

2018년 스마트폰 과의존 실태조사 결과

2019. 2.

목 차

I. 개 요	1
II. 추진 경과	1
III. '18년 스마트폰 과의존 실태조사 결과	2
1. 연도별 전체 현황	3
2. 연령별·유형별 현황	5
3. 과의존 요인별 속성	9
4. 과의존 콘텐츠별 특성	10
5. 과의존 원인 및 영향 요인	15
6. 과의존 현상 및 관련 정책에 대한 인식	17
7. 과의존 예방교육 및 상담서비스 도움정도	19
참고 : 스마트폰 과의존 척도	20

I 개 요

- (조사목적) 스마트폰 과의존 예방·해소 정책의 성과 평가와 효과적인 정책 수립 및 개선방안 도출을 위한 기초 정책통계 생산
 - ※ 추진근거 : 국가정보화기본법 제14조 및 국가승인통계(제120019호)
- (조사대상) 만3~69세 스마트폰(인터넷) 이용자(최근 1개월 이내 1회 이상 이용)
- (조사지역·기간) 전국(17개 광역시도), '18년 8~10월
- (조사기관) 한국정보화진흥원(설문조사 ㈜메트릭스코퍼레이션 위탁수행)
- (조사방법·규모) 가구 방문면접 조사 / 총 10,000가구(28,575명)
 - ※ 유아동(만3~9세) 3,110명 청소년(만10~19세) 4,886명 성인(만20~59세) 18,575명 60대 2,004명
 - ※ 표본오차 ±0.46%p(신뢰수준 95%)
- (조사 및 공표주기) 1년

II 추진 경과

- '04년 : 전국 청소년 인터넷중독 실태조사 개시
- '06년 : 국가승인통계 지정(통계명 : 인터넷중독 실태조사, 승인번호 12019호)
 - ※ 성인 인터넷중독 척도 개발, 청소년 및 성인 인터넷중독 현황 조사
- '11년 : 스마트폰 중독 척도 개발 및 스마트폰 중독 위험군 비율 최초 산출
 - ※ 통계청 승인 국가통계 ICT분야(10종) 인용률 1위(29.8%)
- '15년 : 유·아동용 스마트폰 과의존(중독) 척도 개발 및 도입
- '16년 : 「인터넷 과의존 실태조사」 통계명칭 변경승인(5월)
 - ※ 명칭변경 근거 : 「제3차 스마트폰·인터넷 바른 사용 지원 종합계획(2016~2018년)」
- '16년 : 스마트폰 과의존 척도* 개편(유아동·청소년·성인·고령층용)(9월)
 - * 기존 인터넷(K-척도) 및 스마트폰(S-척도) 개별척도를 '스마트폰 과의존 척도'로 통합
- '17년 : 「스마트폰 과의존 실태조사」 통계명칭 변경승인(9월)
- '18년 : 통계청 주관 「2018년 정기통계품질진단」 결과 우수(최상위) 등급 획득(12월)

III '18년 스마트폰 과의존 실태조사 결과

< 개괄 >

- (과의존 현황) 전체 스마트폰 과의존위험군(고위험군+잠재적위험군)은 **19.1%(8,278천명)**로 조사
 - 유아동 20.7%(615천명), 청소년 29.3%(1,445천명), 성인 18.1%(5,558천명), 60대 14.2%(659천명)



- ※ (과의존 개념 정의) 과도한 스마트폰 이용으로 스마트폰에 대한 **현저성**^가이 증가하고, **이용 조절력**^나이 감소하여 **문제적 결과**^다를 경험하는 상태
 - 가. **현저성(salience)** : 개인의 삶에서 스마트폰을 이용하는 생활패턴이 다른 행태보다 두드러지고 가장 중요한 활동이 되는 것
 - 나. **조절실패(self-control failure)** : 이용자의 주관적 목표 대비 스마트폰 이용에 대한 자율적 조절능력이 떨어지는 것
 - 다. **문제적 결과(serious consequences)** : 스마트폰 이용으로 인해 신체적·심리적·사회적으로 부정적인 결과를 경험함에도 불구하고 스마트폰을 지속적으로 이용하는 것

- (추세 분석) 전체 위험군 현황은 **19.1%로 전년(18.6%) 대비 0.5%p 증가하여 상승폭이 둔화**되고 있으며, 전 연령 중 **유아동 과의존 위험군**(20.7%)이 최초 조사('15년) 대비 **가장 큰 폭으로 증가**하여(+8.3%p) **유아동에 대한 정책 추진 강화 필요**
 - 유·아동 '16년 17.9%(+5.5%p) → '17년 19.1%(+1.2%p) → '18년 20.7%(+1.6%p)로 지속 증가 추세
 - 청소년 '16년 30.6%(-1.0%p) → '17년 30.3%(-0.3%p) → '18년 29.3%(-1.0%p)로 지속 감소 추세
 - 성인('16년 16.1%, '17년 17.4%, '18년 18.1%) 및 60대('16년(최초 조사) 11.7% '17년 12.9%, '18년 14.2%) 지속 증가 추세

1. 대상별 현황

- (유아동) '17년 19.1% → '18년 20.7%로 1.6%p 증가하여, 전 연령대 중 가장 크게 상승
- (청소년) '17년 30.3% → '18년 29.3%로 1.0%p 감소하여, 전 연령대 중 과의존위험군 비율이 가장 높으나 유일하게 감소
- (성인) '17년 17.4% → '18년 18.1%로 0.7%p 증가하여 계속 상승
- (60대) '17년 12.9% → '18년 14.2%로 1.3%p 증가하여 계속 상승



2. 유형별 현황

- (고위험군) '15년 2.4% → '18년 2.7%로 소폭 증가(+0.3%p)
- (잠재적위험군) '15년 13.8% → '18년 16.4%로 크게 증가(+2.6%p)

유형별 스마트폰 과의존위험군 현황(%)



3. 연령별

- 연령별로 10대(29.3%) - 20대(24.0%) - 유아동(20.7%) - 30대(18.1%) 등의 순으로 과의존 위험군 비율이 높음

연도별·연령별 스마트폰 과의존위험군 현황(%)



4. 성별 현황

- 성별로는 여성이 남성에 비해 과의존 위험군 비율이 지속적으로 더 높게 나타남 ('15년 여 16.5% > 남 16.0%, '18년 여 20.1% > 남 18.3%)

연도별·성별 스마트폰 과의존위험군 현황(%)



5. 가구원수별 현황

- 가구원수별로는 3인가구와 4인 이상 가구의 과의존 위험군 비율이 19.7%로 가장 높고, 다음으로 1인 가구(17.7%) - 2인 가구(16.9%) 순으로 높게 나타남

연도별·가구원수별 스마트폰 과의존위험군 현황(%)



1. 유아동(3~9세) : 고위험군 2.0%, 잠재적위험군 18.7%

- 유아동 스마트폰 고위험군은 2.0%로 전년대비 0.8%p 증가하였고, 잠재적위험군은 18.7%로 전년대비 0.8%p 증가
- 성별로는 고위험군(남아 2.2% > 여아 1.8%), 잠재적위험군(남아 18.9% > 여아 18.5%) 모두 남아가 여아보다 높게 나타남
- 세부연령별로 고위험군은 6~9세(2.1%)가 3~5세(1.8%)보다 높으며, 잠재적위험군도 6~9세(19.4%)가 3~5세(17.1%)보다 높게 나타남

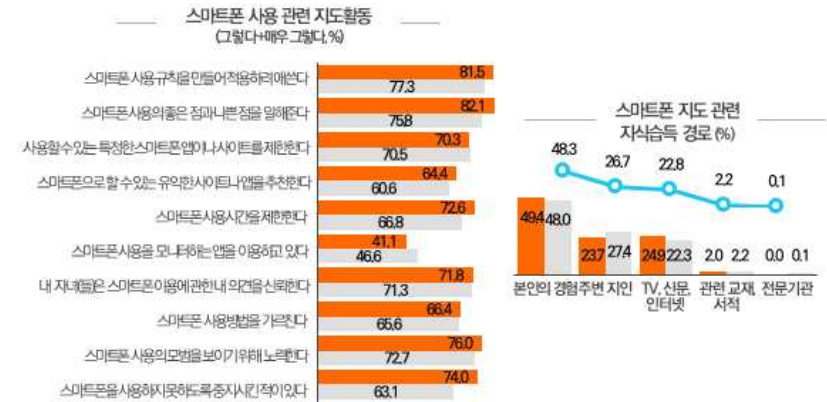


- 유아동 과의존 위험에 대비하기 위한 부모의 스마트폰 사용관련 지도활동 유형으로는 '스마트폰 사용의 좋은점과 나쁜 점을 말해 준다'와 '스마트폰 사용 규칙을 만들어 적용하려 애쓴다' 등의 순으로 많이 응답함
- 부모의 스마트폰 지도 관련 지식습득 경로는 '본인의 경험(48.3%)', '주변 지인(26.7%)' 등을 가장 많이 응답하여, 스마트폰 지도 관련 지식은 생활 속에서 자연스럽게 체득하고 있는 것으로 파악할 수 있음



유아동 부모의 스마트폰 사용 관련 지도활동(%)

전체 과의존 일반



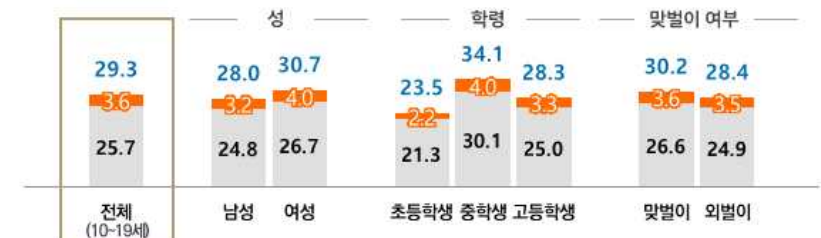
2. 청소년(10~19세) : 고위험군 3.6%, 잠재적위험군 25.7%

- 청소년 스마트폰 고위험군은 3.6%로 전년대비 동일하게 나타났고, 잠재적위험군은 25.7%로 전년대비 1.0%p 감소
- 성별로는 고위험군·잠재적위험군 모두 여성(고위험 4.0%, 잠재적위험 26.7%)이 남성(고위험 3.2%, 잠재적위험 24.8%) 보다 높게 나타남
- 학령별로는 중학생(고위험 4.0%, 잠재적위험 30.1%)이 가장 높았고, 고등학생-초등학생 순으로 높게 나타남



청소년 스마트폰 과의존위험군 현황(%)

고위험 잠재적위험



- 청소년의 주요 고민사항으로는 공부성적·적성, 진로, 외모 등의 순이었으며, 고민을 상담하는 주 상담자로는 친구, 부모님을 가장 많이 응답하여 자신과 심리적으로 가깝다고 느끼는 대상에게 고민을 주로 상담하는 것으로 나타남



3. 성인(20~59세) : 고위험군 2.7%, 잠재적위험군 15.4%

- 성인 스마트폰 고위험군은 2.7%로 전년대비 0.1%p 감소하였고, 잠재적위험군은 15.4%로 전년대비 0.8%p 증가
- 성별로는 고위험군(여성 3.4% > 남성 2.1%), 잠재적위험군(여성 15.9% > 남성 14.9%) 모두 여성이 남성보다 높게 나타남
- 연령별로는 20대(고위험군 3.4%, 잠재적위험군 20.6%)가 가장 높았고, 30대·40대·50대 순으로 높게 나타남



4. 60대(60~69세) : 고위험군 2.4%, 잠재적위험군 11.8%

- 60대 스마트폰 고위험군은 2.4%로 전년대비 0.3%p 증가하였고, 잠재적위험군은 11.8%로 전년대비 1.0%p 증가
- 성별로는 고위험군(여성 2.6% > 남성 2.3%)은 여성이 높게 나타난 반면, 잠재적위험군(남성 12.7% > 여성 10.9%)에서는 남성이 높게 나타남
- 직업유무별로는 고위험군·잠재적위험군 모두 직업이 있는 60대(고위험 2.9%, 잠재적위험 13.5%)가 직업이 없는 60대(고위험 1.5%, 잠재적위험 8.3%)보다 높게 나타남



1. 대상별 · 요인별 현황

- ‘스마트폰 과의존 척도’의 3개 하위요인(조절실패, 현저성, 문제적 결과)에 대한 대상별 과의존위험군의 경험 현황을 살펴보면,
 - (유아동) 현저성-문제적결과-조절실패 순으로 경험
 - (청소년·성인) 조절실패-현저성-문제적결과 순으로 경험
 - (60대) 현저성-조절실패-문제적결과 순으로 경험

대상별 스마트폰 과의존위험군 요인 속성 (4점만점)

※(1점) 전혀 그렇지 않다~(4점) 매우 그렇다



스마트폰 과의존이란?

- 1) 스마트폰 사용이 일상에서 가장 우선되는 중요 활동이 되고(현저성 *salience*),
- 2) 스마트폰 이용 정도를 스스로 조절하기 어려움에 따라(조절실패 *Self-control Failure*),
- 3) 주변 사람과 갈등, 신체적 불편 가정학교·직장 생활 등에 어려움(문제적 결과 *Serious Consequences*)이 있는 상태를 말합니다.

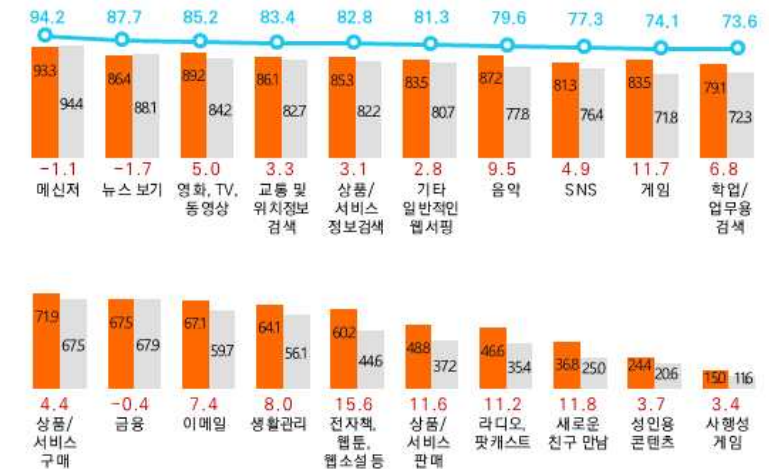
※ 과의존 위험군 분류 : 「스마트폰 과의존 척도(스마트폰 과의존 경향성 평가를 위해 대상별로 표준화한 문항, '16년 개발)」를 활용, 대상별 기준점수(cutoff point)에 따라 고위험군, 잠재적위험군, 일반 사용자군 유형으로 분류

1. 주 이용 콘텐츠 현황

- 스마트폰 이용자의 주 이용 콘텐츠로는 메신저(94.2%)를 가장 많이 응답하였으며, 뉴스 보기(87.7%), 영화, TV, 동영상(85.2%), 교통 및 위치정보 검색(85.2%) 등의 순으로 많이 이용하는 것으로 나타남
- 과의존위험군-일반사용자군 간 이용률 격차가 크게 나타난 콘텐츠는 전자책, 웹툰, 웹소설 등(15.6%p), 새로운 친구 만남(11.8%p), 게임(11.7%p) 등으로 조사

주 이용 콘텐츠 현황(이용률, %)

— 전체 — 과의존 ■ 일반



- 대상별 콘텐츠 이용정도에 있어 과의존위험군-일반군간 가장 큰 차이를 보이는 상위 3개 콘텐츠는 다음과 같음

- (유아동) 게임(0.39점), 웹서핑(0.35점), SNS(0.30점)
- (청소년) 사행성 게임(1.1점), 상품/서비스 판매(0.67점), 웹서핑(0.59점)
- (성인) 라디오, 팟캐스트(0.67점), 새로운 친구만남(0.51점), 성인용 콘텐츠(0.51점)
- (60대) 상품/서비스 판매(0.87점), 라디오, 팟캐스트(0.86점), 이메일(0.81점)

주 이용 콘텐츠 현황(7점만점)



2. 생활에 도움이 되는 콘텐츠 및 부작용 우려 콘텐츠 현황

- 과의존 위험군과 일반사용자군 모두 생활에 도움이 되는 콘텐츠로 뉴스보기, 학업, 업무용 검색, 메신저 등을 응답하여 생활에 도움이 되는 콘텐츠에 대한 인식은 과의존 유형별로 차이가 없는 것으로 나타남
- 부작용으로 걱정되는 콘텐츠도 과의존 위험군과 일반군 모두 게임, 전자책, 웹툰, 웹소설 등, 메신저 등을 응답하였으며, 게임을 응답한 비율은 과의존 위험군(39.5%)이 일반군(35.7%)보다 더 높음

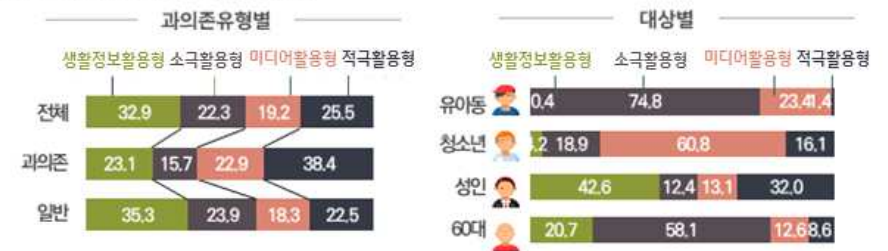
생활에 도움이 되는 콘텐츠/부작용 우려 콘텐츠(%)



3. 콘텐츠 이용정도에 따른 유형 분류

- 콘텐츠 이용정도에 따라 군집분석을 통해 다음 4가지 유형으로 분류함
 - (생활정보활용형) 메신저, 뉴스, 정보검색 등의 이용정도 높은 집단
 - (미디어활용형) 영화, TV, 동영상, 게임, 음악 등의 이용정도 높은 집단
 - (소극활용형) 콘텐츠 이용정도가 전반적으로 낮은 집단
 - (적극활용형) 콘텐츠 이용정도가 전반적으로 높은 집단
- 과의존위험군은 적극활용형(38.4%), 생활정보활용형(23.1%), 미디어 활용형(22.9%), 소극활용형(15.7%)의 순으로 비중이 높았으며, 일반군은 생활정보활용형(35.3%), 소극활용형(23.9%), 적극활용형(22.5%), 미디어 활용형(18.3%)의 순으로 조사
- 연령대별로 청소년은 미디어활용형(60.8%), 성인은 생활정보활용형(42.6%), 유아동·60대는 소극활용형(74.8%, 58.1%) 유형이 높게 나타남

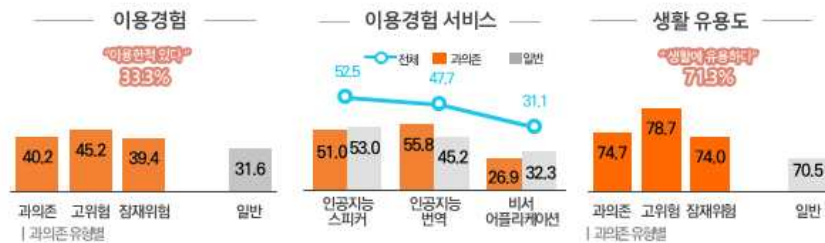
콘텐츠 이용정도에 따른 유형 분류(%)



4. 신기술 콘텐츠(인공지능 서비스) 이용현황

- 인공지능 서비스의 이용경험 여부는 33.3%로 조사되었으며, 그 중 71.3%는 생활에 유용하다고 응답함
- 경험해 본 인공지능 서비스 유형은 인공지능 스피커(52.5%), 인공지능 번역(47.7%), 비서 어플리케이션(31.1%) 순으로 조사
- 인공지능 서비스가 생활에 유용하다고 답한 비율을 과의존위험군 유형별로 살펴보면, 고위험군 78.7%, 잠재적위험군 74.0%, 일반사용자군 70.5%로, 과의존 위험 수준이 높을수록 유용하다고 생각하는 것으로 나타남

신기술 콘텐츠 이용현황(%)



5. 온라인 동영상 서비스 이용 현황

- 온라인 동영상 서비스의 이용경험 여부는 87.7%로 조사되었으며, 과의존 유형별로 고위험군 92.4%, 잠재적위험군 92.1%, 일반사용자군 86.7%로 전반적으로 높은 이용경험을 보임
- 대상별로 청소년, 성인에서는 이용경험에 큰 차이가 없었으나, 60대의 이용경험 편차(19.8%p)가 큰 것으로 조사
- 주로 이용하는 동영상 서비스로는 TV, 영화 등 다시보기(71.3%), 1인 미디어 콘텐츠(58.5%), 실시간TV(44.2%), 동영상 클립(27.6%), 강의(23.0%) 등의 순으로 나타남
- 주로 이용하는 동영상 서비스 콘텐츠로는 쇼오락(예능, 음악)(50.0%), 뉴스(36.0%), 드라마(30.3%), 스포츠(25.6%), 영화(19.3%) 등의 순으로 나타남

온라인 동영상 서비스 이용현황(%)



1. 여가활동

- 스마트폰 이용자의 주요 여가활동으로는 TV시청이 가장 높았으며, 게임·인터넷, 휴식, 취미·자기개발 활동 등의 순으로 나타남
- 과의존위험군은 '게임, 인터넷검색'과 '자기개발, 스포츠, 문화예술 관람' 등의 여가활동을 하는 비율이 높으며, 일반군은 'TV시청'과 '휴식' 등 정적인 여가활동을 하는 비율이 높게 나타남
- 여가활동 중 희망하지만 현재 하고 있지 못한 활동으로 과의존위험군과 일반사용자군 모두 '문화예술관람 및 참여'가 가장 높게 나타남

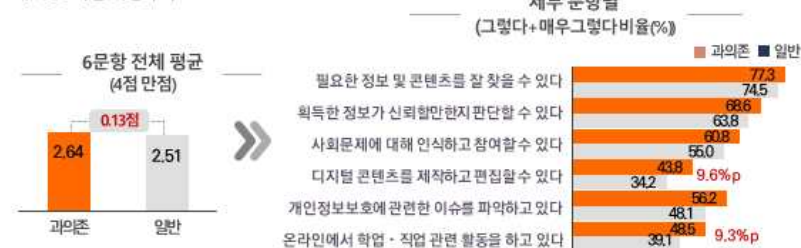
여가활동 현황(%)

과의존위험군의 여가활동				일반군의 여가활동			
주요 활동 (1순위)	희망하는 활동 (1순위)	GAP (희망활동-주요활동)		주요 활동 (1순위)	희망하는 활동 (1순위)	GAP (희망활동-주요활동)	
39.4	25.6	-13.8	TV 시청	47.7	31.5	-16.2	
22.7	15.8	-6.9	인터넷	12.0	8.6	-3.4	
12.7	11.8	-0.9	휴식	17.7	16.0	-1.7	
9.2	13.5	+4.3	취미, 자기개발 활동	8.5	12.5	+4.0	
7.3	9.7	+2.4	스포츠관람 및 참여	5.8	8.7	+2.9	
6.4	19.4	+13.0	문화예술관람 및 참여	5.2	17.3	+12.1	
2.4	4.1	+1.7	사회활동 및 봉사활동	3.0	5.3	+2.3	

2. 디지털 사용 역량

- 스마트폰 이용자의 디지털 사용 역량과 관련한 문항에서 과의존 위험군(2.64점)의 디지털 사용역량이 일반사용자군(2.51점)에 비해 높게 나타남

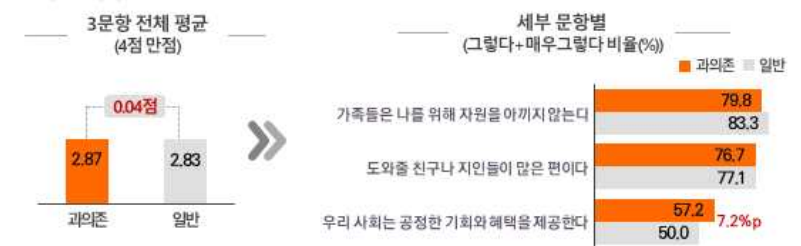
디지털 사용역량(%)



3. 사회적 자원

- 스마트폰 이용자의 사회적 기반, 관계 등 사회적 자원을 묻는 문항에서는 과의존위험군(2.87점)이 일반사용자군(2.83점)에 비해 근소하게 높음
- 가족, 친구, 지인과의 관계 등의 사회적 자원은 일반사용자군이 높은 것으로 나타난 반면, 우리 사회의 기회·혜택 제공 공정성에 대한 인식은 과의존 위험군이 높게 인식하고 있는 것으로 나타남

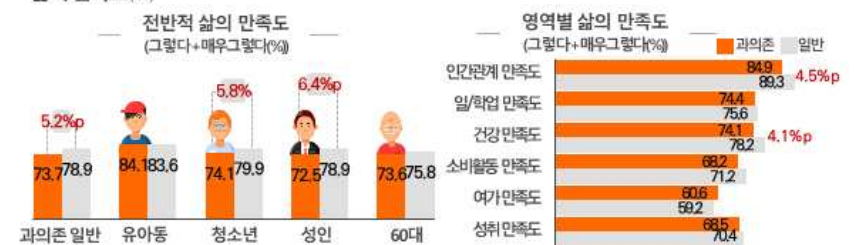
사회적 자원(%)



4. 삶의 만족도

- 과의존위험군의 삶의 만족도(73.7%)는 일반사용자군(78.9%)보다 낮은 것으로 나타났으며, 여가 만족도를 제외한 영역별 삶의 만족도에서 과의존 위험군은 일반사용자군에 비해 삶의 만족도가 낮은 것으로 나타남

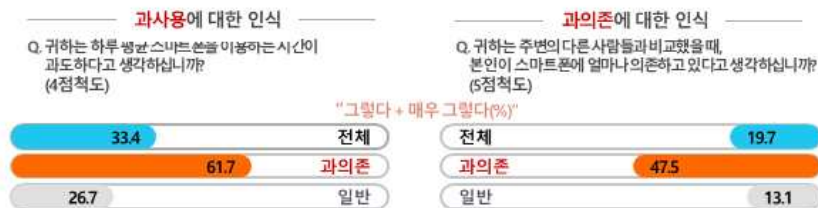
삶의 만족도(%)



1. '나'의 스마트폰 과사용/과의존에 대한 인식

- 스스로 생각하였을 때 스마트폰을 이용하는 시간이 과도하다고 응답한 전체 33.4% 중, 과의존위험군이 61.7%, 일반사용자군이 26.7%로 과의존위험군이 자신의 스마트폰 과사용에 대한 인식이 높음
- 주변인과 비교하여 자신이 스마트폰에 과의존하고 있다고 응답한 전체 19.7% 중, 과의존위험군이 47.5%, 일반사용자군이 13.1%로 과의존위험군이 자신의 스마트폰 과의존에 대한 인식이 높음
- 과의존위험군은 본인의 스마트폰 과사용 및 과의존에 대한 주관적 인식이 일반사용자군보다 높은 수준으로 자신의 스마트폰 이용행태에 대해 스스로 인식하고 있는 것으로 나타남

나의 스마트폰 과사용·과의존에 대한 인식(%)



2. '우리사회'의 스마트폰 과의존에 대한 인식

- 우리사회의 스마트폰 과의존 심각성에 대해 77.0%가 '심각하다'고 응답하여 전년대비 11.5%p 상승
- 과의존위험군 유형별로 살펴보면, 고위험군 85.6%, 잠재적위험군 78.7%, 일반사용자군 76.3%로 조사되어, 과의존 위험 수준이 높을수록 '우리사회'의 스마트폰 과의존이 심각하다고 생각하는 것으로 나타남
- 대상별로는 성인(78.0%)이 심각성 인지 정도가 가장 높으며, 청소년(73.8%) 및 60대(73.4%)가 과의존 심각성에 대해 비슷한 정도로 인식

우리사회의 스마트폰 과의존에 대한 인식(%)



3. 과의존 문제의 원인 및 예방 방법

- 우리 사회의 스마트폰 과의존 문제에 대한 원인이 어디에 있는지에 대하여 '개인'에 있다고 답한 비율이 52.4%로 가장 높았으며, '사회문화적 특성(21.9%)', '기업(20.1%)', '정부(5.5%)' 순으로 높게 나타남
- 과의존위험군은 일반사용자군에 비해, '사회문화적 특성'을 더 많이 응답하였으며, 대상별로는 청소년이 '개인'을 응답한 비율이 가장 높게 나타남

과의존 문제 원인(%)



- 과의존 위험에 대한 대처(예방) 방법으로는 '자기조절 능력강화(42.5%)', '시간관리 등 사용조절앱 개발(기업)(19.8%)', '양육시간 등 가족과 함께하는 시간 확대(18.1%)' 등의 순으로 나타남

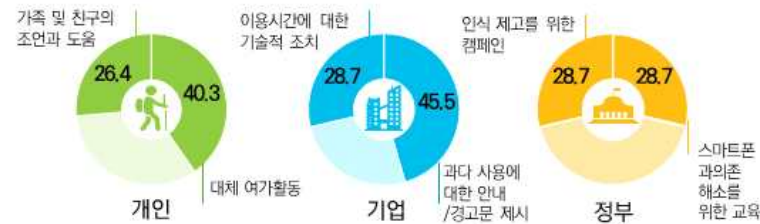
과의존 대처 방안(1순위, %)

	자기조절 능력강화	시간관리 등 사용조절앱 개발	양육시간 등 가족과 함께하는 시간 확대	예방교육의 확대실시	법제도 개선	인식제고 캠페인 강화
전체	42.5	18.7	17.3	9.2	8.8	3.5
과의존	42.7	19.8	18.1	7.3	8.7	3.4
일반	42.5	18.4	17.1	9.7	8.8	3.5

4. 과의존 문제 해소방안

- 스마트폰 과의존 문제를 누가 해결해야 하는지에 대하여 ‘개인’이 해결해야 한다고 답한 비율이 65.9%로 가장 높았으며, ‘기업(20.1%)’, ‘정부(5.5%)’ 순으로 나타남
- 과의존 문제해결 방안으로는 대체 여가 활동(문제 해결주체 “개인” 응답자), 과다 사용에 대한 안내/경고문 제시(기업 응답자), 스마트폰 과의존 해소를 위한 교육(정부 응답자)을 각각 1순위로 응답함

주체별 과의존 해소방안 (%)



7

과의존 예방교육 및 상담서비스 도움정도

1. 과의존 예방교육 및 상담서비스 도움정도

- (예방교육) 스마트폰 과의존 예방교육 경험자 중 64.7%가 도움이 된다고 응답하여 전년대비 7.7%p 증가한 것으로 나타남
- (상담서비스) 스마트폰 과의존 예방·해소를 위한 상담서비스 경험자 중 53.7%가 도움이 된다고 응답하여 전년대비 2.5%p 증가한 것으로 나타남

연도별·대상별 스마트폰 과의존위험군 현황(%)



참고

스마트폰 과의존 척도

□ 유아동용(관찰자용, 9문항)

요인	항 목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그렇다	매우 그렇다
조절실패 (역문항)	1) 스마트폰 이용에 대한 부모의 지도를 잘 따른다.	①	②	③	④
	2) 정해진 이용 시간에 맞춰 스마트폰 이용을 잘 마무리 한다.	①	②	③	④
	3) 이용중인 스마트폰을 빼앗기지 않아도 스스로 그만둔다.	①	②	③	④
현저성	4) 항상 스마트폰을 가지고 놀고 싶어 한다.	①	②	③	④
	5) 다른 어떤 것보다 스마트폰을 갖고 노는 것을 좋아한다.	①	②	③	④
	6) 하루에도 수시로 스마트폰을 이용하려 한다.	①	②	③	④
문제적 결과	7) 스마트폰 이용 때문에 아이와 자주 싸운다.	①	②	③	④
	8) 스마트폰을 하느라 다른 놀이나 학습에 지장이 있다.	①	②	③	④
	9) 스마트폰 이용으로 인해 시력이나 자세가 안 좋아진다.	①	②	③	④

※ 1)~3)번 문항 역채점 : ①→4점, ②→3점, ③→2점, ④→1점으로 변환

※ 기준점수(36점 최고점) : 고위험군 28점 이상, 잠재적위험군 27점~24점

□ 청소년·성인·고령층용(자기보고용, 10문항)

요인	항 목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그렇다	매우 그렇다
조절실패	1) 스마트폰 이용시간을 줄이려 할 때마다 실패한다.	①	②	③	④
	2) 스마트폰 이용시간을 조절 하는 것이 어렵다	①	②	③	④
	3) 적절한 스마트폰 이용시간을 지키는 것이 어렵다.	①	②	③	④
현저성	4) 스마트폰이 옆에 있으면 다른 일에 집중하기 어렵다.	①	②	③	④
	5) 스마트폰 생각이 머리에서 떠나지 않는다.	①	②	③	④
	6) 스마트폰을 이용하고 싶은 충동을 강하게 느낀다.	①	②	③	④
문제적 결과	7) 스마트폰 이용 때문에 건강에 문제가 생긴 적이 있다.	①	②	③	④
	8) 스마트폰 이용 때문에 가족과 심하게 다툰 적이 있다.	①	②	③	④
	9) 스마트폰 이용 때문에 친구 혹은 동료, 사회적 관계에서 심한 갈등을 경험한 적이 있다.	①	②	③	④
	10) 스마트폰 때문에 업무(학업 혹은 직업 등) 수행에 어려움이 있다.	①	②	③	④

※ 기준점수(40점 최고점) : (청소년) 고위험군 31점 이상, 잠재적위험군 30점~23점

(성인) 고위험군 29점 이상, 잠재적위험군 28점~24점

(60대) 고위험군 28점 이상, 잠재적위험군 27점~24점

※ 대상별 표준화된 기준점수를 산출하여, 척도 문항은 동일하나 대상별 기준 점수는 상이함