

COVID-19 유행이 서울시 초등학교·중학교 교사의 정신건강에 미치는 영향 설문조사

박정수¹⁾ · 성현경²⁾ · 고호연³⁾ · 이승환⁴⁾ · 황건순⁴⁾ · 신선미^{3)*}

¹⁾ 세명대학교 한의과대학 예방의학교실 조교수,

²⁾ 세명대학교 한의과대학 소아과학교실 부교수,

³⁾ 세명대학교 한의과대학 내과학 교실 부교수

⁴⁾ 서울특별시한의사회

Survey of the COVID-19 Epidemic Effect on Mental Health of Seoul City Elementary and Middle School Teacher

Jeong-Su Park¹⁾, Hyun Kyung Sung²⁾, Ho-Yeon Go³⁾, Seung Hwan Lee⁴⁾,
Keon Soon Hwang⁴⁾, Seon Mi Shin^{3)*}

¹⁾ Department of Preventive Medicine, College of Korean Medicine, Semyung University

²⁾ Department of Pediatrics, College of Korean Medicine, Semyung University

³⁾ Department of Korean Internal Medicine, College of Korean Medicine, Semyung University

⁴⁾ Seoul Korean Medicine Association

Abstract

Objectives : The study aimed to investigate the effect of the COVID-19 epidemic on the mental health of elementary and middle school teachers, especially hwabyung, depression, and anxiety.

Methods : The participants were teachers of three elementary schools and one middle school in Seoul. The survey was self-reported by online. The questionnaire included hwabyung scale, CES-D, and GAD-7.

Results : The survey conducted from November 5th to December 3rd, 2020. A total number of 81 teachers replied to the survey. The hwabyung prevalence was 27.2% by hwabyung symptoms score. The mean hwabyung characteristics score was 30.10 ± 10.55 , the mean hwabyung symptoms score was 18.32 ± 12.26 . The depression prevalence was 44.4%, mean CES-D was 15.85 ± 11.51 . The anxiety prevalence was 43.2%, mean GAD-7 was 5.05 ± 4.53 .

Conclusions : The survey showed that teachers had a high score of hwabyung, anxiety, and depression in the COVID-19 epidemic. The teachers were in need of help to improve their mental health.

Key words : COVID-19, Hwabyung, Depression, Anxiety

• 접수 : 2020년 12월 4일 • 수정접수 : 2020년 12월 18일 • 채택 : 2020년 12월 22일

*Corresponding Addresses : Seon Mi Shin, Department of Internal Medicine, College of Korean Medicine, 66 Semyung-ro, Jecheon, 27136, Republic of Korea

전화 : +82-43-645-1010, 팩스 : +82-43-856-1382, 전자우편 : bunggujy21@hanmail.net

I. Introduction

우리나라 코로나바이러스감염증(COVID-19) 최초 환자는 중국입국자로, 2020년 1월 20일에 발생하였다. 보건복지부 중앙사고수습본부와 질병관리본부 중앙방역대책본부는 중국 우한시에서 입국하는 사람들을 전수검사하며 해외에서 유입되는 바이러스가 지역사회에서 전파되지 않도록 하는 데 주력하였다¹⁾. 이러한 방역 양상은 31번 환자가 확진된 이후 달라졌다²⁾. 31번 환자는 외국에 방문한 적이 없었으나, 입원치료 중 발열이 있어 코로나바이러스 검사를 받은 후 확진되었다. 2020년 2월 18일까지 COVID-19 확진자는 총 31명이었으나, 지역사회 감염을 시사하는 31번 환자 이후 신천지 교회를 중심으로 확진자가 폭증하여, 2월 24일에는 확진환자가 총 763명이었다³⁾.

COVID-19 지역사회 확산으로 2월 24일, 교육부에서는 유·초·중·고·특수학교의 휴업 명령을 내렸다. 1차 휴업명령은 3월 2일부터 1주간⁴⁾, 2차 휴업명령은 3월 9일부터 2주간⁵⁾, 3차 휴업명령은 3월 23일부터 2주간⁶⁾, 4차 휴업명령은 4월 6일부터 3일간⁷⁾이었다. COVID-19의 유행 상황에 따라 개학 추가 연기가 진행되었기 때문에, 각 학교 교사들은 매번 학사일정을 새롭게 계획하여야 했고, 법정 수업일수 감축으로 인해 수업 계획도 매번 수정하여야 했다. COVID-19 확산세가 이어져 처음으로 신학기 온라인 개학을 실시하여, 4월 9일 고등학교 3학년과 중학교 3학년부터 시작하여 4월 20일에는 초등학교 1~3학년이 마지막으로 온라인 개학을 실시하였다⁷⁾. 이후 고등학교 3학년부터 5월 13일에 등교수업을 시작할 예정이었으나, 5월 초 이태원을 중심으로 감염이 확산되어 등교수업 일정이 추가로 조정되었다⁸⁾. 이러한 상황에서 교사들은 원격 수업을 미처 준비하지 못하고 곧바로 비대면 수업을 실시하여야 하는 부담에 직면하였다.

감염병 유행은 불안을 야기하기도 한다. 과거 메르스(Middle East Respiratory Syndrome, MERS) 유행 당시, 메르스 국내 감염자는 총 186명이고 국내 사망자는 총 38명으로 지역사회 전파가 되지 않았음에도 불구하고, 일반대중 450명을 대상 설문조사 결과 80.2%가 자신이 메르스에 감염될까봐 두려웠다고 응답하였으며, 88.4%는 가족이 메르스에 감염될까봐 두려웠다

고 응답하였고, 메르스로 인해 정서적 디스트레스를 경험한 사람은 46%로 나타났다⁹⁾. COVID-19 유행 상황에서도 이러한 불안은 유사하게 나타난다. COVID-19 유행 초기인 서울대학교 보건대학원에서 2020년 2월 11~13일에 18세 이상 성인 남녀 1,000명을 대상으로 2차에 걸쳐 COVID-19에 대한 국민 인식 조사를 실시한 결과, 내가 감염될 가능성이 높다는 응답은 8%로 낮은 편이었지만 응답자 중 40%는 감염에 대한 두려움을 나타냈고, 감염보다 주변의 비난이 더 두렵다는 응답자도 24%에 달하였다¹⁰⁾. 감염 위험에 대한 인식은 COVID-19 확진자 증가에 따라 달라졌다. 지역사회 감염이 시작된 2월 28일~3월 2일 실시한 조사에서는 내가 COVID-19에 감염될 가능성이 높다는 응답이 1차 조사의 8%에서 27%로 증가하였다¹¹⁾.

COVID-19 유행 상황에서 교사들은 수업 계획의 변동, 원격 수업 준비 및 감염에 대한 불안으로 정신적인 스트레스를 겪을 것으로 예상된다. 이번 연구는 COVID-19 유행이 장기화됨에 따라 초·중등학교 교사가 COVID-19로 인하여 화병이나 우울, 불안 등을 겪을 것이라고 판단하여, COVID-19 유행이 초등학교·중학교 교사의 정신적 건강상태에 미치는 영향을 조사하였다.

II. Method

1. 연구대상 및 방법

이번 설문조사는 서울특별시한의사회 교의사업에 참여하고 있는 학교 중 초등학교 3개교와 중학교 1개교의 보건교사를 포함한 교사를 대상으로 하였다. 서울특별시한의사회 교의사업에 참여하고 있는 한의사가 해당 학교에 연구 진행 사실을 알리고, 자발적으로 연구 참여에 동의한 연구대상자가 직접 설문조사 URL에 접속하여 자기보고식으로 설문조사에 응하도록 하였다. 설문조사에는 화병 척도와 우울 척도, 불안 척도와 연구대상자의 근무 학교와 성별, 연령, 교사 경력, 직급을 포함하였다.

2. 측정 도구

코로나바이러스 감염증 유행이 교사의 정신건강에 미치는 영향을 알아보기 위해 김 등이 개발한 화병 척도¹²⁾와 역학연구를 위한 우울척도(CES-D)¹³⁾, 일반화된 불

안장애척도-7(GAD-7)¹⁴⁾을 사용하였다. 화병 척도는 화병을 측정하는 자기보고형 검사로, 화병 성격척도 16 문항, 화병 증상척도 15문항으로 구성되어 있으며, 5점 Likert 척도로 전혀 그렇지 않다 0점, 완전히 그렇다 4 점으로 평가한다. 화병척도의 내적 일치도는 0.92이다. 화병 증상척도는 화병에 대한 1차 선별도구로 사용될 수 있고, 절단점(cut-off point)은 30점이다. CES-D 는 총 20문항으로 구성되어 있고, 각 문항에 대해 지난 1주일 동안 느끼고 행동한 것이 어느 정도 일치하는지 응답하도록 한다. 거의 드물게(1일 이하) 0점, 때로(1~2일) 1점, 상당히(3~4일) 2점, 대부분(5~7일) 3점으로 평가하며, 4, 8, 12, 16번 문항은 역순으로 평가한다. CES-D가 15점 이하일 경우 정상이고, 16~20점은 경미한 우울이 있으나 일상생활에 지장을 줄 정도는 아니라고 평가되며, 21~24점은 중한 수준의 우울감으로 일상생활에 지장이 있는 정도이고, 25~60점은 심한 수준의 우울감으로 전문기관의 치료적 개입을 요한다. GAD-7은 총 7문항으로 구성되어 있고, 초조하거나 불안하거나 조마조마하게 느낀다거나 걱정을 멈출 수 없는 등 각 문항에서 제시한 문제들로 인해 지난 2주 동안 얼마나 자주 방해를 받았는지 평가하게 한다. 전혀 방해 받지 않았다면 0점, 며칠 동안 방해 받았다면 정도에 따라 1점 혹은 2점, 거의 매일 방해 받았다면 3점으로 평가한다. 문항들의 총점이 6점 이상일 때 불안감이 높다는 것을 의미한다. 각 척도는 수치형으로 분석하였고, 화병 증상척도가 절단값 30 이상인 경우 화병으로 평가하였다. CES-D는 각 절단값에 따라 정상, 경미한 우울, 중한 우울, 심한 우울로 나누었다. GAD-7은 6 점 이상인 경우 불안한 것으로 평가하였다.

3. 자료 분석

자료 분석은 SPSS 18.0 for windows(SPSS Inc., Chicago, IL, USA)를 사용하였다. 대상자의 일반적인 특성 산출에는 기술통계 방법을 사용하였다. 성별·학교별·경력별 화병, 우울과 불안 점수의 군별 차이는 독립표본 t 검정과 일원분산분석을 사용하여 분석하였다. 유의수준은 0.05로 하였다.

4. 윤리적 문제

연구 과정에서 근무 학교와 성별, 연령, 직급, 연차 외

에 연구대상자의 이름 등 개인을 식별할 수 있는 정보를 수집하지 않았다. 휴대폰번호를 수집하였으나, 연구대상자 보상의 음료 쿠폰을 전송하기 위한 목적이었으며, 전송이 끝난 후 삭제하였다. 이 연구는 세명대학교 생명윤리위원회의 승인을 받았다(SMU-2020-08-010).

III. Results

1. 설문조사 참여 교사 특성

설문조사는 2020년 11월 5일부터 2020년 12월 3일까지 진행하였다. 설문조사에 응답한 교사는 총 81명이었다. 이 중 남성이 16명(19.8%), 여성이 65명(80.2%) 이었고, 평균연령은 40.33세(표준편차 9.83)였다. 참여 학교는 동대문구에 있는 C 초등학교, 송파구에 있는 J 초등학교, 종로구에 있는 W 초등학교, 서대문구에 위치한 D 중학교 등 총 4개교였다. 학교별로는 C 초등학교 23명, J 초등학교 24명, W 초등학교 9명 등 초등학교 교사가 56명(69.1%)이었고, 중학교 교사는 D 중학교 교사로 25명(30.9%)이었다. 교사 경력은 10년 이하인 교사가 17명(21.0%), 10년 초과 20년 이하인 교사가 23명(28.4%), 20년 초과 30년 이하인 교사가 17명(21.0%), 30년 초과인 교사가 24명(29.6%) 이었다. 직급은 평교사가 46명(56.8%)이었고 부장교사가 19명(23.5%), 교장/교감이 4명(4.9%), 그 외(보건교사, 보조교사 등)가 12명(14.8%)이었다(Table 1).

2. 코로나 유행 시기 교사들의 화병 정도

평균 화병 성격 점수는 30.10 ± 10.55 점이었다. 성별로 나누었을 때는 남성(28.94점)에 비해 여성(30.38점)이, 학교별로 나누었을 때는 초등학교 교사(29.41점)에 비해 중학교 교사(31.64점)가, 경력별로 나누었을 때는 10년 초과 20년 이하 경력 교사(31.70점)가, 직급별로 나누었을 때는 보건교사와 보조교사 등이 속한 그 외 그룹(31.50점)에서 가장 높았으나 통계적으로 유의하지 않았다(Table 2).

화병 증상 점수 기준, 화병으로 의심되는 사람은 81명 중 22명(27.2%)이었다. 남성 중 4명(25%), 여성 중 18명(27.7%)이 화병 의심자였다. 초등학교 교사 중 15명(26.8%), 중학교 교사 중 7명(28.0%)이 화병 의심자

Table 1. Demographic Characteristics of the Participants

		n (%)
Sex	Male	16 (19.8)
	Female	65 (80.2)
Age (mean ± SD)		40.33 ± 9.83
Site	Elementary school	56 (69.1)
	Middle school	25 (30.9)
Career	Below 10 years	17 (21.0)
	10 ~ 20 years	23 (28.4)
	20 ~ 30 years	17 (21.0)
	above 30 years	24 (29.6)
Position	Teachers	46 (56.8)
	Senior teachers	19 (23.5)
	Principal/vice principal	4 (4.9)
	etc.	12 (14.8)
Total		81 (100.0)

로 조사되었다. 경력별로 나누었을 때, 경력 10년 이하인 교사 중 3명(17.6%), 10년 초과 20년 이하인 교사 중 6명(26.1%), 20년 초과 30년 이하인 교사 중 7명(41.2%), 30년 초과인 교사 중 6명(25.0%)이 화병 의심자인 것으로 나타났다. 직급별로는 교사 중 12명(26.1%), 주임교사 중 6명(31.5%), 교장/교감 중 1명(25.0%), 그 외 직급 3명(25.0%)인 것으로 조사되었다. 평균 화병 증상 점수는 18.32±12.26점으로, 남성(16.19점)에 비해 여성(18.85점)이 높고, 경력별로는 10년 초과 20년 이하 교사의 화병 증상점수 평균(20.35점)이 가장 높고, 직급별로는 보건교사와 보조교사 등이 속한 그 외

그룹(21.08점)에서 가장 높았으나 통계적으로 유의하지 않았다(Table 3).

3. 코로나 유행 시기 교사들의 우울 정도(CES-D)

CES-D 점수 기준 전체 81명 중 36명(44.4%)이 우울한 것으로 나타났고, 경미한 우울이 있는 사람이 10명(12.3%), 중한 우울이 있는 사람이 4명(4.9%), 심한 우울이 있는 사람이 22명(27.2%)이었다. 남성(37.5%)에 비해 여성(46.2%)이 더 우울한 경향을 나타냈고,

Table 2. Hwabyung Characteristics Scale Result

Items		mean ± SD	p-value
Sex	Male	28.94 ± 10.35	0.626
	Female	30.38 ± 10.65	
Site	Elementary school	29.41 ± 11.06	0.383
	Middle school	31.64 ± 9.32	
Career	Below 10 years	28.29 ± 9.15	0.732
	10 ~ 20 years	31.70 ± 10.27	
	20 ~ 30 years	31.00 ± 14.77	
	Above 30 years	29.21 ± 9.35	
Position	Teachers	30.85 ± 10.785	0.501
	Senior teachers	28.84 ± 8.207	
	Principal/vice principal	23.25 ± 19.10	
	etc.	31.50 ± 10.55	
Total		30.10 ± 10.55	

Table 3. Hwabyung Symptoms Scale Result

Items		n (%)	mean ± SD	p-value
Sex	Male	4 (25.0)	16.19 ± 11.63	0.441
	Female	18 (27.7)	18.85 ± 12.44	
Site	Elementary school	15 (26.8)	17.73 ± 12.55	0.521
	Middle school	7 (28.0)	19.64 ± 11.72	
Career	Below 10 years	3 (17.6)	16.59 ± 11.05	0.748
	10 ~ 20 years	6 (26.1)	20.35 ± 12.33	
	20 ~ 30 years	7 (41.2)	19.00 ± 15.26	
	Above 30 years	6 (25.0)	17.13 ± 11.06	
Position	Teachers	12 (26.1)	17.87 ± 12.50	0.683
	Senior teachers	6 (31.6)	18.84 ± 12.54	
	Principal/vice principal	1 (25.0)	12.75 ± 13.96	
	etc.	3 (25.0)	21.08 ± 11.12	
Total		22 (27.2)	18.32 ± 12.26	

심한 우울이 있는 경우도 남성(25.0%)에 비해 여성(27.7%)이 많았다. 학교별로 구분하였을 때 초등교사 중 우울한 사람은 56명 중 25명(44.6%)이었고, 중학교 교사 중 우울한 사람은 25명 중 11명(44.0%)으로 비슷한 수준이었다. 초등학교 교사(23.2%)에 비해 중학교 교사(36.0%)에서 심한 우울이 있는 사람의 비율이 높았다. 경력별로 구분하였을 때, 경력 10년 이하인 교사 중 7명(41.2%), 10년 초과 20년 이하인 교사 중 11명(47.8%), 20년 초과 30년 이하인 교사 중 7명(41.2%), 30년 초과인 교사 중 11명(45.8%)으로 경력 10년 초과 20년 미만인 교사 중 우울한 사람의 비율이 높았다. 연구에 참여

한 평교사 중 20명(43.5%), 부장교사 중 8명(42.1%), 교장/교감 중 1명(25.0%), 그 외에서 7명(58.3%)이 우울한 것으로 평가되어 그 외 그룹의 우울한 사람 비율이 가장 높았고, 심한 우울이 있는 경우도 그 외 그룹(33.3%)에서 가장 높았다(Table 4).

CES-D 점수의 평균은 15.85점이었었다. 남성(14.56점)에 비해 여성(16.17점)이, 초등학교 교사(15.71점)에 비해 중학교 교사(16.16점)의 CES-D 점수가 높았으나 통계적으로 유의하지 않았다. 경력별로 나누었을 때, 경력 10년 이하 교사가 평균 14.41점, 10년 초과 20년 이하 교사가 평균 18.00점, 20년 초과 30년 이하 교사

Table 4. Depression Scale Result of the Teachers (CES-D)

Items		Normal	Mild	Moderate	Severe	Total
Sex	Male	10 (62.5)	1 (6.3)	1 (6.3)	4 (25.0)	16 (100.0)
	Female	35 (53.8)	9 (13.8)	3 (4.6)	18 (27.7)	65 (100.0)
Site	Elementary school	31 (55.4)	8 (14.3)	4 (7.1)	13 (23.2)	56 (100.0)
	Middle school	14 (56.0)	2 (8.0)	0 (0.0)	9 (36.0)	25 (100.0)
Career	Below 10 years	10 (58.8)	1 (5.9)	1 (5.9)	5 (29.4)	17 (100.0)
	10 ~ 20 years	12 (52.2)	4 (17.4)	0 (0.0)	7 (30.4)	23 (100.0)
	20 ~ 30 years	10 (58.8)	1 (5.9)	1 (5.9)	5 (29.4)	17 (100.0)
	Above 30 years	13 (54.2)	4 (16.7)	2 (8.3)	5 (20.8)	24 (100.0)
Position	Teachers	26 (56.5)	6 (13.0)	2 (4.3)	12 (26.1)	46 (100.0)
	Senior teachers	11 (57.9)	2 (10.5)	0 (0.0)	6 (23.5)	19 (100.0)
	Principal /vice principal	3 (75.0)	0 (0.0)	1 (25.0)	0 (0.0)	4 (100.0)
	etc.	5 (41.7)	2 (16.7)	1 (8.3)	4 (33.3)	12 (100.0)
Total		45	10	4	22	81

가 평균 16.35점, 30년 초과 교사가 14.46점으로 10년 초과 20년 이하 교사의 CES-D 평균이 가장 높았으나 통계적으로 유의하지 않았다. 직급별 CES-D 평균은 평교사가 15.85점, 부장교사가 15.53점, 교장/교감이 9.25점, 그 외가 18.58점으로 보건교사와 보조교사 등이 속한 그 외 그룹에서 가장 높았으나 통계적으로 유의하지 않았다.

4. 코로나 유행 시기 교사들의 불안 정도(GAD-7)

GAD-7 점수 기준 전체 81명 중 35명(43.2%)이 불안한 것으로 나타났다. 불안한 사람은 남성 16명 중 5명(31.3%), 여성 65명 중 30명(46.2%)으로 여성에서 비율이 높았다. 초등교사 중 불안한 사람은 56명 중 25명(44.6%)이었고 중학교 교사 중 불안한 사람은 25명 중 10명(40.0%)으로 초등교사 중 비율이 높았다. 경력별로 분류하였을 때 경력 10년 이하인 교사 중 8명(47.1%), 10년 초과 20년 이하인 교사 중 11명(47.8%), 20년 초과 30년 이하인 교사 중 8명(47.1%), 30년 초과인 교사 중 8명(33.3%)이었다. 연구에 참여한 평교사 중 21명(45.7%), 부장교사 중 7명(36.8%), 교장/교감 중 1명(25.0%), 그 외에서 6명(50.0%)이 불안한 것으로 평가되었다. 교사들의 GAD-7 점수는 평균 5.05점이었고, 남성(3.88점)에 비해 여성(5.34점)이, 중학교 교사(4.24점)에 비하여 초등교사(5.41점)가 높았으나 통계적으로 유의하지 않았다. 경력별로는 20년 초과 30년

이하 교사가 평균 5.94점으로 가장 높았고, 직급별로는 평교사가 5.41점으로 가장 높았으나, 통계적으로 유의하지 않았다(Table 5).

IV. Discussion

COVID-19는 정신건강에 영향을 미친다. 광화문발 2차 유행이 시작되었을 시기인 8월 11일부터 24일까지 한국건강증진개발원이 전국 성인남녀 1,031명을 대상으로 조사한 결과, COVID-19 유행 이후 감염에 대한 불안과 무거운 사회 분위기로 우울감 또는 불안감을 겪는 ‘코로나 블루’를 겪는 사람이 40.7%인 것으로 나타났다⁵⁾. 한국보다 먼저 COVID-19가 유행한 중국에서 52,730명을 대상으로 한 조사에서 응답자 중 35%에서 심리적인 문제를 겪은 것으로 나타났고⁶⁾, 확진자 증가로 인해 락다운을 시행한 프랑스에서는 락다운으로 인한 확산 저지 효과는 미미하였던 반면에 락다운으로 인한 불안과 스트레스가 증가하였다고 보고하였다⁷⁾. COVID-19 유행 시기 우울 유병률 체계적 문헌 고찰 연구에서, 우울 유병률은 7.45~48.30%로 조사되었고, 평균 유병률은 25%로 보고되었는데, 이는 감염병 유행이 없을 시 평균적인 우울증 유병률인 2.44%에 비하여 현저하게 높은 수치이다⁸⁾.

서울특별시내 초등학교 3개교와 중학교 1개교 교사 81명을 대상으로 한 이번 연구에서, 화병 증상 점수 기준 화병으로 평가할 수 있는 사람은 81명 중 22명(27.2%)

Table 5. Anxiety Scale Result of the Teachers (GAD-7)

	Items	n (%)	mean ± SD	p-value
Sex	Male	5 (31.3)	3.88 ± 4.41	0.249
	Female	30 (46.2)	5.34 ± 4.54	
Site	Elementary school	25 (44.6)	5.41 ± 4.70	0.285
	Middle school	10 (40.0)	4.24 ± 4.10	
Career	Below 10 years	8 (47.1)	4.71 ± 3.69	0.467
	10 ~ 20 years	11 (47.8)	5.74 ± 4.53	
	20 ~ 30 years	8 (47.1)	5.94 ± 5.72	
	Above 30 years	8 (33.3)	4.00 ± 4.14	
Position	Teachers	21 (45.7)	5.41 ± 4.77	0.665
	Senior teachers	7 (36.8)	4.53 ± 4.03	
	Principal/vice principal	1 (25.0)	2.75 ± 4.86	
	etc.	6 (50.0)	5.25 ± 4.45	
	Total	35 (43.2)	5.05 ± 4.53	

으로, 일반 인구의 화병 유병률 4.2~13.3%¹⁹⁾에 비하여 높게 나타났다. CES-D 기준 우울하다고 평가할 수 있는 사람은 81명 중 36명(44.4%)이었으며, GAD-7 기준 불안하다고 평가할 수 있는 사람은 81명 중 35명(43.2%)이었다. 성별·학교별·경력별·직위별 화병과 우울, 불안 점수 차이는 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다. COVID-19 유행으로 인한 화병과 우울, 불안이 특정 집단의 문제가 아니라, 모든 교사들에게 영향을 미치는 것으로 예상할 수 있다. 이러한 경향은 초·중학교 교사뿐만 아니라, 어린이집 교사를 대상으로 한 연구에서도 비슷한 양상을 보였고, 다른 나라의 연구에서도 유사한 결과를 보고하였다. 어린이집 교사를 대상으로 한 연구에 따르면, COVID-19 유행 상황에서 교사들은 확진자의 증가에 따라 두려움을 넘어서 공포를 겪고 있으며, 혹시 감염되어 어린이집에 피해를 줄지 모른다는 걱정과 함께 불안·두려움·긴장 등의 부정적인 기분이 지속되면서 과민해지고 예민한 반응을 보였다²⁰⁾. 신천지 발 1차 유행이 심했던 시기 대구시교육청이 중고등학교 학생 및 교사를 대상으로 한 재난정신건강조사 결과에서도 유사한 결과가 나타났는데, 대구지역 교사들은 현재보다 COVID-19 확산 최고시점에서 견디기 힘든 스트레스를 경험하였고, 코로나 이전보다 현재 스트레스가 더욱 심각하다고 응답하였다²¹⁾. 우울과 불안을 호소하는 교사의 비율은 다른 나라와 일반 인구에 비해 높았다. 우리나라보다 먼저 COVID-19 유행을 겪었던 중국에서 교사들을 대상으로 한 불안 유병률 조사 연구에서, 불안의 유병률은 13.67%였는데²²⁾, 본 연구의 불안 의심자는 43.2%로 매우 높았다.

설문조사 시기는 2020년 11월 5일부터 2020년 12월 3일까지로, 이 시기는 광화문발 유행이 어느 정도 사라져 일 확진자 수 100명 이하를 유지하다가 확진자가 가파르게 증가하던 시기이다. 11월 5일 일 확진자수는 145명이었던 데 비해, 12월 3일 일 확진자수는 649명에 이르렀다²³⁾. 또한 COVID-19가 특정 집단 내에서 전파되지 않고, 감장모임 등 가족 간 감염이나 골프모임 등 소모임에서 전파되는 사례가 많았다²⁴⁾. 거리두기 시행으로 일상생활이 제한되는 시기가 길어지고 되고, 혹시 자신이 감염되어 주변 사람에게 전파되지는 않을까 하는 걱정과 화병과 우울, 불안 정도가 높았던 것으로 판단된다.

교사들의 정신건강에 대해 COVID-19 유행 전과 후를 비교한 것이 아니기 때문에 COVID-19 유행이 교사

들의 정신건강에 미치는 직접적인 영향을 알 수는 없으나, CES-D와 GAD-7은 1~2주 내의 심리상태를 반영하고, 대중들도 COVID-19 유행 상황에서 우울과 불안을 느끼고 있으며 감염에 대한 불안이 높은 만큼, COVID-19로 인해서 교사들의 화병과 우울, 불안 정도가 높아진 것으로 생각한다. COVID-19는 아직까지 소강 양상을 보이지 않고 오히려 일 확진자수가 1,000명을 초과할 만큼 확진자 증가 추세가 가파르게 치솟고 있어 유행이 장기화 될 전망이다. 이러한 상황에서 교사들의 정신건강 개선을 위한 도움이 필요할 것으로 생각된다.

학교의사 혹은 교의 제도는 학생의 흡연, 약물남용, 교직원 건강상담, 안전사고 관련 응급의료 지원 등 다양한 역할을 담당하도록 되어있지만 실제로는 단체 신체검사 등 일부의 역할을 담당하고 있는 실정이라는 지적²⁵⁾이 있었다. 2013년 8월부터 시행된 한의사 교의사업²⁶⁾의 경우도 학생들의 건강교육에 집중적으로 진행되어온 측면이 있다. 서울특별시한의사회에서는 COVID-19 유행 상황에서 비대면 교의사업으로 COVID-19가 교사들의 정신건강에 미치는 영향을 조사하였고, 한의사 교의사업을 교사에게까지 확장하였다. COVID-19 유행 장기화에 따른 교사들의 정신건강 개선에도 한의사 교의가 역할을 할 수 있을 것이라고 기대된다. 향후 교사들의 정신건강에 대한 지속적인 경과 관찰이 필요하고, 특히 심각한 정도의 우울을 나타낸 22명 등 치료가 필요한 교사들을 대상으로 침, 뜸, 한약, 감정자유기법(Emotional Freedom Technique, EFT)과 같은 심리 상담 프로그램을 통하여 정신건강 회복에 실질적인 도움을 줄 수 있는 방안이 강구되어야 한다.

V. Conclusion

1. 서울특별시한의사회에서는 2020년 11월 5일부터 12월 3일까지 서울시내 3개 초등학교와 1개 중학교 교사 등을 대상으로 화병과 우울, 불안을 조사하였고, 총 81명이 설문조사에 응답하였다.
2. 연구에 참여한 교사의 평균 화병 성격 점수는 30.10점이었고, 화병 증상 점수 기준 화병으로 평가할 수 있는 사람은 81명 중 22명(27.2%)이었다. 평균 화병 증상 점수는 18.3점이었다.
3. 연구에 참여한 교사 중 우울로 평가할 수 있는 사람은 전체 81명 중 36명(44.4%)이었다. 이 중 22

명은 심각한 정도의 우울을 나타냈다. 평균 우울 점수(CES-D)는 15.85점이었다.

4. 연구에 참여한 교사 중 불안으로 평가할 수 있는 사람은 전체 81명 중 35명(43.2%)이었다. 평균 불안 점수(GAD-7)는 5.05점이었다.
5. 연구에 참여한 교사의 평균 화병·불안·우울 정도는 모두 높게 나타났으며, 추후 교사들의 정신 건강 개선을 위한 도움이 필요할 것으로 생각된다.

Acknowledgement

서울특별시한의사회와 서울특별시 교의 연구에 참여하여 주신 교사, 서울특별시교육청 관계자 분들께 감사의 뜻을 전합니다.

References

1. 질병관리본부 보도참고자료, 지역사회 확산 방지 위해 총력 대응, 2020. 1. 28.
2. 김남순. 코로나바이러스감염증-19 현황과 과제. 보건복지 이슈애편포커스. 2020;373:1-14.
3. 질병관리본부 보도참고자료, 코로나바이러스감염증-19 국내 발생 현황. 2020. 2. 24.
4. 교육부 보도자료, 교육부, 전국 모든 유·초·중·고 신학기 개학 연기 결정 및 중국 입국 유학생 보호·관리 방안 보완 조치 마련. 2020. 2. 23.
5. 교육부 보도자료, 코로나 19 대응을 위한 교육 분야 학사운영 및 지원방안 발표. 전국 모든 유·초·중·고 개학 연기 결정, 2020학년도 1학기 대학 학사운영 권고안 발표. 2020. 3. 2.
6. 교육부 보도자료, 전국 모든 유·초·중·고·특개학 2주간 추가연기 결정, 사회적 거리두기와 함께 휴업기간 개학 준비에 집중, 행·재정 지원으로 학교방역과 학습지원 실효성 제고. 2020. 3. 17.
7. 교육부 보도자료, 처음으로 초·중·고·특 신학기 온라인 개학 실시, 온라인 개학 이후 원격수업의 현장 안착 대책. 2020. 3. 31.
8. 교육부 보도자료, 이태원 관련 감염확산에 따른 등교수업 일정 조정, 이태원 일대 방문한 학교 구성원 또는 의심증상자는 조속히 진료소 방문 및 진단 검사 강력 권고. 2020. 5. 11.
9. Lee DH, Kim JY, Kang HS. The emotional distress and fear of contagion related to middle east respiratory syndrome (MERS) on general public in Korea. Korean Journal of Psychology: General 2016;35 (2):355-383.
10. 한국리서치 주간리포트, 코로나19 인식조사. 제65호. 2020. 2. 24.
11. 한국리서치 주간리포트, 코로나19 2차 인식조사. 제67-1호. 2020. 3. 4.
12. Kwon JH, Park DG, Kim JW, Lee MS, Min SG, Kwon HI. Development and validation of the Hwa-Byung scale. The Korean Journal of Clinical Psychology. 2008;27(1):237-252.
13. Chon KK, Choi SC, Yang BC. Integrated adaptation of CES-D in Korea. Korean Journal of Health Psychology. 2001;6(1):59-76.
14. Spitzer RL, Kroenke K, Williams JB. A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. Arch Intern Med 2006; 166:1092-1097.
15. 한국건강증진개발원 보도자료, 국민 40.7% “코로나 19로 우울·불안 경험했다”. 2020. 10. 14.
16. Qiu J, Shen B, Xao M, Wang Z, Xie B, Xu Yifeng. A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations. General Psychiatry. 2020;33: 3100213.
17. Husky MM, Kovess-Masfety V, Swendsen JD. Stress and anxiety among university students in France during Covid-19 mandatory confinement. Comprehensive Psychiatry 2020;102: 152191.
18. Bueno-Notivol J, Gracia-García P, Olaya B, Lasheras I, López-Antón R, Santabárbara J. Prevalence of depression during the COVID-19 outbreak: A meta-analysis of community-based studies. International Journal of Clinical and Health Psychology 2021(21) 100196
19. Chung SY, Song SY, Kim JW. Clinical guidelines for Hwabyung II. (Research on the status of Hwabyung in Korea) Journal of Oriental Neuropsychiatry 2013;24(Special 1):15-22.

20. Choi YL. A study on the emotional experiences of child care teachers and changes in their daily routine in centers after COVID-19. *Korean Journal of Early Childhood Education Research*. 2020;22(1):253-279.
21. 대구광역시교육청 보도자료. 대구시교육청, 학생 및 교사 대상 코로나19 재난정신건강평가 결과 발표. 2020. 8.6.
22. Li Q, Miao Y, Zeng X, Tarimo CS, Wu C, Wu J. Prevalence and factors for anxiety during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) epidemic among the teachers in China. *Journal of Affective Disorders* 2020;277:153-158.
23. 보건복지부 코로나바이러스감염증-19 홈페이지. [Cited 2020 DEC 18] Available from: <http://ncov.mohw.go.kr/>
24. 질병관리청 보도참고자료. 코로나바이러스감염증-19 국내 발생 현황. 2020. 12. 1.
25. Hong CH. School Health and Physician's Role. *J Korean Med Assoc*. 2003 Feb;46(2):88-92.
26. Kang HW. Meet and Dream of the 21 Century Heo Jun. *Akomnews* 2005 DEC 20[cited 2013 OCT 19];1(1932):6. Available from:<http://www.akomnews.com/?p=313800>.