

인터넷 · 스마트폰 과의존 예방을 위한 가정(기관)방문 상담 안내문

○ 상담대상

- 가정방문상담은 인터넷 · 스마트폰 과의존 취약계층인 한부모가정 · 조손가정 · 저소득층 가정 · 다문화가정 · 맞벌이가정의 청소년과 등록 장애인, 성인 무직자 및 일반가정의 과의존 위험군 등 인터넷 · 스마트폰 과다 사용으로 인해 일상생활에 어려움이 있는 자 대상(유아, 청소년, 성인 대상)
- 기타 해당 사업지역의 스마트쉼센터에서 방문 상담이 필요하다고 판단한 자

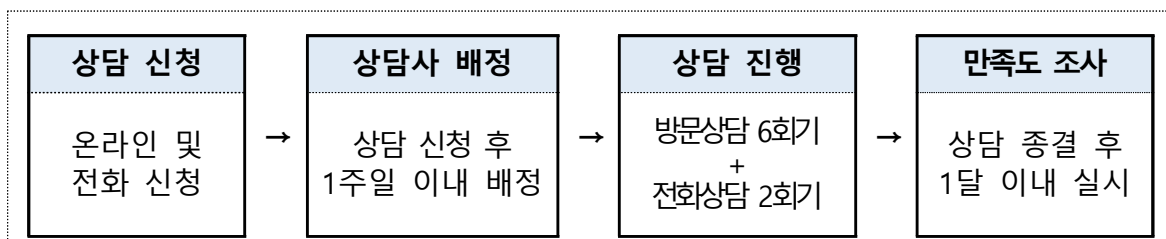
○ 상담방법

- 스마트폰 과의존 전문상담사인 가정방문상담사가 기관 및 가정으로 방문상담
- 단, 상담시간에는 상담자 외 1인(보호자) 이상이 동반하여야 상담 가능
- 방문상담은 21시 이내 상담 종료를 원칙으로 운영
- 상담 대상자와 보호자(유아/청소년의 경우)의 상담 동의가 있어야 함
- 종결 후 센터 내방상담 지속 가능(전북스마트센터)

○ 신청기간 : 2023년 11월까지 (※ 예산 소진시 조기 종료됩니다.)

○ 신청방법

- 홈페이지 : 스마트쉼센터 www.iapc.or.kr (과의존상담 → 가정방문상담 → 상담신청)
- 전화 : 전화상담 후 이메일 또는 팩스로 신청서 제출
☎ 063)288-8497 / e-mail : jbiapc@naver.com / Fax. 063-288-8498



※ 필요시 상담회기 연장 가능

○ 상담비용 : 전액 무료

○ 문의 : 전북스마트쉼센터 ☎ 063-288-8497

청소년 스마트폰 과의존 척도

※ 만약, 스마트폰을 이용하지 않으실 경우, 아래 질문 내용 중 ‘스마트폰’을 → ‘인터넷’으로 대체하여 응답해 주시기 바랍니다.

번호	항 목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그렇다	매우 그렇다
1	스마트폰 이용시간을 줄이려 할 때마다 실패한다.	①	②	③	④
2	스마트폰 이용시간을 조절 하는 것이 어렵다.	①	②	③	④
3	적절한 스마트폰 이용시간을 지키는 것이 어렵다.	①	②	③	④
4	스마트폰이 옆에 있으면 다른 일에 집중하기 어렵다.	①	②	③	④
5	스마트폰 생각이 머리에서 떠나지 않는다.	①	②	③	④
6	스마트폰을 이용하고 싶은 충동을 강하게 느낀다.	①	②	③	④
7	스마트폰 이용 때문에 건강에 문제가 생긴 적이 있다.	①	②	③	④
8	스마트폰 이용 때문에 가족과 심하게 다툰 적이 있다.	①	②	③	④
9	스마트폰 이용 때문에 친구 혹은 동료, 사회적 관계에서 심한 갈등을 경험한 적이 있다.	①	②	③	④
10	스마트폰 때문에 업무(학업 혹은 직업 등) 수행에 어려움이 있다.	①	②	③	④

한국정보화진흥원 스마트쉼센터(iapc.or.kr) 상담대표전화 1599-0075

※ 채점방법 : ①▶1점, ②▶2점, ③▶3점, ④▶4점

고위험 사용자군 총점 31점 이상	잠재적 위험사용자군 총점 23~30점 이하	일반사용자군 총점 22점 이하
-----------------------	----------------------------	---------------------