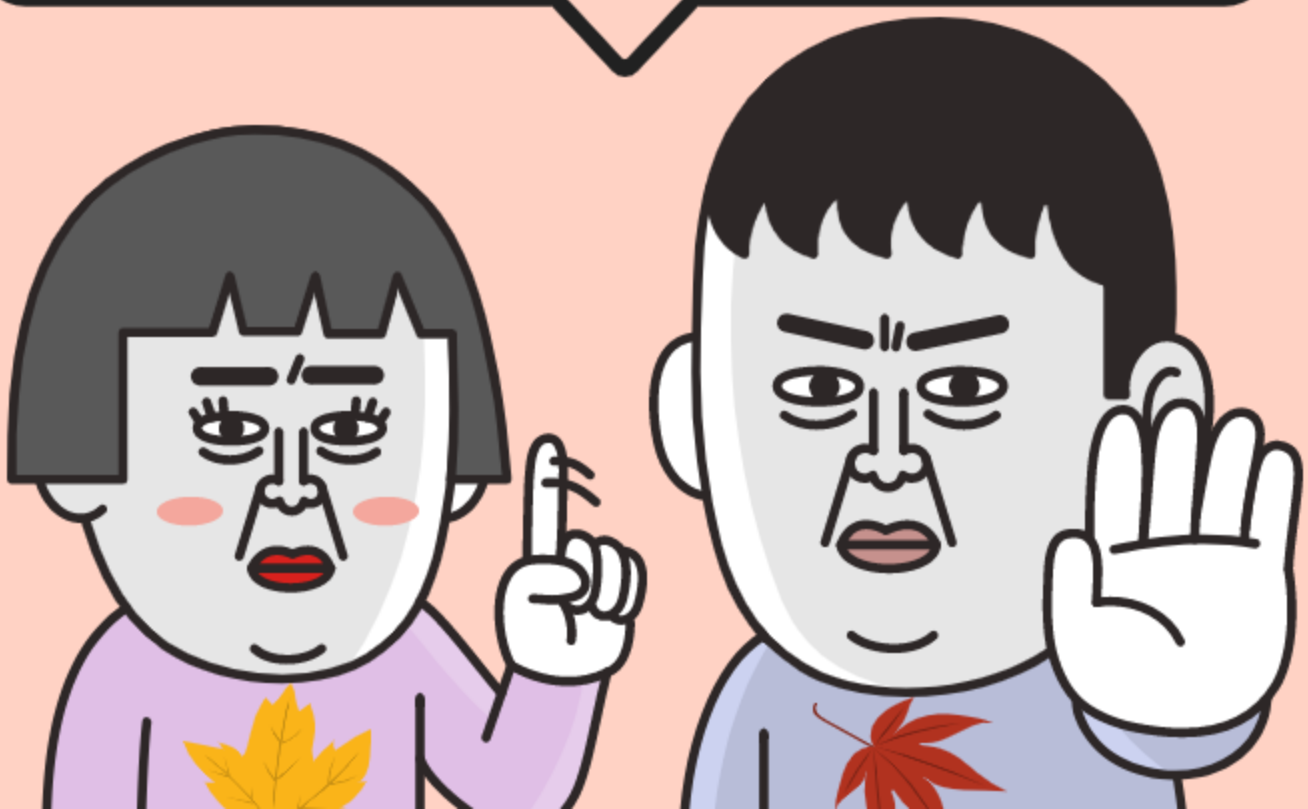
단풍남매의

긴급공지



집집마다 난리!
스마트폰 중독 예방



아이들의 스마트폰 과다 사용 괜찮은가요?

나를 찬양하라!

게임

쇼핑

채팅

뉴스

우아아아~

우리 집 망내

2

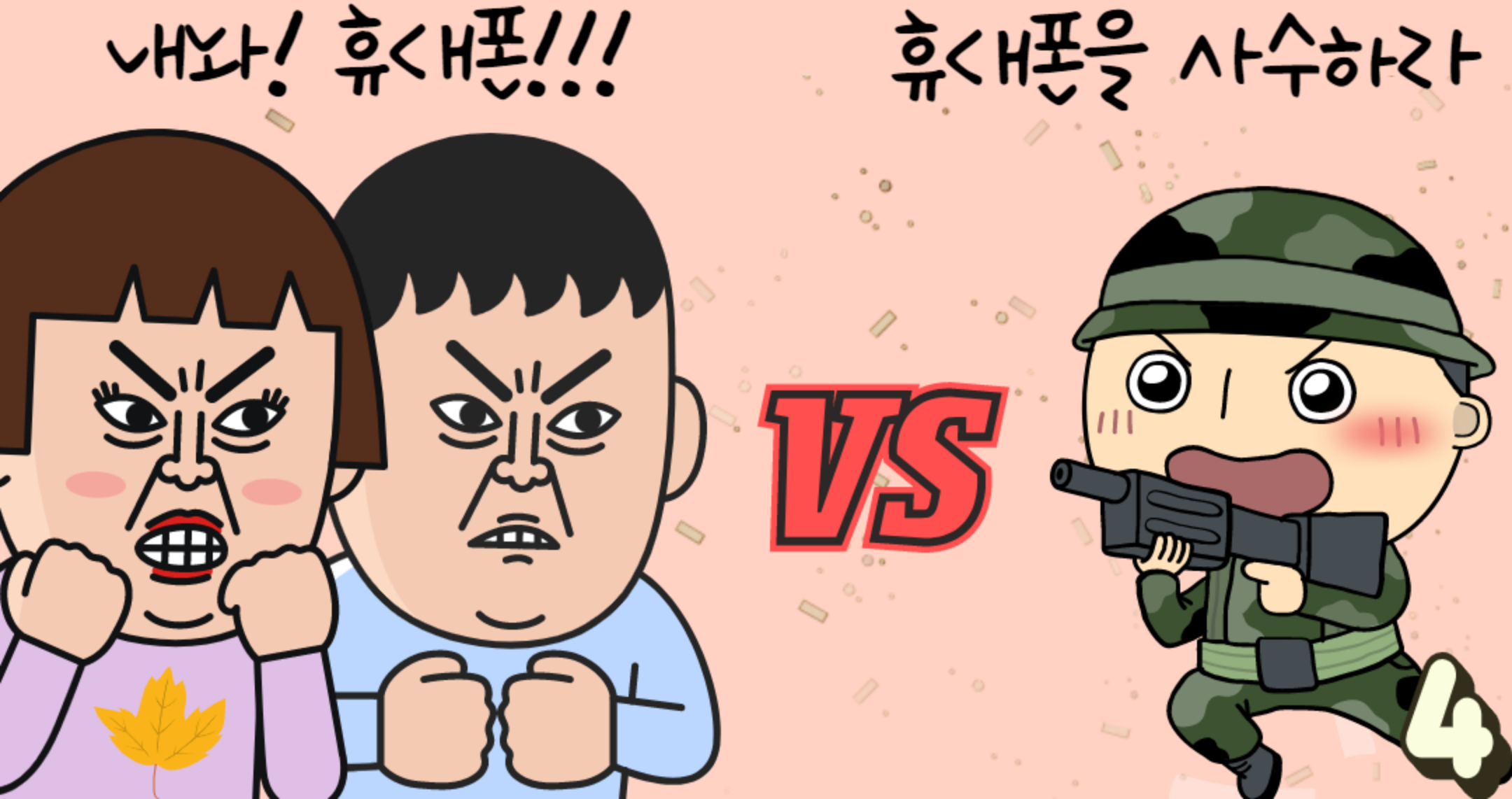
하지만 막연한 금지는 정답이 아닙니다.

"스마트폰" 좀

그만봐!!

무조건 화만 내고, 휴대폰을 뺏는다면
아이의 반감이 더 커질 수 있습니다.

자칫 아이와의 다툼이 일어날 수 있어요



아이와 부모 모두를 위한
다른 방법을 써야 합니다.

그럼
어쩌라고!!



아이와 부모가 함께하는

스마트폰 중독 예방하기

출발점을 정하는 것의 중요성



아이에게 막연히 사용을 줄이라고

요구하거나 금지하기 전에

지금의 사용량을 기준으로 시작해야합니다.

적절한 사용량 확인하기

현재 대략 85% 이상의 아동, 청소년이

스마트폰을 가진 것으로 추정됩니다.

하루 평균 3시간 이상, 너무 빠져 있는 모습이

보인다면 중독을 의심해봐야 합니다.



아이와 부모가 함께하는

스마트폰 중독 예방하기

아이와 타협하는 방법

중요한 것은 고압적인 강요가 아닌, 아이와 부모가 함께 대화를 통해 적절한 사용량을 타협하는 것입니다.

첫째, 아이를 부모의 의사결정에 대등하게 참여시킴으로 해서 더 큰 책임감을 부여합니다.

둘째, 아이의 자존감을 높일 수 있습니다.

셋째, 실패했을 때 함께 대응이 가능합니다.

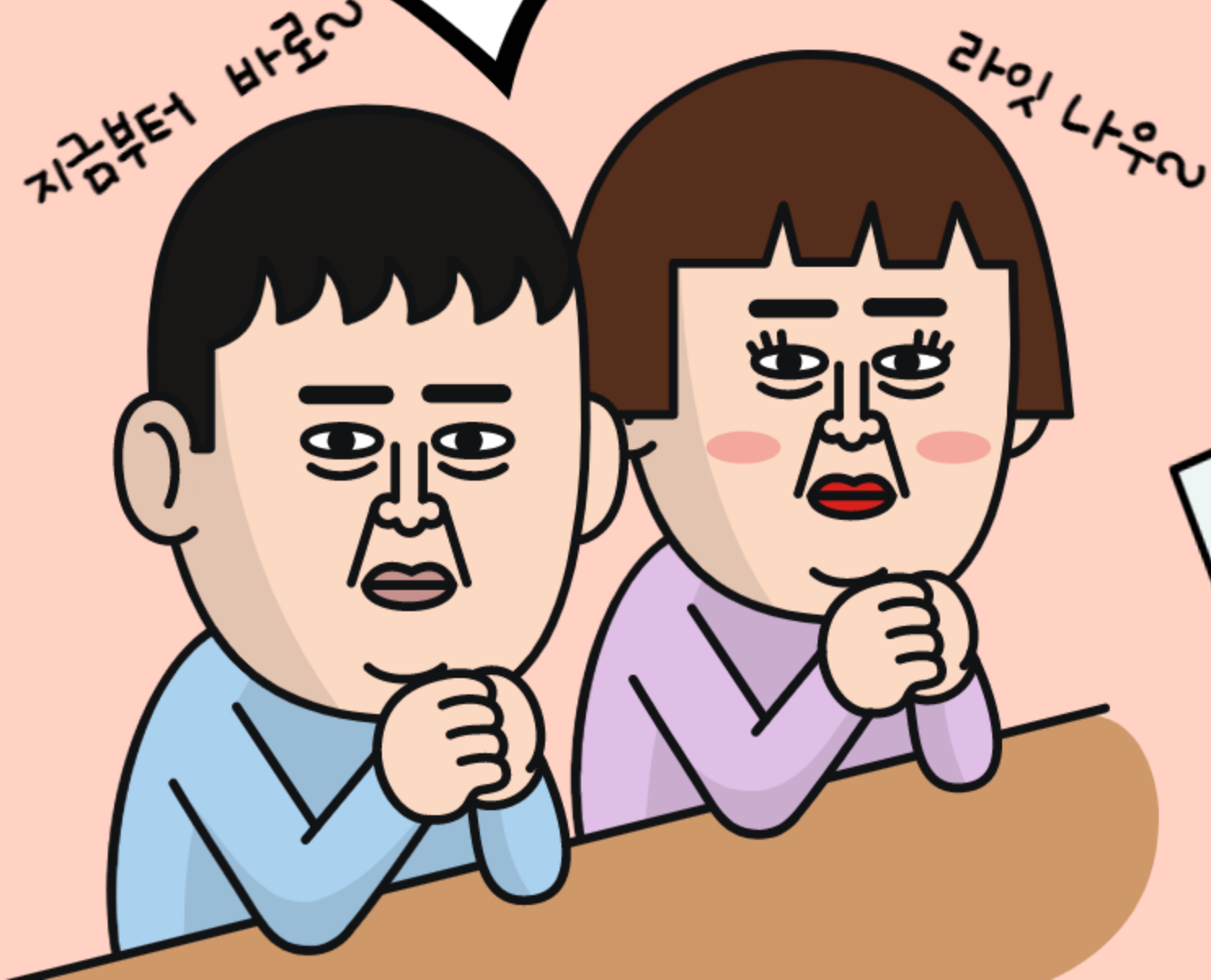
타협의 방식은 적절한 '중간지점'을 찾는 것입니다.



쉽지 않은 방법이지만
일단은 해보자구요.

지금부터 바로?

라잇 나우?



11월에
계속