

지역구민의 공동체의식과 정신건강회복의 관계에서 코로나19 두려움의 매개효과

The Mediating Effects of Fear of COVID-19 Pandemic in the Relationship between Sense of Community and Mental Health Recovery for Local Residents

김동현(한국체육대학교 강사) · 김민정* (한국체육대학교 박사)

Dong-Hyun Kim · Min-Jung Kim* *Korea National Sport University*

요약

본 연구는 지역구민을 대상으로 공동체의식과 정신건강회복의 관계에서 코로나19 두려움의 매개효과를 검증하는 데 목적이 있다. 2022년 서울특별시 강동구에 거주하는 지역구민 257명을 대상으로 공동체의식, 정신건강회복 및 코로나19 두려움에 대하여 조사하였다. 수집한 자료는 IBM SPSS Statistics 24, Amos 21 및 Process Macro 4.1을 활용해 기술통계, 문항 간 내적일치도, 상관관계분석, 회귀분석 및 매개효과분석을 실시하였다. 구체적인 결과는 다음과 같다. 첫째, 공동체의식, 정신건강회복 및 코로나19 두려움 사이에는 통계적으로 유의미한 상관관계가 나타났다. 둘째, 공동체의식과 코로나19 두려움, 공동체의식과 정신건강회복 사이에는 통계적으로 유의미한 인과관계가 나타난 반면 코로나19 두려움과 정신건강회복 사이에는 통계적으로 유의미한 인과관계가 나타나지 않았다. 셋째, 공동체의식은 코로나19 두려움을 매개하여 정신건강회복에 통계적으로 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이상의 연구결과는 향후 코로나19와 같은 감염증 확산 시 지역구민의 심리방역의 하나로 정신건강증진과 일상회복 정책을 수립하는 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

Abstract

The purpose of this study is to verify the mediating effect of fear of COVID-19 in the relationship between Sense of Community and Mental Health Recovery for local residents. In 2022, 257 local residents living in Gangdong-gu, Seoul, were surveyed on Sense of Community, Mental Health Recovery, and Fear of COVID-19. The collected data were analyzed using IBM SPSS Statistics 24, Amos 21, and Process Macro 4.1 to conduct descriptive statistics, internal consistency between items, correlation analysis, regression analysis, and mediating effect analysis. The specific results are as follows. First, there was a statistically significant correlation between Sense of Community, Mental Health Recovery, and Fear of COVID-19. Second, there was a statistically significant causal relationship between Sense of Community and Fear of COVID-19 and Mental Health Recovery, while there was no statistically significant causal relationship between Fear of COVID-19 and Mental Health Recovery. Third, it was found that Sense of Community did not have a statistically significant effect on Mental Health Recovery through Fear of COVID-19. The above research results will be used to improve the health of local residents and establish daily recovery policies in the future. The above research results can be used as basic data to establish policies for improving the mental health of local residents and for daily recovery in the event of an outbreak of an infectious disease such as COVID-19 in the future.

Key words : COVID-19, Sense of Community, Mental Health Recovery, Fear of COVID-19 and Local Residents

1. 서론

2020년 중국 후베이(湖北)성 우한(武漢)시에서 발생한 코로나바이러스감염증-19(Coronavirus diseases-19, 이하 코로나19)는 2022년 현재까지 지속되고 있으며, 언제 종식될지 예측하기 어려운 공중보건 위기이다(Chen, Zhou, Dong, Qu, & Gong et al., 2020; WHO, 2020). 확진자의 약 10~20%는 주요 증상이 회복된 후에도 다양한 증상을 중·장기적으로 겪는 것으로 나타났다(WHO, 2022).

우리나라는 2020년 첫 확진자가 발생한 1월부터 엄격한 검역과 신속하고 창의적인 검진체계 운용, 고강도 사회적 거리두기 등 전국민 감염병 수칙 준수와 확진자 격리 관리를 지속하였다(김민정, 장덕선, 2020). 또한 IT 강국의 장점으로 모바일 폰에 백신 접종자에 대한 QR코드 등록과 공공시설 입실 시 QR코드를 활용한 역학조사 및 확진자에 대한 치료안내 제공, 백신 미접종자에게는 지역 사회에서 적극적인 백신접종 권고와 확진 시 확진자 동선 파악 및 재택치료를 위한 치료제 지원 등 포스트 팬데믹에 대한 지역사회 내의 관리 및 노력으로 확진자 수가 급증하지 않는 성과를 거두었다.

이와 같은 성과는 'K-방역모델'이라는 모범사례로 세계 각국으로부터 찬사와 주목을 받았지만, 이러한 성과에도 불구하고, 여전히 코로나바이러스는 델타 및 오미크론 변이 등으로 지속적으로 출현하고 있다. 현재 코로나19는 1급에서 2급 법정감염병으로 하향 조정되었으나, 2022년 4월 25일까지 총 827일(2년 3개월 6일)은 우리 사회 다각도에 영향을 미쳤으며, 국민들은 지역사회 내에서 또는 사회활동을 하며 접촉하는 사람들 중 누가 확진자고 완쾌된 것인지 모르는 불확실성 속에서 불안·우울감 및 스트레스를 경험하며 지역주민들 역시 여전히 건강위협 속에서 심리적으로 지쳐가고 있다.

긴 방역기간 동안 국민들은 감염예방을 위한 사회적 거리두기로 인한 외출자제, 고립, 재택근무 및 온라인 수업 등으로 일상에서 새로운 변화를 맞이하며, 단절된 생활패턴의 지속으로 사회적 고립감의 증대로 우울에 해당하는 'Blue'라는 단어가 '코로나19'와 함께 조합되어 '코로나 블루'라는 신조어까지 등장하며(Bhuiyan, Sakib, Pakpour, Griffiths, & Mamun, 2020), 무기력증과 우울감을 호소하는 사람들이 증가하였다(국립국어원, 2020). 또한, 개인의 우울감이 공동체 전체에 정신적 트라우마처럼 전염병처럼 확산된다는 Mental(정신)과 Epidemic(에피데믹)의 합성어인 '멘탈데믹(Mental-demic)'이라는 단어까지 등장하며(이은환, 2020), 코로나19의 팬데믹 상황에서의 스트레스 관리와 불안과 공포를 극복하기 위한 '심리 및 정신건강'과 관련된 심리 트레이닝인 '심리방역'에 대한 필요성도 제기되었다(김민정, 장덕선, 2020; 대한신경정신의학회, 2020; Greenberg, Docherty, Gnanpragasam & Wessely, 2020).

급격하게 확산되는 팬데믹 상황의 감염병 유행을 억제하는 방역지침 준수 중 하나였던 사회적 거리두기는 감염자와 비감염자가 섞이지 않게 하여 감염자를 78.2%에서 99.3%까지 줄일 수 있을 정도의 효과적인 방역 수칙이다(Koo et al., 2020). 하지만 현재와 같이 코로나19가 장기간 지속되는 상황에서의 사회적 거리두기는

외부와의 단절로 공동체에서의 소외감과 고립감을 경험하며, 정신건강에 위해 요인으로 작용하고 있다. 사회적 거리두기에 수반되는 자유의 제약, 사회적 상호작용 감소 등의 일상생활 패턴의 변화 및 관계 단절로 인한 무료함, 활동 제약에 따른 경제적 손실은 삶의 의미와 동기 등 가치에 회의를 유발하며 우울감 등 심리적으로 부정적인 영향을 초래하였고, 팬데믹 상황에서의 심리적 위기는 공동체에 영향을 주어 '공동체의식'이라는 심리적 태도의 필요성이 강조되거나 강화되기도 하였다(심민영, 2020; 조광원, 2022; Brooks, et al., 2020; Williams, Armitage, Tampe, & Dienes, 2020).

방역지침 준수를 위한 정부의 외출제한 명령으로 봉쇄와 격리를 앞둔 코로나19를 경험한 미국시민 1,000만 명의 구글 검색 기록을 분석한 Jacob(2020)의 연구결과, 미래에 대한 비판적 사고와 불안, 수면문제, 자살사고에 대한 검색이 현저하게 증가하였고, 이는 방역을 위한 격리가 당사자들에게 심각한 공포와 불안 및 스트레스를 야기함을 시사하였다.

왜냐하면 격리와 관련된 스트레스는 신속하고 정확한 정보 전달과 필요한 서비스의 적절한 제공, 의사소통 채널 등이 적절하게 이루어지지 않거나, 불균등하게 전달되는 불충분하거나 정확하지 않은 정보 등은 대중에게 잘못된 소문과 루머에 휩싸이게 하여 불안과 두려움의 감정을 경험하고, 스트레스 수준이 더 높아지기 때문이다(Jones, Thompson, Dunkel, & Silver, 2017).

라틴어 'Communis'의 'com'과 'munis'가 합성된 용어인 공동체(Community)는 단순히 사람들이 모여서 구성한 집단이 아닌, "모두가 공동으로 참여한다"라는 뜻을 지니고 있다(고정리, 2013). 선행연구에서 공동체의식은 사회적 결속력과 관련된 집합 또는 집단 전체의 의식으로 정서적 친밀감을 구성요소로, 공유된 친밀감이 사회적 결속력을 가능하게 한다고 하였다. 뿐만 아니라 정서적 유대를 통한 소속감과 친밀감, 그리고 단결과 조화를 통하여 구성원들이 하나되는 유대관계를 가지며, 일체감과 자발적 참여를 통한 의사표현 등은 문제해결을 위한 상호작용과 연관이 있다고 하였다(옥성찬, 박한숙, 2016; 여관현, 2015; McMillan, 2008).

지역사회 공동체의식과 관련된 선행연구에서, 삶의 질에 영향을 주는 건강관련 요인으로 지역사회 공동체 구성원들의 소속감과 책임감 등 결속과 관련된 집단의식을 언급하며(McMillan, & Chavis, 1986), 구성원 간의 관계는 정서적 안정감에 도움을 주어 신체적, 정신적 건강증진을 도모하여(Darlasen-Jones, 2007; Shields, 2008), 공동체의식이 높을수록 지역사회의 심리적, 신체적, 환경적 건강영역의 삶의 질이 높은 것으로 나타났다.

선행연구들에서는 감염병에 수반되는 부정적 결과로 심리 사회적 문제를 언급하며, 2003년 홍콩발 급성중증호흡기증후군(Severe acute respiratory syndrome, SARS)과 2014년 서아프리카 지역의 에볼라바이러스와 2015년 중동호흡기증후군(Middle East Respiratory Syndrome, MERS) 유행 시에도 사회적으로 심각한 정신건강의 문제가 존재한다고 하였다. 사스(SARS) 생존자들이 경험한 스트레스를 측정한 스트레스 척도 PSS(Perceived Stress Scale)의 연구결과,

이들이 경험한 스트레스는 19.8점으로 보통 인구 집단보다 높았으며, 의료 종사자의 경우는 22.8점으로 더 높은 비율을 보고하였다(Lee, 2007).

2015년의 메르스(MERS) 완치자 중 30~40%는 퇴원 후에도 한 가지 이상의 정신건강 문제를 경험하고 있었으며, 특히 외상 후 스트레스 장애와 우울, 불안과 자살사고 등을 경험하였다. 뿐만 아니라 언론을 통하여 이러한 상황을 지켜보는 대중들 역시 공포와 두려움, 불안감을 경험한 것으로 조사되었다(이은환, 2020; Kwek et al., 2006). 즉 전염병의 대규모 확산에 대한 연구에 따르면, 감염의 실제적 위험보다 불안과 불확실성에 대한 잠재적인 공포가 상당히 크다는 것이 밝혀졌으며(Ramalingaswami, 2001), 감염병 자체에 대한 위험보다는 공포와 두려움 같은 심리적인 영향이 더 심각한 것으로 확인되었다(Cheng & Tang, 2004; Leung et al., 2003).

이러한 현상에 대해 Cheng(2004)은 홍콩발 사스 발생 당시 대중들은 명확히 밝혀진 바가 없는 신종전염병에 대한 정보 부족과 언론을 통해 보도되는 위험성을 과도하게 추정함으로써 공황과 불안의 촉발과 전염병 확진자에 대한 사회적 낙인과 같은 문제를 야기하기 때문에 두려움이 가중되는 경향이 있다고 설명했다.

즉, 재난의 경험은 신체적, 물리적 피해뿐만 아니라 극심한 스트레스 상황을 야기하여, 재난으로 인한 개인의 심리적 긴장과 충격과 두려움은 주변으로 전파되어 지역사회 및 전 국민적 트라우마로 확산 될 수 있다. 특히 감염병은 다른 재난과 다르게 치명률, 전파양상, 치료제 개발과 백신 등에 대한 정보를 제시할 수 없는 경우가 대부분으로, 이러한 불확실성은 위에 언급한 사스와 같은 감염병이 대중이 지각하는 위험 수준을 증가시켜 불안과 두려움, 무력감, 공포를 자극하는 부정적 결과를 야기한다. 또한 신종 감염병으로부터 생존한 생존자들은 감염 당시 경험한 부정적 사회적 낙인과 완치된 이후에도 불안과 우울 등 다양한 심리정신적인 문제가 단·장기적으로 지속된다(이은환, 2020; 심민영, 2020; Torales, O' Higgins, Castaldelli-Maia, & Ventriglio, 2020).

경기연구원이 2020년 국민 1,500명을 대상으로 한 코로나19의 국민정신건강 실태조사에 따르면, 이와 같은 팬데믹의 장기화는 전 국민 트라우마인 '멘탈데믹' 화의 우려와 함께 이에 대한 대응책의 필요성과 향후 유사한 감염병 사태에 대비한 심리적 고통을 완화하기 위해 국민 절반에 가까운 응답자의 49.6%가 심리적 고통을 완화하기 위한 심리정신지원 서비스의 필요성을 응답하였고(경기연구원, 2020), 부산지역 주민들을 대상으로 한 심리건강 서비스 인식 응답 결과 심리 정신건강 정보와 프로그램의 필요성을 언급하였다(한나현, 2022).

하지만 경기연구원의 조사에서도 성별에 따라 스트레스의 원인 별 수준이 상이하여, 여성이 64.9%로 남성 58.5%에 비하여 높았고, 사회적 거리두기로 인한 스트레스는 남성이 63.1%로 여성의 59.3%보다 높게 나타났다. 즉, 여성은 코로나19 질병자체에 대한 두려움이 크고, 반면에 남성은 코로나19로 인한 사회적 거리두기로 인한 관계 단절 및 사회생활의 제한에서 오는 스트레스를 크게 느끼는 것으로 분석되었다. 이에 따라 국민이 원하는 심리·정신 지원서

비스의 필요성은 연령별, 대상자별 맞춤형의 심리·정신회복 프로그램 개발이 필요하며, 이를 위해 특정 지역 및 집단, 계층 등에 맞는 프로그램 개발을 위한 조사와 연구가 필요하다고 제안하였다(경기연구원, 2020).

특히 공동체인 지역사회 단위 및 지자체에서의 주민의 심리·정신회복을 위한 '모바일 자기관리 프로그램' '힐링 앱 보급' '맞춤형 힐링 콘텐츠 개발' 등의 다양한 심리지원 서비스 및 콘텐츠의 개발과 해당 지역의 학생, 주부, 직장인, 노인 등을 대상으로 한 맞춤형 힐링 프로그램의 운영 등 지역사회의 정신건강 회복을 위한 노력과 이에 적절한 프로그램 도입의 필요성을 주장하였다(이은환, 2020).

이와 같은 선행연구 결과의 보고에 따라 본 연구에서는 이전에 경험하였던 감염병인 사스와 메르스에 이어 현재까지 지속되고 있는 코로나19와 같은 신종 감염병의 출현이 전 국민에게 공포·우울·스트레스·불안과 같은 트라우마에 매개할 수 있는 사회 전반의 정신건강 문제가 수반될 수 있음을 인지하고, 이에 대한 멘탈 데믹에 대비하기 위한 지역사회에서 지속적으로 활용될 수 있는 정신건강회복을 위한 심리방역에 대한 필요성과, 구성원 간의 관계로 정서적 안정감에 도움을 주는 신체적, 정신적 건강증진을 도모하는 공동체 의식을 확인하여 향후 포스트 코로나 및 추후 발생할 수 있는 감염병과 관련하여 이에 대한 지역주민의 건강한 삶의 영위를 위한 가이드라인의 구축에 대한 기초자료를 만드는 것에 목적이 있다.

따라서 본 연구의 목적은 팬데믹 속에서 지역주민의 공동체의식과 정신건강회복의 관계에서 코로나19 두려움과의 매개효과를 검증하는 것에 있다. 본 연구를 통해서 지역주민의 심리 및 사회적 건강지표 간의 연관성을 확인하고, 향후 감염병과 같은 재난 발생 시 체계적인 심리방역 및 지역사회에 적절한 정신건강 서비스를 제공하기 위한 기초자료로 활용되기를 기대한다.

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 2022년 서울특별시 강동구에 거주하는 40~80세 남녀를 모집단으로 선정한 후 비확률적 표집 방법인 유의적 표집법(Purposive Sampling)을 통해 300명을 선정하였다. 자료수집 과정에서 불성실하게 응답한 43명을 제외한 총 257명(평균연령 56.93세, 표준편차 9.45)의 자료를 분석하였다.

어르신 당구 아카데미 수강생, 평생 학습관 수강생, 에어로빅 수강생 등 강동구에서 실시하고 있는 생활체육 참여자를 대상으로 대면 설문을 진행하였다. 추가적으로 대면설문이 불가한 집단에 대하여는 설문 집단에 대한 충분한 구두 설명과 동의를 구한 후 Google 온라인 설문을 활용한 비대면 설문도 병행하였다.

연구대상자의 인구통계학적 특성은 아래 <표 1>과 같다. 구체적으로 참여자의 성별은 남성 59명(23%), 여성 198명(77%), 연령대는

40대 26명(10.1%), 50대 83명(32.3%), 60대 97명(37.7%), 70대 46명(17.9%). 80대 5명(1.9%), 그리고 코로나19 감염자 93명(36.2%), 비감염자 164명(63.8%)으로 나타났다.

표 1. 연구대상자 인구통계학적 특성

구분		인원(명)	백분율(%)
성별	남성	59	23.0
	여성	198	77.0
연령대	40대	26	10.1
	50대	83	32.3
	60대	97	37.7
	70대	46	17.9
	80대	5	1.9
감염여부	감염자	93	36.2
	비감염자	164	63.8
총원		257	100

2. 조사도구

본 연구에서는 2022년 4월 23일부터 5월 2일까지 공동체의식, 정신건강회복 척도 및 코로나19 두려움 척도를 포함한 총 3가지의 설문지를 활용하였다. 먼저 연구대상자에게 연구의 목적과 취지를 설명한 후 참여 동의서 작성을 안내하였다. 이 후 설문을 실시하였으며, 모든 조사도구는 1점(전혀 아니다)부터 5점(매우 그렇다)까지 5점 리커트(likert) 척도로 구성하였다.

1) 공동체의식

강동구민의 공동체의식을 측정하기 위하여 Peterson, Speer와 McMillan(2008)이 개발한 a Brief Sense of Community Scale을 사용하였다. 공동체의식 척도는 4요인, 8문항으로 이루어져 있다. 구체적으로 1요인 욕구충족 2문항, 2요인 소속감 2문항, 3요인 영향력 2문항 그리고 4요인 유대감 2문항으로 구성하였다.

공동체의식의 요인구조를 대상으로 확인적 요인분석을 실시한 결과, 4요인, 8문항으로 나타났으며, 모형 적합지수는 $\chi^2 = 55.846$, $df=14$, $p=.000$, $Q=3.989$, $RMR=.021$, $CFI=.977$, $TLI=.953$, $RMSEA=.100$ (90% CI=.073-.128), $SRMR=.026$ 로 나타났다. 문항 간 내적 일치도 (Cronbach α)는 욕구충족 .781, 소속감 .908, 영향력 .779, 유대감 .850으로 나타났다.

2) 정신건강회복 척도

강동구민의 정신건강회복을 측정하기 위하여 Bullock(2005)이 개발하고 송경옥(2010)이 우리나라 실정에 맞게 번안하고 수정한 Korean Version of Mental Health Recovery Measure(MHRM-K)를 본 연구의 목적에 맞게 수정하였다.

정신건강회복 척도는 총 7요인, 25문항으로 이루어져 있다. 구체적으로 1요인 곤경극복 4문항, 2요인 자기역량 강화 3문항, 3요

인 배움과 자기재정의 4문항, 4요인 기본적 기능 4문항, 5요인 전반적 생활만족 4문항, 6요인 새로운 잠재력 4문항 그리고 7요인 영성 2문항으로 구성하였다.

정신건강회복 요인구조를 대상으로 확인적 요인분석을 실시한 결과, SMC(Squared Multiple Correlations)가 .40 이하인 문항 3, 4, 12, 13, 24, 25를 제거한 6요인, 19문항으로 나타났으며, 모형 적합지수는 $\chi^2 = 301.173$, $df=137$, $p=.000$, $Q=2.198$, $RMR=.030$, $CFI=.950$, $TLI=.937$, $RMSEA=.063$ (90% CI=.054-.073), $SRMR=.041$ 로 나타났다. 문항 간 내적 일치도는 곤경극복 .554, 자기역량강화 .794, 배움과 자기재정의 .803, 기본적기능 .801, 전반적 생활만족 .895, 새로운잠재력 .867로 나타났다.

3) 코로나19 두려움

코로나19 두려움을 측정하기 위하여 Ahorsu, Lin, Imani, Saffari, Griffiths와 Pakpour(2020)의 Fear of Coronavirus-19 Scale을 사용하였다. 본 설문지는 단일요인, 6문항으로 이루어져 있다.

코로나19 두려움 척도의 요인구조를 대상으로 확인적 요인분석을 실시한 결과, SMC가 .40 이하인 문항 2를 제거한 1요인, 5문항으로 나타났으며, 모형 적합지수는 $\chi^2 = 36.422$, $df=5$, $p=.000$, $Q=7.284$, $RMR=.050$, $CFI=.952$, $TLI=.904$, $RMSEA=.145$ (90% CI=.103-.191), $SRMR=.041$ 로 나타났다. 문항 간 내적 일치도는 .857로 나타났다.

3. 자료처리 및 평가방법

지역구민의 공동체의식, 정신건강회복 및 코로나19 두려움의 관련성을 분석하기 위해서 IBM SPSS Statistics 24를 이용해 기술통계 분석, 문항 간 내적 일치도, 상관분석(Correlation analysis), 회귀분석(Regression analysis)을 실시하였다. IBM SPSS Amos 21을 활용하여 측정변수의 요인구조에 대한 확인적 요인분석을 실시하였다. 그리고 공동체의식이 코로나19 두려움을 매개하여 정신건강회복에 유의한 영향을 미치는지를 확인하기 위해서 SPSS Process Macro 4.1을 활용해 매개효과를 분석하였다. 모든 통계적 유의수준은 ($p<.05$)로 설정하였다.

III. 연구결과

1. 변수 간의 상관관계

공동체의식, 정신건강회복 척도 및 코로나19 두려움 간의 상관관계를 분석한 결과, 아래 <표 2>와 같이 변수 간의 상관계수는 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 구체적으로 공동체의식과 정신건강회복($r=.518$, $p<.01$), 코로나19 두려움($r=.128$, $p<.05$) 그리고 정신건강회복과 코로나19 두려움($r=.123$, $p<.05$)은 정적 관련성이 나타났다.

표 2. 상관관계분석 결과

	공동체의식	정신건강회복	코로나19 두려움
공동체의식	1		
정신건강회복	.518**	1	
코로나19 두려움	.128*	.123*	1

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

2. 공동체의식과 코로나19 두려움의 인과관계

공동체의식과 코로나19 두려움 사이의 인과관계를 분석한 결과, 아래 <표 3>과 같이 두 변수 간의 인과계수는 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 구체적으로 공동체의식은 코로나19 두려움($t=2.191$, $\beta=.126$, $p=.029$)에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 3. 단순회귀분석 결과

종속변수	독립변수	SE	β	t	p
코로나19 두려움	(상수)	233	-	9.975	.000
	공동체의식	.070	.126	2.191	.029

$R=.126$, $R^2=.016$, 수정된 $R^2=.013$, $F=4.799$, $p=.029$

3. 공동체의식과 정신건강회복의 인과관계

공동체의식과 정신건강회복 척도 사이의 인과관계를 분석한 결과, 아래 <표 4>와 같이 두 변수 간의 인과계수는 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 구체적으로 공동체의식은 정신건강회복($t=9.670$, $\beta=.518$, $p=.000$)에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 4. 단순회귀분석 결과

종속변수	독립변수	SE	β	t	p
정신건강회복	(상수)	.151	-	15.397	.000
	공동체의식	.045	.518	9.670	.000

$R=.518$, $R^2=.268$, 수정된 $R^2=.265$, $F=93.514$, $p=.000$

4. 공동체의식 및 코로나19 두려움과 정신건강회복의 인과관계

공동체의식 및 코로나19 두려움과 정신건강회복 사이의 인과관계를 분석한 결과, 아래 <표 5>와 같이 공동체의식은 정신건강회복($t=9.832$, $\beta=.499$, $p=.000$)에 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면에 코로나19 두려움은 정신건강회복($t=-.033$, $\beta=-.002$, $p=.974$)로 통계적으로 유의미한 영향을 미치지 않았다.

표 5. 다중회귀분석 결과

종속변수	독립변수	SE	β	t	p
정신건강회복	(상수)	.153	-	16.407	.000
	공동체의식	.040	.499	9.832	.000
	코로나19 두려움	.033	-.002	-.033	.974

$R=.499$, $R^2=.249$, 수정된 $R^2=.244$, $F=49.071$, $p=.000$, Durbin-Watson=1.757

5. 공동체의식과 정신건강회복의 관계에서 코로나19 두려움의 매개효과

공동체의식과 정신건강회복 척도의 관계에서 코로나19 두려움의 매개효과를 분석한 결과는 아래 <표 6>과 같다. 첫째, 독립변수인 공동체의식은 매개변수인 코로나19 두려움에 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다($t=1.985$, $\beta=.151$, $p=.048$). 둘째, 독립변수인 공동체의식은 종속변수인 정신건강회복에 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다($t=9.455$, $\beta=.427$, $p=.000$), 매개변수인 코로나19 두려움은 종속변수인 정신건강회복에 통계적으로 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다($t=1.207$, $\beta=.044$, $p=.228$). 셋째, 공동체의식과 정신건강회복의 관계에서 코로나19 두려움의 간접효과는 Effect .006, Boot SE .007, BootLLCI -.005, BootULCI .025으로 나타났다. 하한한계(LLCI)와 상한한계(ULCI) 사이에 0이 존재하기 때문에 코로나19 두려움의 간접효과 즉 매개효과는 통계적으로 유의미하지 않는 것으로 나타났다.

표 6. 매개효과분석 결과

종속변수	독립변수	β	SE	t	p	LLCI	ULCI
코로나19 두려움	(상수)	2.400	.257	9.339	.000	1.894	2.906
	공동체의식	.151	.076	1.985	.048	.001	.301
정신건강회복	(상수)	2.224	.175	12.693	.000	1.879	2.569
	공동체의식	.427	.045	9.455	.000	.338	.516
	코로나19 두려움	.044	.036	1.207	.228	-.028	.117
간접효과	코로나19 두려움	.006	.007			-.005	.025

Bootstrapping 5,000 samples

IV. 논의

본 연구는 지역구민의 공동체의식과 정신건강회복 척도의 관계에서 코로나19 두려움의 매개효과를 검증하는 데 목적이 있다. 연구목적 달성을 위해서 자료를 분석한 결과는 다음과 같다.

첫째, 공동체의식, 정신건강회복 및 코로나19 두려움 간의 관련성은 통계적으로 유의미하게 나타났다. 변안된 정신건강회복 척도

의 사용목적은 정신보건 서비스가 회복을 촉진 시킬 수 있는 ‘서비스 체계’로 전환되어야 함을 강조하며, 이를 위하여 서비스 지향가치가 변화되어야 하며, 지역사회에서 지역주민 스스로가 자신의 치유방식을 선택하고 새로운 삶의 전환을 위한 회복희망을 복돋는 것에 도움을 주자는 의도로 사용된 척도이다. 사회적 거리두기는 공동체 구성원 간의 정보 전달 및 의사소통을 위축시켜 고립감, 무력감, 우울감 등 정신건강을 악화시킨다(심민영, 2020; Brooks et al., 2020). 격리나 봉쇄로 인해서 지역주민이 불균등한 정보를 획득함으로써 부정확한 소문이 확산되고, 감염병에 대한 두려움이 증가한다(Jone et al., 2017). 이에 개인의 정신건강은 공동체 전체에 전염병처럼 확산되기도 한다(이은환, 2020). 이상의 선행연구는 공동체의식, 정신건강회복 척도 및 코로나19 두려움 간의 관련성을 지지한다.

둘째, 공동체의식은 코로나19 두려움 및 정신건강회복에 통계적으로 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 코로나19의 확산에 대응하기 위한 자가격리와 사회적 거리두기 지침은 지역주민의 자유로운 신체활동을 구속하고, 사회적 단절을 유발한다(Bhuiyan, Sakib, Pakpour, Griffiths, & Mamun, 2020; 2021). 이러한 방역지침은 개인을 공동체와 단절시킴으로써 소외감과 고립감을 유발시키고 급기야 우울감을 증가시킨다는 연구와 일맥상통한다(성경주, 김석범, 2021). 또한 미국에서도 외출제한과 방역을 위한 정부차원의 봉쇄가 시민의 비판적 사고, 불안, 공포 및 스트레스 등을 촉발시키는 것으로 나타났다(Jacob, 2020).

셋째, 공동체의식과 정신건강회복의 관계에서 코로나19 두려움의 간접효과는 통계적으로 유의미하지 않았다. 즉, 공동체의식이 코로나19 두려움을 매개하여 정신건강회복에 유의미한 영향을 미치지 않는다고 해석할 수 있다. 이러한 결과는 본 연구가 시행될 당시의 팬데믹 국면과 연관이 있을 것이다. 코로나19 발생 초기에는 코로나바이러스 감염증-19라는 새로운 감염병에 대한 전대미문의 빠른 전파력의 고위험 군 감염병에 대한 정보부족과 대응하기 어려운 상황의 백신 미개발 등 언론을 통해 보도되는 외출 시 발생하는 빠른 감염 전파력과 고위험군의 감염 치사율에 대한 두려움이 높았다. 그러나 2021년 11월 새롭게 발견된 SARS-Cov-2, 오미크론 변이는 전파력이 높은 대신 중증화율이 낮다고 보고되었다(질병관리청 홈페이지, 2022.7). 특히 2022년 5월은 오미크론 변이가 우세종으로 전환되고, 백신 개발을 통한 전 국민 백신 접종 권유와 확진자에 대한 적극적인 지역사회 차원의 관리 등 정부의 단계적 일상회복 조치에 따라 지역주민들은 감염병에 대한 두려움은 마스크 착용의 일상화와 개인위생 관리 철저(손씻기 등)으로 완화된 것으로 사료된다. 이는 코로나19 두려움은 백신 개발 전 전파력이 강했던 시기 초기에는 마스크 5부제 등을 통한 사회적 거리두기 방역지침 준수 및 외출 제한 등으로 두려움을 느꼈지만, 이후 백신 접종 등을 통한 단계적 회복을 통하여 지역사회 내에서도 확진자에 대한 관리 및 치료제 제공 등의 돌봄 서비스를 통하여 코로나19에 대한 두려움은 감소한 것으로 보인다.

또한 지역사회 공동체의식은 선행연구에서도 신체활동의 증가나

삶의 질 향상과 같은 건강의 개선에 따라(Kraithaworn, Sirapo-ngam, Piaseu, Nityasuddhi, & Gretebeck, 2011; Vieno, Santinello, Pastore, & Perkins, 2007) 본 연구에서 역시 사회적 거리두기 완화에 따른 단계적 일상회복으로, 외출이나 지역사회에서의 신체활동 등의 공동체 활동을 통해 공동체의식과 정신건강회복 사이에는 유의적 의미가 도출되었음을 고려하였을 때, 향후 유사한 감염병 시 지역사회에서의 비대면 또는 유선을 통한 지역주민과의 공동체의식의 소속감을 위한 연결성을 부여할 수 있는 제도적 측면의 관리는 필요할 것으로 사료된다. 또한 지역주민 역시 정신건강회복 척도에서 보고하고 있듯이, 포스트 코로나 또는 유사한 감염병에 대비한 ‘심리방역’인 심리지원 서비스를 위한 지역주민의 의견을 반영한 체계적인 지원계획과 지역주민의 정신건강 및 심리방역에 도움이 될 수 있을 것이다.

공동체의식과 정신건강회복의 관계에서 이와 같은 유의미한 통계적 의미는 전대미문의 전염병인 코로나19는 인간과 인간의 접촉에서 나온 것으로, 우리가 혼자인 것 같아도 그렇지 않다는 것을 의미한다. 코로나19에 대한 방역지침 준수 및 지역사회 및 건강한 생활의 영위를 위해서 국민들은 정부의 방역지침 준수에 따른 백신 접종 및 마스크 착용, 사회적 거리두기 등의 방역지침을 철저히 준수하였다. 이를 공동체의식과 연결해보면, 마스크 착용에 대한 의미는 크게 두 가지로 나눌 수 있다. 첫째, 자신과 가족의 건강을 위한 자신을 위한 부분, 둘째, 이타적 입장에서 타인의 건강을 생각하는 마음이다. 전대미문의 긴 감염병으로 우리가 느낄 수 있었던 교훈 중 하나는 내가 내린 공기를 타인이 다시 공유하는 현실은 사실 우리는 타인으로 살아가는 것 같지만, 같은 현실, 같은 공간에서 동일한 순간과 공기를 공유하며 살아가고 있다는 ‘공동체’ 이기에 방역지침 준수로 인한 여러 가지 심리적·경제적 어려움에도 불구하고 정부의 단계적 방역지침 준수를 준수했을 것이라고 생각한다. 그렇기에 뉴노멀이라는 코로나19로 새로 맞이하게 된 다양한 변화와 문화에서, 타인에게 받았던 따뜻한 경험을 서로 나누거나, 우리가 공동체에 살고 있음을 재확인 할 수 있는 기회가 되기도 했을 것이다.

코로나 블루, 멘탈데믹, 언택트(Untact)라는 신조어까지 생기며 사회적 거리두기, 마스크 5부제, 비대면 온라인 수업과 재택근무 등 사회 여러 분야에서의 새로운 경험들은 분명 우리에게 처음이고 낯선 경험이었다. 하지만 본 연구를 통해서 확인한 ‘공동체의식’이 ‘정신건강회복 척도’에 정적인 영향을 미친 요인 부분은 향후 이와 같은 예상하지 못한 감염병의 상황에서 지역주민이 하나의 공동체로 비대면으로라도 서로를 돌볼 수 있는 경험의 지혜를 배운 계기가 되었으며, 향후 코로나19와 같은 감염병 등 예상하지 못한 심리재난에 대비한 심리방역 자료의 하나로, 본 연구의 결과는 지역주민이 요구하는 정신건강회복에 도움이 될 수 있는 자료가 될 수 있을 것이라 기대한다.

V. 결론 및 제언

본 연구에 대한 결론은 다음과 같다. 첫째, 공동체의식, 정신건강회복 및 코로나19 두려움 사이에는 유의미한 상관관계가 나타났다. 둘째, 공동체의식은 코로나19 두려움 및 정신건강회복에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 공동체의식은 코로나19 두려움을 매개하여 정신건강회복에 통계적으로 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

한편 본 연구를 토대로 후속 연구를 생각을 다음과 같이 제안한다. 첫째, 본 연구의 결과를 토대로 향후 일상회복 계획이나 정책을 수립할 필요가 있다. 지역주민의 정신건강을 증진시키기 위해서는 심리 및 정신적 개입뿐만 아니라 지역사회에 대한 개인의 소속감과 영향력, 개인 간의 유대감 등을 포함한 사회적 요인도 함께 고려해야 한다.

둘째, 지역주민의 연령을 10대, 20대, 30대로 확대해 연령에 따른 공동체의식, 정신건강회복 및 코로나19 두려움의 차이를 검증하거나, 모든 연령층을 대상으로 한 일반적인 속성을 확인할 필요가 있다. 이를 토대로 지역구에서 실시하고 있는 신체활동이나 생활체육 프로그램 등과의 신체활동 연계를 통하여 주민의 생애주기 및 환경적 특성 등을 고려한 맞춤형 프로그램의 운영이 필요할 것이다.

셋째, 코로나19 확산 범위와 같은 팬데믹 국면 또는 치사율 및 중증화율 등을 고려한 변이 바이러스의 특성에 따라 코로나19 두려움의 차이를 확인하고 변수들 간의 관계를 새롭게 설정할 필요가 있다.

참고문헌

경기연구원(2020). **코로나19로 인한 국민 정신건강 실태조사**. 자체.
고정리(2013). **유아 공동체의식 함양 활동 구성 및 적용 효과**. 미간행 박사학위논문. 한국교원대학교 대학원, 충북.
김민정, 장덕선(2020). 학생선수의 코로나 19 경험 인식에 대한 은유 분석. **한국스포츠심리학회지**, 31(3), 81-102.
대한신경정신의학회(2020). **코로나 19 심리방역을 위한 마음건강지침**. 자체.
성경주, 김석범(2021). 코로나19로 인한 일상생활의 변화가 코로나블루에 미치는 영향. **한국상담심리교육복지학회**, 8(5), 67-79.
송경옥(2010). 한국어판 정신건강회복척도 (MHRM-K) 의 신뢰도와 타당도 평가. **정신건강과 사회복지**, 34, 154-188.
심민영(2020). 코로나바이러스감염증-19 와 관련된 정신건강 문제. **Korean Journal of Medicine (구 대한내과학회지)**, 95(6), 360-363.
여관현(2015). 주거환경관리사업에서 공동체의식 형성에 관한 연구. 전 자자료, [서울도시연구], 16(1).

육성찬, 박한숙(2016). 한국 초등학교 학생들의 공동체의식과 학교생활 만족도와와의 관련성 탐색. **학습자중심교과교육연구**, 16(3), 37-58.
이은환(2020). 코로나 19 세대, 정신건강 안녕한가! 이슈 & 진단, 1-25.
조광원(2022). **유학(儒學)의 가치·덕목에 기반한 초등학교 도덕과에서의 공동체의식 교육방안**. 미간행 박사학위논문. 서울대학교 대학원.
질병관리청 홈페이지(2022.07). <https://ncv.kdca.go.kr/menu.es?mid=a30101000000>에서 검색하였음
한나현(2022). 코로나19 사회적 거리두기 장기화로 인한 부산광역시 북구 주민의 심리적 스트레스와 우울감 실태조사. **지역사회 건강과 질병**(69), 34-35.
Ahorsu, D. K., Lin, C. Y., Imani, V., Saffari, M., Griffiths, M. D., & Pakpour, A. H. (2020). The fear of COVID-19 scale: development and initial validation. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-9.
Bhuiyan, A. K. M. I., Sakib, N., Pakpour, A., Griffiths, M. D., & Mamun, M. (2020). Covid-19 related suicides in Bangladesh due to lockdown and economic factors: case study evidence from media repots. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 15, 1-6.
Bhuiyan, A. K. M., Sakib, N., Pakpour, A. H., Griffiths, M. D., & Mamun, M. A. (2021). 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*, 19(6), 2110-2115.
Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The lancet*, 395(10227), 912-920.
Chen, N., Zhou, M., Dong, X., Qu, J., Gong, F., Han, Y., ... & Zhang, L. (2020). Epidemiological and clinical characteristics of 99 cases of 2019 novel coronavirus pneumonia in Wuhan, China: a descriptive study. *The lancet*, 395(10223), 507-513.
Cheng, C. (2004). To be paranoid is the standard? Panic responses to SARS outbreak in the Hong Kong Special Administrative Region. *Asian Perspective*, 67-98.
Cheng, C., & Tang, C. S. K. (2004). The psychology behind the masks: Psychological responses to the severe acute respiratory syndrome outbreak in different regions. *Asian Journal of Social Psychology*, 7(1), 3-7.
Darlaston-Jones, D. (2007). Psychological sense of community and its relevance to well-being and everyday life in Australia.

- Australian Community Psychologist*, 19(2), 1-25.
- Gattino, S., De Piccoli, N., Fassio, O., & Rollero, C. (2013). Quality of life and sense of community. A study on health and place of residence. *Journal of Community Psychology*, 41(7), 811-826.
- Greenberg, N., Docherty, M., Gnanapragasam, S., & Wessely, S. (2020). Managing mental health challenges faced by healthcare workers during covid-19 pandemic. *BMJ*, 368. :m1211 DOI:10.1136/bmj.m1211
- Jacobson, N. C., Lekkas, D., Price, G., Heinz, M. V., Song, M., O' Malley, A. J., & Barr, P. J. (2020). Flattening the mental health curve: COVID-19 stay-at-home orders are associated with alterations in mental health search behavior in the United States. *JMIR Mental Health*, 7(6), e19347.
- Jones, N. M., Thompson, R. R., Dunkel Schetter, C., & Silver, R. C. (2017). Distress and rumor exposure on social media during a campus lockdown. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 114(44), 11663-11668.
- Koo, J. R., Cook, A. R., Park, M., Sun, Y., Sun, H., Lim, J. T., ... & Dickens, B. L. (2020). Interventions to mitigate early spread of SARS-CoV-2 in Singapore: a modelling study. *The Lancet Infectious Diseases*, 20(6), 678-688.
- Korea Disease Control and Prevention Agency. 코로나바이러스감염증-19(COVID-19) 발생동향 [Latest updates in coronavirus disease-19, Republic of Korea] [cited 2021 Jan 7]. Available from: <http://ncov.mohw.go.kr/>.
- Kraithaworn, P., Sirapo-ngam, Y., Piaseu, N., Nityasuddhi, D., & Gretebeck, K. A. (2011). Factors predicting physical activity among older Thais living in low socioeconomic urban communities. *Pacific Rim International Journal of Nursing Research*, 15(1), 39-56.
- Kwek, S. K., Chew, W. M., Ong, K. C., Ng, A. W. K., Lee, L. S. U., Kaw, G., & Leow, M. K. S. (2006). Quality of life and psychological status in survivors of severe acute respiratory syndrome at 3 months postdischarge. *Journal of Psychosomatic Research*, 60(5), 513-519.
- Leung, G. M., Lam, T. H., Ho, L. M., Ho, S. Y., Chan, B. H. Y., Wong, I. O. L., & Hedley, A. J. (2003). The impact of community psychological responses on outbreak control for severe acute respiratory syndrome in Hong Kong. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 57(11), 857-863.
- McMillan, D. W., & Chavis, D. M. (1986). Sense of community: A definition and theory. *Journal of community psychology*, 14(1), 6-23.
- Peterson, N. A., Speer, P. W., & McMillan, D. W. (2008). Validation of a brief sense of community scale: Confirmation of the principal theory of sense of community. *Journal of Community Psychology*, 38(1), 61-73.
- Ramalingaswami, V. (2001). Psychosocial effects of the 1994 plague outbreak in Surat, India. *Military medicine*, 166(suppl_2), 29-30.
- Shields, M. (2008). Community belonging and self-perceived health. *Health reports*, 19(2), 51.
- Torales, J., O' Higgins, M., Castaldelli-Maia, J. M., & Ventriglio, A. (2020). The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. *International Journal of Social Psychiatry*, 66(4), 317-320.
- Vieno, A., Santinello, M., Pastore, M., & Perkins, D. D. (2007). Social support, sense of community in school, and self-efficacy as resources during early adolescence: An integrative model. *American journal of community psychology*, 39(1), 177-190.
- WHO(2020.1.30). Statement on the second meeting of the International Health Regulations (2005) Emergency Committee regarding the outbreak of novel coronavirus (2019-nCoV). [https://www.who.int/news-room/detail/30-01-2020-statement-on-the-second-meeting-of-the-international-health-regulations-\(2005\)-emergency-committee-regarding-the-outbreak-of-novel-coronavirus-\(2019-ncov\)](https://www.who.int/news-room/detail/30-01-2020-statement-on-the-second-meeting-of-the-international-health-regulations-(2005)-emergency-committee-regarding-the-outbreak-of-novel-coronavirus-(2019-ncov)).
- WHO(2020.7.31).Rolling updates on coronavirus disease(COVID-19). <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/events-as-they-happen>.
- Williams, S. N., Armitage, C. J., Tame, T., & Dienes, K. (2020). Public perceptions and experiences of social distancing and social isolation during the COVID-19 pandemic: A UK-based focus group study. *BMJ open*, 10(7), e039334.