

정신건강 2조

정신건강사회복지론
인터넷&도박중독

CONTENTS

목차

01

개념 설명

02

현황 및 문제점

03

국내 정책 및 서비스 소개

04

정책 및 서비스 부족한 점

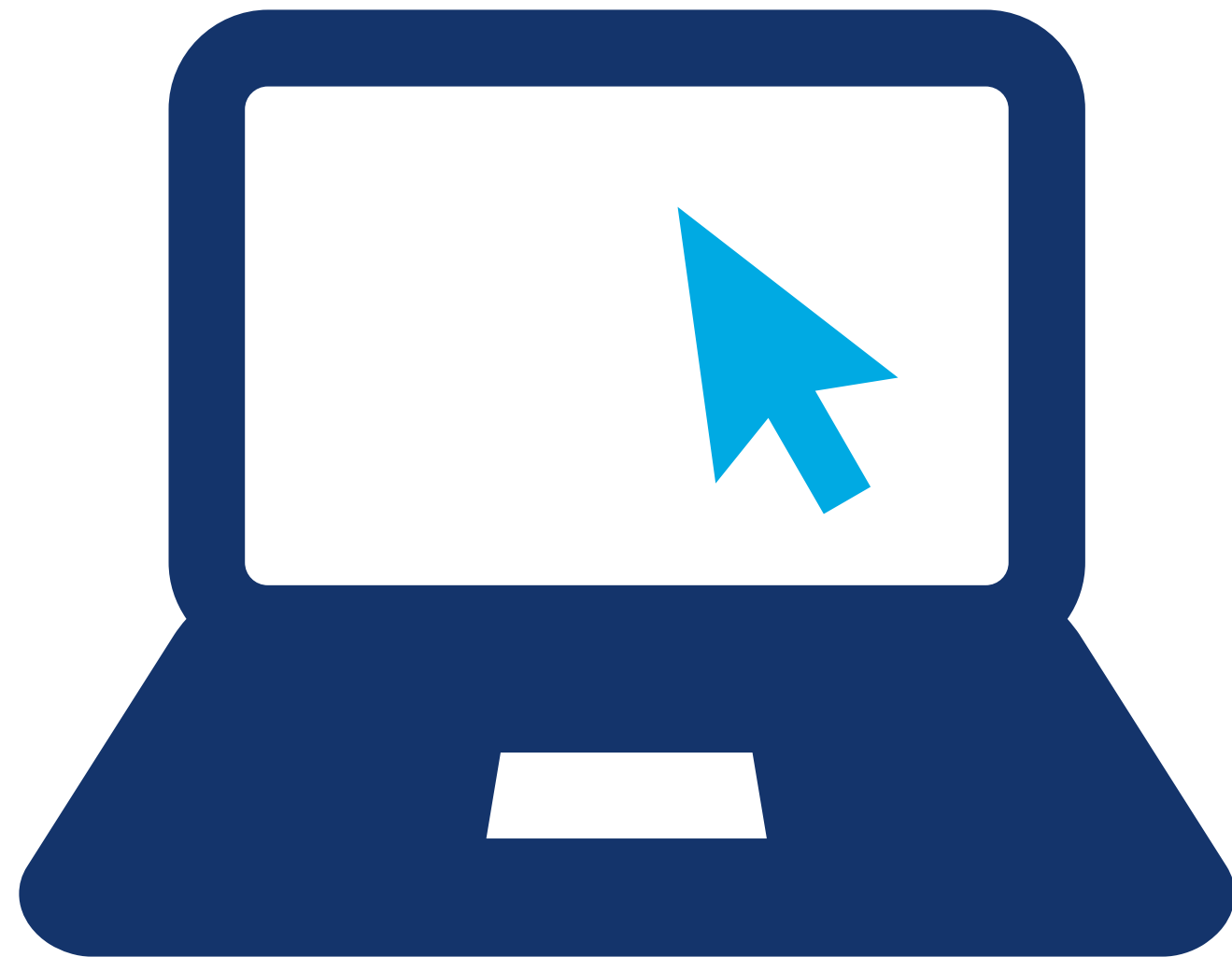
05

해외 정책 및 서비스 소개

06

국내 정책에 대한 개선방안

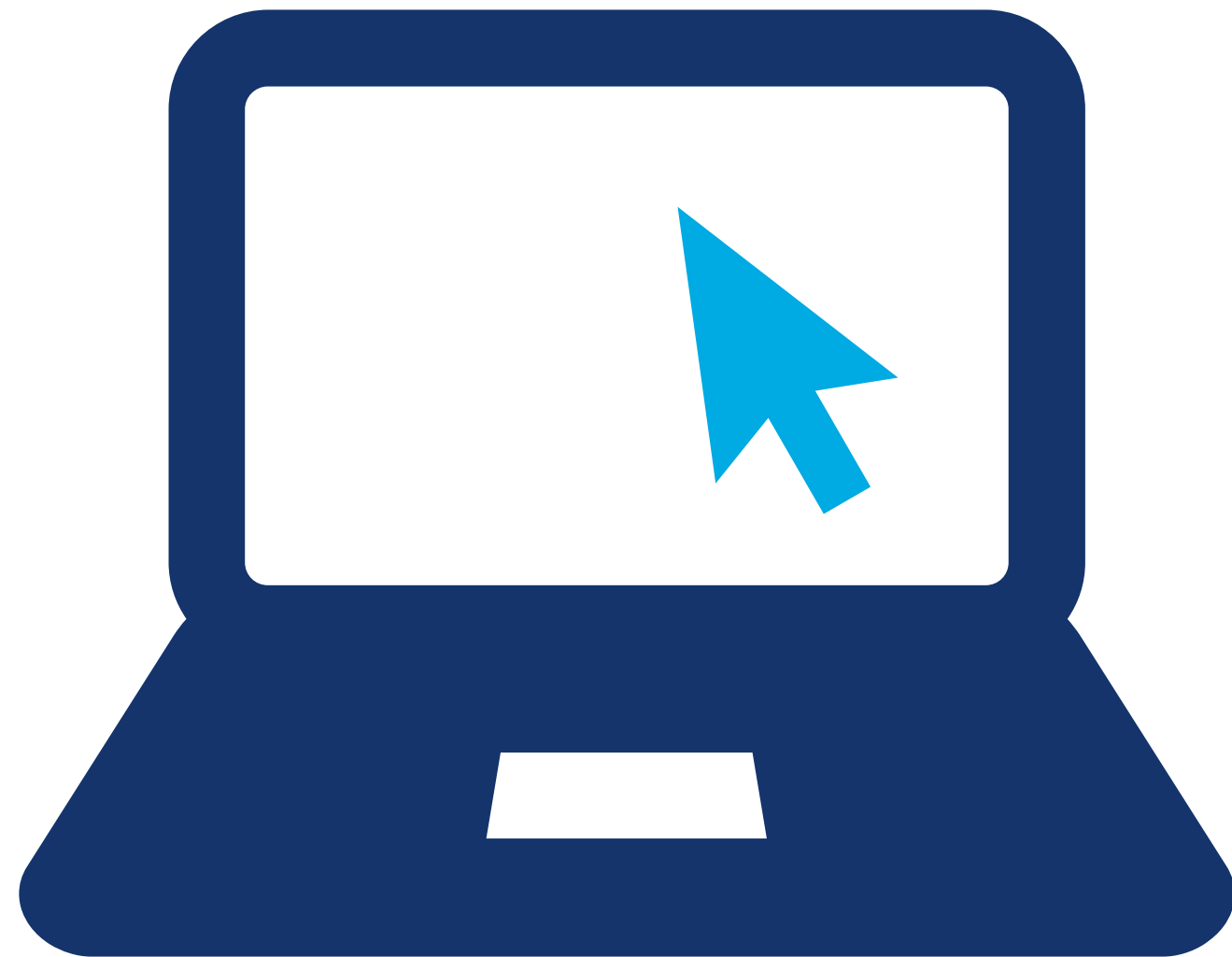
인터넷 중독 개념



개념

컴퓨터 및 인터넷 사용에 있어서 자율적 통제가 불가능할 뿐 아니라, 인터넷 사용에 대한 과도한 집착이나 충동적인 행동을 보이며 일상생활의 장애가 유발되는 상태를 의미한다.

인터넷 중독 원인



원인

본능적으로 예측하기 어렵고 새로운 자극에 집착하는 인간은 인터넷에서 다양하고 새로운 자극에 지속적으로 공급을 받아 중독을 유발한다.

우울감, 강박증, ADHD, 낮은 자존감 등 다양한 정신과적 문제가 인터넷 중독과 깊은 연관성을 지니기도 한다.

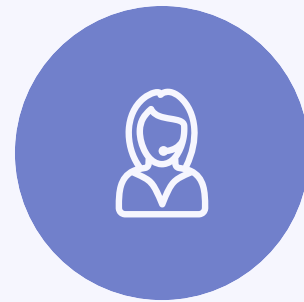
인터넷 중독 원인

원인



환경적 요인

- 1. 가정환경
- 2. 사회환경
- 3. 심리적 요인



인터넷의 특성

- 1. 내재적 특성
- 2. 사회적 특성



개인적 요인

- 1. 인구통계학적 요인
- 2. 중독에 취약한 유전적 기질적 요인
- 3. 개인의 인터넷 사용 특성

인터넷 중독 증상

인터넷 중독의 증상

1. 인터넷 하지 않는 동안에도 인터넷을 할 생각만 한다.
2. 처음에 의도했던 시간보다 더 오래하게 된다.
3. 만족하기 위해 점점 더 많은 시간과 자극적인 것을 찾는다.
4. 일상생활에 장애가 오고 가상적인 대인관계를 지향한다.
5. 과도한 인터넷 사용으로 학업이 떨어지거나, 직장동료들의 불만이 쌓인다.
6. 인터넷의 영향으로 충동적이 되거나, 골목을 지나가는데 게임장면처럼 보이는 등 가상세계와 혼동을 하게 된다.

도박 중독 개념

개념



정신질환 진단분류의 세계적인 표준으로 사용되고 있는 DSM-IV-TR(2000)에는 '충동조절장애'의 한 하위범주로 '병적 도박(pathological gambling)'이라는 명칭이 포함되어 있다.

도박 중독 원인



원인

유아기나 아동기에 경험한 부모와의 갈등적인 관계에서 유래하는 무의식적인 자기 파괴적 충동, 변동비율계획을 따르는 도박 게임의 강화방식, 자신과 도박 게임에 대한 인지적 왜곡, 도박을 유혹하거나 권하는 환경이나 하위문화의 규범, 유전적인 취약성과 이를 촉발하는 유혹적인 도박게임의 경험 등의 문제가 있다.

01

도박 중독 증상

01

도박에 집착한다.

02

바라는 만큼의 흥분을 얻기 위해
점차 액수를 늘리며 도박을 하려는
욕구가 있다.

03

도박을 조절하거나 줄이거나
중단하려는 노력이 반복적으로
실패한다.

04

도박을 줄이거나 중지시키려고 할 때
안절부절 못하거나 과민해 진다.

05

문제로부터 도피하기 위한 수단이거나,
불쾌한 기분을 덜기 위한 수단으로
도박을 한다.

도박 중독 증상

06

도박으로 돈을 잃은 후, 그 돈을 만회하기 위해 다시 도박판에 돌아간다.

07

도박에 관여된 정도를 숨기기 위해 가족, 치료자 혹은 타인들에게 거짓말을 한다.

08

도박 자금을 조달하기 위해 위폐, 사기, 절도, 착복과 같은 불법행위를 저지른다.

09

도박으로 인해 중요한 관계가 위태로워지거나 직업 및 교육적인 기회나 출세의 기회를 상실한다.

10

도박으로 야기된 절망적인 경제 상태에서 벗어나기 위해 타인에게서 돈을 빌린다.

인터넷 중독 현황

통계 지표 개념

스마트폰 과의존 현황은 국내 만3세~69세 스마트폰(인터넷)이용자를 대상으로 표준화된 스마트폰 과의존 척도를 활용하여 스마트폰 과의존 위험군 비율을 산출한 것임

스마트폰 과의존 정의

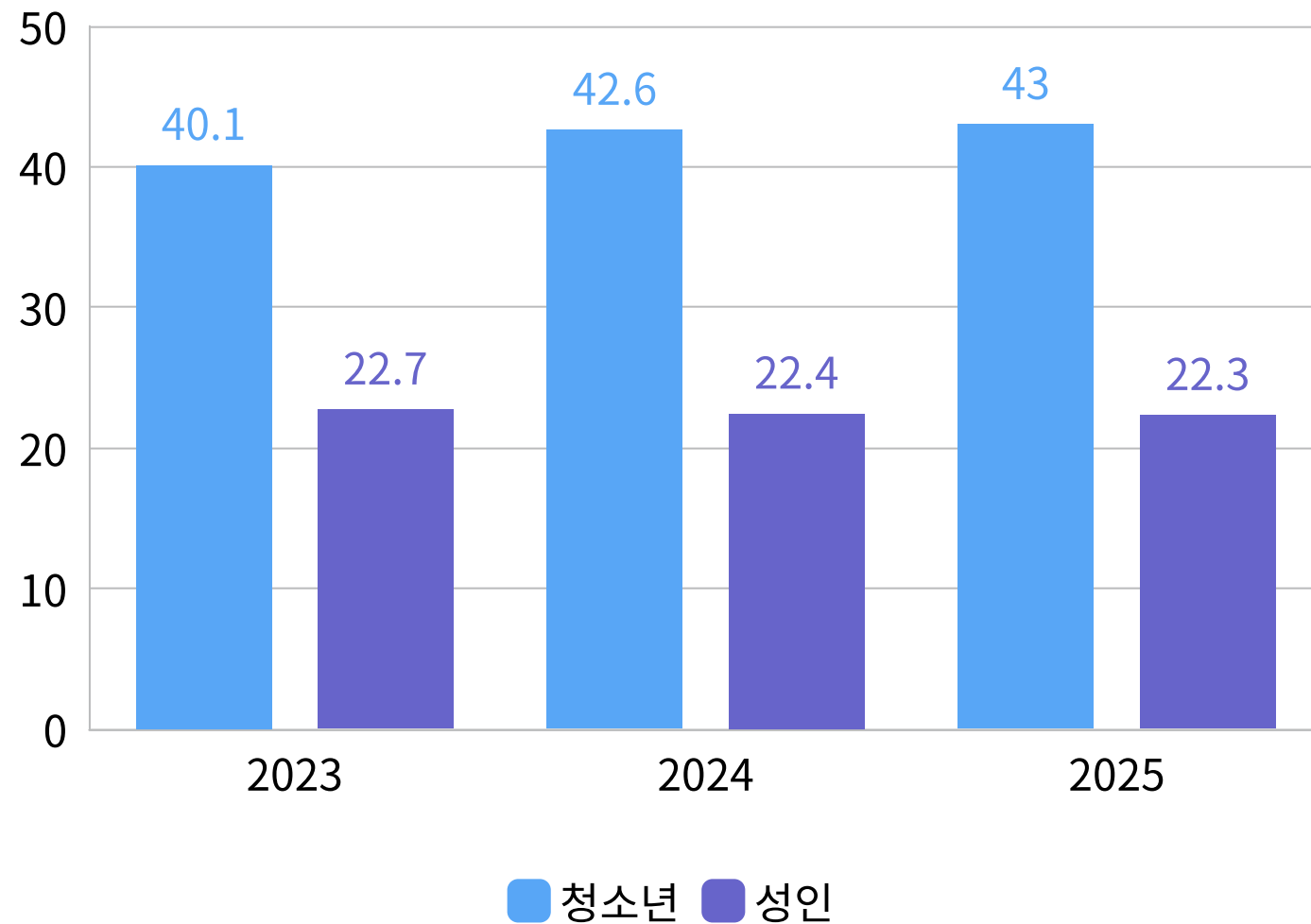
스마트폰 이용에 대한 현저성 증가, 조절실패, 문제적 결과를 경험하는 상태를 의미

스마트폰 과의존 위험군을 고위험군, 잠재적위험군, 일반군으로 분류

(위 세 가지 주요 특성을 모두 보이는 사람은 고위험군, 2개 이내 특성을 보이는 사람은 잠재적 위험군으로 분류)

인터넷 중독 현황

2023~2025년 기준
스마트폰 과의존 통계 지표



청소년

*만10~19세

2023년 40.1%에서 2025년 43.1%로
2% 증가한 것으로 보임

성인

*만20~59세

2023년 22.7%에서 2025년 22.3%로
0.4% 하락한 것으로 보임

인터넷 중독 문제점

시간감각의 문제성

낮과 밤의 구분이 모호해지며, 일상에 지장이 간다.

시간 조절 능력의 감소

사용시간을 조절하는 능력이 떨어지며, 그만 해야겠다는 시도는 매번 실패하다가 결국 포기하게 된다.

현실에서의 지장

지나치게 오래 사용하여 현실세계에서 해야 할 학업, 업무의 성과가 떨어지며, 대인관계가 줄어든다.

인터넷 중독 문제점

대학생의 경우, 출석을 하지 못해 휴학을 하거나 제적을 당하게 된다.

직장인의 경우, 직장에서 문제를 일으켜 그만두게 된다.

> 자율성과 독립성이 강조되는 시기적 특성상 스마트폰 사용에 대한 통제가 거의 없기 때문.

일반적으로 OTT 이용 빈도가 높아질수록 스마트폰 과의존 위험은 증가하므로,

숏폼 콘텐츠 도입이 20대의 전반적인 스마트폰 과의존 위험군 증가에 직·간접적인 영향을 미쳤다고 볼 수 있다.

인터넷 중독 문제점

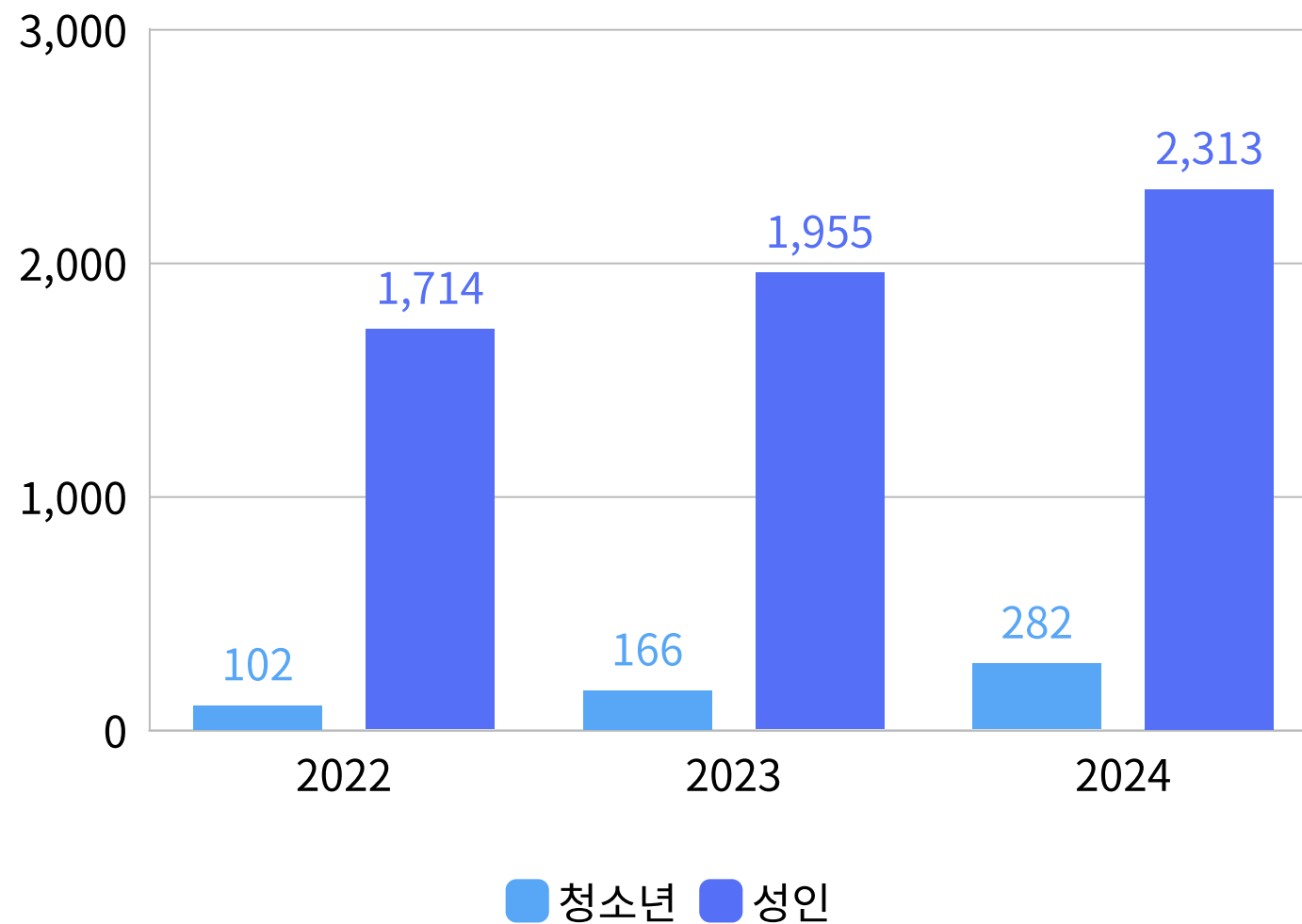
청소년의 경우, 컴퓨터 사용시간을 놓고 가족과 갈등을 일으키거나 반항적 태도를 보이기도 한다. 특히 갈등, 우울감이나 불안감이 강해질 때 인터넷에 접속하면 기분이 나아지는 효과가 있다고 말한다.

심리적 문제로서 인터넷에 중독된 청소년들이 인터넷을 하지 않으면 금단증상을 보인다. 평소 인터넷 생각에 집중력이 떨어지며, 인터넷에 접속하는 순간 불안하고 초조한 현상이 사라진다. 컴퓨터를 사용할 때면 신경이 날카로워지는 등 '심리적 의존' 현상을 보인다.

신체적인 문제로서 밤 늦게까지 인터넷을 하느라 수면 부족, 두통을 호소한다. 목이나 어깨에 통증은 물론, 시력저하와 몸무게 변화가 생기며 이로 인해 체중이 줄어들거나 영양실조를 야기할 수 있고, 반대로 비만의 우려도 있다.

도박 중독 현황

2022~2024년 기준 청소년 및 성인의 도박 진료 현황



청소년

*만10~19세

2022년 102명에서 2024년 282명으로
약 2.76배 증가한 것으로 보임

성인

*만20~39세

2022년 1714명에서 2024년 2313명으로
약 1.35배 증가한 것으로 보임

도박 중독 문제점

회피성 대처

현실문제의 압박감, 우울감, 스트레스를 잊기 위해 도박으로 대처하게 된다.

금전적 욕구

쉽게 큰 돈을 따고 싶거나 잃은 돈을 만회하고 싶은 욕구가 생기게 된다.

흥분동기

스릴과 흥분, 짜릿함, 쾌감과 같은 오로지 즐거움을 위한 욕구 충족으로 생각하게 된다.

도박 중독 문제점

성인의 경우, 술, 담배의 섭취량이 증가한다. 돈을 따고 잃는 것에 기본적인 음주량이 늘고, 담배의 소모량도 늘게 된다. 특히 불법 하우스 도박처럼 도박을 하면서 흡연을 할 수 있는 도박이라면, 흡연량이 폭증하는 경우가 대부분이다.

신체적인 문제로서, 시력 저하나 허리, 무릎 등의 관절을 상하게 된다. 도박에 대한 기대감으로 잠을 설치거나 도박으로 인해 발생한 채무 걱정으로 잠들지 못하게 되어 수면 부족으로 이어지며, 식사도 자주 거르고 만다.

도박 중독 문제점

청소년의 경우, 생물학·정신적 미성숙한 청소년기에 반복된 쾌락이 심각한 중독 단계로 발전할 가능성이 크기 때문에 성인 도박 중독보다 훨씬 위험성이 크다고 분석되고 있다. 이는 돈을 잃는 것뿐 아니라 정신적 문제와 학교 부적응, 대인관계 붕괴 등 다양한 사회적 문제를 일으킨다.

청소년들이 성매매, 디지털 성범죄, 보이스 피싱, 마약 등 2차 범죄 및 추가 범죄에 쉽게 노출되고 있으며, 도박 빚을 갚거나 자금을 마련하기 위해 손쉽게 범죄를 저지를 수 있는 상황에 놓이게 된다.

국내 인터넷 중독 정책 소개

청소년 대상



청소년 미디어
이용습관 진단조사

성평등가족부, 교육부,
시·도교육청과 협력하여 진행

진단 결과, 인터넷·스마트폰
과의존 위험군으로 확인된 경우



각종 치유 프로그램 제공

개인 또는 집단상담이나
추가 심리검사 → 치료기관 연계

국내 인터넷 중독 서비스 소개

청소년 대상



청소년상담 1388
청소년상담복지센터

한국청소년상담복지개발원에서
제공하는 상담 서비스



국립청소년인터넷드림마을

기숙형 치유프로그램을 운영하는
상설 치유기관

국내 인터넷 중독 정책 소개

성인 대상



스마트폰 과의존 척도
온라인 검사 진행

스마트쉼센터에서 제공하는
온라인 자가진단 진행



국가주도의 예방교육
필수 이수화

고용노동부·산업안전보건공단과
연계하여 직장 내 교육 이수

국내 인터넷 중독 서비스 소개

성인 대상



전문상담기관
스마트쉼센터

심리·정서적 개입을 제공하는
현장 중심의 서비스



중독관리통합지원센터

중독자 조기발견·상담·치료·재활 및
사회복귀를 지원

국내 인터넷 중독 전체 차이점

대상자 발굴

청소년 서비스

교육 시스템 내의 강력한 제도적 통제력을
활용한 선제적 발굴

성인 서비스

스마트쉼센터의 온라인 개방형 척도(S-척도)를
통한 유병자 스스로의 자발적 유입에 의존

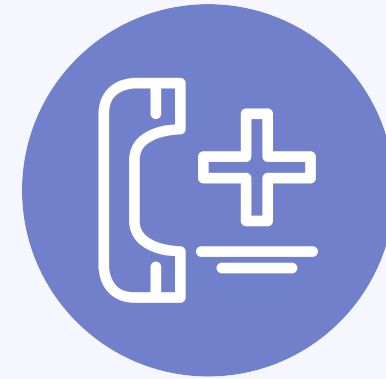
국내 도박 중독 정책 소개

청소년 대상



사이버 도박문제 자가진단

사이버 도박 위험요인 조기 발견,
맞춤형 상담·치유서비스로 연계



사이버 도박 위험군 청소년에 대한 지원 절차 강화

청소년상담복지센터가 1차 상담을
실시한 뒤 전문기관으로 연계

국내 도박 중독 서비스 소개

청소년 대상



한국도박문제예방치유원

도박문제 선별검사, 조기개입, 예방
교육, 상담, 치유정보 제공



도박문제 헬프라인 1336

초기 상담을 받고 전문기관으로 연
계될 수 있는 대표 서비스

국내 도박 중독 서비스 소개

청소년 도박예방교육 강화

「사행산업통합감독위원회법」 시행

2026년 5월 12일부터 학교장은 학생을 대상으로 연 2회 이상 도박 예방교육을 의무적으로 실시해야 한다. 교육부, 사행산업통합감독위원회, 한국도박문제예방치유원은 학교 현장에서 참여형 예방교육과 캠페인 등이 운영될 수 있도록 지원하고 있다.

조기 신고 및 회복 지원 강화

청소년 사이버도박 문제 해결을 위해 관계부처 합동 업무협약 추진

성평등가족부, 교육부, 경찰청, 금융위원회, 금융감독원, 사행산업통합감독위원회 등이 청소년 사이버도박 자진신고, 회복 지원을 위해 협력한다. 이는 단순 처벌보다 조기 신고와 회복 지원을 강화하려는 정책 흐름으로 볼 수 있다.

국내 도박 중독 정책 소개

성인 대상



사행산업통합감독위원회

다변화 공익 캠페인, 법적 처벌 수
위 증가, 신고 포상금 제도 운영



불법 사행산업 근절 및 피해자 회복 지원

법 도박 사이트의 원천 차단 및 처
벌보다 치료와 재활 중심으로

국내 도박 중독 서비스 소개

성인 대상



도박문제예방치유원

전문 의료기관과 연계한 외래 진료
비 및 정밀 정신의학 검사비 지원



중독관리통합지원센터

지역사회 성인 중독 유병자와 그 가
족들을 위한 통합 재활 프로그램

국내 도박 중독 서비스 소개

헬프라인 1336

주야간 구분이 없는 성인 도박의 특성을 고려하여 365일 24시간 연중무휴 체제

단순 심리적 정서 지지 역할을 넘어 서민금융진흥원이나 대한법률구조공단과의 다이렉트 채널을 통해 금융 구제 및 법률 자문 정보를 병행 안내한다. 더불어 고위험군의 자살 위기 징후가 포착될 경우 자살예방 상담전화(109) 및 112·119 긴급구조기관과 즉각 공조하는 위기 개입 시스템을 가동하고 있다.

제도권 밖 성인층의 인식 개선

군부대나 기업 등 공공성과 집단성을 띤 사회적 차원에서의 도박 예방 교육 체계 고도화 추세

일과 후 스마트폰 사용 확대로 사이버 도박 노출 빈도가 높아진 군 장병들을 예방하기 위해 국방부와 협업한 전 장병 대상 도박 예방 교육을 연례화하였으며, 일반 기업체 직장인들을 대상으로는 법정 의무 안전·보건 교육이나 직장 내 소양 교육 스케줄과 연계하여 온·오프라인 중독 예방 교육의 수강률을 끌어올리고 있다.

국내 도박 중독 정책 차이점

청소년 도박 정책은 교육 시스템 내의 통제력을 활용한 선제적 발굴에 방점을 둔다. 여성가족부와 교육부 주도의 미디어 이용습관 진단조사 및 학교장의 연 2회 예방교육 의무화처럼 제도적 스크리닝을 통해 위험군을 조기에 강제 인지해 낸다.

성인 정책은 유병자 스스로의 자발적 동기(네티라인·CPGI 자가진단)에 의존할 수밖에 없다. 성인 영역에서는 발견보다 홀덤덱 불법 사행행위 단속이나 불법 도박 사이트 원천 차단'등 도박 유해 환경 자체를 사법적으로 억제하는 사후 규제 정책이 전면에 배치된다.

국내 도박 중독 서비스 차이점

청소년 도박은 스마트폰 과의존이나 또래 집단 내의 일탈 행위 등 보호·선도의 영역에서 대책이 수립된다.

성인 도박은 자산 손실, 사채 채무, 개인 파산 등 실질적인 생계 파탄과 직결된다.

성인 특화 서비스에는 단순 정서 상담을 넘어 서민금융진흥원 및 대한법률구조공단과 다이렉트로 공조하는 금융·법률 구제 서비스와 극단적 선택 예방(109)을 위한 긴급 위기 개입 시스템이 필수적으로 융합된다.

국내 도박 중독 전체 차이점

궁극적인 지향점

청소년 서비스

유병 상태의 심화 방지
건강한 성장 환경을 복원하는 데 집중

성인 서비스

일터와 가정으로의
정상적인 복귀를 목표

국내 정책 및 서비스 통합 정리

성평등가족부 지원 사업

청소년상담복지센터와 한국청소년상담복지개발원이 주축
이 과정에서 사회복지사 및 상담사는 중독 청소년을 발굴하고 일상으로 복귀시키는 통합 사례 관리자 역할

미디어 과의존 위험군 조기 발굴 및 맞춤형 치유 지원을 위한 미디어 이용습관 진단조사 진행

- 진단조사 결과 인터넷·스마트폰 과의존 또는 사이버 도박 문제 위험군으로 분류된 청소년에게는 본인 또는 보호자의 동의를 거쳐 맞춤형 상담·치유서비스가 제공
- 개인 또는 집단상담을 제공하고, 추가 심리검사를 통하여 우울이나 주의력결핍과잉행동장애(ADHD) 등이 있는 경우 치료기관(병원 등) 연계 지원, 부모교육, 치유프로그램 등이 제공
- 공존질환이 있는 경우에는 종합심리검사와 치료협력병원 연계, 치료비 지원

국내 정책 및 서비스 통합 정리

성평등가족부 지원 사업

기숙형 치유캠프 프로그램을 운영하는 상설 치유기관인 국립청소년인터넷드림마을

- 중·고등학생 대상 7박 8일 기숙형 치유캠프, 초등학생과 보호자가 함께 참여하는 가족치유캠프 등이 포함
- 프로그램 내용은 심리검사, 개인상담, 집단상담, 가족상담, 부모교육, 대안활동 등으로 구성

올해부터 전국 청소년상담복지센터의 '게이트키퍼' 역할을 확대해 사이버 도박 문제 위험군 청소년에 대한 지원을 강화

- 기존에는 위험군 판정 시 한국도박문제예방치유원 등 전문기관으로 즉시 연계했으나, 전국 청소년상담복지센터가 1차 상담을 실시한 뒤 전문기관과 연계하도록 절차 개선

국내 정책 및 서비스 통합 정리

보건복지부 지원 사업

지역사회 중심의 중독관리통합지원센터를 통한 지원 사업

정신건강사회복지사(중독전문사회복지사)가 사례 관리자나 조력자로서 주도적인 역할을 맡는 대표적인 기관

지역보건소 및 정신건강복지센터와 연계하여 접근성을 극대화, 의료-복지 지원

- 사회복지사는 지역 내 성인 중독자들을 상시 발굴하고, 치료 협력 병원으로 연계
- 정신건강전문요원 등 전문 인력을 통해 1차 상담과 지속적인 사례 관리를 제공함으로써 밀착형 치유 서비스 보장
- 보건복지부 정신건강사업안내 지침에 의거하여, 정신건강사회복지사들은 고위험군을 대상으로 동기강화상담과 인지 행동치료 소그룹 세션 진행

국내 정책 및 서비스 통합 정리

보건복지부 지원 사업

- 외래 진료나 정신의학적 치료가 시급한 중증 유병자는 협약된 지정 정신건강의학과 병원으로 연계하고, 진료비와 검사비를 지원하는 통합 사례관리 실행
 - > 지역사회 정신건강 인프라가 결합된 다학제적 통합 사례관리 형태

정신건강사회복지사들은 센터 내에서 진행되는 중독질환자를 위한 **재활프로그램**이나 중독 경험을 공유하고 서로 지지하는 **자조모임**을 통해 일상생활에 복귀할 수 있도록 지원 체계 구축

광역형 중독관리통합지원센터 운영

구분	사업영역	세부사업
광역형	광역중독관리사업 기획 및 기반조성	<ul style="list-style-type: none"> 지역사회 중독건강 실태조사 중독 정신건강 인적자원 개발 지역사회 홍보·교육
	필수 사업 중독관련 사업 운영 매뉴얼 및 콘텐츠 개발, 행정지원	<ul style="list-style-type: none"> 지역사회 중독사업 운영 매뉴얼 및 콘텐츠 개발 기초형 중독관리통합지원센터 사업 운영지원 및 관리
	광역중독관리체계 구축, 상호협력 및 연계촉진	<ul style="list-style-type: none"> 지역자원 연계 및 협력체계 구축 지역사회 중독관리서비스 질적·양적 관리
	지역 특화 중독 당사자 동료지원가 양성 및 활동지원	<ul style="list-style-type: none"> 중독 당사자 동료지원가 양성 및 활동지원

기초형 중독관리통합지원센터 운영

기초형		중독문제 조기발견 및 개입사업	<ul style="list-style-type: none"> • 등록 전 대상자 상담 • 단기개입상담(SBIRT)
	필수 사업	중독질환자 관리사업	<ul style="list-style-type: none"> • 중독질환자 등록 및 사례관리 • 중독질환자 재활프로그램 • 가족지원사업 <ul style="list-style-type: none"> - 사례관리서비스 - 교육 및 프로그램
			<ul style="list-style-type: none"> • 노숙인 등 취약계층 관리사업 (해당 사업예산을 받는 경우 필수) • 청년중독관리사업 (해당 사업예산을 받는 경우 필수)
	지역 특화	광역형 사업 중 선택	<ul style="list-style-type: none"> • 지역사회 중독 정신건강 실태조사 • 지역사회 중독 관련 교육·홍보 • 중독 당사자 동료지원가 양성 및 활동지원

국내 정책 및 서비스 통합 정리

과학기술정보통신부 지원 사업

국가정보화기본법에 근거해 3년마다 수립되는 범정부 종합계획으로, 스마트쉼센터가 전국 17개 시·도에서 실무 담당
> 인터넷·스마트폰 과의존 예방과 해소를 위한 전문 상담기관

전문상담, 예방교육, 찾아가는 가정방문상담, 조사·연구, 캠페인 등 운영

- 전화상담, 온라인상담, 센터 내방상담, 가정방문상담 등이 있으며, 모든 상담에는 전문 상담사가 진행
- 성인용 스마트폰 과의존 척도를 온라인에 개방해 접근성을 높이고, 실시간 채팅과 야간 전화로 초기 상담 진행
- 인터넷·스마트폰 과의존 예방·해소에 적극 대응하고자 전문강사를 학교 및 수요기관에 파견, 유아에서 성인에 이르기 까지 대상별로 인터넷·스마트폰 과의존의 이해, 실태, 예방, 탈출법 등의 예방교육을 실시·지원

국내 정책 및 서비스 통합 정리

과학기술정보통신부 지원 사업

정신건강사회복지사들은 현장방문상담을 통해 은둔형 고위험군 대상자에 실제 생활 환경에 밀착하여 심리·정서적 개입을 제공함으로써 **현장 중심의 서비스**를 시행

정신건강의학과 전문의 치료가 필요한 고위험군 대상자인 경우, **지역 병원으로 연계 조치**
- 경제적 사정으로 치료를 받지 못하는 취약계층 고위험군인 경우, 스마트쉼센터나 지자체에서 제공하는 **치료비 지원 제도 매칭**



국내 정책 및 서비스의 부족한 점

청소년 기준

온라인 불법도박과 유해 콘텐츠 차단에는 한계가 있다

2026년 청소년 미디어 이용습관 진단조사는 초1·초4·중1·고1 등 학령전환기 청소년을 중심으로 실시된다. 따라서 조기발견에 도움이 되지만, 모든 학년의 청소년을 대상으로 하는 것은 아니다. 또한 학교 밖 청소년, 장기결석 청소년, 문제를 숨기고 있는 고위험 청소년까지 충분히 발견하기에는 한계가 있다.

국내 정책 및 서비스의 부족한 점

청소년 기준

학교 기반 진단조사에는 한계가 있다.

2025년 청소년 도박 실태조사 결과에 따르면 청소년의 도박 경험은 온라인 카지노 게임, 온라인 미니게임, 온라인 스포츠 결과 돈 걸기 등 온라인 기반 유형과 연결되어 있다. 또한 청소년의 54.0%가 도박 광고나 홍보물에 노출된 경험이 있는 것으로 나타났다. 즉 상담과 교육만으로는 충분하지 않고, 불법 사이트, SNS 홍보, 문자 광고, 온라인 게임 내 도박성 요소를 차단하는 정책이 함께 필요하다.

국내 정책 및 서비스의 부족한 점

성인 기준

성인 도박 중독자의 특성을 고려한 재정·법률 채널과의 유기적 연계가 부족하다

성인 도박 유병자는 단순한 심리적 역기능을 넘어 수천만 원에서 수억 원에 이르는 채무 문제를 동반하는 경우가 대부분이다. 당장 급박한 채무 독촉을 받는 성인 클라이언트에게 심리 상담이나 인지행동치료만을 우선 제공하는 것은 임상적 실효성이 떨어진다. 현재 헬프라인 1336 등에서 대한법률구조공단이나 서민금융진흥원 정보 안내 서비스를 소개하고는 있으나, 실제 현장 현장에서 중독 치료와 개인파산·회생 등 법적 재정 절차를 원스톱으로 밀착 해결해 주는 통합 사례 관리는 여전히 취약한 실정이다.

국내 정책 및 서비스의 부족한 점

성인 기준

낙인감으로 고립된 은둔형 성인 중독자를 발굴할 선제적 정책이 부재하다.

성인층은 제도권 학교처럼 정기적인 전수 진단조사를 실시할 수 없고, 직장 내에서도 중독 여부를 스크리닝할 수 있는 공식 기제가 없다. 당사자가 경제적·파멸적 위기에 직면해 스스로 사회복지망에 문을 두드리기 전까지는 문제가 철저히 은폐된다. 특히 최근 급증하는 2030 고립·은둔 청년이나 무직 성인층의 경우, 폐쇄적인 방 안에서 스마트폰으로 불법 도박에 몰입하다가 위기 징후(자살 등)로 직결되는 경우가 많다.

해외 인터넷 중독 서비스 소개

미국의 인터넷 중독 해소 정책

Internet Addiction Recovery Program (The reSTART)

인터넷 중독 환자를 45일간 일상과 격리하는 것이 주된 특징

환자의 동의를 얻어 워싱턴 주 폴 시티(Fall City)에 위치한 센터(Heavenfield Retreat Center)에 45일간 머물면서 인지행동치료(Cognitive Behavioral Therapy), 심리치료(psychotherapy), 전문가 상담 등 다양한 치료요법을 통해 환자의 인터넷 의존증을 해소시킨다.

해외 인터넷 중독 서비스 소개

미국의 인터넷 중독 해소 정책

Internet Addiction Recovery Program (The reSTART)

부모 또는 가족과의 워크숍을 운영하며 향후 환자의 인터넷 중독 재발을 막기 위한 가족의 관심과 대처법을 유도하고, 동시에 인터넷 중독으로 인해 후퇴된 환자의 대인관계 기술을 회복시키고자 한다. 입소 환자의 스케줄을 엄격하고 관리하며, 이는 인터넷중독으로 상실된 시간관리 능력을 회복하기 위한 목적이다.

요컨대 'The reSTART'를 포함한 미국의 인터넷 중독 해소 프로그램은 인터넷 중독으로 야기되는 일련의 문제에 대한 포괄적 치유를 목표로 하며, 이를 통해 환자를 정상적 생활로 복귀시키는데 최종목표를 두고 있다.

해외 도박 중독 서비스 소개

일본의 도박 의존증 대책 기본계획 수립

기본계획의 목표는 도박에 몰두함으로써 생기는 개인 및 사회적 문제를 예방하고 국민의 건전한 생활을 도모함과 동시에 안심하고 살 수 있는 사회를 실현하는 것

해외 도박 중독 서비스 소개

일본의 도박 의존증 대책 정책의 역할 및 구조

기관명	주요내용
소비자청	-소비영역에서의 도박 의존증 예방·교육·상담·인력양성 사업 주지 -도박 의존증 교육자료 배포 및 관리 -지방 공공 단체 도박 의존증 대책 이행 지원 및 관리
금융청	-금융경제 시스템 내에서의 도박 의존증 관련 사업 추진(네트워크 형성 등), 금융교육 개정 주지
법무청	-도박 의존증에 따른 수형자 대상 상담 지원·사회복귀 지원 등
후생노동성	-의존증 치료 연계, 치료기관 거점확보, 보건인력 양성 등

해외 도박 중독 서비스 소개

일본의 도박 상담·치료·회복 지원

소비생활상담

소비생활 상담의 일부로 도박 행동 상담 서비스를 제공한다. 또한 도박 행동에 대한 지방 공공 단체 직원 연수·소비자안전확보지역협의회 설치·지방공공 단체 소비자 행정 체제 정비 등을 통해 지역사회 내 소비생활 상담 인프라를 확보하고 있다.

다중채무 상담

금융청은 다중채무 상담을 통해 도박 및 의존증 대응을 진행하고 있다. 법무성은 사법 지원 센터에서 다중채무 사건 대응 시 도박 문제의 조기발견 등을 병행하여 처리할 수 있도록 연계체계를 구축하고 있다.

해외 도박 중독 서비스 소개

일본의 도박 상담·치료·회복 지원

치료

후생노동성을 중심으로 의존증 치료 거점 기관을 활용해 의료·치료 지원을 추진하며, 도박 등 의존증 표준 치료프로그램 등을 보급한다.

사회 복귀 지원

후생노동성은 생활곤궁자자립지원법에 근거해 도박 및 의존증 문제를 가진 사람을 대상으로 자립 상담, 경제 지원, 정신 보건복지센터 연계 등을 추진한다. 법무성은 도박 및 중독 문제를 가진 수형자가 출소 이후에도 계속 회복지원 및 생활 지도를 받을 수 있도록 관련 기관(공공취업지원센터, 교정 시설 등)과 연계체계를 강화하고, 취업활동을 지원하고 있다.

국내 정책에 대한 개선방안

문제

고립된 은둔형 성인 중독자 발굴 어려움

재정·법률 채널과의 유기적 연계 부족

오프라인 여가 생활의 부족성



개선

선제적인 아웃리치(찾아가는 서비스) 정책 같은
현장 밀착형 지원 활동 확대

법률 기관과 연계하여 재정 절차까지의 서비스 구축

지역사회 기반의 문화·체육 인프라 지원

국내 정책에 대한 개선방안



정선 카지노에서 집 두 채 잃고 쪽방살이. 그래도 10년째 연구 중인 남
자 | 인생 역전 도박의 현실 | 다큐 it | #골라둔다큐

참고문헌

강릉시중독관리통합지원센터

SNUH 서울대학교병원

김교헌 (2009). 한국 도박중독 문제의 책임과 대처 . 한국심리학회지: 건강, 14(1), 27 - 39.

한국지능정보사회진흥원

김경우. 청소년 인터넷중독의 실태와 문제에 관한 연구. 한국컴퓨터정보학회 학술발표논문집

건강보험심사평가원

한국도박문제예방치유원

한국대학신문 / [UNN 리포트] 점점 심각해지는 청소년 도박 중독, 문제점과 해결 방안은? / 임지연

국가법령정보센터. 「사행산업통합감독위원회법」.

한국도박문제예방치유원. 「청소년 도박 SOS: 선별검사 및 조기개입」.

한국도박문제예방치유원. 「도박문제 헬프라인 1336」.

스마트쉼센터. 「스마트폰 과의존 예방·상담 서비스 안내」.

보건복지부. 「중독관리통합지원센터 운영 및 현황」.

성평등가족부. (2026). 「성평등가족부, 전국 156만 명 대상 청소년 미디어 이용습관 진단조사」

성평등가족부. 「청소년 인터넷·스마트폰 과의존 치유 지원」.

교육부. (2026). 「'도박을 멈춰, 그게 이기는 거야' 학교교육 강화와 범정부 지원으로 청소년 도박 근절한다」.

국가법령정보센터. 「사행산업통합감독위원회법」.

국방부. (2025). 『장병 미디어 활용 및 예방 교육 정례화 지침』.

참고문헌

세상속으로: 해외동향; 미국의 인터넷 중독 해소 정책: Internet Addiction Recovery Program의 시사점/ 한국지역정보개발원/ 윤창근/
2010.12

아시아 주요국의 도박문제 정책 사례 조사/ 한국도박문제예방치유원/ 2023.12

THANK YOU

감사합니다.