5. 연령별 스마트폰 교육

1 노모포비아(No mobile-phone phobia)

스마트폰이 없으면 불안한 증상

2 연령별 스마트폰 교육

1) 미취학기 : 만 2~6세 스마트폰 교육 → 만 2~6세

① 최대한 스마트폰 보여주지 말기
② 스마트폰과 공간적으로 분리
★ 이미 스마트폰에 노출이 됐다면 알람을 설정해 STOP 사인을 주는 것을 권장합니다! 지속해서 약속하고 이행하는 훈련이 필요해요

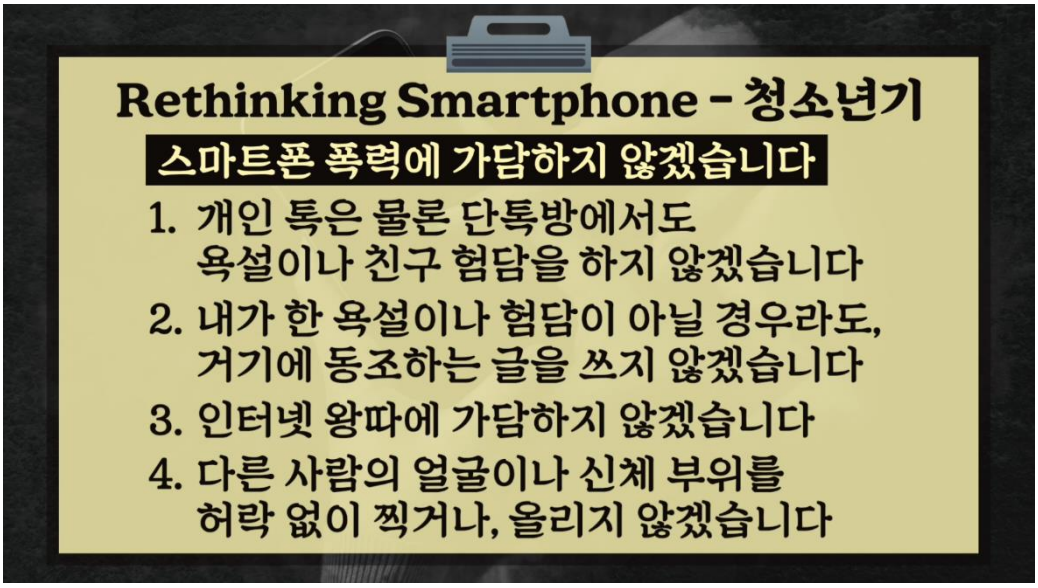
2) 학령기(초등학교) : 만 7~12세

① Rethinking Smartphone (스마트폰에 대해 다시 한 번 생각하기)
→ 초등학생들에게 효율적

3) 청소년기(중고등학교)

① 아이를 믿고 있다는 확신을 주기
② 스마트폰 폭력과 SNS 사용에 대해 아이와 충분히 대화 나누기

5. 연령별 스마트폰 교육

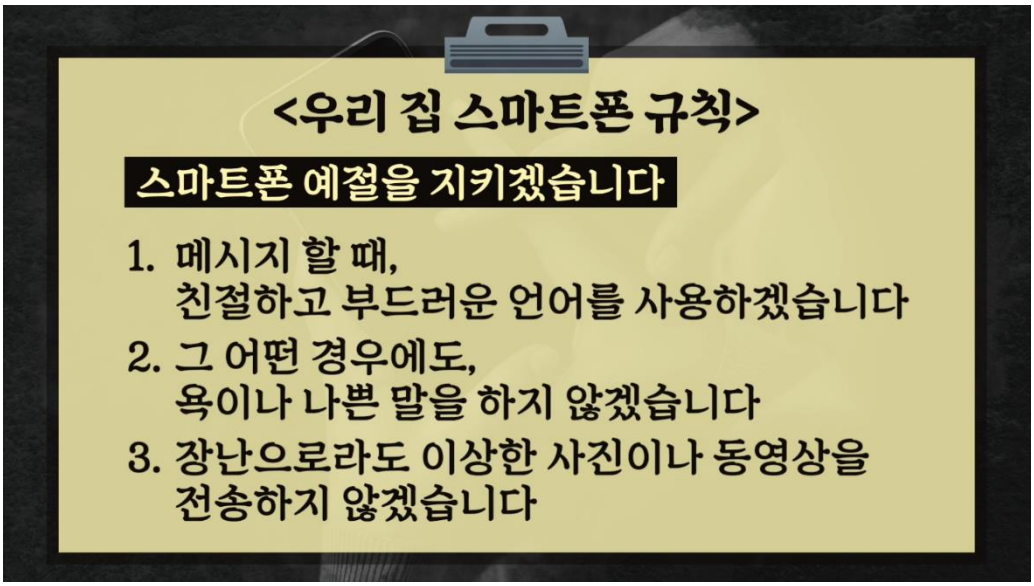


3 스마트폰 구매 시기

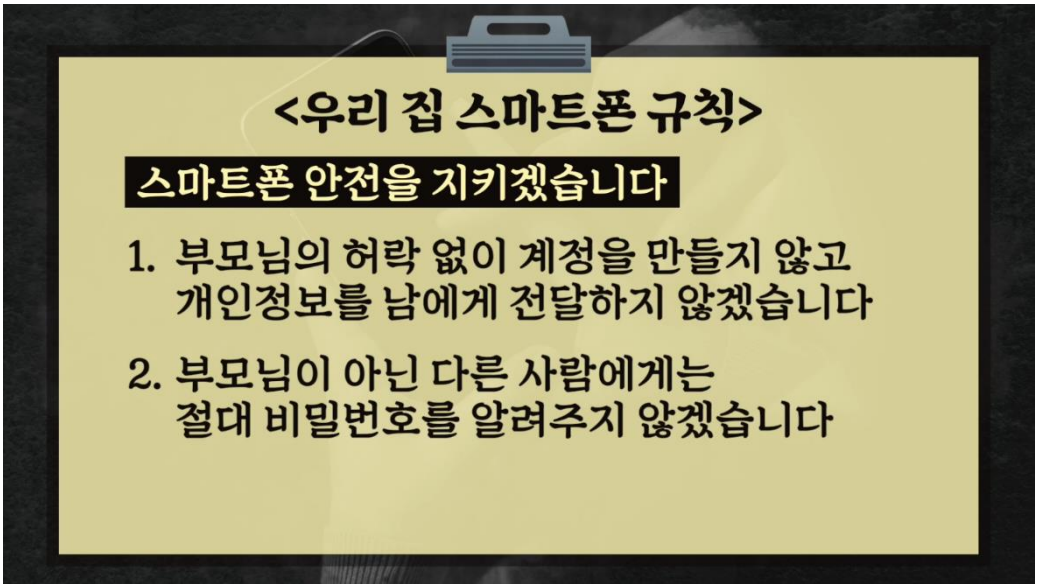
1) 아이의 성향과 자기조절 능력, 부모와의 약속 이행 능력을 충분히 파악한 후 스마트폰 구매 시기 결정

2) 사주기로 했다면?

① 스마트폰의 유해성을 충분히 설명
② 아이와 스마트폰 규칙 세워보기



5. 연령별 스마트폰 교육



4 전 연령 적용이 가능한 스마트폰 사용 Tip

1) 우리 집만의 물리적 장치를 고안
ex) 밥 먹을 때는 모두 스마트폰을 바구니에 넣어두기

2) '스마트폰' 단어는 빼고 말하기
ex) 스마트폰 쓰지 말고 나가 놀자 → 나가 놀자