

대면 및 비대면 접촉 빈도가 20대의 코로나 우울에 이르는 경로 탐색: 사회적 지지의 매개효과[†]

신 예 술

연세대학교 심리학과 학생

박 수 현[‡]

연세대학교 심리학과 교수

본 연구는 20대의 코로나 우울 현상을 이해하고자 대면 접촉 빈도와 비대면 접촉 빈도가 우울에 미치는 경로를 사회적 지지의 매개효과 중심으로 확인하였다. 연구 대상은 서울 소재지의 대학교에 재학 중인 248명의 학생으로 평균 연령은 22.1세였으며, 사회적 상호작용 방식에 따른 빈도, 사회적 지지, 우울 척도를 포함한 설문을 실시하였다. 대면 및 비대면 접촉 빈도, 사회적 지지, 우울 간의 관계 모형을 검증하기 위해 경로분석을 실시하였다. 연구 결과 첫째, 대면 접촉 빈도가 우울에 미치는 직접효과는 유의미하였으나, 사회적 지지를 거쳐 우울에 미치는 간접효과는 유의미하지 않았다. 둘째, 비대면 접촉 빈도는 사회적 지지를 거쳐 우울에 미치는 간접효과가 유의미하였다. 이러한 결과는 사회적 거리두기로 인해 감소된 대면 접촉 빈도가 20대의 우울에 부정적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 대면 접촉과 보완 관계인 비대면 접촉의 감소가 지각된 사회적 지지를 감소시킴으로써 우울에 부정적인 영향을 미칠 수 있음을 시사한다. 또한, 사회적 거리두기와 앞으로 도래할 언택트 시대에서 20대의 우울 예방을 위해 비대면 접촉이 사회적 지지를 지각할 수 있는 하나의 방식으로써 중요할 수 있음을 제시한다. 마지막으로 본 연구의 제안점과 의의에 대해서 논의하였다.

주요어: 코로나, 사회적 거리두기, 사회적 접촉 빈도, 사회적 지지, 우울

[†] 본 연구는 저자의 석사학위 청구논문을 수정 정리한 것으로, 2021년도 연세대학교의 재원으로 시그니처 연구클러스터 사업의 지원을 받아 수행된 연구임(No. 2021-22-0005).

[‡] 교신저자(Corresponding author): 박수현, (03722) 서울특별시 서대문구 연세로 50 연세대학교 심리학과 교수, Tel: 02-2123-5435, E-mail: parksoohyun@yonsei.ac.kr

코로나19(COVID-19)는 일상 속 많은 변화를 초래하였다. 높은 전염성을 가진 코로나19의 확산을 막기 위해 확진 추이에 따라 다양한 사회적 거리두기 단계가 권고되고 있다. 사회적 거리두기는 생계유지를 위한 필수적인 상황을 제외하곤, 집에 머물며 이동을 지양하는 등 사회적 접촉을 제한하는 것을 일컫는다(Bourassa, Sbarra, Caspi, & Moffitt, 2020). 이러한 사회적 거리두기는 행사 및 모임 자제, 재택근무, 다인 시설 이용 자제 등 일상생활의 변화를 가져왔다. 또한, 외출 및 여행 제한, 실내 생활 및 활동 증가와 같은 일상생활의 변화가 장기화되면서 우울감 수준이 전반적으로 높아지고 있는 추세가 나타났다(건강보험심사평가원, 2020). 이와 같이 코로나19 확산으로 일상에 큰 변화에 직면하면서 겪는 우울감이나 무기력증을 '코로나 우울'이라고 칭하며(문화체육관광부 국립국어원, 2020), 이는 어느 연령대 보다 20대에서 더 두드러지게 나타나는 것으로 보인다. 건강보험심사평가원의 조사에 따르면, 사회적 거리두기를 도입했던 2020년 상반기에 우울증 진료를 받은 20대는 9만 3455명인 것으로 집계되었으며, 2019년 상반기(7만 2829명)에 비해 약 28.3% 증가한 것으로 나타났다(이중삼, 2021). 28.3%라는 20대의 2019 상반기 대비 우울증 진료 증가율은 10대에서의 2.0%, 30대에서의 14.7%, 40대에서의 5.5%, 50대에서의 -1.9%, 60대에서의 1.1%, 70대에서의 -3.0%, 80세 이상에서의 4.1%에 비해 높은 수치이며(이중삼, 2021), 코로나 우울 현상이 다른 연령대보다 20대에게 더 많이 나타난다는 것을 알 수 있다. 이와 같이 20대에서 두드러지게 관찰되는 코로나 우울 현상을 이해하고, 코로나19의 장기화로 인해 촉발될 언택트 시대에 예측되

는 심리적 문제를 효과적으로 대응하기 위해서는 어떠한 변인이 20대의 우울에 영향을 미치는지 알아볼 필요가 있다.

코로나 우울은 감염에 대한 불안, 경제 위축으로 인한 소득 감소 및 실직, 사회적 거리두기로 인한 대인 간 단절 등과 함께 호소되고 있다(손현일, 김기욱, 허종배, 박충훈, 2020; 이은환, 2020). 먼저, 코로나19 사태에 따른 두려움에는 신체적 두려움, 중요한 타인과 관련된 두려움, 불확실성에 관한 두려움, 행동을 취하는 것에 관한 두려움이 있으며, 이를 적절하게 대처하는 것이 개인의 심리적 건강을 증진시킬 수 있다고 보고되었다(Schimmenti, Billieux, & Starcevic, 2020). 코로나19와 같은 신종 전염병에 대한 두려움을 적절히 대처하지 못할 경우에는 불안, 우울과 같은 정서적 고통의 수준을 증가시킬 수 있는 것으로 나타났다(Shigemura, Ursano, Morganstein, Kurosawa, & Benedek, 2020). 또한, 코로나19의 장기화는 고용시장에 부정적 영향을 미쳐, 취업뿐만 아니라 고용의 질 악화, 고용불안 심화 등을 초래하고 있다(김봉수, 2020; 이기쁨, 2020). 불안정한 고용상태는 신체 건강과 스트레스, 우울 등 정신건강의 부정적인 결과를 야기하는 사회적 결정요인으로 고려되고 있다는 점(강욱모, 김지훈, 2017; 고상백 외, 2004; 박세홍, 김창엽, 신영진, 2009; 이성균, 2016; Burgard, Brand, & House, 2009)을 미루어 보아 코로나19의 장기화는 고용시장의 악화를 초래하여 우울과 같은 정신건강에 부정적 영향을 미칠 수 있는 것으로 보인다(이수비, 2021).

마지막으로 사회적 거리두기로 인한 대인 간 단절도 우울에 부정적인 영향을 미칠 수 있다. 사

회적 관계망이 어떻게 건강에 영향을 미치는지를 설명하는 사회적 관계망과 건강 이론의 개념적 모델에 따르면(Berkman, Glass, Brissette, & Seeman, 2000), 사회적 관계망은 사회적 지지의 획득 등 다양한 심리사회적 다중 메커니즘을 통해 우울 등의 정신건강에 영향을 미칠 수 있다. 특히, 사회적 관계망의 크기, 범위와 같은 사회적 관계망의 구조적 측면뿐만 아니라, 상호작용 방식(대면, 전화 등)에 따른 접촉 빈도 등 사회적 관계망의 연결 특징이 다중 메커니즘을 통해 정신 건강에 영향을 줄 수 있다고 강조하였다. 현재 시행되고 있는 정부의 지침인 사회적 거리두기가 사회적 접촉을 제한한다는 점을 고려했을 때, 코로나 우울은 사회적 접촉 빈도의 감소가 심리사회적 다중 메커니즘을 통해 우울에 영향을 미친 결과로 볼 수 있다. 실제로 사회적 접촉 빈도가 우울에 미치는 영향을 접촉 방식에 따라 살펴본 경우, 대면 접촉 빈도와 우울 증상은 유의미한 부적 상관을 보이는 것으로 나타났으며(Teo, Chan, Saha, & Nicolaidis, 2019), 대면 접촉 빈도가 감소함에 따라 우울 증상이 나타날 확률이 증가하는 것으로 나타났다(Teo et al., 2015). 즉, 대면 접촉 빈도의 감소는 직접적으로 우울에 부정적인 영향을 줄 수 있다. 반면, 대면 접촉과 달리 전화, 글 또는 이메일(Teo et al., 2015)을 통한 비대면 접촉과 페이스북을 통한 사회적 상호작용(Teo et al., 2019)의 경우, 그 빈도가 감소하더라도 우울 증상이 나타날 확률은 증가하지 않았다.

하지만, 앞으로 살펴볼 선행 연구 결과들을 미루어 보았을 때, 우울에 대한 비대면 접촉 빈도의 직접적인 효과가 나타나지 않은 것은 비대면 접촉 빈도가 사회적 관계망과 건강 이론의 심리사

회적 다중 메커니즘을 통해 우울에 간접적으로만 영향을 미치고 있어 나타난 결과일 수 있으며, 이에 더불어 우울에 대한 비대면 접촉 빈도의 간접 효과가 대면 접촉 빈도의 간접 효과보다 작아서 나타난 결과일 수 있다. 특히, Berkman 등(2000)이 제시한 모델의 심리사회적 다중 메커니즘 중 사회적 지지가 접촉 빈도와 우울 관계를 매개할 수 있을 것으로 보인다. 사회적 지지는 도움이 필요할 때 사회적 관계로부터 지각되는 또는 실제 유형, 무형의 지원으로 정의될 수 있으며(Lin, 1986), 지각된 사회적 관계의 질이라고도 볼 수 있다(Sarason et al., 1991). 그리고 사회적 관계로부터 지각되는 지지는 실제적인 지지에 못지않게 중요하다고 알려져 있다(Norris & Kaniasty, 1996). 이러한 지각된 사회적 지지는 비대면 접촉 빈도에 의해 예측되는 것으로 보인다. 선행 연구 결과에 따르면, 즉각적인 메시지와 SNS를 포함한 인터넷 기반의 의사소통을 더 많이 사용할수록, 도움이 필요할 때 더 많은 지지를 받고 있다고 느끼거나 지지적 자원의 이용 가능성을 더 많이 지각하는 것으로 보고되었다(Ellison, Steinfield, & Lampe, 2007; Hampton, Goulet, Rainie, & Purcell, 2011; Olson, Liu, & Shultz, 2012; Seo, Kim, & Yang, 2016). 또한, 사회적 지지는 우울 증상의 발달과 유지에 직접적인 영향을 미치기도 하며(주효과 모델; Thoits, 1982), 스트레스 사건의 영향력을 완충함으로써 우울 증상의 발달에 영향을 준다(스트레스 완충 모델)(Cohen & Willis, 1985). 따라서, 선행 연구 결과(Teo et al., 2015; Teo et al., 2019)처럼 비대면 접촉 빈도가 우울에 직접적인 영향을 미치지 못하더라도, 비대면 접촉 빈도가 사회적 지지를 예측하고, 사회적 지지는

우울에 영향을 주기에, 비대면 접촉 빈도는 사회적 지지를 통해 우울에 영향을 미치고 있을 수 있다.

또한, 대면 접촉 빈도도 횡단, 종단 연구 모두에서 지각된 사회적 지지를 증가시킴으로써 우울 수준의 감소와 웰빙에 긍정적인 효과를 가져오는 것으로 나타났다(Kim, 2017; Peirce, Frone, Russell, Cooper, & Mudar, 2000). 하지만, Olson 등(2012) 연구에서, 직접적인 상호작용을 통해 지각되는 사회적 지지 수준이 페이스북을 통해 지각되는 사회적 지지 수준보다 높다고 보고되었다. 이를 고려해 볼 때, 비대면 접촉 빈도와 우울 간의 뚜렷한 관련성이 없는 것은 사회적 지지가 매개하되, 비대면 접촉을 통한 지각된 사회적 지지 수준이 대면 접촉의 경우보다 낮음으로 인해 사회적 지지의 매개효과 크기가 작기 때문일 수 있다(Teo et al., 2019). 즉, 사회적 접촉 빈도가 사회적 지지를 통해 우울에 영향을 주지만, 그 방식에 따라 접촉 빈도가 사회적 지지에 미치는 영향이 다르며, 결과적으로 우울에 미치는 영향도 다를 것으로 보인다. 따라서, 코로나 우울은 사회적 거리두기로 인해 생겨난 접촉 방식의 변화(대면/비대면)와 더불어 그 빈도의 변화가 지각된 사회적 지지 수준에 영향을 미치고, 이것이 다시 우울 수준에 영향을 주어 나타난 결과일 가능성이 있다.

이와 같이 다양한 접근으로 코로나 우울을 이해할 수 있겠으나, 20대라는 시기가 갖는 발달학적 의미를 고려해 볼 필요가 있다. Arnett(2000, 2004)는 20대(18세~29세)를 새로운 환경에 적응해야 하는, 불안정한 모험의 시기로 정의하였다. 해당 시기에는 삶의 질에 중요하고 장기적으로 영향을 미치는 많은 변화(고등학교 졸업, 거주 독립,

대학교 입학과 졸업, 직장 생활의 시작 등)가 일어나며(Arnett, 2004; Lane, 2015), 이로 인해 삶의 불안정성이 높아진다(Arnett, 2004). 실제 20대 성인은 이러한 삶에 있어서의 큰 변화에 따른 상당한 심리적 고통을 보고하며(Murphy, Blustein, Bohlig, & Platt, 2010; Perrone & Vickers, 2003; Polach, 2004), 다양한 정신 장애의 발병률이 높은 것으로 알려졌다(Bijl, Ravelli, & Van Zessen, 1998; Jacobi et al., 2004; Wittchen, Nelson, & Lachne, 1998). 즉, 20대는 발달학적으로 불안정하고 정신건강에 취약한 시기이다. 이러한 시기에 지지적인 사회적 관계망을 형성하고 이에 의존할 수 있는 정도가 20대 성인이 겪는 다양한 경험 및 변화에 대한 적응 능력에 직접적으로 긍정적인 영향을 주며(Lane, 2015), 밀접하고 지지적인 사회적 관계가 해당 시기의 우울을 포함한 정신건강에 긍정적인 영향을 주는 중요한 요인으로 밝혀졌다(Galambos, Barker, & Krahn, 2006; Gallagher, 2007; Kenny & Sirin, 2006; Leinonen, Solantaus, & Punamaki, 2003). 즉, 삶의 불안정성이 높고 정신건강에 취약한 20대에는 밀접하고 지지적인 사회적 관계가 매우 중요하다고 볼 수 있다.

한편, 20대 시기에 중요한 역할을 하는 사회적 관계는 삶의 전환에 의해 함께 변화한다(P. Cohen, Kasen, Chen, Hartmark, & Gordon, 2003; Lane, Leibert, & Goka Dubose, 2017). 물리적으로 떨어지게 되거나 삶의 목표가 달라짐으로 인해 기존 친구와의 관계에 변화가 생기고(Paul & Brier, 2001; Rose, 1984), 삶의 전환을 극복하기 위해 친구로부터 지지를 얻기 위한 새로운 사회적 관계망을 추구하며 구성하게 된다(Carstensen,

1995; Fraley & Davis, 1997). 이에 따라, 청년들은 사회적 관계를 구성 및 관리하는 데 더 많은 자원을 사용하며(Cornwell, Schumm, & Laumann, 2008), 다른 연령대에 비해 사회적 관계망 구성원을 더 많이 만난다고 보고되었다(Gillath, Johnson, Selcuk, & Teel, 2011). 즉, 20대 성인은 사회적 관계의 지각 변동에서도 지지적인 사회적 관계망을 형성하고 유지하기 위해 활발히 타인을 만나는 등 다른 연령대에 비해 많은 노력을 기울인다고 볼 수 있다. 그러나 사회적 거리두기의 장기화는 20대 성인의 대면 접촉 빈도를 감소시키고, 사회적 관계망과 건강 이론(Berkman et al., 2000)의 개념적 모델에 따라, 감소된 대면 접촉 빈도는 해당 시기에 중요한 사회적 지지에 부정적인 영향을 줄 수 있으며, 이는 결과적으로 우울을 가져오는 부정적인 영향을 미칠 수 있을 것이다.

또한, 코로나19로 인해 언택트 시대가 시기를 앞당겨 도래할 것으로 보인다. Strielkowski(2020)은 코로나19로 인해 학계, 대학과 같은 고등 교육 기관에서 디지털 혁명이 촉발되었으며, 온라인 출석, 온라인 수강 및 시험과 같은 방식은 코로나19 사태가 종결되어도 계속 이어질 것이라고 주장하였다. 대학 장면 이외에도, 코로나19를 계기로 다양한 화상 서비스, 온라인 교육 서비스, 소셜 서비스 등의 비대면, 비접촉 서비스와 무인 서비스를 포괄하는 언택트 서비스 산업이 급부상하였으며, 코로나19가 종식되어도 언택트 추세는 앞으로도 가속화될 것이라고 예측되었다(진승화, 김정호, 2020). 이에 더불어 20~30대와 같은 특정 연령이 언택트 서비스를 선호한다고 보고된 바(박현길, 2019), 20대는 현재의 코로나19상황뿐만 아니라

다가오는 언택트 시대에 발맞춰 비대면 방식으로 많은 사회적 상호작용을 할 것으로 예상된다. 이에 따라, 현재 상황과 앞당겨질 언택트 시대에서 20대에게 비대면 접촉이 대면 접촉과 유사한 사회적 지지 자원으로 자리매김할 수 있는지, 비대면 접촉으로 지각된 사회적 지지가 우울 수준을 감소시키는 긍정적인 영향을 미칠 수 있는지 검증하기위해서도 사회적 상호작용 방식에 따른 접촉 빈도와 우울의 관계를 사회적 지지가 매개하는지 확인할 필요가 있다.

따라서, 본 연구는 20대의 사회적 관계의 중요성, 사회적 관계망과 건강 이론에 근거하여, 사회적 거리두기라는 특별한 상황에서의 대면 및 비대면 접촉 빈도가 사회적 지지를 매개하여 우울에 어떤 영향을 미치는지 살펴보고자 한다. 또한, 성별에 따라 사회적 지지 수준과 사회적 지지가 우울에 미치는 효과가 다르다고 보고되기에(Coventry, Gillespie, Heath, & Martin, 2004; Kendler, Myers, & Prescott, 2005; Rotemann, 2007), 대면 및 비대면 접촉 빈도, 사회적 지지, 우울 간의 관계를 성별 통제하에 살펴봄으로써 전반적인 20대의 코로나 우울을 이해하려 한다.

방법

연구 대상

연구 조사 대상은 서울지역 소재 대학교에 재학 중인 만 19세에서 29세의 대학생을 대상으로 하였다. 모집은 교내의 연구 참가자 모집 시스템을 통해 이루어졌으며, 2020년 11월 2일에서 2021년 1월 14일까지 약 두 달간 271명을 모집하였다.

2020년 11월 2일부터 2020년 11월 22일까지는 사회적 거리두기 1.5단계가 시행되었으며, 2020년 11월 23일부터 2021년 1월 14일까지는 사회적 거리두기 2단계가 시행되었다. 본 연구는 사회적 거리두기의 단계와는 상관없이 동일하게 온라인으로 연구 참가자를 모집하고 자료를 수집하였다. 연구 참가자들에게 본 연구에 대한 설명과 연구 참가 동의를 얻은 후 온라인 설문 조사를 진행하였으며, 해외 국적으로 국내 대학교를 다니고 있는 경우를 제외하여 최종 248명을 분석 대상으로 하였다.

측정도구

대면 접촉 빈도 척도. 대면 접촉 빈도를 측정하기 위해 상호작용 대상의 유형(가족, 친구, 지인, 연인)에 따라 2주 동안의 직접 상호작용을 한 빈도를 측정하였으며, 총 4문항으로 구성되어 있다. 해당 척도는 리커트식 척도로서 '0번'은 1점, '2주에 1번'은 2점, '일주일에 1번'은 3점, '4일에 1번'은 4점, '2일에 1번'은 5점, '1일에 1번 이상'은 6점으로 점수를 부여하였다. 문항은 "일반적으로 2주 동안 얼마나 자주 가족 구성원들과 직접 얼굴을 보며 함께 시간을 보냈습니까?", "일반적으로 2주 동안 얼마나 자주 친구들과 직접 얼굴을 보며 함께 시간을 보냈습니까?", "일반적으로 2주 동안 얼마나 자주 지인들과 직접 얼굴을 보며 함께 시간을 보냈습니까?", "일반적으로 2주 동안 얼마나 자주 연인과 직접 얼굴을 보며 함께 시간을 보냈습니까?" 으로 구성되어 있다. 자료 분석 시에는 인구사회학적 특성에 의해 값이 달라질 수 있는 가족과의 대면 접촉 빈도와 연인과의 대

면 접촉 빈도를 제외한 친구, 지인과의 대면 접촉 빈도만을 평균하여 사용하였고, 신뢰도 계수 (Cronbach's α)는 .78이었다.

비대면 접촉 빈도 척도. 비대면 접촉 빈도를 측정하기 위해 상호작용 대상의 유형(가족, 친구, 지인, 연인)과 화상, 전화, 텍스트에 따라 2주 동안의 접촉 빈도를 측정하였으며, 총 12문항으로 구성되어 있다. 해당 척도는 리커트식 척도로서 '0번'은 1점, '2주에 1번'은 2점, '일주일에 1번'은 3점, '4일에 1번'은 4점, '2일에 1번'은 5점, '1일에 1번 이상'은 6점으로 점수를 부여하였다. 문항은 상호작용 대상의 유형(가족, 친구, 지인, 연인)에 따라 "일반적으로 2주 동안 얼마나 자주 화상(영상 통화, Zoom 등 화상 플랫폼을 이용한 대화)으로 상호작용을 했습니까?", "일반적으로 2주 동안 얼마나 자주 전화(음성통화만 해당)을 했습니까?", "일반적으로 2주 동안 얼마나 자주 문자, 카카오톡, SNS 채팅을 했습니까?"으로 구성되어 있다. 자료 분석 시에는 대면 접촉 빈도와 같이 상호작용 대상의 유형 중 친구, 지인과의 비대면 접촉 빈도만을 평균하여 사용하였고, 신뢰도 계수 (Cronbach's α)는 .71이었다.

사회적 지지 척도. 박지원(1985)이 개인이 지각한 사회적 지지를 측정하기 위해 개발한 척도를 윤혜정(1993)이 수정 보완한 것을 이영자(1994)가 다시 수정한 척도로 정서적 지지 7 문항, 평가적 지지 6 문항, 정보적 지지 6 문항, 물질적 지지 6 문항으로 구성되어 총 25 문항이다. 5점 리커트(Likert) 척도로서 '전혀 그렇지 않다.' 1점에서 '매우 그렇다.' 5점까지의 점수가 분포할 수

있으며, 점수가 높을수록 사회적 지지를 더 많이 받고 있다고 지각하는 것을 의미한다. 이영자(1994)의 연구에서의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .95으로 나타났다. 본 연구에서 산출된 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .96이었다.

우울 척도. Radloff(1977)가 일반인을 대상으로 우울 증상을 측정하기 위한 개발한 도구를 전검구, 최상진, 양병창(2001)이 통합적 한국판 CES-D로 개발한 것으로 총 20 문항으로 '전혀 없었다.'는 0점, '1~2번 있었다.'는 1점, '3~4번 있었다.'는 2점, '5~7번 있었다.'는 3점으로 점수를 부여하나, 4번, 8번, 12번, 16번 문항은 역채점을 한다. 해당 척도의 가능한 점수는 0점에서 60점까지 분포할 수 있으며, 점수가 높을수록 우울이 높은 것을 의미한다. 전검구(2001)의 연구에서의 신뢰도(Cronbach's α)는 0.91으로 나타났다. 본 연구에서 산출된 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .80이었다.

분석방법

수집된 자료는 SPSS 26.0프로그램 및 SPSS Amos 26을 사용하여 분석하였다. 첫째, 연구 참여자 248명 표본에서 변인의 평균과 표준편차를 알아보기 위해 기술통계를 분석하였다. 둘째, Pearson 적률상관분석을 실시하여 주요 변인 간 상관관계를 분석하였다. 셋째, 대면 접촉 빈도, 비대면 접촉 빈도, 사회적 지지, 우울에 대한 본 연구의 모형 검증을 위해 경로분석을 실시하였다. 이에 더불어, 간접 효과의 통계적 유의성을 확인하기 위해 Hayes(2009)가 제안한 부트스트래핑(booststrapping)방법을 사용하였다. 부트스트랩

표본 수는 2,000개로 지정한 후 신뢰구간은 95.0%로 설정하여 신뢰구간에 0에 포함되지 않으며 효과가 유의한 것으로 판단하였다. 또한, 모형의 적절성을 평가하기 위하여 상대적 합치도 지수인 비교 합치도(Comparative Fit Index: CFI), 비표준 합치도(Tucker-Lewis Index: TLI)를 사용하였으며, 절대적 합치도 지수로는 χ^2 와근사오차평균(Root Mean Square Error of Approximation: RMSEA)을 사용하였다. 간명 합치도 지수로는 아카이케 정보 지수(Akaike Information Criterion: AIC)를 사용하였다. 일반적으로 RMSEA는 .08 이하(Browne & Cudeck, 1993), CFI는 .90이상(Bentler, 1990), TLI는 .90 이상(Bentler & Bonett, 1980)인 경우, AIC는 0에 가까울수록 양호한 모형으로 해석된다.

결 과

연구 대상의 인구사회학적 특성

연구 대상의 인구사회학적 특성을 살펴보면, 여성의 비율은 56.0%였으며, 전체 평균 연령은 22.1($SD = 2.04$)이었다. 특히, 20세의 비율이 18.5%, 21세의 비율이 31.9%, 22세의 비율이 15.3%으로 20대 초반이 표본의 절반 이상을 차지하였다. 거주 형태는 부모님과 함께 거주하는 경우가 71.4%로 가장 많았으며, 혼자서 자취하는 경우가 20.2%로 두 번째로 많았다. 해당 연구 대상의 인구사회학적 특성은 표 1에 제시되었다.

주요 변인 간 상관관계 분석

주요 변인들의 각 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 구하고 주요 변인 간의 Pearson 상관계수를 구해,

이를 표 2에 제시하였다. 대면 접촉 빈도는 비대면 접촉 빈도, 사회적 지지와 유의한 정적 상관, $r = .41, p = .000$; $r = .15, p = .019$, 우울과는 유의한 부적 상관, $r = -.24, p = .000$, 을 보였다. 비

표 1. 연구 대상의 인구사회학적 특성 ($N = 248$)

변인	<i>N</i> or <i>M</i>	% or <i>SD</i>
성별		
남성	109	44.0
여성	139	56.0
나이	22.1	2.04
19세	4	1.6
20세	46	18.5
21세	79	31.9
22세	38	15.3
23세	25	10.3
24세	22	8.9
25세	15	6.0
26세	10	4.0
27세	4	1.6
28세	2	0.8
29세	3	1.2
거주 형태		
부모님과 함께 거주	177	71.4
기숙사	15	6.0
하숙(쉐어하우스, 친구와 함께 거주하는 경우 포함)	6	2.4
1인 자취	50	20.2

표 2. 기술통계량과 상관분석 결과 ($N = 248$)

변인	1	2	3	4
1. 대면 접촉 빈도	-			
2. 비대면 접촉 빈도	0.41**	-		
3. 사회적 지지	0.15*	0.24**	-	
4. 우울	-0.24**	-0.19**	-0.44**	-
<i>M</i>	3.02	3.15	99.96	22.52
<i>SD</i>	1.34	0.93	15.42	11.68
Skewness	0.238	0.215	-0.425	0.507
Kurtosis	-0.756	0.055	0.096	-0.423

* $p < .05$, ** $p < .01$

대면 접촉 빈도는 사회적 지지와 유의한 정적 상관, $r = .24, p = .000$, 우울과는 유의한 부적 상관, $r = -.19, p = .003$, 을 보였다. 사회적 지지와 우울은 유의한 부적 상관을 보였다, $r = -.44, p = .000$.

이어 Menard(1995)에 따라, 분산팽창계수 (Variance Inflation Factor: VIF)로 주요 변인들 간 다중공선성이 있는지 검토하였다. 분산팽창계수가 5 이상이면 공선성 문제를 고려해야 하며 10 이상이면 심각한 공선성 문제를 가진 것으로 여겨진다. 그러나 본 연구의 독립변인들과 매개변인의 다중공선성을 확인한 결과, 분산팽창계수가 최소 1.063에서 최대 1.252로 다중공선성의 문제는 없는 것으로 판단하였다.

대면 접촉 빈도, 비대면 접촉 빈도, 사회적 지지, 우울의 관계에 대한 모형 검증

대면 접촉 빈도와 비대면 접촉 빈도가 사회적 지지를 통해 우울에 영향을 미치는지 검증한 결과를 그림 1에 제시하였다. 성별에 따라 사회적 지지 수준, 사회적 지지가 우울에 미치는 효과가 다를 수 있다고 보고되었으며(Coventry et al., 2004; Kendler et al., 2005; Rotemann, 2007), 본 연구에서도 성별에 따른 사회적 지지, 우울의 수준이 달랐기에 성별을 통제하고 모형을 검증하였다. 또한 그 외의 인구통계학적인 변인에 따른 사회적 지지, 우울의 차이는 유의미하지 않아 통제하지 않고 모형을 검증하였다. 그 결과, 대면 접촉 빈도는 사회적 지지에 유의미한 영향을 미치지 않았으며, $\beta = .08, n.s.$, 우울에만 유의미한 영향을 미쳤다, $\beta = -.15, p = .005$. 이는 대면 접촉

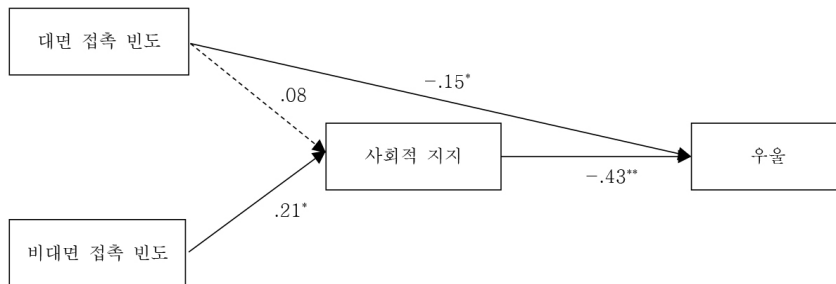


그림 1. 접촉 빈도, 사회적 지지, 우울 간 관계에 대한 모형 경로도
(경로계수는 표준화 계수, * $p < .05$, ** $p < .01$)

표 3. 연구모형의 적합도 ($N = 248$)

모형	$\chi^2(p)$	RMSEA	CFI	TLI	AIC
연구모형	0.025(.874)	.000	1.000	1.07	28.025
포화모형			1.000		30.000

* $p < .05$, ** $p < .01$

빈도는 우울에 직접효과만 있음을 시사한다. 반면, 비대면 접촉 빈도는 사회적 지지에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, $\beta = .21, p = .004$, 사회적 지지도 우울에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다, $\beta = -.43, p = .001$. 모형의 적절성은 표 3에 제시된 것과 같이, $\chi^2(1, N = 248) = .025, n.s., RMSEA = .000, CFI = 1.00, TLI = 1.07$ 으로 양호하였다. 또한, 포화모형과 비교해보았을 때, 연구모형과 포화모형의 CFI이 동일하였으며(Cheung & Rensvold, 2002), 연구모형의 AIC가 28.025로 포화모형의 AIC보다 작으므로 본 연구모형은 적합한 것으로 볼 수 있다.

부트스트랩을 통해 비대면 접촉 빈도가 사회적 지지를 거쳐 우울에 미치는 간접효과를 검증한 결과, 간접효과의 95% 신뢰구간의 하한 값과 상한 값은 각각 $-.158$ 과 $-.036$ 로 나타나며 신뢰구간에 0이 포함되지 않아 통계적으로 유의하였다. 이는 비대면 접촉 빈도와 우울의 관계에서 사회적 지지의 매개효과가 유의함을 시사한다. 마지막으로 대면 접촉 빈도의 간접효과가 유의미하지 않기에 대면 접촉 빈도의 간접효과와 비대면 접촉 빈도의 간접효과의 크기 비교는 할 수 없었다. 해당 모형의 변수 간 직간접효과를 분해한 결과는 표 4와 같다.

논 의

본 연구에서는 코로나19상황에서 20대의 대면 접촉 빈도와 비대면 접촉 빈도가 사회적 지지를 매개로 하여 우울에 미치는 영향을 알아보았다. 대면 접촉 빈도는 사회적 지지를 매개로 우울에 간접적으로 영향을 미칠 뿐만 아니라 직접적으로도 영향을 미칠 것으로 가정하였다. 또한, 비대면 접촉 빈도는 사회적 지지를 매개로 우울에 간접적인 영향만 미칠 것으로 가정하여 모형을 검증하였다. 이때, 선행 연구에 따르면(Coventry et al., 2004; Kendler et al., 2005; Rotemann, 2007), 성별에 따라 사회적 지지 수준, 사회적 지지가 우울에 미치는 효과가 다를 수 있으며, 본 연구에서도 성별에 따라 사회적 지지, 우울의 수준이 달랐기에 성별이 사회적 지지, 우울에 미칠 영향은 통제하였다. 본 연구의 결과를 논의하면 다음과 같다.

첫째, 우울에 대한 대면 접촉 빈도의 직접효과를 확인하였다. 본 연구자의 가설 및 선행 연구 결과와 일치하게, 대면 접촉 빈도가 감소함에 따라 우울 수준이 증가했다(Teo et al., 2015; Teo et al., 2019). 이러한 결과는 성별을 통제하였음에도 유의하였으며, 선행연구들의 연구 집단과 달리 20대로만 구성된 본 연구 집단에서도 유의하였다.

표 4. 연구모형의 직접효과 간접효과 분해표 ($N = 248$)

	관계 변인		직접효과	간접효과	총효과
대면 접촉 빈도	→	사회적 지지	.075		.075
비대면 접촉 빈도	→	사회적 지지	.214*		.214*
대면 접촉 빈도	→	우울	-.153*	-.033	-.186*
비대면 접촉 빈도	→	우울		-.093*	-.093*
사회적 지지	→	우울		-.434**	-.434**

주. 부트스트랩 표본 수는 2,000개로 지정하였다.

* $p < .05$, ** $p < .01$

즉, 20대에서 성별과 무관하게 직접적으로 상호작용하는 빈도 자체가 우울에 영향을 줄 수 있다는 것이다. 이러한 결과는 코로나19 상황과 사회적 거리두기로 인한 20대들의 직접적인 상호작용의 빈도의 감소가 우울의 위험을 높일 수 있다는 것을 시사한다. 국외 연구에서도 코로나19로 비롯된 사회적 고립 및 직접적인 상호작용의 빈도 감소가 우울에 부정적인 영향을 준다고 보고된 바(Alzueta et al., 2021; Sommerlad et al., 2021), 제한된 사회적 접촉으로 인한 코로나 우울은 범문화적인 현상으로 보인다.

둘째, 대면 접촉 빈도가 우울로 가는 경로를 사회적 지지가 매개하는지 확인한 결과, 대면 접촉 빈도와 우울 간의 관계를 사회적 지지가 매개하지 않았다. 이는 Peirce 등(2000)의 연구 결과인 대면 접촉이 지각된 사회적 지지를 증가시킴으로써 인해 우울 수준을 감소시킨다는 것과 상반된 결과이다. 하지만, 대면 접촉의 또 다른 효과에 대해 고려해 볼 필요가 있다. 타인과의 직접적인 상호작용은 즐거움, 열정, 활력 등의 긍정 정서를 가져온다고 보고되었으며(McIntyre, Watson, & Cunningham, 1990; McIntyre, Watson, Clark, & Cross, 1991), 이러한 긍정적 정서의 증가는 우울 수준을 경감시킬 수 있다고 보고된다(Seligman, Rashid, & Parks, 2006). 즉, 타인과의 직접적인 상호작용은 사회적 거리두기로 인해 제한된 일상 생활에 긍정적인 정서를 불러일으킴으로써 사회적 지지와는 상관없이 우울 수준을 감소시키는 긍정적인 영향을 미칠 수 있는 것으로 보인다. 또한, 사회적 거리두기라는 특수 상황도 고려해 볼 필요가 있다. 일반적으로 20대는 잘 알지 못하는 지인과 상호작용하는 것을 더 선호하나, 사회적

접촉을 물리적으로 제한하는 상황에서는 지인보다는 친밀하고 가까운 친구와 상호작용하는 것을 더 선호하는 것으로 나타났다(Carstensen, 1995). 이러한 연구 결과를 고려해 보았을 때, 사회적 접촉을 제한하는 사회적 거리두기 상황에서 20대는 기존에 긍정적인 상호작용을 해왔던 타인과 선택적으로 직접적인 접촉을 했을 가능성이 있으며, 이로 인해 대면 접촉 빈도가 줄더라도 친밀하고 가까운 타인으로부터 지각되는 사회적 지지의 수준은 크게 달라지지 않을 수 있다. 즉, 사회적 거리두기 상황에서는 사회적 지지에 대한 대면 접촉 빈도의 천장 효과로 인해 대면 접촉 빈도가 사회적 지지를 거쳐 우울에 영향을 미치는 간접 효과가 유의미하지 않게 나타났을 수 있다.

셋째, 비대면 접촉 빈도가 우울로 가는 경로를 사회적 지지가 매개하는지 확인하였다. 20대를 대상으로 한 선행 연구들의 결과와 유사하게, 비대면 접촉 빈도는 지각된 사회적 지지를 정적으로 예측하며(Ellison et al., 2007; Olson et al., 2012; Seo et al., 2016), 사회적 지지가 우울 수준을 감소시키는 긍정적인 영향을 미쳤다(Cohen & Willis, 1985; Thoits, 1982). 또한, 본 연구의 가설과 일치하게, 성별을 통제했음에도 사회적 지지가 비대면 접촉 빈도와 우울 간의 관계에서 매개효과를 가지는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 20대에게 화상, 전화, 채팅과 같은 비대면 방식의 상호작용은 사회적 지지를 받고 있다고 지각할 수 있는 하나의 방법으로 자리매김하고 있음을 시사한다. 그러나 대면 상호작용과 비대면 상호작용은 서로 보완하는 관계이며(Mokhtarian, 1990; Williams, 2006), 본 연구 결과에서도 대면 접촉 빈도와 비대면 접촉 빈도의 상관이 정적으로 나

타난 것을 미루어보아, 사회적 거리두기로 인한 직접적인 사회적 접촉의 제한은 비대면 방식의 사회적 접촉 빈도와 부적으로 연관되어 있을 수 있다. 따라서, 본 연구 결과는 20대에 대해 대면 접촉의 효과적인 대안일 수 있는 비대면 접촉조차 사회적 거리두기 상황에서는 감소될 수 있으며, 이에 따라 사회적 지지를 받고 있다고 지각하는 정도가 감소되고, 우울이 증가할 수 있음을 시사한다고 보는 것이 바람직하겠다.

본 연구는 코로나19상황에서 20대의 정신건강에 대한 중요한 함의를 제공한다. 현 상황의 20대 집단에서 비대면 접촉과 우울 간의 관계를 사회적 지지가 매개한다는 결과는 20대에 대해 화상, 전화, 채팅 등 비대면으로 이뤄지는 사회적 상호작용 방식이 사회적 지지를 지각할 수 있는 하나의 방법으로 자리매김하고 있으며, 사회적 지지를 거쳐 우울 수준을 감소시키는 긍정적인 영향을 미칠 수 있음을 의미한다. 따라서, 다른 연령에 비해 비대면 서비스에 호의적이며 접근성이 높은 20대를 대상으로 비대면 방식의 사회적 상호작용을 활성화하는 전략은 어느 연령대보다 우울 예방에 있어 적합할 수 있음을 시사한다.

본 연구의 제한점으로는 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 서울 지역 소재지 대학교의 재학생을 대상으로 연구 참여 모집이 이루어졌으며, 이에 따라 연구 대상의 평균 연령이 약 22세에 그친다는 것이다. 본 연구 결과를 통해서 국내 20대의 코로나 우울을 이해하는 데 있어서는 일반화의 어려움이 있다. 둘째, 본 연구는 사회적 상호작용의 빈도, 사회적 지지, 우울의 관계를 횡단적 관점에서 살펴본다는 것에 방법론적 한계가 있다. 횡단적 연구 방법은 일정 시점을 기준으로 변수에 대한

자료를 수집하는 연구로 변수 간의 인과관계를 증명하는 데에는 한계가 있으며, 인과관계를 명확히 증명하기 위해서는 여러 시점에서 변수에 대한 자료를 수집하는 종단적 연구 방법이 필요하다. 물론 선행 연구에서 대면 접촉과 우울 관계의 사회적 지지 매개모형을 종단적 자료를 통해 검증한 바가 있지만, 비대면 접촉의 경우에는 종단적 연구가 미비하다. 또한, 선행 연구에서 종단적 자료를 통해 모형이 이미 검증되었더라도, 본 연구가 특수 상황에서 이뤄졌기에 횡단적 자료를 통해 얻은 본 연구의 모형 검증 결과를 선행 연구와 같은 인과적인 의미로 해석하는 데에 어려움이 있다. 셋째, 2주간의 사회적 상호작용의 빈도를 1회의 자기보고식 설문으로 측정하였다. 자기보고식 설문은 회고적이며 개인의 기억에 의존하기에 오류가 발생할 수 있다. 특히, 2주라는 기간이 개인이 회고하기에는 긴 기간이라는 점에서 자료의 정확성에 대한 한계가 있다. 넷째, 본 연구에서는 심리사회적 변인에만 초점을 두었다. 하지만, 개인의 성격 요인인 외향성의 수준에 따라 사회적 지지를 지각하는 정도가 다르다고 보고되며 (Swickert, Rosentreter, Hittner, & Mushrush, 2002), 애착 유형 중 회피 애착이 높을수록 지각된 사회적 지지의 양이 적으며 안정 애착이 높을수록 사회적 지지 수준이 높다고 보고되었다(신노라, 안창일, 2004; 장미경, 2007). 또한, 개인의 사회불안 수준에 따라 비대면 접촉이 사회적 지지에 미치는 영향이 다를 수 있다. 사회불안 수준이 높은 경우, 사회적 상황의 불확실성이 보다 높은 비대면 접촉(Berger, 1979; Chen, Hu, Shu, & Chen, 2019; Tidwell & Walther, 2002)에서 모호한 상황을 부정적으로 해석할 수 있으며(Alden,

Taylor, Mellings, & Laposa, 2008; Amir, Foa, & Coles, 1998; Clark & Wells, 1995; Maoz et al., 2016; Voncken, Bögels, & De Vries, 2003), 부정적인 상황이 발생하지 않도록 자기보호적 의사소통 스타일을 사용할 수 있는데(Alden & Bieling, 1998), 이러한 방식의 의사소통은 사회적 지지에 악영향을 미치는 것으로 나타났다(Barnett, Maciel, Johnson, & Ciepluch, 2021). 즉, 비대면 상호작용의 특성상 사회불안의 수준이 높은 개인은 비대면 접촉으로부터 사회적 지지를 지각하는데에 더 많은 어려움이 있을 수 있다. 따라서, 성격, 애착 유형, 사회불안 수준 등 개인의 특성에 따라 본 연구 모형의 결과와는 다른 결과가 나타날 수 있다.

후속 연구에서는 본 연구 결과를 일반화하기 위해 전국의 20대를 대상으로 연구 모형에 대한 반복 검증이 필요하며, 개인의 특성을 추가적으로 고려하여 연구 모형을 검증할 필요가 있다. 또한, 본 연구 모형에 대한 보다 더 명확하고 신뢰로운 해석을 위해 종단적 연구 방법을 사용하며 일일 보고형으로 사회적 상호작용 빈도를 측정하는 후속 연구가 필요하다. 마지막으로, 화상, 전화, 채팅 등 비대면 방식의 사회적 상호작용으로 사회적 지지를 지각할 수 있다는 본 연구 결과를 고려했을 때, 비대면 접촉 방식의 어떤 요소들이 사회적 지지를 더 많이 지각하게 할 수 있는지 알아보는 후속 연구가 향후 언택트 시대에서의 20대의 우울 예방 전략을 구체화하는 데에 중요하겠다.

여러 제한점에도 불구하고 본 연구는 코로나19와 사회적 거리두기 상황에서 20대를 대상으로 상호작용 방식에 따른 접촉 빈도와 사회적 지지, 우울 간의 관계를 살펴봄으로써 20대의 코로나 우

울 현상을 이해하고자 하였다는 장점을 지닌다. 또한, 대면 접촉 빈도뿐만 아니라 비대면 접촉 빈도와 사회적 지지가 20대의 우울과 관련된 중요한 변인이라는 것을 밝혔다. 특히, 비대면 접촉 빈도가 사회적 지지를 거쳐 우울 수준을 감소시키는 긍정적 영향을 준다는 결과는 현재 겪고 있는 코로나19 상황과 앞으로 도래할 언택트 시대에서 20대의 정신건강 문제를 예방하기 위한 전략을 세우는데 중요한 정보로 활용될 것으로 예상된다.

참 고 문 헌

- 강옥모, 김지훈 (2017). 베이비붐세대의 고용지위변화, 정신건강 및 삶의 질 간의 종단적 인과관계. *한국가족복지학*, 22(3), 379-400.
- 건강보험심사평가원 (2020). 코로나 19확산으로 생긴 우울감이나 무기력증, 코로나 블루. *건강보험심사평가원*. https://blog.naver.com/ok_hira/222180810874 (검색 일자 2021.03.02)
- 고상백, 손미아, 공정옥, 이철갑, 장세진, 차봉석 (2004). 비정규직 근로자들의 직업적 특성과 사회심리적 스트레스. *대한직업환경의학회지*, 16(1), 103-113.
- 김봉수 (2020). 코로나 경제상황에서 고용조건 및 고용보장에 관한 소고. *국제법무*, 12(2), 55-90.
- 문화체육관광부 국립국어원. (2020). 다듬은 말. https://www.korean.go.kr/front/imprv/refineView.do?mn_id=158&imprv_refine_seq=20846 (검색 일자 2021.07.24)
- 박세홍, 김창엽, 신영전 (2009). 고용상태 변화가 정신건강에 미치는 영향: 한국복지패널을 이용한 우울감을 중심으로. *비판사회정책*, 27, 79-120.
- 박지원 (1985). 사회적 지지척도 개발을 위한 일 연구. *연세대학교 대학원 박사학위 청구논문*.
- 박현길 (2019). 언택트 (Untact)? 마케팅, 53(8), 30-42.
- 손헌일, 김기욱, 허중배, 박충훈 (2020). 코로나 19 극복

- 을 위한 부산시 정책 대응. BDI 정책포커스, 1-12.
- 신노라, 안창일 (2004). 성인 애착 유형과 자기개념, 효능감, 대처 양식, 사회적지지 수준과 대인불안의 관계. *한국심리학회지: 임상*, 23(4), 949-968.
- 윤혜정 (1993). 청소년의 일상적 스트레스와 사회관계망 지지 지각. 서울대학교 대학원 석사학위청구논문.
- 이기쁨 (2020). 코로나 19 확산 이후 국가별 정책대응과 고용지표 현황. *노동리뷰*, 43-54.
- 이성균 (2016). 한국 임금근로자의 스트레스에 관한 연구: 패널자료 분석. *한국사회학*, 50(4), 203-232.
- 이수비 (2021). 코로나 19 전후 고용상태 변화가 우울 변화에 미치는 영향: 연령의 조절효과. *인문사회* 21, 12(3), 1213-1225.
- 이영자 (1994). 스트레스, 사회적 지지, 자아존중감과 우울 및 불안과의 관계. 서울여자대학교 대학원 박사학위청구논문.
- 이중삼 (2021.04.21). '코로나 블루' 겪는 청년... '자해, 우울증' 급증. *한국대학신문*. <http://news.unn.net/news/articleView.html?idxno=507338>
- 이은환 (2020). 코로나 19 세대, 정신건강 안녕한가! 이슈 & 진단, 1-25.
- 장미경 (2007). 대학생의 애착유형과 지각된 사회적 지지와의 관계에서 사회 망 지향의 매개효과 연구. *상담학연구*, 8(4), 1263-1276.
- 전경규, 최상진, 양병장 (2001). 통합적 한국판 CES-D 개발. *한국심리학회지: 건강*, 6(1), 59-76.
- 전승화, 김정호 (2020). 언택트 (Untact) 산업 확산의 이론적 배경과 전망. *신산업경영저널*, 38(1), 96-116.
- Alden, L. E., Taylor, C. T., Mellings, T. M., & Laposa, J. M. (2008). Social anxiety and the interpretation of positive social events. *Journal of Anxiety Disorders*, 22(4), 577-590.
- Alzueta, E., Perrin, P., Baker, F. C., Caffarra, S., Ramos Usuga, D., Yuksel, D., & Arango Lasprilla, J. C. (2021). How the COVID 19 pandemic has changed our lives: A study of psychological correlates across 59 countries. *Journal of Clinical Psychology*, 77(3), 556-570.
- Amir, N., Foa, E. B., & Coles, M. E. (1998). Automatic activation and strategic avoidance of threat-relevant information in social phobia. *Journal of Abnormal Psychology*, 107(2), 285-290.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480.
- Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. New York, NY: Oxford University Press.
- Bentler, P. M. (1990). Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Bulletin*, 107(2), 238-246.
- Bentler, P. M., & Bonett, D. G. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin*, 88(3), 588-606.
- Berger, C. R. (1979). Beyond initial interaction: Uncertainty, understanding, and the development of interpersonal relationships. *Language and Social Psychology*, 6, 1-62.
- Berkman, L. F., Glass, T., Brissette, I., & Seeman, T. E. (2000). From social integration to health: Durkheim in the new millennium. *Social Science & Medicine*, 51(6), 843-857.
- Barnett, M. D., Maciel, I. V., Johnson, D. M., & Ciepluch, I. (2021). Social anxiety and perceived social support: Gender differences and the mediating role of communication styles. *Psychological Reports*, 124(1), 70-87.
- Bijl, R. V., Ravelli, A., & Van Zessen, G. (1998). Prevalence of psychiatric disorder in the general population: Results of the Netherlands Mental Health Survey and Incidence Study (NEMESIS). *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 33, 587-595.
- Bourassa, K. J., Sbarra, D. A., Caspi, A., & Moffitt,

- T. E. (2020). Social distancing as a health behavior: County-level movement in the United States during the COVID-19 pandemic is associated with conventional health behaviors. *Annals of Behavioral Medicine, 54*(8), 548-556.
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. In K. A. Bollen and J. S. Long (Eds.), *Testing structural equation models* (pp. 136-162). Newbury Park, CA: Sage.
- Burgard, S. A., Brand, J. E., & House, J. S. (2009). Perceived job insecurity and worker health in the United States. *Social Science & Medicine, 69*(5), 777-785.
- Carstensen, L. L. (1995). Evidence for a life-span theory of socioemotional selectivity. *Current Directions in Psychological Science, 4*(5), 151-156.
- Chen, L., Hu, N., Shu, C., & Chen, X. (2019). Adult attachment and self-disclosure on social networking site: A content analysis of Sina Weibo. *Personality and Individual Differences, 138*, 96-105.
- Cheung, G. W., & Rensvold, R. B. (2002). Evaluating goodness-of-fit indexes for testing measurement invariance. *Structural Equation Modeling, 9*(2), 233 - 255.
- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. Liebowitz, D. Hope, & F. Schneier (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, Assessment, and Treatment* (pp. 69 - 93). New York, NY: Guilford Press.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin, 98*(2), 310-357.
- Cornwell, B., Schumm, L. P., & Laumann, E. O. (2008). The social connectedness of older adults: A national profile. *American Sociological Review, 73*(2), 185 - 203.
- Coventry, W. L., Gillespie, N. A., Heath, A. C., & Martin, N. G. (2004). Perceived social support in a large community sample. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 39*(8), 625-636.
- Ellison, N. B., Steinfield, C., & Lampe, C. (2007). The benefits of Facebook "friends:" Social capital and college students' use of online social network sites. *Journal of Computer Mediated Communication, 12*(4), 1143-1168.
- Ellison, N. B., Steinfield, C., & Lampe, C. (2007). The benefits of Facebook "friends:" Social capital and college students' use of online social network sites. *Journal of computer mediated communication, 12*(4), 1143-1168.
- Fraley, R. C., & Davis, K. E. (1997). Attachment formation and transfer in young adults' close friendships and romantic relationships. *Personal Relationships, 4*(2), 131 - 144.
- Galambos, N. L., Barker, E. T., & Krahn, H. J. (2006). Depression, self-esteem, and anger in emerging adulthood: Seven-year trajectories. *Developmental Psychology, 42*(2), 350 - 365.
- Gallagher, R. P. (2007). National survey of counseling center directors 2006. http://d-scholarship.pitt.edu/28167/1/2006_survey.pdf
- Gillath, O., Johnson, D. K., Selcuk, E., & Teel, C. (2011). Comparing old and young adults as they cope with life transitions: The links between social network management skills and attachment style to depression. *Clinical Gerontologist, 36*(3), 251-265.
- Hampton, K. N., Goulet, L. S., Rainie, L., & Purcell, K. (2011). Social networking sites and our lives (Vol. 1). Washington, DC: Pew Internet & American Life Project.
- Hayes, A. F. (2009). Beyond baron and kenny: Statistical mediation analysis in the new millennium. *Communication Monographs, 76*(4),

- 408-420.
- Jacobi, F., Wittchen, H. U., Höltling, C., Höfler, M., Pfister, H., Müller, N., & Lieb, R. (2004). Prevalence, co-morbidity and correlates of mental disorders in the general population: results from the German Health Interview and Examination Survey (GHS). *Psychological Medicine, 34*(4), 597-611.
- Kendler, K. S., Myers, J., & Prescott, C. A. (2005). Sex difference in the relationship between social support and risk for major depression: A longitudinal study of opposite-sex twin pairs. *American Journal of Psychiatry, 162*(2), 250-256.
- Kenny, M. E., & Sirin, S. R. (2006). Parental attachment, self-worth, and depressive symptoms among emerging adults. *Journal of Counseling & Development, 84*(1), 61 - 71.
- Kim, J. H. (2017). Smartphone-mediated communication vs. face-to-face interaction: Two routes to social support and problematic use of smartphone. *Computers in Human Behavior, 67*, 282-291.
- Lane, J. A. (2015). Counseling emerging adults in transition: Practical applications of attachment and social support research. *The Professional Counselor*
- Lane, J. A., Leibert, T. W., & Goka Dubose, E. (2017). The impact of life transition on emerging adult attachment, social support, and well being: A multiple group comparison. *Journal of Counseling & Development, 95*(4), 378-388.
- Lin, N. (1986). Conceptualizing social support. In N. Lin, A. Dean, & W. Ensel (Eds.), *Social support, life events, and depression* (pp. 17 - 30). New York, NY: Academic Press.
- Leinonen, J. A., Solantaus, T. S., & Punamaki, R. (2003). Social support and the quality of parenting under economic pressure and workload in Finland: The role of family structure and parental gender. *Journal of Family Psychology, 17*(3), 409 - 418.
- Maoz, K., Eldar, S., Stoddard, J., Pine, D. S., Leibenluft, E., & Bar-Haim, Y. (2016). Angry-happy interpretations of ambiguous faces in social anxiety disorder. *Psychiatry Research, 241*, 122-127
- McIntyre, C. W., Watson, D., & Cunningham, A. C. (1990). The effects of social interaction, exercise, and test stress on positive and negative affect. *Bulletin of the Psychonomic Society, 28*(2), 141-143.
- McIntyre, C. W., Watson, D., Clark, L. A., & Cross, S. A. (1991). The effect of induced social interaction on positive and negative affect. *Bulletin of the Psychonomic Society, 29*(1), 67-70.
- Menard, S. (1995). Sage University paper series on quantitative applications in the social sciences. *Applied Logistic Regression Analysis, 7*-106.
- Mokhtarian, P. L. (1990) A typology of relationships between telecommunications and transportation. *Transportation Research Part A: General, 24*(3), 231 - 242.
- Murphy, K. A., Blustein, D. L., Bohlig, A. J., & Platt, M. G. (2010). The college-to-career transition: An exploration of emerging adulthood. *Journal of Counseling & Development, 88*(2), 174 - 181.
- Norris, F. H., & Kaniasty, K. (1996). Received and perceived social support in times of stress: a test of the social support deterioration deterrence model. *Journal of Personality and Social Psychology, 71*(3), 498-511.
- Olson, D. A., Liu, J., & Shultz, K. (2012). The influence of Facebook usage on perceptions of social support, personal efficacy, and life satisfaction. *Journal of Organizational Psychology, 123*(4), 133 - 143.

- Paul, E. L., & Brier, S. (2001). Friendsickness in the transition to college: Precollege predictors and college adjustment correlates. *Journal of Counseling & Development, 79*(1), 77-89.
- Peirce, R. S., Frone, M. R., Russell, M., Cooper, M. L., & Mudar, P. (2000). A longitudinal model of social contact, social support, depression, and alcohol use. *Health Psychology, 19*(1), 28-38.
- Perrone, L., & Vickers, M. H. (2003). Life after graduation as a "very uncomfortable world": An Australian case study. *Education and Training, 45*(2), 69-78.
- Polach, J. L. (2004). Understanding the experience of college graduates during their first year of employment. *Human Resource Development Quarterly, 15*(1), 5-23.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement, 1*(3), 385-401.
- Rose, S. M. (1984). How friendships end: Patterns among young adults. *Journal of Social and Personal Relationships, 1*(3), 267-277.
- Rotemann, M. (2007). Marital breakdown. *Health Report, 18*(2), 33-43.
- Sarason, B. R., Pierce, G. R., Shearin, E. N., Sarason, I. G., Waltz, J. A., & Poppe, L. (1991). Perceived social support and working models of self and actual others. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*(2), 273-287.
- Schimmenti, A., Billieux, J., & Starcevic, V. (2020). The four horsemen of fear: An integrated model of understanding fear experiences during the COVID-19 pandemic. *Clinical Neuropsychiatry, 17*(2), 41-45.
- Seo, M., Kim, J., & Yang, H. (2016). Frequent interaction and fast feedback predict perceived social support: Using crawled and self-reported data of Facebook users. *Journal of Computer-Mediated Communication, 21*(4), 282-297.
- Seligman, M. E., Rashid, T., & Parks, A. C. (2006). Positive psychotherapy. *American Psychologist, 61*(8), 774-788.
- Shigemura, J., Ursano, R. J., Morganstein, J. C., Kurosawa, M., & Benedek, D. M. (2020). Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019 nCoV) in Japan: Mental health consequences and target populations. *Psychiatry and Clinical Neurosciences, 74*(4), 281-282.
- Sommerlad, A., Marston, L., Huntley, J., Livingston, G., Lewis, G., Steptoe, A., & Fancourt, D. (2021). Social relationships and depression during the COVID-19 lockdown: Longitudinal analysis of the COVID-19 Social Study. *Psychological Medicine, 1*-10.
- Strielkowski, W. (2020). *COVID-19 pandemic and the digital revolution in academia and higher education*. Preprints.
- Swickert, R. J., Rosentreter, C. J., Hittner, J. B., & Mushrush, J. E. (2002). Extraversion, social support processes, and stress. *Personality and Individual Differences, 32*(5), 877-891.
- Teo, A. R., Choi, H., Andrea, S. B., Valenstein, M., Newsom, J. T., Dobscha, S. K., & Zivin, K. (2015). Does mode of contact with different types of social relationships predict depression in older adults? Evidence from a nationally representative survey. *Journal of the American Geriatrics Society, 63*(10), 2014-2022.
- Teo, A. R., Chan, B. K., Saha, S., & Nicolaidis, C. (2019). Frequency of social contact in-person vs. on Facebook: An examination of associations with psychiatric symptoms in military veterans. *Journal of Affective Disorders, 243*, 375-380.
- Thoits, P. A. (1982). Life stress, social support, and psychological vulnerability: Epidemiological

- considerations. *Journal of Community Psychology*, 10(4), 341-362.
- Tidwell, L. C., & Walther, J. B. (2002). Computer-mediated communication effects on disclosure, impressions, and interpersonal evaluations: Getting to know one another a bit at a time. *Human Communication Research*, 28(3), 317-348.
- Williams, D. (2006). On and off the Net: Scales for social capital in an online era. *Journal of computer-mediated communication*, 11(2), 593-628.
- Wittchen, H. U., Nelson, C. B., & Lachner, G. (1998). Prevalence of mental disorders and psychosocial impairment in adolescents and young adults. *Psychological Medicine*, 28(1), 109 - 126.
- Voncken, M. J., Bögels, S. M., & De Vries, K. (2003). Interpretation and judgmental biases in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 41(12), 1481-1488.

원고접수일: 2021년 8월 27일

논문심사일: 2021년 9월 9일

게재결정일: 2022년 6월 21일

한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2022. Vol. 27, No. 4, 589 - 607

Identifying the Path from the Frequency of FacetoFace and Non-FacetoFace Contact to Corona Depression 20s: Mediating of Social Support

Yesol Shin Soohyun Park
Yonsei University

The relationship between faceto face contact frequency, non-faceto face contact frequency, social support and depression to understand corona depression, considering developmental characteristic of emerging adulthood. This study was identify the path that faceto face contact frequency and non-faceto face contact frequency depression through social support. Participants were 248 students, attending a university in Seoul and mean age was 22.1 years. The faceto face contact frequency, non-faceto face contact frequency, social support and depression questionnaire w administered to participants. esults show that 1) the direct of faceto face contact frequency on depression was statistically significant, but indirect of faceto face contact frequency on depression through social support was statistically significant and 2) the indirect of non-faceto facecontact frequency on depression through social support was statistically significant after controlling the gender . Our findings indicate treduced faceto face contact due to social distancing reduced non-faceto face contact due to social distancing can negatively depression suggest that non-faceto face contact as a resource of social supportmay be i preventi depression in social distancing situatio.

Keywords: orona, social distancing, social contact frequency, social support, depression