

## 코로나 대유행 시기 지각된 스트레스가 심리적 디스트레스에 미치는 영향: 대처전략의 종단매개효과\*

이 다 미<sup>1)</sup> 이 덕 회<sup>2)</sup> 이 동 훈<sup>†</sup>

본 연구에서는 코로나 대유행 시기에 지각된 스트레스가 심리적 디스트레스(부정정서, 우울, 불안, 분노)에 미치는 영향에서 대처전략의 종단매개효과를 확인하고자 하였다. 또한 코로나 대유행 상황에서 각 연령별로 대처전략의 사용에 차이가 있었는지 살펴보았다. 이를 위해 8개월의 간격을 두고 두 번에 걸쳐 수집된 성인 941명의 두 시점 종단 자료를 활용하였다. 분석결과, 코로나 스트레스(시점1)는 심리적 디스트레스(시점2) 중 우울을 제외한 부정정서, 불안, 분노에 종단으로 영향을 끼치는 것으로 확인되었다. 종단매개효과 분석결과, 대처전략 중 부적응적 대처전략만(시점2)이 코로나 스트레스(시점1)와 심리적 디스트레스(시점2)의 관계에서 종단매개효과를 보이는 것으로 나타났다. 연령별 다집단 분석결과, 대처전략의 사용에 있어서 연령별 차이는 없는 것으로 나타났다. 본 연구는 코로나 대유행 상황에서 일반 성인의 심리적 디스트레스를 종단으로 살펴보았다는 점에서 의의를 지닌다. 마지막으로 본 연구의 한계점과 추후 연구를 위한 제언을 제시하였다.

주요어 : 코로나 대유행시기, 지각된 스트레스, 대처전략, 심리적 디스트레스, 종단매개효과

\* 본 논문은 2021년 대한민국 교육부와 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임 (NRF-2021S1A3A2A02089682).

본 논문은 이다미의 2023년도 석사학위논문을 수정, 보완하여 작성되었음.

1) 성균관대학교 석사

2) 성균관대학교 박사 수료

† 교신저자 : 이동훈, 성균관대학교 교육학과 교수, 외상심리건강연구소 소장, 03063, 서울시 종로구 성균관로 25-2 호암관 1112호, Tel : 02-760-0535, E-mail : dhlawrence05@gmail.com



Copyright ©2023, The Korean Psychological Association of Culture and Social Issues  
This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

코로나는 우리의 일상에 많은 변화와 차질을 가져왔다. 전 세계로 빠르게 확산된 코로나의 감염확산을 막기 위해 세계 각국에서는 국가 차원의 'Lockdown'이 시행되었다. 사전적으로는 제재를 뜻하는 Lockdown으로 인해 영업 중단과 이동 및 외출제한이 이뤄졌다. 우리나라의 경우, 중앙재난안전대책본부에서 2020년 3월 22일부터 2022년 4월 18일까지 사회적 거리두기를 시행하였으며 이로 인해 약 2년 1개월간 사적 및 공적 모임이 제한되었고, 다양한 업종의 영업을 중단되거나 영업시간이 제한되었다. 비단 사회적 거리두기가 아니라도 감염불안으로 인해 각 개인은 모임과 외출을 자제하곤 하였다. 이처럼 코로나는 급작스러운 환경의 변화와 경제적 손실, 감염불안, 사회적 단절 등을 야기하였고, 이러한 비일상성은 스트레스로 이어졌다. 867명의 중국 대학생들을 대상으로 한 연구에서는 코로나로 인한 학업 스트레스, 대인관계 스트레스(등교 중지), 환경적 스트레스(감염 두려움)가 코로나 스트레스로 지각된 것이 확인되었으며(Yang et al., 2021), 국내의 경우 성인 600명을 대상으로 한 연구에서 코로나로 인한 일상의 차질과 수입감소가 스트레스를 야기하는 것으로 나타났다(이동훈 외, 2021). 이러한 연구결과들은 코로나로 인해 많은 개인이 스트레스를 느꼈음을 보여준다.

더욱 큰 문제는 코로나 스트레스가 심리적 디스트레스로 이어진다는 것이다. 심리적 디스트레스란 사회과학 연구에서 개인의 심리 건강을 측정하는 지표로써 흔히 사용되는 단어로(Drapeau et al., 2012), 대개 흥미상실, 슬픔, 절망감과 같은 정서적 고통을 지칭하거나(Mirowsky & Ross, 2002) 우울, 불안으로 정의된다(Clark & Watson, 1991). 코로나 상황에서 지

각된 스트레스와 심리적 디스트레스의 관계를 살펴본 선행연구들을 고찰한 결과, 두 변인은 관련이 있는 것으로 확인된다(Arslan & Yildirim, 2021; Yang et al., 2021). 구체적으로 오스트리아, 인도, 영국 등 각국의 인구를 대상으로 수행된 연구에 의하면, 연구참여자 1653명 중 77%가 코로나로 인한 스트레스를 보고하였으며, 더 나아가 코로나 스트레스가 우울과 불안 증상을 예측하는 것으로 나타났다(Varma et al., 2021). 국내의 경우, 대학생 346명을 대상으로 한 연구에서 코로나 상황에서 지각된 스트레스가 우울에 영향을 미치는 것이 확인되었다(최아라, 2021). 위와 같은 선행연구 고찰을 통해 '코로나 상황에서 지각된 스트레스는 심리적 디스트레스에 영향을 끼친다.'는 관계를 가정해볼 수 있다.

한편, 코로나 상황에서 지각된 스트레스와 심리적 디스트레스의 관계를 연구한 선행연구에서 아쉬운 점은 다수의 연구가 코로나로 인한 심리적 디스트레스를 우울과 불안에만 한정해 살펴보았다는 것이다(Choi & Kim, 2022). 코로나 시기 대중이 경험한 대표적인 심리적 디스트레스에는 우울과 불안 뿐만 아니라 '분노'도 확인된다(서현숙, 고동우 2021; Gdoura et al., 2021). 이는 코로나 대유행 시기에 등장한 신조어를 통해서도 확인할 수 있다. 코로나 대유행 시기 등장한 대표적인 신조어로는 '코로나 블루'와 '코로나 레드'가 있다. '코로나 블루'는 코로나로 인한 우울을 의미하며, '코로나 레드'는 해결되지 않고 장기화 된 코로나로 우울이 분노가 된 것을 의미한다. 신조어는 새롭게 만들어진 단어로써, 당시의 경제 상황이나, 사회적 이슈 등 사회문화를 투영한다(이준영, 이제성, 2016). 따라서 '코로나 레드'라는 신조어의 등장은 코로나로 인해 대중

이 분노를 느꼈음을 시사한다. 실제로 국내 성인 223명을 대상으로 한 연구에서는 코로나로 인한 비일상성과 타인의 예방수칙 비준수 등으로 연구참여자의 27%가 코로나 이후로 분노수준이 증가한 것으로 나타났다(조다빈, 심은정, 2020). 이러한 양상들은 코로나 대유행과 분노가 밀접한 관련이 있음을 보여준다. 이를 미루어 살펴보았을 때, 추후 코로나와 같은 또 다른 전염병으로 인한 대유행이 발생할 경우, 대중은 우울, 불안 뿐만 아니라 분노도 경험할 가능성이 크다는 것을 예상해 볼 수 있다. 따라서 코로나 상황으로 인한 심리적 디스트레스로써 분노를 살펴보는 것은, 코로나 대유행 상황에서 대중이 경험한 심리적 디스트레스를 보다 다양하게 살펴볼 수 있다는 점에서 필요할 뿐만 아니라 또 다른 전염병 유행의 상황에서 대중이 경험할 심리적 디스트레스를 예상해보고 대처하는 데에 도움을 줄 수 있을 것이다.

한편, 코로나 스트레스로 인한 심리적 디스트레스에 개입하기 위해서는 두 변인 간의 관계에서 매개변인이 존재하는지 살펴볼 필요가 있다. 매개변인이란 예측변인이 준거변인에 어떻게 혹은 왜 영향을 끼치는지 두 변인 간의 관계를 설명하는 변인이자 심리과정이다(Baron & Kenny, 1986). 매개변인을 밝히는 것은 사회과학 분야에서 변인 간 관계를 밝히는 데 도움이 될 뿐만 아니라, 상담 혹은 심리치료, 개입 과정에서 어떤 처치가 도움이 되는지 파악하는 데에 도움이 된다(서영석, 2010). 앞서 살펴본바, 코로나 스트레스가 심리적 디스트레스를 유발한다는 것은 이미 많은 연구에서 확인되었다. 그러나 이러한 정보는 상담 및 심리치료 혹은 개입과정에 적용시키는데 어려움이 있다. 왜냐하면 연구결과에 의하면

심리적 디스트레스를 유발하는 것은 스트레스로 따라서 개입과정에는 심리적 디스트레스를 줄이기 위해 스트레스를 감소시켜야 하는데, 스트레스 그 자체를 없애거나 줄이는 것은 쉽지 않기 때문이다. 스트레스는 추상적인 개념이기에 개입과정에서 접근이 쉽지 않을 뿐만 아니라 스트레스를 유발하는 스트레스는 개인마다 다양하며, 스트레스 자체를 통제하는 것은 불가능하다. 따라서 스트레스로 인한 심리적 디스트레스를 줄이기 위해 스트레스 자체에 개입을 하는 것보다는 두 변인 간의 관계를 밝혀, 심리적 디스트레스로 이어지는 연결고리나 보다 접근이 가능한 매개변인에 접근하는 게 보다 효율적이라고 할 수 있다. 따라서 코로나 스트레스와 심리적 디스트레스의 관계에서 심리적 기제와 매개변인을 밝히는 것은 개입에 있어서 문제해결과 변화를 위한 전략 수립에 정보를 제공할 수 있다는 점에서 중요한 의미를 지닌다.

스트레스와 심리적 디스트레스 간의 관계에서 고려해 볼 수 있는 매개변인으로는 대처전략이 있다. 대처전략이란 개인이 스트레스의 원인을 해결하고 스트레스로 인한 감정적 영향을 다스리고자 행동적, 인지적 노력을 하는 목표지향적인 과정을 의미한다(이지연, 그레이스정, 2016; Lazarus, 1993). Lazarus와 Folkman(1984)은 스트레스 평가-대처 모델(Transactional Model)을 통해 스트레스는 스트레스 상황 그 자체보다는 개인의 인지적 평가에 의해 스트레스 수준이 결정되고, 개인이 스트레스에 대해 어떻게 대처하는지에 따라 스트레스 상황 속에서 적응과 부적응이 나뉠 수 있다고 소개하였다. 즉, 스트레스 평가-대처 모델에 의하면 대처전략은 스트레스에 대한 적응과 부적응에 영향을 끼치는 요인으로써 코로나 스트

레스와 심리적 디스트레스의 관계에서 매개변인으로 작용할 수 있다는 것을 기대해볼 수 있다.

대처전략은 크게 '문제중심 대처전략', '정서중심 대처전략', '부적응적 대처전략'으로 분류가 가능하다(Carver et al., 1989). '문제중심 대처전략'은 문제상황을 해결하기 위해 계획을 세우고 자원을 탐색하고, 사회적 지지를 구하는 등 적절한 행동을 취함으로써 문제에 대처하는 전략이며, '정서중심 대처전략'은 문제해결을 위한 행동보다는 문제로 인한 부정적 정서를 조절하려는 대처전략이다. 전자의 경우 개인이 상황을 변화시킬 수 있다고 평가하였을 때 주로 선택되며, 후자의 경우 개인이 상황을 변화시킬 수 없다고 평가하였을 때 스트레스에 적응하기 위해 주로 선택된다(Lazarus, 1990; Yang et al., 2021). 마지막으로 '부적응적 대처전략'은 스트레스에 대해 도움이 되지 않는 대처방식으로(Caver, 1997) 본질적으로는 비효율적이지 않을 수는 있으나 장기적으로 바라본다면 스트레스 대처에 있어서 도움이 되지 못하는 대처전략을 의미한다. 정서중심 대처전략에 해당하는 대처전략에는 '수용, 정서적 지지, 유머, 긍정적 재해석, 종교'가 있으며, 문제중심 대처전략에는 '능동적 대처, 도구적 지원, 계획하기'가, 마지막으로 부적응적 대처전략에는 '행동철회, 부인, 자기비난, 주의분산, 약물사용, 감정표출'이 해당된다.

Carver 등(1989)은 문제중심 대처전략과 정서중심 대처전략은 스트레스 상황에 대한 적응적인 대처전략으로써 긍정적인 결과를 야기하는 반면, 부적응적 대처는 비효율적인 대처방식으로써 부정적인 결과를 야기한다고 주장하였다. 실제로 스트레스에 대한 긍정적인 결과

와 부정적인 결과를 심리적 디스트레스의 관점에서 살펴본 선행연구를 살펴보면, 정서중심 대처전략과 문제중심 대처전략의 경우 심리적 디스트레스의 감소와 관련이 있을 뿐만 아니라(Carver & Smith, 2010), 삶의 질과 같은 심리적 웰빙의 증진과 관련이 있는 것으로 확인된다(Almeida et al., 2021; Meyer, 2001). 반대로 부적응적 대처전략은 심리적 디스트레스의 증가와 관련이 있는 것으로 보고된다(Chou et al., 2011; Meyer, 2001). 이러한 연구결과들은 스트레스와 심리적 디스트레스의 관계에서 대처전략이 관련이 있다는 것을 보여준다. 뿐만 아니라 대처전략은 심리적 디스트레스의 주요 설명변인으로 밝혀지기도 하였는데(Nielsen & Knardahl, 2014; Santos et al., 2022), 이는 심리적 디스트레스와 대처전략의 관련성을 지지한다. 따라서 본 연구에서는 스트레스와 심리적 디스트레스의 관계에서 대처전략의 매개효과를 확인해보고자 한다.

앞서 대처전략에 대한 선행연구를 살펴본 결과, 문제중심 대처전략과 정서중심 대처전략은 스트레스 상황에서 심리적 디스트레스의 감소와 관련이 있는 것으로 확인됐다. 하지만 전염병, 자연재해와 같이 통제할 수 없다고 여겨지는 재난상황에서는 기대와는 상반된 결과가 확인된다. 효율적인 대처전략이라고 여겨졌던 문제중심 대처전략이 오히려 심리적 디스트레스를 증가시키기도 하였다. 실제로 홍수를 겪은 캐나다 여성 230명을 대상으로 재난경험으로 인한 주관적인 심리적 어려움을 대처전략이 조절하는지 살펴본 결과, 재난으로 인해 많은 어려움을 겪었다고 느꼈을수록 문제중심 대처전략과 부적응적 대처전략은 심리적 디스트레스를 악화시키고 정서중심 대처전략만이 이를 완화시키는 것으로 확인되었다

(Chen et al., 2020).

코로나라는 전염병 재난상황에서 대처전략과 심리적 디스트레스의 관계를 확인한 연구들을 살펴보면 다음과 같은데, 크로아티아 성인 2860명을 대상으로 수행된 연구에서는 부적응적 대처전략의 사용은 우울과 불안을 야기하며, 정서중심 대처전략의 사용은 우울과 불안의 감소를 예측하는 것으로 나타났다. 하지만 문제중심 대처전략은 우울과 유의미한 관계가 확인되지 않았으며 오히려 불안에는 정적인 영향을 끼치는 것으로 확인되었다(Margetić et al., 2021). 같은 동아시아권 문화인 중국의 연구를 살펴보면, 304명의 임산부를 대상으로 코로나 펜데믹(2020년 6월~7월)으로 인한 스트레스적 경험이 정신건강(우울, 불안, 걱정, 불면, 스트레스)에 미치는 영향에서 대처전략의 매개효과를 확인한 결과, 부적응적 대처전략과 정서중심 대처전략의 매개효과는 유의미하였으나 문제중심 대처전략의 경우 유의미한 매개효과가 확인되지 않았다(Khoury et al., 2021). 즉, 통제할 수 없다고 여겨지는 재난상황에서 문제중심 대처전략은 부적응적 대처전략과 같이 심리적 디스트레스를 야기하고, 정서중심 대처전략만이 효율적으로 작용하는 것을 확인할 수 있다. 이러한 연구결과는 비재난상황에서 일상 스트레스에 대한 대처전략의 효과가 재난상황에서는 다르게 나타날 수 있음을 의미한다. 따라서 코로나라는 전염병을 배경으로 스트레스와 심리적 디스트레스의 관계에서 대처전략의 매개효과는 어떠한지 살펴볼 필요가 있다.

이미 국내외에서 코로나를 배경으로 대처전략을 살펴본 연구들이 존재한다. 하지만 국외 연구의 경우 국내와 문화가 다르기 때문에 적용하는 데에 한계가 있다. 국내에서도 코로나

대유행 시기, 관련 연구가 수행되었지만 연구 대상이 대학생과 운동선수라는 점에서 특정적이라는 한계를 보인다(김정수, 김현주, 2022; 박효은 외 2021; 유미옥, 2022). 이러한 연구들은 대학생 및 운동선수의 심리건강을 이해하고 개입을 하는 데에는 도움을 줄 수 있지만 일반 성인을 대상으로 코로나로 인한 스트레스와 그로 인한 심리적 디스트레스에 적용시키는 데에는 무리가 있다.

또한 본 연구들은 대처전략의 매개효과를 ‘횡단’으로만 살펴보았다는 한계가 있다. 다수의 매개효과에서 사용되는 방법론을 고안한(Baron & Kenny, 1986) Kenny(2014)는 매개모델은 ‘인과관계를 살펴보는 모델’이라고 주장하였다. 그럼에도 불구하고 많은 연구자들이 이를 간과하고 하나의 시점에서 동시에 측정된 횡단자료를 기반으로 매개효과를 살펴본다. 하지만 이는 각 변인 간의 인과관계에 기반을 둔 매개효과의 근본적인 가정을 무시하는 것이라고 비판받는다(Jose, 2016; MacKinnon, 2008). 따라서 본 연구에서는 이러한 주장에 근거해 일반 성인을 대상으로 코로나 대유행 상황에서 대중이 인지한 스트레스가 8개월 후에 측정한 심리적 디스트레스(부정정서, 우울, 불안, 분노)에 미친 영향과 두 변인 간 관계에서 대처전략이 어떻게 매개하는 지를 ‘종단’으로 살펴보고자 한다.

마지막으로 본 연구에서는 연령에 따라 대처전략의 사용에 차이가 있었는지 살펴보고자 한다. 선행연구에 따르면 연령별로 대처전략의 사용 유형이 다른 것으로 나타나는데, 일반적으로 나이가 들수록 부적응적인 대처전략의 사용이 감소하고 적응적인 대처전략을 사용이 증가하는 것으로 확인된다(Blanchard-Fields, 2007; Whitty, 2003). 이에 대해

Aldwin(1991)은 생애주기에 따라 나이가 들수록 대처전략을 발전시키고 스트레스 상황을 보다 덜 부정적으로 평가하기 때문에 부적응적인 대처전략을 덜 사용하게 된다고 주장하였으며(Aldwin, 1991; Aldwin, et al., 1996), Vaillant(1995)는 생애를 거쳐 나이가 들수록 성숙해지기 때문에 보다 적응적인 대처전략을 사용한다고 주장하였다. 예를 들어, 대학생을 대상으로 한 연구에서는 막 입학한 신입생이 상급생들보다 부적응적인 대처전략을 사용하는 것으로 나타났으며(Misra, et al., 2000), 16세에서 65세를 대상으로 업무 스트레스에 대한 연령에 따른 대처전략을 살펴본 연구에서는 나이가 많은 근로자일수록 효율적인 문제중심 대처전략을 사용하고 나이가 어린 근로자일수록 회피전략을 많이 사용하는 것으로 나타났다(Hertel et al., 2015). 이러한 연구들은 나이가 어릴수록 부적응적인 대처전략을 사용하며, 나이가 많을수록 적응적인 대처전략을 사용한다는 것을 보여준다. 따라서 본 연구에서는

코로나 펜데믹 상황에서도 연령에 따라 대처 전략 사용에 차이가 나타날 것을 가정하게 되어, 에릭슨의 생애주기 이론에 맞춰 각 연령을 청년층(18-34세), 장년층(35세-59세), 노년층(60세 이상) 세 집단으로 나누어 살펴보고자 한다(Erikson, 1950).

### 연구가설 및 연구모형

이상 선행연구 고찰에 의하면, 코로나 펜데믹은 개인의 스트레스를 야기하며, 이로 인한 스트레스는 심리적 디스트레스에 영향을 미치고, 대처전략은 스트레스와 심리적 디스트레스를 매개하는 인과적 관계가 확인된다. 따라서 이를 바탕으로 한 연구모형은 그림 1과 같으며 구체적인 연구가설은 다음과 같다. 첫째, 코로나 대유행 상황에서 지각된 스트레스는 심리적 디스트레스(부정정서, 우울, 불안, 분노)를 증가시킨다. 둘째, 스트레스는 대처전략(문제중심, 정서중심, 부적응적 대처전략)에 영향을 미치며, 대처전략은 코로나 스트레스와

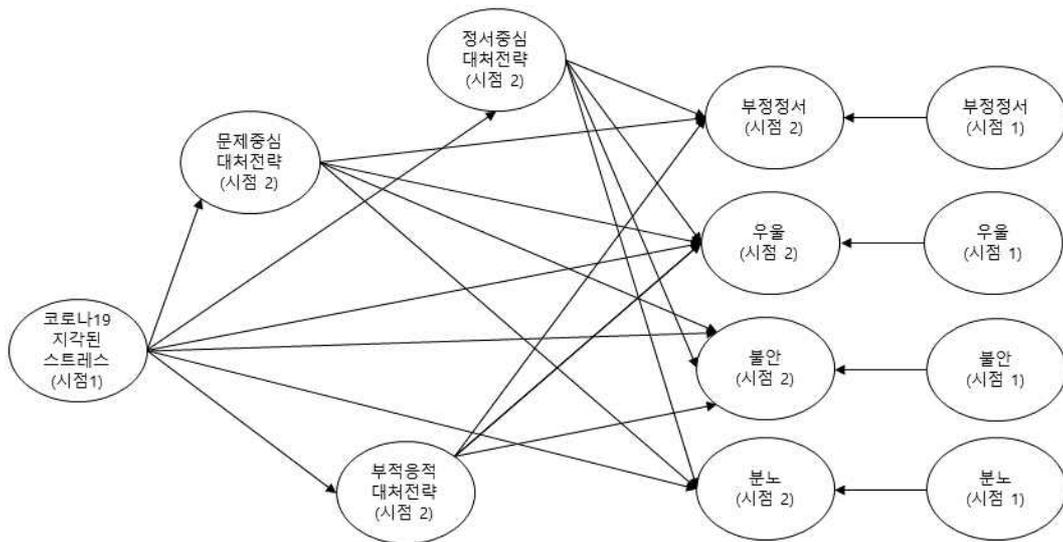


그림 1. 연구모형

심리적 디스트레스(부정정서, 우울, 불안, 분노)의 관계를 종단으로 매개한다. 셋째, 연령에 따라 대처전략(문제중심, 정서중심, 부적응적 대처전략)의 차이가 있을 것이다.

## 방 법

### 연구대상 및 자료수집 방법

본 연구에서는 코로나 대유행 시기 지각된 스트레스와 심리적 디스트레스(부정정서, 우울, 불안, 분노)와의 관계에서 대처전략의 매개효과를 확인하기 위해 두 시점 종단자료를 활용하였다. 본 연구에서 활용된 자료 중 시점1의 자료에서는 코로나 스트레스, 심리적 디스트레스가 시점2의 자료에서 대처전략과 심리적 디스트레스가 2차 자료(Secondary Source)로서 활용되었다. 본 연구에서 활용된 종단자료는 8개월의 간격을 두고 두 시점에 걸쳐 수집되었으며, 수집과정에서 국내 인구센서스 기준에 따른 성별과 연령 비율이 반영되었다. 또한 설문은 온라인 설문 기관인 'OOO'을 통해 수행되었다. 설문은 약 30분의 시간이 소요되었으며, 설문에 참여한 참여자들은 소정의 적립금을 지급 받았다. 본 설문은 OO대학교 생명윤리위원회(Institutional Review Board: IRB)에서 연구 승인을 받은 후 진행되었다.

본 연구에 활용된 시점1의 설문조사는 2021년 02월 19일부터 2021년 03월 03일까지 수행되었다. 설문은 총 2,440명이 참여하였으며, 이 중 1,452명이 설문을 완료하였다. 하지만 이 중 18명이 불성실한 응답을 하여 설문에서 제외되었다. 최종적으로 시점1의 설문조사는 1,434명이 완료한 것으로 판단하였다. 시점1의

설문조사가 시작되기 직전인 2021년 2월 26일에는 국내 코로나 백신접종이 시작되었으며, 당시 국내 코로나 일일 확진자 수는 400명대였다.

시점2의 설문조사는 2021년 10월 19일에 시작하여 11월 17일까지 수행되었다. 설문은 시점1의 설문을 완료한 1,434명을 대상으로 실시하였으며, 이 중 941명이 시점2의 설문에 참여하였다.

시점2의 자료수집 기간 중에 코로나 확진자의 수가 급증하였으며, 자료수집을 시작한 10월 19일 당시 일일 확진자 수는 1,000명대였다. 시점2 설문 기간 당시, 전국 백신접종률은 81.17%이었으며, 위드코로나(단계적 일상회복)가 시행되었다. 본 연구에서는 시점1과 시점2의 설문조사에 모두 참여한 941명의 설문자료를 활용하였다.

본 연구의 연구 참여자의 인구통계학적 특성은 표 1과 같다. 성별의 경우 남성이 488명(51.9%) 여성이 453명(48.1%)으로 나타났으며, 연령은 50대 214명(22.7%), 40대 200명(21.3%), 30대 176명(18.7%) 순으로 나타났다. 거주지역은 인천경기 289명(30.7%), 경상 220명(23.4%), 서울 192명(20.4%) 순으로 나타났다. 직업형태의 경우 직장인이 499명(53%), 전업주부가 130명(13.8%), 자영업이 122명(13.0%) 순으로 나타났으며, 가구형태의 경우, 다인가구가 777명(82.6%), 1인가구가 164명(17.4%)으로 나타났다. 본 연구의 연구대상이 경험한 비일상성 경험의 빈도는 표 2와 같다. 시점1과 시점2 모두에서 '개인적인 일정 및 계획에 차질 발생'을 가장 많이 경험한 것으로 나타났으며, '감염의 우려 때문에 외출에 지장 경험', '등하교 및 출퇴근길에 대중교통을 이용 꺼림칙' 순으로 비일상성을 경험하는 것으로 나타났다.

표 1. 연구참여자의 인구사회학적 특성(N=941)

		빈도 (명)	%
성별	남성	488	51.9
	여성	453	48.1
연령	청년층(18세 이상 34세 이하)	242	25.7
	중장년층(35세 이상 59세 이하)	501	53.2
	노년층(60세 이상)	198	21.0
거주지역	서울	192	20.4
	인천경기	289	30.7
	경상	220	23.4
	충청	110	11.4
	전라	88	9.4
	강원제주	42	4.5
직업형태	학생	51	5.4
	직장인	499	53.0
	의료관련 종사자	31	3.3
	자영업	122	13.0
	전업주부	130	13.8
	무직	75	8.0
	기타	33	3.5
가구형태	1인 가구	164	17.4
	다인 가구	777	82.6

측정도구

**코로나로 인한 비일상성 경험과 그로 인한 어려움**

연구 참여자들이 경험한 비일상성 경험과 그로 인한 어려움을 확인하기 위해 이동훈 등 (2021)이 코로나 시기 경험한 비일상성 경험을 측정하기 위해 사용한 문항을 사용하였다(표 2 참조). 문항은 '외출 및 활동범위의 제약으

로 인해 심리적 어려움', '음주량이 증가' 등 총 18문항으로 구성되었다. 문항은 자가보고 형 5점 Likert 척도로 각 문항에 대해 '전혀 그렇지 않다(1점)' 부터 '매우 그렇다(5점)'로 응답한다. '전혀 그렇지 않다(1점)', '그렇지 않다(2점)'로 응답하였을 경우 비일상성 경험을 하지 않은 것으로 판단하였으며, '보통이다(3점)', '그렇다(4점)', '매우 그렇다(5점)'고 응답하였을 경우 비일상성을 경험한 것으로 판단하였다.

표 2. 연구참여자의 비일상성 경험 빈도(N=941)

	시점 1		시점 2	
	빈도	%	빈도	%
개인적인 일정 및 계획에 차질 발생	879	93.4%	842	89.5%
감염의 우려 때문에 외출에 지장	858	91.2%	832	88.4%
등하교 및 출퇴근길에 대중교통을 이용 거립칙	821	87.2%	779	82.8%
공적인 일정 및 계획에 차질 발생	810	86.1%	773	82.1%
외출 및 활동범위의 제약으로 인해 심리적 어려움	803	85.3%	745	79.2%
코로나로 인한 스트레스 증가	760	80.8%	717	76.2%
병원을 이용하거나 치료를 받는데 어려움	751	79.8%	672	71.4%
코로나로 인해 우울감 증가	660	70.1%	607	64.5%
평소에 가지고 있던 고민이나 심리적 어려움이 더욱 증가	636	67.6%	593	63.0%
코로나로 인해 이유 없이 짜증이 나고 화가 남	622	66.1%	553	58.8%
코로나 팬데믹의 여파로 수입 감소	568	60.4%	528	56.1%
자살사고가 생기거나 예전보다 증가	520	55.3%	490	52.1%
가족과의 갈등 증가	361	38.4%	365	38.8%
아이들을 집에서 온전히 돌보느라 지치고 힘들	335	35.6%	331	35.2%
음주량이 증가	332	35.3%	337	35.8%
학교, 직장 등에서 동료와의 갈등과 불화 발생	323	34.3%	319	33.9%
아이를 맡길 곳이 없어 어려움 경험	279	29.6%	283	30.1%
흡연량 증가	231	24.5%	239	25.4%

이동훈 등(2021)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .85 였으며, 본 연구에서는 시점1과 시점2 각각 .89, .90으로 나타났다.

**지각된 스트레스 척도(Perceived Stress Scale; PSS)**

지각된 스트레스를 측정하기 위해 Cohen, Kamarck과 Mermelstein(1983)이 개발한 지각된 스트레스 척도(Perceived Stress Scale; PSS)를 박준호, 서영석(2010)이 국내 타당화한 한국판 지각된 스트레스 척도를 사용하였다. 원척도

는 총 14문항으로 이뤄졌으나 국내 타당화 과정에서 4문항이 삭제되어 총 10문항으로 타당화 되었다. 본 연구에서는 코로나로 인해 지각된 스트레스를 측정하기 위해 코로나와 관련된 스트레스 경험을 물었다. 척도의 하위요인은 '긍정적 지각' 5문항, '부정적 지각' 5문항으로 총 2요인으로 구성되어있다. 본 척도는 자가보고형 5점 Likert 척도로 각 문항에 대해 '전혀 그렇지 않다(0점)'부터 '매우 자주 그렇다(4점)'로 응답한다. 총점의 범위는 최저 0점에서 최고 40점이며 점수가 높을수록 지각

된 스트레스가 높다는 것을 의미한다. Cohen 등(1983)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .84~.86이었으며, 본 연구에서는 .66으로 나타났다.

#### **한국 정서경험척도(The Korean Emotional Experience Scale)**

부정정서를 측정하기 위해 홍창희(2004)가 개발 및 타당화한 한국 정서경험척도 11문항을 사용하였다. 본 척도는 부정적 정서를 묻는 11문항, 긍정적 정서를 묻는 11문항, 총 22문항으로 구성된 자기보고형 5점 Likert 척도이며, 각 문항에 제시된 정서 단어에 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(5점)'으로 응답하게 되어있다. 본 연구에서는 총 22문항 중 부정적 정서를 측정하는 11문항만을 사용하였다. 홍창희(2004)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .76이었으며, 본 연구에서 .95로 나타났다.

#### **우울증 간이 선별도구(The Center for Epidemiological Studies Depression scale; CES-10-D)**

우울 증상을 측정하기 위해 Radloff(1977)가 개발하고 후에 Kohut 등(1993)이 단축형으로 만든 우울증 간이 선별도구(The Center for Epidemiological Studies Depression scale; CES-D)를 신서연(2011)이 국내 성인을 대상으로 단축형으로 표준화한 한국어판 단축형 척도를 사용하였다. 본 척도는 총 10문항의 단일요인으로 구성된 자기보고형 2점 Likert 척도로 각 문항에 대해 '아니다(0점)'와 '그렇다(1점)'로 응답한다. 본 척도는 일주일 동안의 우울증상을 측정하지만, 본 연구에서는 코로나와 관련한 우울경험을 물었다. 총점의 범위는 최저 0점에서 최고 10점이며 점수가 높을수록 우울이

높다는 것을 의미한다. 원척도 개발논문인 Kohout 등(1993)에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .76이었으며, 본 연구에서는 .86으로 나타났다.

#### **범불안장애 척도(Generalized Anxiety Disorder 7; GAD-7)**

불안 증상을 측정하기 위해 Spitzer, Kroenke, Williams과 Löwe(2006)가 개발한 범불안장애 척도(Generalized Anxiety Disorder 7; GAD-7)를 Seo와 Park(2015)이 타당화한 한국판 범불안장애 척도를 사용하였다. 본 척도는 총 7문항으로 구성된 자기보고형 4점 Likert 척도로 각 문항에 대해 지난 2주간 불안으로 인한 괴로움 경험을 '전혀 없었다(0점)'에서 '거의 매일 괴로웠다(3점)'으로 응답한다. 총점의 범위는 0에서 최고 21점이며 점수가 높을수록 불안 증상의 심각도가 높은 것을 의미한다. Seo와 Park(2015)의 연구에서 컷오프 점수는 5점으로 나타났다. 원척도 개발논문인 Spitzer 등(2006)의 연구에서의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .92이었으며, 본 연구에서는 .93으로 나타났다.

#### **분노반응척도(The Dimensional of Anger Reactions; DAR-5)**

분노 증상 수준을 측정하기 위해서 Forbes 등(2014)이 개발한 분노반응척도-5(the Dimensions of Anger Reactions-5; DAR-5)를 이동훈 등(2022)이 한국판으로 타당화한 분노 척도가 사용되었다. 본 척도는 총 5문항으로 이뤄진 자기보고형 척도로, 트라우마 사건 이후에 경험하는 분노의 빈도, 강도, 지속기간, 공격성, 사회적 기능 방해를 측정한다. 원척도는 지난 4주간의 일상생활을 떠올리며 응답하도록 요청하지만 본 연구에서는 '코로나 사태 이후 일상생활에서 경험할 수 있는 어려움'을 떠올리며,

각 문항에 '전혀 그런 적 없다(1점)'에서 '매우 그렇다(5점)'로 스스로를 평가해 응답하도록 요청하였다. 총점의 범위는 최저 0점에서 최고 25점이며 총점이 높을수록 역기능적인 분노 증상이 심각한 것을 의미한다. Forbes 등(2014)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .90, 본 연구에서는 .92으로 나타났다.

#### COPE 척도(The Brief COPE; 이하 COPE)

대처전략을 측정하기 위해 Carver(1997)가 개발한 The Brief COPE 척도를 주성아(2009)가 번안한 것을 사용하였다. 본 척도는 총 28문항으로 구성된 자기보고형 척도로, 하위요인은 정서중심 대처전략 10문항, 문제중심 대처전략 6문항, 부적응적 대처전략 12문항으로 총 3요인으로 구성되어 있다. 정서중심 대처전략은 수용, 정서적 지지, 유머, 긍정적 재해석, 종교로 구성되어 있으며, 문제중심 대처전략은 능동적 대처, 도구적 지원, 계획하기로, 부적응적 대처전략은 행동철회, 부인, 자기비난, 주의분산, 약물사용, 감정표출로 구성되어 있다. 본 척도는 4점 리커트 척도로 각 문항에 해당하는 대처전략에 대해 '전혀 사용 안함(1점)'에서 '많이 사용(4점)' 범위로 스스로 평가하해 응답하도록 요청한다. 각 하위영역 문항 점수를 합산하는 방식으로 점수를 산출하며 점수가 높을수록 해당 스트레스 대처전략을 많이 사용하는 것으로 볼 수 있다. 주성아의 연구에서 전체문항에 대한 Cronbach's  $\alpha$ 는 .90 문제중심 대처전략, 정서중심 대처전략, 부적응적 대처전략은 각각 .85, .82, .83으로 나타났으며, 본 연구에서 전체문항에 대한 Cronbach's  $\alpha$ 는 .92 문제중심 대처전략, 정서중심 대처전략, 부적응적 대처전략은 각각 .85, .83, .89으로 나타났다.

#### 자료 분석

본 연구에서는 연구문제에 따른 연구방법은 다음과 같으며 분석은 SPSS 26.0과 MPLUS 8.0을 통해 수행되었다. 첫째, 연구참여자의 인구통계학적 특성과 연구참여자가 경험한 코로나로 인한 어려움(비일상성 경험)을 확인하기 위해 빈도분석을 실시하였다. 둘째, 본 연구에서 이용된 변인들 중 대처전략을 제외한 모든 변인들이 단일요인이고, 대처전략 또한 하위요인을 구분하여 매개변인으로 사용함에 따라 구조모형 검증을 실시하기 전 변인을 문항묶음(Item Parceling) 하였다. 이때, 문항묶음은 각각의 변인이 동일한 내용을 측정함에 따라 고유분산 분배 방법 중 하나인 요인 알고리즘(Factorial Algorithm) 방식을 사용하였다(이지현, 김수영, 2016). 문항묶음을 할 경우, 자료가 연속형 자료에 보다 가까워져 정규성을 충족하게 될 뿐만 아니라 모형의 적합도가 올라가고 문항의 신뢰도가 높아진다는 이점이 있다(Bandalos, 2002). 셋째, 변인들의 평균과 표준편차를 확인하고, 왜도와 첨도를 확인함으로써 데이터의 정규성을 검증하기 위해 기술통계분석을 실시하였다. 이때, 왜도의 절대값이 2를 넘지 않고 첨도의 절대값이 7을 넘지 않을 경우 정규성을 만족하는 것으로 판단하였다(West et al. 1995). 넷째, 주요 변인 간의 상관관계를 파악하기 위하여 Pearson 상관분석을 실시하였다. 다섯째, 잠재변인이 측정변인에 의해 적절히 측정되는지를 확인하기 위해 측정모형 적합도를 검증하였다. 변인의 수렴타당도는 Wang과 Wang(2012)의 제안에 따라 0.4 이상을 적절한 것으로 판단하였으며, 변별타당도의 경우 Kline(2011)의 제안에 따라 0.9 이하를 적절한 것으로 판단하였다. 또한 모형의

적절성을 검증하기 위해 Hu와 Bentler(1999)의 제안에 따라 TLI(Tucker-Lewis Index), CFI(Comparative Fit Index), RMSEA(Root Mean Square Error of Approximation)을 확인하였다. 이때, CFI와 TLI의 경우 값이 .90 이상일 때(Hu & Bentler, 1998), RMSEA는 값이 .08 이하일 때(Browne & Cudeck, 1993) 적합하다고 판단하였다. 여섯째, 코로나 팬데믹 시기 지각된 스트레스(시점1)가 심리적 디스트레스(시점2)에 미치는 영향에 대처전략(시점2)이 매개하는지를 확인하기 위해 연구모형검증을 실시하였다. 이때 시간에 흐름에 따른 코로나 팬데믹 시기 지각된 스트레스의 영향을 확인하기 위해 자기회귀효과를 통제한 뒤 매개효과를 확인하였다. 이를 위해 시점1에 측정된 심리적 디스트레스가 시점2에 측정된 심리적 디스트레스에 미치는 영향을 통제하였다. 일곱째, Shrout와 Bolger(2002)의 제안에 따라 부트스트래핑(Bootstrapping)을 통해 매개효과를 검정하였다. 부트스트래핑은 표본과 동일한 크기의 표본을 반복적으로 추출하는 방식으로 매개효과 유의성을 직접적으로 검증하는 방식이다. 본 연구에서는 95% 신뢰구간 안에 '0'을 포함하지 않을 경우 매개효과가 유의한 것으로 해석하였다(Shrout & Bolger, 2002). 또한 부트스트래핑 방식으로 재추출한 표본의 수가 최소 5,000개 이상이어야 한다는 Hayes(2018)의 주장에 따라 본 연구에서는 부트스트래핑 표본의 수를 5,000개로 설정하여 분석을 실시하였다. 마지막으로, 연령에 따른 경로의 차이를 확인하기 위해 다집단 분석을 실시하였으며, 연령 구분은 청년층(n = 328), 중장년층(n = 424), 노년층(n = 199)으로 구분하였다. 이때, 다집단 분석은 종속변인에 대한 자기회귀 효과를 통제함에 따라 '형태 동일성', '측정 동일성', '자기

회귀 경로에 대한 동일성'을 검증한 후 '경로 동일성'을 검증하였다. 형태 동일성의 경우 모형의 적합도가 적절할 경우 형태 동일성이 만족하는 것으로 판단하였으며, 이후 동일성의 Cheung과 Rensvold(2002)의 의견에 따라 이전 모형과의 CFI 차이가 .01보다 작을 경우 적합한 것으로 판단하였다.

## 결 과

### 주요 변인 기술통계

연구에서 사용된 자료의 정규성을 검증하기 위해 기술통계를 실시하였다. 분석 결과, 각 변인의 왜도와 첨도의 절대값이 각각 2와 7이 넘지 않아 정규성을 만족해 구조방정식 분석에 적합한 것으로 확인되었다.

### 주요 변인 간 상관관계

주요 변인들 간 상관관계를 확인하기 위해 상관분석을 실시하였으며, 결과는 표 3과 같다. 지각된 스트레스는 문제중심 대처전략, 정서중심 대처전략을 제외한 모든 변인에서 유의미한 상관이 확인되었다. 문제중심 대처전략은 정서중심 대처전략과, 부적응적 대처전략, 심리적 디스트레스와 유의미한 상관이 확인되었다. 정서중심 대처전략은 문제중심 대처전략, 부적응적 대처전략과 심리적 디스트레스와 유의미한 상관이 확인되었다. 마지막으로 부적응적 대처전략은 지각된 스트레스, 문제중심 대처전략, 정서중심 대처전략, 심리적 디스트레스와 유의미한 상관이 확인되었다.

표 3. 주요변인 간 상관계수

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. 지각된 스트레스(시점1)	-											
2. 부정정서(시점1)	0.53***	-										
3. 우울(시점1)	0.53***	0.54***	-									
4. 불안(시점1)	0.45***	0.58***	0.71***	-								
5. 분노(시점1)	0.39***	0.52***	0.62***	0.66***	-							
6. 문제중심 대처전략(시점2)	-0.05	0.17***	0.09*	0.15***	0.10**	-						
7. 정서중심 대처전략(시점2)	-0.07	0.15***	0.13***	0.22***	0.18***	0.87***	-					
8. 부적응적 대처전략(시점2)	0.21***	0.32***	0.46***	0.46***	0.48***	0.38***	0.57***	-				
9. 부정정서(시점2)	0.42***	0.67***	0.47***	0.49***	0.48***	0.27***	0.25***	0.43***	-			
10. 우울(시점2)	0.40***	0.41***	0.69***	0.51***	0.48***	0.10**	0.16***	0.52***	0.53***	-		
11. 불안(시점2)	0.37***	0.45***	0.54***	0.60***	0.50***	0.19***	0.27***	0.57***	0.56***	0.67***	-	
12. 분노(시점2)	0.35***	0.47***	0.52***	0.53***	0.66***	0.17***	0.26***	0.60***	0.59***	0.62***	0.72***	-

주. \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

측정모형 검증

연구모형의 구조모형 검증에 앞서 측정변인에 의해 잠재변인이 적절히 측정되는지 확인하기 위해 측정모형 적합도를 검증하였다. 분석 결과,  $\chi^2$ 은 1567.84( $df = 528$ ), CFI는 .96, TLI는 .96, RMSEA는 .046로 적합한 것으로 나타났다. 각 잠재변수에 대한 요인 부하량을 확인한 결과 잠재변인에 대한 측정변인의 부하량이 .4 이상으로 나타나 적절한 것으로 판단하였다.

연구모형 검증

지각된 스트레스와 심리적 디스트레스(부정정서, 우울, 불안, 분노)와의 관계에서 대처전략(문제중심, 정서중심, 부적응적)의 매개효과를 확인하는 연구모형의 적합도를 검증하였다. 적합도 확인 결과,  $\chi^2$ 은 1830.30( $df = 552$ ), CFI

는 .96, TLI는 .95, RMSEA는 .05로 나타나 연구모형이 적합한 것으로 확인되었다. 연구모형의 경로계수를 확인한 결과는 표 4와 같다. 각각의 시점 2의 심리적 디스트레스에 대한 시점 1의 영향(자기회귀 효과)은 모두 정적으로 유의하였다. 또한 지각된 스트레스(시점1)가 부정정서(시점2)( $\beta = .13, p < .05$ ), 불안(시점2)( $\beta = .16, p < .01$ ), 분노(시점2)( $\beta = .13, p < .01$ )와 부적응적 대처전략(시점2)( $\beta = .35, p < .001$ )에 미치는 영향이 유의하였다. 매개변인인 문제중심 대처전략(시점 2)이 부정정서(시점2)( $\beta = .23, p < .05$ )에 미치는 영향이 유의하였으며, 부적응적 대처전략(시점2)이 부정정서(시점 2)( $\beta = .23, p < .001$ ), 우울(시점2)( $\beta = .35, p < .001$ ), 불안(시점2)( $\beta = .39, p < .001$ ), 분노(시점2)( $\beta = .41, p < .001$ )에 미치는 영향이 유의하였다. 정서중심 대처전략의 경우 모든 변인에 미치는 영향이 유의하지 않게 나타났다.

표 4. 연구모형의 경로계수

경로	$\beta(B)$	S.E.	Est./S.E
부정정서(시점1) → 부정정서(시점2)	.51(0.50) <sup>***</sup>	0.04	13.09
지각된 스트레스(시점1) → 부정정서(시점2)	.13(0.36) <sup>*</sup>	0.16	2.29
문제중심 대처전략(시점2) → 부정정서(시점2)	.23(0.39) <sup>*</sup>	0.15	2.54
정서중심 대처전략(시점2) → 부정정서(시점2)	-.15(-0.26)	0.19	-1.38
부적응적 대처전략(시점2) → 부정정서(시점2)	.23(0.40) <sup>***</sup>	0.09	4.23
우울(시점1) → 우울(시점2)	.51(0.53) <sup>***</sup>	0.05	10.01
지각된 스트레스(시점1) → 우울(시점2)	.07(0.05)	0.04	1.28
문제중심 대처전략(시점2) → 우울(시점2)	.01(0.01)	0.05	0.13
정서중심 대처전략(시점2) → 우울(시점2)	-.11(-0.05)	0.06	-0.97
부적응적 대처전략(시점2) → 우울(시점2)	.35(0.17) <sup>***</sup>	0.03	6.42
불안(시점1) → 불안(시점2)	.36(0.35) <sup>***</sup>	0.04	8.82
지각된 스트레스(시점1) → 불안(시점2)	.16(0.26) <sup>**</sup>	0.09	2.97
문제중심 대처전략(시점2) → 불안(시점2)	.04(0.05)	0.10	0.48
정서중심 대처전략(시점2) → 불안(시점2)	-.06(-0.06)	0.12	-0.53
부적응적 대처전략(시점2) → 불안(시점2)	.39(0.42) <sup>***</sup>	0.07	6.28
분노(시점1) → 분노(시점2)	.44(0.43) <sup>***</sup>	0.04	10.90
지각된 스트레스(시점1) → 분노(시점2)	.13(0.35) <sup>**</sup>	0.13	2.72
문제중심 대처전략(시점2) → 분노(시점2)	.03(0.06)	0.15	0.42
정서중심 대처전략(시점2) → 분노(시점2)	-.07(-0.13)	0.18	-0.73
부적응적 대처전략(시점2) → 분노(시점2)	.41(0.71) <sup>***</sup>	0.09	7.52
지각된 스트레스(시점1) → 문제중심 대처전략(시점2)	.03(0.05)	0.10	0.52
지각된 스트레스(시점1) → 정서중심 대처전략(시점2)	.02(0.03)	0.09	0.34
지각된 스트레스(시점1) → 부적응적 대처전략(시점2)	.35(0.56) <sup>***</sup>	0.09	5.94

주. \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$ .

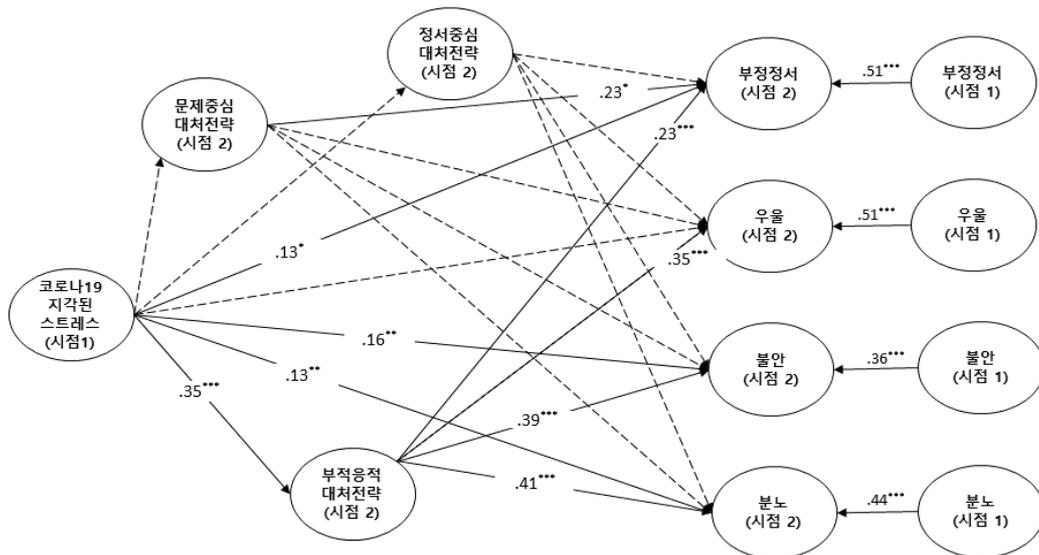
매개모형 검증

연구모형 내 지각된 스트레스와 심리적 디스트레스와의 관계에서 대처전략의 매개효과를 확인하기 위해 부트스트래핑 기법을 활용

하였으며, 결과는 표 5와 같다. 본 연구에서는 95% 신뢰구간 안에서 '0'을 포함하지 않을 경우 매개효과가 유의미한 것으로 해석하였다 (Shrout & Bolger, 2002). 분석 결과, 지각된 스트레스가 부정정서(.12 - .33), 우울(.06 - .14),

표 5. 매개효과 검증

경로	B	95% 신뢰구간	
		하한	상한
코로나 스트레스(시점1) → 문제중심 대처전략(시점2) → 부정정서(시점2)	.02	-.06	.09
코로나 스트레스(시점1) → 정서중심 대처전략(시점2) → 부정정서(시점2)	-.01	-.06	.05
코로나 스트레스(시점1) → 부적응적 대처전략(시점2) → 부정정서(시점2)	.02	.12	.329
코로나 스트레스(시점1) → 문제중심 대처전략(시점2) → 우울(시점2)	.00	-.01	.01
코로나 스트레스(시점1) → 정서중심 대처전략(시점2) → 우울(시점2)	.00	-.02	.01
코로나 스트레스(시점1) → 부적응적 대처전략(시점2) → 우울(시점2)	.09	.06	.14
코로나 스트레스(시점1) → 문제중심 대처전략(시점2) → 불안(시점2)	.00	-.02	.02
코로나 스트레스(시점1) → 정서중심 대처전략(시점2) → 불안(시점2)	.00	-.03	.02
코로나 스트레스(시점1) → 부적응적 대처전략(시점2) → 불안(시점2)	.23	.14	.33
코로나 스트레스(시점1) → 문제중심 대처전략(시점2) → 분노(시점2)	.00	-.03	.03
코로나 스트레스(시점1) → 정서중심 대처전략(시점2) → 분노(시점2)	.00	-.04	.04
코로나 스트레스(시점1) → 부적응적 대처전략(시점2) → 분노(시점2)	.36	.25	.54



주. 유의하지 않은 경로는 실선으로 표시함.

그림 2. 최종모형

불안(.14 - .33), 분노(.25 - .54)에 영향을 미칠 때, 부적응적 대처전략이 매개하는 것으로 나타났다. 또한 지각된 스트레스가 심리적 디스트레스에 영향을 미칠 때 문제중심 대처전략과 정서중심 대처전략의 매개효과는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 따라서 최종적으로 본 연구에서 확인된 유의미한 구조모형은 아래 그림 2와 같다.

연령에 따른 다집단 경로 간 차이 검증

연령에 따른 집단 간 경로의 차이를 확인하기 위해 청년층, 중장년층, 노년층으로 집단을 구분하여 다집단 분석을 실시하였다. 이를 위해 표 6의 절차에 따라 분석을 실시하였으며, 그 결과는 표 7과 같다. 분석 결과 모든 연령에 따른 집단 간 차이가 없는 것으로 나타났다.

표 6. 다집단 분석 절차

모형	연령 집단 간 동일화 제약
모형 1	형태 동일성
모형 2	모형 1 + 측정 동일성
모형 3	모형 2 + 자기회귀 경로에 대한 동일성
모형 4	모형 3 + 전체 경로 동일성

논 의

본 연구는 코로나 대유행 시기에 지각된 스트레스와 심리적 디스트레스(부정정서, 우울, 불안, 분노)의 관계에서 세 가지 대처전략(문제중심, 정서중심, 부적응적)의 매개효과를 중단으로 확인하였다. 이를 시점1에서 측정된 코로나 대유행 시기 지각된 스트레스가 8개월 후 시점 2에서 측정된 심리적 디스트레스(부

표 7. 연령층에 따른 동일성 검증

		$\chi^2$	<i>df</i>	<i>p</i>	CFI	TLI	RMSEA (90% 신뢰구간)	SRMR
청년층과 중장년층	모형 1	2277.08	1105	.000	.95	.94	.05(.05-.06)	.09
	모형 2	2305.12	1129	.000	.95	.94	.05(.05-.06)	.09
	모형 3	2308.52	1133	.000	.95	.94	.05(.05-.06)	.09
	모형 4	2327.96	1148	.000	.95	.94	.05(.05-.06)	.09
청년층과 노년층	모형 1	1937.42	1105	.000	.94	.93	.06(.05-.06)	.10
	모형 2	1967.079	1129	.000	.939	.932	.06(.05-.06)	.09
	모형 3	1974.204	1133	.000	.939	.932	.06(.05-.06)	.09
	모형 4	1987.866	1148	.000	.939	.933	.06(.05-.06)	.09
중장년층과 노년층	모형 1	2165.116	1105	.000	.952	.945	.05(.05-.06)	.07
	모형 2	2204.486	1129	.000	.951	.946	.05(.05-.06)	.08
	모형 3	2209.156	1133	.000	.951	.946	.05(.05-.06)	.08
	모형 4	2221.923	1148	.000	.951	.947	.05(.05-.06)	.08

정정서, 우울, 불안, 분노)에 미치는 영향을 대처전략(시점2)이 매개하는 지 알아보기 위하여 종단 구조모형을 설정한 후 모형의 적합도를 살펴보고, 각 변인의 효과와 변인 간의 경로를 확인하였다. 본 연구의 가설을 바탕으로 주요 연구결과와 논의를 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 연구가설1(코로나 대유행 시기에 지각된 스트레스는 심리적 디스트레스를 증가시킨다)을 확인하기 위해 코로나 스트레스가 심리적 디스트레스(부정정서, 우울, 불안, 분노)에 직접적으로 미치는 영향을 검증한 결과, 코로나 스트레스는 심리적 디스트레스 중 우울을 제외한 부정정서, 불안, 분노에 유의미한 정적 영향을 끼치는 것으로 나타났다. 즉, 코로나 스트레스가 높은 사람일수록 부정정서, 우울, 분노의 수준이 높은 경향이 있다는 것을 의미한다. 이러한 연구결과는 우울에서 유의한 결과가 나타나지 않았다는 점에서 연구가설1(코로나 스트레스는 심리적 디스트레스를 증가시킨다)과 부분적으로 일치한다. 본 연구결과를 선행연구와 비교해보면, 코로나 스트레스와 부정정서, 불안, 분노의 관련성은 다른 선행연구의 결과와 일치하다(Yan et al., 2021). 하지만 코로나 스트레스가 우울에 미치는 영향을 살펴본 선행연구와 비교했을 때, 횡단으로 수행된 다수의 연구에서는 코로나 스트레스와 우울의 유의미한 관계가 확인된다는 점에서 본 연구와 차이를 보이지만(Ahmed et al., 2020; Arslan & Yildirim, 2021), 종단으로 살펴본 연구와는 동일한 결과가 확인되었다(Schachter et al., 2022).

따라서 코로나 스트레스와 우울의 관계가 종단으로는 유의하지 않게 나타난 본 연구결과에 대해 종단연구와 횡단연구의 차이를 고

려해볼 수 있다. 기존 횡단연구들에서는 유의하다고 보고된 코로나 스트레스와 우울의 관계가 본 종단연구에서는 확인되지 않았다. 이러한 차이는 횡단연구에서는 시간의 흐름이 반영되지 않지만 종단연구에서는 변인 간의 영향에 시간의 흐름이 반영되어서 일 수 있다. 일각에서는 동시점에서 측정된 횡단자료를 기반으로 매개효과를 살펴보는 것은 '일시적인' 인과관계를 살펴보는 것으로 시간의 흐름에 따른 선후 관계와 각 변인들 간의 인과관계를 파악하는 것은 어렵다는 주장이 있다(Jose, 2016). 이를 주장한 Jose(2013)는 동일한 변인의 매개효과를 횡단으로 살펴본 연구결과(Jose & Weir, 2013)와 4개월의 간격을 두고 두 시점에서 매개효과를 종단으로 살펴본 결과를 비교하였으며, 그 결과 횡단연구에서는 유의하다고 나타난 매개효과가 시간의 흐름이 반영된 종단연구에서는 유의하지 않다고 나타난 것을 확인하였다. 따라서 횡단연구에서는 유의하게 나타난 코로나 스트레스와 우울의 관계가 본 종단연구에서는 유의하게 나타나지 않은 결과는 Jose(2013, 2016)의 주장대로 횡단연구와 종단연구 간 차이가 반영된 것일 수 있으며, 이는 시간에 따른 변인 간의 인과관계를 보다 정확하게 파악하기 위해서는 종단자료를 사용한 연구에 대한 고려가 필요하다는 것을 시사한다.

둘째, 연구가설2(대처전략은 코로나 스트레스와 심리적 디스트레스의 관계를 종단으로 매개한다.)를 살펴본 결과, 먼저 대처전략의 문제중심 대처전략의 경우 코로나 스트레스와 심리적 디스트레스의 관계에서 매개효과가 유의하지 않는 것으로 나타났다. 구체적으로 살펴보면, 코로나 스트레스는 문제중심 대처전략에 유의미한 영향을 끼치지 못했으며, 문제

중심 대처전략은 심리적 디스트레스 중 부정 정서에만 정적인 영향을 미치고 우울, 분노, 불안에는 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 코로나 스트레스와 심리적 디스트레스의 관계에서 대처전략의 효과를 중단으로 살펴본 다른 선행연구와 비교했을 때, 몇몇 연구에서도 문제중심 대처전략의 매개효과가 유의미하지 않은 것으로 나타났다(Agha, 2021). 이러한 결과와 관련해서는 코로나 상황의 특수성을 고려해볼 수 있다. 문제중심 대처전략의 경우, 개인이 문제상황을 바꿀 수 있다고 여길 때 선택되며, 정서중심 대처전략의 경우 문제상황을 바꿀 수 없다고 판단될 때, 상황보다는 상황으로 인한 개인의 부정정서를 조절하고자 선택되는 전략이다(Lazarus, 1995; Yang, et al., 2021). 이러한 특성 때문에 재난상황이라는 통제불능의 상황에서는 문제중심 대처전략이 오히려 심리적 디스트레스를 증가시키는 비효율적인 대처전략으로 작용하기도 한다(Chen et al., 2020; Margetić et al., 2021). 이를 고려했을 때, 코로나는 개인이 바꿀 수 있는 상황이 아니기에 개인이 코로나로 인한 스트레스에 대처하기 위해 문제중심 대처전략을 선택하지 않았을 수도 있고, 선택하더라도 유의미한 변화를 못느꼈을 수도 있다. 본 연구에서는 문제중심 대처전략이 오히려 부정정서에 유의미하게 정적인 영향을 미쳤는데, 이러한 결과는 문제중심 대처전략을 사용한 개인이 문제중심 대처전략을 통해서도 기대하는 대로 문제가 나아지지 않자 되려 부정정서가 증가한 것으로 유추해 볼 수 있으며, 재난상황에서는 문제중심 대처전략이 되려 비효율적인 대처전략으로 작용한다는 기존 선행연구의 주장과 일치한다고 할 수 있다.

이어서 대처전략의 중 정서중심 대처전략을

살펴보면, 이 또한 코로나 스트레스와 심리적 디스트레스 사이에서 매개효과가 유의하지 않는 것으로 나타났다. 구체적으로 살펴보면, 코로나 스트레스는 정서중심 대처전략에 유의미한 영향을 끼치지 못했으며, 정서중심 대처전략은 심리적 디스트레스에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 일반적으로 정서중심 대처전략은 재난상황에서 심리적 디스트레스의 완화와 관련이 있는 것으로 보고되어(Khoury et al., 2021; Salazar et al., 2021), 본 연구결과는 정서중심 대처전략이 재난상황에서는 효율적인 대처전략으로 기능할 것이라는 기대와는 상반된다. 하지만 상반된 선행 연구결과도 몇몇 확인되기도 한다. 대처전략과 심리적 디스트레스의 관계를 살펴본 타 선행연구를 확인하였을 때, 두 변인 간의 관계가 유의하지 않거나(Littleton et al., 2007), 오히려 정서중심 대처전략이 심리적 디스트레스를 증가시킨다는 결과도 확인된다(Taft et al., 2011). 즉, 정서중심 대처전략이 심리적 디스트레스에 효율적으로 작용하는 지에 대해서 상반된 결과들이 보고되고 있는 것이다.

위와 같이 혼동된 연구결과로 많은 연구자들이 정서중심 대처전략과 심리적 디스트레스의 관계를 밝히고자 사회적 지지나 과거 트라우마 경험 등 새로운 환경적 변인을 추가하여 살펴보거나(Coomber & King, 2012), 기질적 변인을 추가하여 살펴보는 등 다양한 시도를 해왔다(Pereira-Morales et al., 2018). 이러한 시도 중 하나로 몇몇 연구에서는 대처전략과 심리적 디스트레스의 관계에서 부적응적 대처전략과 적응적 대처전략의 영향력의 차이를 살펴보았다. 관련 연구에 의하면, 심리적 디스트레스에 미치는 부적응적 대처전략의 영향력에 비해 적응적 심리적 디스트레스에

미치는 영향력이 미미하다고 보고되었다(Aldao & Nolen-Hoeksema, 2012). 실제로, 18세에서 70세에 해당하는 독일인 2,200명을 대상으로 대처전략과 우울, 강박증상, 편집증의 관계를 두 시점에서 종단으로 살펴본 연구에서는 부적응적 대처전략이 적응적 대처전략 보다 심리적 디스트레스에 미치는 영향력이 더 큰 것으로 나타났다(Moritz et al., 2016). 이러한 연구결과는 적응적 대처전략이 부적응적 대처전략에 비해 심리적 디스트레스에 미치는 영향력이 미미하다는 Aldao와 Nolen-Hoeksema(2012)의 주장과 일치하다. 본 연구에서는 적응적 대처전략인 문제중심 대처전략과 정서중심 대처전략의 매개효과는 유의미하지 않았지만, 부적응적 대처전략의 매개효과는 유의미하게 확인되었는데 앞선 선행연구들을 고려하였을 때, 본 연구의 결과는 부적응적 대처전략은 심리적 디스트레스에 미치는 영향이 크지만 그에 반해 적응적 대처전략은 심리적 디스트레스의 완화에 미치는 영향이 적다는 주장을 고려해 볼 수 있다. 하지만 이와 관련해서는 추후 연구가 더욱 필요한 바이다.

다만, 두 학자는 더 나아가 부적응적 대처전략이 심리적 디스트레스에 미치는 영향력이 우세하기 때문에, 정서중심 대처전략과 문제중심 대처전략은 부적응적 대처전략과의 상호작용에서 관점으로 보아야 한다고 주장하였으며, 더 나아가 정서중심 대처전략은 부적응적 대처전략이 높게 나타날 때에만 효율적으로 작용한다고 주장하였다(Aldao & Nolen-Hoeksema, 2012). 이러한 주장을 고려하였을 때, 정서중심 대처전략과 문제중심 대처전략을 단일로만 살펴봤을 때에는 심리적 디스트레스에 유의미한 영향력을 끼치지 못하지만, 영향력이 큰 부적응적 대처전략과 상호작용을 살펴보았다면 본 연구결과와는 다른 결과가 나타났을 수도 있다. 하지만 본 연구에서는 대처전략의 상호작용까지 살펴보는 못하였다. 이는 본 연구의 한계로 추후 연구에서는 대처전략의 상호작용을 살펴보면 좋을 것이다.

마지막으로 부적응적 대처전략의 경우, 코로나 스트레스와 심리적 디스트레스의 관계를 매개한다는 것으로 나타났다. 구체적으로 살펴보면 코로나 스트레스는 부적응적 대처전략에 유의미한 정적 영향을 끼쳤고, 부적응적 대처전략은 심리적 스트레스에 해당하는 모든 변인에 정적인 영향을 미쳤다. 이러한 결과는 스트레스가 증가할수록 개인은 부적응적 대처전략을 선택하며, 증가한 부적응적 대처전략은 심리적 디스트레스(우울, 불안, 분노, 부정 정서)에 정적인 영향을 끼친다는 것을 의미한다. 이러한 연구결과는 스트레스와 대처전략의 관계를 살펴본 기존의 연구에서도 확인할 수 있다.

선행연구에 의하면 스트레스가 높아질수록 효율적인 대처방식의 사용이 감소하고, 비효율적인 대처방식의 사용이 증가하는 경향이 있으며(Evans et al., 2015; Jaser et al. 2008), 부적응적 대처전략이 심리적 디스트레스를 증가시키는 것으로 보고되는데(Holt-Gosselin et al., 2021), 본 연구결과는 동일한 결과를 보여주고 있다. 마지막으로 코로나로 인한 심리적 디스트레스에 대한 부적응적 대처전략의 매개효과를 확인한 선행연구와 비교하였을 때에도 다수의 연구에서 본 연구와 동일한 결과가 확인된다(Kukić et al., 2022; Retti & Daniels, 2021). 따라서 본 연구결과는 부적응적 대처전략이 스트레스와 심리적 디스트레스의 정적인 관계를 매개한다는 선행연구 및 주장과 일치하며,

코로나 팬데믹이라는 재난상황에서도 동일한 매커니즘이 작용한다는 것을 확인하였다.

요약하면, 코로나 스트레스와 심리적 디스트레스의 중단관계에서 대처전략의 매개효과를 살펴본 결과 문제중심 대처전략과 정서중심 대처전략은 유의한 매개효과가 없었으며, 부적응적 대처전략만이 매개효과를 가지는 것으로 확인되었다. 이러한 연구결과는 코로나 재난상황에서 일반 국민의 심리적 디스트레스를 완화하는데 새로운 정보를 제공할 수 있다. 기존 재난상황에 대한 선행연구에서는 정서중심 대처전략이 재난 상황으로 인한 심리적 디스트레스의 감소와 관련이 있는 대처전략으로 보고된다(Chen et al., 2020). 하지만 본 연구에서는 심리적 디스트레스의 완화와 정서중심 대처전략의 관련성이 발견되지 않았다. 따라서 본 연구결과를 재난상황에 적용시키면, 적응적인 대처전략을 사용하도록 권장하는 것보다 부적응적 대처전략을 지양시키는 것이 재난상황에서 심리적 디스트레스를 완화하는데 보다 도움이 될 수도 있다는 것을 의미한다.

마지막으로, 연구가설3(연령에 따라 대처전략의 차이가 있을 것이다.)을 확인하기 위해 연구대상을 청년층(19~39세), 중장년층(40~64세), 노년층(65세 이상), 총 세 집단으로 나누어 다집단 분석을 수행한 결과, 유의미한 집단 간 차이가 나타나지 않았다. 이러한 연구결과는 나이가 많을수록 효율적인 대처전략을 사용한다는 선행이론 및 연구와는 다른 결과이다. 이와 관련해 코로나라는 상황의 특수성과 연령에 따른 대처전략의 차이를 살펴본 선행연구들의 특성을 살펴볼 필요가 있다. 먼저, 선행연구 및 이론은 연령이 높아질수록 삶의 경험을 기반으로 정서를 조절하는 능력이 높아져 같은 상황에도 보다 효율적으로 대처할

수 있다고 주장한다. 하지만 코로나는 장년층 및 노년층이 겪어보지 못한 일이었기에 삶의 경험을 기반으로 한 자원을 사용하기 어려웠을 것으로 예측해 볼 수 있다.

또한 관련 선행연구들은 연령별 대처전략의 사용 실태를 파악하기 위해 ‘동일한 상황’에서 한정적으로 연령별 대처전략의 사용양상을 확인하고 비교하였다. 하지만 코로나는 사회, 경제, 문화, 생활사 등 다양한 측면에서 ‘포괄적’으로 어려움을 야기하였다. 실제로 선행연구에 의하면 코로나 대유행 상황에서 연령별로 어려움을 느끼는 지점이 각기 달랐다(송현진, 조윤직, 2022; 이동훈 외 2022). 연령대를 3개(베이비붐, X세대, MZ세대)로 분류해 살펴본 연구에 의하면, 베이비붐 세대(1946~64년 출생)의 경우 코로나로 인한 소득감소와 실업 및 휴직이, X세대(1965~79년 출생)의 경우 코로나로 인한 사회적 단절이, 마지막으로 MZ세대(1980~2002년 출생)의 경우 코로나로 인한 실업 및 휴직이 삶의 질을 저하시켰다(송현진, 조윤직 2022). 이러한 연구결과는 같은 코로나 상황이라도 연령별로 인식하는 어려움이 모두 달랐음을 보여준다. 따라서 노년 및 장년층이 청년층이 어려움을 호소하는 부분에서는 보다 효율적으로 대처하였을 수도 있으나, 다른 부분에서는 효율적으로 대처하지 못하여, 결과적으로 코로나라는 전반적인 상황 자체에는 효율적으로 대처하지 못한 것으로 비춰졌을 수도 있다고 예상해 볼 수 있다.

#### 의의 및 한계점

본 연구에 대한 의의점은 다음과 같다. 먼저, 본 연구는 코로나 대유행 상황에서 지각된 스트레스가 개인의 심리적 디스트레스에 미치는 영향을 중단매개연구를 통해 확인하였

다. 특히, 코로나와 심리적 디스트레스의 관계에서 대처전략의 매개효과를 횡단으로 살펴본 연구는 다수 수행되었지만, 종단으로 살펴본 국내 연구는 없었다는 점에서 본 연구는 의의를 가진다. 이를 통해 코로나 스트레스(우울, 불안, 분노, 부정정서)와의 관계에서의 대처전략의 매개효과에 대해 시간의 흐름에 따른 선후 관계와 각 변인들 간의 인과관계를 파악할 수 있었다. 실제로 본 연구에서는 횡단연구와 종단연구 간에 차이가 발생할 수 있다는 것이 확인되었는데, 이는 시간의 흐름에 따른 변인 간의 관계를 확인하기 위해서는 종단연구를 고려해야 한다는 필요성을 제시한다.

둘째, 본 연구는 전염병이 대중의 심리에 미치는 영향을 살펴보았다. 역사적으로 살펴보면 바이러스로 인한 질병의 유서는 깊다. 14세기에는 흑사병이, 20세기에는 스페인 독감이 있었고 비교적 최근에는 2003년에는 중증급성 호흡 증후군(SARS)가, 2009년에는 신종인플루엔자(H1N1)가, 2015년에는 발생한 중동호흡기증후군(MERS)가 있었다. 이처럼 전염병의 역사는 깊지만, 전염병으로 인한 심리방역에 대한 연구는 비교적 오래 되지 않다고 할 수 있다. 국내의 경우 코로나 이전에는 전염병으로 인한 심리적 디스트레스를 살펴본 연구가 거의 없었으며, 메르스와 관련된 연구만 몇몇 수행되었다(이동훈 외, 2016). 국외에서는 비교적 오래 전부터 전염병과 심리적 디스트레스에 대한 연구가 수행되어왔다는 것을 고려해보면(Brooks et al., 2020; Cheng et al., 2004), 관련 국내연구는 미미하다고 할 수 있다. 해외의 경우 코로나 이전 전염병에 대한 연구를 바탕으로 코로나 초기, 코로나 팬데믹으로 예상되는 정신건강을 예측하고 준비하는

연구가 수행되기도 하였다(Esterwood & Saeed, 2020). 따라서 본 연구는 팬데믹 전염병 하에서 대중의 심리적 디스트레스를 이해하는 연구를 수행하였다는 점에서 국민의 심리방역 정책수립에 기초자료를 제공하는데 기여할 수 있을 것이라 예상된다.

셋째, 본 연구는 심리적 디스트레스에 분노를 포함하여 코로나라는 특정한 팬데믹 상황에서 전염병으로 인한 스트레스가 심리적 디스트레스에 미치는 영향을 살펴보았다. 한국 언론진흥재단에서 수행한 설문조사에 의하면 참여자의 59.5%가 코로나로 인해 분노를 느꼈다고 보고하였다(한국언론진흥재단, 2021). 이처럼 분노는 코로나로 인한 주요 심리적 디스트레스 중 하나로 나타남에도 불구하고 대부분의 연구는 코로나와 우울과 불안을 살펴봤을 뿐, 분노의 연관성을 살펴본 연구는 많지 않다. 하지만 분노는 우울, 불안과는 구분되는 다른 증상으로 개입과 이해에서도 구분되어야 한다. 따라서 본 연구는 코로나 팬데믹 전염병 하에서 분노를 포함하여 대중의 심리적 디스트레스를 이해하는 연구를 수행하였다는 점에서 팬데믹 하 대중이 경험한 심리적 디스트레스에 대한 연구를 보다 구체화하였다고 할 수 있다.

본 연구의 제한점과 추후 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 자가보고식으로 자료를 수집하였다. 그렇기 때문에 참여자들이 주관적으로 판단하거나, 사회적 바람직성에 의해 응답을 하였을 가능성이 있다. 따라서 추후 연구에서는 전문가를 동반한 면접, 관찰자 보고척도와 같이 다양한 자료수집 방식을 사용하여 이를 보완하면 좋을 것으로 보인다. 둘째, 연구대상에 10대 청소년이 포함되지 않았다. 코로나와 관련한 조사에서는 청

소년이 코로나의 심리적 취약 계층 중 하나였던 것으로 나타난다. 따라서 추후 연구에서는 청소년을 포함하거나 청소년만을 대상으로 연구를 진행할 필요가 있다. 셋째, 대처전략의 매개효과와 관련해 최근 기질적 요인이나 환경적 요인이 대처전략에 영향을 미친다는 연구가 수행되고 있다. 다수의 선행연구에서 환경적 요인으로는 사회적 지지가(Rabbani et al., 2022) 기질적 요인으로는 낙관성(Santos et al., 2022) 혹은 성격이(김광은, 2004) 대처전략에 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 후속 연구에서는 이러한 변인을 추가하여 대처전략의 매커니즘을 살펴볼 필요가 있었다. 넷째, 본 연구에서는 Carver와 Scheier 그리고 Weintraub(1989)를 따라 대처전략을 '정서중심 대처전략', '문제중심 대처전략', '부적응적 대처전략'로 나누어 살펴보았다. 하지만 몇몇 연구에서는 정서중심 대처전략과 문제중심 대처전략 안에서도 적극적 방식과 수동적 방식으로 보다 세분화 하여 분류하여 살펴보거나(Chou et al., 2011), 대처전략 14개를 모두 살펴본 연구들이 수행되었다(Almeida et al., 2021; Salazar et al., 2021). 따라서 추후 연구에서는 대처전략의 범주를 보다 세분화하여 살펴본다면, 대처전략에 대한 이해를 보다 확장시킬 수 있을 것이다. 다섯째, 본 연구에서는 코로나 대유행 상황에서 지각된 스트레스와 우울 간 유의미한 관계를 발견하지 못하였다. 이와 관련해 불안, 분노, 부정정서와는 관련이 적지만 우울과는 관련이 높은 제 3의 변인을 고려해볼 수 있다. '무망감'은 불안 보다는 우울과 강한 관련을 지닌 변인이다(Waikar & Craske, 1997). 본 연구의 자료를 수집하였을 당시 백신이 보급화되었으며, 코로나에 대한 정보가 늘어 코로나에 대한 대중의 대처능력이 증가

하였다. 이에 따라 무망감이 줄어 코로나 스트레스가 우울에 미치는 영향력에 관여하였을 수도 있다. 하지만 본 연구에서는 지각된 스트레스와 심리적 디스트레스의 관계와 대처전략의 매개효과만을 살펴보았을뿐 다른 변인을 추가적으로 확인해보지 못하였다. 따라서 추후 연구에서는 코로나 스트레스와 우울의 관계에서 무망감을 포함하여 제 3의 변인을 추가적으로 살펴보는 것이 필요하겠다. 여섯째, 정서중심 대처전략과 문제중심 대처전략의 유의미한 매개효과를 발견하지 못하였다. 코로나 팬데믹 상황에서 스트레스로 인한 심리적 디스트레스와의 관계에서 대처전략의 매개효과를 연구한 다수의 선행연구에서도 정서중심 대처전략과 문제중심 대처전략의 경우 혼동된 결과가 확인된다. 따라서 추후 연구에서는 여러 장면에서 정서중심 및 문제중심의 대처전략과 심리적 디스트레스와의 관계를 확인할 필요가 있다. 관련하여 본 연구에서는 대처전략에 대한 상호작용을 살펴보지 못하고 심리적 디스트레스에 대한 각각의 독립적인 영향력을 살펴보았지만, 추후 연구에서는 대처전략간의 상호작용을 살펴볼 필요가 있다. 마지막으로 본 연구는 종속으로 매개효과를 살펴보았는데, 이를 위해 두 시점 모두에서 수집된 자료를 활용하였다. 이 과정에서 시점1에서만 연구에 참여하고, 시점2에서는 연구에 참여하지 않은 약 500명의 자료가 탈락되었다. 탈락된 약 500명의 연구대상은 최종연구 대상수(941명)와 비교하였을 때 결코 적지 않은 수이다. 따라서 이 탈락한 500명이 연구결과에 영향을 미쳤을 수도 있다는 것을 고려할 필요가 있다.

### 참고문헌

- 고동우, 서현숙 (2021). 코로나 19 팬데믹에 대한 심리적 적응과 연쇄적 변화의 구조 모형. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 27(4), 351-389.
- 김광은 (2004). 성인 애착 유형과 요인에 따른 성격 특성 및 스트레스 대처방식. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 16(1), 53-69.
- 김정수, 김현주 (2022). 코로나19로 인한 청소년 배드민턴 선수의 심리적 어려움과 대처 과정. *한국스포츠심리학회지*, 33(1), 33-49.
- 박준호, 서영석 (2010). 대학생을 대상으로 한 한국판 지각된 스트레스 척도 타당화 연구. *한국심리학회지: 일반*, 29(3), 611-629.
- 박효은, 정난희, 조 항 (2021). 코로나 19 상황에서 대학생의 불안과 우울에 대한 조사연구. *연구방법논총*, 6(3), 255-278.
- 서영석 (2010). 상담심리 연구에서 매개효과와 조절효과 검증: 개념적 구분 및 자료 분석 시 고려 사항. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(4), 1147-1168.
- 송현진, 조윤직 (2022). 코로나19 경험과 정부 지원이 삶의 만족에 미치는 영향: 세대 간 차별화된 영향력의 탐색. *한국사회복지행정학*, 24(1), 119-149.
- 신서연 (2011). 한국어판 단축형 the center for epidemiologic studies depression scale(CES-D)들의 타당성 연구. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 유미옥 (2022). 코로나19로 인한 비대면 수업에서 간호대학생의 스트레스 대처방식과 극복력이 진로정체감에 미치는 영향. *한국산학기술학회논문지*, 23(2), 643-653.
- 이동훈, 김예진, 남슬기, 정다송, 황희훈 (2022). 코로나 대유행이 한국인의 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화에 미치는 영향: 성별 및 연령효과. *한국심리학회지: 여성*, 27(1), 23-52.
- 이동훈, 김예진, 황희훈, 남슬기, 정다송 (2021). 코로나 19 팬데믹 시기 동안 한국인의 정서적 디스트레스에 영향을 미치는 심리·사회적 요인의 영향력에 대한 종단 두시점 비교연구. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 27(4), 629-659.
- 이동훈, 김지윤, 강현숙 (2016). 메르스 (MERS) 감염에 대해 일반대중이 경험한 두려움과 정서적 디스트레스에 관한 탐색적 연구. *한국심리학회지: 일반*, 35(2), 355-383.
- 이동훈, 엄희준, 이덕희 (2022). 한국판 트라우마 분노반응척도-5(DAR-5-K)의 종단 타당화 연구. *한국심리학회지: 일반*, 41(2), 133-161.
- 이준영, 이제성 (2016). 신조어 분석을 통한 소비 트렌드의 탐색적 연구. *소비자정책교육연구*, 12(4), 269-295.
- 이지연, 그레이스정 (2016). 다문화청소년의 차별경험과 대처전략이 생활만족도에 미치는 영향: 대처전략의 조절효과를 중심으로. *보건사회연구*, 36(3), 336-362.
- 이지현, 김수영 (2016). 문항묶음: 원리의 이해와 적용. *한국심리학회지: 일반*, 35(2), 327-353.
- 조다빈, 심은정 (2021). 분노 경험과 COVID-19 예방수칙 준수행동 및 정신건강 문제의 관계. *한국심리학회지: 건강*, 26(1), 55-71.
- 조맹제, 김계희 (1993). 주요우울증 환자 예비평가에서 The Center for Epidemiologic Studies Depression Scale(CES-D)의 진단적 타

- 당성 연구. *신경정신의학*, 32, 381-399.
- 주성아 (2009). 직무수행 중 사상 사고를 경험한 지하철 승무원의 외상후 스트레스 장애 (PTSD) 연구. 이화여자대학교 석사학위 논문
- 최아라 (2021). 코로나 스트레스가 대학생의 우울에 미치는 영향: 자기조절능력의 매개효과. *청소년학연구*, 28(12), 89-107.
- 한국언론진흥재단 (2021). 코로나19 이후 국민의 일상 변화 조사.  
<https://www.data.go.kr/data/15077858/fileData.do>
- 홍창희 (2004). 한국 정서경험척도의 개발과 타당화 연구. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 23(3), 771-788.
- Agha S. (2021). Mental well-being and association of the four factors coping structure model: A perspective of people living in lockdown during COVID-19. *Ethics, medicine, and public health*, 16, 100605.
- Ahmed, M. Z., Ahmed, O., Aibao, Z., Hanbin, S., Siyu, L., & Ahmad, A. (2020). Epidemic of COVID-19 in China and associated Psychological Problems. *Asian journal of psychiatry*, 51, 102092.
- Aldao, A., & Nolen-Hoeksema, S. (2012). When are adaptive strategies most predictive of psychopathology?. *Journal of abnormal psychology*, 121(1), 276.
- Aldwin, C. M. (1991). Does age affect the stress and coping process? Implications of age differences in perceived control. *Journals of Gerontology*, 46(4), 174-180.
- Aldwin, C. M., Sutton, K. J., Chiara, G., & Spiro III, A. (1996). Age differences in stress, coping, and appraisal: Findings from the Normative Aging Study. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 51(4), 179-188
- Almeida, D., Monteiro, D., & Rodrigues, F. (2021). Satisfaction with life: mediating role in the relationship between depressive symptoms and coping mechanisms. *Healthcare* 9, 787.
- Arslan, G., & Yildirim, M. (2021). Coronavirus stress, meaningful living, optimism, and depressive symptoms: A study of moderated mediation model. *Australian Journal of Psychology*, 73(2), 113-124.
- Bandalos, D. L. (2002). The effects of item parceling on goodness-of-fit and parameter estimate bias in structural equation modeling. *Structural Equation Modeling*, 9(1), 78-102.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Besirli, A., Erden, S. C., Atilgan, M., Varlihan, A., Habaci, M. F., Yeniceri, T., Isler, A. C., Gumus, M., Kizileroglu, S., Ozturk, G., Ozer, O. A., & Ozdemir, H. M. (2021). The Relationship between Anxiety and Depression Levels with Perceived Stress and Coping Strategies in Health Care Workers during the COVID-19 Pandemic. *The Medical Bulletin of Sislî Etfal Hastanesi tip bulteni*, 55(1), 1-11.
- Blanchard-Fields, F. (2007). Everyday problem solving and emotion: An adult developmental perspective. *Current Directions in Psychological Science*, 16(1), 26-31.

- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. In K. A. Bollen & J. S. Long (Eds.), *Testing Structural Equation Models* (pp. 136-162). New-bury Park, CA: Sage.
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, *395* (10227), 912-920.
- Carver, C. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: consider the brief cope. *International Journal of Behavioral Medicine*, *4*(1), 92-92.
- Carver, C., Scheier, M., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, *56*(2), 267-283.
- Carver, C. S., & Connor-Smith, J. (2010). Personality and coping. *Annual review of psychology*, *61*, 679-704.
- Chen, T., Laplante, D. P., Elgbeili, G., Brunet, A., Simcock, G., Kildea, S., & King, S. (2020). Coping During Pregnancy Following Exposure to a Natural Disaster: The QF2011 Queensland Flood Study. *Journal of affective disorders*, *273*, 341-349.
- Cheng, S. K., Wong, C. W., Tsang, J., & Wong, K. C. (2004). Psychological distress and negative appraisals in survivors of severe acute respiratory syndrome (SARS). *Psychological medicine*, *34*(7), 1187-1195.
- Cheung, G. W., & Rensvold, R. B. (2002). Evaluating goodness-of-fit indexes for testing measurement invariance. *Structural Equation Modeling*, *9*(2), 233-255.
- Choi, J., & Kim, K. H. (2022). The Differential Consequences of Fear, Anger, and Depression in Response to COVID-19 in South Korea. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*(11), 6723.
- Chou, P. C., Chao, Y. M. Y., Yang, H. J., Yeh, G. L., & Lee, T. S. H. (2011). Relationships between stress, coping and depressive symptoms among overseas university preparatory Chinese students: a cross-sectional study. *BMC public health*, *11*, 1-7.
- Clark, L. A., & Watson, D. (1991). Tripartite model of anxiety and depression: Psychometric evidence and taxonomic implications. *Journal of Abnormal Psychology*, *100*(3), 316-336.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of health and social behavior*, 385-396.
- Coomber, K., & King, R. M. (2012). Coping strategies and social support as predictors and mediators of eating disorder carer burden and psychological distress. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, *47*(5), 789-796.
- Drapeau, A., Marchand, A., & Beaulieu-Prévost, D. (2012). Epidemiology of Psychological Distress. In P. L. LAbate, (Ed.), *Mental Illnesses-Understanding, Prediction and Control* (pp. 155-134). London: IntechOpen.
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. W W Norton & Co.
- Esterwood, E., & Saeed, S. A. (2020). Past Epidemics, Natural Disasters, COVID19, and Mental Health: Learning from History as we

- Deal with the Present and Prepare for the Future. *The Psychiatric quarterly*, 91(4), 1121-1133.
- Evans, L. D., Kouros, C., Frankel, S. A., McCauley, E., Diamond, G. S., Schloretd, K. A., & Garber, J. (2015). Longitudinal relations between stress and depressive symptoms in youth: coping as a mediator. *Journal of abnormal child psychology*, 43(2), 355-368.
- Forbes, D., Alkemade, N., Hopcraft, D., Hawthorne, G., O'Halloran, P., Elhai, J. D., ... & Lewis, V. (2014). Evaluation of the Dimensions of Anger Reactions-5 (DAR-5) Scale in combat veterans with posttraumatic stress disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 28(8), 830-835.
- Gdoura, D., Charfeddine, F., Ktari, G., Chamseddine, A., Bouattour, O., & Aloulou, J. (2021). Psychological and behavioral impact of the COVID-19 pandemic and containment among the general tunisian population. *European Psychiatry*, 64(S1), S278-S278.
- Hayes, A. F. (2018). Model templates for PROCESS for SPSS and SAS. Retrieved May, 15, 2018
- Hertel, G., Rauschembach, C., Thielgen, M. M., & Krymm, S. (2015). Are older workers more active copers? Longitudinal effects of age-contingent coping on strain at work. *Journal of Organizational Behavior*, 36(4), 514-537.
- Hirsch, J. D., Nemlekar, P., Phuong, P., Hollenbach, K. A., Lee, K. C., Adler, D. S., & Morello, C. M. (2020). Patterns of Stress, Coping and Health-Related Quality of Life in Doctor of Pharmacy Students. *American journal of pharmaceutical education*, 84(3), 7547.
- Holt-Gosselin, B., Tozzi, L., Ramirez, C. A., Gotlib, I. H., & Williams, L. M. (2021). Coping Strategies, Neural Structure, and Depression and Anxiety During the COVID-19 Pandemic: A Longitudinal Study in a Naturalistic Sample Spanning Clinical Diagnoses and Subclinical Symptoms. *Biological psychiatry global open science*, 1(4), 261-271.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1998). Fit indices in covariance structure modeling: Sensitivity to underparameterized model misspecification. *Psychological Methods*, 3(4), 424-453.
- Hu, L. T., & Bentler, P. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural equation modeling: a multidisciplinary journal*, 6(1), 1-55.
- Jaser, S. S., Fear, J. M., Reeslund, J., Champion, J., Reising, M., & Compas, B. (2008). Maternal sadness and adolescents' responses to stress in offspring of mothers with and without a history of depression. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 37(4), 736-746.
- Jose, P. E. (2013). *Doing statistical mediation and moderation*. Guilford Press.
- Jose, P. E. (2016) The Merits of Using Longitudinal Mediation. *Educational Psychologist*, 51(3-4), 331-341.
- Jose, P. E., & Weir, K. F. (2013). How is anxiety involved in the longitudinal relationship between brooding rumination and depressive symptoms in adolescents? *Journal of Youth and Adolescence*, 42, 1210-1222.

- Kenny, D. A. (2014). *Mediation*.  
<http://davidakenny.net/cm/mediate.htm>
- Khoury, J. E., Atkinson, L., Bennett, T., Jack, S. M., & Gonzalez, A. (2021). Coping strategies mediate the associations between COVID-19 experiences and mental health outcomes in pregnancy. *Archives of women's mental health, 24*(6), 1007-1017.
- Kline, R.B. (2011) *Principles and Practice of Structural Equation Modeling*. Guilford Press
- Kohout, F. J., Berkman, L. F., Evans, D. A., & Cornoni-Huntley, J. (1993). Two shorter forms of the CES-D (Center for Epidemiological Studies Depression) depression symptoms index. *Journal of aging and health, 5*(2), 179-193.
- Kukić, F., Orr, R. M., Vesković, A., Petrović, N., Subošić, D & Koropanovski, N. (2022). Association between perceived stress, coping profile and fear during the COVID-19 pandemic among male and female police students. *Medycyna Pracy, 73*(3), 179-190.
- Lazarus, R. S. (1990). Theory-based stress measurement. *Psychological inquiry, 1*(1), 3-13.
- Lazarus R. S. (1993). Coping theory and research: past, present, and future. *Psychosomatic medicine, 55*(3), 234-247.
- Lazarus, R. S. (1995). Psychological stress in the workplace in R. Crandall, PL Perrewe(1995). *Occupational stress: A handbook 1*(pp. 3-14). Taylor & Francis
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Littleton, H., Horsley, S., John, S., & Nelson, D. V. (2007). Trauma coping strategies and psychological distress: a meta analysis. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of the International Society for Traumatic Stress Studies, 20*(6), 977-988.
- MacKinnon, D. P. (2008). *Introduction to statistical mediation analysis*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Mahmoud, J. S., Staten, R., Hall, L. A., & Lennie, T. A. (2012). The relationship among young adult college students' depression, anxiety, stress, demographics, life satisfaction, and coping styles. *Issues in mental health nursing, 33*(3), 149-156.
- Margetić, B., Peraica, T., Stojanović, K., & Ivanec, D. (2021). Predictors of emotional distress during the COVID-19 pandemic; a Croatian study. *Personality and individual differences, 175*, 110691.
- Meyer, B. (2001). Coping with Severe Mental Illness: Relations of the Brief COPE with Symptoms, Functioning, and Well-Being. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment 23*, 265-277.
- Mirowsky, J., & Ross, C. E. (2002). Measurement for a Human Science. *Journal of Health and Social Behavior, 43*(2), 152-170.
- Misra, R., McKean, M., West, S., & Russo, T. (2000). Academic stress of college students: comparison of student and faculty perceptions. *College Student Journal, 34*(2).
- Moritz, S., Jahns, A. K., Schröder, J., Berger, T., Lincoln, T. M., Klein, J. P., & Göritz, A. S. (2016). More adaptive versus less maladaptive coping: What is more predictive of symptom severity? Development of a new scale to

- investigate coping profiles across different psychopathological syndromes. *Journal of affective disorders*, 191, 300-307.
- Nielsen, M. B., & Knardahl, S. (2014). Coping strategies: a prospective study of patterns, stability, and relationships with psychological distress. *Scandinavian journal of psychology*, 55(2), 142-150.
- Orgeta, V. (2009). Specificity of age differences in emotion regulation. *Aging and Mental Health*, 13(6), 818-826.
- Pereira-Morales, A. J., Adan, A., Lopez-Leon, S., & Forero, D. A. (2018). Personality traits and health-related quality of life: the mediator role of coping strategies and psychological distress. *Annals of general psychiatry*, 17(1), 1-9.
- Rabbani, M., Mansor, M. B., Yaacob, S. N., & Talib, M. A. (2022). The Relationship between Social Support, Coping Strategies and Stress among Iranian Adolescents Living in Malaysia. *Online Journal of Counseling & Education*, 3(4), 52-63
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D Scale: A Self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement* 1, 385-401.
- Rettie, H., & Daniels, J. (2021). Coping and tolerance of uncertainty: Predictors and mediators of mental health during the COVID-19 pandemic. *American Psychologist*, 76(3), 427.
- Salazar, A., Palomo-Osuna, J., de Sola, H., Moral-Munoz, J. A., Dueñas, M., & Failde, I. (2021). Psychological Impact of the Lockdown Due to the COVID-19 Pandemic in University Workers: Factors Related to Stress, Anxiety, and Depression. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(8), 4367. MDPI AG.
- Santos, T., Uva, A. S., Rodrigues, J. F., Ferreira, R., Monteiro, D., Hernández-Mendo, A., & Rodrigues, F. (2022). The Future Looks Good: Examining the Associations Between Coping, Psychological Distress, and Optimism. *Frontiers in psychology*, 13, 838835.
- Scheier, M. E., Weintraub, J. K., & Carver, C. S. (1986). Coping with stress: Divergent strategies of optimists and pessimists. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1257-1264.
- Schachter, J., Ajayi, A. A., & Nguyen, P. L. (2022). The moderating and mediating roles of mindfulness and rumination on COVID-19 stress and depression: A longitudinal study of young adults. *Journal of Counseling Psychology*.
- Seo, J. G., & Park, S. P. (2015). Validation of the Generalized Anxiety Disorder-7(GAD-7) and GAD-2 in patients with migraine. *The Journal of Headache and Pain*, 16(1), 1-7.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422-445.
- Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B., & Löwe, B. (2006). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. *Archives of Internal Medicine*, 166(10), 1092-1097.
- Taft, T. H., Keefer, L., & Keswani, R. N. (2011). Friends, alcohol, and a higher power: an

- analysis of adaptive and maladaptive coping strategies among gastroenterologists. *Journal of clinical gastroenterology*, 45(8), e76-e81.
- Vaillant, G. E. (1995). *Adaptation to life*. Harvard University Press.
- Varma, P., Junge, M., Meaklim, H., & Jackson, M. L. (2021). Younger people are more vulnerable to stress, anxiety and depression during COVID-19 pandemic: A global cross-sectional survey. *Progress in neuro-psychopharmacology & biological psychiatry*, 109, 110236.
- Van der Velden, P. G., Hyland, P., Contino, C., von Gaudecker, H. M., Muffels, R., & Das, M. (2021). Anxiety and depression symptoms, the recovery from symptoms, and loneliness before and after the COVID-19 outbreak among the general population: Findings from a Dutch population-based longitudinal study. *PLoS One*, 16(1), Article e0245057.
- Waikar, S. V., & Craske, M. G. (1997). Cognitive correlates of anxious and depressive symptomatology: an examination of the Helplessness/Hopelessness model. *Journal of anxiety disorders*, 11(1), 1-16.
- Wang, J., & Wang, X. (2012). *Structural Equation Modeling: Applications using Mplus*. John Wiley & Sons.
- West, S. G., Finch, J. F., & Curran, P. J. (1995). Structural equation models with nonnormal variables: Problems and remedies. In Rick H. Hoyle (ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues and applications* (pp.56-75). Newbury Park
- Wirkner, J., Christiansen, H., Knaevelsrud, C., Lüken, U., Wurm, S., Schneider, S., & Brakemeier, E.-L. (2021). Mental health in times of the COVID-19 pandemic: Current knowledge and implications from a European perspective. *European Psychologist*, 26(4), 310-322.
- Whitty, M. T. (2003). Coping and defending: Age differences in maturity of defence mechanisms and coping strategies. *Aging & Mental Health*, 7(2), 123-132.
- Yan, L., Gan, Y., Ding, X., Wu, J., & Duan, H. (2021). The relationship between perceived stress and emotional distress during the COVID-19 outbreak: Effects of boredom proneness and coping style. *Journal of anxiety disorders*, 77, 102328.
- Yang, C., Chen, A., & Chen, Y. (2021). College students' stress and health in the COVID-19 pandemic: The role of academic workload, separation from school, and fears of contagion. *PloS one*, 16(2), e0246676.

논문 투고일 : 2022. 12. 13  
1 차 심사일 : 2022. 12. 27  
2 차 심사일 : 2023. 03. 22  
게재 확정일 : 2023. 05. 01

## Longitudinal Mediation Effect of Coping Strategies on the Relationship between Perceived Stress and Psychological Distress during the COVID-19 Pandemic

Dami Lee

DeokHee Lee

DongHun Lee

Sungkyunkwan University

The aim of this study is to examine the longitudinal mediation effect of coping strategies(emotion-focused, problem-focused, and maladaptive) on the relationship between perceived stress during the COVID-19 pandemic and psychological distress(negative affect, depression, anxiety, and anger). Also, This study sought to find generational differences between coping strategies used during the COVID-19 pandemic. The participants were 941 adult aged between twenties and seventies. The final participants were recruited on two separated longitudinal time points, Time 1 and Time 2. The result were as follows: Only Maladaptive coping strategy(Time 2) had a mediating effect on the relationship between COVID-19 stress(Time 1) and psychological distress(Time 2). The result of the generation-based multi-group analysis did not yield significant differences in the use of coping strategies. This study is meaningful that it longitudinally examined the psychological distress of adults during the COVID-19 pandemic. Implications, limitations and directions for future research are presented.

*Key words* : COVID-19 pandemic, perceived stress, psychological distress, coping strategies, longitudinal mediation effect, longitudinal Study