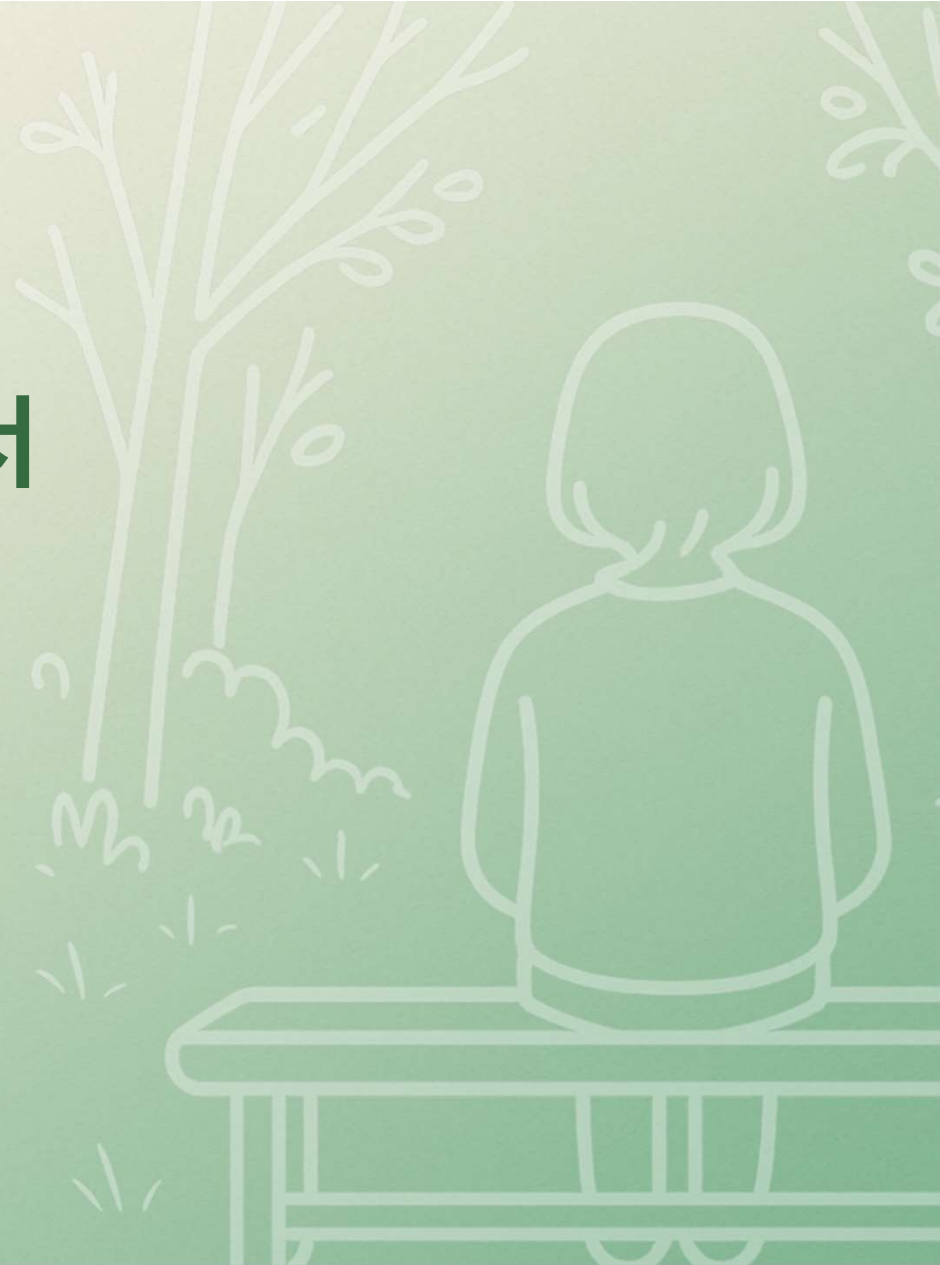


2025 쉬었음 청년 연구보고서

쉬었음 청년은 포기한 것이 아니라 일시정지(PAUSE)하고 있을 뿐

2025.08.11 사단법인 오늘은 x 열고닫기



일러두기

- 정량조사 결과는 소수점 둘째자리에서 반올림 된 수치로 총 합계가 100.0이 아닌 경우가 있을 수 있음.
- 정량조사 대상은 399명으로 사례수가 10명 이하인 경우 해석해 유의 해야 함.
- 본 보고서에서 쉬었음 청년을 '행복'과 '불행'으로 나눈 기준은 정량조사에서 '쉬었음' 상태에 대해 행복감을 느끼는 지에 대한 4점 척도 질문에 긍정응답자(매우그렇다, 다소그렇다)를 '행복', 부정응답자(다소아니다, 매우아니다)를 '불행'으로 구분함.
- 본 보고서에서 쉬었음 청년을 '일시정지'와 '포기'로 나눈 기준은 일하는 상태(취업·창업)로 전환하는 것에 대한 생각이 '지금은 잠시 멈춰 있는 상태'에 가깝다는 응답자를 '일시정지', '앞으로 1년 이상 일하는 상태로 전환 할 계획이 없다'에 가깝다는 응답자를 '포기'로 구분함.
- 본 보고서에서 쉬었음 청년을 '자발'과 '비자발'로 나눈 기준은 쉬었음 선택 이유에 대한 객관식 응답을 연구진이 사후 분류함. '자발'은 쉬었음 선택 시, 개인의 상황 판단, 가치관 등에 기인한 이유가 큰 응답자, '비자발'은 사회 구조적 분위기에 기인한 이유가 큰 응답자로 구분함.
- 본 보고서에서 쉬었음 청년을 '연결'과 '단절'으로 나눈 기준은 정량조사에서 '지금 사회와 연결되어 있다고 느끼는지에 대한 4점 척도 질문에 긍정응답자(강하게 연결, 다소 연결)를 '연결', 부정응답자(다소 단절, 완전히 단절)를 '단절'으로 구분함.

INDEX

1. 조사배경
2. 조사방법
3. 주요 조사 결과
4. 상세 조사 결과
 - 4-1. 쉬었음 청년의 자기인식
 - 4-2. 일시정지 VS 포기
 - 4-3. 자발 VS 비자발
 - 4-4. 행복 VS 불행
 - 4-5. 연결 VS 단절
 - 4-6. 연령별 비교
5. 사회적 제언

조사배경

요즘 청년들은 연애, 결혼, 출산, 육아 등 삶의 여러 요소들을 포기한 세대로 불립니다.

하지만 정말 포기한 걸까요? 어쩌면 이들은 잠시 멈춰 선 채, 자신만의 속도로 살아갈 준비를 하고 있는 건 아닐까요.

이번 조사는 '쉬었음(쉬고 있음)'이라는 청년의 상태를, 단순히 개인의 의욕 부족이나 무기력으로 단정 짓지 않고, 이 상태가 사회 구조 속에서 어떤 의미를 가지는지 묻는 데서 출발했습니다. 일하지 않는 지금의 상태는 청년 개인의 삶의 기준에서는 '행복'일 수 있지만, 사회의 시선에서는 '불안'으로 여겨질 수도 있습니다.

현재 우리 사회는 '쉬었음'을 사회문제로 인식하고 있지만, 정작 그 문제 해결의 책임은 청년 개인에게만 지워지고 있습니다. 사회문제는 구조, 제도, 관계에서 비롯되며, 개인의 노력만으로는 해결이 어렵습니다. 그럼에도 불구하고 '쉬었음' 상태에서의 변화와 전환은 여전히 '개인의 몫'으로만 여겨지고 있으며, 사회의 역할에 대한 논의는 여전히 부족합니다.

사단법인 오늘은과 열고닫기는 이번 조사를 통해 '쉬었음' 상태에 있는 청년을 있는 그대로 바라보고자 했습니다. 지금의 상태에서 행복을 느끼는 청년이라면 그 행복을 지지하고, 그렇지 않다면 그들이 처한 현실을 사회가 정확히 이해하고, 함께할 수 있는 방법을 모색하고자 합니다. 이 조사가 청년의 현실과 대중 인식의 간극을 좁히는 작은 계기가 되기를 바랍니다.

조사방법

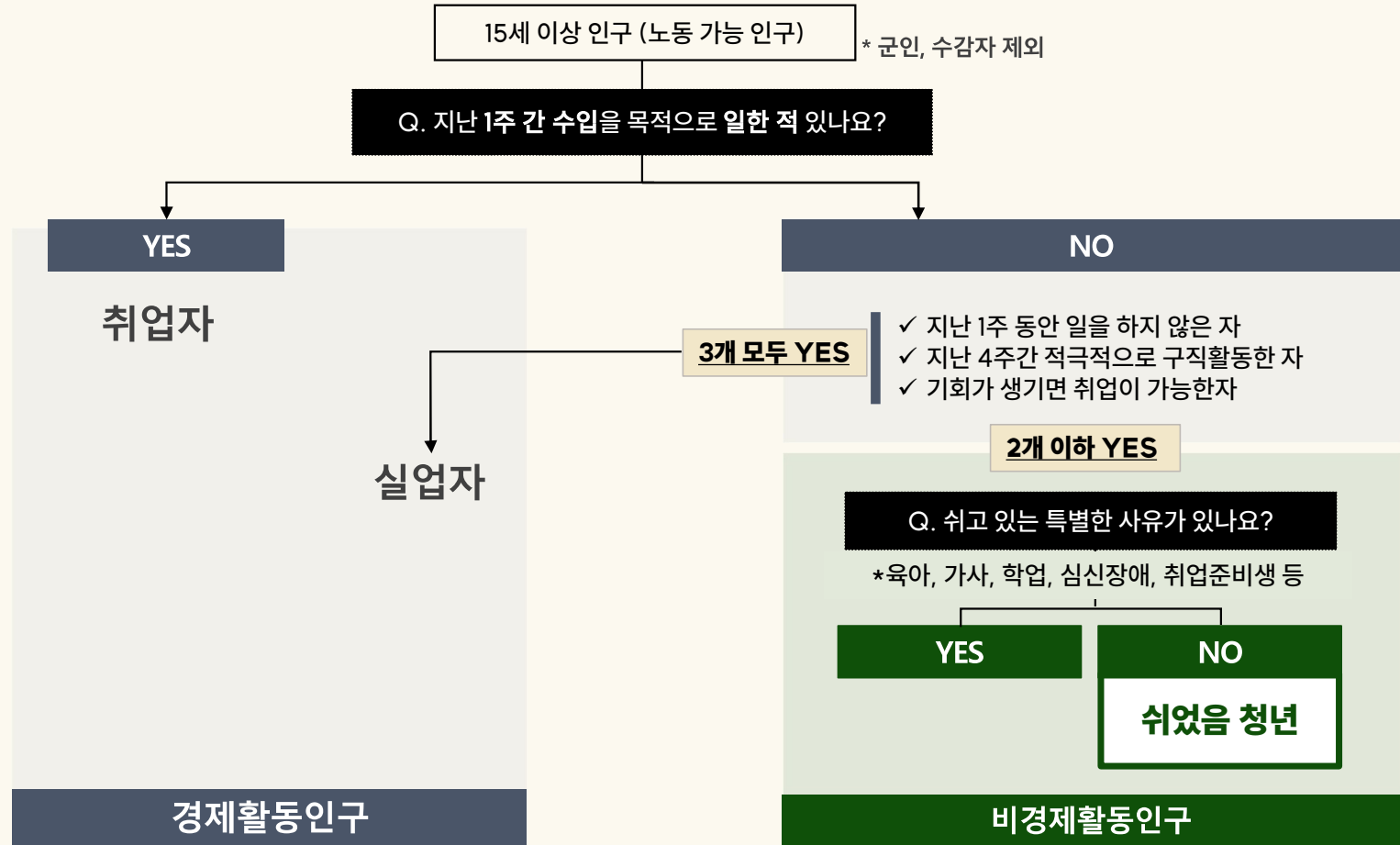
정량조사

조사 방법	구조화된 설문지를 활용한 온라인 패널 조사
조사 대상	경제활동인구조사표(통계청) 및 청년 핵심정책 대상별 실태 및 지원방안 연구 자료를 참고하여 연구진이 설정한 아래 세 가지 기준으로 스크리닝 한 19~34세 쉬었음 청년 (1991년생~2006년생) <기준항목> - 15시간 이내 유급 상태가 아니며, 1시간 이내 일하지 않은 상태 - 4주 내 구직 활동을 하지 않고 - 육아 및 가사, 교육, 신체적/정신적 이유(입원, 정신적 질환 등) 다른 사유가 없을 것 * 상세 스크리닝 기준 다음 페이지 이미지 참고
유효 표본 수	총 399명
조사 시기	2025.6.12.(목)~2025.6.27.(금)
조사 내용	본 조사는 청년의 '쉬었음' 상태를 단순히 미취업 상태로만 분류하지 않고, 쉬었음 기간의 감정, 자기인식, 활동 경험, 행복요소, 사회적 시선 등 다면적 요소를 함께 분석하고자 함 1. 쉬었음 청년의 자기인식 2. 일하는 상태(취.창업)로의 전환의지 3. 쉬었음상태 선택요인 4. 쉬었음청년의 행복도 5. 쉬었음청년의 사회관계망 6. 쉬었음청년의 연령별특성

조사방법

정량조사

설문지 내 쉬었음 청년 스크리닝 기준



*경제활동인구조사표(통계청) 및 청년 핵심정책 대상별 실태 및 지원방안 연구 - 김기현, 배상률, 성재민(2018) 참고하여 연구진이 작성함

조사방법

정성조사

조사 방법	정량조사참여자 중 일부를 대상으로 한 포커스 그룹 인터뷰(FGI)
조사 대상	정량조사에 참여한 만 19~34세 '쉬었음 청년' 중 8명
조사 시기	25.7.14.(월) 13:00-15:00, 15:00-17:00 (4시간 진행)
조사 내용	쉬었음 청년'을 성향에 따라 다음과 같이 분류 후 심층 인터뷰 진행 - 포기 vs 일시정지 상태로 쉬고 있다고 응답한 청년 - 쉬는 기간을 '행복하게' 혹은 '행복하지 않게(불행)' 보내고 있다고 응답한 청년 청년들이 '쉬고 있음'이라는 상태를 어떻게 받아들이고 있는지, 개인의 감정, 인식, 사회적 맥락을 다층적으로 이해하고자 함

주요 조사 결과



쉬었음 청년을 아시나요?

명확하지 않은 정의

'쉬었음 청년'이란

경제활동인구조사에서 취업자나 실업자가 아닌

비경제활동인구로 분류된 청년 중에서 지난주 활동상태에

대한 질문에 '그냥 쉬었음'이라고 응답한 청년

(출처: 기획재정부 경제정책해설 2024년 1호)



'비경제활동인구'와 같이 대중에게는 낯선 용어와
'그냥 쉬었음'과 같이 다소 주관적 기준이 정의에 사용됨

당사자도 모호하거나 부정적으로 느끼는 쉬었음청년 표현

“

쉬었음은 과거 얘기인데 계속 이어질 수 있는데 쉬어 본 경험이 있는 청년들을 다 포함하는 것 같은 느낌. 그리고 육아나 취업을 위해 배우거나 아픈 사람 등 이유가 명확한 청년은 제외라는 부분은 대부분 모르는 것 같아요. 저도 몰랐고.

* FGI 응답 발췌

”

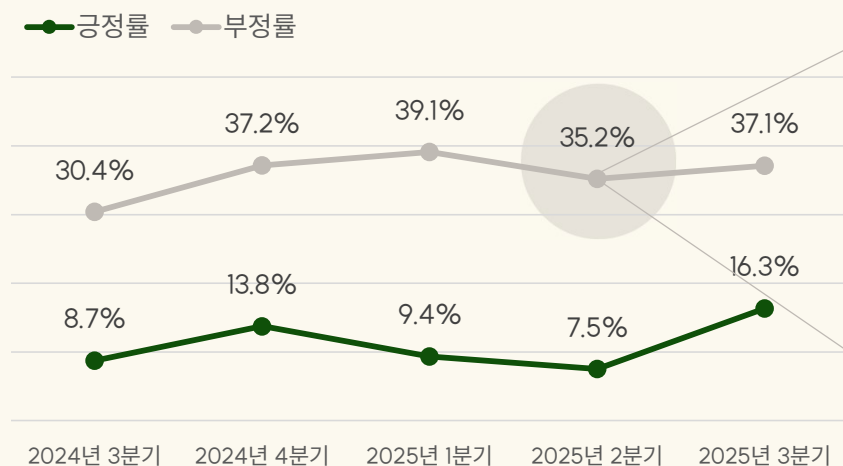
별로 좋게 느껴지지 않아요. 이 나이대에는 일 하는 상태가 당연하고, 이 당연한 상태에서 벗어나 있는 것처럼 느껴지게 만드는 단어가 쉬었음 청년 인 것 같아요.

* FGI 응답 발췌

'쉬었음 청년'의 정의가 다소 애매하고, 청년당사자에게 부정적으로 받아들여지는 경향이 큼

쉬웠음 청년을 아시나요?

빅데이터 검색결과 부정률이 긍정률의 최대 4.7배



출처: 쿼타아이 검색 긍부정 비교 데이터 / 검색어: 쉬웠음청년
 검색기간: 2024-07-24~2025-07-24 (전 1년과 비교)

커뮤니티, 기사 등에서도 부정적 시선

한국일보 + 구독 PICK ①

뽐을 이유가 별로 없다...채용 담당자들이 본 '쉬웠음' 청년 현상

입력 2025.06.27. 오전 4:31 기사원문

이성원 외 2명 ▼

👍 25 💬 44

[쉬웠음 청년 80만] <중> 사라진 기회
 20대 신규채용 5년 새 25만 개 증발
 기업 채용 담당자 7명의 분석 들어왔다
 채용 비용·실패 가능성 낮아 경력직 선호
 고용 경직성에 신입 채용 더 신중해져
 코로나19 때 채용 중단...이후 채용병목
 쉬웠음 청년 줄이려면 "경기 회복밖에..."

출처: 한국일보, 2025.06.27

토픽 > 블라블라 · 팔로우

그냥 쉬 청년수가 무지막지하네

🕒 05.16 📖 156 💬 5

내가 가족이라도
 저소갈빠엔 강 다니지말라고할거같은데

그냥쉬는 청년수가 결국 경제 / 결혼 / 출산등
 국가입장에서는 골치아플듯

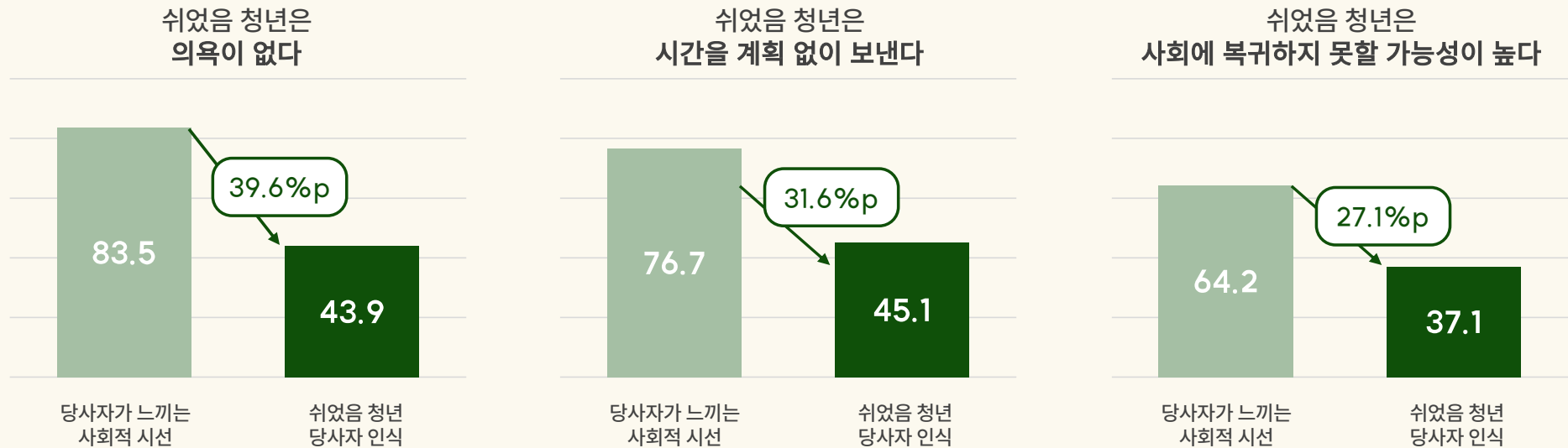
출처: 블라인드, 2025.05.16

빅데이터 검색결과 '쉬웠음 청년'이라는 단어는 긍정률보다 부정률이 높게 나타나며, '쉬웠음 청년'이 쉽게 접하는 각종 기사 등에서도 사회의 부정적 시선을 확인할 수 있음

쉬웠음 청년을 아시나요?

청년의 자기인식과 청년이 느끼는 대중의 시선 사이의 간극

(Base: 전체, n=399, 4점척도 긍정응답률, Unit: %)

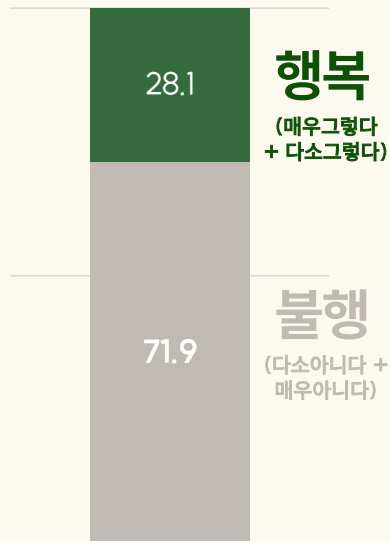


'쉬웠음 청년' 당사자가 느끼는 대중의 시선 또한 부정적이지만, 자기 스스로에 대한 가능성과 마주한 일부 청년은 지금의 현실을 부정적으로만 생각하지는 않음

쉬었음 청년, 10명 중 3명은 행복한 심

현재 '쉬었음' 상태에 대해 행복감을 느끼시나요?

(Base: 전체, n=399, 4점척도, Unit: %)



현재 '쉬었음' 상태에 행복함을 느끼는 이유는 무엇인가요?

(Base: 행복감을 느끼는 쉬었음 청년, n=112, 복수응답, Unit: %)

①	휴식을 통해 몸이 회복되고 있다	64.3%
②	자기 자신에 대해 돌아볼 여유가 생겼다	58.0%
②	사회적 압박에서 벗어나 편안함을 느낀다	57.1%
③	관심 있는 분야를 배우거나 시도해보고 있다	41.1%

현재 불행하지만 가끔 경험하는 긍정적 상태는 무엇인가요?

(Base: 행복감을 느끼지 않는 쉬었음 청년, n=287, 복수응답, Unit: %)

①	자기계발 기회충족 (취업 외 활동)	39.4%
②	신체적 만족 (ex. 충분한 휴식, 체중감량, 건강관리 등)	37.3%
③	정서적 만족 (ex. 안정감, 평온함 등)	36.6%

“

굉장히 사소한 것부터 다양한 걸 해보려고 했거든요. 그게 무의미하고 무가치하더라도 열 번 했을 때 한 번 정도는 저한테 '내가 이런 걸 좋아했었구나. 이런 걸 내가 괜찮아 하는구나' 를 알 때 조금 기분이 좋았던 것 같아요

저는 학교에 다닐 때는 진짜 시간이 없어서 집이 정말 더러웠어요. 그런데 학교를 안 가고 집에 있으니까 집을 정리하면서 되게 저 자신도 괜찮아진다고 느껴요.

”

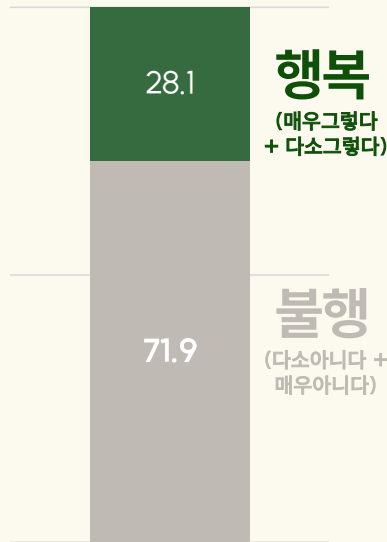
* FGI 응답 발췌

쉬었음 청년 중 일부에게 '쉬었음' 기간은 회복과 다양한 시도를 위한 귀하고 행복한 시간

쉬었지만, 쉬지 못한 마음들

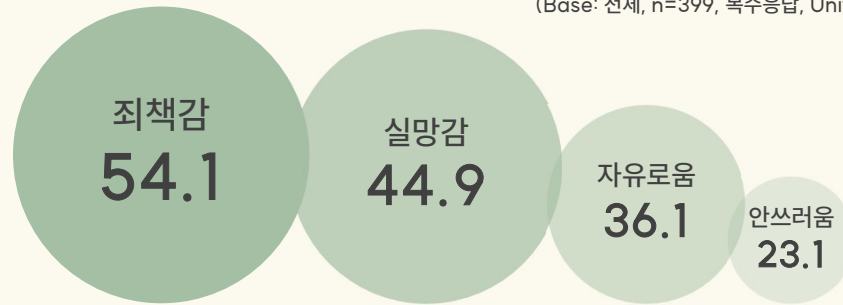
현재 '쉬었음' 상태에 대해
행복감을 느끼시나요?

(Base: 전체, n=399, 4점척도, Unit: %)



'쉬었음' 상태인 지금, 나 자신에게 어떤 감정들을 느끼고 있나요?

(Base: 전체, n=399, 복수응답, Unit: %)



현재 '쉬었음' 상태에 행복함을 느끼지 않는 이유는 무엇인가요?

(Base: 행복감을 느끼지 않는 쉬었음 청년, n=287, 복수응답, Unit: %)

①	심리적인 불안감을 느낀다	72.1%
②	사회적 압박을 느낀다	62.0%
③	현재 생계에 필요한 수준의 금전적 여유가 없다	57.5%

“ 서른 넘어서 경제적 자립을 하지 못하고 부모님에게 지원을 받고 활동하는 것에 대한 죄책감이 큰 것 같아요 ”

만약 제가 스스로 지금 만족한 삶을 살아도 정말 가까운 사람들이 '너 그렇게 살면 안 돼' '너 지금 힘들어' '너 그러면 안 돼' 이런 반응을 들었을 때도 곳곳하게 행복한 감정을 유지할 수 있을까? 하면 저는 힘들 것 같아요 ”

* FGI 응답 발췌

그러나 여전히 다수의 쉬었음 청년은 심리적 불안과 사회적 압박을 이유로 쉬었음 기간을 행복하게 느끼지 못하는 것도 현실

포기했을까? 포기 당했을까?

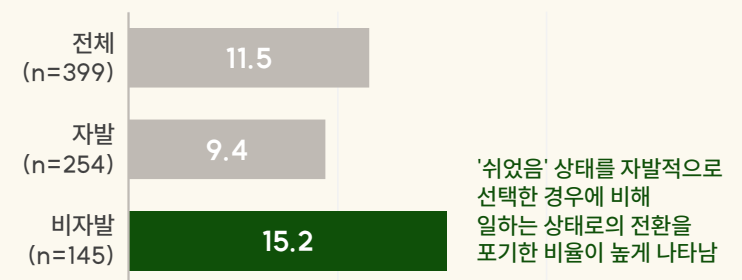
자발/비자발 구분 기준 및 비율 (Base: 전체, n=399, Unit: %)

당신이 일하는 상태로의 전환을 멈춘(or포기한) 이유에 가장 가까운 것은 무엇인가요?

자발	내가 취업(또는 창업), 경제활동에 업무능력에 부족하다고 판단했다	63.7%
자발	경제활동을 원활하게 수행할 정서적 상태가 안 된다고 판단했다	
자발	경쟁 사회나 성과 중심 취업(또는 창업), 근로 문화를 받아들이고 싶지 않았다	
자발	스스로 선택한 더 나은 삶의 방식이었다	
비자발	계속되는 실패와 탈락 경험으로 자신감을 잃었다	36.3%
비자발	사회의 기대에 맞지 않는 나 자신을 받아들일 수 없었다	
비자발	경제적/정서적 지원의 부족해 도전을 멈출 수밖에 없었다	
비자발	'쉬고 있다'는 이유만으로 주변 시선이 부담스러워 멈추게/포기하게 되었다	

자발/비자발에 따른 (일하는 상태로의 전환) 포기 비율

(Base: 전체, n=399, Unit: %)



“

쉬기로 결정을 한게 그냥 제 선택이라고 생각은 하는데, 제가 이제 취업에 대해서 가지고 있는 어떤 거부감이나 두려움 같은 건 정말 나만의 것인가? 이게 만들어진 게 아닌가? 이런 생각을 자주 해요.

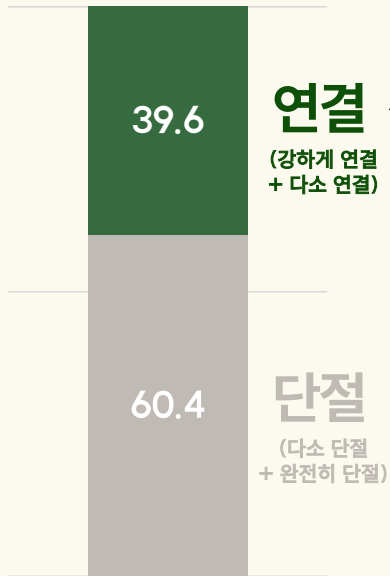
* FGI 응답 발췌

일하는 상태로의 전환을 멈춘(or포기한) 청년의 '자발적' 선택에 사회구조적 문제('비자발적' 요소)가 전혀 없다고 말할 수 있을까?

쉬웠음 청년에게도 사회와의 연결은 중요한 열쇠

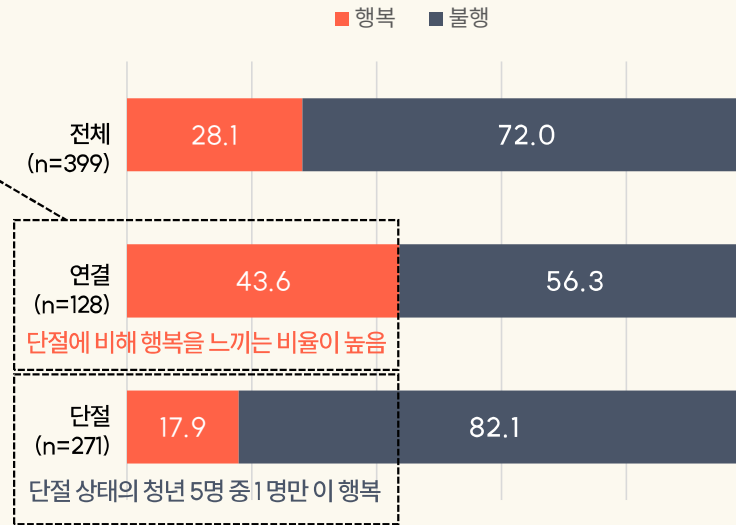
현재 사회와 연결되어 있다고 느끼시나요?

(Base: 전체, n=399, 4점척도, Unit: %)



현재 '쉬웠음' 상태에 대해 행복감을 느끼시나요?

(Base: 전체, n=399, 4점척도, Unit: %)



“

'쉬웠음' 상태를 지원하는 00사업 참여 때 다들 비슷한 처지지만 고민이 다양하다고 느꼈어요. 평소 '왜 나한테만 이런 일이 생겼지?' 싶었는데, 저와 비슷한 상황이나 처지인 분들도 있었어요. 저보다 상황이 나은 분도 있고, 안 좋은 분도 있고. 그런 걸 보면서 생각을 많이 했어요. 이렇게 연결이 되면 혼자 일 때보다 둘이나 셋이 조금 더 용기를 내기가 쉬워요. 무언가에 도전해 보기가.

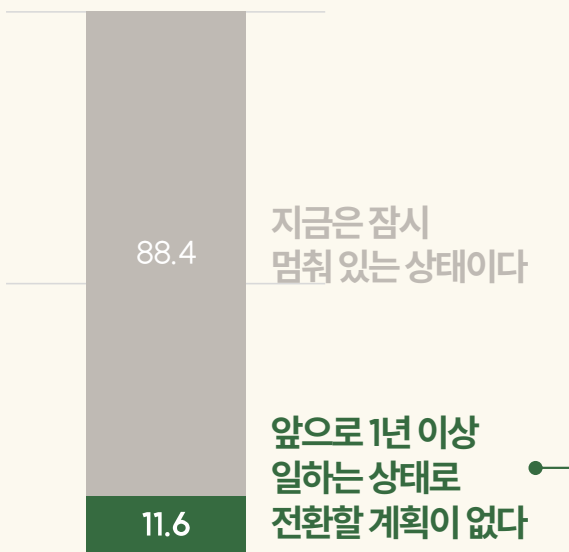
* FGI 응답 발췌

사회관계망 형성은 지금의 쉬웠음 상태를 '행복'하게 보내고 싶은 청년에게 '중요한 열쇠'

포기하는 쉬었음 청년, 언제? 어디서?

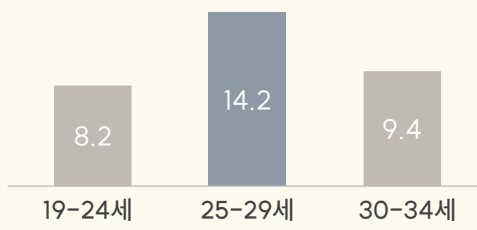
일하는 상태(취업·창업)로 전환하는 것에 대한 생각

(Base: 전체, n=399, Unit: %)

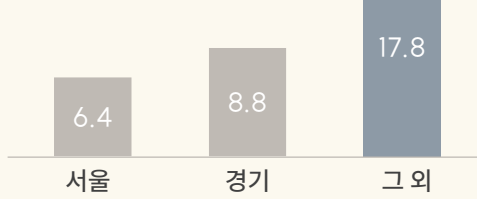


특히 25-29세와 수도권 외 지역 거주 청년의 포기 비율이 비교적 높음

연령별 결과 (포기비율)



지역별 결과 (포기비율)



본격적으로 주위환경이 취업경쟁으로 들어가는 시기

“주위에서 ‘인턴을 했다’ 이런 얘기도 하고, SNS에도 누구 ‘취업 축하를 해줬다’는 얘기가 많이 올라오고 그럴 때 ‘나도 해야 되나?’ 생각을 하게 되는 것 같아요. 대한민국에서 흔히 그 나이에 해야 하는 일을 하고 있는 주위 사람들을 봤을 때 그런 거 좀 느껴요. 소위 말하는 사회의 속도와 본인이 다르게 움직이는 것에 대한 염려 같은거죠. 누가 정해 놓은 속도는 아니지만요

수도권 외 지역은 기회 격차 있다는 인식

수도권 외 지역 친구들은 서울에서 태어난 것 만으로도 이미 배네피트를 받고 태어난것이다, 본가가 서울인 것 만으로도 엄청난 배네피트라고 얘길 하더라고요

* FGI 응답 발췌

쉬었음 청년에게 포기가 가장 가까이 다가오는 시기 25-29세, 취약한 지역은 수도권 외 기타지역

상세 조사 결과



4-1

쉬는 나를 바라보는 시선과 내면의 간극

쉬었음 청년의 자기인식

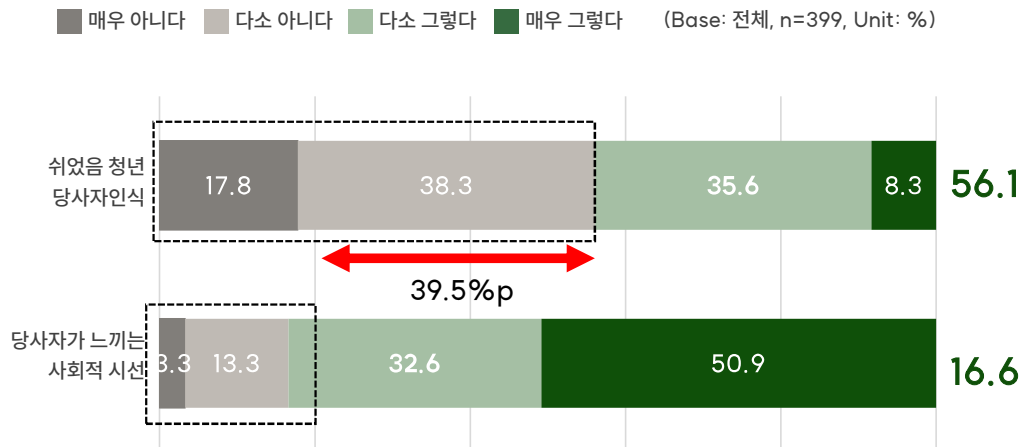


스스로에겐 희망이 있고, 사회에겐 편견이 있다

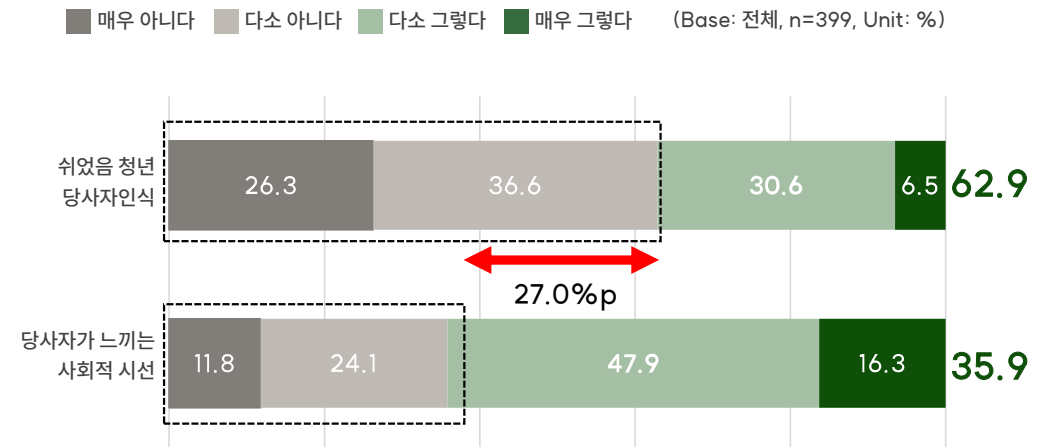
- 쉬었음 청년 절반 이상(56.1%)이 “나는 의욕이 있다” 라고 응답 , 그러나 “사회가 나(쉬었음 청년)를 의욕이 있다고 본다”는 인식은 10명 중 2명에 불과(16.6%)
- 쉬었음 청년 절반 이상(62.9%)이 ‘본인의 사회복귀 가능성에 대해 긍정적으로 생각하는 반면, 같은 물음에 대해 쉬었음청년이 느끼는 사회의 시선은 10명중 3명 (35.9%) 만 이 그들의 사회복귀 가능성을 긍정적으로 생각함
- 해당 문항에 대한 인식차이는 쉬었음 이슈뿐아니라 “청년세대는 의지가 약하고, 쉽게 포기한다”는 일부 기성세대의 편견과도 궤를 같이함

쉬었음 청년의 자기인식과 청년이 느끼는 대중 시선의 간극

“쉬었음 청년은 의욕이 없다”



“쉬었음 청년은 사회에 복귀하지 못할 가능성이 높다”

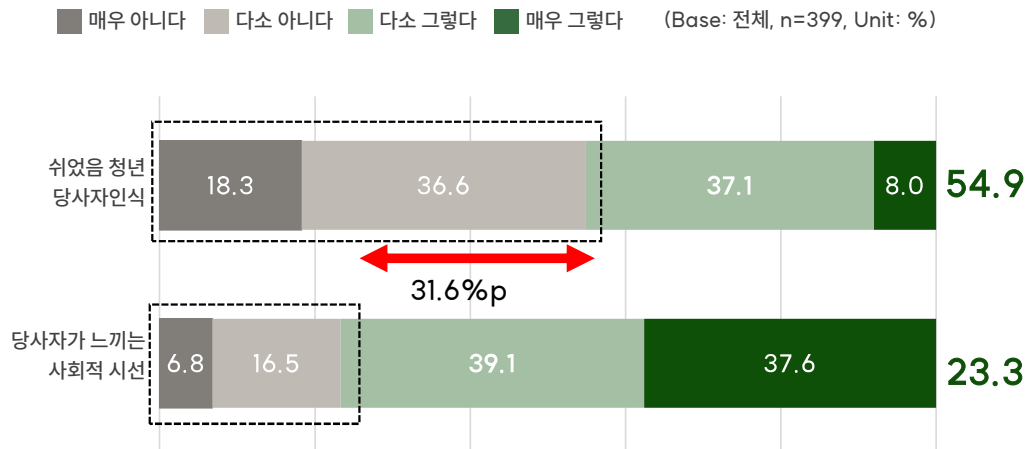


스스로에겐 희망이 있고, 사회에겐 편견이 있다

- 쉬었음 청년 절반 가량(54.9%)이 “계획에 따라 쉬었음 시간을 보낸다” 고 생각함 (자기인식)
- 쉬었음 청년의 23.3%만이 사회가 쉬었음 청년을 “계획에 따라 시간을 보낸다” 는 인식을 한다 생각함 (청년이 느끼는 대중의 시선)
- 본 보고서 내 현재 ‘쉬고 있는’ 시간은 주로 어떤 활동에 사용하고 계신가요? 라는 문항에서 ‘유튜브,SNS 등 콘텐츠소비’ 보기에 대한 응답률 45.4% 와 아래 설문 “시간을 계획없이 보낸다” 응답률 45.1%이 유사하게 나옴, 구체적 계획을 세우지 못한 쉬었음 청년이 해당시간을 보내는 하나의 방법으로 추정할수 있음

쉬었음 청년의 자기인식과 청년이 느끼는 대중의 시선차이의 간극

“쉬었음 청년은 시간을 계획 없이 보낸다”



“

네가 여유가 있으니까 놀겠지, 아직 배가 덜 고프니까 놀겠지, 네가 부모님이 있기 때문에, 네가 그렇게 쉴 수 있는 거야. 결국 이런 식으로 귀결이 되는 것 같아요.

* FGI 응답 발췌

“이젠 내가 무슨 일을 하고 싶은지도 잘 모르겠고 준비해도 안 되니까 그냥 쉬게 되더라”며 현재 구직활동을 멈춘 채 별다른 활동 없이 집에 머무는 상태다. 그는 자신의 하루를 “계획 없이 흘러가는 시간”이라 표현했다.

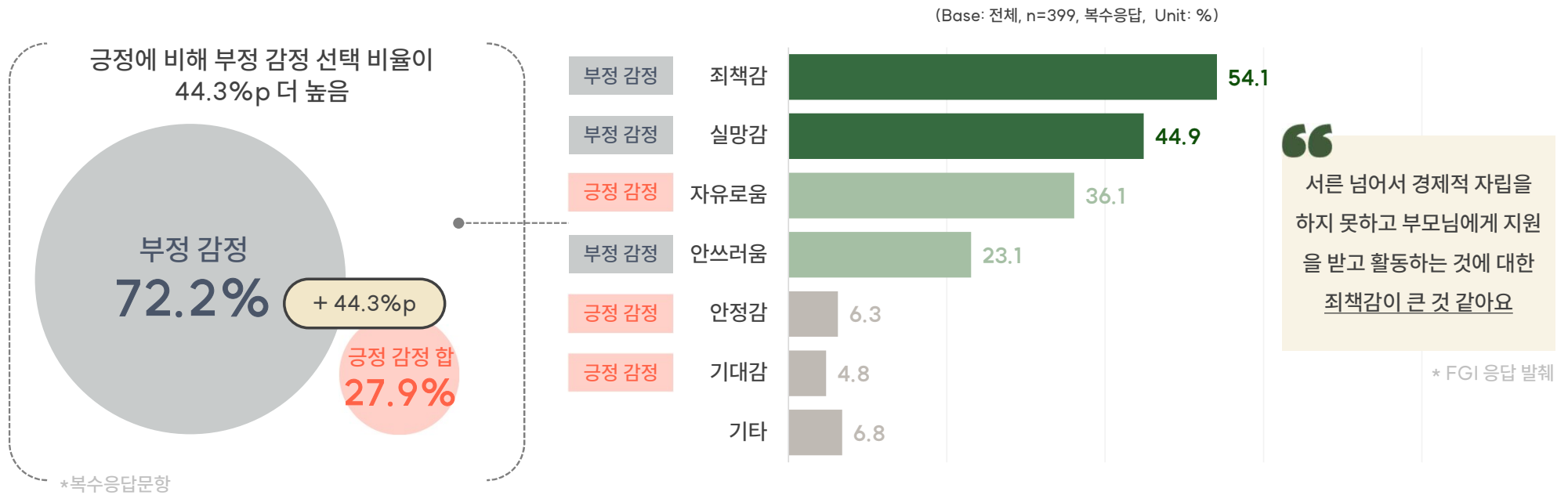
”

* 출처 : 충남일보 2025.08.01

쉬는 나에게 가장 먼저 든 감정, '죄책감'이었다

- '쉬었음' 상태에서 자신에게 느끼는 감정 중 부정 감정이 72.2%로, 긍정 감정(27.9%)보다 44.3%p 더 높게 나타남.
- 부정 감정 중 자책감(54.1%)과 실망감(44.9%)이 가장 높은 비율을 차지함. 이는 쉬이 충분한 회복이나 자기 수용으로 이어지지 못했음을 의미함.
- 긍정 감정 중에서는 자유로움(36.1%)과 안정감(6.3%)이 상대적으로 높은 비율을 보임. 이는 일부 응답자에게는 휴식이 심리적 해방감을 제공했음을 보여줌.

'쉬었음' 상태인 지금, 나 자신에게 어떤 감정들을 느끼고 있나요?

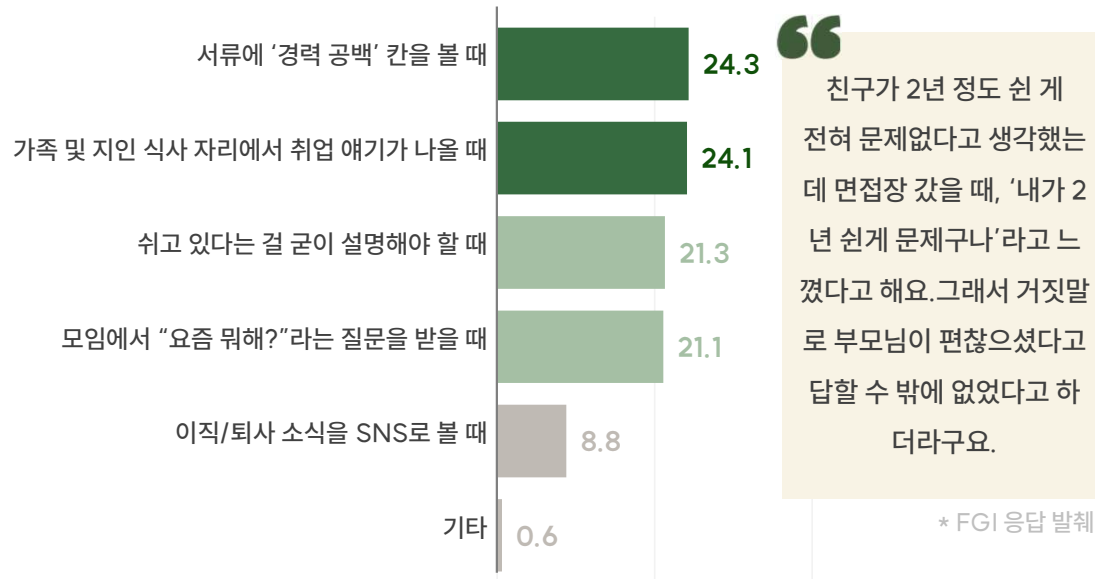


쉬는 동안, 밖에서는 시선에 아프고 안에서는 기운이 빠졌다

- '쉬었음' 상태를 드러내야 할 때 찾아오는 불편한 순간은 언제인가? 라는 질문에, 서류에서 '경력 공백' 칸을 마주할 때(24.3%), 가족 및 지인과의 자리에서 취업 이야기가 나올 때(24.1%), 쉬고 있다는 것을 굳이 설명해야 할 때(21.3%) 등 대단히 특별한 순간이 아니라, 취업이 정상이고 쉬었음이 비정상적으로 인식되는 일상 곳곳에서 불편한 순간을 마주함.
- '쉬는 동안' 회복보다 먼저 찾아온 변화는 '에너지 저하'였음. 쉬었음 상태의 청년 중 35.0%는 "의욕이나 에너지가 줄어들었다"고 응답함.
- "주변 평가에 더 민감해졌다"(18.2%), "혼란스러워졌다"(14.8%) 등을 포함한 부정적 변화가 전체의 68%를 차지함. 반면 "심리적으로 안정되었다"(13.0%)거나 "나를 더 잘 이해하게 되었다"(12.5%)는 긍정적 변화는 상대적으로 매우 적었음.

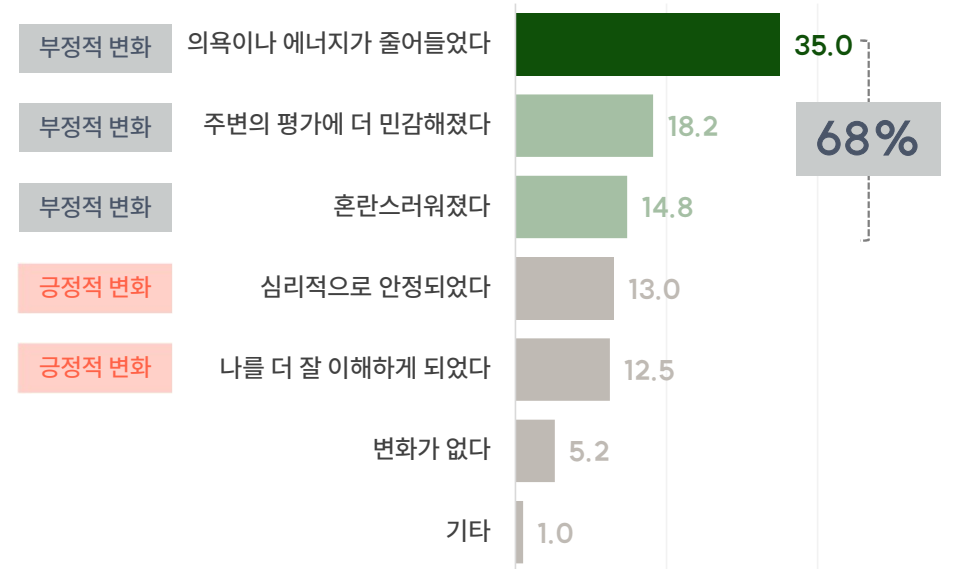
'쉬었음' 상태를 드러내야 할 때, 가장 불편한 순간은 언제인가요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)



'쉬었음' 상태를 지내면서, 이전과 가장 많이 달라졌다고 느끼는 나의 모습은 무엇인가요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)

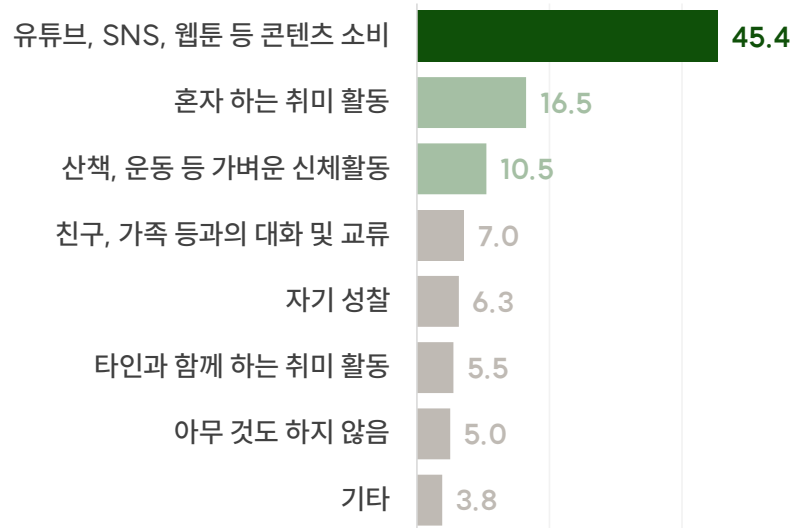


쉬었음의 일상, 개인화된 콘텐츠 중심의 비대면 소비(시간) 구조

- 쉬는 시간의 절반은 유튜브, SNS, 웹툰 같은 콘텐츠 소비에 쓰이고 있음. 응답자의 45.4%가 “콘텐츠 소비”를 주요 활동으로 선택해 압도적 1위
- 혼자 하는 활동이 다수를 차지, 콘텐츠 소비(45.4%), 혼자 하는 취미 활동(16.5%), 자기 성찰(6.3%) 로 나타남
- 관계 기반 회복보다 개인 몰입형 활동에 집중

현재 '쉬고 있는' 시간은 주로 어떤 활동에 사용하고 계신가요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)



“

친구들이랑 만나서 '요즘 뭐 해?' 이러면 제가 '나 아무것도 안 하다' 이랬더니 친구가 '너 수영 다닌다며' 이렇게 말하고 있는 거예요. 그래서 다시 생각해보니 진짜로 아무것도 안 하는 사람은 없는 것 같아요

“

경제적 활동이 아니라고 해도 자기의 일상, 미래와 관련한 어떤 활동이든 하는 것이 있다면 그건 무의미하게 '그냥 쉰다'고 보기에는 어렵다고 생각해요.

* FGI 응답 발췌

당사자가 정의하는 쉬었음청년, 회복과 충전의 시간을 보내는 청년들

- 다소 부정적으로 표현한 청년들은 주로 여백, 공백과 같이 쉬었음 기간을 인생에서 잠시 비워둔 혹은 무의미하게 비워져버린 무엇인가로 표현 하거나 현재 혼란스러운 본인의 상태를 빗대어 방향이나 불안, 지침 등으로 표현 함
- 긍정적으로 표현한 청년들은 다음 목표를 향한 잠깐의 휴식, 그를 통한 회복, 다음방향을 찾고 있는 나침반등 목표한 다음으로 가기위한 중간과정의 의미를 담은 표현이 많음
- 그외 백수,잉여 등 본인을 자조적으로 표현한 청년들도 소수 있음

쉬었음청년을 한 단어로 표현한다면?

(Base: 전체, n=399, 주관식 응답 기준, Unit: 개)



쉬었음 기간 내 물리적, 감정적 상태 (48)	쉬었음 기간의 의미와 나의 의지 (235)	쉬었음청년을 바라보는 사회시선 (23)	기타 (24)
여백 (21)	회복/충전 (59)	백수 (6)	* 유사단어는 병합하여 워드클라우드로 제작함
방향 (13)	쉼/쉼표/휴식 (43)	잉여 (3)	
공백 (11)	나침반 (15)	자살후보군 (1)	
불안 (7)	멈춤/일시정지 (13)	미운오리새끼 (1)	
지침 (6)	준비/재정비 (9)	도태청년 (1)	
무기력 (5)	자아성찰 (9)	노답 (1)	

4-2

잠시 멈춘 청년들, 다시 일할 준비는 되어 있다

일시정지 VS 포기

* 본 보고서에서 쉬었음 청년을 '일시정지'와 '포기'로 나눈 기준은 일하는 상태(취업·창업)로 전환하는 것에 대한 생각이 '지금은 잠시 멈춰 있는 상태'에 가깝다는 응답자를 '일시정지', '앞으로 1년 이상 일하는 상태로 전환 할 계획 이 없다'에 가깝다는 응답자를 '포기'로 구분함.

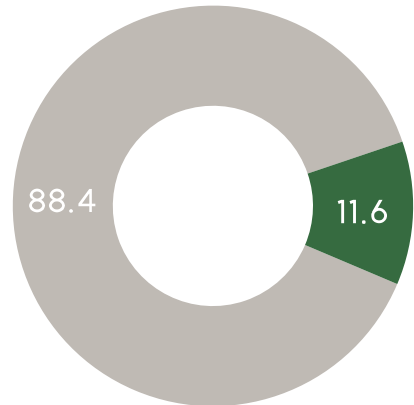


쉬었음 청년의 88.4% '지금 잠깐 멈춘 것 뿐이에요'

- '쉬었음' 청년 10명 중 9명(88.4%)은 지금을 '잠시 멈춘 상태'라고 응답함. 이는 쉬었음 청년이 여전히 가능성과 의지를 갖고 있음을 보여줌.
- 반면, 11.6%는 향후 1년 이상 일할 계획이 없다고 응답하며, 구조적 고립이나 장기 멈춤(포기) 상태에 놓여 있음을 시사함.
- 다른 연령대는 '일시정지'라고 응답한 비율이 90%를 넘는 반면, 25-29세는 85.8%로 상대적으로 낮아, 쉬었음 문제의 취약 연령대로 구분함.
- 지역별로는 서울 6.4%, 비수도권 17.8%로 포기 비율에 약 3배 차이가 나타남. 이는 지역 격차가 단지 인프라의 문제가 아니라, 희망의 격차로 이어짐.

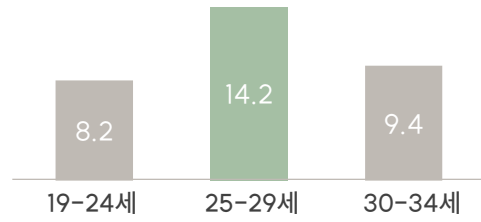
일하는 상태(취업·창업)로 전환하는 것에 대한 당신의 생각은 어느 쪽에 가깝습니까?

- 앞으로 1년 이상 일하는 상태로 전환할 계획이 없다 (포기)
- 지금은 잠시 멈춰 있는 상태이다 (일시정지)

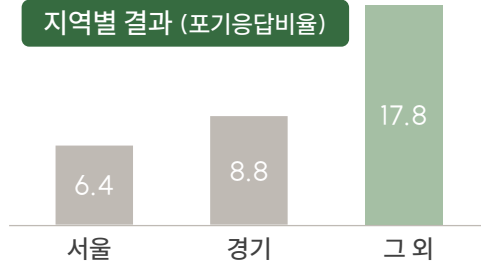


(Base: 전체, n=399, Unit: %)

연령별 결과 (포기응답비율)



지역별 결과 (포기응답비율)



“

대부분 다 일을 하다가 쉬는 비율이 거의 8-90%예요. 일을 하면서 다들 소진이 되는데... 취업했다는 것 자체가 그게 끝이 아니라 시작일 뿐인데 마치 종점처럼 생각했던 시기였던 것 같아요

* FGI 응답 발췌

“

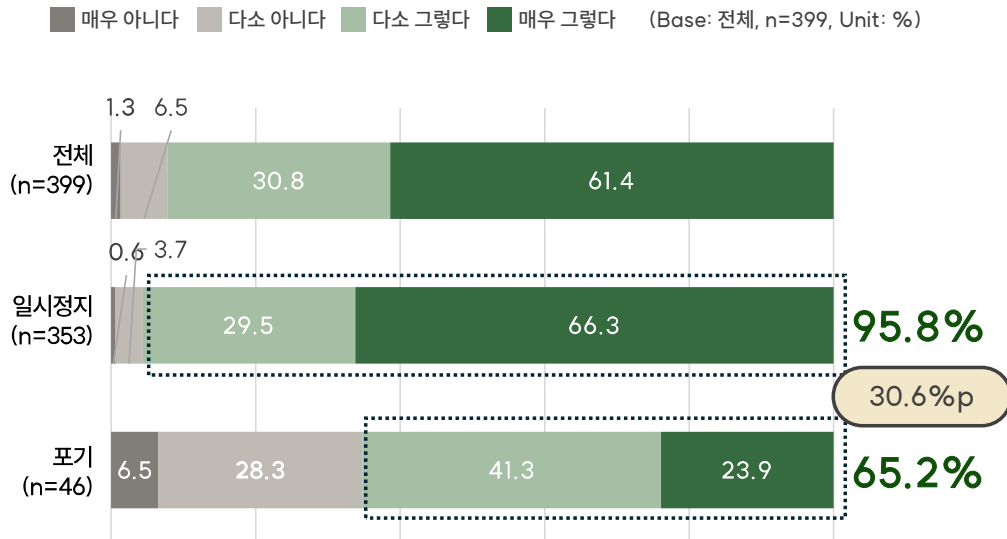
고급 일자리가 아니더라도, 알바&단기일자리도 당연히 수도권 쪽에 더 많이 생길 수밖에 없고 그러면 수도권이나 서울 쪽 청년은 그 기회를 바탕으로 또 준비를 더 할 수 있는 거고 그런 거에서 차이가 나지 않을까 생각해요.

* FGI 응답 발췌

쉬었음 청년을 멈춰 세운 건 '사회적 시선'

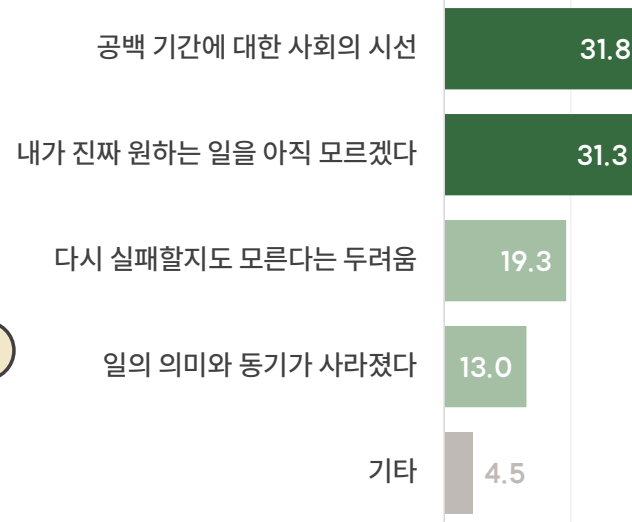
- 전체 응답자의 92.2%는 '조건만 갖춰진다면 다시 일할 의향이 있다'고 응답함.
- '일시정지' 청년의 95.8%는 조건이 갖춰지면 일할 의향이 있다고 응답한 반면, '포기' 청년은 65.2%만 그렇다고 응답함.
- '쉬었음' 청년 10명 중 3명(31.8%)은 '공백 기간에 대한 사회의 시선'을 가장 큰 심리적 장벽으로 응답함. 외부의 평가와 낙인이 다시 시작을 어렵게 만들.
- '쉬었음' 청년 31.3%는 내가 진짜 원하는 일을 아직 모르는 것이 장벽이라고 응답하였고, 19.3%는 다시 실패할지도 모른다는 두려움이라고 응답함. 이는 사회적 시선 못지않게 자기 확신 부족이 큰 심리적 장벽으로 작용함을 알 수 있음.

필요한 조건들이 갖춰지면, 다시 일하는 상태로 전환을 시도할 의향이 있나요?



'쉬었음'에서 일하는 상태로 전환하는 데에 가장 큰 심리적 장벽은 무엇인가요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)



“
 번아웃이 조금 세계 와서
 이 참에 쉬면서 내가 진짜 하고
 싶은 것이 뭔지, 원하는 게 뭔
 지, 한 번 돌아볼 필요가 있겠
 다 싶었다. 지금 쉬면서 그런
 것들을 탐색하고 있다.”

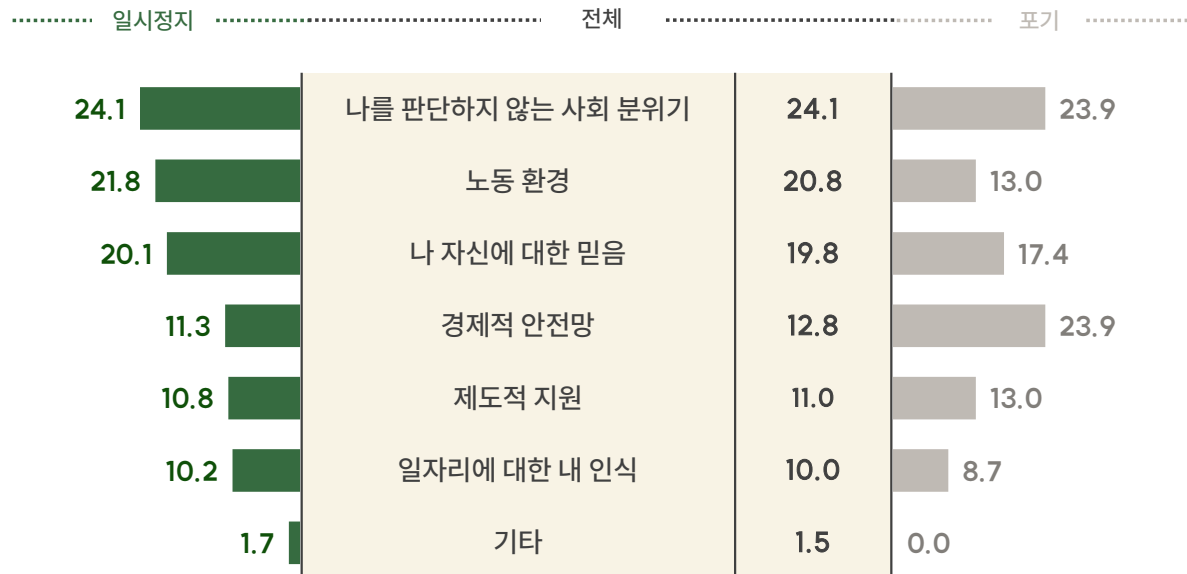
* FGI 응답 발췌

쉬웠음 청년의 '끝'은 사회분위기 변화에서 '시작'된다

- '일시정지' 청년에게 다시 일을 하려면 무엇이 가장 바뀌어야 한다고 생각하는지에 대한 물음에 24.1%가 '나를 판단하지 않는 사회 분위기' 21.8%는 노동환경이라 응답함
- 이를 나 자신에 대한 믿음(20.1%), 일자리에 대한 내 인식(10.2%) 응답과 비교하면 사회적 환경이 재진입의 더 큰 장애로 작용함을 의미함.
- '포기' 청년은 '경제적 안전망'(23.9%)과 '사회 분위기'(23.9%)를 공동 1위로 응답함. 이들에게는 기회 자체보다 '살아낼 기반(경제적)'과 '사회적 안전(분위기)'이 먼저 필요함.

다시 일을 하려면 무엇이 가장 바뀌어야 한다고 생각하시나요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)

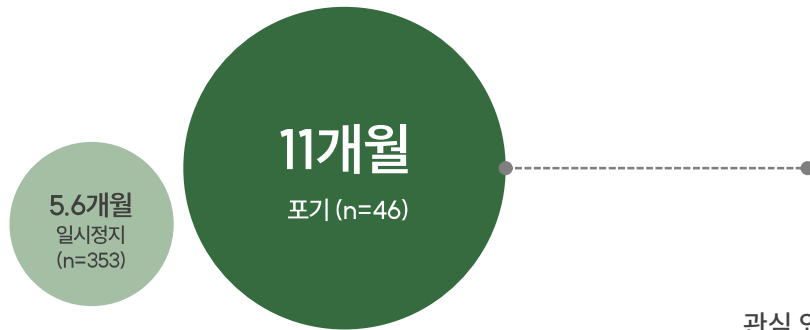


포기 이후, 청년은 머물러 있었다 - 가장 많은 응답은 '현 상태 유지'

- '지역 모임이나 커뮤니티 활동'을 계획 중이라는 응답도 19.6%에 달함. 이는 일하는 상태(취업)로의 전환은 포기하거나 장기간 멈췄지만, 관계를 통한 사회적 연결은 여전히 모색 중임을 보여줌.
- '아직 계획이 없다'와 '현재 상태 유지' 응답이 전체의 39.1%를 차지함. 이는 포기 이후 새로운 방향을 잡지 못한 쉬었음 청년이 상당수 존재함을 의미함.
- '포기' 청년은 평균 11개월간 쉬었음 상태가 지속될 것이라 응답함. 이는 '일시정지' 청년(5.6개월)보다 약 2배 가까이 긴 기간임.
- 그러나 '포기' 청년 중에서도 65.2%는 다시 일하고 싶다고 응답함. 표면적으로는 '포기' 상태지만, 3명 중 2명은 여전히 가능성을 포기하지 않고 있음.

현재 '쉬었음' 상태가 얼마나 더 지속될 것 같나요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)



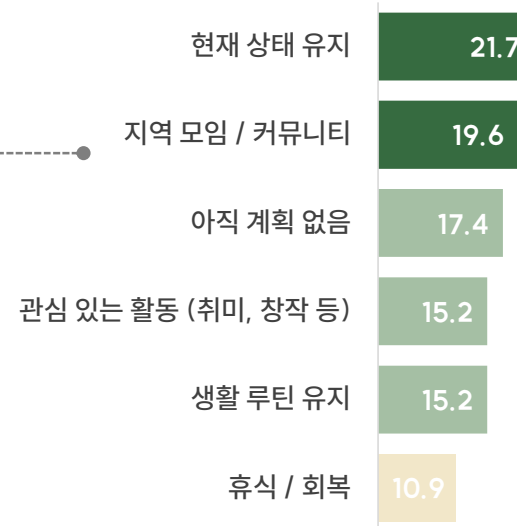
“

제가 가지고 있는 에너지를 다 소진한 느낌이에요. 간단한 일도 하기 싫은 상태요. 아직 에너지가 차지 않은 상태여서, 주변에서 일을 많이 소개해줘도 이력서 쓸 힘이 없는 거예요.

* FGI 응답 발췌

일하는 활동을 포기한 현재, 앞으로의 계획이 있나요?

(Base: 취업 포기한 응답자, n=46, Unit: %)



“

현재 상태를 좀 더 유지하고 싶어요. 그러니까 1년 이상 좀 더 회복할 시간이 필요하다고 느껴요. 아무것도 안 하고 자신을 되돌아보면서 쉬는 시간이 필요한 것 같아요.

* FGI 응답 발췌

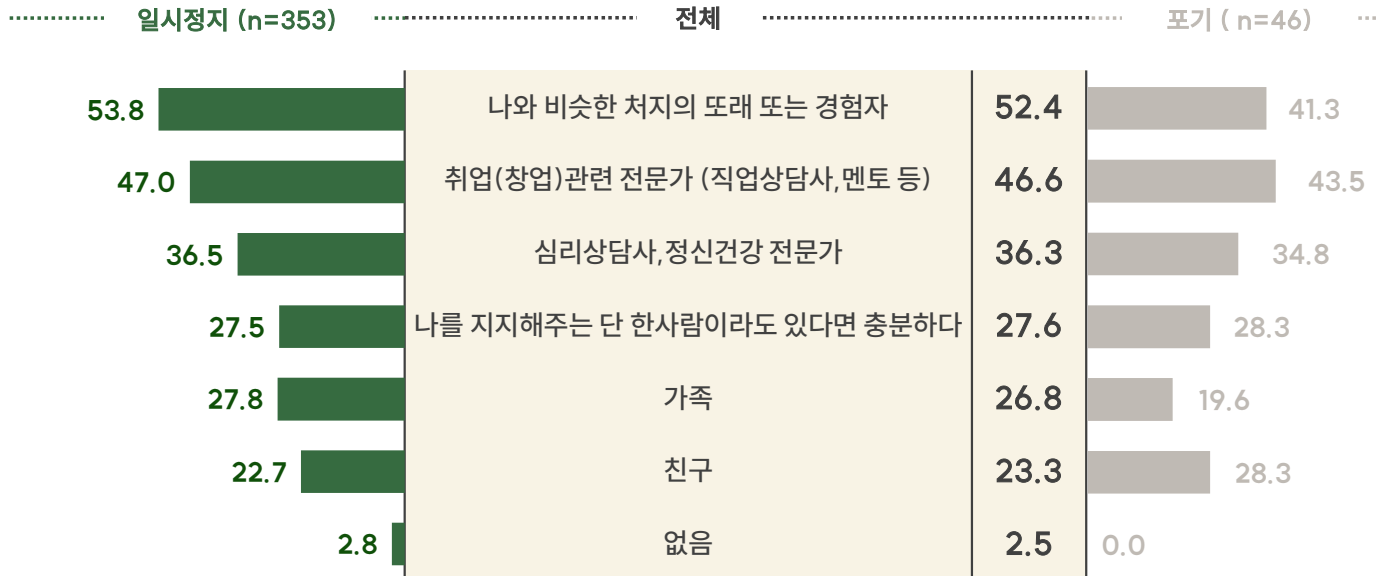
일시정지 청년은 또래&경험자, 포기 청년은 전문가

- '일시정지' 청년의 53.8%는 '나와 비슷한 처지의 또래·경험자'가 가장 도움이 될 수 있다고 응답함. 공감과 유사한 경험을 나누는 사람이 재진입의 핵심 자원임.
- '포기' 청년의 최다 응답은 '취업 관련 전문가(43.5%)로, 정서적 지지보다 실질적 정보와 향후 방향 제시에 대한 기대가 더 높음.
- '단 한 사람이라도 나를 지지해준다면 충분하다'는 응답은 두 집단 모두 약 28% 내외로 비슷하게 나타남. 쉬었음 청년의 회복은 거창한 시스템보다 진심 어린 관계에서 시작될 수 있음.

현재 일하는 활동을 시도하는 데 도움이 될 수 있다고 생각하는 것

(Base: 전체, n=399, 복수응답, Unit: %)

'사람' - 관계 기반 지원



“ 제 스스로 어떻게 해결할 방법이 안보이니까
'전문가는 좀 다르지 않을까?' 기대

“너 지금 괜찮아 잘하고 있어 당연한 거야”
이런 지지, 응원이 있으면
본인이 좀 힘들어도 저는 행복해질 수 있을
것 같다는 생각이 들거든요

* FGI 응답 발췌

4-3

쉬었음은 자발일까 비자발일까

자발 VS 비자발

* 본 보고서에서 쉬었음 청년을 '자발'과 '비자발'로 나눈 기준은 쉬었음 선택 이유에 대한 객관식 응답을 연구진이 사후 분류함. '자발'은 쉬었음 선택 시, 개인의 상황 판단, 가치관 등에 기인한 이유가 큰 응답자, '비자발'은 사회 구조적 분위기에 기인한 이유가 큰 응답자로 구분함.



내가 쉬기로 한 건 맞지만, 진짜 '내 선택'이었을까

- 본 연구에서는 외부 개입 없이 청년 개인의 판단과 의지를 자발·비자발 구분의 가장 중요한 기준으로 삼아, 아래 보기를 자발과 비자발로 구분함.
- 전체 쉬었음 청년의 63.7%가 일하는 상태로의 전환을 멈추거나 포기한 이유가 자발적인 것이라고 응답함.
- FGI를 통해 들어본 쉬었음 청년들의 이야기에 따르면, 정서적 상태를 본인이 판단하여 결정하긴 했지만 그 정서적 상태에 이르게 된 요인 중 사회 구조적인 부분도 일부 영향을 미쳤다는 인식이 있었음.
- 경쟁 사회나 근로 문화 또한 나의 적응력과 선택이 주요한 요인이지만, 개인이 바꿀 수 없는 사회적 요인도 존재함.

당신이 일하는 상태로의 전환을 멈춘(or포기한) 이유에 가장 가까운 것은 무엇인가요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)

자발	내가 취업(또는 창업), 경제활동에 업무능력에 부족하다고 판단했다(ex. 업무·사회능력부족)	27.1
자발	경제활동을 원활하게 수행할 정서적 상태가 안된다고 판단했다	13.5
자발	경쟁 사회나 성과 중심 취업(또는 창업), 근로 문화를 받아들이고 싶지 않았다	12.3
자발	스스로 선택한 더 나은 삶의 방식이었다(ex. 일 중심의 삶을 원하지 않음)	10.8
비자발	계속되는 실패와 탈락 경험으로 자신감을 잃었다	19.5
비자발	사회의 기대에 맞지 않거나 자신을 받아들일 수 없었다	8.8
비자발	경제적/정서적 지원의 부족해 도전을 멈출 수밖에 없었다	4.8
비자발	'쉬고 있다'는 이유만으로 주변 시선이 부담스러워 멈추게/포기하게 되었다	3.3

“

예를 들어 부양가족이 있는 학생이 있을 수도 있잖아요. 그 학생이 학교 의무 교육을 포기하고 취직을 하러 간다 그러면 자퇴를 하는 건 본인의 선택이겠지만 그것을 과연 (자발적) 선택으로만 볼 수가 있느냐 그런 느낌인 것 같아요. 생각하는 (자발:비자발) 비율은 다를 수 있어도 결국 선택 당한 것이라 생각해요

* FGI 응답 발췌

“

쉬기로 결정 한 것이 그냥 제 선택이라고 생각은 하는데, 근데 제가 이제 취업에 대해서 가지고 있는 어떤 거부감이나 좀 두려움 같은 건 정말 나만의 것인가? 이게 만들어진 게 아닌가? 이런 생각을 자주 해요.

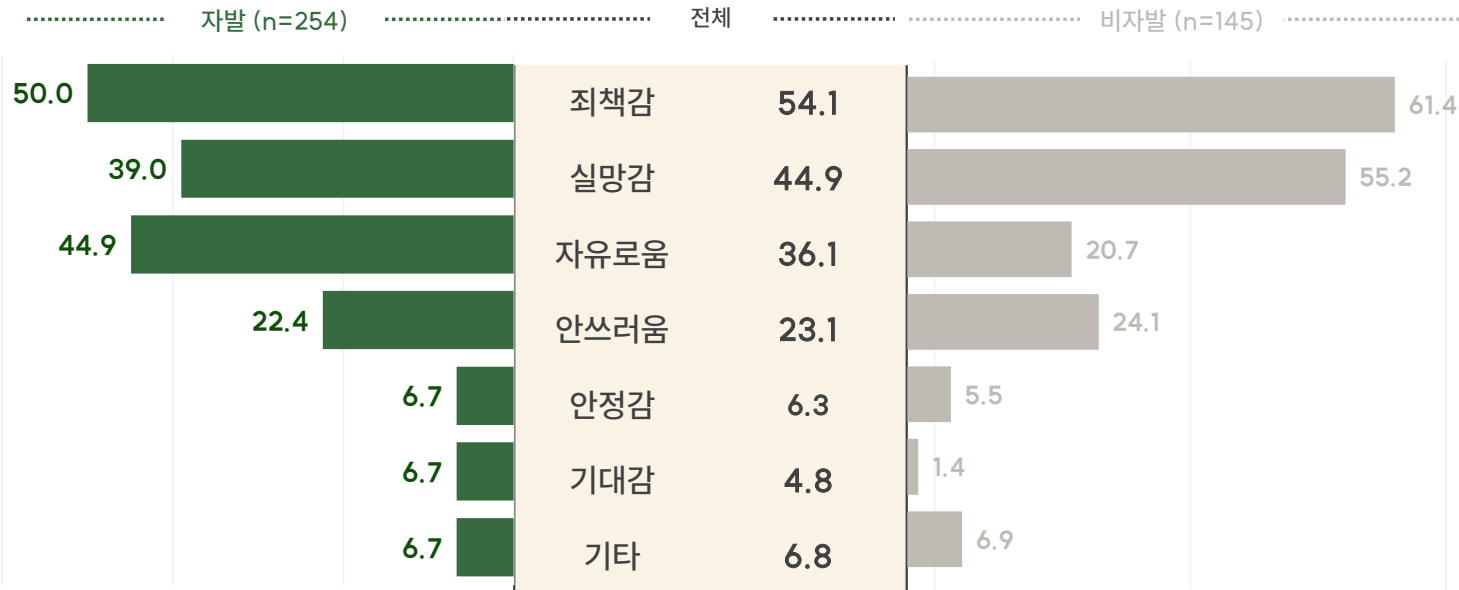
* FGI 응답 발췌

자발적 쉬었음, 절반이 자유 / 비자발 쉬었음은 죄책감의 무게

- 자발적으로 쉬었음을 선택한 청년 중 '자유로움'을 느끼고 있다는 응답이 44.9%로, 비자발적으로 쉬었음을 응답한 청년의 20.7%보다 약 2배 높음.
- 죄책감(50.0% vs 61.4%), 실망감(39.0% vs 55.2%), 안쓰러움(22.4% vs 24.1%) 등 부정적 감정을 느끼는 비율도 비자발적으로 쉬었음 상태를 보내고 있는 청년에게서 더 높게 나타남.
- 자발·비자발 모두 죄책감이 가장 높게 나타났으며, FGI를 통해 알아본 죄책감의 가장 큰 원인은 쉬었음 상태를 지켜보고 지원해주고 있는 부모님에 대한 미안함과 죄책감이었음.

'쉬었음' 상태인 지금, 나 자신에게 어떤 감정들을 느끼고 있나요?

(Base: 전체, n=399, 복수응답, Unit: %)



“

사회에게 (쉬었음) 선택 당했다 라고 생각하는 제 입장에서는 다 제 잘못된 거예요. 제가 부족해서 제가 뭘 잘못해서 그러니까 선택을 당할 수밖에 없었 다. 내 문제로 내가 부족해서 그러다 보니까 거기서 죄책감이 크게 오는 것 같 아요. 내가 그때 좀 더 잘했으면 (쉬었 음) 선택을 안 당했어도 되지 않을까?

* FGI 응답 발췌

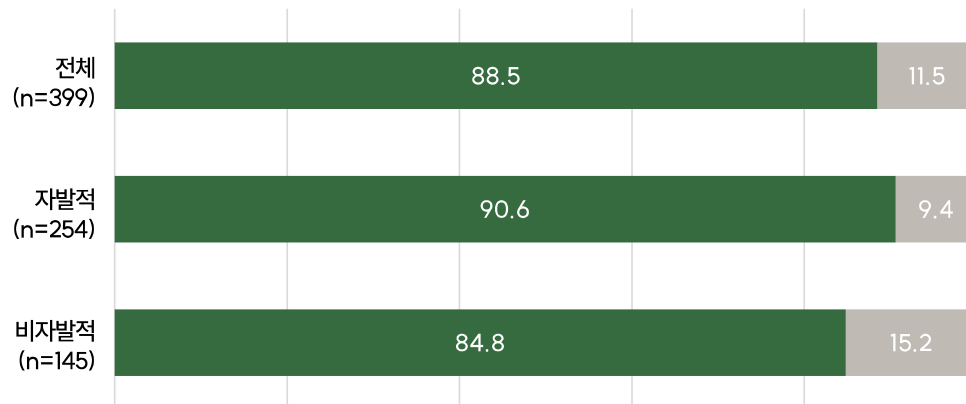
자발이든 비자발이든, 다시 일하고 싶은 마음은 있다

- 자발적으로 쉬었음을 선택한 청년의 90.6%, 비자발적으로 쉬었음을 선택할 수밖에 없었던 청년의 84.8%가 일하는 상태로의 전환을 포기하거나 1년 이상 멈춘 것이 아니라, 일시 정지 상태에 있다고 응답함.
- 비자발적으로 쉬었음을 선택한 그룹은 평균 7.1개월간 쉬었음 상태가 지속될 것으로 예상함.
- 이는 자발적 선택 그룹(5.8개월)보다 약 1.3개월 더 길게 지속될 것이라고 응답함.

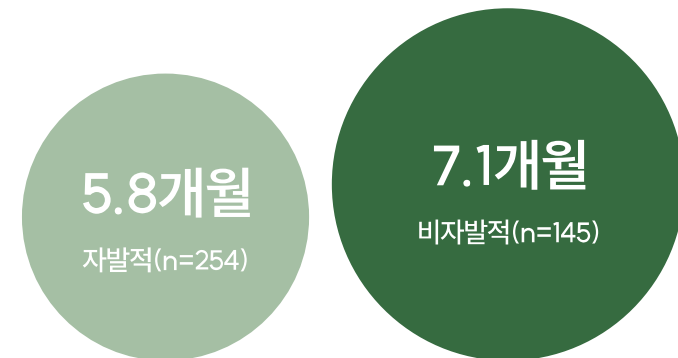
일하는 상태(취업·창업)로 전환하는 것에 대한 당신의 생각에 더 가까운 것은 무엇인가요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)

■ 일시정지 ■ 포기



현재 '쉬었음' 상태가 얼마나 더 지속될 것 같나요?



가족과 친구보다, 경험자와 또래의 목소리에 귀를 기울이는 쉬었음 청년

- 자발적이든 비자발적이든, '비슷한 처지의 또래'가 큰 힘이 된다고 응답함(자발적 55.1%, 비자발적 47.6%).
 자발적으로 쉬었음을 선택한 청년은 일로 돌아가는 데 필요한 자원으로 '전문가'(43.3%)보다 '비슷한 처지의 또래 또는 경험자'(55.1%)를 더 많이 응답함.
 반면, 비자발적으로 쉬었음을 선택한 청년은 '비슷한 처지의 또래 또는 경험자'(47.6%)보다 '전문가'(52.4%)라는 응답 비율이 소폭 높았음.
 전체 응답 청년의 27.6%는 '나를 지지해주는 한 사람이라도 있다면 충분하다'고 응답함. 이는 쉬었음 청년의 회복이 거창한 시스템보다 진심 어린 관계에서 시작될 수 있음을 보여줌.

현재 일하는 활동을 시도하는 데 도움이 될 수 있다고 생각하는 것

'사람' - 관계 기반 지원

(Base: 전체, n=399, 복수응답, Unit: %)

■ 전체 ■ 자발적 ■ 비자발적

“

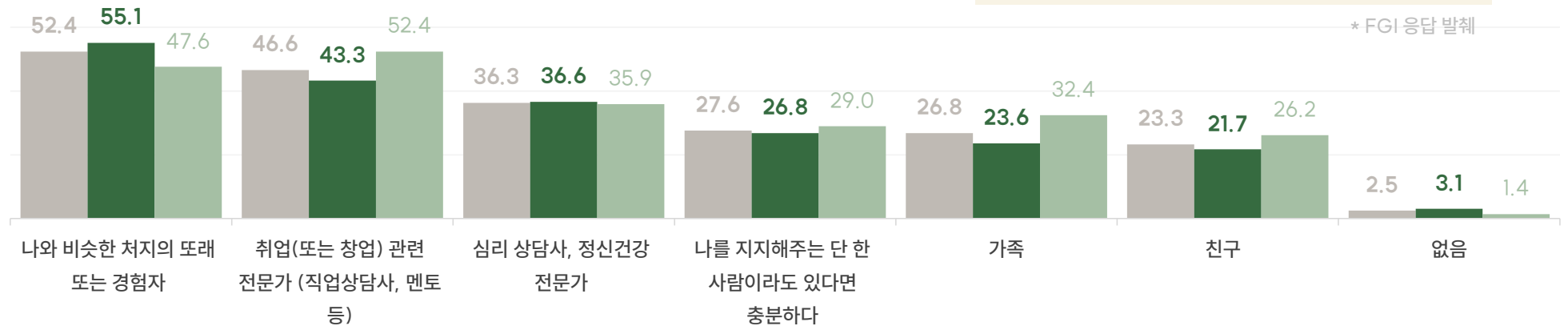
OO 프로그램 자체가 주는 유익함은 그렇게 크지가 않은데 가면 비슷한 나이에 비슷한 고민을 한 비슷한 청년들이 와요. 그것에 좀 위안을 많이 받았던 것 같아요.

* FGI 응답 발취

“

제 스스로 어떻게 해결할 방법이 안보이니까 '전문가는 좀 다르지 않을까?' 기대

* FGI 응답 발취



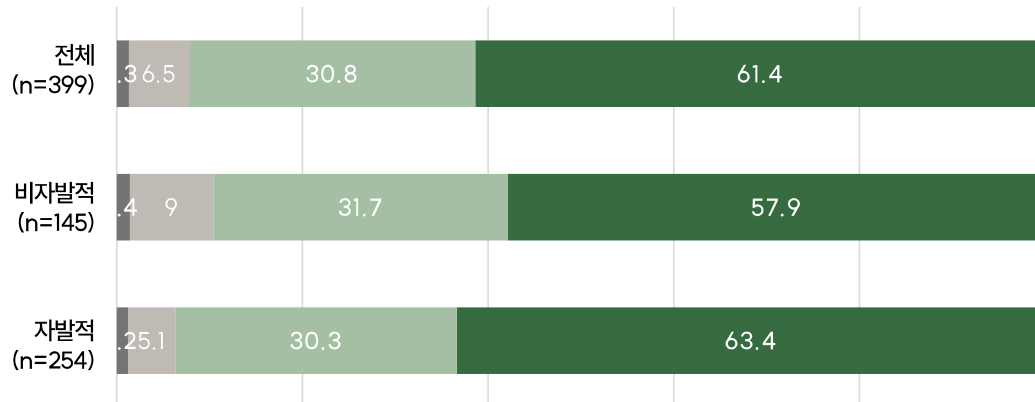
일을 안 하는 게 아니라 못 하는 것

- 조건만 갖춰진다면 다시 일할 의향이 있다는 쉬었음 청년은 10명 중 9명(92.2%)에 달함.
자발적 선택 청년(93.7%)에 비해 비자발적 선택 청년(89.6%)은 전환 시도 의향에 다소 낮게 응답했으나,
절대 다수가 일하는 상태로의 전환을 긍정적으로 생각함.
'쉬었음' 상태를 청년의 '의욕 없음' 관점에서만 볼 것이 아니라, 사회의 '조건 부족' 관점에서도 바라볼 필요가 있음.

만약 필요한 조건들이 충분히 갖춰진다면, 다시 일하는 상태로의 전환을 시도 할 의향이 있으신가요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)

■ 매우 아니다 ■ 다소 아니다 ■ 다소 그렇다 ■ 매우 그렇다



“

아무것도 안 하고 있는다고 행복하지는 않거든요. 내가 재벌 2세여서 평생 동안 돈 걱정이 없더라도 성장을 하고 목표를 이뤘을 때의 성취감을 느끼는 건 인간의 본능이라고 생각합니다. 저도 마냥 쉬는 것이 마음이 편하지 않다

* FGI 응답 발췌

4-4

행복한 쉬었음은 소수, 불안과 죄책감은 다수

행복 VS 불행

* 본 보고서에서 쉬었음 청년을 '행복'과 '불행'으로 나눈 기준은 정량조사에서 '쉬었음' 상태에 대해 행복감을 느끼는 지에 대한 4점 척도 질문에 긍정응답자(매우그렇다, 다소그렇다)를 '행복', 부정응답자(다소아니다, 매우아니다)를 '불행'으로 구분함.



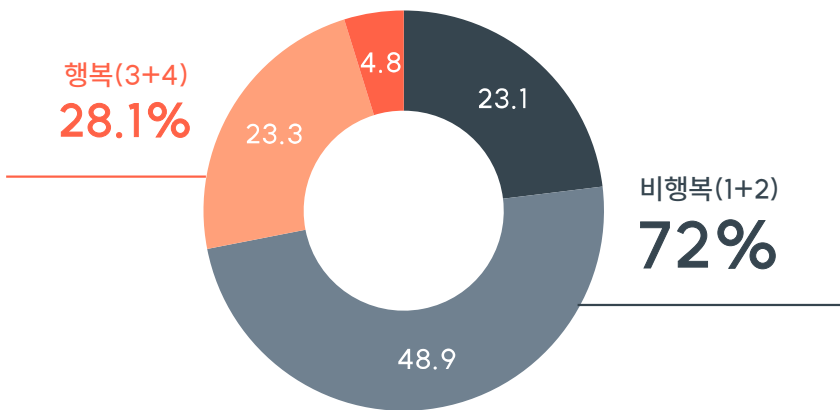
쉬었음 속에서 행복을 찾은 소수, 그렇지 못한 다수

- 당사자의 28.1%는 '쉬었음' 상태에서 행복을 느꼈다고 응답했으며, 이는 회복과 여유를 경험한 소수의 청년으로 해석할 수 있음.
- 반면, 72%는 여전히 행복하지 않다고 느꼈으며, 주변의 시선 또한 그들을 '행복하지 않은 존재'로 인식함(매우 19.8%, 다소 54.4%).
- 몸이 쉬고 있어도 반드시 행복한 것은 아니며, 자기 인식과 타인의 시선 모두에서 '행복하지 않다'는 응답 비율이 높게 나타남.

당신은 현재 '쉬었음' 상태에 대해 행복감을 느끼시나요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)

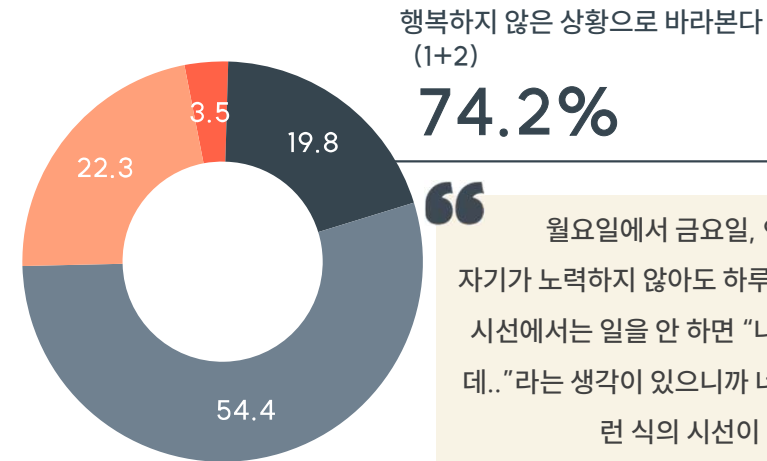
■ 매우 안 행복함 ■ 다소 안 행복함 ■ 다소 행복함 ■ 매우 행복함



주변 사람들이 당신의 '쉬었음' 상태를 어떻게 바라보고 있다고 느끼시나요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)

■ 매우 행복하지 않은 상황으로 바라본다 ■ 다소 행복한 상황으로 바라본다
 ■ 다소 행복하지 않은 상황으로 바라본다 ■ 매우 행복한 상황으로 바라본다



“ 월요일에서 금요일, 9시부터 6시까지
 자기가 노력하지 않아도 하루 루틴이 채워지는 사람들
 시선에서는 일을 안 하면 “나는 되게 불안할 것 같은
 데..”라는 생각이 있으니까 너 그렇게 살면 어떡해 이
 런 식의 시선이 많아지는 것

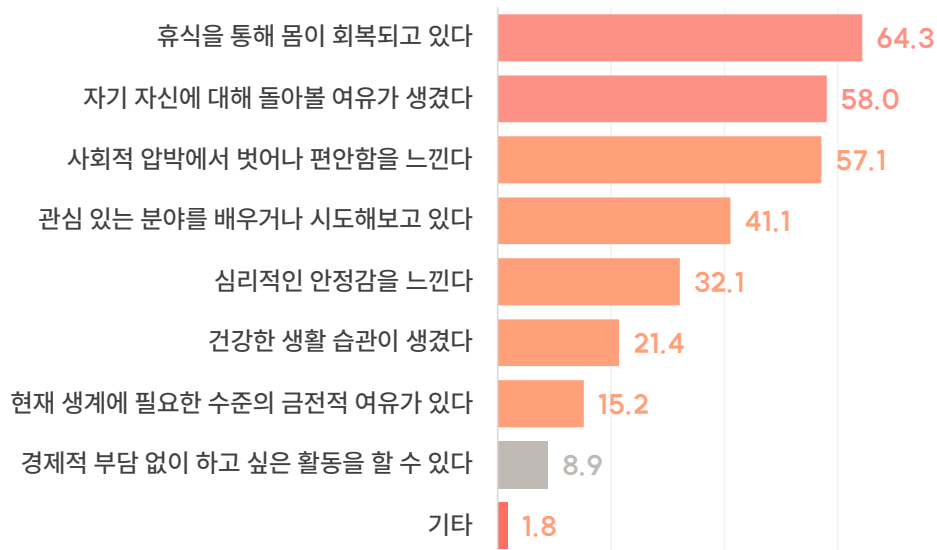
* FGI 응답 발췌

쉬면서 편안함을 느끼지만 불안도 함께 , 회복과 위기의 공존

- 행복함을 느끼는 이유는 신체적 요인(몸의 회복 64.3%, 건강한 생활습관 21.4%), 정서적 요인(편안함 57.1%, 안정감 32.1%), 자기관리 및 계발 요인(자기관리 58.0%, 새로운 배움 41.1%) 등 다양한 측면에서 고르게 나타남. 특히 자기관리 및 계발 요인이 가장 높은 응답률을 보임.
- 행복을 느낀다고 응답한 청년 중 80.4%는 생활비 부담 등 경제적 제약을 동시에 경험하고 있어, 행복 속에서도 경제적 불만족이 두드러짐.
- 정서적 편안함과 안정감을 이유로 행복을 느낀 비율이 절반에 가까운 반면, 이들이 가끔 경험하는 부정적 상태의 50.0% 역시 외로움, 불안, 우울감, 죄책감 등 정서적 요인이 중심으로 행복과 불행을 결정짓는 핵심 요소는 정서적 만족감임을 시사함.

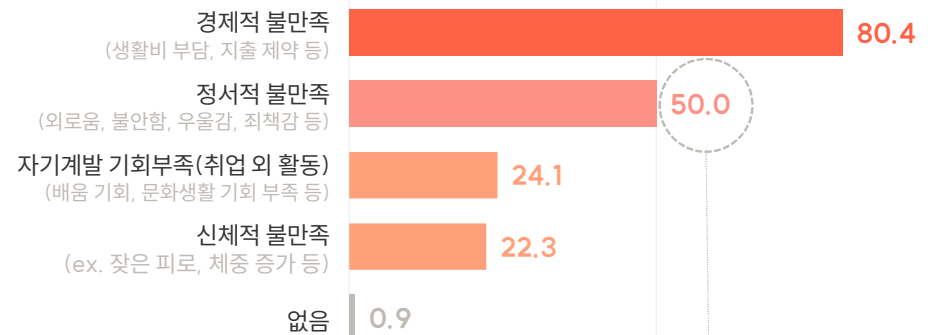
당신이 현재 '쉬었음' 상태에 행복함을 느끼는 이유는 무엇인가요?

(Base: 행복감을 느끼는 쉬었음 청년, n=112, 복수응답, Unit: %)



현재 행복한 상태이지만 가끔 경험하는 부정적 상태가 있다면 무엇인가요?

(Base: 행복감을 느끼는 쉬었음 청년, n=112, 복수응답, Unit: %)



* FGI 응답 발췌

“

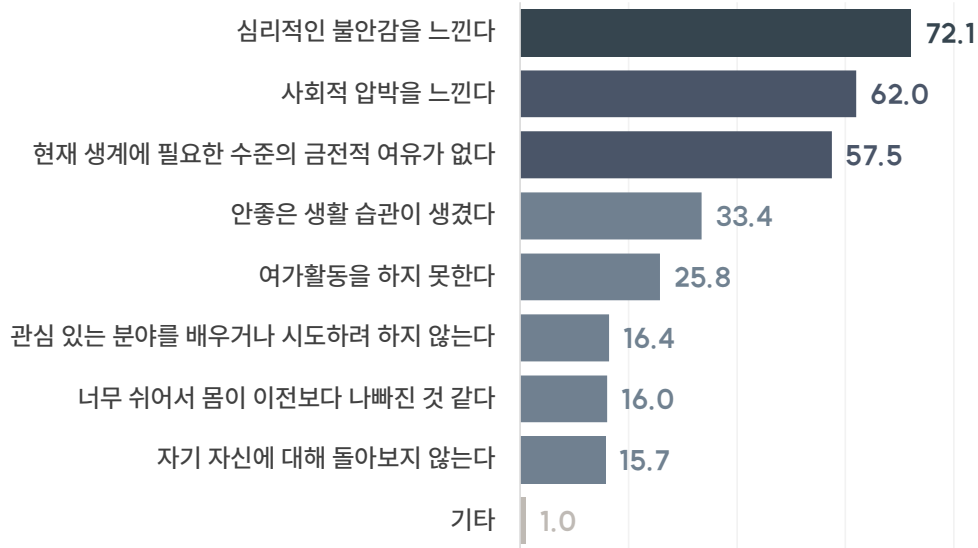
만약 제가 스스로 지금 만족한 삶을 살아도 정말 가까운 사람들이 '너 그렇게 살면 안 돼' '너 지금 힘들어' '너 그러면 안 돼' 이런 반응을 들었을 때도 곳곳하게 행복함 감정을 유지할 수 있을까? 하면 저는 힘들 것 같아요

쉬었음 청년의 불행, 심리적 불안과 사회적 압박이 주된 원인

- '쉬었음' 상태의 청년이 행복을 느끼지 못하는 주요 이유는 심리적 불안(72.1%)과 사회적 압박(62.0%)임.
- 행복함을 느끼는 청년들이 가끔 경험하는 불만족 원인 중 1위가 '경제적 불만족 (80.4%)' 인데 반해, 행복함을 느끼지 못하는 청년의 가장 큰 원인은 심리정서적 이유와 사회적 압박이라는 차이점에 주목
- 쉬었음 상태가 신체적으로 편할 것이라는 대중인식과는 달리 쉬었음 청년은 안 좋은 생활습관이 생겼다 (33.4%), 몸이 이전보다 나빠진 것 같다(16.0%) 등의 이유로 쉬었음 상태가 행복하지 않다고 응답함

당신이 현재 '쉬었음' 상태에 행복함을 느끼지 않는 이유는 무엇인가요?

(Base: 행복감을 느끼지 않는 쉬었음 청년, n=287, 복수응답, Unit: %)



“

자기 자신에게 돈을 쓰는 것도 아깝다고 느껴질 만큼 본인을 무가치하다고 생각하면 돈을 쓰지 않게 되고, 돈이 나에게 필요 없다고 생각하게 돼요.

저는 1500원짜리 커피도 사 먹을 수가 없었어요. 왜냐하면 내가 그것도 먹을 자격이 없다고 생각을 했거든요.

이렇게 저에게 심리적인 것들이 훨씬 크게 다가오기 때문에 오히려 돈은 불행의 이유가 아니라고 생각이 들어요.

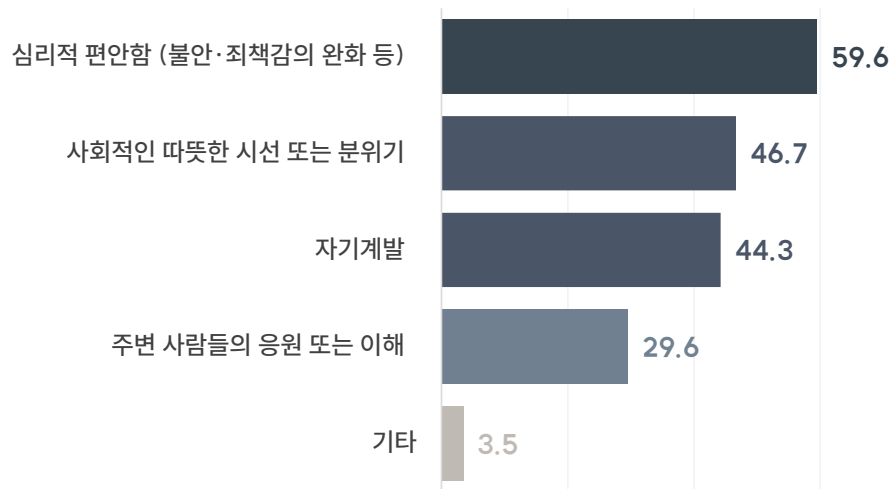
* FGI 응답 발췌

행복하지 않은 이유도, 행복해질 수 있는 조건도 '마음'..가끔의 행복은 자기계발과 신체적 만족으로부터

- 행복한 상태로의 전환을 위한 가장 중요한 조건은 심리적 편안함(59.6%)과 사회적 분위기(46.7%) 순으로 나타남.
- 주변의 응원과 이해를 통해 29.6%의 쉬었음 청년이 행복한 '쉬었음' 상태로 변화할 수 있음.
- 행복하지 않은 청년도 자기계발 기회(39.4%), 신체적 만족(37.3%), 정서적 안정(36.6%) 등을 통해 순간적인 행복을 경험하고 있으며, 이는 삶의 작은 활력 요소로 작용함.
- '쉬었음' 상태에서 행복을 느끼지 못하는 청년 중 10.1%는 가끔의 행복한 상태조차 경험하지 못한다고 응답함, 이들은 행복을 경험할 기회 자체가 부족한 것은 아닌지 사회적 관심 필요

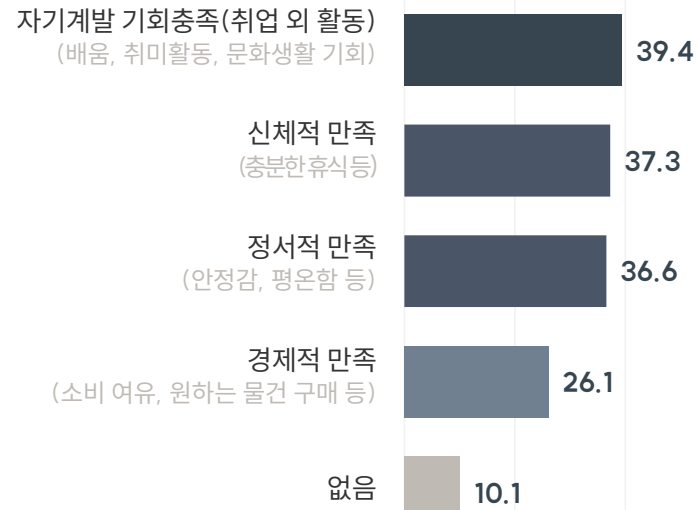
현재 행복하지 않은 '쉬었음' 상태에서 행복한 상태로 변화하기 위해, 어떤 조건이나 변화가 필요하다고 생각하시나요?

(Base: 행복감을 느끼지 않는 쉬었음 청년, n=287, 복수응답, Unit: %)



현재 행복하지 않은 상태이지만 가끔 경험하는 행복한 상태가 있다면 무엇인가요?

(Base: 행복감을 느끼지 않는 쉬었음 청년, n=287, 복수응답, Unit: %)



“
굉장히 사소한 것부터 다양한 걸 해보려고 했거든요.
근데 그게 결국은 저한테는 정답을 찾으려는 그런 몸부림이었던 것 같아요.
근데 그게 무의미하고 무가치하고 그러더라도 열 번 했는데 한 번 정도는 저한테 '내가 이런 걸 좋아했었구나. 이런 걸 내가 괜찮아 하는구나' 를 알 때 조금 기분이 좋았던 것 같아요

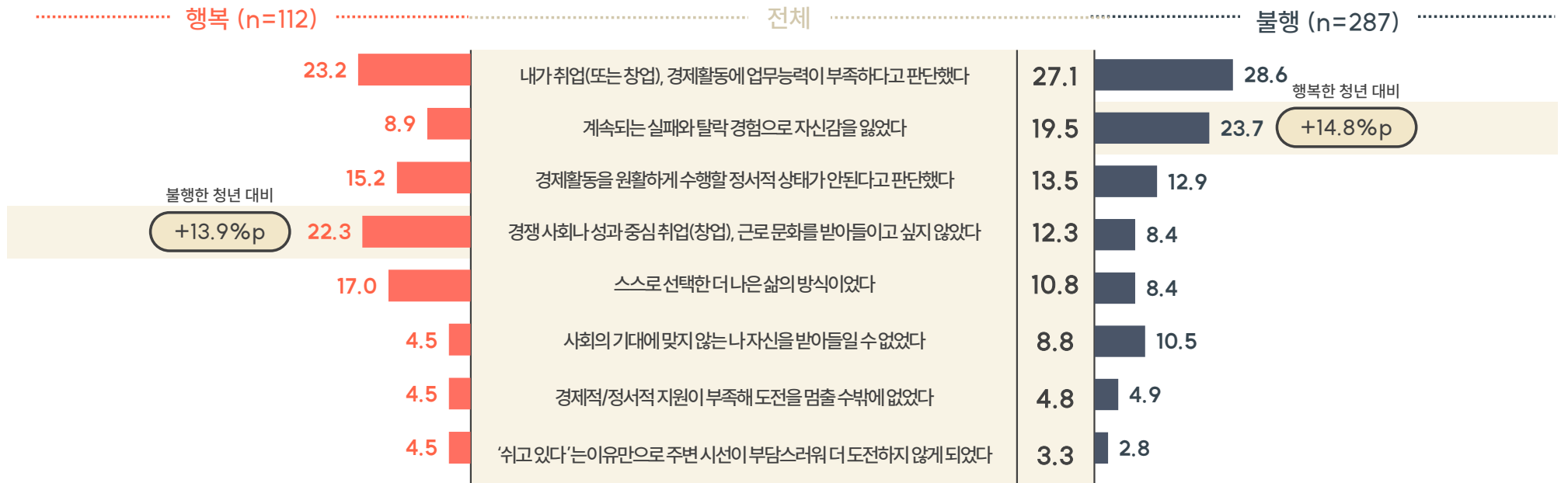
* FGI 응답 발췌

행복한 청년은 '가치관', 불행한 청년은 '능력 부족'이 발목

- 행복 여부와 관계없이, 일로의 전환을 멈춘 가장 큰 이유는 자신의 업무 능력 부족으로 (행복 23.2%, 불행 28.6%) 사회 구조보다는 개인 내부에서 이유를 찾는 쉬었음 청년의 경향이 나타남.
- 행복하다고 응답한 청년 중 22.3%는 경쟁과 성과 중심의 문화를 받아들이고 싶지 않다고 응답함. (가치관 요인)
- 행복하지 않다고 응답한 청년 중 28.6%는 업무 능력이 부족하다고 판단함. (능력 요인) 23.7%는 반복된 실패와 탈락으로 인해 자신감을 잃었다고 응답했고, 12.9%는 정서적 상태의 준비 부족을 이유로 들었음. 이는 능력 요인 뿐 아니라 정서적 요인 또한 일 전환과 행복 여부에 영향을 미치는 것을 알 수 있음.

당신이 일하는 상태로의 전환을 멈춘(or포기한) 이유에 가장 가까운 것은 무엇인가요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)

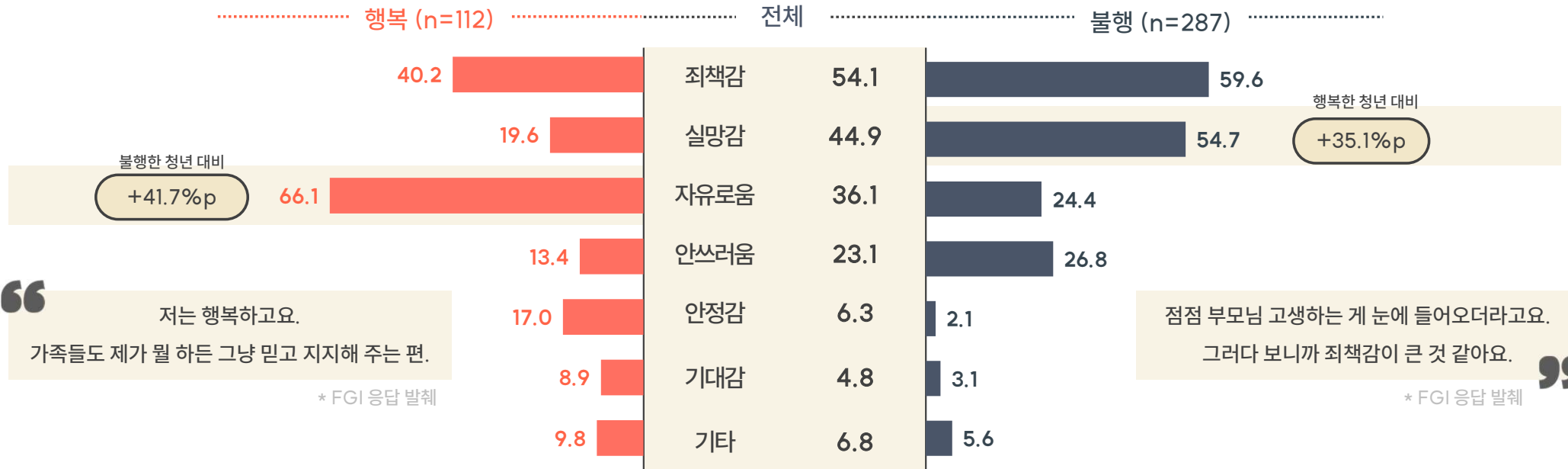


같은 '쉬었음', 다른 감정의 결: 행복한 청년은 '자유로움', 불행한 청년은 '죄책감'

- 행복한 청년들은 자유로움(66.1%)을 가장 많이 느끼며, 안정감(17.0%)과 기대감(8.9%) 또한 상대적으로 높게 나타남.
- 반면, 불행한 청년들은 죄책감(59.6%)과 실망감(54.7%)을 주로 경험함.
- 자유로움, 안정감, 기대감 같은 긍정 감정은 행복이라는 결과로, 죄책감, 실망감, 안쓰러움 같은 부정 감정은 불행이라는 결과로 이어짐을 확인할 수 있음.
- 행복 여부와 관계없이 죄책감(54.1%)이 가장 높게 나타나는데, 이는 자신의 결정에 따른 현재 상태나 가족을 포함한 주변 기대에 미치지 못한 부분이 반영된 감정으로 해석됨.

'쉬었음' 상태인 지금, 나 자신에게 어떤 감정들을 느끼고 있나요?

(Base: 전체, n=399, 복수응답, Unit: %)

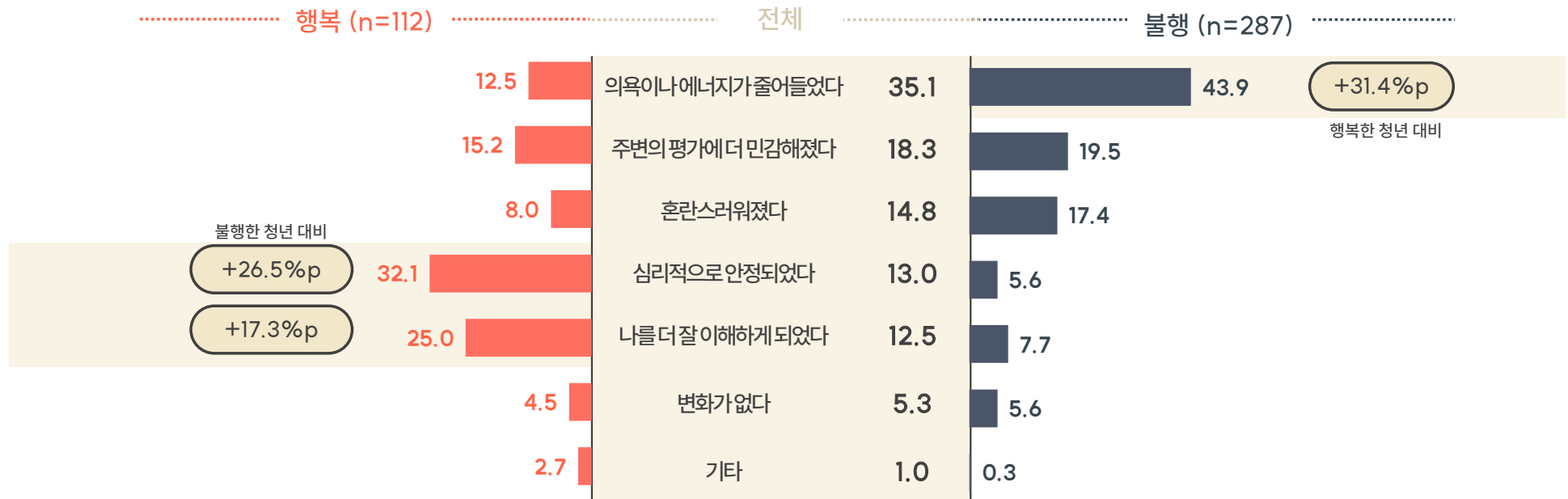


행복한 청년은 '심리적 안정'과 '자기 이해'의 변화, 불행한 청년은 '의욕 저하'와 '외부평가 민감'의 변화를 경험

- '쉬었음'이 불행하다고 응답한 청년의 19.5%는 '주변의 평가에 더 민감해졌다'고 응답함.
- 행복하다고 응답한 청년은 15.2%만 '주변의 평가에 더 민감해졌다'고 응답하였고, 오히려 내면의 변화, 즉 자기 이해(25.0%)와 심리적 안정(32.1%)을 가장 많이 느낌.
- 불행하다고 응답한 청년의 43.9%는 '쉬었음' 이후 의욕이나 에너지가 줄었다고 느낀 반면, 행복하다고 응답한 청년 중 같은 응답은 12.5%로 약 3배 차이 발생함.
- 응답 결과를 보면, '쉬었음' 청년의 행복을 위해서는 심리적 안정과 청년들의 의욕을 고취할 수 있는 요소에 대해 관심을 가질 필요가 있음.

'쉬었음' 상태를 지내면서, 이전과 가장 많이 달라졌다고 느끼는 나의 모습은 어떤 점인가요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)



“쉬고 있는 것도 삶의 일부”를 지지하는 제도, 체감도는 23.2%

- '쉬었음' 상태가 행복하다는 응답자를 대상으로 현재 상태를 긍정적인 측면에서 바라보고 지원해주는 정책이나 제도가 있다고 생각하는지에 대해 질문한 결과, 76.8%가 부정적으로 응답함.
- '쉬었음' 상태를 빨리 벗어나야 하는 부정적인 상태로 전제하거나, 취업 상태로의 전환만을 목적으로 한 제도, 정책, 프로그램이 대부분이라는 인식이 반영됨.
- 대중의 부정적인 시선의 크기만큼 제도 및 정책에도 '쉬었음' 상태가 부정적인 상태로 반영되고 있다고 인식할 여지가 있음.

현재 행복한 '쉬었음' 상태를 긍정적인 측면에서 바라보고 지원해주는 제도 or 정책이 있다고 생각하나요?

(Base: 행복감을 느끼는 쉬었음 청년, n=112, Unit: %)

행복감을 느끼는 쉬었음 청년

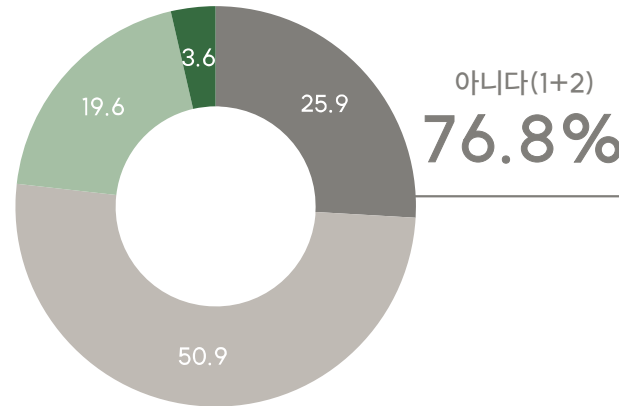
112명

사회적으로
'쉬었음' 청년은 시간을 계획 없이 보낸다
'라고 보는 것 같다

45.1%

(다소 그렇다 + 매우 그렇다)

■ 매우 아니다 ■ 다소 아니다 ■ 다소 그렇다 ■ 매우 그렇다



“

정부에서 하는 정책은 취업과 연결되는 게 되게 많아서, 정서 회복이라거나 이런 것보다는 정책은 정량적으로 뭔가 결과가 나와야 되기 때문에 취업 관련된 걸로 연결된 정책이 많다 라는 (부정적)느낌을 많이 받아요.

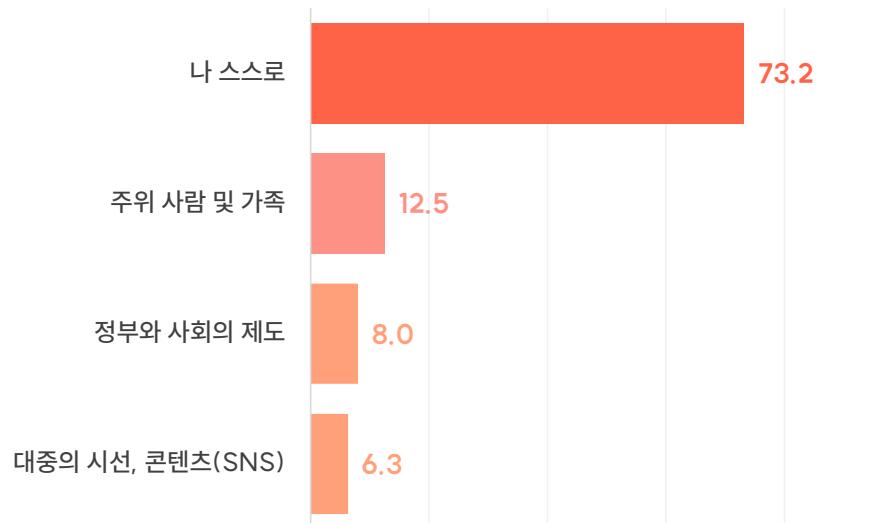
* FGI 응답 발췌

쉬었음 청년, 나를 지탱하는 것도 흔들는 것도 결국 '나 자신'

- '쉬었음'을 행복하다고 느끼는 청년의 73.2%는 자신을 가장 행복하게 해주는 존재로 '나 스스로'라고 응답함.
- '쉬었음'을 불행하다고 느끼는 청년 또한 50.5%가 자신을 불행하게 하는 존재로 '나 스스로'라고 응답함.
- 본인의 현재 상태(행복 또는 불행)를 만든 주체에 대한 응답을 비교해보면, 행복도 불행도 결국은 '나'에서 비롯된다는 인식을 알 수 있음.

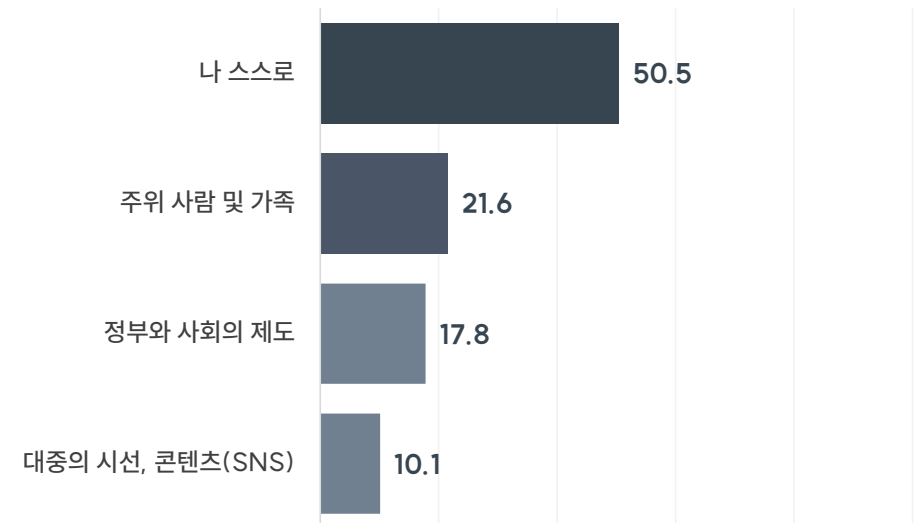
현재 '쉬었음' 상태에서 당신을 가장 행복하게 해주는 존재는 누구인가요?

(Base: 행복감을 느끼는 쉬었음 청년, n=112, Unit: %)



현재 '쉬었음' 상태에서 당신을 불행하게 하는 존재는 누구인가요?

(Base: 행복감을 느끼지 않는 쉬었음 청년, n=287, Unit: %)



4-5

사회적 연결감이 행복과 회복의 열쇠

연결 VS 단절

* 본 보고서에서 쉬었음 청년을 '연결'과 '단절'으로 나눈 기준은 정량조사에서 '지금 사회와 연결되어 있다고 느끼는지에 대한 4점 척도 질문에 긍정응답자(강하게 연결, 다소 연결)를 '연결', 부정응답자(다소 단절, 완전히 단절)를 '단절'으로 구분함.



사회와 '연결되었다'고 느끼는 청년일수록, '쉬었음' 상태에서 더 행복감을 느낌

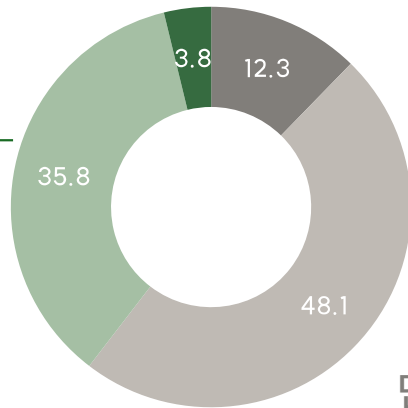
- 사회와 연결되어 있다고 느끼는 청년의 43.6%는 '쉬었음' 상태에서도 행복감을 느끼고 있음.
- 반대로 사회와 단절되었다고 느끼는 청년의 82.1%는 '쉬었음' 상태에서 행복감을 느끼지 못한다고 응답.
- 사회적 연결감이 높을수록 행복감도 상승함을 확인, 쉬었음 청년의 사회적 연결과 '쉬었음' 상태의 행복감 간의 상관관계를 확인 할 수 있음.
- 사회와 연결되어 있다고 응답한 쉬었음 청년의 43.6%는 현 상태에 행복감을 느낀다고 응답한 반면, 단절된 청년은 17.9%만이 행복감을 느낀다고 응답함. 사회와 연결된 청년이 느끼는 행복감이 2배 이상임을 알 수 있음

지금 당신은 사회와 연결되어 있다고 느끼시나요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)

■ 완전히 단절되어 있다 ■ 다소 단절되어 있다 ■ 느슨하게 연결되어 있다 ■ 강하게 연결되어 있다

연결 (3+4)
39.6%



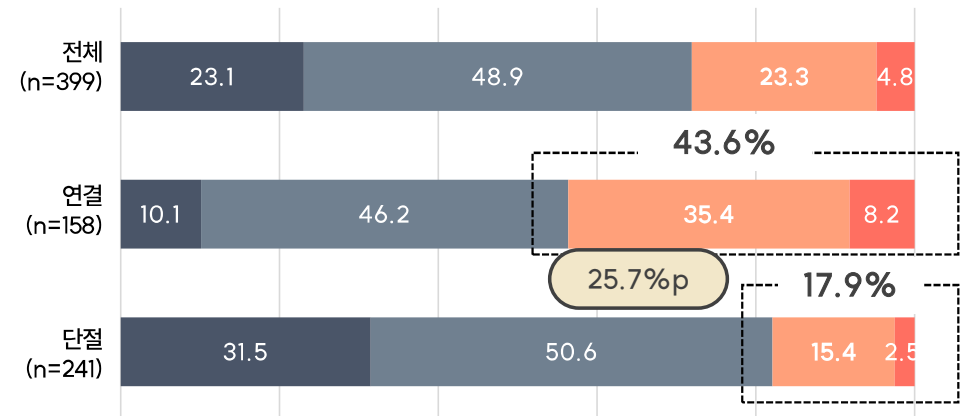
단절 (1+2)
60.4%

* FGI 응답 발취

당신은 현재 '쉬었음' 상태에 대해 행복감을 느끼시나요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)

■ 매우 안 행복함 ■ 다소 안 행복함 ■ 다소 행복함 ■ 매우 행복함



“

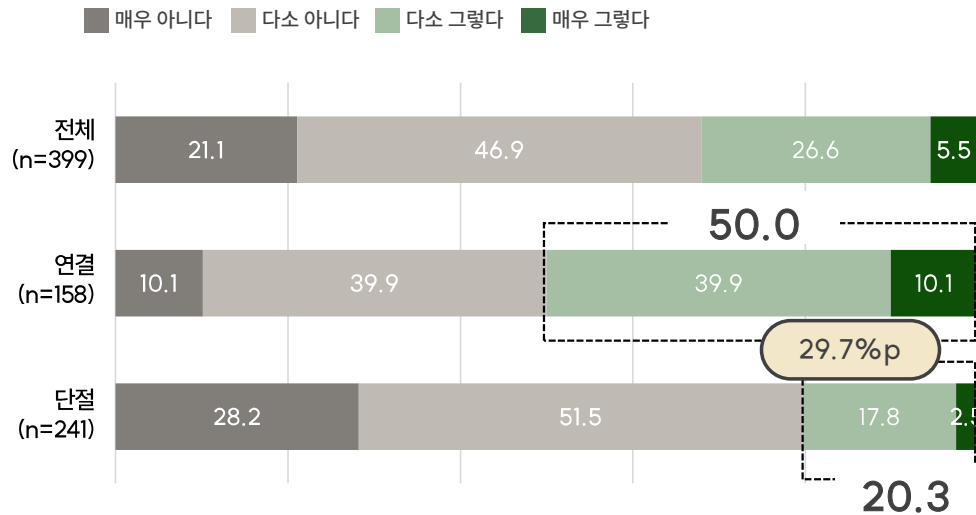
이런 비슷한 사람들과 대화를 나누는 지금도 좋
구요. 운동을 좋아하는데 운동으로 만나 친해지
는 사람도 생기고 끊어진 사회와의 연결을 만들
고 있어요. 여러 번 만나는 사람들은 또 어떤 일
하는지, 어떻게 살아가고 있는지 얘기 나누면서
더 친해지고 그런 즐거움이 있어요

사회적 연결감이 '잘 쉬고 있다'는 인식에도 영향

- 사회와 연결되어 있다고 응답한 쉬었음 청년의 절반(50%)은 '지금의 시간을 잘 쉬고 있다'고 느끼는 반면, 단절되어 있다고 응답한 청년은 20.3%만이 그렇게 응답함.
- '잘 쉬다'는 것은 나름 의미 있는 시간으로 보내고 있다는 뜻임. 이러한 측면에서 쉬었음 기간을 의미 있게 만들기 위한 필수 요소 중 하나는 '사회와의 연결감'임.
- 사회적으로 연결되어 있다고 응답한 청년은 쉬었음 기간이 평균 5.6개월이라고 응답한 반면, 단절되어 있다고 응답한 청년은 6.6개월이라고 응답함.
- 이는 사회적 연결만으로도 약 1개월의 차이를 만들 수 있음을 보여줌.

쉬고 있는 지금의 시간을 '잘 쉬고 있다'고 느끼시나요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)



현재 '쉬었음' 상태가 얼마나 더 지속될 것 같나요?

(Base: 전체, n=399, Unit: 개월)

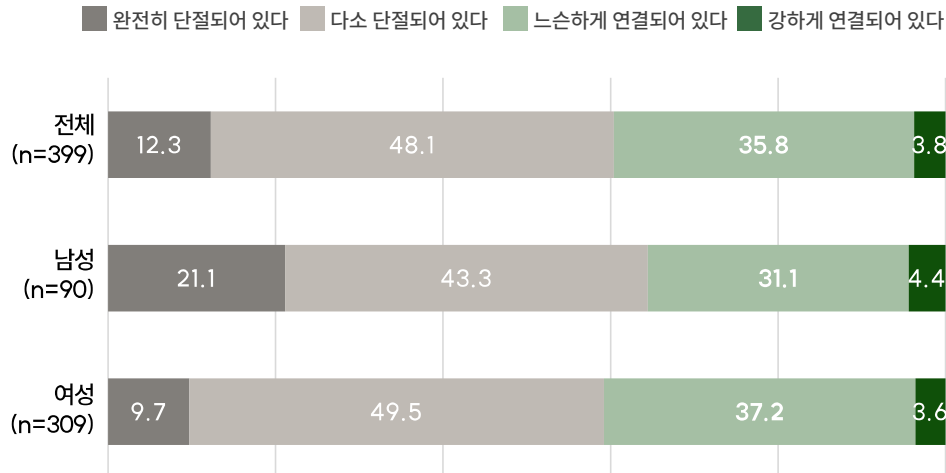


남성 쉬었음 청년 5명 중 1명, '완전히 단절' 느껴... 여성보다 2배

- 남성 응답자의 경우, '완전히 단절되어 있다'는 응답이 21.1%로 여성(9.7%)보다 두 배 이상 높음.
- 남성 응답자는 '쉬었음' 상태에 대한 행복감도 '매우 안 행복함'이 34.4%로 여성(19.7%)보다 높음.
- 비교적 사회적 연결감이 낮은 남성이 행복감도 낮게 나타나는 경향을 알 수 있음.

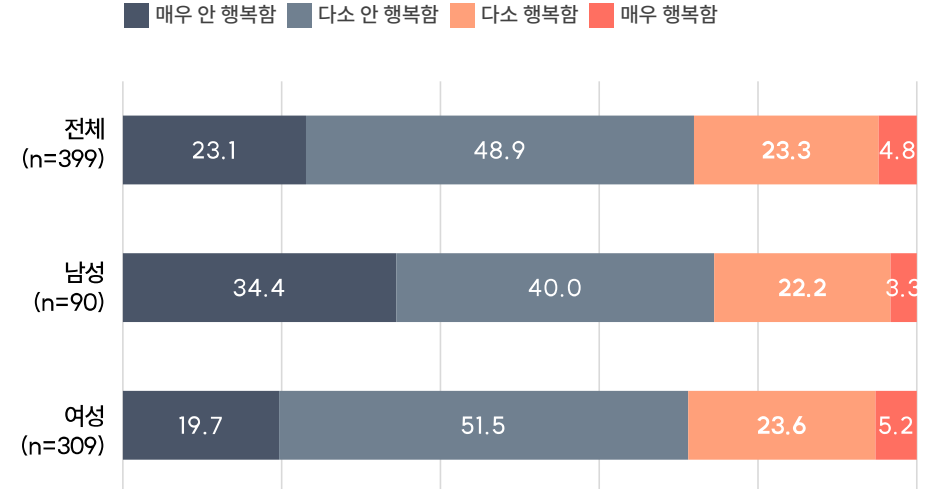
지금 당신은 사회와 연결되어 있다고 느끼시나요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)



당신은 현재 '쉬었음' 상태에 대해 행복감을 느끼시나요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)

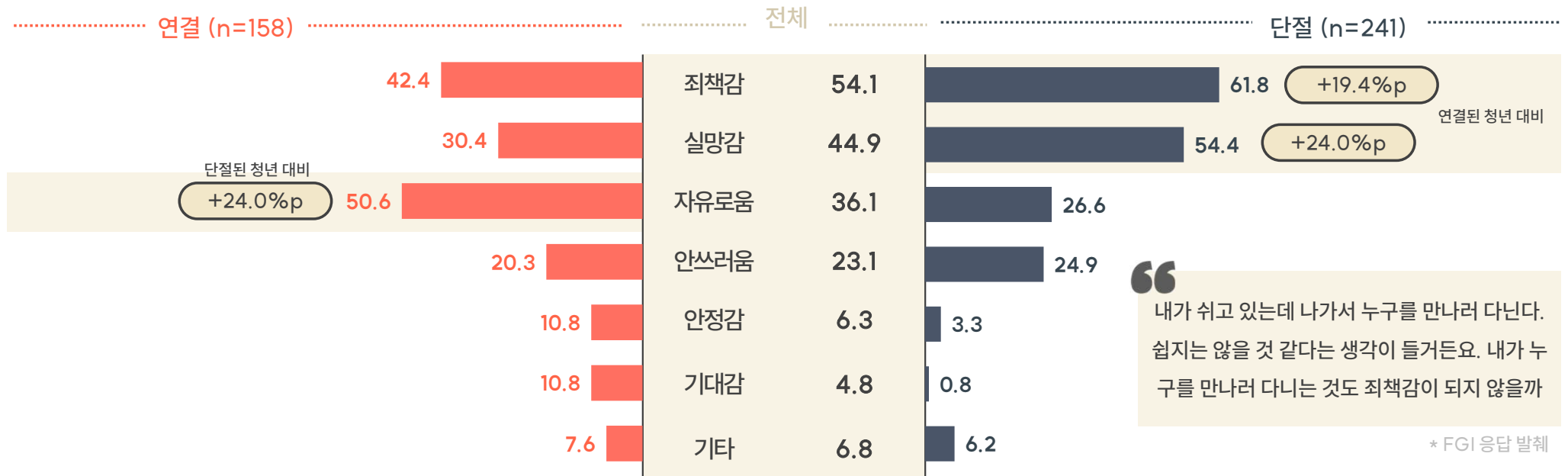


쉬는 청년의 감정, 자유와 죄책감 사이에서 흔들리다

- 사회적으로 연결된 청년의 50.6%는 '자유로움'을 느낀다고 응답함. 이는 단절된 청년보다 24%p 높은 수치로, 사회적 연결 정도에 따라 감정 차이가 있음을 보여줌.
- 전체적으로 '죄책감'을 느낀 비율이 가장 높았으며, 특히 단절된 청년의 61.8%가 죄책감을 느낀다고 응답함.
- 이는 사회적 연결이 자유로움·기대감 등 긍정적 감정을 강화하고, 단절은 죄책감·실망감 등 부정적 감정을 증폭시킬 수 있음을 시사함.

'쉬었음' 상태인 지금, 나 자신에게 어떤 감정들을 느끼고 있나요?

(Base: 전체, n=399, 복수응답, Unit: %)

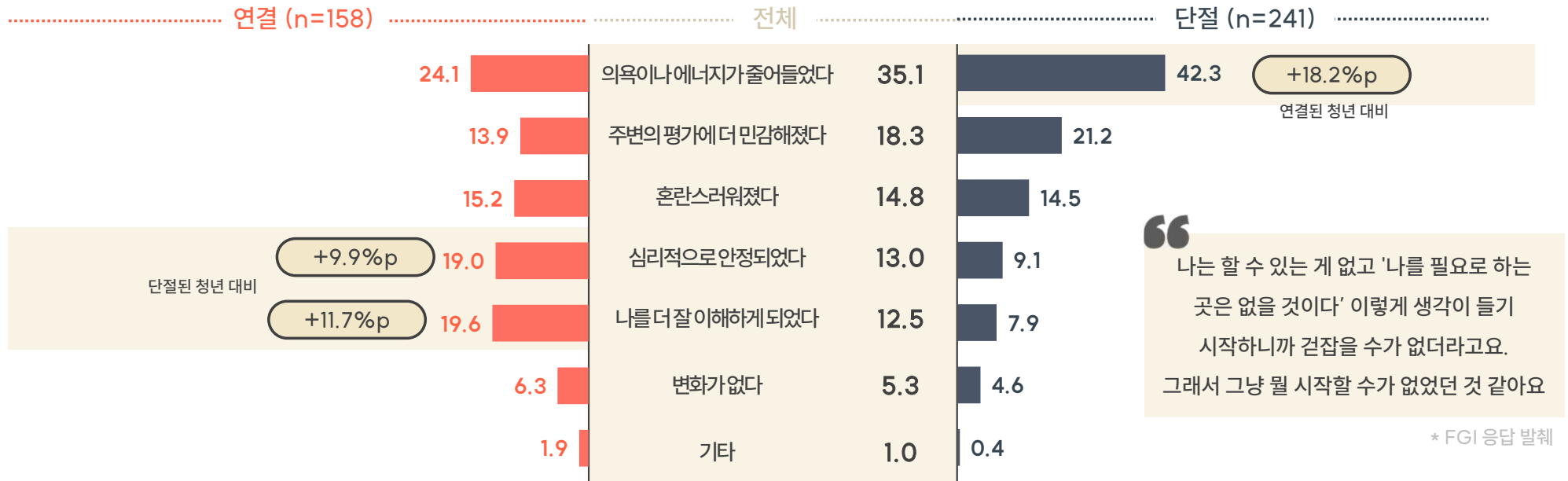


사회와 연결된 청년은 자신을 이해했고, 단절된 청년은 에너지를 잃었다

- 전체적으로 가장 많이 경험한 변화는 '의욕이나 에너지가 줄어들었다'(35.1%)로 단절된 청년의 경우 42.3%로 연결된 청년 대비 18.2%p 높음.
- 사회와 연결된 청년은 '심리적으로 안정되었다'(19.0%)와 '나를 더 잘 이해하게 되었다'(19.6%)가 상대적으로 높게 나타남.
- 사회적 연결 여부가 휴식 상태에서의 감정, 자기 인식, 심리적 변화에 영향을 미칠 수 있음.

'쉬었음' 상태를 지내면서, 이전과 가장 많이 달라졌다고 느끼는 나의 모습은 어떤 점인가요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)

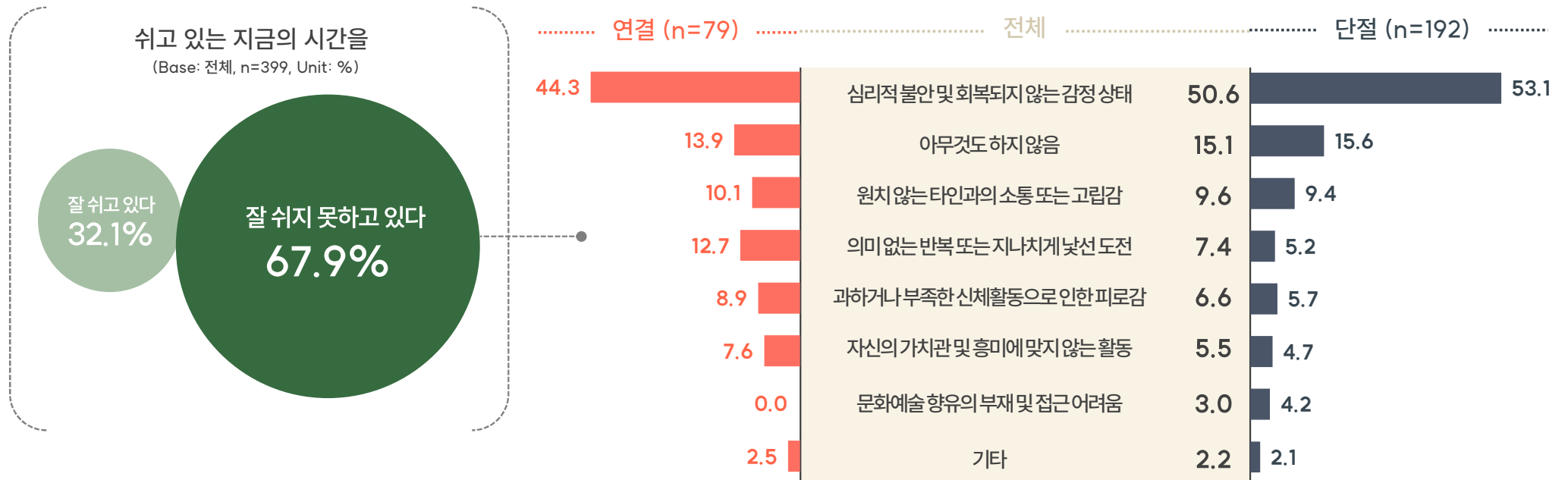


휴식의 핵심은 시간 아닌 감정 회복

- 전체 응답자 중 67.9%가 '잘 쉬지 못했다'고 응답했으며, 그 중 50.6%는 '심리적 불안 및 회복되지 않는 감정 상태'를 주요 원인으로 꼽음.
- 이는 단순히 시간을 보내는 것만으로는 충분한 휴식이 되지 않으며, 정서적 안정이 핵심 요소임을 알 수 있음.

당신이 쉬는 시간을 '잘 쉬지 못했다'고 느끼게 한 요소는 무엇인가요?

(Base: 잘 쉬지 못하고 있다는 응답자, n=271, Unit: %)



4-6

가장 살피야 할 25-29세 쉬었음 청년

연령별 비교

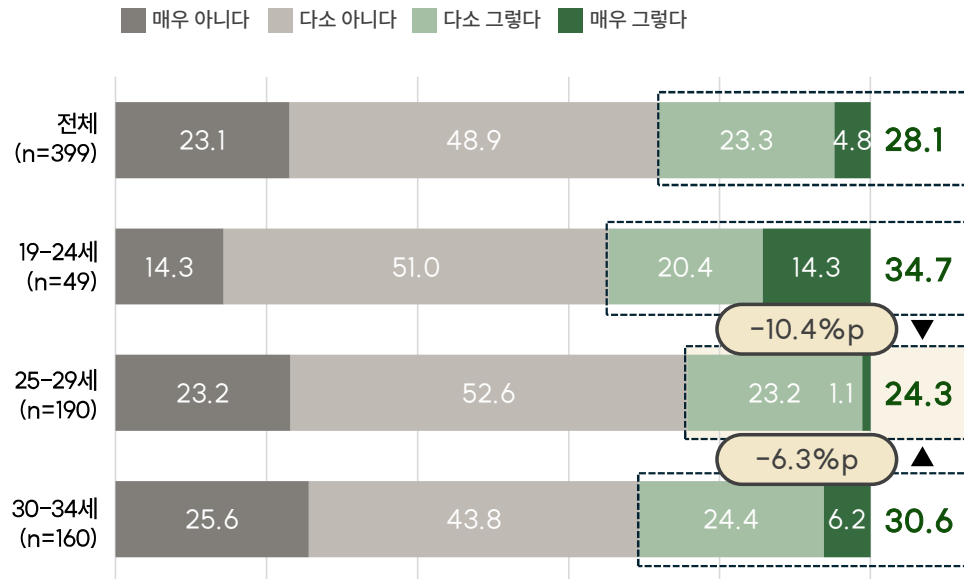


25-29세, 가장 행복감을 느끼지 못하고, 일하는 상태로의 전환도 가장 많이 포기하는 나이

- 현재 '쉬었음' 상태에 대해 행복하다고 응답한 비율은 19-24세 34.7%, 30-34세 30.6%, 25-29세 24.3% 순임.
- 일하는 상태로의 전환에 대한 질문에서 '포기(1년 이상 멈춤 포함)' 응답 비율은 25-29세 14.2%, 30-34세 9.4%, 19-24세 8.2% 순임.
- 주위 친구나 지인 등이 본격적으로 일하는 상태로 전환되는 시점에 그러지 못한 쉬었음 청년이 부정적 영향을 받는 것으로 보임.

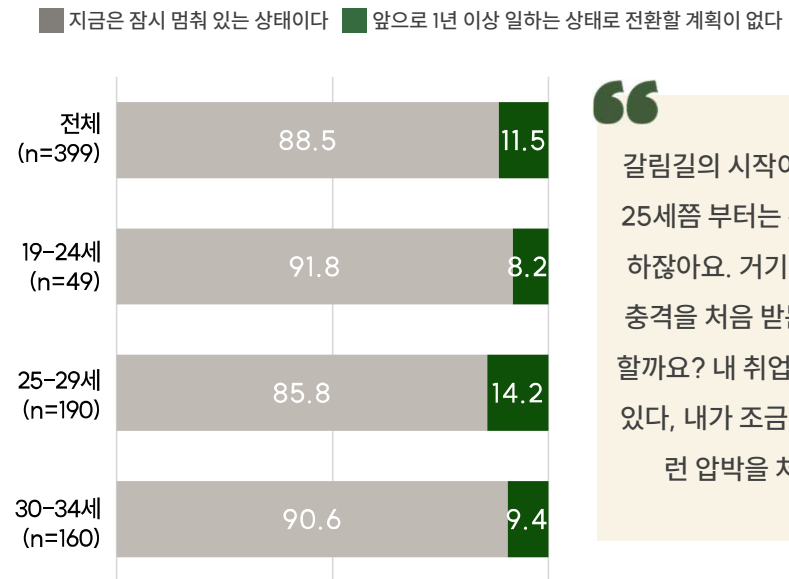
당신은 현재 '쉬었음' 상태에 대해 행복감을 느끼시나요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)



일하는 상태로 전환하는 것에 대해 당신의 생각에 더 가까운 것은 무엇인가요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)



“갈림길의 시작이라고 해야하나? 25세쯤 부터는 취직을 하기 시작 하잖아요. 거기서부터 압박이나 충격을 처음 받는 시기라고 해야 할까요? 내 취업이 조금 늦춰지고 있다, 내가 조금 잘못되고있다 이런 압박을 처음받는 시기

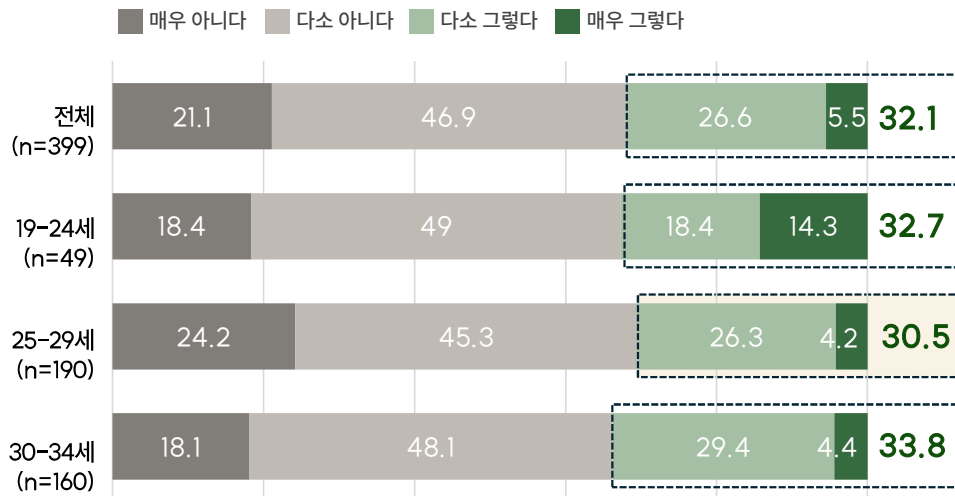
* FGI 응답 발췌

쉬는 시간도 불편하고, 복귀도 멈칫, 25-29세의 위태로운 멈춤

- 현재 '쉬었음' 상태를 잘 쉬고 있다고 응답한 비율은 19-24세 32.6%, 25-29세 30.5%, 30-34세 33.7%임.
- 필요한 조건이 갖춰진다면 다시 일하는 상태로의 전환을 시도할 의향이 있는지에 대한 질문에, 25-29세의 12.2%가 부정적으로 응답함.
이는 다른 연령층에 비해 높은 수치임.

쉬고 있는 지금의 시간을 '잘 쉬고 있다'고 느끼시나요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)



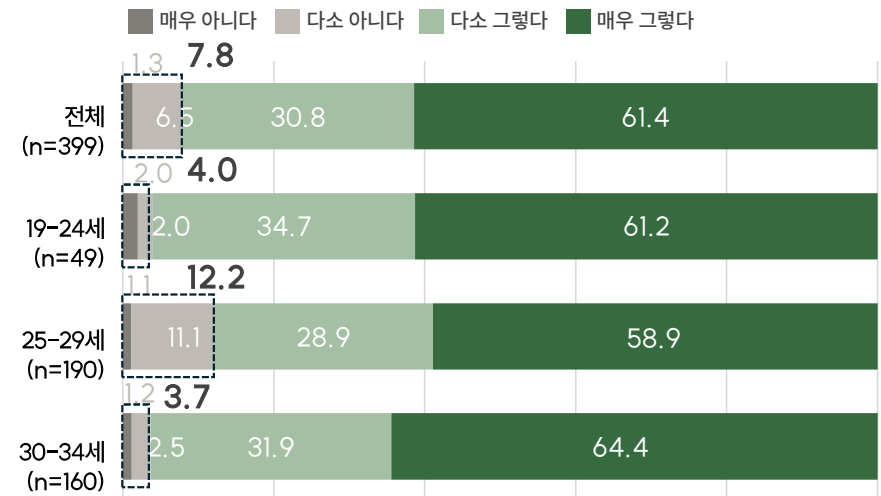
* FGI 응답 발췌

“

저도 중연령층(25-29세) 때 제일 힘들었던 것 같아요. 졸업하고 1년 정도 되면, 누구는 대기업을 갔네, 누구는 대학원을 갔네, 연락을 많이 받는 시기잖아요. 정말 외부에서 그런 정보가 많이 들어오는 게 쉽지 않았어요. 제일 비교도 많이 할 시기고.

필요한 조건들이 갖춰진다면, 다시 일하는 상태로의 전환을 시도할 의향이 있으신가요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)



* FGI 응답 발췌

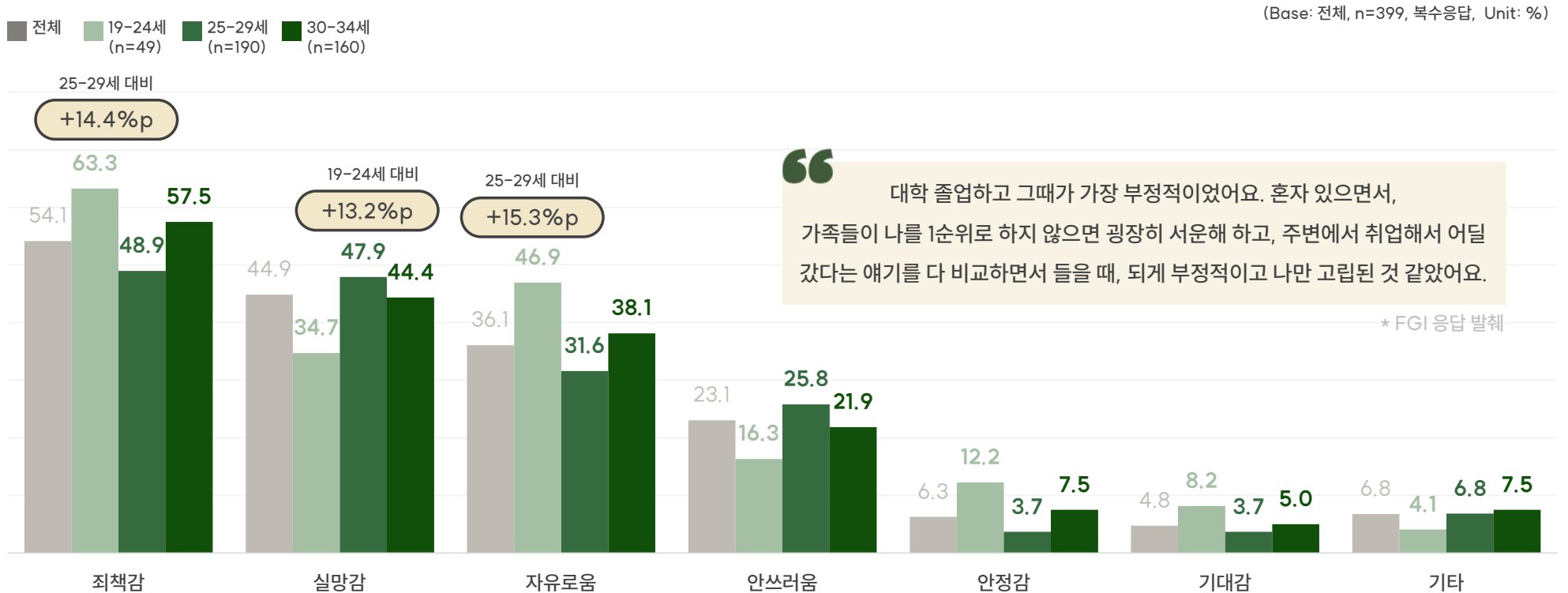
“

사회생활 하고 서른이 넘어가면서 '100세 시대인데, 1-2년 쉬는다고 해서...' 이 말을 공감했어요. 그리고 나만 이렇게 사는게 아니잖아요? 그냥 포기하고 체념. 그리고 그냥 받아들이는 것 같아요.

쉬웠음의 시간, 가장 많이 실망하고 가장 적게 만족하는 25-29세

- '쉬웠음' 상태에서 느끼는 감정 중 실망감은 19-24세 34.7%, 25-29세 47.9%, 30-34세 44.4%로, 25-29세 구간에서 가장 높게 나타남.
- 안쓰러움 역시 19-24세 16.3%, 25-29세 25.8%, 30-34세 21.9%로, 부정적 감정인 안쓰러움 역시 25-29세에서 가장 높게 나타남.
- 반면, 자유로움은 19-24세 46.9%, 25-29세 31.6%, 30-34세 38.1%, 안정감은 12.2%, 3.7%, 7.5%로 각각 나타나, 긍정적 감정들은 25-29세 구간에서 가장 낮게 나타남.
- 죄책감은 전반적으로 전 연령대에서 가장 높게 나왔으나 19-24세가 상대적으로 높게 나옴

'쉬웠음' 상태인 지금, 나 자신에게 어떤 감정들을 느끼고 있나요?



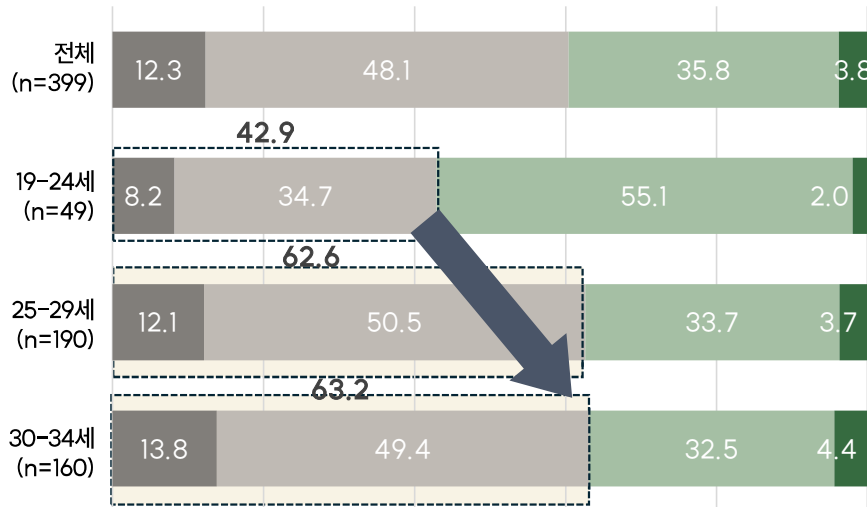
젊을수록 '연결', 나이 들수록 '단절'... 쉬었음 청년의 외로워지는 곡선

- 쉬었음 청년의 연령대가 높아질수록 사회와 단절되어 있다고 응답한 비율이 증가함. 19-24세 42.9%, 25-29세 62.6%, 30-34세 63.2% 순임.
- 또한, 주변 사람들이 자신을 행복하지 않은 상황으로 바라보는 것 같다고 느낀다는 응답도 연령대가 높아질수록 증가함. 19-24세 69.3%, 25-29세 73.1%, 30-34세 76.8% 순임.
- 고연령층으로 갈수록 사회적 시선을 부정적으로 느끼는 이유는, 해당 나이에 기대되는 사회적 역할과 쉬었음 기간을 보내고 있는 당사자의 실제 상황 사이의 괴리 때문임.

지금 당신은 사회와 연결되어 있다고 느끼시나요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)

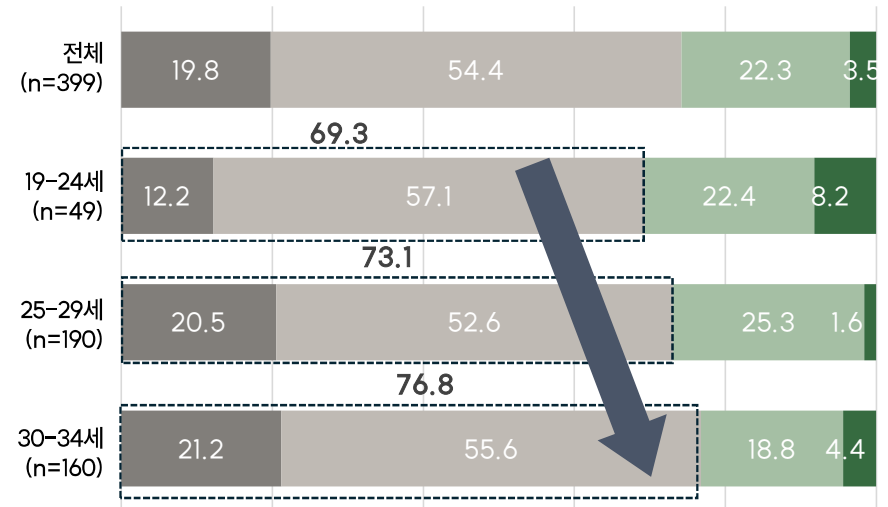
■ 완전히 단절되어 있다 ■ 다소 단절되어 있다 ■ 느슨하게 연결되어 있다 ■ 강하게 연결되어 있다



주변 사람들이 당신의 '쉬었음' 상태를 어떻게 바라보고 있다고 느끼시나요?

(Base: 전체, n=399, Unit: %)

■ 매우 행복하지 않은 상황으로 바라본다 ■ 다소 행복하지 않은 상황으로 바라본다 ■ 다소 행복한 상황으로 바라본다 ■ 매우 행복한 상황으로 바라본다



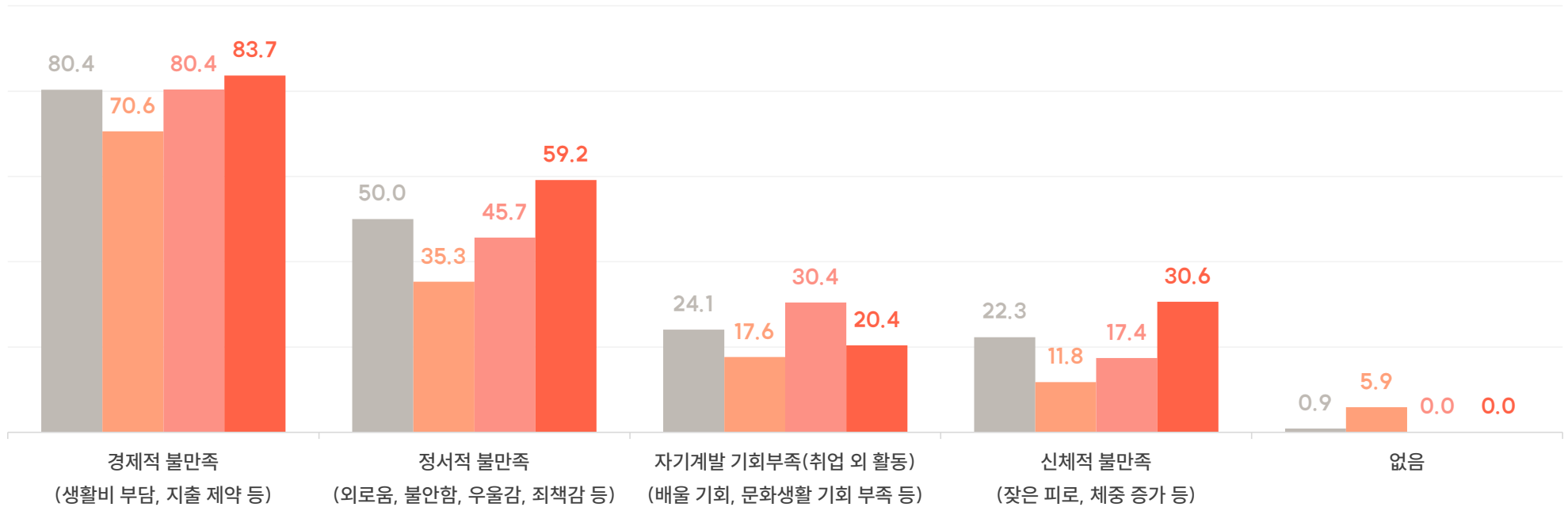
쉬웠음인 지금 행복하지만 가끔은.. 20대 중반은 기회의 부족, 30대는 정서적·신체적 불만족

- '행복하다'는 응답 뒤에, 여전히 10명 중 8명은 경제적 어려움을 느낌. 전 연령대 공통으로 경제적으로 불만족
- 연령대가 높아질수록 정서적, 신체적 불만족으로 인해 행복 속 부정적 상태를 경험하는 비율이 높아짐. 정서적 불만족은 19-24세 35.3%, 25-29세 45.7%, 30-34세 59.2% 순
- 쉬웠음 상태가 행복하지만 자기계발 기회부족으로 인해 가끔 부정적 상태를 경험한다는 비율은 19-24세 17.6%, 25-29세 30.4%, 30-34세 20.4% 순으로 20대 중반에서 가장 높음

현재 행복한 상태이지만 가끔 경험하는 부정적 상태가 있다면 무엇인가요?

(Base: 행복하다고 응답한 쉬웠음 청년, 복수응답, n=112, Unit: %)

■ 전체 ■ 19-24세 (n=17) ■ 25-29세 (n=46) ■ 30-34세 (n=49)



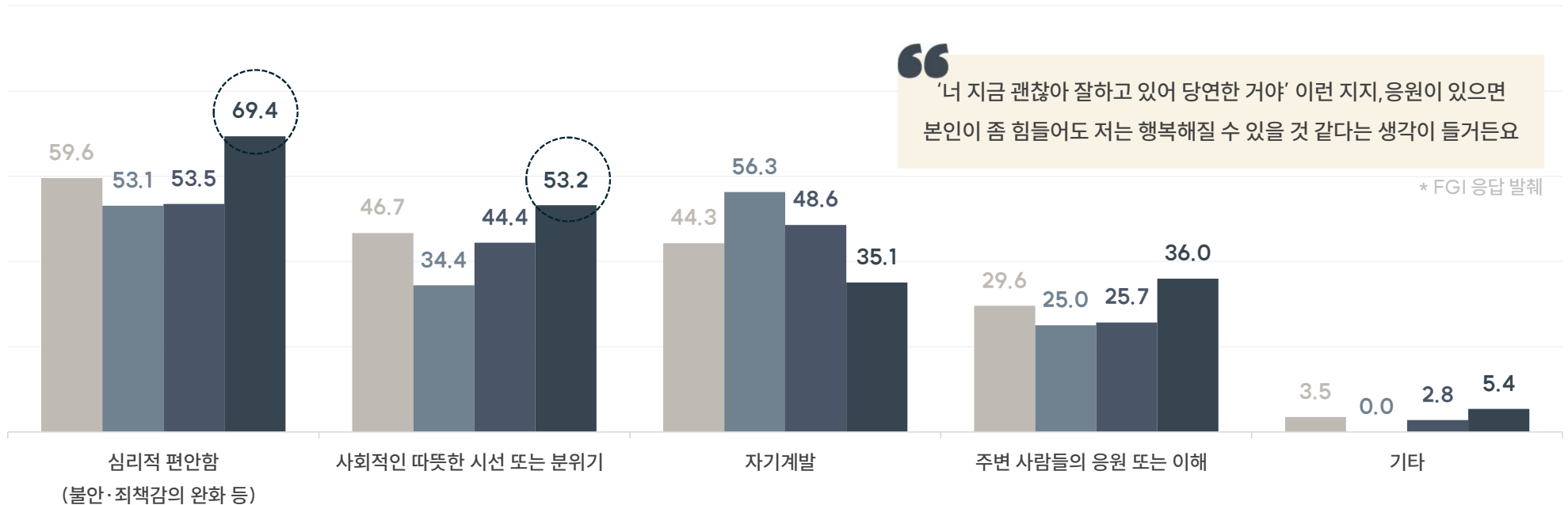
시간이 지날수록 '나를 바꾸는 노력'보다 '나를 받아주는 환경'이 필요하다 생각

- 연령대가 높아질수록 쉬었음 상태가 행복해지기 위한 조건 중 자기계발에 대한 필요가 낮아짐. 19-24세 56.3%, 25-29세 48.6%, 30-34세 35.1% 순임.
- 반면, 나의 행복을 위해 사회의 따뜻한 시선 또는 분위기가 필요하다는 응답은 연령대가 높아질수록 증가함. 19-24세 34.4%, 25-29세 44.4%, 30-34세 53.2% 순임.
- 심리적 편안함이 필요하다는 응답은 전 연령대에서 높게 나타났고 특히 30-34세 연령대에서 69.4%로 높게 나옴.
- 연령대가 높아질수록 행복하기 위한 변화나 조건으로 자기계발로 나를 바꾸는 노력보다는 심리적, 사회분위기 등을 중요하게 생각함.

현재 행복하지 않은 '쉬었음' 상태에서 행복한 상태로 변화하기 위해, 어떤 조건이나 변화가 필요하다고 생각하시나요?

(Base: 행복하지 않다고 응답한 쉬었음 청년, 복수응답, n=287, Unit: %)

■ 전체 ■ 19-24세 (n=32) ■ 25-29세 (n=144) ■ 30-34세 (n=111)



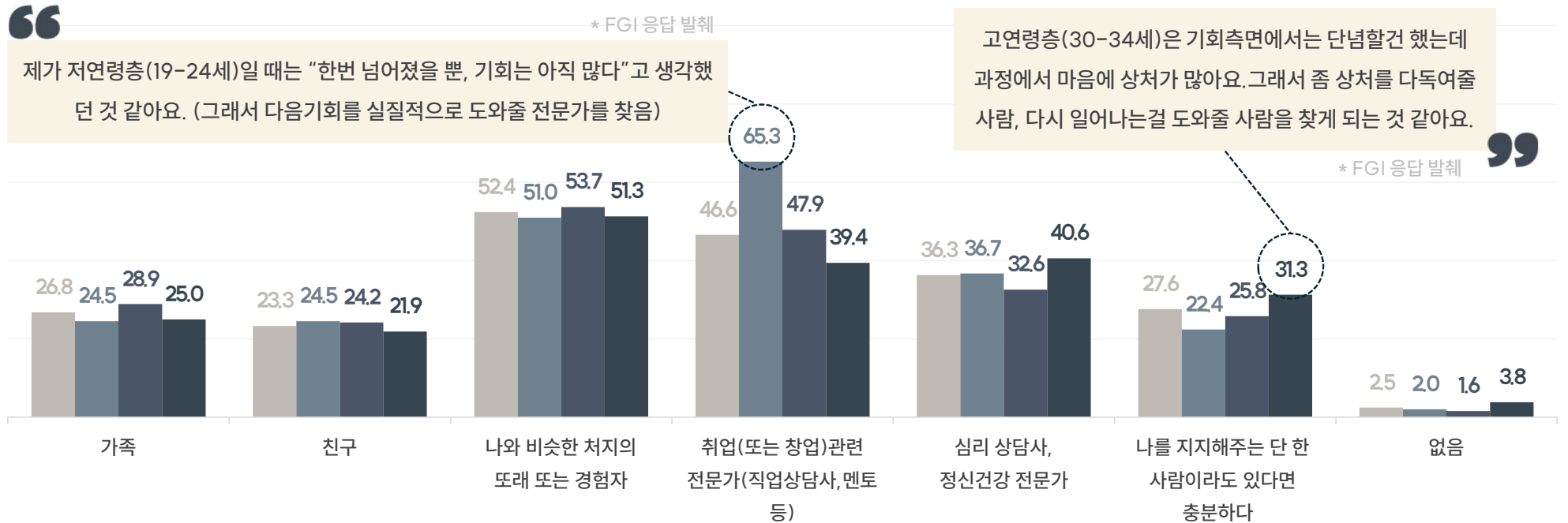
누가 내 곁에 있어야 할까? 나이 따라 달라지는 '도움'의 기준

- 일하는 상태로의 전환에 있어 나와 비슷한 처지의 또래 경험자가 도움이 된다고 응답한 비율이 전 연령대 평균 52.4%로 가장 높게 나타남
- 취업관련 전문가에 대한 선호는 연령대가 높아질수록 감소함. 19-24세 65.3%, 25-29세 47.9%, 30-34세 39.4% 순.
- 반면, '나를 지지해주는 단 한 사람'과 같은 정서적 도움에 대한 선호는 연령대가 높아질수록 증가함. 19-24세 22.4%, 25-29세 25.8%, 30-34세 31.3% 순.

아래 항목 중, 일하는 상태로의 전환에 도움이 될 수 있다고 생각하는 것을 모두 선택해주세요. (사람)

(Base: 행복하지 않다고 응답한 쉬었음 청년, 복수응답, n=287, Unit: %)

■ 전체 ■ 19-24세 (n=32) ■ 25-29세 (n=144) ■ 30-34세 (n=111)



'공백기간에 대한 시선'은 전 연령의 장벽... 나이 들수록 '두려움'과 '무의미'가 더해진다

- 전 연령층 공통으로 공백 기간에 대한 사회적 시선이 가장 큰 심리적 장벽이라고 응답함. 19-24세 38.8%, 25-29세 34.7%, 30-34세 26.2% 순.
- 연령대가 높아질수록 '다시 실패할지도 모른다'는 두려움이 다시 일하는데 가장 큰 심리적 장벽이라고 응답한 비율이 높아짐. 19-24세 12.2%, 25-29세 16.8%, 30-34세 24.4% 순.
- 또한, '일의 의미와 동기가 사라졌다'는 응답도 연령대가 높아질수록 증가함. 19-24세 6.1%, 25-29세 13.2%, 30-34세 15.0% 순.

현재 '쉬었음' 상태에서, 일하는 상태로 전환하는 데 있어 가장 큰 심리적 장벽은 무엇인가요?

(Base: 행복하지 않다고 응답한 쉬었음 청년, 복수응답, n=287, Unit: %)

■ 전체 ■ 19-24세 (n=32) ■ 25-29세 (n=144) ■ 30-34세 (n=111)

* FGI 응답 발췌

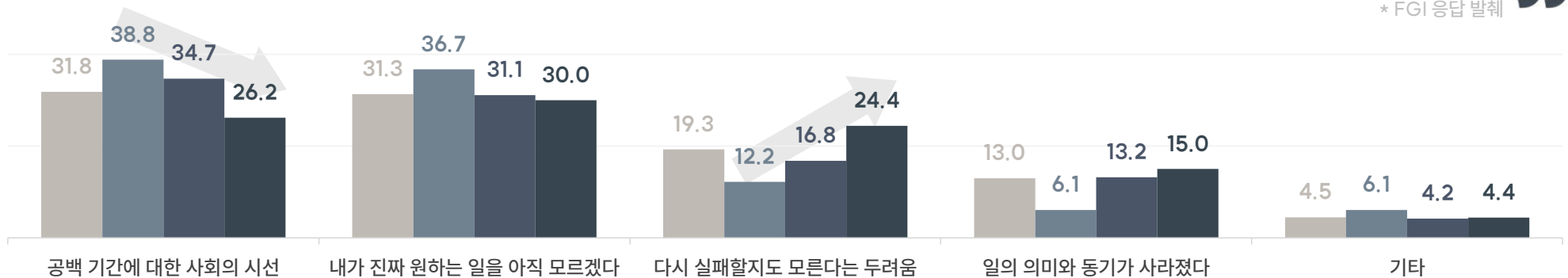
“

쉬었음 기간을 보냈다고 말하니 공무원분들이 저한테 '은둔하느라고 힘들었겠다' 이런 식으로 그냥 단정 지어서 말을 하더라고요. 저는 은둔을 한 적은 없거든요. 근데 그런 식으로 보시고 당연히 고립되어 있었을 거라고 생각을 하는 것 같아요.

면접을 한 세 번 정도 봤거든요. 근데 면접에서 '지금 왜 쉬고 계시나요?', '왜 그만두셨나요?' 이런 걸 얘기할 때, '지금 쉬고 있으면 안 되나' 그리고 '쉬는 기간이 길어지면 안 되나?' 싫어요. 이런 사회적 시선을 받을 때 좀 잘못하고 있는 거라는 생각이 가끔 들어요

* FGI 응답 발췌

”



사회적 제안

이번 조사는 단순히 숫자를 통해 쉬었음 청년의 현실을 단정 짓기 위한 것이 아닙니다.
응답 너머의 이야기를 통해 우리는 각기 다른 자리에서 무엇을 바라보고,
무엇을 바꿔야 할지 함께 고민하고자 했습니다.

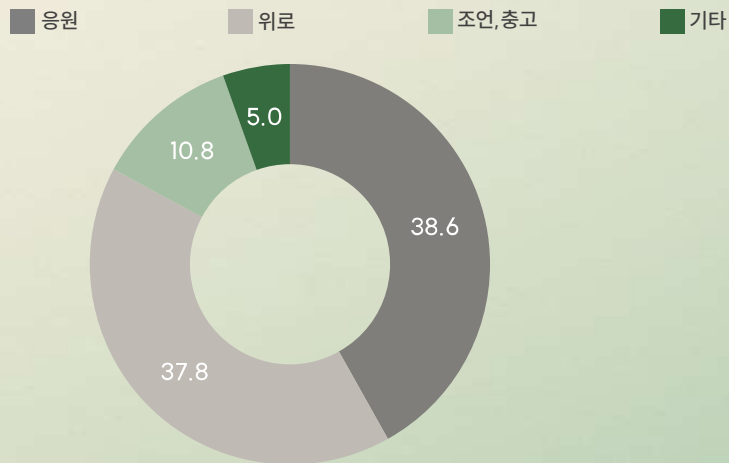
쉬었음 청년의 삶은 결코 한 가지 목소리로 설명될 수 없기에,
우리는 이 조사 결과를 사회 구성원 모두가 작게나마 실천할 수 있는 제안으로 마무리 하고자 합니다.



제안1. 따끔한 한 마디 보다, 따뜻한 한 마디

지금 당신에게 가장 필요한 한마디가 있다면? (주관식 응답을 유형별로 분류)

(Base: 전체, n=399, 주관식 응답 기준, Unit: %)



* FGI 응답 발췌

“

따끔한 충고를 스스로에게 하는 쉬었음 청년은 많은데 따뜻한 말을 자기 스스로에게 하는 쉬었음 청년은 거의 없기 때문에 자기 자신한테 못하는 말을 남에게서 듣고싶다. (참여자 A)

“

아무리 남이 따끔한 말을 해도 내 마음이 동해야 한다. 이미 따끔한 말은 스스로에게 많이 하니까 남이 해줄 필요는 없다. (참여자 B)

“

힘들고 지쳐서 따끔한 말을 들으면 나를 놓아 버릴 것 같아서. (참여자 C)

제안2. 이렇게 불러보면 어떨까요?

'쉬웠음 청년'이라는 **결과** 중심의 표현 보다

'**심포 청년**' 같이 **과정과 의도**를 담은 표현은 어떨까요?

제안3. 존중하는 마음

쉬고 있는 것도, 사회가 존중해야 할 청년이 살아가는 방식 중 하나입니다

쉬었음 청년은 놀고 있는 것이 아닙니다. 쉬고 있고 회복하는 중입니다.

사회가 여유를 가지고 각자의 자리에서 조금씩 '시선'을 바꾸려는 노력과 좋은 사회적 자본과의 연결을 꾸준히 시도하다보면 행복한 쉬었음을 보낸 청년들의 '건강한 의지'와 마주하는 순간이 오지 않을까요?

쉬었음 청년은 건강한 쉬었음 이후 더 나은 선택을 할 수 있는 가능성의 집합체입니다.

잠시 멈춰선 청년이든, 포기한 청년이든

쉬었음 청년의 오늘이 행복할 수 있도록

관심과 지원 그리고 따뜻한 시선을 선물했으면 좋겠습니다.



이 보고서는 <사단법인 오늘은>과 <열고닫기>가 함께 조사하고 발간합니다.

연구한 사람들 강국현, 민주희, 심다솜, 김은혜 (사단법인 오늘은)
원규희, 정은정 (열고닫기)

함께한 사람들 문송이

Contact us Tel: (02) 6958-1960
Email: oneul@oneul.or.kr
Web: <https://www.oneul.or.kr>