



스마트폰 과다사용(29.2%)이
인터넷 과다사용(12.5%)을 추월



청소년을 위한 Tip !!

- 온라인 퀘스트 때문에 오프라인 퀘스트를 놓치지 마세요.
온-오프라인 어디서든 당신은 가장 소중한이께
- 스스로 스마트폰 사용을 조절할 수 있는 당신은 레알 스마터 (Real Smarter)
- 스마트폰을 사용할 때는
On : 목적에 맞게! 가치있게!
Off : 수업 시간에! 가족과 함께 할 때!
- 메시지 답장이 늦게 와도 집착하지 않는 당신, So Cool~



부모를 위한 Tip !!

- 자녀의 건전한 스마트폰 사용 습관은 부모님의 관심과 지도로 만들어집니다.
- 스마트폰 사용을 자제해야 하는 시간과 장소를 정합니다.
- 스마트폰을 끌 때에는 반드시 자녀 스스로 끌 수 있도록 유도합니다.
- 자녀가 스마트폰으로 무엇을 하는지 관심을 갖습니다.
- 스마트폰 사용 이외에 가족이 함께 할 수 있는 활동이나 취미를 즐깁니다.
- 평소 자녀의 학교생활과 친구관계는 어떤지, 최근에 느끼고 있는 어려움이나 스트레스는 무엇인지, 마음 상태에 관심을 기울입니다.

경기도 내 청소년상담복지센터는 여성가족부, 교육부와 함께 청소년의 인터넷과 스마트폰 과다사용을 예방하고 해소하기 위한 치유서비스를 제공하고 있습니다.

경기도 시·군 청소년상담복지센터

지역	주 소	전화번호
1 경기도	수원시 장안구 송원로 55 행정동우회관 1층	031)248-1318
2 군포시	군포시 산본로 322 군포시청소년수련관 3층	031)398-1277
3 과천시	과천시 참마울로 9 과천시청소년수련관 로비층	02)504-1388
4 광명시	광명시 디지털로 34 3층 광명시립청소년상담복지센터	02)899-2267
5 광주시	광주시 중앙로 197 (1층)광주시청소년지원센터	031)760-2219
6 김포시	김포시 길포로 76 김포중봉청소년수련관 2층	031)984-1388
7 부천시	부천시 원마루 장말로 107 복사골문화센터 301,302호	032)325-9557
	부천시 원마루 삼작로 301번길 5 부천시립북부도서관 3층	070-4351-4335
8 성남시	성남시 중원구 성남대로997 25-9 3~5층(여수동 214, 삼성빌딩)	031)756-1388
	수원시 팔달구 권광로 293 수원시청소년문화센터 B1층	031)212-1318
	수원시 장안구 수성로 275번길 114 장안청소년문화의집 2층	031)242-1318
9 수원시	수원시 영통구 매영로 333 영통청소년문화의집 3층	031)215-1318
	수원시 권선구 덕영대로 1201번길 42권선청소년수련관2층	031)236-1318
	수원시 영통구 도청로 17번길 24 광고청소년수련관 3층	031)216-8354
10 시흥시	시흥시 은행로 179 시흥시청소년수련관 1층 별관	031)318-7100-1
11 안산시	안산시 단원구 원초로 76 초지종합사회복지관 4층	031)482-1318
12 안성시	안성시 낙원길 108 청소년문화의집 2층	031)676-1318
13 안양시	안양시 만안구 안양로 263-31	031)446-0242
14 양평군	양평군 양평읍 양근로 137번길 18 양평어린이집 4층	031)775-1318
15 여주시	여주군 여주읍 신록사길 6-8 여주청소년문화의집	031)882-8889
16 오산시	오산시 오산로 278번길 3 (2,3층)	031)372-4004
	용인시 처인구 중부대로 1199 청소년수련관 4층	031)324-9300
17 용인시	용인시 수지구 포은대로 435 수지구청 내 수지복지센터5층	031)266-9301/328-9895
18 의왕시	의왕시 문화공원로 33 의왕시청소년수련관 3층	031)452-1388
	이천시 영창로 260 서희청소년문화센터 3층	031)632-7099
19 이천시	이천시 장호원을 서동대로 8965번길 57 청미청소년문화의집 1층	031-641-0885
20 평택시	평택시 평남로 616번지 평택시청소년문화센터 4층	031)656-1383
21 하남시	하남시 내성로 10 하남시청 지층 하남시청소년상담복지센터	031)790-6680
22 화성시	화성시 태안로 145 유엔아이센터 2층	031)225-1318,0924
	화성시 향남읍 향남로 470(화성종합경기타운 1층	031)8047-0279
23 가평군	가평군 가평읍 문화로 120	031)582-0397
24 고양시	고양시 덕양구 중앙로 633번길 25 고양시청소년수련관 2층	031)970-4002
25 구리시	구리시 건원대로 34번길 32-10 구리시청소년수련관 2층	031)557-2000
	남양주시 강변북로 876 남양주시청소년수련관 2층	031)590-8097/8
26 남양주시	남양주시 진접읍 해밀예당1로 30-31(금곡리 1085번지) 북부보건센터 4층	031)590-8979,8980
	남양주시 마석중영로 83-1 2층	031)590-8403,8404
27 동두천시	동두천시 삼육사로 1002-8	031)861-1388
28 양주시	양주시 고읍남로 205 양주청소년문화의집 2층	031)858-1318
29 연천군	연천군 전곡읍 전곡역로 66번길 53 연천군통일평생교육원 3층	031)833-1388/832-4452
30 의정부시	의정부시 의정로27 청소년수련관 3층	031)872-1388
	의정부시 평화로 155-1 3층	070-4123-9520
31 파주시	경기도 파주시 와석순환로 415(와동동) 운정행복센터 6층	031)946-0022
32 포천시	포천시 소흘읍 호국로 523번길 59-66 청소년교육문화센터내 2층	031)533-1318
	포천시 중앙로 96 2층	031)536-1388



청소년을 좋은 씨앗으로, 환경을 좋은 땅으로!
청소년이 행복한 경기도



FUN FUN하게 SMART하게



상담 및 치료 자원서비스

경기도 내 청소년상담복지센터는 인터넷 및 스마트폰 과다사용으로 어려움을 겪고 있는 청소년을 적극적으로 발굴하여 과다사용 위험에 따른 단계별 맞춤형 상담·치료를 지원합니다.

인터넷·스마트폰 과다사용 예방 및 해소 프로그램



- 절차 : 전화 예약 후 직접 방문
- 대상 : 9~24세 청소년
- 시간 : 9시~18시 (전화/사이버상담은 24시간 운영)
- 전화 : 국번 없이 1388 또는
해당지역 청소년상담복지센터(후면참조)
- 사이버 : www.cyber1388.kr



인터넷·스마트폰 치유캠프

인터넷과 스마트폰 과다사용으로 인해 어려움을 겪고 있는 청소년을 위한 1박 12일의 기숙형 치료 캠프입니다. 캠프기간동안 인터넷과 스마트폰에서 벗어나 새로운 나를 발견함과 동시에 가족 간의 소통과 이해를 통해 함께 변화하는 경험을 하게 됩니다.

캠프 일정 및 장소

- 8월 1일~12일(11박 12일)
- 경기도평생대학 창·인성센터(경기도 안산소재)

모집 대상(25명)

- 중학교 재학 중인 남학생(경기도 거주자 우선 선발)
- 중학교 재학 연령의 학업중단 남자청소년
- * 참가비 10만원 (기초생활수급자 및 차상위계층 면제)

참가 신청

- 전화 접수 : 031-248-1318 상담팀
- 이메일 접수 : www.hi1318.or.kr → 공지사항에서 신청서 내려받기 후 작성하여
이메일(psyche21@hi1318.or.kr)로 제출

운영 프로그램

- 개인상담, 집단상담
- 부모교육, 부모상담, 가족상담
- 인터넷, 스마트폰을 대체할 수련 및 체험활동
- 자율성, 성취감을 높이는 자치활동

사후관리

- 청소년동반자 상담 연계(3개월 이상)
- 사후모임 실시(3회)

상담지원

- 개인상담**
- 인터넷과 스마트폰 과다사용의 근본원인 파악
 - 전문가와의 개별 맞춤형 상담

- 집단상담**
- 찾아가는 집단상담
 - 인터넷과 스마트폰으로 인한 신체 및 대인관계의 문제인식
 - 스트레스 및 갈등 해결방법 습득
 - 꿈찾기를 통한 자기 진로 모색

- 심리검사**
- 인터넷·스마트폰 과다사용 진단 및 그에 따른 공존질환 검사(K-YSR, K-CBCL, MMPI, SCT 등)

- 전화상담**
- 청소년전화 1388을 통한 전화상담

- 사이버 상담**
- 인터넷을 통한 게시판 및 채팅상담 이용 (www.cyber1388.kr)

치료지원

- 치료 및 정밀검사**
- 공존질환이 있을 경우 병원치료비 지원
 - 정밀검사가 필요한 경우 검사비 지원 (소득에 따라 30~50만원)

