The Journal of the Convergence on Culture Technology (JCCT)
Vol. 6, No. 3, pp.75-82, August 31, 2020. pISSN 2384-0358, eISSN 2384-0366

http://dx.doi.org/10.17703/JCCT.2020.6.3.75
JCCT 2018-8-9

코로나 19상황에서 대학신입생들의 자아탄력성 정도에 따른 우울감과 심리적 정서의 차이

Differences in depression and psychological emotions according to the degree of self-elasticity of college freshmen in COVID-19

양혜진

Hye-Jin Yang*

요 약 본 연구는 코로나 19상황에서 대학신입생들의 자아탄력성 정도에 따른 우울감과 심리적 정서 차이를 파악하기 위해 시도되었다. 2020년 4월 6일부터 13일까지 온라인을 통해 설문조사를 실시하였으며, 불충분한 설문을 제외하고 총 220부의 설문자료를 활용하여 결과를 분석하였다. 분석결과, 자아탄력성이 평균미만인 경우가 평균이상인 경우에 비해 신입생들의 우울감 뿐 아니라 코로나 19로 인한 심리적 정서인 불안, 초조, 답답함, 무기력, 분노, 두려움, 혼란, 불신 등 모든 정서에 있어서 통계적으로 유의미하게 더 높은 것을 알 수 있었다. 이러한 결과를 바탕으로 재학생들의 심리적 안정과 정신적 건강을 회복하고 유지할 수 있도록 돕기 위한 대학의 역할과 대처 방안을 몇 가지 제안하였다.

주요어 : 코로나 19, 자아탄력성, 우울감, 심리적 정서

Abstract This study was attempted to identify differences in depression and psychological emotions according to the degree of self-elasticity of college freshmen in COVID-19. The survey was conducted online from April 6 to 13, 2020, and the results were analyzed using a total of 220 copies of the survey data, excluding insufficient surveys. As a result of the analysis, compared to the case where the self-elasticity is below average, the psychological emotion caused by COVID-19 as well as the depression of new students is statistically significant in all emotions such as anxiety, irritability, helplessness, anger, fear, confusion, and distrust. It was found to be higher. Based on these results, several roles and coping strategies were suggested to help students recover and maintain their psychological stability and mental health.

Key words : COVID-19, self-elasticity, depression, psycological emotion

Ⅰ. 서 론

2019년 중국 우한에서 발생한 코로나바이러스 감염증-19(COVID-19)[1]는 우리나라 뿐 아니라 전세계를 공포의 도가니로 몰아넣었다. 2020년 1월 20일 국내 첫 확진자가 보고된 이후, 지속적인 확진자 증가에 따라 뉴스, 인터넷 포털 사이트 등에서 실시간 검색어 상위에 오르는 현상이 지속되고, 안전 안내 문자가 일상이 되었다. 중앙방역대책본부는 현재 일부 지역과 특정 종교를 중심으로 지역사회 전파가 확인되는 상황이라고

*정회원, 대전대학교 사회복지학과 부교수
접수일: 2020년 06월 12일, 수정완료일: 2020년 07월 03일
게재확정일:2020년 07월 24일
Received: June 12, 2020/ Revised:July 03, 2020
Accepted:July 24, 2020
*Corresponding Author: hjyang@dju.kr
Dept. of Social Welfare, Daejeon Univ, Korea

1) 코로나바이러스 감염증-19(COVID-19)에 대한 이후 표기는 코로나 19로 줄여 기술하기로 한다.

밝히고, 정부는 2월 23일 신종 코로나 19와 관련해 위기단계를 최고수준의 '심각'으로 격상했다. '심각'단계 발령은 2009년 신종 인플루엔자 이후 처음이다[1]. 코로나 19의 지역 확산은 마스크와 손 소독제의 품귀현상, 접촉자 방문지역 폐쇄, 공장 가동 멈춤, 다중이용시설 방문 자제 등 우리 사회에 매우 큰 변화를 주고 있다.

2015년 중동호흡기증후군(MERS) 신종전염병을 치르는 과정에서 우리 국민들은 정부의 부실한 초기 대응으로 인한 집단 트라우마 상황을 경험하게 되는 등 심리적인 영향으로 과도한 두려움 즉 강박증 현상으로 나타나기도 한다는 연구[1]가 있었다. 2020년 3월 경기도민 59%가 코로나 19로 우울감을 느끼고, 여성·노년층은 70%를 상회하고 있어 경기도가 도민들의 정서적 소통을 돕기 위해 지난 2월 9일부터 도민의 심리치료 지원을 위한 '재난심리지원단'을 가동하고 있다고 보도하였다. 또 도민들의 심리적 안정과 기분 전환을 돕고자 집에서도 즐길 수 있는 문화·예술·취미 영상 콘텐츠를 지난 12일부터 도청 유튜브 채널을 통해 제공하고 있다고 밝혔다는 보도 내용[2]도 있다. 또한 교육부가 코로나 19와 관련하여 3차례 개학을 연기한다는 공식적 입장을 발표하면서 '일주일짜리 정책'과 '일주일 후에 뵙겠다는 교육부', '찔끔찔끔 개학 연기에 지치는 현장'의 목소리[3]와 대입 일정 2주 연기 뿐 아니라 수능도 연기되는 초유의 사태를 담은 기사들로 연일 교육현장의 혼란과 다양하고 광범위한 대응 방안 모색이 필요하다는 입장을 발표하고 있다[4]. 이는 초・중・고 뿐만 아니라 대학도 마찬가지다. 교육부의 코로나 19 대응 발표와 보건복지부의 생활 속 거리두기 지침 등이 변경됨에 따라 학생들의 온라인 개학 1학기 지속, 실험・실습 교과목에 제한된 일부 대면수업 진행 또는 산학협력을 통해 리빙랩으로 진행되는 현장 연계 수업의 경우 현장의 입장에 따라 일부 실습수업을 진행하는 등 학생들의 수업의 질 제고뿐 아니라 심리적・사회적 well-being에 관심을 가지고 지원해야 하는 상황이다.

이에 본 연구에서는 코로나 19로 사회적 안전과 협력이 필요한 시기적 현상을 반영하여 대학에 입학은 하였지만, 실질적으로 캠퍼스 생활을 전혀 경험하지 못하고 사회적 거리두기에 동참하고 있는 신입생들을 대상으로 그들이 경험하는 코로나 19로 인한 심리적 well-being 수준을 점검하고, 이들의 자아탄력성 정도에 따라 팬데믹으로 발표된 코로나 19 상황에서 대학생들의 정서적 건강성 확보 방안을 제안해 보고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 자아탄력성

Jung과 Kim[5]은 자아탄력성에 대한 개념을 분석하면서 자아탄력성이란 삶의 다양한 변화와 도전에서 신체적・심리적・사회적 well-being을 포함하는 개인의 적응능력을 위해 대처하는 개별화되고, 통합된 개인의 자원이자 능력이라고 정의했다. 또한 자아탄력성의 속성들은 서로 유기적인 관계를 이루고 있는데, 삶의 변화나 도전에 대처하기 위해 개인의 자원과 능력을 통합하는 과정에서 타인과 구별되는 개별화된 속성이 두드러지게 되며, 이런 유기적이고 순환적인 흐름의 반복은 결국 바람직한 결과를 이끌기 위한 과정 속에서 나타나게 된다고 설명한다.

1960년대 Block에 의해 처음 기술된 자아탄력성의 개념이 심리학, 교육학, 사회학에서 주로 사용되면서 스트레스 상황이나 역경 하에서 자아통제력을 발휘하여 행동이나 정서적 문제를 보이지 않고 건강하게 적응하는 심리적 특성으로 소개되었다.

2. 자아탄력성, 우울, 심리적 정서와의 관계

발달적 관점에서 보면, 대학생은 청소년기에서 성인기로 넘어가는 인생의 전환기로, 정체성을 확립하고 의존과 독립의 균형을 맞추며 자율성과 그에 따른 책임을 지는 등 복잡한 심리사회적 위기를 경험하면서 우울에 직면하게 된다고 한다[6]. 우리나라 우울장애 유병률 중 대학생이 속해 있는 20대가 8.2%로 2위를 차지한다는 통계청(2015)의 보고도 있다. 특히 사회적 관계를 맺고 서로가 서로에게 크고 작은 영향을 주고받는 환경 속에서 자신이 진심으로 의지할 수 있는 친근한 대상이 없다고 느끼는 상황에 접하게 되면 우울증에 더 쉽게 빠지게 된다[7]. 지금과 같은 코로나 19 상황에서는 사회적 관계를 맺을 수 있는 상황과 여건이 차단되고 공동체적 행동의 중요성이 강조되면서, 사람들이 겪는 심리적 정서는 결코 긍정적이기 어렵다.

자아탄력성과 우울 그리고 심리적 정서와의 관계를 나타내는 연구들을 살펴보면, 자아탄력성이 높은 대학생은 높은 스트레스 상황이나 우울과 같은 심리적 갈등

속에서도 적절한 자아통제력을 발휘하게 될 수 있다고 한다[8]. 또, 자아탄력성이 높은 장병들은 스트레스 상황에서 희망, 낙관성과 같은 긍정감정을 잘 활용하며, 삶의 의미를 끊임없이 찾고 지각함으로써 군 생활 내에서 의미를 갖고 적응해 나간다는 보고도 있다[9]. 뿐만 아니라 재난관련 특성에 따른 자아탄력성과 재난관련 스트레스 비교 연구에서는 재난 피해경험이 있는 대상이 재난대비를 더 잘하는 것으로 나타났으며, 자아탄력성이 높은 것으로 나타났다[10]. 재난 인식과 관련 연구에서도 간호학생들의 재난 간호 대비 대응역량을 함양시키기 위해서는 자아탄력성 부분에 초점을 맞춘 재난관련 긍정적이고 적극적인 태도와 재난관련 다양한 교육을 통하여 경험할 수 있는 융합적 실습교육과 재난간호 교육프로그램 개발이 필요하다고 주장한다[11]. 이상의 연구 결과들을 종합해 보면, 자아탄력성은 삶의 다양한 변화와 도전에서 개인의 적응능력을 위해 대처하는 개별화되고, 통합된 개인의 자원이자 능력이라는 Jung과 Kim[5]의 정의와 같은 맥락으로 우리의 일상적 스트레스뿐 아니라 재난상황에서도 각 개인의 심리적 정서에 중요한 영향력을 행사한다고 할 수 있다.

III. 연구방법

1. 연구대상 및 자료수집 방법

본 연구의 대상자는 A지역에 소재한 대학의 신입생 중 동일한 1학년 교양교과를 수강하고, 기숙사에 입사하기로 예정되어 있던 학생들로 제한하였다. 연구자는 본 연구의 목적과 취지를 설명하고 연구에 참여하겠다는 동의를 받은 후 설문을 실시하였다. 설문지는 대상자가 직접 기입하게 하였으며, 코로나 19의 상황에 따라 온라인으로 진행되었다. 자료수집 기간은 2020년 4월 6일부터 13일까지 였으며, 총 266명의 학생에게 설문을 배포하였다. 수거된 설문지 229부 중 불충분한 응답지 9부를 제외하고 220부만 최종분석에 활용하였다.

2. 측정도구

우울감

본 척도는 전겸구, 최상진 그리고 양병창(2001)이 개발한 통합적 한국판 역학연구를 위한 우울척도(the Center for Epidemiologic Studies Edpression scale: CES-D)를 국립정신건강센터에서 배포한 내용을 가지고 사용하였다[12]. 총 20개의 문항으로 이루어진 본 연구는 0점(거의 드물게)에서 3점(대부분)의 4점 척도로 이루어진 척도로 신체저하, 긍정적 요인, 대인관계, 우울정서의 4개 하위요인으로 구성되어 있다. 전체 점수를 합하여 총점이 16~20점인 경우 경미한 우울, 21-24점은 중한 우울, 25-60점은 심한우울로 해석한다. 본 연구에서 내적 신뢰도인 Cronbach's α 값은 .884였다.

자아탄력성

본 척도는 Block과 Kremen(1996)이 개발한 자아탄력성 척도(Ego-Resiliency Scale: ER)를 국내에서 유성경과 심혜원(2002)이 번안한 문항에 기초하였다[7]. 총 14개 문항으로 연구 대상자는 1점(전혀 그렇지 않다)에서 4점(매우 그렇다)의 4점 척도 상에서 응답하도록 구성되어 있다. 본 연구에서 내적 신뢰도인 Cronbach's α 값은 .794였다.

심리적 정서

본 척도는 경기도가 여론조사기관인 케이스탯리서치에 의뢰해 코로나 19로 인한 우울감 및 우울감을 느끼게 되는 요인을 파악한 결과 보고에 기초하였다[2]. 코로나 19로 인한 심리적 정서로 불안, 초조, 답답함, 무기력, 분노, 두려움, 혼란, 불신 등 총 8개의 항목으로 0점(전혀 느끼지 않는다)에서 10점(최고조로 느낀다)의 10점 척도 상에서 응답하도록 구성하였다. 본 연구에서 내적 신뢰도인 Cronbach's α 값은 .903이었다.

3. 자료분석 방법

수집된 자료는 SPSS/WIN 25.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 그 자세한 내용은 다음과 같다.

1) 대상자의 일반적 특성과 우울감, 코로나 19로 인한 심리적 정서 그리고 자아탄력성 수준은 빈도와 백분율, 평균과 표준편차를 통해 제시하였다.

2) 대상자의 성별과 자아탄력성 정도에 따른 우울감, 코로나 19로 인한 심리적 정서는 t-test 를 이용하여 분석하였다.

3) 대상자의 우울감, 코로나 19로 인한 심리적 정서, 자아탄력성의 상관관계는 피어슨상관관계(Pearson's correlation coefficient)를 실시하였다.

Ⅳ. 연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

본 연구 대상자의 일반적 특성은 표 1과 같다.

표 1. 대상자의 일반적 특성
Table 1. General Characteristics of Subjects (N=220)

구분	항목	N(%)
성별	남자	118(53.6)
	여자	102(46.4)
전공	융복합대학	1(.5)
	H-LAC	19(8.6)
	디자인.아트대학	22(10.0)
	사회과학대학	30(13.6)
	경영대학	44(20.0)
	공과대학	51(23.2)
	보건의료과학대학	40(18.2)
	한의과대학	13(5.9)
거주지역	서울	10(4.5)
	경기	43(19.5)
	인천	11(5.0)
	강원	20(9.1)
	충북	17(7.7)
	세종	4(1.8)
	충남	42(19.1)
	대전	4(1.8)
	대구	2(.9)
	경북	18(8.2)
	전북	13(5.9)
	광주	4(1.8)
	경남	10(4.5)
	울산	2(.9)
	부산	2(.9)
	전남	10(4.5)
	제주	8(3.6)

대상자의 성별을 살펴보면 남자가 53.6%(118명), 여자가 46.4%(102명) 응답하였다. 대상자의 전공은 공과대학 신입생이 가장 많았고(23.2%, 51명), 다음은 경영대학 (20.0%, 44명), 보건의료과학대학(18.2%, 40명), 사회과학대학(13.6%, 30명) 등의 순이었다. 거주지역은 경기도가 가장 많은 19.5%(43명), 이와 비슷하게 충남이 19.1%(42명)이었다. 다음은 강원 9.1%(20명), 경북 8.2%(18명), 충북7.7%(17명)의 순이었다.

2. 대상자의 우울감, 코로나 19로 인한 심리적 정서 및 자아탄력성 정도

본 연구 대상자의 우울감, 코로나 19로 인한 심리적 정서 및 자아탄력성 정도는 표 2와 같다. 대상자의 우울감은 63.2%(139명)가 정상범주이었고, 코로나 19로 인해 36.8%(81명)은 경미한 우울 14.5%(32명), 중한우울 12.3%(27명), 심한우울 10.0%(22명) 상태인 것으로 나타나 앞의 20대의 우울장애 유병률에 대한 통계청 발표와 비슷한 결과를 보이고 있음을 확인할 수 있다.

코로나 19로 인한 심리적 정서와 자아탄력성 정도를 살펴보면, 코로나 19로 인한 심리적 정서의 평균은 답답함이 가장 높은 5.00±2.94, 무기력 3.87±2.97, 불안 3.05±2.58, 분노 2.44±2.68의 순으로 나타났다. 이러한 결과는 10점 만점의 체감 수준 측정치로 보통 이하의 수준임을 알 수 있다. 자아탄력성의 평균은 2.86±.40으로 보통이상의 수준이라고 볼 수 있다.

표 2. 대상자의 우울감, 심리적 정서 및 자아탄력성 정도
Table 2. Mean of study Variables (N=220)

구분		N(%) / Mean±SD
우울감	정상	139(63.2)
	경미한우울	32(14.5)
	중한우울	27(12.3)
	심한우울	22(10.0)
심리적 정서	불안	3.05±2.58
	초조	2.38±2.45
	답답함	5.00±2.94
	무기력	3.87±2.97
	분노	2.44±2.68
	두려움	2.18±2.47
	혼란	2.32±2.55
	불신	1.61±2.31
자아탄력성		2.86±.40

3. 성별 및 자아탄력성 정도에 따른 우울감, 코로나 19로 인한 심리적 정서의 차이

대상자의 성별과 자아탄력성 정도에 따른 우울감과 코로나 19로 인한 심리적 정서의 차이검증 결과는 표 3과 같다. 우울감은 성별(t=-2.319, p<.05)과 자아탄력성 정도(t=5.419, p<.001)에 따라 유의미한 차이를 보였다. 코로나 19로 인한 심리적 정서는 성별에 따라 불안(t=-2.298, p<.05), 무기력(t=-2.673, p<.01), 분노(t=-2.107, p<.05), 두려움(t=-3.033, p<.01), 혼란

(t=-2.745, p<.01)이 유의미한 차이가 있었다. 즉, 여자 신입생이 남자 신입생에 비해 우울감과 심리적 정서가 더 크게 나타나고 있는 것으로 해석할 수 있다. 자아탄력성 정도에 따라서는 불안(t=3.649, p<.001), 초조(t=3.112, p<.01), 답답함(t=2.616, p<.01), 무기력(t=4.538, p<.001), 분노(t=3.132, p<.01), 두려움(t=3.603, p<.001), 혼란(t=3.137, p<.001), 불신(t=3.176, p<.01) 등 모든 정서에 있어서 유의미한 차이를 나타냈다. 이는 자아탄력성이 평균 미만 수준의 경우가 평균 이상 수준인 경우에 비해 우울감과 심리적 정서가 더 크게 나타나고 있는 것으로 해석할 수 있다.

4. 대상자의 우울감, 코로나 19로 인한 심리적 정서, 자아탄력성 간의 상관관계

대상자의 우울감, 코로나 19로 인한 심리적 정서, 자아탄력성 간의 상관관계를 분석한 결과는 표 4와 같다. 대학신입생의 우울감과 코로나 19로 인한 심리적 정서인 불안(r=.428, p<.001), 초조(r=.501, p<.001), 답답함(r=.395, p<.001), 무기력(r=.599, p<.001), 분노(r=.362, p<.001), 두려움(r=.402, p<.001), 혼란(r=.428, p<.001), 불신(r=.455, p<.001)은 유의미한 정적 상관관계 즉, 우울감이 높을수록 심리적 정서가 더 크게 나타난다고 할 수 있다. 그리고 우울감과 자아탄력성(r=-.461, p<.001)은 유의미한 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 즉, 우울감이 높을수록 자아탄력성이 낮아진다고 해석된다. 자아탄력성과 코로나 19로 인한 심리적 정서인 불안(r=-.283, p<.001), 초조(r=-.281, p<.001), 답답함(r=-.267, p<.001), 무기력(r=-.411, p<.001), 분노(r=-.301, p<.001), 두려움(r=-.298, p<.001), 혼란(r=-.223, p<.001), 불신(r=-.268, p<.001)과 유의미한 부적 상관관계 즉, 자아탄력성이 낮을수록 심리적 정서가가 더 크게 나타난다고 볼 수 있다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 코로나 19상황에서 대학신입생들의 자아탄력성 정도에 따른 우울감과 코로나 19로 인한 심리적 정서의 차이를 알아보기 위해 시도되었다. 총 220부의 자료를 바탕으로 분석된 연구 결과는 다음과 같다.

첫째, 대상자의 우울감은 63.2%(139명)가 정상범주에 있었고, 코로나 19로 인해 36.8%(81명)은 경미한 우울 14.5%(32명), 중한우울 12.3%(27명), 심한우울 10.0%(22명) 상태인 것으로 나타났다. 이러한 결과는 경기도민의 조사에서 20대의 45%가 코로나 19로 우울감을 느낀다는 응답에 비하면 다소 낮은 수치임을 알 수 있다[2].

대상자의 심리적 정서에 대한 평균을 살펴본 결과, 답답함이 가장 높았으며 무기력, 불안, 분노 순이었다. 이 역시 경기도민의 조사결과에서 우울감을 느끼는 요인을 조사한 외출 자제로 인한 갑갑함, 감염에 대한 막연한 불안, 소득·지출 감소에 따른 스트레스의 순위와 비슷함을 알 수 있다[2]. 스트레스 상황이나 역경 하에서 건강하게 적응하는 심리적 특성인 자아탄력성 정도를 살펴본 결과 평균 2.86으로 선행연구들에서 제시하고 있는 대학생들의 자아탄력성 정도와 비슷한 결과[8~10]임을 확인할 수 있었다.

둘째, 대상자의 우울감은 성별(t=-2.319, p<.05)과 자아탄력성 정도(t=5.419, p<.001)에 따라 유의미한 차이를 보였다. 즉, 여성이 남성에 비해 그리고 자아탄력성이 평균미만인 경우가 평균 이상인 경우에 비해 우울감이 더 높게 나타났다.

심리적 정서에 있어서도 여성이 남성에 비해 불안(t=-2.298, p<.05), 무기력(t=-2.673, p<.01), 분노(t=-2.107, p<.05), 두려움(t=-3.033, p<.01), 혼란(t=-2.745, p<.01)이 더 높은 것으로 분석되었다. 자아탄력성 정도에 따라서는 평균미만인 경우가 평균 이상인 경우에 비해 불안(t=3.649, p<.001), 초조(t=3.112, p<.01), 답답함(t=2.616, p<.01), 무기력(t=4.538, p<.001), 분노(t=3.132, p<.01), 두려움(t=3.603, p<.001), 혼란(t=3.137, p<.001), 불신(t=3.176, p<.01) 등 모든 정서가 더 높은 것으로 나타냈다. 이는 자아탄력성이 높은 경우 우울과 심리적 정서가 보다 안정된 상태, 건강한 상태를 유지할 수 있다는 선행연구의 결과와 비슷한 결과라고 할 수 있다[8].

최근 5개월 간 끊임없이 코로나 19와 관련하여 전세계가 코로나 19로 인해 몸살을 앓고 있다는 보도와 함께 우리 정부의 대응 및 방역체계에 대한 우수성을 나타내는 소식들이 지속되고 있다. 이에 우리는 정부의 주도 아래 지역사회 및 각 개인이 함께 현 상황을 합리적으로 극복하기 위해 연대하고 국민들 역시 각자 자신의 위치에서 최선의 노력을 기울여야 한다.

대학 역시 대학의 1차적 목적인 재학생들의 교육시

스템 정립 및 수업과 관련된 대안 마련뿐 아니라 재학생들이 심리적 안정과 정신적 건강을 회복하고 유지할 수 있는 방안 마련에도 힘을 쏟아야 한다. 본 연구의 결과를 바탕으로 대학의 역할 및 대처 방안을 제안하면 다음과 같다.

첫째, 대학은 재학생들이 코로나 19로 인해 최소한 35%정도 경미하거나 심한 우울감을 경험하고 있다는 것을 지각해야 할 것이다. 이에 학생들과의 대면수업이 어려운 현 상황에서 학생들 스스로 자기주도학습을 할 수 있도록 돕는 교과 운영 과정 속에서 화상 시스템을 활용하여 학생들과 상호작용의 기회를 만들어 소통의 시간을 마련하고 심리적, 정신적 건강성을 회복하고 유지할 수 있는 지원을 해야할 것이다.

둘째, 연구 결과에서 도출된 바와 같이 스트레스 상황이나 역경 하에서 건강하게 적응할 수 있는 개인적 특성을 나타내는 자아탄력성을 향상시킬 수 있는 방안 마련에 노력을 기울여야 할 것이다. 학생들 스스로 가정에서 활용할 수 있는 방법마련 뿐 아니라 교육과정 속에서도 학생들의 자아탄력성을 향상시킬 수 있는 매뉴얼 개발을 통해 학생들에게 적용할 수 있는 교과과정을 개설하거나 프로그램으로 개발하여 제공하는 것도 하나의 방법이 될 수 있을 것이다.

마지막으로, 교내 학생상담 센터 또는 각 학과별 선·후 간 멘토링 시스템을 활용하여 대면할 수는 없지만 사이버 상에서의 안부를 묻거나 일상을 공유하는 등 심리적 안정과 정신적 건강성 회복을 위한 노력을 기울여야 할 것이다.

본 연구는 코로나 19상황에서 대학신입생들의 심리적, 사회적 상황을 체크하고 대처 방안을 제안하기 위한 기초조사로 이루어졌다. 그러나 그 대상이 신입생에 한정되어 모든 대학생들의 현상으로 일반화하기에는 어려움이 있다는 한계를 지닌다. 그럼에도 불구하고 본 연구는 팬데믹으로 발표된 코로나 19상황에서 대학생들의 정서적 건강성 확보를 위한 실증적 연구로서 큰 의의가 있다. 이에 추후 연구에서는 모든 대학생들을 대상으로 확장된 연구를 실시하기를 기대한다. 더 나아가 팬데믹으로 발표된 현재의 어려움이 남녀노소 누구나 겪고 있는 상황이므로 전국민을 대상으로 신체·심리·사회적 여건과 경제적 여건 등 다양한 변수들로 구성된 맞춤형 설문조사를 통해 보다 세분화되고 구체적인 대안 마련이 제기되는 연구가 이루어질 수 있기를 기대한다.

References

[1] Y. L. Choi, “A study on the emotional experiences of child care teachers and changes in their daily routine in centers after COVID-19”, Journal of Sport and Leisure Studies, Vol.22, No.1, pp. 253-279. 2020.

[2] W. S. Lee, “Gyeonggi-do 59% "I feel depressed with COVID-19"… Over 70% of women and older people”, YOUNHAP NEWS, 2020. 03. 26.

[3] C. W. Han, “See you again in a week? ... Teacher 64.2% "Moratory response to COVID-19-related Ministry of Education"”, EDUIN NEWS, 2020. 05. 12.

[4] J. H. Kim, “[Daily] From COVID-19 school opening to online school and school attendance”, NEWSIS, 2020. 05. 11.

[5] Y. W. Jung, J. A. Kim, “A Concept Analysis of Ego-resiliency”, Korean Journal of Adult Nursing, Vol. 27 No. 6, pp. 644-655, 2015.

[6] J. H. Sung, C. K. Kim, “The Moderating Effects of Adult Attachment on the Relationship between Dysfunctional Anger Expression, Negative Emotional Regulation and Edpression”, Journal of Emotional & Behavioral Disorders, Vol. 34, No. 1, pp. 73-91, 2018.

[7] Beck, A. T, “Cognititive theory and the emotional disorders”, New York; Internaional Universities Press. 1976.

[8] W. O. Oh, H. J. Shin, “Impact of Depression, Ego-resilience, and Active Stress Coping on Internet Addiction Tendency among College Students”, Journal of Korean Public Health Nursing, Vol. 30, No. 1, pp. 56-69, 2016.

[9] C. S. Yu, Y. W. Sohn, I. J. Park, “Structural relationships of ego-resilience, affect experience, meaning in life, and job satisfaction: The moderating effects of transformational leadership”, Korean Journal of Industrial and Organizational Psychology, Vol. 29, No. 2, pp. 175-201, 2016.

[10] S. J. Han, M. S. Kwon, “A Comparative study on the Disaster Preparedness, Ego-resilience and Disaster Stress by Disaster-related Characteristics of Korean Adults”, Journal of Korean Public Health Nursing, Vol. 33, No. 1, pp. 5-19, 2019.

[11] H. Song, H. S. Kim, “Convergence of the Factors Influencing of Disaster Perception, Disaster Attitudes and Self-Resilience on Core

Competencies on Disaster Nursing", The Journal of the Convergence on Culture Technology, Vol. 6, No. 1, pp. 351-359, 2020.
[12] G. G. Jeon, Standard guidelines for the 2019 Mental Health Screening Tool(National Mental Cancer Center, 2019)

표 3. 성별, 자아탄력성 정도에 따른 우울감, 심리적 정서의 차이
Table 3. Differences in depression and psychological emotions according to gender and degree of self-elasticity (N=220)

구분		성별에 따른 차이					자아탄력성 정도에 따른 차이				
		성별	N	Mean	SD	t	자아탄력성	N	Mean	SD	t
우울감		남자	118	13.03	8.61	-2.319*	평균미만	121	16.97	8.78	5.419***
		여자	102	15.72	8.55		평균이상	99	10.98	7.31	
심리적 정서	불안	남자	118	2.68	2.65	-2.298*	평균미만	121	3.60	2.55	3.649***
		여자	102	3.47	2.43		평균이상	99	2.36	2.456	
	초조	남자	118	2.14	2.40	-1.578	평균미만	121	2.83	2.57	3.112**
		여자	102	2.66	2.49		평균이상	99	1.83	2.19	
	답답함	남자	118	4.70	3.05	-1.616	평균미만	121	5.46	2.74	2.616**
		여자	102	5.34	2.78		평균이상	99	4.43	3.08	
	무기력	남자	118	3.38	2.89	-2.673**	평균미만	121	4.66	2.81	4.538***
		여자	102	4.44	2.98		평균이상	99	2.91	2.90	
	분노	남자	118	2.08	2.60	-2.107*	평균미만	121	2.93	2.75	3.132**
		여자	102	2.84	2.73		평균이상	99	1.83	2.48	
	두려움	남자	118	1.72	2.30	-3.033**	평균미만	121	2.71	2.53	3.603***
		여자	102	2.72	2.57		평균이상	99	1.54	2.25	
	혼란	남자	118	1.89	2.44	-2.745**	평균미만	121	2.80	2.57	3.137***
		여자	102	2.82	2.60		평균이상	99	1.74	2.41	
	불신	남자	118	1.42	2.21	-1.341	평균미만	121	2.03	2.59	3.176**
		여자	102	1.83	2.41		평균이상	99	1.09	1.80	

* p<.05 ** p<.01 ***p<.001

표 4. 우울감, 심리적 정서, 자아탄력성 간의 상관관계
Table 4. Correlation among Study Variable (N=220)

구분		우울감	심리적 정서								자아 탄력성
			불안	초조	답답함	무기력	분노	두려움	혼란	불신	
우울감		1									
심리적 정서	불안	.428**	1								
	초조	.501**	.717**	1							
	답답함	.395**	.470**	.513**	1						
	무기력	.599**	.518**	.502**	.637**	1					
	분노	.362**	.461**	.406**	.526**	.396**	1				
	두려움	.402**	.750**	.633**	.462**	.491**	.594**	1			
	혼란	.424**	.631**	.639**	.531**	.481**	.523**	.728**	1		
	불신	.455**	.511**	.540**	.433**	.403**	.547**	.613**	.649**	1	
자아 탄력성		-.461**	-.283**	-.281**	-.267**	-.411**	-.301**	-.298**	-.223**	-.268**	1

* p<.05 ** p<.01 ***p<.001