



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

2022년 8월
석사학위논문

COVID-19로 인한 가족생활 변화와 우울감 및 스트레스 증가의 관련성

조선대학교 보건대학원

보건학과

김민수

COVID-19로 인한 가족생활 변화와 우울감 및 스트레스 증가의 관련성

Association between changes in family life due to
COVID-19 and depressive mood and stress perception

2022년 8월 26일

조선대학교 보건대학원

보건학과

김민수

COVID-19로 인한 가족생활 변화와 우울감 및 스트레스 증가의 관련성

지도교수 한 미 아

이 논문을 보건학 석사학위신청 논문으로 제출함

2022년 4월

조선대학교 보건대학원

보 건 학 과

김 민 수

김민수의 석사학위논문을 인준함

위원장 조선대학교 교 수 박 종 (인)

위 원 조선대학교 교 수 류소연 (인)

위 원 조선대학교 교 수 한미아 (인)

2022년 5월

조선대학교 보건대학원

목 차

표 목 차.....	iii
ABSTRACT.....	iv
I. 서론.....	1
II. 연구방법.....	3
A. 이용자료 및 대상.....	3
B. 이용변수.....	4
1. 일반적 특성.....	4
2. COVID-19로 인한 자녀돌봄변화.....	4
3. COVID-19로 인한 경제환경 변화.....	4
4. COVID-19로 인한 가족관계 변화.....	5
5. COVID-19로 인한 우울감 및 스트레스 변화.....	5
C. 자료분석.....	6
III. 연구 결과.....	7
A. 대상자의 특성 분포.....	7
1. 대상자의 일반적 특성.....	7
2. 가족 관련 특성.....	8
3. COVID-19로 인한 자녀돌봄 변화.....	9
4. COVID-19로 인한 경제환경 변화.....	10

5. COVID-19로 인한 가족관계 변화.....	11
6. COVID-19로 인한 우울감 및 스트레스 변화.....	13
B. 대상자의 특성에 따른 우울감 및 스트레스.....	14
1. 대상자의 일반적 특성에 따른 우울감 및 스트레스.....	14
2. 가족 관련 특성에 따른 우울감 및 스트레스.....	16
3. 자녀돌봄 변화에 따른 우울감 및 스트레스.....	17
4. 경제환경 변화에 따른 우울감 및 스트레스.....	18
5. 가족관계 변화에 따른 우울감 및 스트레스.....	19
C. 가족생활 변화와 우울감 및 스트레스 증가 관련요인.....	20
IV. 고찰.....	22
V. 요약 및 결론.....	25
참고문헌.....	26

표 목 차

Table 1. General characteristics of the study participants	7
Table 2. Family-related characteristics of study participants.....	8
Table 3. Changes in child care due to COVID-19	9
Table 4. Changes in the economic environment due to COVID-19	10
Table 5. Changes in family relationships due to COVID-19.....	12
Table 6. Depressive mood and stress perception due to COVID-19	13
Table 7. Depressive mood and stress perception by general characteristics of the subject due to COVID-19	15
Table 8. Depressive mood and stress perception by family-related characteristics of study subjects due to COVID-19.....	16
Table 9. Depressive mood and stress perception by characteristics of changes in child care due to COVID-19.....	17
Table 10. Depressive mood and stress perception by characteristics of changes in the economic environment due to COVID-19.....	18
Table 11. Depressive mood and stress perception by characteristics of changes in family relationships due to COVID-19.....	19
Table 12. Factors related to changes in family life and increased depressive mood and stress perception	21

ABSTRACT

Association between changes in family life due to COVID-19 and depressive mood and stress perception

Kim, Min-Su

Advisor : Prof. Han, Mi Ah

Department of Public Health,

Graduate School of Health Science,

Chosun University

Objective: COVID-19 is an new infectious disease that has had a great impact on daily life of the people. Previous studies have focused on depression and stress in medical workers and COVID-19 confirmed cases. The purpose of this study was to investigate the effect of changes in family life due to COVID-19 on depressive mood and stress perception.

Methods: We used data from 'Survey on changes in family life due to COVID-19' The final study population were 1,500 adults with children aged ≤ 19 years. General characteristics, family life change due to COVID-19, and depression and stress were collected using a computer assisted web interview. Chi-square tests and a binary logistic regression analysis were performed.

Results: Of the total respondents, 59.3% responded that depressive mood and stress perception increased due to COVID-19. The increase

in depressive mood and stress due to COVID-19 by gender was significantly different in simple analysis in women than in men, but there was no significant difference in multiple logistic regression analyses (OR:1.38, 95% CI=0.93-2.04). Regarding the change in the economic environment due to COVID-19, decrease of household income (OR=2.01, 95%CI=1.54-2.62), and increase of household expenditure (OR=1.73, 95%CI=1.28-2.34) were significantly associated with increased risk of depressive mood and stress perception. And depressive mood and stress were significantly higher in respondents who answered that they had no experience in family conflict(OR=7.95, 95%CI=5.92-10.68).

Conclusion: More than half of participants had depressive mood and stress perception due to COVID-19, and changes in household income and expenditure and family care were related. These results could be used to assess changes in family life and to manage mental health when a new infectious disease occurs. It would be necessary to assess the long-term effect of changes in family life due to COVID-19 on mental health.

Key words: Change child care, COVID-19, Depressive mood, Family relationship, Stress perception

I. 서론

코로나바이러스 감염증-19(이하 COVID-19)은 2020년 1월 국내에 처음 발견된 이후 지난 2년 동안 중요한 건강 문제로 간주되고 있다. 전 세계적으로 5억 3308만명 확진자와 631만명의 사망자가 속출하고 있으며, 국내에서도 6월 3일 기준 1,814만 1,835명 확진자와 24,229명의 사망자가 발생하고 있는 상황이다(National Statistical Office, 2022).

COVID-19는 우리의 일상생활 전반에 상당한 영향력을 미치고 있다. 감염병 대유행으로 인해 많은 사람이 사망하였고, 실업률 급증, 소득양극화와 같은 세계 경제 문제 및 사회 구조적 문제가 광범위하게 발생하였다(Kim & Choi, 2021).

신종감염병 발생은 개인들의 일상적인 삶에 있어서도 많은 부분에 영향을 미치고 있다(Kim & Choi, 2021). 사회적 거리두기와 COVID-19로 인한 격리와 시설 이용 제한으로 인해 가족생활 역시 많은 변화를 야기하였다. 직장에서 하던 업무를 재택근무의 형태로 진행하거나, 학교에서 하던 학습을 온라인으로 가정에서 진행하게 되었다. 그리고 보육 기관의 돌봄이 제한을 받으면서 가정에서 아이들을 돌보거나 교육을 도와야 하는 경우가 증가하였다(Chin et al, 2020). 이와 같이 감염병 상황에서 가족과 함께 있는 시간이 증가함에 따라 가족생활의 변화를 일으켰으며, 이는 가족 간의 대화 증가 등 가족 관계가 개선의 측면도 있지만, 가족 갈등이 심화되는 부정적인 영향도 발생하고 있다(Shin et al, 2021).

또한, COVID-19 재난 상황의 경험, 사회적 거리두기로 인한 물리적 고립감의 지속, 경제적 어려움의 심화로 ‘코로나 블루’라는 신조어가 말해주듯 사회 구성원의 정신건강에 부정적인 영향을 미치고 있다(Lee, 2021). 외부 활동을 자제하고 실내에 머무르면서 생기는 답답함, 자신도 감염될 수 있다는 불안감, 작은 증상에도 COVID-19가 아닐까 걱정하는 두려움, 활동 제약이 계속되면서 느끼는 무기력증 등으로 인해 불안과 두려움 등 정신적 충격을 초래한다(Sa et al, 2021).

2021년 3월에 전국 성인 2,000명을 대상으로 수행된 COVID-19로 인한 정신건강 현황조사 결과에 따르면 우리나라 국민의 48%가 COVID-19로 인한 불안, 우울감을 경험하고 있는 것으로 조사되었다(Lee, 2020). 그리고 2021년 12월 국민 정신건강실태조사에 따르면 조사인원 2,063명 중 35.5%인 733명이 불안감을 느끼며, 41.8%인 863명 우울감을 느끼고 있는 것으로 조사되었다(Korean Society

for Traumatic Stress Studies, 2021).

COVID-19 확산에 따른 감염 위험은 지역사회 주민들에게 스트레스나 우울감을 일으킬 수 있으며, COVID-19로 인한 다양한 일상 생활의 제약은 가족생활과 가족관계의 다양한 스트레스 원인으로 작용할 수 있다(Chin et al, 2020). COVID-19 확산으로 인해 경기침체 및 실업, 소득 감소, 감당할 수 없는 부채와 같은 관련 요인으로 인해 부모에게 영향을 미치는 위험에 따라 부모-자녀 관계에 상당한 영향을 미치고 어린이의 정신 건강 문제에 대한 위험이 증가한다(Fegert et al, 2020).

개인이 느끼는 우울감이나 스트레스에 관한 선행연구를 살펴보면 사회적 지원을 많이 받고, 가족탄력성이 높다고 인식할수록 COVID-19 확산 시기 동안 느낀 스트레스 수준이 낮은 것으로 밝혀졌다(Sung et al, 2020). 그리고 COVID-19 감염에 대한 일반대중의 두려움과 심리, 사회적 경험이 우울, 불안에 미치는 영향에 대한 연구에서 가족 관계 갈등 경험의 경우 COVID-19 사태가 확산되던 최근 두 달간, 가족과의 갈등이 커졌다고 응답한 집단이 그렇지 않은 집단에 비해 우울 집단에 속할 확률이 유의하게 높았다(Lee et al, 2020).

이처럼 COVID-19로 인한 우울감이나 스트레스에 대한 연구는 많이 수행되고 있으나, 가족관계 특성이나 COVID-19로 인한 가족 환경 특성의 변화가 대상자의 우울이나 스트레스 등의 정신건강에 미치는 연구는 미비한 실정이다. 따라서 본 연구에서는 COVID-19로 인한 가족생활의 변화가 우울감 및 스트레스에 미치는 영향에 대해 파악하고 가족생활 변화의 주요 요인과 우울감 및 스트레스 증가 관련성에 대해 조사하고자 수행되었다.

II. 연구방법

A. 이용자료 및 연구대상

본 연구는 ‘코로나19로 인한 가족생활 변화조사’ 자료를 활용하였다. 이 조사는 COVID-19로 인한 가족생활 변화를 파악하여 가족 정책 수립의 근거자료로 활용하고자 미성년 자녀가 있는 성인을 대상으로 여성가족부에서 사회조사 전문기관인 엠브레인을 통해 수집된 자료이다(Korean Women’s Development Institute, 2020).

엠브레인은 154만 명의 패널을 보유한 조사 전문기관으로, 국내에서 가장 많은 수의 마케팅 조사, 사회/공공 조사, 리서치 콘텐츠 사업, 패널 사업 등을 진행하고 있으며, 신규가입자에 한해 가입 경품 추첨을 진행하고, 가입자 추천을 통해 가입하는 회원은 추가 적립금을 지급하는 등 여러 방법을 통해 회원을 모집하고 있다. 그리고 설문에 참여하는 패널에 적립금을 지급하고, 1% 적립금은 기부하는 등 사회적 책임 역할도 하고 있다.

엠브레인 회원으로 등록되어있는 회원들을 대상으로 무작위로 문자, 메일, 카카오톡을 통해 설문조사 참여를 유도하였고, 조사는 엠브레인 회원패널을 표본설계에 맞게 표본 추출하여 진행되었다. 표본 설계를 위해 소득계층은 통계청 가계동향 조사의 가구당 월평균 분위 경계값 비율을 고려하여 1분위 20%, 2분위 25%, 3분위 25%, 4분위 30%로 할당하였고, 참여 성별은 남성 600명, 여성 900명으로 최종 1,500명으로 설정하였다. 그중에서 소득분위 및 성별, 자녀의 나이 등을 설정해 1,500명이 채워질 때까지 설문이 진행되었다.

설문 시 조사 대상자는 가족구성원 중 1명만 설문에 참여할 수 있도록 하였고, 선정 질문에서 함께 살고 있는 자녀를 모두 선택한 뒤, 연령대에 해당하는 자녀의 수를 기입하게 하였다. 자녀가 있지만 같이 거주하지 않는 경우나, 성인 자녀만 있는 경우 설문을 중단하도록 하였다. 조사 기간은 2020년 6월 1~7일 동안이었으며 인터넷 온라인 조사를 통해 수집되었다. 조사내용은 COVID-19로 인한 자녀돌봄, 일과 경제생활의 변화, 가족관계의 변화 등을 포함하였다.

B. 이용변수

1. 일반적 특성

일반적 특성은 성별(남자, 여자), 연령은 20~39세, 40~49세, 50세 이상으로 분류하였다. 응답자의 최종 학력 문항에 대한 답변은 중학교 이하, 고등학교, 대학교, 대학원으로 구성되었고, 고등학교 이하, 대학교, 대학원으로 재분류하였다. 현재 살고 있는 주택의 보유 형태에 대한 답변은 단독주택, 아파트, 주상복합, 오피스텔, 연립/빌라, 기타로 구성되었고, 주택, 아파트, 기타로 재분류하였다. 혼인상태는 미혼, 배우자 있음, 이혼/별거, 사별로 조사하여 배우자 있음과 없음으로 분류하였다. 자녀 수 여부 문항에 대해 1명, 2명, 3명 이상으로 분류하였다. 자녀 학력에 관한 문항에 대한 답변을 통해 미취학 아동과 초등학교 저학년, 초등학교 고학년, 중학생, 고등학생 · 성인자녀로 구성되었고, 미취학아동, 초등학생, 중학생, 고등학생으로 재분류하였다. 근로소득, 임대소득, 이자소득 등을 모두 포함한 월평균 가구소득 문항에 대한 답변을 바탕으로 1분위, 2분위, 3분위, 4분위로 분류하였다.

2. COVID-19로 인한 자녀돌봄 변화

COVID-19로 인한 자녀돌봄에 대한 변화는 COVID-19 이전 주 양육자, COVID-19 이후 돌봄 변화, 가족돌봄휴가 사용을 이용하였다. COVID-19 이전 주 양육자는 “COVID-19 확산 이전에 자녀 돌봄은 주로 누가 하였습니까?”라는 질문에 본인, 배우자, 본인과 배우자가 동등하게 돌봄, 배우자 없음으로 조사하였고, COVID-19 이후 돌봄 변화는 “COVID-19 확산 이전과 비교하여 귀하와 배우자의 자녀 돌봄 분담에 변화가 있습니까?”라는 문항에 대한 답변은 이전과 비교하여 본인이 더 많이 함, 변화 없음, 배우자가 더 많이 함, 배우자 없음으로 분류하였다. 가족돌봄휴가 사용은 “COVID-19 확산 이후 자녀를 돌보기 위해 가족돌봄휴가를 사용하셨습니까?”라는 문항에 사용함, 사용하지 않음으로 조사하였다.

3. COVID-19로 인한 경제환경 변화

COVID-19로 인한 경제환경 변화는 COVID-19로 인한 소득변화와 지출증가를 이용하였다. COVID-19로 소득변화는 “COVID-19 확산 이후, 이전과 비교하여 귀하의 가구 소득에 변화가 있습니까?”라는 문항에 동일, 감소, 증가로 응답한 자

료를 이용하였고, COVID-19로 인한 지출 증가는 “COVID-19 확산 이후, 이전과 비교하여 귀댁의 가구 지출은 어떠하였습니까”라는 문항에 동일, 감소, 증가로 분류된 자료를 이용하였다.

4. COVID-19로 인한 가족관계 변화

가족관계의 변화는 “COVID-19 확산 이후, 이전과 비교하여 가족이 함께 집에 있는 시간에 변화가 있습니까” 문항에 감소, 동일, 증가로 재분류하였고, “COVID-19 확산 이후, 이전과 비교하여 귀하의 가족 모두가 함께하는 놀이나 여가 활동에 변화가 있습니까” 문항에 감소, 동일, 증가로 재분류하였다. “COVID-19 확산 이후, 이전과 비교하여 집에서 가족이 함께 식사하는 횟수에 변화가 있습니까” 문항에 감소, 동일, 증가로 재분류하였다. “COVID-19 확산 이후, 이전과 비교하여 가족원이 서로 갈등을 경험하는 일이 많아졌다고 생각합니까”에 관한 문항에 대해 그렇다, 아니오로 분류하였다. “누구와 갈등 경험했는지 모두 선택해주시시오” 문항에 대한 답변으로 배우자, 미취학 아동, 초등학교 자녀, 중학교 자녀, 고등학교 자녀, 다른 가족, 기타로 분류되었다. “주로 어떤 갈등이 많아졌는지 순서대로 최소 1개, 최대 2개를 선택해주시시오”에 관한 문항에 대해 식사 등 가사 노동 증가로 인한 분담 문제, 감염 예방을 위한 위생 수칙 준수 관련(외출 후 손 씻기, 외출 및 모임 자제 등), 가족 여가를 위한 외출 관련 이견(답답함을 이기기 위해 접촉 최소화한 드라이브 등), TV, 오락 등 여가 활동에 대한 의견 차이, 각자의 생활 습관 문제, 육아 및 돌봄 분담 문제로 분류하였다.

5. COVID-19로 인한 우울감 및 스트레스 변화

COVID-19로 인한 우울감 및 스트레스 변화는 “COVID-19 확산 이후, 이전과 비교하여 귀하의 우울감이나 스트레스가 커졌다고 생각하십니까”에 대한 문항에 예, 아니오로 응답한 자료를 이용하였다. 그리고 우울감이나 스트레스 해소 방법으로 우울감이나 스트레스가 증가하였다고 응답한 사람들을 대상으로 “COVID-19 이후 가족 갈등, 우울감, 스트레스를 어떻게 해소하셨습니까?”라는 질문에 국가, 지방자치단체 등 공공기관에서 제공하는 상담 등을 통해 해소, 사설 기관, 업체 등 민간기관에서 제공하는 상담 등을 통해 해소, 가족 간 대화 등 가족 내에서 해소, 친구 등의 조언 등을 통해서 해소, 해소를 시도하지 않았거나, 해소 방법을 찾지 못했으므로 분류하였다.

C. 자료분석

수집된 자료는 통계분석 프로그램 SPSS 26.0을 이용하여 분석하였다. 기술통계를 통해 참여자 성별, 나이, 소득수준, 자녀들의 학업 수준 등을 빈도와 백분율로 제시하였다. 그리고 COVID-19로 인한 가족 환경 변화, 우울감 및 스트레스 변화 등의 특성도 빈도와 백분율로 제시하였다. 그리고 대상자의 일반적 특성, COVID-19로 인한 가족 환경 변화 특성에 따른 우울감 및 스트레스의 변화율을 파악하기 위해 카이제곱 검정을 실시하였다. 최종적으로 가족생활 변화가 우울감 및 스트레스 증가 관련 영향을 파악하기 위해 이분형 다중로지스틱 회귀분석을 진행하였다.

Ⅲ. 연구결과

A. 대상자의 특성 분포

1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성은 성별의 경우 남성 40%, 여성 60%가 참여하였고, 연령은 20~39세가 36.1%, 40~49세가 51.8%, 50세 이상이 12.1%로 조사되었다. 참여 대상자 학력 수준의 경우 대학교 졸업이 68.9%로 가장 많았고, 대학원 졸업 13.8%, 고등학교 졸업 이하 17.3%이었다. 거주 유형에는 아파트 거주가 74.2%로 가장 많았으며, 일반 주택 7.1%, 기타 18.7%이었다. 집 소유 여부 경우에는 자가 64.3%, 전세, 월세 등 임대 거주인 경우 35.7%이었다(Table 1).

Table 1. General characteristics of the study participants

Variables	Category	N(%)
Total		1,500(100.0)
Gender	Male	600(40.0)
	Female	900(60.0)
Age	20 ~ 39	541(36.1)
	40 ~ 49	777(51.8)
	≥50	182(12.1)
Respondent's final academic background	≤High school	260(17.3)
	University	1,033(68.9)
	Graduate school	207(13.8)
The type of residence	House	106(7.1)
	Apartment	1,113(74.2)
	Etc.	281(18.7)
Type of home possession	Owned house	965(64.3)
	Lease house	535(35.7)

Data were expressed as number (%).

2. 가족 관련 특성

혼인상태는 배우자 있음 응답이 97.7%였고, 없음 2.3%였다. 대상자 자녀 수의 경우 2명이 51.6%로 가장 많았으며, 1명이 37.9%, 3명 이상이 10.5%이었다. 자녀 학령수준의 경우 첫째 아이 기준으로 미취학아동이 41.1%로, 고등학생 25.0%, 초등학생 18.3%, 중학생 15.6%이었으며, 막내 아이 기준으로는 미취학아동이 42.2%로, 초등학생이 28.4%이고, 중학생 14.7%, 고등학생 14.7%로 비슷한 숫자를 보였다. 월평균 가구소득의 경우 4분위 구성이 30%로 가장 많았으며, 2분위 25%, 3분위 25%로 구성되었으며, 1분위가 20%이었다(Table 2).

Table 2. Family-related characteristics of study participants

Variables	Category	N(%)
Marital status	With spouse	1466(97.7)
	Without spouse	34(2.3)
Number of children	1	569(37.9)
	2	774(51.6)
	≥ 3	157(10.5)
Level of education of children (first)	Preschool	616(41.1)
	Elementary school	275(18.3)
	Middle school	234(15.6)
	High school	375(25.0)
Level of education of children (last)	Preschool	633(42.2)
	Elementary school	426(28.4)
	Middle school	220(14.7)
	High school	221(14.7)
Household income	1 st quartile	300(20.0)
	2 nd quartile	375(25.0)
	3 rd quartile	375(25.0)
	4 th quartile	450(30.0)

Data were expressed as number (%).

3. COVID-19로 인한 자녀돌봄 변화

COVID-19 발생 이전 자녀 돌봄을 본인이 담당하였다는 응답이 47.7%로 가장 많았으며, 배우자 26.4%, 본인과 배우자가 동등하게 돌봄 23.6%, 배우자 없음이 2.3%이었다. COVID-19 발생 이후 자녀 돌봄 분담에 경우 변화 없다 응답이 51.1%로 가장 많았으며, 이전보다 더 많아졌음 31.3%, 배우자 부담 증가 15.3% 배우자 없음이 2.3%이었다. 가족돌봄휴가 사용의 경우 사용하지 않은 경우가 91.7%로 다수를 차지하였고, 사용한 경우는 8.3%이었다(Table 3).

Table 3. Changes in child care due to COVID-19

Variables	Category	N(%)
Caring for children before COVID-19	Myself	715(47.7)
	Spouse	396(26.4)
	Take care of each other equally	355(23.6)
	Without spouse	34(2.3)
Changes in child care after COVID-19	More than before	470(31.3)
	No change	766(51.1)
	Spouse does it more	230(15.3)
	Without spouse	34(2.3)
To use family care leave	Use	125(8.3)
	Do not use	1,375(91.7)

Data were expressed as number (%).

4. COVID-19로 인한 경제환경 변화

COVID-19 확산 이후, 가구 소득이 이전과 동일하다는 경우가 51.8%이고, 감소 46.7%, 증가 1.5%이었다. COVID-19 확산 이후, 이전과 비교한 가구 지출이 동일하다는 경우가 35.9%이었고, 증가 32.9%, 감소 31.2%이었다(Table 4).

Table 4. Changes in the economic environment due to COVID-19

Variables	Category	N(%)
Household income	Decreased	700(46.7)
	No change	777(51.8)
	Increased	23(1.5)
Household expenditure	Decreased	468(31.2)
	No change	538(35.9)
	Increased	494(32.9)

Data were expressed as number (%).

5. COVID-19로 인한 가족관계 변화

가족관계의 변화는 COVID-19 확산 이후, 가족이 함께 집에 있는 시간이 늘었다고 응답한 경우가 75.1%이었다. 놀이나 여가 활동은 변화 없다고 응답한 경우가 37.7%로 가장 많았으며, 감소 30.9%, 증가 31.5%였다. 가족 식사 횟수는 증가했다고 응답한 경우가 67.1%였고, 가족원 간 갈등을 경험한 경우가 37.4%였다. 가족 구성원 중 갈등을 겪은 대상자는 배우자가 39.7%로 가장 많았으며, 초등학생 자녀가 19.1%이었다. 가족분쟁 유발 원인의 경우 가사노동 증가 부담 문제가 27.8%로 가장 많았으며, 생활습관 문제 21.7%, 여가 활동에 대한 의견 차이 14.1%, 육아 및 돌봄 부담 문제 11.4%, 가족 여가를 위한 외출 관련 이견 8.4%, 감염 예방을 위한 위생 수칙 준수 관련 문제 8.0%, 경제적 문제로 인한 갈등 8.0%, 기타 0.6%였다(Table 5).

Table 5. Changes in family relationships due to COVID-19

Variables	Category	N(%)
Time spent at home	Decreased	19(1.3)
	No change	354(23.6)
	Increased	1,127(75.1)
Leisure activity time	Decreased	463(30.9)
	No change	565(37.7)
	Increased	472(31.5)
Number of family meals	Decreased	43(2.9)
	No change	450(30.0)
	Increased	1,007(67.1)
Family conflict experience	Yes	561(37.4)
	No	939(62.6)
Conflict family members	Spouse	340(39.7)
	Pre-schooler	102(11.9)
	Elementary school	164(19.1)
	Middle school	93(10.8)
	Highschool	98(11.4)
	Anthor family	51(5.9)
	Etc.	10(1.2)
	Causes of family conflict	Increase in housework and sharing
	Compliance with infection prevention	45(8.0)
	Differences in opinions on going out	47(8.4)
	Differences in opinions on leisure activities	79(14.1)
	Lifestyle	122(21.7)
	Parenting and Caring	64(11.4)
	Economic issues	45(8.0)
	Etc.	3(0.6)

Data were expressed as number (%).

6. COVID-19로 인한 우울감 및 스트레스 변화

COVID-19 확산 이후, 이전과 비교하여 본인의 우울감 및 스트레스가 커졌는지에 대해 59.3%가 그렇다고 응답하였다. 본인의 우울감 및 스트레스가 커졌다고 대답한 대상자를 상대로 COVID-19 이후 가족갈등, 우울감, 스트레스를 어떻게 해소하였는지에 대해 해소 시도하지 않았거나, 해소 방법을 찾지 못했음이 46.6%로 가장 많았으며, 가족 간 대화 등 가족 내에서 해소 42.6%, 친구 등의 조언을 통해 8.5%, 사설 기관·업체 등 민간기관 상담 1.5%, 국가·지방자치단체 등 공공기관 상담 0.8%이었다(Table 6).

Table 6. Depressive mood and stress perception due to COVID-19

Variables	Category	N(%)
Increase of depressive mood and stress due to COVID-19		N=1500
	Yes	890(59.3)
	No	610(40.7)
Resolution methods of depressive mood and stress		N=890
	Did not try to solve, or could not find a way to resolve	415(46.6)
	Resolution within the family, such as family conversations	379(42.6)
	Resolution with advice from friends	76(8.5)
	Consultations with private organizations such as private institutions and companies.	13(1.5)
	Consultations with public institutions such as the state and local governments.	7(0.8)

Data were expressed as number (%).

B. 대상자의 특성에 따른 우울감 및 스트레스

1. 대상자의 일반적 특성에 따른 우울감 및 스트레스

일반적 특성에 따른 우울감 및 스트레스 인지율은 성별의 경우 여성 66.0%, 남성 49.3%로 차이가 있었으며, 나이와 관련해서는 20~39세 60.8%, 40~49세 59.6%, 50세 이상 53.8%로 우울감 및 스트레스와 인지율에 차이가 있었다. 참여 대상자의 학력 수준과 우울감 및 스트레스 인지율과 관련해서는 대학원 졸업 68.1%, 대학교 졸업 60.7%, 고등학교 졸업 이하 46.9%로 차이가 있었고, 주거 형태와 우울감 및 스트레스 인지율과 관련해서는 아파트 거주 대상자 60.6%, 일반 주택 거주자 51.9%, 기타 56.9%로 차이가 있었다. 집 소유 여부와 우울감 및 스트레스 인지율과 관련해서는 자가 57.7%, 전세·임대 62.2%이었다(Table 7).

Table 7. Depressive mood and stress perception by general characteristics of the subject due to COVID-19

Variables	Category	Depressive mood and stress perception due to COVID-19		P-value
		Yes	No	
Gender	Male	296(49.3)	304(50.7)	<0.001
	Female	594(66.0)	306(34.0)	
Age	20 ~ 39	329(60.8)	212(39.2)	0.249
	40 ~ 49	463(59.6)	314(40.4)	
	≥50	98(53.8)	84(46.2)	
Respondent's final academic background	≤High school	122(46.9)	138(53.1)	<0.001
	University	627(60.7)	406(39.3)	
	Graduate school	141(68.1)	66(31.9)	
The type of residence	House	55(51.9)	51(48.1)	0.142
	Apartment	675(60.6)	438(39.4)	
	Etc.	160(56.9)	121(43.1)	
Type of home possession	Owned house	557(57.7)	408(42.3)	0.088
	Lease house	333(62.2)	202(37.8)	

Data were expressed as number (%).

2. 가족 관련 특성에 따른 우울감 및 스트레스

가족 관련 특성에 따른 우울감이나 스트레스는 배우자 있는 경우 59.3%였고, 배우자가 없는 경우 58.8% 근소한 차이가 있었다. 자녀 수와 우울감 및 스트레스와 관련해서는 1명 58.7%, 2명 59.9%, 3명 이상 58.6%로 비슷한 양상을 보였다. 자녀 학령수준에 따른 우울감이나 스트레스 인지율은 미취학아동 60.6%, 초등학교 65.1%, 중학생 58.5%, 고등학생 53.6%로 차이가 있었고, 월평균 가구소득과 관련해서 1분위 가정은 60.0%, 2분위 59.2%, 3분위 59.7%, 4분위 58.7%로 우울감 및 스트레스 인지율에 차이가 있었다. 그러나 가족 구성원, 자녀수, 소득분위별에 따라서는 유의한 차이가 없었다(Table 8).

Table 8. Depressive mood and stress perception by family-related characteristics of study subjects due to COVID-19

Variables	Category	Depressive mood and stress perception due to COVID-19		P-value
		Yes	No	
		Marital status	With spouse	
	Without spouse	20(58.8)	14(41.2)	
Number of children	1	334(58.7)	235(41.3)	0.882
	2	464(59.9)	310(40.1)	
	≥3	92(58.6)	65(41.4)	
Level of children education(first)	Precschool	373(60.6)	243(39.4)	0.025
	Elementary school	179(65.1)	96(34.9)	
	Middle school	137(58.5)	97(41.5)	
	High school	201(53.6)	174(46.4)	
Household Income	1 st quartile	180(60.0)	120(40.0)	0.983
	2 nd quartile	222(59.2)	153(40.8)	
	3 rd quartile	224(59.7)	151(40.3)	
	4 th quartile	264(58.7)	186(41.3)	

Data were expressed as number (%).

3. 자녀돌봄 변화에 따른 우울감 및 스트레스

COVID-19로 인한 자녀 돌봄에 따른 우울감이나 스트레스 인지는 COVID-19 확산 이전의 경우 본인 67.8%, 배우자 48.7%, 동등하게 자녀 돌봄 54.1%, 배우자없음 58.8%로 차이가 있었으나, COVID-19 발생 이후 자녀 돌봄 분담과 관련해서는 이전보다 더 많이한다 71.1%, 변화없다 54.3%, 배우자가 더 많이한다 52.2%, 배우자없음 58.8%로 우울감이나 스트레스 인지율과 차이가 있었다. 자녀 돌봄 휴가사용의 경우 사용 60.8%, 사용하지 않음 59.2%로 우울감 및 스트레스 인지율이 비슷한 양상을 보였다. 그러나 자녀 돌봄 휴가 사용 여부에서는 유의한 결과가 나오지 않았다(Table 9).

Table 9. Depressive mood and stress perception by characteristics of changes in child care due to COVID-19

Variables	Category	Depressive mood and stress perception due to COVID-19		P-value
		Yes	No	
Caring for children before COVID-19	Myself	485(67.8)	230(32.2)	<0.001
	Spouse	193(48.7)	203(51.3)	
	Take care of each other equally	192(54.1)	163(45.9)	
	Without spouse	20(58.8)	14(41.2)	
Changes in child care after COVID-19	More than before	334(71.1)	136(28.9)	<0.001
	No change	416(54.3)	350(45.7)	
	Spouse does it more	120(52.2)	110(47.8)	
	Without spouse	20(58.8)	14(41.2)	
To use family care leave	Use	76(60.8)	49(39.2)	0.727
	Do not use	814(59.2)	561(40.8)	

Data were expressed as number (%).

4. 경제환경 변화에 따른 우울감 및 스트레스

COVID-19로 인한 경제환경 변화에 따른 우울감이나 스트레스 인지는 가구소득이 감소함에 따라 69.6%, 동일 50.2%, 증가 56.5%로 우울감 및 스트레스 인지율에 차이가 있었고, 가구 지출변화에 따른 우울감 및 스트레스 인지율은 가구 지출 감소 64.1%, 동일 46.8%, 증가 68.4%로 차이가 있었다(Table 10).

Table 10. Depressive mood and stress perception by characteristics of changes in the economic environment due to COVID-19

Variables	Category	Depressive mood and stress perception due to COVID-19		P-value
		Yes	No	
Household income	Decreased	487(69.6)	213(30.4)	<0.001
	No change	390(50.2)	387(49.8)	
	Increased	13(56.5)	10(43.5)	
Household expenditure	Decreased	300(64.1)	168(35.9)	<0.001
	No change	252(46.8)	286(53.2)	
	Increased	338(68.4)	156(31.6)	

Data were expressed as number (%).

5. 가족관계 변화에 따른 우울감 및 스트레스

우울감 및 스트레스 인지는 집에 머무는 시간이 감소한 경우 52.6%, 변화가 없는 경우 44.4%, 증가한 경우 64.2%로 차이가 있었다. 놀이나 여가 활동이 감소한 경우 68.0%, 변화 없는 경우 52.4%, 증가한 경우 59.1%로 우울감 및 스트레스 인지율에 차이가 있었고, 가족 식사 횟수와 관련해서 증가한 경우 64.3%, 변화 없는 경우 46.7%, 감소한 경우 76.7%로 우울감 및 스트레스 인지율에 차이가 있었다. 또한 가족과의 갈등경험이 있다고 응답한 경우 87.0%, 없었다는 응답이 42.8%로 유의한 결과가 있었다(Table 11).

Table 11. Depressive mood and stress perception by characteristics of changes in family relationships due to COVID-19

Variables	Category	Depressive mood and stress perception due to COVID-19		P-value
		Yes	No	
Time spent at home	Decreased	10(52.6)	9(47.4)	<0.001
	No change	157(44.4)	197(55.6)	
	Increased	723(64.2)	404(35.8)	
Leisure activity time	Decreased	315(68.0)	148(32.0)	<0.001
	No change	296(52.4)	269(47.6)	
	Increased	279(59.1)	193(40.9)	
Number of family meals	Decreased	33(76.7)	10(23.3)	<0.001
	No change	210(46.7)	240(53.3)	
	Increased	647(64.3)	360(35.7)	
Family conflict experience	Yes	488(87.0)	73(13.0)	<0.001
	No	402(42.8)	537(57.2)	

Data were expressed as number (%).

C. 가족생활 변화와 우울감 및 스트레스 증가 관련요인

다중이분로지스틱 회귀분석의 결과는 Table 12와 같다. 성별의 경우 남성에게 비해 여성의 우울감 및 스트레스에 대한 교차비가 유의한 차이가 없었고(OR=1.38, 95%CI=0.93-2.04), 최종 학력은 고등학교에 비해 대학원 학력인 경우 교차비가 유의하게 높았다(OR=2.72, 95%CI=1.74-4.26). 집의 거주 형태나 소유에 대한 응답에 차이는 유의하지 않았고, 자녀 수와 소득 구분에 따른 우울감 및 스트레스 인지율은 차이가 없었다. COVID-19 이전 자녀 돌봄은 배우자가 자녀를 돌봤을 때보다 본인이 자녀를 돌봤을 때 유의한 차이가 없었고(OR=1.53, 95%CI=0.96-2.44), COVID-19 이후 자녀 돌봄에 변화가 없을 때보다 이전보다 본인이 더 많이 자녀를 돌봤을 때 교차비가 유의한 차이가 없었다(OR=1.15, 95%CI=0.86-1.55). 가계 수입의 경우 변화가 없을 때 비해 감소하였을 때 유의하게 높았으며(OR=2.01, 95%CI=1.54-2.62), 가계 지출의 경우 변화 없음에 비해 증가하였을 때 유의하게 높았다(OR=1.73, 95%CI=1.28-2.34). 집에서 보내는 시간이 이전과 변화가 없다고 응답한 경우보다 감소(OR=1.43, 95%CI=1.01-2.02) 하였다고 응답한 경우 유의하게 높았다. 여가활동의 경우 우울감 및 스트레스에 대한 교차비가 유의한 차이가 없었고(OR=1.20, 95%CI=0.91-1.57) 가족의 갈등이 없었다고 응답한 경우보다 있다고 응답한 경우 유의하게 높았다(OR=7.95, 95%CI=5.92-10.68).

Table 12. Factors related to changes in family life and increased depressive mood and stress perception

Variables	Category	OR	95% CI
Gender(/male)	Female	1.38	0.93-2.04
Age(/≥50)	40~49	1.28	0.84-1.96
	20~39	1.09	0.74-1.62
Respondent's final academic background(/≤high school)	University	1.88	1.35-2.61
	Graduate school	2.72	1.74-4.26
The type of residence(/house)	Apartment	1.42	0.89-2.28
	Etc.	1.07	0.63-1.83
Type of home possession (/owned house)	Lease house	1.18	0.91-1.53
Marital status(/with spouse)	Without spouse	1.20	0.47-3.10
Number of children(/≥3)	2	1.30	0.84-2.02
	1	1.28	0.84-1.95
	2 nd quartile	1.04	0.71-1.52
	3 rd quartile	1.10	0.75-1.61
Household income (/1 st quartile)	4 th quartile	1.13	0.78-1.64
	Myself	1.53	0.96-2.44
Caring for children before COVID-19 (/spouse)	Take care of each other equally	1.05	0.71-1.53
	Without spouse	0.82	0.32-2.12
Changes in child care after COVID-19(/no change)	More than before	1.15	0.86-1.55
	Spouse does it more	0.97	0.67-1.40
	Without spouse	0.82	0.32-2.12
To use family care leave (/do not use)	Use	1.13	0.72-1.78
Household income (/no change)	Decreased	2.01	1.54-2.62
	Increased	1.09	0.39-2.99
Household expenditure (/no change)	Decreased	1.48	1.09-2.01
	Increased	1.73	1.28-2.34
Time spent at home (/no change)	Decreased	1.43	1.01-2.02
	Increased	1.21	0.78-1.89
Leisure activity time (/no change)	Decreased	1.20	0.91-1.57
	Increased	0.93	0.46-1.86
Number of family meals (/no change)	Decreased	1.27	0.92-1.75
	Increased	1.59	1.00-2.51
Family conflict experience(/no)	Yes	7.95	5.92-10.68

CI, confidence interval; OR, odds ratio.

IV. 고 찰

COVID-19 감염병 발생과 확산 방지를 위해 사회적 거리두기, 접촉자 추적 관찰 등 다각적인 노력이 진행되고 있지만, COVID-19 확산이 광범위하게 발생하고, 델타·오미크론 등 지속적인 변이로 인해 장기화되고 있다. 신종 감염병 발생은 환자뿐 아니라 지역사회 전체에도 우울, 불안과 같은 다양한 정신적 문제를 일으키는 것으로 알려져 있다. 그리고 COVID-19 신종감염병이라는 상황 속에서 교육이나 육아 공백, 일과 가정 양립의 어려움 등 가족생활에 다양한 변화를 일으킬 수 있다. 이에 본 연구에서는 COVID-19로 인한 가족생활 변화가 우울감 및 스트레스 증가와 관련해 영향을 미치는지 알아보고자 하였다.

본 연구결과 COVID-19로 인한 우울감 및 스트레스 변화에 대해 59.3%가 증가했다고 응답하였고, COVID-19 확산 이후, 75.1%가 가족이 함께 집에 있는 시간이 증가했다고 하였다. 가족원 간 갈등을 경험한 경우가 37.4%로 조사되었고, 가족 구성원 중 갈등을 겪은 대상자는 배우자가 39.7%로 가장 많았으며, 초등학교 자녀 19.1%, 미취학 자녀 11.9% 순이었다. 가족 갈등의 경우 가사노동 증가 27.8%, 생활습관 21.7%, 여가활동 의견 차이 14.1% 등으로 발생하였다. 그러나 이러한 가족 갈등으로 인한 우울과 스트레스는 해소를 시도하지 않았거나, 해소 방법을 찾지 못함이 46.6%, 가족 간 대화 등 가족 내에서 해소가 42.6% 등으로 조사되었다. 이처럼 COVID-19 장기화로 가정에 머무는 시간이 늘어남에 따라 가족 구성원 갈등의 발생이나 증가 요인이 되지만, 우울과 스트레스를 적절히 해소하지 못하거나 가족 내에서 해소가 대다수를 차지하는 등 적절한 스트레스 해소 방안이 없는 경우가 많았다. 이는 COVID-19 등과 같은 신종감염병 발생은 감염성 질환의 위험뿐 아니라 가정 내의 스트레스나 우울, 불안을 일으키는 요소로 작용할 수 있다는 것을 시사한다. 따라서 신종감염병 발생 시 감염병 발생이나 확산에 대한 관리뿐 아니라 가정 내 구성원의 우울과 스트레스에 대한 심리상담 접근방안을 강화하고 학교를 비롯한 교육기관, 직장인을 위한 직장상담소 등 상담 활성화를 위한 노력과 방안을 통해 심리적인 지원의 필요성이 있다.

본 연구에서, 성별에 따라 COVID-19로 인한 우울 및 스트레스의 증가는 남성보다 여성에서 단순분석에서 유의한 차이가 있었으나, 다중회귀분석에서는 유의한 차이가 없었다(OR=1.38, 95%CI=0.93-2.04). COVID-19 기간 여성이 남성보다

우울이 없는 집단에 비해 우울 집단에 속할 확률은 2.2배 높았으며, 불안이 없는 집단에 비해 낮은 불안 집단에 속할 확률 역시 높은 것으로 나타났다는 선행연구와 관련성이 있다(Lee et al, 2020). 자녀 돌봄을 위해 여성이 더 많은 역할을 담당하고 있으며, COVID-19 이후 자녀 돌봄의 경우 ‘이전보다 더 많이 한다’가 71.1%를 차지하는 결과와 같이 감염병과 같은 재난적 상황 발생 시 가족 건강 위협, 감염 염려 및 공포, 가족 돌봄 및 가사노동 증가 등 다양한 요인으로 인해 여성이 남성에 비해 우울과 스트레스와 같은 심리적 측면에 있어 더욱 취약할 수 있음을 의미한다.

가정의 경제적 수준에 따라서 가구소득이 변화 없을 때 비해 감소하였을 때 우울과 스트레스가 유의하게 높았으며(OR=2.01, 95%CI=1.54-2.62), 가구 지출이 변화 없을 때에 비해 증가하였을 때 우울과 스트레스가 유의하게 높았다(OR=1.73, 95%CI=1.28-2.34). 이러한 결과는 중산층 이하라고 응답한 사람들이 중산층이라고 응답한 사람들보다 우울 집단에 속할 확률이 높게 나타난 선행연구와 일치하며(Lee et al, 2020), 수입이 불안정한 가정의 경우 COVID-19 발생 이후 극심한 우울감을 경험할 확률이 높다는 연구 결과(Cao et al, 2020)와 동일한 맥락을 구성하고 있다. 경제 수준의 경우 정신건강의 잘 알려진 위험요인으로 COVID-19로 인해 경제 상황이 악화되는 경우 경제적 문제와 함께 심리-정신적인 건강상의 문제가 함께 동반될 가능성이 높은 것으로 생각된다.

여가 활동 시간의 경우 변화가 없을 때보다 감소하였거나(OR=1.20, 95%CI=0.91-1.57) 증가할 경우(OR=0.93, 95%CI=0.46-1.86) 모두 우울감 및 스트레스와 유의한 차이가 없었다. COVID-19 유행 전후에 여가 활동 참여를 비교한 선행연구에서 COVID-19 이전에는 주로 신체적, 사회적 활동이 많았으나 COVID-19 이후 자연/야외 활동, 독서·영화 등의 활동으로 변화되었으며, 이러한 여가 활동은 스트레스 수준 완화에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다(Sa et al, 2021). 이처럼 신체적, 사회적 활동에서 COVID-19 상황에 적합한 자연/야외 활동이나 혼자서 시간을 보낼 수 있는 여가 활동 중심으로 변경하여 우울과 스트레스 조절 및 대응함으로써 여가 활동 시간보다는 여가를 통한 적절한 해소 방법이 유의한 영향을 미칠 것으로 예상할 수 있다.

가족 갈등 경험이 없었다고 응답한 경우보다 있다고 응답한 경우가 우울과 스트레스가 유의하게 높았으며(OR=7.95, 95%CI=5.92-10.68), 가족 갈등 사항에 적절하게 대응하고 관리할 수 있는 가족 구성원들의 노력이 중요하다고 할 수 있다.

본 연구의 제한점은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 2020년 6월 조사된 자료를 활용하였는데 비교적 COVID-19 유행 초기에 시행된 조사로 변화하는 정부 방역 정책과 COVID-19 장기화에 따른 피로도를 반영하는데 한계가 있을 수 있다. 현재 우리나라는 델타에서 오미크론이라는 새로운 변이종이 우세종으로 확산됨에 따라 다시 COVID-19 경계론이 확산되고 있다. 이처럼 COVID-19의 장기화로 인해 새로운 가족생활 변화가 발생하였을 가능성이 높고, 이에 따른 우울감·스트레스의 영향을 주는 새로운 요인을 충분히 반영하지 못했을 가능성이 있다. 향후 COVID-19의 장기화에 따른 가족생활 변화와 우울감 및 스트레스의 관련성을 평가하는 지속적인 연구가 필요할 것으로 생각한다. 둘째, COVID-19로 인한 가족생활 내 변화뿐만 아니라 교육·육아 등 긴급돌봄에 대한 지역적 환경, 직장 유연성 등 외부적인 요인에 대한 고려가 필요할 것이다. 지자체의 상황별 긴급돌봄 프로그램이나 경제적 지원의 차이에 따른 영향이 발생할 수 있으며, 직장에 따라서도 COVID-19에 대응하는 원격근무 등 근무 형태, 감염 전후 상황별 대응지원 차이에 따라 가족들의 우울함과 스트레스에 미치는 영향에 차이가 있을 가능성이 있다. 셋째, 본 조사는 ‘코로나19로 인한 가족생활 변화조사’ 자료를 이용하였는데 기존에 우울 증상이 있거나, 과거 우울증 이환력에 대해서는 조사 범위에 포함되지 못하였다. 그리고 COVID-19 이환력, 접촉자로 분류된 경험, 자가격리 경험 등 COVID-19와 관련된 경험 사항도 포함되지 않음에 따라, 향후 이러한 요인들에 대한 고려가 필요할 것이다.

그럼에도 불구하고 본 연구의 의의를 살펴보자면, 본 연구는 COVID-19로 인해 우울감이나 스트레스에 영향을 끼칠 수 있는 다양한 요인들을 조사하였다. 대상자의 일반적 특성에서부터 COVID-19로 인한 가족생활 변화의 다양한 측면들을 반영해 우울감이나 스트레스 관련 요인을 파악하였다. 이러한 연구 결과는 향후 신종감염병 발생 시에 가족생활의 변화나 이로 인한 정신건강 관리를 위한 근거 자료로 활용될 수 있을 것이다.

V. 요약 및 결론

본 연구는 COVID-19로 인한 가족생활의 변화를 통해 우울감 및 스트레스 증가에 관련 있는 요인과 영향에 대해 파악하고자 하였다. 본 연구에서는 여성가족부에서 진행한 ‘코로나19로 인한 가족생활 변화조사’의 데이터가 사용되었다(Korean Women’s Development Institute, 2020). 이 설문조사는 2020년 6월 1일부터 6월 7일 동안 조사 전문기관인 엠브레인에 등록된 회원 문자, 메일, SNS를 통해 안내하고 온라인 설문조사를 진행하였다. 최종 대상자는 자녀가 있지만 같이 거주하지 않는 경우나, 성인 자녀만 있는 경우 설문을 중단하였고, 소득분위 및 성별, 자녀의 나이 등을 설정해 최종 1,500명을 선정하였다. 수집된 데이터는 통계 분석 프로그램 SPSS 26.0을 이용하여 변수의 일반적인 추세를 파악하였으며 카이제곱 검정과 다중이분형로지스틱 회귀분석을 이용하였다. 통계적 유의수준은 $p < 0.05$ 를 기준으로 검정하였다.

본 연구의 결과 전체 응답자 중 59.3%가 COVID-19로 인해 우울감 및 스트레스가 커졌다고 응답하였다. 이 중에서 여성의 스트레스 및 우울감 인지율은 66.0%로 남자의 49.3%보다 유의한 차이가 있었고, 다중이분형로지스틱 회귀분석에서는 우울감과 스트레스에 대한 교차비가 유의한 차이가 없었다(OR:1.38, 95% CI=0.93-2.04). COVID-19로 인한 경제환경의 변화와 관련해서는 가구 소득이 변화 없는 경우보다 감소하였을 때(OR=2.01, 95%CI=1.54-2.62), 가구 지출의 경우 변화 없는 경우보다 증가하였을 때 우울감과 스트레스에 대한 교차비가 유의하게 높았다(OR=1.73, 95%CI=1.28-2.34). 가족 갈등 경험이 없었다고 응답한 경우보다 있다고 응답한 경우가 우울과 스트레스가 유의하게 높았다(OR=7.95, 95%CI=5.92-10.68).

본 연구의 결과에 따르면 COVID-19 확산 이후, 우울감과 스트레스 증가 분율이 높았으나 해소 방법을 찾지 못하는 경우가 많았다. 대상자의 일반적 특성과 COVID-19로 인한 가족생활 변화의 다양한 측면들이 우울감이나 스트레스와 관련되어 있었다. 이러한 연구 결과는 향후 신종감염병 발생 시에 가족생활의 변화와 이로 인한 정신건강 관리를 위한 근거자료로 활용될 수 있을 것이다.

참고문헌

- Cao W, Fang Z, Hou G, Han M, Xu X, Dong J, Zheng J. The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*. 2020;287(112934):1-5.
- Chin MJ, Sung MA, Son SH, Yoo JE, Lee JR, Chang YE. Changes in family life and relationships during the COVID-19 pandemic and their associations with perceived stress. *Korean Home Economic Association*. 2020;58(3):447-461.
- Fegert JM, Vitiello B, Plener PL, Clemens V. Challenges and burden of the coronavirus 2019(COVID-19) pandemic for child and adolescent mental health: a narrative review to highlight clinical and research needs in the acute phase and the long return to normality. *Child Adolesc Psychiatry Mental Health*. 2020;14(20):1-11.
- Kim JG, Choi YG. What enhances family relationship satisfaction during the COVID-19 pandemic?:the moderating influence of men's division of domestic labour. *Academy of Critical Social Welfare*. 2021;70(5):101-132.
- Korean Society for Traumatic Stress Studies, 2022.3.10.;http://kstss.kr/?page_id=571
National Mental Health Survey(2021.12.).
- Lee DH, Kim YJ, Lee DH, Hwang HH, Nam SK, Kim JY. The influence of public fear, and psycho-social experiences during the coronavirus disease 2019(COVID-19) pandemic on depression and anxiety in South Korea. *Korean Counseling Psychological Association*. 2020;32(4):2119-2156.
- Lee EH. COVID-19 Generation, Mental health survey. *Gyeonggi Research Institute*, 2020;414:1-20.
- Lee RH. Factors related to COVID-19 anxiety and stress: focusing on demographic characteristics and neighborhood satisfaction. *The Korea Contents Association*. 2021;21(6):71-80.
- Ministry of Gender Equality and Family, Korean Women's Development Institute. Survey on changes in family life due to COVID-19. 2020.

National Statistical Office COVID-19 Korean Statistical Information Service,
2022.4.28.:https://kosis.kr/COVID/COVID_index.do.

Sa HJ, Lee WS, Lee BG. Corona blue and leisure activities : focusing on
Korea case. Korean Society for Internet Information. 2021;22(2):109-121.

Shin YL, Jeong CY, Yoon SH, Choi EJ, Hwang JY, Kim MS. The
relationship between stress and subjective well-being in college
students in corona-19 situation: mediating effects of family flexibility,
cohesion and anxiety control. Chungnam National University Education
Research Institute. 2021;42(2):5-33.

Sung MA, Chin MJ, Chang YE, Son SH. Changes in daily life and
perceived stress of single-person households during the COVID-19
pandemic: focusing on social support and family resilience. Korean
Association of Family Relations. 2020;25(3):3-20.