



코로나19 시기 청년 1인가구의 정신건강과 돌봄

김 정 은 (수원대 아동가족복지학과 조교수), 문 아 름 (수원대 아동가족복지학과 석사과정)

연구목적

한국에서 1인가구는 전체 가구유형 중 가장 큰 비중을 차지하는 유형이 되었고 향후 그 비중은 더욱 커질 것으로 예측된다(통계청, 2018). 2020년도부터 지속된 코로나19 팬데믹 상황으로 인해 일상이 무너지면서 우울 등 정신건강 문제를 호소하는 사람들이 늘어난 것으로 보고되는데(국무조정실, 2020), 특히 청년층의 경우에는 코로나19 상황에서 이 시기의 주요 생애과업인 학업적 성취, 취업/경력개발, 부모로부터의 물리적/재정적 독립, 지속적이고 헌신적인 이성관계 등을 제대로 달성하는 데 더 많은 장애를 경험하고 있다는 점에서 많은 관심이 필요한 집단이라 할 것이다. 또 코로나19로 인한 우울이나 자살위기 등 고위험군 대상으로 지정된 집단에는 20-30대 여성이 해당되어(국무조정실, 2020), 청년 여성들에 대한 관심이 요구된다. 본 연구에서는 코로나19 상황을 경험하고 있는 1인가구의 정신건강에 대해 살펴보고자 하며, 특히 코로나19로 인해 생애과업 달성에 많은 어려움을 겪고 있는 청년층 20-30대를 대상으로, 1인가구와 다인가구, 그리고 청년 여성과 남성의 웰빙과 돌봄행동에 어떠한 차이가 있는지 비교해보았다. 정신건강에 대한 정의를 내림에 있어 보다 협소한 의미로만 사용하는 학자들도 있으나 본 연구에서는 US Department and Health Services의 정의를 토대로 보다 광의의 정의를 적용한다(“Mental health includes our emotional, psychological, and social well-being.”).

연구방법

분석자료: 2021년 5월 말 1주일에 걸쳐 온라인 조사전문업체를 통해 조사를 실시하였다. 서울 및 경기 20-30대 청년대상

	20대	30대	총합계
1) 남자	226	231	457 (49.8%)
1) 1인 가구 (본인 혼자)	125	125	250
2) 다인 가구 (2인 이상)	101	106	207
2) 여자	225	235	460 (50.2%)
1) 1인 가구 (본인 혼자)	125	131	256
2) 다인 가구 (2인 이상)	100	104	204
총합계	451	472	917 (100%)

관심변수 및 척도: (1) 웰빙 척도: 정서, 사회, 심리적 차원을 포함하는 다차원 척도를 활용(Keyes, 2002), 총 14개 문항으로 구성되며 응답선택지는 ‘전혀 없다’부터 ‘매일’에 이르기까지 0점-5점 척도 (2) 우울 척도: 한국복지패널에서 사용되는 우울감 문항 11개를 모두 활용 ‘극히 드물다(1주일에 1일 미만) = 1점’부터 ‘자주(1주일에 5일 이상) = 4점’에 이르기까지 4점 척도 (3) 자살사고여부, 건강증진행동 Walker와 Hill-Polerecky(1996)의 ‘The Health-Promoting Lifestyle Profile II(HPLP-II)’를 한글로 번안한 김정은(2017)의 문항들을 사용 영적 성장 9문항, 대인관계 9문항, 스트레스 관리 8문항, 건강 책임 9문항, 신체 활동 8문항, 그리고 영향 9문항 등 총 52개 문항으로 구성되어 있다. 응답선택지는 ‘전혀 하지 않는다 = 1점’부터 ‘일상적으로/정기적으로 한다 = 4점’에 이르는 4점 척도 (4)자기효능감 Sherer 등(1982)의 척도

연구문제 및 분석방법: (1)조사대상자 일반적 특성 파악 위해 인구사회학적 특성에 대해 기초통계량 분석, (2) 성별, 가구유형별 코로나 19 팬데믹 상황에서의 정신건강, 개인특성에 대해서는 t-test, chi-square 테스트를 통해 집단별 차이 검정을 실시

연구결과

<표 2> 성별에 따른 웰빙 수준 차이					
	성별	N	M	SD	<i>t (p)</i>
정서적 웰빙	남자	457	2.5667	1.07989	-.868
	여자	460	2.6290	1.09267	(.386)
사회적 웰빙	남자	457	2.1856	.99634	2.297*
	여자	460	2.0335	1.00864	(.022)
심리적 웰빙	남자	457	2.5821	1.02248	1.105
	여자	460	2.5076	1.01794	(.269)
총 웰빙	남자	457	2.4372	.94781	1.181
	여자	460	2.3643	.92154	(.238)

<표 3> 가구유형별 웰빙 수준 차이					
	가구유형	N	M	SD	<i>t (p)</i>
정서적 웰빙	1인가구	506	2.6238	1.07011	.801 (.424)
	다인가구	411	2.5661	1.10610	
사회적 웰빙	1인가구	506	2.1838	1.00964	2.499*
	다인가구	411	2.0175	.99250	(.013)
심리적 웰빙	1인가구	506	2.6199	1.01192	2.483*
	다인가구	411	2.4521	1.02424	(.013)
총 웰빙	1인가구	506	2.4650	.93267	2.319*
	다인가구	411	2.3213	.93273	(.021)

<표 5> 성별에 따른 우울감 차이					
	성별	N	M	SD	<i>t (p)</i>
우울감	남자	457	1.7515	.61353	-2.354*
	여자	460	1.8472	.61739	(.019)

<표 7> 가구유형에 따른 우울감 차이					
	가구유형	N	M	SD	<i>t (p)</i>
우울감	1인가구	506	1.7673	.59017	-1.756
	다인가구	411	1.8392	.64703	(.079)

논의 및 결론

- 청년기 발달과업 달성 여부가 청년들의 정신건강 수준에 영향을 미친다는 것을 알 수 있다. 즉 청년기 대표적인 발달과업인 원가족으로부터의 물리적, 재정적 독립, 학업성취, 취업/경력개발 등을 제대로 이루지 못한 경우 이들의 정신건강에 부정적 영향을 미침을 알 수 있다.
- 본 연구에서 가구유형에 따라 취업여부를 확인한 결과 유의한 차이가 발견되었는데, 1인가구의 경우 다인가구에 비해 높은 취업률을 보였다(1인가구 82.61%, 다인가구 72.26%). 1인가구는 다인가구에 비해 취약한 집단으로 널리 알려져 있으나, 청년 1인가구의 경우에는 해당 시기 발달과업 달성여부에 따라 다인가구로 사는 청년이 더 취약한 집단일 수도 있음을 짐작할 수 있다.
- 본 연구의 결과는 청년 집단을 보다 세분화하여 청년 지원 정책과 프로그램을 제안할 필요가 있음을 시사한다.

본 연구의 한계점은 다음과 같다. 첫째, 분석자료는 대한민국 청년층에 대한 대표성을 갖는 자료가 아니고, 서울과 경기 지역 청년에 대한 자료이므로, 연구결과와 일반화에는 주의를 요한다. 둘째, 분석방법에 있어 집단간 평균차 검증을 통한 비교가 실시되었으므로 향후 취업여부, 만성질환여부 등 정신건강과 웰빙에 영향을 미치는 것으로 알려진 변수들을 통제하여 분석해볼 필요가 있다.

참고문헌

- 국무조정실(2020). 코로나19로 우울감 높아져 정부, 우울증 검진·심리지원 강화. <https://www.korea.kr/news/policyNewsView.do?newsId=148880337>.
- 김정은(2017). 가족 돌봄 제공 고령자의 자기 돌봄 유형과 영향 요인에 관한 연구. 충남대학교 대학원 박사학위논문.
- 통계청 (2018). 인구주택총조사에 나타난 1인가구의 현황 및 특성 보도자료.
- Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207-222.
- Sherer M., Maddux J. E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B., & Rogers, R. W. (1982). The self-efficacy scale: Construction and validation. *Psychological Reports*. 51(2), 663-671. 3