대학(원)생 심리·정서 지원 방안에 관한 설문 조사

안녕하십니까?

최근 대학(원)생들은 학업 부담, 진로 및 취업에 대한 불안, 대인관계의 어려움 등으로 인해 심리·정서적으로 다양한 어려움을 겪고 있습니다. 본 설문의 목적은 대학(원)생들의 심리·정서 지원과 관련한 현황을 파악하는 것이며, 특히 동일 집단으로 하는 코호트 조사로서 실효성 있는 정책적 제언을 위한 기초자료로 활용됩니다.

본 설문에 응답하신 내용은 연구 목적을 위한 자료로만 활용되며, 통계법 제33조(비밀의 보장)에 근거하여 응답자의 정보는 철저히 보호됩니다. 정확한 자료가 수집될 수 있도록 귀하의 성실한 응답을 부탁드립니다.

바쁘신 중에도 설문에 응해 주셔서 진심으로 감사드립니다.

2026. 9.

한국대학교육협의회 정책연구팀장 김정희 올림
문의처 : ☎ 02-6919-3902, 3904

※ 다음은 귀하의 **일반적 사항**을 묻는 질문입니다. 해당하는 번호의 밑줄 친 곳에 √표시를 해주시기 바랍니다.

Ⅰ. 응답자 일반사항

1. 귀하의 성별: ____① 남학생 ____② 여학생

2. 귀하가 재학 중인 대학의 설립유형: ____① 국・공립대학 ____② 사립대학

3. 귀하가 재학 중인 대학의 소재지

____① 서울 ____② 인천・경기 ____③ 강원권 ____④ 대전・세종・충청권 ____⑤ 광주・전라권

____⑥ 대구・경북권 ____⑦ 부산・울산・경남권 ____⑧ 제주권

4. 귀하의 학년: ____① 1학년 ____② 2학년 ____③ 3학년 ____④ 4학년 이상

____⑤ 기타(졸업 유예, 수료) ____⑥ 대학원생

5. 귀하의 전공계열*

____① 인문・사회계열 ____② 자연과학계열 ____③ 공학계열

____④ 의학계열 ____⑤ 예체능계열 ____⑥ 기타_____

***전공 계열 분류는 대학정보공시 표준 분류체계(2026)에 따른 계열 범주임**

- 인문·사회계열: 언어·문학, 인문학, 법학, 사회과학, 경영·경제, 교육 등
- 자연과학계열: 수학·물리·천문·지구, 화학·생명과학·환경, 농림·수산, 생활과학, 의료예과, 약학, 간호, 보건, 교육 등
- 공학계열: 건설, 기계, 전기·전자·컴퓨터, 재료, 화공·고분자·에너지, 산업·안전, 교통·수송, 교육 등
- 의학계열: 의학, 치의학, 한의학, 수의학 등
- 예체능계열: 무용·체육, 연극·영화, 미술, 음악, 응용예술, 교육 등

6. 귀하의 현재 거주 형태

____① 가족과 함께 거주 ____② 기숙사(교내외 생활관) ____③ 자취・하숙(1인 가구) ____④ 기타

II. 심리·정서 상태

※ 다음은 귀하의 심리.정서 상태에 관한 질문입니다. 해당하는 번호의 밑줄 친 곳에 √표시를 해주시기 바랍니다.

7. 귀하는 **다음 각 사항에** 대해 어떤 상태입니까? 해당하는 번호의 밑줄 친 곳에 √표를 해주십시오.

구분	매우 낮음	낮은 편	보통	높은 편	매우 높음
1) 정서적 불안 정도	____①	____②	____③	____④	____⑤
2) 우울・무기력감 정도	____①	____②	____③	____④	____⑤
3) 학업 관련 스트레스 정도	____①	____②	____③	____④	____⑤
4) 교우 관계 스트레스 정도	____①	____②	____③	____④	____⑤
5) 동아리, 비교과활동 등 학교생활 관련 스트레스 정도	____①	____②	____③	____④	____⑤
6) 취업 및 취업준비 관련 스트레스 정도	____①	____②	____③	____④	____⑤
7) 대학 및 학과 소속감 정도	____①	____②	____③	____④	____⑤

8. 귀하는 **지난 1년간** 다음에 대해 경험한 적이 있습니까? 해당하는 번호의 밑줄 친 곳에 √표를 해주시고, 경험이 있다면 몇 회인지 적어 주십시오.

구분	없음	있음
1) 생활에 불편을 주는 정도의 **기분 변화**	____①	____② (_____회)
2) 수일간 지속되는 **불안감**	____①	____② (_____회)
3) 수일간 지속되는 **우울감**	____①	____② (_____회)

9. 귀하는 심리・정서적으로 어려움을 느낄 때, 주로 어떻게 대처하십니까? **(중복가능)**

____① 가족, 친구 등 주변 사람과 대화
____② 학교 학생상담센터 이용
____③ 학교 밖 정신건강 전문기관(병・의원, 사설 상담소 등) 이용
____④ 온라인 커뮤니티・상담 앱 등 비대면 채널 활용
____⑤ 운동, 취미 등 개인적 활동
____⑥ 특별한 대처 없이 스스로 견딤
____⑦ 기타_____

10. 귀하의 심리・정서 안정에 가장 위협이 되는 요인은 무엇이라고 생각합니까? **(중복가능)**

____① 취업 경쟁 및 불안 심화
____② 학비, 생활비 등 경제적인 어려움
____③ 좌절, 갈등 극복 경험 부족
____④ 가족, 주변의 지지 부족
____⑤ 초기 성인으로서 가치관, 인생 청사진 부족
____⑥ 교수, 선후배 등 학교에 믿고 의논할 상대가 없음
____⑦ 기타 ( )

11. 귀하는 지난 1년간 자살 생각을 진지하고 구체적으로 하신 적이 있습니까?

____① 전혀 없다
____② 1~2번 생각한 적이 있다
____③ 종종 생각한 적이 있다
____④ 기타_____

12. 귀하는 휴학이나 자퇴를 고려한 경험이 있습니까?

____① 있음(☞ **12-1번으로 가세요)** ____② 없음(☞ **13번으로 가세요)**

12-1. 위의 질문에서 휴학이나 자퇴를 고려한 경험이 있다면, 구체적인 이유는 무엇입니까? **(중복가능)**

____① 경제적 이유
____② 대학 소속감 및 자부심 결여
____③ 학교생활 적응의 어려움
____④ 학업 부담
____⑤ 신체적 어려움
____⑥ 심리・정서적 어려움(우울, 불안 등)
____⑦ 기타 ( )

13. 귀하는 지난 1년간 불안, 우울, 스트레스 등의 문제로 병원 및 외부 상담센터를 이용하신 적이 있으십니까?

____① 있음(연간 회) ____② 없음

III. 학생상담센터 이용 경험 및 도움 정도

14. 귀하는 지난 1년간 대학 학생상담센터를 이용하신 경험이 있으십니까?
____① 있음(연간 회) **(☞ 14-1번으로 가세요)** ____② 없음 **(☞ 15번으로 가세요)**

14-1. 귀하는 대학 학생상담센터를 이용한 경험이 있다면 전반적인 만족도는 어떻습니까?
____① 매우 불만족 ____② 불만족 ____③ 보통 ____④ 만족 ____⑤ 매우 만족

14-2. 대학 학생상담센터 이용 경험에 대해 각 문항에 응답해 주십시오.

구분	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1) 상담자(전문인력)의 전문성에 만족했다	①	②	③	④	⑤
2) 상담 이후 심리·정서적 어려움이 완화되었다	①	②	③	④	⑤
3) 상담 이후 지속적인 피드백이 이루어졌다	①	②	③	④	⑤
4) 상담 내용의 비밀이 잘 보장된다고 느꼈다	①	②	③	④	⑤
5) 상담 예약·이용 절차가 편리했다	①	②	③	④	⑤
6) 필요하다면 다시 이용할 의향이 있다	①	②	③	④	⑤

14-3. 대학 학생상담센터를 이용하게 된 주된 계기는 무엇입니까? **(중복가능)**
____① 자발적으로 신청 ____② 주변(친구, 가족 등)의 권유
____③ 대학(학과 사무실, 교수)의 권유·연계 ____④ 기타 ( )

14-4. 상담 신청부터 실제 상담을 받기까지 대기 기간은 어느 정도였습니까?
____① 즉시~1주 이내 ____② 1~2주 ____③ 2주~1개월
____④ 1개월 이상 ____⑤ 기타 ( )

14-5. 대학 학생상담센터 이용에 있어 가장 어려운 점은 무엇입니까? **(중복가능)**
____① 접근성이 낮고 이용이 꺼려짐 ____② 필요시 긴 대기 시간
____③ 상담의 불편함 ____④ 받아도 효과가 없는 것 같음
____⑤ 정기적인 상담이 어려움 ____⑥ 기타 ( )

15. 귀 대학에서 제공되는 학생상담센터 프로그램을 이용하신 경험이 있는지 여부와 경험한 적이 있다면 그 프로그램이 귀하에게 어느 정도 도움을 주는지를 해당하는 번호의 밑줄 친 곳에 √표를 해주십시오.

구분	경험 여부		경험한 적이 있다면 도움 정도				
	경험한 적 없음	경험한 적 있음	전혀 도움이 안됨	도움이 안되는 편임	보통임	도움이 되는 편임	매우 도움이 됨
1) 개인 상담	____⓪	____①	____①	____②	____③	____④	____⑤
2) 집단 상담	____⓪	____①	____①	____②	____③	____④	____⑤
3) 심리 검사	____⓪	____①	____①	____②	____③	____④	____⑤

구분	경험 여부		경험한 적이 있다면 도움 정도				
	경험한 적 없음	경험한 적 있음	전혀 도움이 안됨	도움이 안되는 편임	보통임	도움이 되는 편임	매우 도움이 됨
4) 외부 설치 상담 부스 (상담 이벤트 행사 등)	____⓪	____①	____①	____②	____③	____④	____⑤
5) 비대면 상담(전화, 온라인, 앱 등)	____⓪	____①	____①	____②	____③	____④	____⑤
6) 정신건강 특강(워크숍)	____⓪	____①	____①	____②	____③	____④	____⑤
7) 진로설계 관련 프로그램	____⓪	____①	____①	____②	____③	____④	____⑤
8) 자살예방교육	____⓪	____①	____①	____②	____③	____④	____⑤
9) 담임 교수제 (교수-학생 연계)	____⓪	____①	____①	____②	____③	____④	____⑤

IV. 대학의 심리·정서 지원 체계 인식 및 요구

16. 귀하가 재학 중인 대학의 학생 심리·정서 지원 노력에 대해 각 문항에 응답해 주십시오.

구분	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1) 학교는 학생 정신건강 문제에 관심을 갖고 있다	①	②	③	④	⑤
2) 학교는 학생의 정신건강 상태를 조기에 확인(검사, 실태조사 등)하고 필요한 도움을 받을 수 있도록 지원하고 있다.	①	②	③	④	⑤
3) 위기상황(예, 자살·자해 우려 등) 발생 시 학교의 대응체계가 마련되어 있다	①	②	③	④	⑤
4) 정신건강 관련 정보(예, 상담센터 안내, 캠페인 등)를 충분히 접할 수 있다	①	②	③	④	⑤
5) 전반적으로 학교의 심리·정서 지원 체계에 만족한다	①	②	③	④	⑤

17. 다음 중 대학 차원에서 심리·정서 지원과 관련하여 우선적으로 확충이 필요하다고 생각하는 사항은 무엇입니까? **(중복가능)**

____① 상담 전문인력 증원 및 대기기간 단축
____② 야간·주말 등 운영시간 확대
____③ 비대면(온라인·전화) 상담 확대
____④ 위기개입(자살·자해 등 긴급대응) 체계 강화
____⑤ 외국인 유학생을 위한 다국어 상담 지원
____⑥ 교육·예방 프로그램 확대
____⑦ 웰니스 프로그램 확대(신체적, 정신적, 재정적, 사회적 건강 등)
____⑧ 타 기관(병원, 정신건강복지센터 등)과의 연계 강화
____⑨ 기타_____

18. 다음 중 국가 차원에서 심리・정서 지원과 관련하여 우선적으로 확충이 필요하다고 생각하는 사항은 무엇입니까? **(중복가능)**

____① 가이드라인 마련(기본 원칙, 예방 교육, 위기 개입 시스템 등)
____② 실태조사 실시
____③ 생애주기별 지원 체계 마련
____④ 정부 지원 서비스 확대(무료 심리검사 제공, 상담 관련 바우처 제공 등)
____⑤ 교육・예방 프로그램 확대
____⑥ 통합 안전망 구축(의료기관, 사회복지기관 등 연계)
____⑦ 기타_____

19. 대학(원)생 심리・정서 지원을 위하여 학교, 지자체, 정부 등에 요청하고 싶은 사항에 대해 귀하의 의견을 자유롭게 기술하여 주십시오.

※ 도움이 필요하신 경우

현재 심리·정서적으로 어려움을 느끼는 경우, 혹은 정신건강과 관련하여 도움이 필요하신 경우 아래 기관에 문의하실 수 있습니다.

- 소속 대학 학생상담센터
- 정신건강 위기상담전화 1577-0199 (24시간)
- 자살예방상담전화 109 (24시간)
- 청소년·청년 정신건강 상담 : 129(보건복지상담센터)
- 국가정신건강정보포털(https://www.mentalhealth.go.kr)
  : 생애주기별 자가검진, 질환별 자가검진(예, 우울, 자살, 알코올중독 등) 제공

※ 설문에 응답해 주셔서 감사합니다 ※