

메타버스를 활용한 인터넷·스마트폰 과의존 예방 교육 Let's do IT

디지털을 활용한 지역사회 현안을 해결하려는 취지로 진행된 본 사업은 과학기술정보통신부 산하의 한국지능정보사회진흥원(NIA)의 지원사업으로 진행됩니다.

인터넷·스마트폰과 떼려야 뗄 수 없는 시대, 인터넷·스마트폰 과의존 증가 추세에 따라 NIA와 메타버스 상담 플랫폼 전문기업 야타브엔터는 디지털 기술인 메타버스를 활용한 예방 교육 프로그램 'Let's do IT'을 마련하였습니다. 본 프로그램은 청소년을 대상으로 인터넷·스마트폰 과의존에 대한 인식을 개선하고, 오프라인 상담으로도 이어질 수 있도록 구성된 **예방 교육**과 사용자의 의견을 직접적으로 청취하는 **리뷰데이**로 구성됩니다.

본 프로그램에 사용되는 메타버스 플랫폼, 메타포레스트는 서울시 Wee센터 상담 프로그램과 각종 연구 논문 통해 심리상담 분야의 검증을 거쳤습니다. 자신의 표정을 따라 하는 아바타를 사용하여 얼굴이 드러나지 않으면서도 안정감 있게 자신을 드러낼 수 있으며, 다양한 공간(상담실, 캠핑장, 루프탑 카페 등)에서 개방감을 느껴 효과적인 교육이 가능합니다.

I

교육개요

● **교육명:** 메타버스를 활용한 인터넷·스마트폰 과의존 예방교육 'Let's do IT'

● **교육 목표**

- 1) 인터넷·스마트폰 과의존 인식 제고 및 예방
- 2) 사용자 리뷰데이를 통한 교육 프로그램 고도화

● **교육 대상:** 만 12~18세, 프로그램 참여 희망자

● **모집인원:** 청소년 30명

● **사업 내용**

- 1) 예방교육(60분 소요)

교육대상	그룹명(10명)	날짜	시간	장소
청소년	C	12/19(화)	16:00-17:00	메타버스(온라인)
	D	12/20(수)	18:00-19:00	메타버스(온라인)
	E	12/21(목)	16:00-17:00	메타버스(온라인)

2) 리뷰데이(40분 소요 예정): 메타버스를 활용한 인터넷·스마트폰 예방교육 이용 후기 및 의견 청취

참석대상	순서	날짜	시간	장소
예방교육 참여 청소년 (C, D, E그룹)	2	12/23(토)	15:00-15:30	오프라인

II

추진방향

- 청소년을 위한 메타버스 플랫폼을 이용한 과의존 예방 교육 운영
- 메타버스를 통한 인터넷·스마트폰 과의존 프로그램 접근성 강화로 이용 증대
- 최초의 메타버스를 활용한 인터넷·스마트폰 과의존 예방교육 개발 후 사용자의 의견을 청취하여 교육 프로그램 고도화를 위한 제반 마련

III

세부내용

- 모집기간: 2023. 11. 17. (금) ~ 2023. 12. 15. (금)
- 메타버스 플랫폼 세팅 기간: 2023. 12. 4. (월) ~ 2023. 12. 18. (월)
- 교육회차 및 교육 인원: 1인 1회 참여, 1그룹 10명으로 총 5회 진행
- 교육회차별 일정
 - 1) 청소년 C그룹(10명): 12월 19일(화) 16:00-17:00
 - 2) 청소년 D그룹(10명): 12월 20일(수) 18:00-19:00
 - 3) 청소년 E그룹(10명): 12월 21일(목) 16:00-17:00
- 리뷰데이 일정
 - 1) 청소년 C, D, E그룹(30명): 12월 23일(토) 15:00-15:40

● 참여자 혜택

- 1) 메타버스 내 비대면 예방교육 참여 시, 5천원 상품권 제공(문화상품권/백화점상품권)
- 2) 예방교육 참여 후, 리뷰데이 추가 참여 시, 25,000원 상품권 추가 지급

III

교육 커리큘럼

● 예방 교육 프로그램

본 프로그램은 인터넷/스마트폰 과의존 및 사용습관에 대한 인식 재고를 위해 “메타 포레스트” 내 공간인 NIA홍보관에서 활용될 수 있도록 개발된 단회기 교육상담 프로그램입니다. 회기 구성은 아래의 표와 같습니다.

소요시간	장소	활동	활동 별 세부내용
20분	메타포레스트 전체 공간 활용	<ul style="list-style-type: none"> 인터넷/스마트폰 과의존 위험군 여부 자가체크 인터넷/스마트폰 과의존 프로그램 및 상담 신청 시뮬레이션 메타포레스트에 숨어있는 술래(스몸비 바이러스)를 잡아라 미션 	<ul style="list-style-type: none"> 메타포레스트 내 어딘가를 돌아다니는 술래를 잡는 것이 목표 처음 메타포레스트에 접속한 참여자는 광장에서 조작법을 숙지하게 되고 술래(스몸비 바이러스)를 잡는 미션에 대해 설명 듣고, NPC의 안내에 따라 정보관을 찾아 떠나게 됨. 정보관에서 인터넷/스마트폰 과의존 위험군 여부 자가체크를 진행하면 정보관 도우미가 술래의 생김새에 대한 힌트를 제공함. 참여자 메타포레스트 내의 술래를 찾는다. 총 10명의 참가자 중 선착순으로 술래를 잡은 5명에게 추가 리워드 지급(5천원 상품권)
↓		↓	
20분	NIA 영상관	<ul style="list-style-type: none"> 자기소개 영상시청 : 인터넷/스마트폰 과의존이란 	<ul style="list-style-type: none"> 본 프로그램 설명 및 강사와 참여자 자기소개 인터넷/스마트폰 과의존이 무엇인지에 대한 영상 시청 (스마트인터넷쉼센터 영상 : https://youtu.be/XKdl-iSC9wU?si=ExD_SOldRcOGxWEB)
↓		↓	
30분	NIA 교육관	<ul style="list-style-type: none"> 인터넷/스마트폰 과의존 강의 “인터넷/스마트폰 과의존에서 벗어난 10년 후의 내가 된다면 지금의 나에게 어떤 말을 해주고 싶을까?” 	<ul style="list-style-type: none"> 교육강의 <ol style="list-style-type: none"> 1) 인터넷/스마트폰 과의존 강의시 겪게 되는 증상들 강의 2) 인터넷/스마트폰을 줄인 사람들이 보고하는 변화들 활동 <ol style="list-style-type: none"> 1) 만약 매일 2시간이 주어진다면 인터넷/스마트폰 대신 시간을 쏟아보고 싶은 활동, 목표 혹은 노력에 대해 이야기해보기 2) 하루에 2시간씩 인터넷/스마트폰 대신 내가 원하는 곳에 시간을 쏟은 5년 후의 내가 된다면 스스로에게 어떤 말을 해줄까?- 각자 5년 후의 자신의 모습으로 아바타를 변경해서 다시 들어오기- 참여자들 중 현재의 자신과 가장 닮은 아바타에게 가서 직접 이야기하기
↓		↓	
10분	아일랜드	프로그램 마무리	<ul style="list-style-type: none"> 소감 나누기 사후 설문 작성

※상세 교육 커리큘럼은 및 세부일정은 내부 사정에 따라 변경될 수 있음