

발 간 등 록 번 호

11-1240245-000014-10



한국의 사회동향

Korean Social Trends 2023

<http://sri.kostat.go.kr>

2023



통계청

통계개발원

코로나19와 주관적 웰빙: 삶의 만족, 정서 경험, 자녀 양육과 경제활동의 변화

한준 (연세대학교)

- 코로나19 발생 직후부터 2021년까지 행복도는 지속적으로 하락하다 2022년부터 회복되기 시작하였다. 코로나19 기간 동안 행복도 변화의 폭은 여성이 남성보다, 20대가 다른 연령대보다 더 컸다.
- 부정적 정서경험인 분노, 걱정, 슬픔이나 사회적 정서경험인 그리움, 외로움, 고립감 모두 코로나19 직후에 늘었다가 시간이 지나면서 조금씩 감소하였다. 여성이 남성보다, 연령별로는 노년층에 가까울수록 분노를 제외한 부정적 정서경험 비율이 높다.
- 코로나19 초기 자녀 돌봄이 벅차거나 자녀와 많은 시간을 보낸 경우 주관적 웰빙 수준은 낮게 나타나다 시간이 지남에 따라 높아졌다. 반면 자녀가 디지털 기기에 빠지거나 학업 유지가 힘든 경우 주관적 웰빙은 일관되게 낮게 나타났다.
- 주관적 웰빙에 대한 임금감소의 부정적 효과는 시간이 지남에 따라 그 정도가 줄어든 반면 영업시간 단축의 부정적 효과는 2020년에 비해 2021년과 2022년에 더 커졌다.

코로나19와 국민 삶의 변화

코로나19는 21세기 들어 가장 큰 글로벌 사건의 하나로 기록될 것이다. 2019년 12월말 중국 후베이성

우한시에서 최초의 보고가 있는 뒤 한국에서는 2020년 1월 20일 우한을 다녀온 첫 확진자가 등장했다. 과거 메르스의 아픔을 경험했던 한국 정부는 기민하게 2020년 2월 26일 코로나 3법을 통과하였으며, 세계보건기구에서는 2020년 1월 30일 비상사태 선포와 함께 2020년 2월 11일 COVID-19라는 명칭을 부여하고 한 달 뒤인 3월 11일에는 최고 단계의 경보인 글로벌 대유행(pandemic)을 선언하였다. 이후 각국 정부는 해외여행 및 화물운송의 제한은 물론 마스크 착용 의무화, 사회적 거리두기에서 지역 간 봉쇄라는 극단적 조치에 이르기까지 COVID-19 대유행에 대응했지만 별다른 효과를 거두지 못하였다. 결국 백신 및 치료제 개발에 전력을 기울인 성과가 나타나기 시작한 것은 2022년부터였으며, 2023년 들어 대부분 나라에서 사회적 거리두기와 마스크 착용 의무화가 종료되었다.

한국은 코로나19 초반부터 강력하고 체계적인 정부의 대응과 국민의 적극적인 참여, 백신의 빠른 보급과 의료체계의 원활한 작동으로 상대적으로 큰 피해를 피할 수 있었다. 하지만 한국에서도 2020년 2~3월 대구, 경북 지역 중심의 유행, 2020년 8월 수도권 중심의 유행, 2020년 11월~2021년 1월의 전국적 유행, 2021년 7월



~2022년 6월의 장기 유행, 그리고 2022년 8월 ~10월의 유행에 이르기까지 5차례에 걸친 대유행을 겪었다. 새로운 변이의 발생으로 새로운 유행이 시작되기도 했다. 사회적 거리두기는 온 국민의 일상에 영향을 미쳐 학교가 문을 닫고 비대면 교육이 실시되었으며, 대면 모임이 제한되고 식당이나 주점의 영업시간이 제한되었다. 직장에서는 재택근무와 유연근무제 등을 통해 대면 접촉을 줄였고, 영화관, 공연장, 운동시설 등 대중시설 또한 인원 제한 및 심한 경우 문을 닫기도 했다. 이러한 변화는 국민 모두의 일상에 엄청난 변화와 제약을 가져왔다.

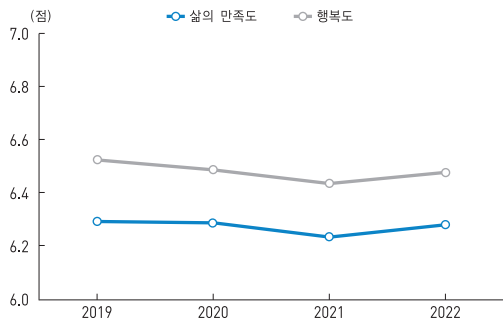
각 개인과 국민 모두의 생명과 안전을 위한 조치이지만 사회적 거리두기는 모두에게 많은 부담과 고통을 안겨주기도 했다. 학교에서 친구들과 놀지 못하는 아이들, 집에만 있는 아이들을 돌보고 자녀 학습을 챙겨야 하는 부모들, 거리두기로 영업시간이 단축되어 타격을 받는 자영업자들, 일자리 불안정이 심화되어 경제적으로 곤란을 겪는 근로자들, 친교와 만남의 기회를 빼앗겨 고립감을 느끼는 다수의 사람들, 그리고 가족의 건강이 위협에 놓여 돌봐야 하는 사람들에 이르기까지 코로나19는 다양한 측면에서 삶의 질을 악화시켰다. 그런데 인간은 놀라운 적응력을 지녔을 뿐 아니라 빠른 회복력을 가진 존재이다. 갑작스러운 재난은 사람들을 신체적으로 뿐만 아니라 정신적으로도 힘들게 해서 주관적 웰빙을 악화시키지만 시간이 지나면서 사람들은 변화한 현실에 적응해 나간다.

이제 코로나19의 긴 터널에서 벗어나기 시작한 현시점에서 지난 3년간의 시간 동안 코로나19로 인해 나타난 변화들이 국민들의 삶에 어떤 영향을 미쳤으며, 주관적 웰빙에 어떤 변화를 가져왔는지 이 글에서는 패널 조사 자료를 통해 살펴보고자 한다. 한국노동연구원의 「한국노동패널조사」는 2020~2022년에 걸쳐 특별 모듈 문항을 통해 코로나19가 가져온 삶의 여러 측면에서의 변화를 추적하였다. 또한 이 조사는 1998년 1차 조사부터 삶의 만족도를 5점 척도로 물어 왔으며, 2015년 18차 조사부터는 OECD에서 권고하는 방식대로 0점에서 10점에 이르는 11점 척도로 전반적 삶의 만족도와 현재의 행복도를 추가하여 매년 조사해 왔다. 이러한 점에서 코로나19로 인한 국민 삶의 변화와 그것이 주관적 웰빙에 미치는 영향을 살피기에 「한국노동패널조사」는 적합한 자료이다. 특히 동일한 표본을 매년 반복해서 조사하고 관찰하는 패널자료의 특성은 표본의 변화에 따른 오차를 통제할 수 있는 장점이 있다.

코로나19 기간 동안의 주관적 웰빙 변화

먼저 코로나19 이전인 2019년과 코로나19 이후인 2020~2022년의 전반적 삶의 만족도와 현재 행복도의 평균이 어떻게 변화하였는지 살펴보자. [그림 XII-16]은 현재 삶의 만족도와 행복도의 연도별 평균의 추이를 보여준다.

[그림 XII-16] 코로나19 발생 전·후 주관적 웰빙, 2019-2022



주: 1) 삶의 만족도는 "밑(0)에서 꼭대기(10)까지 숫자가 매겨진 사다리를 생각했을 때 꼭대기(10)는 귀하의 삶에서 가능한 최선의 상태를, 맨 아래(0)는 귀하의 삶에서 가능한 최악의 상태를 나타냅니다. 귀하의 지금 현재 사다리에서 몇 번째 칸에 있다고 느끼십니까?"라는 질문에 대해 '0=최악의 상태'-'10=최선의 상태'라고 응답한 사람들의 평균값임.

2) 행복도는 "모든 것을 고려할 때, 얼마나 행복하십니까?"라는 질문에 대해 '0=전혀 행복하지 않다'-'10=매우 행복하다'라고 응답한 사람들의 평균값임.

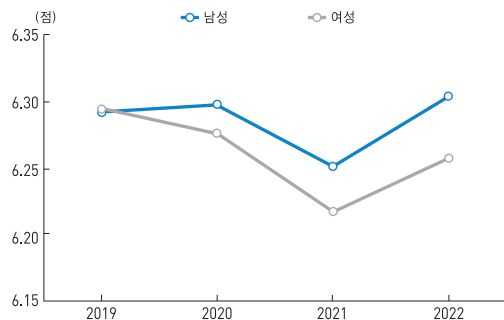
출처: 한국노동연구원, 「한국노동패널조사(23-25차)」, 원자료, 각 연도.

2019년에 비해 코로나19 발생 이후인 2020년에는 현재 행복도가 하락하였으며, 코로나19가 기승을 부린 2021년에는 더욱 낮아진 것을 확인할 수 있다. 반면 백신이 빠르게 보급되고 사회적 거리두기가 완화되기 시작한 2022년에는 삶의 만족도와 현재 행복도가 모두 회복되기 시작한 것을 볼 수 있다. 이러한 변화는 한편에서는 객관적 상태가 개선되어 국민들이 느끼는 부담과 고통이 줄었기 때문이기도 하지만, 다른 한편에서는 3년차에 접어들면서 국민들이 어느 정도 코로나19로 인한 삶의 변화에 적응했기 때문이라고 볼 수도 있다. 삶의 만족도에 비해 현재 행복도가 전반적으로 더 높은 수준을 보이는 것도 주목할 만하다.

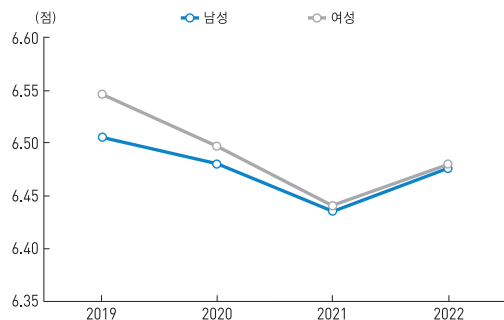
[그림 XII-17]은 성별에 따른 코로나19 전후의 주관적 웰빙 변화를 살펴본 것이다. 첫 번째 그림은 성별에 따른 삶의 만족도 변화를, 두 번째 그림은 성별에 따른 행복도 변화를 비교한 것이다. 남성과 여성 모두 코로나19 직후부터 삶의 만족도와 행복도 평균이 하락하다가 2022년부터

[그림 XII-17] 성별 코로나19 발생 전·후 주관적 웰빙, 2019-2022

1) 삶의 만족도



2) 행복도



주: 1) 삶의 만족도는 "밑(0)에서 꼭대기(10)까지 숫자가 매겨진 사다리를 생각했을 때 꼭대기(10)는 귀하의 삶에서 가능한 최선의 상태를, 맨 아래(0)는 귀하의 삶에서 가능한 최악의 상태를 나타냅니다. 귀하의 지금 현재 사다리에서 몇 번째 칸에 있다고 느끼십니까?"라는 질문에 대해 '0=최악의 상태'-'10=최선의 상태'라고 응답한 사람들의 평균값임.

2) 행복도는 "모든 것을 고려할 때, 얼마나 행복하십니까?"라는 질문에 대해 '0=전혀 행복하지 않다'-'10=매우 행복하다'라고 응답한 사람들의 평균값임.

출처: 한국노동연구원, 「한국노동패널조사(23-25차)」, 원자료, 각 연도.



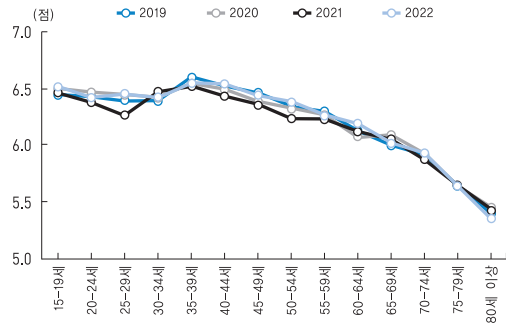
터 상승하는 것을 볼 수 있다. 그런데 코로나19에 의해 영향을 받는 정도는 남성과 여성이 동일하지 않다. 삶의 만족도의 경우 2019년에 남성과 여성 각각 평균 6.29점, 6.30점으로 거의 동일지만, 가장 낮은 만족도 수준을 보인 2021년에 남성은 6.25점인 반면, 여성은 6.22점으로 여성이 더 낮으며, 이러한 남녀 간 차이는 2022년에도 유지된다. 행복도에서도 비슷한 패턴을 찾을 수 있다. 코로나19 이전인 2019년에는 여성의 행복도 평균이 6.55점으로 남성의 행복도 평균 6.51점보다 높지만 2021년에는 남성과 여성 모두 평균 6.44점, 2022년에는 6.48점으로 동일하다. 코로나19로 인한 주관적 웰빙의 하락에서 남성과 여성 간의 격차는 행복도보다 삶의 만족도에서 더 두드러지게 나타나는 것을 두 그래프의 비교를 통해 확인할 수 있다.

코로나19 전후 주관적 웰빙은 연령대에 따라 어떤 차이를 보일까? [그림 XII-18]은 코로나19 전후의 주관적 웰빙 변화를 5세 간격의 연령대별로 나누어 제시하고 있다. 먼저 연령대에 따른 주관적 웰빙의 패턴을 살펴보면 전반적으로 5세 간격 연령대에 따라 주관적 웰빙 평균은 오른쪽으로 갈수록 즉 연령대가 높아짐에 따라 주관적 웰빙 수준이 떨어지는 양상을 보인다. 또한 10대 후반에서 20대 후반에 걸쳐 주관적 웰빙의 수준이 낮아졌다가 30대에 들어 웰빙 수준이 높아지기 시작해서 30대 후반과 40대 초반에 가장 높은 주관적 웰빙 수준을 보인다. 이러한 패턴은 서구에서 많이 나타나는 U-자형의 패턴과 반대

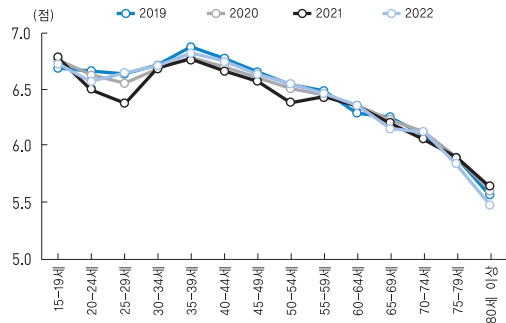
인 뒤집어진 U-자형 즉 $\cap$ -자형의 패턴이다. 삶의 만족도와 행복도 모두 동일한 패턴을 보인다. 청년기의 주관적 웰빙 수준이 낮은 것은 미래에 대한 불안을 반영하는 것이라면 노년기의 주관적 웰빙이 낮은 것도 역시 노후 대책이 취약한 결과라고 할 수 있다.

[그림 XII-18] 연령별 코로나19 발생 전·후 주관적 웰빙, 2019-2022

1) 삶의 만족도



2) 행복도



주: 1) 삶의 만족도는 "말(0)에서 꼭대기(10)까지 숫자가 매겨진 사다리를 생각했을 때 꼭대기(10)는 귀하의 삶에서 가능한 최선의 상태를, 맨 아래(0)는 귀하의 삶에서 가능한 최악의 상태를 나타냅니다. 귀하의 지금 현재 사다리에서 몇 번째 칸에 있다고 느끼십니까?"라는 질문에 대해 '0=최악의 상태'-'10=최선의 상태'라고 응답한 사람들의 평균값임.

2) 행복도는 "모든 것을 고려할 때, 얼마나 행복하십니까?"라는 질문에 대해 '0=전혀 행복하지 않다'-'10=매우 행복하다'라고 응답한 사람들의 평균값임.

출처: 한국노동연구원, 「한국노동패널조사(23-25차)」, 원자료, 각 연도.

그렇다면 코로나19에 따른 주관적 웰빙의 변화는 연령대에 따라 어떤 차이를 보이는가? 남성과 여성의 비교와 마찬가지로 연령대에 따라 코로나19에 따른 주관적 웰빙의 하락은 다르게 나타난다. 삶의 만족도와 행복도 그래프 모두 주목할 점은 코로나19 이후 만족도의 하락이 두드러지게 나타나는 연령대가 20대라는 사실이다. 특히 2019년과 2021년의 주관적 웰빙 격차는 20대에서 두드러지게 나타난다. 20대에서 주관적 웰빙 하락이 큰 만큼 2022년에 주관적 웰빙 상승 역시 20대에서 가장 크게 나타난다. 아마도 이러한 20대의 코로나19에 대한 반응성은 20대가 활동적이기 때문에 사회적 격리에 따른 활동의 제약을 더욱 힘들게 느꼈을 것이라는 점과 함께 코로나19에 따른 경제활동 둔화가 취업을 앞둔 20대에 더욱 큰 부담을 가져왔을 것이라는 점에 기인한다고 추측해 볼 수 있다. 20대가 코로나19 이전과 이후의 하락폭이 가장 큰 연령대라면 60대 이후 노년집단은 가장 영향을 덜 받는 집단이다. 삶의 만족도와 행복도 모두 60대 이상에서는 2019년에서 2022년 사이에 다른 연령대에 비해 상대적으로 큰 변화를 찾아보기 힘들다.

코로나19와 부정적 정서경험

주관적 웰빙의 측정에서 정서경험은 삶의 만족도와 함께 중요한 구성요소이다. 코로나19의

진전과 함께 등장한 ‘코로나 블루’란 단어는 불확실한 상황에 대한 불안한 마음과 함께 사회적 관계의 단절 속에서 고립감이 증폭되어 우울증에 가까운 정서적 경험을 하는 것을 의미한다. 이처럼 코로나19는 객관적으로 어려움과 부담을 가중했을 뿐 아니라 주관적 정서 측면에서도 부정적 정서경험의 가능성을 높였다. 한국노동패널 조사는 2020~2022년 동안 코로나19로 인한 정서경험 여부를 다음과 같이 측정하였다. 분노, 걱정, 슬픔, 주위 사람에 대한 그리움, 혼자라는 외로움, 사회적으로 고립되었다는 감정 등에 대해 이 조사에서는 “코로나19로 인해 다음의 감정을 얼마나 자주 느끼셨습니까?”라고 묻고, ‘전혀 그렇지 않다, 드물게 그렇다, 가끔 그렇다, 자주 그렇다, 항상 그렇다’의 5점 척도로 답하도록 하였다.¹⁾

[그림 XII-19]는 2020~2022년간 국민들의 적극적 부정적 정서인 ‘분노’, 소극적 부정적 정서인 ‘걱정’과 ‘슬픔’을 코로나19로 인해 얼마나 많이 느꼈는지를 보여주는 것이다. 이들 각각의 감정에 대해 ‘자주’와 ‘항상’ 느꼈다는 응답의 비율과 여기에 ‘가끔’ 느꼈다는 응답 비율을 더한 것을 함께 비교하였다. 이들 감정 중에서 코로나19로 인해 가장 많이 느낀 감정은 ‘걱정’으로 ‘자주’ 혹은 ‘항상’ 느꼈다는 응답은 30% 이상, ‘가끔’ 느꼈다는 응답까지 합치면 약 60% 이상이 느낀 것으로 나타났다. 그다음으로 자주 느낀 감정은 ‘분

1) 한국노동패널조사에서는 ‘행복’이라는 감정의 경험에 대해서도 물었지만 다른 감정들과 달리 긍정적 정서경험에 속하기 때문에 여기에서는 분석에서 제외하였다.



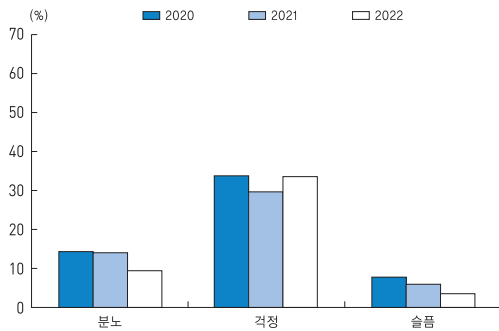
노'로 '자주' 혹은 '항상' 느꼈다는 응답은 10% 내외, '가끔' 응답을 합치면 30~40% 가량이 느꼈다고 응답했다. '슬픔'의 경우에는 10% 미만이 '자주' 혹은 '항상' 느꼈다고 응답했으며, '가끔' 느꼈다는 응답까지 합치면 20~30% 가량이 된다. 한편 코로나19의 진전에 따라 이들 부정적

정서경험은 대체로 2020년에 가장 많이 경험하고 이후 서서히 줄어드는 패턴을 보인다.

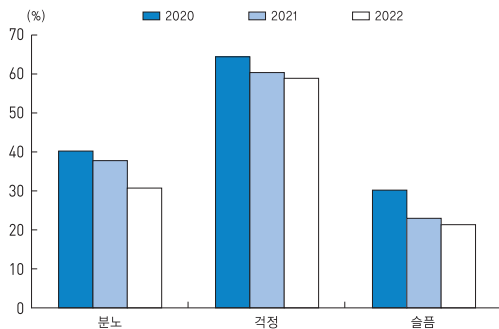
[그림 XII-20]은 사회적 관계와 관련해서 느끼는 부정적 감정인 그리움, 외로움, 고립감을 코로나19로 인해 얼마나 느꼈는가의 추이를 보여준다.²⁾ 앞서서와 마찬가지로 이들 각각의 감정에 대해 '자주'와 '항상' 느꼈다는 응답의 비율과 여기에 '가끔' 느꼈다는 응답 비율을 더한 것을 함께 비교하였다. 코로나19로 인한 사회적 거리두기는 사회적 관계와 상호작용의 반경을 가축안으로 축소시켰기 때문에 이러한 감정들을 느꼈을 것으로 추측할 수 있다. 1인 가구와 그렇지 않은 가구의 경우에 이러한 감정의 경험 빈도는 다를 것이다. 코로나19의 진전과 함께 그리움이나 외로움, 고립감을 '자주' 혹은 '항상' 느꼈다는 응답의 비율은 모두 10%에 못 미쳤다. 하지만 '가끔' 느꼈다는 응답 비율을 합치면 그리움의 경우 30% 내외로, 외로움과 고립감의 경우 20~25% 사이로 경험한 비율이 높아진다. 한편 코로나19의 진전에 따라 그리움은 2020년에 가장 많이 경험하고 이후 서서히 줄어드는 패턴을 보이는 반면, 외로움과 고립감을 '자주' 혹은 '항상' 느꼈다는 비율은 코로나19가 가장 기승을 부리고 따라서 사회적 거리두기가 본격적으로 시행된 2021년에 높게 나타났다.

[그림 XII-19] 코로나19로 인한 부정적 정서(분노, 걱정, 슬픔) 경험, 2020~2022

1) '자주 그렇다'+항상 그렇다'



2) '가끔 그렇다'+자주 그렇다'+항상 그렇다'



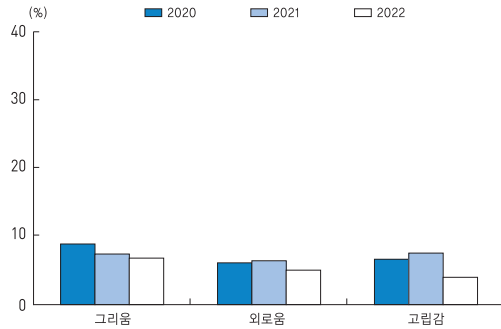
주: 1) 통계치는 "코로나19로 인해 다음의 감정을 얼마나 느꼈습니까?"라는 질문에 대해 '1=전혀 그렇지 않다'에서 '5=항상 그렇다'까지 5점 척도로 조사되었으며, 위의 그림은 '4=자주 그렇다' 혹은 '5=항상 그렇다'고 응답한 사람들의 비율, 아래 그림은 '3=가끔 그렇다', '4=자주 그렇다' 혹은 '5=항상 그렇다'고 응답한 사람들의 비율임.

출처: 한국노동연구원, 「한국노동패널조사(23~25차)」, 원자료, 각 연도.

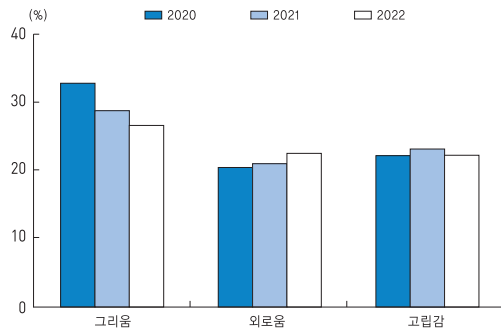
2) 그리움은 반드시 부정적 감정이라고 보기는 어렵다. 하지만 코로나19라는 상황에서 그리움은 보고 싶은 사람들과의 만남이 어렵기 때문에 느끼는 결핍의 감정이라고 볼 수 있어서 부정적 감정에 함께 포함시켰다.

[그림 XII-20] 코로나19로 인한 부정적 정서(그리움, 외로움, 고립감) 경험, 2020-2022

1) '자주 그렇다'+ '항상 그렇다'



2) '가끔 그렇다'+ '자주 그렇다'+ '항상 그렇다'

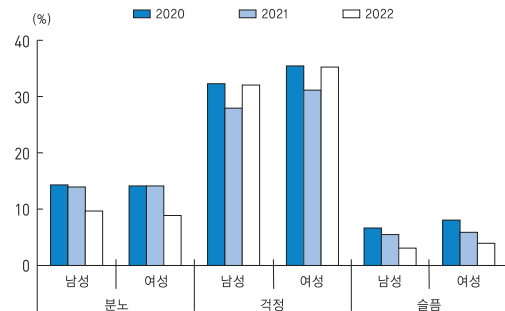


주: 1) 통계치는 "코로나19로 인해 다음의 감정을 얼마나 느끼셨습니까?"라는 질문에 대해 '1=전혀 그렇지 않다'에서 '5=항상 그렇다'까지 5점 척도로 조사되었으며, 위의 그림은 '4=자주 그렇다' 혹은 '5=항상 그렇다'고 응답한 사람들의 비율, 아래 그림은 '3=가끔 그렇다', '4=자주 그렇다' 혹은 '5=항상 그렇다'고 응답한 사람들의 비율임.

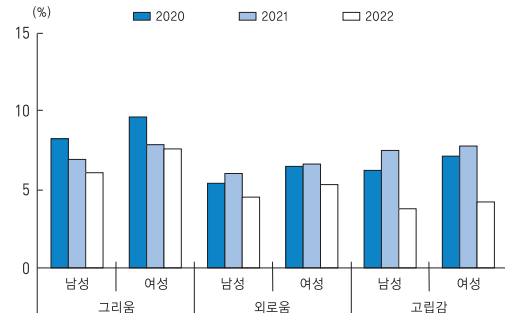
출처: 한국노동연구원, 「한국노동패널조사(23-25차)」, 원자료, 각 연도.

[그림 XII-21] 성별 코로나19로 인한 부정적 정서 경험, 2020-2022

1) 분노, 걱정, 슬픔



2) 그리움, 외로움, 고립감



주: 1) 통계치는 "코로나19로 인해 다음의 감정을 얼마나 느끼셨습니까?"라는 질문에 대해 '1=전혀 그렇지 않다'에서 '5=항상 그렇다'까지 5점 척도로 조사되었으며, '4=자주 그렇다' 혹은 '5=항상 그렇다'고 응답한 사람들의 비율임.

출처: 한국노동연구원, 「한국노동패널조사(23-25차)」, 원자료, 각 연도.

코로나19로 인한 부정적 정서경험은 성별에 따라 어떻게 다르게 나타나는가? [그림 XII-21]은 성별에 따른 분노, 걱정, 슬픔, 그리움, 외로움, 고립감과 같은 부정적 정서경험의 비율 변화를 보여준다. 성별 비교에서는 부정적 정서경험을 '자주' 혹은 '항상' 했다는 응답 비율을 중심으로

살펴보았다. 남성과 여성 간의 부정적 정서경험의 비율 차이는 매우 크지는 않지만 정서경험에 따라 조금씩 차이를 보인다. 예컨대 첫 번째 그래프를 보면 적극적인 부정적 정서인 분노의 경우 남성이 여성에 비해 경험하는 비율이 미세하게 높은 반면, 소극적인 부정적 정서인 걱정과 슬



픔의 경우 여성이 남성에 비해 조금 더 경험 비율이 높다. 한편 사회적 관계와 관련한 부정적 정서경험 비율을 보여주는 두 번째 그래프를 보면 그리움과 외로움, 고립감 모두 남성에 비해 여성의 경험 비율이 조금씩 높은 것을 볼 수 있다. 그림에도 불구하고 남성과 여성 모두 코로나19의 진전에 따른 부정적 정서경험의 변화 패턴은 동일하다.

코로나19로 인해 경험한 부정적 정서들은 연령대에 따라 어떤 차이를 보이며, 이 차이들은 코로나19의 진전에 따라 어떻게 변하는가? [그림 XII-22]는 코로나19 이후 부정적 정서경험 비율의 변화를 연령대별로 비교한 것이다. 먼저 분노의 경우를 보면 2020년과 2021년에는 전반적으로 중년의 경험 비율이 가장 높게 나타나 U-자형에 가까운 모습을 보여주었다면, 2022년에는 전반적인 비율은 낮아지면서 동시에 연령이 높아질수록 경험 비율이 높은 형태로 바뀌었다.

걱정의 경험 비율을 살펴보면 2020년과 2022년은 전반적으로 연령이 증가할수록 걱정하는 비율이 높아지는 패턴을 보인다. 코로나19가 가장 기승을 부린 2021년은 20대 미만의 연령을 제외한 모든 연령대에서 걱정하는 비율이 약 25~37%로 전반적으로 2020년보다 낮으며 연령 간 편차도 2020년과 2021년에 비해 작다.

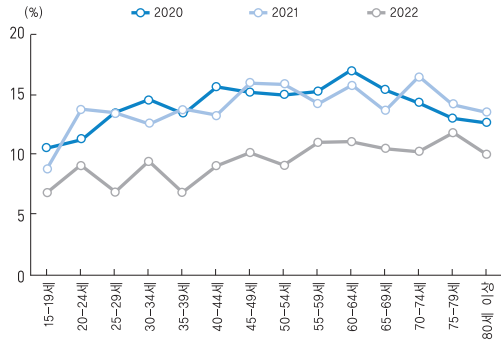
슬픔의 경험을 살펴보면 걱정과 마찬가지로 연령대별 차이가 2021년에 가장 작고 2020년과 2022년에 연령이 높아질수록 슬픔이 증가하는 양상을 보인다. 특히 2022년에는 이전에 비해 연

령대별 차이가 크게 증가하였다. 아마도 노년층의 경우 주변 사람들이 코로나19로 인해 중증 증상을 보이거나 사망하는 경우를 지속적으로 접한 결과라고 할 수 있겠다. 분노에 비해 걱정의 연령대별 차이가 더 크고, 슬픔의 경우 그보다 더 차이가 크게 나타난다. 2020년과 2022년 걱정에 대한 경험 비율은 노년층이 청년층보다 1.5배를, 2022년 슬픔에 대한 경험 비율은 70대 이상 노인들이 청년층에 비해 3~4배 가까이 더 높게 나타났다.

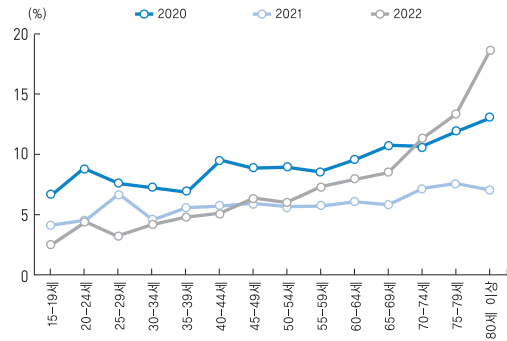
사회적 관계와 관련된 부정적 정서경험인 그리움, 외로움, 고립감 경험의 연령대별 비교를 살펴보자. 그리움, 외로움, 고립감은 앞서 살펴본 분노, 걱정, 슬픔보다도 연령대별 차이가 더 두드러진 경향을 보인다. 먼저 그리움에 대한 경험은 청년층과 노년층의 차이가 크게 나타났다. 구체적으로 살펴보면 2020년과 2021년의 경우 청년층과 노년층의 차이는 1.5~2배 정도를 보여준 반면 2022년의 경우 3~4배에 달하는 것으로 나타났다. 이는 2022년 청년층의 그리움에 대한 경험이 낮아진 반면 노년층은 더 높아진 데서 비롯되었기 때문이다. 외로움과 고립감에 대한 경험 수준도 비슷한 양상을 보여준다. 결과적으로 코로나19의 진행과 함께 연령대별 부정적 정서경험의 차이가 점점 더 벌어지고 있음을 알 수 있다. 특히 사회적 관계와 관련된 부정적 정서경험의 경우 노년층에서 두드러지게 나타난다는 점에서 노인들의 정신건강에 대한 정책적 관심이 시급히 요청된다고 하겠다.

[그림 XII-22] 연령별 코로나19로 인한 부정적 정서 경험, 2020-2022

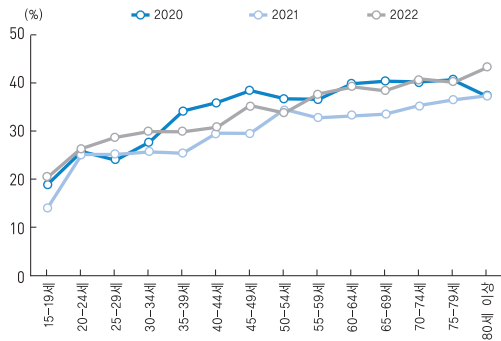
1) 분노



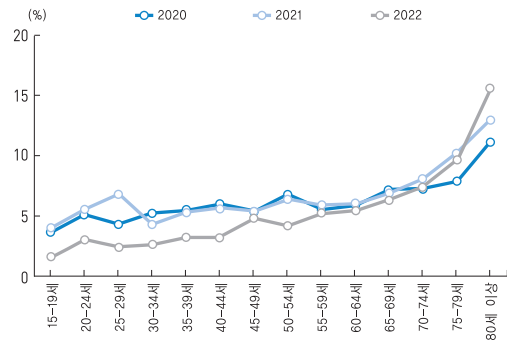
4) 그리움



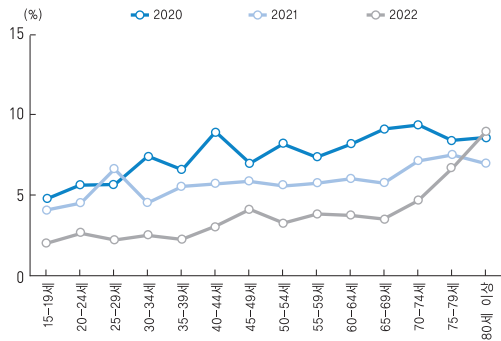
2) 걱정



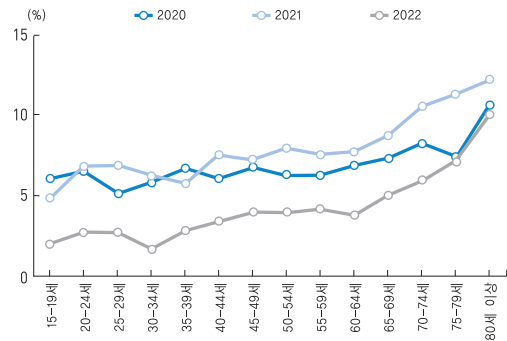
5) 외로움



3) 슬픔



6) 고립감



주: 1) 통계치는 “코로나19로 인해 다음의 감정을 얼마나 느끼셨습니까?”라는 질문에 대해 ‘1=전혀 그렇지 않다’에서 ‘5=항상 그렇다’까지 5점 척도로 조사되었으며, ‘4=자주 그렇다’ 혹은 ‘5=항상 그렇다’고 응답한 사람들의 비율임.

2) 추세를 드러내 보기 위해 y축의 배율을 조정하였음.

출처: 한국노동연구원, 「한국노동패널조사(23-25차)」, 원자료, 각 연도.



코로나19와 자녀양육 및 주관적 웰빙

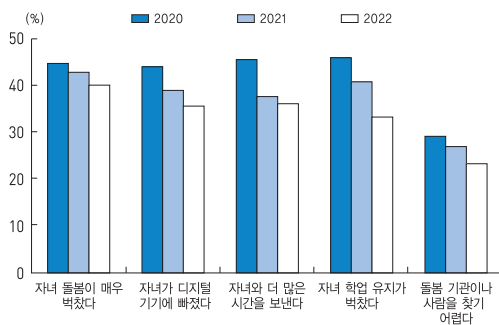
코로나19에 대응하기 위한 사회적 거리두기는 사회적 활동의 반경을 크게 좁혀서 가정 안으로 대부분의 활동을 한정된 시기도 있었다. 학생들은 한동안 집에서 온라인 비대면 수업을 받았고, 직장인들은 재택근무를 하였다. 외부 활동이 제한되면서 식사와 여가 모두 집에서 이루어지는 경우도 많았다. 이러한 상황은 가족 구성원들에게 많은 부담이 되기도 했다. 예컨대 가정주부는 전보다 늘어난 가사노동과 돌봄을 담당해야 했고, 충분한 개인 공간이 부족한 경우 비대면 온라인 상호작용은 불편을 일으키기도 했다. 하지만 가족들이 집에 모여 많은 시간을 보내는 것이 반드시 나쁘기만 한 것은 아니었다. 오랜만에 가족들끼리 함께 시간을 보내며 즐거움을 나누기

도 했다. 「한국노동패널조사」에서는 자녀를 가진 부모들을 대상으로 코로나19가 가져온 자녀 양육 측면에 대한 가족생활의 변화를 물었다. [그림 XII-23]은 이 질문들에 대한 연도별 응답 변화를 보여준다.

코로나19 첫해인 2020년에는 자녀를 가진 응답자 절반 가까이가 ‘자녀 돌봄이 벅차다(44.7%)’, ‘자녀가 디지털 기기에 많은 시간을 보낸다(43.9%)’, ‘자녀의 학업 유지가 벅차다(45.9%)’라고 응답해 갑자기 닥친 변화에 적응하는 어려움이 있었음을 보여준다. 하지만 동시에 절반 가까운 응답자들이 ‘자녀와 더 많은 시간을 보낸다(45.3%)’라고 응답해서 부정적인 변화만 있었던 것은 아님을 보여주기도 한다. 한편 자녀를 돌봐줄 기관이나 사람을 찾기 어렵다는 응답은 전체의 29.0%로 어린 자녀를 가진 경우에 한정된 것을 알 수 있다. 이처럼 코로나19의 도래와 함께 일어난 가족생활에서의 변화는 시간이 지나면서 어느 정도 적응이 되어가는 양상을 보인다. 모든 변화에 대한 응답의 비율이 시간이 지남에 따라 지속적으로 낮아지는 양상을 보이기 때문이다.

그렇다면 코로나19로 인한 자녀 양육에서의 변화는 주관적 웰빙에 어떤 영향을 미쳤을까? [그림 XII-24~26]은 고등학생 이하 자녀가 있는 사람을 대상으로 변화가 있었다고 응답한 경우(‘매우 그렇다’, ‘그렇다’)와 그렇지 않다고 응답한 경우(‘전혀 그렇지 않다’, ‘그렇지 않다’, ‘보통’)로 나누어 삶의 만족도와 행복도 평균을 비교한 것이다. 먼저 [그림 XII-24]는 자녀 돌봄이 벅찬

[그림 XII-23] 코로나19 이후 자녀 양육 관련 가족생활, 2020~2022



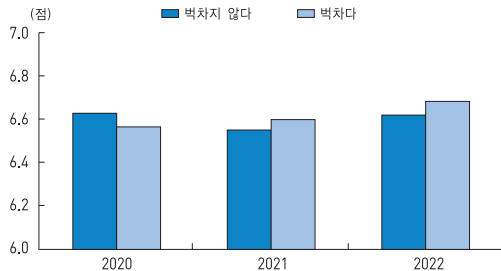
주: 1) 통계치는 “코로나19로 이후 다음의 상황에 대해 귀하는 어떻게 느끼셨는지 응답해주세요.”라는 질문에 대해 ‘1=전혀 그렇지 않다’에서 ‘5=매우 그렇다’까지 5점 척도로 조사되었으며, ‘4=그렇다’ 혹은 ‘5=매우 그렇다’고 응답한 사람들의 비율임.

출처: 한국노동연구원, 「한국노동패널조사(23-25차)」, 원자료, 각 연도.

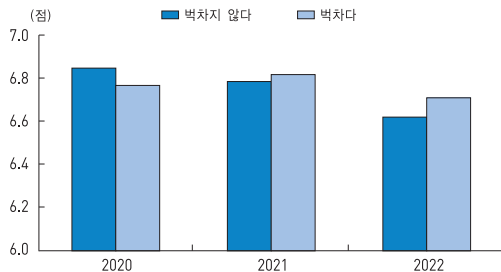


[그림 XII-24] 자녀 돌봄 애로와 주관적 웰빙, 2020-2022

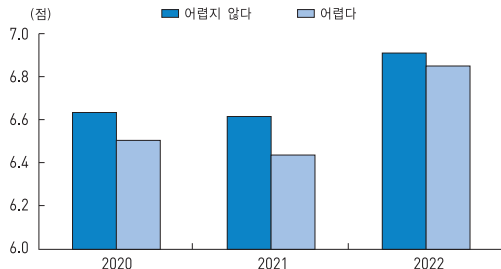
1) 삶의 만족도(자녀 돌봄이 벅차다)



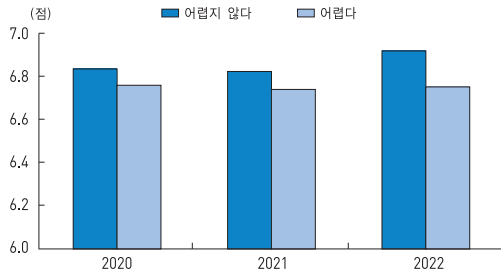
2) 행복도(자녀 돌봄이 벅차다)



3) 삶의 만족도(자녀의 학업 유지가 벅차다)



4) 행복도(자녀의 학업 유지가 벅차다)



주: 1) 통계치는 해당 사항에 대해 '벅차지 않다/어렵지 않다(전혀 그렇지 않다+그렇지 않다+보통)'와 '벅차다/어렵다(매우 그렇다+그렇다)'고 응답한 사람들의 삶의 만족도 및 행복도 평균값임.

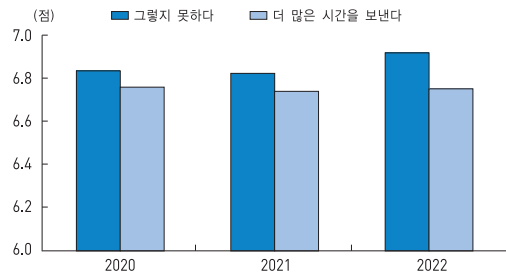
출처: 한국노동연구원, 「한국노동패널조사(23-25차)」, 원자료, 각 연도.

지, 자녀를 돌볼 기관이나 사람을 찾는 것이 어려운지 여부에 따라 주관적 웰빙 수준을 비교한 것이다. 분석결과 삶의 만족도와 행복도의 차이는 일관된 방향을 보이지 않음을 보여주었다. 한편 자녀를 돌볼 기관이나 사람을 찾는 것이 어려운 집단의 경우 그렇지 않은 집단에 비해 2021년에는 삶의 만족도가, 2022년에는 행복도가 낮게 나타났다.

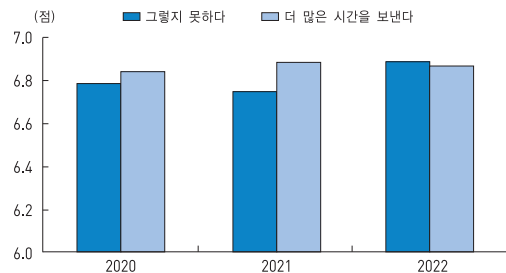
[그림 XII-25]를 통해 자녀와 시간을 더 많이 보내게 되었다고 응답한 경우와 그렇지 않은 경우의 주관적 웰빙 차이를 비교해 보자. 여기에서

[그림 XII-25] 자녀와의 시간과 주관적 웰빙, 2020-2022

1) 삶의 만족도



2) 행복도



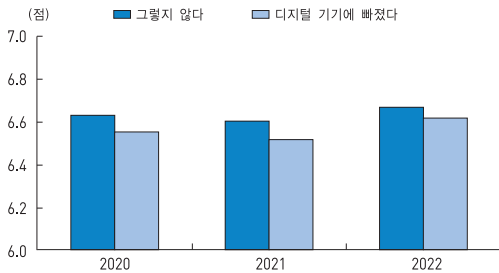
주: 1) 통계치는 "자녀와 더 많은 시간을 보낸다"는 사항에 대해 '그렇지 못하다(전혀 그렇지 않다+그렇지 않다+보통)'와 '더 많은 시간을 보낸다(매우 그렇다+그렇다)'고 응답한 사람들의 삶의 만족도 및 행복도 평균값임.

출처: 한국노동연구원, 「한국노동패널조사(23-25차)」, 원자료, 각 연도.

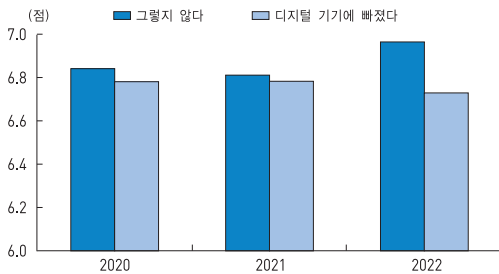


[그림 XII-26] 자녀의 학업과 주관적 웰빙, 2020-2022

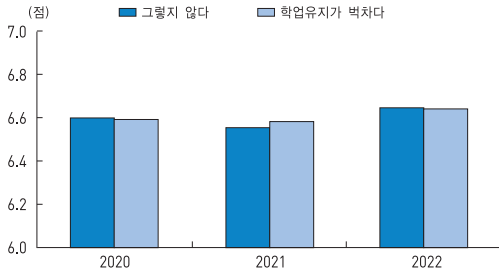
1) 삶의 만족도(자녀가 디지털 기기에 빠졌다)



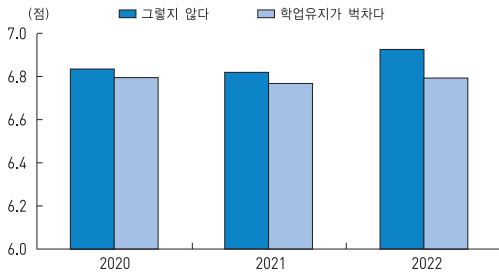
2) 행복도(자녀가 디지털 기기에 빠졌다)



3) 삶의 만족도(자녀의 학업 유지가 벅차다)



4) 행복도(자녀의 학업 유지가 벅차다)



주: 1) 통계치는 해당 사항에 대해 '그렇지 않다(전혀 그렇지 않다+그렇지 않다+보통)'와 '디지털 기기에 빠졌다/학업유지가 벅차다(매우 그렇다+그렇다)'고 응답한 사람들의 삶의 만족도 및 행복도 평균값임.
출처: 한국노동연구원, 「한국노동패널조사(23-25차)」, 원자료, 각 연도.

도 대부분 더 많은 시간을 자녀와 보낸다고 응답한 경우 주관적 웰빙 수준이 높게 나타났지만 일관되지 않은 경우도 있다. 그럼에도 불구하고 코로나19에 따른 자녀 양육에서의 변화가 모두 주관적 웰빙에 부정적이기만 한 것은 아님을 보여준다.

마지막으로 [그림 XII-26]은 자녀의 학업과 생활에 대한 지도의 어려움과 주관적 웰빙과의 관계를 살펴본 것이다. 자녀가 디지털 기기에 많은 시간을 보낸다고 응답한 경우와 자녀의 학업을 유지하기 벅차다고 응답한 이들은 대체로 주관적 웰빙이 더 낮은 경향을 보여주었지만 일관되지는 않았다. 다만 2022년의 경우 자녀가 디지털 기기에 시간을 많이 보내거나 자녀의 학업유지가 벅차다라고 응답한 이들이 그렇지 않은 이들에 비해 행복도가 낮게 나타났다.

코로나19와 경제활동 변화 및 주관적 웰빙

코로나19에 따른 사회적 거리두기는 가족생활에 큰 변화를 가져왔지만 동시에 경제활동에도 많은 변화를 가져왔다. 먼저 경제활동 상태에 따라 코로나19 전후의 주관적 웰빙 수준이 어떤 차이를 보이는지 [그림 XII-27]을 통해서 살펴보자. 경제활동 상태를 미취업과 임금근로자, 비임금근로자로 구분해 보았을 때, 전반적으로 주관적 웰빙 수준은 삶의 만족도와 행복도 모두 임금근로자가 가장 높고, 그다음은 비임금근로자, 미취업의 순이다. 또한 세 집단 모두 코로나19를

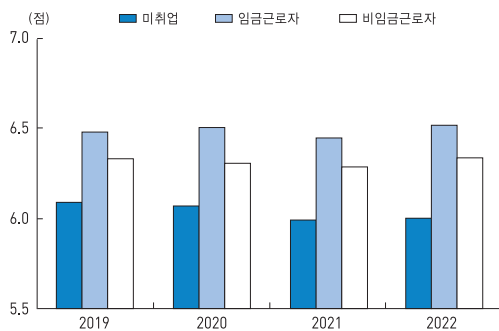
전후해서 2019~2021년에는 삶의 만족도와 행복도가 모두 하락하다가 2022년에 상승하는 패턴을 보인다. 하지만 삶의 만족도와 행복도가 코로나19를 전후해서 변화하는 정도는 취업상태에 따라 차이를 보인다. 가장 큰 차이는 임금근로자와 미취업자 사이에서 나타나는데, 임금근로자가 2021~2022년 삶의 만족도와 행복도가 모두 상승하면서 2019년 수준에 가까워지는 반

면, 미취업자의 경우는 2019~2021년 지속적으로 하락하던 삶의 만족도와 행복도가 2022년에 정체되는 경향을 보인다. 그 결과 2019년에 비해 2022년에는 임금근로자와 미취업자의 삶의 만족도와 행복도의 격차가 더 커지는 것을 확인할 수 있다. 한편 비임금근로자는 임금근로자에 비해 낮은 수준이지만 유사한 변화의 패턴을 보인다.

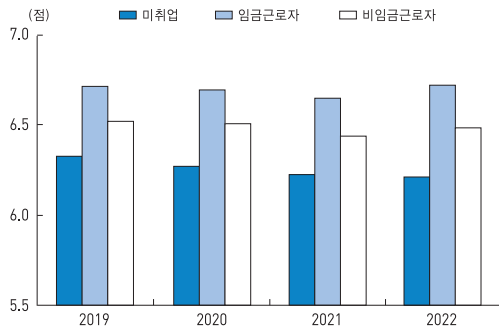
임금근로자나 비임금근로자가 모두 미취업자에 비해 상대적으로 주관적 웰빙 수준이 높기는 하지만 이들 역시 코로나19 이후 주관적 웰빙 수준이 하락하였다. 이러한 하락의 배경에는 사회적 거리두기로 인한 일의 제약들도 있겠지만, 가장 중요한 것은 그에 따른 경제적 손실이라고 할 수 있다. 임금근로자의 경우 일하는 시간이 줄거

[그림 XII-27] 취업상태별 코로나19 전·후 주관적 웰빙, 2019-2022

1) 삶의 만족도



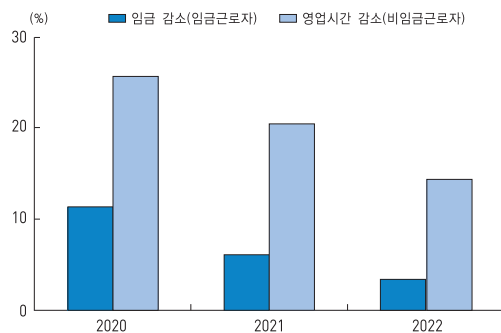
2) 행복도



주: 1) 임금근로자(타인 또는 회사에 고용되어 보수(돈)를 받고 일(직장, 아르바이트 등), 비임금근로자(자영업자/고용주, 가족종사자), 미취업 대상임.

출처: 한국노동연구원, 「한국노동패널조사(22-25차)」, 원자료, 각 연도.

[그림 XII-28] 코로나19 이후 일의 변화, 2020-2022



주: 1) 임금근로자(타인 또는 회사에 고용되어 보수(돈)를 받고 일(직장, 아르바이트 등), 비임금근로자(자영업자/고용주, 가족종사자) 대상임.

2) 임금 감소는 "지난 1년간 코로나19의 영향으로 근로소득(상여 포함)의 변화가 있었습니까?"라는 질문에 대해 '감소하였다'고 응답한 임금근로자들의 비율임.

3) 영업시간 감소는 "지난 1년간 코로나19 이전과 비교하여, 코로나19로 인해 영업시간의 변화가 있었습니까?"라는 질문에 대해 '감소하였다'고 응답한 비임금근로자들의 비율임.

출처: 한국노동연구원, 「한국노동패널조사(23-25차)」, 원자료, 각 연도.

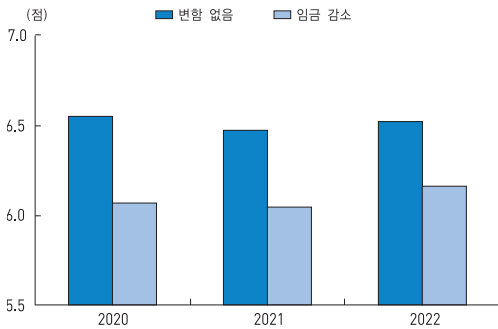


나 경제사정 악화로 고용상태가 불안정해지면서 임금이 줄어드는 경우도 있었을 것이고, 비임금 근로자 특히 자영업자의 경우는 사회적 거리두기로 영업시간이 줄어들어 매출이 감소하는 경우도 있었을 것이다. [그림 XII-28]은 「한국노동패널조사」에서 임금근로자와 비임금근로자를 대상으로 조사한 코로나19 이후 임금 감소와 영업

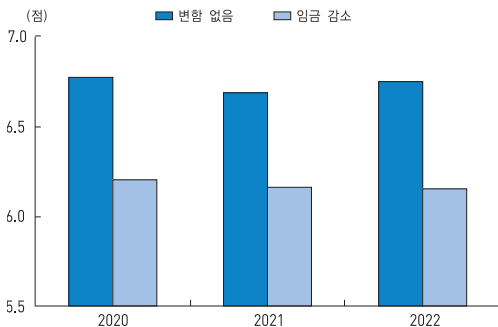
시간 감소 경험의 비율을 보여준다. 임금근로자 중에서 코로나19 첫해인 2020년 11.4%가 임금 감소를 경험했고, 이후 이 비율은 2021년 6.1%, 2022년 3.5%로 낮아진다. 한편 비임금근로자는 2020년 25.7%가 영업시간 감소를 경험하였고, 2021년에는 20.5%, 2022년에는 14.3%로 줄었다. 임금근로자의 임금 감소나 비임금근로자의 영

[그림 XII-29] 코로나19 이후 임금 감소 경험과 주관적 웰빙, 2020-2022

1) 삶의 만족도



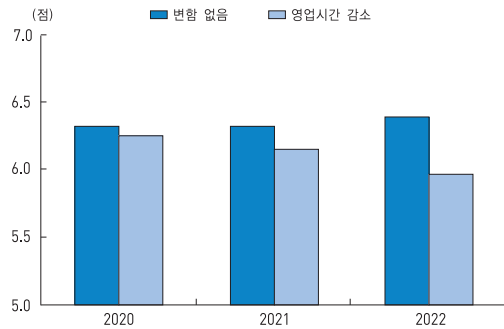
2) 행복도



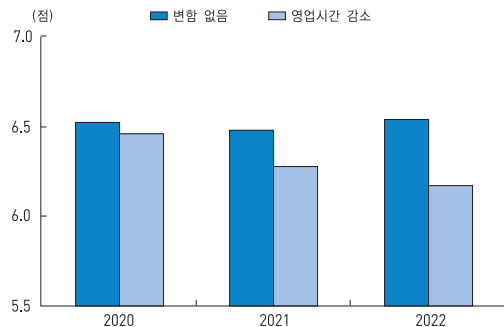
주: 1) 임금근로자(타인 또는 회사에 고용되어 보수(돈)를 받고 일(직장, 아르바이트 등) 대상임.
2) 임금 감소는 "지난 1년간 코로나19의 영향으로 근로소득(상여 포함)의 변화가 있었습니까?"라는 질문에 대해 각각 '감소하였다', '변화없다'고 응답한 임금근로자들의 삶의 만족도 평균값임.
출처: 한국노동연구원, 「한국노동패널조사(23-25차)」, 원자료, 각 연도.

[그림 XII-30] 코로나19 이후 영업시간 감소 경험과 주관적 웰빙, 2020-2022

1) 삶의 만족도



2) 행복도



주: 1) 비임금근로자(자영업자/고용주, 가족종사자) 대상임.
2) 영업시간 감소는 "지난 1년간 코로나19 이전과 비교하여, 코로나19로 인해 영업시간의 변화가 있었습니까?"라는 질문에 대해 각각 '감소하였다', '변화없다'고 응답한 비임금근로자들의 삶의 만족도 평균값임.
출처: 한국노동연구원, 「한국노동패널조사(23-25차)」, 원자료, 각 연도.

업시간 감소로 인한 경제적 손해는 주관적 웰빙에 부정적 영향을 끼쳤을 것으로 예상할 수 있다. 코로나19로 인한 경제적 손실의 부정적 영향을 확인하기 위해 임금근로자 중에서 임금 감소를 경험한 경우와 아닌 경우, 비임금근로자 중에서 영업시간 감소를 경험한 경우와 아닌 경우의 주관적 웰빙 수준을 비교하였다. [그림 XII-29]는 임금근로자들의 임금 감소 경험이 주관적 웰빙에 미치는 영향을 보여준다. 그림을 보면 임금 감소를 경험한 임금근로자들의 2020년 삶의 만족도 평균은 6.07점, 행복도 평균은 6.19점으로 임금 감소를 경험하지 않은 임금근로자들의 삶의 만족도 평균 6.56점과 행복도 평균 6.76점에 비해 현저하게 낮게 나타났다. 이러한 임금 감소로 인한 삶의 만족도 하락은 2021년과 2022년에도 지속되는데 코로나19가 진행되면서 임금 감소 경험 집단과 경험하지 않은 집단의 차이는 조금씩 줄어든다. 반면 행복도에서는 두 집단의 차이가 크게 줄어들지 않았다.

비임금근로자들은 영업시간 단축으로 인해 주관적 웰빙에 어떤 영향을 받았을까? [그림 XII-30]은 코로나19 이후 영업시간 단축을 경험한 경우와 그렇지 않은 경우의 삶의 만족도와 행복도 차이를 보여준다. 임금 감소를 경험한 임금근로자와 달리 영업시간 단축을 겪은 비임금근로자는 코로나19 첫해인 2020년 삶의 만족도나 행복도가 경험하지 않은 경우에 비해 낮게 나타났다. 반면 코로나19가 진행되면서 영업시간 단축을 겪은 비임금근로자의 삶의 만족도와 행복도는

빠르게 하락해서 영업단축을 겪지 않은 경우와의 차이는 시간이 갈수록 더 커졌다.

맺음말

코로나19는 모든 국민들의 삶에 엄청난 변화를 가져왔다. 그러한 변화는 삶의 만족도와 행복도, 정서경험 등 주관적 웰빙에 영향을 미칠 수밖에 없다. 코로나19가 가져온 삶의 변화가 주관적 웰빙에 어떤 영향을 얼마나 미쳤는지 「한국노동패널」의 특별 모듈 조사자료를 활용해서 분석하였다. 삶의 만족도와 행복도로 측정한 주관적 웰빙은 코로나19의 시작 이후 2020년과 2021년 하락하다가 2022년 들어 다시 회복되기 시작했다. 코로나19로 인한 삶의 만족도와 행복도의 하락이 두드러진 인구집단은 여성과 청년들이었다. 코로나19는 정서경험에도 영향을 미쳐 분노, 걱정, 슬픔, 그리움, 외로움, 고립감이 높아졌다가 이후 줄어드는 양상을 보인다. 코로나19 이후 증가한 부정적 정서경험은 청년층에서는 시간이 지남에 따라 줄어들지만 노년층에서는 줄어들지 않는다. 그 결과 부정적 정서경험은 노년층에 집중되고 연령대별 부정적 정서경험의 차이는 점점 더 늘어난다. 코로나19 상황에서 많은 변화가 집중된 삶의 영역은 가족과 일이다. 이들 두 영역에서 코로나19가 가져온 변화를 살펴보았다. 코로나19 이후 자녀를 돌보는 것과 자녀의 학업 및 생활지도 등에서 어려움을 겪는 경우가 늘었다



가 시간이 지남에 따라 줄어들었다. 부정적 경험 외에도 자녀들과 더 많은 시간을 보내는 긍정적 경험도 있었다. 이러한 경험들이 주관적 웰빙에 미치는 영향은 부분적으로만 통계적 유의성을 지닌다. 코로나19에 따른 일에서의 변화는 임금 근로자의 경우 임금 감소를, 비임금근로자의 경우 영업시간 단축을 살펴보았다. 두 변화 모두 코로나19가 발생한 직후인 2020년에 집중적으로 나타나며 이후 줄어든다. 임금 감소는 코로나 19 기간에 걸쳐 임금근로자의 삶의 만족도와 행복도를 낮추지만 그 정도는 시간이 지남에 따라 조금씩 줄어든다. 반면 영업시간 단축은 2020년에는 비임금근로자의 삶의 만족도와 행복도를

통계적으로 유의하게 낮추지 않지만 점점 더 영향이 커져서 2021년과 2022년에는 통계적으로 유의하다. 코로나19 기간 동안 주관적 웰빙이 악화되었다 회복되는 양상이 일반적으로 나타나는 것은 두 측면에서 생각해 볼 수 있다. 하나는 2020년에서 2021년 사이 객관적 상황이 악화되었다가 2022년 들어 완화되는 환경적 요인의 작용이다. 또 하나는 2020년 갑작스레 코로나19를 맞고 2021년까지 지속적으로 주관적 웰빙 하락을 겪은 국민들이 이에 점점 적응하면서 주관적 웰빙이 점차로 높아지는 주관적 회복력 요인의 작용이다. 어느 요인이 더 크게 작용했는가는 후속 연구들에서 다루어볼 문제이다.