

2025년

서울시민 정신건강 인식 및 실태조사

조사대상 : 서울시에 거주하는 만 15세 이상 65세 미만 남녀 1,000명

* 2025년 5월 주민등록인구 현황에 따라 성별, 연령별, 지역별로 인구구성비에 맞게 무작위 추출함

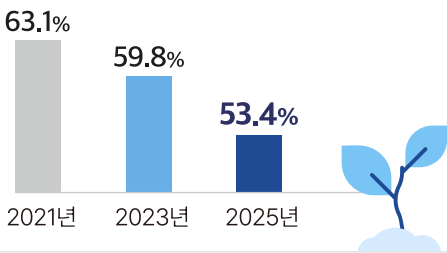
조사기간 : 2025년 6월 10일 ~ 6월 19일



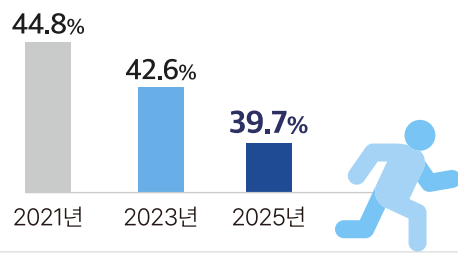
서울시민 정신건강 리포트 한눈에 보기



서울시민의 주관적 정신건강상태 '좋은 편'

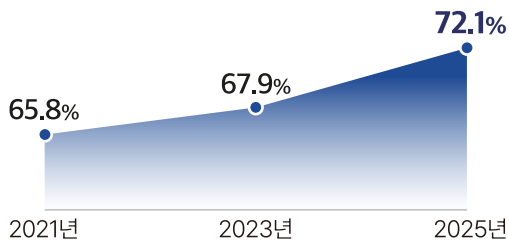


서울시민의 주관적 신체건강상태 '좋은 편'



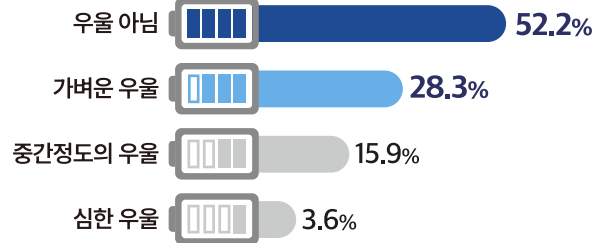
자신의 정신적·신체적 건강이 좋은 편이라고 인식하는 사람의 비율 감소

지난 1년간 1개 이상의 정신건강 문제 경험



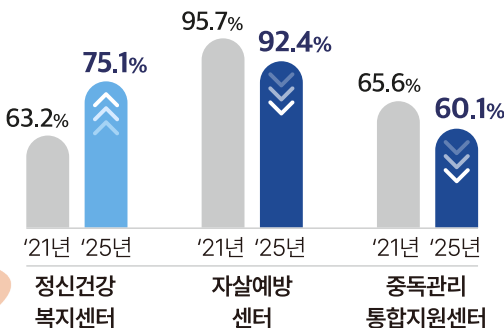
실제 지난 1년간 1개 이상의 정신건강 문제를 경험한 사람이 점점 증가

우울증 척도 검사 결과

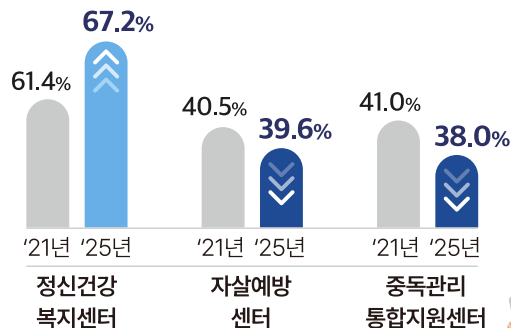


서울시민의 우울 조사 결과 전체 평균 5.8점으로 가벼운 우울 수준에 해당

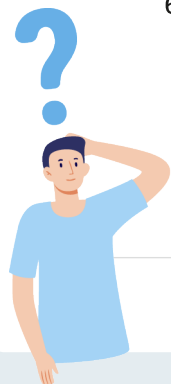
정신건강 관련 기관 인지도



정신건강 관련 기관 이용의향



정신건강 기관에 대한 접근성, 전문 서비스를 강화하기 위한 노력 필요



2025년

서울시민 정신건강 인식 및 실태조사

조사대상 : 서울시에 거주하는 만 15세 이상 65세 미만 남녀 1,000명

* 2025년 5월 주민등록인구 현황에 따라 성별, 연령별, 지역별로 인구구성비에 맞게 무작위 추출함

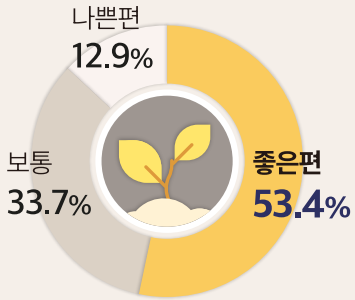
조사기간 : 2025년 6월 10일 ~ 6월 19일



서울시민의 정신건강 현주소

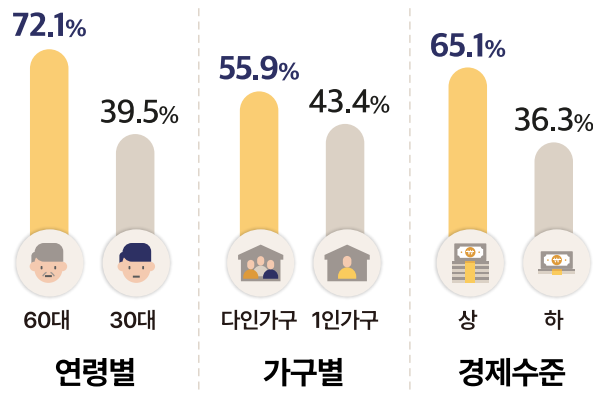
1 주관적 건강 상태

Q. 정신적 건강상태가 어떻다고 생각하십니까?

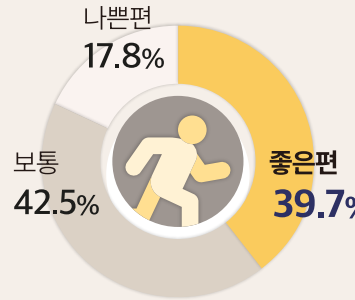


응답자 특성별 '좋은편' 응답률

■ '좋은편' 응답이 가장 높은 집단 ■ '좋은편' 응답이 가장 낮은 집단

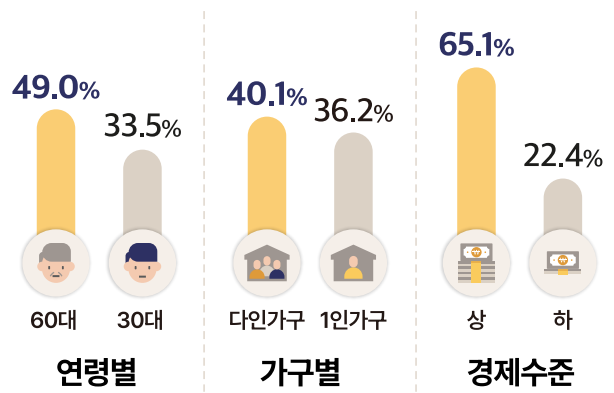


Q. 신체적 건강상태가 어떻다고 생각하십니까?



응답자 특성별 '좋은편' 응답률

■ '좋은편' 응답이 가장 높은 집단 ■ '좋은편' 응답이 가장 낮은 집단



2 정신건강 문제 경험

Q. 지난 1년간 경험한 정신적인 어려움을 모두 응답해주십시오.



* 15개 문제유형 중 상위 5개 제시

3개 이상 경험

29.2%

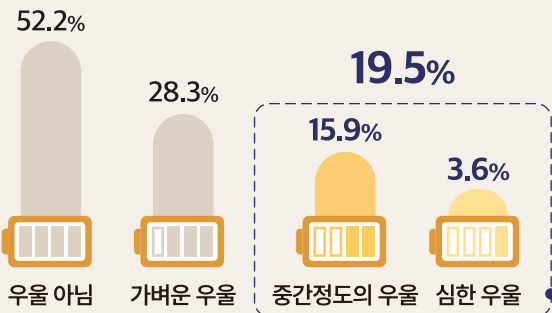
5개 이상 경험

19.4%

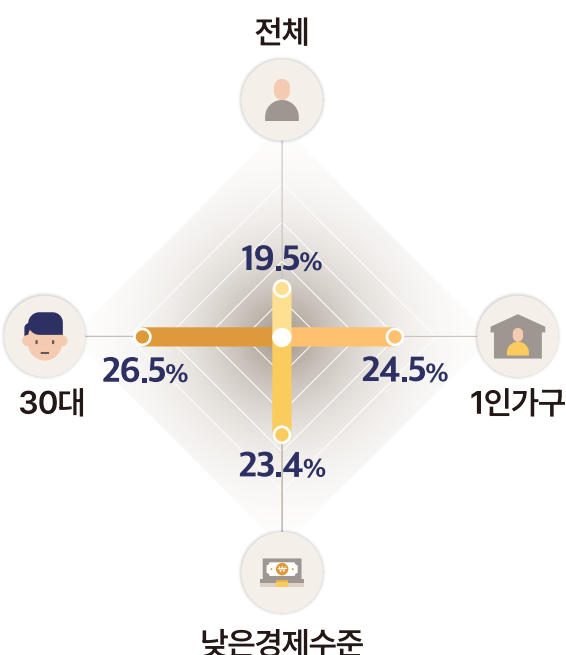
20~30대가 58.2% 해당

3 정신건강 실태

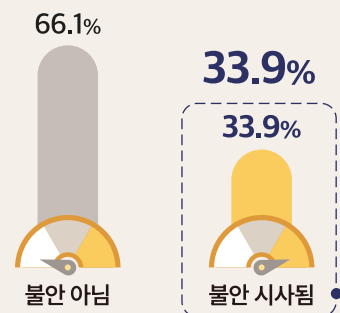
우울(PHQ-9) 척도 결과



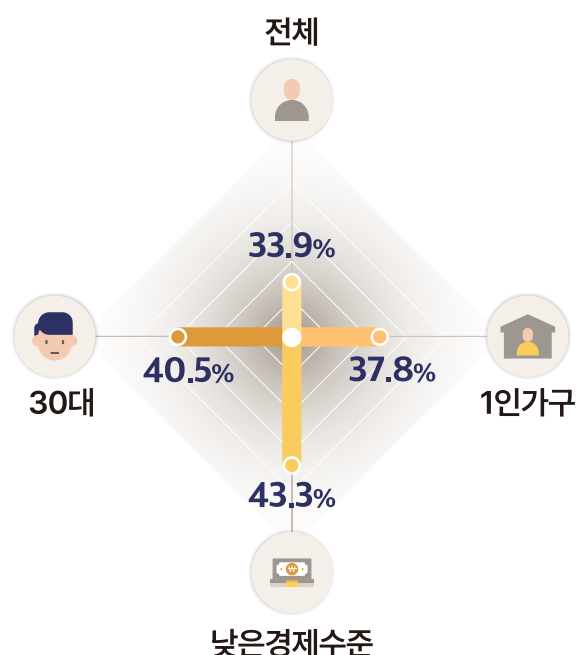
응답자 특성별 '중간 정도의 우울' 이상



불안(GAD-7) 척도 결과



응답자 특성별 '불안 시사됨'



2025년

서울시민 정신건강 인식 및 실태조사

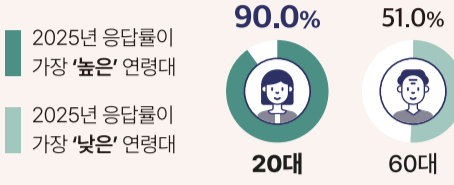
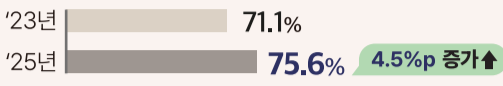
조사대상 : 서울시에 거주하는 만 15세 이상 65세 미만 남녀 1,000명
* 2025년 5월 주민등록인구 현황에 따라 성별, 연령별, 지역별로 인구구성비에 맞게 무작위 추출함
조사기간 : 2025년 6월 10일 ~ 6월 19일



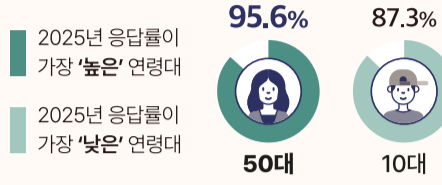
서울시민의 정신건강 인식과 이용 격차

1 정신질환 및 정신질환자에 대한 태도

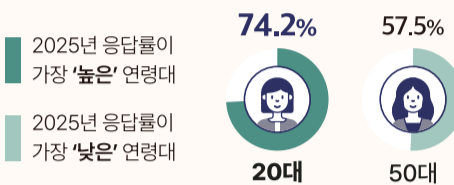
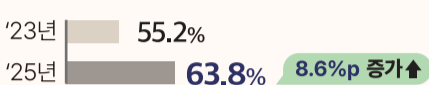
• 나도 정신질환을 겪을 수 있다 •



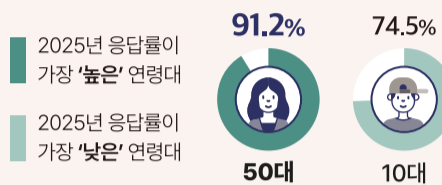
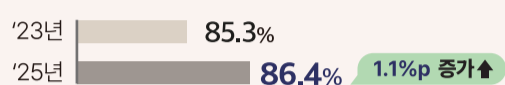
• 정신질환도 의학적 치료가 필요한 질병이다 •



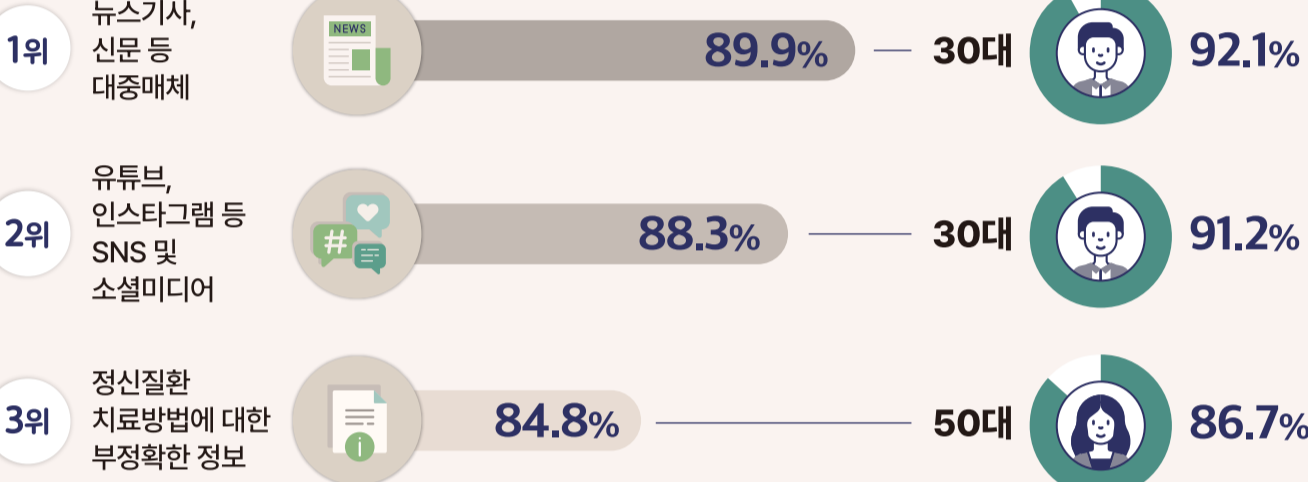
• 정신질환자 시설이 이웃해도 괜찮다 •



• 정신질환자 지원에 국가 예산이 더 필요하다 •

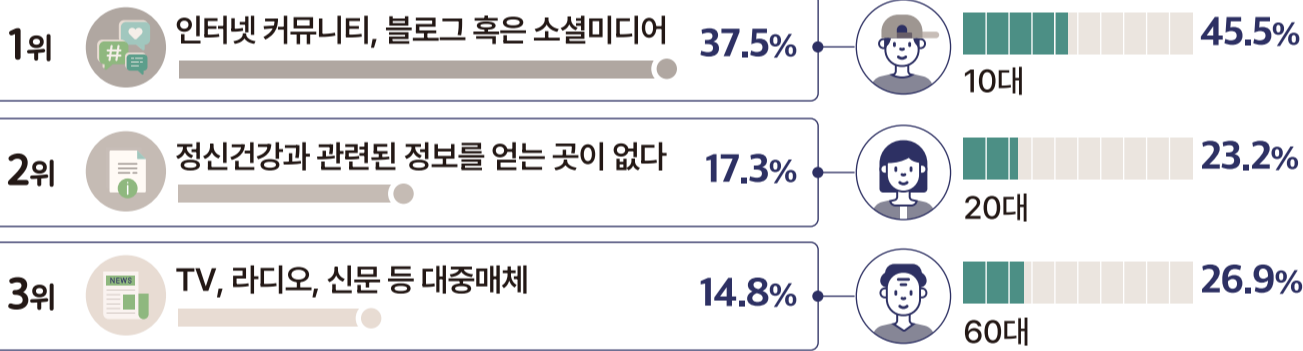


2 정신질환 편견의 영향 요인

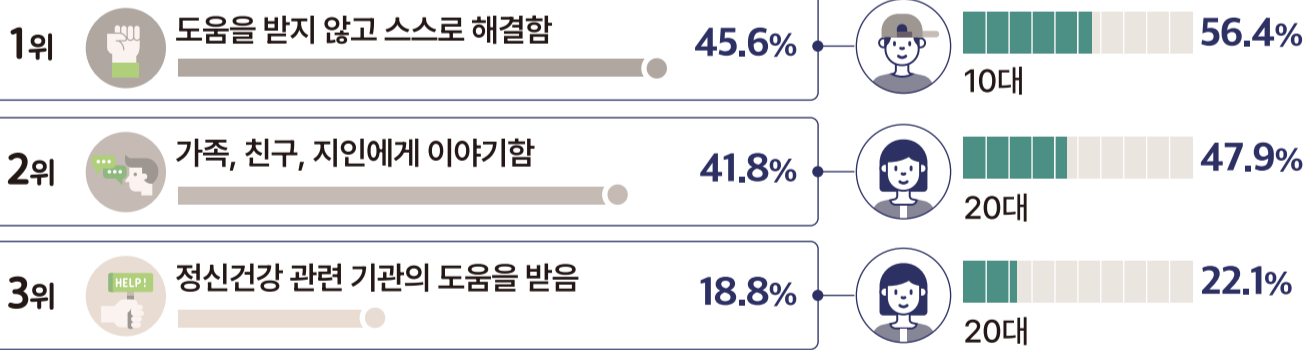


3 서비스와 기관에 대한 접근과 이용

• 정신건강 관련 정보를 얻는 경로 •

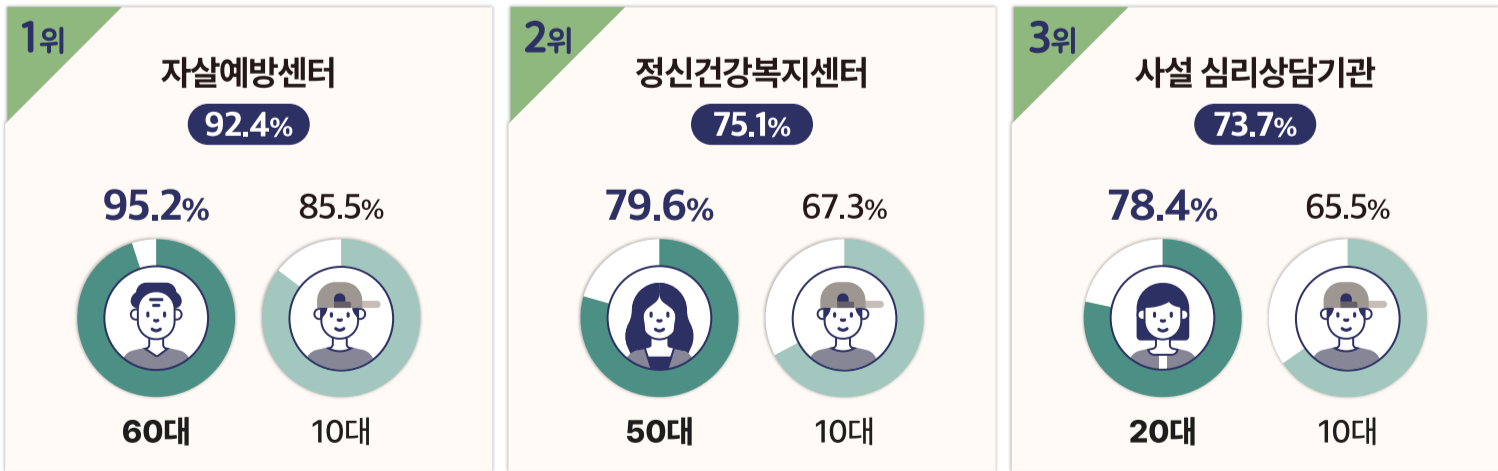


• 정신건강문제 대처방법 •



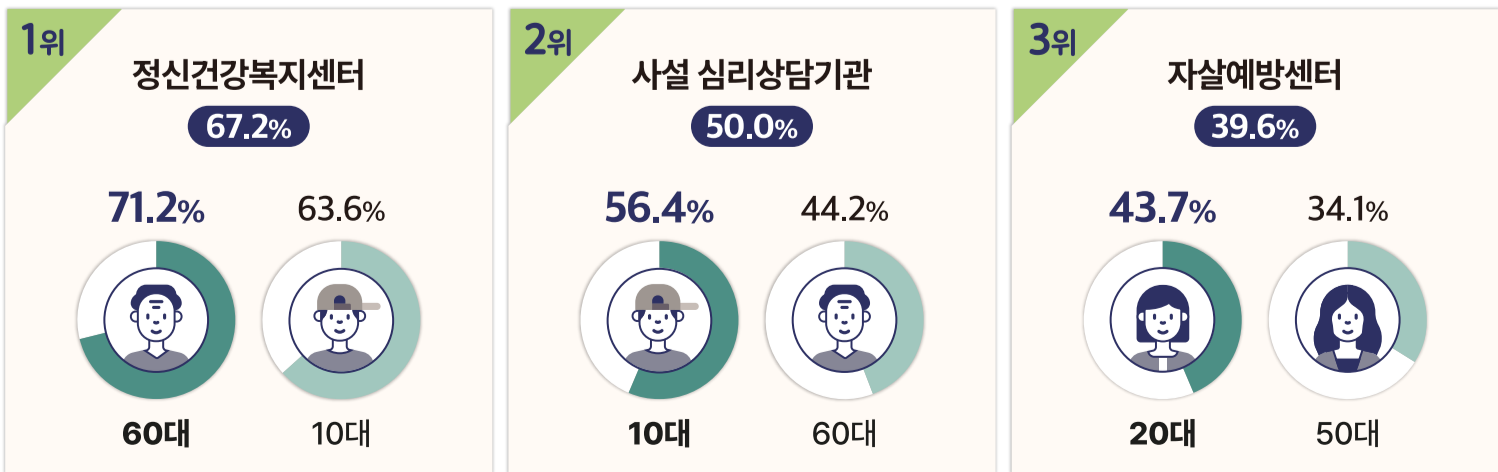
• 정신건강 관련 기관 인지도 •

■ 최다 응답 연령대 ■ 최소 응답 연령대



• 정신건강 관련 기관 이용의향 •

■ 최다 응답 연령대 ■ 최소 응답 연령대



2025년

서울시민 정신건강 인식 및 실태조사

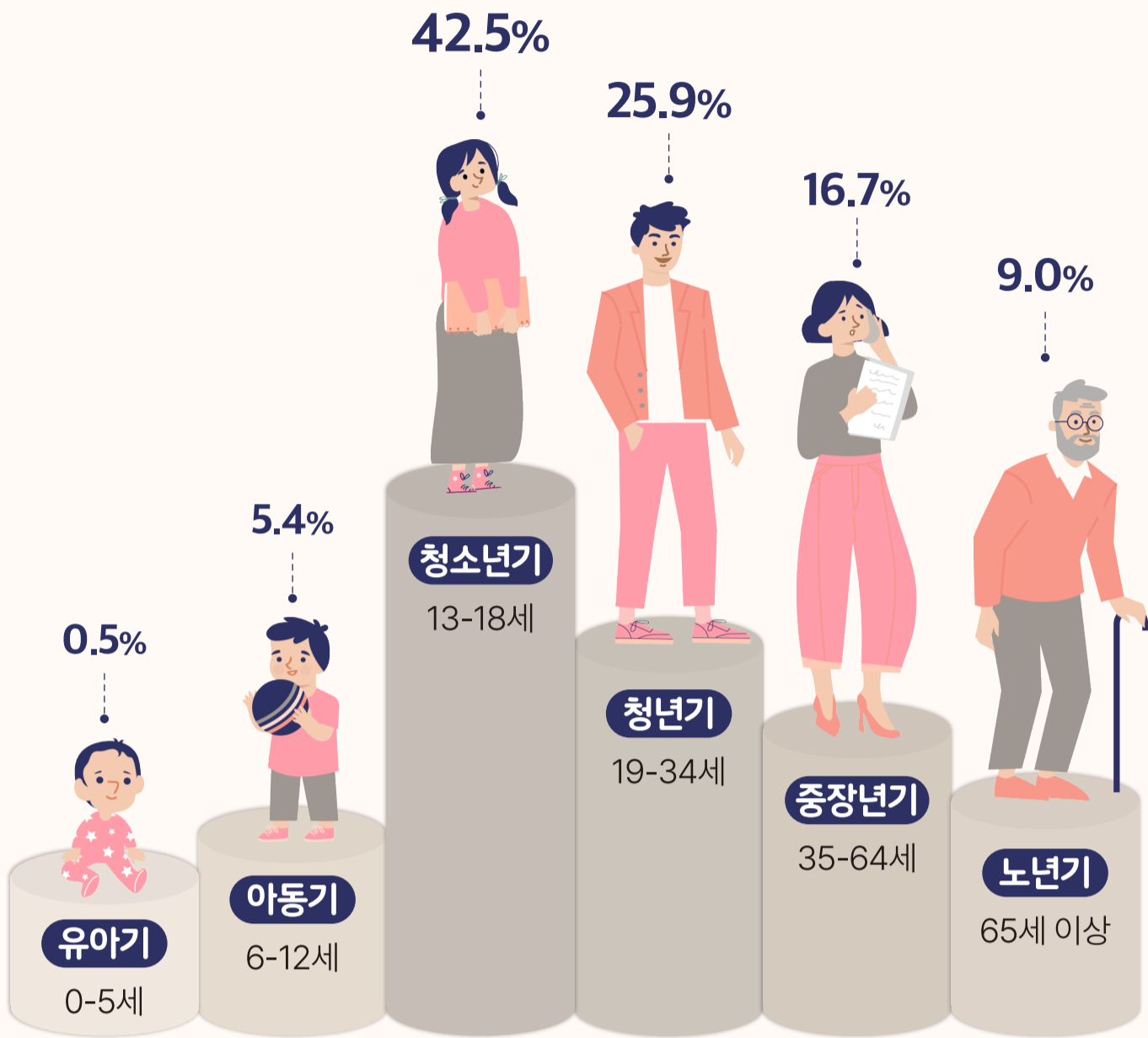


조사대상 : 서울시에 거주하는 만 15세 이상 65세 미만 남녀 1,000명
* 2025년 5월 주민등록인구 현황에 따라 성별, 연령별, 지역별로 인구구성비에 맞게 무작위 추출함
조사기간 : 2025년 6월 10일 ~ 6월 19일

서울시민의 정신건강서비스 우선순위

1 정신건강 지원이 가장 필요한 생애주기

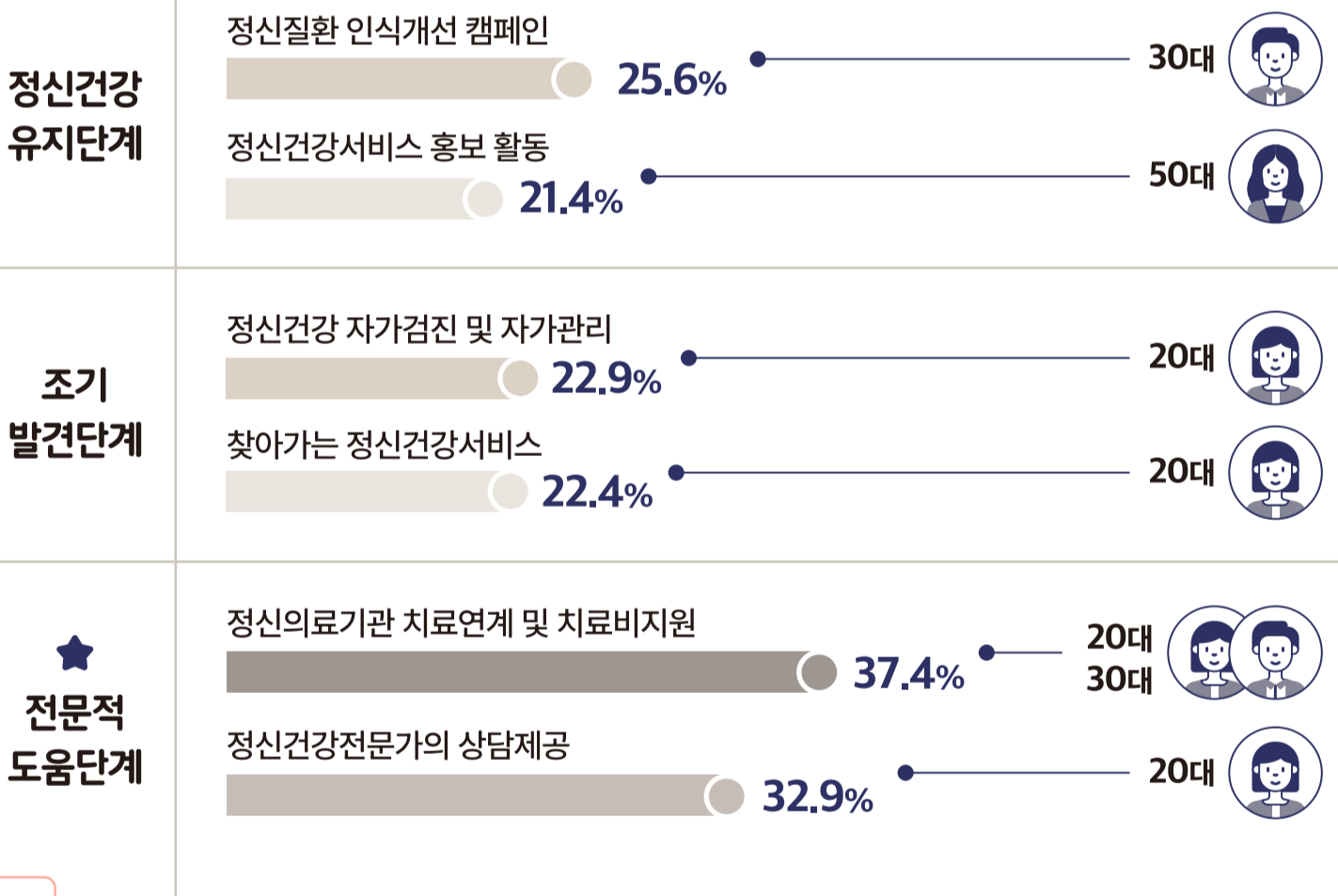
Q. 다음 중 어느 생애주기에서의 정신건강 지원이 가장 필요하다고 생각하십니까?



2 서울시민이 우선순위로 본 정신건강 지원 서비스

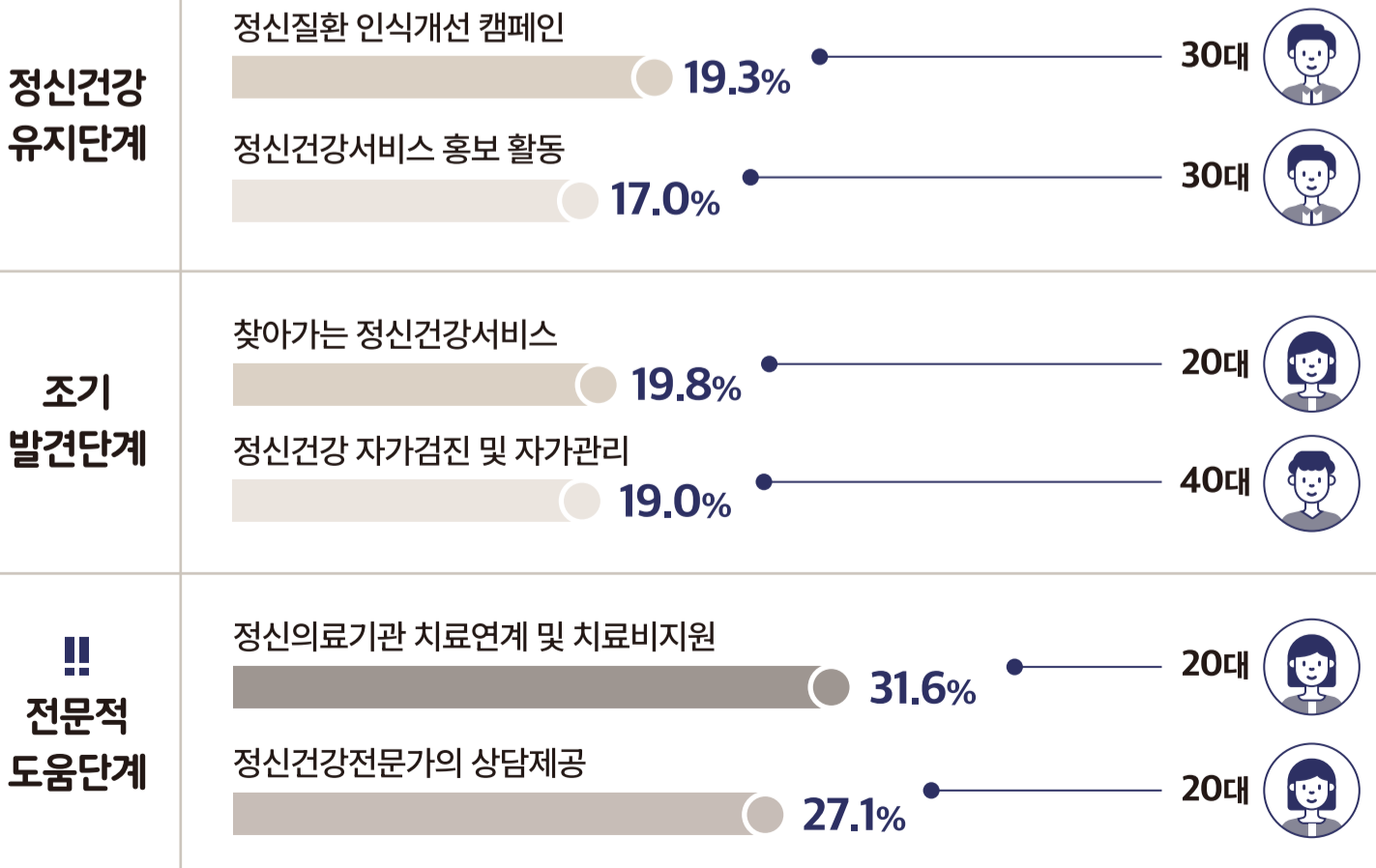
★ “매우 중요하다”

■ 응답비율 ○ 최다 응답 연령대



! “매우 시급하다”

■ 응답비율 ○ 최다 응답 연령대



발행일	2025년 9월 26일	팩스	02-3444-9961	발행처	서울시정신건강복지센터
기획자	데이터정보운영팀	전화	02-3444-9934	제작업체	(주)인포그래픽웍스
홈페이지	https://seoulmentalhealth.kr	ISBN(ISSN)	979-11-6838-124-7		

본 저작물은 서울시정신건강복지센터 소유이므로 사전 승인 없이 본 내용의 전부 또는 일부에 대한 무단전재와 복제를 금합니다.