

COVID-19에 관한 자전적 기억으로 보는 긍정편향 : 청년과 노인 비교

Positivity Bias in Autobiographical Memories Related to COVID-19 : A Comparison of Young and Older Adults

김영경*

충북대학교 인간심리연구소 학술연구교수

Kim, Young-Kyoung*

Research Institute for the Human Mind, Chungbuk National University

Abstract

The positivity bias refers to the phenomenon where older adults, compared to young adults, are more likely to show a preference for positive stimuli over negative stimuli in cognitive processing, including attention and memory. Previous studies have confirmed this bias using various tasks involving words, photographs, pictures, stories, and autobiographical events. Additionally, public event-related memory tasks have been used to assess this bias. This study aimed to investigate the positivity bias in autobiographical memories related to the COVID-19 pandemic. Participants were 111 individuals, comprising 60 young adults and 51 older adults. They recalled personal events related to COVID-19 during the outbreak, vaccine administration, and the emergence of variants. They estimated future trajectory of the pandemic. Participants also rated the intensity of emotions associated with these events and their future perceptions. Results revealed that older adults reported higher levels of COVID-19 stress with more negative emotions during the outbreak and in their future perceptions than young adults. These findings do not support the presence of a positivity bias. This study discusses implications and, research limitations. It also, provides suggestions for further research.

Keywords: Positivity bias, Autobiographical memory, COVID-19, Stress, Aging

I. 서론

우리나라는 세계에서 유례를 찾기 힘들 정도로 고령화 속도가 빠르게 진행되고 있다. 우리 사회는 급속한 인구노화에 준비가 충분히 되어 있지 못한 상태에서 다양한 노인 문제에 부딪히고 있다. 노인문제를 풀어나가는 첫 단계는 노화 및 노인에 관한 기본적인 이해인데, 생리적 노화로 인

한 질병이나 신경인지장애에 대한 관심은 지속적이며 꾸준히 연구가 수행되고 있다고 할 수 있다. 이에 비해 노화에 의한 심리적 변화와 적응에 관한 관심과 연구는 좀 더 확대될 필요가 있다. 노년기에는 신체 및 인지능력이 쇠퇴하고 사회활동과 관계망이 축소되며 가족이나 친구, 친척 등 친밀한 사람과의 사별을 경험하는 등 부정적인 정서를 경험하게 된다. 노화에 따르는 이러한 변화를 수용하고 변

본 논문은 2022년 대한민국 교육부와 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임(NRF-2022S1A5B5A16053141)

생명윤리규정위원회(IRB) 승인번호: CBNU-202303-HR-0018

* Corresponding author: Kim, Young-Kyoung

Tel:82+43-249-1789, Fax:82+43-266-1780

E-mail: ykkwhite@hanmail.net

© 2024, Korean Association of Human Ecology. All rights reserved.

화에 적응하며 안녕감을 유지하는 것이 노년기의 중요한 발달과제라고 할 수 있다. 긍정편향은 노화에 의해 나타나는 변화의 하나로 노년기 정서를 설명해줄 수 있는 중요 개념이다.

노년기 정서와 관련하여 Lawton et al.(1992)은 노인이 정서 최적화(affective optimization)를 위해 정서를 조절한다고 주장한 바 있다. 노인은 즐겁고 행복한 노년을 위해 부정적인 자극보다 긍정적인 자극에 더 주의를 기울이고 기억하려 한다는 것이다. Carstensen(1992)도 사회정서적선택이론(socioemotion selective theory)을 주창하였는데, 이 이론에서 삶의 목표는 지각된 시간에 따라 달라진다고 가정한다. 청년은 자신의 미래가 길고 불투명하다고 인식하여 탐색하면서 지식과 경험을 축적하는 반면, 노인은 남은 시간이 짧다고 인식하여 정서적 의미와 삶의 만족이 중요해진다는 것이다. 따라서 노인은 남은 시간 동안 정서적 안녕감을 유지하고자 하는 동기에 의해 긍정적인 사건과 정보에 주의를 더 기울이고 기억을 더 잘 한다(Löckenhoff & Carstensen, 2007; Matter & Carstensen, 2003). 심지어 노인은 부정적인 사건을 기억할 때조차도 청년보다 긍정적인 단어를 더 많이 사용하여 긍정적인 내용을 반영한다(Ford et al., 2016). 이와 같이 노년기 정서적 안녕감을 위한 인지적 처리의 결과로 나타나는 현상을 긍정편향 또는 긍정성 효과라고 한다. 긍정편향이 노화에 따른 변화임을 검증하기 위해 연구자들은 주로 청년집단과 노인집단을 비교하는 방식으로 수행해 왔고 중년집단을 추가하기도 하였다. Charles et al.(2003)은 젊은 성인(18-29세), 중년(41-53세), 노년(65-80세), 세 연령집단을 각 48명씩 구성하여 총 144명에게 긍정/중립/부정적인 사진들을 제시한 후, 회상검사를 하였다. 그 결과, 젊은 성인에 비해 중년은 부정적인 사진보다 긍정적인 사진을 더 많이 기억했으며 노인은 긍정적 사진을 훨씬 더 기억함으로써 긍정편향은 노화가 진행됨에 따라 나타나는 현상임을 보여주었다.

긍정편향을 검증하기 위한 실험에서 사진, 얼굴 표정, 단어, 그림 등의 자극을 사용하였고 실험실 스크린을 벗어나 자전적 기억도 사용하게 되었는데, 사회적으로 이슈가 되었던 공공사건에 관련된 개인적 사건을 회상하도록 하는 연구가 수행되었다. 2013년에 보스턴 마라톤 대회 중 사제 폭발물이 터지면서 대회 참가자와 관중, 일반시민 등 3명이 사망하고 180여명이 부상당하는 사건이 발생하였다. Ford et al.(2018)은 이 사건에 대한 사람들의 정서적 반응과 시간 경과에 따른 반응의 변화를 알아보았다. 사건

발생 1-2주 후 그리고 6개월 후, 두 번에 걸쳐 조사에 응한 약 150명의 자료를 분석한 결과, 사건 발생 초기에는 폭탄에 대한 부정적인 측면에 대한 보고에 연령차가 나타나지 않았으나, 6개월 후에는 노인은 청년과 달리 부정적인 기억이 감소하였다. 이는 긍정편향을 보여주는 결과라고 할 수 있다. 국내에서도 긍정편향 연구에서 얼굴표정, 단어, 그림 등을 실험자극으로 사용하였으나 아직 공공사건에 관한 기억으로 긍정편향을 알아본 연구는 찾아볼 수 없다. 노년기 긍정편향을 통제된 실험과제로 알아보는 것도 중요하지만, 비구조화되고 더 자연스러운 조건에서 개인이 경험한 일에 관한 기억인 자전적 기억으로 살펴본다면 실험실 과제보다 참가자의 실생활을 반영하므로 실증력이 더 크다고 할 수 있을 것이다. 이에 더하여 모두가 함께 경험한 공공사건에 관련된 기억을 소재로 한다면 동일한 사건에 대한 기억과 반응을 비교할 수 있다는 이점이 있다. 이런 측면에서 최근에 발생했고 전 세계 사람에게 영향을 끼친 중요한 공공사건으로 COVID-19 팬데믹은 좋은 연구 소재가 될 수 있다. COVID-19로 명명되는 코로나바이러스 감염증(Coronavirus Disease)은 2019년 12월 중국 우한에서 처음 발생한 이후 매우 높은 감염력으로 급속도로 전 세계로 퍼져 나갔고 예기치 않게 장기화되었다. 이 새로운 질병에 관한 정확한 정보가 부족했고 예방법이나 치료법이 확실하게 정립되지 않은 상태에서 수많은 사망자가 발생하였다. 신체적 문제뿐만 아니라 우울, 불안, 공포, 외로움, 스트레스, 소진 등 정신건강 문제도 유발하였다(박상미, 2020; 이동훈 외, 2020; Arslan et al., 2020; Shigemura et al., 2020). 2023년 5월에 COVID-19의 국제적 공중보건 비상사태가 해제되었으나 바이러스가 완전히 극복된 것은 아니며 사회·경제적 여파는 현재에도 존재한다.

몇몇 연구자가 COVID-19에 관한 자전적 기억을 사용하여 긍정편향을 살펴보았다. Aizpurua et al.(2021)은 스페인에서 젊은 성인, 중년, 노년을 대상으로 COVID-19 팬데믹의 미래에 대해 기술한 문장을 제시한 후, 회상검사를 실시하였다. 연구에 사용된 문장은 COVID-19 팬데믹의 미래를 추정하는 뉴스, 신문 및 소셜 미디어에서 선택한 것으로 긍정적인 내용과 부정적인 내용이 각 14개씩 28개 문장이었다. 긍정적 진술의 예는 ‘나는 팬데믹으로 인해 더 강해질 것이다.’이며 부정적 진술은 ‘나는 이 바이러스가 번이를 일으킬 것이고 우리는 그 번이 바이러스를 물리치지 못할 것이다.’가 그 예이다. 연구 결과는 젊은 성인과 중년집단에서는 긍정 진술과 부정 진술 간 회상량에

서 차이나 나타나지 않은 반면, 노인은 부정 진술보다 긍정 진술을 더 많이 회상했다. 게다가 부정 진술을 긍정적으로 또는 중립적으로 바꾸는 경향이 큰 것으로 나타나 COVID-19 팬데믹과 같은 복잡하고 힘든 상황에서도 긍정 편향을 보여주었다. 그리고 Ford et al.(2021)은 18-90세의 미국 및 캐나다 참가자 500여명을 대상으로 COVID-19 팬데믹이라는 이 혼란에 대한 성인의 기억이 연령에 따라 다른지 알아보았다. 그들은 2020년 6-7월과 9-11월, 두 번에 걸쳐 온라인 조사를 실시하였는데, 팬데믹의 부정적인 측면과 긍정적인 측면을 세 가지씩 총 여섯 가지 질문을 제시하였다. 부정적인 측면은 ‘질병 확산과 관련된 두려움, 사회적 고립, 금전적 불확실성’이었고, 긍정적인 측면은 ‘어려운 상황에서 함께 노력하는 지역사회, 노력이 삶을 구할 것이라는 희망을 느끼는 것, 물리적으로 떨어져 있어도 다른 사람들과 연결되어 있다는 느낌’이었다. 각 질문에 대해 ‘그렇지 않다’부터 ‘매우 그렇다’까지 5점 척도로 답하도록 하였는데, 그 결과는 연령이 높아질수록 팬데믹의 긍정적인 측면에 초점을 맞추는 것으로 나타났다.

그동안 긍정편향을 검증하는 연구가 다양하게 수행되어 왔고, Reed et al.(2014)이 긍정편향에 관한 연구 100편을 메타분석한 결과, 청년은 부정적인 정보 처리 편향을 보인 반면, 노인은 부정적인 정보보다 긍정적 정보를 더 잘 처리하는 것으로 나타났다. 그러나 긍정편향이 항상 지지되는 것은 아니다. Carstensen과 DeLiema(2018)는 일관되지 않은 결과가 나타난 이유를 찾아보았다. 긍정편향을 지지한 연구에서는 단지 자극을 보여주고 기억검사로 평가하였으나, 지지하지 않은 결과가 나타난 연구에서는 자극을 조작하거나 판단을 하게 하는 등 인지적 처리를 요구하는 과제를 사용하였다. 이는 긍정편향이 인지 자원을 요구한다는 것을 시사하는데, Mather와 Knight(2005)의 연구 결과는 이를 뒷받침해준다. 이 연구에서 인지적 통제를 잘 하는 노인은 인지적 통제 과제 수행이 저조한 노인보다 긍정적 그림을 더 잘 기억하는 것으로 나타났다. 또한 부정적인 정서를 보이는 노인은 인지처리 속도가 느린 것으로 나타난 연구도 있어(Stanley & Isaacowitz, 2011) 정서가 개인의 인지기능과 관련이 있음을 말해주었다. 인지기능 외에 성격이나 정서 상태도 긍정편향과 관련이 있는 요인으로 찾아볼 수 있다. Ng와 Diener(2009)는 불쾌한 시나리오나 불쾌한 실험 상황에 대해 신경증이 높은 사람은 낮은 사람보다 더 부정적이었고, 시나리오에 대한 부가적인 정보를 읽거나 상황이 달라진 후에도 부정적인 정서가 덜 감소되었다. 또 외향성이 높은 사람은 낮은 사람

보다 유쾌한 실험 상황에서 긍정적인 정서를 더 느끼는 것으로 나타났다. 신경증에 관한 2년간의 종단연구에서 신경증이 높은 사람이 긍정적인 정서를 덜 최대화하려 한다는 것을 발견하였다(Murray et al., 2002). 불안이 높은 사람 역시 역기능적인 정서 조절 전략을 사용하여 자신의 정서를 통제하기 어려운 것으로 나타났다(Amstadter, 2008; Cisler et al., 2010). 문화도 긍정편향이 일관되게 나타나지 않는 한 요인으로 고려해볼 수 있다. 긍정편향을 대체로 지지하는 결과가 나타난 연구는 미국, 스페인 등 서양 문화에서 수행된 연구였다. 그 반면, 국내 연구에서는 지지와 기각의 혼재된 결과가 나타나는 상황에서 그 이유에 대해 참가자가 속해 있는 사회문화적 배경을 고려해야 할 필요가 있다. 문화에 따라 긍정 정서의 가치가 다른데(Bastian, et al., 2014), 개인주의 문화의 서양에서는 긍정 정서를 행복의 주요 요소로 보며 긍정적 정서를 경험하고 표현하는 것을 강조하는 반면(Tsai et al., 2006), 집단주의 문화인 동양에서는 집단의 화합을 위해 부정적인 정서를 수용하고 강한 정서를 억누른다(Tsai & Levenson, 1997). 이는 국내 연구에서 노인이 긍정 정서와 부정 정서를 모두 약화시키는 반응을 보이는 결과에서 확인할 수 있다(안미소, 김혜리, 2017). 상술한 일련의 연구 결과는 긍정편향이 단순히 노화에 따르는 시간에 대한 조망의 변화라고 말하기보다 개인의 인지기능, 성격, 정서상태, 문화 등을 고려하여 좀 더 정교한 설명이 요구된다는 것을 말해 준다. 국내에서 수행된 긍정편향에 대한 연구도 살펴보면 긍정 편향을 지지하는 결과(김유진, 강연욱, 2016; 연보라, 김소연, 2018)와 지지하지 않는 결과(고선규 외, 2009; 김영경, 2022; 남미경, 방희정, 2018; 박명숙, 박창호, 2011)가 혼재되어 있다.

본 연구는 인구 고령화가 급격하게 진행되고 있는 상황에서 노인 및 노화에 대한 이해를 높이기 위해 수행되었다. 감퇴, 상실, 감소 등이 두드러지는 노년기에 정서적 안정감을 유지하는 것이 중요하므로 노화에 의한 여러 변화 중 정서적 측면에 초점을 맞추었다. 노인은 정서적 안정감을 유지하기 위해 부정적인 정보보다 긍정적인 정보에 주의를 더 기울이며 더 잘 기억하는 긍정편향을 보이는 것으로 알려져 있다. 국내에서 얼굴표정, 사진, 그림, 단어 등을 자극으로 사용하여 긍정편향을 알아보는 연구가 수행되어 왔으나 공공사건을 사용한 연구는 찾아볼 수 없었고, 연구결과는 일관적이지 않다. 따라서 사회적 사건인 COVID-19에 관한 자전적 기억을 통해 긍정편향이 나타나는지 알아보는 것이 본 연구의 목적이다. 본 연구에서는

청년과 노인을 대상으로 우선 COVID-19에 대한 청년과 노인의 스트레스 수준에 연령차가 있는지 알아본 후, COVID-19 관련 기억의 정서가별 빈도 및 정서 강도에 연령차가 나타나는지 살펴보았다. COVID-19 관련 기억은 감염병이 처음 발생했을 때, 백신 접종이 시작되었을 때, 변이 바이러스가 발생했을 때, 세 시점에서의 사건을 회상하고, 앞으로 COVID-19가 어떻게 될 것으로 보는지 예측하도록 하여 COVID-19가 진행되는 과정에 따른 정서의 변화를 보았다. COVID-19 전반에 대한 기억과 정서를 한 회 측정하기보다 네 가지 시점으로 나눈 것은 각 시점이 새롭고 중요한 차별적 국면이므로 분리해 봄으로써 더 많은 정보를 얻을 수 있기 때문이었다. 본 연구에서는 선행 연구에서처럼 COVID-19에 관한 기사라든가 COVID-19의 긍/부정적 측면을 제시하여 평가하거나 회상검사를 하는 것이 아니라 COVID-19와 관련된 자신의 경험, 즉 사전적 기억을 인출하여 그 사건에 대한 정서를 알아보았다. COVID-19 팬데믹은 참가자 본인의 삶과 연관이 있으며 아직 완전히 종결되지 않았다는 측면에서 개인의 실생활을 더 잘 반영하여 그 결과가 시사하는 바가 크다고 할 수 있을 것이다. 본 연구의 목적은 COVID-19를 소재로 긍정 편향을 검증하는 것이며, 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 청년과 노인의 COVID-19에 대한 스트레스에 차이가 있는가?

연구문제 2. 청년과 노인의 COVID-19에 관한 기억의 정서가별 빈도에 연령차가 있는가?

연구문제 3. COVID-19 상황의 시간 경과에 따른 청년과 노인의 정서 강도에 연령차가 있는가?

II. 연구 방법

〈표 1〉 참가자 특성

변인	청년		노인		<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>		
n(남/여)	60 (30/30)		51 (26/25)			
연령	21.73	2.28	75.88	5.03	-74.89***	.000
우울	6.62	5.32	8.05	7.33	.58	.566
MMSE			28.10	1.38		

*** $p < .001$

1. 연구대상

연구 참가자는 청년 60명(남30/여30)과 노인 51명(남26/여25), 총 111명으로 구성되었으며, 평균연령은 청년 21.73세(19-28세), 노인 75.88세(64-88세)였다. 청년은 C대학교 심리학연구참가자모집시스템을 통해 모집하였으며 노인은 C도 소재 노인복지관 이용자 중 공지를 통해 참여 신청을 받았다. 본 연구는 연구자가 재직 중인 기관의 IRB(Institutional Review Board) 승인을 받았으며 청년과 노인 모두 연구 참여 전에 본 연구에 관한 설명을 들은 후, 본인의 의사에 따라 참여 동의서에 서명하였다. 본 연구에서는 과거 사건을 회상하고 그 사건에 관한 정서를 평가하는 과제를 수행해야 하므로 기억과 정서에 영향을 미칠 수 있는 인지기능 및 우울감을 확인할 필요가 있었다. 노인의 경우에는 간이정신상태검사(MMSE)로 인지기능이 정상범위에 속하는지 확인하였으며 우울검사(BDI)를 통해 정서상태를 점검하였는데, 청년 5명과 노인 2명이 24점 이상으로 우울감이 심한 상태에 속하여 이들의 자료는 분석에서 제외하였다. 참가자의 특성은 <표 1>에서 볼 수 있다. 연구 참여 사례로 청년은 본인이 수강하는 심리학 수업에서 1크레딧을 받았으며, 노인은 3만원의 상품권을 제공받았다.

2. 연구 도구

1) COVID 스트레스

Taylor et al.(2020)이 COVID-19로 인한 스트레스를 측정하기 위해 개발한 도구이다. 6개의 하위영역, 즉 위험, 오염, 외국인 혐오, 강박적 확인, 외상성 스트레스, 사회-경제적 결과에 대해 6문항씩, 총 36문항으로 구성되어 있다. ‘매우 그렇지 않다’부터 ‘매우 그렇다’까지, 5점 척도로 응답하도록 되어 있으며 점수가 높을수록 스트레스

수준이 높음을 뜻한다.

2) COVID-19에 대한 기억 및 정서

COVID-19 팬데믹 상황의 세 시점, 즉 ① 역병 발생 시 ② 백신 접종 시 ③ 변이 바이러스 출현 시에 발생한 일을 생각나는 대로 1-3가지씩 기록하고, 각 사건에 대해 어떤 정서를 느꼈는지 썼다. 정서는 부정/중립/긍정, 세 가지 정서가로 분류되는데, 슬픔, 외로움, 분노, 공포 등은 부정 정서, 기쁨, 안심, 감사 등은 긍정 정서, 답답, 무덤덤 등은 중립 정서에 해당된다. 긍정 및 부정 정서의 경우에는 그 정서의 강도를 ‘아주 약하다’부터 ‘아주 강하다’까지 5점 척도로 응답하도록 하였다. 그리고 ‘앞으로 COVID-19가 어떻게 될 것으로 생각하는지’를 쓰고 COVID-19의 미래에 대한 정서도 5점 척도로 답하도록 하였다.

3) 우울

우울 수준을 평가하기 위해 Beck(1967)이 개발한 자기 보고형 도구로 이영호, 송종용(1991)이 번안하여 신뢰도 및 타당도를 검증한 척도를 사용하였다. 총 21개 문항으로 구성되어 있으며, 각 문항에 대해 0~3점으로 반응하여 총점 범위는 0~63점이다. 점수가 높을수록 우울감이 높다는 것을 의미한다.

4) 간이정신상태검사

Morris et al.(1989)이 치매 진단을 위해 개발한 신경심리 평가도구를 국내에서 번역하고 표준화한 CERAD-K의 하위검사이다(김기웅 외, 2003). 오늘 날짜나 요일 말하기, 물건 이름 말하기, 단어 듣고 기억하기, 그림 보고 따라 그리기 등 지남력, 기억, 주의 집중력, 시공간 구성능력, 언어능력, 이해 및 판단능력 등을 측정하도록 구성되어 전

반적인 인지기능을 간략하게 평가할 수 있다. 점수범위는 0~30점이며 절단점은 24점이었다.

3. 분석방법

COVID-19 스트레스의 연령차를 보기 위해 t 검정을 실시하였고, 기억의 정서가별 빈도에서의 연령차는 χ^2 검정으로 살펴보았으며, COVID-19의 출현부터 미래 예측까지 진행과정에 따른 정서 강도의 연령차도 t 검정으로 알아보았다. 정서 강도는 부정 및 긍정 정서에 대해 각 5점씩이며 중립이 포함되어 하나의 척도에 점수를 배열하면 11점 척도가 된다. 참가자에게 11점 척도를 제시하지 않고 긍정과 부정을 분리하여 5점 척도로 제시한 이유는, 노인연구를 수행해온 연구자의 경험에 의하면 노인은 응답 선택안이 많으면 선택안 간 차이를 이해하고 평가하는 것을 어려워하는 경향이 있고, 긍정과 부정이 문항이나 선택안에 혼합되어 제시되면 혼동이 일어나 반대로 답하는 경우가 종종 발생하기 때문이었다. 따라서 긍정/중립/부정 정서의 강도를 ① ‘매우 부정적’부터 ⑪ ‘매우 긍정적’까지 11점 척도 점수로 환산하여 분석하였다.

III. 연구 결과

1. COVID-19 스트레스

COVID-19로 인한 스트레스에서의 연령차를 알아보기 위해 t 검정을 실시하였다. 그 결과, 노인은 청년보다 COVID-19에 대한 스트레스가 더 높은 것으로 나타났다($t = -2.95, p < .01$). 스트레스의 하위 영역을 살펴보면, <표 2>에서 볼 수 있는 바와 같이 위험과 오염($t = -2.94, p < .01$), 외국인 혐오($t = -5.17, p < .001$), 강박적 확인($t =$

<표 2> 연령에 따른 COVID-19 스트레스 검사 점수의 평균, 표준편차 및 t 검정

스트레스 구성내용	청년		노인		t	p
	M	SD	M	SD		
전체	96.47	22.76	109.27	22.84	-2.95**	.004
위험과 오염	39	9.10	43.63	7.18	-2.94**	.004
사회-경제적 결과	13.1	6.14	14.51	5.97	-1.22	.225
외국인 혐오	16.45	6.28	22.41	5.79	-5.17***	.000
강박적 확인	8.98	4.39	13.22	5.70	-4.41***	.000
외상성 스트레스	18.93	4.66	15.51	5.12	3.69***	.000

** $p < .01$ *** $p < .001$

-4.41, $p < .001$)에서는 노인이 청년보다 스트레스 수준이 높았으며 외상성 스트레스($t = 3.69$, $p < .001$)는 청년이 노인보다 더 높은 것으로 나타났다. 그리고 사회-경제적 결과에서는 연령차가 나타나지 않았다($t = -1.22$, ns).

2. COVID-19에 관한 기억의 정서가별 빈도

참가자들이 COVID-19와 관련하여 인출한 기억의 수는 총 856개였다. 청년은 코로나 바이러스 발생 시기에 관한 기억이 158개, 백신 접종 시기는 149개, 변이 바이러스 발생 시기는 132개로 총 439개였으며, 노인은 바이러스 발생 시기 143, 백신 접종 시기 141개, 변이 바이러스 발생 시기 133개로 총 417개였다. 인출한 기억의 예시로는 ‘언니와 마트에 가기 전에 앱을 통해 확진자가 그곳에 다녀간 것을 알고 가지 않았다’, ‘해외여행을 가려 했지만 감염 위험 때문에 결국 취소했다’, ‘생일을 앞두고 자녀들에게 오지 말라고 연락했다’, ‘친구가 백신 접종 가능한 병원을 알려주어 접수할 수 있었다’ 등이 있다. 시기별로 청년과 노인의 기억 정서가별 빈도에 차이가 있는지 알아보기 위해 χ^2 검정을 실시하였다. 그 결과, <표 3>에서 볼 수 있듯이

COVID-19의 세 시기, 즉 바이러스 발생 시기($\chi^2 = 3.86$, ns), 백신 접종 시기($\chi^2 = 2.96$, ns), 변이 바이러스 발생 시기($\chi^2 = 3.39$, ns) 모두 부정/중립/긍정 기억 간 빈도에서 연령차가 나타나지 않았다.

3. COVID-19에 관한 기억의 정서 강도

청년과 노인이 COVID-19에 관련된 사건으로 회상한 기억의 정서 강도에 차이가 있는지 알아보기 위해 t 검정을 실시하였고, 그 결과를 <표 4>에 제시하였다. 바이러스 발생 시기에 관련된 기억에서는 노인의 정서 강도가 청년의 정서 강도보다 더 낮은 것으로 나타났다($t = 4.87$, $p < .001$). 그 반면, 백신 접종 시기($t = 4.87$, ns) 및 변이 바이러스 발생 시기($t = 4.87$, ns)에서는 청년과 노인 간 정서 강도 차이가 통계적으로 유의하지 않았다. 그리고 COVID-19가 앞으로 어떻게 될 것인지, 미래에 대한 정서 강도에서는 연령차가 나타났다($t = 2.48$, $p < .05$). [그림 1]에서 COVID-19 상황의 진행에 따른 청년과 노인의 정서 강도 변화를 한눈에 볼 수 있다.

<표 3> 집단과 COVID 시기에 따른 기억의 정서가별 빈도

시기	정서가	청년		노인		χ^2	p
		빈도	백분율	빈도	백분율		
발생	부정	137	52.1	126	47.9	3.86	.145
	중립	2	25.0	6	75.0		
	긍정	19	63.3	11	36.7		
백신	부정	104	52.0	96	48.0	2.96	.228
	중립	1	16.7	5	83.3		
	긍정	44	52.4	40	47.6		
변이	부정	117	52.2	107	47.8	3.39	.183
	중립	4	36.4	7	63.6		
	긍정	11	36.7	19	63.3		

<표 4> COVID-19 시기별 정서 강도

변인	청년		노인		t	p
	M	SD	M	SD		
발생	3.30	2.54	2.03	1.90	4.87***	.000
백신	4.65	3.66	4.28	3.59	.88	.380
변이	3.05	2.25	3.34	2.74	-.95	.343
미래	7.92	2.41	6.74	2.61	2.48*	.015

* $p < .05$ *** $p < .001$ 주. 점수가 높을수록 긍정적

IV. 논 의

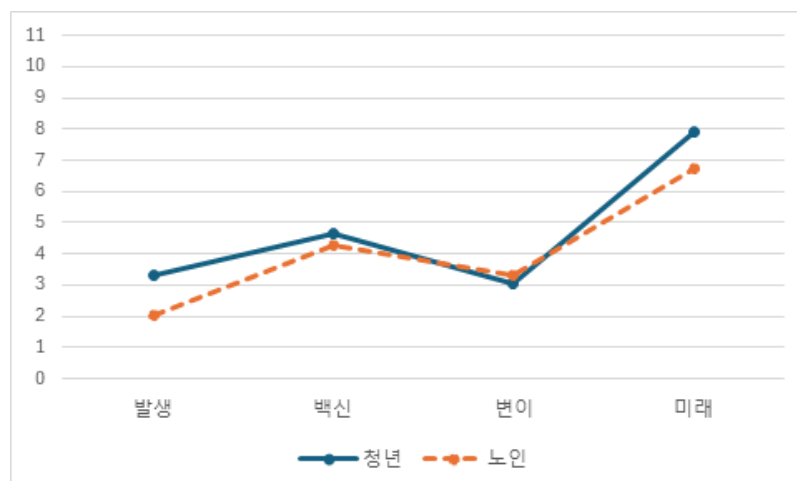
본 연구는 청년과 노인을 대상으로 COVID-19에 관한 기억의 정서가별 빈도 및 정서 강도를 통해 긍정편향을 알아보기 위해 수행되었다. 연구 결과를 정리하면 다음과 같다.

첫째, 노인은 청년보다 COVID-19에 대해 위협과 오염, 강박적 확인, 외국인 혐오 측면에서 스트레스를 더 크게 느끼면서 COVID-19에 대한 스트레스가 전반적으로 청년보다 더 높은 것으로 나타났다. 둘째, COVID-19 상황을 바이러스 발생 시기, 백신 접종 시기, 변이 바이러스 발생 시기로 분류하여 시기별로 관련 사건을 회상하게 했을 때, 기억의 정서가별 빈도, 즉 부정/중립/긍정 기억의 빈도에서 청년과 노인 간 차이가 나타나지 않았다. 셋째, COVID-19 상황의 진행에 따른 청년과 노인의 정서 강도를 살펴보았을 때 바이러스의 발생 시기에는 노인이 청년보다 더 부정적이었다. 그러나 백신 접종 시기 및 변이 바이러스 발생 시기에는 청년과 노인 간 정서 강도에 차이가 없었으며, COVID-19의 미래에 대해서는 다시 노인이 청년보다 더 부정적이었다.

이러한 결과는 기존의 사회정서적선택이론에서 주장하는 긍정편향을 지지한다고 할 수 없다. 긍정편향을 지지한다면 노인은 COVID-19라는 질병에 관한 정보 중 긍정적인 측면에 초점을 맞추어 연구문제 1에서 노인의 COVID-19에 대한 스트레스가 청년보다 약하게 나타날 수 있다. 그리고 COVID-19에 관련된 사건 중에 노인은 긍정적인 기억을 더 많이 기억하고 그 기억에 대한 정서가

청년보다 더 긍정적이어서 연구문제 2에서 노인은 청년에 비해 긍정기억의 빈도가 높고 부정기억의 빈도는 낮을 것이다. 연구문제 3에서는 COVID-19 상황 동안 노인의 정서가 청년보다 더 긍정적인 결과를 보여주었을 것이다. 그러나 본 연구에서 바이러스의 발생 시기 및 미래에 대한 정서는 노인보다 오히려 청년이 더 긍정적인 것으로 나타났다.

본 연구는 공공사건을 통해 긍정편향을 알아본 국내연구가 없는 상황에서 긍정편향이 나타나는지 여부를 검증하는 것이 목적이었다. 노인 참가자를 대상으로 인지기능 검사를 실시했으나, 이는 참가 여부를 판단하기 위한 선별 검사였고 인지기능에 따른 차이를 본 것은 아니었다. 서론에서 살펴보았듯이 긍정편향은 인지기능, 성격, 정서 상태, 사회문화적 특성 등의 영향을 받을 수 있다. 이들이 심리적 요인이라고 한다면, 본 연구에서 COVID-19에 관한 기억을 사용하였으므로 COVID-19라는 질병 자체에 대해 생각해볼 필요가 있다. 코로나 바이러스는 누구에게나 위협적이지만, 특히 만성질환이 있고 면역기능이 약한 노인에게는 심각한 합병증이나 사망으로 연결되므로 다른 연령층보다 더 큰 공포를 일으켰다(Bakioğlu et al., 2021; Centers for Disease Control and Prevention, 2020). 여기에는 COVID-19에 관한 정보를 제공하는 인터넷 사용에서의 연령차가 기여한 측면도 있을 것이다. 청년은 인터넷을 통해 국내외의 다양하고 높은 수준의 정보에 노출되면서 COVID-19에 대한 이해를 높이고 불필요한 두려움을 감소시킬 수 있는 데 반해, 인터넷 접근성이 상대적으로 낮은 노인은 바이러스에 대한 노년층의 취약성과 부정적인 결과에 대한 정보가 강조되어 질병에 대한 두려움이 과



[그림 1] 청년과 노인의 COVID-19 시기별 정서 강도

하게 확대되었을 가능성이 있다. 또한 사회관계망이 매우 친밀한 소수의 사람들로 축소되어 있고, 남은 시간으로 삶을 바라보는 관점을 지닌 노인층에게 ‘사회적 거리두기’는 심각한 스트레스로 작용하면서 부정적인 정서를 유발했을 것으로 생각한다. 그럼에도 불구하고 COVID-19 관련 정보를 사용한 국외 선행연구들은 본 연구와 달리 긍정편향을 지지하는 결과를 보여주었는데, 이는 COVID-19에 대한 스트레스의 차이에서 그 이유를 찾아볼 수 있을 것이다. Klaiber et al.(2021)이 18-91세의 캐나다 및 미국인 900 여명을 대상으로 수행한 연구에서 COVID-19에 대한 스트레스 빈도 및 지각된 스트레스 강도에서 연령차가 나타나지 않았다. 반면, 본 연구에서는 노인이 청년보다 스트레스 수준이 높은 것으로 나타났다. 이러한 결과에는 우리나라에서 COVID-19 대처로 확진자 이동 추적, 공공기관이나 상점 출입 제한, 사회적 거리 두기 등을 엄격하게 실시하고 통제된 것의 영향이 있다고 생각된다. 이러한 환경에서 긍정편향을 기대하기는 어렵다고 할 수 있을 것이다. 그리고 청년보다 노인의 기억 정서가 바이러스 발생 시기부터 미래까지 일관되게 부정적이지 않고 백신 접종시기 및 변이 바이러스 발생 시기에는 정서강도의 연령차가 없었다. 이는 노인층의 백신에 대한 기대와 신뢰가 높았기 때문일 수 있다. 백신을 접종하면 바이러스의 위협으로부터 안전하고 변이 바이러스까지 예방할 수 있다고 생각하여 부정적 정서가 완화되었을 것이다. 그러나 시간이 지나면서 백신이 감염 예방에 절대적이지 않다는 것을 경험하고 알게 되면서 다시 부정적으로 돌아갔을 것으로 추측된다.

퇴화, 감소, 축소, 상실 등으로 묘사되는 노년기에는 절망이나 우울감이 높아질 수 있다. 따라서 노화에 의한 신체 · 인지 · 사회적 측면에서의 변화를 수용하고 적응하며 정서 관리를 잘 하는 것이 중요하다. 긍정편향은 노년기에 정서적 안녕감을 유지하기 위한 기제라 할 수 있다. Ng et al.(2023)은 팬데믹이 아직 종결되지 않았던 2022년 1-2월에 미국 내 아시아 인구가 많은 지역사회에 거주하는 55-95세의 69명을 대상으로 COVID-19 뉴스를 사용하여 긍정편향을 알아보았다. 참가자들은 매체를 통해 잇따르는 COVID-19 소식을 더 많이 접할수록 더 불행하고 우울하다고 느꼈으나, 부정적인 기사를 읽고 부정적인 정서를 느끼는 것보다 긍정적 기사를 읽고 긍정적 정서를 더 강하게 느끼는 것으로 나타났다. 연구자들은 이러한 결과로 미루어보아 긍정편향이 COVID-19 시기와 같은, 건강이 위협받고 스트레스가 많은 때에도 노인이 희망을 잃

지 않고 정신적 안녕감을 유지하는 데 핵심이 된다고 주장하였다. 이처럼 긍정편향이 중장년층에게 순기능으로 작동한다는 의미에서 긍정편향에 대해 잘 이해하는 것이 필요하다. 그런데 본 연구 결과가 긍정편향을 지지하지 않았고 해외연구에 비해 국내연구는 긍정편향에 대한 결과가 일관적이지 않다. 국내에서 최초로 긍정편향을 살펴본 고선규 외(2009)의 연구는 정서 얼굴에 대한 주의에서 긍정편향을 보여주지 않았으나 김유진, 장연옥(2016)의 연구 결과는 얼굴뿐만 아니라 단어에 대한 주의 및 기억에서 긍정편향을 지지하였다. 한편, 정서 단어를 자극으로 사용한 남미경, 방희정(2018)의 연구에서는 긍정편향이 주의에서는 나타나지 않고 기억에서 나타났으며, 얼굴 자극을 사용한 연보라, 김소연(2018)의 연구는 주의 및 기억에서 긍정편향을 지지한다고 할 수 있는 결과를 보여주었다. 또 그림 자극을 사용한 박명숙, 박창호(2011)의 연구에서는 긍정편향이 즉시회상에서 나타나지 않았으나 지연회상에서 나타났다. 그리고 자기 경험에 관한 기억인 자전적 기억으로 살펴보았을 때 긍정사건보다 부정사건에 대한 세부정보를 더 잘 기억함으로써 긍정편향이 지지되지 않고 부정성의 위력을 보여주었으며(김영경, 2022), 공공사건 관련 기억을 사용한 본 연구에서도 긍정편향이 나타나지 않았다. 이와 같이 지금까지는 다양한 자극으로 주의나 기억을 측정하여 긍정편향의 지지 여부를 알아보았는데, 이러한 연구에서 결과의 차이를 불러오는 원인을 탐색하는 동시에 앞으로는 연구 대상에 초점을 맞추어 참가자의 특성에 따라 어떤 결과가 나타나는지 살펴보아야 할 것이다.

COVID-19는 비상사태가 끝나고 현재까지도 그 여파를 실감할 정도로 우리 삶에 영향을 미친 사건이므로 특정 연령층이 아닌 모든 연령층이 사건 관련 기억을 보유하고 있고 그 기억의 선명도가 비교적 높다고 할 수 있다. 이런 측면에서 COVID-19는 긍정편향을 연구하는 데 좋은 소재라고 여겨진다. COVID-19가 수많은 사망자와 인간관계 차단을 불러온 사건임에도 선행연구에서 긍정편향이 지지되어 긍정편향이 노화에 의해 나타나는 강력한 심리적 변화임을 말해주었다. 따라서 본 연구에서 모든 사람이 경험하고 개인의 삶에 영향을 미친 공공사건에 관련된 개인의 실제 경험에 대한 기억으로 긍정편향을 알아보았는데, 본 연구의 의의라고 할 수 있다. 또한 긍정편향에 관한 일관되지 않은 결과가 나타나고 있는 국내 연구 상황에서 본 연구가 논의의 거리를 제공하였다는 점도 본 연구의 의의가 될 수 있을 것이다. 한편, 본 연구의 제한점 및 추후

연구에 대한 제안은 다음과 같다. 우선, 본 연구에서 청년 집단이 대학생으로만 구성되었다는 제한점이 있다. 학업이 본업인 대학생은 COVID-19로 인해 비대면 수업이 진행되면서 자신의 원래 거주지에서 생활할 수 있게 되어 기거할 집을 구하거나 생활비를 지불하지 않아도 되며 강의실이 아닌 어느 장소에서나 수강하는 것을 편리하고 편안하게 느끼는 측면도 있었다. 따라서 연구 결과를 살펴볼 때 청년집단의 특성을 고려할 필요가 있다. 그리고 본 연구에서는 참가자가 경험한 정서를 세 가지 정서가, 긍정/중립/부정으로 분류하였는데, 추후에 행복, 분노, 슬픔 등 구체적인 정서로 구분한다면 청년과 노인의 정서경험을 좀 더 세밀하게 살펴볼 수 있을 것이다. 또한 연구 대상으로 젊은 성인과 노인 외에 중년집단도 포함시키면 노화에 따른 정서 경험 변화의 흐름을 좀 더 선명하게 읽을 수 있을 것이다. 연구대상에 연령집단을 추가하는 것뿐만 아니라 참가자의 인지기능, 성격, 정서상태 등에 따라 어떤 차이가 있는지 살펴본다면 긍정편향에 관한 설명이 좀 더 정밀해질 것이다. 마지막으로 COVID-19와 같은 재난에 탄력성을 발휘하고 심신의 건강을 안정적으로 유지하기 위해 개입 프로그램을 연령층별로 개발하고 그 효과를 검증하는 연구가 필요할 것이다.

주제어: 긍정편향, 자전적 기억, COVID-19, 스트레스, 노화

REFERENCES

- 고선규, 강효신, 이태호(2009). 정서 얼굴에 대한 노인의 선택적 주의 과정 특성. *한국심리학회지: 임상*, 28(1), 81-96.
- 김기웅, 김성운, 김주한, 우성일, ... 한설희(2003). *CERAD-K*. 서울: 서울대학교 출판문화원.
- 김영경(2022). 노인의 중요생활사건 정서가에 따른 사건의 주제, 발생 시기 및 회상정보 인출량. *인간발달연구*, 29(2), 57-79.
- 김유진, 강연욱(2016). 우울한 노인과 대학생의 정서적 정보처리과정: 주의편향과 기억편향. *한국심리학회지: 발달*, 29(4), 101-121.
- 남미경, 방희정(2018). 노인의 정서 정보에 대한 선택적 주의와 기억 인출의 긍정성 효과. *한국심리학회지: 발달*, 31(4), 99-122.
- 박명숙, 박창호(2011). 정서 그림의 회상에서 긍정성 효과에 대한 한국 노인과 젊은이의 비교. *한국심리학회지: 인지 및 생물*, 23(1), 171-194.
- 박상미(2020). 코로나바이러스감염증-19 대유행이 정신건강에 미치는 영향. *보건교육건강증진학회지*, 37(5), 83-91.
- 안미소, 김혜리(2017). 정서경험 빈도와 정서조절 방향에 나타난 한국 노인의 정서최적화 특징. *한국노년학*, 37(1), 201-219.
- 연보라, 김소연(2018). 긍정적 정서에 대한 주의편향이 노인의 연합기억에 미치는 효과. *한국심리학회지: 발달*, 31(1), 51-70.
- 이동훈, 김예진, 이덕희, 황희훈, ... 김지윤(2020). 코로나바이러스(COVID-19)감염에 대한 일반대중의 두려움과 심리, 사회적 경험이 우울, 불안에 미치는 영향. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 32(4), 2119-2156.
- 이영호, 송종용(1991). BDI, SDS, MMPI-D 척도의 신뢰도 및 타당도에 대한 연구. *한국심리학회지: 임상*, 10, 98-113.
- Aizpurua, A., Migueles, M., & Aranberri, A. (2021). Prospective memory and positivity bias in the COVID-19 health crisis: The effects of aging. *Frontiers in Psychology*, 21, 1-11.
- Amstadter, A. (2008). Emotion regulation and anxiety disorders. *Journal of Anxiety disorders*, 22(2), 211-221.
- Arslan, G., Yildirim, M., Tanhan, A., Bulus, M., & Allen, K. A. (2020). Coronavirus stress, optimism-pessimism, psychological inflexibility, and psychological health: Psychometric properties of the Coronavirus Stress Measure. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-17.
- Bakioğlu, F., Korkmaz, O., & Ercan, H. (2021). Fear of COVID-19 and positivity: Mediating role of intolerance of uncertainty, depression, anxiety, and stress. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 19, 2369-2382.
- Bastin, B., Kuppens, P., Roover, K. D., & Diener, E. (2014). Is valuing positive emotion associated with life satisfaction? *Emotion*, 14(4), 639-645.

- Beck, A. T. (1967). *Depression clinical experimental and theoretical aspects*. New York: Hoeber.
- Carstensen, L. L. (1992). Social and emotional patterns in adulthood: Support for socioemotional selectivity theory. *Psychology and Aging*, 7(3), 331-338.
- Carstensen, L. L., & DeLiema, M. (2018). The positivity effect: a negativity bias in youth fades with age. *Curr Opin Behav Sci*, 19, 7-12.
- Centers for Disease Control and Prevention. (2020). Coronavirus disease 2019 (COVID-19)- Recommendations for older adults. Centers for Disease Control and Prevention.
- Charles, S. T., Matter, M., & Carstensen, L. L. (2003). Aging and emotional memory: The forgettable nature of negative images for older adults. *Journal of Experimental Psychology. General*, 132(2), 310-324.
- Cisler, J. M., Olatunji, B. O., Feldner, M. T., & Forsyth, J. P. (2010). Emotion Regulation and the anxiety disorders: An integrative review. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 32(1), 68-82.
- Ford, J. H., DiBiase, H. D., Ryu, E., & Kensinger, E. A. (2018). It gets better with time: Enhancement of age-related positivity effect in the six months following a highly negative public event. *Psychology and Aging*, 33(3), 419-424.
- Ford, J. H., DiGirolamo, M. A., & Kensinger, E. A. (2016). Age influences the relation between subjective valence ratings and emotional word use during autobiographical memory retrieval. *Memory*, 24(8), 1023-1032.
- Ford, J. H., Garcia, S. M., Fields, E. C., Cunningham, T. J., & Kensinger, E. A. (2021). Older adults remember more positive aspects of the COVID-19 pandemic. *Psychology and Aging*, 36(6), 694-699.
- Klaiber, P., Wen, J. H., DeLongis, A., & Sin, N. L. (2021). The ups and downs of daily life during COVID-19: Age differences in affect, stress, and positive events. *Journals of Gerontology: Psychological Sciences*, 76(2), e30-e37.
- Lawton, M. P., Kleban, M. H., Rajagopal, D., & Dean, J. (1992). The dimensions of affective experience in three age groups. *Psychology and Aging*, 7(2), 171-184.
- Löckenhoff, C. E., & Carstensen, L. L. (2007). Aging, emotion, and health-related decision strategies: Motivational manipulations can reduce age differences. *Psychology and Aging*, 22, 134-146.
- Mather, M., & Knight, M. (2005). Goal-directed memory: The role of cognitive control in older adults' emotional memory. *Psychology and Aging*, 20, 554-570.
- Matter, M., & Carstensen, L. L. (2003). Aging and attentional biases for emotional faces. *Psychological Science*, 14(5), 409-415.
- Morris, J. C., Heyman, A., Mohs, R. C., Hughes, J. P., ... Clark, C. (1989). The consortium to establish a registry for Alzheimer's Disease (CERAD). part I : Clinical and neuropsychological assessment of Alzheimer's Disease. *Neurology*, 39(9), 1159-1165.
- Murray, G., Allen, N. B., & Trinder, J. (2002). Longitudinal investigation of mood variability and the ffn: Neuroticism predicts variability in extended states of positive and negative affect. *Personality and Individual Differences*, 33(8), 1217-1228.
- Ng, W., & Diener, E. (2009). Personality differences in emotions: Does emotion regulation play a role? *Journal of Individual Differences*, 30(2), 100-106.
- Ng, Z. Z., Li, G., Flynn, S., & Yow, W. Q. (2023). How COVID-19 news affect older adults' mental health-Evidence of a positivity bias. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20, 3950.
- Reed, A. E., Chan, L., & Mikels, J. A. (2014). Meta-analysis of the age-related positivity effect: Age differences in preferences for positive over negative information. *Psychology and Aging*, 29(1), 1-15.
- Shigemura, J., Ursano, R. J., Morganstein, J. C., Kurosawa, M., & Benedek, D. M. (2020). Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019 nCoV) in Japan: Mental health consequences and target populations. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*,

- 74(4), 281-282.
- Stanley, J. T., & Isaacowitz, D. M. (2011). Age-related differences in profiles of mood-change trajectories. *Developmental Psychology*, 47(2), 318-330.
- Taylor, S., Landry, C. A., Paluszek, M. M., Fergus, T. A., ... Asmundson, G. J. G. (2020). Development and initial validation of the COVID stress scales. *Journal of Anxiety Disorders*, 72, 1-7.
- Tsai, J. L., & Levenson, R. W. (1997). Cultural influences on emotional responding: Chinese American and European American dating couples during interpersonal conflict. *Journal of Cross-cultural Psychology*, 28(5), 600-625.
- Tsai, J. L., Levenson, R. W., & McCoy, K. (2006). Cultural and temperamental variation in emotional response. *Emotion*, 6(3), 484-497.
- Received 13 June 2024;
1st Revised 11 July 2024;
Accepted 21 August 2024