

## 코로나19 팬데믹에 대한 심리적 적응과 연쇄적 변화의 구조 모형\*

고 동 우<sup>†</sup>

서 현 숙<sup>1)</sup>

이 연구는 코로나19 팬데믹에 처한 사람들이 심리적 수준에서 어떻게 적응하고, 결과적으로 어떤 심리적 변화를 겪고 있는지를 이해하고 설명하는 구조적 틀을 도출하고자 하였다. 팬데믹 경험에 관한 선행 연구를 고찰하여 잠정적인 분석의 틀을 설정한 후, 이를 확인하고 수정하는 방향의 질적 연구를 수행하였다. 일반 성인 6명으로부터 인터뷰 자료를 구하였고, 근거이론의 절차를 부분적으로 차용한 내용분석 방법으로 자료를 해석하고 정리하였다. 최종적으로 코로나19 팬데믹에 대한 심리적 적응과 변화 과정의 패러다임 구조 모형을 확장, 도출하였다. 이 패러다임 구조 틀은 ‘원인적 조건 ⇨ 중심 현상 ⇨ 연쇄적 결과’로 이어지는 심리학적 인과 과정을 중심으로 하고, 개인의 심리적 특성 범주를 ‘중개 조건’으로 추가한 패러다임 형태로 묘사되었다. 팬데믹 위기와 사회적 거리두기 및 결정적 사건 등이 ‘원인적 조건’ 범주에 해당되고, ‘중심 현상’ 범주는 긍정/부정/복합적 심리 경험을 포함하고, ‘연쇄적 결과’ 범주에는 가치관/행동양식 변화 등이 분류되었다. 중개조건 중 ‘맥락조건’으로서 직장과 가족관계 특성이 확인되었고, ‘조절적 중개 조건’으로서 공동체책임의식, 여가능력 및 긍정심리자본 등 다양한 심리적 특성이 확인되었다. 논의 및 결론에서는 분석 결과의 의미를 해석하고, 연구 결과의 이론적, 실무적 시사점과 향후 연구 과제 등을 제시하였다.

주요어 : 코로나19 팬데믹, 심리적 적응과 연쇄적 변화, 패러다임 구조 모형, 내용분석, 질적 연구 등

\* “이 논문은 2018학년도 대구대학교 학술연구비 지원에 의한 연구임”(과제번호 20180426)

† 교신저자 : 고동우, 대구대학교 호텔관광학과, 교수, 경북 경산시 진량읍 대구대로 201,  
E-mail: dwko@daegu.ac.kr

1) 대구대학교 대학원 관광경영학과, 박사과정생, E-mail: hsseo7920@naver.com

2019년 11월 중국 우한에서 처음 발견된 코로나19는 전 세계에 빠른 속도로 확산되었고, 결국 2020년 3월 세계보건기구(WHO)는 팬데믹(a pandemic)을 선언하였다. 코로나19 팬데믹 선언 이후, 국내를 포함한 세계 경제가 침체되었고, 인종갈등, 의료시스템 및 돌봄시스템 붕괴 등 다양한 사회적 문제가 발생하였다(한겨레, 2020). 또한 코로나 블루와 같은 개인의 정신적인 문제를 야기하고 있고(Bhuiyan, Sakib, Pakpour, Griffiths, & Mamun, 2020), 이혼율 증가, 가정 폭력과 가족갈등 등의 가족 해체 문제, 소비행태의 변화, 온라인 수업과 재택근무 등의 문제가 다양하게 나타나고 있다(동아일보, 2020).

코로나19 팬데믹이 우리의 삶을 바꿔놓을 정도로 영향을 미쳤으나, 이에 대한 국내외 연구는 주제와 깊이 면에서 아직 제한적인 수준에 머물러 있는 것으로 보인다. 환경, 소비 활동, 정부정책 방역시스템 등의 의료체계 및 의학계에 대한 영향 연구가 주를 이루고 있다(윤홍식, 2020; 이권호, 2020; 최영진, 2020; 최영현, 이규혜, 2020). 그러나 최근 들어 코로나19가 개인의 정신건강에 미치는 영향이나 행동 등에 대한 연구로 그 범위가 확장되고 있는 것은 고무적이다(고동우, 2020; 김옥현, 2020; 박상미, 2020; 이동훈, 김예진, 이덕희, 황희훈, 남슬기, 김지윤, 2020). 학계에서는 특별호를 발간하여 코로나19 팬데믹이 미치는 다양한 정서적 영향을 다루기도 한다(즉, *Journal of Affective Disorders: Special Issue on Corona Virus*, 2020). 또한 간헐적이지만 코로나19 팬데믹으로 인한 소셜미디어 행동의 변화를 다룬 이론적 수준의 추정 연구도 발견된다(Nabity-Grover, Cheong, & Thatcher, 2020).

우리 시대에 처음 맞이한 팬데믹을 겪으면

서 삶의 주인공인 개인이 심리적으로 어떤 적응 경험과 변화를 지각하는지를 탐구하는 것은 이론적으로나 실제적으로 매우 시급한 연구 주제일 것이다. 그러나 코로나19 팬데믹의 영향을 다룬 이들 연구는 스트레스와 같은 정서나 인지 반응 및 심리적 특질을 반영하는 변수들의 단편적 효과를 개별적으로 다루고 있을 뿐, 원인에서부터 적응이나 경험(즉, 인지, 정서, 행동적 반응에 대한 주관적 지각) 및 변화 결과에 이르는 전체적인 체계 혹은 통합적 연계를 보여주는 연구결과는 찾기 힘들다. 즉, 개인이 어떤 심리적 과정을 통해 코로나19 팬데믹에 반응하고 대처하고 적응하는지, 어떤 상황이나 위기 자극 또한 어떤 심리적 특질을 가진 경우에 더 취약하고 민감하거나 혹은 더 성공적으로 대처하는지, 그리고 그런 경험을 통해 중단기적으로 어떤 심리적 결과를 형성하는지에 대해 통찰할 수 있는 개념적 틀이 필요해 보인다. 팬데믹의 위협이 이어지는 이 시점에도 거시적이든 미시적이든 다양한 이유에서 팬데믹 위기의 극복 전략이나 처방이 필요하며, 이를 위해선 이론적으로나 실증적 수준에서 활용하거나 참고할 만한 통찰의 단서가 필요하기 때문이다.

따라서 본 연구에서는 코로나19 상황의 진전에 따라 개인이 어떠한 심리적 과정을 거치고 있는지, 위기와 적응과정에 어떤 개인적/상황적 요인들이 촉진적/억제적 조절 기능을 하는지, 또한 중단기적으로 어떤 심리적 변화와 결과를 유발하고 있는지를 개념적인 하나의 구조적 모형으로 정리하고자 하였다. 이를 위하여 기존의 경험적 연구 결과에 근거하여 팬데믹에 대한 심리적 반응이나 개인적 특성을 중심으로 잠정적인 수준의 개념적 틀을 도출한 다음, 질적 연구방법을 활용하여 초기의

개념적 모형을 수정하고 개편하여 최종적인 패러다임 구조 모형을 도출하고자 하였다. 이렇게 도출한 패러다임 모형은 결국 ‘코로나19 팬데믹에 대한 심리적 적응과 변화’를 이해하고 설명하는 인과 과정의 구조적 틀이 될 것이다.

### 선행연구 고찰: 분석의 틀 설정

#### 코로나19 팬데믹과 심리적 반응

코로나19 팬데믹의 영향과 결과에 대한 연구는 개별적이며 간헐적으로 이루어졌다. 초기 연구로서 이동훈 등(2020)의 조사에 따르면, 응답자의 29.7%가 코로나19 팬데믹으로 인해 우울감을 경험하였고, 30.8%가 약간의 불안을 경험한 것으로 나타났다. 추가적으로 ‘성별’이 우울과 불안 경험에 영향을 미쳤으며, ‘경제적 수준’이 우울감에 영향을 미치는 것으로 보고했다. 또 박상미(2020)는 코로나19와 다양한 인구집단들의 정신건강 관련성을 알아봤는데, 일반 국민 특히 여성과 낮은 연령대에서는 외상 후 스트레스 장애 증상이 뚜렷하게 나타났으며, 보건 의료인들도 끝나지 않는 상황에 대해 무기력을 느끼고 휴식을 원하는 것을 확인하였다. 나아가 팬데믹은 아동 청소년의 정신건강에 부정적인 영향을 미치고 있을 뿐 아니라, 심지어 취약계층에서는 정신건강에 대한 문제와 함께 생존에 대한 두려움도 함께 나타난다고 보고하였다(박상미, 2020).

한편 많은 이들이 심리적 어려움을 겪고 있는 반면, 코로나19 상황에 적응하고 극복하려는 사람들도 있다. 예컨대 코로나19 발발 초기부터 대규모 확진 사태를 겪은 대구지역에

서는 코로나19 확진 판정을 받은 학생들 대부분이 심리·정서적 어려움 없이 학교와 일상 생활에 복귀하였으며(이무열, 2021), 텃밭을 가꾸고(김진희, 2021), 운동(오인근, 2020)을 통해 코로나19로 인한 심리적 어려움을 극복하고 있다는 기사들이 발견된다. 같은 맥락에서 고동우(2020)는 코로나19로 인한 ‘염려와 제약 지각’이 부정적 심리 반응만이 아니라 다양한 긍정적 심리 반응에도 정적으로 유의한 관련이 있다는 결과를 제시한 바 있다(표 4와 표 5. 이는 필자의 연구로서 표 5의 자료오기가 있다. ‘단계2’의 두 개 ( $t$ 값)를 각각 .252(4.34)\*\*\*와 .164(2.82)\*\*로 바로잡는다).

이들 결과를 정리하면 코로나19 팬데믹이 야기한 심리적 반응 혹은 경험에 대한 잠정적인 결론이 비교적 쉽게 추론된다. 즉, 코로나19 팬데믹의 위기가 전개되는 동안 사회 구성원으로서 개인은 여러 가지 심리적 경험을 겪게 되고 주로 우울과 불안 및 무기력 등의 부정적 스트레스를 지각한다는 것이다. 물론 일부는 난관을 전화위복의 기회로 삼거나 적극적으로 이를 극복하려는 인지적 노력이라는 심리적 반응을 보이기도 한다. 조영경과 박완주(2020)는 이러한 인지 노력을 ‘의도적 반추’의 개념으로 정의하고, 코로나19로 인한 스트레스에 대처하는 심리적 과정으로 설명하였다. 고동우(2020)의 분석 결과를 고려하면, 코로나19 팬데믹의 위기 전개는 일종의 상황 자극물로 이해할 수 있고, 그로 인한 심리적 반응 혹은 경험으로서 긍정적이거나 부정적이거나 혹은 양방적 감정과 생각이 복합적으로 나타난다. 그러므로 본 연구의 목표로서 ‘코로나19 팬데믹의 심리적 영향 과정에 대한 설명 모형’의 설정을 고려할 때, “코로나19 팬데믹의 전개 ⇨ 심리적 반응(긍정, 부정, 복합적)” 이

라는 간단한 프레임을 포함할 수 있다.

### 팬데믹 적응의 개인차 특성

일반적으로 ‘자극-반응 관계’라는 이론 틀이 자명하더라도 그 관계의 성질은 다양한 변인에 의해 달라진다. 소위 조절변인이 개입하기 마련인데, 개인이 처한 상황, 인구통계, 심리적 특성 등이 전통적으로 자주 고려된다. 코로나19 팬데믹의 위기와 제약이 유발하는 심리적 영향 역시 예외적이지 않다. 예컨대 상기한 이동훈 등(2020)의 연구에서 성별이나 경제적 수준에 따라 우울과 불안이 달라진다는 결과는 이들 변인이 코로나19 팬데믹과 스트레스 지수 사이에서 일종의 조절효과를 가졌기 때문일 것이다.

고동우(2020)의 연구는 더 분명하게 성별과 다른 심리적 변인의 조절효과를 보여준다. 그는 긍정적/부정적 심리 반응의 목록을 기준으로 코로나19 상황을 극복하는 사람과 그렇지 않은 사람을 구분할 수 있고, 그 차이점이 성별과 같은 인구통계와 더불어, 공동체의식과 사회적 책임의식, 자기오락화 역량(즉, ‘자유 시간을 즐겁게 보내는 능력’으로서 일종의 여가 능력) 등의 심리적 변인에 의해 달라질 것이라고 제안하였다. 대학생 자료를 분석한 결과, 자기오락화 역량이 부족한 사람들에게서 코로나19 팬데믹의 위기상황에 대한 부정적 심리반응 경향이 증가하였는데, 이런 경향은 여성 표본과 팬데믹 위기감이 큰 지역에서 더 강하게 나타났다. 반면 사회적 책임의식은 긍정적 심리반응에 대한 촉진적 조절효과를 보였는데, 사회적 책임의식이 강할수록 코로나19 제약과 위기를 극복하거나 전화위복으로 삼으려는 긍정적인 심리반응이 나타났다(고동

우, 2020).

사회적 책임의식의 연장선상에서 이해되는 시민정체성의 개념을 활용하여 코로나 위기를 극복하려는 참여노력의 촉진적 현상을 규명한 연구도 있다. 예컨대 이정원(2020)은 시민정체성이 클수록 코로나 극복에 대한 집단효능감을 증진시키는 매개 과정을 통하여 코로나 위기극복 참여행동이 촉진되는 현상을 발견했다. 즉, 개인의 시민정체성이 높을수록 코로나 극복 집단효능감이 증가하고, 이는 개인의 코로나 위기극복 노력 중 방역 참여를 증가시킨다는 것이다. 적극적 일상 활동과 소공동체 활동참여가 ‘소공동체 응집성’을 매개로 지역사회 문제해결이나 선거 참여 등 적극적인 ‘시민참여’로 이어진다는 연구 결과를(이주일, 김태웅, 김필현, 이한송, 2020) 고려하면, 시민정체성을 포함한 공동체의식이 코로나 위기극복의 사회참여행동을 촉진할 것이라는 논리는 쉽게 추론된다.

한편, 코로나19 팬데믹의 확산과 억제를 국가적 수준에서 다룬 최근 연구들이 일관적으로 강조한 개념이 바로 ‘사회적 거리두기’ 시책이었는데, 정부가 사회적 거리두기 정책을 제대로 시행하지 못했거나, 시민들의 정책 참여도가 저조한 국가일수록 코로나19 확진자의 급증이라는 문제가 지속된다는 것이 일반적인 주장이다(Thu, Ngoc, & Hai, 2020). 이러한 주장을 수용한 한지민과 최훈석(2021)은 집단주의 문화지향성이 강할수록 ‘사회적 거리두기’에 관한 주관적 신념이 강하고, 이는 다시 ‘사회적 거리두기 행동’으로 이어진다는 분석 결과를 제시하였다. 나아가 이러한 경로 효과는 개인의 취약성 지각 수준에 관계없이 일관적이었다. 한편, 한국인 9322명을 14주간 추적했던 한 연구는(Na, Kim, Suk, Choi, Choi, Kim,

Kim, Kim, & Choi, 2021), 이전과 비교하여 코로나19 발발 이후 집단주의 의식이 더 강해졌고, 그것은 확진자가 늘어날수록 점차 강해지는 반면, 개인주의 의식은 변함이 없다는 결과를 보고하였다. 집단주의 문화지향성이 개념적으로 공동체의식과 맞물려 있다는 점에서, 이런 연구결과들은 결국 공동체의식이 사회적 거리두기 행동으로 이어지고 이는 다시 코로나19 팬데믹의 극복 노력을 유도할 것이라는 추론을 가능하게 한다.

코로나19 팬데믹 수준만큼은 아니지만 치명율이 높아서 사회적 위기를 초래했던 메르스(MERS) 사태에서 일반 대중의 경험을 분석한 연구들도 참고할 만하다. 특히 메르스 위기가 디스트레스를 유발할 가능성은 개인의 삶의 질 수준에 따라 달라진다는 연구결과가 주목을 끈다(이동훈, 김지윤, 강현숙, 2016). 이동훈 등(2016)에 따르면, 삶의 질 수준이 높을수록 상대적으로 메르스 위기로 인한 정서적 디스트레스를 겪을 가능성이 줄어드는 반면, 메르스 통제 불가능 상황에 대하여 무력감 지각이 클수록 부정적인 심리적 경험의 가능성이 증가하는 것으로 나타났다. 무력감의 조절효과에 대한 연구결과는 낮은 자기오락화의 조절효과를 보여준 고동우(2020)의 연구결과와 일관적이라고 할 수 있다. 무력감이나 낮은 자기오락화 능력은 모두 효능감의 반대 의미를 반영하고 있으므로, 효능감(efficacy)이 긍정적 의미의 극복 행동을 촉진한다는 이정원(2020)의 연구와도 조화를 이룬다. 한편 놀이성이 높을수록 스트레스 상황 대처를 잘 하고 회복력이 좋다고 알려졌는데(Magnuson & Barnett, 2013), 자기오락화 역량은 놀이성(playfulness) 개념(정수인, 안현의, 2019)의 연장선상에서 이해할 수 있다.

조절효과를 다룬 이상의 선행연구 결과에 의하면, 결국 코로나19 팬데믹이 미치는 심리적 수준의 긍정적/부정적 영향은 사회심리적 제약과 위기에 더 취약하거나, 더 둔감하거나, 더 무기력한 개인적 특성에 따라 달라진다는 것이다. 최소한 남성보다 여성이, 경제적 수준이 낮을수록, 오락화 능력이 낮을수록(혹은 무기력할수록), 경제력을 포함한 삶의 질이 낮을수록 더 취약한 반면, 공동체에 대한 사회적 책임의식이 강할수록(혹은 시민정체성이 강할수록), 집단효능감이 강할수록 위기 상황을 극복하려는 심리적 경험이나 노력이 증가한다고 결론내릴 수 있다. 이론적으로 보면, 이들 개념을 강조하였던 긍정심리학(Seligman, 2002; Seligman, 2004)이나 긍정심리학자본(Luthans, Luthans, & Luthans, 2004; Luthans & Youssef, 2007), 그리고 공동체심리학의 이론체계(McMillan & Chavis, 1986; Nowell & Boyd, 2010; Sarason, 1974)를 활용한 설명이 가능해 보인다. 효능감, 희망, 낙관주의, 복원력 등은 모두 긍정심리학의 체계에서 중요한 개인적 특성들이고, 사회적 책임의식은 공동체의식의 개념에 닿아있기 때문이다. 여기서는 본 연구의 목적을 고려하여, 뒤에서 다룰 내용분석의 기본틀에서 이들 개념을 주요 조절변인으로 설정하고자 하였다(그림 1).

#### 코로나19 팬데믹에 따른 심리적 변화

어떤 재난이나 위기 상황은 일종의 자극이므로, 심리적 반응으로서 경험은 그 자체가 의미 있는 분석 대상이자 연구 주체가 되지만, 후속의 심리적 결과에 해당되는 개인적, 사회적 영향이나 현상은 더 크게 주목할 필요가 있다. 여기에는 팬데믹에 대한 생각이나 대처

방식의 변화만이 아니라, 일상을 구성하는 가족, 직무, 소비, 여가활동과 대인관계 방식과 양상의 변화도 포함된다. 이들 행동양식은 모두 개인적인 것이지만 동시에 사회문화적이며 정책적 차원의 이슈가 될 수도 있다.

한 가지 가능한 추론은, 코로나19 팬데믹과 그로 인한 사회적 거리두기 시책이 일상의 스트레스를 야기했다면, 이는 개인으로 하여금 반사적으로 적절한 건강증진 생활양식을 유발하거나 고려하게 할 것이라는 점이다. 그런데 일상의 스트레스와 건강증진 행동양식의 수용(혹은 채택) 사이에는 다른 의도적인 심리적 과정이 개입될 것이다. 예컨대 조영경과 박완주(2020)는 코로나19 상황에서 사회적 거리두기로 인한 일상적 스트레스가 건강증진 생활양식의 심리적 수용을 유인하는 과정에는 ‘의도적 반추’의 매개 역할이 필요하다고 제안하여 이를 확인한 바 있다. 효과를 검증한 결과, 의도적 반추는 코로나19 상황으로 인한 일상적 스트레스가 생겼을 때, 건강증진 생활양식을 증진시키기 위해 반드시 필요한 인지적인 전략임을 밝혔다. ‘의도적 반추’의 중요성을 확인한 이러한 연구결과는 사실 스트레스 적응과정을 고려할 때 쉽게 이해된다. 위기가 닥치거나 새로운 자극을 접할 때 우리는 지각, 평가, 귀인 등의 인지과정을 거쳐서 심리적 적응과 행동양식을 도출한다는 면에서 다양한 의도적 반추의 심리적 작동은 당연해 보인다. 따라서 코로나19 이후 집단주의 의식이 강해졌다는 Na 등(2021)의 연구 결과는 곧 코로나19 위기가 곧 집단주의나 공동체의식에 대한 ‘의도적 반추’를 유도했다는 해석을 가능하게 한다.

의도적 반추는 다양한 내용으로 채워질 수 있을 것이다. 예컨대 Naby-Grover 등(2020)은

코로나19 팬데믹 상황에서 소셜미디어 활동의 참여 여부가 교환 이론의 관점에서 판단되어(즉, 반추) 결정될 수 있다고 주장하였다. 그들에 따르면, 개인적이거나 사회적 차원의 이익과 비용을 비교하여 개인은 소셜미디어 참여와 억제를 결정한다는 것이다. 코로나19 팬데믹과 사회적 거리두기 정책이 소셜미디어 활동에 미친 영향으로서, 사용자는 자기 공개(self-disclosure)를 더 하거나, 혹은 하지 않는 행위로 이어진다는 이론적 모형을 제안하였다. 팬데믹과 사회적 거리두기 정책이 소셜미디어 활동을 촉진하거나(outside-in) 억제하는(inside-out) 이유를 추론하는 것이 이론적으로나 실제적으로 필요한 상황에서 이러한 접근은 시의적절하다. 이는 곧 디지털 문화의 변화 양상의 근거를 심리적 반추의 경로에서 추적하는 것이며, 곧 디지털 문화 정책과 정보 경영의 전략 모색을 위한 단서를 제공한다.

한편 고동우(2020)는 코로나19와 사회적 거리두기 정책이 야기한 제약과 위기의 지각이 야기하는 심리적 반응을 개별 면접 방법으로 수집한 다음, 긍정적인 것과 부정적인 측면으로 나누면서, 정서 반응만이 아니라 인지적 수준의 신념이나 행동적 변화를 포괄하여 목록으로 정리한 바 있다. 예컨대, 부정적 심리 반응의 목록은 대부분 정서적 용어들인데(p.406. 힘듦, 짜증, 우울, 우울, 갈등, 지루함, 두려움, 슬픔, 화, 불신, 실망 등), 긍정적 심리반응 13종은 대부분 인지적 수준의 평가와 신념 및 행동양식의 변화에 대한 지각이었다. 물론 앞에서 고찰했던 다양한 심리적 변인과 인구통계특성 및 상황이 전반적인 경험 과정에 영향을 미칠 것이다. 이러한 추론 논리를 ‘그림 1’로 정리할 수 있고, 이런 묘사는 곧 뒤에서 수집한 자료를 분석하는 과정에서 초기 기준

으로 삼을 수 있을 것이다.

연구문제

본 연구의 목적은 코로나19 팬데믹이 야기한 사회심리적 영향 과정과 결과를 심층적으로 이해하고 설명하는 데 필요한 이론적 틀을 모색하는 것이다. 전술했던 문헌고찰의 결과처럼, 소위 ‘코로나19 팬데믹 상황의 심리적 현상’은 ‘원인-경험-결과’의 패러다임에 심리적 특성이나 상황적 조건의 촉진적/억제적 중개 역할을 추가한 형태로 이해할 수 있다. 선행 연구 고찰로부터 도출한 잠정적 수준의 개념적 틀(그림 1)은 본 연구의 연구문제를 구체화

시켜준다. 그러나 누적된 선행연구의 제한 때문에 여기서 도출한 패러다임 구조의 개념들(그림 1)이 ‘코로나19 팬데믹 상황의 심리적 현상’을 충분히 포괄하고 있는지, 혹은 얼마나 타당한지를 확신하기 어렵다. 그러므로 여기서는 패러다임 형태인 그림 1의 잠정적 개념들을 근거로 하되, 패러다임 구조의 각 범주 분류가 타당한지, 각 범주 내 구성내용이 적절한지, 그리고 추가적으로 고려해야 할 범주나 내용이 무엇인지를 탐색하고자 하였다. 질적 연구방법을 활용하여 자료를 수집하고 분석하여, 최종적으로 그림 1의 개념적 틀을 수정함으로써, 코로나19 팬데믹을 겪는 이들의 심리적 적응 과정을 이해하고 설명하는 개념

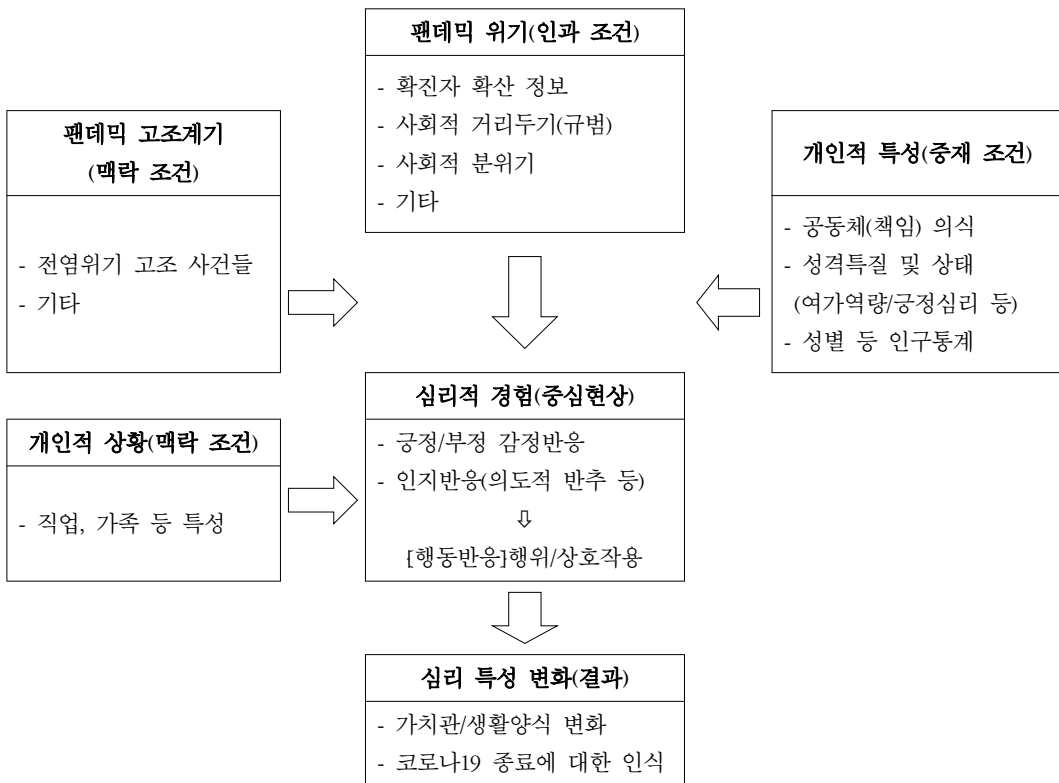


그림 1. 코로나19 팬데믹 위기와 제약의 심리적 영향 과정(잠정적인 분석의 틀)

적 구조 모형을 정리하고자 하였다. 이미 언급한 패러다임 구조의 이론적 모형을 구성하는데 필요한 작업으로서 각 하위 범주별 연구 문제를 세분하여 설정할 수 있다. 하위 범주의 구분에 따라 세부 연구문제를 정리하면 다음과 같다.

**연구문제 1.** 코로나19 팬데믹의 위기감을 유발하는 경험이나 사건은 무엇인가?(즉, 인과조건)

**연구문제 2.** 코로나19 팬데믹 상황의 심리적 경험(정서/인지/행동)은 무엇인가?(즉, 중심현상)

**연구문제 3.** 코로나19 팬데믹에 대한 적응과 대처 결과로 나온 심리적 현상은 무엇인가?(즉, 결과)

**연구문제 4.** 코로나19 팬데믹의 심리적 경험이나 적응을 촉진하거나 억제하는 사회적 상황은 어떤 것들인가?(즉, 맥락조건)

**연구문제 5.** 코로나19 팬데믹의 심리적 경험이나 적응을 촉진 또는 억제하는 심리적 특성은 어떤 개념들인가?(즉, 심리적 중재조건)

## 방 법

코로나19 팬데믹에 처한 심리적 현상을 다룬 일부 연구들에 근거하여 잠정적인 개념적 틀을 도출할 수 있었기 때문에, 여기서는 이 틀을 활용하고 수정하는 방식의 연구방법을 적용하였다. 따라서 질적 연구의 형식을 취하여 이론적 틀에 부합하는 질적 자료를 구하고, 이를 다시 내용분석의 틀로 활용하여 자료를 해석하는 절차를 따랐다. 내용분석 과정에서는 본 연구의 취지인 이론 개발에 부합하도록

비교적 체계화된 절차를 강조하는 근거이론(grounded theory)의 지침을 보조적으로 차용하였다. 이론을 발전시키는 데 있어서 현상에 적합한 개념들이 아직 확인되지 않거나 개념 간 관계에 대한 이해가 부족할 경우, 특정한 현상에 적합한 변인과 그렇지 않은 변인들이 구체화되지 않은 경우 근거이론은 적절하게 활용될 수 있다(유기웅, 정종원, 김영석, 김한별, 2012). 그러므로 본 연구처럼 잠정적인 개념적 틀을 수정하고 확대하여 이론적 체계를 개발하고자 하는 경우에도 내용분석과 근거이론 방법의 연계는 적절한 자료해석 절차가 될 것으로 판단하였다.

## 연구참여자

본 연구의 대상자는 우리 사회의 구성원으로서 평균적으로 코로나19 팬데믹의 영향을 받는다고 판단되는 일반인이다. 경제 활동과 가족생활을 고려할 때 가장 활발한 역할을 담당할 것으로 판단되는 30대에서 50대의 일반인으로부터 자료를 수집하였다. 응답자를 편의표집 하였으나, 가능하면 성별, 직업, 가족 구성 등 인구통계의 균형을 맞추고자 하였다. 표 1과 같이 연구대상자는 총 6명으로 남자 3명, 여자 3명이다. 6명 중 30대가 4명(30대 초반 1명, 중반 1명, 후반 2명), 50대가 2명(초반 1명, 중반 1명)이며, 30대는 미혼 2명과 기혼 2명, 50대는 모두 기혼으로서 남녀 1명씩 총 2명을 대상으로 진행하였다. 30대 후반 기혼자의 경우 각각 미취학 또는 초등생 어린 자녀를 두고 있었고, 50대 참여자는 각각 2명 이상의 자녀를 두고 있었는데 자녀들은 중학생, 재수생, 대학생, 대학원생이었다. 50대 초반 여성 응답자의 경우에만 전업주부였고, 나머지



표 1. 연구참여자 특성

구분		인원(명)
전체(기호)		6
성별	남자(M)	3
	여자(F)	3
연령	30대(30)	4
	50대(50)	2
결혼여부	미혼	2
	기혼	4
거주지	수도권	3
	비수도권	3
ID 부여	M30미혼, M30기혼, M50기혼, F30미혼, F30기혼, F50기혼	

지는 모두 직업이 있었다. 참여자 6명은 결국 다양한 인구 통계적 특징을 보이고 있으며 팬데믹 상황의 일상생활에서 위기와 제약을 평균적으로 지각할 만한 조건에 위치한 것으로 판단된다. 참여자들에게 자료수집 질문을 제시하기 전에, 본 연구의 취지를 알려주고 동의를 구하였으며, 연구윤리의 저촉 여부 등을 고려하여 사적인 경험 자료는 익명으로 처리, 분석될 뿐 아니라, 논문 작성에만 활용된다는 점을 알려주었다.

자료수집: 인터뷰 과정과 질문내용

코로나19로 인한 사회적 거리두기 시책 때문에, 서면과 온라인을 혼합한 비대면 방식의 인터뷰가 이루어졌으며, 인터뷰 진행 후 추가 보충이 필요한 경우는 추후 전화 질문의 방식으로 진행하였다. 1차 인터뷰 상황에서, 각 참여자에게 자료수집 목적, 방법 및 결과 활용 등에 대해 설명하고 개인정보 보호와 비밀유

지에 대해 안내한 후, 동의하에 진행하였다. 1차 자료 수집은 팬데믹 3차 유행이 발생하기 시작한 2020년 11월~12월 사이에 이루어졌으며, 일부 응답자에 대한 추가 질문과 분석 결과의 재확인은 2021년 2월에 진행하였다. 인터뷰 질문은 코로나19 상황에서 개인의 심리적 영향을 심층적으로 탐색할 수 있도록 반구조화된 질문을 미리 설정하여 1주일 전에 제시하였고, 총 6개의 문항에 대해 자유기술방식으로 서술하는 방식으로 진행하였다. 인터뷰 질문은 그림1의 감정적 틀에 근거하여 연구진의 논의를 통해 도출하였다. 코로나19 상황에 대해 개방적이고 광범위한 응답이 가능한 질문에서부터 대인관계, 정부정책, 가족 및 여가 생활 등 구체적인 응답이 가능한 질문을 단계적으로 배열, 구성하였다. 본 연구의 개별 면접을 위한 질문은 다음과 같다.

- { 질문 1. 코로나가 발발한 시점에서부터 지금까지 가장 기억에 남는 사건은 무엇입니까? 그 사건이 당신의 감정, 행동, 생각 등에 어떤 영향을 미쳤는지를 천천히 되돌아보시고, 자유롭게 구체적으로 기술해 주십시오 }*
- 질문 2. 앞에서 기술하신 주요 사건을 떠올려 보시면, 코로나9가 발발한 초기 시점부터 최근까지 당신의 생각과 감정은 위기나 불안, 불만 등의 부정적인 것들, 그리고 안도나 뿌듯함 같은 긍정적인 측면들로 복잡하게 얽혀 있을 것입니다. 차분히 회상하시면서, 지난 1월부터 최근까지 당신의 생각이나 감정, 행동 방식이 주로 어떻게 변해왔는지를 자유롭게 기술해 주십시오 시기별로 정리해도 되고, 주요 사건이나 상황별로 정리하셔도 됩니다.*
- 질문 3. 지난 1년을 생각해보시면, 당신은 코로나19 팬데믹을 잘 견뎌내고 계시거나 받*

대로 잘 견디지 못했을 수 있습니다. 이와 관련하여(상기 2번 답변과 관련될 수 있습니다, 다음 각 질문에 간단히 응답해 주세요 (1) 지난 1년간 팬데믹 상황을 잘 견디셨거나 반대로 잘 견디지 못하였다면, 그 이유는 무엇이라고 생각하시나요? (2) 당신이 생각하시기에, 다른 사람들을 관찰해보면 어떤 특징을 가진 사람들이 코로나19 팬데믹 시기를 잘 견뎠을까요? (3) 사회적 위기를 잘 극복하는 사람들은 어떤 능력이나 특징, 강점을 가지고 있을까요? 주변인을 고려하여 진술해 주십시오

질문 4. 코로나 팬데믹 이전과 비교했을 때, 가족이나 본인의 건강, 재난에 대비하는 삶의 자세, 인간관이나 세계관 등 어떤 생각의 변화가 있었습니까? 자유롭게 나열하시면 됩니다.

질문 5. 코로나 감염을 예방하기 위해 정부는 사회적 거리두기와 같은 정책을 지속적으로 추진하고 있습니다. 사회적 거리두기가 당신의 일상생활(사회생활, 종교활동, 여가생활 등등)에 어떤 영향을 미쳤는지 자유롭게 적어 주십시오

질문 6. 코로나로 인해 변화된 당신의 일상들 이를테면, 소비행동이나 인간관계 등이 어떻게 변화되었는지 적어주십시오 그리고 앞으로 우리 생활은 어떤 모습으로 변화될까요? 코로나19 팬데믹이 가져올 미래 우리 삶의 모습(new normal lifestyle) 에 대해 자유롭게 기술해 주십시오}

전술한 것처럼, 각 참여자로부터의 자료 수집은 1회 면접으로 종료하지 않고, 응답 자료에서 미비하다고 판단되거나 명료하지 않는 내용에 대해서는 추가 질문을 통해 전반적으로 자료포화(data saturation) 수준에 도달할 수

있도록 시도하였다.

#### 자료분석

본 연구의 수집자료 분석은 가장 일반적인 질적 연구방법인 내용분석 기법을 활용하였고, 분석절차에서 근거이론의 코딩 방법을 보조적으로 차용하여 수행하였다. 부연하면, 전체 인터뷰 내용을 1차 개방코딩하고, 그 결과를 2차 축 코딩으로 분석하였다. 개방코딩이란 연구 자료를 최초로 범주화시키는 초기 코딩과정으로, 특정 현상에 대해 개념을 명확히 하고, 속성과 수준을 자료 내에서 분류하고 배열해 나가는 과정이다(Strauss & Corbin, 1998). 이를 통해 인터뷰 내용을 문장 단위로 구분하여 각각의 이름을 부여하였고, 의미가 유사하거나 묶을 수 있는 개념을 범주화하여 특성을 파악하였다.

일련의 과정을 거친 자료들은 2차 단계인 축 코딩을 통해 하나의 모형으로 구조화하였다. 여기서 말하는 모형이란 범주들 사이의 미묘하고 내재적인 관계를 살펴보는 조직적인 도식의 틀로서 ‘패러다임’이라고 하며, 원인 조건, 맥락적 조건, 중재적 조건, 행위/상호작용 그리고 결과로 구성된다(Strauss & Corbin, 1998). 그러므로 본 연구에서 미리 설정한 ‘그림 1’이 여기서는 축 코딩의 패러다임이 되었다.

연구진이 공동으로 수집 자료에 대해 상기한 축 코딩을 진행하여 결과를 정리한 다음, 그 결과의 해석과 논리에서 문제와 한계를 모색한 후 다시 수정하는 절차를 거쳤다. 공동 연구자는 각각 자료수집, 분석과 평가를 모두 함께 수행하였고, 분석 절차에서 의견이 다를 경우, 판단을 유보한 다음 1주일 후 재검토하

여 논의하는 방식으로 의견수렴을 도출하였다. 그러므로 의견불일치 자료를 할당하기 위하여, 모든 개방코딩과 축 코딩 과정에서 “기타”라는 소범주가 반드시 필요했다. 이런 방식으로 최종 3회에 걸친 분석 절차가 진행되었고, 최종적으로 ‘코로나19 팬데믹에 대한 심리적 적응과 변화’를 묘사하는 인과 구조적 틀을 도출하였다.

### 타당성 검증

질적 연구의 타당성을 검증하기 위하여 삼각검증법을 이용하였다. 삼각검증법은 다수의 연구조사자와 다수의 자료원이 참여하여, 연구결과를 확인하기 위한 다수의 방법을 사용하는 것으로서, 본 연구에서는 연구자 2인이 다수의 자료를 반복적으로 상호비교하며 분석하였다. 최종적으로 도출한 구조적 틀에 대해선 6명의 응답자 중 참여자 5인에게 확인하는 절차를 거쳤다. 개인적인 이유로 연락이 닿지 않은 1명(즉, 30대 기혼여성)을 제외한 나머지 5명의 응답자에게, 코로나19 팬데믹이 진행되는 지난 1년 동안의 심리적 상태와 변화에 대하여 이 구조적 틀의 설명이 적절한지, 다른 추가적인 첨가 사항이나 수정할 부분이 없는지를 확인하였고, 대체적으로 무난하다는 평가를 얻었다.

## 결과와 해석

### 개방 코딩(open coding)

코로나19 팬데믹 상황에서 개인이 겪는 심리적 경험과 결과물을 정리하기 위해 연구 참

여자가 보고한 인터뷰 내용을 문장(혹은 문단) 단위로 구분하였고 각각의 문장에 의미를 부여하고 유사한 의미에 따라 개별 문장을 위계적으로 범주화하는 개방코딩 절차를 수행했다. 초기 분석의 틀(그림 1)을 기준으로 모든 의미 있는 문장(또는 문단)을 총 6개의 상위 범주에 할당하였고, 이를 다시 더 구체적인 수준으로 정리하여 13개의 하위 범주 및 40개의 세부 범주를 도출하였다. [부록]의 각 목록은 세부 범주의 하위영역인 ‘개념화’의 각 항목인 개별 응답 중 의미 있는 것으로 도출된 문장이나 문단 내용을 정리한 것이다.

### 축 코딩(axial coding)

개방 코딩이 수집한 응답 자료에 의미를 부여하고 나열하는 과정이라면, 이어지는 축 코딩은 ‘개방코딩에서 도출한 범주의 개념들 간 관계성을 파악하는 분석절차로서, 개별 범주들을 특정한 구조적 관계 틀에 맞게 연결시키는 과정’이다(유기웅 외, 2012). Strauss와 Corbin(1998)의 표현을 빌리면, 축 코딩 과정에 적용하는 구조적 틀은 일종의 ‘패러다임 도식’이다. 패러다임 도식에는 원인적 조건, 맥락적 조건, 중재적 조건, 중심현상, 행위/상호작용, 결과 등의 범주가 상호 연계적으로 구성된 구조로 묘사된다. 여기서는 이미 ‘그림 1’로 묘사한 패러다임 도식을 토대로 개방 코딩의 범주를 다시 배열하여 축 코딩을 수행하였으며, 축 코딩의 분석절차를 통해 도출된 결과를 해석하여 최종 수정한 구조적 도식을 제시하였다(그림 2). 아래에서는 본 연구에서 수행한 축 코딩의 각 범주별 내용을 정리하였다.

범주 1: 원인적 조건 - 코로나19 팬데믹 인식

‘어떤 현상의 발생을 유도하거나 그 현상에 영향을 미치는 사건이나 일들을 포함하는 목록’을 ‘인과적 조건’이라고 부르는데(유기웅 외, 2012), 본 연구에서는 ‘코로나19 위기 인식’이 이에 해당된다. (다만, 용어의 개념적 혼동을 피하여 여기서는 ‘원인적 조건’이라고 칭한다). 연구 참여자들은 ‘매체를 통해’ 간접적으로 위기를 인식하거나, ‘거주지 주변’에서 혹은 의미 있는 타인으로서 ‘알고 지내는 이’가 코로나19 확진자로 확인되는 직접적인 경험을 통해 코로나19와 팬데믹을 심각한 위기로 인식하는 경향이 있었다. 공포, 분노, 실망, 혼란 등의 심리적 반응을 유발하는 다양한 정보와 사건이 확인된다. 이런 응답 현상은 거의 일반적이고 공통적인 수준이었다. 다음에 소개한 처음 응답은 ‘매체를 통한 위기 인식’의 사례였고, 두 번째 부분은 주변인의 ‘희생’으로 인한 직접적인 위기감 고조 현상을 보여준다. 특히 후자의 사례는 친하거나 잘 알고 지내는 주변인의 예기치 않은 희생이 ‘결정적 사건(critical incidents)’이 되어, 이로 인한 심리적 충격과 분노 및 위기감이 얼마나 클 수 있는지를 잘 보여준다. 각 사례의 첫머리에 해당 범주를 [ ]로 명시하고, 말미에는 자료원으로서 응답자 id를 ( )안에 표시하였다. 그리고 각 사례 응답의 내용 중간에 삽입한 (내용)은 자료 해석의 절차에서 응답의 맥락을 고려하여 연구자가 추가한 부분임을 밝혀둔다.

{간접경험: 매체를 통한 상황우려} “처음 중국 우한에서 특이한 감염 현상이 발생했다고 뉴스를 접하면서 중국이 정보 통제를 한다는 사실을 떠올리면서 실제 상황

을 제대로 공유하지 않는다는 생각에 중국의 언론 통제에 대해 이제까지 가져온 생각이 더 굳어졌습니다. 그러면서 중국 당국에서 우한에 대한 폐쇄를 결정하면서 이제까지와는 다르게 정말 심각한 일이 터졌다고 생각하였습니다.” (M50기혼)

{직접경험: 결정적 사건} “코로나 팬데믹 상황의 의료시스템 사각지대에서 제 때 치료 받지 못한 어린 학생이 세상을 떠난 사건입니다. 그 어린 학생이 (제가 잘 아는 분의 자제라 그 충격은 상당히 컸습니다. 누구나 아플 수 있고 병원에 가야 하는 경우가 허다한 상황에서 나 자신도 직면할 수 있는 상황이기에 그 혼란스러움은 이루 말할 수 없었습니다. 있어서는 안 될 일이었기 때문입니다.” (F50기혼)

{직접경험: 거주지 확진 확산} “(신천지로 인한 광범위 전염) 하필 대구라니... 이거 무서운 거네...” (M30 미혼)

범주 2: 맥락적 조건 - 개인적 상황

맥락적 조건(contextual conditions)은 ‘어떤 현상에 영향을 미치는 상황이나 문제가 발생하도록 하는 특수한 구조적 조건’을 의미한다(유기웅 외, 2012). 코로나19 팬데믹 인식이 개인의 다양한 심리적 반응을 유발하는 현상, 즉 경험 과정에 영향을 미치는 특수한 맥락이 존재할 수 있다. 여기서 고려된 맥락적 조건은 ‘개인적 상황’으로서, 특히 개인의 ‘직업적 특성’과 ‘가족구성 특성’이 두드러졌다. 정규직을 가졌거나 안정적인 소득수준 확보 등으로 표현되는 경우, 팬데믹으로 인한 위기 불안이

해소되거나 줄어들다는 보고가 있었다. 또한 자녀와 친분이 강할수록 자녀를 배려하는 경향이 강했고, 따라서 자녀의 대외교류활동이 제한되는 현상에 대한 아쉬움을 토로하는 경우가 많았다. 이런 응답은 자녀의 활동 제한에 대한 아쉬움을 표현함으로써 자신의 대외활동 제약의 감정을 투사하는 현상으로 해석할 수도 있다. 그러므로 친밀성 수준으로 가늠되는 가족관계의 특성이 팬데믹 위기와 제약의 영향 과정과 심리적 결과 수준을 조절한다는 해석은 무리가 없어 보인다.

{직업 특성: 직무안정성} “주변(직장)에서 바쁘게 만들어주는 것(업무적으로도) 크게 기여함(즉, 다른 생각할 겨를이 없음).”(M30 미혼)

{가족 특성: 가족관계특성} “아이가 유치부를 굉장히 가고 싶어 한다. 연초에 바뀐 유치부 선생님과 반 친구들을 몇 번 만나지 못해서 아쉬워한다.”(F30 기혼)

### 범주 3: 중심 현상 I - 심리적 경험(반응)

중심 현상(main phenomena)은 팬데믹 위기를 인식할 때 ‘개인이 지각하는 심리적 경험’으로서 정서반응과 인지반응 및 행동반응이 포함된다. 태도에 관한 사회심리학의 논리를 고려하면, 일반적으로 인지/정서반응이 행동반응을 유발한다고 할 수 있으므로 인지/정서반응과 행위적 수준의 경험은 구분하여 정리하는 것이 타당해 보인다.

우선 중심현상의 1단계 반응 중 감정반응은 모두 부정적인 방향에서만 발견되었는데, 특정 대상이나 상황에 대해 다양한 부정적 감정

이 드러났다. 예컨대 ‘코로나19 상황에 방역규칙을 준수하지 않는 사람’이나 ‘코로나19 상황을 정치에 이용하려는 정치인’, ‘방역에 비협조적인 종교인과 종교’에 대해 혐오나 실망, 답답함, 분노를 느끼는 것이 두드러지게 나타났다. 한편, ‘코로나19의 확산과 장기화’에 대해 당황하거나, 지속되는 상황에 대해 불안감을 느끼는 등 코로나19로 인한 상황 자체에 불안이나 실망감, 무력감, 분노, 피로감 등을 느끼는 것도 나타났다. 일명 ‘코로나 블루’라고 불리는 우울증으로 발전하는 양상(동아일보, 2020) 이런 부정적 반응에 기인한 것으로 추정된다.

{감정: 대상에 대한 우울} “감정의 변화가 이전보다 잦아지고 이런 감정적 변화가 우울증으로 이어진 듯도 하고 이어질 수 있다고 생각되는 경우가 생겼습니다.”(M50 기혼)

{감정: 대상에 대한 분노} “각자 사람들이 이기적으로 행동하는 것에 대한 분노가 커진 것 같다.”(F30 미혼)

{감정: 대상에 대한 혐오} “가뜩이나 신천지에 대한 종교적 감정이 좋지 않은 상태에서 신천지 교인들의 모습을 보며 진심으로 혐오감을 느낄 수 있었다.”(F30 기혼)

{감정: 상황으로 인한 당황} “팬데믹이 전 세계적인 문제로 번지며 전에 없이 장기화 될 것에 당황했고, 특별히 뉴스에 예민했습니다.”(M30 기혼)

{감정: 상황 불안} “금세 끝날 것 같았

던 것이 아직도 여전히 지속되다보니 평생 이렇게 살아야 하는 건 아닌가 하는 불안감이 엄습했다.”(F30기혼)

{감정: 상황으로 인한 허탈짜증 “광화문 사태 이후 완벽한 방역과 코로나의 종식은 불가능하겠다는 허탈함이 있었고 한동안 느끼지 못했던 짜증이 치밀었습니다.”(M30기혼)

한편, 인지반응은 코로나19 팬데믹에 연관된 여러 대상의 두드러지는 속성에 대한 지각과 판단의 결과로 이해된다. 지각의 대상은 주로 자기 자신, 가정, 사회, 지방정부, 국가 등으로 분류할 수 있었다. 스스로 개인적 일상의 소중함을 깨닫거나, 코로나19를 일상의 한 부분이자 특이한 사건이라고 수용하여 팬데믹에 특별하게 반응하지 않으려고 노력하는 모습이 보고되었다. 이러한 현상은 성숙한 삶의 모습일 수도 있고, 혹은 자기 합리화일 수도 있으나, 자성적(self-reflection) 반응이라고 부를 수 있다.

{인자: 자성적 반응 일상의 소중함 자각 “가장 크게 와 닿은 것은 코로나 이전의 평범한 하루하루가 얼마나 귀한 시간이었는지 깨달은 것입니다.”(F50기혼)

{인자: 자성적 반응 수용 “그러다가 이 사태도 그냥 하나의 특이한 사건이라는 생각을 하게 되었고 일상의 한 부분이고 호흡을 떨듯이 해서는 안 되겠다고 생각했습니다.”(M50기혼)

가정생활에서는 외부 활동을 자제하고 집안

체류시간이 많아지면서, 주부로서 가사노동에 대한 어려움을 토로하는 경우, 가족들이 재택근무나 학습을 하면서 오히려 소통의 정체나 감소로 인한 불편을 겪고 있는 것으로 나타났다. 이러한 응답은 코로나19 사태가 장기화됨에 따라 가족 간에 함께하는 시간이 늘어나면서 부부, 자녀와의 관계 등에서 많은 갈등이 나타나고 있다는 언론 정보(정신의학신문, 2020)와 일관된다.

{인자: 가정문제 가족교류축소 “온라인 수업 등으로 집에 같이 있는 경우가 많아졌지만 가족 간의 대화나 교류는 코로나 사태 이전과 비슷하게, 또는 오히려 이전보다 줄어들었습니다.”(M50기혼)

{인자: 가정문제 가사노동의 부담 급증 “코로나 초기부터 주부들의 큰 숙제였던 돌봄(즉, 돌아서면 밥하고 또 돌아서면 밥하고..)이 부담이었습니다. 그 외에도 온가족이 거의 집에 머물게 되어 가사 노동이 코로나 이전에 비해 강도가 세지고 시간 할애도 많이 해야 했습니다. 주부들에게는 하루 종일 바쁘게 돌아가 자기 시간이 많이 줄어든 것 같습니다.”(F50기혼)

사회 체계나 사회문화라는 거시적 수준의 인지 평가 역시 자주 보고된 반응이다. 개인이 사회와 문화를 바라보는 관점에서 생긴 판단과 더불어 사회의 다른 구성원들이 자신을 바라보는 시선을 고려한 심리적 현상도 있었다. 예컨대, 우리 사회의 공동체 중시 문화가 오히려 사회적 거리두기를 지키지 못하게 하는 원인이라는 반응이 있었고, 동시에 공동체가 함께 코로나를 극복하려고 노력한 것에 대

한 자부심을 가지는 경우도 확인되었다. 또, 응답자의 특별한 직업 때문에 사회 구성원들이 편견을 가질 수도 있다는 점에 대해 압박감을 느낀다는 보고도 있었다. 이런 점에서 거시적 수준의 인지적 반응은 매우 복잡적이라고 할 수 있다.

{인자: 사회수준 판단 확산원인 평가  
“우리나라는 공동체를 중시하는 사회인만큼 함께 해야 하는 활동들이 많은 것이 사실입니다. 때로는 반강제적으로 행해지기도 합니다. 사회적 거리두기를 장려하는 분위기도 아랑곳하지 않고 늘 하던 대로 단체로 모이는 일을 주저하지 않아 코로나 확산 상황을 만들기도 했습니다.”(F50기혼)

{인자: 사회수준 판단 공동체 자부심  
“그러나 지나온 코로나 시기를 돌아보면 정부, 지자체, 의료진, 국민들 각자의 자리에서 최선을 다해 함께 이겨낸 대단한 시간이었습니다.”(F50기혼)

{인자: 사회수준 판단 사회적 편견의 압박  
“(비대면 수업과 등교중지 시책 덕분에) 주변에서 교사들이 놀고먹는다는 말들을 자주 들으면서 (교사로서 저는) 속으로는 불만스러우면서도 괜히 죄를 지은 것 같은 생각이 들어 마음이 많이 불편하였습니다.”(M50기혼)

한편 방역에 대처하는 지방자치단체(장)의 업무 능력을 의심하면서도 국가의 방역관리에 대해서는 자부심을 느끼고, 위기 상황에 발 빠르게 대처할 수 있는 시스템을 갖춘 것에 대해 우월감을 가진다는 인지적 평가도 발견

되었다. 이들 응답은 모두 ‘방역대책과 시스템’이라는 단일 범주로 묶어서 해석할 수 있다고 보았다. 단체장 능력에 대한 의구심, 의료시스템에 대한 평가절하, 국가 정보화역량이나 발 빠른 대처에 대한 자부심 등 복잡한 의견이 이 범주에 포함되었다.

{인자: 방역대책과 시스템 평가 의구심  
“대구 시장은 지원만 호소하면서..., 실질적인 행정이 제대로 (집행하지 못하는지 안하는지) 집행되지 않는 것을 보면서 자치단체장의 능력에 대해 의문을 가지게 되었습니다.”(M50기혼)

{인자: 방역대책과 시스템 평가 자부심  
“학교에서 정신없는 가운데 불과 한 달 만에 온라인 수업체제를 실행할 수 있다는 것을 보면서 우리나라의 정보화 위상에 대해 대단하다는 생각을 하였습니다.”(M50기혼)

{인자: 방역대책과 시스템 평가 낙관자부심  
“대구 상황이 안정되면서 우리나라에서 코로나19에 대한 관리가 잘 이루어지고 크게 문제가 되지 않을 거라고 낙관하게 되었습니다. 그러면서 우리나라에 대한 자부심이 높아졌습니다.”(M50기혼)

### 범주 3: 중심현상 II - 경험(행위/상호작용)

근거이론에서 중심현상은 탐구 대상(혹은 현상)의 복잡하고 역동적인 과정을 포함하는 핵심 부분이다. 여기서는 코로나19 팬데믹에 대한 심리적 경험을 구성하는 인지적/정서적 반응만이 아니라 그것의 연속선상에서 유도되

는 행동적 반응과 교환경험(즉, 상호작용)을 중심현상의 범주 안에서 해석하였다. 앞에서 다룬 인지적/정서적 반응과 연계되는 수준에서 후속의 독립적인 영역으로 구분하여 정리하는 것이 유용할 것으로 판단했다. 근거이론에서, ‘행위/상호작용(actions/interactions)은 어떠한 현상, 문제, 상황을 일상적으로 혹은 전략적으로 다루고, 조절하고, 반응하는 것’을 의미한다(유기웅 외, 2012).

본 연구의 자료에서 행위/상호작용은 팬데믹 상황에 대한 행동적 수준의 적응으로 나타났다. 이는 중심현상인 심리적 반응이 적응행동으로 이어지는 것을 의미한다. 나아가 이런 적응 행동은 ‘중재조건’인 개인 특성으로부터 직접 영향을 받는 것으로 나타났다. 그러므로 행동적 적응은 주로 팬데믹과 사회적 거리두기 시책으로 인한 생활제약의 연장선상에 발생한 상황 변화 때문에 생기는 행위 패턴이다. 응답자들은 가정과 소비생활 및 여가생활 측면에서 주목할 만한 행위 변화를 보고하고 있고, ‘대면 대(vs) 비대면 활동의 구도’가 새로운 양식으로 형성되었다고 보고한다.

먼저, 코로나19의 감염경로가 호흡기를 통한 비말 접촉에 의해 결정된다는 사실이 알려지면서, 타인과 접촉하는 대면활동이 전면적으로 감소한 현상이 잘 드러났다. 그 중에서도 소비행동양식과 여가활동의 변화가 가장 두드러진 현상이었다. 대표적으로 대형 쇼핑몰, 마트, 시장 등 사람이 몰리는 곳을 피하거나 집 안에서 수행 가능한 활동을 탐색하고, 외식을 자제하는 행동이 공통적으로 보고되었다. 또, 여가활동 면에서도 지인과의 교류가 감소하고 해외여행이나 스포츠 직접관람 등의 여가활동이 줄어들었다.

반면, 비대면 활동은 증가한 것으로 나타났

는데, 집 밥을 먹거나, 온라인으로 쇼핑하고, 감염을 차단하기 위해 마스크 쓰기를 생활화하고, 환기를 자주하는 행동이 나타났다. 또 여가활동 면에서도 여가활동 종목을 대체하거나 줄이는 모습을 보였는데, 예컨대 영화관람 방식의 변화로서 극장 대신 OTT 서비스를 이용하거나, 대중여행 대신 사람들이 붐비지 않는 자연으로 캠핑을 떠나는 모습이 늘어났음을 알 수 있었다(이런 현상을 ‘여가대체(leisure substitution)’라고 한다). 여가활동은 반드시 실내에서만 이루어지는 게 아니지만 대면접촉의 가능성을 최소화하고, 자연 친화적인 활동의 중요성을 재확인하는 경험도 자주 보고되었다. 종교 활동도 대면 방식에서 비대면 방식으로 바뀌었다는 보고가 있었다(물론 알려진 것처럼 일부 기독교인들이 교회대면예배에 집착하여 확진 확산의 위기를 초래한 귀책이 있다는 평가는 타당하다). 이러한 현상의 공통적 특징은 가정, 소비, 여가, 종교 등 거의 전 영역에서 오프라인 활동이 줄어들고 온라인 활동이 늘어났다는 점이다.

[대면감소: 일상- 외출] “외출은 거의 하지 않았고 대중교통도 꼭 필요한 경우가 아니면 타지 않았다.”(F30미혼)

{대면감소 일상- 외식} “외식하는 횟수가 거의 줄고 거의 집에서 밥을 해 먹는 편이다.”(F30 미혼)

{대면감소 여행} “여행은 거의 가지 않게 되었다. 사람 많은 곳은 가지 않게 되었고 근교로 당일치기로 나들이 가는 것으로 여행의 아쉬움을 많이 달랠 것 같다.”(F30 미혼)



{대면감소 극장 관람} {비대면증가 인터넷 영화} “영화 관람은 자제하여 극장에는 가지 않고 인터넷으로 구입하여 보고 있는데 작년보다 많이 늘었습니다.”(M50 기혼)

{대면감소 지인 친족 교류} “지인들과 만나는 횟수도 대폭 줄었습니다. 서로 조심하고 배려하는 마음으로 잘 견디고 있습니다. 하지만 멀리 살고 계신 부모님도 못만나는 제약이 있어 많이 죄송하고 걱정이 되었던 시간이었습니다.”(F50 기혼)

{비대면증가 한적한 여행} “해외보다는 국내의 알려지지 않았으나 감성에 맞는 관광장소를 찾아서 즐기게 되었다.”(F30 기혼)

{비대면증가 가정 체류} “도시가 사실상 섯다운 되어 매일 출근하던 상가가 문을 닫았으며 퇴근 후나 주말에 일상적으로 가던 스포츠센터와 쇼핑몰 등을 방문할 수 없었고 아이는 유치원도 키즈카페도 갈 수 없어 집안에서 답답하고 힘든 시간을 보내야 했습니다.”(M30 기혼)

{비대면증가 일상 청결} “청결에 대해서 신경을 굉장히 쓰기 시작하였다. 환기도 자주 시키기 시작하였다.”(F30 미혼)

{대면감소비대면증가 일상 쇼핑 외식} “소비행동과 관련해서는 장보기부터 생활용품, 의류 등 온라인 주문이 주를 이루게 되었습니다. 특히 장보기에서 온라인 주문이 예전에 비해 많이 편해진 듯합니다. 식품에서 밀키트(MEAL KIT)의 종류가 다양

하고 많아져서 외식을 하러 나가지 못해도 외식하는 느낌의 음식을 만들 수 있어서 편리하게 사용했습니다.”(F50 기혼)

{대면감소 일상소비 오프라인 쇼핑} “생활품 구매에 대해서는 대형마트나 주변 대형시장을 선호하는 편이었는데 코로나 이후 대형마트에 대한 구매횟수가 평소 대비 10% 미만으로 떨어졌다.”(F30 기혼)

{비대면증가 여가활동 건강운동} “등산이나 러닝머신 달리는 작년보다 규칙적으로 하고 있고 작년보다 횟수가 늘었습니다.”(M50 기혼)

{대면감소비대면증가 여가활동 종교활동} “신천지 사태 이후 교회는 한 번도 출석하지 못했다. 주로 온라인이나 기독교 채널의 주일예배 실황을 통해 예배를 드린다.”(F30 기혼)

#### 범주 4: 중재적 조건 - 개인적 심리특성

근거이론의 절차를 구성하는 하위범주로서 ‘중재적 조건(intervening conditions)은 증심현상을 매개하거나 변화시키는 조건들’을 의미한다(유기웅 외, 2012). 본 연구에서는 팬데믹 상황을 지각하고 반응하는 심리적 경험과정에 영향을 미칠 수 있는 개인의 심리적 특성(즉, 성격이나 동기, 신념 등)이 있을 수 있다고 보았고, 이런 개인적 심리특성이 코로나19로 인한 개인의 인지적/정서적 반응만이 아니라 행동 적응의 양상에도 영향을 미치는 중재적 조건이 되는 것으로 해석하였다. 여기서 확인한 심리적 특성은 공동체의식, 책임의식, 여가역

량, 긍정심리(또는 긍정심리자본) 및 현실 적응 등의 내용으로 정리할 수 있었다. 이들 자료는 이미 그림 1에서 고려했던 심리적 특징들보다 더 다양해진 것으로 판단된다.

우선 “공동체책임의식”과 관련하여, 분석의 틀(그림 1)에서 공동체의식은 주로 책임의식에 초점을 둔 개념이었지만, 응답 자료가 보여준 공동체의식은 훨씬 더 풍부하고 다양한 내용들이었다. 공동체의 중요성 인식부터, 타인배려 마음, 지침과 규칙준수 경향, 공중보건 의식, 시민 일상에 대한 사회적 책임감 등 다양한 생각의 공동체의식이 팬데믹의 심리적 경험과 적용에 영향을 미치는 것으로 해석된다. 공동체의식을 가진 참여자는 공동체를 위해 정부의 지침을 준수하고, 자기보다 공동체 가치를 우선으로 생각하는 것으로 나타났다. 또, 타인을 배려하고, 개인의 이기적인 태도에 대해서 부정적인 감정 반응을 보이거나, 사회적 거리두기 등 정부의 방역수칙을 준수하는 것이 공중보건과 시민의 일상회복을 위하여 중요한 것으로 인식하고 있었다. 이러한 공동체의식이 팬데믹을 평가하는 방식이나 개인의 적응행동으로 이어지는 것은 자연스러워 보인다. 이와 관련한 내용은 매우 풍부했다. 여기선 몇 가지 사례만 간추려서 제시한다.

*{공동체책임의식: 타인배려 필요성}* “조금만 배려하고 신경 쓰면 남에게 피해를 주지 않고 상황을 잘 이겨낼 수 있을 것입니다.”(F50기혼)

*{공동체책임의식: 타인배려 필요성}* “본인이 집회 다녀왔음을 숨기고 회사 매점을 운영하시다가 확진이 나 지역의 대기업 한 군데가 전체 코로나 검사를 받고 집 인근

고등학생이 전체 검사를 받는 모습을 보면서 코로나로 인한 모든 비용은 세금으로 이루어지는데, 본인만 생각하고 남을 배려하지 않는 지역주민에게 구상권이 제대로 청구되어야만 저렇게 책임감 없는 행동은 하지 않을 것이라는 생각이 들었다.”(F30기혼)

*{공동체책임의식: 규칙방칙준수}* “지구촌의 상황을 고려하면 우리는 코로나19 사태를 잘 견디고 있다고 생각합니다. 가장 큰 이유로는 문화에 기인한다고 생각합니다. 서구의 개인주의와 개인보다 공동체를 우선시 하는 동양의 문화에서 우리나라가 나름 잘 대응을 하고 있다고 봅니다. 그래서 국민들이 개인의 불편을 감수하면서 정부 정책에 잘 따라주는 것을 볼 수 있습니다.”(M50기혼)

*{공동체책임의식: 규칙방칙준수}* “방역수칙을 잘 지키는 것은 일종의 습관 형성을 잘 하는 것일 것입니다. 그다지 어려운 일이 아닌 만큼 각자의 자리에서 잘 지키기만 한다면, 안전한 일상을 만드는 데 모두 기여하게 되는 길이라 생각합니다.”(F50기혼)

책임의식을 공동체의식과 별개의 개념으로 볼 것이냐의 문제는 논쟁이 될 수 있으나(고동우, 2020; Nowell & Boyd, 2010), 의미적 연계성을 고려하여 여기서는 하나의 개념으로 묶어서 해석하였다. 응답자들은 공동체에 대하여 사회적 책임의식을 가지는 것이 코로나19 상황에 효율적으로 대응하는 데 더 중요하며, 현 상황을 종식하기 위해서도 책임감이 중요

하다고 인식하고 있었다. 특히, 타인을 배려하고 개인이 철저한 방역의식을 가지는 것이 책임감을 가지는 것이라고 인식하고 있었다. 여러 사례에서 보는 것처럼, 팬데믹을 극복하는데 있어서 공동체책임의식에 해당되는 개념인 책임의식이나 시민정신, 규칙준수 등을 강조하는 지적이 확인되었다.

{공동체책임의식: 행동책임 시민의식} “타인을 배려할 줄 알고 본인의 행동에 책임을 지는 시민의식을 잘 가지고 계신 분들이 코로나 팬데믹 시기에 대응이 잘 되었다 생각한다.”(F30 기혼)

{공동체책임의식: 문제해결 책임감} “배려심이 많고, 책임의식이 강한 사람이 위기 극복을 잘 하는 것 같습니다.”(F50 기혼)

한편 공동체의식이나 사회적 책임과는 별개로 팬데믹의 위기와 제약 상황에 대처하는 수준이 ‘개인적 역량’에 의해 달라질 수 있다는 사실은 쉽게 추론된다. 팬데믹의 난관 상황에 대처하는 개인적 역량은 최소한 두 가지 차원에서 생각해볼 수 있다. 하나는 위기와 제약 상황을 수용적으로 대처하고 관리하는 개인적 역량이나 태도라고 할 수 있고, 다른 하나는 주어진 상황을 받아들이지 못하고 반발하거나 좌절하는 반작용 경향성이다. 본 연구의 자료에서 후자의 경우는 발견되지 않았지만, 전자의 개인적 특성은 단일차원의 심리적 경향으로 가정하면 양방적으로 해석할 수 있을 것이다. 본 연구의 초기 분석의 틀(그림 1)에서 보면, 여가역량(즉, 자기오락화 역량)이 여기에 해당되며 이와 관련한 응답이 발견되었다. 이는 상황대처성향(능력 포함)이라는 독립

적인 하위 범주로 정리할 필요가 있었다.

{상황대처성향: 여가역량} “현재 상황에서 ‘즐길 수 있는 부분은 즐기고 있다’라고 생각한다.”(M30 미혼)

{상황대처성향: 여가역량} “평상시 운동을 하면서 신체적으로 건강한 사람이 코로나 상황을 잘 견뎌낼 것이다. (나는 혼자서도 잘 논다).”(M50 기혼)

그런데 이 범주에서 고려하지 못했던 새로운 심리적 특성이 발견되었는데, 대표적인 것이 바로 현실 적응적 삶의 태도였다. 팬데믹의 제약과 주어진 상황을 곧바로 수용하고 적용하는 것은 삶에 대한 일종의 개인적인 경향성으로 이해되었다. 앞에서 고려한 ‘여가역량’과는 다소 의미가 다르기 때문에, ‘현실적응 경향성’이라고 분류하였다. 이를 보고한 응답자들은 팬데믹 이후 옥외활동보다 옥내활동을 선호하게 되었다거나, 현실에 타협하게 되었다는 내용을 기술하였다.

{상황대처성향: 현실적응 경향성} “기본적으로 현실적인 상황에 자신을 잘 맞추는 사람이나 평소에도 불만이나 불평이 없는 사람이 현재 상황을 잘 이겨 낸다고 생각한다.”(F30 미혼)

{상황대처성향: 현실적응 경향성} “언젠가는 끝이 나는 일하기에 조금만 불편을 감수한다면 그 끝을 조금 일찍 오게 하는 것이라 생각하면서 견뎠고 지금도 잘 견뎌내고 있습니다.”(F50 기혼)

상황대처성향이 현실 상황을 구체적인 자극이나 대상으로 설정한 수준의 심리적 대처와 수용의 문제를 보여준다면, 삶의 전반에 걸쳐 스스로를 성공적인 방향으로 이끌어가는 심리적 능력이나 경향성은 소위 긍정심리(상태 혹은 자본)로 불려왔다. 본 연구의 자료에서 좌절하지 않고 난관을 성공적으로 극복하며 전체적인 삶을 긍정적으로 이끌어가는 사람들의 특징에 대하여 설명하는 긍정심리학(Seligman, 2002; Seligman, 2004; Seligman, Rashid, & Parks, 2006)의 특징이 다수 발견되었다. 긍정심리학의 선구자인 Seligman(2004)은 이미 희망, 낙관주의, 회복탄력성 등이 행복한 삶을 위해 매우 중요하다고 강조한 바 있다(6장). 또한 긍정심리학의 패러다임으로 인적관리 문제를 탐구하였던 경영학자 Luthans 등은 긍정심리의 여러 요인(즉, 효능감, 희망, 낙관주의, 회복탄력성)을 통합적으로 해석하여 긍정심리자본(Positive PsyCap: Positive Psychological Capitals)이라는 단일 구성개념을 제안하였는데(Luthans, Avolio, Avey, & Norman, 2007; Luthans & Youssef, 2007), 본 연구의 자료는 매우 충실하게 이를 반영하는 것으로 판단되었다.

본 연구의 응답 자료에서는 긍정심리가 코로나19 상황에 적응하는데 큰 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 예컨대, 자기효능감은 팬데믹 위기 극복 방안으로 ‘위기상황에서 기회를 찾는 능력’이나 ‘정보해석 능력’으로 표현되었으며, 회복탄력성이 있는 참여자들은 코로나19 제약 상황에서도 즐길 수 있는 부분을 찾아서 즐기려고 노력하며(즉, 이런 점에서 여가역량은 회복탄력성의 하위 영역일 수도 있다고 본다), 정상적인 생활을 영위하고자 노력하고 있었다. 또 낙관주의는 평소 건강하고 긍정적인 마음가짐을 유지하는 것이 중요하다

는 것으로 표현되었다. 다만 희망은 낙관주의와 의미적으로 중첩되는 것으로 보이지만, 일상 회복의 기대가 중요하다는 것을 은연 중에 드러내는 응답이 있었다. 소위 긍정심리자본에 해당되는 심리 특성들이 하위의 중재적 변인으로 범주화되었다. 다음 사례들이 알려주는 것처럼, 결국 긍정심리학적 특성들이 팬데믹의 위기와 제약을 극복하는 데 중요한 역할을 하고 있음을 알 수 있다.

{긍정심리자본: 자기효능감} “시대의 흐름을 잘 보고 그 중에서 기회를 찾아 움직이는 사람들이 사회적 위기를 잘 극복하는 것 같다.”(F30기혼)

“독단적이기보다 정보 수용에 유연하여 상황판단을 잘하는 사람.”(M50기혼)

{긍정심리자본: 회복탄력성} “될 수 있으면 코로나 사태 이전처럼 정상적으로 살아야 한다는 생각을 하고 있습니다..”(M50기혼)

{긍정심리자본: 낙관주의} “정신적으로 여유가 있고 낙관적인 생각을 하는 것이 중요하다.”(M50기혼)

{긍정심리자본: 희망} “크고 작은 위기들 속에서도 방역은 일상적으로 이루어지고 일부나마 일상으로 복귀되는 듯하여 다행스럽고 약간은 희망적이기도 합니다.”(M30기혼)

#### 범주 5: 연쇄적 결과 - 가치관/행동양식 변화

패러다임 도식에서 연쇄적 결과(consequences)

는 중심현상인 행위/상호작용의 산물로서 ‘행위/상호작용에 의해 상황이 반응하여 결과적으로 생겨난 무엇에 해당되는 것’을 말한다(유기웅 외, 2012). 코로나19 팬데믹에서 나타난 개인의 심리적 반응이나 경험은 행동 수준의 적응반응을 거쳐 결국 심리적 구조나 인식의 틀, 혹은 행동양식의 변화를 유도할 것이라는 추론이 가능하다. 여기서 정리한 패러다임 ‘연쇄적 결과’ 범주는 ‘가치관/행동양식의 변화’로 명명할 수 있었다. 이 범주를 다시 ‘가치관의 변화’와 ‘문화현상에 대한 평가/기대/전망’으로 구분하였다. 가치관의 변화는 인식의 대상을 고려하여 세계관(즉, 세상과 세계에 대한 가치관)과 인간관(즉, 인간으로서 자기 자신과 타인에 대한 가치관)으로 구분하였다. ‘문화현상에 대한 평가/기대/전망’은 코로나19 팬데믹이나 우리 사회의 문화를 구성하는 다양한 속성을 대상으로 하는 인지적 신념이라고 할 수 있다. 여기서는 인식 대상에 따라 각각 코로나19 팬데믹 상황에서 현대인의 실제 생활방식, 소비문화의 전망, 종교적 태도 변화, 코로나19의 종식 희망 등이 의미 있는 내용으로 확인되었다.

우선 ‘세계관의 변화’에 해당되는 응답은 코로나19 팬데믹이 국가관, 즉 국가의 역할이나 평가기준에 대한 가치관의 변화를 지적하는 경우가 많았다. 선진국을 판단하는 기준이나 좋은 세상(국가)을 바라보는 시각의 변화 등을 지적한 경우도 있었다. 국가 경제력도 중요하지만, 기후변화, 녹색 에너지, 기본 소득의 담론을 중요하게 보고 이에 대한 공감대를 확산해야 한다는 주장은 특히 인간의 생존과 인류공생의 화두를 강조하는 응답이었다. 그러므로 코로나19 팬데믹의 영향은 인류공동체와 환경 문제를 제고하도록 하는 긍정적인

사회문화적 효과도 있는 셈이다. 또한, 온라인 기술문명의 발달로부터 범지구적 수준에서 세계문화의 통합가능성을 지적하는 경우도 있었다. 부연하면 각 국가나 지역의 개성보다는 범지구적으로 하나의 유행을 따르는 경향이 늘어날 것이라는 예상이 있었다.

한편, 코로나19 이후 변화된 ‘인간관’은 자기 자신과 타인에 대한 인식체계의 변화를 의미한다. 여기에는 코로나19 팬데믹의 제약으로부터 자기 자신을 되돌아보는 성찰의 기회를 가지는 것, 건강의 중요성 인식 증가, 경제력의 의미변화(즉, 경제력은 단순히 부의 상징이 아니라 위기 상황에서 삶의 안정을 의미한다), 너무 당연하여 지나쳤던 자연 교류 및 일상 행복의 가치 인식 등이 두드러진 응답이었다.

*{가치관 변화: 세계관 “새로운 시대에 맞는 새로운 철학에 사람들이 많이 관심을 갖게 될 것이라고 생각합니다. 기본소득, 기후변화 등 거대담론에 대해 새롭게 생각하는 사람들이 많아질 것이고 에너지문제에 대한 전환도 많이 시도하게 될 것입니다.”(M50기혼)}*

*{가치관 변화: 세계관 “뚜렷한 것은 인간관이나 세계관이 계속 흔들리고 바뀌고 있다는 것 입니다.. 선진국의 기준이 경제력이나 군사력을 의미하는 게 아니고 진짜 국민의 안위를 걱정하는 국가가 선진국 입니다.”(M50기혼)}*

*{가치관 변화: 세계관 “(세계가) 확장되고 통신과 기술에 기인하여 세계는 각각의 개성보다는 하나의 유행을 따라가게 될 것*

같습니다.”(M30기혼)

{가치관 변화: 세계관 “이전과는 다르게 ‘뉴 노멀’이라는 이름으로 이제까지 생각하지 않았던, 혹은 생각으로만 가능하다고 여긴 일들이 새롭게 많이 등장할 것이라고 생각합니다.”(M50기혼)

{가치관 변화: 인간관 “경제적인 부분에 좀 더 집중하게 되었고 그것이 곧 (삶의) 안정을 의미한다고 생각하게 되었습니다.”(M30기혼)

{가치관 변화: 인간관 “코로나 때문에 집에 있는 시간이 많아져서 제 자신을 되돌아보는 계기가 되었어요 진짜 행복이란 무엇인가?”(M30미혼)

{가치관 변화: 인간관 “가족과 나의 건강에 대해서 굉장히 신경이 쓰이기 시작하였다.”(F30기혼)

{가치관 변화: 인간관 “다만 이후의 변화들은 코로나로 인해 삶이 본질적으로 바뀌거나 한 것이라기보다 기술의 발달과 소비재의 변화가 (마치 유행처럼) 더 크게 작용해서 (일어나는) 변화일 것이라고 생각합니다.”(M30기혼)

문화현상인식의 범주는 평가와 기대 및 전망 등을 복합적으로 포함하고 있었다. 이 범주에서 가장 빈번한 응답 내용은 코로나19 팬데믹 상황에서 드러난 시민들의 생활방식에 대한 평가였다. 교육이나 모임, 직무방식 등에서 대면 교류활동이 비대면 교류활동으로 바

뀌었다는 응답이 그것이다. 재택근무나 온라인 수업 방식, 인터넷 쇼핑 등이 자주 언급된 주요 비대면 생활양식인데, 이러한 경향이 코로나19 이후의 시대에서 더 강화되어 소위 ‘뉴 노멀 라이프스타일’이 대두할 것이라는 예상을 보고한 경우도 있었다. 또한 코로나19로 인해 개인주의 문화가 팽배해질 것이고 이어서 세대간 갈등이 심화될 것이라는 비관적 전망도 있었다. 역으로 동시에 코로나19의 난관을 극복하는 경험을 통해 팬데믹 대처 노하우가 축적될 것이고 새로운 생활양식을 유도하는 창의적인 아이디어가 생성될 것이라는 전망도 있었다. 이러한 양방향의 평가 반응을, 코로나19 팬데믹 경험이 곧 개인적 삶의 방향을 전환시키는 결정적 사건이 될 수 있음을 추론하게 한다.

{문화현상인식: 생활양식 평가 “코로나로 인해 미래의 일이라고 여겼던 상황이 어느 순간 현실화 되어 기계에 의존하는 비대면 사회를 조금 더 일찍 만나게 되었다고 봅니다.”(F50기혼)

{문화현상인식: 생활양식 전망 “코로나19로 인해 개인주의가 더욱 심해질 듯 하다(M30미혼)..”

“단기적으로는 세대 간의 갈등이 더 커질 요소가 있다고 생각합니다.”(M30기혼)

{문화현상인식: 생활양식 전망 “코로나 사태를 통해 이전과는 다른 삶의 모습이 많이 등장할 듯합니다. 학생들의 온라인 실시간 수업, 실시간 화상회의 등의 새로운 문화가 형성될 것이고 지금은 과도기

여서 실시간 수업에서 카메라를 끄고 참여한다든가, 발표를 꺼리는 면은 앞으로 서서히 달라지지 않을까 합니다.”(M50 기혼)

{문화현상인식: 생활양식 전망 “온라인 서비스가 급격히 활성화 되며 상근직에서 프리랜서가 증가하지 않을까 생각한다.”(M30 미혼)

소비문화의 미래 전망을 지적한 경우도 문화현상 인식의 범주에서 해석할 수 있다. 온라인소비 증가는 생활양식의 영역에서 정리할 수도 있지만, 사회문화에서 경제적 영역이 차지하는 규모를 고려하여 세부 범주로 정리하였다. 이 중 소비채널의 변화를 지적한 응답은 특히 주목할 필요가 있다. 직접 대면 구매 방식의 전통적인 소비행동양식이 사라지는 것은 아니지만, 온라인 쇼핑이 단순히 늘어나는 수준이 아니라 디지털기술을 활용한 소비와 구매의 채널이 다양해진다는 지적이므로 소비자행동의 기전이 더 복잡해질 가능성을 암시하는 것으로 해석할 수 있다. 물류 및 유통관련 수요가 증가할 것이라는 다른 응답 역시 소비채널의 다변화 전망을 뒷받침한다.

한편 다른 하위영역으로서 여가와 여행소비 패턴에 대한 전망도 타당할 것으로 추정된다. 대중여행과 대면방식의 여가활동 대신 개인맞춤형 여행이 증가할 것이라거나, 작은 패키지, 자유여행, 혼자서 하는 여가활동과 개별운동 증가 등이 이에 포함된다. 이런 응답은 코로나19 팬데믹이 여가와 여행 문화를 상당한 수준에서 바꿔놓을 가능성을 암시한다.

{문화현상인식: 소비문화 전망 “온라인 소비가 크게 늘어난 것으로 안다. 소비채

널이 많이 바뀌었다.”(F30 기혼)

{문화현상인식: 소비문화 전망 “온라인 소비가 더 강화될 것이고 개인의 취향에 맞는 작은 패키지나 자유여행이 일반화 될 것입니다.”(M30 기혼)

{문화현상인식: 소비문화 전망 “물류 및 유통 관련 수요가 지속적으로 증가할 것이다.”(M30 미혼)

‘문화현상인식’ 범주에서 종교적 태도변화는 다소 독특한 주제일 수 있다. 대부분 응답자들은 일부 개신교 교회와 맹종자들의 황당한 편견과 반사회적 집단이기주의 행태에 대한 환멸을 지적하고 있었고, 매우 강한 어조의 비판을 보였다. 일종의 반발인데 이러한 현상은 결국 현대 사회에서 종교적 갈등이 증폭될 가능성이 있음을 암시한다. 코로나19 팬데믹이 그 잠재적 갈등을 폭발시키는 계기가 될 수도 있다. 그러나 일부 기독교인의 다른 응답은 건강한 종교생활의 가능성을 알려주는 점에서 추가 해석의 여지가 있다. 어떤 응답자는, 코로나19 이전에 무조건적으로 교회를 지지했고 설교와 목사의 지침을 무비판적으로 수용했지만, 팬데믹 이후 일부 교회의 행태를 접하면서 종교적 교리와 교회 활동에 대해서도 자기 판단의 기준을 가져야 하겠다고 응답하였다. 이는 스스로 맹종적 종교관에서 비판적 수용의 태도로 전환되고 있음을 알려주며, 동시에 사회 공동체의 가치기준이 작동할 수 있음을 알려준다. 이런 응답은 팬데믹과 이후 종교적 갈등이 어떤 방향이든 우리 사회 종교인들의 종교적 태도에 적지 않은 영향을 미치고 있음을 보여준다.

{문화현상인식: 종교문화전망 “내 종교가 기독교인데 기독교 집단에 대한 인식이 많이 바뀌었다. 예전에는 목사님들과 같은 종교지도자의 의견을 중시하는 편이었는데 코로나 사태를 겪으면서 목사님들의 의견에 대해 한 번 더 생각하고 내 의견을 말할 수 있게 되었다.”(F30기혼)

마지막으로 코로나19 팬데믹의 종식을 희망하는 기대도 있었다(즉, 희망 사례는 앞에서 긍정심리의 한 요인으로 해석되었지만, 일상평가의 내용으로도 해석할 수 있었다). 일상회복을 갈망하거나, 코로나 종식되면 그동안 제약이 있었던 다양한 활동을 재개하고 싶다는 희망을 지적하였다. 백신과 치료제 개발이 곧 이루어질 것이라는 기대도 있었는데, 희망은 이미 긍정심리의 한 영역으로 간주되어왔다는 점에서 인간이 가진 일종의 본성으로 이해된다. 여기에는 활발한 종교 활동을 포함한 여가생활이 강조되는 경향이 있었다. 현대인의 삶에서 종교를 포함한 일상의 여가 활동이 행복의 조건으로 자리 잡았음을 보여주는 대목이다.

{문화현상인식: 코로나19 종식기대 일상 “크고 작은 위기들 속에서도 방역은 일상적으로 이루어지고 일부나마 일상으로 복귀되는 듯 하여 다행스럽고 약간의 희망적이기도 합니다.”(M30기혼)

{문화현상인식: 코로나19 종식기대 종교활동 “코로나 사태가 끝나면 가장 먼저 교회에 출석해서 제대로 된 예배를 드리고 싶다.”(F30기혼)

과정분석(coding for process)과 매트릭스 분석

과정분석은 근거이론의 ‘축 코딩 단계에서 정리한 패러다임의 작용/상호작용을 살펴보고, 시간의 흐름과 공간에 따라 변화하는 상황, 맥락 내에서 발생하는 행위/상호작용이 이루어지는 일련의 순차적 변화를 분석하는 방법’이며, 이어지는 조건적/결과적 매트릭스(conditional/consequential matrix) 분석은 ‘축 코딩에서 파악된 다양한 상황적 조건(인과, 맥락, 중재)과 행위/상호작용이 미시적으로 그리고 거시적으로 어떻게 연관되어 결과에 영향을 미치는지를 설명하는 분석’이다(유기웅 외, 2012, pp.101~103). 두 가지 분석 절차가 순차적으로 수행되는 경향이 일반적이거나, 본 연구에서는 이미 처음부터 잠정적인 분석의 틀을 설정하여 자료를 수집하였기 때문에, 두 가지 절차를 구분하지 않고 수행하였다. 여기서는, 앞에서 제시한 ‘그림 1. 분석의 틀’과 축 코딩의 결과를 비교하는 방식으로 분석내용의 심리적 작동과정을 재정리하였다. 즉, 코로나19 위기를 인식하고 있는 개인이 어떤 심리적인 경험 과정을 거쳐 행동 수준의 적응 반응이 유도되는지를 정리하였다. 최종적으로 ‘그림 1’의 패러다임을 분석 자료에 맞게 수정할 수 있었고, 그 결과는 ‘그림 2’로 묘사하였다.

우선, 원인적 조건으로서 코로나19 팬데믹의 위기와 제약은 명료하게 드러났다. 코로나19의 확산 정보는 매체를 통한 간접경로와 거주지 주변의 확진자 확산 현상을 보거나 듣는 직접 경로가 형성된 것으로 보인다. 나아가 결정적 사건이 있을 경우 단순히 팬데믹에 대한 위기감만이 아니라 의료시스템이나 방역기관에 대한 불신과 같은 심리적 악화 현상이



나타나는 것으로 해석할 수 있다.

팬데믹에 대한 직접경험과 간접경험이 다양한 심리적 반응을 유발하는 과정도 비교적 명료해 보인다. 또한 인지적/정서적 반응은 다양한데, 어떤 대상이나 상황을 전제한 반응으로 고려할 수 있었다. 정부방역지침, 사회 구성원, 정치권, 종교인, 팬데믹 지속 상황 등이 전제되어 있었다. 정서적 반응은 부정적인 측면에서 두드러졌고, 불안, 실망, 답답한, 혐오, 당황, 무력감, 우울, 피로감, 짜증, 허탈 등이 주로 보고되었다. 한편 인지적 반응은 긍정적인 반응과 부정적인 반응 모두 발견되었는데, 반응의 지향 대상은 일상생활, 가정문제, 사회문화, 방역대책과 시스템 등이 주로 드러났다.

인지적/정서적 반응이 곧바로 행위적 수준 혹은 상호작용 반응으로 이어진다는 인과적 경로를 고려할 수 있다. 여기서 도출된 행위 수준의 반응은 크게 일상과 소비행동, 그리고 여가활동 영역에서 발견되었다. 이들 활동 영역의 행동양식은 뚜렷하게 대면활동의 감소와 비대면 활동의 증가 현상으로 나타나고 있었다. 이러한 현상은 팬데믹의 제약이 있더라도 개인은 현실적으로 수행 가능한 범위에서 일상의 생존과 즐거움을 유지하려고 노력한다는 점에서 “돌파구 탐색행동”이라고 부를 만하다.

인지적/정서적 반응과 행위적 수준의 상호작용 반응은 원인적 조건으로부터 유발된 현상이겠지만, 심리학적으로 보면 개인이 처한 맥락 상황과 심리적 특성이 이 모든 경험과 반응에 중개적 역할을 한다고 보아야 한다. 실제 응답 자료에서 나타난 개인적 상황으로서 직업특성과 가족구성의 특징이 두드러졌다. 이 범주에는 소득, 직무특성, 자녀문제 등이 확인되었다. 한편, 다른 중재적 조건으로서 개인의 심리적 특성은 ‘그림 1’의 공동체의식이

나 여가역량을 확대 반영하는 경향이 있었다. 공동체책임의식은 공동체의 가치 중시, 시민 의식이나 이타적 배려감, 규범이나 방침 준수 등 다양한 요소들을 포함한 개념으로 이해되며, 전반적인 경험과정에 가장 큰 영향력을 가진 것으로 추론된다. 그리고 즐거운 것을 상상하거나 건강한 여가활동의 중요성 인식 등 여가역량의 영향력도 의미 있는 결과였다.

그런데 주목할 만한 발견은 개인차로서 더 다양한 심리적 특성이 심리적 반응과 경험과정 전반에서 중개적 역할을 하고 있다는 사실이다. 현실적응성향이나 긍정심리 등은 코로나19 팬데믹에서 심리적 경험의 질과 양에 결정적인 중개적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 예를 들어, 현실적응성향이 강한 사람들은 정부의 방역지침을 준수하고, 외부활동과 대면활동 자제하는 경향이 있는 반면, 실내에서 이루어지는 비대면 활동에 대해서는 큰 불만이나 어려움을 토로하지 않고, 정해진 상황에서 할 수 있는 일(청소, 요리 등)을 찾으려고 노력하는 것으로 나타났다.

그리고 소위 ‘긍정심리자본’이라고 불리는 자기효능감, 회복탄력성, 희망과 낙관주의를 강조하는 이들에게서 팬데믹 상황 지각과 대처행동이 더 유연하고 긍정적으로 유도되고 있음을 확인하였다. 예컨대, 자신의 긍정심리를 강조하는 응답 자료의 경우, 코로나19 상황에서 가정 및 여가활동에 제약을 받는 만큼 비대면 활동이 증가되는 경향이 있었다. 대면 방식의 여가활동 대신 새로운 비대면 여가활동을 적극적으로 찾아내는 경향이 두드러졌다. 그러므로 자기오락화 능력을 포함하는 여가역량이나 현실적응 경향성 등도 긍정심리와 일관된 맥락에서 해석할 수 있다.

코로나19 팬데믹의 영향 과정에서 최종 산

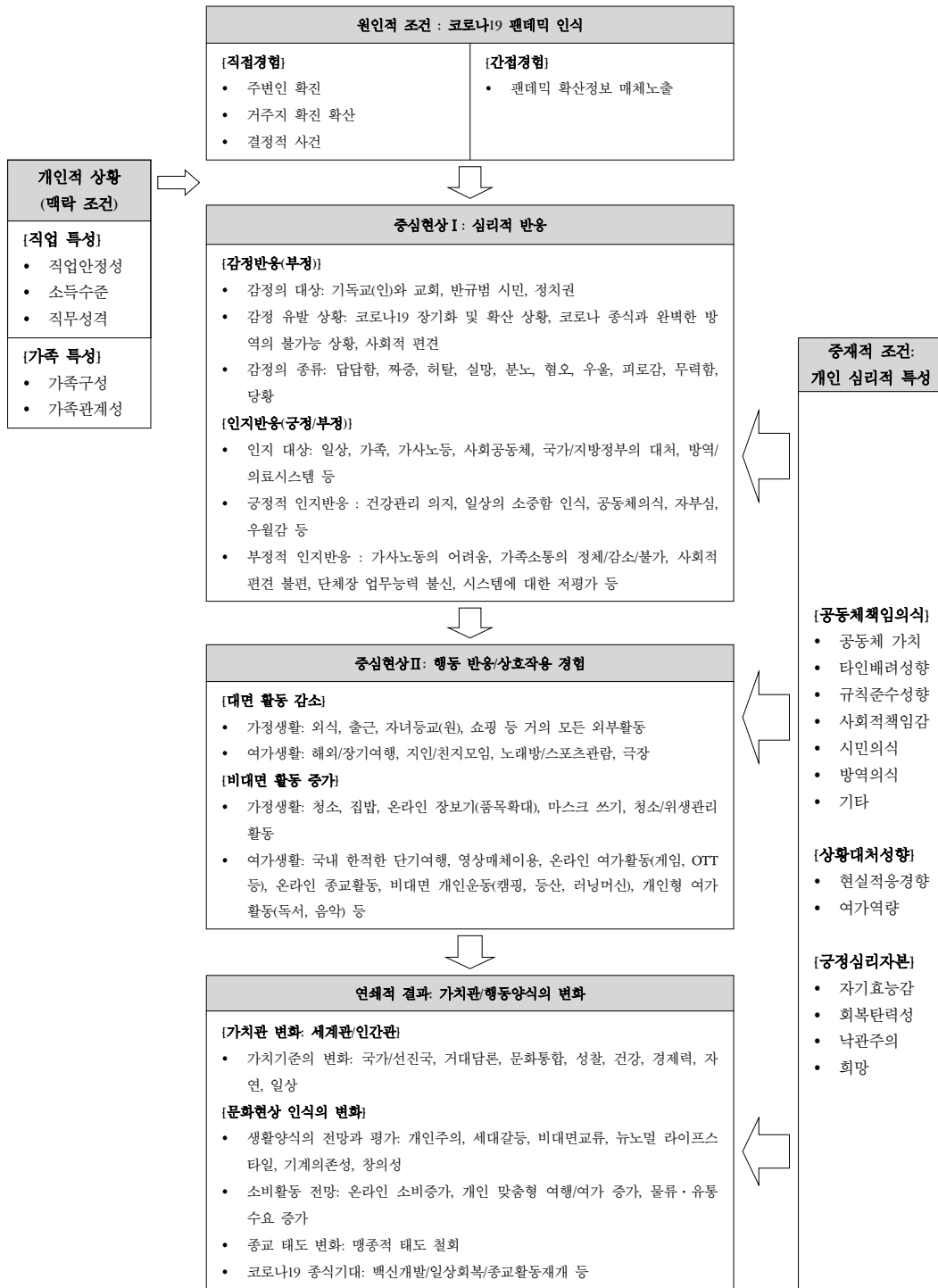


그림 2. 코로나19 팬데믹에 대한 심리적 적응과 변화 과정

물로 고려된 ‘연쇄적 결과’ 범주는 개인적 수준의 행동심리에 국한하여 해석하였고, 가치관과 행동양식의 변화라는 측면에서 정리하였다. 심리적 결과는 세상과 인간을 바라보는 시각, 즉 현재에 대한 가치관의 변화와 미래의 문화현상에 대한 평가/전망으로 구분되었다. 이러한 경향이 최종적인 결과 범주에서 두드러지는 이유는 전술했던 중개적 조건인 개인의 심리적 특성이 주로 공동체의식, 현실적응, 여가역량 및 긍정심리 등으로 요약되었다는 사실에 근거할 수 있다. 다시 말해, 팬데믹의 위기나 제약 때문에 사람들은 심리적 난관을 겪고 있지만 동시에 생존과 행복 조건을 회복하기 위해 부단히 노력하고 있고, 그러한 노력의 결과로서 결국 자기 자신과 인류의 미래를 긍정적으로 바라보는 의지를 만들어내고 할 수 있다. 이 과정에서 결정적인 역할을 하는 심리적 변인이 바로 긍정심리, 공동체책임의식 그리고 현실적응능력 등이라고 할 수 있다. 이러한 논리를 그림으로 묘사하면, ‘그림 1. 분석의 틀’을 ‘그림 2’로 수정하여 정리할 수 있다.

## 논의 및 결론

본 연구는 코로나19 팬데믹이 엄습한 지난 1년간 사회 구성원으로서 개인이 겪었던 심리적 경험과정을 체계적으로 이해하고 설명하기 위한 질적 탐구이다. 30대 초반 ~ 50대 중반의 성인 6명으로부터 비대면 인터뷰 방식의 자유 서술식 응답 자료를 구하였고, 근거이론의 절차를 부분적으로 차용한 내용분석의 방법으로 최종적으로 팬데믹 경험 과정과 연쇄적 결과에 대한 개념적 모형을 도출하였다.

최종 결과로 도출한 모형(그림 2)은, ‘원인적 조건 → 중심현상 I, II → 연쇄적 결과’라는 구조로 그려졌고, 중심현상에 영향을 미치는 맥락 조건으로서 ‘개인의 직업 및 가족 상황’이 고려되었고, 개인의 ‘심리 특성’과 상황이 경험 구조의 전 과정에 중개적 조건으로 영향을 미치는 것으로 정리되었다.

‘결과 및 해석’ 장에서 이미 구체적인 현상에 대해 의미 해석을 수행하였기 때문에, 여기서는 중첩을 피하여 주목할 만한 심리적 현상을 몇 가지로 묶어서 논의하였다. 첫째, 원인적 조건으로 고려하였던 코로나19 팬데믹은 그 자체로서 심리적 반응과 경험을 유발하는 일종의 자극이며, 자극노출의 측면에서 직접노출과 간접노출로 구분할 수 있었다. 더욱이 ‘결정적 사건’이 존재할 경우 심리적 경험의 강도가 커질 수 있음을 확인하였다.

둘째, 중심현상의 하나로서 팬데믹 상황의 정서적 반응은 일관되게 부정적 심리만을 반영하고 있었다. 불편, 피로감, 무력감 등 약한 수준에서 분노, 우울, 혐오 등 강한 수준의 정서반응이 복합적으로 나타나고 있었으며, 다양한 대상과 상황을 상징한 반응들이다. 이 결과는 선행연구들(고동우, 2020; 박상미, 2020; 이동훈 등, 2020)과 일관된 것이다. 다만, 본 연구에서 긍정적 정서반응이 전혀 보고되지 않은 현상은 주의할 만하다.

셋째, 중심 현상으로서 인지적 반응은 긍정적이거나 부정적인 측면이 복합적으로 나타났는데 일상, 가정, 사회문화, 정부와 시책 등에 대한 인지적 평가의 내용들이었다. 긍정과 부정적인 인지 반응이 동시에 도출되고 있는 현상은 일부 선행연구(고동우, 2020)의 결과와 일관된다. 부정적 반응만이 아니라 긍정적 심리반응을 유발하는 이유는 난관을 전회회복의

기회로 삼는 경향이 있을 수 있기 때문이다 (고동우, 2020, p. 415). 난관 극복의 방안으로서 집단주의의식이나 공동체 책임의식이 강해진다는 결론이 가능하다면, 이런 결과는 Na 등(2021)의 연구결과와 조화를 이룬다.

넷째, 인지적/정서적 반응은 행동 혹은 상호작용이라는 심리적 경험으로 이어지는 것으로 해석된다. 이 범주에서 두드러진 특징은 일상과 여가활동 전반에 걸쳐 대면 활동이 줄어 들고 비대면 방식과 행동이 증가하였다는 점이다. 코로나19의 감염 위험이 대면접촉에 기인한다는 점을 고려하면 이러한 현상은 당연한 수순으로 보인다. 다만, 비대면 활동을 위한 창의적인 기술과 방식이 도입되고 있었다. 소위 ‘돌과구 탐색행동’은 가정과 직무 등 일상에서부터 여가와 종교 등 삶의 전 영역에 이르기까지 ‘최소 수준 대면방식’으로 나타나고 있었는데, 생존이나 건강 혹은 즐거움을 추구하는 동기 경향성(또는, 삶의 가치)이 전반적으로 마음을 지배하기 때문일 것이다. 사람들은 난관이 있더라도 ‘생존과 즐거움을 위하여 삶의 돌과구를 찾으려는 탐구행동’을 지속한다고 해석할 수 있으며, 앞에서 논의한 전화위복의 기회 찾기와 일맥상통한다.

다섯째, 연쇄적 결과는 팬데믹에 대한 심리적 경험 과정의 산물인데, 가치관과 행동양식의 변화를 반영하는 내용이 수집되었다. 결과를 보면, 인류와 세계 혹은 선진국가의 가치 판단 기준에서부터 개인적 건강과 일상의 소중함을 재인식하는 현상에 이르기까지 다양한 깊이의 가치체계가 변화하였음을 알려준다. 또한 여러 제약과 난관이 얽혀있는 현재의 문화양식과 코로나19 이후 대두할 문화양상에 대한 인식도 독특하고 유의미한 내용들이었다. 이러한 결과는 전술했던 창의적인 돌과구 모

색이라는 현상과 더불어 환경에 적응하는 진화론적 유기체의 전형적인 모습을 보여준다.

마지막으로 논의할 부분은 팬데믹 상황의 개인 경험을 조절 혹은 중개하는 심리적 특성의 영향이다. 이미 초기 분석의 틀에서 공동체책임의식 및 여가역량을 이 수준에서 고찰한 바 있으나, 분석 결과 추가적으로 다양한 심리 특성이 확인하였다. 현실적응경향이나 긍정심리자본의 하위 요인들이 비교적 명료하게 추가되었는데, 여가역량이나 현실적응력 등도 긍정심리의 하위 영역으로 해석할 수 있다. 사실 이미 Seligman(2004)(김인자 역, 2006)이 지적한 것처럼(6장), 낙관주의나 희망을 가질 때 난관을 극복할 용기가 생기는 것이고, 문제를 정확히 인식함으로써 현실에 적응하거나 돌과구를 모색할 수 있으며, 일상의 즐거움을 유지할 때 비로소 스스로 회복할 힘과 긍정적 미래를 만들어갈 수 있다는 점에서 긍정심리학의 논리와 본 연구의 결과는 일맥상통한다. 그리고 코로나19 팬데믹 상황의 위기 극복에서 시민정체성에 근거한 집단효능감의 효과를 검증한 이정원(2020)의 연구결과와도 일관적이다. 더불어 공동체책임의식의 중요성은 특히 사회적 난관이나 위기가 팽배할 때 호혜적 관계망이나 공동체 안전 및 규범에 대한 책임감의 영향을 통해 강조되었다는 점에서 공동체심리학의 패러다임(McMillan & Chavis, 1986; Nowell & Boyd, 2010; Sarason, 1974) 역시 본 연구를 논리적으로 지지하고 있다.

중심현상과 연쇄적 결과 범주의 세부 응답들은 개인(즉, 내면과 일상)이나 공동체(즉, 사회, 국가, 인류 등)의 현실에 대한 반응과 적응, 혹은 미래 전망에 대한 희망이나 기대 등으로 정리되었다. 이러한 해석은 곧 공동체책임의식과 긍정심리자본이 투영된 심리적/행동

적 현상이 경험의 핵심적 요소임을 알려준다. 나아가 긍정심리자본과 공동체 혹은 사회적 책임 등의 개념들이 연계적으로 개입되었음을 고려하면, 공동체심리학과 긍정심리학의 통합적 관점도 상상해볼 수 있다. 즉 이론적 수준에서, 코로나19 팬데믹이 야기한 심리적 경험 과정을 이해하고 설명하는 데 있어 공동체심리학과 긍정심리학의 개념 체계를 통합적으로 활용하는 것이 유용할 수 있다.

이러한 연구의 결과는 이론적으로나 실제적으로 의미 있는 시사점을 제공할 것이다. 첫째, 본 연구의 주요 결과로서 팬데믹 상황의 심리 현상을 구조와 과정의 체계로 정리하고 이론적으로 해석하였다는 점에서 심리학의 새로운 연구영역을 개척하는 데 직접적인 도움이 된다. 팬데믹 상황의 심리 현상을 체계적으로 이해하고 설명하는 이론적 틀이 미흡한 시점에서, 본 연구는 사회적 재난이나 팬데믹 등에 놓여있는 개인과 공동체의 심리적 문제를 학문적으로 다룰 수 있는 단초가 될 수 있다고 본다.

둘째, 개인의 심리적 특질로 관찰된 여가역량, 현실적응능력, 긍정심리자본, 공동체책임 의식 등이 팬데믹 극복에서 결정적인 역할을 할 수 있다는 결과로부터, 긍정심리와 공동체심리학의 여러 이론과 개념을 확대하여 활용할 수 있고, 나아가 이론적 발전 가능성을 기대할 수 있을 것이다. 가령 ‘그림2’의 개념 체계를 활용하여 ‘팬데믹의 심리적 경험과 극복’에 관한 이론적 모형을 구성하는 것이 가능할 것이다. 또한 지역공동체 구성원이 참여하는 호혜적 관계망을 통해 사회적 책임감과 긍정심리나 여가역량 증진을 위한 지방자치단체의 사회복지나 재할 프로그램을 기획할 수도 있다.

셋째, 본 연구의 질적 방법으로 수집하고 분석한 심리적 현상이나 개념을 중심으로 계량적 연구방법을 설계하고 적용하면, 새로운 연구와 마케팅 전략의 단초를 마련할 수 있다. 즉, 양적 연구를 통해 코로나19 팬데믹 상황의 심리적 경험이 지닌 변동성 수준을 진단할 수 있으며, 이를 통해 여가활동과 소비자 행동을 포함한 일상적인 라이프스타일의 변화를 체계적으로 진단하고 예측하는 게 가능할 것이다. 이러한 연구 방향이 여가행동이나 소비자 행동 및 마케팅 연구의 새로운 영역을 여는 단초가 될 수도 있다.

넷째, 본 연구의 분석 단계에서 연쇄적 결과 범주의 내용은 직접적으로 향후 소비자 시장의 새로운 영역의 대두 가능성을 조망하게 한다. 비대면, 개별여행과 개인 활동, 자연생태주의, 건강 중심, 온라인 기술문명 등은 사실 어느 정도 예상 가능한 미래 사회의 모습이지만, 본 연구에서는 이러한 장래가 멀지 않았음을 알려준다. 그러므로 본 연구 결과는 소비자행동이나 마케팅 연구만이 아니라 팬데믹 이후의 세상에 부합하는 실제적인 마케팅 전략이 필요하다는 것을 시사한다.

이러한 시사점에도 불구하고 본 연구는 몇 가지 중요한 한계를 가지고 있다.

첫째, 편의표집의 방법으로 모집한 제한된 수준의 응답자로부터 자료를 수집하고 분석하였다는 한계가 있다. 성별, 연령, 결혼여부 및 거주지 등을 고려하여 우리나라 성인으로부터 자료 포화의 기준을 적용하여 수집하였으나 여전히 응답 자료가 소위 팬데믹 상황의 심리적 경험과 결과를 충분히 포괄하고 있는지는 의문이다. 예컨대, 10대와 20대의 젊은 세대 및 60대 이상의 고령층, 팬데믹에 상대적으로 취약한 계층, 혹은 코로나 대책이나 정책 실

행의 실무를 담당하는 의료종사자 등의 심리적 경험을 본 연구의 결과가 포괄하지 못하고 있다는 비판이 가능할 것이다.

둘째, 사회적 거리두기 시책으로 인하여 심층적인 직접대면 대신 비대면으로 진행된 인터뷰 자료였기 때문에 응답자의 심층적인 의견을 다양하게 도출하는 데 부족함이 있었다. 서면과 온라인을 혼합하여 추가적인 보충 인터뷰를 진행하였으나, 대면 인터뷰 시 포착할 수 있는 비언어적인 표현을 분석에 포함할 수 없었다는 점 등은 자료 수집의 분명한 한계점이다.

셋째, 분석 결과의 이론적 해석에 있어서 미흡할 수 있음을 인정해야 한다. 예컨대, 자료 해석을 적용 행동 패턴에 초점을 둔 탓에, 사람들이 코로나 상황의 난관에 대한 부적응 상황을 포괄하지 못하는 측면이 있을 수 있다. 가령, 앞에서 언급한 ‘의도적 반추’의 경우, 일부 우울증 환자들에게는 부정적으로 작용하여 상태를 악화시킬 수 있음에도 이것의 긍정적 기능 측면만 강조하였을 수도 있다. 결과해석의 편향 가능성을 인정하여야 하지만, 이는 또한 제한된 자료의 한계일 수 있다. 또 중개변인으로 고려된 개인의 심리적 특성(즉, 공동체책임의식, 현실대처능력, 여가능력, 그리고 긍정심리) 부정적 정서반응의 강도(valence)를 완충하여(buffering), 긍정적 인지반응으로 이어질 수 있다고 해석하였지만, 이들 특성들이 심리적으로 어떻게 작동하는지를 충분히 설명하거나 추론할 수 있는 근거는 여전히 부족해 보인다. 특히 각 심리적 특성의 작동 가능성 역시 개인별로 다를 수 있음을 고려하여야 한다. 이런 거친 해석의 한계는 곧 향후 연구 주제가 될 수 있다.

넷째, 현재도 코로나19 팬데믹 사태는 지속

되고 있기 때문에, 가치관 및 행동양식의 변화가 기간 경과 이후 코로나 사태에 대한 적용 및 인식에 어떤 영향을 주고 있는지, 어떤 다른 변화양상을 유발하고 있는지는 여전히 추정하기 어렵다. 다시 말해, 팬데믹의 심리적 경험이나 연쇄적 결과가 장기적으로 시민의 삶과 문화에 미치는 영향은 여전히 현재 진행형이다. 물론 이러한 문제를 해결하기 위해서, 종단적 연구를 통해 팬데믹의 심리적/사회적 영향을 추적할 필요가 있을 것이다.

연구의 한계점을 바탕으로 다음의 추가 연구를 제안한다. 첫째 코로나19 상황에 부적응을 겪고 있는 사례를 포함하여, 중재적 조건인 개인 심리 특성의 구성요인을 추가적으로 검토할 필요가 있다. 개인의 심리적 특성은 코로나19 팬데믹의 심리적 영향을 조절하는 역할을 수행하므로 심리적 영향을 긍정적으로 강화하는 요인 외에도 부정적으로 강화하는 요인을 도출할 필요가 있다.

둘째, 연구 대상을 확대한 추가 연구를 통해, ‘팬데믹의 경험과 극복’에 관한 이론적인 모형을 재구성할 수 있다. 특히 본 연구의 주요 결과와 다른 방향으로, 팬데믹의 부적응 경험(즉, 극복실패이거나 무력감 학습)과 연쇄적 결과를 상상할 수 있다는 점에서 “부적응 영향요인”을 추가의 중개변인으로 설정한 이론적 모형 설정도 가능해 보인다.

셋째, 전술처럼 코로나19 팬데믹이 종식되지 않고 현 상황이 지속되고 있는 시점에서 연구 대상들의 코로나19 팬데믹에 대한 인식 변화가 이후 어떻게 발생했는지 종단적인 연구가 가능하다. 1차 연구 자료수집 이후 약 10개월이 지난 현재, 백신 개발 및 접종 등 팬데믹 종식과 관련된 다양한 이슈가 발생하였다. 이에 연구대상자들이 팬데믹에 대한

인식의 차이가 발생했는지, 만약 발생했다면 그 원인이 무엇인지에 대한 고찰이 가능할 것이다.

결론적으로 본 연구는 코로나19 팬데믹 상황에 대처하고 적응하는 개인들의 심리적 현상을 체계적으로 탐구하고, 심리적 개념을 중심으로 이를 정리하였다는 점에서 향후 팬데믹 대응 전략을 모색하는 데 필요한 기초 연구가 되었다고 본다. 팬데믹 상황의 심리적 현상에 대한 개념적 틀을 설정하는 것이 현실 진단과 처방이라는 측면에서 시의적절할 뿐 아니라, 긍정심리학이나 공동체심리학의 실제적 가치를 확인하였다는 점에서 심리학의 여러 이론과 개념이 현실의 문제를 해결하는 데 어떻게 유용할 수 있는지를 보여주는 연구 사례가 될 것이다. 후속의 더 면밀하고 효율적인 연구를 기대한다.

### 참고문헌

- 고동우 (2020). 코로나19의 제약을 견디는 사람들: 공동체 의식, 사회적 책임의식 및 자기오락화 역량을 중심으로. *한국심리학회지: 소비자·광고*, 21(3), 399-424.
- 김옥현 (2020). COVID-19 시대, 외식 소비자의 건강신념이 예방행동 의도에 미치는 영향: 건강신념모델 적용. *관광연구저널*, 34(12), 169-185.
- 김진희 (2021.03.31). '코로나 우울'에 심리방역...성동구 '텃밭가꾸기 키트' 지원. 뉴스 1. <https://www.news1.kr/articles/?4258897>.
- 박상미 (2020). 코로나바이러스감염증-19 대유행이 정신건강에 미치는 영향. *보건교육건강증진학회지*, 37(5), 83-91.
- 오인근 (2020.11.23). 괴산군 보건소 해내리 조기적응 프로그램 실시. *대전일보*.  
[http://www.daejeonilbo.com/news/newsitem.asp?pk\\_no=1448435](http://www.daejeonilbo.com/news/newsitem.asp?pk_no=1448435)
- 유기웅, 정종원, 김영석, 김한별 (2012). *질적연구방법의 이해*. 서울: 박영스토리.
- 윤홍식 (2020). 코로나19, 성공한 방역과 실패한 고용·복지. *월간복지동향*, 259, 30-35.
- 이권호 (2020). COVID-19 장기화가 지역 대기질에 미친 영향 분석. *한국대기환경학회 학술대회논문집*, 94-94.
- 이동훈, 김예진, 이덕희, 황희훈, 남슬기, 김지윤 (2020). 코로나바이러스 감염에 대한 일반대중의 두려움과 심리, 사회적 경험 이 우울, 불안에 미치는 영향. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 32(4), 2119-2156.
- 이동훈, 김지윤, 강현숙 (2016). 메르스 감염에 대해 일반대중이 경험한 두려움과 정서적 디스트레스에 관한 탐색적 연구. *한국심리학회지: 일반*, 35(2), 355-383.
- 이미지 (2020.07.09). 코로나만큼 무서운 '코로나 블루'. *동아일보*.  
<https://www.donga.com/news/article/all/20200709/101884332/1>
- 이무열 (2021.03.31). 대구지역 학생들 코로나19 피해 잘 극복. *뉴스시스*.  
[https://newsis.com/view/?id=NISX20210331\\_0001389721&cID=10810&pID=10800](https://newsis.com/view/?id=NISX20210331_0001389721&cID=10810&pID=10800).
- 이정원 (2020). 코로나19 위기 극복 및 변화적응 행동 영향요인 연구: 대학생의 시민정체성, 집단효능감, 조직지원인식의 역할. *한국생산성학회 생산성논집*, 34(4), 283-307.
- 이주일, 김태웅, 김필현, 이한송 (2020). 활동적인 노인의 일상적 활동 참여가 시민참여

- 행동에 미치는 영향: 소공동체 응집성의 매개효과와 소공동체 이기주의의 조절효과. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 26(2), 47-68.
- 정수인, 안현의 (2019). 한국판 성인용 놀이성 척도의 타당화. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 25(4), 353-375.
- 정신의학신문 (2020). 가족갈등, 코로나 '집콕'이 가져온 또 다른 일상의 문제. 2020.08.19자.
- 조영경, 박완주 (2020). 코로나-19 상황에서의 심리적 수용과 의도적 반추의 매개효과. *한국자료분석학회*, 22(5), 1959-1976.
- 최영진 (2020). 환동해의 범유행 감염병, 대응 조치와 시스템 위험 및 감염재난 협력체계 구축: 코로나19의 사례를 중심으로. *아시아연구*, 23(4), 1-22.
- 최영현, 이규혜 (2020). 팬데믹 상황에서의 패션제품에 대한 소비자의 인식 변화 분석-코로나19확산의 영향. *복식문화학회*, 28(3), 285-298.
- 한겨레 (2020). 코로나가 드러낸 영국의 사회적 돌봄 문제. 2020.08.09자.
- 한지민, 최훈석 (2021). 코로나19 대유행 시기에 집단주의 성향과 사회적 거리두기 행동 간의 관계: 사회적 거리두기에 관한 주관적 규범의 매개효과. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 27(3), 217-236.
- Bhuiyan, A. I., Sakib, N., Pakpour, A. H., Griffiths, M. D., & Mamun, M. A. (2020). COVID-19-related suicides in Bangladesh due to lockdown and economic factors: case study evidence from media reports. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-6. *Journal of Affective Disorders: Special Issue on Corona Virus* (2020). <http://ps3.www.sciencedirect.com.libproxy.daegu.ac.kr/journal/journal-of-affective-disorders/special-issue/10CH804TXSN>
- Luthans, F., Avolio, B., Avey, J. B., & Norman, S. M. (2007). Positive Psychological capital: Measurement and relationship with performance and job satisfaction. *Personnel Psychology*, 60, 541-572
- Luthans, F., & Youssef, C. M. (2007). Emerging Positive organizational behavior. *Journal of Management*, 33(3), 321-349.
- Luthans, F, Luthans, K. W., & Luthans, B. C. (2004). Positive psychological capital: Beyond human and social capital. *Business Horizons*, 47(1), 45-50.
- Magnuson, C. D., & Barnett, L. A. (2013). The playful advantage: How playfulness enhances coping with stress. *Leisure Sciences*, 35(2), 129-144.
- McMillan, D. W., & Chavis, D. M. (1986). Sense of Community: A definition and theory. *Journal of Community Psychology*, 14(1), 6-23.
- Nabity-Grover, T., Cheung, C. M., & Thatcher, J. B. (2020). Inside out and outside in: How the COVID-19 pandemic affects self-disclosure on social media. *International journal of information management*, 55, Article 102188.
- Na, J., Kim, N., Suk, H. W., Choi, E., Choi, J. A., Kim, J. H., ... & Choi, I. (2021). Individualism-collectivism during the COVID-19 pandemic: A field study testing the pathogen stress hypothesis of individualism-collectivism in Korea. *Personality and Individual Differences*, 183, Article 111127.



- Nowell, B., & Boyd, N. (2010). Viewing Community as Responsibility as Well as Resource: Deconstructing the theoretical roots of psychological sense of community. *Journal of Community Psychology*, 38(7), 828-841.
- Sarason, S. B. (1974). *The Psychological Sense of Community: Prospects for a community psychology*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Seligman, M. E. P. (2002). Positive Psychology, Positive Prevention, and Positive Therapy. In C. R. Snyder, and S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology, vol.1*, New York, Wiley, 3-9.
- Seligman, M. E. P. (2004). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. [김인자(역) (2006). 긍정심리학. 물푸레]
- Seligman, M. E., Rashid, T., & Parks, A. C. (2006). Positive psychotherapy. *American Psychologist*, 61(8), 774-788.
- Strauss, A. L., & Corbin, J. M. (1998). *Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory. 2nd ed.* [신경림(역) (2001). 근거이론의 단계. 서울: 현문사].
- Thu, T. P. B., Ngoc, P. N. H., & Hai, N. M. (2020). Effect of the social distancing measures on the spread of COVID-19 in 10 highly infected countries. *Science of the Total Environment*, 742, Article 140430.
- 논문 투고일 : 2021. 07. 26  
1 차 심사일 : 2021. 08. 03  
2 차 심사일 : 2021. 09. 09  
게재 확정일 : 2021. 10. 12

## A Structural Framework on Psychological Adaptation and Sequential Changes during the COVID-19 Pandemic

Dong-Woo Ko

Hyun-Sook Seo

Department of Hotel & Tourism Management, Daegu University

This qualitative study aimed to develop a structural framework that explains the process of psychological adaptation and sequential changes being perceived by Korean people under the COVID-19 Pandemic past year. Setting a tentative analysis frame induced from antecedent literatures about psychological phenomena during the COVID-19 pandemic, the qualitative data were collected from 6 Korean adults by semi structured individual interviews. For the data, content analysis applied from the grounded theory were performed. As a result, the initial framework was extended and revised to describe the psychological phenomena under the pandemic. This paradigm structure includes the process of ‘causal factors  $\Rightarrow$  psychological main phenomena  $\Rightarrow$  sequential results’ being intervened by personal contextual situations and psychological characteristics, as moderators. The category of causal factors were the COVID-19 pandemic, relevant critical incidents, and social distancing policy. The main phenomena reflected either positive, negative, or complicated experiences. The sequential psychological results included transformation of cognitive system or behavior patterns. Various variables such as psychological sense of community and social responsibility, psychological capability for leisure, and positive psychological capital were found out as moderating factors. In discussion and conclusion, theoretical/practical implications of the results and direction to study in the future were suggested.

*Key words* : COVID-19 pandemic, Structural framework, Paradigm structure, Psychological adaptation and sequential changes under pandemic, Content analysis, Qualitative study, etc

[부 록] 개방 코딩(open coding)의 결과

[부록 1] 원인적 조건과 맥락 조건

패러다임	상위범주	하위범주	세부범주	개념화
원인적 조건	코로나19 팬데믹 인식	팬데믹 간접경험	매체를 통한 상황 우려와 공포	- 중국의 정보통제와 코로나19 피해 가능성의 불안감 - 많은 사람들의 죽음으로부터 느낀 공포 - 메르스 등과 같이 전염병을 쉽게 극복할 것이라는 안일함
			불안/심리적 제약 유발/ 거주지 확진 확산	- 대구 신천지 사태로 대규모 확진 발생, 불안감 고조 - 광복절 이후 재확산 이슈로 생활 제약(수도권 거주) - 거주지의 확진자 급증으로 주변인 확진 불안(대구 거주)
		팬데믹 직접경험	불신/위기 유발 결정적 사건	- 지인의 확진/희생으로 인한 의료시스템 불신, 위기
맥락 조건	개인적 상황	직업적 특성	직무/소득 안정성	- 바쁜 직장생활로 코로나19에 대한 불안감 해소 - 안정적인 직업과 자산의 중요성 인식
		가족 특성	가족관계성	- 코로나 이후 자녀의 교류활동 감소에 대한 아쉬움 - 자녀와 함께 하는 활동 시 사람이 모이는 곳을 꺼리게 됨

(부록 2) 중심현상 I (심리적 경험: 반응)

패러다임	상위범주	하위범주	세부범주	개념화
중심 현상 I	심리적 경험 (반응)	감정반응 (부정)	대상에 대한 감정	<ul style="list-style-type: none"> <li>- (정부 방역지침 비협조 세력인 기성세대 기독교인에 대한) 답답함</li> <li>- (규칙을 준수하지 않은 사람들로 인해 악화된 상황에 대한) 실망과 분노</li> <li>- (정부 방역 대처에 대한 정치권 대응에 대한) 실망</li> <li>- (방역에 비협조적인 종교(신천지)에 대한) 실망감</li> <li>- (정부 지침을 준수하지 않는 사람들에 대한) 분노</li> <li>- (대규모 감염 사태를 일으킨 종교인 비협조에 대한) 혐오감</li> </ul>
			상황에 대한 감정	<ul style="list-style-type: none"> <li>- (팬데믹 확산과 장기화로 인한) 당황</li> <li>- (팬데믹 상황 지속에 대한) 실망과 무력감</li> <li>- (규칙 준수에도 불구하고 전염되는 것에 대한) 분노</li> <li>- (코로나로 인한 감정적 변화로 인한) 우울감</li> <li>- (코로나 지속으로 인한) 피로감 증가</li> <li>- (완벽한 방역과 코로나 종식 불가능에 대한) 허탈함, 짜증</li> <li>- (지속되는 코로나 상황으로 인한) 불안감</li> <li>- (교사 불신 상황에 대한) 실망감</li> </ul>
			일상에 대한 자성	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 일상의 소중함 인식</li> <li>- 코로나19를 특이한 사건이라 인식하며, 일상의 한 부분이므로 특별하게 생각하지 않으려 노력</li> </ul>
			가정문제 평가	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 가사노동의 증가로 인한 어려움(스트레스) 지각</li> <li>- 가족 간의 소통 정체 혹은 감소 지각</li> </ul>
		인지반응 (긍정/ 부정)	사회수준 판단	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 공동체 중심의 집단주의 문화로 인해 사회적 거리두기 지켜지지 않음</li> <li>- 교사라는 직업에 대한 불편한 사회적 편견의 압박감</li> <li>- 공동체가 함께 극복하는데 노력한 것에 대한 자부심</li> </ul>
			방역 대책과 시스템에 대한 평가	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 방역에 대처하는 지방자치단체장 능력에 대한 실망감</li> <li>- 정부의 방역대처 능력에 대한 자부심</li> <li>- 위기 상황에서 발 빠른 대처에 대한 자부심</li> <li>- 허술한 의료시스템에 대한 냉철한 진단과 분노</li> </ul>

(부록 3) 중심현상II(심리적 경험: 행위/상호작용)

패러다임	상위범주	하위범주	세부범주	개념화
중심 현상 II	심리적 경험 (행위/ 상호 작용)	대면 활동 감소	일상/ 소비생활	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 외부활동(이동) 감소</li> <li>- 코로나19 발생으로 인한 일상생활 중단(근로, 교육 등)</li> <li>- 사람이 많은 곳을 꺼리게 되어 소비활동 축소(대형 쇼핑몰 방문 자제)</li> <li>- 대형마트 및 시장 구매 횟수 감소</li> <li>- 외식하지 않아도 밀키트로 외식하는 느낌 등</li> </ul>
			여가활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 코로나로 인한 친척교류 감소</li> <li>- 코로나로 인한 지인 교류 감소</li> <li>- 해외여행 등 여행활동 감소</li> <li>- 코로나로 인한 여행, 스포츠 등 외부 여가활동 축소</li> <li>- 코로나로 인한 평소 여가활동(노래방 가기) 제한</li> </ul>
		비대면 활동 증가	일상/ 소비생활	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 인터넷 쇼핑 증가/품목 변화(의류 추가)</li> <li>- 외식 자제, 집밥 먹기</li> <li>- 외식비 감소, 식재료 구입비 증가</li> <li>- 마스크 생활화</li> <li>- 집안에서 할 수 있는 활동 찾기(청소, 식사)</li> <li>- 건강관리 및 감염 차단을 위해 위생관리활동 증가</li> </ul>
			여가활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 건강유지를 위한 지속적인 운동(실내운동)</li> <li>- 당일치기 나들이 대체</li> <li>- 영화관람 활동 수단의 변화(오프라인-&gt; 온라인)</li> <li>- 영상매체(OTT) 시청 증가</li> <li>- 종교활동 형태 변화(대면-&gt; 온라인)</li> <li>- 자연친화적 장소로 캠핑</li> <li>- 비대면으로 가능한 여가활동만 지속</li> <li>- 사람이 없는 국내 관광지 찾아가기</li> <li>- 아웃도어 활동(캠핑)으로 새로운 여가활동 시작</li> <li>- 실내에서 할 수 있는 책 읽기, 음악듣기 증가</li> </ul>

(부록 4) 중재적 조건: 개인 심리특성

패러다임	상위범주	하위범주	세부범주	개념화
중재적 조건	개인 심리 특성	공동체 책임의식	공동체 중요성	- 공동체중시 문화가치를 바탕으로 정부 지침 준수함 - 자기 자신보다 공동체의 가치를 중요시함
			타인배려 성향	- 타인을 배려하는 마음의 중요성 인식 - 개인의 이기적인 태도에 대한 분노
			규칙준수 경향	- 일상 안전을 위해 정부지침 준수와 개인의 방역 의식 제고 - 정부 방역수칙 준수를 통해 안전한 일상 조성 가능 - 방역수칙의 범위 내에서 외부활동 준수
			사회적 책임감과 시민의식	- 팬데믹 상황 재도래 시 중요한 것은 사회적 책 임감과 시민의식 - 타인 배려와 책임감의 필요성 인식
			문제해결 책임감과 방역의식	- 코로나19로 인한 일상생활 중단을 해결하기 위 한 개인의 책임감과 방역의식 중요성 - 팬데믹 대응을 위한 책임감과 개인의 방역의식 중요
			상황대처 성향	현실적응 경향성
		여가역량		- 건강한 여가활동의 중요성 인식 - 즐거운 것을 상상하는 경향
		긍정 심리상태 (심리적 자본)		자기효능감
			회복탄력성	- 현재 상황에서의 꾸준한 활동과 긍정적 태도 - 정상적인 생활을 영위하고자하는 태도 - 제약 상황에서 최대한 노력하려는 의지
			희망/낙관주의	- 긍정적인 태도와 마음가짐 - 수용적이고 유연한 태도

(부록 5) 연쇄적 결과: 가치관/행동양식 변화

패러다임	상위범주	하위범주	세부범주	개념화
연쇄적 결과	가치관/ 행동양식 변화	가치관 변화	세계관 변화	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 국가관(선진국의 기준)의 변화</li> <li>- 인간관과 세계관이 흔들리고 있음</li> <li>- 기후변화, 에너지, 기본 소득 등 거대 담론에 대한 관심과 공감대 확산</li> <li>- 온라인 기술 발전으로 세계의 문화통합 가능성 (각각의 개성보다는 하나의 유행을 따르게 될 것)</li> </ul>
			인간관 변화	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 자기고찰 계기(나에 대해 생각할 계기)</li> <li>- 건강에 대한 관심 증가, 건강관리 필요성 인식</li> <li>- 경제력이 곧 안정을 의미함(경제력에 대한 의미 변화)</li> <li>- 자연교류의 중요성 인식</li> <li>- 일상 행복의 중요성 인식</li> </ul>
			생활양식에 대한 평가/전망	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 코로나19로 개인주의 심화와 세대간 갈등 증가</li> <li>- 비대면 교류(교육, 모임 등) 증가</li> <li>- 코로나19로 온라인 서비스 발달하여 근로방식 변화(재택근무 일상화)</li> <li>- 온라인을 바탕으로 한 비대면 교육으로 변화</li> <li>- 뉴노멀 라이프스타일의 등장(생각하지도 않았던 일들이 실제로 일어날 것으로 예상)</li> <li>- 기계에 의존하는 비대면 사회 현실화</li> <li>- 코로나를 통해, 노하우와 창의적인 아이디어 생성</li> </ul>
			문화현상 인식	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 온라인 소비의 증가 및 소비채널 변화</li> <li>- 물류 및 유통관련 수요가 증가할 것</li> <li>- 개인 맞춤형 여행 증가(작은 패키지, 자유여행 일 반화)</li> </ul>
			종교적 태도변화	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 기독교 집단에 대한 태도 변화 (무조건적 지지 -&gt; 자기 판단의 필요성)</li> </ul>
		코로나19 종식 기대	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 백신/치료제 개발에 대한 기대</li> <li>- 일상 회복에 대한 희망</li> <li>- 코로나 종료 후 종교 활동에 대한 기대</li> </ul>	