



[초등학생 우울·불안감 변화] 초등학생의 우울감·불안, 지속적 증가 추세!

- 서울시교육청 교육연구정보원이 발표한 '서울학생종단연구 보고서'에 나타난 학생들의 심리 특성 변화, 특히 우울감·불안 등 부정적 정서 변화를 중심으로 살펴본다.
- 서울 초등학생의 우울감 점수(3점 만점)는 2021년 0.51점에서 2022년 0.66점, 2023년 0.73점으로 지속 상승한 것으로 나타났다. 불안 항목(과도한 걱정, 예민함, 신체 수면상의 문제, 부정적 정서) 중 하나인 '과도한 걱정' 역시 2021년 0.44점에서 2023년 0.58점으로 높아져, 초등학생들의 정서적 불안이 심화되고 있음을 보여준다.
- 보고서는 우울감 증가 요인으로 학업 및 교우관계 스트레스, 스마트폰/게임 시간의 증가, SNS와 유튜브의 영향력, 경기 불황으로 인한 가정 내 갈등, 수면 시간의 감소 등을 지적했다.

[그림] 초등학생의 심리 특성

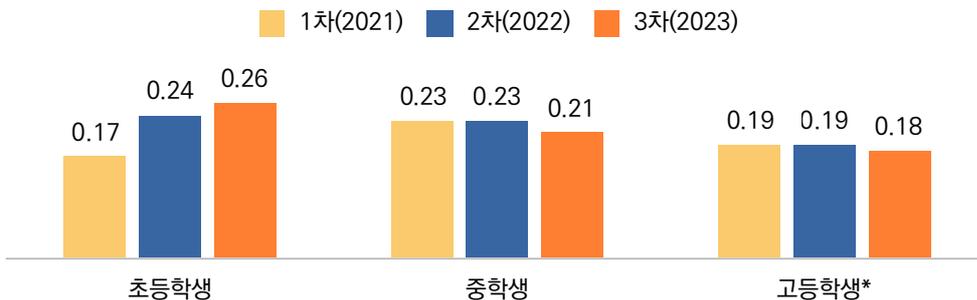


※출처 : 서울시교육청 교육연구정보원, '서울학생종단연구 2020 3차년도 결과분석 보고서', 2024.12.31.

부정적 정서는 초중고생 중 초등학생만 증가

- 이번에는 '부정적 정서' 수준을 학교급별로 살펴본다. 초등학생의 경우 앞선 우울감, 불안과 마찬가지로 연도를 거듭할수록 부정적 정서 점수가 높아진 것으로 나타났다. 반면, 중학생과 고등학생은 부정적 정서 수준이 대체로 비슷하거나 다소 감소했다.

[그림] 학교급별 부정적 정서 수준 (1점 만점, 점)



※출처 : 서울시교육청 교육연구정보원, '서울학생종단연구 2020 3차년도 결과분석 보고서', 2024.12.31.

*고등학생은 인문계고 기준