

실직상태 지속여부에 따른 정신건강 변화: 종단적 연구[†]

탁진국[‡]

광운대학교 산업심리학과

본 연구의 목적은 실직 후 실직자들의 정신건강이 시간이 지남에 따라 어떻게 변화하는지를 알아 보는데 있다. 실직한 지 2개월 미만인 30세 이상의 중, 장년층 실직자를 대상으로 6개월 간격으로 세 번의 설문조사를 통해 자료를 얻어 분석하였다. 1차 조사에서는 1,530명이 응답하였고, 6개월 후에 실시한 2차 조사에서는 706명이 응답하였으며, 이 가운데 443명이 재취업에 성공하였다. 마지막으로 6개월이 지난 후 3차 조사를 실시하였으며 최종 483명이 응답하였다. 3번의 조사 결과를 토대로 조사대상자들을 4가지 집단으로 구분하였다. 집단 1은 실직-재취업-재취업 지속 집단이고, 집단 2는 실직-재취업-실직집단, 집단 3은 실직-실직-재취업 집단이며, 집단 4는 실직-실직-실직집단이었다. 이러한 네 집단들의 정신건강이 어떻게 변화하는지를 알아보기 위하여 이들의 일반적 정신건강, 불안, 우울, 그리고 신체화를 측정하였다. 분석 결과 실직으로 인해 정신건강이 나빠지나 재취업 성공으로 인해 정신건강이 좋아지는 경향이 있으며, 다시 실직했을 경우 첫 번째 실직 시와 비교해 정신건강이 크게 나빠지지는 않는 것으로 나타났다. 또한 실직자들의 정신건강은 지속적으로 나빠지지 않는 것으로 나타났다. 마지막으로 연구의 제한점과 미래 연구에 대해 논의하였다.

주요어: 실직, 정신건강 변화, 종단적 연구, 우울, 불안, 신체화

[†] 이 논문은 2010년도 광운대학교 교내학술연구비 지원에 의해 연구되었음

[‡] 교신저자(Corresponding author) : 탁진국, (139-701) 서울시 노원구 광운길 26 광운대학교 산업심리학과,
Tel: 02-940-5424, E-mail: tak@kw.ac.kr

1990년대 말 외환위기 이후 국내기업들이 대량 해고 사태를 처음으로 경험하게 되면서 평생직장이란 의미가 퇴색하게 되었고 많은 실직자들이 생겨나게 되었다. 2000년대 들어서면서 경제 상황이 조금씩 회복되기는 하였으나 최근 들어서도 실직자들의 수는 줄어들지 않고 있는 실정이다.

특히 청년 실업도 문제이지만 중장년층의 실직은 가정에 큰 위기를 가져올 수 있다는 점에서 더욱 심각한 사회 문제로 볼 수 있을 것이다. 가장의 자살, 가족동반자살, 가출, 별거나 이혼, 자녀의 양육포기 등의 가족해체 등이 이러한 예로서 사회구성의 최소단위인 가족이 흔들리게 되고 이로 인해 사회 전체가 안정화되지 못하는 문제를 가져올 수 있다.

실직이 당사자들의 정신건강에 미치는 부정적 영향에 관한 종단적 연구가 많이 진행되어 왔음에도 불구하고(예, Paul & Moser, 2009) 실직상태의 유지 또는 변화에 따라 정신건강이 어떻게 변화하는지에 관해 여러 차례 측정된 연구는 거의 없는 실정이다. 따라서 실직이 정신건강에 부정적 영향을 미친다는 가설은 많은 연구를 통해 입증되었으나 실직상태 유지, 실직에서 재취업으로의 변화 또는 다시 실직으로의 변화 등에 따라 정신건강 수준이 지속적으로 유지되는지 또는 계속 변화하는지에 관해서는 파악하기 어려운 실정이다.

본 연구에서는 과거 연구들의 이러한 제한점을 극복하기 위해서 성인 실직자들을 대상으로 이들의 정신건강 수준을 세 차례에 걸쳐 측정하여 지속적으로 실직상태인 집단, 지속적으로 실직 상태에 있다가 마지막에 재취업에 성공한 집단, 재취업에 성공한 후 이러한 상태가 지속된 집단, 그리고 재취업에 성공했다 다시 실직한 집단 등 다양

한 집단으로 구분한 후 각 집단별로 정신건강 수준이 어떻게 변화하는지를 살펴봄으로써 실직과 정신건강과의 관계를 좀 더 복합적으로 살펴보고자 한다.

실직이 정신건강에 미치는 영향

실직은 스트레스를 유발하게 되며 신체적 정신적 건강에 부정적인 영향을 미친다 (Pearlin, 1989). 실직으로 인해 불안과 긴장이 증가한다는 것은 이미 많은 경험적 연구에 의해 밝혀진 바 있다 (DeFrank & Ivancevich, 1986). Kasl와 Cobb(1982)은 일찍이 실직 후 재취업에 실패한 사람들이 재취업에 성공한 사람들보다 불안이나 긴장수준이 상대적으로 더 높음을 보고하였다. 정신건강뿐 아니라 신체건강에서도 실직자들은 비실직자에 비해 기관지염, 심근경색, 그리고 폐질환 등의 질병 발병률이 높게 나타났다(Cook, Cummings, Bartley, & Shoper, 1982). O'Brien과 Kabanoff (1979)의 연구에서도 실직자들에게서 신체적 이상증상들(예, 기관지염, 알레르기, 코와 목에서의 질병)이 더 많이 나타났다.

실직이 정신건강에 미치는 영향에 관한 연구들이 늘어남에 따라 최근에는 이와 관련된 연구 결과들을 모아서 메타분석을 실시한 연구들이 증가하고 있다. Murphy와 Athanasou (1999)가 16개의 종단적 연구 결과를 메타분석하여 보고한 연구에 따르면 실직하는 경우 정신건강이 나빠졌으며, 직장을 얻은 경우 정신건강이 좋아지는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 토대로 이들은 실직이 정신건강에 부정적 영향을 미치는 것으로 결론을 내릴바 있다.

최근의 메타연구에서 McKee-Ryan, Song, Wanberg와 Kinicki (2005)는 실직이 정신 및 신체건강에 미치는 영향에 관한 연구들을 세 유형으로 구분하여 결과를 제시하였다. 첫째는 52개의 횡단적 연구결과를 중심으로 실업자와 재직자들 간의 건강을 비교한 것으로서 실업자들이 재직자들에 비해 정신건강, 생애만족, 가정만족, 그리고 주관적인 신체건강에서 모두 유의미하게 낮은 것으로 나타났다. 두 번째 유형은 실직자 상태였다가 재취업에 성공한 사람들을 대상으로 한 종단적 연구로서 모두 15개의 연구 결과를 분석한 결과, 재취업에 성공한 경우 정신건강, 생애만족, 그리고 주관적 신체 건강 모두 유의미하게 향상되는 것으로 나타났다. 마지막 유형은 취업상태에서 실직한 사람들을 대상으로 한 종단적 연구로서 모두 8개의 연구결과들을 종합한 결과 정신건강이 유의미하게 낮아지는 것으로 나타났다.

Paul과 Moser (2009)는 최근의 메타연구에서 실직과 정신건강 사이의 인과관계를 밝히기 위해 86개의 종단적 연구들을 다양한 집단으로 구분하여 분석하였다. 이들은 먼저 성인들을 대상으로 취업상태에서 실직한 집단, 실직상태에서 취업에 성공한 집단, 계속 실직중인 집단, 계속 취업중인 집단으로 구분하고 청년층을 대상으로 학교를 졸업한 후 직장을 구하지 못한 집단, 졸업 후 취업에 성공한 집단, 계속 학교에 있는 집단 등 모두 7개 집단으로 구분하고 이들의 정신건강 변화를 분석하였다. 분석결과 취업상태에서 실직으로 변화된 경우 정신건강이 유의하게 나빠졌고, 반대로 실직상태에서 취업에 성공한 경우 정신건강이 유의하게 좋아지는 것으로 나타났다. 졸업 후 취업에 성공한 집단은 정신건강이 유의하게 좋아졌으

나 취업하지 못한 집단의 경우 정신건강이 나빠졌으나 유의하지는 않았다.

한편 계속 취업상태에 있는 성인집단과 계속 학교에 학생으로 있는 청년집단의 경우 정신건강이 향상되는 것으로 나타났다. 또한 계속 실직상태에 있는 성인 집단의 경우에도 정신건강이 오히려 좀 더 향상되는 것으로 나타났다.

한편 실직과 정신건강과의 관계를 종단적으로 살펴본 국내 연구는 매우 드문 실정이다. 또한 이 두 변인간의 관계를 살펴본 대부분의 국외 종단 연구에서도 정신건강 수준을 두 번만 측정하였기 때문에 정신건강이 실직상태의 지속과 재취업 성공 여부의 지속에 따라 어떻게 변화하는지를 살펴본 연구는 거의 없는 실정이다.

정신건강 수준을 3번 측정한 연구로는 장재운, 장은영, 김범성, 노연희, 이지영, 한지현 (2004)이 대학 4학년생들을 대상으로 1차 조사를 실시하고 졸업 후 6개월 간격으로 2차와 3차 조사를 실시한 경우가 있다. 이들은 대학생들의 취업 및 미취업 상태에 따라 전체 학생들을 세 집단으로 구분한 후 집단에 따라 정신건강이 어떻게 변화하는지를 측정하였다. 첫 집단은 2차와 3차 조사 시점에서 모두 미취업인 집단이었고 두 번째 집단은 2차 조사에서 미취업이나 3차 조사에서 취업인 집단, 그리고 세 번째 집단은 2차와 3차에서 모두 취업상태인 집단이었다. 분석 결과에 따르면 첫 번째 졸업 후 계속 미취업집단인 경우 1차와 2차 시점에서는 차이가 없었으나 3차 시점에서 점수가 더 높아졌으며, 이는 정신건강이 나빠짐을 의미하는 것이다. 두 번째 집단인 미취업-취업집단에서는 2차 조사에서 정신건강 점수가 낮아지고 3차 시점에서는 2차 때 보다 낮아져서 취업으로

인해 정신건강이 좀 더 좋아진 것으로 나타났다. 세 번째 집단인 취업-취업 집단에서는 1차에 비해 2차 조사 때 점수가 낮아졌으나 3차 시점에서는 점수가 다시 높아져, 정신건강이 좀 더 나빠진 것으로 나타났다.

이들의 논문은 조사대상자들의 정신건강 수준을 3번 측정하였다는 점에서 의의가 있으나 대상이 성인이 아닌 대학생이었으며 최초의 조사시점이 졸업 후가 아니라 대학 재학생이었기 때문에 실제적으로 실직상태를 측정한 빈도는 기존의 다른 연구들과 같이 두 번에 불과하다고 볼 수 있다.

본 연구에서는 실직자들을 대상으로 이들의 정신건강 수준을 종단적으로 3회 측정하여 이들의 정신건강 수준이 어떻게 변화하는 지를 보고자 한다. 또한 3회 측정하는 가운데 실직상태에 따라 여러 가지 다른 조합이 가능하게 되며 이러한 조합에 따라 정신건강 수준이 어떻게 변화하는지도 알아보려고 한다.

방 법

참여자 및 절차

본 연구는 실직한 지 2개월 미만인 30세 이상의 중, 장년층 실직자를 대상으로 6개월 간격으로 세 번의 설문조사를 통해 자료를 얻었다. 첫 번째 설문은 조사전문기관을 통해 이 기관에 패널로 있는 사람들 가운데 30세가 넘는 대상자들에게 이메일을 보내서 연구의 목적을 설명하고 실직한 지 2개월 이내인 사람들에게 한 해서 온라인 설문에 답하도록 하였다. 최종 1,530명이 응답하였고, 남성이 약 75%, 평균연령은 약 35세, 대졸이 약

72%, 그리고 기혼이 약 58%였다. 응답자에 대해서는 5,000원 상품권을 송부하였다.

두 번째 온라인 설문은 첫 번째 설문 실시 후 6개월이 지나서 첫 번째 설문을 한 동일 대상자에게 실시하였다. 1,530명에게 이메일을 보내 온라인 설문을 부탁한 결과 15%만이 설문에 응답하였으며 연구보조원인 대학원생들을 통해 일일이 전화를 걸어 부탁한 결과 최종 706명이 응답하였다. 이 가운데 443명은 직장을 다시 잡았고 263명은 직장을 잡지 못한 상태였다. 응답자들에게는 5,000원의 상품권을 이메일로 송부하였다.

마지막 설문은 두 번째 설문 실시 6개월이 지난 후 두 번째 응답자와 동일한 사람들에게 실시하였다. 706명의 조사대상자에게 이메일을 보내 온라인 설문에 응답해줄 것을 부탁하였으며, 최종 483명이 응답하였다. 이들에게도 다시 5,000원의 상품권을 이메일로 보내주었다. 본 연구는 모든 조사에 응답한 483명의 자료를 토대로 분석하였다. 한 문항이라도 응답하지 않을 경우 다음 페이지로 넘어가지 않는 온라인 조사 특성 상 1,2,3차 모든 문항에서 무응답은 한 명도 없었다.

이들의 인구통계적 변인을 살펴보면 남성이 376명(77.8%), 여성은 107명(22.2%)이었고, 평균연령은 34.95세(SD = 6.01)이었고, 학력은 고졸이 75명(15.5%), 대졸이 358명(74.1%), 대학원졸이 50명(10.4%)이었으며 결혼여부에 있어서는 기혼이 288명(59.6%), 미혼이 188명(38.9%)이었다.

측정도구

일반 정신건강. 일반정신건강을 측정하기 위하여 Goldberg(1972)가 개발한 GHQ(General

Health Questionnaire) 척도를 한국판으로 제작한 신선인(2001)의 30개 문항 가운데 장재운 등(2004)이 사용한 12개 문항을 사용하였다. 이 12문항은 우울, 불안 요인 6개 문항과 사회부적응 요인 6개 문항으로 구성되어 있으며, 문항의 예로는 “부지런히 생활하며 일에 전념할 수 있다” 등이 있다. 본 연구에서는 리커트 5점 척도(1점: 전혀 그렇지 않다, 5점: 매우 그렇다)를 사용하여 측정하였으며 척도의 점수가 높을수록 정신건강이 좋음을 의미하도록 점수화되었다. 본 연구의 1차, 2차, 3차 조사에서 얻은 12개 문항의 신뢰도 계수(Cronbach alpha)는 .72, .77, .68이었다.

불안. 불안을 측정하기 위하여 Spielberg, Gorsuch와 Lushene(1970)의 불안 척도를 한덕웅, 진경구, 탁진국, 이창호, 이건호(1993)가 번안하여 사용한 20개 문항 가운데 요인계수가 높은 5문항을 선택하여 사용하였다. 문항의 예로는 “초조하다”, “불안하다” 등이 있다. 본 연구의 3차례 조사에서 얻은 5개 문항의 신뢰도 계수인 Cronbach alpha는 .93, .93, .94였다. 점수가 높을수록 불안수준이 높음을 의미하도록 점수화되었다.

우울. 우울은 Radloff(1977)가 개발한 우울 척도를 한덕웅 등(1993)이 번안하여 사용한 문항 가운데 요인계수가 높은 5개 문항을 사용하여 측정하였다. 문항의 예로는 “외로움을 느낀다”, “슬픔을 느낀다” 등이 있다. 본 연구의 3차례 조사에서 계산된 5개 문항의 신뢰도 계수인 Cronbach alpha는 .91, .94, .94였다. 본 연구에서 점수가 높을수록 우울 수준이 높음을 의미하도록 점수화되었다.

신체화. 신체화는 한덕웅 등(1993)이 개발한 18개 문항 가운데 네 가지 하위 요인별로 요인계수가 높은 2개 문항씩 총 8개 문항을 사용하여 측정하였다. 네 가지 하위 요인은 소화장애, 심혈관계장애, 통증, 그리고 불면증으로 구성되어 있다. 각 하위 요인의 문항의 예로는 “속이 쓰리고 아프다”, “숨이 가쁘고 답답하다”, “뒹굴이 당기고 아프다”, “잠을 자기가 힘들다” 등이 있다. 본 연구의 1차, 2차, 3차 조사에서 얻은 8개 문항의 신뢰도 계수인 Cronbach alpha는 .94, .94, .95였다. 본 연구에서 점수가 높을수록 신체화 수준이 높음을 의미하도록 점수화되었다.

집단구분

본 연구에서 세 번의 조사시점에 따라 다양한 집단에 속해 있는 사람들의 정신건강이 어떻게 변화하였는지를 조사하기 위하여 전체 집단을 다음과 같이 네 집단으로 구분하였다. 집단 1은 실직 후 재취업에 성공하고 조사 시점 2와 3에서도 계속 직장을 다니는 사람들로서 실직-재취업-재취업 지속 집단으로 명명하였다. 집단 2는 실직 후 조사시점 2에서 재취업에 성공한 후 조사 시점 3에서 다시 실직한 사람들로서 실직-재취업-실직집단으로 구분하였다. 집단 3은 실직 후 조사 시점 2에서도 실직상태로 있다가 조사시점 3에서 재취업에 성공한 사람들로서 실직-실직-재취업집단으로 구분하였다. 마지막으로 집단 4는 실직 후 계속 실직 상태로 남아 있는 사람들로서 실직-실직-실직집단으로 구분하였다. 각 집단에 속한 실직자의 수는 각각 289명, 28명, 85명, 그리고 81명이었다.

네 집단간에 인구통계적 변인에서 차이가 있는지를 분석한 결과는 표 1에 제시되어 있다. 표에서 보듯이 성별에서 집단 1의 남자 비율만 좀 더 높은 것을 제외하고는 연령, 결혼여부, 학력 등에서 집단간에 별다른 차이가 없는 것으로 나타났다.

분석

본 연구에서는 집단별로 조사시점에 따라 정신건강 및 관련 변인에서의 점수가 어떻게 변화하는지를 알아보기 위하여 일원 반복측정 변량분석을 실시하였으며 각 집단에서 종속변인에서 전반적인 차이가 있는지를 알아보기 위하여 Wilk's Lambda값을 통해 분석하였고 사후분석을 실시하여 두 시점간에 유의한 차이가 있는지를 분석하였다.

결 과

먼저 각 집단의 일반 정신건강 수준을 비교한 반복측정 분석 결과는 표 2에 제시되어 있다. 표 2는 각 집단별로 각 조사시점에서의 평균과 표준편차 그리고 유의도 검증을 나타내는 Wilk's Lambda 값을 제시하고 있다. 표 2에서 보듯이 집단 1을 제외하고는 조사시점에 따른 정신건강 수준에서의 차이는 유의하지 않았다. 집단 1의 경우를 살펴보면 재취업에 성공한 후 정신건강이 좋아져서($M = 3.34$) 어느 정도 유지 되는 것으로($M = 3.31$) 나타났다.

집단 2의 경우를 살펴보면 유의하지는 않았지만 재취업 후($M = 3.21$) 다시 실직될 경우 정신건강 수준이 낮아지는 것으로($M = 3.15$) 나타났다. 집단 3의 결과를 보면 1차 시점 이후($M =$

표 1. 네 집단간 인구통계적 변인에서의 차이

	연 령	성 별		결혼여부		학 력		
		남	여	미혼	기혼	고졸이하	대졸	대학원졸
집단 1	34.7	86.2	13.8	38.2	61.8	13.5	74.0	12.5
집단 2	34.9	67.9	32.1	40.7	59.3	21.4	71.4	7.1
집단 3	35.3	68.2	31.8	42.2	57.8	20.0	71.8	8.2
집단 4	35.4	61.7	38.3	41.0	59.0	16.0	77.8	6.2

주. 연령이외의 다른 변인의 숫자는 비율(%)를 의미함.

표 2. 네 집단간 조사 시점에 따른 일반 정신건강 평균 변화

	조사 1		조사 2		조사 3		N	Wilk's Lambda
	M	SD	M	SD	M	SD		
집단 1	3.26	.03	3.34	.03	3.31	.03	289	.99
집단 2	3.26	.09	3.21	.09	3.15	.09	28	.96
집단 3	3.29	.05	3.15	.06	3.23	.06	85	.97
집단 4	3.23	.06	3.19	.06	3.18	.06	81	1.00

주. 집단 1: 실직-재취업-재취업 지속, 집단 2: 실직-재취업-실직
 집단 3: 실직-실직-재취업, 집단 4: 실직-실직-실직

3.29) 실직이 지속되면서 일반 정신건강이 나빠졌다가($M = 3.15$) 재취업 후 다시 좋아지는 것으로($M = 3.23$) 나타났다. 마지막으로 집단 4와 같이 실직이 지속될 경우 1차($M = 3.23$) 보다 2차 시점에서 정신건강이 나빠지지만($M = 3.19$), 이후 3차 시점에서 더 나빠지지는 않는 것으로 나타났다($M = 3.18$).

표 3에서 불안 상태의 변화를 살펴보면 집단 1에서 실직 후($M = 3.39$) 재취업에 성공하면서 불안이 줄어들었으며($M = 2.90$) 재취업 상태가 지속되면서 불안 수준도 안정적인 것으로 나타났다($M = 2.92$). 집단 2에서는 실직 상태에서($M = 3.18$) 재취업에 성공한 후 불안이 다소 줄어든 것으로 나타났으며($M = 3.11$), 다시 실직한 후에는

불안이 높아지는 것으로 나타났다($M = 3.29$). 집단 3에서는 실직상태에서($M = 3.45$) 실직이 지속되면서 불안이 다소 줄어들었으며($M = 3.35$), 재취업에 성공한 후 불안이 크게 줄어드는 것으로 나타났다($M = 2.99$). 마지막으로 집단 4에서는 실직이 지속되면서 불안 수준이 조금씩 줄어드는 것으로 나타났다($M = 3.37, 3.11, 3.04$).

우울 상태의 변화는 표 4에 제시되어 있는데, 표 3의 불안에서의 변화와 유사하게 나타났다. 즉 집단 1에서 실직 후($M = 3.08$) 재취업에 성공하면서 우울 수준이 줄어들었으며($M = 2.73$), 재취업 상태가 지속되면서 우울 수준도 안정적인 것으로 나타났으며($M = 2.72$). 집단 2에서는 실직 상태에서($M = 3.23$) 재취업에 성공한 후 우울이 다

표 3. 네 집단간 조사 시점에 따른 불안 평균 변화

	조사 1		조사 2		조사 3		N	Wilk's Lambda
	M	SD	M	SD	M	SD		
집단 1	3.39 ^{ab}	.05	2.90 ^a	.05	2.92 ^b	.05	289	.80**
집단 2	3.18	.20	3.11	.17	3.29	.16	28	.96
집단 3	3.45 ^a	.09	3.35 ^b	.10	2.99 ^{ab}	.09	85	.81**
집단 4	3.37 ^a	.09	3.11	.10	3.04 ^a	.11	81	.89**

주. 집단 1: 실직-재취업-재취업 지속, 집단 2: 실직-재취업-실직
집단 3: 실직-실직-재취업, 집단 4: 실직-실직-실직.

각 평균 옆의 위첨자는 동일한 알파벳 사이에 평균 차이가 서로 유의함을 의미함.

표 4. 네 집단간 조사 시점에 따른 우울 평균 변화

	조사 1		조사 2		조사 3		N	Wilk's Lambda
	M	SD	M	SD	M	SD		
집단 1	3.08 ^{ab}	.05	2.73 ^a	.05	2.72 ^b	.05	289	.87**
집단 2	3.23	.16	3.00	.14	3.21	.14	28	.93
집단 3	3.17	.10	3.21 ^a	.10	2.91 ^a	.10	85	.92*
집단 4	3.16	.10	3.08	.10	3.07	.11	81	.99

주. 집단 1: 실직-재취업-재취업 지속, 집단 2: 실직-재취업-실직
집단 3: 실직-실직-재취업, 집단 4: 실직-실직-실직

각 평균 옆의 위첨자는 동일한 알파벳 사이에 평균 차이가 서로 유의함을 의미함.

소 줄어드는 것으로 나타났으며($M = 3.00$), 다시 실직한 후에는 우울이 높아지는 것으로 나타났다($M = 3.21$). 집단 3에서는 실직상태에서($M = 3.16$) 실직이 지속되면서 우울이 다소 높아졌으며($M = 3.21$), 재취업에 성공한 후 우울이 크게 줄어드는 것으로 나타났다($M = 2.90$). 마지막으로 집단 4에서는 실직이 지속되면서 우울 수준이 조금씩 줄어드는 것으로 나타났다($M = 3.16, 3.08, 3.07$).

표 5는 신체화 상태의 변화를 제시하고 있으며 신체화에서의 변화도 불안 및 우울에서의 변화와 일부 차이가 있었지만 대체적으로 유사한 것으로 나타났다. 즉 집단 1에서 실직 후($M = 2.88$) 재취업에 성공하면서 신체화 수준이 줄어들었으며($M = 2.64$), 재취업 상태가 지속되면서 신체화 수준도 안정적인 것으로 나타났다($M = 2.63$). 집단 2에서는 실직 상태에서($M = 3.05$) 재취업에 성공한 후 신체화가 다소 줄어들었으며($M = 2.97$), 다시 실직한 후에는 불안과 우울에서와는 다르게 신체화가 다소 줄어드는 것으로 나타났으며($M = 2.92$). 집단 3에서는 실직상태에서($M = 2.99$) 실직이 지속되면서 불안과 우울에서와는 달리 신체화가 다소 줄어들었으며($M = 2.94$), 재취업에 성공한 후 신체화가 크게 줄어들었다($M = 2.77$). 마지막으로

집단 4에서는 불안 및 우울 변화 결과에서와 일관되게 실직이 지속되면서 신체화 수준이 조금씩 줄어드는 것으로 나타났으며($M = 2.89, 2.83, 2.74$).

논 의

본 연구의 목적은 실직자들의 정신건강이 고용 상태 및 시간의 변화에 따라 어떻게 변화하는지를 알아보기 위한 것이다. 특히 시간 경과에 따라 실직자들도 재취업 성공 또는 지속적 실직 등의 변화를 경험하게 되며 이러한 고용상태 변화에 따라 정신건강 수준에서 어떠한 변화가 나타나는지를 알아보고자 하였다. 전체를 실직 또는 재취업 상태에 따라 모두 네 집단으로 구분하고 각 집단별로 6개월 간격에 따라 3차례에 걸쳐 온라인 조사를 실시하였으며 조사 차수에 따라 정신건강 수준이 어떻게 변화하는지를 분석하였다.

본 연구에서의 결과를 요약해 보면 실직으로 인해 정신건강이 나빠지는 경향이 있었고 재취업 성공을 통해 정신건강이 좋아지는 경향이 있었으며, 다시 실직했을 경우 정신건강이 다시 나빠지는 경향이 있는 것으로 나타났다. 이러한 경향은 일반 정신건강, 불안, 우울, 및 신체화 등 모든 변

표 5. 네 집단간 조사 시점에 따른 신체화 평균 변화

	조사 1		조사 2		조사 3		N	Wilk's Lambda
	M	SD	M	SD	M	SD		
집단 1	2.88 ^{ab}	.05	2.64 ^a	.05	2.63 ^b	.05	289	.93**
집단 2	3.05	.17	2.97	.14	2.92	.12	28	.97
집단 3	2.99	.09	2.94	.09	2.77	.09	85	.95
집단 4	2.89	.09	2.83	.08	2.74	.10	81	.96

주. 집단 1: 실직-재취업-재취업 지속, 집단 2: 실직-재취업-실직

집단 3: 실직-실직-재취업, 집단 4: 실직-실직-실직

각 평균 옆의 위첨자는 동일한 알파벳 사이에 평균 차이가 서로 유의함을 의미함.

인에서 유사하게 나타났다. 실직으로 인해 정신건강 수준이 낮아지고 재취업 또는 취업으로 인해 정신건강 수준이 향상된다는 결과는 실직에 관한 국내외 메타연구 결과 및 일반 연구 결과와 일치하는 것이다(장재윤 등, 2004; McKee-Ryan et al., 2005; Murphy & Athanason, 1999; Paul & Moser, 2009). 또한 이러한 연구 결과는 Paul과 Moser (2009)의 메타연구에서의 결론과 동일하게 실직이 정신건강 수준을 낮추는 원인으로 작용함을 의미하는 것이다.

한 가지 특이한 결과는 실직이 지속되면서 실직자의 정신건강이 지속적으로 나빠지지 않았다는 점이다. 실직이 지속되면서 정신건강 수준이 다소 낮아진 일반 정신건강 변인을 제외하고는(유의하지는 않았음) 불안, 우울, 그리고 신체화 변인의 경우 실직이 지속되면서 조금씩 감소하는 것으로 나타나 정신건강이 나빠지지 않음을 보여주었다.

실직자들을 대상으로 두 차례에 걸쳐 정신건강 수준을 측정할 과거 연구에서는 시간이 지남에 따라 정신건강 수준이 나빠지는 것으로 나타났다. Wanberg (1995)가 실직자인 성인들을 대상으로 실시한 종단적 연구에 따르면 9개월 후 2차 조사를 실시했을 때 지속적으로 실직자인 사람들의 일반정신건강(Goldberg, 1972) 수준은 다소 좋아진 것으로 나타났고($M = 31.8$ 에서 33.6 으로 증가) 생애만족 수준은 낮아졌으며($M = 18.2$ 에서 15.5 로 낮아짐) 낙관성도 줄어든 것으로($M = 26.3$ 에서 25.7 로 낮아짐) 나타났다. 그러나 표집의 크기가 작아($N = 28$ 에서 30 명) 일관된 결론을 도출하기는 어려운 것으로 해석할 수 있다.

청년을 대상으로 한 장재윤 등의 연구(2004)에

서는 졸업 후 6개월 간격으로 측정했을 때 지속적으로 미취업 상태인 집단의 일반정신건강 변인에서의 점수는 2차 보다 3차 조사에서 더 나빠진 것으로 나타났으며, 이러한 경향은 남, 녀 모두 동일하게 나타났다.

Hammarstrom과 Janlert (1997)가 청소년들을 대상으로 한 연구에서도 이들은 16세 학생들을 대상으로 이들이 5년 후 21세가 된 후 다시 조사하여 재학중이거나 직장을 구한 사람을 제외하고 직장을 구하지 못한 사람 가운데 직장을 구하지 못한 기간을 토대로 다섯 집단으로 구분한 후 이 기간이 길수록 이들의 정신건강 수준이 어떻게 변화하였는지를 분석하였다. 정신건강 수준은 신경증과 우울을 측정하였으며 분석 결과 직장을 구하지 못해 실업 상태 기간이 길수록 신경증과 우울이 높아지는 것으로 나타났다. 그러나 이 연구는 동일 대상자들을 대상으로 시간의 경과에 따라 여러 번 측정할 것이 아니라 각기 다른 시점에서 한 번씩만 측정할 후 각기 다른 사람들의 정신건강 수준을 비교한 결과이기 때문에 실직기간이 길어짐에 따라 실직자들의 정신건강 수준이 어떻게 변화하는지에 대해서는 정확히 파악하기 어렵다는 단점이 있다.

한편 Paul과 Moser(2009)의 메타연구에서 이들은 실직이 정신건강에 미치는 영향에서 실직기간이 조절변인의 역할을 하는지를 알아보려고 하였다. 다양한 연구에서 나타난 실직자들의 실직기간이 길수록 실직이 정신건강에 미치는 부적 영향은 더 큰 것으로 나타났다. 이러한 결과를 바탕으로 이들은 실직기간의 조절효과를 좀 더 자세하게 파악하기 위하여 실직기간을 개월수로 구분한 후 실직기간이 증가함에 따라 실직이 정신건강에

미치는 부적 영향이 어떻게 변화하는지를 그래프로 그려 분석하였다. 분석 결과 실직 후 첫 9개월까지 정신건강에 미치는 부적 영향이 계속 증가하였고 이후 13개월까지는 이러한 부적 영향이 감소하였으며 이후 다시 증가하였다가 감소하다 30개월이 넘어가면서 다시 증가한 후 42개월까지 별다른 변화가 없는 추세를 보여주었다. 즉 실직 기간이 증가하면서 실직자들의 정신건강이 지속적으로 나빠지는 것이 아니라 어떤 시점을 기준으로 변화하게 되며 어느 정도의 기간이 지나면 더 이상 나빠지지 않는 것으로 나타났다. 그러나 이러한 결과는 동일한 실직자를 대상으로 한 것이 아니라 실직 기간이 다른 각 실직 연구 결과를 통합하여 제시한 결과이기 때문에 동일한 실직자가 기간이 경과하면서 정신건강이 어떻게 변화하였는지에 대해서는 파악하기 어렵다.

이상의 일부 과거 연구는 동일한 실직자들을 대상으로 단지 두 차례에 걸쳐 이들의 정신건강 수준을 측정하였기 때문에 이들의 정신건강 수준이 지속적으로 시간이 지남에 따라 어떻게 변화하는지 파악하기 어렵다. Paul과 Moser(2009)의 메타분석 결과가 보여 주듯이, 실직자들의 정신건강 수준은 시간이 지남에 따라 불안정하게 변화할 가능성도 있을 것이다. 그러나 이와 관련된 결론을 내리기 위해서는 보다 많은 실직자들을 대상으로 한 연구가 필요할 것이다. 특히 본 연구에서는 1년에 걸쳐 3차례에 측정하였으나 향후 연구에서는 측정 회수를 늘리고 또한 측정 기간을 6개월에서 좀 더 단축하여 측정함으로써 실직자들의 정신건강이 실직 기간에 따라 어떻게 변화하는지에 대한 포괄적 이해를 높일 수 있을 것이다.

본 연구에서 지속적 실직자들의 정신건강 수준

이 나빠지지 않은 이유로 생각해볼 수 있는 것은 이들의 평균 연령이 높지 않고($M = 34.95$ 세) 남성이 많고(77.8%) 또한 대부분 대학교 졸업 이상(84.5%)이기 때문이다. 비록 실직을 하였으나 남성이고 학력이 높은 편이며 아직 나이가 많지 않기 때문에 일정 기간내에 재취업이 가능할 것으로 기대할 수 있을 것이고 이로 인해 정신건강이 그렇게 나빠지지 않을 가능성이 있다. 본 연구에서 지속적 실직자만을 대상으로 이들의 구직효능감을 추가로 분석해 본 결과 시간 경과에 따라 이들의 구직효능감은 큰 변화가 없는 것으로 나타났다($M = 3.19, 3.20, 3.14$).

향후 연구에서는 실직기간과 정신건강 사이의 관계를 조절하는 변인에 관해서도 분석할 필요가 있을 것이다. Paul과 Moser(2009)의 메타연구에서 연령과 정신건강간의 관계는 U형태인 것으로 나타났다. 즉 젊은층과 50세 이상의 경우 중년에 비해 실직으로 인해 더 많은 정신적 고통을 경험하는 것으로 나타났다. 따라서 미래 연구에서는 실직자들을 연령층으로 구분하여 실직기간과 정신건강과의 관계를 살펴보는 연구도 필요할 것이다.

개인의 성격변인도 조절변인으로서 가능할 수 있을 것이다. 미래를 항상 긍정적으로 보는 낙관주의 성향이나 어려움에도 좌절하지 않고 일어나려는 심리적 탄력성(resilience)변인들은 실직기간이 정신건강에 미치는 부적 영향을 조절할 것으로 기대할 수 있을 것이다.

본 연구는 집단 1을 제외하고는 다른 집단에 포함된 사람들의 수가 작았다는 제한점이 있다. 이는 사전에 어떤 사람들이 재취업에 성공하거나 실직이 지속될 지를 전혀 예측할 수 없기 때문에 나타난 문제로서 이러한 문제점을 극복하기 위해

서는 1차 조사에 응답하는 실직자의 수를 늘리고 2차와 3차 조사 시점에서 응답자의 비율을 높일 수 있도록 노력해야 할 것이다.

참 고 문 헌

- 신선인(2001). 한국판 일반정신건강척도(KGHQ)의 개발에 관한 연구 I(KGHQ-20과 KGHQ-30을 중심으로). *한국사회복지학*, 46(9), 210-235.
- 장재운, 장은영, 김범성, 노연희, 이지영, 한지현 (2004). 청년실업이 정신건강에 미치는 영향에 대한 종단연구. *한국심리학회지: 일반*, 23, 121-144.
- 한덕웅, 점점구, 탁진국, 이창호, 이건효(1993). 생활사건과 개인차가 생활부적응에 미치는 영향. *학생지도연구*, 10, 1-13.
- Cook, D. G., Cummings, R. O., Bartley, M. J., & Shoper, A. G. (1982). Health of unemployed middle-aged men in Great Britain. *The Lancet*, 3, 1290-1294.
- DeFrank, R. S., & Ivancevich, J. M. (1986). Job loss: An individual level review and model. *Journal of Vocational Behavior*, 28, 1-20.
- Goldberg, D. P. (1972). *The detection of psychiatric illness by questionnaire*. London: Oxford University Press.
- Hammarstrom, A., & Janlert, U. (1997). Nervous and depressive symptoms in a longitudinal study of youth unemployment: Selection or exposure? *Journal of Adolescence*, 20, 293-305.
- McKee-Ryan, F. M., Song, Z., Wanberg, C. R., & Kinicki, A. J. (2005). Psychological and physical well-being during unemployment: A meta-analytic study. *Journal of Applied Psychology*, 90, 53-76.
- Murphy, G. C., & Athanasou, J. A. (1999). The effect of unemployment on mental health. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 72, 83-99.
- O'Brien, G. E., & Kabanoff, B. (1979). Comparison of unemployed workers on values, locus of control, and health variables. *Australian Psychologist*, 14, 143-154.
- Paul, K. I., & Moser, K. (2009). Unemployment impairs mental health: Meta-analyses. *Journal of Vocational Behavior*, 74, 264-282.
- Pearlin, L. I. (1989). The sociological study of stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 30, 241-256.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in general population. *Applied Psychological Measurement*, 1, 385-401.
- Spielberg, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1970). *STAI manual for the state-trait anxiety inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Wanberg, C. R. (1995). A longitudinal study of the effects of unemployment and quality of reemployment. *Journal of Vocational Behavior*, 46, 40-54.
- 원고접수일: 2010년 8월 23일
수정논문접수일: 2010년 10월 18일
게재결정일: 2010년 10월 22일

Mental Health Changes of Various Types of Subgroups based on Unemployment and Reemployment Status: A Longitudinal Study

Jinkook Tak
Kwangwoon University

The purpose of this study was to examine how mental health of unemployed people changes based on various types of subgroups upon unemployment and reemployment status. Data were collected from unemployed people above 30 years old three times with six months intervals on each survey. 1,530 people responded to the first survey. Finally 483 people responded to the 3rd survey. These people were categorized into 4 different groups based on unemployment and reemployment status for each time: Group 1 consists of unemployment - reemployment - reemployment; Group 2 consists of unemployment - reemployment - unemployment. Group 3 consists of unemployment - unemployment - reemployment; finally Group 4 consists of unemployment - unemployment - unemployment. Scales of GHQ, anxiety, depression, and psychosomatic were used to measure mental health. Results showed that generally mental health tends to become worse after unemployment whereas mental health tends to improve after reemployment success. Also, mental health for the continuous unemployed people tends to become stable across three different survey. Finally, limitations and implications of the study were discussed.

Keywords: Unemployment, Mental health change, Longitudinal study, Anxiety, Depression, Psychosomatic