Journal of The Korea Convergence Society
Vol. 13. No. 4, pp. 315-320, 2022
e-ISSN 2713-6353
DOI : https://doi.org/10.15207/JKCS.2022.13.04.315

COVID-19와 삶의 의미 탐구

배나래
건양사이버대학교 사회복지학과 교수

Exploring COVID-19 and Meaning in Life

Na-Rae Bae
Professor, Dept. of Social Welfare, Konyang Cyber University

요 약 본 연구는 코로나바이러스감염증 19(COVID-19)시대에 실존주의 심리치료를 통해 부각되기 시작한 삶의 의미에 대해 그것이 갖는 함의를 논의하였다. 코로나바이러스감염증 19 팬데믹 상황에서 우리는 의미 있는 삶을 살아가기 위한 노력을 하고 있으며, 과연 어떻게 살아가는 것이 의미 있는 삶인지 개인과 공동체는 의미 찾기에 대한 노력을 기울이고 있다. 인류는 평안한 삶을 위한 전제를 가지며 과거부터 삶의 의미에 대한 관심이 지속되었다. 2019년 12월 전 세계를 강타한 COVID-19라는 치명적인 바이러스는 사람들에게 불안, 소외, 우울 등 스트레스를 형성하며 개인과 공동체의 삶을 위태롭게 하였다. 삶의 의미에 대한 연구는 COVID-19 이전에도 활발하였지만, 바이러스의 세계적인 대유행 속에 사람들의 삶의 의미에 대한 변화와 각 개인에게 COVID-19는 어떠한 영향을 미치고 있는지를 살펴보는 것이 필요하다고 생각한다. 다시 말해 COVID-19시대에 우리 삶의 의미를 명확히 한다라는 것은 스트레스를 줄이는 대처이며 삶의 질을 향상시키기 위한 촉매제이기도 하다. 본 연구는 삶의 의미에 대한 다양한 시각과 결과를 살펴보며 COVID-19시대에 삶의 질을 향상시킬수 있는 방안을 마련하는데 기초연구를 제공하고자 한다.

주제어 : COVID-19, 삶의 의미, 실존주의, 스트레스 대처, COVID-19 두려움, 삶의 질

Abstract This study discussed its implications for the meaning in life, which began to emerge through existential psychotherapy in the era of coronavirus infection 19 (COVID-19). In the midst of the COVID-19 pandemic, we are making efforts to live a meaningful life, and individuals and communities are making efforts to find meaning in how to live a meaningful life. Humanity has a premise for a peaceful life, and since the past, interest in the meaning in life has continued. The deadly virus called COVID-19, which hit the world in December 2019, created stress such as anxiety, alienation, and depression in people, endangering the lives of individuals and communities. Research on the meaning in life was active even before COVID-19, but I think it is necessary to look at the changes in people's meaning in life and how COVID-19 is affecting each individual amid the global pandemic of the virus. In other words, clarifying the meaning of our lives in the era of COVID-19 is a coping to reduce stress and a catalyst to improve the quality of life. This study aims to provide basic research to prepare ways to improve the quality of life in the era of COVID-19 by examining various perspectives and results on the meaning in life.

Key Words : COVID-19, Meaning in Life, Existentialism, Stress Coping, Fear of COVID-19, Quality of Life

*Corresponding Author : Na-Rae Bae(victory0302@hanmail.net)
Received March 23, 2022 Revised April 2, 2022
Accepted April 20, 2022 Published April 28, 2022

1. 서론

코로나바이러스감염증 19(COVID-19)시대에 삶의 의미를 발견하고자 하는 다양한 논의와 연구가 진행되었다[1,4]. 삶의 의미는 안녕감(Well-Being)의 중요한 요인으로 행복감과는 독립적인 요소라고 설명하며[10] 실존적 위기가 닥쳐 왔을 때 인간의 정신 건강성을 지키고 항상성을 유지하기 위해 삶의 의지를 보인다고 한다[6,8]. 삶의 의미는 각자 자신이 처한 사건에 따라 주관적인 의미를 파악하며 극도의 고통스러운 환경과 경험 속에서도 악순환을 약화시키기 위해 의미를 찾는다는 것이다. 의미와 가치를 찾는 것은 인간의 본질적인 본능이며 인간의 모든 삶을 견딜수 있도록 하는 과정이다. 또한 자신을 방어하기 위한 수단이며 반사작용이라 하였다. 이를 두고 Frankl은 비극 속에서의 낙관이라는 말로 주어진 상황에서도 최선을 다하는 의지 그것이 인간의 의지이며 삶의 의미라고 설명하였다[6,15]. 삶의 의미를 찾으려는 노력은 스트레스를 낮추고 스트레스를 대처하는 방안이며 신체적 및 심리적 안정을 찾는 전략이 될 수 있다. 삶의 의미는 외부환경적 충격으로 더 선명해지며 개체의 고통 강도가 높아질수록 더 갈구하게 되고 대처 전략을 찾게 된다. 코로나바이러스감염증 19(COVID-19)는 환경재난 혹은 재해로 불리며 외부환경적 사건 중의 하나로 사람이 통제할 수 없는 가장 큰 스트레스였으며 2019년 12월 신종 바이러스 출몰이후 2022년까지 전세계는 심리 및 신체적, 사회적 고통을 경험하며 효과적인 대처방안이나 대안을 찾고자 노력하고 있다.

우리나라는 2004년 3월11일 '재난 및 안전관리기본법'을 제정하였는데 법령에 의하면 전염병확산으로 인한 피해를 재난의 의미로 설명하고 있다[26]. 재해(Natural Disaster)와 재난(Disasster)은 사회구성원들의 삶을 순식간에 파괴하고 변화시키며 피해를 입은 사람들에게 내면적인 고통을 준다. 연구자들은 자연적인 사건이나 참사를 재해라고 하고, 인간에 의해 발생한 사건이나 참사를 재난이라 하였다[26,27].

코로나바이러스감염증 19(COVID-19)는 2019년 12월 처음 중국 우한지역에서 인체 감염이 확인됐다는 국제적 뉴스로부터 시작되었다. 코로나바이러스감염증 19(COVID-19)는 전 세계로 빠르게 확산 되면서 글로벌 재난으로 불예측성을 띠며 퍼졌다[1]. COVID-19 재난의 장기화로 인한 신체적 , 물리적 환경차원의 심각한 영향은 인간의 삶을 변화시키고 파괴 시켰으며 대중적인 스트레스를 발생시켰다[26]. 안타깝게도 코로나바이러스감염증 19(COVID-19)는 곳곳에서 유전자 염기서열이 변경된 다양한 변이형을 양산하며 글로벌 집단에게 스트레스를 가중 시켰다. 2020년 12월 중순 영국 남부를 중심으로 발생한 알파 변이(Alpha Variant), 2020년 12월 18일 남아프리카공화국에서 노년보다는 청년들을 중심으로 심각하게 확산된 베타 변이(Beta Variant), 2020년 12월 페루에서 최초로 알려진 람다변이(Lambda Variant), 2021년 1월 페루에서 보고된 뮤 변이(Mu Variant), 2021년 1월 10일 아시아에서 발생한 감마 변이(Gamma Variant), 2021년 3월 17일 미국 캘리포니아에서 최초 보고한 엡실론 변이(Epsilon Variant), 2021년 5월10일 인도에서 나타난 변종 바이러스 델타 변이(Delta Variant)와 델타플러스 변이(Delta+ Variant), 2021년 11월 아프리카 대륙 보츠와나에서 최초로 나타난 오미크론 변이(Omicron Variant)까지 전 세계는 코로나바이러스감염증 19(COVID-19)의 진화와 발화를 반복하며 재난을 넘어서 일상화가 되었다[2,3]. 전 세계는 강도 높은 사회적 거리두기와 마스크 착용하기 등 법적 제재를 가하며 세계 각국으로 심각하게 퍼지는 코로나바이러스감염증 19(COVID-19)를 차단하기 위해 갖은 노력을 하였지만 2022년에도 계속해서 확산세를 이어가고 있다[4].

감염병의 장기화로 사람들은 심리적 고통을 호소하며 스트레스는 증가하고 있다. 코로나바이러스감염증 19(COVID-19)에 대해 같은 환경적인 상황에 개인마다 인지하는 스트레스 정도는 차이가 있었으며 장기화된 감염병 상황 속에 스트레스 대처도 달랐다[7]. 전 세계 사람들은 코로나바이러스감염증 19(COVID-19)의 발생 이유를 생각하기 시작하였으며 장기화된 전염병 상황에서 삶의 의미를 발견하여 각자 일상을 재설계하고 신체적, 심리적 기능을 개선하고자 노력 하였다[16]. 코로나바이러스감염증 19(COVID-19)이후 우리의 삶은 불확실성과 불안, 우울 등 높아진 스트레스를 어떤 건강한 방법으로 대처하는가에 대해 고민하게 되었다[5]. 건강한 스트레스 대처방법을 모색하는 것은 부정적인 삶을 긍정적으로 바꾸는 중요한 요인이 된다.

일상화된 코로나바이러스 감염증 19(COVID-19)는 개인이 통제 할 수 없는 환경 원인이다. 우리는 어떤 스트레스 대처 과정을 선택하여 부정적인 반응을 감소시킬 수 있는가 더 나아가 개인의 건강과 심리적 안녕, 사회적

기능을 회복할 것인가라는 생각을 한다[17]. 이것은 학술적인 관심 주제이며 2019년 12월부터 2022년까지 수 많은 전문가들이 조사와 연구를 주도하며 개인들의 현재 고통을 의미 있는 삶으로 이끌기 위한 해결책을 찾고 어떻게 살아가는 것이 의미를 찾는 삶인지 각고의 노력을 하고 있다[6].

코로나바이러스감염증 19(COVID-19) 이전에도 삶의 질 및 삶의 의미에 대한 연구는 활발하였지만, 바이러스의 세계적인 대유행 속에 사람들의 삶의 질 혹은 삶의 의미에 대한 변화는 어느 정도인지, 각 개인에게 코로나바이러스감염증 19(COVID-19)는 어떤 다양한 관점이 있는지를 생각하며 우리 삶의 질을 향상하기 위한 방안을 제시하기 위해 본 연구는 기획되었다. 코로나바이러스감염증 19(COVID-19)시대의 장기화로 삶의 의미를 탐색하는 기초연구를 실시 하였다는 것에 본 연구의 의미가 있다.

2. 삶의 의미(Meaning in Life)

학자들이 생각하는 삶의 의미(Meaning in Life)는 어떠한가? 박선영 외는 삶의 의미(Meaning in Life)는 사람들에게 존재의 본질을 스스로 깨닫고 분석을 하는 자유의지 과정이라고 하였다[6,8]. 삶의 의미(Meaning in Life)는 끊임없이 변하지만 한마디로 정의하기는 쉽지 않다. 그러나 삶의 의미(Meaning in Life)의 다양한 정의를 정리 해보면, 삶의 의미의 핵심과 조금더 가까이 갈 수 있을 것이라는 생각을 한다[20]. Frankl은 살아가는 환경 속에서 각 개체가 삶에 대해 인지하고 있는 고유한 해석으로서 일정한 형편이나 모습을 변화시킬수는 없지만 상황에 대한 개체의 태도를 채택함으로 발견할 수 있는 것이 삶의 의미라 정의하였다. 다른 표현으로 의미를 찾고자 하는 의지라고 삶의 의미를 설명하였다. Frankl은 삶의 의미는 개인의 성향에 따라, 시점에 따라, 시간에 따라 다르며 어떠한 생활 상황 속에서 각 개인의 삶에 대한 고유한 의미의 해석이라고 하였다[6].

Frankl은 1959년에 삶의 의미(Meaning in Life)에 대해 설명하였는데, 인간은 왜 살아야 하는지 시련과 고통의 순간도 감내하며 의미를 찾는 실존주의적 인간을 설명하였다. Frankl이 말한 삶의 의미(Meaning in Life)는 인간은 좌절의 순간에도 삶에서 어떠한 의미를 찾고자 노력하며 이러한 노력은 인간의 원초적인 추동이라고 한다. 즉 Frankl은 인간은 모든 살아가는 삶에 의미를 찾고자 하는 의지를 가지며 그것이 인간을 성장하게 만든다고 하였다[6].

Hermans는 삶의 의미(Meaning in Life)는 개인마다 상황에 대한 외현적 수준과 잠재적 수준에서 가치를 조직화하고 평가하여 가치평가이론(Valuation Theory)으로 의미를 설명하며 삶의 가치를 어떻게 조직화하느냐에 따라 본질이 달라진다고 하였다[11].

Baumeister는 사람들은 목적(Purpose), 가치(Value), 효능감(Efficacy), 자기-가치감(Self-Worth)이라는 기본적 동기가 충족되면 삶의 의미(Meaning in Life)가 완성된다고 하였다. Klinger는 삶의 의미는 생물학적 본능이며 의미도 더 높은 목적을 위해 진화한다고 하였다[9,12]. Wong은 각각의 문화마다 삶의 목적과 삶에 대한 신념 및 가치가 다르듯 문화권에 따른 공유되는 삶의 의미에 대한 모든 사람들이 인정하는 가치가 있어야 하고 스스로 의미있는 사람이 되고자 하는 개인의 노력이 기반되어야 한다. 그리고 삶의 목표와 가치를 추구하는 것에 대한 스스로의 만족이 충족되었을 때 의미 있는 삶이라고 하였다[14]. Emmons는 삶의 의미는 일의 몰입, 친밀한 인간관계, 영성적인 삶, 사회봉사의 기준을 충족하였을 때 가치있는 삶이라고 하였다[10]. Steger, Frazier, Oishi & Kaler는 삶의 의미에 대한 동기와 의미발견을 한다면 가치있는 삶이라고 하였다[7,13].

이처럼 삶의 의미는 어떤 주어진 사건이나 상황속에서 개체가 삶에 가지는 존재의 이유라고 할수 있다. 존재의 이유는 본능적이며, 자신을 안전하게 지킬 수 있는 생명보호 장치와도 같다.

3. 스트레스 대처(Stress Coping)

사람들은 본래 행복한 삶, 평안한 삶을 위한 노력을 하며 의미있는 삶을 이어가기 위해 다양한 방법을 모색하며 살았다. 그러나 코로나바이러스감염증 19(COVID-19)는 치명적인 바이러스로 인간 불안, 소외 등을 형성하며 우리의 삶을 위태롭게 하였다. 다시말해, 코로나바이러스감염증 19(COVID-19)는사람들에게 스트레스를 주는 요인이 되었다. 그렇다면 스트레스의 개념은 무엇인가? 스트레스는 개체에 전달되는 압력이나 물리적인 에너지를 말하며 물리학적 개념으로 토목공사에 사용되는 용어인데 인간의 신체나 정신적인 병리적 반응에 사용되면서 정신과 신체 간에 나타나는 흥분 상태를 의미하게 되었다[21]. Lazarus와 Folkman은 스트레스란

개인과 환경 간의 역기능적 관계가 형성된 것을 의미한다고 했다[17-19]. 스트레스는 욕구와 자원의 불균형에서 발생하지만 적정수준의 스트레스는 삶의 원동력이 되기도 한다. 다양한 스트레스인자로 인해 개인의 내적 균형 상태는 깨어지고 심리적 압박감과 근육의 긴장과 같은 신체적 반응을 일으킨다[21]. 이영호는 개인에게 스트레스가 된다는 것은 환경요인이나 사건 자체의 현상보다는 사건을 인지하는 개인의 주관적인 해석에 의해 좌우된다고 하였다. 동일한 사건을 어떻게 받아들이는가에 따라 사람마다 스트레스 강도는 다르다[21]. 스트레스가 문제가 되는 것 만큼 스트레스 대처(Stress Coping)도 중요한 과제이다. 스트레스 대처방안(Stress Coping)은 스트레스 적응을 위한 통달과 숙달을 의미한다[22,23]. 스트레스 대처는 스트레스에 대한 적응양상을 이해하면서 시작된다. Lazarus와 Folkman은 사람마다 스트레스 상황의 대응 양상은 다르며, 이로 인해 삶의만족도는 달라진다고 하였다. Lazarus와 Folkman은 스트레스의 대처유형을 두가지로 언급하였는데, 적극적으로 스트레스 상황조건을 변화시켜 스트레스의 원인을 파악하고 변화를 모색하는 문제중심대처(Problem-Focused Coping)와 스트레스 상황을 회피, 부정 등의 소극적인 방식으로 정서상태를 통제하는 정서중심적 대처(Emotion-Focused Coping)로 설명하였다[17-19]. Gutmann이 말한 스트레스 대처방식은 세가지이다. 개인이 스트레스 상황을 바로잡고 해소하는 능동적 대처방식, 스트레스 상황에 순응하거나 타협하는 수동적 대처방식, 우연이나 신비에 의해 스트레스 상황이 완화되기를 바라는 신비적 대처방식이 있다[24]. Ebata와 Moos가 설명하는 스트레스 대처방식은 두가지인데, 적극적 대처방식은 스트레스 원인을 해소하기 위해 사고방식의 변화와 같은 인지적 모색과 행동적 시도를 하는 것이며, 회피적 대처방식은 스트레스를 대면하는 것을 꺼리며 회피하고 부정하며 최소화 하는 인지적 시도를 하는 방식이다[25].

스트레스 대처(Stress Coping)방식은 학자마다 설명하는 바는 조금씩 차이가 있지만 적극적 대처, 소극적인 대처, 영성적인 대처로 나눌수 있으며 스트레스 대처방식에 따라 개인의 삶과 환경의 만족도는 달라지며 스트레스를 희망으로 마주할것인지 좌절로 받아들일지는 개인의 의지에 따라 차이가 있을 것이다.

4. 결론

2019년 12월 코로나바이러스감염증 19(COVID-19)는 사람들에게 친숙하지 않은 용어였으며 정부의 불완전한 설명, 병의 진행과정에 대한 치료 경험부족, 불예측성을 띤 바이러스의 변이 양상 등이 사람들을 극도로 불안하게 하고 다차원적으로 위험상태에 빠질수 있다는 부정적인 심리상태와 스트레스를 야기하였다. 코로나바이러스감염증 19(COVID-19)는 과거에는 경험하지 못한 병의 불확실성을 주며 사람들은 불안, 두려움을 호소하며 낯선 환경, 사회적 차원에서의 소통 단절로 인해 심리적 압박감이 가중 되어 사람들의 스트레스는 증가하였다[15,16].

본 연구는 코로나바이러스감염증 19(COVID-19)시대의 실존주의 심리치료를 통해 부각되기 시작한 삶의 의미에 대해 그것이 갖는 함의를 논의 하였다. 코로나바이러스감염증 19(COVID-19) 팬데믹 상황에서 우리는 의미있는 삶을 살아가기 위한 노력을 하고 있다. 과연 어떻게 살아가는 것이 의미있는 삶인지 개인과 공동체는 노력을 기울이고 있으며 학술적으로도 논의와 연구를 하고 있다. 코로나바이러스감염증 19(COVID-19)로 인간은 삶의 의미를 심도 있게 생각해보게 되었고, 장기화된 전염병으로 인한 스트레스의 대처방안을 찾기 위해 삶의 의미의 명확화 작업이 필요함을 발견하였다.

COVID-19와 삶의 의미 탐구에 대한 함의는 다음과 같다. COVID-19의 불안감 및 스트레스 그리고 삶의 의미 혹은 삶의 질에 관한 연구는 사회복지실천의 주제로 의미가 있다고 생각한다. 그결과를 통해 각 개인의 삶의 의미를 살펴 볼수 있었고 전염병시대에 개인에 대한 사회복지실천적 관심과 학문적 접근의 필요성과 정책 방향을 제시할수 있는 계기를 마련 하였다. COVID-19와 삶의 의미 연구는 다학문적 접근이 필요하다는 것도 알 수 있었는데 독립적인 연구보다 다양한 학문적 주제로 융합연구의 초안을 마련하였다. COVID-19와 같은 글로벌 감염병은 또 나타날 수 있으며 이를 대비한 척도 개발도 필요하다고 생각된다. 아울러 정의에 대한 개념적 합의도 요구된다. 생애주기에 따른 전염병의 삶의 질적 문제 혹은 의미를 세부적으로 다루는 것도 필요한 부분이다. 삶의 의미나 질을 다룸에 있어서 자존감, 정체감, 정서적 양식을 함께 고려하며 연구함이 필요해 보인다. 각 개인의 생애적 양식이나 생애적 특징에 따라 COVID-19를 대처하는 방식은 다를것이라 생각하며 이를 위해

삶의 의미에 대한 다각적인 검토와 연구가 필요하다고 생각된다. 여기서 질적연구의 필요성을 언급할수 있는데, 질적 연구는 삶의 다양한 측면과 현실을 고려할수 있다는 면에서 중요한 자료를 제공할수 있다고 생각한다. COVID-19에 대한 다양한 집단에 대한 질적 연구야 말로 COVID-19의 어려움과 삶의 질을 확인할 수 있는 중요한 연구 결과를 제공할 수 있을 것이다.

본 연구는 COVID-19시대의 삶의 질을 향상시킬수 있는 방안을 찾아 삶의 의미를 살펴보는 기초연구이다. 전염병이 장기화된 상황 속 모든 구성원들은 자신에 삶의 의미를 찾는 시간을 가지기를 바라며, 좌절보다는 희망을 발견하고 비극 속에서 낙관의 의미를 찾으려는 모습을 가지길 기대해 본다.

REFERENCES

[1] N. R. Bae & J. W. Kim. (2021). Study on Experience of Prospective Social Workers Participated in Social Welfare Field Practice during COVID-19 Pandemic. *Journal of the Korea Convergence Society, 12(11),* 301-310. DOI : 10.15207/JKCS.2021.12.11.301

[2] Korea Centers for Disease Control and Prevention. http://ncov.mohw.go.kr/bdBoardList_Real.do?brdId=1&brdGubun=11&ncvContSeq=&contSeq=&board_id=&gubun=

[3] COVID-19 Vaccination. https://ncv.kdca.go.kr/

[4] N. R. Bae. (2021). A Study on COVID-19 and Changes in Life. *Journal of the Korea Convergence Society, 12(12)*, 281-286. DOI : 10.15207/JKCS.2021.12.12.281

[5] N. R. Bae. (2022). A Study on COVID-19 Fear, Vaccine Acceptance, and Quality of Life. *Journal of the Korea Convergence Society, 13(1)*, 253-259. DOI : 10.15207/JKCS.2022.13.01.253

[6] V. E. Frankl. (1959). *Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy*. Boston, MA:Beacon Press.

[7] T. S. Yoon. (2016). *The Influence of Stress Coping on Psychological Well-Being:The Mediating Effect of Meaning in Life*. Master's Degree. Ajou University, Seoul.

[8] S. Y. Park & S. M. Kwon. (2012). A theoretical review with clinical implications for the meaning in life. *Korean Journal of Psychology: General, 31(3),* 741-768.

[9] R. F. Baumeister. (1991). *Meaning of life*. New York: Guilford Press.

[10] R. A. Emmons. (2003). Personal goals, life meaning, and virtue: Wellsprings of a positive life. In C.L.M.Keyes&J.Haidt(Eds),Flourishing: Positive psychology and the life well-lived. Washington, DC:American Psychological Association.

[11] H. J. Herman. (1989). The meaning of life as an organized process. *Psychotherapy:Theory, Research, Practice, Training*, *26(1)*, 11-22.

[12] E. Klinger. (1998). The search for meaning in evolutionary perspective and its clinical implications. In P.T.P. Wong&P.S.Fry(Eds.), *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications*. Mahwah, NJ:Erlbaum.

[13] M. F. Steger, P. Frazier, S. Oishi M. &Kaler. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life, *Journal of Counseling Psychology, 53(1)*, 80-93.

[14] P. T. P. Wong. (1998). Meaning-Centered Counseling. In P.T.P. Wong&P.S.Fry(Eds.), *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications*, Marwah, MJ:Erlbaum.

[15] K. M. Youn. (2018). *The relationship among Uncertionty, Meaning in Life, and Anxiety in Preoperative Cancer Patients*. Master's Degree. Chungbuk University, Cheongju.

[16] S. H. Chae. (2017). *A Meta-Analysis on Variables Related to the Meaning in Life*. Doctoral dissertation. Kyungpook National University, Daegu.

[17] S. Folkman & R. S. Lazarus. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, *21(3)*, 2019-239.

[18] S. Folkman & R. S. Lazarus. (1985). If it changes it must be process: study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personnality and Social Psychology*, *48(1),* 150-170.

[19] S. Folkman & R. S. Lazarus, R. J. Gruen & A. DeLongis. (1986). Appraisal coping, health status, and psychological symptoms. *Journal of Personnality and Social Psychology*, *50(3)*, 571-579.

[20] C. L. Park & S. Folkman. (1997). Meaning in the context of stress and coping. *Review of General Psychology*, *1(2),* 115-144.

[21] Y. H. Lee. (2007). *Mental Health Problems*. Seoul: Haghyeonsa.

[22] S. H. Shin. (2017). *Study on the Stress Theory and the Coping Method*. Master's Degree. Daejin University, Gyeonggido.

[23] R. W. White. (1974). Strategies of adaptation: an attempt at systematic description. In G.V.Coelho, D.A.Hamburg&J.E.Adams(Eds.). *Coping and adaptation*.New York: Basic Books.

[24] D. L. Gutmann. (1967). *An exploration of ego configuration in middle a later life*. New York: Academic Press..

[25] A. T. Ebata & R. H. Moos. (1991). Coping and adjustment in distressed and healthy adolescents. *Journal of Applied Development Psychology, 12,* 33-54.

[26] D. S. Lee. (2015). *The relationship between Exposure to Disaster through the Media, Coping Strategies, and Secondary Traumatization*. Master's Degree. Ewha Womans University, Seoul.

[27] Y. J. Lee. (2005). Psychological Studies of Crisis From disaster. *Crisisonomy, 1(1)*, 85-99.

배 나 래(Na-Rae Bae) [정회원]

· 2010년 8월 : 중앙대학교 사회복지학과(사회복지학석사)
· 2007년 2월 : 대구대학교 가족복지학과(사회복지학박사)
· 2021년 2월 : 고려대학교 사회복지학과(사회복지학박사수료)
· 2012년 3월 ~ 현재 : 건양사이버대학교 사회복지학과 교수
· 관심분야 : 사회복지, 문화복지, 복지융합
· E-Mail : victory0302@kycu.ac.kr