

2021 경기도 청년연구 공모 결과보고서

# MZ세대의 정신건강 위험요인과 도움추구 유형화에 대한 탐색적 연구

D(iscover)T(alk)하자 우리의 고민!

연구책임 | 김진영



경기복지재단  
경기청년지원사업단

■ 청년연구공모사업 보고서는 청년들이 청년 관련 현안에 대한 실태와 개선방안 등을 모색하기 위한 아이디어를 제시하고자 작성된 자료입니다.

■ 본 보고서는 경기복지재단의 공식적인 입장과 다를 수 있습니다. 본 보고서의 내용과 관련한 의견이나 문의 사항이 있으시면 아래로 연락주시기 바랍니다.

Tel : 031-267-9349 Fax : 070-8220-0200 E-mail : kimjm1785@ggwvf.or.kr

## 요약

### □ 연구목적

본 연구는 청년 집단 중에서도 MZ세대에 집중하여 이들 세대만이 경험하는 정신건강 위험요인과 도움추구 방법은 무엇인지를 파악하고 이를 유형화(typology)시키고자 한다. 따라서 본 연구의 목적은 MZ세대만의 고유한 정신건강 문제와 위험요인, 그리고 도움추구 방법을 연구자의 시선, 언어, 방법이 아닌 당사자의 시선, 언어, 방법으로 수집하고 이를 체계적으로 유형화시키는 것이다.

### □ 연구방법

혼합연구설계의 디자인 중 설명적 순차설계를 사용하여 양적연구와 질적연구를 실시하였다. 먼저, 소셜 미디어(인터넷 기사, 댓글, 블로그)를 대상으로 텍스트마이닝 기법을 통해 핵심용어를 추출하였다. 자료수집 기간은 국내에서 처음 코로나 확진자가 나온 2020년 1월 20일부터 최근까지인 2021년 6월 30일까지로 한정하였다. 검색 키워드로는 “청년”, “대학생”, “직장인”, “취준생”, “MZ세대”, “정신건강”, “스트레스”, “우울”, “불안”, “자살”, “도움”, “지원”, “조언”, “상답”, “해소” 등의 키워드가 사용되었다. 웹 크롤링(web crawling)을 통해 총 10,000건의 문서가 수집되었으며, 이는 뉴스 5,000건과 블로그 5,000건이었다. 수집된 자료는 Netminer 프로그램을 사용하여 상위 키워드를 추출하고, 워드 클라우드를 생성하며, 토픽 모델링 분석을 통해 단어들을 군집화 하는 작업을 진행하였다. 질적 연구에서는 현재 경기도에 거주 중인 대학생, 취준생, 직장인의 세 집단에서 1명씩 참여자를 선정하여 총 3명의 참여자를 대상으로 개별 질적 인터뷰를 반구조화된 형태로 진행하였다. 텍스트 데이터는 맥락화 해체, 재맥락화, 유형화, 모음집과 같은 4단계를 거쳐 내용분석을 진행하였다.

### □ 연구결과

블로그와 뉴스 데이터를 통합하여 만들어낸 상위 100개의 키워드 중 상위 10개의 키워드는 다음과 같았다: 확진(n = 5757), 국회(n = 5144), 지역(n = 5108), 의원(n

= 4940), 투자(n = 4922), 경제(n = 4916), 기업(n = 4755), 여자(n = 4555), 환자(n = 4501), 감염(n = 4057). 이를 통해 코로나-19가 발생시키는 막연한 두려움뿐만 아니라 그로 인해 영향을 받는 경제와 고용의 어려움이 언급되었고, 이를 대처하는 방안으로는 정부의 개입이 필요하다고 보는 시선이 두드러진다는 것을 발견할 수 있었다. 뉴스 데이터를 기반으로 도출된 토픽은 다음과 같다: 1) 고용 및 주택시장의 불안정성, 2) 언론플레이를 통한 간접 불안감, 3) 코로나-19로 인한 생활상의 스트레스, 4) 미시적 차원의 도움 해결방법, 5) 정부를 통한 적극적 정책 요구. 블로그 데이터를 기반으로 도출된 토픽은 다음과 같다: 1) 부동산 및 주택 정책에 대한 불안정성, 2) 교육 및 고용의 비연계성과 불확실성, 3) 온라인 소셜 네트워킹 활동 및 구매를 통한 해소, 4) 코로나-19로 인한 결혼 및 가족계획 문제, 5) 가족 또는 종교를 통한 문제해결. 질적연구 결과, 청년들의 정신건강 추가적 위험요인으로 여성과의 역차별이 도출되었다. 또한, 주거 측면에서는 재계약의 거부, 형제·자매와 살 때의 주거 복지 사각지대의 노출 등의 문제가 언급되었다. 교육 및 고용 차원에서는 대학교 교육과정 및 전공 분야 대한 회의감과 정규직에 대한 갈망이 연구참여자에게 의해 설명되었다. 선정적인 미디어 콘텐츠 역시 청년들의 정신건강을 위협하고 있는 것으로 확인되었다. 도움추구 방법으로는 온라인 플랫폼의 영상, 포스팅, 게임 등이 도움이 되는 것으로 확인되었다. 미시체계 차원에서는 가족 또는 친구와의 지지적 관계를 통해 정신건강에 대한 문제를 극복하는 경우가 발견되었다. 전문상담과 관련해서는 아예 서비스 이용방법을 모르거나 상담 자체를 받을 길 거부하는 경우가 있었다. 끝으로, 청년 주거와 고용 정책에 있어서 정부가 보다 적극적으로 개입할 필요가 있다고 주장하였다. 이를 종합하여, 정신건강 위험요인으로는 크게 “비정규직, 정규직에 따른 고용의 불안정성”, “부동산 및 주택 시장의 불안정적 변동성”, “언론의 선정성을 기반으로 한 박탈적 사회상 형성”, “대학교육과 실제 고용시장과의 괴리”의 총 4가지 하위영역이 도출되었다. 이어서 정신건강 도움추구 방법으로는 “온라인 플랫폼을 통한 자기 표출 및 부정적 감소의 해소”, “친구 및 가족과의 긍정적 상호작용”, “청년을 위한 정부의 적극적 개입과 정책 마련”의 3가지 하위영역이 정리되었다. 각 하위요인별 함의와 시사점 역시 제공되었다.

## □ 논의 및 결론

이러한 결과를 토대로 본 연구는 비정규직은 불완전한 고용, 정규직은 완전한 고용이라는 일반화된 생각을 없애고 모두 양질의 조건과 처우 아래 일을 할 수 있도록 제도적 측면에서의 변화가 촉구된다. 특히, 모든 고용의 형태에 있어 사회적 안전망을 확보함으로써 지금의 청년들이 절대 공무원 자리에만 목매는 일이 없도록 하는 것이 필요하다고 본다. 또한, 교육과 고용을 보다 더 원활히 연계시킬 수 있도록 하는 교육과정의 개편과 정책적 요구가 받아들여져야 할 것이다. 주거 문제에 있어서는 효과적인 부동산 정책을 통해 주택 시세를 조정하거나, 주택과 관련된 대출 및 보조금을 추가로 더 지원하여 청년들의 주거난을 해결할 필요가 있다. 미디어는 청년들의 어려움을 공감하는, 함께 극복할 수 있다는 메시지가 담긴 긍정적인 콘텐츠의 생산과 확산에 앞장서야 한다. 도움추구 측면에서는, 청년들의 정신건강을 위한 콘텐츠를 제작하거나 배포할 때도 온라인 플랫폼에서 이를 어떻게 재미있게, 효과적으로 홍보할 수 있을지에 대해서 고민이 필요하다. 또한, 청년들의 정신건강 문제를 보듬어주는 심리적 상담 서비스 외에도 다른 부처와의 협력을 통해 그들의 문제에 맞는 해결방안이 적절히 매치되어 제공함으로써 이들의 정신건강을 증진시켜야 한다.



# 목차

## I | 서론 / 11

- 1. 연구의 배경 ..... 11
- 2. 연구목적 ..... 14

## II | 연구 방법 / 15

- 1. 연구설계 ..... 15

## III | 연구 결과 / 21

- 1. 양적연구 결과 ..... 21
- 2. 질적연구 결과 ..... 32
- 3. 통합 결과 ..... 39

## IV | 결론 / 41

- 1. 연구결과 요약 ..... 41
- 2. 함의 및 시사점 ..... 42

## | 참고문헌 / 45

## 표 차례

|  |    |
|--|----|
| 〈표 1〉 청년 정신건강 위험요인 및 도움추구 방법 관련 상위 100 키워드 - 뉴스 .....  | 21 |
| 〈표 2〉 청년 정신건강 위험요인 및 도움추구 방법 관련 상위 100 키워드 - 블로그 ..... | 23 |
| 〈표 3〉 청년 정신건강 위험요인 및 도움추구 유형화 관련 상위 100 키워드 - 통합 ..... | 25 |
| 〈표 4〉 청년 정신건강 관련 부정적/긍정적 키워드 - 통합 .....                | 26 |
| 〈표 5〉 토픽별 키워드 목록 - 뉴스 .....                            | 28 |
| 〈표 6〉 토픽별 키워드 목록 - 블로그 .....                           | 31 |
| 〈표 7〉 연구 참여자의 인구사회학적 특성 .....                          | 33 |
| 〈표 8〉 청년 정신건강 위험요인 및 도움추구 방법 유형화 (2020-2021) .....     | 40 |



## 그림 차례

|   |    |
|---|----|
| 〈그림 1〉 청년 정신건강 위험요인 및 도움추구 방법 워드 클라우드 - 뉴스 .....  | 22 |
| 〈그림 2〉 청년 정신건강 위험요인 및 도움추구 방법 워드 클라우드 - 블로그 ..... | 24 |
| 〈그림 3〉 토픽모델링 결과 - 뉴스 .....                        | 27 |
| 〈그림 4〉 토픽모델링 결과 - 블로그 .....                       | 30 |



# I 서론

## 1. 연구의 배경

MZ세대는 1980년대 초 ~ 2000년대 초에 출생한 밀레니얼 세대와 1990년대 중반 ~ 2000년대 초반 출생한 Z세대를 통칭하는 용어로, 개인의 행복을 추구하고, 디지털 환경에 익숙한 세대로 익히 알려져 있다(PMG 지식엔진연구소, 2021). 그러나 동시에 이 세대는 N포 세대라고도 불리며, 급변하는 사회경제적 환경으로 인해 여러 요인(예. 결혼, 집 마련 등)을 포기할 수밖에 없는 세대라고 이해되기도 한다(PMG 지식엔진연구소, 2021). 김기태(2021)의 자료에 따르면, 한국 청년의 우울 수준은 평균적으로 6.09 점으로 나타나며, 도시별 차이와 소득격차별 차이가 있는 것으로 확인되었다. 이와 연결하여 자살 생각은 전체의 2.74%가 경험했다고 보고하였다(김기태, 2021). 그러나 이 중 11.9%만이 전문가를 통해 상담이나 도움을 받아보려고 했다고 보고하였으며, 8.4%는 약을 처방받은 적이 있다고 답했다(김기태, 2021). 이처럼 청년들은 과도한 경쟁, 얼어붙은 고용시장, 답 없는 미래에서 비롯되는 불안감, 우울, 스트레스를 다른 세대보다 더 심각히 경험하고 있는 것이었다(김기태, 2021).

청년들의 정신건강에 영향을 미치는 위험요인은 매우 다양할 수 있다. 한국 청년들은 일반적으로 졸업과 동시에 취직을 해야 한다는 막중한 부담감에 시달리며, 대학교 4학년 때 이러한 감정이 증폭되는 것으로 나타난다(김교헌 외, 2010). 이러한 부담감은 구직기간동안 그리고 취업 이후에도 지속되는 것으로 나타난다. 청년들의 구직기간 또는 실업 여부는 정신건강에 영향을 미치는 것으로 나타나는데, 특히 구직기간이 길어질수록 정신건강이 취업에 미치는 영향이 증가하는 것으로 확인되었다(신희천, 장재윤, 이지영, 2008). 이와 비슷하게, 정규직 청년집단과 비교하였을 때, 구직 청년 집단의 정신건강 수준이 더 취약한 것으로 나타났다(김정숙, 2018). 청년들이 고용이 되지 않음에

불안감을 느끼는 것은 청년기의 발달과업 상 “일”을 하는 것이 과제 중 하나로 포함되어 있기도 하고, 일을 하면서 인생을 보다 보람 있게 살아갈 수 있기 때문이다(김교헌 외, 2010). 따라서 일을 가진다는 것, 고용이 된다는 것은 청년들에게 매우 중요한 문제이다. 주거점유 형태 역시 청년들의 사회적 불안을 야기하는 원인으로 지목되고 있고(곽윤경, 2021), 청년이 과부담 부채를 보유한 경우는 그렇지 않은 경우에 비해 우울 수준이 1.59점 더 증가하는 것으로 나타난다(하랑경, 심혜원, 김강희, 박신아, 2020). 이러한 주택시장의 과열과 불안정성은 청년들로 하여금 일이 잘 안될 것이라고 기대하는 “비관성”을 가지게끔 하는 것이다(심은정, 조인호, 2018). 이처럼 청년들의 불안과 우울을 발생시키는 요인은 한 가지 문제에서 발생된 것이라기보다는 다양한 복합적 요인에 의해 영향을 받는다고 말할 수 있다.

이른바 요즘 청년인 MZ세대는 코로나-19라는 시대적 사건과 더불어 급격한 디지털화 등 이전 세대들보다 더욱 많은 변화에 직면하고 있는 상황이므로 이들 세대만이 향유하는 문화, 사건 그리고 정신건강과의 관계는 다른 세대와는 구분되는 지점이 있으리라 유추된다. 이러한 특성은 도움추구 성향 또는 행동 양식에도 영향을 미칠 것이라 보이는데 청년들의 정신건강 위험요인을 통합적으로 정리한 결과나, 이들이 어떠한 방식으로 정신건강과 관련된 문제에 도움을 받는지에 대한 연구는 부족한 실정이다. 남영주와 김정은(2021)의 연구에서는 41.9%의 청년 1인 가구가 위급 또는 긴급 상황 시 도움을 요청할 조력자가 전혀 없다고 보고하였으며, 이로 인한 스트레스 수준 역시 다소 높다고 보고하였다. 즉, 도움을 추구하는 방법을 모르거나, 현재 청년들을 위한 정신건강 관련 서비스들이 그들의 욕구를 적절히 반영하지 못했다고 해석할 수 있다. 또한, 박지혜와 이선혜(2021) 역시 정신건강 리터러시(literacy)의 향상이 도움추구 행동에 긍정적인 영향을 미쳐 의료서비스와 상담 및 심리치료서비스의 이용 행동에는 영향을 미치지만, 지역사회 정신건강복지센터나 온라인 및 전화상담의 참여까지는 이어지지 않는 것으로 나타났다. 이 연구결과 역시 현재 운영되고 있는 서비스들이 청년 집단의 정신건강에 적합한 개입 방안인 것인가에 대한 의문점을 제기한다.

MZ세대가 디지털 기기 사용 및 문화에 익숙하고, 코로나-19로 인해 온라인 상에서의 소통이 증가하고 있다는 점을 고려하여 온라인 상에서 MZ세대의 정신건강 위험요인이 무엇으로 지목되고 또는 논의되고 있는지를 파악하는 것이 필요하다고 보았다. 예를 들어, 정동열, 전승환, 이영민(2018)은 청년 삶의 질 과제를 발굴하기 위해서 온라인

뉴스와 같이 언론에 노출된 기사들에서 핵심적인 주제를 선정하여 이를 정리하였다. 그러나 청년들의 정신건강이라는 주제에 중점을 두고 온라인상에서 데이터를 추출한 경우는 드물었으며 주로 실태조사에 기반하여 연구가 진행되었다. 특히, 코로나-19 이후 청년세대의 삶의 변화에서 가족과의 시간의 증가, 미래불안, 고독감 등의 변수가 주관적인 정신건강에 영향을 미치는 것으로 나타났다(김미숙, 강선경, 2021).

기존의 사회 조사 연구는 정해진 변인들의 관계 파악에 있어서 유용하지만 실제 이용자들이 사이버상에서 언급한 방대한 정보를 빠르게 수집 및 분석하는 데에는 한계가 있을 수밖에 없다. 그러나 온라인 매체를 통해 데이터를 수집하게 된다면 방대한 양의 데이터를 기반으로 수많은 인터넷 이용자의 목소리를 확인할 수 있기 때문에 기존의 제한된 문항과 표본추출을 통해 정보를 얻어내는 설문조사와 비교하여 보다 유용한 자료가 될 수 있다(송태민, 송주영, 진달래, 2014). 빅데이터를 사용하게 되면 인간 행동을 보다 정확히 예측하고, 예측된 결과를 토대로 인간의 삶을 향상시킬 수 있다는 점에서 의미가 있다(한국행동과학연구소, 2019). 특히, 인간행동은 매우 빠르게 변화되는데 빅데이터는 빠른 변화양상을 반영할 수 있고, ‘현재’의 우리 사회의 문제를 분석을 통해 ‘지금’ 해결할 수 있다는 점에서 유용하다(한국행동과학연구소, 2019). 더 나아가, 정형화된 데이터와 비정형화된 데이터의 통합으로 연구하고자 하는 인간 행동과 그 현상에 대한 종합적인 해석과 결과를 도출할 수 있다(한국행동과학연구소, 2019). 즉, 소셜 데이터는 개인의 심리적, 행동적 특성과 의견을 실시간으로 드러내고 사회적 트렌드를 그 어떤 데이터보다도 빠르고 민감하게 반영하기 때문에 기존의 분석에서 얻지 못했던 통찰력을 얻을 수 있다고 평가된다(한국정보화진흥원, 2012). 그러나 동시에 빅데이터는 비정형화된 데이터를 사용하는 만큼 탐색하고자 하는 연구의 주제와 관련이 없는 데이터를 포함할 가능성도 갖고 있다(한국행동과학연구소, 2019). 이를 “잡음”이라고 표현하기도 하는데, 연구자는 이러한 연구 데이터의 “잡음”을 어떻게 처리하고 분석과정 및 결과에 반영할 것인지를 고민해야 한다(한국행동과학연구소, 2019). 이와 비슷하게, 소셜빅데이터의 수집 및 분석과정은 연구자가 어떤 키워드를 사용하여 데이터를 추출하였느냐에 따라 매우 달라질 수 있다(한운선, 김하영, 송주영, 송태민, 2019). ‘청년들의 정신건강 위험요인과 도움추구’라는 현상을 이해하기 위해 현상과 관련된 모든 키워드를 사용하는 것은 현실적으로 불가능하기 때문에 연구자는 선행연구를 통해 적절히 필수 및 선택 키워드를 선정할 필요가 있다. 그러나 이 과정에서 놓칠 수 있었던 키워드가

있을 수 있으므로, 질적 연구를 통해 청년들의 목소리와 의견을 듣고 연구결과에 이를 추가 및 보완할 필요가 있다.

## 2. 연구목적

본 연구는 청년 집단 중에서도 MZ세대에 집중하여 이들 세대만이 경험하는 정신건강 위험요인과 도움추구 방법은 무엇인지를 파악하고 이를 유형화(typology)시키고자 한다. 따라서 본 연구의 목적은 MZ세대만의 고유한 정신건강 문제와 위험요인, 그리고 도움추구 방법을 연구자의 시선, 언어, 방법이 아닌 당사자의 시선, 언어, 방법으로 수집하고 이를 체계적으로 유형화시키는 것이다. 먼저 텍스트 마이닝을 통해 정신건강 위험요인과 도움추구 유형에 대한 주요 키워드를 추출하여 워드클라우드를 생성하고, 토픽을 추출해낸다. 이어서 질적 연구 인터뷰를 통해 양적연구에서 도출된 키워드 및 토픽이 청년들의 정신건강 문제를 적절히 반영하였는지를 확인 및 비교하고, 개개인의 경험을 덧붙여 해당 현상에 대한 이해를 높일 것이다.

## II 연구 방법

### 1. 연구설계

본 연구는 질적연구와 양적연구를 사용하는 혼합연구를 채택하고자 한다. 혼합연구는 학자에 따라 조금씩 다르게 정의하고 있으나, 일반적으로 혼합연구란 “양적과 질적 연구의 요소(예. 관점, 자료수집, 자료분석, 추론 방법)를 합침으로써 더 깊은 이해와 확증을 목표로 하는 것” (Johnson et al., 2007, p.123), 또는 “연구문제와 가설에 따라 엄격하게 양적 및 질적연구의 데이터를 수집하고 분석하는 방법이자, 두 개의 데이터와 연구결과를 통합하는 방법”이라고 설명하고 있다(Creswell & Plano Clark, 2018, p.5). 혼합연구는 크게 세 가지의 핵심 디자인을 내포하고 있으며, 이는 설명적 순차설계(explanatory sequential design), 탐색적 순차설계(exploratory sequential design), 수렴적 혼합설계(convergent mixed methods design)로 구성된다. 본 연구에선 설명적 순차설계(explanatory sequential design)를 사용하여 연구를 진행하였다(Fetters, 2020). 이 설계방법은 양적연구로 시작되어, 양적연구의 결과를 기반으로 질적연구가 진행된다(Creswell & Plano Clark, 2018; Fetters, 2020). 설명적 순차설계는 총 4가지의 목적을 가지고 있는데 이는 다음과 같다: 1) 질적연구의 결과를 토대로 양적 연구결과를 설명하는 것, 2) 양적 연구결과를 통해 집단을 형성하고, 해당 집단을 질적연구를 통해 탐색하는 것, 3) 양적연구의 결과를 사용하여 질적연구단계의 참여자의 특성을 파악하고 의도적으로 표집하는 것, 4) 왜 양적연구가 발생되어 있는지에 대한 매커니즘을 질적연구의 자료 수집 및 분석을 통해 설명하는 것이다. 본 연구에서는 양적 연구결과를 기반으로 질적 연구 대상자에게 내용을 확인받고 보완하는 작업을 진행하므로 설명적 순차설계의 첫 번째 그리고 네 번째 목적과 부합한다고 볼 수 있다. 또한, 양적연구와 질적연구결과는 서로 ‘보완적(complementarity)’인 목적으로 비교되

기도 하지만, 자료 수집과정에 있어서는 양적 연구결과를 질적연구 결과와 비교하며 매칭(matching)시킴으로써 양적에서 발견되지 못한 부분을 질적인 부분에서 발견 및 보완하고, 탐색하고자 하는 현상에 대한 이해를 확장(expanding)시킬 수 있다(Fetters, 2020).

## 1) 양적연구

### (1) 자료수집

본 연구에서는 청년의 정신건강과 도움추구 유형에 대한 데이터를 수집하기 위해 소셜 미디어(인터넷 기사, 댓글, 블로그)를 대상으로 텍스트마이닝 기법을 통해 핵심용어를 추출하고자 한다. 인터넷 뉴스와 블로그 포스트는 사회적 의제 설정 영향력을 지닌 대표 미디어이다(기재홍, 안승혁, 2020). 본 연구는 이러한 다양한 언론사의 뉴스 기사들을 종합적으로 수집하고 활용하기 위해 포털사이트 네이버(Naver) 뉴스를 활용했다. 다음으로, 블로그는 언론에 상응하는 사회적 의제 설정의 파급력을 가진 소셜 미디어의 대표적인 매체로 특히 다른 소셜 미디어 매체와 비교하여 더 심도 있고 긴 텍스트를 가지고 있기 때문에 텍스트 분석 대상으로 적합하다(안형준, 하영목, 2019). 이에 네이버(Naver) 블로그 자료 역시 활용하였다. 자료수집 기간은 국내에서 처음 코로나 확진자가 나온 2020년 1월 20일부터 최근까지인 2021년 6월 30일까지로 한정하였다. 정보를 수집한 인터넷 플랫폼은 네이버의 뉴스와 블로그였다. 뉴스, 블로그 문서 중 필수 포함 키워드 중 하나 이상과 각각의 검색 키워드를 포함하는 문서를 수집하며, 수집된 문서의 중복을 제거한 후 전체 문서에 대하여 빈도 상위 키워드를 조사할 것이다. 검색 키워드는 ‘정신건강’, ‘스트레스’, ‘우울’, ‘불안’, ‘자살’, ‘절망’, ‘무기력’, ‘자해’, ‘슬픔’, ‘기분’, ‘상태’, ‘고민’, ‘번아웃’, ‘과부화’, ‘활동제한’, ‘사회적관계’, ‘관계’, ‘도움추구’, ‘도움요청’, ‘도움’, ‘지원’, ‘조언’, ‘상담’, ‘해소’, ‘서비스’, ‘온라인 상담’, ‘채팅’, ‘메시지’, ‘소통’, ‘경청’, ‘지역사회’, ‘가족’, ‘친구’, ‘개입’, ‘치료’였다. 그러나 필수 검색어로 다음의 단어가 꼭 포함되었다: ‘청년’, ‘대학생’, ‘직장인’, ‘취준생’, ‘MZ세대’, ‘밀레니얼 세대’, ‘Z세대’, ‘20대’, ‘30대’ 중 1가지. 웹 크롤링(web crawling)을 통해 총 10,000건의 문서가 수집되었으며, 이는 뉴스 5,000건과 블로그 5,000건이었다.



## (2) 자료분석

일반적으로 빅데이터에서 의미 있는 결과를 도출하기 위해서는 여러 가지 마이닝(mining) 과정이 필요시 된다(한국행동과학연구소, 2019). 마이닝은 한국어로 ‘채굴’이라는 말로 번역될 수 있으며, 빅데이터에서 일정한 규칙, 관계, 경향성을 찾아내는 것을 의미하기도 한다(한국행동과학연구소, 2019). 소셜 빅데이터의 분석은 사용자가 남긴 문서의 의미를 분석하는 것으로 자연어 처리기술인 주제분석과 감성 분석 기술인 오피니언 마이닝(opinion mining) 등을 실시할 수 있다(이지은, 2021). 보다 구체적으로는 데이터 마이닝, 텍스트 마이닝, 오피니언 마이닝, 현실 마이닝 등의 방법이 포함된다(한국행동과학연구소, 2019). 그중 본 연구에서 채택한 텍스트 마이닝은 비정형 텍스트 데이터에서 새롭고 의미 있는 패턴이나 정보를 발견하는 것을 뜻하는데 여기서 새롭다는 것은 기존에 보고되지 않았고 향후 사용될 수 있는 결과를 의미한다(송민, 2017). 또 다른 측면에서 텍스트 마이닝은 정제되지 않은 텍스트 데이터를 1차적으로 컴퓨터가 분석할 수 있는 형태로 변형하고, 2차적으로 사람이 이해할 수 있는 언어로 표현함으로써 추출된 정보로부터 새롭고 의미 있는 정보를 발견하는 것을 의미한다(한국행동과학연구소, 2019; Miner et al., 2012). 결국, 텍스트 마이닝은 통계적 추론 기법을 활용하여 대규모 비정형 데이터인 텍스트에서 새로운 지식을 발견할 수 있게 해준다(강승지, 손유진, 2020). 송민(2017)에 따르면, 텍스트 분석은 크게 3가지 관점에서 접근할 수 있다. 첫 번째는 텍스트 분석의 요소 단위(element unit)에 따른 접근이며 이는 문자 수준, 단어 수준, 문장 수준, 초록 수준, 전문 수준, 전체 문서 수준까지 다양하다(송민, 2017). 이를 토대로 본 연구는 텍스트 분석의 요소 단위를 단어와 문서 수준으로 설정하였으나 실질적으로 분석은 단어 수준의 단위에서 진행되었다. 두 번째는 텍스트 분석에 어떤 방법을 적용하였는지에 대한 접근이며, 이는 수작업 태깅, 추론학습 등 여러 가지 방법이 포함된다(송민, 2017). 본 연구에서는 Netminer 프로그램의 시맨틱 네트워크 분석방법을 적용하였다. 마지막은 어떤 임무를 수행하느냐에 따른 접근방법이며, 이는 정보검색, 비지도 기반, 반지도 기반, 지도기반, 기계학습, 시각화, 요약, 번역 등이 포함된다(송민, 2017). 본 연구는 시각화와 요약 방법을 채택하였다. 이를 토대로 소셜 및 텍스트 네트워크 분석 프로그램인 Netminer을 사용하여 데이터를 분석하였다. 먼저 비정형 텍스트 데이터를 불러와서 문서, 문단, 문장 내의 “명사” 단어를 자동으로 추출하였다(Cyram, 2018). 이를 통해 상위 키워드와 핵심 키워드를 추출하고, 상위 500개

를 사용하여 워드 클라우드를 형성하였다. 또한, 토픽 모델링을 통해 토픽별 주요 키워드를 도출하였다. 이세림 외(2021)에 따르면, 토픽 모델링은 방대한 데이터 속에서 개념들을 묶어 토픽을 형성하는 분석방법이며, 연구자는 이렇게 도출된 토픽의 숨겨진 의미와 구조를 이해하고 토픽명을 부여해야 한다.

## 2) 질적연구

### (1) 연구참여자

질적 연구의 참여자는 양적연구의 필수 검색어로 포함된 이들로, 20대 또는 30대 범주 안에 드는 모든 청년이 포함된다. 그러나 청년 중에서도 실거주지(예. 현재 거주지가 경기도) 또는 생활권(예. 현재 대학 또는 직장이 경기도)이 경기도 소재 청년들이 선정되었다. 해당 연령에 포함되는 이 중 현재 대학생, 취업생, 직장인의 세 집단에서 1명씩 참여자를 선정하여 총 3명의 참여자를 대상으로 개별 질적 인터뷰를 반구조화된 형태로 진행하였다. 이들 참여자는 비확률 표본 추출방법인 의도적 표본 추출을 통해 선정되었다. 연구참여자들은 양적연구를 통해 추출된 키워드와 토픽들을 토대로 자유롭게 본인의 의견과 경험을 설명 및 공유하였다. 또한, 자신들의 또는 본 세대들의 정신건강에 영향을 미치는 요인이 과거로부터 이어져 오는 ‘누적성’의 요인은 없었는지, 그리고 코로나-19로 인해분을 추가로 탐색하였다. 그 외로 양적연구 결과에는 포함되지 않았지만 각자의 생각으로 청년들의 정신건강에 영향을 미치는 추가적인 요인은 무엇이 있을지를 설명하였다. 면담은 총 1회 진행되었으며, 90분이 소요되었다. 인터뷰 직후, 참여자들은 모두 인터뷰 참여에 대한 사례비를 지급 받았다. 코로나-19 상황에 따라 대면 인터뷰가 아닌 zoom으로 비대면 인터뷰가 진행되었다.

### (2) 자료분석

인터뷰 데이터는 질적연구 분석 프로그램인 MAXQDA를 활용하여 전사되었다. 전사된 데이터와 필드 노트를 참여자별로 수집하고, 이어서 텍스트 데이터를 내용 분석 방법을 통해 분석하였다. 내용 분석은 총 4단계로 구성되어 있다(Bengtsson, 2016): 1) 맥락화 해체(decontextualization), 2) 재 맥락화(recontextualization), 3) 유형화(categorization), 4) 모음집(compilation). 맥락화 해체 단계에서는 연구자는 먼저 전

사된 텍스트를 모두 검토하고, 참여자들이 어떤 이야기를 했는지를 전반적으로 이해할 필요가 있다. 이어서, 텍스트를 작은 의미 단위로 나누고, 더 응축하는 작업을 진행한다. 오픈 코딩 과정을 통해, 응축된 의미 단위는 코드를 부여받게 되는데 이 때 코드는 맥락과 연결되어 있어야 할 뿐만 아니라 개념의 발견까지로도 이어져야 한다(Bengtsson, 2016; Erlingsson & Brysiewicz, 2017). 이처럼 맥락화 해체 작업이 끝나고 나면, 의미 단위와 생성된 코드들은 다시 본래의 텍스트와 비교되어 결과가 연구의 목적과 부합하는 지를 확인해야 한다(Bengtsson, 2016). 코드 리스트와 텍스트를 다시 비교하면, 연구자는 주요한 개념이지만 언급되지 않은 부분이라던가, 덜 중요하지만 포함된 개념들을 발견해낼 수 있을 것이다(Bengtsson, 2016). 유형화 단계에서는, 코드들은 카테고리 묶이게 되는데 이는 하위 카테고리로 더 세분화될 수 있다(Bengtsson, 2016; Erlingsson & Brysiewicz, 2017). 이러한 카테고리를 토대로 연구자는 주제를 도출해 내야 되고, 모음집 단계에서 참여자의 말을 빌려 도출된 카테고리를 설명하거나 연구자의 관점에서 텍스트 안에 숨겨진 의미를 찾아내야 한다(Bengtsson, 2016; Erlingsson & Brysiewicz, 2017).

### 3) 통합연구결과 도출

순차적 설명설계의 마지막 단계는 양적과 질적 연구 결과를 통합하여 이를 제시하는 것이다. 양적연구의 결과와 질적연구의 결과가 각각 제시된 이후, 이를 통합하여 유형화 작업을 진행한다. 본 연구에서는 양적과 질적연구 결과의 통합을 공동 진열(joint display)의 시각적 방법으로 표현하고자 한다. 공동 진열 방법은 양적과 질적연구 결과를 하나의 시각적 표상으로 제공하는 것을 의미하며, 이를 통해 이전에 발견하지 못했던 새로운 시각과 통찰력을 제공하는 것이다(Creswell & Plano Clark, 2018; Gutterman et al., 2015). 본 연구의 목적이 유형화(typology)를 도출해내는 것이기에 공동 진열 방법이 곧 유형화라고 볼 수 있다. 즉, 본 연구에서는 질적 연구로부터 도출된 의미 단위 및 개념들을 양적 연구결과와 결합시켜 하나의 유형화 형태로 제시하였다.



### Ⅲ 연구 결과

#### 1. 양적연구 결과

##### 1) 키워드 빈도

분석 결과, 총 32,275개의 키워드가 뉴스 데이터를 통해 추출되었다. 뉴스 데이터에서 상위 100개 키워드는 표 1과 같다. 그중에서도 상위 10개의 키워드만을 살펴보면, 확진(n = 5757), 국회(n = 5144), 지역(n = 5108), 의원(n = 4940), 경제(n = 4916), 환자(n = 4501), 감염(n = 4057), 병원(n = 3835), 경찰(n = 3565), 사건(n = 3222)이었다. 상위 키워드 10개만을 통해서 알 수 있는 것은 뉴스 데이터는 주로 코로나와 관련된 정신건강 위험요인을 언급하고 있고, 큰 틀에서 경제적 어려움을 위험요인으로 제시하고 있다는 것이었다. 도움추구 차원에서는 국회와 정부의 적극적 개입을 촉구하고 있는 것으로 확인된다. 또한, 뉴스 데이터를 기반으로 추출된 상위 500개의 키워드로 형성한 워드 클라우드는 그림 1과 같다.

〈표 1〉 청년 정신건강 위험요인 및 도움추구 방법 관련 상위 100 키워드 - 뉴스

| 키워드 | 빈도   | 키워드 | 빈도   | 키워드 | 빈도   | 키워드 | 빈도   | 키워드 | 빈도   |
|-----|------|-----|------|-----|------|-----|------|-----|------|
| 확진  | 5757 | 미래  | 2485 | 평가  | 1857 | 검찰  | 1622 | 안전  | 1433 |
| 국회  | 5144 | 친구  | 2483 | 격리  | 1853 | 변화  | 1591 | 아버지 | 1417 |
| 지역  | 5108 | 활동  | 2461 | 기업  | 1833 | 시설  | 1585 | 복지  | 1408 |
| 의원  | 4940 | 센터  | 2381 | 교육  | 1826 | 처벌  | 1582 | 노동  | 1407 |
| 경제  | 4916 | 총선  | 2282 | 지적  | 1819 | 온라인 | 1577 | 의료  | 1398 |
| 환자  | 4501 | 증상  | 2232 | 고용  | 1812 | 언론  | 1557 | 방송  | 1389 |

| 키워드 | 빈도   | 키워드  | 빈도   | 키워드 | 빈도   | 키워드 | 빈도   | 키워드 | 빈도   |
|-----|------|------|------|-----|------|-----|------|-----|------|
| 감염  | 4057 | 바이러스 | 2198 | 위기  | 1804 | 일자리 | 1552 | 관심  | 1385 |
| 병원  | 3835 | 마스크  | 2173 | 운동  | 1795 | 대학  | 1547 | 요구  | 1377 |
| 경찰  | 3565 | 장애   | 2079 | 범죄  | 1779 | 클럽  | 1540 | 현실  | 1370 |
| 사건  | 3222 | 투자   | 2059 | 우울증 | 1770 | 직장  | 1537 | 집단  | 1363 |
| 생활  | 3167 | 관계   | 2016 | 전문가 | 1768 | 노동자 | 1487 | 결정  | 1357 |
| 시장  | 3161 | 확산   | 2010 | 정보  | 1764 | 대구  | 1484 | 보수  | 1350 |
| 학교  | 2937 | 취업   | 2004 | 의료진 | 1757 | 업무  | 1483 | 일상  | 1342 |
| 마음  | 2861 | 주택   | 1977 | 우려  | 1753 | 영상  | 1472 | 걱정  | 1330 |
| 선거  | 2859 | 위험   | 1959 | 부동산 | 1747 | 신고  | 1472 | 안정  | 1327 |
| 검사  | 2833 | 가정   | 1954 | 심리  | 1729 | 문화  | 1470 | 원인  | 1324 |
| 가족  | 2785 | 피해   | 1919 | 회사  | 1699 | 부산  | 1460 | 현장  | 1302 |
| 전화  | 2778 | 기준   | 1917 | 예방  | 1695 | 노력  | 1459 | 학대  | 1297 |
| 통합  | 2716 | 혐의   | 1906 | 수사  | 1673 | 계획  | 1449 | 여당  | 1295 |
| 방역  | 2692 | 부모   | 1889 | 질환  | 1634 | 아파트 | 1434 | 규제  | 1274 |

<그림 1> 청년 정신건강 위험요인 및 도움추구 방법 워드 클라우드 - 뉴스



블로그 데이터를 분석한 결과, 총 50,718개의 키워드가 추출되었다. 상위 10개의 키워드로는 투자(n = 4922), 기업(n = 4755), 여자(n = 4555), 주택(n = 3572), 사업(n = 3161), 부동산(n = 3047), 사랑(n = 2832), 회사(n = 2811), 정보(n = 2800), 교육(n = 2722)이었다. 상위 키워드 10개만 살펴보았을 때, 뉴스와 블로그는 사뭇 다른 양상을 보인다. 거시적인 차원에서 청년의 정신건강 위험요인과 도움추구 방법을 제시한 뉴스 데이터와는 달리 블로그 데이터에서는 보다 자세한 키워드를 제시하였다. 블로그 데이터만을 보았을 때, 청년의 정신건강을 위협하는 요인은 고용, 주택, 교육, 결혼일 가능성이 높아 보인다. 그러나 상위 키워드 10개 내에서 도움추구에 대한 내용은 언급되지 않았다. 또한, 블로그 데이터를 기반으로 추출된 상위 500개의 키워드로 형성한 워드 클라우드의 그림 2와 같다.

**<표 2> 청년 정신건강 위험요인 및 도움추구 방법 관련 상위 100 키워드 - 블로그**

| 키워드 | 빈도   | 키워드 | 빈도   | 키워드 | 빈도   | 키워드 | 빈도   | 키워드 | 빈도   |
|-----|------|-----|------|-----|------|-----|------|-----|------|
| 투자  | 4922 | 병원  | 2150 | 사건  | 1809 | 교회  | 1510 | 환경  | 1322 |
| 기업  | 4755 | 개발  | 2150 | 접종  | 1806 | 지적  | 1476 | 출처  | 1321 |
| 여자  | 4555 | 공부  | 2118 | 공급  | 1788 | 고용  | 1468 | 표현  | 1308 |
| 주택  | 3572 | 의원  | 2095 | 성공  | 1753 | 전문  | 1450 | 추천  | 1290 |
| 사업  | 3161 | 온라인 | 2032 | 부모  | 1750 | 전문가 | 1444 | 수익  | 1290 |
| 부동산 | 3047 | 중국  | 2001 | 공감  | 1725 | 의료진 | 1428 | 안전  | 1283 |
| 사랑  | 2832 | 센터  | 1992 | 행복  | 1691 | 창업  | 1408 | 기대  | 1277 |
| 회사  | 2811 | 제품  | 1955 | 가치  | 1684 | 거래  | 1403 | 요구  | 1276 |
| 정보  | 2800 | 성장  | 1921 | 미래  | 1675 | 업무  | 1396 | 소개  | 1272 |
| 교육  | 2722 | 기술  | 1904 | 노력  | 1674 | 기회  | 1386 | 전화  | 1270 |
| 주식  | 2718 | 문화  | 1902 | 현실  | 1657 | 국회  | 1386 | 규모  | 1255 |
| 남자  | 2663 | 도시  | 1901 | 인생  | 1652 | 구매  | 1385 | 장애  | 1251 |
| 백신  | 2551 | 대출  | 1897 | 상품  | 1650 | 최고  | 1384 | 신청  | 1251 |
| 아파트 | 2411 | 변화  | 1875 | 평가  | 1625 | 일자리 | 1374 | 부족  | 1251 |
| 가정  | 2378 | 고객  | 1874 | 아버지 | 1618 | 자산  | 1363 | 판매  | 1248 |





〈표 3〉 청년 정신건강 위험요인 및 도움추구 유형화 관련 상위 100 키워드 - 통합

| 키워드 | 빈도   | 키워드 | 빈도   | 키워드  | 빈도   | 키워드 | 빈도   | 키워드 | 빈도   |
|-----|------|-----|------|------|------|-----|------|-----|------|
| 확진  | 5757 | 선거  | 2859 | 운동   | 2314 | 주택  | 1977 | 기업  | 1833 |
| 국회  | 5144 | 검사  | 2833 | 총선   | 2282 | 위험  | 1959 | 보험  | 1828 |
| 지역  | 5108 | 사랑  | 2832 | 대학   | 2273 | 제품  | 1955 | 교육  | 1826 |
| 의원  | 4940 | 회사  | 2811 | 증상   | 2232 | 가정  | 1954 | 지적  | 1819 |
| 투자  | 4922 | 정보  | 2800 | 취업   | 2225 | 성장  | 1921 | 고용  | 1812 |
| 경제  | 4916 | 가족  | 2785 | 바이러스 | 2198 | 피해  | 1919 | 결혼  | 1810 |
| 기업  | 4755 | 전화  | 2778 | 하나님  | 2183 | 기준  | 1917 | 사건  | 1809 |
| 여자  | 4555 | 교육  | 2722 | 마스크  | 2173 | 혐의  | 1906 | 접종  | 1806 |
| 환자  | 4501 | 주식  | 2718 | 병원   | 2150 | 기술  | 1904 | 위기  | 1804 |
| 감염  | 4057 | 통합  | 2716 | 개발   | 2150 | 문화  | 1902 | 운동  | 1795 |
| 병원  | 3835 | 방역  | 2692 | 공부   | 2118 | 도시  | 1901 | 공급  | 1788 |
| 주택  | 3572 | 남자  | 2663 | 의원   | 2095 | 대출  | 1897 | 범죄  | 1779 |
| 경찰  | 3565 | 백신  | 2551 | 장애   | 2079 | 부모  | 1889 | 우울증 | 1770 |
| 사건  | 3222 | 미래  | 2485 | 투자   | 2059 | 변화  | 1875 | 전문가 | 1768 |
| 생활  | 3167 | 친구  | 2483 | 온라인  | 2032 | 고객  | 1874 | 정보  | 1764 |
| 사업  | 3161 | 활동  | 2461 | 관계   | 2016 | 관계  | 1870 | 의료진 | 1757 |
| 시장  | 3161 | 아파트 | 2411 | 확산   | 2010 | 경찰  | 1861 | 성공  | 1753 |
| 부동산 | 3047 | 센터  | 2381 | 취업   | 2004 | 평가  | 1857 | 우려  | 1753 |
| 학교  | 2937 | 가정  | 2378 | 중국   | 2001 | 금융  | 1854 | 부모  | 1750 |
| 마음  | 2861 | 학교  | 2371 | 센터   | 1992 | 격리  | 1853 | 부동산 | 1747 |

일반적으로 키워드 분석을 할 때는 검색에 사용된 키워드는 제외하고, 수집 키워드와 관련이 없거나 불필요한 단어들을 제외한 후 빈도수를 계산한다(한국행동과학연구소, 2019). 상위 100개의 키워드뿐만 아니라 뉴스와 블로그 데이터에서 추출된 모든 키워드를 고려하였을 때 표 4와 같이 청년의 정신건강과 관련하여 부정적 그리고 긍정적 키워드를 정리할 수 있었다. “정신건강, 스트레스, 우울, 불안, 자살, 절망, 무기력, 자해, 슬픔, 기분, 상태, 고민, 번아웃, 과부화”와 같은 검색 키워드를 제외하여도 부정적 정신건

강과 관련된 여러 키워드가 제시되었다. 특히, “우울증, 조현병, 극단적 선택, 고위험, 트라우마, 불면증, 죽음, 코로나 블루 등”과 같이 부정적 정신건강으로 인해 발생할 수 있는 결과에 대한 키워드가 발견되었다. 그 외에도 청년들의 정신건강에 위해가 될 수 있는 요인 “차별, 위축, 외로움, 실망, 상실, 희생, 수치심, 죄책감, 위기, 분노, 어려움, 의혹, 혐오, 불편 등”의 키워드가 도출되었다. 정신건강과 관련한 긍정적 키워드로는 “희망, 행복, 극복, 자신감, 회복, 신뢰, 평등, 기쁨, 즐거움 등”이 제시되었다. 그러나 대체적으로 청년의 정신건강과 관련해서는 긍정적인 키워드보다는 부정적인 키워드가 더 많이 발견되었다.

**<표 4> 청년 정신건강 관련 부정적/긍정적 키워드 - 통합**

| 구분  | 키워드  |
|-----|--|
| 부정적 | 우울증, 우려, 걱정, 고통, 차별, 부정, 극단적 선택, 조현병, 고위험, 트라우마, 위축, 외로움, 실망, 상실, 희생, 수치심, 불면증, 죄책감, 고충, 위기, 심리, 죽음, 포기, 호소, 분노, 어려움, 의혹, 불편, 수치, 공포, 혐오, 코로나 블루, 피곤, 아픔, 짜증 |
| 긍정적 | 안정, 희망, 사랑, 행복, 극복, 자신감, 회복, 안녕, 믿음, 의지, 신뢰, 평등, 위로, 기쁨, 즐거움   |

## 2) 토픽모델링

뉴스 데이터를 기반으로 진행한 토픽 모델링 분석결과, 총 5개의 군집과 토픽이 발견되었다. 그중 3개의 군집은 위험요인과 관련된 토픽이었으며, 2개의 군집은 도움추구 방법에 대한 토픽이었다. 위험요인 클러스터는 주황색으로, 도움추구 클러스터는 파랑색으로 표시하였다. 일반적으로 토픽의 수는 연구자의 재량으로 간주되며, 연구하고자 하는 주제와 데이터를 적절히 고려하여 토픽의 수를 설정한 뒤에 토픽을 도출해낸다 (Cyram, 2018). 각 군집별로 총 10개의 상위 키워드가 포함되었으며, 연구자는 이를 토대로 토픽명을 부여하였다. 먼저, 위험요인 군집 1에서는 “경제, 지역, 시장, 투자, 취업, 주택, 위기, 기준, 기업, 고용”과 같이 경제에 대한 불안감을 나타내는 키워드가 주로 구성이 되어 있었는데 그중에서도 취업이나 주택시장에 대한 키워드가 포함되었기에

이를 “고용 및 주택시장의 불안정성”이라고 명명하였다. 위험요인의 두 번째 군집에서는 “경찰, 사건, 학교, 피해, 혐의, 관계, 교육, 범죄, 정보, 부모”와 같이 언론에 노출되는 사건들을 설명하는 키워드가 주로 나타났다. 정신건강 측면에서 이를 연결지어 봤을 때, 언론을 통한 긴장감, 위화감 조성이 위험요인으로 작용할 수 있다고 판단하여 토픽명을 “언론플레이를 통한 간접 불안감”이라고 명명하였다. 세 번째 위험요인 군집은 “확진, 환자, 감염, 검사, 바이러스, 방역, 병원, 생활, 장애, 증상”과 같은 단어가 포함되어 코로나-19로 인해 청년들의 스트레스가 가중될 수 있음이 확인되었다. 이에 따라 본 군집은 “코로나-19로 인한 생활상의 스트레스”로 명명하였다. 도움추구의 첫 번째 군집은 “전화, 친구, 활동, 회사, 가족, 노동자, 마음, 센터, 온라인, 전문가, 전화”의 키워드를 포함하고 있었다. 이는 청년들이 사용하는 다양한 도움추구 방법을 내포하고 있는데 넓게는 모두 미시적 차원에서 행해지는 해결방법이기에 이를 “미시적 차원의 도움 해결 방법”이라고 명명하였다. 두 번째 도움추구 방법 군집은 “의원, 총선, 통합, 국회, 노력, 문화, 미래, 선거, 언론, 운동”의 키워드로 구성되어 있었으며, 이는 정부를 통해 문제를 해결할 필요가 있다는 의견을 반영했다고 볼 수 있으므로 “정부를 통한 적극적 정책 요구”로 명명하였다. 위의 내용을 종합한 결과를 아래의 그림 3과 같다.

<그림 3> 토픽모델링 결과 - 뉴스

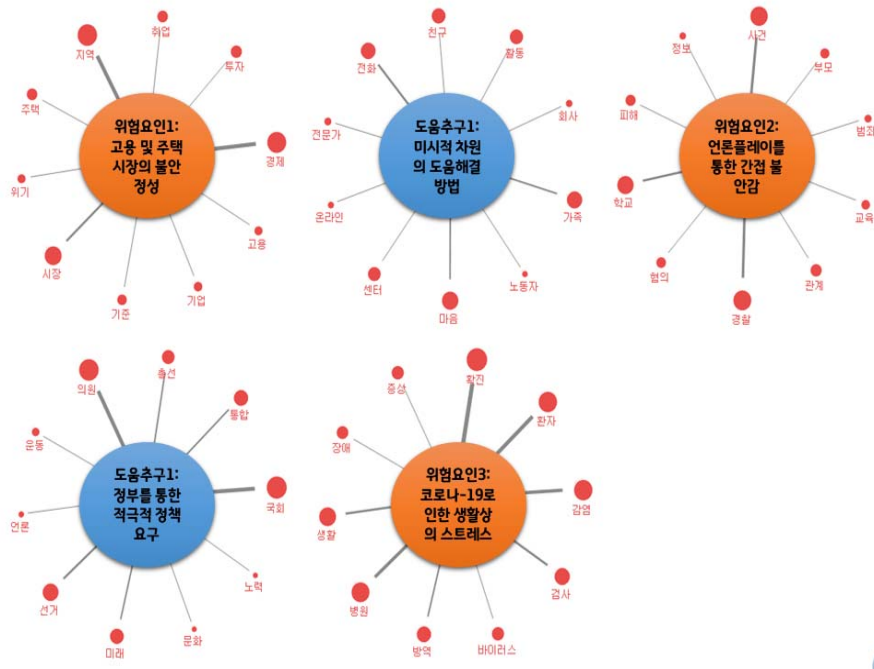


그림 3은 각 토픽별로 상위 10개의 키워드만을 제시하고 있다. 그러나 각 토픽을 보다 자세히 이해하기 위해서 표 5와 같이 토픽별 키워드 리스트를 제공하였다. 특히, “위험요인1: 고용 및 주택 시장의 불안정성”에서는 고용에 대한 불안정성으로 “공무원, 정규직, 아르바이트, 실업, 비정규직, 해고, 취업자, 자영업, 스타트업, 중소기업, 수습, 사퇴”와 같은 키워드가 포함되었다. 또한, 주택시장에 대한 불안정성으로는 “부동산, 아파트, 규제, 월세, 매매, 부채, 전셋값, 고시원”과 같은 키워드가 발견되었다. 두 번째 위험요인 군집인 “언론플레이를 통한 간접 불안감”에서는 범죄 기사를 통해 부정적인 사회적 분위기를 조장하는 것뿐만 아니라 사회적 불안감을 증폭시킬 수 있는 “처벌, 폭행, 사고, n번방, 가짜, 살해, 왜곡, 투신”과 관련된 내용이 포함되었다. 더 나아가, 정신건강에 위해가 되는 사회적 분위기를 조장하는 다양한 미디어 매체(예. 방송, 신문, 미디어, 라디오)에 대한 내용도 포함되었다. “위험요인 3: 코로나-19로 인한 생활상의 스트레스”에서는 단순히 코로나-19로 인한 스트레스에서 더 나아가, “마스크, 질병, 백신, 이혼, 코로나블루, 은둔, 재택근무, 눈치, 밀폐, 저소득층 등”과 같이 스트레스를 유발하는 구체적인 요인과 상황들을 언급하고 있다. “도움추구 1: 미시적 차원의 도움 해결 방법”에서는 친구나 센터, 전화 등을 통한 문제해결 말고도, “메시지, 인터넷, 게임, 네트워크, 휴식 등”과 같이 온라인 또는 오프라인 네트워크를 통한 문제해결과 더불어 인터넷상에서 스트레스를 완화할 방법들을 추가로 설명하고 있는 것으로 보인다. 끝으로, “도움추구 2: 정부를 통한 적극적 정책 요구” 군집에서는 “보건복지부, 교육부, 법무부”와 같은 다양한 부처에서 적극적인 청년 관련 정책을 추진하여야 한다고 생각하는 것으로 보인다. 또한, “기본소득, 국민연금, 특례법, 해결책”과 같이 실질적인 해결방안을 촉구하는 키워드 역시 발견되었다.

〈표 5〉 토픽별 키워드 목록 - 뉴스

| 토픽명                      | 키워드 리스트   |
|--------------------------|---|
| 위험요인 1: 고용 및 주택 시장의 불안정성 | (지역, 취업, 투자, 주택, 위기, 경제, 시장, 기준, 기업, 고용)<br>부동산, 직장, 아파트, 복지, 규제, 소득, 주식, 결혼, 공무원, 주거, 코인, 정규직, 아르바이트, 실업, 비정규직, 월세, 해고, 취업자, 재산, 매매, 자영업, 비트코인, 생활비, 의존, 수습, 사퇴, 하반기, 스타트업, 부채, 중소기업, 전셋값, 고시원 |

| 토픽명                          | 키워드 리스트   |
|------------------------------|---|
| 위험요인 2: 언론플레이를 통한 간접 불안감     | (사건, 부모, 범죄, 교육, 관계, 경찰, 혐의, 학교, 피해, 정보) 처벌, 대학, 방송, 폭행, 현상, 신문, 사고, 갈등, 비난, n번방, 미디어, 가짜, 살해, 라디오, 왜곡, 투신                                |
| 위험요인 3: 코로나-19로 인한 생활상의 스트레스 | (확진, 증상, 환자, 감염, 검사, 바이러스, 방역, 병원, 생활, 장애) 마스크, 질병, 백신, 의심, 악화, 공포, 두려움, 이혼, 코로나블루, 은둔, 유족, 불만, 조심, 재택근무, 컴퓨터, 배우자, 눈치, 밀폐, 정신과, 저소득층     |
| 도움추구 1: 미시적 차원의 도움 해결 방법     | (전화, 친구, 활동, 회사, 가족, 노동자, 마음, 센터, 온라인, 전문가) 예방, 관심, 감정, 대화, 메시지, 인터넷, 연결, 게임, 모임, 공유, 할머니, 완치, 요양, 공동체, 네트워크, 카카오톡, 트위터, 네이버, 보호자, 휴식, 칭찬 |
| 도움추구 2: 정부를 통한 적극적 정책 요구     | (의원, 총선, 통합, 국회, 노력, 문화, 미래, 선거, 언론, 운동) 요구, 투표, 공정, 법원, 정치인, 입법, 대법원, 추경, 보건복지부, 교육부, 법무부, 국무총리, 기본소득, 모니터링, 국민연금, 물갈이, 해결책, 특례법         |

※ 괄호 안에 표시된 키워드는 토픽 모델링 결과로 도출된 상위 10개 키워드임.

블로그 데이터를 기반으로 진행한 토픽 모델링 분석결과, 총 5개의 군집과 토픽이 발견되었다. 그중 3개의 군집은 위험요인과 관련된 토픽이었으며, 2개의 군집은 도움추구방법에 대한 토픽이었다. 먼저, 위험요인 군집 1에서는 “투자, 주식, 공급, 부동산, 아파트, 금융, 대출, 주택, 도시, 가정”과 같이 뉴스와는 다르게 상위 10개 키워드부터 부동산과 주택과 관련한 불안감이 두드러지게 나타나는 것을 확인할 수 있었다. 이에 따라 본 군집은 “부동산 및 주택 정책에 대한 불안정성”이라고 명명하였다. 위험요인의 두 번째 군집에서는 “학교, 회사, 취업, 교육, 기술, 기업, 정보, 대학, 센터”와 같이 교육에서 고용으로 이어지는 연결고리를 설명하는 키워드가 주로 나타났다. 따라서 해당 클러스터는 “교육 및 고용에 대한 비연계성과 불확실성”이라고 명명하였다. 세 번째 위험요인 군집은 “여자, 접종, 결혼, 의료진, 관계, 남자, 병원, 보험, 백신, 부모”와 같은 단어가 포함되어 코로나-19로 인한 스트레스 중에서도 결혼과 관련된 문제가 청년들의 주요 관심사인 것이 확인되었다. 또한, “자녀, 출산, 임신 등”과 같은 키워드가 도출됨에

따라 가족계획에도 차질이 생긴 것으로 보인다. 이에 따라 본 군집은 “코로나-19로 인한 결혼 및 가족계획 문제”로 명명하였다. 도움추구의 첫 번째 군집은 “영상, 판매, 추천, 상품, 공간, 공감, 구매, 고객, 제품, 온라인”의 키워드를 포함하고 있었다. 이는 온라인 공간에서 타인과 적극적으로 소통하고, 다양한 온라인 플랫폼을 활용하여 시간을 보내는 MZ세대의 특성을 반영한 해결방법이기에 이를 “온라인 소셜 네트워킹 활동 및 구매를 통한 해소”라고 명명하였다. 두 번째 도움추구 방법 군집은 “아버지, 사랑, 사건, 자유, 경찰, 교회, 하나님, 의원, 운동, 중국”의 키워드로 구성되어 있었으며, 이는 앞서 뉴스 데이터를 통해 발견한 미시적 차원 중에서도 가족 또는 종교를 통해 정신건강 문제를 해결할 필요가 있다는 의견을 반영했다고 볼 수 있으므로 “가족 또는 종교를 통한 문제해결”로 명명하였다. 위의 내용을 종합한 결과를 아래의 그림 4과 같다.

<그림 4> 토픽모델링 결과 - 블로그

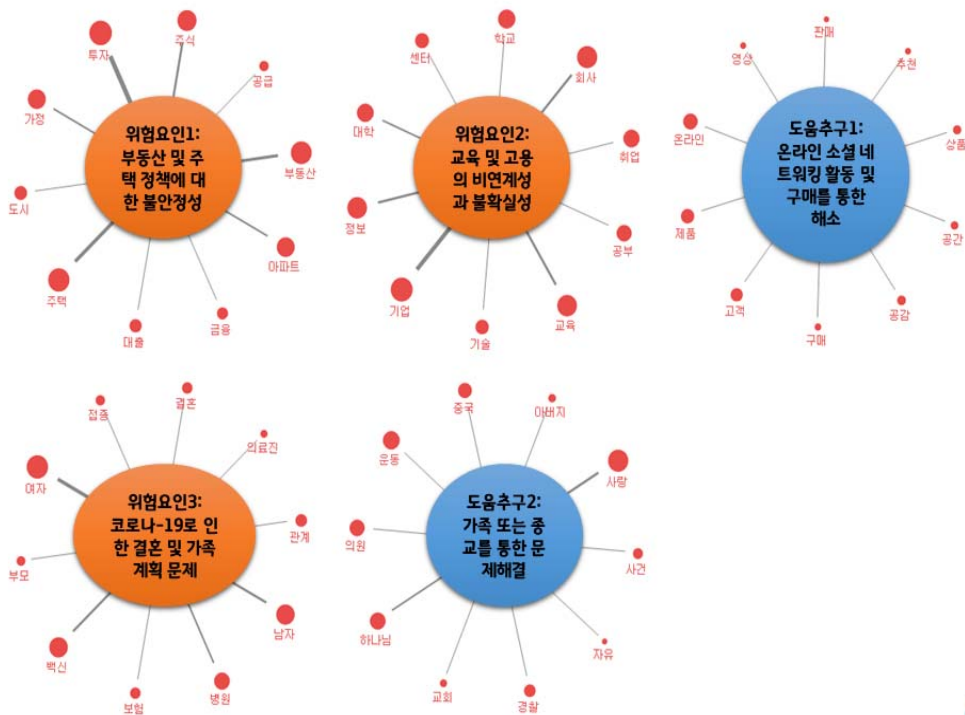


표 6은 각 토픽별 키워드 리스트를 보다 상세히 제공하였다. 특히, “위험요인1: 부동산 및 주택 정책에 대한 불안정성”에서는 치오른 전셋값과 집값으로 인해 불안정해진 부동산 및 주택시장에 대한 불안감을 반영하여 주요 키워드로 “분양, 청약, 집값, 계약, 전세, 임대, 투기, 지원금, 월세, 매물 등”이 포함되었다. 또한, 두 번째 위험요인 군집인 “교육 및 고용의 비연계성과 불확실성”에서는 대학교에서 고용시장에 진입하는 과정까지를 설명할 수 있는 “창업, 채용, 학원, 강의, 면접, 시험, 졸업, 대학원 등”과 키워드가 포함되었다. 이뿐만 아니라 다양한 일자리의 형태를 표현하는 키워드 역시 도출되었다(예. 창업, 공무원, 정규직, 프리랜서, 알바). 앞서 뉴스 데이터에서는 코로나-19로 인한 생활상의 스트레스를 언급한 반면에 블로그 데이터에서는 코로나-19로 인해 영향을 받는 특정 사례 두 가지를 지목하고 있었다. “위험요인 3: 코로나-19로 인한 결혼문제”에서는 코로나-19로 인해 지연 및 취소된 청년들의 결혼 및 가족계획 문제를 다음의 키워드를 통해 언급하고 있다: “현실, 자녀, 부부, 호텔, 독립, 신혼, 연인, 임신, 출산.” 블로그 데이터를 통해서는 크게 2가지의 도움추구 방식이 발견되었다. 먼저, “도움추구 1: 온라인 소셜 네트워킹 활동 및 구매를 통한 해소”에서는 온라인 플랫폼을 이용한 도움해결 방법이 많이 언급되었다. 그중에서도 “유튜브, 댓글, 방송, 디지털 플랫폼, 게임, 블로그, 커뮤니티, 쇼핑, 페이스북, 넷플릭스 등”과 같이 영상 시청, 쇼핑, 소셜 네트워크 사용 등을 통해 정신건강에 대한 부정적인 감정을 해소하는 경향이 관찰되었다. 끝으로, “도움추구 2: 가족 또는 종교를 통한 문제해결” 군집에서는 “종교, 신앙, 허용, 칭찬, 자문 등”과 같이 개인의 어려움을 종교적 힘에 기대어 극복하려는 양상이 관찰되었다. 또한, 종교 커뮤니티 및 가족으로부터 “대화, 모임, 칭찬, 허용 등”을 요구하면서 정신건강과 관련된 문제를 해결하고자 하였다.

〈표 6〉 토픽별 키워드 목록 - 블로그

| 토픽명                          | 키워드 리스트  |
|------------------------------|--|
| 위험요인 1: 부동산 및 주택 정책에 대한 불안정성 | (투자, 주식, 공급, 부동산, 아파트, 금융, 대출, 주택, 도시, 가정) 성공, 가치, 소득, 자산, 수익, 부담, 분양, 은행, 규제, 청약, 자금, 집값, 계약, 전세, 임대, 투기, 지원금, 월세, 토지, 매물 |
| 위험요인 2: 교육 및 고용의 비연계성과 불확실성  | (학교, 회사, 취업, 공부, 교육, 기술, 기업, 정보, 대학, 센터) 미래, 창업, 업무, 일자리, 직장, 채용, 경쟁, 학원, 강의, 면접, 시험, 대학교, 졸업, 신용, 공무원, 정규직, 대학원, 프리랜서, 알바 |

| 토픽명                                | 키워드 리스트  |
|------------------------------------|--|
| 위험요인 3: 코로나-19로 인한 결혼 및 가족계획 문제    | (결혼, 의료진, 관계, 남자, 병원, 보험, 백신, 부모, 여자, 접종) 인생, 현실, 바이러스, 아들, 자녀, 부부, 남편, 혼자, 출산, 호텔, 식사, 임신, 독립, 중단, 신혼, 연인                           |
| 도움추구 1: 온라인 소셜 네트워킹 활동 및 구매를 통한 해소 | (판매, 추천, 상품, 공간, 공감, 구매, 고객, 제품, 온라인, 영상) 유튜브, 댓글, 방송, 디지털 플랫폼, 공유, 게임, 네이버, 블로그, 인터넷, 콘텐츠, 커뮤니티, 미디어, 쇼핑, 모바일, 스마트폰, 페이스북, 넷플릭스, 익명 |
| 도움추구 2: 가족 또는 종교를 통한 문제해결          | (아버지, 사랑, 사건, 자유, 경찰, 교회, 하나님, 의원, 운동, 중국) 전화, 대화, 소통, 모임, 종교, 오프라인, 상대방, 신앙, 결합, 허용, 진정, 칭찬, 자문                                     |

※ 괄호 안에 표시된 키워드는 토픽 모델링 결과로 도출된 상위 10개 키워드임.

## 2. 질적연구 결과

### 1) 연구 참여자의 인구사회학적 특성

양적연구를 통해 도출된 상위 키워드와 토픽 모델링 결과가 청년의 정신건강 위험 요인과 도움추구 방식을 모두 적절히 반영하였는지를 확인하고, 연구 참여자의 경험과 관점을 각 토픽별 또는 키워드별로 공유함으로써 연구현상에 대한 보다 깊이 있고 총체적인 이해가 가능하게끔 하였다. 또한, 연구자는 다양한 청년층의 의견을 종합할 필요성을 인식하여 대학생, 취업생, 그리고 취업자를 각각 의도적으로 추출하였다. 총 3명의 참여자가 반구조화된 인터뷰에 참여하였다. 표 7은 연구 참여자에 대한 간단한 인구사회학적 특성을 설명하고 있다. 참여자는 모두 20대의 남성이었으며 경기도에 거주하는 청년들이었다. 참여자 A는 28세로 취업생이었으며, 부모로부터 거주형태는 분리되었으나 현재 친누나와 함께 살고 있었다. 참여자 B는 29세로 노인복지 서비스 관련 기관에 간호사 정규직으로 고용된 상태였으며, 어머니와 함께 거주하고 있는 것으로 확인되었다. 참여자 C는 26세로 현재 대학교 4학년으로 임용고시를 준비하고 있었으며, 현재 모든 가족과 함께 거주하고 있었다. 그러나 참여자 C는 전적 대학교에서 물리치료를 전공하여 물리치료사 자격증을 보유하고 있는 상태였다.



<표 7> 연구 참여자의 인구사회학적 특성

| ID | 성별 | 나이 | 고용형태              | 부모와 거주 여부     | 소재지        |
|----|----|----|-------------------|---------------|------------|
| A  | 남  | 28 | 취준생               | N<br>(누나와 거주) | 경기도<br>분당시 |
| B  | 남  | 29 | 취업자<br>(간호사 정규직)  | Y             | 경기도<br>수원시 |
| C  | 남  | 26 | 대학생<br>(임용고시 준비생) | Y             | 경기도<br>용인시 |

## 2) 내용분석 결과

### (1) 청년 정신건강 위험요인 - 추가요인

양적 연구에서 발견된 토픽과 키워드를 토대로 각자의 의견 및 경험을 공유하는 시간이 주를 이루긴 했지만 추가되어야 하는 정신건강 위험요인이나 도움추구 방법, 그리고 과거로부터 이어져 오는 정신건강 위험요인이 함께 탐색 되었다. 그러나 과거로부터 이어져 오는 ‘누적성’의 요인은 MZ세대의 청년들로부터는 발견되지 않았다. 이들은 대학교를 입학할 당시부터 적어도 3학년 때까지는 고용의 어려움을 예상하지 못했었고, 주택 시장이나 코로나-19도 전혀 예측 가능한 변수가 아니었다고 설명했다. 또한, 양적연구 결과를 통해 발견된 정신건강 위험요인과 도움추구 외 다른 요인을 추가할지에 대한 질문을 했을 때, 새로운 도움추구 방법은 제시되지 않았으며 참여자 A만이 새로운 위험요인을 제시하였다. 그는 남자의 입장에서 여성과의 역차별에 대한 문제가 정신건강을 일정 부분 위협하는 것 같다고 설명하였다. 예전보다 사회적으로 여성에 대한 문제가 필요 이상으로 크고 예민하게 받아들여짐으로써 문제의 원인이 아닌 일반 남성들까지도 겪어야 하는 차별적인 발언이 스트레스 요인이 된다는 것이다.

“남자 입장에서는 여자와의 역차별에 대한 부분이 정신건강의 위험요인 것 같습니다. 최근에 GS25 사건, 메갈리아 집단, 나혼자 산다 등과 같은 사건이 언론에 많이 언급

되고 있는데, 이러한 여성 편향적인 경향이 언론에 너무 녹아들어 있다 보니 되레 ‘우리의 입장은 누가 대변해주지?’라는 생각을 가지게 된 것 같습니다. 물론 사회적으로 규탄해야 되는 젠더 문제들이 있다는 것에 충분히 동의합니다. 그러나 남성을 상대로 지나치게 차별적인 언행과 행동을 일삼는 일부 극단적인 여성 집단들은 사회적으로 크게 문제가 없이 비친다는 것이 나름의 스트레스 요인으로 작용하는 것 같습니다.” (참여자 A)

## (2) 청년 정신건강 위험요인 - 주거/주택

주거에 대한 애로사항은 부모와 독립하여 누나와 거주하고 있는 참여자 A에게서 두드러지게 나타났지만, 다른 참여자들 역시 주변 친구들의 예시를 들면서 주택시장의 어려움에 관해 설명하였다. 특히, 전세물건이 없다는 점이 공통적으로 언급되었고, 그로 인해 주거에 대한 선택권 자체가 침해를 받고 있다고 설명하였다. 전세물건이 사라지고, 월세를 부담해야 되는 상황이 발생하면서 청년들의 경제적 부담감이 가중되고 있다는 것이다. 그와 동시에 청약을 받기까지의 기간, 전세 자금을 대출받지 못하는 고용형태에 종사 중인 청년들이나, 대출을 받더라도 대략 70-80%만을 지원해주기 때문에 청년들이 계속해서 반전세와 월세를 전전하게 되고, 경제적·생활상의 어려움을 경험하고 있다는 것이다. 동시에 현 주거 정책의 사각지대에 대한 부분도 언급이 되었다. 현재 신혼부부를 위한 주거 정책은 많지만 친형제, 자매, 남매가 함께 거주할 때 지원하는 제도는 없다는 것이다.

“제가 현재 집을 월세로 살고 있는데, 2년 계약이 최근에 끝났습니다. 계약이 끝나면 시점에는 전세로 이사로 가자고 누나와 함께 말을 했었는데, 만기 2-3달 전부터 알아봐도 아예 매물이 없었습니다. 그냥 선택권 자체가 없었던 것이죠. 지금 이 집을 연장을 한다면 ‘앞으로 2년이 또 지나도 우리가 살 집이 있을까?’하는 생각이 듭니다.” (참여자 A)

“형제는 보통 사각지대입니다. 신혼부부는 투룸이런게 되는데, 1인을 지원받기 위해서는 남매가 찢어져야 합니다. 헌데 저는 당첨이 되고, 누나는 되지 않는다면, 한 명이 붕 떠버리는 일이 생기는 것이지요. 그런 리스크까지 다 저희가 감내해야 하는 게 아쉽습니다.” (참여자 A)

“주변 친구들이 살고 있는 걸 보면 전세에서 재계약이 안 됩니다. 집주인들이 월세로 돌리려고 전세 재계약을 거부하는 것이죠. 보증금 대출이 가능한 시점이 되면 반전세라도 하려고 하는데 수도권이나 서울에서 특히 이런 주거 형태를 많이 거부한다고 하더라고요. 그러다 보니 생활비 랑도 연결이 되죠, 기본 지출보다 월세가 추가로 들어가서 부담이 되니까요” (참여자 B)

### (3) 청년 정신건강 위험요인 - 교육 및 고용

교육 및 고용 측면에서는 대학교 교육과정 및 전공 분야 대한 회의감과 정규직에 대한 갈망이 중요한 주제로 도출되었다. 먼저, 문과와 이과를 구분하는 제도 자체에 대한 문제점이 제시되었다. 이와 더불어 대학교 전공교육과 현장에서 요구되는 지식이 매치가 되지 않아 오는 애로사항, 그리고 수준 높은 복지가 보장되는 정규직 자리를 쟁취하기 위한 어려움이 청년 정신건강을 저해하는 것으로 보인다.

“저는 문과출신입니다. 주변에 문과로 대학 잘 간 친구들이 꽤 있었는데 그 친구들 모두 삽질을 하고 있어요. 오히려 지방대 이과 간 친구들은 다 취업이 잘 됐고요. 그래서 문과, 이과에 대한 차이가 엄청 체감이 되는 것 같습니다. 특히, 고등학교 들어간 지 1년 만에 문·이과 선택하는 것부터가 문제라고 생각합니다. 당시에는 아무것도 모르는데, 문·이과 여부에 따라서 제 인생의 결과가 많이 달라질 수 있으니까요. 그렇다고 취업이 잘 된다고 이과를 가기에는 용기가 많이 필요한 행동이라고 생각이 들기도 하구요.” (참여자 A)

“대학교 때 받은 교육이랑 현장은 아예 다릅니다. 제가 만약 실습을 나갔어요. 교수님은 병원에 가면 이렇게 이렇게 하라고 하는데, 현장이랑 괴리가 있습니다. 막상 나가면 현장에서는 왜 이렇게 했어요 라고 하시죠. 어차피 새로 다시 다 공부해야 됩니다. 입사 전 한 달 교육 기간, 신규 때 배우는 것이 더 유용한 지식인 것이죠. 그러다 보니 오히려 대학교 때 열심히 한 애들이 병원에서 못 버티는 상황이 발생하더군요. 열심히 했는데 또 다른 공부를 해야 되니까 발생하는 무력감이랄까요?” (참여자 B)

“제 기준으로는 삶의 질을 향상시키기 위해서는 안정적인 직업이 필요하다고 봅니다. 제가 물리치료학과를 나왔다보니 처음에 주변 사람들이 바라보는 시선은 주로 대학 병원을 가야 한다는 기대감으로 차있었습니다. 헌데 대학병원 물리치료사의 시작은 계약직이거든요, 그제야 그 사실을 알게 된 주변 사람들은 ‘아 계약직이야?’ 이런 시선을 주고, 이런 시선 때문에 더 정규직이 더 필요하다고 느껴졌어요. 저는 개인적으로 계약직이 완성된 형태의 직업이 아니라고 생각합니다. 그렇기 때문에 어느 정도 수준이 맞는 정규직 자리가 필요한 것이죠. 하지만 수준 높은 정규직을 찾고 쟁취하는 과정은 어둠의 길을 가는 것이라 비슷한 것 같습니다, 불확실한 거니까요. 그래서 두려운 것이죠. 즉, 안정적인 정규직을 구하느냐 아니면 도전적인 비정규직을 하는 것의 차이인데, 저는 제 주변의 환경요인, 예를 들어 부모 때문에라도 비정규직의 길을 가기가 어려운 것 같습니다. 또, 비정규직으로 자아실현을 하는 것이 현실적으로 힘들기도 하니까요.” (참여자 C)

#### (4) 청년 정신건강 위험요인 - 미디어

미디어가 간접적으로 청년의 정신건강을 위협한다는 지점에 대해서는 의견이 다소 엇갈렸다. 그러나 대체적으로 미디어가 선정적인 기사나 프로그램을 내보냄으로써 청년들이 부정적 생각을 갖게 된다는 점에는 동의를 하였으며, 긍정적이고 순화된 콘텐츠를 내보내는 것이 필요하다고 보았다.

“관찰예능과 같은 것이 예전에는 우리와 같은 사람들의 이야기였는데, 요즘에는 한강뷰 아파트에 파티에, 뭔가 현재 청년들의 상황과는 동떨어진 느낌을 주고 있는 것 같아요, 그래서 엄청난 갭을 느끼죠.” (참여자 A)

“지금은 자극적이지 않으면 사람들이 보질 않는 것 같아요. 한 때 머니게임에 사람들이 엄청 관심을 가진 건 사실이었잖습니까? 근데 지금은 뭔가 자극적인 것이 너무 많고, 그에 비해 삶을 순화할 수 있는 게 너무 없다고 생각합니다. 그러다 보니 사람들은 본능에 의해 계속 자극만 찾게 되는 것이죠... 위키트리 신문 기사와 같이 사실이 아니지만 선정적인 기사 제목으로 관심을 끄는? 제 생각에는 이제 사람들은 그런걸 보면서 피로감을 느끼고 있을 것 같아요.” (참여자 A)

## (5) 청년 도움추구 방법 - 온라인 플랫폼

온라인 플랫폼은 영상, 포스팅, 게임 등과 같이 다양한 측면에서 청년들의 정신건강에 도움을 주고 있는 것으로 확인되었다. 예를 들어, 온라인 커뮤니티 상에서 같은 문화를 공유함으로써 얻는 지지가 도움이 되기도 하며, SNS를 통해 자신의 현재 삶을 친구 또는 타인과 함께 공유하고 상호작용함으로써 심리적으로 위안을 얻는다는 것이었다.

“SNS는 일단 과시욕을 기반으로 하고 있긴 하죠. 자기만족이기도 하구요. 내가 이런 걸 했다 이런 느낌이었을까요? 내가 뭘 했다는 게 중요한 게 아니라 내가 이런 걸 하고 있다는 걸 애들한테 보여주고, 애들이 감탄하는 거에서 스트레스를 푸는 거지 아닐까 싶습니다. 그러다 보니 댓글의 영향력이 가장 크죠. 댓글이 사람한테 주는 심리적인 요인이 가장 큰 것 같습니다.” (참여자 B)

“인터넷 방송 아시나요? MEME? 구독자 애칭? 대체로 같은 인터넷 방송을 구독하는 구독자들끼리 밈이라는 걸 만드는데요. 이 단어는 외부인들은 모르고 그 집단 자체만 용인되는 사용되는 그런 문화이자 단어 같은 의미죠. 그 집단 내에서는 같은 밈을 공유하고, 같은 대상을 좋아한다는 그런 공통점을 가짐으로써 외부로부터 받은 스트레스나 다른 부정적인 감정을 해소시키는? 또, 마인크래프트나 이런 메타 버스의 확장이 또 다른 온라인 소통의 장이 되고 있어서 그런 커뮤니티에서 알게 모르게 도움을 받는 경우도 있는 것으로 알고 있습니다.” (참여자 A)

“게임으로 스트레스를 풀죠. 학업이나 취업 준비 이외에 제가 잘한다고 느끼는거예요. 어떠한 노력 없이 재능이 있다고 느껴지니까요. 스트레스 받을 때 남들은 담배를 피운다고 하던데, 저는 보통 게임으로 승화하는 것 같습니다. 그리고 제가 게임에 관심을 가지니까 게임 관련 유튜브를 보면서 힐링을 하는 것이죠.” (참여자 C)

## (6) 청년 도움추구 방법 - 가족, 친구 vs. 전문상담

미시체계 차원에서는 가족 또는 친구와의 지지적 관계를 통해 정신건강에 대한 문제극 극복하는 경우가 발견되었다. 때론 전문상담을 받아보려고 하는 경우도 있었는데,

지자체 또는 국가 단위에서 제공하는 정신건강 서비스를 아예 몰라 활용하지 못하는 사례도 있었지만, 상담 자체에 대해서 회의적인 시각을 가진 견해들도 보고되었다.

“친구들한테 SOS치기도 하죠. 헌데 서로 다 힘드니까 좀 덜 기대려고 하는 경향이 있긴 합니다. 또, 요새는 코로나-19로 인해서 술을 마시면서 이야기할 수가 없으니까, 행동이 수반되는 만남이 아니니까 좀 더 해소가 어려운 것 같기도 합니다.” (참여자 A)

“의견을 공유하고 떠들 수 있는 애들이 친구들이죠. 친구들이랑 전화를 하면서 감정을 추스르는 것 같습니다. 그 친구들이 ‘너는 나이도 어리고 돌아와도 늦지 않았대’라고 말하면서 제가 늦지 않았다는 확신을 주거든요. 또, 대학교 때 감성 그대로 친구들이랑 이야기를 하니깐 그 시절로 다시 돌아가는 느낌? 일시적으로 불안감이 사라지는 느낌입니다. 회피 기제로 퇴행같은?” (참여자 C)

“가족들은 옆에 있어주고, 대화해주는거 그것만으로도 고맙죠. 진짜 멘탈이 깨졌을 때도 ‘괜찮다’ 그 한마디 아니면 다른 비언어적인 요소, 초언어적인 요소만으로도 힘이 되고, 힐링을 받죠. ‘해야 된다’라고는 하지만 저한테 직접적으로 실망감을 보여주지 않고, 차선책을 항상 제시해주거든요. 그것만으로 큰 힘이 됩니다.” (참여자 C)

“나라에서 서비스를 무료로 제공해주고 있다고 해도 사용안할 것 같습니다. 자살 예방 차원에서는 효과적일 수도 있겠네요. 하지만 정신건강 상담이 근본적인 어려움을 해결해주진 않으니까요. 상담을 받아도 어차피 안고 가야하는 문제는 동일할 것이고, 해결을 해줄 수도 없는데 굳이 받을 필요성을 못 느끼겠습니다.” (참여자 B)

“엄청 힘들 때 심리상담을 받으려고 보니까 한 시간에 5만원이더라고요. 숨고에서 알아봤었는데...너무 비싸다는 느낌이 있었습니다. 나라에서 하는 건 몰랐습니다, 알았으면 나라 쪽으로 갔겠죠? 홍보가 제대로 안되어있다보니까, 니들이 아쉬우면 와 이런 느낌이에요. 청년들의 심리건강에 대한 제도는 너무 잘 알려지지 않았고 민간한테 떠넘기는 느낌이기도 하구요.” (참여자 A)

### (7) 청년 도움추구 방법 - 정부 정책

청년들의 정신건강을 위협하는 대다수의 요인이 고용과 주거와 관련된 부분이었으므로 참여자들은 공통적으로 정부가 적극적인 청년 정책이 도입해야 한다고 주장했다. 특히, 중소기업 및 대기업을 지원함으로써 양질의 고용 일자리를 창출하고, 그와 동시에 안정적인 주거로 인해 경제적 부담을 덜 수 있도록 추가적인 조치가 필요하다는 것이었다. 이러한 이야기를 동년의 청년들과 공유하고 온라인상에서도 이를 표출함으로써 적극적으로 본인들의 의사를 전달하는 방법으로 문제를 해결하려는 모습을 보이기도 하였다.

“쓸데없는 예산 낭비하지 말고, 지금보다 청년에 대한 정책이 더 확대되어야 한다고 생각합니다. 특히, 기업을 지원해서 일자리 제공하고, R&D에 더 투자를 해야 되죠.”  
(참여자 A)

“대기업이나 중소기업의 활성화가 필요하다고 생각합니다. 공무원 채용은 개인적으로 더 이상 확장할 필요가 없다고 생각해요. 그러나 고용에 대한 안정성이 없기 때문에 다들 그쪽을 가는 것 아닐까요? 결국 우리를 위해서 해야 되는 건 기업의 경쟁력을 살려줘야 되는 것이죠. 국가가 기업을 지원해줘야지 청년 고용이 늘어나니까요. 높은 수준의 인력을 시장으로 유입시키는 것이 필요한데 그게 잘 안되고 있다고 생각합니다.” (참여자 C)

“정책차원에서는 주거가 가장 중요하다고 생각합니다. 청년임대 주택이 과연 정말 필요한 애들이 혜택을 받고 있는 건가 싶기도 하구요. 당첨이 되어도 비싸서 들어가지 못하면 무슨 의미가 있을까요? 그리고 추가로 전세자금대출의 확대가 필요하다고 생각합니다. 연봉이 낮은 애들도 혜택을 받을 수 있게... 주거만 잘 보장되어도 세이브되는 돈이 굉장히 크거든요.” (참여자 B)

## 3. 통합 결과

위의 양적연구결과와 질적연구결과를 토대로 본 연구는 청년 정신건강 위험요인과

도움추구 방식을 표 8과 같이 유형화하여 정리하였다. 특히 본 자료의 수집 기간이 2020년에서 2021년으로 한정되었으므로 이는 2020-2021년도에 해당하는 유형화 자료라고 판단하여 이를 표의 제목에 추가하였다. 정신건강 위험요인으로는 크게 “비정규직, 정규직에 따른 고용의 불안정성”, “부동산 및 주택 시장의 불안정적 변동성”, “언론의 선정성을 기반으로 한 박탈적 사회상 형성”, “대학교육과 실제 고용시장과의 괴리”의 총 4가지 하위영역이 도출되었다. 이어서 정신건강 도움추구 방법으로는 “온라인 플랫폼을 통한 자기 표출 및 부정적 감소의 해소”, “친구 및 가족과의 긍정적 상호작용”, “청년을 위한 정부의 적극적 개입과 정책 마련”의 3가지 하위영역이 정리되었다.

〈표 8〉 청년 정신건강 위험요인 및 도움추구 방법 유형화 (2020-2021)

| 상위영역            | 하위영역                           | 키워드   |
|-----------------|--------------------------------|---|
| 정신건강<br>위험요인    | 비정규직, 정규직에 따른 고용의 불안정성         | 취업, 위기, 채용, 경쟁, 고용, 직장, 복지, 소득, 공무원, , 코인, 정규직, 실업, 비정규직, 해고, 취업자, 수습, 사퇴, 스타트업, 중소기업, 회사, 기업, 시선, 계약직, 완성, 안정, 도전, 환경, 자아현실                |
|                 | 부동산 및 주택 시장의 불안정적 변동성          | 부동산, 아파트, 규제, 주거, 월세, 재산, 매매, 생활비, 부채, 고시원, 계약, 이사, 반전세, 전세, 만기, 선택권, 연장, 당첨, 형제, 신혼부부, 재계약, 보증금, 대출, 거부, 거절                                |
|                 | 언론의 선정성을 기반으로 한 박탈적 사회상 형성     | 사건, 범죄, 혐의, 피해, 처벌, 방송, 폭행, 사고, 갈등, 비난, 미디어, 가짜, 살해, 왜곡, 역차별, 대립구도, 젠더 문제, 차별, 편향, 동떨어짐, 갭, 자극, 관심, 순화, 본능, 위키트리, 신문, 기사, 피로감               |
|                 | 대학교육과 실제 고용시장과의 괴리             | 공부, 교육, 학원, 강의, 면접, 시험, 대학교, 졸업, 학교, 센터, 기술, 문과, 이과, 취업, 고등학교, 현장, 실습, 괴리, 무력감  |
| 정신건강<br>도움추구 방법 | 온라인 플랫폼을 통한 자기 표출 및 부정적 감소의 해소 | 관심, 감정, 대화, 메시지, 인터넷, 연결, 게임, 모임, 공유, 공동체, 네트워크, 카카오톡, 공간, 공감, 온라인, 영상, 유튜브, 댓글, 방송, 디지털 플랫폼, 콘텐츠, 커뮤니티, 온라인, SNS, 과시욕, 자기만족, 인터넷 방송, 밈, 문화 |
|                 | 친구 및 가족과의 긍정적 상호작용             | 전화, 대화, 소통, 모임, 허용, 진정, 칭찬, 자문, 사랑, 마음, 친구, 아버지, 가족, 만남, 확신, 회피, 힐링, 차선책, 힘   |
|                 | 청년을 위한 정부의 적극적 개입과 정책 마련       | 통합, 국회, 노력, 문화, 미래, 선거, 요구, 투표, 공정, 입법, 해결책, 홍보, 심리건강, 예산, 기업, 일자리, R&D, 투자, 대기업, 중소기업, 활성화, 경쟁력, 고용, 청년임대주택, 전세자금대출                        |

Note. 본 표에 포함된 키워드는 양적연구에서 도출된 키워드와 질적연구의 분석 내용을 모두 종합하여 다시 수정 및 정리한 것임.



## IV 결론

### 1. 연구결과 요약

본 연구는 청년의 정신건강 위험요인과 도움추구 행동방법을 파악하고 유형화하기 위해서 양적연구와 질적연구 방법을 모두 적용한 설명적 순차설계의 혼합연구방법을 채택하였다. 네이버의 뉴스 및 블로그 데이터를 수집하여 1차적으로 분석한 양적연구의 결과를 토대로 질적연구를 진행하였다. 먼저 양적연구 결과, 뉴스와 블로그 모두 3개의 위험요인 군집과 2개의 도움추구 방법 군집을 발견하였다. 보다 거시적인 차원에서 정신건강 위험요인을 제시한 뉴스 데이터와는 다르게 블로그는 그보다는 더 디테일한 현상들을 설명하는 경향을 보였다. 뉴스 데이터를 기반으로 도출된 토픽은 다음과 같다: 1) 고용 및 주택시장의 불안정성, 2) 언론플레이를 통한 간접 불안감, 3) 코로나-19로 인한 생활상의 스트레스, 4) 미시적 차원의 도움 해결방법, 5) 정부를 통한 적극적 정책 요구. 블로그 데이터를 기반으로 도출된 토픽은 다음과 같다: 1) 부동산 및 주택 정책에 대한 불안정성, 2) 교육 및 고용의 비연계성과 불확실성, 3) 온라인 소셜 네트워킹 활동 및 구매를 통한 해소, 4) 코로나-19로 인한 결혼 및 가족계획 문제, 5) 가족 또는 종교를 통한 문제해결. 이와 같은 결과를 토대로 대학생, 취업준생, 직장인에 해당하는 청년 3명을 모집하여 각 위험요인 및 도움추구 방법에 대한 본인의 견해와 경험을 공유하는 인터뷰를 진행하였다. 그 결과, 청년들의 정신건강 추가적 위험요인으로 여성과의 역차별이 도출되었다. 또한, 주거 측면에서는 재계약의 거부, 형제·자매와 살 때의 주거 복지 사각지대의 노출 등의 문제가 언급되었다. 교육 및 고용 차원에서는 대학교 교육과정 및 전공 분야에 대한 회의감과 정규직에 대한 갈망이 연구참여자들에 의해 설명되었다. 선정적인 미디어 콘텐츠 역시 청년들의 정신건강을 위협하고 있는 것으로 확인되었다. 도움추구 방법으로는 온라인 플랫폼의 영상, 포스팅, 게임 등이 도움이 되는 것으로 확인되었다. 미시체계 차원에서는 가족 또는 친구와의 지지적 관계를 통해 정신건강에 대한 문제를 극복하는

경우가 발견되었다. 전문상담과 관련해서는 아예 서비스 이용방법을 모르거나 상담 자체를 받길 거부하는 경우가 있었다. 끝으로, 청년 주거와 고용 정책에 있어서 정부가 보다 적극적으로 개입할 필요가 있다고 주장하였다.

## 2. 합의 및 시사점

청년 정신건강 위험요인 및 도움추구 방법 유형화(2020-2021)에 따라 실천적, 정책적 합의를 제공하자면 다음과 같다. 먼저, “비정규직, 정규직에 따른 고용의 불안정성”이 청년들로 하여금 막대한 스트레스와 불안감, 두려움을 발생시키는 것으로 나타났다. 이에 따라 비정규직은 불완전한 고용, 정규직은 완전한 고용이라는 일반화된 생각을 없애고 모두 양질의 조건과 처우 아래 일을 할 수 있도록 제도적 측면에서의 변화가 촉구된다. 특히, 모든 고용의 형태에 있어 사회적 안전망을 확보함으로써 지금의 청년들이 절대 공무원 자리에만 목매는 일이 없도록 하는 것이 필요하겠다. 이를 위해서는 “대학교육과 실제 고용시장과의 괴리”를 없애는 것이 필요하다. 실제로 고용시장에 나갔을 때, 청년들이 경쟁력을 갖춘 상태이기 위해서는 보다 실질적이고 유용한 전공 수업이나 실습 또는 인턴 과정이 도입될 필요가 있다. 물론 대학교는 학문적 소양을 쌓는 교육 기관이기도 하지만 동시에 청년들이 사회에 나갔을 때 해낼 수 있는 기본적인 업무 소양을 갖추도록 지원하고 훈련시킬 책임도 있다. 그러한 측면에서 교육과 고용을 보다 더 원활히 연계시킬 수 있도록 하는 교육과정의 개편과 정책적 요구가 받아들여져야 할 것이다.

이외는 별개로 “부동산 및 주택 시장의 불안정적 변동성”을 완화시킴으로써 청년들의 정신건강을 보호해줄 필요가 있다. 고용의 불안정성으로 이미 많은 압박감과 스트레스를 받고있는 청년들이, 이제는 주택시장으로 인해 어려움을 호소하고 있다. 특히, 감당할 수 없을 정도로 상승한 주택 가격은 이들로 하여금 계속 월세를 낼 수밖에 없는 상황을 직면하게 하였고, 향후에 집을 구매할 희망조차도 갖지 못하게 하였다. 즉, 효과적인 부동산 정책을 통해 주택 시세를 조정하거나, 주택과 관련된 대출 및 보조금을 추가로 더 지원하여 청년들의 주거난을 해결할 필요가 있다. 이미 현실에서도 암울한 청년들의 정신건강을 더욱이 피폐하게 만드는 것은 바로 언론의 선정성이었다. 본 연구는 “언론의 선정성을 기반으로 한 박탈적 사회상 현상”이 청년들의 정신건강을 더 위협하고 있다는 것을 발견하였다. 사회적 불안감을 조성하는 사건들을 내보는 것뿐만 아니라, 일반 청년들의 삶과는 너무 대조적인 삶을 미디어에서 방영함으로써 상대적 박탈감을 느끼게 하고

피로감을 느끼게 한다는 것이었다. 사실을 전달하는 것도 미디어의 역할이지만, 사회 전체가 무력감에 빠지지 않도록 분위기를 형성하는 역할 역시 미디어의 윤리적 의무라고 볼 수 있다. 그러한 측면에서 청년들의 어려움을 공감하는, 함께 극복할 수 있다는 메시지가 담긴 긍정적인 콘텐츠의 생산과 확산이 무엇보다도 시급한 시기라고 본다.

청년들이 정신건강 문제를 직면했을 때 도움을 받는 경로는 크게 3가지로 구분되었다. 앞서 MZ세대가 온라인 소통에 매우 익숙한 세대라고 언급한 것처럼, 연구결과 역시 “온라인 플랫폼을 통한 자기 표출 및 부정적 감소의 해소”가 주요한 도움추구 방법으로 나타났다. 온라인상에서 친구들과 소통을 하는 것뿐만 아니라, 온라인 커뮤니티 안에서 본인의 삶을 공유하고, 같은 문화를 향유함으로써 심리적으로 안정을 얻고 치유를 받는 것이다. 특히, 요즘은 영상 매체가 활발히 공유되고 있다. 유튜브나 인터넷 방송 등도 각자의 관심사에 맞게 다양하게 제공되고 있으므로 이들이 스트레스를 받았을 때 즉각적으로 힐링을 할 수 있는 자료가 충분히 존재하는 것이다. 이를 토대로 청년들의 정신건강을 위한 콘텐츠를 제작하거나 배포할 때도 온라인 플랫폼에서 이를 어떻게 재미있게, 효과적으로 홍보할 수 있을지에 대해서 고민이 필요하다.

두 번째 도움추구 방법 유형은 “친구 및 가족과의 긍정적 상호작용”이었다. 미시 체계의 역할이 지대한 것으로 파악된 만큼, 친구와 함께 할 수 있는 또는 가족과 함께 할 수 있는 개입 프로그램을 개발하고 실천 현장에서 적용할 필요가 있다. 그러나 다 같이 한 날 한시에 센터에서 주관하는 프로그램에 참여할 수 없는 상황도 고려하여 집에서 함께 진행할 수 있는 활동 키트(activity kit) 등을 제작하여 배포하는 것도 고려해볼 수 있을 것이다. 끝으로, “청년을 위한 정부의 적극적 개입과 정책 마련”이 청년들의 무너진 정신건강을 극복할 수 있는 실질적인 답을 가지고 있다고 보았다. 앞서 질적 연구에서 한 참여자가 이야기하였듯이, 정신건강의 문제는 다양한 사회 문제들로 파생된 산물이다. 따라서 상담만을 하는 것은 아무런 도움이 되지 않는다는 점은 뼈아프지만 받아드려야 할 현실이기도 하다. 이에 따라 청년들의 정신건강 문제를 보듬어주는 심리적 상담 서비스 외에도 다른 부처와의 협력을 통해 그들의 문제에 맞는 해결방안이 적절히 매치되어 제공된다면 서비스를 이용하는 사람도 늘어날 뿐만 아니라 이들의 정신건강 역시 증진될 가능성이 높다. 고용은 고용대로, 주거는 주거대로, 교육은 교육대로 운영되고 있는 현 상황은, 각 시스템 안에서 고군분투 하는 청년들과 그들의 정신건강 문제를 제대로 바라보지 못하고 있으며 오히려 등한시하고 있다. 우리 청년세대의 보다 더 밝고 건강한 삶을 위해서라도 이는 총체적으로 접근되어야 할 필요가 있다.



## 참고문헌

- 곽윤경. (2021). 청년의 사회참여가 사회적 불안에 미치는 영향: 자아존중감의 매개효과를 중심으로. *정신건강과 사회복지*, 49(1), 60-89.
- 강승지, 손유진. (2020). 토픽 모델링 분석을 통한 유아 사교육 현상 연구: 국내 신문 기사와 블로그 중심으로. *미래유아교육학회지*, 27(1), 177-199.
- 기재홍, 안승혁. (2020). 감성분석과 토픽모델링을 활용한 농촌태양광 관련 이슈 연구: 언론 기사와 블로그 포스트 비교. *디지털융복합연구*, 18(9), 17-27.
- 김교헌, 김경의, 김금미, 김세진, 원두리, 윤미라, 이경순, 장은영. (2010). *젊은이를 위한 정신건강*. 학지사.
- 김기태. (2021). 청년의 식생활, 정신건강 및 정책과제. *보건복지포럼*, 284, 33-46.
- 김미숙, 강선경. (2021). COVID-19 대유행이 청년세대의 정신건강에 미치는 영향. *생명연구*, 60, 133-153.
- 김정숙. (2018). 대졸 청년의 노동시장이행 수준이 정신건강에 미치는 영향. *한국교육학연구*, 24(1), 93-117.
- 남영주, 김정은. (2021). 1인가구의 사회적 지지와 자기방임관계에서 위급시 조력자 부재로 인한 스트레스의 매개효과: 청년 및 중년 1인가구를 중심으로. *한국가족관계학회지*, 25(4), 61-76.
- 박지혜, 이선혜. (2021). 청년의 정신건강 리터러시와 도움요청 행동 - 도움요청에 관한 낙인, 태도, 의도의 매개효과 분석. *한국사회복지학*, 72(4), 63-92.
- 송민. (2017). *텍스트 마이닝*. 청람.

- 송태민, 송주영, 진달래. (2014). 소셜 빅데이터를 활용한 인터넷 중독 위험예측 모형. 보건사회연구, 34(3), 106-134.
- 신희천, 장재윤, 이지영. (2008). 대학졸업 청년실업과 정신건강의 관계: 자기회귀 교차지연 모형의 적용. 사회연구, 16(2), 43-75.
- 심은정, 조인호. (2018). 20대를 위한 심리학: 청년 성장 프로젝트. 시그마프레스.
- 안형준, 하영목. (2019). 경험의 유형과 블로그 글의 특성 간의 관계 분석. 한국정보기술학회논문지, 15(2), 131-140.
- 이세림, 김진영, 전종설. (2021). 텍스트 마이닝을 통한 청소년 사이버불링 키워드 분석. 한국청소년문화포럼, 68, 60-89.
- 이지은. (2021). 청소년 사이버불링 온톨로지 개발 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 정동열, 전승환, 이영민. (2018). 청년 삶의 질 과제 발굴을 위한 언론 노출 빈도분석. 예술인문사회 융합 멀티미디어 논문지, 12(50), 761-769.
- 하랑경, 심혜원, 김강희, 박신아. (2020). 청년가구의 부채부담이 우울에 미치는 영향. 보건사회연구, 40(4), 295-331.
- 한국정보화진흥원. (2012). 소셜 분석으로 살펴본 청소년 자살예방정책의 시사점. IT & Future Strategy, 17.
- 한국행동과학연구소. (2019). 빅데이터 분석과 활용. 학지사.
- 한윤선, 김하영, 송주영, 송태민. (2019). 소셜빅데이터 수집 및 분석을 위한 아동청소년 학교폭력 온톨로지 개발. 한국콘텐츠학회논문지, 19(6), 10-23.
- PMG 지식연구소. (2021). 시사상식사전. 박문각.
- Bengtsson, M. (2016). How to plan and perform a qualitative study using content analysis. *NursingPlus Open*, 2, 8-14.
- Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2018). *Designing and conducting mixed methods research* (3rd ed.). SAGE.
- Cyram. (2018). NetMiner 4.4. Seoul: Cyram Inc.
- Erlingsson, C., & Brysiewicz, P. (2017). A hands-on guide to doing content analysis. *African Journal of Emergency Medicine*, 7(3), 93-99.

- Fetters, M. D. (2020). *The mixed methods research workbook: Activities for designing, implementing, and publishing projects*. SAGE Publications.
- Gutterman, T. C., Fetters, M. D., & Creswell, J. W. (2015). Integrating quantitative and qualitative results in health science mixed methods research through joint displays. *Annals of Family Medicine*, 13(6), 554-561.
- Johnson, R. B., Onwuegbuzie, A. J., & Turner, L. A. (2007). Toward a definition of mixed methods research. *Journal of Mixed Methods Research*, 1(2), 112-133.
- Miner, G., Elder IV, J., Fast, A., Hill, T., Nisbet, R., & Delen, D. (2012). *Practical text mining and statistical analysis for non-structured text data applications*. Academic Press.

