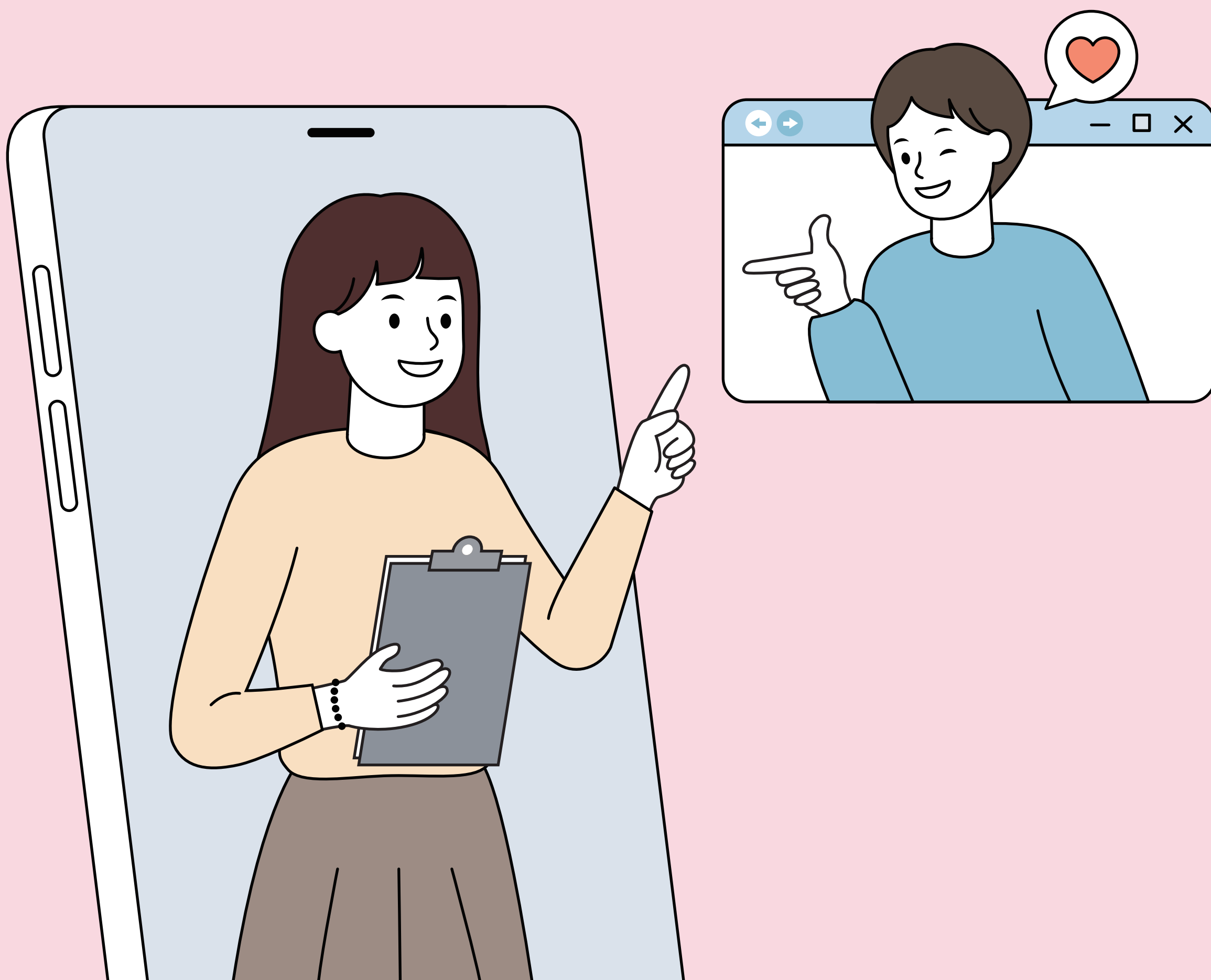


2021 초등 교사용 카드뉴스

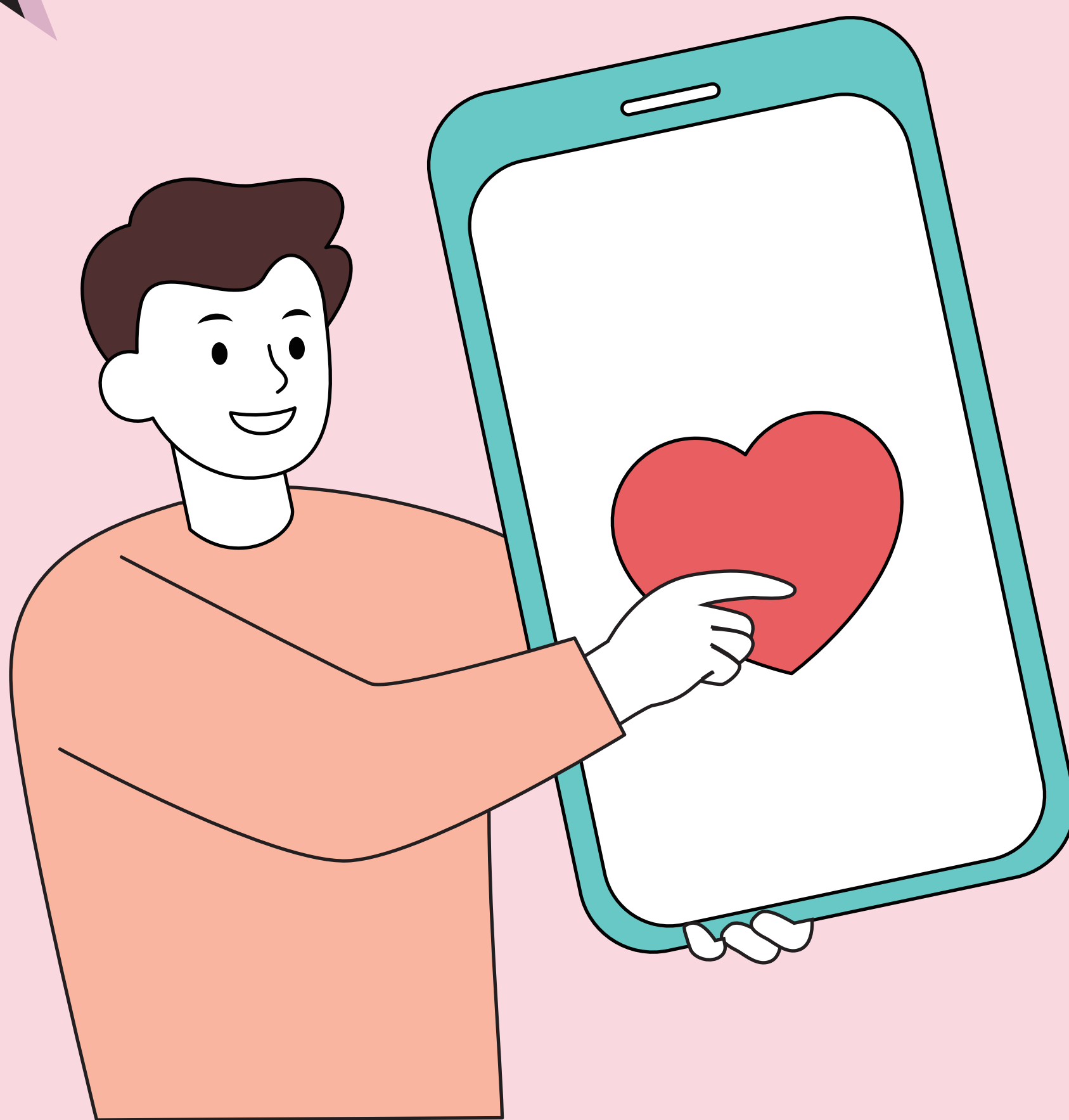
초등학생의 스마트폰 사용





스마트폰 사용 지도는 어떻게 하면 좋을까요?

학교에 따라 학생들의 스마트폰 사용을 직접 통제하기도 하지만 그렇지 않은 경우 학생의 부모와의 협력이 반드시 필요하기 때문에 **부모 상담 및 부모 교육에 참고**하시도록 부모의 관점에서 학생들의 스마트폰 사용에 대해 알아보겠습니다.



스마트폰 사용에 대한 제한이 왜 필요할까요?

- ✓ 스마트폰 사용에 제한이 필요한 이유는 건강한 발달에 필수적인 시기의 **풍부한 직간접적인 경험과 사고력의 확장을 방해**할 수 있기 때문입니다.
- ✓ 미국 소아청소년정신의학회(AACAP)는 스마트폰, 태블릿, 게임콘솔, TV, 컴퓨터 등의 사용시간을 스크린타임으로 규정하고 과도한 사용은 수면장애, 독서부족, 학력저하, 가족 및 친구와의 교류시간 감소, 불충분한 운동 및 여가활동, 체중문제, 기분문제, 이완 및 재미를 느끼는 방법의 습득 실패로 이어질 수 있다고 경고합니다.
- ✓ 스마트폰, 노트북, IT 기기 등을 활용한 온라인 교육, 코딩 교육, 화상회의, 교류 등이 필수적인 시대에 무조건적인 통제가 필요하다는 얘기는 아닙니다. **각 가정의 상황에 맞는 규칙의 수립 및 적용이 필요합니다.**



스마트폰 사용 지도의 어려움

- ✓ 초등학교 고학년 혹은 청소년기의 스마트폰 사용 제한은 쉽지 않습니다. 이 시기는 생물학적으로 통제능력을 담당하는 뇌의 영역이 완전히 성숙되지 않았을 뿐만 아니라 소셜 미디어나 게임 등을 통한 **친구들 간의 교류 및 소속감**이 부쩍 중요해진 시점입니다.
- ✓ 때문에 이 시기의 스마트폰 사용, 게임 시간의 조절에 대한 개입은 자녀들에게 부당한 간섭이나 잔소리로 여겨져 **부모자녀 관계를 어렵게 할 수 있습니다.**
- ✓ 청소년기의 자녀는 스마트폰 사용시간의 조절까지도 믿고 맡겨 주길 바라는 경우가 많습니다. 또한, **독립에 대한 욕구**가 늘어나고 및 정체성을 확립해나가는 시기로 자신의 권리, 학생 인권에 대해서도 주장이 증가하기도 합니다.
- ✓ 수업 중 스마트폰 수거, 보관 및 관리의 어려움과 수업시간 무분별한 스마트폰 사용 및 가정에서의 스마트폰 과다사용 문제를 개선하기 위해 서울시 교육청은 2013년 학생의 스마트폰 이용을 제어하는 아이스마트키퍼 앱을 시범 운영했습니다. 하지만 **청소년의 과도한 사생활 및 자기정보결정권 침해**라는 민원 제기 등의 이유로 사업을 폐지하게 되었습니다.
- ✓ 청소년기 이전, 가능한 이른 시기에 스스로 **스마트폰 사용 습관을 확립하는 것이 중요합니다.**

스마트폰 사용 가이드라인 (1)

- ✓ 가능한 어린 시기, 첫 스크린에 노출되는 시기부터 부모와 함께 규칙을 정해 **습관을 들여야 합니다.**
- ✓ 가정의 문화나 환경이 다를 수 있으므로 스마트폰의 사용은 **학생들마다 각자 가정의 규칙이 다르게 적용**될 수 있는 점은 이해가 필요한 부분입니다.
- ✓ 학교에서 일괄적으로 스마트폰을 통제하지 않는다면 또래 간의 갈등이나 스마트폰 사용 정도에 따라 소외감, 위화감을 느낄 수 있기에 중재 및 지도를 위해 학생들의 스마트폰 사용 시간이나 패턴에 대한 **정보 확보가 필요할 것**입니다.



스마트폰 사용 가이드라인 (2)

✓ 자녀들의 스크린타임에 대한 생각과 관심을 **부모와 공유**할 수 있도록 해야 하며, 다음은 부가적인 조언입니다.

- ☑ 연령에 적절한 프로그램인지 확인이 필요
- ☑ 자녀들이 보고 있는 것에 대해 함께 얘기하며 협동심, 우정, 타인에 대한 관심을 언급할 것
- ☑ 광고가 자녀의 선택에 미치는 영향을 확인할 것
- ☑ 스크린을 사용하지 않는 스포츠, 음악, 미술, 취미활동을 경험하게 할 것
- ☑ 부모자신이 먼저 안전하고 건강한 스크린습관을 보여줄 것
- ☑ 온라인 개인정보보호, 안전사항에 대해 교육할 것
- ☑ 개인기기를 언제부터 사용하게 될지 미리 정할 것
- ☑ 창의력을 키우고 가족, 친구들과 교류하는 방법으로의 스크린사용을 격려할 것

부모가 여러 방면으로 개입함에도 조절되지 않는다면?

- ✓ 스마트폰 사용의 조절에 있어 부모가 여러 방면으로 개입함에도 조절되지 않는다면 **실제 사용 내용과 필요한 정도, 일상 기능에 미치는 영향에 대해 파악**해야 합니다. 또한, 사이버따돌림, 사이버폭력, 또래관계 문제, 집중저하 및 충동성, 정서적인 어려움, 스마트폰 의존 및 금단 증상이 함께 나타나거나 부모자녀 관계의 문제까지 영향을 미친다면 심층평가 및 개입을 위해 **전문가와 연결될 수 있도록 도움을 부탁드립니다.**



발행 2021년 11월

2021 초등 교사용 카드뉴스

초등학생의 스마트폰 사용

카드뉴스 문의사항

교육부 학생정신건강지원센터

02-6959-4640



학생정신건강지원센터