

 보건복지부	보 도 자 료 7월 27일(화) 조간 (7.26. 12:00 이후 보도)		
배 포 일	2021. 7. 26/ (총 9매)		
보건복지부 정신건강관리과	과 장	이 두 리	044-202-3870
	담 당 자	이 정 신	044-202-3873

2021년 2분기 「코로나19 국민 정신건강 실태조사」 결과 발표

- 우울, 자살생각 등 정신건강 지표 다소 개선되었으나, 여전히 높은 수준 -
- 6월 조사 시 일상 복귀 기대감이 영향 미쳐, 7월 방역상황 변화에 따른 심리지원 강화 -

□ 보건복지부(장관 권덕철)는 코로나19로 인한 국민 정신건강 현황을 파악하기 위해 「코로나19 국민 정신건강 실태조사(한국트라우마스트레스학회 수행)」를 실시하고, 2021년 2분기 결과를 발표하였다.

- 본 조사는 국민 정신건강 상태 파악을 통해 국민에게 필요한 정신건강 서비스를 제공하기 위한 것으로, 심리지원 대책의 일환으로 2020년부터 분기별로 실시해 오고 있다.

< 2021년 2분기 조사개요 >

- 조사기간/방법 : 2021. 6. 15. ~ 25., 온라인 설문조사
- 조사대상 : 전국 거주 19~71세 성인 2,063명
- 조사내용 : 코로나19로 인한 두려움, 불안, 우울, 자살생각, 일상생활 방해 정도, 심리적지지 제공자, 필요한 서비스 등
- 조사기관 : 한국트라우마스트레스학회(한국리서치)

※ (참고) 2021년 1분기 조사결과 보도참고자료(5.6.)

□ 2분기 조사 결과 우울위험군(3월 22.8%→ 6월 18.1%), 자살생각 비율(3월 16.3% → 6월 12.4%) 등이 감소하여, 전 분기 대비 정신건강 수준이 다소 개선된 것으로 나타났다.

- 조사 시기(6.15.~25.)의 하루 평균 확진자 수가 400명대로 코로나19 상황이 비교적 안정적이었고, 백신 접종 확산, 사회적 거리두기 완화 발표 등에 따라 일상복귀 기대감이 국민 정신건강에도 긍정적인 영향을 주었을 것으로 보인다.
- 그러나 여전히 우울, 자살생각 비율이 높은 수준이며, 7월에 거리두기 강화 등 방역상황 변화에 따라, 심리지원 강화가 필요한 상황이다.

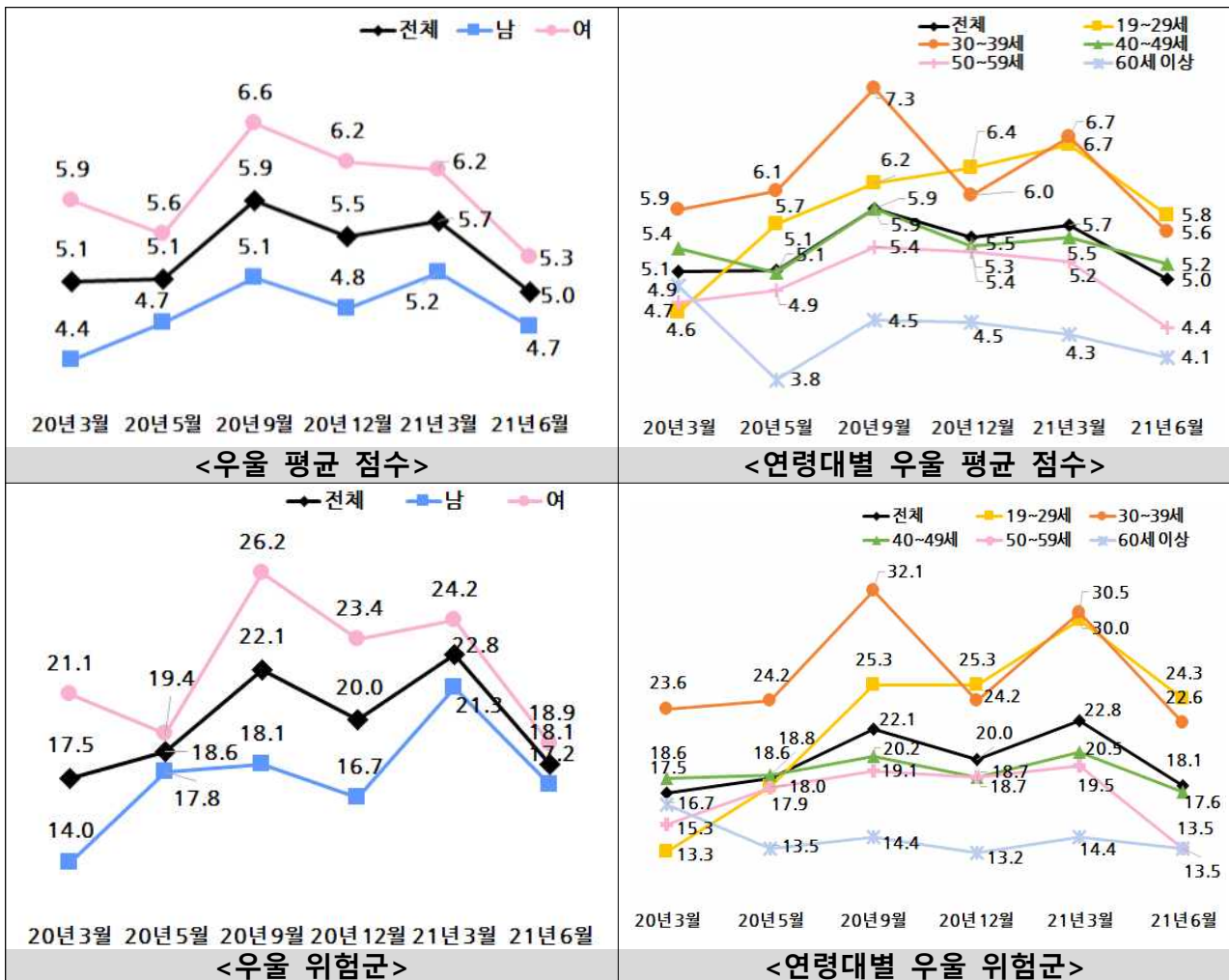
(1) (우울) 감소하였으나 여전히 높은 수준, 여성, 젊은층에서 높게 나타나

- 우울 평균점수는 5.0점(총점 27점)으로, 3월 조사 결과(5.7점)에 비해 감소하였고, 우울 위험군(총점 27점 중 10점 이상) 비율도 18.1%로 3월 조사 22.8%에 비해 4.7%p 감소하여, 코로나19 발생 초기 수준*으로 회복하였다.

* '20.3월 기준, 우울 5.1점, 우울 위험군 17.5%

- 그러나, 코로나19 발생 이전인 2019년(우울 2.1점, 우울위험군 3.2%, 2019지역사회건강조사)*에 비해서는 여전히 매우 높은 수준이다.
- (연령별) 20대, 30대가 우울 평균점수와 우울 위험군 비율이 가장 높게 나타났다. 우울 평균점수(20대 5.8점, 30대 5.6점)의 경우 30대는 2020년 첫 번째 조사(5.9점)부터 꾸준히 높게 나타났으며, 20대는 조사 초기(2020년 3월 4.6점)에는 가장 낮았으나, 급격하게 증가하여 최근 조사에서는 높은 수준을 유지하고 있다.
- 20대, 30대 우울 위험군 비율은 각각 24.3%, 22.6%로, 50대·60대(각각 13.5%)에 비해 1.5배 이상 높아, 젊은 층이 코로나19로 인해 정신건강에 부정적인 영향을 더 많이 받는 것으로 나타났다.

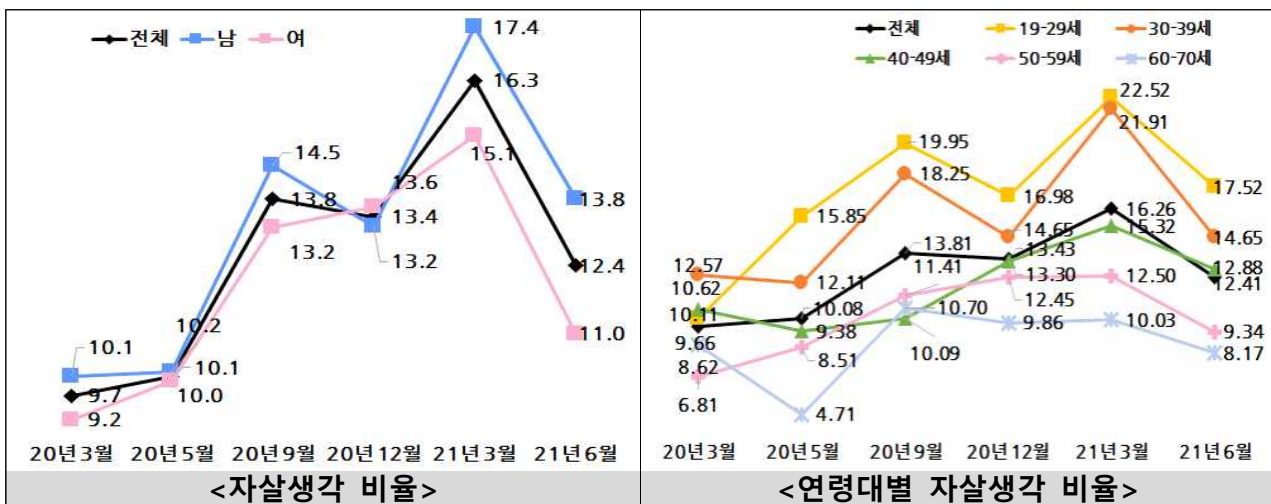
- (성별) 우울 점수(남성 4.7점, 여성 5.3점)와 우울 위험군(남성 17.2%, 여성 18.9%) 모두 여성이 남성보다 높게 나타났다. 우울 점수는 20대 여성이 5.9점으로 모든 성별·연령대 중 가장 높았고, 우울 위험군 비율은 20대 남성이 25.5%, 30대 남성이 24.9% 순으로 모든 성별·연령대 중 가장 높았다.



(2) (자살생각) 감소하였으나 여전히 높은 수준, 남성, 젊은층에서 높게 나타나

- 2021년 6월 자살생각 비율은 12.4%로 3월 조사 결과인 16.3%에 비해 3.9%p 감소하였다. 다만, 2019년 4.6% (2021 자살예방백서)의 약 2.5배 수준으로, 여전히 높은 수준이다.

- (연령별) 우울 분야와 마찬가지로 20대와 30대가 17.5%, 14.7%로 가장 높았고, 50대는 9.3%, 60대는 8.2%로 나타났다.
- (성별) 자살생각은 남성이 13.8%로 여성 11.0%보다 높았다. 특히 20대 남성과 30대 남성은 각각 20.8%, 17.4%로 모든 성별·연령대 중 가장 높게 나타났으며, 다음으로 20대 여성이 14.0%로 뒤를 이었다.



(3) (코로나19에 대한 두려움, 불안) 지속 감소 추세

- (코로나19에 대한 두려움) 평균 1.6점(3점 기준)으로, 지난 조사결과 대비 전반적으로 감소하였다.

* 1.7점('20.3.) → 1.8점('20.12.) → 1.7점('21.3.) → 1.6점('21.6.)

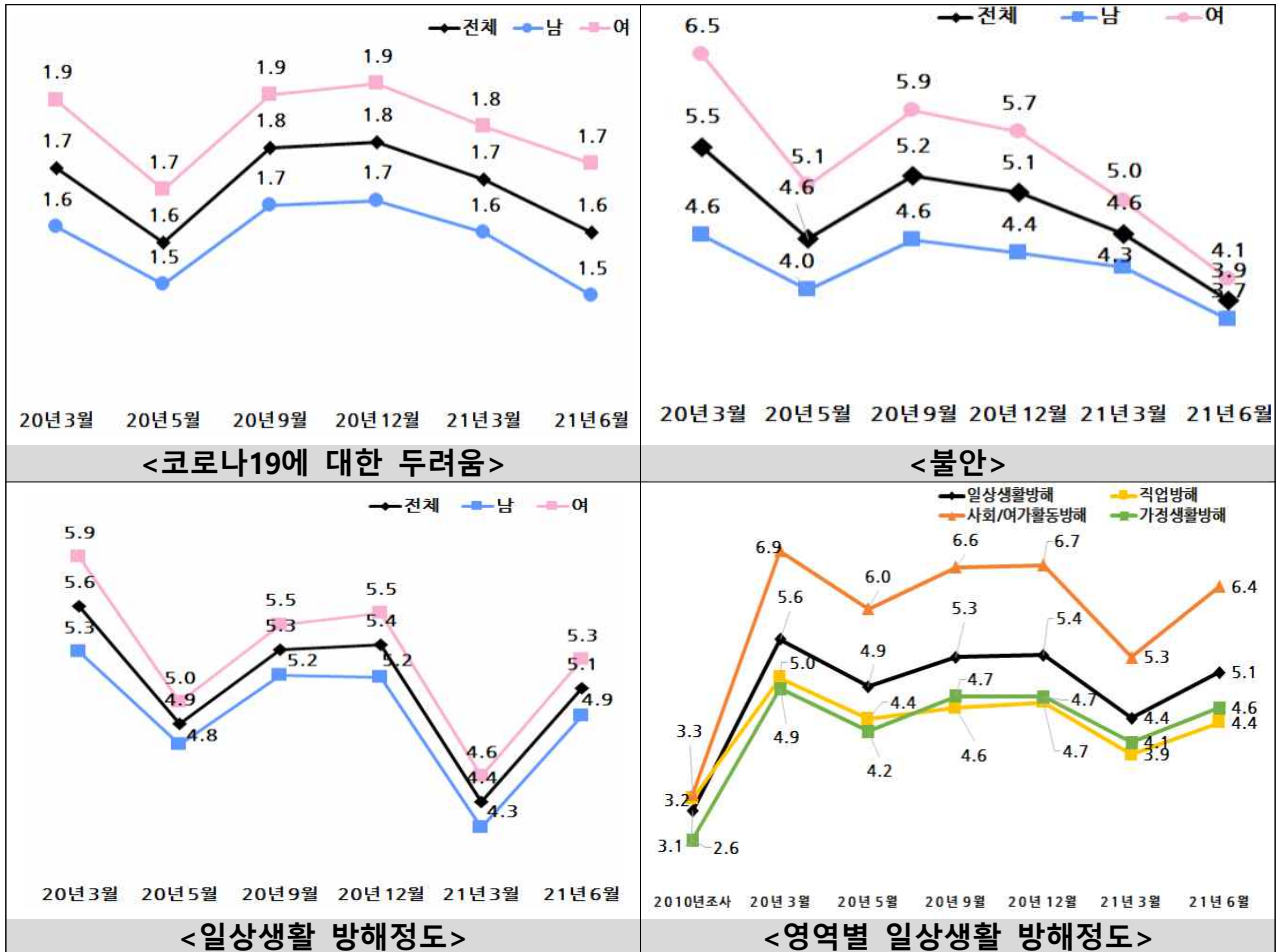
- 백신 접종 확산, 치명률 감소 등이 코로나19에 대해 느끼는 두려움을 감소시키는 데 영향을 준 것으로 보인다.

- (불안) 평균 3.9점(총점 21점)으로 나타났으며, 3월 조사 4.6점에 비해 0.7점 감소하였으며, '코로나19에 대한 두려움'과 마찬가지로, 지난해에 비해 전반적으로 감소하고 있는 추세이다.

* 5.5점('20.3.) → 5.1점('20.12.) → 4.6점('21.3.) → 3.9점('21.6.)

○ (일상생활 방해 정도) 총 10점 중 5.1점으로, 지난 3월 조사(4.4점) 결과보다는 상승하였으나, 코로나19 발생 초기(5.6점)에 비해서는 낮아진 수치이다.

- 영역별로는 사회·여가활동(6.4)에 방해 정도가 가장 높았고, 다음으로 가정생활 방해(4.6), 직업방해(4.4) 순으로 나타났다.



(4) 심리적지지 제공자, 필요한 서비스 등

○ (심리적지지 제공자) 가족이 64.2%로 가장 많았으며, 친구 및 직장동료가 21.3%, 없다고 응답한 경우도 8.4%로 나타났다.

- (연령별) 20대, 30대는 가족이라고 응답한 비율이 각각 41.5%, 61.2%로 전체 평균(64.2%) 및 다른 연령대(40대 70.8%, 50대 72.6%, 60대 71.3%)에 비해 낮았다.

- 20대는 친구 및 직장동료로 답한 경우가 39.6%로 다른 연령대(60대 13.2%~30대 20.1%)에 비해 압도적으로 높았다.
- 심리적 어려움을 대처하는 데 도움이 되는 사람이 없다고 대답한 비율은, 정신건강 고위험군이 높게 나타난 30대, 20대에서 각각 12.6%, 11.1% 순으로 다른 연령대(40대 6.0%, 50대 5.6%, 60대 7.9%)에 비해 높게 나타났다.
- (성별) 가족이라고 응답한 사람 중, 남성은 65.7%, 여성은 62.7%이고, 도움이 되는 사람이 없다고 답한 경우 남성은 8.4%, 여성은 8.3%로, 성별에 따른 차이는 크지 않았다.

○ (필요 서비스*) 감염병 관련 정보(87.6%), 경제적 지원(77.5%), 개인 위생물품(77.5%) 지원 순으로 높게 나타나고 있으며, 정신건강에 대한 정보, 심리상담 등 정신건강 서비스 수요도 코로나19 발생 초기에 비해 지속적으로 증가** 하고 있다.

* 응답범위 0점~3점 중 2점(필요하다) 이상 답변한 비율

** (정신건강에 대한 정보) 48.9%(’20.3.) → 55.7%(’20.12.) → 58.1%(’21.3.) → 57.4%(’21.6.)
(일반심리상담) 29.9%(’20.3.) → 41.4%(’20.12.) → 50.5%(’21.3.) → 50.7%(’21.6.)

□ 7월 코로나 재확산에 따라 확진자 수 증가, 사회적 거리두기 강화에 따라 심리방역이 더욱 중요해진 상황으로, 건강한 일상 복귀를 위해 전 국민 심리지원을 한층 강화하여 추진할 계획이다.

○ 지난해 1월부터 통합심리지원단을 운영하고, 관계부처 합동 심리 지원 대책(’21.8월, ’21.2월)을 마련하여 심리지원을 하고 있으며,

* 관계부처 심리지원 사업 확대(’20) 9개 부처 52개 → (’21) 12개 부처 72개 사업), 17개 시도, SNS 비대면 심리지원, 찾아가는 심리상담 등 사업 강화
확진자 격리자, 대응인력, 일반국민 대상 심리상담, 정보제공 등 약 805만 건 지원(~7.22)

- 관계부처·시도 **코로나 우울 협의체** 운영을 통해 관계부처, 지자체와 함께 확진자, 격리자, 대응인력 및 일반국민을 대상으로 **맞춤형 지원**을 실시한다.
- 지자체 정신건강복지센터를 통해 **청년·여성·대응인력** 등 대상별 **코로나 우울 예방 프로그램** 운영을 **활성화**하고, 심리상담 핫라인 (1577-0199), 모바일 앱 등 비대면 심리지원과 마음안심버스 등을 활용한 **찾아가는 심리지원**을 강화한다.
- 특히, 지난 6월 30일 5개 국립병원 내 권역별 **트라우마센터 출범***으로 확진자 등 정신건강 고위험군 대상으로 **선제적 심리지원**을 강화하고, **코로나19 등 감염병·사회 재난 시** 국민의 마음건강을 체계적·전문적으로 심리지원을 실시할 수 있게 되었다.

* 수도권(국립정신건강센터), 영남권(국립부곡병원), 충청권(국립공주병원), 호남권(국립나주병원), 강원권(국립춘천병원)

- 보건복지부 염민섭 정신건강정책관은 “이번 조사를 통해 **코로나19로 인한 어려움이 종식되면 국민들의 마음건강이 회복될 수 있다**는 점을 확인할 수 있으나, 정신건강 수준이 여전히 심각한 상황이다.”라면서
 - “**7월부터 사회적 거리두기 강화**로 심리적 어려움이 가중되고, 전문가들도 **재난 발생 2~3년 후 자살 증가 가능성**을 우려하고 있어, 국민 마음건강 회복을 위해 장기적인 관점에서 **촉촉하게 지원해 나가겠다**.”라고 말했다.

<붙임> 코로나19 국민정신건강 실태조사 주요 내용

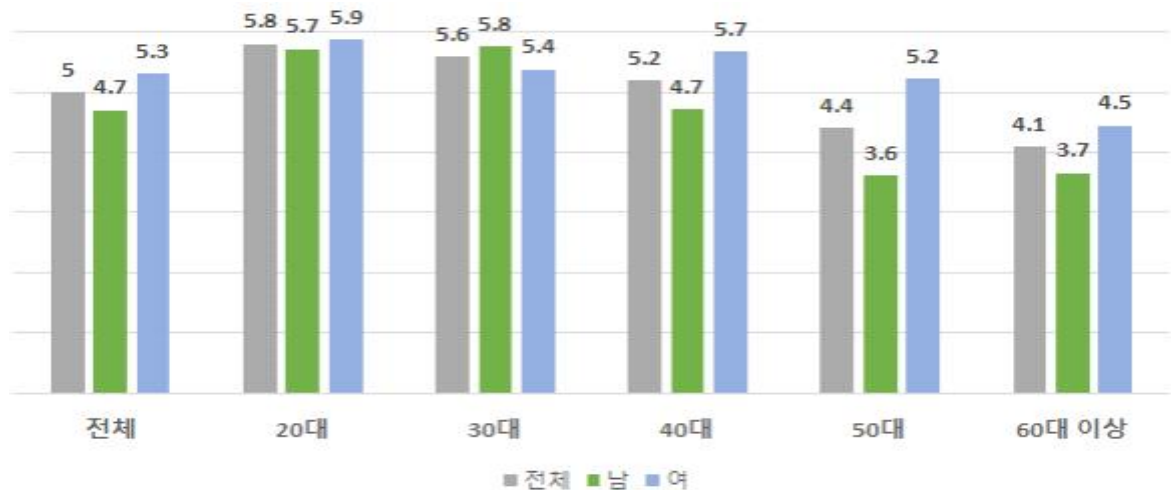
붙임

코로나19 국민정신건강 실태조사 주요 내용

※ 수행기관 : 한국트라우마스트레스학회 현진희 학회장 : 053-850-6312

◆ 조사 개요

조사시기	2020.3월	2020.5월	2020.9월	2020.12월	2021.3월	2021.6월
조사기간	2020.3.17.~30	2020.5.25.~31	2020.9.10.~21	2020.12.1.~10	2021.3.29.~4.12.	2021.6.15.~6.25.
조사대상	전국 성인 19세-70세				전국 성인 19~71세	
표 본 수	1,014명	1,002명	2,063명		2,110명	2,063명
조사방법	온라인 설문조사					
표집오차	±3.1%(95% 신뢰수준)		±2.2%(95% 신뢰수준)		±2.1%(95% 신뢰수준)	±2.2%(95% 신뢰수준)
조사기관	한국리서치					



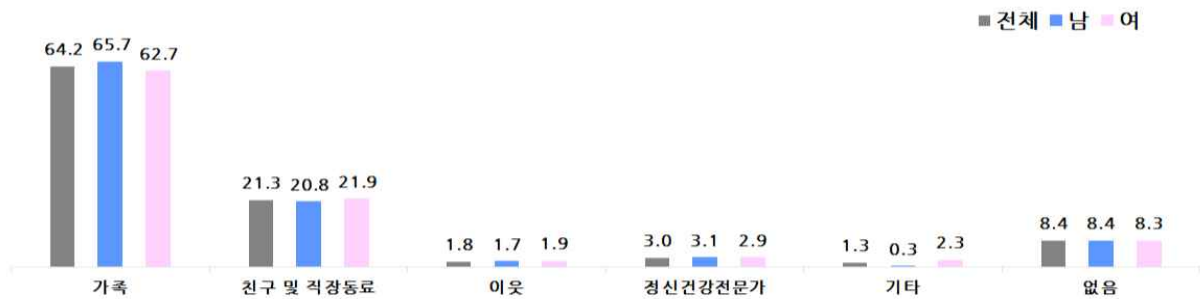
<연령·성별 우울 점수>



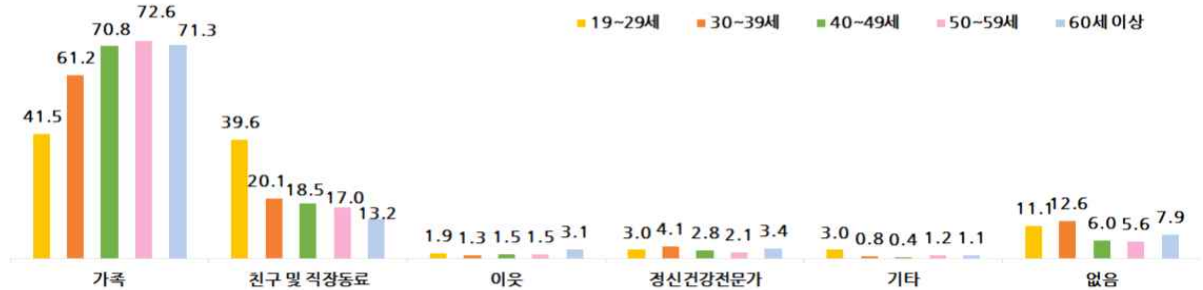
<연령·성별 우울 위험군(%)>



<연령·성별 자살 생각률(%)>



<심리적지지 제공자-성별(%)>



<심리적지지 제공자-연령별(%)>

구분	20년 3월 조사 %(명)	20년 5월 조사 %(명)	20년 9월 조사 %(명)	20년 12월 조사 %(명)	21년 3월 조사 %(명)	21년 6월 조사 %(명)
감염병 관련 정보(예방, 검사, 치료)	84.3(855)	81.6(818)	86.7(1,789)	86.5(1,784)	87.0(1,836)	87.6(1,806)
개인 위생물품	90.9(922)	86.3(865)	81.2(1,676)	80.7(1,665)	80.0(1,687)	77.5(1,599)
자녀돌봄, 독거 노인 등 복지서비스	48.8(495)	46.5(466)	51.1(1,055)	51.7(1,056)	56.9(1,201)	54.7(1,129)
경제적 지원	73.0(740)	80.9(811)	79.3(1,636)	77.1(1,591)	77.4(1,633)	77.5(1,598)
심리평가	43.6(442)	45.8(459)	51.6(1,065)	54.9(1,132)	56.2(1,186)	54.6(1,125)
정신건강에 대한 정보	48.9(496)	48.7(488)	54.6(1,127)	55.7(1,150)	58.1(1,226)	57.4(1,183)
정신건강 프로그램 운영	49.0(497)	48.0(481)	55.8(1,151)	58.1(1,198)	57.2(1,206)	57.7(1,189)
정신과 치료	19.3(196)	19.5(195)	24.1(497)	28.5(588)	42.3(892)	50.2(1,035)
일반심리상담	29.9(303)	33.2(333)	38.5(794)	41.4(854)	50.5(1,065)	50.7(1,046)
부부 및 가족갈등 심리상담	-	24.1(241)	29.6(610)	29.3(605)	39.6(835)	40.5(835)
전체	100.00(1,014)	100.00(1,002)	100.00(2,063)	100.00(2,063)	100.00(2,110)	100.00(2,063)

0점: 전혀 필요없다, 1점: 필요없다, 2점: 필요하다, 3점: 매우 필요하다

<필요 서비스('필요하다' 응답비율, %)>