷을 설치한 뒤로 종일 PC를 떠나지 못하고 MP3파일을 다운받고 있어요. 제가 듣고 싶은 노래를 대부분 갖고 있으니 ‘이제 그만 두자’고 수도 없이 다짐을 했지만 어느새 새로운 자료를 찾아 다운 받고 있는 저를 보게 되죠. 만날 집구석에서 누구랑 교환하고 어디서 어떤 자료를 받을까 하는 생각만 하죠. PC도 24시간 켜둡니다. 이제 제대로 된 생활을 하고 싶어요. 하지만 뜻대로 되지 않는군요” (경향신문 2001년12월19일)

사례1-3 최근 리니지 게임에 흠뻑 빠져 있는 이아무개(17)군은 친구들과 어울리지 못하는 등 매우 소심한 성격을 지니고 있다. 하지만 이 학생이 리니지 게임 안에서는 20여명의 팀을 이끌고 있는 ‘혈장’이다. 이군은 게임을 시작하면 자기도 모르게 자신감이 생긴다고 한다. 그래서 이군이 주로 시간을 보내는 곳은 피시방이다. 토요일뿐만 아니라 평일에도 밤새도록 게임을 하다가 새벽녘이 되어야 집에 돌아간다. 가끔씩 현실과 가상세계가 혼동되는 경우가 있다고는 하지만 자기에게 ‘자신감’을 갖게 해준 게임을 쉽게 절제하지 못하고 있다. (한겨레신문 2001년 12월3일)

사례1-4 24일 서울 중계동의 한 PC방에서 만난 ‘혈장’ P군(18.고2). 학교 성적도 시원찮고

체구도 왜소한 그는 “게임에선 내가 가장 돈 많고 추앙 받는 존재”라고 자랑했다. 그리고 “학교에선 잠을 자거나 전날 게임 중 일어난 상황을 복기한다. 도서관에 간다고 거짓말하고 집을 나와 PC방에서 시간을 보내고, 집에 돌아와서 다시 컴퓨터를 켜다”고 일과를 소개했다.

서울 S대 법대에 장학생으로 입학, 고시 준비를 하던 진모(27)씨는 심심풀이용으로 시작했던 게임에 빠져 지난 4월 아예 PC방을 차렸다. 그는 “어디가 꿈이고 어디가 현실인지 뒤죽박죽이 돼버렸지만 내가 좋아하는 세상에 있는 것을 후회하지 않는다”고 말했다. (중앙일보 2001년11월26일)

사례1-5 H군(19)은 2년 전 친구들과 PC방에 드나들면서 인터넷에 사로잡혔다. 전쟁을 소재로 한 온라인 게임을 매일 5시간 이상씩 해냈고, 집에 와서는 게임에서 만난 여학생과 채팅에 몰두했다. 게임 속 폭발음이 하루종일 귓전을 울렸고, 어떻게 해야 높은 점수를 얻을 수 있을 지에 대한 생각만이 머릿속을 맴돌았다. 결국 학교를 자퇴한 H군은 말리는 부모에게 폭력까지 휘둘렀다. 정신병원에 입원해 있는 지금도 “인터넷 없이는 살 수 없다”며 ‘사이버중독증’에 대한 적극적인 치료를 거부하고 있다. (대한매일 2001년6월22일)

사례1-6 중학교 때만 해도 모범생 소리를 들었던 A군(18). 또래들은 지금 대입 준비에 정신이 없지만 지난해 학교를 자퇴한 A군에게는 오직 인터넷만이 삶을 지탱해 주는 유일한 끈이다. 하루종일 방안에 틀어박혀 누구와도 만나려 들지 않는다. 정신병원에도 다녀 봤지만 소용이 없었다. 집안은 풍비박산이 났다. A군의 부모는 아들 문제로 다투다 현재 이혼 수속을 밟고 있다. (대한매일 2001년6월18일)

많은 사례에서 보듯이 대부분의 인터넷 중독자들은 인터넷을 하지 않는 동안에도 인터넷을 할 생각만 한다. 인터넷에 대한 생각 때문에 일상은 무너지게 된다. 인터넷을 확인하지 않으면 불안하고 인터넷에서 뭔가 새로운 일이 일어나고 있을 것 같은 생각에 사로잡힐 수 있다. 따라서 대부분의 시간을 인터넷을 사용하는데 보내면서 처음에 의도했던 시간보다 더 오랫동안 머물게 된다. 인터넷에서 새로운 인간관계가 정의되며 그 관계를 정리하고 싶어도 그 관계에 벌써 강한 집착을 보이는 경우가 대부분이다.

#### 4.2 내성과 금단

인터넷 중독에서 가장 무서운 부분이 내성과 금단현상이다. 굳이 약물에 대해 더욱 강한 저항을 하는 것처럼, 인터넷의 이용은 더욱 강하게 이용하고 싶은 욕구를 만든다.

사례2-1 “전 인터넷과 사랑에 빠진 것 같아요. 인터넷에 접속한다는 것만으로도 기분이 좋아집니다. 인터넷 없는 세상은 하루도 상상할 수 없습니다” 22살 여성 직장인이 상담기관 게시판에 올린 글의 일부다. 이 여성은 다음과 같이 자신의 처지를 전하며 도움을 호소했다. “고등학교 올라와서 PC를 배워 인터넷에 푹 빠졌어요. 사람들과 만나는 것보다 훨씬 좋았죠. 이제 성인도 됐고 직장을 다니면서 열심히 살아야지 했는데 그게 안돼요. 일을 하면서도 인터넷에서 본 것이 눈앞에 아른거려요. 사실 인터넷을 통해 별로 보는 것도 없어요. 그냥 접속해 있다는 것으로도 기분이 좋아지거든요. 아무리 화가 나고 짜증이

나도 인터넷에 접속하기만 하면 기분이 바로 좋아져요. 어떨 땐 헛갈리기도 해요. 내가 지금 현실세계에서 사는 건지, 아니면 가상세계에서 사는 것인지. 어떻게 해야 할지 모르겠네요” (경향신문 2001년12월19일)

사례2-2 “제 모습이 폐인이 돼 가는 듯합니다. 처음에는 게임을 했지만 요즘은 이상한 사이트도 경험하고...최근 선생님의 권유로 시간을 즐겼지만 아직도 우울증에 시달리는 것 같습니다. 친구를 만나거나 외출하고 싶은 생각도 없습니다” 인터넷을 시작한지 3년째인 중3 남학생이 지난 11일 정보통신윤리위원회가 운영하는 사이버중독정보센터(www.cyadic.or.kr) 게시판에 호소한 자신의 사이버중독(Cyber Addiction) 증상이다. (국민일보 2001년7월20일)

사례2-3 “마작게임에 빠졌다...TV를 보고 웃고 있는 것도 허무해진다. 게임을 하지 않으면 자꾸자꾸 퇴화해 가는 것 같았다” (여·20대) “3년 전 머리 속은 온통 스타크래프트로 가득했었다. 3살이던 딸을 거의 상대하지 않았다. 그 결과 딸은 언어발달이 지연됐다. 유치원 선생님에게 ‘아동복지시설에 있는 편이...’ 라고 말할 정도였다” (여·30대) “1년 전 게임CD를 부수고 대학원에 진학했습니다. 스타크래프트는 4달 정도 완전히 끊었습니다. 요즘 엄청난 집중력 부족, 무기력, 대인관계 미숙함을 겪고 있습니다” (모대학원생) 앞의 두 글은 정보통신윤리위원회가 개설한 사이버중독정보센터(www.cyadic.or.kr)에 올려진 컴퓨터 게임중독자들의 경험담이다. 뒤의 글은 게임을 끊은 뒤 금단현상에 시달리고 있는 한 대학원생의 고백이다. (대한매일 2001년7월13일)

사례2-4 남고 중퇴생(17). 학교에서 집단폭행을 당하자 학교 대신 게임방을 드나들기 시작했

다. 한 달간 집에 안 들어가고 게임방에서 지내다가 부모에 의해 강제 입원됐다. 정신과적 진단은 외상 후 스트레스성 장애. 남고 중퇴생(18)은 성적은 상위권이었으나 다소 기형적인 귀, 굴곡된 다리 때문에 학교생활에 제대로 적응하지 못했다. 컴퓨터에 빠져들면서 외출을 기피했고, 특히 부모와의 갈등도 심해졌다. 정신과적 진단은 우울증과 적응장애. 셋째남자 중학생(16), 누나 여고생(17). 둘 다 성적이 우수해 최근까지 인터넷 사용을 막지 않았더니 게임에 빠져들었다. 둘 다 자기 싫어하는 성격으로 아예 게이머가 장래희망이 돼버렸으며 자퇴를 생각 중이다. (대한매일 2001년7월13일)

사례2-5 자녀들의 컴퓨터 중독이 가정 내 갈등의 주요 원인으로 떠오르면서 각종 해결책이 모색되고 있다. 게임중독 치료병원인 '청년의사 인터넷 중독치료센터' (원장 김현수)에 접수된 박모(18)군. 박군은 고2 때 학교를 중퇴한 뒤 집에서 컴퓨터에 빠져 있다가 병원을 찾았다. 집에만 틀어박혀 친구도 만나지 않고 아버지에게 인사하기를 거부하는 아들에게 아버지가 손찌검을 시작하면서 가정의 평화는 깨졌다. 박군은 "내가 왜 중독환자냐"고 항변했지만, 진단 결과 박군은 중독환자의 특성인 우울증과 적응장애를 갖고 있는 것으로 나타났다. (조선일보 2001년 7월7일)

사례2-6 "온라인 게임에 빠져 꿈도 게임으로 꺾여. 게임을 하지 않을 땐 머리가 어지럽고 터질 것만 같아요. 가족도, 친구도 자주 싫어지고 학교도 그만두고 싶어요." 한 사이버 중독 상담 사이트 게시판에 뜬 중학교 1학년 여학생의 호소다. (한국일보 2001년3월8일)

중독자들은 자신의 욕구를 만족하기 위해서 점점 더 많은 시간을 인터넷 사용으

로 보낸다. 만족하기 위해서 점점 더 적극적으로 더욱 폭력적인 것을 찾는다. 인터넷을 하지 않으면 불안, 우울, 초조감에 시달리고 반면 인터넷을 하게 되면 마음이 편안해진다. 일상 중에서도 게임소리가 컷전을 맴돌며 밤에 잠자리에 들어도 눈이 말뚱말뚱해지며 다음에 인터넷을 할 생각에 빠져있다. 사례2-6의 여학생 예처럼 인터넷의 금단현상은 신체증상으로 나타나고 있다.

#### 4.3 일상생활 장애

인터넷 중독에서도 '행동의 총체적 변화'를 찾을 수 있다. 인터넷 중독은 일상의 중심을 인터넷으로 바꿔 놓음으로서 일상의 행동은 모두 인터넷을 위한 것이 되며 인터넷을 하기 위해 다른 일들을 포기하게도 한다.

사례3-1 주부 박모씨(33)는 이보다 더한 케이스. 재작년 가을부터 지금까지 무려 24만 판을 쳤다. 날수로 약 570일, 매일 20시간, 420판을 하루도 빠짐없이 쳐왔다는 계산이 나온다. 박씨는 "그동안 고스톱을 치느라 집안 일은 물론 잠도 제대로 자지 못했다"며 "지금은 남편과 별거중"이라고 말했다. 식당을 경영하는 김모씨(39)는 지난해 여름 온라인 고스톱을 시작했다. 처음에는 식당 일이 끝난 뒤 집에서 매일 새벽까지 고스톱을 쳤다. "눈만 뜨면 고스톱만 생각나고, 그래서 아예 식당 카운터에 컴퓨터를 갖다 놓고 음식값 계산할 때를 빼곤 하루종일 고스톱을 쳤죠". 두 살배기 아들을 둔 맞벌이 주부 강모씨(31)는 자신이 게임중독증 환자라는 사실을 인정한다. 직장을 가져 퇴근이 평소에도 늦은 편

인데다 게임으로 사귄 사람들과 만나 어울리느라 한밤에 귀가하기가 일쑤다. 어쩌다 쉬는 날에도 하루종일 게임에 매달려 밥을 태우거나 아기분유 먹일 때를 거른다. 강씨는 “부부싸움 끝에 남편이 나도 모르게 인터넷 전용선을 해약하기까지 했다”고 토로했다. (경향신문 2002년4월 23일)

사례3-2 지난해 3월 결혼한 주부 심모(31)씨는 “남편이 가끔 PC방에서 게임을 하다 새벽에 들어오더니 2,3개월 전부터는 다른 게임중독자들과 어울려 다니며 아예 1주일씩 집에 들어오지 않았다.”면서 “시댁과 상의한 끝에 남편은 정신병원에 입원시켰고, 현재 이혼을 준비하고 있다.”고 한숨을 쉬었다. (대한매일 2002년3월9일)

사례3-3 결혼 4년째에 두 아이가 있는 30살 주부 이모씨는 남편의 ‘인터넷 외도’에 곤혹스러워하고 있다. 이씨의 남편은 인터넷 음란물에 빠져 이제 이씨와는 어떤 부부관계도 거부할 정도다. “첫 아이를 임신했을 때 남편이 포르노사이트를 보면서 음란행위를 하고 있는 것을 알게 됐습니다. 참고로 남편은 직장에서나 사회 가정에서 인정받는 능력도 있고 착한 심성을 지녔습니다. 그리고 저희 부부는 그 혼한 부부싸움도 손에 꼽을 정도로 사이가 좋은 편입니다. 남편은 그 뒤로도 꼭 포르노를 보며 같은 행위를 하고 있으며 제 근처엔 오지 않습니다. 외도 상대가 인터넷이니 뭐라고 하기도 곤란합니다” (경향신문 2001년12월19일)

사례3-4 “엄마가 인터넷 중독에 걸린 것 같아요. 누나가 고3이어서 밤새 공부하는데도 엄마는 새벽 2,3시까지 채팅하며 다른 사람처럼 깔깔 웃으시고...인터넷을 너무 많이 하셔서 아버지와의 사이가 안 좋아졌어요” (국민일보 2001년11월29일)

사례3-5 30대 주부 박아무개씨는 하루에 수십 차례의 채팅을 하고 있다. 그는 남편과 저녁식사를 하면서도 마음속으로는 통신에 열중해 사람들과 이야기하는 것조차도 고통스럽게 느껴진다고 털어놓았다. 친구와도 만나고 싶지 않고 사이버 세계의 친구만으로도 충분하다고 생각한다고 말했다. 최아무개(28)씨는 홈페이지를 만드는 데 광분한 나머지 회사에 갈 시간조차 아까워서 관둬버렸고, 김아무개(33.여)씨는 피시통신에 매인 지 1년 반만에 자녀를 돌보지 않는다는 이유로 이혼 당했다. (한겨레신문 2001년1월18일)

사례3-6 자영업자인 황모씨(35)는 상담에서 아내(32)가 지난 여름부터 인터넷 채팅에 빠져 밤을 새우더니 10월에는 결국 집을 나가 두 아들(9살, 7살)을 처가에 맡겼다”면서 “인터넷 채팅이 우리 가족을 뿔뿔이 흩어지게 했다”고 말했다. 회사원 김모씨(33)는 “지난 9월 전화료가 100만원 넘게 나와 아내(30)의 인터넷 채팅 중독을 눈치챘다”면서 “11월에는 채팅에서 만난 남자와 돌아다니며 신용카드로 800만원이나 써 부부싸움을 했다”고 말했다. (국민일보 2000년12월18일)

인터넷중독은 일상생활에 장애를 일으킨다. 인터넷에 한번 들어가면 그만두기가 어려워져 인터넷 사용을 줄이거나 조절하려는 노력은 실패한다. 인터넷을 하기 위해 다른 일을 미루거나 포기하며, 수면 시간이 현저하게 줄어든다. 인터넷을 하기 위해서 배우자나 부모에게 거짓말을 하게 된다. 인터넷 사용에 방해를 받으면 몹시 화내거나 때로는 부모에게 반항한다. 인터넷을 하느라 중요한 약속

을 어기거나 공부 및 직장 일을 소홀히 한다. 이는 업무능률이나 생산성을 현저히 떨어뜨리고 직장을 잃게도 한다. 학생들은 인터넷 사용으로 학업성적이 저조해지고 학교를 그만두기도 한다. 혼자 있는 시간이 많아지며 친구를 만나지 않고 취미활동에도 관심이 없어진다. 가족과 보내는 시간이 줄어들며 가족과도 소원해진다. 청소년의 경우 부모에게 불복종하며 심하면 가출을 하기도 하며, 성인은 배우자와 갈등을 일으켜 별거나 이혼으로 이어지기도 한다.

#### 4.4 신체적 증상

여타의 중독처럼 인터넷 중독도 그 증상이 신체적으로 발전한다.

사례4-1 최근 경북 안동에서 온라인 게임을 즐기던 30대가 PC방에서 쇼크사 했다. 매일 2~3시간씩 온라인 게임을 즐겼다는 그는 사인이 정확히 밝혀지지는 않았지만 지나치게 게임에 몰두하다 죽은 것으로 추정되고 있다. 서울에서도 얼마전 한 중학생이 심한 게임 중독으로 우울증, 초조감 등 금단현상을 보여 정신병원에 입원하기도 했다. 이 학생은 학교를 결석하고 매일 PC방에서 살다시피 했었는데 이를 보다 못한 부모가 입원시킨 것으로 알려졌다. (경향신문 2002년4월11일)

사례4-2 경기 부천시 원종동에서 한의원을 하는 김모씨(55)는 최근 “컴퓨터게임에 빠진 아들을 위해 보약을 지어달라” 는 황당한 요구를 들었다. 올해 대학에 입학한 아들이 온라인게임에 미쳐 몇 달째 밤새워 게임만 해 말 그대로

‘피골이 상접했다’ 며 보약을 먹여 몸을 추스린 후 강제로 군대에 보내기로 했다는 어머니의 설명이 뒤이었다. 그러나 요즘은 군대에도 인터넷이 보급돼 아들이 게임중독에서 벗어날 수 있는지 걱정을 놓지 못했다고 한다. (경향신문 2001년9월6일)

사례4-3 대학생 L군(22)은 PC게임을 끊었다가 금단현상을 이겨내지 못해 한달만에 다시 빠져들고 말았다. L군처럼 금단현상에 시달리는 네티즌들도 많다. 게임을 하지 않으면 안절부절 못하거나 가슴이 두근거리고, 과민반응을 보이는 것 등이 대표적인 증상이다. 마우스 수전증도 신종 증후군으로 등장했다. 과민성 발작을 일으키기도 한다. (대한매일 2001년7월13일)

인터넷 중독은 우울감, 초조감뿐만 아니라 마우스 수전증, 과민성 발작 등의 신체적 증상도 유발한다. 인터넷에 접속한 시간을 정확히 인지하지 못하기 때문에 불규칙한 식사를 하게 되고 위의 사례에서와 같이 영양실조에 걸리기도 한다. 반대로 체중증가의 위험이 있기도 하다. 인터넷 이용 시 밝고 50~60cycle/second의 펄스가 나오는 비디오 모니터 앞에 장시간 앉아있는 경우 최면적 황홀경(hypnotic trance)이 발생하여 사람들이 자리를 뜨지 못하게 된다고 한다. 비단 이런 이유뿐만 아니라도 인터넷상의 자극, 흥분 등은 심하면 돌연사, 쇼크사로 이어진다.

#### 4.5 시간에 대한 지각 왜곡과 현실감의 상실

시간에 대한 지각 왜곡이란 인터넷에 접속해 있으면 시간이 어떻게 흐르는지 인식하지 못한다는 것이다. 잠깐 동안만 접속하고 나온다고 스스로 다짐하지만, 많은 시간이 지나고 나서야 시간이 지났다는 것을 깨닫는 경우가 자주 있다.

사례5-1 지난 4일 광주의 양 아무개(15.중3)군이 잠자던 친동생(11.초등4)을 흉기로 무참하게 살해한 사건이 발생했다. 양군은 경찰조사에서 "인터넷 게임 사이트에서 죽이는 게임을 즐겨 했으며, 현실에서도 살인을 하고픈 충동을 느껴 범행대상을 찾다가 가장 가까이에 있는 동생을 살해대상 1호로 지목했다"고 말했다. 양군은 중1 때부터 몇몇 컴퓨터 머드게임에 심취했고, 최근에는 국산 네트워크 게임에 빠져있었다. 실제로 양군의 친구들은 그가 최근 게임에서 무기로 사용하는 도끼를 실제로 구입해 날까지 세웠다고 말했다. (한겨레신문 2001년3월22일)

사례5-2 얼마 전까지만 해도 컴맹이었던 회사원 김씨(40)는 최근 인터넷에 접속하는 시간이 부쩍 늘었다. 퇴근 후 집에 돌아와 1~2시간에 걸쳐 접속하다 최근에는 밤을 새울 정도로 폭 빠졌다. 회사에 출근해서도 시간만 나면 인터넷에 접속하다 상사에게 들킨 일이 한두 번이 아니다. 그가 자주 드나드는 사이트는 주로 황진이, 누드비치, 재패니즈 걸 등등... 언뜻 보아도 포르노 사이트다. (경향신문 2001년3월15일)

사례5-3 이날 오후 4시쯤 충북 청주시 변두리의 밭에서 숨진 채 발견된李明(중3)군. 그 역시 인터넷에 빠져 있던 소년이었다. '친구 서××

가 세상을 떠났다. ... 의리를 지켜 지금은 가야 할 때. ... 주군! 제가 갑니다. 부디 다른 세상에서 편히 만납시다'. 컴퓨터로 작성된 李明의 유서에 등장한 서××군은 실존인물이 아닌 것으로 나타났다. (중앙일보 2001년2월8일)

사례5-4 인터넷 게임에 중독된 초등학생이 인터넷 전용선이 깔린 이웃집에 침입, 게임을 하려다 들켜자 주인을 흉기로 찔러 중상을 입혔다. 20일 서울 강남경찰서에 따르면 K군(12·서울 D초등6)은 19일 오후 7시30분쯤 자신이 살고 있는 서울 대치동 모 빌라 옆집에 몰래 들어갔다 집주인 박모씨(51)가 돌아오자 부엌에 있던 흉기로 박씨의 머리를 두 차례 찔러 전치 3주의 상처를 입혔다. 165cm에 60kg으로 또래에 비해 상당히 큰 체구인 K군은 또 박씨가 쓰러진 뒤에도 숨졌는지 여부를 확인하기 위해 목을 두차례 더 찔렀으며 피묻은 점퍼를 벗어 옷 속에 감춘 뒤 친구 집에 숨는 등 초등학생답지 않은 대담함을 보였다. K군은 경찰에서 "옆집 사람들이 평소 현관 옆에 열쇠를 숨겨둔 것을 보고 열쇠를 꺼내 침입했다"고 말했다. 조사결과 K군은 평소 몬스터(괴물)를 서로 죽이는 게임인 '로그나로크'를 PC방 등에서 즐겨오다 부모가 제대로 용돈을 주지 않아 PC방에 갈 수 없게 되자 범행한 것으로 밝혀졌다. (국민일보 2001년 11월20일)

사례5-5 부산지검 특수부 강남일 검사는 10일 인터넷 자살·자해 사이트를 개설, 5400명의 회원을 모집해 관련 사진과 경험담 등을 실은 동호회를 운영해온 혐의(정보통신망이용촉진 및 정보보호 등에 관한 법률위반)로 여중 중퇴생 김모(15), 전모(15)양등 2명을 불구속 기소했다. 검찰에 따르면 인터넷 채팅사이트에서 만난 김양 등은 지난 6월7일 '고통·쾌락·상처'라는 자살·자해 사이트를 개설한 뒤 화상카메라

로 자신의 팔을 칼로 수십회 그어 피가 흐르는 모습 등을 촬영해 사이트에 올리는 등 지난 6개월 간 모두 5451명의 회원을 모집, 운영해온 혐의를 받고 있다. 이 사이트 회원들은 담뱃불로 자해하는 장면 등 사진 수백 장을 경쟁적으로 게시하고 자살과 자해관련 경험담과 방법 등을 구체적으로 서술한 글 수천 편을 올리기도 했다. 특히 '자살하는 5가지 방법'이란 글에는 목매달기 등의 자살하는 방법과 비용, 소요시간, 부작용 등이 상세히 기재돼 충격을 주고 있다. 검찰수사 결과 지난 9월말 이 사이트 회원으로 가입한 안모(14)양의 경우 한달 여만에 자해소동과 함께 심한 우울 증세를 보이고 회원 상당수가 중독증세를 보이는 등 피해사태가 잇따르고 있는 것으로 드러났다. (문화일보 2001년11월 10일)

사례5-6 인터넷 ♠게임사이트에서 하루 4~5시간씩 포커를 즐기는 회사원 김모씨(34)는 최근 그동안 모아온 사이버머니 수십 조원을 한 판에 잃었다. 사이버머니가 떨어지자 그는 불법으로 판매하는 사이버머니 1백 조원을 현금 20만원을 주고 샀다. 김씨는 "온라인 포커게임의 판돈이 보통 수십 억~수백 억원을 넘을 때가 부지기수라 1백조 원이라고 해도 그다지 큰돈으로 여겨지지 않는다"면서 "포커게임을 즐기기 위해 이 정도는 써도 아깝지 않다"고 말했다. 회사원 박모씨(30)는 "무심코 외국 도박사이트에 가입해 실전 베팅을 하다가 순식간에 신용카드로 1백 만원을 날렸다"며 "신용카드 한도가 차면 다른 신용카드로 대출 받는 방식으로 '가계부도'를 내는 사람도 적지 않다"고 말했다. (경향신문 2001년11월1일)

가상과 현실을 구분하지 못하는 증상은 인터넷 중독의 심각한 한 부분이다. 가장 흔하게 나타나는 현상이 사용시간을 정확히 알아내지 못하는 것이다. 인터넷을

2-3시간 이용하고도 1시간정도 이용한 것으로 느끼게 된다. 이런 시간지각왜곡 현상은 사례5-2와 같이 인터넷을 밤새 이용하게 만든다. 그리고 인터넷 중독은 게임 아이템의 구입을 위해 매춘을 하거나, 인터넷 도박에서 큰돈을 잃는 등 현실과의 괴리는 급전적인 문제도 야기한다. 게임에서 나타난 폭력성은 그대로 현실에서 나타나 강도, 자살, 살인 등의 강력범죄로 연결되기도 한다.

많은 사례에서 보듯이 인터넷 중독 현상은 단편적인 증상이 아니라 복합적으로 나타난다. 관심이 같은 사람들이 서로 의견교환을 할 수 있다는 인터넷의 장점은 주위에 있는 가족, 부모보다 인터넷에서 만난 이들과의 인연을 더 중요시하게 만들 수 있다. 여기에서 나오는 자존감을 세워줄 만한 지위와 세련됨의 느낌은 가상현실과 현실과의 괴리를 만들기도 한다. 저렴한 의사소통 비용은 인터넷 사용시간에 왜곡을 가져오며 사람들이 수많은 유해사이트들에 쉽게 접근하도록 만든다. 많은 자료를 저렴하게 다운받을 수 있다는 점은 수집증과 편집증을 자극할 수도 있다.

## 5. 분석요약 및 대응방안

### 5.1 사례 분석 요약

지금까지 인터넷 중독의 중요성에 비추어 신문기사에 나타난 사례를 강박적 집



착과 사용, 내성과 금단, 일상생활 장애, 신체적 증상, 그리고 시간에 대한 지각 왜곡과 현실간의 상실 등으로 나누어서 살펴보았다. 그 결과 위의 사례분석에 나타난 인터넷 중독들의 특징을 몇 가지로 요약해 보면 다음과 같다.

첫째, 인터넷 중독은 대부분은 현실과의 괴리에서 기인된다. 사례 1-3의 이군은 현실사회에 적응하는데 문제를 가지고 있다. 하지만 인터넷에서 그는 많은 군사를 이끄는 자신감을 가질 수 있다. 사례 1-4에서 본 '혈장'은 현실에서는 보잘 것 없는 인물이다. 체구도 작고, 성적도 좋지 않지만 그는 인터넷에서는 돈많고 추앙받는 인물이 된다. 그가 인터넷에 빠져드는 이유는 현실에서 이를 수 없는 것들이 인터넷 상에서는 충분히 이를 수 있기 때문이다. 사례 2-4의 남고 중퇴생(18)은 기형적인 외모를 인터넷의 익명성을 이용해 감추려 하고 있다.

인터넷은 사회 생활에 잘 적응하지 못하거나 다른 사람의 인정을 받지 못해 자존심에 상처를 입은 사람들에게 매우 유혹적인 공간으로 여겨지고 있다. 인터넷은 익명성을 지니고, 자신의 본모습을 숨길 수 있기 때문이다. 중독자들은 인터넷에서 자신이 되길 바라는 이상적인 모습을 가질 수 있다. 자신의 본모습과 이상적인 모습의 괴리가 인터넷 중독을 부르고 있다.

둘째, 인터넷 중독은 모든 일상을 바꾸어 버리지만, 가장 파괴적인 것은 인터넷

중독으로 가정이 무너지고 있다는 점이다. 사례 1-5의 H군은 부모에게 폭력까지 휘둘렀으며, 사례 1-6 A군의 부모는 이혼수속을 밟고 있다. 사례 2-5 박군의 아버지는 폭력을 시작했으며, 남편이 인터넷에 중독된 사례 3-1의 주부 박모씨는 이혼을 준비하고 있다. 사례 3-5처럼 인터넷에 빠져 자녀를 돌보지 않는 경우도 있다. 사례 3-6은 한 주부가 인터넷에 중독되면서 한 가족이 해체되는 모습을 여실히 보여준다. 심하면 사례 5-1처럼 인터넷에 빠져 친동생을 살해할 수도 있다.

우리나라에서 농경사회에서 지배적이었던 대가족제도나 확대가족제도는 점차 핵가족화 되었다. 최근 들어 가부장적인 관계 대신 애정을 중심으로 한 이런 가족제도의 분열조짐이 드러나고 있다. 인터넷 중독 증상의 하나로 이혼, 가출 청소년의 발생, 자녀 양육의 기피에서 이어지는 아동학대 현상이 일어나고 있다. 인터넷 중독은 혼인과 출산으로 연결된 가족제도를 가족 구성원 각각으로 원자화시키고 있다.

셋째, 인터넷 중독자들은 자신의 중독 사실을 인식하지 못한다. 사례 1-4의 진모씨는 인터넷에 빠져 고시공부를 포기했다. 하지만 그는 꿈과 현실이 뒤죽박죽된 지금의 상태에 불만을 표시하지 않는다. 사례 2-5의 박모군도 인터넷에만 몰두하며 다른 대외관계를 일체하지 않지만 스스로 '중독자'가 아니라고 생각을 한다. 사례 3-5의 박모씨는 남편과의 대화에서 고통을 느끼면서 현실세계의 친구들은 만

나고 싶지 않다고 한다.

대부분의 중독자들은 자신들이 중독자라는 사실을 인정하려 들지 않는다. 이는 '중독'의 잘못된 이해에서 시작된다. 지금까지 '중독'은 약물이나 유해가스 등의 중독으로만 인식되어지고, 행동중독 분야는 중요하게 생각되지 않았던 것이 사실이며, 특히 인터넷 중독은 최근까지만 해도 행동중독의 하나로서 여겨지지 않았었다. 권준수(1999)에 의하면 사회현상의 측면에서 '인터넷화'가 하나의 정상적인 추세이고 추후 이런 변화의 결과에 대한 유추가 현재 시점에서는 쉽지가 않다는 것이다. 말하자면 알콜 중독 현상은 '적응적인 행동'이 될 가능성은 거의 없지만 인터넷 중독은 그 적응성의 평가가 쉽지가 않다는 것이다. 하지만 그의 주장과는 다르게 중독자들은 인터넷 사용을 자제하지 못하며, 일상생활 속에서도 인터넷에 대한 생각을 가지고 있다. 그러므로 인터넷 중독에 대한 충분한 이해와 인정 그리고 자각이 필요한 것이다.

넷째, 스스로 인터넷 중독을 인정하지 않는 환자들은 스스로 그 치료에 적극적이지 못하다. 사례 1-5에서도 환자는 부모가 입원시킨 정신병원에서도 인터넷 없이 살 수 없다며 적극적인 치료를 거부하고 있다. 사례 3-2는 부인이 환자를, 사례 4-1은 부모가 환자를 강제 입원시켰다.

인터넷 중독은 순간적이며 단기적인 현상이 아니라 마약중독이나 알콜 중독처럼 질병이 될 수 있으며, 장기적인 계획을

바탕으로 적절한 치료가 뒷받침 되어야 한다는 의식이 필요하다. 인터넷의 보급이 그리 활발하지 않던 시점에서의 인터넷 중독이란 특정 계층만을 대상으로 상정되었으나, 언제 그리고 어디서나 인터넷에의 접속이 가능한 오늘날에 있어서는 보다 적극적이고 효과적인 대응방안이 모색되어야 할 것이다. 이제 인터넷 중독증은 인지여부를 떠나 우리 사회에 만연되어 있으며 다만 그 심각도는 정도에 차이일 수도 있기에 보다 체계적이고 종합적인 치료방법이 제시되어야 할 것이다.

## 5.2 대응방안

지금까지 인터넷 중독의 중요성과 심각성에 대한 이론적 근거에 기초하여 대중매체인 신문기사의 내용분석을 통하여 인터넷 중독이란 예방되고 치유되어야 하는 질병이며 이는 개인적이 아닌 사회적으로 풀어가야 할 과제를 알아보았다. 이러한 분석을 바탕으로 몇 가지 대응방안을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 현실과 가상현실의 괴리를 줄이기 위해서 인터넷 대신 대체활동을 개발하는 것도 좋은 치료방법이다. 일정한 운동과 신체적 활동은 늘리고 취미를 시작하고, 사이버 공간이 아닌 현실공간에서의 대인관계를 늘린다. 이런 가운데 인터넷이란 일상생활에 필요한 도구이며 그 공간이란 현실생활의 보조적인 한 부분으로 여기는 자각이 요구되는 것이다.

만약 스스로 인터넷 사용의 통제가 어

려울 경우는 인터넷 사용시간을 관리하여야 한다. 우선 인터넷 접속시간과 사용시간을 기록하여 얼마나 많은 시간을 인터넷을 하며 보내는지를 정확하게 알아본다. 막연하게 하루에 몇 시간이라고 쓰기 보다는 인터넷을 사용할 때 어떤 게임과 프로그램을 몇 시간 했는지, 인터넷에 접속했을 때에도 어느 사이트에서 몇 시간 머물렀는지 등을 자세하게 적어본다. 어린이들에게는 인터넷 사용 일기의 작성을 권장하며 인터넷 사용시간을 알고 난 후에는 시간을 관리하는 구체적인 방법을 고려한다. 매일은 짧게 하고, 목적이 없는 서핑은 삼가 함으로서 인터넷의 본연의 역할에 대한 이해를 더하여야 하며, 일과 중에서 인터넷은 마지막 순서로 정하는 것이 바람직하다.

둘째, 가족해체의 문제는 가족구성원 각자의 배려와 관심으로 이겨낼 수 있다. 인터넷 중독자가 자신의 문제를 솔직하게 인정하는 것도 중요하지만 이는 쉽지 않은 일이므로 가족들이 서로 관심을 가지고 발견해 주는 것이 우선 필요하다. 인터넷 중독에서 벗어나기 위해서는 우선 평소 자신의 습관이나 소극적인 대인관계, 생활방식에 문제가 있다는 점을 인정해야 한다. 인터넷 중독 뒤에 숨은 자신의 문제를 발견하고 이러한 문제들을 가족과 함께 바꾸려는 노력이 필요하다.

이를 위해 컴퓨터는 혼자만의 공간이 아니라 가족 모두의 눈에 띄는 곳에 놓아야 하며 꼭 필요한 용건이 있을 때만 컴퓨

터를 켜는 습관도 필요하다. 이밖에 늦은 밤에 인터넷을 이용하지 않도록 하며 생활리듬은 늘 유지한다. 즉 현실세계에 적용되는 생활규율이 인터넷 이용에도 적용되며 가정이나 조직이라는 울타리 안에서 이루어질 수 있도록 인터넷 환경이 조성되어야 한다.

셋째, 인터넷 중독에 대한 인식문제는 정보화 교육으로 일부 해결할 수 있다. 진정한 의미의 '인터넷의 사회화'란 인터넷이 사회의 일반적이고 보편적인 기준과 규칙에 맞게 이용되고 활용되는 것을 가르키며, 이에 따라 인터넷의 건전하고 양성적인 접근과 이용을 통해서 사회에 맞는 인터넷 문화를 만들어 가는 것이 필요하며, 이를 위한 정보화 교육과 프로그램의 개발에서 문제의 실마리를 찾아야 할 것이다.

정보화 교육이란 어느 특정 범위에서 이루지는 것이 아니라 범사회적으로 구현될 때 그 효과가 있는 것이다. 가정에서는 자녀들에게 인터넷을 무조건 하지 말라고 할 것이 아니라 자녀와 함께 인터넷 문화에 대해 대화하고 네티켓 교육, 정보 활용 교육 등을 시켜야 한다. 또 학교와 청소년 지도자들은 학교 내 동아리 홈페이지 만들기, 추천하고 싶은 사이트 만들기 등 정보활용 교육의 계기를 마련할 필요가 있다. 또한 정보관리 전문가나 정보관리 기관 등에서는 가족홈페이지 만들기, 정보사냥대회, 홈페이지 전시회 등 다양한 프로그램을 개발하여 게임이나 음란

사이트의 서핑이외에 인터넷을 활용할 수 있는 방법을 찾아 계몽하는 것이 요구된다. 동시에 체계적이고 제도적인 정보화 교육을 통한 실효를 거두기 위한 행정적, 재정적 뒷받침이 이루어지는 제도적 변화를 모색하여야 할 것이다

넷째, 필요하다면 정신과적 치료를 받는 것도 현명한 방법이다. 우울감이나 불안, 스트레스, 소외감이나 대인관계에서의 어려움, 성격적 문제 등이 인터넷 중독의 원인이 될 수 있기 때문이다. 그러므로 인터넷 중독에 빠지게 된 자신의 문제점들을 찾아내 대책을 세우고 치료를 받아야겠다는 동기가 무엇보다 중요한 것이다. 이제는 인터넷 상에서도 인터넷 중독 상담을 받을 수 있는 장이 열려있으며, 정보통신윤리위원회 사이버중독정보센터(www.cyadic.or.kr), 청년의사 인터넷중독센터(netmentalhealth.fromdoctor.com), YMCA 인터넷중독및약물예방상담실(counsely.ymca.or.kr) 등에서 인터넷 중독 상담을 받을 수 있다. 그러므로 인터넷 중독을 숨기거나 피하려 하기보다는 근본적인 예방과 치료를 통한 방법을 활성화하는 노력이 필요한 것이다.

## 6 결 론

지금까지 인터넷의 이해와 중독에 관한 개념을 바탕으로 인터넷 중독의 심각성에 대한 이론적 근거를 마련하고, 우리나라에 인터넷이 파급되어 인터넷 중독이 퍼

지게 된 배경을 살펴보았다. 그리고 이를 바탕으로 우리나라의 인터넷 중독에 관한 사례들을 신문기사의 내용에 따라 강박적 집착과 사용, 내성과 금단, 일상생활 장애, 신체적 증상, 그리고 시간에 대한 지각 왜곡과 현실간의 상실로 나누어 조사·분석하였다. 그 결과 인터넷 중독은 우리 사회에 여러 부분과 여러 계층에 다양한 형태로 만연되고 있으며 이를 위한 적극적인 대처가 필요한 것으로 나타났다.

연구 결과 나타난 인터넷 중독에 의한 특징들을 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 인터넷 중독은 현실과 이상 또는 가상현실과의 괴리에서 기인되며 현실에 적응과 자존심 그리고 유희 등에 의해서 그 괴리의 정도가 나타난다는 점이다. 둘째, 인터넷 중독은 일상생활을 바꾸어 버리며 그 중에서도 가장 파괴적인 것은 가정의 붕괴란 점이며, 이는 인터넷 중독이 사회와 가족의 구성원을 원자화시키는데서 기인한다. 셋째, 인터넷 중독자들은 자신의 중독에 대한 인지도가 낮으며 인정하려 들지 않는 경향이 있다는 점이다. 이는 중독이란 것이 약물투여에 의한 것이란 오해와 행위중독에 대한 이해부족에서 비롯되고 있다. 넷째, 인터넷 중독은 순간적이며 단기적인 현상이 아니라 점진적이고 지속적인 치료의 대상임에 대한 인식의 부족이다. 그러므로 인터넷 중독에 대한 보다 체계적이고 적극적인 이해가 치료상 부재 한다는 문제를 야기하고 있다.

이러한 인터넷 중독에 대한 대응 방안

을 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 현실과 가상현실과의 괴리를 줄이기 위한 대체활동의 개발이다. 그러므로 인터넷과 가상공간에 대한 정확한 이해와 현실생활과의 접목을 이룰 수 있는 방안모색이 요구된다. 둘째, 가정해체의 문제는 가족구성원 각자의 배려와 관심으로 극복하여야 하며, 나아가 직장이나 사회에서도 인터넷 중독의 심각성을 인식하고 공동의 해결책을 모색하는 노력이 필요한 것이다. 셋째, 정보교육의 강화이다. 인터넷의 이용과 인터넷 중독은 개인의 문제가 아닌 제도적이고 체계적인 틀에서 교육되어야 하며 인터넷에 대한 올바른 이용과 이해가 이루어지도록 해야할 것이다. 넷째, 인터넷 중독에 대한 치료적 기능의 강화다. 인터넷 중독은 더 이상 방치되거나 회피의 대상이 아니라 관심을 가지고 적극적으로 치료되어야 하는 대상이며 이를 활성화하기 위한 상담과 치료가 지속적으로 이루어져야 한다.

인터넷으로 특징지어지는 정보사회는 Bell(1973)의 주장처럼 정보의 역할과 기술혁명의 이점을 취하여 삶의 질(quality of life)이 향상되는 낙원(utopia)이 될 수도 있다. “후기산업사회란 새로운 낙원주의(utopianism)의 도래를 말한다. 인간의 재생되고 해방되며 그들의 행위와 의식은 변화되며, 과거의 제약들은 소멸되고 마는 것이다”(p488). 동시에 정보사회는 Schiller(1981)의 주장처럼 Orwellian 관점의 dystopia가 될 수도 있다. 그것은 정보

기술이나 정보체제를 이용하고 활용하는 개인적 또는 사회적 양태에 따라 인간을 통제하고 사회를 파괴하는 결과를 초래하는 가능성을 내포하고 있기 때문이다. 그러므로 정보사회의 야누스적인 면에 대한 이해와, 문제에 대한 인식과 해결노력이 병행될 때 우리는 장미빛 정보사회를 구현할 수 있는 것이다.

본 연구는 인터넷 중독의 심각성을 바탕으로 우리나라 인터넷 중독의 실태를 대중매체인 신문기사의 내용에 따라 분석하였다. 그러나 인터넷 중독은 직접적인 관찰이나 심층면접 설문조사 또는 임상실험 등으로도 조사될 수 있으며, 그 결과는 본 연구의 결과와 비교되어 분석되어질 수 있다. 또한 다른 문화에서 나타나는 인터넷 중독에 대한 연구가 이어져 문화적 차이에 따른 인터넷 중독의 비교가 이루어진다면 인터넷 중독에 대한 우리의 이해를 넓혀줄 것이다. 그리고 무엇보다도 일상적인 인터넷 이용과 인터넷 중독을 서로 구분하여 인터넷 중독에 따르는 문제를 예방하고 치료하는 연구가 계속적으로 이루어져야 할 것이다.

## 참 고 문 헌

- 권준수. 1999. 인터넷 중독증. 『대한의사협회지』, 42(8): 759-764.  
 김성중. 1998. 『중독백과』. 서울: 군자출판사.

- 송명준, 김신희, 구훈정, 권정혜. 2001. 인터넷 중독이 일상생활에 미치는 영향: 세명의 사례를 중심으로. 『심리검사 및 상담연구』(고려대학교 학생생활 연구소), 제 5권.
- 이중석. 2001. 『인터넷의 이해』. 서울: 양서각.
- 전석호. 1999. 『정보사회론』. 서울: 나남.
- 조찬식. 2001. 사이버공간상에서의 네티켓과 일탈행위에 관한 연구. 『한국정보관리학회지』, 18(2): 187-202.
- 조찬식. 2002. 여성전용 인터넷사이트의 콘텐츠 분석. 『한국문헌정보학회지』, 36(2): 209-230.
- 한국인터넷정보센터. 2002.  
<<http://stst.nic.or.kr>>
- 한상완. 2001. 『지식정보사회와 지식정보의 활용』. 서울: 구미무역.
- Bell, D. 1973. *The Coming of Post-industrial Society: A venture in social forecasting*. New York: Basic Books.
- Berelson, B. 1954 "Contents Analysis" In (Ed.) G. Lindzey, *Handbook of Social Psychology*. Cambridge, MA: Addison-Wesley.
- Goldberg, I. 1995. "Internet Addiction." Electronic message posted to search discussionlist.  
<<http://www.rider.edu/users/suler/psycuber/supportg-p.html>>
- Greefield, D. 1999. "The Nature of Internet Addiction: Psychology Factors in Compulsive Internet Use." Presentation at the 1999 meeting of the American Psychological Association, Boston, Massachusetts.
- Griffiths, M. 1996. "Behavioral Addictions: and Issue for Everybody?" *The Journal of Workplace Learning*, 8(3): 19-25.
- Griffiths, M. 1999. "Internet Addiction." *The Psychologist*, 12(5): 246-250.
- Kraut, R., & Patterson, M. 1998. "Internet Paradox: A Social Technology That Reduces Social Involvement and Psychological Well-being?" *American Psychologist*, 53(9): 1017-1031.
- Schiller, H. I. 1981. *Who Knows : Information in the age of the fortune 500*. Norwood, NJ: Albex.
- Young, K. S. 1996a. "Internet Addiction: The Emergence of A New Clinical Disorder." *Cyberpsychology and Behavior*, 1: 237-244.
- Young, K. S. 1996b. "Psychology of Computer Use: XL. Addictive Use of the Internet: A case that brakes the stereotype." *Psychological Report*, 79: 899-902.
- Young, K. S. 1998. "The Relationship Between Depression and Internet Addiction." *Cyber Psychology and Behavior*, 1(1).