

요약

청소년의 스마트폰 과의존이 심화되어 심리적·정서적 부담이 가중되는 가운데, 미국 법원이 플랫폼의 알고리즘 설계 책임을 인정하는 첫 배심평결을 내리면서 플랫폼 책임에 관한 논의가 본격화되고 있음. 디지털 행동중독은 정신건강 악화에 따른 의료·장해 보험금 청구 증가, 플랫폼 기업에 대한 손해배상 청구 등 새로운 리스크 요인으로 부상할 수 있어, 선제적 모니터링과 사례 분석이 요구됨

- 국내외 청소년들의 스마트폰 사용 의존도가 높아지고 있으며, 이로 인한 심리적·정서적 부담이 상당한 수준인 것으로 나타남
 - 과학기술정보통신부 조사¹⁾에 따르면, 2025년 기준 우리나라 청소년의 43%가 스마트폰이 늘 생각나고 스스로 끊기 어려운 상태, 즉 스마트폰 과의존 상태²⁾에 있으며, 이로 인해 신체적·심리적·사회적으로 부정적인 결과를 경험하는 것으로 나타남(그림 1) 참조
 - 2025년 기준 과의존 위험군 비율은 유·아동 26%, 성인 22.3%, 60대는 11.5%임
 - 미국 Pew Research Center 조사에 따르면 청소년의 38%가 자신이 스마트폰을 과하게 사용하며, 44%는 스마트폰이 없으면 불안함을 느낌³⁾
- 청소년들이 의사소통과 학습 등 다양한 활동을 스마트폰에 의존하는 상황에서, 숏폼 중심의 SNS 앱·플랫폼의 상시 접속 구조가 청소년들의 비교·인정 욕구와 맞물리면서 청소년의 우울과 불안, 주의력 저하 및 수면장애, 학업 성취와 인지능력 저하 등 사회·정서적 문제를 심화시킬 수 있다는 우려가 제기되고 있음
 - 확장되고 있는 숏폼 중심의 SNS 앱·플랫폼은 짧은 동영상, 알고리즘 기반 추천, 상호작용 기능을 통해 청소년의 SNS 상시 접속 및 과도한 사용과 밀접하게 연관되는 것으로 보고되고 있음⁴⁾
 - 이러한 청소년의 SNS 과사용은 정신건강 및 인지 발달 측면에서 부정적 결과와 연관되는 것으로 보고되고 있음
 - 미국 질병통제예방센터 조사에 따르면 SNS 이용 빈도가 높은 학생일수록 또래 괴롭힘 피해 및 지속적인 슬픔·절망감을 경험할 가능성이 통계적으로 유의하게 더 높은 것으로 나타남⁵⁾

1) 과학기술정보통신부 보도자료(2026. 3. 26.), "2025년 디지털 정보격차·웹 접근성·스마트폰 과의존 실태조사 결과"

2) 과학기술정보통신부·한국지능정보사회진흥원(NIA), 스마트폰 과의존 실태조사

3) Pew Research Center(2024), "How Teens and Parents Approach Screen Time"

4) U.S. Surgeon General Advisory(2023), "Social Media and Youth Mental Health"에 따르면, 사용자의 취향을 예측해서 무엇(콘텐츠)을 보고 싶을지를 골라주는 AI 알고리즘 기반 추천은 사용자가 그 콘텐츠와 어떻게(댓글, 공유, DM, 리포스트 등) 관계를 맺을지를 정하는 상호작용 기능과 맞물려 청소년의 SNS 중독을 강화하는 핵심 구조로 작동함: Qin, Y., Omar, B. and Musetti, A.(2022), "The addiction behavior of short-form video app TikTok", *Frontiers in Psychology*, 13은 숏폼의 중독적 설계를 TikTok의 사례로 증명함

5) CDC(2024. 10. 10.), "Frequent Social Media Use and Experiences with Bullying Victimization, Persistent Feelings of Sadness or Hopelessness, and Suicide Risk Among High School Students -Youth Risk Behavior Survey, United States, 2023"

- 또한 시간이 지남에 따라 SNS 사용이 증가하는 청소년은 그렇지 않은 청소년에 비해 읽기 능력, 순서 기억, 어휘력, 종합 인지기능 점수가 통계적으로 유의미하게 낮은 것으로 나타남⁶⁾

〈그림 1〉 한국 연령대별 스마트폰 과의존 위험군 비율

(단위: %)



자료: 과학기술정보통신부 보도자료(2026. 3. 26.), “2025년 디지털 정보격차·웹 접근성·스마트폰 과의존 실태조사 결과”

○ 한편, 지난 3월 25일 미국 법원에서 청소년 SNS 중독에 대한 플랫폼 사업자의 책임을 인정하는 배심평결을 내렸는데, 이는 플랫폼 구조 및 알고리즘에 대한 책임을 인정한 첫 사례임⁷⁾

- 해당 사건은 원고가 어린 시절 유튜브와 인스타그램을 사용하기 시작하면서 SNS 중독으로 인한 우울증 등 정신적 피해를 입었다고 주장하며 구글과 메타 두 기업을 상대로 손해배상을 청구한 사건으로, 배심원은 두 기업에게 설계 과정의 과실이 있다고 판단하고 600만 달러(약 90억 원)를 배상하라는 평결을 내림
 - 원고는 화면을 내리는 동작만으로 새로운 콘텐츠가 자동 로딩되어 사용 중단의 자연스러운 계기를 제거하는 설계 방식인 ‘무한 스크롤(Infinite scroll)’을 포함한 주의 집중형 플랫폼 설계가 사용자의 지속적 접속을 유도하고 있으며, 이것이 결함 있는 제품 디자인⁸⁾에 해당한다고 주장함
- 이는 SNS 중독 문제를 개인의 사용 행태를 넘어 플랫폼 설계 책임으로 확장하는 평결로 플랫폼 사업자를 상대로 한 수천 건의 소송으로 이어질 수 있음⁹⁾

○ 글로벌 보험업계¹⁰⁾도 이러한 디지털 기반 행동 중독을 정신건강 악화, 장애·의료 관련 보험 청구, 학교, 지방정부의 관리 비용, 기업에 대한 손해배상 청구 등 다양한 형태의 손해를 초래하는 위험으로 인식하기 시작함

6) EBS 보도자료(2025. 10. 28.), “美 의사협회지 ‘청소년 SNS 사용 늘면, 인지기능 저하’…의미는?”; Jason Nagata et al.(2025. 12. 2.), “Social Media Use Trajectories and Cognitive Performance in Adolescents”, *JAMA*, 334(21)

7) Reuters(2026. 3. 26.), “Meta, Google lose US case over social media harm to kids”

8) 이 재판에서 ‘무한 스크롤’은 단순한 UI 기능이 아니라, 플랫폼이 청소년 중독을 의도적으로 설계했다는 제조물책임의 증거로 사용된 개념으로, 배심원들이 이를 받아들임으로써 콘텐츠 이슈가 아닌 ‘설계 책임’을 처음으로 인정한 사례임; Tech Policy Press(2026. 3), “Platform Design Litigation Yields Historic Verdicts Against Meta and Google”

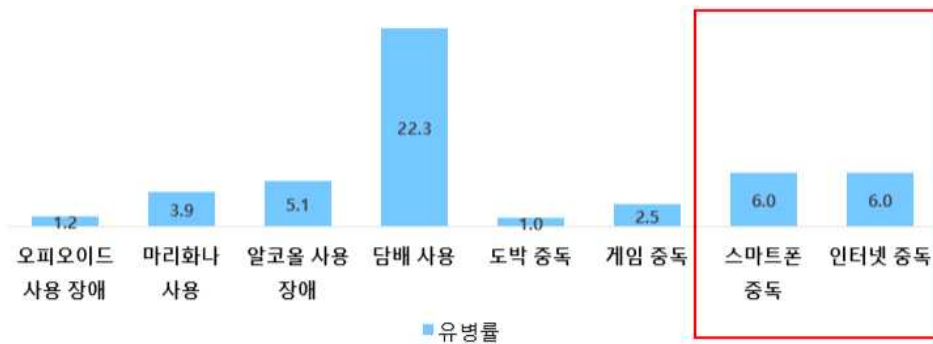
9) 다만, 메타와 구글이 이번 판결에 대해 항소계획을 밝힘에 따라 소송의 장기화 가능성이 있음

10) Gen Re(2025); Swiss Re SONAR(2025); Swiss Re SONAR(2023); Aon and Moody’s(2025); Clyde and Co(2026) 등 다수의 글로벌 재보험회사·리스크 분석기관이 디지털 행동 중독을 신형 배상책임 리스크로 공식 분류하거나 관련 보고서를 발간함

- 글로벌 재보험회사 Gen Re는 디지털 기반 행동 중독이 정신건강 악화와 노동력 상실을 통해 건강보험 및 장애보험 등에서 새로운 손해 발생 요인이 될 수 있는 새로운 위험이라고 지적함¹¹⁾
 - 디지털 기반 행동 중독은 디지털 활동에 강박적으로 몰두하는 것을 특징으로 하며, Gen Re가 추정한 바에 따르면 스마트폰 및 인터넷 중독 유병률의 글로벌 평균치는 약 6%에 달함(그림 2) 참조
- 청소년기의 디지털 행동 기반 중독은 장기적인 질병 및 소득 상실로 이어질 수 있어, 보험금 지급의 장기화 및 누적 리스크 확대 요인으로 작용할 수 있음
 - 디지털 중독은 명확한 진단 기준이 부족하고, 우울증 등 기존 질환과 복합적으로 나타나는 특성이 있어 보험금 지급 심사 및 리스크 평가의 불확실성을 높이는 요인으로 작용할 수 있음
- 플랫폼 설계 책임에 대한 법적·규제적 환경이 변화할 경우, 플랫폼 사업자를 대상으로 한 일반배상책임보험(GL), 사이버보험, 기술 전문인배상책임보험(Tech E&O), 임원배상책임보험(D&O) 등 기존 보험상품에서 디지털 행동 중독 및 이로 인한 정신적 손해의 보상 범위 설정이 새로운 쟁점으로 부상할 가능성이 높음
 - 중독유발 알고리즘 설계, 사용자 체류시간 유도, 청소년 사용 시간제한 기능 등 플랫폼의 중독 유발 특성과 보호 조치 수준이 보험 인수 심사 요소로 반영되는 등 새로운 리스크 평가 기준이 형성될 가능성 있음
- 나아가 학교, 지방정부 등 청소년 교육과 보호를 둘러싼 다양한 이해관계자의 디지털 행동중독 예방 프로그램 운영,¹²⁾ 관리 비용, 법률 비용 및 배상책임에 노출될 가능성이 있어 관련 리스크를 분산하려는 수요 또한 가시화될 수 있음

〈그림 2〉 물질 및 행동 중독 유병률 글로벌 평균 추정치(2020~2025년)

(단위: %)



자료: Gen Re(2025. 10. 10.), "Always On: Understanding New Age Addictions and Their Implications for Disability Insurance"

- 명확한 진단 기준의 부재와 복합적 발현 특성으로 디지털 행동 기반 중독이 단기간에 보험 수요로 구체화되기 어려울 수 있으나, 청소년 스마트폰 및 SNS 과의존이 초래하는 손해와 파급효과에 주목하고 이에 대한 적극적인 모니터링 및 사례 검토가 요구됨

11) Gen Re(2025. 10. 10.), "Always On: Understanding New Age Addictions and Their Implications for Disability Insurance"

12) 프로그램 운영 과정에서의 안전사고, 민감정보 처리, 앱-플랫폼 활용 시의 사이버 보안 문제, 사각지대 발생 및 자원 배분 왜곡 등은 학교와 지방정부의 법적·행정적 책임 리스크 등이 발생할 가능성도 있음