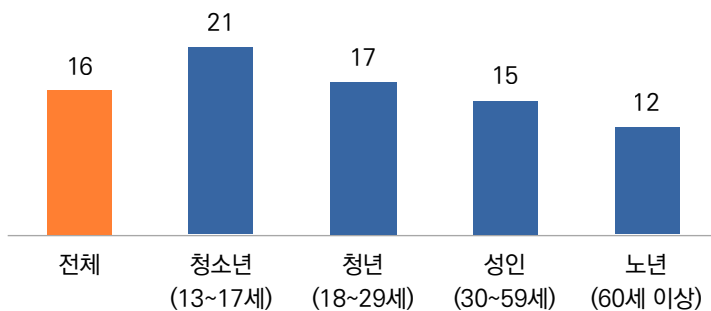




[전 세계 외로움 실태] 전 세계 시민 6명 중 1명, '외로움 느낀다'!

- 세계보건기구(WHO) 산하 사회적연결위원회는 지난 6월 '외로움에서 사회적 연결로: 더 건강한 사회로 가는 길을 그리다(From loneliness to social connection: charting a path to healthier societies)'란 제목의 보고서를 통해 전 세계 외로움 비율을 발표했다.
- 보고서에 따르면 전 세계 인구의 16%, 즉 6명 중 1명 정도가 외로움을 느끼는 것으로 추정됐다.
- 연령별로는 청소년(13~17세)의 외로움 비율이 21%로 가장 높았고, 그다음으로 청년(18~29세) 17%, 성인(30~59세) 15%, 노년층(60세 이상) 12%순이었다. WHO는 청소년기의 외로움 비율이 높은 이유에 대해 이 시기에는 발달 단계상 사회적 연결에 대한 기대가 상대적으로 더 크기 때문이라고 분석했다.

[그림] 연령별 세계 외로움 비율 (2014~2023, %)

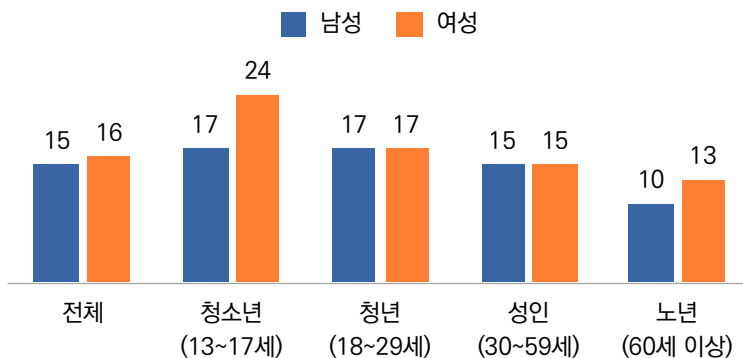


※출처 : WHO(사회적연결위원회), '외로움에서 사회적 연결로: 더 건강한 사회로 가는 길을 그리다' 보고서(From loneliness to social connection: charting a path to healthier societies), 2025.06.30.

여성 청소년, 전 세대 중 가장 외로움 많이 느낀다!

- 전반적으로 남성과 여성의 외로움 비율은 각각 15%, 16%로 유사한 수준으로 나타났다. 남성은 청년, 청소년(각각 17%)이 외로움을 가장 많이 느끼는 것으로 추정됐다. 여성의 경우, 여성 청소년 비율이 24%로 가장 높았고, 연령이 증가함에 따라 감소하는 경향을 보였다.

[그림] 성·연령별 세계 외로움 비율 (2014~2023, %)

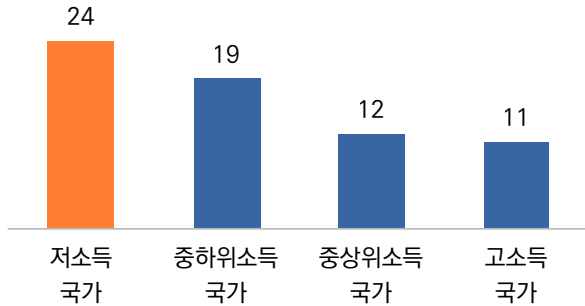


※출처 : WHO(사회적연결위원회), '외로움에서 사회적 연결로: 더 건강한 사회로 가는 길을 그리다' 보고서(From loneliness to social connection: charting a path to healthier societies), 2025.06.30.

저소득 국가의 외로움 비율, 고소득국의 2배 이상!

- 이번에는 국가 소득 수준에 따른 외로움 비율을 살펴본다. 조사 결과, 국가의 소득 수준이 낮을수록 외로움을 느끼는 비율은 높게 나타났다.
- 특히 '저소득 국가'의 외로움 비율은 24%로, '고소득 국가'(11%)의 두 배를 넘었다. 보고서는 이러한 차이에 대해 '빈곤이 사회적 관계에 대한 기대를 충족하는 데 가장 흔한 장애물로 작용하기 때문'이라고 분석했다.

[그림] 국가 소득 계층별 외로움 비율 (2014~2023, %)



※출처 : WHO(사회적연결위원회), '외로움에서 사회적 연결로: 더 건강한 사회로 가는 길을 그리다' 보고서(From loneliness to social connection: charting a path to healthier societies), 2025.06.30.