

2024
고1 국어
비상 (박영민)

2024 고1 국어 비상(박영민) | 3(1) 스마트폰 중독, 어떻게 해결할까? 내신형 기출 문제

이 서적은 '저작권법'에 따라 보호됩니다. 본 자료의 무단 배포, 도용 시, 저작권법에 의거하여 책임을 질 수 있습니다.

직전 보강 유형

서술상의 특징을 묻는 문제가 가장 많이 출제되었습니다. '스마트폰 중독, 어떻게 해결할까?'는 논설문으로, 글의 시작 부분에 구체적인 사례를 활용하여 독자의 흥미를 끌고 이해를 돕고 있으며, 객관적 통계 자료를 제시하여 문제의 심각성을 강조하고 있습니다. 이외에도 '소제목 활용', '용어의 개념 및 등장 배경 설명' 등과 같은 특징이 있으니 서술상 특징을 정리해 두어야 합니다.

특히 본문을 그대로 모두 제시하지 않고 소제목이나 특정 부분을 생략하고 제시하는 경우가 많으므로 제시된 지문이 통계 자료를 제시하고 있는 부분인지 등 지문을 꼼꼼하게 확인해야 합니다.

[1] 다음 글을 읽고 물음에 답하십시오.

(가) 스마트폰을 많이 사용한다고 해서 반드시 과도한 의존 현상에 빠져 있다고 할 수는 없다. 그러나 분명한 목적이나 계획 없이 스마트폰을 자주 사용하는 습관은 스마트폰에 과도하게 의존하는 현상, 이른바 스마트폰 중독으로 이어질 위험이 있다. 특히 자기 조절 능력이 부족한 청소년들은 스마트폰에 중독될 위험이 더 크다. 실제로 한국 정보화진흥원의 2015년 조사 자료를 보면, 청소년의 스마트폰 중독 정도는 성인보다 더 높은 것으로 나타났다. 성인 스마트폰 이용자 중 고위험군은 2.1퍼센트, 잠재적 위험군은 11.4퍼센트이었던 것에 비해, 청소년 스마트폰 이용자 중 고위험군은 4.0퍼센트, 잠재적 위험군은 27.6퍼센트였다. 청소년 열 명 중 세 명이 스마트폰 중독 위험군에 속하는 셈인데, 이는 성인의 약 2배 수준이다. 이러한 통계는 청소년이 스마트폰 중독에 더 취약하다는 것을 보여 준다.

(나) 둘째, 스마트폰 중독은 금단 현상이나 강박 증세, 충동 조절 능력 저하, 우울 등과 같은 신경 정신과적 증상을 동반할 수 있다. 일반적으로 중독 물

질에 반복적으로 노출되면, 두뇌에서 쾌락을 느끼게 하는 신경 전달 물질인 도파민이 과도하게 분비되어 이후에 같은 자극을 받더라도 처음과 같은 쾌락을 느끼지 못하는 내성이 생긴다. 또한 자극이 없을 때에는 극도의 불안을 느끼는 금단 현상이 나타난다. 마찬가지로 스마트폰에 중독되면 스마트폰을 이전보다 더 많이 사용하지 않는 이상 만족감이나 즐거움을 느낄 수 없게 되며, 스마트폰을 가지고 있지 않을 때에는 극도의 불안감이나 초조감을 느끼게 된다. 또한 스마트폰에 중독되면 기분과 사고 기능을 조절하게 하는 신경 전달 물질인 세로토닌의 분비가 줄어드는데, 이것이 줄어들면 감정 조절이 어려워 충동적으로 변하거나 우울증이 생기기도 한다.

(다) 마지막으로, 스마트폰 중독은 사회적으로 건강한 생활을 할 수 없게 만든다. 스마트폰에 중독된 사람은 가상 세계를 지향하려는 경향이 있는데, 가상 세계에 몰입하다 보면 현실 세계에서 원만한 대인 관계를 형성하거나 유지하는 데에 어려움을 겪을 수 있다. 또한, 스마트폰 중독이 심각한 경우에는 현실 세계와 가상 세계를 혼동하여 일탈 행동을 보이거나 범죄를 저지르는 등 사회적 물의를 일으킬 수 있다. 실제로 가상 세계에서의 비방이나 헐뜯음으로 시작된 다툼이 현실 세계에서의 폭력으로 이어진 사례가 있으며, 심지어 누리소통망(SNS)에서 익명의 다수에게 호응을 얻기 위해 일탈 행동을 저지르고는 이를 자기의 계정에 올려 충격을 준 사례도 있다.

(라) 셋째, 스스로 스마트폰 금지 시간과 공간을 정하고 그것을 준수하려는 생활 태도를 갖추어야 한다. 특히 수업 시간, 자습 시간, 식사 시간, 가족과의 대화 시간, 잠자리에 들기 전후에는 스마트폰을 사용하지 않는 것이 좋다. 또한, 차량이 많은 곳, 건널목, 계단 등과 같이 위험 요소가 있는 공간에서는 스마트폰을 사용하지 않도록 스스로 약속하는 것이 좋다. 혼자서 실천하기보다는 친구들과끼리 혹은 한 학급이 약속을 정하여 이를 공동으로 실천하는 것이 더 효과적이다.

(마) 넷째, 가능하다면 스마트폰을 이용하지 않고 일하는 것이 좋다. 물론 학교 과제를 하거나 공부를 할 때, 정보를 수집하고 편집할 때에는 디지털 기술 만큼 유용한 것도 없다. 그러나 손 닿을 거리에 있는 친구들과의 대화를 굳이 스마트폰으로 할 필요는 없다. 스마트폰의 누리소통망(SNS)이 사람들과의 공간적 거리감을 해소해 주었지만, 이것이 직접 만나서 대화하는 것보다 더 깊고 풍요로운 인간관계를 만들어 주지는 못할 것이다.

요즘 청소년들은 누리소통망(SNS)을 통해 친구를 사귀거나 일을 하는 경우가 많은데, 그 유용성을 활용하지 말라는 것이 아니다. 일상의 모든 일을 스마트폰에 의존하여 처리하려고 하지 말라는 뜻이다. 스마트폰 없이 직접 만나서 할 수 있는 취미나 여가 활동을 만들어 둔다면, 스마트폰 중독에서 효과적으로 벗어날 수 있으며 동시에 심신 건강까지 챙길 수 있다.

(바) 청소년들에게 스마트폰은 일종의 요술 방망이이다. 스마트폰을 적절하게 사용하지 못하면 신체적·정신적 건강을 잃고 원만한 인간관계를 유지할 수도 없게 되지만, 스마트폰을 현명하게 잘 사용하면 원하는 정보를 쉽고 빠르게 얻는 등 우리 삶의 질이 향상될 수 있을 것이다.

1. 이 글에 대한 설명으로 적절한 것을 <보기>에서 모두 골라 묶은 것은?

<보기>

- ㄱ. 전문가의 말을 인용하여 내용의 신뢰성을 높이고 있다.
- ㄴ. 통계 수치를 활용하여 문제 상황의 심각성을 강조하고 있다.
- ㄷ. 현상에 대한 상반된 관점을 소개한 후, 이를 절충적으로 종합하고 있다.
- ㄹ. 일상에서 접할 수 있는 구체적인 사례를 제시하여 주장을 뒷받침하고 있다.

- ① ㄱ, ㄴ
- ② ㄱ, ㄷ
- ③ ㄴ, ㄹ
- ④ ㄷ, ㄹ
- ⑤ ㄱ, ㄴ, ㄹ

【2~3】 다음 글을 읽고 물음에 답하시오.

(가) 스마트폰의 두 얼굴

김새롬 군은 스마트폰으로 동영상 강의를 수강하겠다고 부모님을 졸라 최신 스마트폰을 샀다. 처음에는 강의도 열심히 듣고, 음악이나 영화도 감상하며 스마트폰을 유용하게 사용했다. 그러나 점점 스마트폰에 푹 빠져서 밥을 먹을 때나 잠자리에 들 때에도 스마트폰을 놓지 않게 됐다. 얼마 전에는 등교 중에 스마트폰을 보다가 차에 부딪혀 다리를 다치기도 했다. 또한, 누리소통망(SNS)에 사진을 올리고 사람들의 댓글을 확인하는 일에 재미를 느끼기 시작하고 부터는 공부에 집중하는 시간이 줄었다. 부모님은 공부하겠다고 해서 스마트폰을 사 주었는데 학업 성적이 떨어졌으니 도로 스마트폰을 없애겠다고 하시고, 새롬 군은 스마트폰 없이 살 수는 없다며 맞서서 부모님과 갈등을 겪는 일이 부쩍 늘었다.

이러한 사례는 우리 주변에서 흔히 접할 수 있다. 숫자 '9(나인)'처럼 고개 숙인 모습을 하고, 궁궐에 매인 '나인'처럼 스마트폰에 얽매인 삶을 살아가는 사람을 가리키는 '나인족'이라는 용어까지 등장했다고 하니, 문제가 얼마나 심각한지 알 수 있다. 요즘 지하철이나 버스, 길거리에서 귀에 이어폰을 꽂고 스마트폰에 몰두하고 있는 청소년들의 모습을 흔히 볼 수 있다.

대중 매체 학자들은 스마트폰이 역사를 통틀어 가장 짧은 기간에 우리의 일상을 장악한 도구라고 말한다. 스마트폰이 처음 등장할 때에만 해도 많은 전문가는 휴대 전화의 기능이 대폭 강화된 스마트폰으로 인해 일상생활이 편리해질 것으로 예측했다. 그도 그럴 것이 스마트폰은 언제 어디서나 인터넷에 연결할 수 있어 어떤 제약도 없이 자신이 원하는 정보를 쉽고 빠르게 얻을 수 있기 때문이다. 전문가들의 그러한 호언장담은 틀리지 않았다.

그러나 그 편리함의 이면에는 예기치 못한 문제가 숨어 있다. 그것은 바로 청소년들이 엄청난 위력을 가진 스마트폰에 과도하게 의존하게 되었다는 점이다. 여기에서는 청소년들의 스마트폰 사용 실태와 문제점은 무엇인지, 이 문제를 해결하기 위해서 어떻게 대응해야 하는지를 짚어 보고자 한다.

(나) 스마트폰 중독 위험에 노출된 청소년

요즘 입학 선물이나 생일 선물로 청소년들이 선호하는 것 중의 하나가 최신형 스마트폰이라고 한다. 야니나 다를까 청소년 열 명 중 여덟 명이 스마트폰을 사용하고 있으며, 청소년의 하루 평균 스마트폰 이용 시간은 두 시간 삼십육 분인 것으로 나타났다. 하루 세 시간 이상 스마트폰을 이용한다는 청소년은 36퍼센트나 된다. 이렇게 볼 때 스마트폰이 청소년들의 일상에 미치는 영향은 절대적이라고 할 수 있다.

스마트폰을 많이 사용한다고 해서 반드시 과도한 의존 현상에 빠져 있다고 할 수는 없다. 그러나 분명한 목적이나 계획 없이 스마트폰을 자주 사용하는 습관은 스마트폰에 과도하게 의존하는 현상, 이른바 스마트폰 중독으로 이어질 위험이 있다. 특히 자기 조절 능력이 부족한 청소년들은 스마트폰에 중독될 위험이 더 크다. 실제로 한국 정보화 진흥원의 2015년 조사 자료를 보면, 청소년의 스마트폰 중독 정도는 성인보다 더 높은 것으로 나타났다. 성인 스마트폰 이용자 중 고위험군은 2.1퍼센트, 잠재적 위험군은 11.4퍼센트이었던 것에 비해, 청소년 스마트폰 이용자 중 고위험군은 4.0퍼센트, 잠재적 위험군은 27.6퍼센트였다. 청소년 열 명 중 세 명이 스마트폰 중독 위험군에 속하는 셈인데, 이는 성인의 약 2배 수준이다. 이러한 통계는 청소년이 스마트폰 중독에 더 취약하다는 것을 보여 준다.

(다) 스마트폰 중독에서 벗어나기 위해서는 어떻게 해야 할까?

지금까지 스마트폰이 가지고 있는 위험을 중독이라는 점에 초점을 맞추어 살펴보았다. 그러나 사실 스마트폰이 나쁘기만 한 것은 아니다. 스마트폰은 실시간으로 다양한 정보를 주고받을 수 있게 해 주는 편리하고 유용한 도구이다. 따라서 어떻게 하면 스마트폰의 부정적 기능을 최소화하면서, 긍정적 기능을 확대하고 강화할 것인가가 중요하다. 우리 청소년들이 어떻게 해야 스마트폰 중독의 위험에서 벗어날 수 있을까?

첫째, 일상생활 중에 무의식적으로 스마트폰을 자주 사용한다면, 현재의 상태가 심각한지 아닌지를 확인하기 위해서라도 전문적인 진단을 받아 보는 것이 좋다. 중독자들은 대체로 자신이 중독되었다는

사실을 인정하지 않으며, 혹시 인정하더라도 치료받기를 꺼리는 경향이 있다. 그러나 이러한 상태가 오래가면 치료가 매우 어려워질 수 있다는 것을 명심해야 한다.

일단 ‘스마트 씬 센터’ 누리집(www.iapc.or.kr)을 방문하여 스마트폰 중독 자가 진단을 해 본 후, 전화 상담을 받을 것을 권한다. 만약 집 근처에 ‘건강 가정 상담 센터’나 ‘청소년 상담 센터’와 같은 상담 기관이 있다면 이를 방문하는 것도 좋다. 전문 상담사가 지긋지긋한 스마트폰 중독에서 빠져나올 방법을 전문적으로 상담해 줄 뿐만 아니라, 일상생활에서 친구들과 잘 지내는 방법도 알려 준다.

둘째, 스마트폰 사용 행동을 스스로 기록해 보기를 권한다. 예를 들어 스마트폰을 하루에 몇 시간 사용하는지, 어떤 응용 프로그램을 많이 사용하는지 등을 스스로 기록해 보는 것이다. 그리고 이때 불필요한 응용 프로그램이 있다면 삭제하는 것도 좋다. 책상 서랍이 물건으로 복잡하게 가득 차 있으면 서랍 활용이 어려워지는 것처럼, 응용 프로그램이 많으면 스마트폰을 효율적으로 활용하는 데에 방해가 된다. 가능하면 필수적인 응용 프로그램도 몇 개로 한정하여 사용하는 것이 바람직하다.

셋째, 스스로 스마트폰 금지 시간과 공간을 정하고 그것을 준수하려는 생활 태도를 갖추어야 한다. 특히 수업 시간, 자습 시간, 식사 시간, 가족과의 대화 시간, 잠자리에 들기 전후에는 스마트폰을 사용하지 않는 것이 좋다. 또한, 차량이 많은 곳, 건물목, 계단 등과 같이 위험 요소가 있는 공간에서는 스마트폰을 사용하지 않도록 스스로 약속하는 것이 좋다. 혼자서 실천하기보다는 친구들과끼리 혹은 한 학급이 약속을 정하여 이를 공동으로 실천하는 것이 더 효과적이다.

넷째, 가능하다면 스마트폰을 이용하지 않고 일하는 것이 좋다. 물론 학교 과제를 하거나 공부를 할 때, 정보를 수집하고 편집할 때에는 디지털 기술만큼 유용한 것도 없다. 그러나 손 닿을 거리에 있는 친구들과의 대화를 굳이 스마트폰으로 할 필요는 없다. 스마트폰의 누리소통망(SNS)이 사람들과의 공간적 거리감을 해소해 주었지만, 이것이 직접 만나서 대화하는 것보다 더 깊고 풍요로운 인간관계를 만들어 주지는 못할 것이다.

요즘 청소년들은 누리소통망(SNS)을 통해 친구를 사귀거나 일을 하는 경우가 많은데, 그 유용성을

활용하지 말라는 것이 아니다. 일상의 모든 일을 스마트폰에 의존하여 처리하려고 하지 말라는 뜻이다. 스마트폰 없이 직접 만나서 할 수 있는 취미나 여가 활동을 만들어 둔다면, 스마트폰 중독에서 효과적으로 벗어날 수 있으며 동시에 심신 건강까지 챙길 수 있다.

2. 윗글의 서술 방식에 대한 설명으로 적절하지 않은 것은?

- ① 용어의 개념을 설명하고 있다.
- ② 전문가의 견해를 인용하고 있다.
- ③ 특정 이론을 설명하고 그 한계를 지적하고 있다.
- ④ 통계 자료를 제시하여 내용의 신뢰도를 높이고 있다.
- ⑤ 의문형 진술을 통해 독자의 관심을 집중시키고 있다.

3. 윗글의 서술 방식에 대한 설명으로 적절하지 않은 것은?

- ① 전문가의 말을 인용하여 상반된 의견을 절충하고 있다.
- ② 문제 제시를 통해 독자들의 관심과 흥미를 유도하고 있다.
- ③ 통계 수치를 활용하여 문제 상황의 심각성을 강조하고 있다.
- ④ 일상에서 접할 수 있는 사례를 통하여 문제의 심각성을 드러내고 있다.
- ⑤ 현상에 대한 장단점을 제시하고 스마트폰 중독 상태를 비판적으로 인식하고 있다.

【4】 다음 글을 읽고 물음에 답하십시오.

(가) 스마트폰을 많이 사용한다고 해서 반드시 과도한 의존 현상에 빠져 있다고 할 수는 없다. 그러나 분명한 목적이나 계획 없이 스마트폰을 자주 사용하는 습관은 스마트폰에 과도하게 의존하는 현상, 이른바 스마트폰 중독으로 이어질 위험이 있다. 특히 자기 조절 능력이 부족한 청소년들은 스마트폰에 중독될 위험이 더 크다. 실제로 한국 정보화 진흥원의 2015년 조사 자료를 보면, 청소년의 스마트폰 중독 정도는 성인보다 더 높은 것으로 나타났다. 성인 스마트폰 이용자 중 고위험군은 2.1퍼센트, 잠재적 위험군은 11.4퍼센트이었던 것에 비해, 청소년 스마트폰 이용자 중 고위험군은 4.0퍼센트, 잠재적 위험군은 27.6퍼센트였다. 청소년 열 명 중 세 명이 스마트폰 중독 위험군에 속하는 셈인데, 이는 성인의 약 2배 수준이다. 이러한 통계는 청소년이 스마트폰 중독에 더 취약하다는 것을 보여 준다.

(나) 또한 스마트폰에 중독된 청소년들이 해가 갈수록 늘어나는 추세이다. 2015년 청소년 스마트폰 이용자 중 스마트폰 중독 위험군은 31.6퍼센트로 전년 대비 2.4퍼센트포인트 상승하였으며, 2011년 이후 매년 꾸준히 증가하고 있다.

(다) 먼저, 스마트폰에 중독되면 공부나 일에 집중할 수 없어 일상생활에 어려움을 겪는다. 내가 보낸 문자 메시지를 친구가 읽었는지, 무엇이라고 답했는지 궁금해서 공부나 일에 집중하지 못했던 경험이 있을 것이다. 우리가 어떤 일에 몰두하면 두뇌의 ‘작업 기억’은 가득 차 버린다. 그래서 여러 가지 일을 동시에 하면 기억 공간이 부족해져서 공부나 일에 대한 주의가 분산되고 능률도 떨어진다. 스마트폰에 중독된 학생들의 학업 성적이 떨어지는 이유도 이 때문이다.

(라) 둘째, 스마트폰 중독은 금단 현상이나 강박 증세, 충동 조절 능력 저하, 우울 등과 같은 신경 정신과적 증상을 동반할 수 있다. 일반적으로 중독 물질에 반복적으로 노출되면, 두뇌에서 쾌락을 느끼게 하는 신경 전달 물질인 도파민이 과도하게 분비되어 이후에 같은 자극을 받더라도 처음과 같은 쾌락을 느끼지 못하는 내성이 생긴다. 또한 자극이 없을 때

에는 극도의 불안을 느끼는 금단 현상이 나타난다. 마찬가지로 스마트폰에 중독되면 스마트폰을 이전보다 더 많이 사용하지 않는 이상 만족감이나 즐거움을 느낄 수 없게 되며, 스마트폰을 가지고 있지 않을 때에는 극도의 불안감이나 초조감을 느끼게 된다. 또한 스마트폰에 중독되면 기분과 사고 기능을 조절하게 하는 신경 전달 물질인 세로토닌의 분비가 줄어드는데, 이것이 줄어들면 감정 조절이 어려워 충동적으로 변하거나 우울증이 생기기도 한다.

(마) 셋째, 스마트폰 중독은 신체 건강에 악영향을 끼친다. 작은 화면을 오래 보면 눈이 피로해지고 목이나 손목, 척추 등에 이상이 온다는 것은 너무나 많이 알려진 상식이라 더 설명할 필요도 없다. 이 외에도 스마트폰 중독은 두통, 두뇌 기능 저하, 수면 장애 및 만성 피로 등의 원인이 될 수 있다. 또한, 세계보건 기구에서는 2011년부터 스마트폰에서 나오는 전자파를 '발암 가능 물질'로 분류하였다. 전자파가 열작용을 일으켜 체온이 상승해 세포나 조직 기능에 영향을 줄 수 있기 때문이다. 따라서 스마트폰 중독이 신체 건강에 끼치는 피해는 심각하다고 할 수 있다.

4. 밑글에 대한 설명으로 가장 적절한 것은?

- ① 다양한 사례를 제시하며 호기심을 유발하고 있다.
- ② 문제 상황의 심각성을 강조하고 문제의 원인을 분석하고 있다.
- ③ 전문가의 견해를 소개하고, 문제점과 해결 방안을 제시하고 있다.
- ④ 문제 상황의 실태를 제시한 후 문제점의 구체적 내용을 열거하고 있다.
- ⑤ 문제 상황에 대한 통념을 제시하고, 새로운 관점에서 문제 상황을 조명하고 있다.

[5] 다음 글을 읽고 물음에 답하시오.

스마트폰의 두 얼굴

김새롬 군은 스마트폰으로 동영상 강의를 수강하겠다고 하며 부모님을 졸라 최신 스마트폰을 샀다. 처음에는 강의도 열심히 듣고, 음악이나 영화도 감상하며 스마트폰을 유용하게 사용했다. 그러나 점점 스마트폰에 푹 빠져서 밥을 먹을 때나 잠자리에 들 때에도 스마트폰을 놓지 않게 됐다. 얼마 전에는 등교 중에 스마트폰을 보다가 차에 부딪혀 다리를 다치기도 했다. 또한, 누리소통망(SNS)에 사진을 올리고 사람들의 댓글을 확인하는 일에 재미를 느끼기 시작하고 부터는 공부에 집중하는 시간이 줄었다. 부모님은 공부하겠다고 해서 스마트폰을 사 주었는데 학업 성적이 떨어졌으니 도로 스마트폰을 없애겠다고 하시고, 새롬 군은 스마트폰 없이 살 수는 없다며 맞서서 부모님과 갈등을 겪는 일이 부쩍 늘었다.

이러한 사례는 우리 주변에서 흔히 접할 수 있다. 숫자 '9(나인)'처럼 고개 숙인 모습을 하고, 궁궐에 매인 '나인'처럼 스마트폰에 얽매인 삶을 살아가는 사람을 가리키는 '나인족'이라는 용어까지 등장했다고 하니, 문제가 얼마나 심각한지 알 수 있다. 요즘 지하철이나 버스, 길거리에서 귀에 이어폰을 꽂고 스마트폰에 몰두하고 있는 청소년들의 모습을 흔히 볼 수 있다. 심지어 스마트폰으로 게임을 하거나 누리소통망(SNS)의 단체 방에서 친구들과 대화를 하느라 밤을 새우는 학생들도 많다고 한다. 그만큼 스마트폰은 우리 일상생활에 이미 깊숙이 들어와 버렸다.

(중략)

그러나 그 편리함의 이면에는 예기치 못한 문제가 숨어 있다. 그것은 바로 청소년들이 엄청난 위력을 가진 스마트폰에 과도하게 의존하게 되었다는 점이다. 여기에서는 청소년들의 스마트폰 사용 실태와 문제점은 무엇인지, 이 문제를 해결하기 위해서 어떻게 대응해야 하는지를 짚어 보고자 한다.

스마트폰 중독 위험에 노출된 청소년

(중략) 스마트폰을 많이 사용한다고 해서 반드시

과도한 의존 현상에 빠져 있다고 할 수는 없다. 그러나 분명한 목적이나 계획 없이 스마트폰을 자주 사용하는 습관은 스마트폰에 과도하게 의존하는 현상, 이른바 스마트폰 중독으로 이어질 위험이 있다. 특히 자기 조절 능력이 부족한 청소년들은 스마트폰에 중독될 위험이 더 크다. 실제로 한국 정보화 진흥원의 2015년 조사 자료를 보면, 청소년의 스마트폰 중독 정도는 성인보다 더 높은 것으로 나타났다. 성인 스마트폰 이용자 중 고위험군은 2.1퍼센트, 잠재적 위험군은 11.4퍼센트이었던 것에 비해, 청소년 스마트폰 이용자 중 고위험군은 4.0퍼센트, 잠재적 위험군은 27.6퍼센트였다. 청소년 열 명 중 세 명이 스마트폰 중독 위험군에 속하는 셈인데, 이는 성인의 약 2배 수준이다. 이러한 통계는 청소년이 스마트폰 중독에 더 취약하다는 것을 보여 준다. (중략)

스마트폰 중독, 왜 위험한가?

먼저, 스마트폰에 중독되면 공부나 일에 집중할 수 없어 일상생활에 어려움을 겪는다. 내가 보낸 문자 메시지를 친구가 읽었는지, 무엇이라고 답했는지 궁금해서 공부나 일에 집중하지 못했던 경험이 있을 것이다. 우리가 어떤 일에 몰두하면 두뇌의 '작업 기억'은 가득 차 버린다. 그래서 여러 가지 일을 동시에 하면 기억 공간이 부족해져서 공부나 일에 대한 주의가 분산되고 능률도 떨어진다. 스마트폰에 중독된 학생들의 학업 성적이 떨어지는 이유도 이 때문이다.

둘째, 스마트폰 중독은 금단 현상이나 강박 증세, 충동 조절 능력 저하, 우울 등과 같은 신경 정신과적 증상을 동반할 수 있다. 일반적으로 중독 물질에 반복적으로 노출되면, 두뇌에서 쾌락을 느끼게 하는 신경 전달 물질인 도파민이 과도하게 분비되어 이후에 같은 자극을 받더라도 처음과 같은 쾌락을 느끼지 못하는 내성이 생긴다. 또한 자극이 없을 때에는 극도의 불안을 느끼는 금단 현상이 나타난다. 마찬가지로 스마트폰에 중독되면 스마트폰을 이전보다 더 많이 사용하지 않는 이상 만족감이나 즐거움을 느낄 수 없게 되며, 스마트폰을 가지고 있지 않을 때에는 극도의 불안감이나 초조감을 느끼게 된다. 또한 스마트폰에 중독되면 기분과 사고 기능을 조절하게 하는 신경 전달 물질인 세로토닌의 분비가 줄어드는데, 이것이 줄어들면 감정 조절이 어려워 충동적으로 변하거나 우울증이 생기기도 한다.

셋째, 스마트폰 중독은 신체 건강에 악영향을 끼친다. 작은 화면을 오래 보면 눈이 피로해지고 목이나 손목, 척추 등에 이상이 온다는 것은 너무나 많이 알려진 상식이라 더 설명할 필요도 없다. 이 외에도 스마트폰 중독은 두통, 두뇌 기능 저하, 수면 장애 및 만성 피로 등의 원인이 될 수 있다. 또한, 세계 보건 기구에서는 2011년부터 스마트폰에서 나오는 전자파를 '발암 가능 물질'로 분류하였다. 전자파가 열작용을 일으켜 체온이 상승해 세포나 조직 기능에 영향을 줄 수 있기 때문이다. 따라서 스마트폰 중독이 신체 건강에 끼치는 피해는 심각하다고 할 수 있다. (중략)

스마트폰 중독에서 벗어나기 위해서는 어떻게 해야 할까?

(중략) 우리 청소년들이 어떻게 해야 스마트폰 중독의 위험에서 벗어날 수 있을까?

첫째, 일상생활 중에 무의식적으로 스마트폰을 자주 사용한다면, 현재의 상태가 심각한지 아닌지를 확인하기 위해서라도 전문적인 진단을 받아 보는 것이 좋다. 중독자들은 대체로 자신이 중독되었다는 사실을 인정하지 않으며, 혹시 인정하더라도 치료받기를 꺼리는 경향이 있다. 그러나 이러한 상태가 오래가면 치료가 매우 어려워질 수 있다는 것을 명심해야 한다.

일단 '스마트 씬 센터' 누리집(www.iapc.or.kr)을 방문하여 스마트폰 중독 자가 진단을 해 본 후, 전화 상담을 받을 것을 권한다. 만약 집 근처에 '건강 가정 상담 센터'나 '청소년 상담 센터'와 같은 상담 기관이 있다면 이를 방문하는 것도 좋다. 전문 상담사가 지긋지긋한 스마트폰 중독에서 빠져나올 방법을 전문적으로 상담해 줄 뿐만 아니라, 일상생활에서 친구들과 잘 지내는 방법도 알려 준다.

둘째, 스마트폰 사용 행동을 스스로 기록해 보기를 권한다. 예를 들어 스마트폰을 하루에 몇 시간 사용하는지, 어떤 응용 프로그램을 많이 사용하는지 등을 스스로 기록해 보는 것이다. 그리고 이때 불필요한 응용 프로그램이 있다면 삭제하는 것도 좋다. 책상 서랍이 물건으로 복잡하게 가득 차 있으면 서랍 활용이 어려워지는 것처럼, 응용 프로그램이 많으면 스마트폰을 효율적으로 활용하는 데에 방해가 된다. 가능하면 필수적인 응용 프로그램도 몇 개로 한정하여 사용하는 것이 바람직하다.

(중략)

넷째, 가능하다면 스마트폰을 이용하지 않고 일하는 것이 좋다. 물론 학교 과제를 하거나 공부를 할 때, 정보를 수집하고 편집할 때에는 디지털 기술만큼 유용한 것도 없다. 그러나 손 닿을 거리에 있는 친구들과의 대화를 굳이 스마트폰으로 할 필요는 없다. 스마트폰의 누리소통망(SNS)이 사람들과의 공간적 거리감을 해소해 주었지만, 이것이 직접 만나서 대화하는 것보다 더 깊고 풍요로운 인간관계를 만들어 주지는 못할 것이다.

(중략)

청소년들에게 스마트폰은 일종의 요술 방망이이다. 스마트폰을 적절하게 사용하지 못하면 신체적·정신적 건강을 잃고 원만한 인간관계를 유지할 수도 없게 되지만, 스마트폰을 현명하게 잘 사용한다면 원하는 정보를 쉽고 빠르게 얻는 등 우리 삶의 질이 향상될 수 있을 것이다.

5. 윗글에 사용된 서술 방식을 <보기>에서 골라 바르게 묶은 것은?

<보기>

- ㄱ. 소제목을 통해 스마트폰의 양면성을 요약적으로 제시하고 있다.
- ㄴ. 스마트폰 중독 현상을 잘 드러낸 용어의 의미를 설명하여 독자의 이해를 돕고 있다.
- ㄷ. 의문문의 문장 형식을 통해 스마트폰 중독이 발생하게 된 원인을 설명하고 있다.
- ㄹ. 차례를 나타내는 표지를 활용하여 스마트폰 중독의 심각성을 나열하고 있다.
- ㅁ. 비유적 표현을 통해 청소년들의 스마트폰 중독 문제를 비판하고 있다.

- ① ㄱ, ㄴ
- ② ㄱ, ㄹ
- ③ ㄷ, ㅁ
- ④ ㄱ, ㄴ, ㄹ
- ⑤ ㄴ, ㄷ, ㅁ

신유형

서술상 특징을 묻는 문제 외에도 글의 내용을 묻는 문제, 기준에 따라 해결 방안을 평가하는 문제, 학습 활동에 제시된 '한국인의 외모 집착'과 '육류의 생산과 소비'를 제재로 하는 또 다른 논설문과 관련한 문제 등 여러 유형이 출제되었습니다.

기준에 따라 해결 방안을 평가하는 문제는 <보기>가 제시되고 문제의 길이가 길어 어려워 보일 수 있지만 모두 학습 활동에 나온 내용이므로, 글쓰기가 제안한 해결 방안들과 이에 대한 평가를 정리해보면 쉽게 풀 수 있습니다.

【6~7】 다음 글을 읽고 물음에 답하십시오.

(가) 스마트폰을 많이 사용한다고 해서 반드시 과도한 의존 현상에 빠져 있다고 할 수는 없다. 그러나 분명한 목적이나 계획 없이 스마트폰을 자주 사용하는 습관은 스마트폰에 과도하게 의존하는 현상, 이른바 스마트폰 중독으로 이어질 위험이 있다. 특히 자기 조절 능력이 부족한 청소년들은 스마트폰에 중독될 위험이 더 크다. 실제로 한국 정보화 진흥원의 2015년 조사 자료를 보면, 청소년의 스마트폰 중독 정도는 성인보다 더 높은 것으로 나타났다. 성인 스마트폰 이용자 중 고위험군은 2.1퍼센트, 잠재적 위험군은 11.4퍼센트이었던 것에 비해, 청소년 스마트폰 이용자 중 고위험군은 4.0퍼센트, 잠재적 위험군은 27.6퍼센트였다. 청소년 열 명 중 세 명이 스마트폰 중독 위험군에 속하는 셈인데, 이는 성인의 약 2배 수준이다. 이러한 통계는 청소년이 스마트폰 중독에 더 취약하다는 것을 보여 준다.

(나) 둘째, 스마트폰 중독은 금단 현상이나 강박 증세, 충동 조절 능력 저하, 우울 등과 같은 신경정신과적 증상을 동반할 수 있다. 일반적으로 중독 물질에 반복적으로 노출되면, 두뇌에서 쾌락을 느끼게 하는 신경 전달 물질인 도파민이 과도하게 분비되어 이후에 같은 자극을 받더라도 처음과 같은 쾌락을 느끼지 못하는 내성이 생긴다. 또한 자극이 없을 때에는 극도의 불안을 느끼는 금단 현상이 나타난다. 마찬가지로 스마트폰에 중독되면 스마트폰을 이전보다 더 많이 사용하지 않는 이상 만족감이나 즐거

움을 느낄 수 없게 되며, 스마트폰을 가지고 있지 않을 때에는 극도의 불안감이나 초조감을 느끼게 된다. 또한 스마트폰에 중독되면 기분과 사고 기능을 조절하게 하는 신경 전달 물질인 세로토닌의 분비가 줄어드는데, 이것이 줄어들면 감정 조절이 어려워 충동적으로 변하거나 우울증이 생기기도 한다.

(다) 마지막으로, 스마트폰 중독은 사회적으로 건강한 생활을 할 수 없게 만든다. 스마트폰에 중독된 사람은 가상 세계를 지향하려는 경향이 있는데, 가상 세계에 몰입하다 보면 현실 세계에서 원만한 대인 관계를 형성하거나 유지하는 데에 어려움을 겪을 수 있다. 또한, 스마트폰 중독이 심각한 경우에는 현실 세계와 가상 세계를 혼동하여 일탈 행동을 보이거나 범죄를 저지르는 등 사회적 물의를 일으킬 수 있다. 실제로 가상 세계에서의 비방이나 헐담으로 시작된 다툼이 현실 세계에서의 폭력으로 이어진 사례가 있으며, 심지어 누리소통망(SNS)에서 익명의 다수에게 호응을 얻기 위해 일탈 행동을 저지르고는 이를 자기의 계정에 올려 충격을 준 사례도 있다.

(라) 셋째, 스스로 스마트폰 금지 시간과 공간을 정하고 그것을 준수하려는 생활 태도를 갖추어야 한다. 특히 수업 시간, 자습 시간, 식사 시간, 가족과의 대화 시간, 잠자리에 들기 전후에는 스마트폰을 사용하지 않는 것이 좋다. 또한, 차량이 많은 곳, 건널목, 계단 등과 같이 위험 요소가 있는 공간에서는 스마트폰을 사용하지 않도록 스스로 약속하는 것이 좋다. 혼자서 실천하기보다는 친구들끼리 혹은 한 학급이 약속을 정하여 이를 공동으로 실천하는 것이 더 효과적이다.

(마) 넷째, 가능하다면 스마트폰을 이용하지 않고 일하는 것이 좋다. 물론 학교 과제를 하거나 공부를 할 때, 정보를 수집하고 편집할 때에는 디지털 기술만큼 유용한 것도 없다. 그러나 손 닿을 거리에 있는 친구들과의 대화를 굳이 스마트폰으로 할 필요는 없다. 스마트폰의 누리소통망(SNS)이 사람들과의 공간적 거리감을 해소해 주었지만, 이것이 직접 만나서 대화하는 것보다 더 깊고 풍요로운 인간관계를 만들어 주지는 못할 것이다.

요즈음 청소년들은 누리소통망(SNS)을 통해 친구를 사귀거나 일을 하는 경우가 많은데, 그 유용성을

활용하지 말라는 것이 아니다. 일상의 모든 일을 스마트폰에 의존하여 처리하려고 하지 말라는 뜻이다. 스마트폰 없이 직접 만나서 할 수 있는 취미나 여가 활동을 만들어 둔다면, 스마트폰 중독에서 효과적으로 벗어날 수 있으며 동시에 심신 건강까지 챙길 수 있다.

(바) 청소년들에게 스마트폰은 일종의 요술 방망이이다. 스마트폰을 적절하게 사용하지 못하면 신체적·정신적 건강을 잃고 원만한 인간관계를 유지할 수도 없게 되지만, 스마트폰을 현명하게 잘 사용하면 원하는 정보를 쉽고 빠르게 얻는 등 우리 삶의 질이 향상될 수 있을 것이다.

6. <보기>는 이 글에 대한 독자의 평가이다. 두 평가의 공통적인 기준으로 적절한 것은?

<보기>

- 독자 1: 스마트폰 중독 문제를 해결하기 위해서는 개인의 노력도 중요하지만 사회적 지원과 제도를 갖추는 것도 중요해. 이 점에 대해 언급하지 않은 점은 아쉬워.
- 독자 2: 스마트폰 이용의 단점만 강조하지 않고 장점도 함께 언급하고 있다는 점에서 글쓴이가 제시한 방안이 더 설득력이 있는 것 같아.

- ① 글쓴이의 관점과 자신의 생각의 차이점을 분석하고 있다.
- ② 글쓴이의 관점이 어느 한쪽에 치우치지 않았는지를 따지고 있다.
- ③ 글쓴이의 생각이나 주장 중 공감하기 어려운 부분을 찾고 있다.
- ④ 글쓴이의 생각이나 주장을 대체할 수 있는 방안을 찾고 있다.
- ⑤ 글쓴이의 생각이나 주장이 사회의 보편적 인식이나 가치에 부합하는가 판단하고 있다.

7. 이 글의 내용을 참고할 때, <보기>의 ㉠가 발생한 이유로 가장 적절한 것은?

<보기>

A군은 스마트폰으로 동영상 강의를 수강하겠다고 하며 부모님을 졸라 최신 스마트폰을 샀다. 처음에는 강의도 열심히 듣고, 음악이나 영화도 감상하며 스마트폰을 유용하게 사용했다. 그러나 ㉠ 점점 스마트폰에 푹 빠져서 밥을 먹을 때나 잠자리에 들 때에도 스마트폰을 놓지 않게 됐다. 얼마 전에는 등교 중에 스마트폰을 보다가 차에 부딪혀 다리를 다치기도 했다. 또한, 누리소통망(SNS)에 사진을 올리고 사람들의 댓글을 확인하는 일에 재미를 느끼기 시작하고 부터는 공부에 집중하는 시간이 줄었다.

- ① 스마트폰을 이용해 많은 친구를 사귀었기 때문이다.
- ② 스마트폰 중독으로 도파민의 분비가 줄었기 때문이다.
- ③ 스마트폰에 대한 노출이 반복되면서 내성이 생겼기 때문이다.
- ④ 스마트폰의 자극이 사라짐에 따라 금단 현상이 나타났기 때문이다.
- ⑤ 스마트폰 중독으로 인해 현실 세계와 가상 세계를 혼동하고 있기 때문이다.

【8~9】 다음 글을 읽고 물음에 답하시오.

(가) 스마트폰 중독에 빠진 사례는 우리 주변에서 흔히 접할 수 있다. 숫자 '9(나인)'처럼 고개 숙인 모습을 하고, 궁궐에 매인 '나인'처럼 스마트폰에 얽매인 삶을 살아가는 사람을 가리키는 '나인족'이라는 용어까지 등장했다고 하니, 문제가 얼마나 심각한지 알 수 있다. 요즘 지하철이나 버스, 길거리에서 귀에 이어폰을 꽂고 스마트폰에 몰두하고 있는 청소년들의 모습을 흔히 볼 수 있다. 심지어 스마트폰으로 게임을 하거나 누리소통망(SNS)의 단체 방에서 친구들과 대화를 하느라 밤을 새우는 학생들도 많다고 한다. 그만큼 스마트폰은 우리 일상생활에 이미 깊숙이 들어와 버렸다.

(나) 대중 매체 학자들은 스마트폰이 역사를 통틀어 가장 짧은 기간에 우리의 일상을 장악한 도구라고 말한다. 스마트폰이 처음 등장할 때에만 해도 많은 전문가는 휴대 전화의 기능이 대폭 강화된 스마트폰으로 인해 일상생활이 편리해질 것으로 예측했다. 그도 그럴 것이 스마트폰은 언제 어디서나 인터넷에 연결할 수 있어 어떤 제약도 없이 자신이 원하는 정보를 쉽고 빠르게 얻을 수 있기 때문이다. 전문가들의 그러한 호언장담은 틀리지 않았다.

그러나 그 편리함의 이면에는 예기치 못한 문제가 숨어 있다. 그것은 바로 청소년들이 엄청난 위력을 가진 스마트폰에 과도하게 의존하게 되었다는 점이다. 여기에서는 청소년들의 스마트폰 사용 실태와 문제점은 무엇인지, 이 문제를 해결하기 위해서 어떻게 대응해야 하는지를 짚어 보고자 한다.

스마트폰 중독 위험에 노출된 청소년

(다) 스마트폰을 많이 사용한다고 해서 반드시 과도한 의존 현상에 빠져 있다고 할 수는 없다. 그러나 분명한 목적이나 계획 없이 스마트폰을 자주 사용하는 습관은 스마트폰에 과도하게 의존하는 현상, 이른바 스마트폰 중독으로 이어질 위험이 있다. 특히 자기 조절 능력이 부족한 청소년들은 스마트폰에 중독될 위험이 더 크다. 실제로 한국 정보화 진흥원의 2015년 조사 자료를 보면, 청소년의 스마트폰 중독 정도는 성인보다 더 높은 것으로 나타났다. 성인 스마트폰 이용자 중 고위험군은 2.1퍼센트, 잠재적 위험군은 11.4퍼센트이었던 것에 비해, 청소년 스마

트폰 이용자 중 고위험군은 4.0퍼센트, 잠재적 위험군은 27.6퍼센트였다. 청소년 열 명 중 세 명이 스마트폰 중독 위험군에 속하는 셈인데, 이는 성인의 약 2배 수준이다. 이러한 통계는 청소년이 스마트폰 중독에 더 취약하다는 것을 보여 준다.

스마트폰 중독, 왜 위험한가?

(라) 먼저, 스마트폰에 중독되면 공부나 일에 집중할 수 없어 일상생활에 어려움을 겪는다. 내가 보낸 문자 메시지를 친구가 읽었는지, 무엇이라고 답했는지 궁금해서 공부나 일에 집중하지 못했던 경험이 있을 것이다. 우리가 어떤 일에 몰두하면 두뇌의 '작업 기억'은 가득 차 버린다. 그래서 여러 가지 일을 동시에 하면 기억 공간이 부족해져서 공부나 일에 대한 주의를 분산되고 능률도 떨어진다. 스마트폰에 중독된 학생들의 학업 성적이 떨어지는 이유도 이 때문이다.

둘째, 스마트폰 중독은 금단 현상이나 강박 증세, 충동 조절 능력 저하, 우울 등과 같은 신경 정신과적 증상을 동반할 수 있다. 일반적으로 중독 물질에 반복적으로 노출되면, 두뇌에서 쾌락을 느끼게 하는 신경 전달 물질인 도파민이 과도하게 분비되어 이후에 같은 자극을 받더라도 처음과 같은 쾌락을 느끼지 못하는 내성이 생긴다. 또한 자극이 없을 때에는 극도의 불안을 느끼는 금단 현상이 나타난다. 마찬가지로 스마트폰에 중독되면 스마트폰을 이전보다 더 많이 사용하지 않는 이상 만족감이나 즐거움을 느낄 수 없게 되며, 스마트폰을 가지고 있지 않을 때에는 극도의 불안감이나 초조감을 느끼게 된다. 또한 스마트폰에 중독되면 기분과 사고 기능을 조절하게 하는 신경 전달 물질인 세로토닌의 분비가 줄어드는데, 이것이 줄어들면 감정 조절이 어려워 충동적으로 변하거나 우울증이 생기기도 한다.

스마트폰 중독에서 벗어나기 위해서는 어떻게 해야 할까?

(마) 지금까지 스마트폰이 가지고 있는 위험을 중독이라는 점에 초점을 맞추어 살펴보았다. 그러나 사실 스마트폰이 나쁘기만 한 것은 아니다. 스마트폰은 실시간으로 다양한 정보를 주고받을 수 있게 해 주는 편리하고 유용한 도구이다. 따라서 어떻게 하면 스마트폰의 부정적 기능을 최소화하면서, 긍정적 기능을 확대하고 강화할 것인가가 중요하다. 우

리 청소년들이 어떻게 해야 스마트폰 중독의 위험에서 벗어날 수 있을까? ㉠

첫째, 일상생활 중에 무의식적으로 스마트폰을 자주 사용한다면, 현재의 상태가 심각한지 아닌지를 확인하기 위해서라도 전문적인 진단을 받아 보는 것이 좋다. 중독자들은 대체로 자신이 중독되었다는 사실을 인정하지 않으며, 혹시 인정하더라도 치료받기를 꺼리는 경향이 있다. 그러나 이러한 상태가 오래가면 치료가 매우 어려워질 수 있다는 것을 명심해야 한다. ㉡

둘째, 스마트폰 사용 행동을 스스로 기록해 보기를 권한다. 예를 들어 스마트폰을 하루에 몇 시간 사용하는지, 어떤 응용 프로그램을 많이 사용하는지 등을 스스로 기록해 보는 것이다. 그리고 이때 불필요한 응용 프로그램이 있다면 삭제하는 것도 좋다. 책상 서랍이 물건으로 복잡하게 가득 차 있으면 서랍 활용이 어려워지는 것처럼, 응용 프로그램이 많으면 스마트폰을 효율적으로 활용하는 데에 방해가 된다. 가능하면 필수적인 응용 프로그램도 몇 개로 한정하여 사용하는 것이 바람직하다. ㉢

셋째, 스스로 스마트폰 금지 시간과 공간을 정하고 그것을 준수하려는 생활 태도를 갖추어야 한다. 특히 수업 시간, 자습 시간, 식사 시간, 가족과의 대화 시간, 잠자리에 들기 전후에는 스마트폰을 사용하지 않는 것이 좋다. 또한, 차량이 많은 곳, 건널목, 계단 등과 같이 위험 요소가 있는 공간에서는 스마트폰을 사용하지 않도록 스스로 약속하는 것이 좋다. 혼자서 실천하기보다는 친구들과끼리 혹은 한 학급이 약속을 정하여 이를 공동으로 실천하는 것이 더 효과적이다. ㉣

넷째, 가능하다면 스마트폰을 이용하지 않고 일하는 것이 좋다. 물론 학교 과제를 하거나 공부를 할 때, 정보를 수집하고 편집할 때에는 디지털 기술만큼 유용한 것도 없다. 그러나 손 닿을 거리에 있는 친구들과의 대화를 굳이 스마트폰으로 할 필요는 없다. 스마트폰의 누리소통망(SNS)이 사람들과의 공간적 거리감을 해소해 주었지만, 이것이 직접 만나서 대화하는 것보다 더 깊고 풍요로운 인간관계를 만들어 주지는 못할 것이다. ㉤

청소년들에게 스마트폰은 일종의 요술 방망이이다.

8. ㉠~㉡ 중 <보기>의 내용이 들어가기에 가장 적절한 것은?

<보기>

‘스마트 씬 센터’ 누리집(www.iapc.or.kr)을 방문하여 스마트폰 중독 자가 진단을 해 본 후, 전화 상담을 받을 것을 권한다. 만약 집 근처에 ‘건강 가정 상담 센터’나 ‘청소년 상담 센터’와 같은 상담 기관이 있다면 이를 방문하는 것도 좋다.

- ① ㉠ ② ㉡ ③ ㉢ ④ ㉣ ⑤ ㉤

9. <보기>는 청소년들의 스마트폰 중독 문제에 대한 해결 방안과 그 기준을 제시한 것이다. 다음 중 해결 방안을 평가한 내용으로 가장 적절한 것은?

<보기>

○ 해결 방안은 구체적이며, 실현 가능한가?
 ○ 해결 방안은 공정하며, 문제를 해결하는 데 유용한가?
 ○ 해결 방안은 사회의 보편적 인식이나 가치에 부합하는가?
 [해결 방안]
 - 가능하다면 스마트폰을 이용하지 않고 일한다.

- ① 사회적 예절과 직결되는 것이므로 사회의 보편적 인식과 가치에 부합된다고 할 수 있다.
 ② 개인의 올바른 생활 습관을 위해 필요한 일이므로 강제성을 동원해서라도 반드시 실현되도록 해야 한다.
 ③ 스마트폰 없이 일을 한다는 것은 현실적으로 실현하기가 어려우므로 다른 대안을 마련해야 한다.
 ④ 스마트폰을 이용하지 않는 습관을 기를 수 있도록 개인적으로 스마트폰 사용에 대한 전문적인 진단을 받아보아야 한다.
 ⑤ 경우에 따라 실현 가능성이 떨어지지만 스마트폰 이용의 장점도 언급하고 있다는 점에서 글쓴이의 제안은 공정하다고 할 수 있다.

【10~12】 다음 글을 읽고 물음에 답하시오.

(가) 스마트폰의 두 얼굴

김새롬 군은 스마트폰으로 동영상 강의를 수강하겠다고 부모님을 졸라 최신 스마트폰을 샀다. 처음에는 강의도 열심히 듣고, 음악이나 영화도 감상하며 스마트폰을 유용하게 사용했다. 그러나 점점 스마트폰에 푹 빠져서 밥을 먹을 때나 잠자리에 들 때에도 스마트폰을 놓지 않게 됐다. 얼마 전에는 등교 중에 스마트폰을 보다가 차에 부딪혀 다리를 다치기도 했다. 또한, 누리소통망(SNS)에 사진을 올리고 사람들의 댓글을 확인하는 일에 재미를 느끼기 시작하고 부터는 공부에 집중하는 시간이 줄었다. 부모님은 공부하겠다고 해서 스마트폰을 사 주었는데 학업 성적이 떨어졌으니 도로 스마트폰을 없애겠다고 하시고, 새롬 군은 스마트폰 없이 살 수는 없다며 맞서서 부모님과 갈등을 겪는 일이 부쩍 늘었다.

이러한 사례는 우리 주변에서 흔히 접할 수 있다. 숫자 ‘9(나인)’처럼 고개 숙인 모습을 하고, 궁궐에 매인 ‘나인’처럼 스마트폰에 얽매인 삶을 살아가는 사람을 가리키는 ‘나인족’이라는 용어까지 등장했다고 하니, 문제가 얼마나 심각한지 알 수 있다. 요즘 지하철이나 버스, 길거리에서 귀에 이어폰을 꽂고 스마트폰에 몰두하고 있는 청소년들의 모습을 흔히 볼 수 있다.

대중 매체 학자들은 스마트폰이 역사를 통틀어 가장 짧은 기간에 우리의 일상을 장악한 도구라고 말한다. 스마트폰이 처음 등장할 때에만 해도 많은 전문가는 휴대 전화의 기능이 대폭 강화된 스마트폰으로 인해 일상생활이 편리해질 것으로 예측했다. 그도 그럴 것이 스마트폰은 언제 어디서나 인터넷에 연결할 수 있어 어떤 제약도 없이 자신이 원하는 정보를 쉽고 빠르게 얻을 수 있기 때문이다. 전문가들의 그러한 호언장담은 틀리지 않았다.

그러나 그 편리함의 이면에는 예기치 못한 문제가 숨어 있다. 그것은 바로 청소년들이 엄청난 위력을 가진 스마트폰에 과도하게 의존하게 되었다는 점이다. 여기에서는 청소년들의 스마트폰 사용 실태와 문제점은 무엇인지, 이 문제를 해결하기 위해서 어떻게 대응해야 하는지를 짚어 보고자 한다.

(나) 스마트폰 중독 위험에 노출된 청소년

요즘 입학 선물이나 생일 선물로 청소년들이 선호하는 것 중의 하나가 최신형 스마트폰이라고 한다. 야니나 다를까 청소년 열 명 중 여덟 명이 스마트폰을 사용하고 있으며, 청소년의 하루 평균 스마트폰 이용 시간은 두 시간 삼십육 분인 것으로 나타났다. 하루 세 시간 이상 스마트폰을 이용한다는 청소년은 36퍼센트나 된다. 이렇게 볼 때 스마트폰이 청소년들의 일상에 미치는 영향은 절대적이라고 할 수 있다.

스마트폰을 많이 사용한다고 해서 반드시 과도한 의존 현상에 빠져 있다고 할 수는 없다. 그러나 분명한 목적이나 계획 없이 스마트폰을 자주 사용하는 습관은 스마트폰에 과도하게 의존하는 현상, 이른바 스마트폰 중독으로 이어질 위험이 있다. 특히 자기 조절 능력이 부족한 청소년들은 스마트폰에 중독될 위험이 더 크다. 실제로 한국 정보화 진흥원의 2015년 조사 자료를 보면, 청소년의 스마트폰 중독 정도는 성인보다 더 높은 것으로 나타났다. 성인 스마트폰 이용자 중 고위험군은 2.1퍼센트, 잠재적 위험군은 11.4퍼센트이었던 것에 비해, 청소년 스마트폰 이용자 중 고위험군은 4.0퍼센트, 잠재적 위험군은 27.6퍼센트였다. 청소년 열 명 중 세 명이 스마트폰 중독 위험군에 속하는 셈인데, 이는 성인의 약 2배 수준이다. 이러한 통계는 청소년이 스마트폰 중독에 더 취약하다는 것을 보여 준다.

(다) 스마트폰 중독에서 벗어나기 위해서는 어떻게 해야 할까?

지금까지 스마트폰이 가지고 있는 위험을 중독이라는 점에 초점을 맞추어 살펴보았다. 그러나 사실 스마트폰이 나쁘기만 한 것은 아니다. 스마트폰은 실시간으로 다양한 정보를 주고받을 수 있게 해 주는 편리하고 유용한 도구이다. 따라서 어떻게 하면 스마트폰의 부정적 기능을 최소화하면서, 긍정적 기능을 확대하고 강화할 것인가가 중요하다. 우리 청소년들이 어떻게 해야 스마트폰 중독의 위험에서 벗어날 수 있을까?

첫째, 일상생활 중에 무의식적으로 스마트폰을 자주 사용한다면, 현재의 상태가 심각한지 아닌지를 확인하기 위해서라도 전문적인 진단을 받아 보는 것이 좋다. 중독자들은 대체로 자신이 중독되었다는

사실을 인정하지 않으며, 혹시 인정하더라도 치료받기를 꺼리는 경향이 있다. 그러나 이러한 상태가 오래가면 치료가 매우 어려워질 수 있다는 것을 명심해야 한다.

일단 ‘스마트 씬 센터’ 누리집(www.iapc.or.kr)을 방문하여 스마트폰 중독 자가 진단을 해 본 후, 전화 상담을 받을 것을 권한다. 만약 집 근처에 ‘건강 가정 상담 센터’나 ‘청소년 상담 센터’와 같은 상담 기관이 있다면 이를 방문하는 것도 좋다. 전문 상담사가 지긋지긋한 스마트폰 중독에서 빠져나올 방법을 전문적으로 상담해 줄 뿐만 아니라, 일상생활에서 친구들과 잘 지내는 방법도 알려 준다.

둘째, 스마트폰 사용 행동을 스스로 기록해 보기를 권한다. 예를 들어 스마트폰을 하루에 몇 시간 사용하는지, 어떤 응용 프로그램을 많이 사용하는지 등을 스스로 기록해 보는 것이다. 그리고 이때 불필요한 응용 프로그램이 있다면 삭제하는 것도 좋다. 책상 서랍이 물건으로 복잡하게 가득 차 있으면 서랍 활용이 어려워지는 것처럼, 응용 프로그램이 많으면 스마트폰을 효율적으로 활용하는 데에 방해가 된다. 가능하면 필수적인 응용 프로그램도 몇 개로 한정하여 사용하는 것이 바람직하다.

셋째, 스스로 스마트폰 금지 시간과 공간을 정하고 그것을 준수하려는 생활 태도를 갖추어야 한다. 특히 수업 시간, 자습 시간, 식사 시간, 가족과의 대화 시간, 잠자리에 들기 전후에는 스마트폰을 사용하지 않는 것이 좋다. 또한, 차량이 많은 곳, 건물목, 계단 등과 같이 위험 요소가 있는 공간에서는 스마트폰을 사용하지 않도록 스스로 약속하는 것이 좋다. 혼자서 실천하기보다는 친구들과끼리 혹은 한 학급이 약속을 정하여 이를 공동으로 실천하는 것이 더 효과적이다.

넷째, 가능하다면 스마트폰을 이용하지 않고 일하는 것이 좋다. 물론 학교 과제를 하거나 공부를 할 때, 정보를 수집하고 편집할 때에는 디지털 기술만큼 유용한 것도 없다. 그러나 손 닿을 거리에 있는 친구들과의 대화를 굳이 스마트폰으로 할 필요는 없다. 스마트폰의 누리소통망(SNS)이 사람들과의 공간적 거리감을 해소해 주었지만, 이것이 직접 만나서 대화하는 것보다 더 깊고 풍요로운 인간관계를 만들어 주지는 못할 것이다.

요즘 청소년들은 누리소통망(SNS)을 통해 친구를 사귀거나 일을 하는 경우가 많은데, 그 유용성을

활용하지 말라는 것이 아니다. 일상의 모든 일을 스마트폰에 의존하여 처리하려고 하지 말라는 뜻이다. 스마트폰 없이 직접 만나서 할 수 있는 취미나 여가 활동을 만들어 둔다면, 스마트폰 중독에서 효과적으로 벗어날 수 있으며 동시에 심신 건강까지 챙길 수 있다.

10. 밑줄에 대한 이해로 적절한 것은?

- ① 청소년 스마트폰 이용자는 성인 스마트폰 이용자에 비해 고위험군의 비율이 낮다.
- ② 청소년들은 자기 조절 능력이 부족하여 스마트폰 중독에 더 취약하다는 점을 지적하고 있다.
- ③ 스마트폰 이용 시간이 많은 사람은 스마트폰에 대한 과도한 의존 현상에 빠져 있다고 할 수 있다.
- ④ 스마트폰 중독자들은 자신이 스마트폰에 중독되었다는 사실을 인정하지 않지만 치료받기를 원하고 있다.
- ⑤ 스마트폰에 대한 긍정적인 기능은 배제한 채 부정적인 기능을 부각하여 심각성을 효과적으로 전달하고 있다.

11. 밑줄 친 부분의 문맥적 의미가 ㉠와 가장 가까운 것은?

- ① 국어의 글자는 소리와 일대일로 대응한다.
- ② 두 나라의 정치 체제는 대응되는 면이 많다.
- ③ 평행사변형에서 대응하는 두 변은 길이가 같다.
- ④ 사회적 현상을 물리적 현상에 대응시킬 수는 없다.
- ⑤ 생태계는 환경의 변화에 대응하지 못하고 파괴되었다.

12. <보기>를 기준으로 (다)의 해결 방안에 대한 토의 활동을 하였다. 토의 내용으로 적절하지 않은 것은?

<보기>

- 해결 방안은 사회의 보편적 인식이나 가치에 부합하는가?
- 해결 방안은 공정하며, 문제를 해결하는 데 유용한가?
- 해결 방안은 구체적이며, 실현 가능한가?

- ① 전문적인 진단은 스마트폰 중독 예방 및 치료에 필수적인 과정이므로 문제를 해결하는 데 유용하다고 생각해.
- ② 청소년들에게 친구를 만나서 취미나 여가 활동을 하라는 방안은 SNS에서는 경험할 수 없기에 공정하다고 할 수 있어.
- ③ 시간과 장소를 가려 스마트폰을 사용하는 것은 사회적 예절이므로 사회의 보편적 인식과 가치에 부합한다고 할 수 있어.
- ④ 일상생활 중 스마트폰을 빈번하게 사용하고 있는 상황에서 사용 행동을 일일이 기록하는 것은 실현 가능성이 낮은 것 같아.
- ⑤ 디지털 기술이 유용하긴 하지만 가능하다면 스마트폰을 이용하지 않고 일하라는 해결 방안은 실현 가능성이 떨어질 수도 있어.

【13~15】 다음 글을 읽고 물음에 답하시오.

(가) 스마트폰을 많이 사용한다고 해서 반드시 과도한 의존 현상에 빠져 있다고 할 수는 없다. 그러나 분명한 목적이나 계획 없이 스마트폰을 자주 사용하는 습관은 스마트폰에 과도하게 의존하는 현상, 이른바 스마트폰 중독으로 이어질 위험이 있다. 특히 자기 조절 능력이 부족한 청소년들은 스마트폰에 중독될 위험이 더 크다. 실제로 한국 정보화 진흥원의 2015년 조사 자료를 보면, 청소년의 스마트폰 중독 정도는 성인보다 더 높은 것으로 나타났다. 성인 스마트폰 이용자 중 고위험군은 2.1퍼센트, 잠재적 위험군은 11.4퍼센트이었던 것에 비해, 청소년 스마트폰 이용자 중 고위험군은 4.0퍼센트, 잠재적 위험군은 27.6퍼센트였다. 청소년 열 명 중 세 명이 스마트폰 중독 위험군에 속하는 셈인데, 이는 성인의 약 2배 수준이다. 이러한 통계는 청소년이 스마트폰 중독에 더 취약하다는 것을 보여 준다.

(나) 또한 스마트폰에 중독된 청소년들이 해가 갈수록 늘어나는 추세이다. 2015년 청소년 스마트폰 이용자 중 스마트폰 중독 위험군은 31.6퍼센트로 전년 대비 2.4퍼센트포인트 상승하였으며, 2011년 이후 매년 꾸준히 증가하고 있다.

(다) 먼저, 스마트폰에 중독되면 공부나 일에 집중할 수 없어 일상생활에 어려움을 겪는다. 내가 보낸 문자 메시지를 친구가 읽었는지, 무엇이라고 답했는지 궁금해서 공부나 일에 집중하지 못했던 경험이 있을 것이다. 우리가 어떤 일에 몰두하면 두뇌의 '작업 기억'은 가득 차 버린다. 그래서 여러 가지 일을 동시에 하면 기억 공간이 부족해져서 공부나 일에 대한 주위가 분산되고 능률도 떨어진다. 스마트폰에 중독된 학생들의 학업 성적이 떨어지는 이유도 이 때문이다.

(라) 둘째, 스마트폰 중독은 금단 현상이나 강박 증세, 충동 조절 능력 저하, 우울 등과 같은 신경 정신과적 증상을 동반할 수 있다. 일반적으로 중독 물질에 반복적으로 노출되면, 두뇌에서 쾌락을 느끼게 하는 신경 전달 물질인 도파민이 과도하게 분비되어 이후에 같은 자극을 받더라도 처음과 같은 쾌락을 느끼지 못하는 내성이 생긴다. 또한 자극이 없을 때

에는 극도의 불안을 느끼는 금단 현상이 나타난다. 마찬가지로 스마트폰에 중독되면 스마트폰을 이전보다 더 많이 사용하지 않는 이상 만족감이나 즐거움을 느낄 수 없게 되며, 스마트폰을 가지고 있지 않을 때에는 극도의 불안감이나 초조감을 느끼게 된다. 또한 스마트폰에 중독되면 기분과 사고 기능을 조절하게 하는 신경 전달 물질인 세로토닌의 분비가 줄어드는데, 이것이 줄어들면 감정 조절이 어려워 충동적으로 변하거나 우울증이 생기기도 한다.

(마) 셋째, 스마트폰 중독은 신체 건강에 악영향을 끼친다. 작은 화면을 오래 보면 눈이 피로해지고 목이나 손목, 척추 등에 이상이 온다는 것은 너무나 많이 알려진 상식이라 더 설명할 필요도 없다. 이 외에도 스마트폰 중독은 두통, 두뇌 기능 저하, 수면 장애 및 만성 피로 등의 원인이 될 수 있다. 또한, 세계보건 기구에서는 2011년부터 스마트폰에서 나오는 전자파를 '발암 가능 물질'로 분류하였다. 전자파가 열작용을 일으켜 체온이 상승해 세포나 조직 기능에 영향을 줄 수 있기 때문이다. 따라서 스마트폰 중독이 신체 건강에 끼치는 피해는 심각하다고 할 수 있다.

13. 윗글을 읽고 해결할 수 있는 질문은?

- ① 스마트폰 사용의 유해성은 무엇인가?
- ② 스마트폰 중독을 해결할 방안은 무엇인가?
- ③ 스마트폰의 구조적 특징과 문제점을 무엇인가?
- ④ 성인과 청소년의 스마트폰 사용 비율은 어떻게 차이 나는가?
- ⑤ 스마트폰을 유용하게 사용하는 방법은 어떤 것들이 있나?

14. (나)~(마)를 이해한 내용으로 적절하지 않은 것은?

- ① 스마트폰에서 나오는 전자파는 세포나 조직 기능에 영향을 주는군.
- ② 스마트폰 중독은 목이나, 손목, 척추 등의 건강에 악영향을 끼치는군.
- ③ 스마트폰에 중독되면 감정 조절이 어렵거나 우울증이 생길 수 있겠군.
- ④ 중독 물질에 반복적으로 노출되면, 도파민의 분비가 줄어 내성이 생길 수 있겠군.
- ⑤ 스마트폰에 중독된 학생들의 학업 성적이 떨어지는 것은 두뇌의 작업 기억과 관련이 있군.

15. 밑글을 통해 알 수 있는 내용이 아닌 것은?

- ① 청소년들은 자기 조절 능력이 부족해 성인에 비해 스마트폰 중독 고위험군과 잠재적 위험군이 많다.
- ② 스마트폰 중독은 신경 전달 물질인 도파민과 세로토닌의 분비를 늘려 신경 정신과적 증상을 동반할 수 있다.
- ③ 스마트폰을 과도하게 사용하면 두통, 두뇌 기능 저하, 수면 장애 및 만성 피로 등 많은 질병이 생길 수 있다.
- ④ 스마트폰에서 나오는 전자파는 열작용으로 인해 체온에 영향을 미쳐 세포나 조직 기능에 영향을 줄 수 있다.
- ⑤ 스마트폰에 중독되면 두뇌의 '작업 기억'에 영향을 받아 학생들은 공부나 일에 집중할 수 없게 되고 성적이 떨어지게 된다.

【16】 다음 글을 읽고 물음에 답하시오.

대중 매체 학자들은 스마트폰이 역사를 통틀어 가장 짧은 기간에 우리의 일상을 장악한 도구라고 말한다. 스마트폰이 처음 등장할 때에만 해도 많은 전문가는 휴대 전화의 기능이 대폭 강화된 스마트폰으로 인해 일상생활이 편리해질 것으로 예측했다. 그도 그럴 것이 스마트폰은 언제 어디서나 인터넷에 연결할 수 있어 어떤 제약도 없이 자신이 원하는 정보를 쉽고 빠르게 얻을 수 있기 때문이다. 전문가들의 그러한 호언장담은 틀리지 않았다.

그러나 그 편리함의 이면에는 예기치 못한 문제가 숨어 있다. 그것은 바로 청소년들이 엄청난 위력을 가진 스마트폰에 과도하게 의존하게 되었다는 점이다. 여기에서는 청소년들의 스마트폰 사용 실태와 문제점은 무엇인지, 이 문제를 해결하기 위해서 어떻게 대응해야 하는지를 짚어 보고자 한다.

스마트폰 중독 위험에 노출된 청소년

요즘 입학 선물이나 생일 선물로 청소년들이 선호하는 것 중의 하나가 최신행 스마트폰이라고 한다. 아니나 다를까 청소년 열 명 중 여덟 명이 스마트폰을 사용하고 있으며, 청소년의 하루 평균 스마트폰 이용 시간은 두 시간 삼십육 분인 것으로 나타났다. 하루 세 시간 이상 스마트폰을 이용한다는 청소년은 36퍼센트나 된다. 이렇게 볼 때 스마트폰이 청소년들의 일상에 미치는 영향은 절대적이라고 할 수 있다.

스마트폰을 많이 사용한다고 해서 반드시 과도한 의존 현상에 빠져 있다고 할 수는 없다. 그러나 분명한 목적이나 계획 없이 스마트폰을 자주 사용하는 습관은 스마트폰에 과도하게 의존하는 현상, 이른바 스마트폰 중독으로 이어질 위험이 있다. 특히 자기 조절 능력이 부족한 청소년들은 스마트폰에 중독될 위험이 더 크다. 실제로 한국 정보화 진흥원의 2015년 조사 자료를 보면, 청소년의 스마트폰 중독 정도는 성인보다 더 높은 것으로 나타났다. 성인 스마트폰 이용자 중 고위험군은 2.1퍼센트, 잠재적 위험군은 11.4퍼센트이었던 것에 비해, 청소년 스마트폰 이용자 중 고위험군은 4.0퍼센트, 잠재적 위험군은 27.6퍼센트였다. 청소년 열 명 중 세 명이 스마트폰 중독 위험군에 속하는 셈인데, 이는 성인의 약 2배 수준이다. 이러한 통계는 청소년이 스마트폰 중독에

정답 및 해설

1. 정답 ③

ㄴ. (가)에서 통계 자료를 제시하여 내용의 신뢰도를 높이고 스마트폰 중독의 심각성을 강조하고 있다.

ㄷ. (다)에서 일상에서 접할 수 있는 구체적인 사례를 제시하여 스마트폰 중독은 사회적으로 건강한 생활을 할 수 없게 만든다는 주장을 뒷받침하고 있다.

ㄱ. 전문가의 말을 인용한 부분은 확인할 수 없다.

ㄴ. 스마트폰 중독 현상에 대한 상반된 관점을 소개한 후 이를 절충하고 있는 부분은 확인할 수 없다.

2. 정답 ③

특정 이론과 그 한계는 뒷글에서 확인할 수 없다.

① (가)에서 '나인족'이라는 용어의 개념을 설명하고 있다.

② (가)의 '대중 매체 학자들은 스마트폰이 역사를 통틀어 가장 짧은 기간에 우리의 일상을 장악한 도구라고 말한다.'를 통해 확인할 수 있다.

④ (나)에서 통계 자료를 제시하여 내용의 신뢰도를 높이고 스마트폰 중독의 심각성을 강조하고 있다.

⑤ (다)의 '우리 청소년들이 어떻게 해야 스마트폰 중독의 위험에서 벗어날 수 있을까?'를 통해 확인할 수 있다.

3. 정답 ①

전문가의 말을 인용한 부분은 확인할 수 있지만, 이를 통해 상반된 의견을 절충하고 있는 것은 아니다.

② (가)에서 스마트폰 중독의 문제점을 보여 주는 사례를 제시하고, (나)에서 스마트폰 중독 위험에 노출된 청소년의 실태를 제시함으로써 독자들의 관심과 흥미를 유도하고 있다.

③ (나)에서 통계 자료를 제시하여 내용의 신뢰도를 높이고 스마트폰 중독의 심각성을 강조하고 있다.

④ (가)의 김새롬 군의 사례와 '이러한 사례는 ~ 문제가 얼마나 심각하지 알 수 있다.'를 통해 확인할 수 있다.

⑤ (가), (나)에서는 스마트폰의 단점을 다루고 있었지만, (다)의 '그러나 사실 스마트폰이 나쁘기만 한 것은 아니다. 스마트폰은 실시간으로 다양한 정보를 주고받을 수 있게 해 주는 편리하고 유용한 도구이다.'에서는 스마트폰의 장점을 언급하고 있으며, '따라서 어떻게 하면 스마트폰의 부정적 기능을 최소화하면서, 긍정적 기능을 확대하고 강화할 것인가가 중요하다.'에서 알 수 있듯이 스마트폰 중독 실태를 비판적으로 인식하고 있다.

4. 정답 ④

(가), (나)에서 스마트폰 중독이라는 문제 상황의 실태를 제시한 후 (다)~(마)에서 문제점의 구체적인 내용을 열거하고 있다.

① 다양한 사례는 확인할 수 없다.

② 문제 상황의 심각성을 드러내고 있지만, 문제의 원인을 분석하고 있지는 않다.

③ 문제점을 제시하고 있는 것은 맞지만, 전문가의 견해를 소개하고 해결 방안을 제시하고 있지는 않다.

⑤ 문제 상황에 대한 통념을 제시하고 있지 않고, 새로운 관점에서 문제 상황을 조명하고 있지도 않다.

5. 정답 ④

ㄱ. '스마트폰의 두 얼굴'이라는 소제목을 통해 스마트폰의 양면성을 요약적으로 제시하고 있다.

ㄴ. 스마트폰 중독 현상을 잘 드러낸 용어인 '나인족'의 의미를 설명하여 독자의 이해를 돕고 있다.

ㄷ. '먼저', '둘째' 등과 같이 차례를 나타내는 표지를 활용하여 스마트폰 중독의 심각성을 나열하고 있다.

ㄴ. '우리 청소년들이 어떻게 해야 스마트폰 중독의 위험에서 벗어날 수 있을까?'와 같이 의문문의 문장 형식을 사용하고 있으나, 스마트폰 중독이 발생하게 된 원인을 설명하고 있는 것은 아니다.

ㄹ. '청소년들에게 스마트폰은 일종의 요술 방망이이다.'에서 비유적 표현을 확인할 수 있지만, 이를 통해 청소년들의 스마트폰 중독 문제를 비판하고 있는 것은 아니다.

6. 정답 ②

독자 1은 문제의 해결 방안이 개인적 차원에만 국한되고 사회적 차원에 대해서는 다루지 않은 것에 주목하고 있고, 독자 2는 스마트폰 이용의 단점과 장점이 함께 언급되어 있다는 점에 주목하고 있다. 따라서 두 독자 모두 글쓴이의 관점이 어느 한쪽에 치우치지 않았는지를 기준으로 윗글을 평가하고 있는 것이다.

- ① 독자 1에만 해당하는 기준이다.
- ③, ④, ⑤ 독자 1, 2 모두 해당하지 않는다.

7. **정답** ④

<보기>의 ㉠은 스마트폰에 점점 빠져드는 모습을 보여 주고 있다. 이는 윗글의 내용으로 볼 때 스마트폰에 반복적으로 노출되면서 도파민이 과도하게 분비되어 같은 자극을 받더라도 처음과 같은 쾌락을 느끼지 못하는 내성이 생겼기 때문으로 볼 수 있다.

- ①, ②, ③, ⑤ 나머지는 모두 ㉠의 원인으로 적절하지 않다.

8. **정답** ②

<보기>는 스마트폰 중독과 관련하여 전문적인 진단을 받아볼 수 있는 곳을 소개하고 있다. 따라서 스마트폰 중독 위험에서 벗어나기 위한 방법으로 전문적인 진단을 받아 보는 것이 좋다는 내용을 제시하고 있는 부분인 ㉡에 <보기>가 들어가는 것이 적절하다.

- ①, ③, ④, ⑤ 나머지는 문맥의 흐름상 모두 적절하지 않다.

9. **정답** ⑤

가능하다면 스마트폰을 이용하지 않고 일한다는 방안은 입시 때문에 바쁜 생활을 하는 청소년들이 많으므로 직접 친구를 만나서 취미나 여가 활동을 하라는 방안이므로 실현 가능성이 떨어진다. 그러나 스마트폰 이용의 장점도 언급하고 있다는 점에서 글쓴이의 제안은 공정하다고 평가할 수 있다.

- ①, ②, ③, ④ 나머지는 모두 가능하다면 스마트폰을 이용하지 않고 일한다는 방안에 대한 평가로 적절하지 않다.

10. **정답** ②

(나)의 ‘특히 자기 조절 능력이 부족한 청소년들은 스마트폰에 중독될 위험이 더 크다.’에서 확인할 수 있다.

- ① (나)의 ‘성인 스마트폰 이용자 중 고위험군은 2.1퍼센트, 잠재적 위험군은 11.4퍼센트이었던 것에 비해, 청소년 스마트폰 이용자 중 고위험군은 4.0퍼센트, 잠재적 위험군은 27.6퍼센트였다.’를 통해 확인할 수 있다.
- ③ (나)의 ‘스마트폰을 많이 사용한다고 해서 반드시 과도한 의존 현상에 빠져 있다고 할 수는 없다.’를 통해 확인할 수 있다.
- ④ (다)의 ‘중독자들은 대체로 자신이 중독되었다는 사실을 인정하지 않으며, 혹시 인정하더라도 치료 받기를 꺼리는 경향이 있다.’를 통해 확인할 수 있다.
- ⑤ (다)의 ‘그러나 사실 스마트폰이 나쁘기만 한 것은 아니다. 스마트폰은 실시간으로 다양한 정보를 주고받을 수 있게 해 주는 편리하고 유용한 도구이다. 따라서 어떻게 하면 스마트폰의 부정적 기능을 최소화하면서, 긍정적 기능을 확대하고 강화할 것인가가 중요하다.’를 통해 확인할 수 있다.

11. **정답** ⑤

㉠와 ㉡의 ‘대응’은 모두 ‘어떤 일이나 사태에 맞추어 태도나 행동을 취함.’의 의미한다.

- ①, ②, ④ ‘어떤 두 대상이 주어진 어떤 관계에 의하여 서로 짝이 되는 일.’의 의미이다.
- ③ ‘합동하는 두 도형의 서로 포개어지는 부분. 또는 닮은꼴인 두 도형에서 확대, 축소에 의하여 포개어지는 부분’의 의미이다.

12. **정답** ②

청소년들에게 친구를 만나서 취미나 여가 활동을 하라는 방안은 실현 가능성이 떨어진다고 평가할 수 있다. 이 방안이 SNS에서 경험할 수 없기에 긍정하다고 평가하는 것은 적절하지 않은 평가이다.

- ① 스마트폰 사용 습관에 대한 전문적인 진단을 받아 본다는 방안에 대해, 전문적인 진단은 스마트폰 중독 예방 및 치료를 위한 필수적 과정이므로 문제를 해결하는 데 유용하다고 평가할 수 있다.
- ③ 스스로 스마트폰 금지 시간과 공간을 정하고 그것을 준수한다는 방안에 대해, 시간과 장소를 가려

스마트폰을 사용하는 것은 개인의 올바른 생활 습관을 위해, 안전을 위해 필요한 일이고, 사람들과 함께하는 시간이나 공간에서는 스마트폰을 쓰지 않는 것이 사회적 예절이므로 사회의 보편적 인식과 가치에 부합된다고 평가할 수 있다.

④ 스마트폰 사용 행동을 스스로 기록해 본다는 방안에 대해, 일상생활 중 스마트폰을 빈번하게 사용하고 있는 상황에서 사용 행동을 일일이 기록하는 것은 실현 가능성이 낮을 수 있다고 평가할 수 있다.

⑤ 가능하다면 스마트폰을 이용하지 않고 일한다는 방안에 대해, 입시 때문에 바쁜 생활을 하는 청소년들이 많으므로 직접 친구를 만나서 취미나 여가 활동을 하라는 방안은 실현 가능성이 떨어진다고 평가할 수 있다.

13. 정답 ①

(다)~(마)를 통해 스마트폰 사용의 유해성을 확인할 수 있다.

② 스마트폰 중독을 해결할 방안은 확인할 수 없다.

③ 스마트폰의 문제점은 확인할 수 있지만 스마트폰의 구조적 특징은 확인할 수 없다.

④ 성인과 청소년의 스마트폰 중독 정도는 확인할 수 있지만, 스마트폰 사용 비율은 확인할 수 없다.

⑤ 스마트폰을 유용하게 사용하는 방법은 확인할 수 없다.

14. 정답 ④

(라)의 ‘일반적으로 중독 물질에 반복적으로 노출되면, 두뇌에서 쾌락을 느끼게 하는 신경 전달 물질인 도파민이 과도하게 분비되어 이후에 같은 자극을 받더라도 처음과 같은 쾌락을 느끼지 못하는 내성이 생긴다.’를 통해 알 수 있듯이, 중독 물질에 반복적으로 노출되면, 도파민이 과도하게 분비되어 내성이 생긴다.

① (마)의 ‘스마트폰에서 나오는 전자파를 ‘발암 가능 물질’로 분류하였다. 전자파가 열작용을 일으켜 체온이 상승해 세포나 조직 기능에 영향을 줄 수 있기 때문이다.’를 통해 확인할 수 있다.

② (마)의 ‘작은 화면을 오래 보면 눈이 피로해지고 목이나 손목, 척추 등에 이상이 온다는 것은 너무나 많이 알려진 상식이라 더 설명할 필요도 없다.’를

통해 확인할 수 있다.

③ (라)의 ‘감정 조절이 어려워 충동적으로 변하거나 우울증이 생기기도 한다.’를 통해 확인할 수 있다.

⑤ (다)의 ‘우리가 어떤 일에 몰두하면 두뇌의 ‘작업 기억’은 가득 차 버린다. ~ 스마트폰에 중독된 학생들의 학업 성적이 떨어지는 이유도 이 때문이다.’를 통해 확인할 수 있다.

15. 정답 ②

(라)의 ‘일반적으로 중독 물질에 반복적으로 노출되면, 두뇌에서 쾌락을 느끼게 하는 신경 전달 물질인 도파민이 과도하게 분비되어’, ‘또한 스마트폰에 중독되면 기분과 사고 기능을 조절하게 하는 신경 전달 물질인 세로토닌의 분비가 줄어드는데’를 통해 알 수 있듯이, 스마트폰 중독은 신경 전달 물질인 도파민의 분비를 늘게 하지만, 세로토닌의 분비는 줄어든다.

① (가)의 ‘특히 자기 조절 능력이 부족한 청소년들은 스마트폰에 중독될 위험이 더 크다. ~ 고위험군은 4.0퍼센트, 잠재적 위험군은 27.6퍼센트였다.’를 통해 확인할 수 있다.

③ (마)의 ‘스마트폰 중독은 두통, 두뇌 기능 저하, 수면 장애 및 만성 피로 등의 원인이 될 수 있다.’를 통해 확인할 수 있다.

④ (마)의 ‘스마트폰에서 나오는 전자파를 ‘발암 가능 물질’로 분류하였다. 전자파가 열작용을 일으켜 체온이 상승해 세포나 조직 기능에 영향을 줄 수 있기 때문이다.’를 통해 확인할 수 있다.

⑤ (다)의 ‘우리가 어떤 일에 몰두하면 두뇌의 ‘작업 기억’은 가득 차 버린다. ~ 스마트폰에 중독된 학생들의 학업 성적이 떨어지는 이유도 이 때문이다.’를 통해 확인할 수 있다.

16. 정답 ③

ㄱ. ‘실제로 한국 정보화 진흥원의 2015년 조사 자료를 보면 ~’에서 통계 수치를 제시함으로써 내용의 신뢰도를 높이고 문제 상황의 심각성을 강조하고 있다.

ㄴ. ‘스마트폰 중독 위험에 노출된 청소년’, ‘스마트폰 중독, 왜 위험한가?’와 같은 소재목을 제시함으로써 다음 전개될 내용에 대한 독자의 이해를 돕고