

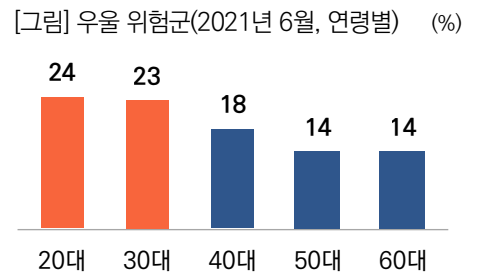
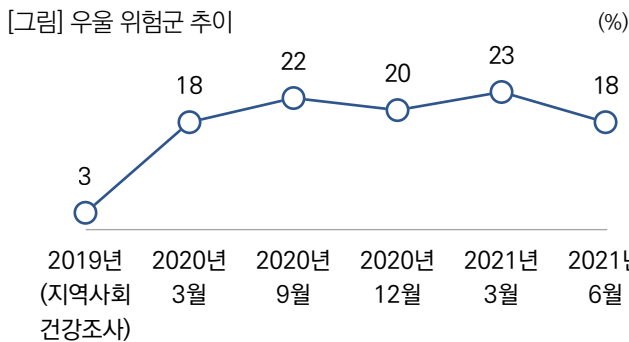
2021년 2분기 코로나19 국민 정신건강 실태 조사

1



우리 국민의 우울 위험군, 2019년 3% → 2021년 6월 18%

- 보건복지부가 작년 코로나19 발생 이후 우리 국민의 정신건강 상태를 추적 조사해왔는데, 지난 6월 조사 결과, 우울 위험군** 비율이 18%로 3월 조사(23%)보다 5%p 하락한 것으로 나타났는데, 이는 코로나 19 발병 초기인 2020년 3월 18%와 같은 수치로 작년 하반기 이후 전체적으로 국민 정신건강이 다소 개선된 것으로 조사됐다.
- 하지만 이번 우울 위험군 비율 18%는 코로나 발생 이전인 2019년 3%(지역사회건강조사 결과)보다는 무려 6배가 높은 수치이다.
- 연령별로는 '20대' 24%, '30대' 23%로 젊은층에서 높게 나타났다.



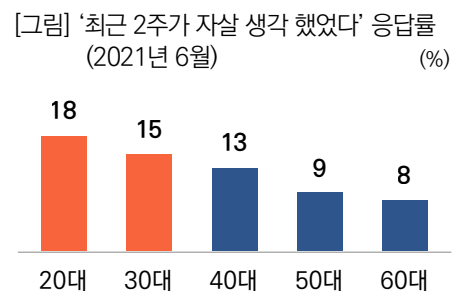
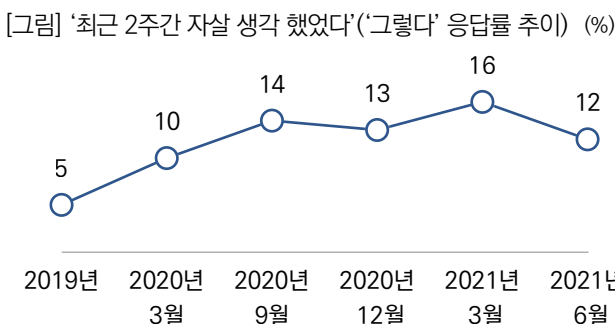
*자료 출처 : 보건복지부/한국트라우마스트레스학회, '2021년 2분기 국민 정신건강실태조사', '2021.07.26.(전국 성인 만19~71세 성인 2,063, 온라인 조사, 2021.06.15.~25)

** 우울위험군 : 우울 판독 점수 27점 중 10점 이상, 우울정도가 중간+심한 수준

*** 자료 해석 시 조사 시점(6월 15~25일)의 하루 평균 확진자 수가 400명대 임에 유의할 것

● 최근 2주간 자살 생각 12%, 지난 3월을 정점으로 하락세!

- 최근 2주간 자살 생각을 한 적 있었는지에 대해서는 우리 국민의 12%가 '있다'고 응답했는데, 이는 지난 3월(16%)보다는 4%p 감소한 수치이다. 그러나 코로나19 이전인 2019년과 비교하면 2배 이상 높은 수치이고, 코로나19 발생 시점인 작년 3월보다도 약간 더 높은 수치이다.
- 연령별 자살 생각은 우울 위험군과 마찬가지로 젊은층이 타 연령대에 비해 높았는데, '20대'가 18%로 가장 높았고, '30대' 15%, '40대' 13%, '50대' 9%, '60대' 8% 순으로, 연령이 낮아질수록 자살 생각 비율이 높다.



*자료 출처 : 보건복지부/한국트라우마스트레스학회, '2021년 2분기 국민 정신건강실태조사', '2021.07.26.(전국 성인 만19~71세 성인 2,063, 온라인 조사, 2021.06.15.~25)

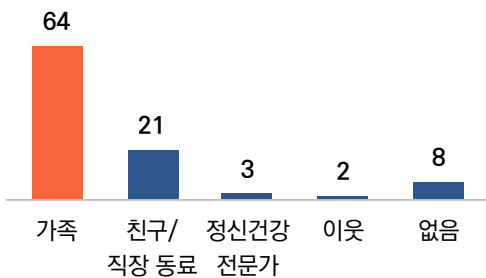
2



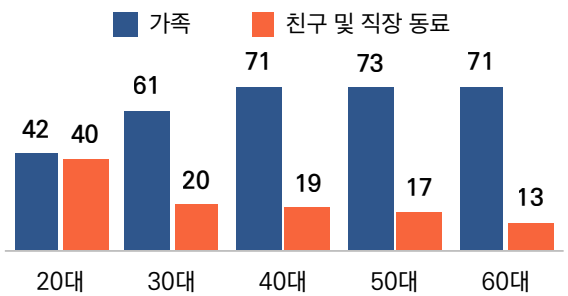
코로나 상황에서 심리적 어려움을 대처하는 데 도움이 된 사람 ‘가족’ 64%

- 코로나19 상황에서 심리적 어려움을 대처하는 데 도움이 된 사람으로는 ‘가족’이 64%로 가장 높고, 다음으로 ‘친구 및 직장 동료’ 21%, ‘정신건강 전문가’ 3% 등의 순으로 나타났다. 국가적인 위기 상황에서 가족의 중요성을 일깨워주는 결과이다.
- 20대의 경우 ‘친구/직장 동료’가 40%로 타 연령대에 비해 2배 이상 높았다.

[그림] 코로나19 상황에서 심리적 어려움을 대처하는 데 도움이 된 사람(전체) (%)



[그림] 코로나19 상황에서 심리적 어려움을 대처하는 데 도움이 된 사람 중 가족과 친구 비율(연령별) (%)

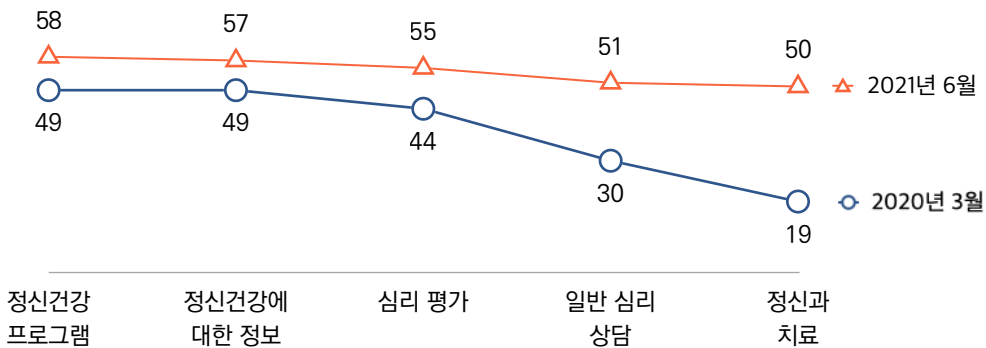


**자료 출처 : 보건복지부/한국트라우마스트레스학회, '2021년 2분기 국민 정신건강실태조사', '2021.07.26.(전국 성인 만19~71세 성인 2,063, 온라인 조사, 2021.06.15.~25)

● 코로나19 관련 필요 서비스, ‘정신 심리 건강과 정보’ 꾸준히 증가

- 코로나19 관련 정신건강을 위해 서비스별 필요도를 질문했는데, 2020년 3월 조사에 비해 전체적으로 정신과 치료, 심리 상담 등 정신건강 지원 서비스의 필요 인식이 1년 사이에 증가한 점이 눈에 띈다. 이는 교회가 교회 내 뿐 아니라 지역사회를 위해 실질적 지원과 더불어 정신과 마음 건강을 위한 지원 서비스 역할을 감당해야 할 지점으로 시사하는 바가 크다.

[그림] 코로나19 관련 정신건강을 위한 서비스별 필요도(매우+약간 필요하다) (년)



**자료 출처 : 보건복지부/한국트라우마스트레스학회, '2021년 2분기 국민 정신건강실태조사', '2021.07.26.(전국 성인 만19~71세 성인 2,063, 온라인 조사, 2021.06.15.~25)

** 4점 척도 질문으로 '매우+약간 필요하다' 비율임