

# 스마트미디어 중독 : 대학에 갈 때까지 2G(鬪志)폰으로 살아내라!



**권장희 소장** (사단법인 놀이미디어교육센터)

권장희소장은 교직생활을 거쳐 시민운동 현장에서 문화와 미디어소비자운동가로 청소년보호법 입법을 비롯하여, 섯다문제도 도입, 청소년유해환경감시단 활성화, YP활동(청소년스스로지킴이, 미디어교육활동) 개발 보급 등을 해왔다. 2005년부터 지금까지 우리나라 최초의 인터넷 게임 스마트폰 중독예방을 위한 민간교육기관인 사단법인 놀이미디어교육센터를 설립하여 기쁘게 강의하고 있다. 저서로는 우리아이 게임절제력, 인터넷 게임세상 스스로 지킨다. 게임 스마트폰 절제력, 스마트폰으로부터 아이를 구하라 등이 있다.

스마트미디어 중독, 영유아가가 특히 위험하다!  
영유아기 아동의 스마트폰 중독이 심각하다는 것은 여러 통계를 인용하지 않더라도 알 수 있다. 식당이나, 교회, 여러 공공장소에서 스마트폰에서 눈을 떼지 못하는 유아들을 늘 목격하기 때문이다.

한국정보화진흥원의 '2016년 인터넷 과의존 실태조사' 결과에 따르면 7세 이하 미취학 유·아동의 스마트폰 과의존 위험군은 17.9%로, 성인 과의존 위험군 16.1% 보다도 더 높게 나타났다. 사용시간도 적지 않다. 3~9세 아동의 52%가 하루 평균 82분 스마트폰을 사용하고 있다.

영유아기 아동들의 스마트폰 중독의 심각성은

유튜브 등에서 이른바 '키즈 콘텐츠'의 인기가 높은 것으로도 확인된다. 유튜브 랭킹 사이트 'vidstatsx.com'에 따르면 우리나라에서 조회수 상위 20위 채널 가운데, '뽀로로'나 'EBS 키즈' 같은 '키즈 콘텐츠' 채널이 8개가 포함되어 있다.

과거에 일본에서 "아기 봐주는 비디오"라는 것이 선풍적인 인기를 끈 적이 있다. 이 비디오의 홍보문구는 이렇다.

"1세에서 3세의 아기를 위한 [애 봐주는 비디오]는 아기의 사고력과 창의력을 계발시킬 수 있는 획기적인 프로그램이다. 찰흙과 종이, 블록으로

만들어진 각 동물마다의 특징을 살린 재미난 모습은 율동, 색상, 소리감각을 길러주어 정서적인 안정감을 가져다주며, 또한 엄마가 가사 일을 하는 사이에 아기가 혼자서도 재미있게 볼 수 있을 정도로 놀라운 흡인력을 지닌 비디오이다.”

결과는 어떻게 되었는가? 비디오를 보면서 자란 아이들이 사고력과 창의력이 계발된 것이 아니라 오히려 ‘비디오증후군’이라는 심각한 뇌 발달 장애, 정신질환이 발생했다. 비디오를 본 아이들이 언어발달이 지연되고, 과잉행동장애 증상이 나타나는 등 정신적인 문제로 일본 사회가 큰 혼란에 빠졌고, 우리나라에서도 비디오증후군 예방캠페인이 벌어졌었다.

그런데 지금 스마트폰이 바로 아기 봐주는 비디오 자리를 태연하게 차지하고 있다. 중독보다 무서운 것은 중독을 자각하지 못하는 것이다. 영유아들이 부모의 스마트폰에 과도하게 노출되고 의존되면서 인간의 본질적 특성을 결정하는 언어와 사회성, 사고력과 분별력, 절제능력 등을 담당하는 뇌 신경회로의 연결이 부실지고, 결과적으로 언어행동 장애아동이 급증하고 있다.

영유아기 아이들은 오감을 자극하면서 다양한 놀이와 경험을 통해 대뇌의 사고력 시스템이 균형 있게 잘 발달된다. 스마트기기 시청각 자극은 그것이 비록 교육용 영상이라 할지라도 각인효과 등 부작용이 더 크다는 것이 전문가들의 지적이다.

미국 소아과학회는 2010년에 “3세 이하의 유아에게는 절대로 TV를 보여주어서는 안 된다”는 권고문을 학회 소속 6만5천 명의 소아과 의사들에게 발표한 바 있다. 소아를 병원에 데리고 온 부모들

에게 담당의사는 감기와 같은 아이의 질병에 필요한 진단과 처방만 하지 말고 추가적으로 가정에서 TV를 보여주지 말라는 처방을 아울러 해주라는 것이다. 2015년 6월 24일에는 “스마트기기를 보여주지 말라”는 권고를 추가하였다. 우리 부모들도 미국 소아과학회의 충고에 귀를 기울여 스마트폰 사용을 엄격하게 제한해야 한다.

### 스마트미디어 중독을 예방해야 4차 산업혁명 시대를 살아낼 수 있다.

스마트기기의 역설적 위험은 기기가 스마트하다는 것에 있다. 우리 옛말에 ‘남의 힘을 빌리면 내 힘이 약해진다’는 말이 있다. 스마트기기를 의존하면서 우리의 삶은 많은 면에서 편리해졌다. 빠르게 필요한 지식을 얻을 수 있게 되었고, 재미있는 콘텐츠를 쉽게 접하게 되었다. 문제는 스마트폰에 의존하면서 우리의 능력이나 역량 점점 약해지고 있다는 것이다.

내비게이션을 의존하면서 운전자들은 길치가 되었고, 가족의 전화번호조차 기억하지 못하는 건망증환자가 되었다. 어른들은 이미 자신의 영역에서 필요한 전문성과 역량을 갖춰 책임 있는 삶을 살고 있기 때문에 스마트폰을 통해 그 역량을 확대하는 도구의 기능을 활용할 수 있지만, 미래를 위해 자신의 역량을 키워야 하는 아동 청소년기의 아이들에게 스마트폰은 그야말로 독이 될 수 있다는 점을 간과해서는 안 된다.

요즘 중고등학교 교실에서 아이들이 너무나 무기력하고, 의욕이 없는 것을 목도하고 있다. 그들이 의욕이 없다는 것은 스스로 과제를 해결할 능력이나 의지가 없다는 것을 의미한다. 스마트폰에 과

의존하여 살아가면서 뇌 속에 '시냅스의 가소성'이 생겨 스마트폰에만 관심을 갖는 뇌가 만들어졌기 때문이다.

아이들이 부모를 찾아와 심심하다고 보챌 때, 그것은 책을 읽고 싶다는 의미가 아니다. 그들의 속셈은 TV를 보고 싶다거나 게임을 하고 싶다거나 혹은 부모의 스마트폰을 가지고 놀고 싶다는 뜻일 것이다. 그 의도를 알기에 아이의 요구를 들어주지 않고 10분만 참아보라. 아이들은 보채다 안 될 것 같으면 결국 포기하고 어딘가에서 나름의 놀이를 하거나 책을 읽고 있을 것이다. 이것이 창의력 개발이다. 창의력은 심심해야 발현되는 것이다. '심심해야 별 짓을 다한다.'

자녀가 부모에게 심심하다고 하면 미안하거나 부담스러워할 필요가 없다. 그냥 속으로 생각하라. '이제 우리 아이의 창의력이 발휘되기 시작하겠구나. 더 심심하거라. 심심한 것은 너의 운명이다!' 이렇게 말이다. 스마트기기를 사용하기 시작하면 아이들은 책을 읽지 않는다. 스스로 과제를 해결하기 위해 무언가를 하지도 않는다. 스마트폰의 편리함과 재미에 빠져들면서 아이들의 잠재력은 점점 퇴화된다. 중고등학생들에게 물어보라. 네가 좋아하는 것이 무엇인지, 잘하는 것이 무엇인지, 장래에 하고 싶은 일은 있는지. 대부분의 아이들이 모른다. 없다고 말한다. 진로지도는 진로상담사가 하는 것이 아니다. 아이들이 심심하게 살아낸 경험을 통해 자신이 좋아하는 것, 잘하는 것, 하고 싶은 것을 찾아내어야 진로지도할 수 있는 것이다.

텔레비전과 스마트폰이 없이 아동청소년기를 보내고 있는 아이와 아빠의 대화를 들어보자.

“아빠 오늘 내가 나를 위해 별명을 지어보았어요.”

“별명? 뭐데?”

“응, 혼자 놀기 달인!”

심심해서 별 짓을 다하는 아이는 자신이 무엇을 좋아하는지, 하고 싶은 일이 무엇인지, 잘하는 것이 무엇인지를 알고 있다. 이 아이는 진로지도 시간에 자신이 좋아하는 것을 써 보라는 학습지에 22개를 채웠다. 대부분의 아이들이 좋아하는 것 다섯개를 채우지 못하고 있다.

이렇게 살아내는 것이 앞으로 다가올 4차 산업혁명 시대를 준비하는 가장 좋은 길이다. 2016년 다보스포럼에서 발표한 미래교육목표 첫 번째는 “복잡한 과제를 해결하는 능력”이었다. 누가 복잡한 과제를 해결할 수 있는가? 심심해서 별 짓을 다한 경험을 많이 쌓아 온 사람이다.

“온갖 좋은 은사와 온전한 선물이 다 위로부터 빛들의 아버지께로부터 내려오나니 그는 변함도 없으시고 회전하는 그림자도 없으시니라”(야고보서 1장 17절)

4차 산업혁명 시대의 일자리는 코딩교육만으로 해결할 수 없다. AI와 경쟁해서 이길 수 있는 길은 인간만의 고유한 창의성뿐이다. 다보스포럼의 보고에 의하면 4차 산업혁명으로 인해 지금 직업의 65%가 사라질 것이라고 한다. 요즘도 취업하기가 너무 어려운 시대인데, 앞으로 65%의 직업이 사라질 시대에 우리 아이들이 취직하는 것은 훨씬 어려운 일이다. 취직이 안 되면 어떻게 할 것인가? 취업난이라는 과제 앞에서 포기하지 않고 '별 짓'을



TV끄기 현수막.

다 해봐야 할 것이다. ‘별 짓’을 다하다보니 그것이 바로 일자리가 되는 것이다. 4차 산업혁명시대는 65%의 일자리가 사라지는 시대가 아니다. 과거에 없었던 새로운 65%의 일자리를 창출해내는 시대이다. 기계는 할 수 없는 창의적인 사람만이 할 수 있는 일자리를 만들어내는 일은 지금 우리 아이들이 창의적인 놀이와 학습, 경험의 과정을 통해 준비해야만 가능한 일이다. 그리고 스마트기기는 바로 이렇게 살아내지 못하도록 방해하는 가장 나쁜 도구일 뿐이다.

#### 접근성을 멀리해야 중독에서 벗어날 수 있다

스마트미디어는 그 어떤 중독성 약물이나 행위보다 중독성이 높다. 그 이유는 바로 접근성 때문이다. 중독을 예방하거나 치료하기 위한 가장 중요한 요소는 접근성을 멀리하는 것이다. 매일 술을 먹도록 방치하면서 알코올 중독을 예방하거나 치료할 수 없다. 우리나라의 유일한 합법적 도박장인 ‘강원랜드’를 깊은 산속 정선에 허가한 이유는

공간적 접근성을 멀리하기 위해서이다. 로또나 경마를 주말에만 하는 이유도 시간의 접근성을 멀리하여 도박중독을 예방하기 위함이다. 술과 담배에 대해 청소년들에게 판매를 금지하는 이유 또한 대상의 접근성을 차단하려는 것이다. 향정신성 마약류는 근본적으로 생산과 유통 판매를 엄격하게 제한하고 있다.

그러나 스마트미디어 중독을 예방하거나 치료하기 위해서 그 어떤 시간이나 장소, 대상의 접근성이 제한되지 않는다. 제한은커녕 심지어 PC와 달리 24시간 사용자의 손에 쥐어져 있다. 배터리를 충전하는 시간만이라도 손에서 분리될 기회가 있었지만, 대륙의 실수라 불리는 ‘보조배터리’가 그것조차 허용하지 않는다. 식탁에서도, 침대에서, 심지어는 화장실에서도 우리의 손에는 스마트폰이 들려져 있다!

“사람이 불을 품에 품고서야 어찌 그의 옷이 타지 아니하겠으며 사람이 숯불을 밟고서야 어찌 그


의 발이 데지 아니하겠느냐”(잠언6:27-28)

스마트폰 중독을 걱정하고 스마트폰 중독에서 벗어나기 위해 취해야할 첫 번째 조치는 접근성을 멀리하는 것이다. 그렇기 때문에 놀이미디어교육 센터는 매년 사순절기간에 교회로 하여금 미디어 금식 캠페인을 하도록 다음과 같이 제안하고 있다.

첫째, 세이레동안만이라도 텔레비전을 거실에서 치우거나 현수막으로 덮어놓기. 둘째, 중독성 높은 앱을 삭제하는 스마트앱 청소하기. 셋째, 스마트폰 제로의 날, 특별히 주일에 스마트폰 집에 두고 교회가기 등의 다양한 접근성 차단 캠페인을 교회가 할 수 있다.

또한 아동청소년기에는 스마트폰으로부터 자유로운 삶을 살아내도록 ‘스마트폰제로’로 살아내기 캠페인을 시행하고 있다. 투지(鬪志, Fighting Spirit)를 갖고 대학에 갈 때까지 2G폰으로 살아내

기 캠페인이 그것이다. 많은 대안학교들이 이 운동에 동참하고 있으며, 교회학교 차원에서도 이 캠페인에 참여하는 교회가 늘어가고 있다. 몇몇 공립 학교에서도 개별학교 차원에서 스마트폰제로운동을 시행하고 있다. 금년 3월에는 이천 도암초등학교 6학년 전교생이 스마트폰을 2G폰으로 단말기를 교체하고 살아내는 서약을 하고 시행하고 있다.

‘스티브잡스’가 자녀들에게는 스마트폰을 주지 않았다는 일화가 뉴욕타임스에 소개되었다. 그 자신도 집에서는 스마트폰을 사용하는 대신에 자녀들과 식탁에 둘러 앉아 책을 읽고 토론하는 시간을 매일 저녁 가졌다고 한다. 이 사실은 ‘스티브잡스’ 집을 자주 방문했던 전기 작가 ‘월터아이작슨’의 증언이었다. 아이들에게 있어 스마트폰은 어쩔 수 없이 써야하는 도구가 아니다. 빠르고 편리하고, 재미있는 도구임에는 틀림이 없지만, 아동청소년기에는 가능한 멀리하고 스스로 과제를 해결하는 능력을 키울 수 있도록 해야 한다. 



도암초 스마트폰 제로 서약.