



2025학년도 학부모 대상 정보통신윤리교육 자료 안내

**인터넷·스마트폰 중독,
당신의 자녀는 어떤가요?**



학부모님 안녕하세요?

최근 정보기술의 발달로 가정과 학교에서 학생들이 인터넷을 접할 기회가 많아졌습니다. 다양한 정보를 쉽고 빠르게 얻을 수 있고 양질의 교육 자료를 접할 수 있는 장점이 있지만, 이러한 정보기술의 급격한 발전은 정보통신윤리가 훼손되고 인터넷과 스마트폰 과의존 등의 부정적 영향도 학생들에게 미치고 있습니다.

이에 가정에서 아이들의 정보통신윤리교육과 인터넷·스마트폰 과의존에 대해 이해하고 적절한 지도를 할 수 있도록 학부모님 대상 정보통신윤리교육과 인터넷·스마트폰 과의존 예방 교육 자료를 안내해 드립니다.

[붙임]

1. 지능정보서비스(인터넷·스마트폰) 과의존 예방교육
2. 정보통신 윤리교육(사이버폭력 예방)
3. 정보통신 윤리교육(저작권 침해 예방)
4. 정보통신 윤리교육(개인정보보호 교육)

2025. 6. 17.

정읍제일고등학교장

우리 아이의 스마트한 미래를 위한 정보통신윤리 가이드 (학부모 연수 자료)

지능정보서비스(인터넷·스마트폰) 과의존 예방 교육

인터넷, 정보통신 기기의 발달로 우리 생활이 매우 편리해지고 있고, 인공지능(AI) 등 고도화된 지능 정보사회로 나아가고 있는 요즘, 우리 학생들의 일상도 안전하고 건강하게 성장할 수 있도록 학교 교육과 더불어 가정에서도 자녀 교육에 도움이 될 수 있는 자료를 안내해 드립니다.

■ 지능정보서비스 과의존이란?

과도한 인터넷, 스마트폰 이용으로 현저성(salience)이 증가하고, 사용에 대한 조절력이 감소(self-control failure)하여 문제적 결과(serious consequences)를 경험하는 상태를 말합니다.

대상자를 「스마트폰 과의존 척도」로 점수화하여, 연령대별 기준 점수에 따라 고위험군, 잠재적 위험군, 일반사용자군으로 분류합니다.

- 잠재적위험 사용자군 : 스마트폰 사용조절력이 약화, 건강·일상생활에 문제 발생이 시작
- 고위험 사용자군 : 스마트폰 사용 통제력을 상실, 건강·일상생활에 심각한 문제가 발생





■ 지능정보서비스(인터넷·스마트폰) 과의존했을 때 생길 수 있는 문제점

- 1) 신체 건강과 성장에 해롭습니다.
 - 대표적 신체 건강 문제 : VDT 증후군(Visual Display Terminal, 거북목증후군, 안구건조증, 목디스크, 손목터널증후군 등), 숙면 방해
- 2) 심리·정서 건강에 해롭습니다.
 - 대표적 심리·정서 문제 : SNS에서 자기 모습을 행복한 것처럼 포장하거나 다른 사람과 비교하며 우울감 또는 상대적 박탈감 경험
- 3) 친구, 가족 등 대인 관계에 해롭습니다.
 - 대표적 대인 관계 문제 : 디지털 격리 증후군(온라인상에서 이루어지는 소통에 집중하느라 현실 공간에서 함께 있는 가족, 친구 등 가까운 사람들과의 직접적 대화에 소홀해지는 현상)
- 4) 일상생활에 해롭습니다.
 - 대표적 일상생활 문제 : 수업 시간 집중 저하 또는 성적 하락, 걷는 중 스마트폰을 보느라 안전사고 발생

■ 자녀의 지능정보서비스 과의존(인터넷·스마트폰 과다 이용)을 예방하는 방법

1. 특별한 이유 없이 휴대전화를 교체해 주지 않는다.
2. 공부 중, 특히 수업 중에는 반드시 스마트폰 전원을 끄도록 교육한다.
3. 시간을 정하고 사용하는 습관을 스스로 가질 수 있도록 함께 의견을 조율한다.
4. 스마트폰 게임이나 SNS가 스트레스를 해소하는 통로라는 사실을 먼저 인정한다.
5. 컴퓨터는 부모와 공유할 수 있는 곳에 두고, 스마트폰은 적절한 요금제를 선택하도록 교육한다.

■ 자녀의 올바른 PC, 스마트폰 이용을 위한 지원 프로그램 및 App

소프트웨어	주요 기능
 <p>그린아이넷 (PC)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 청소년 유해 정보 등급 표시 서비스 • 유해 정보 필터링 지원 • 인터넷 정보 이용 시간 관리 지원
 <p>엑스키퍼 (PC, 스마트폰)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 컴퓨터 시간 관리 • 프로그램 관리(불법다운로드 및 게임) • 유해 동영상 검색/유해 사이트 차단
 <p>맘아이 (PC, 스마트폰)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • PC 및 게임 사용 시간 관리 • 유해 사이트/동영상/게임차단 • 인터넷 강의 집중 모드(학습시간 설정) • 사용 기록 조회 및 통계 제공 • 스마트폰 원격관리(APP)
 <p>사이버안심존 (스마트폰)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • www.사이버안심존.kr • 이용 시간 관리, 유해 정보 차단 • 부모/자녀용 동시 설치

※출처: Digital Parenting 아이와 함께 건강한 인터넷 생활 즐기기

정보통신 윤리교육(사이버폭력 예방)

■ 사이버 폭력

인터넷이나 스마트폰과 같은 디지털 환경에서 상대방을 괴롭히거나, 비방하거나, 협박하는 행동을 의미합니다. 이는 문자 메시지, 소셜미디어, 온라인 게시판, 게임 채팅 등을 통해 이루어질 수 있으며, 피해자의 정신적 고통을 유발하고 심각한 사회적 문제로 이어질 수 있습니다.

	사이버 언어폭력 게시판, 이메일 및 채팅방, 모바일 메신저에서 욕설을 하거나 상대를 비하하고, 거짓된 사실이나 비방하는 글을 올리는 행위		사이버 명예훼손 사이버 공간에서 상대를 비하할 목적으로 사실 또는 거짓을 말하여 상대방의 명예를 떨어뜨리거나 인격을 침해하는 행위
	사이버 성폭력 성적인 묘사나 성적으로 비하하는 것 또는 성차별적인 내용을 포함하여 인터넷이나 SNS에 글을 올리거나 유포하는 행위		사이버 스토킹 사이버 공간에서 원하지 않는 문자, 사진, 동영상 등을 반복적으로 보내 상대방에게 점차 불안함과 두려움을 주는 모든 행위
	사이버 따돌림(왕따) 인터넷 대화방, SNS 단체 채팅방 등에서 상대방을 퇴장하지 못하게 한 뒤 놀리고 욕하거나 대화에 참여하지 못하게 하는 행위		신상정보 유출 사이버공간에서 다른 사람의 개인적인 정보를 동의 없이 함부로 유출하거나 유포하는 행위

■ 사이버 폭력의 유형 예시

- 사이버폭력 유형은 여러 가지가 있지만 최근에는 다음과 같은 형태들이 있습니다.

주요 유형	설명
와이파이 셔틀	스마트폰의 테더링 기능을 이용해서 피해 학생의 스마트폰을 와이파이 공유기처럼 사용하는 것으로, 무선데이터 갈취를 통해 금전적 피해를 주는 것
게임 아이템 셔틀	게임을 하기 위해 필요한 아이템을 피해 학생에게 상납받는 행위

■ 이런 것도 사이버 폭력!

(일단 보낸 내용은 모두 기록되며, **지운다 해도 복원이 가능하여 반드시 법적인 책임**이 따르는 행위임)

- 가. 사이버상에 타인을 비방하거나 모욕감을 주는 메시지를 보내는 행위
: 카톡 또는 페이스북, 인스타그램 등의 SNS, 메신저를 통해 다른 친구를 근거 없이 욕하거나, 소문을 퍼트리는 행동
- 나. 휴대폰 문자 메시지를 이용해서 욕설을 하거나 협박하는 행위
- 다. 타인이 모욕감, 수치심을 느낄 수 있는 사진을 전송하거나 퍼뜨리는 행위

■ 개인정보 갈취 및 매매하는 신종 사이버 폭력 유형

- 인스타그램, 페이스북 등 누리소통망(SNS)이나 카카오톡 등 모바일 메신저 계정 정보와 전화번호를 제공하면 현금을 지급한다는 불법 광고를 본 일부 학생들이 친구, 후배 등의 계정과 전화번호 등 개인정보를 강제로 빼앗아 불법 광고업자 등에게 매매
- 불법으로 취득된 개인정보는 도박, 불법 광고(스팸) 등에 이용되어 2차 피해 발생

■ 사이버 폭력 징후 – 사이버 폭력 징후를 알고 자녀의 상태를 점검해 보세요.

<혹시 우리 아이가 사이버폭력을 당하고 있지 않을까?>

- ① 불안한 기색으로 자주 스마트폰을 확인하고 민감하게 반응한다.
- ② 갑자기 용돈을 많이 요구하거나, 스마트폰 이용 요금이 많이 나온다.
- ③ 부모가 자신의 스마트폰을 보는 것을 극도로 싫어하고 민감하게 반응한다.
- ④ 갑자기 SNS 계정을 탈퇴하거나 아이디가 없다.

사이버폭력, 이렇게 예방해요!

1. 평소에 대화 통해 바른 언어습관을 기르도록 하고 자녀의 온라인 활동에 관심을 가지고 살펴봅니다.	2. 음란물과 폭력물 등 유해 정보를 차단하는 소프트웨어를 설치합니다.
3. 컴퓨터와 스마트 기기 사용법을 익히고, 자녀들의 무분별한 사용을 제한합니다.	4. 사이버상의 상대방을 현실 세계처럼 존중하도록 알려줍니다.
5. 자녀와 사이버폭력에 대해 주기적으로 대화를 나누고 사이버폭력 신고 방법, 피해 시 도움 요청 기관에 대해서도 알려줍니다.	6. 자녀가 사이버상에서 부모의 주민등록번호 등 개인정보를 사용하지 않도록(혹은 알지 못하도록) 관리합니다.
7. 자녀가 사이버폭력 피해를 입었을 경우, 직접 해결하려 하지 말고 어른과 먼저 상의할 것을 강조합니다.	8. 사이버폭력으로 고통받고 있는 친구가 있다면, 자녀가 방관하지 않고 적극적으로 도와주거나 신고하도록 가르칩니다.

■ 사이버 폭력 대처 10원칙

존중과 배려의 원칙	자녀에게 사이버공간에서 타인도 자신과 같이 감정과 생각을 가진 사람임을 잊지 않도록 이야기 해주세요.
개인정보 보호의 원칙	자녀가 자신의 개인정보를 소중히 생각하고 보고하도록 하고, 부모의 개인정보를 함부로 이용하지 않도록 해주세요.
의사소통의 원칙	평소에 대화를 통해 학생이 올바른 언어 습관을 가지도록 하고 온라인 게시글 등록 시 여러 번 생각해본 후 남기도록 해주세요.
이하부정관의 원칙	타인으로부터 오해나 불신을 살만한 행동은 하지 않도록 해주세요.
지피지기의 원칙	사이버폭력에 대해 명확히 이해하도록 교육해주세요.
대화의 원칙	평소 사이버공간에서의 활동과 관련하여 자녀와 대화의 시간을 자주 가지세요.
도움요청의 원칙	사이버폭력을 당할 경우, 언제든지 부모가 든든한 지지자가 됨을 알려주세요.
조기대응의 원칙	자녀에게 사이버폭력에 대해 분명한 거부 의사를 표현하도록 하고 무시하고 차단하도록 교육해주세요.
증거보존의 원칙	비난, 욕설 등의 메시지를 확인한 경우 삭제하지 말고 증거를 확보해주세요. 이때 분명히 거부 의사를 표시한 내용을 함께 확보하는 것이 좋습니다.
적극대응의 원칙	사이버폭력을 당했을 때 관련기관을 찾아 상담과 도움을 받습니다.

우리 집의 인터넷 사용 습관 체크리스트

Check List.

그러면 이제

우리 집의 인터넷 사용 습관을 한번 살펴볼까요?

아래의 문항을 읽고 우리 집에는 몇 개가 해당되는지 체크해 보세요!

<input checked="" type="checkbox"/> 인터넷 사용 시간 제한에 대한 규칙이 있다. (예: 취침 1시간 전부터는 사용하지 않는다.)	<input checked="" type="checkbox"/> 나는 아이가 주로 <무엇을 하며 인터넷을 사용하는지> 알고 있다.
<input checked="" type="checkbox"/> 아이가 주로 보는 영상 콘텐츠가 무엇인지 알고 있다.	<input checked="" type="checkbox"/> 좋지 않은 콘텐츠를 보지 않도록 차단하거나 별도의 관리를 하고 있다.
<input checked="" type="checkbox"/> 아이는 우리 집 인터넷 사용 규칙에 대해 정확히 인지하고 있다.	<input checked="" type="checkbox"/> 온 가족이 인터넷을 사용하지 않고 이야기를 나누거나 함께 보내는 시간을 정기적으로 가지고 있다.
<input checked="" type="checkbox"/> 아이에게 스마트폰의 다양한 기능(사진 찍기, 공유하기, 영상 만들기, 업로드 등)을 잘 사용하도록 가르치는 편이다.	<input checked="" type="checkbox"/> 아이가 하는 게임, 커뮤니티, 영상에 대해 아이에게 질문하거나 이야기를 함께 나누는 일이 많다.
<input checked="" type="checkbox"/> 아이에게 보상으로 인터넷 사용을 허락하지 않는 편이다.	<input checked="" type="checkbox"/> 인터넷을 사용하는 규칙에 아이의 의견이 반영되는 편이다. (언제 사용할지, 얼마만큼 사용할지, 언제 멈출지 등)

0-3개

아이는 언제 인터넷을 사용할 수 있고 언제, 어떻게 멈춰야 하는지 인지하지 못하고 있을 가능성이 높아요. 또한 아이에게 좋지 않은 콘텐츠가 특별한 제한 없이 노출되고 있을 수 있어요.

4-7개

가정 내에 모두가 인지하고 있는 인터넷 사용 규칙이 있어요. 부모는 아이가 최소한 언제, 얼마만큼 어떠한 용도로 인터넷을 사용하는지 알고 있으며, 조절할 수 있도록 도울 수 있습니다. 체크하지 못한 부분을 참고해서 보완하면 좋아요.

8-10개

인터넷 사용에 대한 가족 규칙이 명확히 있을 뿐만 아니라, 인터넷 사용에 대해 부모와 아이가 함께 대화하며 더욱 다양한 방식으로 건강하게 사용할 수 있도록 적극적으로 지원하는 편이에요.

인터넷 사용 규칙 만들기

아이는 인터넷 사용에 대한 자신만의 이유와 관심 영역이 있습니다. 그래서 부모에 의해 일방적으로 만들어진 사용 규칙은 잘 적용될 수가 없습니다.

사용 규칙을 만든다는 것은 아이가 인터넷을 사용하는 방법과 목적에 대한 이해가 포함된 의사소통의 과정이 되어야 합니다. 그러기 위해서는 아이가 인터넷을 어떻게 사용하고 있는지에 대한 관찰이 가장 먼저 필요합니다.



규칙을 만들기 전, 자연스러운 일상 장면에서

아이는 언제, 어떻게 인터넷을 사용하는지 먼저 관찰해 보세요!

- 언제 아이는 주로 인터넷을 하고 싶어하나요?
- 아이가 인터넷을 할 때 가장 많이 하는 것은 무엇인가요?



게임을 좋아하는 아이

**인터넷을 사용하여
게임을 주로 하는 아이**

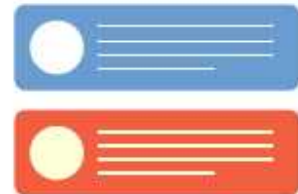
게임의 종류가 어떤 것인지 파악하는 것이 필요해요. 친구들과 함께 접속해서 하는 게임일 경우 부모가 일방적인 사용 시간을 정해주면 갈등이 생기기 쉬워요. 또한 게임은 정해진 시간의 범주 내에서 한 판, 두 판과 같이 개수를 함께 고려하여 제한하는 것이 좋아요. 시간 단위로만 제한하면, 게임을 중간에 멈춰야 하기 때문에 협조하지 않을 가능성이 높아진답니다.



콘텐츠 보는 것을 좋아하는 아이

**주로 유튜브 등을 통해
영상물을 보고 싶어하는 아이**

어떤 콘텐츠를 주로 보는지, 재생목록을 가끔씩 확인해줄 필요가 있어요. 또한 사용 시간으로만 제한을 걸다보면 영상을 미처 다 끝내지 못했기에 협조하지 않을 가능성이 높아요. 따라서 보고 싶은 영상의 시간을 확인하고, 몇 개를 보고 멈출 것인지 계획하고 실천하는 것은 조절을 배우는 데 도움이 될 수 있어요.



커뮤니티 활동을 좋아하는 아이

**주로 특이나 SNS 등을 통해
친구들과 대화하고 싶어하는 아이**

부모의 생각대로 일방적인 제한 시간을 만들어 버리면, 아이는 친구들의 이야기에 참여하지 못하거나 댓글을 볼 수 없어서 초조해하고 불만스러운 반응을 할 수 있어요. 친구들이 주로 대화하는 시간이 언제인지, SNS나 커뮤니티 등의 관리가 가장 필요한 시간이 언제인지 참고하여 허용과 제한 시간을 함께 결정하는 것이 좋아요.

정보통신 윤리교육(저작권) 연수

■ 저작물이란?

저작물은 사람의 사상이나 감정을 일정한 형식에 담아, 이를 다른 사람이 느끼고 깨달을 수 있도록 표현한 것이라 할 수 있다. 저작물을 지각할 수 있는 유형적인 수단으로는 책이나 CD 등이 있다. 이는 저작물을 담고 있는 그릇으로 소유권 등의 일반 재산권의 대상이 된다. 저작물은 그 그릇에 담겨져 있는 무형적인 것으로 이것이 바로 저작권 보호의 대상이 되는 것이다.

- (1) 소설, 시, 논문, 강연, 연설, 각본, 그 밖의 어문저작
- (2) 연극 및 무용, 무연극 등을 포함하는 연극저작물
- (3) 회화, 서예, 조각, 공예, 응용미술저작물, 그 밖의 미술저작물
- (4) 건축물, 건축을 위한 모형 및 설계도를 포함하는 건축저작물
- (5) 사진 및 이와 유사한 제작방법으로 작성된 것을 포함하는 사진저작물
- (6) 영상 및 음악저작물
- (7) 지도, 도표, 설계도, 약도, 모형, 그 밖의 도형저작물
- (8) 컴퓨터 프로그램 저작물

■ 저작물의 보호 요건

- (1) 독창성을 지녀야 한다. 여기에서 독창성이란 표현의 독창성을 말한다. 자신의 사상이나 감정을 다른 사람의 표현형식을 빌리지 않고 독자적으로 표현할 경우에 독창성이 있다고 할 수 있다. 저작물로서 인정받기 위해서는 오직 독창성만을 요구한다. 따라서 특정 저작물이 예술성이 떨어진다고 하거나 가치나 품격이 없다고 하더라도 독창성이 있다면 저작물이 된다.
- (2) 다른 사람이 느껴서 알 수 있을 정도로 외부에 나타내어야 한다. 어떤 구상이나 아이디어 등은 바깥으로 나타나지 않는 것이므로 저작물이 아니다. 저작자의 머릿속에 있는 것을 다른 사람이 느낄 수 있도록 어떠한 형식으로든지 나타내어야 한다. 그러나 표현형식이 무형적인 것이더라도 다른 사람이 느껴서 알 수 있으면 된다. 예를 들어, 강연은 아무런 고정 과정을 거치지 않지만 저작물로 충분히 보호될 수 있다.

※ 창업아이템과 같은 아이디어는 저작권법상 보호될 수 없다. 저작권법의 대전제는 ‘아이디어’ (사상이나 감정)를 보호하는 것이 아니라 그 ‘아이디어’의 ‘표현’을 보호한다는 것이다.

■ 생활 속 저작권 침해 유형

- (1) 인터넷에서 떠도는 글, 그림, 사진 퍼서 내 홈페이지에 옮기기
- (2) 공유사이트·웹하드 등에서 자료 주고받기
- (3) 영화·음악파일 게시판 자료로 올리기
- (4) 컴퓨터 프로그램, CD로 구워서 친구들에게 나눠주기
- (5) 멋진 음악, 내 홈페이지나 블로그에 배경 음악으로 쓰기
- (6) 인기 드라마, 예능 등 방송 프로그램 캡처하여 인터넷에 올리기
- (7) 글짓기, 그리기 대회에 다른 사람 글, 그림 베껴서 내기
- (8) 학교 과제, 인터넷 자료만 그대로 옮겨서 내 것인 양 제출하기

(출처 : 문화체육관광부 & 한국저작권위원회)

개인정보보호의 정의 및 수칙 안내

■ 개인정보란?

살아있는 개인에 관한 정보로서 성명, 주민등록번호 및 영상 등을 통하여 개인을 알아볼 수 있는 정보(해당 정보만으로는 특정 개인을 알아볼 수 없더라도 다른 정보와 쉽게 결합하여 알아볼 수 있는 것을 포함)

■ 법정대리인이란?

우리 법에서는 청소년의 개인정보유출로 인한 피해가 증가하면서 특히 14세 미만 아동의 개인정보보호를 위하여 인터넷서비스 회원가입 시 법정대리인의 동의를 구하는 절차를 법으로 규정하고 있다.

그렇다면 법정대리인이란 누구를 말할까? 바로 청소년을 보호할 수 있는 사람을 말한다. 대부분 부모님이 14세 미만 아동의 보호자이며 따라서 법정대리인을 말하면 부모님이 법정대리인이다. 만약 부모님이 계시지 않으면 친척이나 법에서 지정하는 다른 보호자가 14세 미만 아동의 법정대리인이 된다.

자녀의 개인정보 지키기 행동습관(부모)

- 웹사이트가 '개인정보처리방침'을 게시하고 있는지 살펴봐 주세요.
- 웹사이트에서 어떤 종류의 개인정보가 수집되고 있고, 어떻게 이용되는지 또 제3자에게 제공되는지의 여부를 확인하기 위해서는 '개인정보처리방침'을 자세히 읽어보셔야 합니다.
- 어느 웹사이트에 자녀의 개인정보를 수집하도록 허락할 것인지를 결정해 주세요.
- 어느 웹사이트에 자녀의 개인정보를 제2자와 공유하는 것을 허락할 것인지를 결정해 주세요.
- 자녀가 제공한 개인정보를 열람할 수 있도록 웹사이트에 요구하세요.
- 언제든지 동의를 철회할 수 있고 또한 당신 자녀의 개인정보가 삭제되도록 할 수 있다는 점을 알아두세요.

■ 안전한 메신저 사용 수칙

(1) 메신저로 금전을 요구하는 경우 반드시 전화를 통해 확인하기

메신저를 통해 금전 송금을 요구할 경우 반드시 해당 본인임을 전화를 통해 확인한다.

(특히, 전화할 수 없는 상황 등 본인 확인을 피하고자 할 경우에는 일체 대응하지 않는다.)

만약, 금전을 송금한 경우에는 즉시 이체한 은행의 콜 센터를 통해 은행 계좌 지급정지 요청을 한 후 비밀번호를 변경한다.

(2) 메신저를 통해 개인정보를 알려주지 않기

ID, 주민번호, 계좌, 신용카드번호 등 중요한 신상정보는 절대로 메신저를 통해 전달하지 않는다.

필요할 경우 명의도용 확인서비스를 이용하여 회원가입, 실명인증 등의 시도 시 즉각 확인하고, 차단한다.

(3) 정기적으로 메신저 비밀번호를 변경, 관리하기

메신저를 이용하는 웹사이트의 비밀번호를 다른 사이트 및 본인의 개인정보와 연관성이 없도록

설정하고, 정기적으로 변경한다.