

# Deloitte Insights

June 2025



## 딜로이트 글로벌 2025 MZ세대 서베이

Deloitte Global

**Deloitte.**



## '돈-일의 의미-웰빙'의 균형점을 찾는 MZ세대

**김성진** 파트너

Human Capital 리더 |  
한국 딜로이트 그룹

딜로이트의 2025년 '글로벌 MZ세대 서베이'에 따르면, 이들은 단순히 승진이나 경제적 보상 등 '직업' 그 자체의 성공보다 **의미 있는 일, 균형 잡힌 삶, 그리고 지속적인 학습을 중시**하는 것으로 나타났습니다.

또한, 생성형AI가 업무 혁신에 큰 영향을 미치는 가운데, 공감, 호기심, 창의성 등 소프트 스킬의 중요성이 더욱 부각되고 있습니다. 이들은 경제적 안정과 정신 건강을 중시하며, 기업의 사회적 책임과 환경 지속 가능성에도 높은 관심을 보이고 있습니다.

이러한 경향은 기업이 MZ세대의 기대에 부응하기 위해서 AI 중심의 기술 혁신에 대응하면서 구성원을 위한 경제적 안정, 일의 의미 제공, 삶의 균형 지원이라는 '삼박자'를 고루 갖춘 일자리를 창출해야 하는 결코 쉽지 않은 주제에 적극적인 대응이 필요함을 시사합니다.

# 조사개요

## 조사대상

- ✓ 전 세계 44개국 (한국 516명 포함)  
총 23,482명 조사 참여
- Z세대: 14,751명 (1995년~2004년생)
- 밀레니얼 세대: 8,731명 (1983년~1994년생)

## 설문조사

- ✓ 2024년 10월 25일 ~ 2024년 12월 24일

## 심층 인터뷰

- ✓ 2024년 12월 19일 ~ 2025년 1월 10일

한국 vs. 글로벌

Z세대 vs. 밀레니얼

## 핵심 주제

가장 우려하는 사안

직장 생활 추구가치

기후 변화 인식

불안감 및 스트레스 요소

생성형AI에 대한 인식과 사용 현황



상세한 내용은 리포트 전문에서 확인하세요!



# MZ세대의 행복을 위한 세 가지 요건



돈

재정적인 불안정성이 지속되면  
전반적인 웰빙이 저하



일의 의미

목적의식이 업무 만족도와 웰빙에  
매우 강한 영향을 미치는 것으로 조사됨



웰빙

좋은 웰빙 상태는  
직장에서의 목적의식을  
뒷받침하는 중요한 요인

## 세대별 최대 이슈 사안

# 생활비

지역·세대별 공통적으로 생활비를 가장 우려하는 가운데, 한국 MZ세대의 재정 상황 및 전망도 글로벌 평균보다 부정적



매달 월급으로  
바듯하게 생활한다

	Z세대	밀레니얼
한국	57%	51%
글로벌	52%	52%

은퇴 후 안정된 삶을  
누릴 수 있을지 걱정된다

	Z세대	밀레니얼
한국	62%	62%
글로벌	41%	44%

직장생활 추구 가치

# 목적의식

직업 목적의식의 중요도와 만족도는 한국 MZ세대가 글로벌 MZ세대보다 높게 나타났지만, 이직 및 고용주 거부 비율은 상대적으로 낮음 (직업 안정성 추구)



Z세대

밀레니얼

개인 윤리 및 신념에 따른 고용주 거부 비율

한국

25%

20%

글로벌

41%

40%

Z세대

밀레니얼

목적의식 부재로 인한 직장 이탈 비율

한국

31%

29%

글로벌

44%

45%

정신건강

# 불안감 및 스트레스

직무 스트레스는 전세계 MZ세대의 정신건강에 크게 영향을 미치고 있으며, 한국에서는 보상 및 평가체계가 가장 큰 스트레스 요인이 되고 있는 것으로 나타남



## 직무 스트레스의 주요 원인



	Z세대	밀레니얼
적절한 보상과 인정 부재	57%	30%
충분치 않은 업무 기한	55%	20%
업무 수행방법 및 장소통제권 부재	54%	32%
직원 정신 건강에 대한 고용주의 관심 만족도	49%	44%

# 기후변화 인식

## 지속가능제품 구매 의향

국내 및 글로벌 MZ세대 모두 기후 변화 위기 인식은 약 60% 수준으로 작년과 비슷했으며, 잠재 고용주 선택 시 기업의 환경 영향 정책을 고려한다는 응답은 한국의 MZ세대가 글로벌 평균보다 비교적 낮은 것으로 나타남



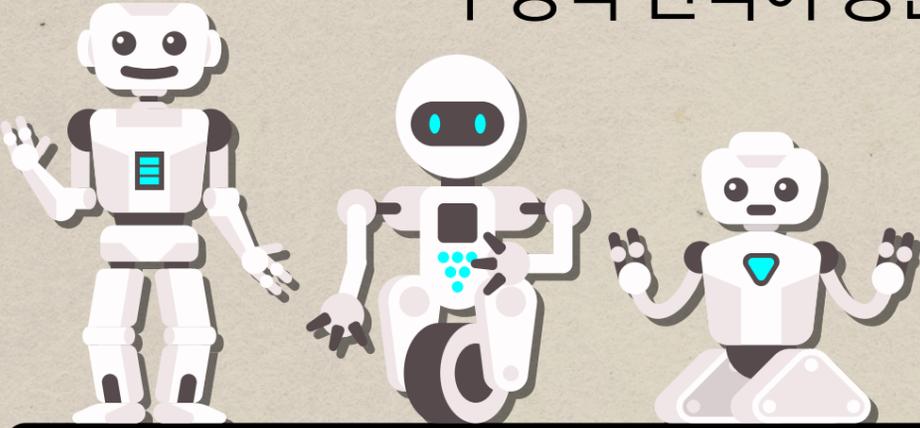
지속가능 제품 구매의향	Z세대		밀레니얼	
	한국	61%	60%	
	글로벌	65%	63%	

잠재 고용주 선택 시 환경 영향 정책 고려 여부	Z세대		밀레니얼	
	한국	56%	52%	
	글로벌	70%	70%	

# 생성형AI 시대 대비 수준

## 생성형AI에 대한 인식과 활용 현황

한국 밀레니얼의 생성형AI를 활용한 데이터 분석 사례가 두드러졌으며, 생성형AI에 대한 긍정적 인식과 부정적 인식이 공존하는 것으로 나타남



Z세대      밀레니얼

### 생성형AI 활용 목적 TOP3



활용 목적	Z세대	밀레니얼
콘텐츠 제작	38%	26%
데이터 분석	36%	50%
프로젝트 관리	27%	29%

### 생성형AI에 대한 인식 양극화

시간여유/워라벨 개선	81%	84%
직장 내 생산성 향상	84%	81%
일자리 상실 우려	68%	61%
자동화 불가능 직업 선호	65%	66%

# 주요 시사점

본 조사로 도출한 현 세대의 주요 이슈와 일에 대한 가치 인식, 정신 건강, 환경 감수성, 기술 수용성 등을 종합적으로 고려해 조직은 복지 정책과 근무 방식, 일의 의미를 재설계하는 노력 필요

## 01 성장을 중시하는 커리어 지향

리더십보다는 지속적인 역량 개발과 학습 기회 선호

## 02 '돈-일의 의미-웰빙'의 균형 추구

경제적 보상뿐 아니라 일의 목적의식과 삶의 질 모두 중시

## 03 생성형AI와 소프트 스킬의 병행 강화

기술 역량과 더불어 공감력, 소통 등 인간 중심 역량의 중요성 부각

## 04 직장 내 정신 건강에 대한 높은 민감도

스트레스와 번아웃 문제가 지속되며, 고용주의 실질적인 지원 시스템 개선 요구

## 05 지속가능성과 기업의 사회적 책임 기대

환경과 사회적 가치에 적극 대응하는 기업에 대한 신뢰와 선호도 高

# 고등 교육에 대한 가치 인식

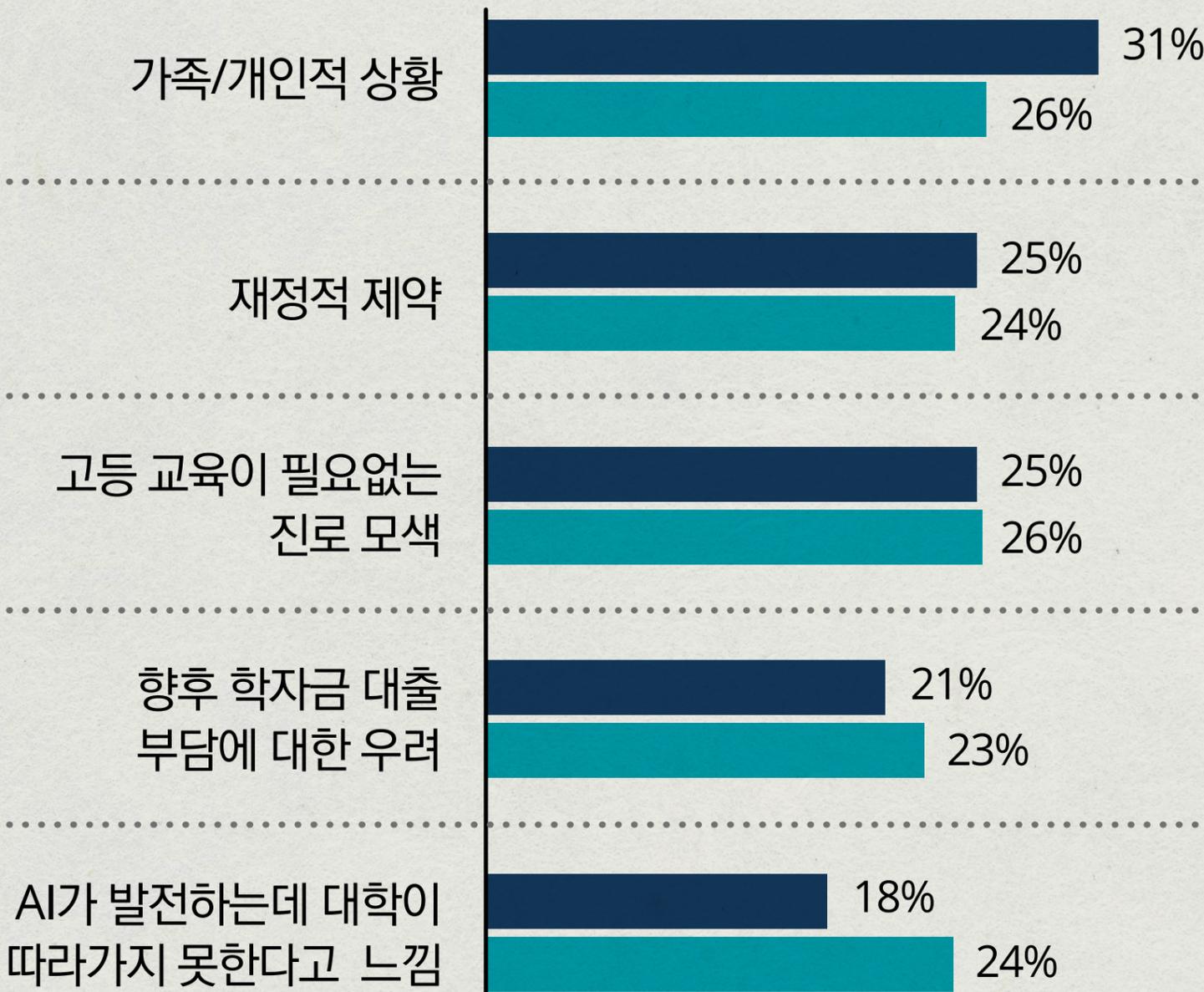
## 대학 진학은 불필요한 거 같아



한국의 Z세대와 밀레니얼 중 34%가 고등 교육을 받지 않기로 결정했다고 응답한 반면, 전 세계 Z세대와 밀레니얼의 경우 각각 31%와 32%가 같은 선택을 한 것으로 나타났다.

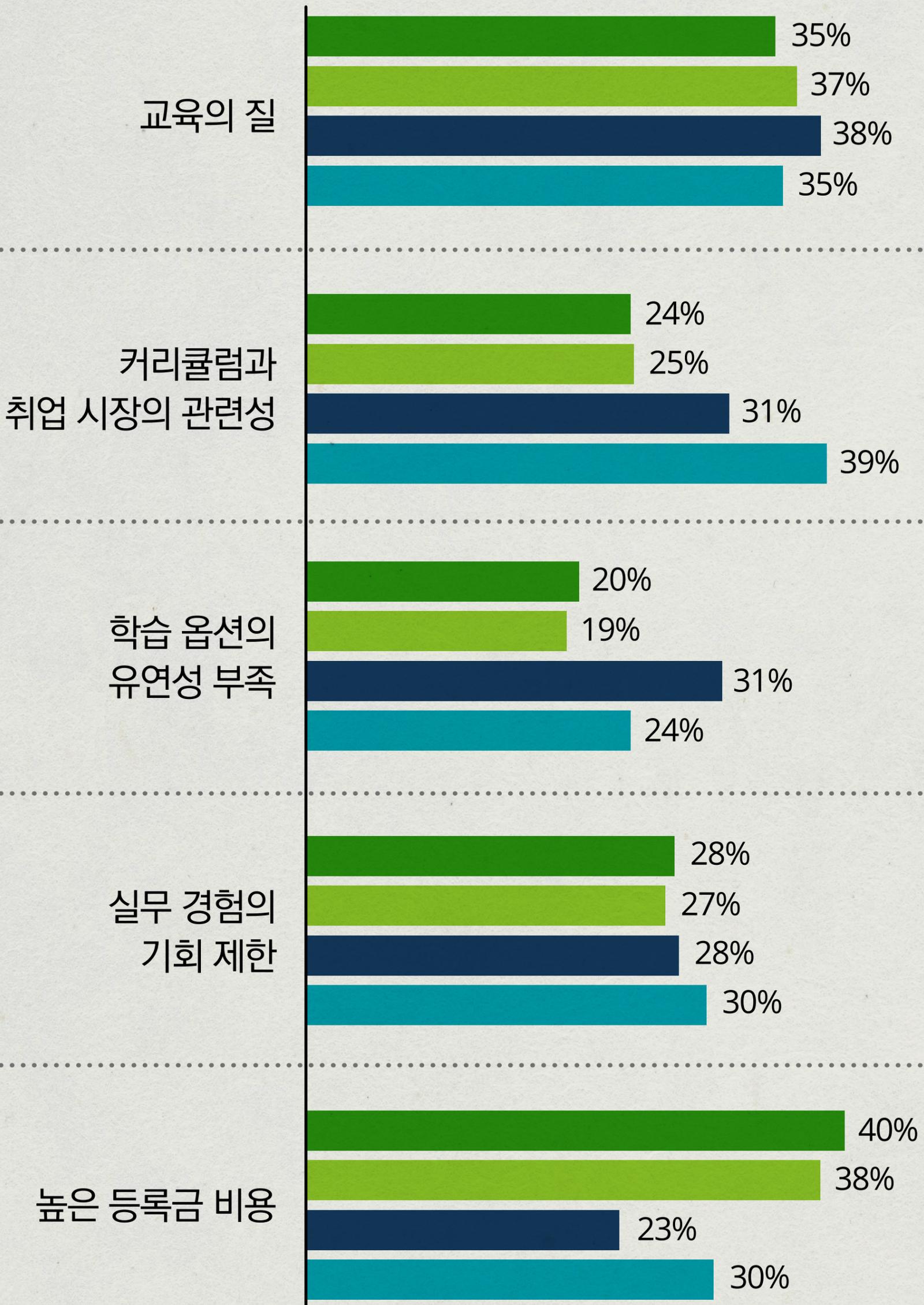
## 고등 교육을 받지 않기로 결정한 이유(한국)

■ 한국 Z세대 ■ 한국 밀레니얼



## 고등 교육 시스템에 대한 우려사항

■ 글로벌 Z세대   
 ■ 글로벌 밀레니얼   
 ■ 한국 Z세대   
 ■ 한국 밀레니얼



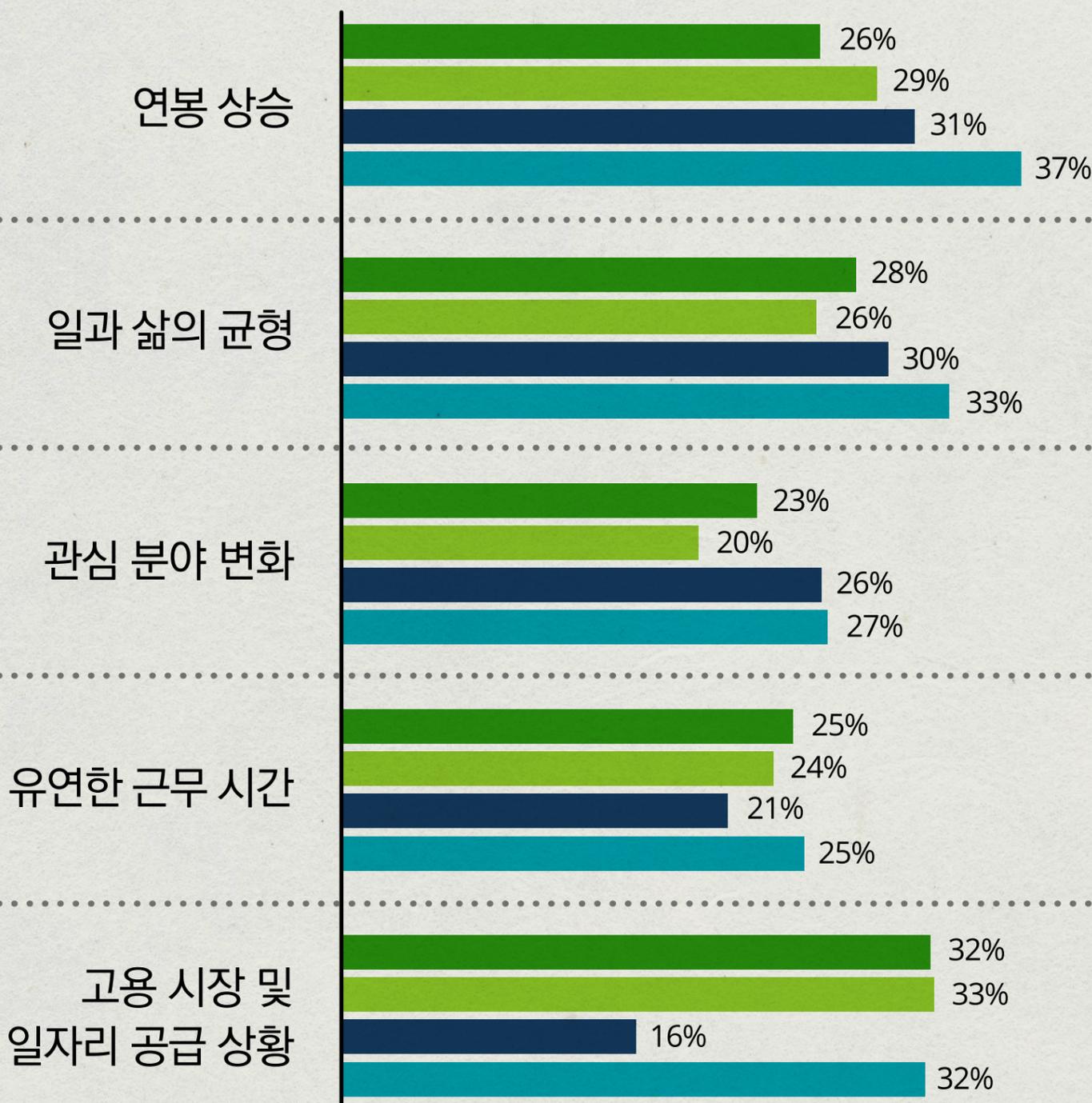
# 커리어 목표 및 퇴사 이유



한국의 Z세대 중 31%, 밀레니얼 중 38%는 더 이상 처음 의도했던 산업이나 커리어 경로에서 일하고 있지 않은 것으로 나타났다.

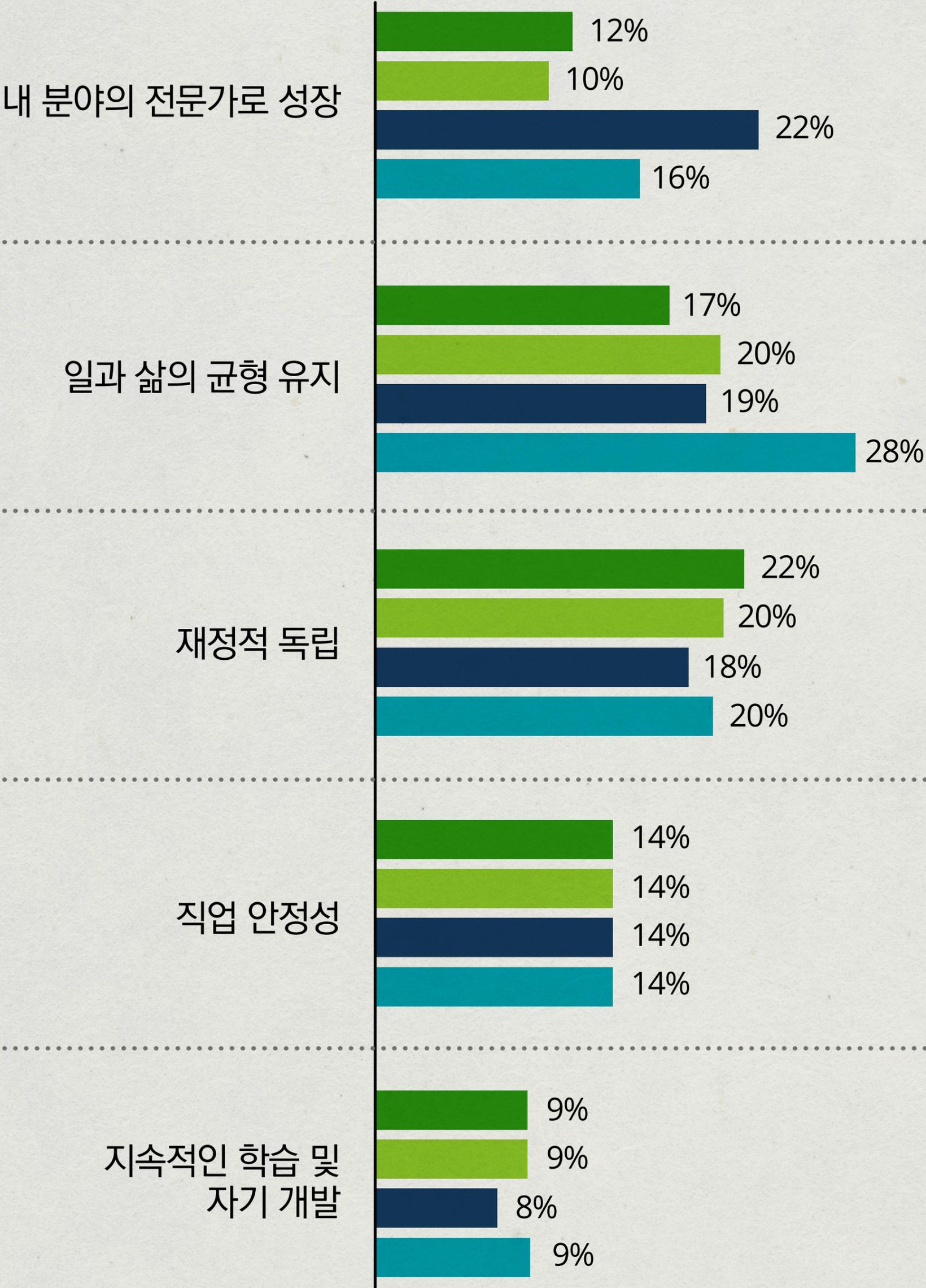
## 업종/분야/경력 경로를 변경하는 주요 이유

■ 글로벌 Z세대  
 ■ 글로벌 밀레니얼  
 ■ 한국 Z세대  
 ■ 한국 밀레니얼



# 주요 커리어 목표

■ 글로벌 Z세대 ■ 글로벌 밀레니얼 ■ 한국 Z세대 ■ 한국 밀레니얼



# 한국 딜로이트 그룹 전문가

## Human Capital 전문가

Deloitte Consulting Human Capital은 전세계 No.1 인사컨설팅 전문 Firm으로 조직과 인사 Value Chain 전 영역에 대한 경험 및 노하우를 바탕으로 다양한 산업, 다양한 범위의 프로젝트를 통해 고객에게 차별화된 가치를 전달하고 있습니다. 또한, 한국 고객의 최적화 된 근태솔루션 TalentWise를 통해 HR 솔루션 분야의 혁신을 주도하고 있습니다.



**최기원** 본부장/파트너  
딜로이트컨설팅 HC  
☎ 02 6676 3848  
@ gichoi@deloitte.com



**곽규종** 파트너  
딜로이트컨설팅 HC  
☎ 02 6676 3425  
@ kkwak@deloitte.com



**김성진** 파트너  
딜로이트컨설팅 HC  
☎ 02 6676 3791  
@ sungjkim@deloitte.com



**김시준** 파트너  
딜로이트컨설팅 HC  
☎ 02 6138 5320  
@ shijkim@deloitte.com



**김도원** 전무  
딜로이트컨설팅 HC  
☎ 02 6676 3877  
@ dowokim@deloitte.com



**박주호** 상무  
딜로이트컨설팅 HC  
☎ 02 6676 3857  
@ joohopark@deloitte.com



**박지용** 상무  
딜로이트컨설팅 HC  
☎ 02 6676 3094  
@ jiyonpark@deloitte.com



**최원정** 상무  
딜로이트컨설팅 HC  
☎ 02 6676 3227  
@ wonjechoi@deloitte.com



**황공주** 상무  
딜로이트컨설팅 HC  
☎ 02 6676 3672  
@ gohwang@deloitte.com



앱스토어, 구글플레이/카카오톡에서 '딜로이트 인사이트'를 검색해보세요.  
더욱 다양한 소식을 만나보실 수 있습니다.

# Deloitte. Insights

성장전략부문 대표  
손재호 **Partner**  
jaehoson@deloitte.com

딜로이트 인사이트 편집장  
박경은 **Director**  
kyungepark@deloitte.com

**Contact us**  
krinsightsend@deloitte.com

연구원  
신인식 **Manager**  
insshin@deloitte.com

연구원  
권은진 **Senior Consultant**  
eukwan@deloitte.com

디자이너  
박근령 **Senior Consultant**  
keunrpark@deloitte.com

Deloitte refers to one or more of Deloitte Touche Tohmatsu Limited (“DTTL”), its global network of member firms, and their related entities (collectively, the “Deloitte organization”). DTTL (also referred to as “Deloitte Global”) and each of its member firms and related entities are legally separate and independent entities, which cannot obligate or bind each other in respect of third parties. DTTL and each DTTL member firm and related entity is liable only for its own acts and omissions, and not those of each other. DTTL does not provide services to clients. Please see [www.deloitte.com/about](http://www.deloitte.com/about) to learn more.

Deloitte Asia Pacific Limited is a company limited by guarantee and a member firm of DTTL. Members of Deloitte Asia Pacific Limited and their related entities, each of which are separate and independent legal entities, provide services from more than 100 cities across the region, including Auckland, Bangkok, Beijing, Hanoi, Hong Kong, Jakarta, Kuala Lumpur, Manila, Melbourne, Osaka, Seoul, Shanghai, Singapore, Sydney, Taipei and Tokyo.

This communication contains general information only, and none of Deloitte Touche Tohmatsu Limited (“DTTL”), its global network of member firms or their related entities (collectively, the “Deloitte organization”) is, by means of this communication, rendering professional advice or services. Before making any decision or taking any action that may affect your finances or your business, you should consult a qualified professional adviser.

No representations, warranties or undertakings (express or implied) are given as to the accuracy or completeness of the information in this communication, and none of DTTL, its member firms, related entities, employees or agents shall be liable or responsible for any loss or damage whatsoever arising directly or indirectly in connection with any person relying on this communication. DTTL and each of its member firms, and their related entities, are legally separate and independent entities.

본 보고서는 저작권법에 따라 보호받는 저작물로서 저작권은 딜로이트 안진회계법인(“저작권자”)에 있습니다. 본 보고서의 내용은 비영리 목적으로만 이용이 가능하고, 내용의 전부 또는 일부에 대한 상업적 활용 기타 영리목적 이용시 저작권자의 사전 허락이 필요합니다. 또한 본 보고서의 이용시, 출처를 저작권자로 명시해야 하고 저작권자의 사전 허락없이 그 내용을 변경할 수 없습니다.