

THE PARENT LETTER



About Our Kids:
A Letter for Parents by the
NYU Child Study Center

제 3 권 제 4 호

2004 년 12 월

가정에서의 인터넷: 부모와 자녀를 위한 효과적 활용

아이들에게 인터넷은 세상을 보는 창이 될 수 있습니다. 아이들은 관심사가 같은 다른 아이들과 만나고, 연구하고 있는 문제를 살펴볼 수 있으며, 전세계 곳곳에 대한 흥미로운 사실을 알아낼 수 있습니다. 부모와 자녀는 인터넷 경험을 공유하고 함께 즐길 수 있습니다. 그러나 문제점도 있습니다. 인터넷에는 또한 다소 위험한 자료와 포르노 및 부적절한 자료도 있습니다. 인터넷의 문제들로부터 본인과 자녀를 보호하는 방법을 파악하려면 시간을 갖고 생각해보아야 하지만, 궁극적으로 부모와 자녀가 더 안전해질 것입니다. 여기 몇 가지 중요한 문제가 있습니다.

□ 부적절한 자료에의 노출

부모는 자녀가 텔레비전이나 영화를 통해 접하게 되는 것을 감시하는 것만큼 자녀가 온라인에서 접하게 되는 정보 유형을 감시해야 합니다. 자녀가 당신의 지도를 받지 않고 배우게 하고 싶지 않은 것들을 컴퓨터를 통해 배우지 않도록 하십시오. 도덕적이거나 종교적인 주제 같이 개인적으로 전달하는 것이 중요하다고 생각되는 문제가 있고, 어떤 사이트는 당신의 특정 요구에 적합할 수 있습니다.

□ 검색과 채팅을 위한 인터넷 과다 사용

많은 아이들에게 컴퓨터는 통신용으로 전화를 대체해왔습니다. 채팅과 검색은 중독이 될 수 있으며, 숙제, 과업, 또는 심지어 취침과 같은 일상적 책무에 대한 주의를 산만하게 할 수도 있습니다. 아이들이 컴퓨터에 보내는 시간을 통제하고 감시해야 합니다. 연구에 따르면, 아이들은 컴퓨터 채팅으로 너무 많은 시간을 보내면 실생활에서 사회적 상호작용에 어려움을 겪을 수 있습니다.

□ 아이들에게 해를 끼치고자 하는 사람들과의 접촉

아이들이 온라인에서 접할 수 있는 문제로서 가장 많이 알려지고 제기되는 것 문제들 중 하나는, 재미로 아이들을 부적절한 내용에 접하게 하고자 하거나 심지어 온라인으로 아이들을 만나 부적절한 관계를 맺고자 하는 사람들이 있다는 점입니다. 자녀가 어떤 웹사이트를 검색하고, 어떤 채팅방을 이용하며, 어떤 종류의 이메일을 받고 있는가를 파악하기 위해 모든 노력을 기울이십시오.

가족 지침

□ 가족 규칙을 정하십시오

자녀가 컴퓨터 사용에 대한 가족 규칙의 필요성을 이해하도록 도와주고, 함께 규칙을 정하십시오. 봐서는 안 되는 것, 채팅 가능 상대, 컴퓨터 사용 빈도와 시간 같은 사항을 명확하게 정하십시오. 비밀 관계나 컴퓨터를 몰래 사용하는 일은 없어야 한다고 단호하게 명시해야 합니다. 인터넷은 통제 네트워크나 검열 장치가 없으며 누구든 규제 받지 않고 정보를 제공할 수 있다는 점에서 영화나 텔레비전, 또는 기타 매체들과 다르다고 설명해주십시오.

□ 컴퓨터를 집안의 중심 위치에 두십시오

정황을 살펴볼 수 있도록 컴퓨터를 자녀의 방이 아니라 집안의 공동 영역에 두십시오. 아이들은 집안 규칙을 더욱 준수하고 자신이 보는 사이트에 대해 더욱 책임감을 가질 것입니다. 악영향으로부터 자녀를 보호하는 것은 부모의 책임이며, 이것은 자녀가 온라인에서 보내는 시간과 그 내용을 감시하는 좋은 방법입니다.

□ **온라인에서 제공할 수 없는 정보에 대해 엄격한 규칙을 정하십시오**

많은 합법 사이트가 아동에게 정보를 요구하지만, 개인 정보를 얻기 위해 숨어서 위장한 부적절한 사이트도 많이 있습니다. 이러한 문제를 피하기 위해 성명, 주소, 전화번호, 휴대폰 번호, 신용카드 번호, 또는 자녀(그리고 부모)에게 위험을 초래할 수 있는 기타 개인 정보 등, 아동이 온라인에서 누구에게도 제공하지 않아야 되는 정보를 정하십시오. 또한 이러한 정보가 공개되면 온라인상으로 그리고 가정에 대량의 스팸 메일이 쏟아질 수 있습니다.

□ **적절한 감시 및 규제 방법을 선택하십시오**

자녀가 어떤 사이트와 채팅 방을 방문했는가를 감시함으로써 자녀가 온라인에서 무슨 일을 하고 무엇을 보는가를 확실히 파악하십시오. 많은 아이들은 부모보다 컴퓨터 활용 능력이 더 뛰어나고 자신의 흔적을 “감출” 수 있기 때문에, 이것은 때로 어려울 수 있습니다. 다행히도 컴퓨터 자체가 자녀의 활동을 감시하는 데 도움이 될 수 있습니다. 많은 인터넷 서비스 제공자(ISP)는 자녀의 웹 접속을 맞춤형으로 관리할 수 있는 “부모 통제 기능(parental controls)”을 제공하고 있습니다. 예를 들어, ISP America Online 에서는 온라인에서 보내는 시간을 제한하고, 원치 않는 이메일을 막고, 기타 통제를 통해 자녀의 온라인 경험을 관리할 수 있는 부모 통제 기능을 설치할 수 있습니다. 이러한 통제 기능이 충분한 보안을 제공하지 않는다고 생각될 경우, 구입할 수 있는 “기성” 소프트웨어 프로그램이 많이 있습니다. 입수할 수 있는 자료를 구해 읽고, 적절한 것을 구입하여, 자녀를 보호하기 위해 최선을 다했다는 안도감을 가지십시오. 자녀에게 그가 하는 일을 감독할 수 있음을 알려주되, 이러한 정보는 위협이 아니라 보호가 목적이라는 점을 강조하십시오.

작성/개발자: Anita Gurian, Ph.D. (NYU 아동 연구 센터 직원)

NYU 아동 연구 센터란? ABOUT THE NYU CHILD STUDY CENTER

NYU 아동 연구 센터는 아동 및 청소년 정신 건강 문제를 연구하고, 예방하고, 치료하는 전문기관입니다. 당 센터는 불안, 우울증, 학습 또는 집중력 장애, 정신적 외상, 스트레스 관련 증상을 비롯한 정신 건강상에 문제가 있는 아동과 청소년을 대상으로 평가와 치료를 실시하고 있습니다.

우리는 특정 장애 및 연령 집단을 대상으로 몇 가지 임상 연구를 무료로 제공합니다. 본인의 자녀가 이 연구에 적합한가를 알아보려면, (212) 263-8916 로 전화 주십시오.

여러분이나 자녀에게 즉각적인 도움이 필요할 경우, 뉴욕 시(市) 정신 건강 협회 프로그램인 1-800-LIFENET (1-800-543-3638)로 전화하면, 일주일에 7 일, 하루 24 시간 동안 정신 건강 전문가와 통화할 수 있습니다. 몇 가지 언어로 도움 서비스를 받으실 수 있습니다. 스페인어: 1-877-298-3373, 중국어: 1-877-990-8585. 기타 언어의 경우, 통역을 요청하십시오.

아동 정신 건강 및 육아 문제에 대한 정보, 지침 및 실질적 제안이 더 필요하시면, NYU 아동 연구 센터 홈페이지 AboutOurKids.org 를 방문해 주십시오.



Changing the Face of Child Mental Health
NYU Child Study Center
577 First Avenue
New York, NY 10016

Parent Letter 은 Joseph Healey 로부터 많은 지원을 받았습니다.