

# 아동 · 청소년 정신건강 증진을 위한 지원방안 연구 III : 2013 한국 아동 · 청소년 정신건강 실태조사

모상현 연구위원 · 김형주 연구위원

Vol.14 2014. 06.

# 아동·청소년 정신건강 증진을 위한 지원방안 연구 III : 2013 한국 아동·청소년 정신건강 실태조사

개요 ▶▶▶

## | 조사목적 |

- ▶ 과학기술의 발달과 지속적인 주거 및 여가 환경의 개선은 삶의 만족도를 높였고, 각종 질환을 감소시키는데 일조하였음. 그러나 청소년을 둘러싸고 있는 수많은 유해환경과 과도한 입시위주의 교육환경은 오늘을 살아가고 있는 청소년들의 건강한 성장과 발달을 위협하는 요인으로 작용하고 있음.
- ▶ 이에 본 조사의 목적은 우리나라 아동·청소년들의 정신건강 실태를 파악하고, 이에 대한 기초자료를 생산함으로써 향후 우리나라 아동·청소년들의 정신건강 증진 정책 수립의 방향성 설정에 기여하고자 함.

## | 조사대상 |

- ▶ 전국 16개 시·도의 초등학교 4~6학년(3,157명), 중학교(3,260명) 및 고등학교(2,985명) 1~3학년 학생 총 9,402명(남자: 4,692명, 여자: 4,710명)

## | 조사방법 |

- ▶ 조사원에 의한 학급단위 자기기입식 조사

## | 조사기간 |

- ▶ 2013년 5월~6월

NWPI  
YOUTH  
RESEARCH  
BRIEF

# 아동·청소년 정신건강 증진을 위한 지원방안 연구 III

## : 2013 한국 아동·청소년 정신건강 실태조사



- 교급이 높아질수록 전반적인 정신건강 수준이 저하됨.

초등학교에서 고등학교로 올라갈수록 우울 및 불안 등 부정적 정신건강 지표에서 점수가 높아지는 경향을 보였으며, 반대로 자아존중감, 자기효능감, 정서조절, 낙관주의 등 긍정적 지표의 점수는 낮아지는 경향을 보였음.

성별 비교에서 전반적으로 여학생이 남학생 보다 우울 및 불안 등 부정적 정신건강 지표에서 높은 수준을 보였으며, 긍정적 지표인 자아존중감, 자기효능감, 정서조절 및 낙관주의 등 개인 내 적응적 심리요인에서는 낮은 점수를 보이고 있음.

[표 1] 응답자의 특성에 따른 우울의 요인별 차이 분석

응답자의 특성		죄책감 / 자기혐오		부정적 자기상 / 정신운동지연		신체적 측면		정서적인 표현 / 부정적 인지		우울(전체)	
		M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)
성별	남자 (n=4,692)	0,31 (0,45)	164,152 ***	0,36 (0,51)	39,832 ***	0,32 (0,45)	57,957 ***	0,34 (0,47)	335,051 ***	0,33 (0,40)	177,633 ***
	여자 (n=4,710)	0,43 (0,48)		0,42 (0,49)		0,39 (0,43)		0,53 (0,53)		0,44 (0,41)	
교급별	초등학교 (n=3,157)	0,25 (0,44)	160,359 *** (ab,ac,bc)	0,30 (0,47)	86,258 *** (ab,ac,bc)	0,27 (0,44)	105,568 *** (ab,ac,bc)	0,31 (0,49)	184,769 *** (ab,ac,bc)	0,28 (0,39)	182,019 *** (ab,ac,bc)
	중학교 (n=3,260)	0,39 (0,47)		0,41 (0,48)		0,36 (0,42)		0,47 (0,50)		0,41 (0,40)	
	고등학교 (n=2,985)	0,46 (0,47)		0,47 (0,54)		0,43 (0,46)		0,55 (0,52)		0,48 (0,41)	
전체 M(SD)		0,37(0,47)		0,39(0,50)		0,35(0,44)		0,44(0,51)		0,38(0,41)	

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

\*주: a=초등학교, b=중학교, c=고등학교

[표 2] 응답자의 특성에 따른 불안의 요인별 차이 분석

응답자의 특성		신경생리학적 불안요인		주관적 불안요인		자율신경계적 불안요인		공황적 불안요인		불안(전체)	
		M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)
성별	남자 (n=4,692)	0,34 (0,42)	79,33 ***	0,32 (0,48)	196,356 ***	0,47 (0,49)	13,703 ***	0,20 (0,40)	67,291 ***	0,33 (0,37)	109,203 ***
	여자 (n=4,710)	0,42 (0,44)		0,47 (0,57)		0,51 (0,51)		0,27 (0,46)		0,42 (0,42)	
교급별	초등학교 (n=3,157)	0,26 (0,36)	185,779 *** (ab,ac,bc)	0,29 (0,45)	122,744 *** (ab,ac,bc)	0,41 (0,43)	80,649 *** (ab,ac,bc)	0,17 (0,36)	52,49 *** (ab,ac)	0,28 (0,33)	147,469 *** (ab,ac,bc)
	중학교 (n=3,260)	0,42 (0,45)		0,42 (0,54)		0,50 (0,52)		0,25 (0,43)		0,40 (0,41)	
	고등학교 (n=2,985)	0,46 (0,46)		0,49 (0,57)		0,57 (0,53)		0,28 (0,48)		0,45 (0,43)	
전체 M(SD)		0,38(0,43)		0,40(0,53)		0,49(0,50)		0,23(0,43)		0,38(0,40)	

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

\*주: a=초등학교, b=중학교, c=고등학교

[표 3] 개인 내(內) 적응적 심리요인의 요인별 차이 분석

응답자의 특성		자아존중감		자기효능감		정서조절		낙관주의		개인 내(內) 적응적 심리요인(전체)	
		M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)
성별	남자 (n=4,692)	3,23 (0,72)	40,586 ***	3,22 (0,68)	37,079 ***	2,98 (0,76)	235,794 ***	3,11 (0,72)	100,498 ***	3,14 (0,63)	117,387 ***
	여자 (n=4,710)	3,14 (0,74)		3,13 (0,70)		2,74 (0,81)		2,95 (0,76)		2,99 (0,68)	
교급별	초등학교 (n=3,157)	3,32 (0,79)	98,771 *** (ab,ac,bc)	3,38 (0,71)	228,016 *** (ab,ac,bc)	3,17 (0,81)	473,984 *** (ab,ac,bc)	3,28 (0,78)	304,587 *** (ab,ac,bc)	3,29 (0,69)	333,197 *** (ab,ac,bc)
	중학교 (n=3,260)	3,15 (0,72)		3,13 (0,69)		2,81 (0,77)		2,97 (0,73)		3,02 (0,64)	
	고등학교 (n=2,985)	3,07 (0,65)		3,02 (0,63)		2,58 (0,70)		2,84 (0,65)		2,88 (0,57)	
전체 M(SD)		3,18(0,73)		3,18(0,69)		2,86(0,80)		3,03(0,74)		3,08(0,66)	

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

\*주: a=초등학교, b=중학교, c=고등학교

● '학업' 스트레스 가장 높고, 교급이 높아질수록 스트레스 수준 증가

우리나라 청소년들이 경험하는 스트레스는 학업관련 스트레스(M=2.55)가 가장 높았고, 다음으로 진로(M=2.24), 외모(M=2.14), 형제(M=2.10) 및 부모관계(M=2.02) 순인 것으로 나타났음.

성별로는 여학생이 남학생보다 주요 스트레스(학업·진로·외모)에서 그 수준이 더 높았고, 교급이 높아질수록 주요 스트레스 수준도 증가하는 것으로 나타났음.

[표 4-1] 응답자의 특성에 따른 스트레스의 항목별 차이 분석

응답자의 특성		부모 관계		형제·자매관계		외모		신체건강		심리건강		가정형편	
		M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)
성별	남자 (n=4,692)	1.92 (1.01)	95,146 ***	2.02 (1.68)	22,003 ***	1.86 (1.01)	691,049 ***	1.53 (0.90)	160,51 ***	1.47 (0.86)	431,236 ***	1.46 (0.85)	167,099 ***
	여자 (n=4,710)	2.13 (1.04)		2.18 (1.58)		2.42 (1.05)		1.78 (0.98)		1.88 (1.06)		1.71 (1.01)	
교급	초등학교 (n=3,157)	1.75 (0.98)	180,113 *** (ab,ac)	2.21 (1.81)	31,038 *** (ac,bc)	1.73 (1.00)	416,194 *** (ab,ac,bc)	1.42 (0.84)	191,548 *** (ab,ac,bc)	1.35 (0.80)	336,168 *** (ab,ac,bc)	1.31 (0.78)	289,241 *** (ab,ac,bc)
	중학교 (n=3,260)	2.16 (1.04)		2.17 (1.62)		2.23 (1.06)		1.67 (0.96)		1.71 (0.99)		1.59 (0.93)	
	고등학교 (n=2,985)	2.17 (1.01)		1.91 (1.43)		2.47 (1.00)		1.88 (0.99)		1.98 (1.05)		1.87 (1.03)	
전체 M(SD)		2.02(1.03)		2.10(1.63)		2.14(1.07)		1.65(0.95)		1.68(0.99)		1.59(0.94)	

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

[표 4-2] 응답자의 특성에 따른 스트레스의 항목별 차이 분석

응답자의 특성		친구관계		이성관계		선·후배관계		선생님관계		진로문제		학업문제		전체	
		M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)
성별	남자 (n=4,692)	1.48 (0.86)	390,074 ***	1.39 (0.84)	20,845 ***	1.26 (0.70)	21,747 ***	1.40 (0.86)	43,056 ***	2.00 (1.16)	368,363 ***	2.32 (1.19)	386,693 ***	1.68 (0.65)	420,224 ***
	여자 (n=4,710)	1.86 (1.02)		1.47 (0.88)		1.33 (0.76)		1.53 (0.92)		2.47 (1.21)		2.79 (1.13)		1.96 (0.70)	
교급	초등학교 (n=3,157)	1.50 (0.92)	76,959 *** (ab,ac)	1.26 (0.77)	105,783 *** (ab,ac,bc)	1.30 (0.76)	3,772 *	1.34 (0.85)	50,015 *** (ab,ac)	1.42 (0.89)	1800,508 *** (ab,ac,bc)	1.87 (1.09)	1053,642 *** (ab,ac,bc)	1.54 (0.64)	478,562 *** (ab,ac,bc)
	중학교 (n=3,260)	1.74 (0.99)		1.47 (0.88)		1.33 (0.76)		1.51 (0.93)		2.35 (1.16)		2.71 (1.12)		1.89 (0.69)	
	고등학교 (n=2,985)	1.78 (0.96)		1.57 (0.90)		1.27 (0.67)		1.55 (0.88)		2.98 (1.01)		3.09 (0.99)		2.04 (0.64)	
전체 M(SD)		1.67(0.96)		1.43(0.86)		1.30(0.73)		1.47(0.89)		2.24(1.21)		2.55(1.18)		1.82(0.69)	

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

\*주: a=초등학교, b=중학교, c=고등학교

● ● ‘게임 중독’은 중학생 때 전반적으로 높게 나타남.

게임 중독의 경우 중학생의 게임 중독 평균 점수(M=1.23)가 초등학교(M=1.16)이나 고등학교(M=1.21)보다 더 높았고, 통계적으로도 교급 간의 차이가 유의한 것으로 나타났음(F=28.437, p<.001).

게임 중독에 대한 성별 조사결과를 살펴보면, 남학생들의 평균 점수(M=1.28)가 여학생들의 평균 점수(M=1.12)보다 더 높은 것으로 나타났으며, 통계적으로도 결과가 유의한 것으로 나타났음(F=510.889, p<.001).

가족구성에서는 조손가정(M=1.25)과 한부모가정(M=1.24)의 청소년들이 양부모가정(M=1.18) 청소년들보다 더 높은 평균 점수를 나타냈으며, 집단 간 평균 차이가 통계적으로 유의한 것으로 나타났음(F=18.419, p<.01).

[표 5] 응답자의 특성에 따른 게임 중독의 요인별 차이 분석

응답자의 특성		게임 지향적 생활		게임 내성과 통제력 상실		게임 금단과 정서경험		게임 중독 (전체)	
		M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)	M (SD)	t, F (Sheffé)
성별	남자 (n=4,692)	1.26 (0.45)	205,697 ***	1.37 (0.55)	563,312 ***	1.21 (0.44)	416,196 ***	1.28 (0.42)	510,889 ***
	여자 (n=4,710)	1.14 (0.34)		1.14 (0.36)		1.06 (0.25)		1.12 (0.27)	
교급별	초등학교 (n=3,157)	1.18 (0.38)	11,258 *** (ab)	1.19 (0.39)	38,161 *** (ab,ac)	1.10 (0.29)	25,189 *** (ab,ac)	1.16 (0.30)	28,437 *** (ab,ac)
	중학교 (n=3,260)	1.23 (0.41)		1.29 (0.51)		1.16 (0.39)		1.23 (0.38)	
	고등학교 (n=2,985)	1.19 (0.41)		1.28 (0.52)		1.15 (0.40)		1.21 (0.39)	
가족구성	양부모가정 (n=8,221)	1.19 (0.39)	21,754 *** (gh,gi)	1.25 (0.46)	13,470 *** (gh)	1.13 (0.35)	9,471 *** (gi)	1.18 (0.32)	18,419 *** (gh,gi)
	한부모가정 (n=840)	1.26 (0.44)		1.32 (0.54)		1.16 (0.38)		1.24 (0.41)	
	조손가정 (n=156)	1.31 (0.51)		1.34 (0.66)		1.21 (0.52)		1.25 (0.36)	
전체 M(SD)		1.20(0.40)		1.25(0.48)		1.14(0.36)		1.19(0.36)	

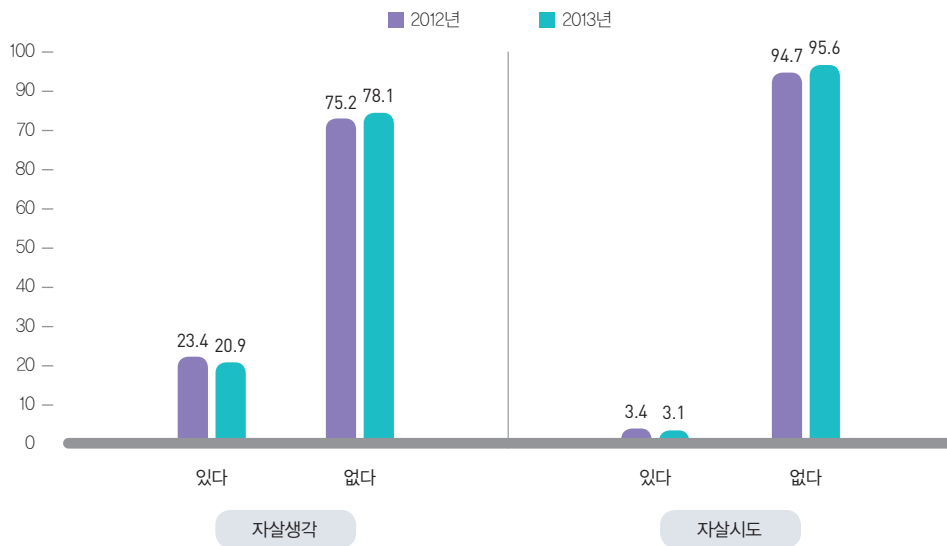
\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

\*주: a=초등학교, b=중학교, c=고등학교 g=양부모가정, h=한부모가정, i=조손가정

● 자살생각 청소년 비율 20.9%, 자살시도 청소년 비율 3.1%

최근 1년간 자살생각을 해 본적이 있다는 청소년의 비율은 2013년도에 20.9%로 나타나 전년도 (2012년 23.4%) 대비 2.5% 낮아 졌으며, 최근 1년간 자살시도를 한 적이 있다는 청소년 비율은 2013년도에 3.1%로 나타나, 전년도(2012년 3.4%)에 비해 0.3% 낮게 나타남<그림 1>.

최근 1년간 자살시도를 한 적이 있다는 문항에 대해 여학생(4.4%)의 응답 비율이 높았고(남학생 1.8%), 교급별 비교에서는 중학생(4.4%)이 고등학생(2.5%)과 초등학생(2.4%)에 비해 높게 나타났음<표6>.



[그림 1] 전체 응답자 대비 자살의 항목별 백분율

[표 6] 전체 청소년 대비 최근 1년간 자살 시도 경험

응답자의 특성		사례수		있다		없다		무응답	
년도		12년	13년	12년	13년	12년	13년	12년	13년
전체		8,745	9,402	3.4	3.1	94.7	95.6	1.9	1.3
성별	남	4,494	4,692	2.3	1.8	95.8	97.1	1.9	1.2
	여	4,251	4,710	4.5	4.4	93.5	94.2	2.0	1.4
교급별	초	3,185	3,157	2.8	2.4	95.0	96.7	2.2	0.9
	중	2,986	3,260	4.7	4.4	93.6	94.0	1.6	1.6
	고	2,574	2,985	2.5	2.5	95.5	96.2	2.0	1.3



한국청소년정책연구원

National Youth Policy Institute

서울시 서초구 태봉로114 교총빌딩 9/10층  
114 Taebongro, Seocho-Gu, Seoul 137-715 Korea  
Tel. 02-2188-8800 Fax. 02-2188-8869 [www.nypi.re.kr](http://www.nypi.re.kr)

