

코로나 대유행이 한국인의 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화에 미치는 영향: 성별 및 연령효과*

이 동 훈 김 예 진[†] 남 슬 기 정 다 송 황 희 훈

성균관대학교교육학과

본 연구는 코로나 팬데믹 시기 동안 성별 및 연령 집단에 따라 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화, 코로나로 인한 비일상성 경험, 건강행동의 차이를 살펴보고, 코로나로 인한 비일상성 경험과 건강행동이 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화에 미치는 영향력을 확인하였다. 본 연구는 사회적 거리두기 2단계가 실시된 2021년 2월 19일~3월 3일까지 성인 1434명을 대상으로 온라인 설문을 실시했다. 다중회귀분석 결과, 20/30대 여성은, '양육어려움'이 부정정서, 직무소진에, '전자매체로 수면습관 변화'가 부정정서, 불안, 신체화에, '정신건강관리 필요성'이 부정정서, 직무소진, 신체화에 영향을 미쳤다. 20/30대 남성은, '대중교통이용 꺼림칙함'이 직무소진에, '외출제약으로 심리적 어려움'이 부정정서에, '음주증가가 직무소진, 신체화에, '전자매체로 수면습관 변화'가 불안, 직무소진, 신체화에, '예방행동'이 부정정서에, '정신건강관리 필요성'이 부정정서, 신체화에 영향을 미쳤다. 40대 이상 여성은, '대중교통이용 꺼림칙함'이 부정정서에, '외출제약으로 심리적 어려움'이 부정정서, 불안에, '수입 감소'가 부정정서, 직무소진, 신체화에, '전자매체로 수면습관 변화'가 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화에, '정신건강관리 필요성'이 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화에 영향을 미쳤다. 40대 이상 남성은, '대중교통이용 꺼림칙함'이 부정정서, 직무소진에, '양육어려움'이 직무소진에, '전자매체로 수면습관 변화'가 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화에, '음주증가가 불안, 신체화에, '정신건강관리 필요성'이 직무소진, 신체화에 영향을 미쳤다. 이를 토대로 논의 및 시사점이 제시되었다.

주요어 : 코로나 팬데믹, 비일상성, 건강행동, 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화, 성별 및 연령효과

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

† 교신저자: 김예진, 성균관대학교 교육학과, 박사과정생, 외상심리건강연구소, 서울특별시 종로구 성균관로 25-2 호암관 204호, Tel: 02-740-7984, E-mail: kyjfpns@naver.com

2020년 3월 11일 세계보건기구(WHO)가 신종 코로나 바이러스감염증(Coronavirus disease, COVID-19)의 세계적 대유행을 의미하는 코로나 팬데믹(pandemic)을 선언하였다. 코로나19의 감염확산을 저지하기 위해 2021년 초부터 중국, 일본, 미국, 유럽 등지에서는 아스트라제네카, 화이자 백신접종을 시작하였고, 국내에서도 요양병원 및 시설입소자, 의료진 등 고위험군을 중심으로 백신접종을 시작하였다. 그러나 이러한 노력에도 불구하고 각종 변이 바이러스 확산이 가속화되었으며, 2021년 12월 말 전 세계 코로나19 누적 확진자 수는 약 2억 7,339만 명, 사망자는 534만 명을 넘어섰고(World Health Organization, 2021), 국내의 누적 확진자 수는 583,065명, 사망자는 4,906명으로 집계되었다(질병관리본부, 2021). 이렇듯 2020년 3월 국내 최초로 ‘고강도 사회적 거리두기’가 시행된 시점부터 지금까지 약 2년 동안 코로나19 사태가 지속되고 있음에도, 여전히 전례 없는 감염자와 사망자가 속출하고 있음을 확인할 수 있다. 뿐만 아니라 사람들은 장기적인 사회적 거리두기로 인해 심각한 경제적 타격과 사회적 고립 같은 일생생활의 변화를 경험하였으며, 다양한 심리적 부적응 문제를 경험하게 되었다.

특히 코로나19 같은 대규모 신종 전염병 상황에서 개인은 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화 같은 심리적 어려움을 호소할 수 있다. 2020년 3월 중국 내 코로나19가 급격하게 확산되었던 시기 Li, Cao, Leung과 Mak(2020)는 신종 전염병 확산이 개인의 불안과 우울을 악화시키며, 슬픔, 공포, 불신, 분노 등 다양한 부정정서를 증진시키는 것을 확인했다. 또한 국내 코로나19가 확산되기 시작했던 시기 진행된 Hwang, Hur과 Shin(2021)의 연구에서는

코로나19 이후 정서적 소진을 호소하는 직장인들이 증가한 것으로 나타났으며, 비슷한 시기 Ran, Wang, Ai, Kong, Chen과 Kuang(2020)의 연구에서는 참여자의 46%가 스트레스로 인한 두통, 어지럼증, 소화불량 등의 심각한 신체화 증상을 경험한다고 호소하는 것을 확인할 수 있었다. 이렇듯 코로나19 확산에 따른 사회적 단절 경험은 개인의 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화 증상을 가중시킬 수 있다.

코로나19 시기 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화 증상은 성별과 연령에 따른 차이가 존재한다. 특히 코로나19 확산 초기 일부 전문가들은 코로나19 바이러스가 노인에게 치명적이며, 사회적 단절을 가중시기 때문에 우울, 불안, 두려움과 같은 심리적 디스트레스를 악화시킬 수 있음을 경고했다(Applegate, Ouslander, 2020; Armitage, Nellums, 2020). 반면, 브라질 내 사회적 거리두기가 실시되었던 2020년 4월 Ribeiro, Santos, Anunciação, Barrozo, Landeira-Fernandez와 Leist(2021)의 연구에서는 20-30대일수록 취업난과 경제적 타격으로 인한 불확실성이 가중되어 심각한 우울, 불안을 경험하는 것을 확인할 수 있었다. 뿐만 아니라 Ribeiro 등(2021)은 코로나19 시기 여성이 남성보다 더욱 긴 시간 집에 머무르는 것을 확인하였고, 이에 따라 부정적 사고를 반추하는 등 부적응적 대처전략을 사용하여 심각한 우울과 불안을 경험할 수 있음을 확인했다. 성별에 따른 직무소진 수준의 차이를 살펴본 Amanullah와 Ramesh Shankar(2020)의 연구에서는 코로나19 확산이 재택근무의 증가로 이어졌는데, 이러한 변화는 특히 여성들로 하여금 직무 스트레스와 직장과 가정 내 역할갈등을 증가시켜 더 많은 신체적, 정서적 소진을 경험하게 하는 것으로 나타났다. 이와 유사하게 코로나 팬데믹 시기

이스라엘 성인을 대상으로 진행된 Bitton과 Laufer(2021)의 연구에서는 우울, 불안, 신체화 같은 심리적 디스트레스에 취약한 것으로 나타난 낮은 연령층과 여성에게서 더욱 높은 신체화 증상이 나타나는 것을 확인할 수 있었다. 이러한 선행연구를 바탕으로 코로나19 시기의 성별과 연령에 따라 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화 증상에 차이가 나타나는 것을 확인할 수 있으며, 본 연구에서는 국내 코로나19 확산에 따른 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화의 성별, 연령별 차이를 확인하고자 한다.

코로나 19 확산에 따른 사회적 거리두기 정책은 심리적 디스트레스 뿐만 아니라 다양한 비일상성 경험과, 건강행동의 변화를 야기하였다. 특히 코로나19 이후 사람들은 대중교통 이용, 외출 및 활동범위 제약, 비일상성으로 인한 우울감, 수입 감소, 양육의 어려움 같은 다양한 비일상적인 변화를 경험하였다. 지역사회 내 산발적인 집단감염이 지속되었던 2020년 4월 실시된 이동훈 등(2020)의 연구에서는 응답자의 약 86%가 등하교 및 출·퇴근 길에 대중교통을 이용하는 것이 우려되었다고 보고하였으며, 약 93%가 감염 우려로 인해 외출에 지장을 겪었고, 91%가 개인적 일정 및 계획에 차질을 경험했다고 보고하였다. 이러한 갑작스러운 일상의 변화는 사회·경제적 타격으로 이어지게 되었다. 한국개발연구원(KDI)의 'KDI 경제동향 2020년 3월호'에 따르면, 국내 코로나19 확산이 본격화되었던 2월부터 국내 제조업 및 서비스업의 생산이 감소하였으며, 경제심리 악화로 인해 소비가 위축되는 등 국내 경기가 빠르게 침체한 것으로 나타났다. 코로나19 확산은 경제적 타격과 더불어 부모의 자녀 돌봄 부담을 증가시켰다. 코로나 팬데믹 대응 초기 실시한 보건복지포

럼의 설문조사에 따르면, 응답자의 36.2%가 어린이집과 유치원의 휴원으로 인해 '돌봄 공백'을 경험했다고 응답했으며, 코로나19 확산 이후 부모가 유아 및 초등학생 자녀를 직접 돌보는 비중이 약 1.8~2.5배 증가한 것으로 나타났다(최윤경, 2020). 이렇듯 코로나19 사태 이후 사회적 거리두기 정책의 시행은 다양한 일상의 변화를 야기하였음을 확인할 수 있다.

이와 같은 코로나19 대유행 이후 대중교통 이용, 외출 및 활동범위 제약, 비일상성으로 인한 우울감, 수입 감소, 자녀 돌봄과 같은 비일상적 경험의 양상은 성별과 연령에 따라 차이가 나타난다. 코로나 팬데믹 시기 프랑스, 캐나다인의 심리적 디스트레스를 살펴본 Glowacz와 Schmits(2020)의 연구에서는 20-30대가 중장년층에 비해 사회적 교류와 일상적 활동의 제약으로 인해 더 큰 불편감을 호소하였는데, 이는 젊은 연령층일수록 사람들을 만나는 외부활동과 밀접한 연관성이 있기 때문이라고 설명했다. 또한 코로나 팬데믹 전후의 남녀 신체활동을 비교한 브라질 연구에서는 팬데믹 이후 여성의 가정 내 역할이 증가함에 따라 집에 머무르는 시간이 길어지고, 활동량이 줄어들어 여성의 대중교통 이용 비율이 더 감소한 것을 확인했다(Menuchi, Kruschewsky, Ohara, Honda, Avila, Stein, & Araujo, 2021). 이러한 대중교통 이용이나 외출 제약과 같은 비일상성 경험은 일상적 통제감 상실로 이어져 우울감을 증가시킬 수 있는데, 앞선 Glowacz와 Schmits(2020)의 연구를 살펴보면 코로나19 기간 동안 젊은 연령층일수록 코로나 팬데믹 이후 불확실성과 생활환경의 변화에 더욱 민감해져서 높은 우울을 호소하는 것을 확인할 수 있다. 이 외에도 코로나19로 인한 수입 감소와 자녀 돌봄의 양상에서도 성별, 연령별 차

이를 확인할 수 있다. 2020년 3월 매일경제와 한국리서치에서 실시한 설문에 따르면 20대 이상 성인 남녀 1000명의 응답자 중 55.3% 가량이 코로나19 이후 수입 감소를 경험했다고 보고한 것으로 나타났다(매일경제, 2020.4.24.). 하지만 2021년 한국고용정보원 자료에서는 주로 고연령층 자영업자가 심각한 경제적 타격을 입은 것으로 나타났다(세계일보, 2021.5.20.). 또한 2020년 국제노동기구 자료에서는 코로나19 이후 여성이 심각한 수입 감소와 취업난을 경험한 것으로 나타났으며(세계일보, 2021.5.20.), 교육부의 '2020년 고등교육기관 졸업자 취업통계'에서는 여성 졸업자의 취업률이 남성에 비해 약 4% 낮은 것으로 나타났다(매일신문, 2021.12.29.). 또한 자녀 돌봄에서도 성별과 연령별 차이가 존재하는 것을 확인할 수 있는데, 한국노동연구원(2020)에 따르면 맞벌이 여성의 경우 자녀 돌봄 시간이 약 1시간 증가하였고, 전업주부 여성의 경우 약 3시간 증가하여 남성보다 자녀 돌봄 시간이 더욱 증가한 것으로 나타났다. 이와 마찬가지로 한국여성정책연구원 최철환, 배호중(2021)의 자료에 따르면, 맞벌이 여성의 40.7%와 외벌이 여성의 38.7%가 '코로나 확산 이전보다 돌봄을 더 부담'했다고 응답했다. 이를 통해 코로나19 확산 이후 성별, 연령에 따라 수입 감소와 자녀 돌봄 경험의 양상에 차이가 나타나는 것을 확인할 수 있으나, 그 결과가 일관되지 않음을 확인할 수 있다. 따라서 본 연구에서는 국내 코로나19 확산 상황에서 수입 감소와 자녀 양육의 어려움 같은 비일상성 경험의 성별, 연령별 차이를 확인하고자 한다.

코로나 팬데믹은 비일상성 경험뿐만 아니라 개인의 심리 및 신체건강을 위협하는 다양한 건강행동의 변화를 야기할 수 있다. 코로나

팬데믹 시기의 심리적 디스트레스를 살펴본 이동훈 등(2020)의 연구에 따르면 응답자의 98%가 기침이나 재채기를 할 때 입과 코를 가렸다고 보고하였으며, 99% 이상이 외출 시 마스크를 착용하고, 흐르는 물에 비누로 손을 씻고, 사람 많은 곳 방문을 자제하는 등의 사회적 거리두기를 위한 노력을 하였다고 응답했다. 코로나19는 이러한 건강한 예방행동을 증진시키기도 했지만, 사람들의 음주습관에도 변화를 야기하였다. 식품의약품안전처에서 실시한 2020년 주류 소비·섭취 실태조사에 따르면, 과음, 마취, 폭음 같이 건강에 해가 되는 수준의 고위험 음주의 비율이 증가한 것을 확인할 수 있다(식품의약품안전처, 2020). 뿐만 아니라 코로나19 확산을 방지하기 위해 재택근무가 늘어나고 사회적 교류가 줄어들어 인하여 사람들의 수면습관에 변화가 발생하였는데, 2020년 3월 미국 성인 쌍둥이를 대상으로 실시한 연구를 살펴보면, 연구 참여자의 약 63%가 극적인 수면 패턴의 변화를 겪은 것으로 나타났다(Tsang, Avery, Seto & Duncan, 2021). 이렇듯 코로나19 사태 이후 갑작스러운 건강행동의 변화에 따른 스트레스로 인해 사람들은 정신건강 관리의 필요성을 인식하게 되었다. 2021년 6월 한국트라우마스트레스 학회의 국민 정신건강실태조사에 따르면 정신건강에 대한 정보, 심리상담 등의 정신건강에 대한 서비스의 요구가 코로나19 발생 초기에 비해 꾸준히 증가한 것으로 나타났는데, 특히 일반 심리상담이 필요하다고 응답한 사람의 비율이 2020년 3월 29.9%에서 2021년 6월 57.4%로 증가한 것을 확인할 수 있다(한국트라우마스트레스학회, 2020). 이를 통해 코로나19 사태로 인해 사람들의 예방행동이 증가하고, 음주습관이 악화되고, 수면습관에 급격한

변화가 생기며, 심리건강 서비스 요구가 증가하는 등의 건강행동에 변화가 발생하였음을 확인할 수 있다.

이와 같이 코로나19 확산 이후 건강행동의 변화에서 또한 성별과 연령별 차이가 존재하는 것을 확인할 수 있다. 코로나 팬데믹 시기 칠레인의 예방행동을 살펴본 Bronfman, Repetto, Córdón, Castañeda와 Cisternas(2021)의 연구에서는 여성일수록 외출 시 타인과 신체적 접촉을 피하거나, 1m 이상 거리를 두는 등의 예방행동수칙을 더 잘 지키는 것으로 나타났다. 반면, 코로나 팬데믹 시기 미국인들의 행동반응을 살펴본 연구(Kim, & Crimmins, 2020)에서는 20~30대일수록 손 씻기, 마스크 착용, 사회적 거리두기와 같은 예방행동수칙은 잘 지키는 것으로 나타났으나, 중장년층에 비해 더 자주 친구들을 만나며, 10명 이상의 사람들이 모이는 행사에 참석하는 등 감염위험행동을 더 빈번히 하는 것으로 나타났다. 음주습관의 경우, 구체적으로 코로나 팬데믹 이후 과음과 폭음 같은 고위험음주 경험 비율이 남성(67.2%)이 여성(59.7%)보다 높은 것으로 나타났으며, 30대(70%)에서 가장 높게 나타났다(식품의약품안전처, 2020). 코로나 팬데믹 시기 만 18세부터 82세까지의 미국성인의 음주행동을 살펴본 Cummings, Ackerman, Wolfson과 Gearhardt(2021)의 연구에서도 마찬가지로 연령이 낮을수록 음주빈도가 더 높게 나타났으며, 남성이 여성보다 스트레스 해소를 위한 음주를 많이 하는 것으로 나타났다. 뿐만 아니라 코로나19 이후 수면의 질 또한 성별, 연령별 차이가 나타나는데, 코로나 팬데믹 이후 이탈리아와 벨기에 대학생과 직장인의 수면패턴을 살펴본 Cellini 등(2021)의 연구에 따르면 여성일수록, 연령이 낮을수록 더 늦게 자고, 늦게 일어나는 등 수

면의 질이 낮은 것으로 나타났다. 또한 코로나 19로 인한 자가격리 기간 동안 20대 성인의 스마트폰 사용과 수면패턴을 살펴본 연구를 살펴보면(Abid, Ammar, Maaloul, Souissi, & Hammouda, 2021), 코로나 팬데믹 이후 스마트폰 사용량이 증가한 것을 확인할 수 있으며, 이것이 수면패턴에 악영향을 미치는 것을 확인할 수 있다. 심리건강 서비스 필요성 인식의 경우, 보건복지부의 '2021년 코로나19 국민 정신건강 실태조사' 자료에서 연령별 필요성을 유추해볼 수 있다. 조사결과, 60대 이상의 우울수준이 가장 낮았으며, 30대 이상의 우울수준이 1.5배 가량 높게 나타났다. 특히 30대 여성은 약 33%가량이 우울 위험군에 속하였으며 30대 남성의 경우 전 연령대 중 자살사고 비율이 가장 높은 것으로 조사되었다(메디컬투데이, 2022.01.11.). 이는 코로나19 장기화에 따라 젊은 세대의 심리건강 문제가 더욱 심각해지고 있으며, 이를 보호해줄 서비스가 시급히 마련되어야 함을 나타낸다. 이러한 자료들을 통해 예방행동, 음주습관, 수면습관, 심리건강 서비스 필요성 인식과 같은 건강행동은 성별, 연령에 따라 다른 양상이 나타나는 것을 확인할 수 있으며, 본 연구에서는 코로나19 확산 시기 건강행동 변화의 성별, 연령별 차이를 확인하고자 한다.

코로나 19 대유행에 따른 사람들의 비일상성 경험과 건강행동의 변화는 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화에 영향을 미칠 수 있으며, 이는 성별과 연령에 따라 차이가 나타난다. 신종 전염병 재난 시 심리건강에 영향을 미치는 요인의 연령별 차이를 살펴본 선행연구에서는 20~30대일수록 코로나 이후 사회활동 제약으로 인한 높은 우울, 불안, 신체화를 경험하는 것으로 나타났다(Głowacz & Schmits,

2020). 이에 대해 연구자들은 코로나 팬데믹 이후 청년들이 실질적인 대면활동이 제약되자 소셜 네트워크를 형성하여 교류하기 시작하였고, 이를 통해 습득한 무차별적인 정보가 불확실성을 자극하여 훨씬 높은 수준의 우울, 불안, 신체화를 유발하였다고 설명했다. 이처럼 사회활동의 제약은 사람들의 인터넷, 스마트폰 같은 미디어 사용을 증가시킬 수 있는데, 이는 수면부족으로 이어져 부정정서를 증폭시키는 것을 확인할 수 있다. 2020년 4월 인도 대학생들의 매체이용과 심리적 디스트레스를 살펴본 연구에서는 코로나 팬데믹 이후 대학생들이 집에 머무르는 시간이 증가하여 스마트폰, 인터넷 같은 미디어 사용 시간이 증가하였고, 이는 개인의 수면의 질을 저하시켜 부정정서를 야기하는 것으로 나타났다(Akulwar-Tajane, Parmar, Naik, & Shah, 2020). 또한 코로나19의 사회경제적 타격 또한 심리적 디스트레스를 악화시킬 수 있는데, 2020년 3월 코로나 팬데믹 초기 스페인 노인들을 대상으로 한 연구에 따르면 60대 이상에 속할수록 코로나 팬데믹 시기 수입 감소 경험으로 인해 낮은 수준의 우울, 불안을 경험하는 것으로 나타났다(García-Fernández, Romero-Ferreiro, López-Roldán, Padilla, & Rodríguez-Jimenez, 2020). 이에 대해 연구자는 노인층에 속할수록 과거 수입 감소와 같은 경제적 타격을 몇 차례 극복한 경험이 있기 때문에 비교적 정서적인 충격이 덜한 것이라고 설명했다. 이 외에도 자녀 돌봄 스트레스에 관한 연구를 살펴보면, 코로나 시기 동안 여성이 남성보다 더 큰 육아부담을 느끼는 것을 확인할 수 있었는데, 특히 여성은 코로나 팬데믹 이후 육아를 위하여 업무시간을 줄이는 것으로 나타났으며, 이러한 육아부담은 높은 불안, 소진을 야기하는

것으로 나타났다(Zamarro, Perez-Arce, & Prados, 2020). 이러한 비일상적 경험뿐만 아니라 개인의 건강행동이 심리적 디스트레스에 미치는 영향 또한 성별, 연령별 차이가 나타나는 것을 확인할 수 있다. 코로나 팬데믹 상황에서 예방행동 수행과 심리적 영향에 대한 연구를 살펴보면(Bronfman et al., 2021), 신종 전염병을 직면했을 때 여성이 남성보다 예방행동을 수행해야한다는 책임감이 더 높아 예방행동수칙을 잘 지키는 것으로 나타났으며, 더 높은 수준의 부정정서를 경험하는 것을 확인할 수 있었다. 또한 코로나 팬데믹 이후 음주량의 경우 Cummings 등(2021)의 연구에서는 남성이 여성보다 스트레스 해소를 위한 음주를 많이 하는 것으로 나타났으나, 코로나 팬데믹 시기 호주인들을 대상으로 실시한 Biddle, Edwards, Gray와 Sollis(2020)의 연구에서는 음주량이 남성과 여성 모두의 심리적 디스트레스에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 코로나 사태 이후 음주량이 증가했다고 보고한 중장년층과 노년층일수록 높은 우울, 불안, 신체화 경험하는 것으로 나타났는데, 이들은 스트레스 해소를 위한 음주를 하는 경향성이 있었으며, 이는 심각한 정신질환으로 이어질 위험성이 있는 것으로 나타났다(Capasso et al., 2021). 이렇듯 코로나 팬데믹 시기 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화에 영향을 미치는 비일상적 경험과 건강행동 요인이 성별과 연령별로 다양하다는 사실을 확인할 수 있으며, 본 연구에서는 국내 코로나19 확산으로 인한 비일상적 경험과 건강행동이 성별과 연령에 따라 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화에 어떠한 영향을 미치는지 확인하고자 한다.

Levinson(1978)은 인간의 생애주기에 따라 발달단계를 세 단계로 구분하였으며, 20~30대를

청년기, 40~60대를 중년기, 60대 이상을 노년기로 구분하였다. Levinson(1978)의 생애주기이론에 따르면 20~30대는 성인초기로 들어가는 전환기로서, 인생구조의 변화를 수반한다. 이 시기는 사랑과 결혼, 직업, 원 가족과의 분리, 삶의 양식 등 중요한 선택에 직면하며, 인생구조를 재평가하고 더 개별화 된다. 반면, 40대 이상은 성인중기로 접어드는 전환기로서, 사회에서 안전한 위치를 마련하여 젊은 시절의 꿈과 목적을 성취해나갈 수 있는 인생구조를 형성하고, 자아와 세계에 대한 탐색에 더욱 관심을 기울인다. 이후 60대 이상의 인생 후반부 전환기에 접어들면서 사람들은 지나온 과거를 심오하게 재평가하고 새로운 시대로 전환해나가기 위한 기반을 마련하고자 노력한다(정민승, 임진영, 이지혜, 2018). 또한 청년기와 대조적으로 중, 노년기에 접어들수록 자녀의 독립, 부모의 노화, 직장 내 지위 변화 등 급격한 변화를 경험하게 되는데, 이것이 건강상태에 대한 주관적 인식에 민감한 반응으로 이어져 우울감에 영향을 미칠 수 있다는 연구를 확인할 수 있다(정준수, 이해경, 2017). 이렇듯 20~30대 청년기와 40대 이상의 발달과업이 두드러진 차이가 나타남을 확인할 수 있으며, 이 외에 코로나 팬데믹 시기의 연령차를 살펴본 연구에서도 본 연구와 비슷하게 연령집단을 구분하고 있음을 확인할 수 있다. Bruine de Bruin(2021)은 20~30대, 40~50대, 60대 이상으로 연령을 구분하여 코로나 팬데믹 이후 부정정서와 스트레스의 차이를 살펴보았는데, 연구결과 20~30대 집단이 40~50대, 60대 이상 집단보다 더 높은 부정정서를 호소하는 것으로 나타났다. 또한 Klaiber, Wen, DeLongis와 Sin(2021)이 20대, 30대, 40대, 50대, 60대, 70대의 우울과 불안 같은 심리적 디스

트레스를 비교한 결과, 20대와 30대 집단이 40대, 50대, 60대 이상 집단보다 더 높은 우울과 불안을 호소하는 것으로 나타났다. 뿐만 아니라 코로나 팬데믹 시기 멕시코인들의 수면장애와 심리건강을 살펴본 Terán-Pérez 등(2021)의 연구에서는 40세 이하의 청년층 남녀와 40세 이상의 중장년층 남녀 각각의 수면의 질과 심리건강의 양상에 차이가 있는 것으로 나타났다. 본 연구에서는 앞서 소개한 Levinson(1978) 이론과 코로나 팬데믹 선행연구를 참고하여 20~30대 청년기와 40대 이상 중·노년기의 비밀상성 경험, 건강행동과 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화에서 두드러진 차이가 나타날 것이라고 판단하였으며, 이에 따라 20~30대 집단과 40대 이상의 집단으로 연령층을 구분하여 살펴볼 예정이다.

WHO가 코로나 팬데믹을 선언한지 약 2년여가 경과하였으나 여전히 확산세가 지속되고 있으며, 코로나 백신 부작용과 돌파 감염의 증가로 인해 코로나 종식을 예측하기가 어려워진 상황이다. 또한 바이러스 팬데믹은 개인에 대한 심리, 사회적 영향력이 광범위하며, 바이러스가 종식된 이후에도 영향력이 장기간 지속될 위험이 있다. Almond와 Mazumder(2005)는 태아기에 경험하는 바이러스 감염, 영양결핍과 같은 부정적인 경험이 일생동안 장기적이고 광범위하게 영향을 미친다는 태아 기원설(Fetal-origins hypothesis)을 입증하기 위해, 1918년 봄부터 1919년 가을까지 확산되었던 스페인 인플루엔자 팬데믹(Influenza pandemic) 시기에 태어난 사람들을 1960년부터 1980년까지 약 20년간 추적 조사하였다. 연구 결과에 따르면 스페인 독감유행 시기에 출생한 집단이 그렇지 않은 집단보다 암, 심장 및 신장질환, 고혈압, 위장 문제 등 고령기 신체적 건강

지표가 유의미하게 나쁜 것으로 나타났다. 또한 스페인 독감유행 시기에 태어난 사람들의 학력, 소득 수준, 사회경제적 지위는 다른 시기에 태어난 집단보다 더욱 낮게 나타났다(Almond, 2006). 이러한 전염병 중단연구 결과에 비추어볼 때, 바이러스 전염병 재난은 한 세대를 걸쳐 심각한 신체적, 사회적, 경제적 문제로 이어질 수 있음을 확인할 수 있으며, 추후 심각한 정신건강문제로 이어져 위험성을 더욱 악화시킬 위험이 있다. 따라서 코로나19가 확산된 시점에서 다양한 심리적 문제를 면밀히 탐색하여 적절히 개입할 필요가 있으며, 정부 및 지역사회 전문가들을 중심으로 감염병 재난대응 심리지원체계를 구축하기 위한 연구를 수행할 필요가 있다. 또한 기존의 선행연구들은 코로나19 팬데믹 시기 심리적 디스트레스와 비일상성 경험, 건강행동의 성별 및 연령별 차이를 각각 따로 살펴보는 연구가 다수를 이루고 있기에, 코로나19 팬데믹이 장기화된 시점에서 성별과 연령 집단의 차이를 통합적으로 살펴보는 연구는 중요한 의의를 가질 것이다. 이를 통해 코로나19 확산 시기 청년층 남녀, 중장년층 남녀의 정서적, 사회적, 행동적 특징의 중요한 차이를 확인할 수 있을 것이며, 추후 전염병 재난 상황에서 성별 및 연령차 연구의 중요한 토대를 마련할 것으로 기대한다.

연구문제

연구문제 1. 코로나 팬데믹 시기 성별과 연령에 따른 네 개의 집단별(20/30대 여성집단, 20/30대 남성집단, 40대 이상 여성집단, 40대 이상 남성집단) 코로나로 인한 비일상성 경험, 건강행동과 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화에서 차이는 어떠한가?

연구문제 2. 성별과 연령에 따른 네 개 집단 별로 코로나 팬데믹으로 인한 비일상성 경험과 건강행동이 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화에 미치는 영향은 어떠한가?

방 법

연구대상 및 절차

본 연구에서는 성인 1434명 가운데 수입감을 경험하지 않거나 자녀가 없는 이들을 제외한 나머지 725명에 대해 성별과 연령에 따라 네 개의 집단으로 구분하고(20/30대 여성집단, 20/30대 남성집단, 40대 이상 여성집단, 40대 이상 남성집단), 코로나 19 팬데믹 기간 동안 성별과 연령집단에 따라 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화, 코로나로 인한 비일상성 경험, 건강행동에서의 차이를 알아보았다. 또한 연령 및 성별 집단별 코로나로 인한 비일상성 경험과 건강행동이 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화 증상에 미치는 영향을 확인하였다. 설문 기간은 2021년 2월부터 2021년 3월까지 진행되었으며, 본 설문은 100만 이상의 패널을 보유하고 있는 국내 온라인 설문업체를 통해 수집되었다. 연구참여자의 나이는 평균 44.3세이며, 거주지역은 서울/경기/인천 695명(48.4%), 경상 350명(24.5%), 전라 143명(9.9%), 충청 173명(12.1%), 강원/제주 73명(5.1%)이다. 추가적으로 연구 참여자의 연령, 직업, 경제적 수준, 초등생 이하 자녀유무, 호흡기 질환 또는 만성질환 건강 관련 정보는 표 1에 구체적으로 제시되어 있다. 설문 참여에는 약 30분이 소요되었으며, 연구참여자에게는 설문 업체를 통해 리워드가 지급되었다. 본 연구는 연구자

의 소속기관의 IRB로부터 연구승인을 받아 진행되었다.

측정도구

부정정서

부정정서 수준의 측정을 위해 홍창희(2004)가 국내 상황에 맞게 개발 및 타당화한 정서경험 척도를 사용하였다. 정서경험척도는 자기보고식 척도로 평소 자신의 정서를 측정하는 22문항으로 구성되어있으며, 11문항은 정적 정서경험에 대해 11문항은 부적정서경험에 대해 측정한다. 5점 리커트 형식으로 1점은 '전혀 그렇지 않다' 5점은 '매우 그렇다'로 평정하게 되어있으며, 점수가 높을수록 각각의 정서경험을 많이 하였다고 볼 수 있다. 본 연구에서는 부적정서경험을 측정하는 11문항을 사용하였으며, 문항의 내용은 '분노한', '부아가나는', '두려운', '신경질나는', '속상한', '겁나는', '기가막히는', '소외감드는', '상실감 느끼는', '짜증나는', '억울한'으로 구성되어 있다. 홍창희(2004)의 연구에서 부적정서경험의 Cronbach's α 는 .76으로 나타났고, 본 연구에서 부적 정서경험의 Cronbach's α 는 .94로 나타났다.

불안

연구참여자의 불안 수준을 측정하기 위해 Spitzer, Kroenke, Williams와 Lowe(2006)이 개발하고 국내 Seo와 Park(2015)가 타당화를 진행한 한국형 GAD-7(Korean version of the Generalized Anxiety Disorder 7: K-GAD-7)을 사용하였다. GAD-7은 자기보고식 척도로 최근 2주 동안의 불안 수준을 측정하는 7문항으로 구성되어있다. 4점 리커트 형식으로 0점은 '전혀 방해받

지 않음' 3점은 '거의 매일 방해받음'으로 평정하게 되어있으며, 점수가 높을수록 불안수준이 높음을 의미한다. Spitzer 등(2006)의 연구와 Seo와 Park(2015)의 연구에서의 Cronbach's α 는 .92로 나타났고, 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .93으로 나타났다.

직무소진

직무소진 수준의 측정을 위해 Schaufeli, Leiter, Maslach, & Jackson(1996)이 개발하고 신강현(2003)이 번안·타당화한 매슬랙 번아웃 척도(Maslach Burnout Inventory-General Survey; MBI-GS)를 사용하였다. MBI-GS는 자기보고식 척도로 본 연구에서는 코로나 팬데믹으로 인한 직무소진을 측정하고 있으며, 총 16문항을 사용하였다. 7점 리커트 형식으로 0점은 '전혀 그렇지 않다' 6점은 '매우 그렇다'로 평정하게 되어있으며, 점수가 높을수록 직무소진경험을 많이 하였다고 볼 수 있다. 하위요인은 소진 5문항, 냉소 5문항, 직업자신감 6문항으로 구성되어있다. 신강현(2003)의 연구에서 Cronbach's α 는 소진 .90, 냉소 .81, 직업자신감 .86으로 나타났으며, 본 연구에서는 .85로 나타났다.

신체화

신체화 증상의 양상과 심각도 수준의 측정을 위해 Spitzer, Kroenke와 Williams(1999)가 개발하고 Kroenke, Spitzer, & Williams(2002)이 개정한 신체화척도(Patient Health Questionnaire; PHQ-15)를 사용하였다. PHQ-15는 자기보고식 척도로 지난 4주 동안의 신체화 수준을 측정하는 15문항으로 구성되어 있다. 3점 리커트 형식으로 0점은 '전혀 시달리지 않음' 2점은 '대단히 시달림'으로 평정하게 되어있으며, 점

수가 높을수록 신체화 증상이 심각함을 의미한다. 원척도의 Cronbach's α 는 .80으로 나타났으며, 본 연구에서는 .87로 나타났다.

코로나로 인한 비일상성 경험

코로나 팬데믹 이후 비일상성 경험의 측정을 위해 전염병 관련 선행연구인 Nickell 등(2004)의 연구와 이동훈 등(2016)의 연구에서 사용된 비일상성 경험 문항을 사용하였다. 이는 자기보고식 척도로 사스와 메르스 상황에 맞게 개발된 척도를 코로나 팬데믹 상황에 맞게 일부 내용을 수정하였다. 문항은 총 5문항으로 '등하교 및 출퇴근시 대중교통 이용이 꺼림칙함', '코로나로 인한 우울감 증가', '코로나로 인한 수입 감소', '외출 및 활동 범위의 제약으로 인한 심리적 어려움 경험', '코로나 사태로 인한 자녀 양육의 어려움'을 묻는 문항으로 이루어져 있다. 5점 리커트 척도로 1점은 '전혀 그렇지 않다', 5점은 '매우 그렇다'로 평정하게 되어있으며, 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .83으로 나타났다.

건강행동

밤늦게까지 인터넷, 스마트폰 사용 및 TV시청 등으로 인한 수면 습관의 변화. 코로나 팬데믹 이후 인터넷, 스마트폰 사용 및 TV시청 등으로 변화한 수면 습관을 측정하기 위한 문항들을 사용하였다. 문항 내용은 '밤늦게까지 인터넷, 스마트폰, TV 시청 등으로 잠을 충분히 자지 못함', '밤늦게까지 인터넷, 스마트폰, TV 시청 등으로 낮과 밤이 바뀌는 등 수면패턴이 불규칙하게 바뀜', '인터넷, 스마트폰 사용, TV 시청 때문에 피곤해서 낮 시간 동안 업무(공부)를 하는데 집중력이 떨어짐'으로 총 3문항이다. 본 척도는 5점 리커트 척도

로 1점은 '전혀 그렇지 않다' 5점은 '매우 그렇다'로 평정하게 되어있으며, 점수가 높을수록 인터넷, 스마트폰 사용 및 TV시청 등으로 인한 수면 문제가 심각한 것으로 판단하였다. Cronbach's α 는 .91로 나타났다.

음주량 증가. 코로나 팬데믹 이후 음주량 증가 수준의 측정을 위해 '코로나 팬데믹 이후, 음주량이 이전에 비해 증가하였다'라는 단일 문항을 사용하였다. 본 척도는 5점 리커트 척도로 1점은 '전혀 그렇지 않다' 5점은 '매우 그렇다'로 평정하게 되어있으며, 점수가 높을수록 음주량이 많이 증가한 것으로 판단하였다.

코로나 관련 예방행동. 코로나 팬데믹 이후 연구 참여자들이 보이는 코로나 감염 예방행동을 확인하기 위하여 메르스 관련 선행연구인 이동훈 등(2016)의 연구에서 사용된 예방행동 문항을 사용하였다. 예방행동 문항들 중 타인과의 상호작용 그리고 전염성과 관련된 예방행동을 확인하기 위하여 '소리 지르기, 큰 소리로 노래 부르기, 응원하기 등의 침방울이 튀는 행위를 하지 않았다' 1문항을 본 연구에서 사용하였다. 5점 리커트 척도로 1점은 '전혀 그렇지 않다' 5점은 '매우 그렇다'로 평정하게 되어 있으며, 점수가 높을수록 예방행동을 많이 한 것으로 판단하였다.

개인의 정신건강관리의 필요성 인식. 코로나 팬데믹 이후 개인의 정신건강관리와 관련하여 도움이 필요한지를 측정하기 위해 '정신건강에 대한 정보', '정신건강 프로그램 참여', '심리평가', '심리상담'의 필요성을 묻는 총 4 문항을 사용하였다. 본 척도는 자기보고식

척도로 5점 리커트 척도로 1점은 '전혀 필요 없다' 5점은 '매우 필요하다'로 평정하였으며, 점수가 높을수록 개인의 정신건강관리와 관련하여 도움이 필요하다는 것을 의미한다. Cronbach's α 는 .96으로 나타났다.

분석 방법

본 연구에서는 성인 1,434명을 성별과 연령에 따라 네 개의 집단으로 구분하고 코로나 19 팬데믹 시기 성별과 연령집단에 따른 차이를 알아보았다. 또한 연령 및 성별 집단 별로 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화 증상에 영향을 미치는 코로나로 인한 비일상성 경험과 건강행동을 확인하였다. 이를 위해 SPSS 21.0을 사용하여 다음과 같이 자료를 분석하였다.

첫째, SPSS 21.0을 통해 각 척도에 대한 신뢰도 분석을 실시하였다. 둘째, 연구참여자들의 개인특성을 확인하기 위해 빈도분석을 실시하였다. 셋째, 연구참여자의 연령과 성별 집단으로 구분하여 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화, 코로나로 인한 비일상성 경험, 건강행동에 대한 ANOVA분석을 실시하였다. 넷째, 각 집단별로 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화 증상에 영향을 미치는 예측 변인을 확인하기 위하여 다중회귀분석을 실시하였다.

결 과

연구참여자들의 개인특성

본 연구의 연구 참여자의 개인특성은 표 1과 같다.

본 연구에서는 연구참여자를 20/30대와 40

대 이상 두 집단으로 구분하며 성별에 따라 20/30대 여성집단, 20/30대 남성집단, 40대 이상 여성집단, 40대 이상 남성집단 네 개의 집단으로 구분하였다. 참여자의 성별과 연령에 따른 집단별 차이분석 및 사후검증(Scheffe) 결과는 표 2와 같다. 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화에 대한 분석결과, 연령에 관계없이 여성집단이 40대 이상 남성집단보다 부정정서가 높은 것으로 나타났다($F=5.487, p<.001$). 직무소진의 경우, 20/30대 여성집단이 40대 이상 남성집단보다 높은 것으로 나타났다. 또한, 20/30대 여성집단이 모든 남성집단보다, 40대 이상 여성집단이 40대 이상 남성집단보다 신체화 증상이 높은 것으로 나타났다. 코로나로 인한 비일상성 경험에 대한 분석결과, 40대 이상 여성집단이 40대 이상 남성집단에 비해 '등하교 및 출퇴근길 대중교통을 이용하는데 꺼림칙'을 많이 느꼈으며, 연령에 관계없이 여성집단이 40대 이상 남성집단에 비해 '코로나로 인한 우울감'이 높은 것으로 나타났다. 건강행동에 대한 분석결과, '예방행동'의 경우 연령에 관계없이 여성집단이 남성집단에 비해 높은 것으로 나타났다.

연령 및 성별 집단별로 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화 증상에 영향을 미치는 코로나로 인한 비일상성 경험과 건강행동

성별과 연령에 따라 집단별로 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화에 영향을 미치는 변인을 알아보기 위하여 다중회귀분석을 실시하였으며, 독립변인으로 코로나로 인한 비일상성 경험과 건강행동을, 종속변인으로 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화 증상을 설정하였다. 다중회귀분석결과 부정정서에 영향을 미치는 연

표 1. 연구참여자 개인특성

	변인	빈도(%)
성별	여성	317(43.7)
	남성	408(56.3)
연령	20대 이하	80(11.0)
	30대	138(19.0)
	40대	230(31.7)
	50대	155(21.4)
	60대	105(14.5)
	70대 이상	17(2.3)
	대학(원)생	37(5.1)
직업	직장인	412(56.8)
	의료관련 종사자	22(3.0)
	자영업	82(11.3)
	전업주부	113(15.6)
	무직	42(5.8)
	기타	17(2.3)
	중산층 이하	366(50.5)
경제적 수준	중산층	332(45.8)
	중산층 이상	27(3.7)
초등생 이하 자녀 유무	유	227(31.3)
	무	498(68.7)
평소 호흡기 질환 또는 만성질환 유무	유	154(21.2)
	무	571(78.8)

령 및 성별 집단에 따른 코로나로 인한 비일상 경험과 건강행동은 표 3과 같다. ‘등하교 및 출퇴근길 대중교통이용 꺼림작’은 연령과 관계없이 남성집단의 부정정서에 유의한 영향을 미치는 변인으로 나타났으며, ‘외출 및 활동범위 제약으로 인한 심리적 어려움’은 20/30대 남성집단에서 유의한 것으로 나타났다. ‘코로나로 인한 우울감 증가’는 연령과 성별에

관계없이 모든집단에서 유의한 것으로 나타났다. ‘코로나로 인한 아이돌봄 어려움’은 20/30대 여성집단에서 유의한 것으로 나타났다. ‘밤늦게까지 인터넷, 스마트폰 사용 및 TV시청으로 인한 수면 습관 변화’는 40대 이상 여성집단을 제외한 모든집단의 부정정서에 유의한 영향을 미치는 변인으로 확인되었다. 또한 ‘예방행동’의 경우 20/30대 남성집단에서 유의하

표 2. 연령과 성별에 따른 집단별 차이분석 결과

		1. 20/30대 여성집단 (n=90)		2. 20/30대 남성집단 (n=128)		3. 40대 이상 여성집단 (n=227)		4. 40대 이상 남성집단 (n=280)		F	Sheffe
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD		
		심리적 요인	부정정서	3.34	0.80	3.11	0.92	3.27	0.76		
	불안	0.86	0.76	0.88	0.76	0.81	0.66	0.68	0.62	3.601	
	직무소진	4.56	0.81	4.47	0.88	4.32	0.71	4.27	0.76	4.395	1>4
	신체화 증상	0.63	0.43	0.46	0.39	0.55	0.36	0.41	0.32	10.734	1>2,4 3>4
비일상성 경험	등하교 및 출퇴근길 대중교통 이용 꺼림칙	3.97	1.06	3.77	0.98	3.93	0.88	3.65	0.97	4.811	3>4
	외출 및 활동범위 제약으로 인한 심리적 어려움	3.81	0.94	3.71	0.94	3.74	0.81	3.55	0.89	2.813	
	코로나로 인한 우울감 증가	3.38	1.08	3.21	1.05	3.32	1.00	3.03	1.02	4.420	1,3>4
	코로나 팬데믹으로 인한 수입감소	3.12	1.13	3.13	1.07	3.24	1.10	3.21	1.06	0.464	
	코로나로 인한 아이 돌봄 어려움	3.24	1.24	3.13	1.18	3.23	1.19	3.17	1.13	0.300	
건강 행동	밤늦게까지 인터넷, 스마트폰 사용 및 TV시청으로 인한 수면습관변화	3.17	0.98	3.02	1.02	3.03	0.90	2.85	0.94	3.148	
	음주량 증가	2.17	1.12	2.53	1.14	2.19	1.12	2.47	1.11	4.395	
	예방행동	4.52	0.67	4.14	0.81	4.45	0.71	4.18	0.73	10.120	1,3>2,4
	개인의 정신건강 관리의 필요성 인식	3.39	1.11	3.18	1.13	3.31	1.02	3.29	1.04	0.787	

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

였으며, ‘개인의 정신건강관리의 필요성 인식’은 40대 이상 여성집단에서 유의한 것으로 나타났다.

다중회귀분석결과 불안에 영향을 미치는 코로나로 인한 비일상성 경험과 건강행동은 표 4와 같다. ‘코로나로 인한 우울감 증가’는 20/30

대 여성집단을 제외한 모든집단의 불안에 유의한 영향을 미치는 변인으로 나타났다. 건강행동과 관련하여 ‘밤늦게까지 인터넷, 스마트폰 사용 및 TV시청으로 인한 수면 습관 변화’는 40대 이상 여성집단을 제외한 모든집단의 불안에 유의한 영향을 미치는 변인으로 확인

표 3. 부정정서에 영향을 미치는 연령 및 성별 집단별 코로나로 인한 비일상성 경험과 건강행동

부정정서	1. 20/30대 여성집단 (n=90)		2. 20/30대 남성집단 (n=128)		3. 40대 이상 여성집단 (n=227)		4. 40대 이상 남성집단 (n=280)		
	β	<i>t</i>	β	<i>t</i>	β	<i>t</i>	β	<i>t</i>	
변인									
비일상성 경험	등하교 및 출퇴근길 대중교통 이용 꺼림칙	-0.012	-0.111	0.233	2.764**	0.114	1.778	0.163	2.962**
	외출 및 활동범위 제약으로 인한 심리적 어려움	-0.002	-0.018	0.163	2.056*	0.101	1.425	-0.003	-0.046
	코로나로 인한 우울감증가	0.231	2.042*	0.300	3.224**	0.226	2.946**	0.353	5.535***
	코로나 팬데믹으로 인한 수입감소	-0.138	-1.231	-0.141	-1.691	0.089	1.436	-0.082	-1.430
	코로나로 인한 아이 돌봄 어려움	0.354	3.216**	0.077	0.890	0.087	1.327	0.093	1.681
건강 행동	밤늦게까지 인터넷, 스마트폰 사용 및 TV시청으로 인한 수면습관변화	0.330	3.247**	0.280	3.432***	0.047	0.728	0.217	3.555***
	음주량 증가	-0.101	-1.021	0.032	0.425	0.059	0.968	0.005	0.102
	예방행동	-0.074	-0.741	-0.156	-2.289*	0.105	1.778	0.017	0.332
	개인의 정신건강 관리의 필요성 인식	0.176	1.842	-0.029	-0.398	0.169	2.926**	0.076	1.508

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

표 4. 불안에 영향을 미치는 연령 및 성별 집단별 코로나로 인한 비일상성 경험과 건강행동

불안	1. 20/30대 여성집단 (n=90)		2. 20/30대 남성집단 (n=128)		3. 40대 이상 여성집단 (n=227)		4. 40대 이상 남성집단 (n=280)		
	β	<i>t</i>	β	<i>t</i>	β	<i>t</i>	β	<i>t</i>	
변인									
비일상성 경험	등하교 및 출퇴근길 대중교통 이용 꺼림칙	0.024	0.217	0.099	1.031	0.051	0.725	0.081	1.393
	외출 및 활동범위 제약으로 인한 심리적 어려움	0.150	1.130	0.019	0.215	0.006	0.076	-0.061	-0.962
	코로나로 인한 우울감증가	0.194	1.702	0.331	3.115**	0.323	3.843***	0.238	3.542***
	코로나 팬데믹으로 인한 수입감소	-0.008	-0.069	-0.018	-0.186	0.076	1.119	-0.010	-0.163
	코로나로 인한 아이 돌봄 어려움	0.140	1.264	-0.047	-0.478	-0.083	-1.159	0.044	0.752
건강 행동	밤늦게까지 인터넷, 스마트폰 사용 및 TV시청으로 인한 수면습관변화	0.278	2.721**	0.328	3.529***	0.042	0.602	0.281	4.368***
	음주량 증가	0.068	0.686	0.048	0.552	-0.017	-0.248	0.136	2.487*
	예방 행동	-0.217	-2.165*	-0.041	-0.519	-0.134	-2.074*	0.056	1.023
	개인의 정신건강 관리의 필요성 인식	-0.067	-0.704	-0.075	-0.895	0.172	2.716**	0.086	1.613

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

표 5. 직무소진에 영향을 미치는 연령 및 성별 집단별 코로나로 인한 비일상성 경험과 건강행동

직무소진	1. 20/30대 여성집단 (n=90)		2. 20/30대 남성집단 (n=128)		3. 40대 이상 여성집단 (n=227)		4. 40대 이상 남성집단 (n=280)		
	β	t	β	t	β	t	β	t	
변인									
등하교 및 출퇴근길 대중교통 이용 꺼림칙	0.097	0.78	0.258	2.656**	0.096	1.466	0.158	2.680**	
비일상성 경험	외출 및 활동범위 제약으로 인한 심리적 어려움	-0.067	-0.453	0.027	0.292	-0.093	-1.296	0.086	1.330
	코로나로 인한 우울감증가	0.111	0.871	0.116	1.086	0.306	3.934***	0.061	0.898
	코로나 팬데믹으로 인한 수입감소	-0.107	-0.851	-0.004	-0.039	0.118	1.878	0.081	1.322
	코로나로 인한 아이 돌봄 어려움	0.193	1.555	0.017	0.174	0.077	1.159	0.156	2.640**
건강 행동	밤늦게까지 인터넷, 스마트폰 사용 및 TV시청으로 인한 수면습관변화	0.335	2.928**	0.293	3.121**	0.105	1.619	0.174	2.660**
	음주량 증가	-0.217	-1.943	0.108	1.237	0.043	0.699	-0.054	-0.964
	예방행동	0.111	0.991	-0.035	-0.441	0.103	1.726	0.071	1.283
	개인의 정신건강 관리의 필요성 인식	0.163	1.518	0.017	0.203	0.186	3.174**	0.103	1.907

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

표 6. 신체화 증상에 영향을 미치는 연령 및 성별 집단별 코로나로 인한 비일상성 경험과 건강행동

신체화 증상	1. 20/30대 여성집단 (n=90)		2. 20/30대 남성집단 (n=128)		3. 40대 이상 여성집단 (n=227)		4. 40대 이상 남성집단 (n=280)		
	β	t	β	t	β	t	β	t	
변인									
등하교 및 출퇴근길 대중교통 이용 꺼림칙	-0.060	-0.496	-0.020	-0.206	-0.005	-0.074	0.088	1.458	
비일상성 경험	외출 및 활동범위 제약으로 인한 심리적 어려움	-0.008	-0.053	0.023	0.251	-0.111	-1.488	-0.008	-0.124
	코로나로 인한 우울감증가	0.186	1.505	0.161	1.476	0.288	3.538***	0.092	1.310
	코로나 팬데믹으로 인한 수입감소	-0.009	-0.074	-0.059	-0.607	0.098	1.497	-0.001	-0.015
	코로나로 인한 아이 돌봄 어려움	0.050	0.415	0.083	0.823	0.123	1.775	0.145	2.376*
건강 행동	밤늦게까지 인터넷, 스마트폰 사용 및 TV시청으로 인한 수면습관변화	0.314	2.832**	0.227	2.377*	0.203	2.997**	0.181	2.689**
	음주량 증가	0.040	0.372	0.194	2.176*	-0.043	-0.673	0.144	2.513*
	예방행동	-0.174	-1.599	-0.088	-1.096	-0.032	-0.509	-0.056	-0.984
	개인의 정신건강 관리의 필요성 인식	0.142	1.364	0.128	1.494	0.119	1.949	0.158	2.832**

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

되었으며, '음주량 증가'의 경우 40대 이상 남성집단의 불안에 유의한 영향을 미치는 변인으로 나타났다. 또한 '예방행동'의 경우, 연령과 관계없이 여성집단에서 유의하였으며, '개인의 정신건강관리의 필요성 인식'은 40대 이상 여성집단의 불안에 유의한 영향을 미치는 변인으로 확인되었다.

다중회귀분석결과 직무소진에 영향을 미치는 연령별, 성별 집단에 따른 코로나로 인한 비일상성 경험과 건강행동은 표 5와 같다. '등하교 및 출퇴근길 대중교통이용 꺼림직'의 경우 연령과 관계없이 남성집단에서 직무소진에 유의한 영향을 미치는 변인으로 나타났다. '코로나로 인한 우울감 증가는 40대 이상 여성집단의 직무소진에 유의한 영향을 미치는 변인으로 나타났다. '코로나로 인한 아이돌봄 어려움'은 40대 이상 남성집단의 직무소진에 유의한 영향을 미치는 변인으로 나타났다. '밤늦게까지 인터넷, 스마트폰 사용 및 TV시청으로 인한 수면 습관 변화'는 40대 이상 여성집단을 제외한 모든 집단에서 유의하였으며, '개인의 정신건강관리의 필요성 인식'은 40대 이상 여성집단의 직무소진에 유의한 영향을 미치는 변인으로 나타났다.

다중회귀분석결과 신체화 증상에 영향을 미치는 코로나로 인한 비일상성 경험과 건강행동은 표 6과 같다. '코로나로 인한 우울감 증가는 40대 이상 여성집단의 신체화 증상에 유의한 영향을 미치는 변인으로 나타났다. '코로나로 인한 아이 돌봄 어려움'의 경우 40대 이상 남성집단의 신체화 증상에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. '밤늦게까지 인터넷, 스마트폰 사용 및 TV시청으로 인한 수면 습관 변화'는 연령과 성별에 관계없이 모든집단의 신체화 증상에 유의한 영향을 미치는 변

인으로 확인되었으며, '음주량 증가'는 연령과 관계없이 남성집단의 신체화증상에 유의한 영향을 미치는 변인으로 나타났다. '개인의 정신건강관리의 필요성 인식'의 경우 40대 이상 남성집단의 신체화 증상에 유의한 영향을 미치는 변인으로 나타났다.

논 의

본 연구에서는 성인 725명에 대해 성별과 연령에 따라 네 개의 집단으로 구분하고, 코로나19 팬데믹 시기의 성별과 연령에 따른 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화 증상, 코로나로 인한 비일상성 경험, 건강행동의 차이를 알아보았다. 또한 이러한 심리증상에 영향을 미치는 코로나로 인한 비일상성 경험과 건강행동을 확인하였다. 연구의 주요 결과와 시사점을 논의하면 다음과 같다.

첫째, 코로나 팬데믹 시기동안 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화 증상의 집단 간 차이를 살펴본 결과, 40대 이상 여성집단이 40대 이상 남성집단에 비해 높은 부정정서와 신체화 증상을 경험하는 것으로 나타났다. 또한, 20/30대 여성집단이 40대 이상 남성집단에 비해 높은 부정정서, 직무소진을 보고하였고, 20/30대 여성집단이 모든 연령대의 남성집단에 비해 높은 신체화 증상을 경험하는 것으로 나타났다. 코로나 락다운 기간동안 스페인 여성의 심리적 위험을 높이는 요인에 대해 조사한 연구에 따르면, 나이가 많은 60대 이상 여성일수록 코로나로 인한 불안, 우울과 같은 정신건강 문제에 더욱 노출될 수 있는 것으로 나타났으며(García-Portilla et al., 2021), 중국의 경우에도 여성이 남성보다 전염병으로 인한

부정정서를 더욱 많이 경험할 뿐만 아니라, 어지럼증, 두통, 소화불량과 같은 다양한 신체화 증상을 경험할 수 있다고 보고하였다 (Shangguan et al., 2021). 또한, 코로나로 인한 중국인의 소진경험에 대해 조사한 연구에서도 코로나19 기간동안 직장 경력이 많지 않은 20/30대 여성일수록 직무 상황에서 높은 소진을 경험할 수 있는 것으로 보고된 바 있다 (Huo et al., 2021). 그러나 과거 2002년에 유행 하였던 사스(SARS) 감염병의 경우, 남성이 여성보다 3.5배 많은 심리적 장애를 경험할 수 있으며(Bonnanno et al., 2008), 고연령일수록 사스 관련 걱정이나 불안과 같은 부정적 정서를 느낀다(Lau et al., 2008)는 상반된 연구결과도 보고된 바 있기에 전염병의 발생 시기와 특징에 따라 취약한 대상이 다를 수 있음을 고려하는 것이 필요할 수 있다. 본 연구결과를 통해 한국의 경우 여성이 남성보다 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화증상과 같은 다양한 심리적 문제를 더욱 많이 경험할 수 있으며 코로나 상황에서 심리적으로 보다 취약할 수 있음을 알 수 있다.

둘째, ‘등하교 및 출퇴근길에 대중교통 이용하는 것이 꺼림칙, 외출 및 활동범위 제약으로 인한 심리적 어려움, 코로나로 인한 우울감 증가, 코로나로 인한 수입감소, 아이 돌보는 것이 지치고 힘들’과 같은 코로나로 인한 비일상성 경험에서의 집단 간 차이를 살펴본 결과는 다음과 같다. 먼저 40대 이상 여성집단이 40대 이상 남성집단보다 ‘등하교 및 출퇴근길에 대중교통을 이용하는 것이 꺼림칙함을 더욱 많이 경험하는 것으로 나타났다. 이는 최근 버스나 지하철과 같은 대중교통 내에서 불특정 다수와의 접촉으로 인한 감염사례가 증가함에 따라 코로나 감염에 대한 우려

가 대중교통 기피 현상으로 이어진 것으로 보여진다(아시아경제, 2020.2.4.). 한국트라우마학회에서 발표한 조사에 따르면(한국트라우마스트레스 학회, 2020), 여성이 남성보다 감염에 대한 걱정과 두려움을 훨씬 많이 경험하는데, 이러한 감염에 대한 우려는 대중교통 기피에도 영향을 미쳤을 것으로 예상할 수 있다. 또한, ‘코로나로 인한 우울감 증가의 경우, 모든 연령대의 여성집단이 40대 이상 남성집단보다 더욱 우울을 많이 경험하는 것으로 나타났다. 코로나 발생 초기 중국인의 심리적 디스트레스에 대해 조사한 Qiu 등(2020)의 연구에 따르면, 여성이 남성과 비교하였을 때 코로나로 인해 낮은 수준의 심리적 웰빙과 디스트레스를 더욱 많이 경험하는 것으로 나타났다. 또한, 코로나 확산 방지를 위한 사회적 거리두기가 2020년 4월경 브라질 내에서 시행되면서 여성이 집에 머무는 시간이 이전보다 더욱 증가하게 되었는데, 이러한 상황에서 부정적 사고를 반추하는 경향성이 높은 것으로 나타났다(Ribeiro et al., 2021). 이는 여성이 남성에 비해 평소 불안과 우울장애 등의 발병 위험성이 더 높고 심리적으로 취약할 수 있기에 기존의 심리적 문제가 코로나로 인해 더욱 가중되었을 수 있다는 이스라엘의 연구결과(Horesh, Lev-Ari, & Hasson-Ohayon, 2020)와도 맥을 같이한다.

코로나로 인한 건강행동의 변화를 살펴보면 ‘소리지르기, 큰소리로 노래부르기, 응원하기 등의 침방울이 튀는 행위 자제’와 같은 감염병 확산을 막기 위한 예방 행동의 경우, 모든 연령대의 여성집단이 남성집단보다 이를 더욱 잘 실천한 것으로 나타났다. 이는 여성의 사회문화적 규범이나 성역할 기대로 설명되어질 수 있는데 코로나 기간동안 예방행동과 건강

신념에 관해 살펴본 국내 연구에 따르면, 가족 및 가까운 사람에 대한 감염의 우려와 책임감이 감염병 상황에서 여성의 예방행동을 더욱 촉진시켰을 가능성이 있는 것으로 나타났다(Kim & Kim, 2020). 아랍과 같은 이슬람 국가에서도 이와 유사하게 코로나 기간동안 여성이 남성보다 코로나 관련 예방정보를 찾아보거나 백신 접종을 하는 등 예방행동을 더 잘 실천하는 것으로 보고되었다(Saddik et al., 2020).

셋째, 코로나로 인한 비일상성 경험(등하교 및 출퇴근길에 대중교통을 이용하는 것이 꺼림칙함, 외출 및 활동범위 제약으로 심리적 어려움, 코로나로 인한 우울감 증가, 수입감소, 아이들을 온전히 돌보느라 지치고 힘듦)과 건강행동(밤늦게까지 인터넷, 스마트폰, TV사용으로 인한 수면습관의 변화, 음주량 증가, 예방 행동, 개인의 정신건강 관리의 필요성 인식)이 성별과 연령집단 별로 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화 증상에 영향을 미치는지 확인하기 위해 다중회귀분석을 실시한 결과를 논의하면 다음과 같다.

‘코로나로 인해 등하교 및 출퇴근길에 대중교통을 이용하는 것이 꺼림칙함의 경우, 모든 연령대 남성집단의 부정정서와 직무소진에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 국내 직장인들을 대상으로 한 코로나 관련 설문 조사에 따르면, 직장인 남성의 59.7%가 출퇴근길 대중교통을 이용으로 인해 출근이 꺼려진다고 응답한 것으로 나타났는데, 이는 코로나 감염에 대한 불안, 두려움, 공포와 같은 부정정서와 밀접한 관련이 있는 것으로 나타났다(경북일보, 2020.02.16.). 이러한 코로나 감염에 대한 우려는 실제로 대중교통 이용량의 감소와 자가용 이용률의 증가로 이어졌으며(뉴스

핍, 2021.8.2.; 아주경제, 2020.3.23.), 출퇴근 소요 시간의 증가와 교통체증을 야기하여 스트레스, 불안과 같은 부정정서나 직무소진을 유발할 가능성이 있는 것으로 나타났다(노인숙, 조선희, 2012; 윤기찬, 손민성, 김미선, 최만규, 2015).

‘외출 및 활동범위 제약으로 인한 심리적 어려움’의 경우, 20/30대 남성의 부정정서에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 보건복지부에서 발표한 2021년 코로나 19 국민정신건강 실태조사(2022)에 따르면, 코로나 장기화와 사회적 거리두기가 지속되는 상황으로 인해 30대 남녀 청년층의 우울, 자살사고와 같은 정신건강 상의 문제가 급증했는데 자살 사고 비율이 30대가 18.3%로 높은 수치를 나타냈으며, 그 중에서도 남성이 22.4%로 가장 높게 나타났다. 또한, 감염병 기간 동안 활동범위가 비교적 넓은 20/30대의 젊은 연령층일수록 일상생활에 지장을 받을 가능성이 높기 때문에 불안, 우울 등의 정신질환 문제를 더욱 많이 경험할 수 있다는 연구결과도 브라질에서 보고되고 있다(Ribeiro et al., 2021). 이처럼 코로나 사태의 장기화는 일상전반의 위축, 사회적 단절, 대인관계 활동의 제약을 가져와 학업, 취업 등과 같은 과업을 가지고 있는 젊은 20/30대 연령층에게 더욱 직접적인 영향을 미치는 등 혼란을 야기할 수 있기에 이로 인한 심리적인 문제를 경험했을 가능성이 있다.

‘코로나로 인한 우울감 증가’의 경우, 연령 및 성별에 관계없이 모든 집단의 부정정서에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 불안의 경우, 모든 연령대의 남성집단과 40대 이상 여성집단에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 직무소진과 신체화는 40대 이상 여성집단에만 영향을 미치는 것으로 나타났다. 국내

외 선행연구에서는 전염병 상황에서 경험할 수 있는 주요한 심리증상으로 우울감을 제시하고 있다. 이동훈 등(2020)은 코로나19로 인한 우울감이 불안, 두려움, 공포 등과 같은 부정적인 감정이나 자살사고와도 밀접한 관련이 있다고 보고하였으며, 폴란드 대학생의 정신건강 수준에 대해 평가한 Debowska, Horeczy, Bouduszek와 Dolinski (2020)의 연구에서도 코로나 초기 발생 기간동안 스트레스와 자살충동과의 관련성에 대해 언급하고 있다. 또한, 코로나 상황에서의 우울경험이 높은 수준의 직무소진을 유발할 수 있다는 연구결과가 포르투갈에서 보고되기도 하였다(Serrão, Duarte, Castro, & Teixeira, 2021). 뿐만 아니라, 코로나로 인한 우울이나 불안장애는 신체화 증상을 발현시킬 수 있다는 중국의 연구 결과와도 맥을 같이한다(Huang et al., 2020). 본 연구결과를 통해 코로나 장기화로 인한 우울감, 불안, 스트레스와 같은 심리적 어려움이 특정 연령대나 성별에 국한된 것이 아닌 누구나 경험할 수 있는 일상의 붕괴이자 어려움을 알 수 있다.

‘코로나 팬데믹 기간동안 어린이집, 유치원, 학원의 휴원이나 학교의 개학 연기로 아이들을 집에서 온전히 돌보느라 지치고 힘듦의 경우, 20/30대 여성집단의 부정정서에 유의한 영향을 미치며, 40대 이상 남성집단의 직무소진과 신체화에도 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 코로나로 인한 부모의 심리적 어려움에 대해 확인한 미국의 연구에 따르면 코로나 확산을 막기 위한 국가 방역차원의 사회적 거리두기나 락다운(lockdown) 조치로 인해, 아동 보육시설 및 학교의 개학 연기, 휴교령이 시행됨에 따라 부모의 가사업무량과 자녀 양육 시간의 증가하여 스트레스, 우울, 소

진을 야기한 것으로 나타났다(Kerr, Fanning, Huynh, Botto, & Kim, 2021). 이러한 결과는 부모의 손길이 필요한 어린 자녀를 둔 부모들이 코로나 발병 이후 자녀양육에 요구되는 시간이 증가함에 따라 무력감이나 좌절, 소진과 같은 문제에 더욱 많이 노출되었기 때문으로 해석할 수 있다. 또한, 코로나로 인해 집에 머무는 시간이 증가한 남성의 경우 여성보다 자녀양육으로 인한 소진의 정도가 더 높을 수 있다는 포르투갈의 연구 결과도 보고되었는데 (Aguar et al., 2021), 이는 남성이 자녀양육에 몰두하는 시간이 코로나 발생 이전에 비해 증가하면서 익숙치 않은 자녀 양육행동으로 인해 더욱 피로감을 경험했을 수 있기 때문이라고 설명하고 있다.

‘밤늦게까지 인터넷, 스마트폰, TV 사용으로 인한 수면습관의 변화’의 경우, 모든 연령대의 남성집단과 20/30대 여성집단의 부정정서, 불안, 직무소진에 유의한 영향을 미쳤으며, 연령 및 성별에 관계없이 모든 집단의 신체화 증상에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 인도 대학생들을 대상으로 심리적 웰빙에 대해 살펴본 선행연구에 따르면 코로나 락다운 시행으로 인해 외출하지 않고 혼자 집에 머무는 시간이 늘어나면서 스마트폰, 인터넷 등의 사용 시간이 증가함에 따라 개인의 수면의 질을 저하시키고 불안, 우울 등의 부정정서를 야기하는 것으로 보고되었다(Akulwar-Tajane et al., 2020). 또한, 코로나 기간동안 전자매체의 과도한 사용으로 인해 극심한 신체적, 정신적 피로감을 느끼게 되는 상태를 뜻하는 디지털 번아웃(digital burnout) 현상을 경험할 수 있는데, 이것이 불면이나 신체화 문제와 밀접한 관련이 있다는 연구 결과 또한 인도에서 보고되었다(Sharma et al., 2020). 이처럼 코로나 팬

데믹 사태는 개인으로 하여금 급격한 생활방식의 전환과 여가시간의 활용과 관련하여 전자매체에 과도하게 의존하도록 만듦으로써, 디지털 번아웃으로 인한 여러 정신 건강상의 문제를 야기하였음을 알 수 있다.

‘음주량 증가’의 경우, 40대 이상 남성집단의 불안에 영향을 미치고 모든 연령대의 남성 집단의 신체화 증상에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 코로나로 인한 음주량 증가가 남성의 불안, 신체화 증상과 같은 정신건강 문제를 촉발시키는 위험요인일 수 있음을 의미한다. 코로나 팬데믹 시기에 호주인들을 대상으로 실시한 해외 선행연구에서도 코로나 기간동안에 남성의 알코올 소비 증가와 심리적 고통 간에 밀접한 관련성이 있는 것으로 나타났다(Biddle et al., 2020). Stanton 등(2020)은 코로나 기간동안 경험하게 되는 사회적 고립감과 심리적 디스트레스를 해소하기 위한 수단으로 개인의 음주나 흡연의 사용 빈도가 증가하였다고 설명하고 있다. 그러나 이러한 음주량 증가는 코로나 상황에서 불안이나 신체화 증상과 같은 심리적 문제를 더욱 야기할 수 있다는 스페인의 연구결과(Meseguer de pdero, Feernandez-Valera, García-Izquierdo, & Soler-Sanchez, 2021)가 보고되었으며, 특히 나이가 어린 남성일수록 감염병 기간동안 잦은 폭음을 할 가능성이 높다는 브라질의 연구 결과(Gonçalves, Moura, Amaral, Castaldelli-Maia, & Malbergier, 2020) 또한 보고되었다. 본 연구결과를 통해 우리나라의 경우에도 코로나 감염병 기간동안 남성의 폭음과 고위험 음주에 대한 위험성이 높아졌음을 확인할 수 있다.

예방 행동의 경우, 20/30대 남성집단의 부정정서에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고 모든 연령대의 여성집단의 불안에 유의한

영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 20/30대 남성집단과 연령과 관계없이 여성집단이 ‘소리지르기, 큰 소리로 노래부르기, 응원하기 등’과 같이 코로나 방역수칙을 잘 실천하지 않을수록 두려움, 분노, 불안 등의 부정정서를 경험할 수 있음을 의미한다. 코로나 예방 행동에 영향을 미치는 심리사회적 요인에 대해 조사한 미국의 연구에 따르면, 20/30대와 같은 젊은층이 고연령층에 비해 다수의 사람들을 만나거나 행사에 참여하는 등의 코로나 감염 위험행동을 할 확률이 높으며, 남성이 여성에 비해 코로나 관련 예방수칙을 비교적 잘 실천하지 못하는 것으로 나타났다(Kim & Crimmins, 2020). 또한, 미국인의 코로나 관련 디스트레스의 위험 및 보호 요인에 대해 조사한 Pearman, Hughes, Smith와 Neupert(2021)는 코로나 감염 예방수칙을 잘 따르거나 사회적 거리두기 행동을 잘 실천할 경우, 자신의 감염가능성을 낮게 평가함으로써 감염에 대한 불안감이나 스트레스를 감소시킬 수 있다고 설명하였다. 즉, 예방 행동을 잘 실천하지 않을 경우 감염 가능성에 대해 상대적으로 높게 평가하였기 때문에 그로 인한 부정정서를 경험했을 것으로 추측할 수 있다.

개인의 정신건강 관리의 필요성에 대한 인식의 경우, 40대 이상 여성집단의 부정정서, 불안, 직무소진에 유의한 영향을 미쳤고, 40대 이상 남성집단의 신체화 증상에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 지난해 9월 국민 정신건강실태조사에서 국민들의 두려움, 불안, 신체화 증상 등의 정신건강 문제가 3월 대비 상승하였고, 정신건강 서비스에 대한 요구 또한 증가추세에 있다는 연구 결과와 맥을 같이한다(한국트라우마스트레스학회, 2020). 또한, 코로나 블루와 관련된 국

내 빅데이터 자료를 분석한 임유하(2021)의 연구에 따르면, 코로나 블루와 관련한 상위 핵심 키워드는 ‘우울감, 장기화, 불안, 심리적 어려움, 정신건강서비스, 심리치유, 상담, 심리검사’로 나타났는데, 이는 대중들이 코로나로 인한 우울, 불안과 같은 마음의 고통을 해결하고자 정신건강관리에 많은 관심을 보이고 있음을 나타내는 결과로 볼 수 있다.

본 연구에서는 코로나 팬데믹 기간동안 성별 및 연령에 따른 네 개의 집단별로 코로나로 인한 비일상성의 경험과 건강행동 및 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화 증상의 양상을 살펴보았다. 다중회귀분석 결과, 20/30대 여성 집단의 경우에는 ‘코로나로 인한 우울감 증가, 자녀양육의 어려움’이 부정정서에 영향을 미쳤으며, ‘밤늦게까지 인터넷, 스마트폰, TV 사용으로 인한 수면습관의 변화’가 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화 증상에 영향을 미쳤다. 20/30대 남성집단의 경우에는 ‘등하교 및 출퇴근 길에 대중교통을 이용하는 것이 꺼림칙함’이 부정정서, 직무소진에, ‘외출 및 활동제약으로 인한 심리적 어려움’이 부정정서에, ‘코로나로 인한 우울감 증가’가 부정정서, 불안에, ‘음주량 증가’가 신체화 증상에 영향을 미쳤다. 또한, ‘밤늦게까지 인터넷, 스마트폰, TV 사용으로 인한 수면습관의 변화’가 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화 증상에, ‘예방행동’이 부정정서에 영향을 미쳤다. 40대 이상 여성 집단의 경우에는 ‘코로나로 인한 우울감 증가’가 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화에, ‘밤늦게까지 인터넷, 스마트폰, TV 사용으로 인한 수면습관의 변화’가 신체화에 영향을 미쳤다. 또한 ‘예방행동’이 불안에 영향을 미쳤고, ‘개인의 정신건강 관리의 필요성 인식’이 부정정서, 불안, 직무소진에 영향을 미쳤다. 40대 이상

남성집단의 경우에는 ‘등하교 및 출퇴근 길에 대중교통을 이용하는 것이 꺼림칙함’이 부정정서, 직무소진에, ‘코로나로 인한 우울감 증가’가 부정정서, 불안에 영향을 미쳤고, ‘자녀 양육의 어려움’이 직무소진, 신체화에 영향을 미쳤다. ‘밤늦게까지 인터넷, 스마트폰, TV 사용으로 인한 수면습관의 변화’가 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화 증상에, ‘음주량 증가’가 불안, 신체화 증상에, ‘개인의 정신건강 관리의 필요성 인식’이 신체화 증상에 영향을 미쳤다. 이를 통해 코로나 기간 동안 일반 국민의 부정정서, 불안, 직무소진, 신체화 증상에 영향을 미치는 원인이 성별과 연령에 따라 다를 수 있음을 확인하였다.

본 연구결과를 토대로 연령 및 성별에 따라 정신건강 관리 및 심리지원 방안을 마련하는 것이 필요할 수 있다. 예를 들어 코로나 기간 동안 ‘어린자녀 양육의 어려움’을 겪고 있는 20/30대 젊은 여성의 경우, 가정 내 자녀돌봄과 관련하여 국가 및 지역사회 차원에서 대응체계를 구축하는 것이 필요할 수 있고, 밤 늦게까지 전자매체 사용으로 인한 수면문제를 경험하는 이들에게 신체, 정신 건강상 발생할 수 있는 문제들에 대한 경각심을 높이고 일상생활 속에서 스스로가 미디어 사용을 균형있게 조절할 수 있도록 돕는 것이 중요할 수 있다. 또한, 코로나로 인한 우울감 증가를 경험하고 있는 40대 여성의 경우, 대면활동이나 대면접촉을 통한 사회적 소통은 줄었으나 고립감이나 우울감을 덜어내기 위한 온라인 프로그램, 심리상담 핫라인 등 다양한 심리지원 서비스를 적극 활용하도록 하는 것이 필요할 수 있다. 또한, 개인의 사회적 고립과 우울, 불안 등의 심리적 건강문제에 대한 사회적 관심을 높이고, 지역사회 공동체 강화를 통한

마음 돌봄 체계를 구축하는 것도 앞으로 중요할 것으로 보여진다. 마지막으로, 코로나 기간 동안 집에 머무르는 시간이 길어지면서 많은 음주를 소비하는 남성들에게 고위험 음주 위험성에 대한 교육을 실시하고 올바른 전자매체 사용과 규칙적인 생활습관을 가지는 것의 중요성을 강조하는 것이 필요하다. 사회적 캠페인을 통해 코로나 기간동안 폭음과 고위험 음주에 대한 위험성이 높아질 수 있음을 고려하여 건강하고 책임있는 음주행동에 대한 인식 개선도 도움이 될 수 있다. 또한, 외출이나 활동범위 제약으로 인한 심리적 어려움 완화를 위해 코로나가 가져온 새로운 일상의 변화에 잘 적응하고 대처할 수 있는 코로나 시대의 스트레스 관리 및 심리건강을 유지할 수 있는 국가차원의 정신건강 관리 및 심리지원 프로그램을 개발하여 국민들에게 보급하는 것이 중요할 수 있다.

본 연구의 제한점과 추후 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 온라인을 통한 자기보고식 조사연구로 횡단연구라는 제한점으로 인과관계의 제시가 용이하지 않았다. 향후 종단 연구를 통해 코로나가 일반대중의 심리건강에 미치는 영향을 시계열적으로 탐색할 필요가 있다. 둘째, 본 연구에서 연령집단을 20/30대와 40대 이상으로 구분하고 있는데, 추후 연구에서는 연령대를 보다 세분화함으로써 각 하위 연령집단 별 심리적 문제의 양상을 파악하는 것이 필요할 수 있다. 특히, 코로나 팬데믹 상황에서 중년기와 노년기의 심리사회적 양상에는 어떠한 차이가 있는지 면밀히 살펴볼 필요가 있다. 셋째, 관련 데이터의 축적을 통해 코로나 유행의 장기화가 일반국민, 의료인, 아동 및 청소년, 노인, 취약계층의 정신건강에 미치는 영향을 살펴볼 필요가 있다. 넷째,

본 연구에서는 코로나 기간 동안에 개인이 직무상황에서 경험할 수 있는 소진의 정도를 측정하기 위해 가장 널리 사용되고 있는 Maslach Burnout Inventory General Survey(MBI-GS) 척도를 사용하였으나, 전체 표본 1,434명 가운데 무직에 해당하는 121명 표본의 경우 직무상황에서의 소진감에 대한 응답이 어려웠을 수 있다는 한계점을 가지고 있다. 이러한 연구의 제한점에도 불구하고 본 연구는 코로나 팬데믹이라는 유례없는 전염병 상황에서 경험할 수 있는 심리적 어려움의 양상을 살펴보고 성별과 연령에 따라 위험요인을 예측함으로써 추후 발생 가능한 유사 전염병 재난 상황에서의 심리적 방역체계의 토대를 마련했다는 의의가 있다.

참고문헌

- 경기연구원 (2020). 코로나19 세대, 정신건강 안녕한가!
<https://www.gri.re.kr/%EC%9D%B4%EC%8A%88-%EC%A7%84%EB%8B%A8/?brno=14489&prno=20200231>에서 2021. 8. 9 자료 얻음.
- 경북일보 (2020.02.17.). 회사는 가야하는데 코로나는 무섭고...직장인 56.2% 출근꺼려져.
<http://www.kyongbuk.co.kr/news/articleView.html?idxno=2030571>에서 자료 얻음.
- 권주연, 임가영, 김승현, 신현재, 이주영 (2020). 서울과 경기 거주 고등학생 및 성인 남녀의 코로나 바이러스 (COVID-19) 범유행 위험 인지 및 마스크 착용 행동. *The Korean Journal of Community Living Science*, 31(3), 335-351.

- 노인숙, 조선희 (2012). 북한이탈주민 전문상담사의 심리적 소진의 원인 탐색. *정신간호학회지 제*, 21(4).
- 뉴스핌 (2021.8.2.). '천정부지' 기름값. .코로나에 자차이용 늘었는데 부담 '가중'.
<https://www.newspim.com/index.php/news/view/20210802000810>에서 자료 얻음.
- 동아일보 (2021.2.22). 남일 아닌 '코로나 우울'... 1년간 심리상담 136만건
<https://www.donga.com/news/Society/article/all/20210222/105543950/1>에서 자료 얻음.
- 매일경제 (2020.4.24.). 10명 중 3명 "수입 절반 넘게 줄어"...53%는 "집에서 직접 요리"
<https://www.mk.co.kr/news/business/view/2020/04/429421/>에서 자료 얻음.
- 매일신문 (2021.12.29.). 지방대·인문계열·여성 졸업자, '취업문' 더 좁았다.
<https://news.imaeil.com/page/view/2021122911083585054>에서 자료 얻음.
- 메디컬투데이 (2022.01.11.). 정신건강 심각한 30대들...남자는 '자살' 여자는 '우울'.
<https://mdtoday.co.kr/news/view/1065583081426983>에서 자료 얻음.
- 보건복지부 (2022). 2021년 코로나19 국민정신건강 실태조사 분기별 결과발표.
http://www.mohw.go.kr/react/al/sal0301vw.jsp?PAR_MENU_ID=04&MENU_ID=0403&page=1&CONT_SEQ=369669에서 2022.03.23. 자료 얻음.
- 세계일보 (2021.5.20.). 직업 있지만, 대면업무 직종 소득 줄어 '찼찼'.
<https://www.segye.com/newsView/20210520515765?OutUrl=naver>에서 자료 얻음.
- 손현일, 김기욱, 허종배, 박충훈 (2020). 코로나 19 극복을 위한 부산시 정책 대응. BDI *책포커스*, 1-12.
- 신강현 (2003). 일반직 종사자를 위한 직무 소진 척도 (MBI-GS) 에 대한 타당화 연구. *한국심리학회지: 산업 및 조직*, 16(3), 1-17.
- 식품의약품안전처 (2020). 코로나19로 음주량 줄고 '혼술, 홈술' 늘어 식약처 2020년 주류 소비·섭취 실태조사 결과.
[file:///C:/Users/skatm/Downloads/12.24+%EC%8B%9D%ED%92%88%EA%B4%80%EB%A6%AC%EC%B4%9D%EA%B4%84%EA%B3%BC%20\(5\).pdf](file:///C:/Users/skatm/Downloads/12.24+%EC%8B%9D%ED%92%88%EA%B4%80%EB%A6%AC%EC%B4%9D%EA%B4%84%EA%B3%BC%20(5).pdf)에서 2021. 8. 15 자료 얻음.
- 아시아경제 (2020.2.4.). "어쩔 수 없이 이용해도 꺼림칙" 신종코로나 여파...대중교통 두려운 시민들.
<https://view.asiae.co.kr/article/2020020409420464708>에서 자료 얻음.
- 아주경제 (2020.3.23.). 코로나19로 교통량 급감 추세 속 자가용 이용 '나홀로 증가'.
<https://www.ajunews.com/view/20200322104637305>에서 자료 얻음.
- 윤기찬, 손민성, 김미선, 최만규 (2015). 간호사의 감정노동과 감정소진, 고객지향성의 구조적 영향관계 운영형태별 비교분석. *보건사회연구*, 35(4), 217-244.
- 이동훈, 김지윤, 강현숙 (2016). 메르스 (MERS) 감염에 대해 일반대중이 경험한 두려움과 정서적 디스트레스에 관한 탐색적 연구. *한국심리학회지: 일반*, 35(2), 355-383.
- 이동훈, 김예진, 이덕희, 황희훈, 남슬기, 김지윤 (2020). 코로나바이러스(COVID-19) 감염에 대한 일반대중의 두려움과 심리, 사회적 경험이 우울, 불안에 미치는 영향. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 32(4), 2119-2156.
- 임유하 (2021). 빅데이터를 통해 본 '코로나 블

- 루에 대한 이슈 분석. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 33(2), 829-852.
- 정민승, 임진영, 이지혜 (2018). 생애발달과 교육. 서울: 한국방송통신대학교출판문화원.
- 정준수, 이혜경 (2017). 생애주기별 우울진입에 영향을 미치는 요인에 관한 연구: 성년, 중년, 노년층의 3세대 비교를 중심으로. 한국사회복지학, 69(2), 117-141.
- 질병관리본부 (2021). 코로나바이러스감염증-19 국내외 발생현황. <http://ncov.mohw.go.kr/>에서 2021. 9. 1 자료 얻음.
- 최윤경 (2020). 코로나 19 유치원·어린이집 대응체계 점검 및 현황 분석. 육아정책연구구소. <https://repo.kicce.re.kr/handle/2019.oak/5045>에서 2021. 8. 1 자료 얻음.
- 최철환, 배호중 (2021). 맞벌이 부부의 출·퇴근시간 결정요인 분석. 한국여성정책연구원, 111(4), 97-138.
- 한국개발연구원 (2020). KDI 경제동향 2020. https://www.kdi.re.kr/forecast/forecasts_trend.jsp?pub_no=16481에서 2020. 3. 9 자료 얻음.
- 한국노동연구원 (2020). 코로나19 팬데믹과 자녀 돌봄의 변화. [file:///C:/Users/skatm/Downloads/2_%ED%8A%B9%EC%A7%91%203_%EC%BD%94%EB%A1%9C%EB%82%9819%20%ED%8C%AC%EB%8D%B0%EB%AF%B9%EA%B3%BC%20%EC%9E%90%EB%85%80%20%EB%8F%8C%EB%B4%84%EC%9D%98%20%EB%B3%80%ED%99%94\(%EC%9D%80%EA%B8%B0%EC%88%98\)%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/skatm/Downloads/2_%ED%8A%B9%EC%A7%91%203_%EC%BD%94%EB%A1%9C%EB%82%9819%20%ED%8C%AC%EB%8D%B0%EB%AF%B9%EA%B3%BC%20%EC%9E%90%EB%85%80%20%EB%8F%8C%EB%B4%84%EC%9D%98%20%EB%B3%80%ED%99%94(%EC%9D%80%EA%B8%B0%EC%88%98)%20(1).pdf)에서 2021. 8. 1 자료 얻음.
- 한국트라우마스트레스학회 (2020). '코로나19 2차 국민 정신건강실태조사' 발표. <http://ksts.kr/wp-content/uploads/2020/06/2020에서> 2021. 8. 1 자료 얻음.
- 홍창희 (2004). 한국 정서경험척도의 개발과 타당화 연구. Korean Journal of Clinical Psychology, 23(3), 771-787.
- KBS News (2021.3.3.). "코로나로 인터넷 이용시간 증가...70대 메신저 활용도 늘어". <https://news.kbs.co.kr/news/view.do?ncd=5130319&ref=A>에서 자료 얻음.
- Abid, R., Ammar, A., Maaloul, R., Souissi, N., & Hammouda, O. (2021). Effect of COVID-19-Related Home Confinement on Sleep Quality, Screen Time and Physical Activity in Tunisian Boys and Girls: A Survey. *International journal of environmental research and public health*, 18(6), 3065.
- Aguiar, J., Matias, M., Braz, A. C., César, F., Coimbra, S., Gaspar, M. F., & Fontaine, A. M. (2021). Parental Burnout and the COVID-19 Pandemic: How Portuguese Parents Experienced Lockdown Measures. *Family Relations*.
- Akulwar-Tajane, I., Parmar, K. K., Naik, P. H., & Shah, A. V. (2020). Rethinking screen time during COVID-19: impact on psychological well-being in physiotherapy students. *Int J Clin Exp Med Res*, 4, 201-16.
- Almond, D. (2006). Is the 1918 influenza pandemic over? Long-term effects of in utero influenza exposure in the post-1940 US population. *Journal of political Economy*, 114(4), 672-712.
- Almond, D., & Mazumder, B. (2005). The 1918 influenza pandemic and subsequent health outcomes: an analysis of SIPP data. *American*

- Economic Review*, 95(2), 258-262.
- Amanullah, S., & Ramesh Shankar, R. (2020). The impact of COVID-19 on physician burnout globally: a review. In *Healthcare. Multidisciplinary Digital Publishing Institute*, 8(4), 421.
- Applegate, W. B., & Ouslander, J. G. (2020). COVID-19 presents high risk to older persons. *Journal of American Geriatric Society*, 68(4), 681.
- Armitage, R., & Nellums, L. B. (2020). COVID-19 and the consequences of isolating the elderly. *The Lancet Public Health*, 5(5), e256.
- Biddle, N., Edwards, B., Gray, M., & Sollis, K. (2020). Alcohol consumption during the COVID-19 period: May 2020.
- Bitton, M., & Laufer, A. (2021). Mental health and coping in the shadow of the COVID-19 pandemic: the Israeli case. *Frontiers in Public Health*, 1016.
- Bonanno, G. A., Ho, S. M., Chan, J. C., Kwong, R. S., Cheung, C. K., Wong, C. P., & Wong, V. C. (2008). Psychological resilience and dysfunction among hospitalized survivors of the SARS epidemic in Hong Kong: a latent class approach. *Health Psychology*, 27(5), 659.
- Bronfman, N., Repetto, P., Córdón, P., Castañeda, J., & Cisternas, P. (2021). Gender Differences on Psychosocial Factors Affecting COVID-19. *Preventive Behaviors. Sustainability*, 13(11), 6148.
- Bruine de Bruin, W. (2021). Age differences in COVID-19 risk perceptions and mental health: Evidence from a national US survey conducted in March 2020. *The Journals of Gerontology: Series B*, 76(2), e24-e29.
- Capasso, A., Jones, A. M., Ali, S. H., Foreman, J., Tozan, Y., & DiClemente, R. J. (2021). Increased alcohol use during the COVID-19 pandemic: The effect of mental health and age in a cross-sectional sample of social media users in the US. *Preventive Medicine*, 145, 106422.
- Cellini, N., Conte, F., De Rosa, O., Giganti, F., Malloggi, S., Reynt, M., Guillemin, C., Schmidt, C., Muto, V., & Ficca, G. (2021). Changes in sleep timing and subjective sleep quality during the COVID-19 lockdown in Italy and Belgium: age, gender and working status as modulating factors. *Sleep Medicine*, 77, 112-119.
- Cummings, J. R., Ackerman, J. M., Wolfson, J. A., & Gearhardt, A. N. (2021). COVID-19 stress and eating and drinking behaviors in the United States during the early stages of the pandemic. *Appetite*, 162, 105163.
- Debowska, A., Horeczy, B., Boduszek, D., & Dolinski, D. (2020). A repeated cross-sectional survey assessing university students' stress, depression, anxiety, and suicidality in the early stages of the COVID-19 pandemic in Poland. *Psychological Medicine*, 1-4.
- García-Fernández, L., Romero-Ferreiro, V., López-Roldán, P. D., Padilla, S., & Rodríguez-Jimenez, R. (2020). Mental health in elderly Spanish people in times of COVID-19 outbreak. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 28(10), 1040-1045.
- García-Portilla, P., de la Fuente Tomás, L., Bobes-Bascarán, T., Jiménez Treviño, L.,

- Zurrón Madera, P., Suárez Álvarez, M., Menendez Miranda, I., García Alvarez, L., Sraiz Martínez, P. A., & Bobes, J. (2021). Are older adults also at higher psychological risk from COVID-19?. *Aging & mental health*, 25(7), 1297-1304.
- Glowacz, F., & Schmits, E. (2020). Psychological distress during the COVID-19 lockdown: the young adults most at risk. *Psychiatry research*, 293, 113486.
- Gonçalves, P. D., Moura, H. F., do Amaral, R. A., Castaldelli-Maia, J. M., & Malbergier, A. (2020). Alcohol use and COVID-19: can we predict the impact of the pandemic on alcohol use based on the previous crises in the 21st century? A brief review. *Frontiers in psychiatry*, 11, 1456.
- Gupta, S., Wang, W., Hayek, S. S., Chan, L., Mathews, K. S., Melamed, M. L., ... & Modersitzki, F. (2021). Association between early treatment with tocilizumab and mortality among critically ill patients with COVID-19. *JAMA internal medicine*, 181(1), 41-51.
- Hammarberg, K., Tran, T., Kirkman, M., & Fisher, J. (2020). Sex and age differences in clinically significant symptoms of depression and anxiety among people in Australia in the first month of COVID-19 restrictions: a national survey. *BMJ open*, 10(11), e042696.
- Horesh, D., Kapel Lev Ari, R., & Hasson Ohayon, I. (2020). Risk factors for psychological distress during the COVID 19 pandemic in Israel: Loneliness, age, gender, and health status play an important role. *British journal of health psychology*, 25(4), 925-933.
- Huang, Y., Wang, Y., Zeng, L., Yang, J., Song, X., Rao, W., Li, H., Ning, Y., He, H., Li, T., Wu, K., Chen, F., Wu, F., & Zhang, X. (2020). Prevalence and correlation of anxiety, insomnia and somatic symptoms in a Chinese population during the COVID-19 epidemic. *Frontiers in psychiatry*, 11, 894.
- Hwang, H., Hur, W. M., & Shin, Y. (2021). Emotional exhaustion among the South Korean workforce before and after COVID 19. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 94(2), 371-381.
- Huo, L., Zhou, Y., Li, S., Ning, Y., Zeng, L., Liu, Z., Qian, W., Yang, J., Zhou, X., Liu, T., & Zhang, X. Y. (2021). Burnout and Its Relationship With Depressive Symptoms in Medical Staff During the COVID-19 Epidemic in China. *Frontiers in psychology*, 12, 544.
- Kerr, M. L., Fanning, K. A., Huynh, T., Botto, I., & Kim, C. N. (2021). Parents' Self-Reported Psychological Impacts of COVID-19: Associations With Parental Burnout, Child Behavior, and Income. *Journal of Pediatric Psychology*. 1-10.
- Klaiber, P., Wen, J. H., DeLongis, A., & Sin, N. L. (2021). The ups and downs of daily life during COVID-19: Age differences in affect, stress, and positive events. *The Journals of Gerontology: Series B*, 76(2), e30-e37.
- Kim, J. K., & Crimmins, E. M. (2020). How does age affect personal and social reactions to COVID-19: Results from the national Understanding America Study. *PLoS one*, 15(11), e0241950.

- Kim, S., & Kim, S. (2020). Analysis of the impact of health beliefs and resource factors on preventive behaviors against the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(22), 8666.
- Kroenke, K., Spitzer, R. L., & Williams, J. B. (2002). The PHQ-15: validity of a new measure for evaluating the severity of somatic symptoms. *Psychosomatic medicine*, 64(2), 258-266.
- Lau, A. L., Chi, I., Cummins, R. A., Lee, T. M., Chou, K. L., & Chung, L. W. (2008). The SARS (Severe Acute Respiratory Syndrome) pandemic in Hong Kong: Effects on the subjective wellbeing of elderly and younger people. *Aging and mental health*, 12(6), 746-760.
- Li, H. Y., Cao, H., Leung, D. Y., & Mak, Y. W. (2020). The psychological impacts of a COVID-19 outbreak on college students in China: a longitudinal study. *International journal of environmental research and public health*, 17(11), 3933.
- Levinson, D. J. (1978). *The seasons of a man's life*. Random House Digital, Inc..
- Meseguer de Pedro, M., Fernández-Valera, M. M., García-Izquierdo, M., & Soler-Sánchez, M. I. (2021). Burnout, psychological capital and health during COVID-19 social isolation: A longitudinal analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3), 1064.
- Menuchi, M. R., Kruschewsky, A. B., Ohara, D., Honda, M. O., Avila, M. A., Stein, P. P., & Araujo, D. (2021). Physical activity and sedentary behavior adaptability to COVID-19 social and mobility constraints: a follow-up study in Ilhéus-Bahia/Brazil. *Brazilian Journal of Motor Behavior*, 15(1), 34-46.
- Nickell, L. A., Crighton, E. J., Tracy, C. S., Al-Enazy, H., Bolaji, Y., Hanjrah, S., Hussain, A., Makhoulouf, S., & Upshur, R. E. (2004). Psychosocial effects of SARS on hospital staff: survey of a large tertiary care institution. *Cmaj*, 170(5), 793-798.
- Pearman, A., Hughes, M. L., Smith, E. L., & Neupert, S. D. (2021). Age differences in risk and resilience factors in COVID-19-related stress. *The Journals of Gerontology: Series B*, 76(2), e38-e44.
- Pollard, M. S., Tucker, J. S., & Green, H. D. (2020). Changes in adult alcohol use and consequences during the COVID-19 pandemic in the US. *JAMA network open*, 3(9), e2022942-e2022942.
- Qiu, J., Shen, B., Zhao, M., Wang, Z., Xie, B., & Xu, Y. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations. *General psychiatry*, 33(2).
- Ran, L., Wang, W., Ai, M., Kong, Y., Chen, J., & Kuang, L. (2020). Psychological resilience, depression, anxiety, and somatization symptoms in response to COVID-19: A study of the general population in China at the peak of its epidemic. *Social Science & Medicine*, 262, 113261.
- Rasdi, R. M., Zaremohzzabieh, Z., & Ahrari, S. (2021). Financial Insecurity During the

- COVID-19 Pandemic: Spillover Effects on Burnout-Disengagement Relationships and Performance of Employees Who Moonlight. *Frontiers in Psychology*, 12, 263.
- Ribeiro, F. S., Santos, F. H., Anunciação, L., Barrozo, L., Landeira-Fernandez, J., & Leist, A. K. (2021). Exploring the frequency of anxiety and depression symptoms in a Brazilian sample during the COVID-19 outbreak. *International journal of environmental research and public health*, 18(9), 4847.
- Saddik, B., Hussein, A., Sharif-Askari, F. S., Kheder, W., Temsah, M. H., Koutaich, R. A., Haddad, E. S., Al-Roub, N. M., Marhoon, F. A., Hamid, Q., & Halwani, R. (2020). Increased levels of anxiety among medical and non-medical university students during the COVID-19 pandemic in the United Arab Emirates. *Risk management and healthcare policy*, 13, 2395.
- Schaufeli, W. B., Leiter, M. P., Maslach, C., & Jackson, S. E. (1996). Mbi-General Survey (Mbi-Gs). *Palo Alto, CA: Mindgarden*.
- 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.
- Serrão, C., Duarte, I., Castro, L., & Teixeira, A. (2021). Burnout and depression in portuguese healthcare workers during the covid-19 pandemic—The mediating role of psychological resilience. *International journal of environmental research and public health*, 18(2), 636.
- Shangguan, F., Wang, R., Quan, X., Zhou, C., Zhang, C., Qian, W., Zhou, Y., Liu, Z., & Zhang, X. Y. (2021). Association of Stress-Related Factors With Anxiety Among Chinese Pregnant Participants in an Online Crisis Intervention During COVID-19 Epidemic. *Frontiers in Psychology*, 12, 1171.
- Sharma, M. K., Anand, N., Aluja, S., Thakur, P. C., Mondal, I., Singh, P., Kohil, T., & Venkateshan, S. (2020). Digital burnout: COVID-19 lockdown mediates excessive technology use stress. *World Social Psychiatry*, 2(2), 171.
- Song, L., Wang, Y., Li, Z., Yang, Y., & Li, H. (2020). Mental health and work attitudes among people resuming work during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study in China. *International journal of environmental research and public health*, 17(14), 5059.
- 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.
- Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B., Patient Health Questionnaire Primary Care Study Group, & Patient Health Questionnaire Primary Care Study Group. (1999). Validation and utility of a self-report version of PRIME-MD: the PHQ primary care study. *Jama*, 282(18), 1737-1744.
- Stanton, R., To, Q. G., Khalesi, S., Williams, S. L., Alley, S. J., Thwaite, T. L., Fenning, A. S., & Vandelanotte, C. (2020). Depression, anxiety and stress during COVID-19: associations with changes in physical activity, sleep, tobacco and alcohol use in Australian

- adults. *International journal of environmental research and public health*, 17(11), 4065.
- Suzuki, Y., Maeda, N., Hirado, D., Shirakawa, T., & Urabe, Y. (2020). Physical activity changes and its risk factors among community-dwelling Japanese older adults during the COVID-19 epidemic: associations with subjective well-being and health-related quality of life. *International journal of environmental research and public health*, 17(18), 6591.
- Terán-Pérez, G., Portillo-Vásquez, A., Arana-Lechuga, Y., Sánchez-Escandón, O., Mercadillo-Caballero, R., González-Robles, R. O., & Velázquez-Moctezuma, J. (2021). Sleep and mental health disturbances due to social isolation during the COVID-19 pandemic in Mexico. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(6), 2804.
- Tsang, S., Avery, A. R., Seto, E. Y., & Duncan, G. E. (2021). Is COVID-19 keeping us up at night? Stress, anxiety, and sleep among adult twins. *Frontiers in neuroscience*, 15, 479.
- World Health Organization (2021). COVID-19 Weekly Epidemiological Update. Retrieved from file:///C:/Users/skatm/Downloads/20211221_Weekly_Epi_Update_71.pdf.
- Yamamura, E., & Tsustsui, Y. (2021). School closures and mental health during the COVID-19 pandemic in Japan. *Journal of Population Economics*, 1-38.
- Zamarro, G., Perez-Arce, F., & Prados, M. J. (2020). *Gender differences in the impact of COVID-19*. Working Paper. Switzerland: Frontiers in Public Health. Retrieved from <https://tinyurl.com/CESRGenderDiffs>.

1차원고접수 : 2022. 02. 04.

심사통과접수 : 2022. 03. 28.

최종원고접수 : 2022. 04. 01.

The Effects of the Coronavirus Pandemic on Korean's Negative-affect, Anxiety, Burnout and Somatization: Gender and Age Effect

DongHun Lee YeJin Kim SeulKi Nam DaSong Jung HeeHun Hwang

Sungkyunkwan University

This study explored the differences of negative-affect, anxiety, burnout, somatization, non-dailiness, health behavior, and the influences of non-dailiness, health behavior on negative-affect, anxiety, burnout, somatization among gender and age groups during COVID-19. Online survey was conducted among 1434 participants between February 19, 2021 and March 3. According to multiple-regression analysis, for women in 20/30s 'parenting-difficulties' predicted negative-affect, burnout, 'social media-induced sleep problems' predicted negative-affect, anxiety, somatization, 'the need for mental health care' predicted negative-affect, burnout, somatization. For men in 20/30s, 'reluctance to use public transportation' predicted burnout, 'activity-constraints' predicted negative-affect, 'alcohol-assumption' predicted burnout, somatization, 'social media-induced sleep problems' predicted anxiety, burnout, somatization, 'preventive behaviors' predicted negative-affect, and 'the need for mental health care' predicted negative-affect, somatization. For women over 40s, 'reluctance to use public transportation' predicted negative-affect, 'activity-constraints' predicted negative-affect, anxiety, 'income-decreasing' predicted negative-affect, burnout, somatization, 'social media-induced sleep problems' predicted negative-affect, anxiety, burnout, somatization, and 'the need for mental health care' predicted negative-affect, anxiety, burnout, somatization. For men over 40s, 'reluctance to use public transportation' predicted negative-affect, burnout, 'parenting-difficulties' predicted burnout, 'social media-induced sleep problems' predicted negative-affect, anxiety, burnout, somatization, 'alcohol-assumption' predicted anxiety, burnout, somatization, and 'the need for mental health care' predicted burnout, somatization. Implications and recommendations are presented.

Key words : *Coronavirus disease Pandemic(COVID-19), non-dailiness, Health Behavior, Negative Affect, Anxiety, Burnout, Somatization, Gender, Age*