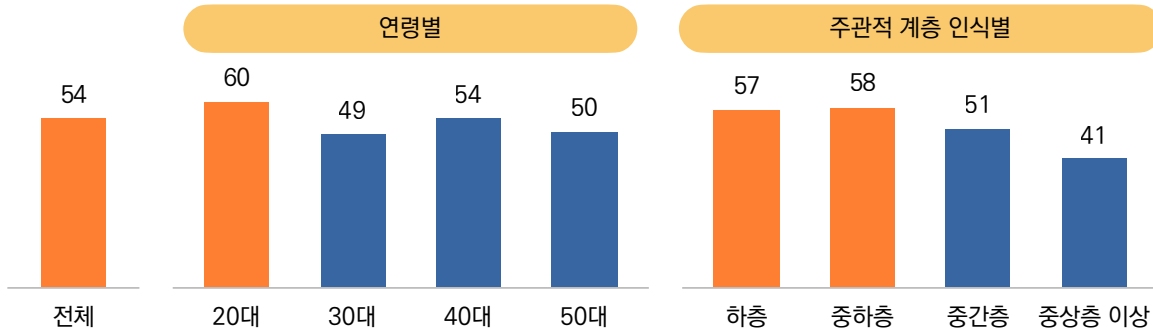




## 한국인, '일상에서 외롭다' 54%!

- 올해 6월 초에 발표한 '2026 외로움 관련 인식 조사'(엠브레인 트렌드모니터)의 주요 결과를 들여다본다.
- 일상 속에서 외로움 느끼는 비율(매우+약간 외로움)은 일반 국민의 절반 이상(54%)이었다. 이를 연령과 주관적 계층 인식별로 살펴보면, '20대 청년층'(60%)과 자신의 계층을 낮게 인식한 '중하층 이하' 그룹(57~58%)에서 외로움 수준은 상대적으로 높게 나타났다.

[그림] 외로움 체감 정도 (연령별, 주관적 계층 인식별, '매우+약간 외로움' 비율\*, N=1,000, %)

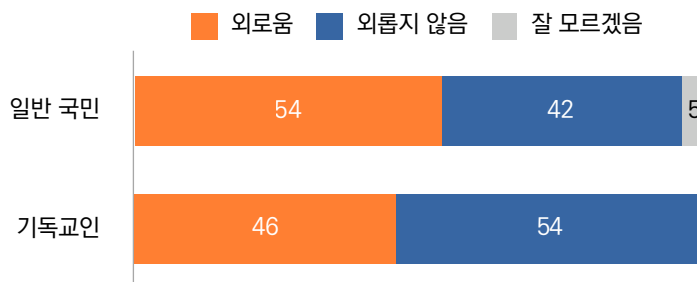


※출처 : 엠브레인 트렌드모니터, 2026 외로움 관련 인식 조사, 2026.06.(전국 만 19~59세 성인 남녀 1,000명, 온라인 조사, 2026.04.07.~04.10.)  
\*4점 척도

## 기독교인 역시, 절반 가까이(46%) '외롭다'!

- 우리나라 일반 국민과 기독교인의 외로움 체감 수준을 비교해 본 결과, 일반 국민의 외로움 체감 수준은 54%, 기독교인(한국교회 트렌드 2024)은 46%였다. 기독교인의 외로움 수준이 일반 국민보다는 8%p 낮았으나, 기독교인 역시 절반 가까이가 일상적 고독감을 호소하고 있다는 점이 주목된다.

[그림] 일반 국민 vs 기독교인 외로움 체감도 비교\* (일반 국민 N=1,000, 기독교인 N=2,000, %)



※일반 국민 출처 : 엠브레인 트렌드모니터, 2026 외로움 관련 인식 조사, 2026.06.(전국 만 19~59세 성인 남녀 1,000명, 온라인 조사, 2026.04.07.~04.10.)

※기독교인 출처 : 목회데이터연구소, '한국교회 트렌드 2024', 2023.09.(전국 만 19세 이상 기독교인 2,000명, 온라인 조사, 2023.05.12.~05.31.)

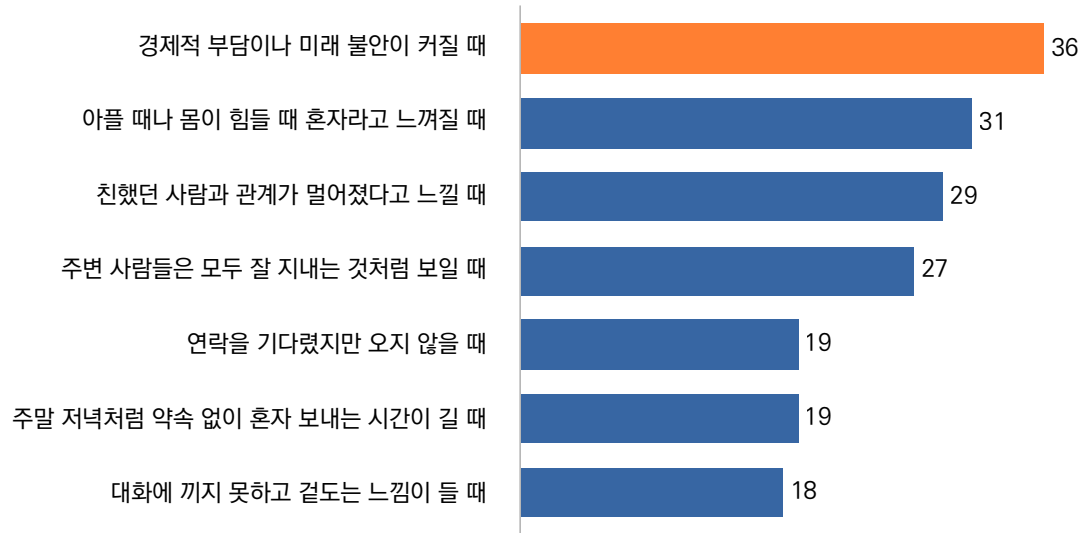
\*4점 척도

Note) 합이 100이 안되는 것은 Rounding Error로 인한 것임.

## 외로움이 심해지는 순간 1위, '경제적 부담과 미래 불안'!

- 사람들이 일상 속에서 외로움이 심해지는 상황은 언제일까? 조사 결과, '경제적 부담이나 미래 불안이 커질 때'(36%)를 가장 높게 꼽았다. 이는 현대 사회에서 재정적 결핍과 미래에 대한 불확실성이 인간을 가장 먼저 고립감으로 몰아넣는 결정적 요인임을 시사한다.

[그림] 외로움이 심해지는 상황 (일반 국민, 중복응답, 상위 7개, N=1,000, %)



※출처 : 엠브레인 트렌드모니터, 2026 외로움 관련 인식 조사, 2026.06.(전국 만 19~59세 성인 남녀 1,000명, 온라인 조사, 2026.04.07.~04.10.)