

COVID-19 확진자의 격리 체험

한영인¹, 배경의^{2*}

¹가야대학교 간호학과, ²동서대학교 간호학과

Isolation experience of a confirmed COVID-19 patient

Young-In Han¹, Kyung-Eui Bae^{2*}

¹Division of Nursing, Kaya University

²Division of Nursing, Dongseo University

요약 본 연구의 목적은 COVID-19 확진자의 격리 체험의 본질적 의미를 파악하는 것이다. COVID-19 확진자의 격리 체험의 본질적 의미를 파악하기 위해 현상학을 적용하여 분석한 질적 연구이다. 연구대상자는 COVID-19 확진을 받고 격리 경험이 있는 사람으로부터 소개를 받은 연구참여자를 통해 눈덩이 표집 방식으로 8명의 참여자로 부터 자료를 수집 하였다. 자료수집은 자료가 포화 될 때까지 반복해서 진행되었다. 연구결과에서는 COVID-19 확진자의 격리 체험이 7개의 주제로 확인되었다. 도출된 주제는 '혹 치고 들어오는 충격에 굳어짐', '생존을 위한 처절한 고립; 극야로 내던져짐', '창살같이 쏟아지는 따가운 시선', '소금사막 속에서 스스로 아포형성', '포근하게 감싸주는 온정의 손길', '초연결망 사물인터넷 세상의 도래', '다양한 미래세상과 공존시대' 으로 묶여졌다. 연구결과를 통해 확인된 COVID-19 확진자들의 격리 체험은 COVID-19 확진자만의 관점으로 공간적, 심리적, 사회적 격리상태를 극복하기 위해 자신만의 비결을 찾으려는 노력으로 확인되었다. 본 연구의 이러한 결과는 COVID-19 확진자 격리간호와 격리관리체계를 개선하기 위한 실습 또는 교육과정 개발에 기초자료로 활용할 수 있을 것이다.

Abstract This study was undertaken to essentially understand the quarantine experience of COVID-19 patients. This qualitative study was analyzed by applying a phenomenological methodology. Data of study subjects was collected data from eight participants using the snowball sampling method, where the participant was introduced by an individual who had previously been diagnosed with COVID-19. Data was continuously collected till it reached saturation. The isolation experience of COVID-19 patients was confirmed in seven subjects. The varying experiences determined were 'Floating due to impact', 'Desperate isolation for survival; Thrown into the extreme night', 'Stinging gazes pouring down like a spear', 'Self-forming spores in the salt desert', 'A hand of warmth that embraces and hugs you', 'The advent of the hyper-connected Internet of Things world', and 'Diverse future world and coexistence era'. The isolation experience of participants was confirmed as an effort to discover secrets within themselves to overcome the psychosocial isolation caused by spatial isolation from the perspective of COVID-19 patients. Results of this study can be used as basic data for developing a practice or curriculum to improve the isolation care and quarantine management system for COVID-19 patients.

Keywords : Isolation, Experience, COVID-19, Patient, Phenomenology

*Corresponding Author : Kyung-Eui Bae(Dongseo Univ.)

email: womenhealth@dongseo.ac.kr

Received November 4, 2021

Accepted December 6, 2021

Revised November 26, 2021

Published December 31, 2021

1. 서론

1.1 연구 필요성

2019년 12월 부터 시작된 COVID-19의 전 세계적인 대유행은 정체를 알 수 없는 바이러스의 출현을 시작으로 백신 접종이 이루어지고 있는 현재 상황까지, 전 세계적 차원에서 대처와 방역지침을 마련하고 있다. 각 국가별 상황이 따라 세부적인 대처방안의 차이에도 불구하고, 감염병 전파유행에 대한 근본적인 대처방안은 동일하다[1]. COVID-19의 전파경로는 감염자의 비말이나 감염자가 내뿜는 바이러스 입자를 공기 중으로 들이 마시거나, 눈, 코, 입에 묻거나, 기침이나 재채기를 통해 튀어가는 경우와 바이러스가 묻은 손으로 눈, 코, 입을 만질 때인 것으로 확인되었다[2]. 전파경로가 확인된 이후 감염자의 관리방법은 타인과의 접촉을 차단하고 격리되는 것을 기본적 전제하에 증상의 중증도에 따라 병원입원격리, 시설격리, 재택격리 등으로 나눠서 대증치료가 실시되고 있다[3].

유행성 감염성 질환의 치료는 조기 진단과 격리 및 적절한 보존적 치료를 시행하는 것으로, 구체적인 치료목적은 환자 체내의 바이러스양을 줄여서 임상증상이 호전되게 돕고, 타인에게로 전파를 줄여 줄 수 있는 것으로 한다[4]. 격리란 전염병 환자, 전염병 의사환자, 또는 전염병 병원체 보유자로부터 다른 환자나 병원에서 근무하는 직원들이 감염되거나 전파되는 것을 예방하고 보호하기 위하여 실시하는 것을 의미하는데, 질환에 따라 다양한 격리조치들이 이루어지고 있다[5]. 항바이러스 질환의 타인 전파를 줄이기 위한 격리방침은 COVID-19 확진자의 관리방법에도 적용되어 있으며, 코로나 19 감염자의 격리해제 기준은 최소 10-14일간이다[3]. 이러한 유행성 감염성 질환의 치료방법과 전파경로 차단을 필수적으로 진행되는 격리조치는 격리 당사자에게 불안, 우울 등과 같은 다양한 정신건강 문제를 발생시킨다고 보고되고 있다[6].

COVID-19는 격리대상자의 시설 또는 자가 격리, 확진자의 동선 공개 및 동선 내 시설 폐쇄와 방역 그리고 감염자 동선과 겹친 다수의 시민이 자가격리 및 COVID-19 검사 대상자가 되는 등 이전과는 또 다른 격리상황이 대규모로 발생하였으며, COVID-19는 감염원이 누구인지 추적하고, 역학조사를 하는 동안 본인이 가까운 이로부터 감염되었거나, 감염시켰을 수 있다는 심리적 부담감은 바이러스와의 신체적 회복과정에 심리적인 중압감을 유발시킬 수 있다[7].

감염병 재난은 일반적으로 불안과 두려움, 불확실성 및 낙인을 유발한다[8]. 대인 감염병으로 인한 재난은 격리라는 사건이 치료적으로 반드시 적용되어야 인류가 생존할 수 있음을 알지만, 사회적 동물인 인간에게 사회적 활동을 제한하는 처벌과도 같은 상황이 주어짐으로써 다른 재난과는 다른 신체적, 심리적, 사회적 피해자와 가해자를 만들게 된다. 또한, 단일 사건을 경험하는 것이 아닌 치료 과정 동안 격리된 상태로 신체적, 정신적인 고통을 경험하고 치료 이후에도 감염 경험을 통한 사회적, 심리적 영향을 받고 있다[6]. 이렇듯 격리가 격리대상자에게 미치는 선행연구들에서는 격리로 인한 심리적 위기상황을 경고하고, 의료적, 사회적 개입만으로 대인 전염병 유행에 대처하는 데에는 한계가 있음이 나타나고 있다[6-8]. 질병 치료와 대처과정에서 발생하는 국가의 관리지침에 따른 강제적인 사회와의 단절과 격리됨으로 인해 감염자들은 신체적, 심리적 뿐만 아니라 인간관계 등의 다방면으로 삶의 근간을 흔드는 심각한 고통을 경험하고 있음에도 불구하고, 격리된 입장에서 느끼는 생생한 경험과 고통에 대한 본질적인 탐색은 없었다. 아울러 앞으로 지속적으로 발생할 수 있는 개별 감염자에 대한 전염성 바이러스에 대한 치료적 대처의 효율성 증진 및 격리 후 이차적 피해를 예방하는 방법이 모색될 필요가 있다. 따라서 미래의 항바이러스에 대한 인간의 생존을 위한 대처방법 모색에 근간 마련을 위해 COVID-19 확진자에 관한 격리 체험을 탐색 연구가 필요하다.

1.2 연구목적

본 연구의 목적은 COVID-19 확진자의 격리 체험을 해석학적 현상학 연구를 통해 본질적 의미를 파악하는 것이다. COVID-19 확진자를 대상으로 격리에 대해서 어떠한 체험을 하는지, 또 그러한 격리 체험이 무엇인지 탐색해 보고자 하였다. 본 연구의 현상학적 질문은 'COVID-19 확진자의 격리에 대한 체험은 무엇이며, 그들에게 주는 의미와 본질은 무엇인가'이다.

2. 연구방법

2.1 연구설계

본 연구는 COVID-19 확진자의 격리 체험의 의미와 본질을 심층적으로 이해하고 기술하기 위해 밴 매넨(van Manen)의 해석학적 현상학적 연구방법[9]을 적용하여 체험의 의미와 본질을 분석한 질적 연구이다.

2.2 연구참여자 선정

질적 연구에서 연구참여자 선정은 적절성과 충분함이라는 두 가지 원리를 근거로 한다. 본 연구에서도 연구참여자의 적절성과 충분함이라는 두 가지 원리로 연구참여자를 선정하였다. 적절성은 연구에 대해 가장 좋은 정보를 제공해 줄 참여자를 알아내고 선택하는 것이며, 충분성은 연구대상이 되는 현상들을 충분히 풍부하게 설명할 수 있도록 자료가 포화상태에 달하도록 수집해야 한다는 것이다[10]. 본 연구참여자는 COVID-19 확진자로 격리를 한 경험이 있는 참여자로부터 소개받아 연구참여자를 모집하는 눈덩이 표집 방식을 통하여 연구참여자 선정 요건에 부합한 지 확인한 후 부합한 자로, 심층 면담을 시행하였으며 자료가 포화상태가 된 시점이 참여자 수의 마지막 결정 시점이었다. 이에 최종 연구참여자는 총 8명의 참여자가 선정되었다. 연구참여자들에게 본 연구의 진입 전 연구의 취지와 목적, 자료수집 방법 등을 충분히 설명하였고, 연구의 목적을 이해하고 자발적인 연구 참여와 참여동의서를 작성한 대상으로 하였다. 참여자의 평균연령은 34세, 격리장소는 병원 3명, 시설 3명, 자택 2명으로 국외거주자 2명, 국내거주자 6명 이었다(Table 1).

Table 1. General characteristics of study participants

	Age	Occupation	Isolation	Residence
Participant 1	32	office worker	facility	domestic
Participant 2	25	office worker	facility	overseas
Participant 3	29	graduate student	home	domestic
Participant 4	25	graduate student	facility	overseas
Participant 5	31	collage student	hospital	domestic
Participant 6	58	office worker	hospital	domestic
Participant 7	27	nurse	hospital	domestic
Participant 8	45	office worker	home	domestic

2.3 자료수집

자료수집은 2021년 8월 10일부터 9월 30일까지 반구조화 설문지를 분석하고, 개별 심층면담을 통해 자료가 포화 될 때까지 자료를 수집하였다. 다른 사람들의 경험 ‘데이터’를 수집하면서 다른 사람들의 경험을 이해할 때 우리는 우리 자신을 ‘형성하거나’ 풍부해질 수 있다[9]. 1차 전화 면담한 후 심층면담을 통하여 진행하였다.

연구면담 장소와 시간은 참여자의 편의를 고려하여 참여자가 원하는 시간과 장소에서 이루어졌으며, 대면이 어려운 경우에는 비대면으로 전화상담을 하였고, 참여자의 집이나 대학연구실에서 진행하였다.

자료수집은 면담을 통해 새로운 지식을 가져오지 않는 포화에 이를 때까지 진행하며 연구 질문이나 포화되는 정도에 따라 면담자를 4명에서 10명 내외로 구성한다[11]. 본 연구에서는 자료가 포화 될 때까지 8명의 참여자와 일대일 심층면담을 2~3차례 걸쳐 면담한 결과 개념이 포화되었다. 면담은 반구조화 된 면담질문을 통해 진행하였다. “COVID-19 감염으로 인해 어떤 경험을 하셨습니까?”, “COVID-19 감염 후 가장 기억에 남는 것은 무엇입니까?”, “COVID-19를 진단 받았을 때 가장 아쉬웠던 점은 무엇인가요(바라는 점, 개선했으면 하는 점, 충격 받은 부분, 누구에게 가장 먼저 말했나요, 누구로부터 어떤 도움을 받고 싶었나요)?”, “발병-격리-회복과정-회복 후 일상복귀 과정에서 당신이 경험한 변화에 대해서 말씀해 주세요?”, “COVID-19로 격리 후 일상복귀 과정에 대한 경험이 있으십니까?”, “COVID-19 확진 후 좋거나 혹은 나쁜 경험이 있으십니까?”, “그 경험들에 대한 본인의 느낌이나 생각은 어떠합니까?”, “COVID-19 확진자에 대해 바라는 점이 있으십니까?”와 같은 질문이 사용되었다. 면담시간은 1차 면담의 경우 60분에서 120분으로, 평균 90분 정도였으며, 추가 면담은 평균 60분 가량 소요되었다. 일대일 면담을 진행한 2명의 연구자는 면담 시 연구 참여자의 표정과 제스처 등의 비언어적 표현이나 연구자의 느낌과 떠오르는 생각을 현장 일지에 상세히 기술하여, 연구자 모두가 참여자의 면담 내용을 잘 이해할 수 있도록 하였다. 면담내용은 녹음한 후에 2명의 연구자가 직접 녹음된 내용을 필사하였다. 1회의 면담내용을 필사하는 시간은 평균 3-4시간이었고, 필사분량은 A4 2~3장 분량이었다.

2.4 연구참여자에 대한 윤리적 고려

본 연구에서는 연구참여자에 대한 윤리적 측면을 보호하기 위하여 연구참여자에게 자발적인 참여 의사가 있는 자를 선발하였으며, 연구자는 연구참여자에게 연구목적, 면담방법 및 녹음과정을 설명하고 동의를 구하였다. 연구참여자의 신상이 유추될 수 있는 내용은 제외될 것과 불편감이 있을 경우 도중에 참여를 거절할 수 있음을 밝혔다. 연구참여자의 신상을 알 수 있는 모든 자료는 연구자에 의해서만 다뤄졌으며, 본질적 주제의 분석을 위해 연구자들과 논의할 때는 포함하지 않았다.

면담 전 COVID-19 확진자 격리 체험에 대해 수집된 자료는 연구 이외의 목적으로 사용하지 않으며, 참여자의 익명성과 비밀보장에 대해 명확히 설명하였다. 또한, 연구 참여에 대해 지켜질 내용을 반복적이고 자세하게 설명하였다. 수집된 자료는 연구가 진행되는 동안에는 이중 잠금장치가 설치된 장소에 보관되며, 연구 종료 후 수집된 자료와 녹음 파일은 폐기할 것을 알려주었고, 연구 참여를 통해 참여자가 연구결과에 기여하는 점과 면담 소요시간, 방법에 관해 설명하였다. 연구 참여 도중이라도 연구 참여를 원하지 않으면 언제라도 거절할 수 있음을 확인시켜주고, 서면으로 자발적인 연구 참여동의서를 작성한 후 연구를 진행하였다. 면담 시행 시 필요한 경우 다과를 제공하였고, 면담을 마친 후 소정의 선물을 증정하였다.

2.5 자료분석방법

본 연구의 자료분석방법은 밴 매넨(van Manen)의 해석학적 현상학적 방법[9]을 적용하였다.

질적 연구방법 중에서도 현상학적 해석학적 연구는 자신이 체험한 것에서 의미를 도출해내고 분석하여서 본질을 밝히는 것을 목적으로 하며, 현상학은 경험의 본질을 이끌어내는 서술적, 반성적, 해석적 및 개입적 연구방법이다. 경험은 사물, 진리, 또는 가치가 형성되는 순간, 세계에 존재하는 인간 실체에 대한 개인의 지각이다[9]. 이는 COVID-19 확진자의 격리체험이 어떠한지 잘 나타낼 수 있는 방법과 통한다고 보았다. 따라서 본 연구자는 이들의 주관적이고 개별적인 체험에 대해 심층적으로 설명하기 위해 밴 매넨의 해석학적 현상학 연구방법이 적절하다고 보았다.

밴 매넨의 해석학적 현상학적 방법론은 일상의 생생한 체험 내에서 교육학에 근거를 둔 개념의 탐색으로 시작한다. 반성, 글쓰기와 글쓰기 및 주제분석의 과정을 통해, 연구자는 생생한 체험의 본질이나 의미를 서술하고 해석할 수 있다. 본 연구에서는 COVID-19 확진자의 격리에 대한 일반적인 경험에 대한 탐색적 연구로서 8명의 질적 자료를 분석을 통해 결과를 도출하였다. 밴 매넨은 크게 네 단계로 분류하여 연구방법을 제시한다[9].

첫 번째 단계는 체험의 본질에 집중하는 과정으로 연구자의 관심을 강하게 끄는 것이 무엇인지에 주목하고, 현상의 의미를 파악할 때까지 끊임없이 스스로에게 물음을 던짐으로써 연구현상에 꾸준한 관심을 쏟는 것이다. 본 연구자는 간호학과 교수로써 COVID-19 확진자와 직면할 기회가 있었으며, COVID-19 확진으로 인하여

발생하는 문제점으로 힘들어하는 것을 확인하였다. COVID-19 확진과 격리에 대해서 관심을 가지게 되었으며, COVID-19 확진자의 격리에 대한 질문과 격리에 대한 본질이 무엇인지 등에 대한 질문에 집중하게 되면서 본 연구의 주제를 결정하게 되었으며 자료를 수집하고 탐구하기 시작하였다.

현상학에서의 물음은 우리 실존의 핵심에서 따져 묻는 것이다. 이 물음은 분명해야 하고 이해할 수 있어야 할 뿐만 아니라, 그 본질적인 성질 중 어떤 것을 드러내기 시작할 때까지 그 사물 자체로 되돌아가 계속 되물어져야 한다[9]. 본 연구자는 'COVID-19 확진자의 격리 체험은 무엇이며, 그 경험이 그들에게 주는 의미와 본질은 무엇인가'로 현상학적 질문을 하였다.

두 번째는 실존 탐구의 단계로 연구 현상을 실제로 조사하고, 참여자와 연구자의 체험을 기술하거나 어원 및 관용구를 추적하고 현상학적 문헌과 문학 및 예술로부터 자료를 수집하게 된다.

세 번째 단계는 해석학적 현상학적인 반성단계로 주제 분석과정을 거쳐 현상의 본질적인 주제를 파악하는 과정이다. 이 단계에서 연구자는 어떤 현상이나 경험에 대해 반성적으로 수용하고 명료히 할 수 있다.

마지막 단계는 해석학적 현상학적 글쓰기 단계로 해석학적 현상학적 글쓰기는 내재된 것을 밖으로 끌어내어 언어를 통해 종이에 옮겨 고정시키는 것으로, 연구 참여자의 의미를 밝히는 것이다. 이러한 글쓰기는 인간 경험에 대해 더 깊이 이해할 수 있게 해주며 인간 존재의 다양한 측면을 이해하고 주지하게 함으로써 이에 반성되지 않았던 현상들에 보다 풍부한 의미를 드러나게 한다[9].

3. 연구결과

3.1 COVID-19 확진자의 격리 체험에 관한 해석학적 현상학적 반성

현상학적 반성은 어떤 것의 본질적인 의미를 파악하려는 시도이며 어떠한 현상의 본질을 통찰하기 위해서는 체험의 의미 구조를 반성적으로 수용하고 명확하게 만드는 과정이 요구된다[12]. 연구자는 자료에서 주제적 측면을 밝히고 주제진술을 도출하는 주제 분석 과정을 거치며, 주제 분석과 수집된 자료를 반복하여 읽고 반성함으로써 연구 현상을 이해하는 데 기본이 되는 주제를 결정한다[10]. 본 연구에서는 면담내용을 여러 번 읽은 후 비슷한 내용별로 분류하고 주제를 정하고, 참여자들이 진

술한 경험 중에서 공통적이거나 자주 언급되는 부분들을 찾아내고, 그들이 말하고자 하는 경험의 주제를 횡간 접근법을 사용하여 범주화하는 단계를 통해 거쳤다.

본 연구에서 COVID-19 확진자의 격리 체험은 Table 2에서 보는 바와 같이 14개의 주제가 확인됨으로써 7개의 본질적 주제와 격리종류가 도출하여, 근본적 실존체 4개로 구분되었다. 도출된 본질적 주제 7개는 ‘혹치고 들어오는 충격에 굳어짐’, ‘생존을 위한 처절한 고립: 극야로 내던져짐’, ‘창살같이 쏟아지는 따가운 시선’, ‘소금사막 속에서 스스로 아포형성’, ‘포근하게 감싸주는 온정의 손길’, ‘초연결망 사물인터넷 세상의 도래’, ‘다양한 미래세상과 공존시대’이다. 확인된 격리종류는 외부 환경적 격리, 사회공익성 격리, 정서적인 격리, 자기보호적인 격리, 시공간초월 격리, 초연결망 격리, 재충전 격리 등이었다. COVID-19 확진자의 입장에서 격리를 극복하기 위해 자신만의 비결을 찾기 위해 노력을 하고 있었다. COVID-19에서 벗어나서 일상으로 복귀하기 위해 노력을 하고 있었다.

3.1.1 혹 치고 들어오는 충격에 굳어짐

COVID-19가 확진자가 국내와 국외에 거주하는자 모두 공통적으로 경험하는 점은 자신의 삶에 들어온 코로나 19로 뒤틀리는 일상생활을 경험과 당혹스런 감각상실과 신체적 증상에 미숙한 대처를 경험한다는 것이다. COVID-19 확진자는 어느 날 갑자기 COVID-19가 자신에게 들어와서 신체적으로 변화가 일어나고 갑자기 COVID-19가 확진자 자신의 삶에 치고 들어와서 충격이라고 하였다. 한번도 경험하지 못한 신체적인 증상과 경험했던 질병의 증상에 따른 대처를 시도해 보았지만 호전되지 않았고 악화되었다고 하였으며, 한 가지의 증상이 아니고 여러 가지 복합적으로 나타난 증상과 호전되지 않고 더 심해지는 점에서 걱정과 불안 스트레스 등으로 당혹감을 느꼈다. COVID-19는 한번도 겪어보지 못한 COVID-19 바이러스 전염병으로 국한되는 것이 아니라 우리의 일상생활을 파고드는 충격파로 일상생활을 차단시키고, 균열을 일으키는 것을 볼 수 있었다. COVID-19를 처음 경험한 사람들은 갑자기 주변상황이 예전 같지 않았고, 주변에서 일어나는 현상이 한번도 경

Table 2. Isolation experience of a confirmed COVID-19 patient

Fundamental existential theme	Essential theme	Confirmed theme	Type of isolation
Entrance to quarantine	Floating due to impact	The shock that came into his life and twisted my daily life	Isolation of the external environment
		Embarrassing loss of sensation and inexperience in coping with physical symptoms	
	Desperate isolation for survival: Thrown into the extreme night	Self-isolation for the survival of oneself and others	Isolation for the public good
		Thrown into the dark sky with stigma and criticism	
Inner space of isolation	Stinging gazes pouring down like a spear	The stinging gaze that is not the same as before is the greatest isolation	emotional isolation
		Even if you don't say anything, you'll see a dagger-like gaze.	
	Self-forming spores in the salt desert	Difficult adverse conditions, but overcome them in a protective capsule	self-protective isolation
		Surviving like a seed holding a cohesive hope	
	A hand of warmth that embraces and hugs you	A word of family's transcendent love and consolation becomes strength	Isolation that transcends time and space
		The support of acquaintances and the encouragement of colleagues become mutual fences.	
Escape passage	The advent of the hyper-connected Internet of Things world	Reorganization of non-face-to-face and human relationship networks that are more cramped than isolation	hyper-connected isolation
		Learning the Entect Era and New Foreign Languages for Survival	
Escape	Diverse future world and coexistence era	Measures and information sharing to restore broken daily life	Isolation for Recharging
		Engine ignition for recharging to coexist in the future world that has been released from quarantine	

힘해 보지 못한 당혹한 현실을 경험이 하였다고 하였다. 자신에게는 COVID-19가 침범하지 않을 것이라고 애써 부인하고 있었으며, 어느 한순간 후치고 들어오는 COVID-19로 인하여 일상생활에 굳어지고 COVID-19가 갑자기 후 퍼져서 충격을 받게 된다고 하였다.

COVID-19 확진자들의 격리경험으로는 자신의 의지와 상관없이 기존의 지식과 상식이 외부적인 힘과 환경에 의한 격리로 외부환경적 격리가 있음을 확인할 수 있었다.

처음에는 몸살감기처럼 열이 나고 몸이 으슬으슬하면서 힘이 없었습니다. 어느 날 갑자기 몸이 이상했습니다. 감기약을 먹어도 호전되지 않는 발열과 몸살 기운과 맛과 냄새를 느낄 수 없었고 무감각해졌습니다. 감각이 소실되었고, 근육통이 심해서 팔다리가 쭈시고 아파서 아무것도 할 수 없는 무력감과 무기력해지고 계속 더 심해졌습니다. 후 치고 들어들어 왔어요. 정말 당황스러웠습니다. 감기약을 먹어도 호전되지 않는 발열과 몸살 기운과 맛과 냄새를 느낄 수 없었고 무감각해진다고나 할까 사우나 하여도 가시지 않는 근육통이 있어요. 한번도 이런 적이 없었는데 몸이 이상했습니다. 감기약을 먹어도 호전되지 않는 발열과 몸살 기운 컨디션이 안 좋아지고(참여자1).

날이 쌀쌀해지는 환절기였고 감기와 인후통이 함께 온 줄 알았다. 접촉한 날 밤에 목이 까끌해지고 기침이 나고 배가 아프고 설사를 했다.

다음 날 아침 갑자기 심한 독감에 걸린 것처럼 몸을 일으킬 수 없었다. 열이 심하게 났다. 두통, 기침, 근육통이 심했다. 한번도 이런 적 없었는데. 당혹스러웠다. 3일에는 약간의 미열, 몸에 힘이 없음, 기침이 심하게 났다. 이상하게 흘러가는 현실이 불안하다. 후 들어오는 충격과 그 후에 후유증(폐 섬유화, 탈모, 등)에 대해 꽤 심리적, 정신적 스트레스가 있었던 것 같다. 이런 상황이 믿기지 않고 걱정이다(참여자2).

아침에 일어났을 때 발열, 근육통, 관절통, 식은땀이 났다. 처음에는 감기인 줄 알았다. 갑자기 진행이 빠른 것 같았다. 2~3일 발열, 근육통, 관절통이 심하게 왔고 그 후 근육통하고 관절통은 없어지고 기침, 발열, 후두통이 었다. 계속 몸이 예전과 같지 않았고 한번도 경험해 보지 않은 이상한 느낌이라서 당혹스러웠다. 후시나 하는 생각에 불안해서 COVID-19 검사를 했었고 COVID-19 확진 받았다(참여자8).

COVID-19 증상(발열, 근육통, 관절통, 후두통, 눈병,

기침, 오한, 식은땀, 설사, 구토, 후각 상실, 미각상실)이 많이 나타나 병원에 가야 한다고 했다. COVID-19 양성 판정이 나오자마자 보건소 직원들과 20통 넘게 전화가 왔고 갑자기 COVID-19가 내 삶에 치고 들어와서 충격이다. 일단 처음에는 역학조사와 나의 행적을 적어서 보내야 했고 구체적으로 나의 동선을 파악하였다. 물론 CCTV도 확인하는 것이 신기했다. 한편 왜 이런 일이 일어나는 것일까. 갑자기 나의 주변에서 일어나는 일들이 현실 속에서 일어나는 일 같지 않았다. 그래서 처음으로 경험하는 일이 너무 많다(참여자5).

3.1.2 생존을 위한 처절한 고립; 극야로 내던져짐

COVID-19가 확진자가 국내와 국외에 거주하는자 모두 공통적으로 경험하는 점은 자신과 타인의 생존을 위해 스스로 격리하고 낙인과 질타로 암흑천지 속으로 내팽개쳐짐을 경험한다는 것이다.

COVID-19 감염되면 어두운 세계에 사는 것처럼 힘들게 자신을 사회와 격리시키면서 살고자 노력하는 것을 볼 수 있었다. 나 스스로 내 살기 위해서 다른 사람들을 살리기 위해서 격리하였고, 전 세계적으로 COVID-19가 퍼져있고, COVID-19에 대해서 증상, 진단, 해결책에 대해서 집중하고 있지만 자신에게는 아닐 줄 알았다고 하였다. 감염이 되면 어두운 나락으로 떨어지는 느낌을 받게 되고, 암흑천지 같은 어두운 극야 같은 세상으로 던져진 느낌이라고 하였다. 사회적으로 만연한 COVID-19를 애써서 거부하였고, 감염 사실을 모르고 있다가 나중에 병원에 가서 COVID-19 감염됨을 알게 되었을 때에는 지인들에게 피해가 될까봐 스스로 격리하므로 지인들을 보호하고 자신도 스스로 관리하면서 자신을 무리 속에서 자신을 격리시켰는가 하면, 타인에 의해 격리되었을 때 더 많은 스트레스를 경험하고 있었다. COVID-19 확진자가 처음에는 COVID-19 감염사실을 애써 거부하다가 COVID-19에 감염됨을 아는 순간 현실을 직시하면서 스스로 격리를 한 경우에는 스스로 자가간호를 시도하고, 강제적으로 격리를 한 경우에는 힘들어 하는 것과 COVID-19 감염되면서 생존을 위한 고립과 극야로 내던져지는 경험을 확인하였다.

COVID-19 확진자들의 격리경험으로는 자신과 타인의 생존을 위해 이루어지는 공공이익을 위한 발생하는 것으로 사회공익성 격리가 있음을 확인할 수 있었다.

은 세상이 COVID-19로 퍼져서 난리가 났지만 내가 감염될 줄은 몰랐다. 전혀 다른 세상에 사는 것처럼. 많은 사람들이 공감할 못할 수도 있지만 갑자기 저만 감염된

것이 저가 저는 COVID-19 감염이 된 것이 너무 충격적이라서 몇 시간 동안 믿지 않았어요. 아닐 것이다. 그럴 리가 없다, 받아들이 수 없었고, 앞이 캄캄했어요. 생존하기 위해 어둠 속에서 혼자 약을 복용했어요. (참여자1).

국내가 아니라서 따로 검사 받을 방법이 없어서 혼자 진단하는 수 밖에 없었기에 심리적, 정신적 스트레스가 많이 쌓였다. 대유행임에도 내 자신이 걸릴 줄 몰랐다. 너무 많이 전 지역에 퍼졌기에 병원에서는 심한 중증 환자가 아니면 병원에서 검사를 거부하기에 따로 도움을 받을 수가 없었다. 나만 도움 받지 못하는 어둠속에 던져진 것 같다. 살기 위해서 어둠 속에서 살아남기 위해서 어둠속에서 살아 남기 위해서 치료나 약물 같은 도움을 전혀 받을 수 없었기 때문에 홀로 사우나, 타이레놀, 비타민, 프로폴리스 등을 복용하며 힘들게 혼자 치료했다 (참여자2).

처음 확진이라고 뜬 순간 뎀봉이 왔다. 아닐 줄 알았다. 어디서 어떻게 해야할지 생각나지 않았다. 너무 충격적이라서 그런지 나중에는 아무 생각도 안났다. 처음에 부모님께 사실을 알리고 그사이 만났던 지인한 분에게도 이야기 했다. 그 순간이 켈 힘들었던 것 같다. COVID-19라고 확진되는 순간 거의 강제로 갑자기 병원 격리실에 입원하게 되었다. COVID-19라고 하는 순간 갑자기 혹은 어둠속으로 빠지는 느낌. 캄캄함. 이제 끝났구나. 극야 같은 COVID-19 나를 힘들게 했다 (참여자5).

확진자라는 그 지체가 가장 힘들었다. 확진되었다는 전화 받았을 때 충격이었다. 어두운 동굴에 던져진 느낌이 있다. 극야 같은 어두운 세상에 던져진 느낌이다. 남에게 피해가 될까하여 스스로 격리하였다. 온 천지가 COVID-19로 감싸고 돌고 있는 느낌이다. 어떻게 해야 할지 아무 생각이 없다. 지인들에게 피해가 될까하여 스스로 격리하였지만 나로 인해 다른 많은 사람들이 감염되었을까 걱정되고, 격리되었다는 점이 부담감과 미안함이 있었지만 그래도 알렸고, 반신욕, 사우나, 이완법 등을 적용하였고, 스스로 격리했다(참여자6).

양성 판정을 받았을 때 COVID-19에 대해서 잘 몰랐기에 당황스러웠다. 아닐 줄 알았다. 설마 나에 나타날 것이라고 생각하지 못하였다. 설마 암흑천지 속에 들어갈 줄은 몰랐다. 양성이라고 했을 때 집에 들어갈 자신이 없었고, 팬스레 가족들에게 미안하고 죄인이 된 느낌이 있다. 그래서 집에 들어가지 못하였다. 어디서 감염된 것인지 생각 안 나고, 요즘도 밖에 잘 안 나간다. 나 스

스로 내 살기 위해서 다른 사람들을 살리기 위해서 격리하는 것이었다. 가장 힘들었던 것은 지인에게 감염되었음을 알리는 것이었다. 그럼에도 지인에게 감염되었음을 알렸다(참여자8).

3.1.3 창살같이 쏟아지는 따가운 시선

COVID-19가 확진자가 국내와 국외에 거주하는자 모두 공통적으로 경험하는 점은 예전같지 않은 따가운 시선이 가장 큰 격리이고 말하지 않아도 창살같이 쏟아지는 시선을 의식하게 되는 경험을 한다는 것이다. 누가 뭐라 하지 않아도 가만히 있으면 시선이 곱지 않아서 기가 죽고, 말을 하면 팬스레 상처를 받는다고 한다. 누가 뭐라 하지 않아도 창살같이 쏟아지는 따가운 시선이 서로 다르다는 이질감이 의식되었다고 하였다. 따가운 시선이 가장 큰 격리라고 생각하였다. COVID-19 걸렸다고 하면 평소에 친한 사람도 거리두기를 하고, 예전에 알고 지낸 사람 마저도 등을 돌린다고 하였다. 자신으로 다른 사람들이 전염될까봐 먼저 알리고 스스로 격리하였지만 예전 같지 않은 관계가 되었다. 이해는 하지만 섭섭함과 서운하고 우울 등과 같은 심리적인 압박감을 느낀다고 하였다. COVID-19 걸린 것이 나만의 잘못이 아님에도 불구하고 아무도 말하지 않아도 스스로 죄인이 되고, 같이 있었던 사람들이 감염되었다는 말을 들었을 때 자신으로 인해 감염되었다는 사실 때문에 죄책감에 시달리는 것을 볼 수 있었다. 사소한 말에도 상처를 받고, 비수처럼 쏟아지는 시선에 스스로 주눅이 들고 오그라들고 숨고 싶다고 하였다. 타인들이 아무 말을 하지 않아도 스스로 느껴지는 따가운 시선을 의식하고 있었고, 많은 분들이 동정하고 저를 많이 무서워하고, 시선이 따가움을 느낀다고 하였다.

COVID-19 확진자들의 격리경험으로는 창살같이 쏟아지는 따가운 시선에 기가 죽어서 오그라들고 정서적으로 상처받지 않으려고 상처를 보호하기 위한 정서적인 격리가 있음을 확인할 수 있었다.

많은 분들이 동정하고 저를 많이 무서워했어요. 시선이 따가웠어요. COVID-19 테스트 이후로 아무도 안 만나서 다행히 주위 분들에게 피해는 없었지만 모르고 있을 때 저랑 같이 있었던 분들이 저로 인해 COVID-19 확진이 될 때 많이 미안했습니다. 죄스럽고, 죄책감이 있었다. COVID-19 테스트 이후 저와 저의 룸메이트는 격리 시작을 하였고 COVID-19 양성 판정 이후 COVID-19 음성 판정을 받을 때까지 격리 하였습니다 (참여자1).

굳이 편견이라면 COVID-19가 죽음병 정도로 생각하는 시선을 받는다는 점이다. 가까운 시선이 가장 큰 격리라고 생각이 든다. 가장 많이 받은 질문은 “어떻게, 어디서 걸렸나?” 그 한마디가 마음의 상처가 되었다. 이 해는 하지만 상처를 주고자 말한 것이 아니라는 것을 알지만 그 말이 섭섭하고 상처가 되었다. COVID-19에 걸렸다고 하니 주변에서는 심하게 걱정했다. 걱정하는 자체도 가까운 시선으로 여겨졌다(참여자2).

누가 뭐라 한 사람이 없지만, 시선이 느껴졌다. 아무 말 안 해도 가까운 시선, 서로 다르다는 이질감이 의식되었다. 내가 혹시 주변 사람들에게 퍼뜨리지 않을까 하는 주눅이 들고 오그라들고 숨고 싶었다. 무엇을 잘못했기에. 나와 같이 있어서 감염되었기에 죄책감이 고통스러웠음. 내가 밀접 접촉한 사람들이 아프고, 생계를 멈출 수도 있는 상황에 대한 죄책감, 우울하고, 심리적 압박(참여자3).

평범하게 일상생활하는 사람도 걸릴 수 있기 때문에 죄인처럼 취급 안했으면 좋겠다. 그리고 입원하고 있는 동안 내내 우울했고 힘들었다. 가까운 시선 말할 수 없다. 아파서 힘든 것보다 심적으로 힘들었기 때문에 누군가가 내 잘못이 아니라고 말해줬으면 좋겠다는 생각이 들었다. 자신과 다르다는 시선이 힘들게 하였다. 또한, 미디어에서도 더 이상 COVID-19 걸린 사람을 탓하지 말았으면 좋겠다는 가만히 있어도 우울한데 서운한 생각이 들었다(참여자5).

COVID-19 진단을 받았을 때 가장 아쉬운 부분은 다른 사람들의 ‘시선’이다. 나도 피해자인데 가해자가 된 듯한 시선이 힘들었다. 나와는 다르다는 가까운 시선이 스스로 기가 죽어서 안으로 오그라드는 들고 죄인이 된 기분이다. 비수처럼 쏟아지는 시선에 나 스스로 달팽이가 되는 것 같다. 그래서 관련된 주변사람들에게 이야기하는 것도 죄스러웠다. 꼭 내가 방역수칙을 지키지 않고 어디론가 놀러 다녔다가 생겼다는 그런 느낌이었다(참여자8).

3.1.4 소금사막 속에서 스스로 아포형성

COVID-19가 확진자가 국내와 국외에 거주하는자 모두 공통적으로 경험하는 점은 어려운 악조건이지만 보호 캡슐 속에서 극복하고자 노력하고, 응집된 희망을 품고 버티는 씨앗처럼 생존하는 것을 경험한다는 것이다. 특히 국내 거주자는 확진과 동시에 동선파악과 일상생활 노출로 인해 사회적 과도한 관심과 조직적인 의료체계를 피해서 자신을 보호막을 형성하는 경향이 있었으며, 국

외에 거주하는 확진자는 사회적 관심과 의료체계내에서 자신을 자기자신을 보호 받기를 원하지만 그에 상응하는 결과가 없음으로 인하여 그 나라의 의료시스템에 따라 확진자 자신이 스스로 자구책을 마련하고 각자 자신의 신체적 증상에 따른 자가간호와 관리방법을 간구하는 차원에서 자기간호하는 차원에서 다소 차이가 있음을 알 수 있었다. COVID-19로 인한 내적 고통이 많고, 스스로 가혹하다시피 격리를 하였고, 격리가 소중한 격리라고 하였다. 아무리 악조건이더라도 스스로 사람이 없는 사막 같은 곳으로 가고, 사람과 거리두기를 하고, 스스로 격리하고, 알고 있는 방법을 모두 동원하여 시도하고, COVID-19 상황이 마치 사막 같고 아무도 없는 사막 같았다고 하였다. 너무 낯설지만 COVID-19 걸려도 열심히 관리하면 건강해질 수 있고, 스스로 보호 캡슐을 만들어서 관리하면서 살아야겠다고 생각하였다. 지금은 아무리 상황이 안 좋아도 언젠가는 나아질 것이라고 생각하였다. 지금은 어려운 상황이고, 악조건이지만 스스로 관리 잘하면 COVID-19는 지나갈 것이고 언젠가는 괜찮아질 것이라고 하였다. 스스로 타인에게 피해를 주지 않기 위해 의도적으로 타인과 분리시켰으며, COVID-19로 인해 타인과의 관계와 관계망이 끊어지고 깨어질까봐 두려워서 스스로를 가혹하게 움켜쥐듯이 격리를 시도하는 것을 볼 수 있었다. COVID-19 확진자라는 낙인의 피해보다는 적극적으로 알리고, 차라리 알려져 타인을 배려하고 타인을 보호하면서 현재의 격리로 인한 관계단절보다 추후의 관계가 지속되기를 바라는 마음이 강하였고, 격리를 통해 자신을 돌보고, 성숙하게 인간관계를 형성하고 대처하고 있음을 확인하였다. 타인은 양성이 아니었으면 하는 마음이 있고, 그 사람이 소중하니까 보호하고 싶은 마음이 더 커 보였다. 지금은 아무리 상황이 안 좋아도 언젠가는 COVID-19는 끝날 것이고, 나아질 것이라고 생각한다. 지금은 웅크리고 있지만 이대로 끝나지 않을 것이라고 하였다. 사람을 피해서 타인을 보호하기 위해서 사람이 없는 가지만 COVID-19가 없어지면 나아질 것이라는 희망을 안고 있는 아포와 같다는 희망이 있음을 알 수 있었다. 지금 당장 이전과 같은 일상생활을 할 수 없지만 언젠가는 일상생활을 할 수 있을 것이라는 기대와 응집된 희망을 품고 버티는 씨앗과 같은 에너지를 품고 있는 아포를 형성하고 COVID-19를 극복할 것이라는 강인함을 느낄 수 있었다.

COVID-19 확진자들의 격리경험으로는 COVID-19로 인한 내적 고통이 많고, 스스로에게 가혹하다시피 격리를 하였고, 아무것도 할 수 없는 상황에서도 소중한 에

너지를 모아서 응집할 수 있는 강인한 내부적인 격리로 자기보호적인 격리가 있음을 확인할 수 있었다.

방역수칙을 매 순간 철저하게 지켰고 마스크 끼고 손세정제를 가지고 다니며 예방을 했지만 COVID-19에 감염되었습니다. COVID-19 상황이 마치 사막 같다. 아무도 없는 사막 같다. 너무 낯설지만 COVID-19 걸려도 열심히 관리하면 건강해질 수 있다고 생각하였습니다. COVID-19라고 하더라도 스스로 격리하고 스스로 격리하지 않았다면 스스로 격리가 없었다면 이겨내지 못했을 것 같을 만큼 소중한 격리였다. 초가사면이더라도 견디면 나아질 것이라고 생각한다. 비록 지금은 떨어져도 나중에 더 좋은 관계로 형성될 것이다(참여자1).

나만 조심한다고 되는 게 절대 아님을 깨달았다. 이제는 같이 어울리는 사람이 어디서, 무엇을 하러 왔는지 의심하고 생각하게 되어버린 것 같다. 내가 아무리 사람 많은 곳을 가지 않고, 집에만 있고, 마트에 가도 마스크와 장갑을 끼는 등 스스로 주의하고 경계해도 나와 접촉한 사람이 그렇지 않다면 소용없다는 걸 깨닫게 되었다. 스스로 사람 없는 곳으로 가고, 사람과 거리두기를 한다. 그래도 스스로 자숙하고, 아무리 약조건이라고 하여도 언젠가는 괜찮아질 것이라고 생각하고 지금은 움켜지고 있어도 나아질 것이라고 생각한다(참여자2).

알고 있는 방법을 모두 동원하여 시도해 보았다. 스스로 보호 캡슐을 만들어서 살아야겠다고 생각하고 관리한다. 접촉한 날 밤에 감기인 줄 알고 감기약을 먹고 잤다. 2일째에는 열이 심하게 나서 해열제, 타이레놀을 먹음. 어떻게 열을 내려야 되는지 방법을 잘 몰라서 땀을 빼려고 반신욕을 함. 약 먹고 수면을 취함. 몸에 힘이 없어서 침대에서 일어날 수가 없었는데 목이 너무 아파서 프로폴리스를 목에 수차례 뿌린 뒤 다시 약 먹고 잠. (음식 섭취를 안 해서 속이 조금 쓰린 듯했다) 3일째에는 2일차 방법 반복 (반신욕-약-수면-약-수면, 중간중간 프로폴리스 뿌려줌) 4일: 기침이 계속 나와서 프로폴리스 뿌리고 밥 먹고 약을 계속 먹었다. 물은 계속 뜨거운 물에 레몬즙 섞은 거 마셨음. 이후 타이레놀과 night quill 계속 복용, 뜨거운 물 섭취 (찬물 절대 안 마심) 냄새는 후각에 자극을 주어야 한다고 하기에 일부러 독한 향수를 맡는 등 자극을 계속 줬음. 복용한 약들: 타이레놀 등을 챙겨 먹고 생존을 위한 노력을 하였다(참여자3).

처음에는 COVID-19 증상을 잘 몰랐기 때문에 증상을 완화시키기 위해 고군분투하였다. “열이 심하게 나서 해열제, 타이레놀을 먹었고 어떻게 열을 내려야 되는지 방

법을 잘 몰라서 땀을 빼려고 반신욕을 하였다. 아무리 안 좋은 상황이라도 노력하면 나아지겠지 하면서, 약 먹고 잠을 잤다. 몸에 힘이 없어서 침대에서 일어날 수가 없었는데 목이 너무 아파서 프로폴리스를 목에 수차례 뿌린 뒤 다시 약 먹고 잠을 자고 약먹기 위해 음식 섭취를 섭취하였으며 섭취 안하면 속이 조금 쓰린 듯했다. 지금은 아무리 상황이 안 좋아도 언젠가는 나아질 것이라고 생각한다. 언젠가는 COVID-19는 끝날 것이고, 지금은 웅크리고 있지만 이대로 끝나지 않을 것이다(참여자4).

혼자 있고 싶음의 이유는 전염시킬까 봐 걱정되는 맘으로 자신을 스스로 격리하려 하였고, 누가 뭐라 한 사람이 없지만 내가 혹시 주변 사람들에게 퍼뜨리지 않을까 하는 죄책감이 고통스러웠다. 아무리 힘들어도 그래서 얼른 나아지겠다고 생각하였고, 죄책감에 대한 만회를 위해 바로 테스트를 하고, 접촉한 주위 사람들에게 확산 사실을 모두 알리고 적극적으로 연락하는 등 타인에 대한 피해를 주지 않기 위해 적극적으로 노력하였다. 지금은 어려운 상황이고, 약조건이지만 스스로 관리 잘하면 COVID-19는 지나갈 것이고 언젠가는 괜찮아질 것이다. 언젠가는 극복할 날이 있겠지요(참여자5).

3.1.5 포근하게 감싸주는 온정의 손길

COVID-19가 확진자가 국내와 국외에 거주하는자 모두 공통적으로 경험하는 점은 가족의 초월적인 사랑과 위로 한마디가 힘이 되고 지인의 응원과 동료의 격려가 서로의 울타리가 되는 경험을 한다는 것이다. 가족과 지인들의 위로 한마디와 따뜻한 한마디가 도움이 되었다고 하였으며, 내 탓이 아니라고 말해주는 주위 사람들의 따뜻한 응원과 인정스러운 말들이 힘든 시간을 이겨 낼 수 있게 해 주었다고 하였다. 가족과 지인들도 같이 힘들어 하지만 서로서로 격려하므로 회복까지 끝없이 기다리면서 서로의 울타리가 되어 줄 필요가 있다고 하였다. 확진자 주위에서는 가족, 지인, 직장인 등이 지원책으로 에너지를 공급해주고 있었으며, COVID-19가 걸려도 가족, 지인, 직장인들에게 피해가 될까 봐 조심스럽게 이야기하고 있음을 볼 수 있다. 그리고 힘들 때 언제든지 전화할 수 있는 가족, 지인, 직장인들은 COVID-19뿐만 아니라 더한 장벽이 있다 하더라도 견디어 낼 수 있는 발판이 된다고 하였다. 남의 흉이나 허물을 덮어 주면서 너그럽게 감싸주는 온정의 손길을 느꼈다고 하였다. 어려운 환경 속에서도 살아갈 수 있는 버팀목이 되는 것을 볼 수 있었다. 가족의 지지체제와 지인, 직장과 같은 사회적 지지체제가 강하면 어려운 환경 속에서도 삶의 의미를 찾

고 어려움을 이겨내는 것을 볼 수 있었다.

COVID-19 확진자들의 격리경험으로는 시간과 공간을 초월하는 인간 사랑으로 연결된 격리로 시공간을 초월하는 지지체계가 연결된 시공간 초월격리가 있음을 확인할 수 있었다.

확진 이후 지인들에게 많은 도움을 받았습니다. 혼자인 줄 알았는데 지인들의 위로 한마디, 따뜻한 말 한마디가 도움이 되었고, 그 도움이 아니었다라면 심적으로 많은 고충이 있었을 것 같아요. 하지만 이런 고민을 할 때 내 탓이 아니라고 말해주는 주위 사람들의 따뜻한 응원과 인정스러운 말들이 힘든 시간을 이겨 낼 수 있게 해주었습니다(참여자1).

혼자인 줄 알았는데, 내가 모르는 사이에 여러 사람들이 나를 위로해 주고 감싸주고 있음을 알게 되었습니다. 지인이 COVID-19에 걸리고 전파하는 것이 나의 잘못도, 누구의 잘못도 아니고 다 잘 지나갈 것이라는 말이 위로가 되었음(참여자3).

가장 힘들고 막연한 기다림이고, COVID-19 확진 받은 사람만 힘든 것이 아니라 가족과 지인들도 같이 힘들므로 서로서로 격려하므로 회복까지 끝없이 기다리면서 서로의 울타리가 되어 줄 필요가 있다. 한편으로는 지인들과 만날 수 없음에 대한 지원책이 필요하다(참여자1).

그게 처음 격리실이다 보니 주의사항도 많았고 방호복으로 일하시는 간호사님들 보니까, 안쓰러웠다. 또한, 나 말고도 여러 명에게 COVID-19 환자가 있었는데 대부분 노인이었고 그들은 폐렴까지 와서 MRI까지 찍었다. 상대적으로 젊은 나는 아팠지만 멀쩡했고 따로 치료를 받은 내역이 없었다. 내가 낸 건 고작 2만 3천 원이었다. 그때 우리나라에서 태어난 것을 다행으로 생각했다(참여자5).

힘들면 언제든지 전화해도 되는 나의 허물도 항상 너그럽게 받아주는 가족이 내게 힘이 되었고 조금은 마음이 가벼워졌고 나를 생각해 준 가족이 있어서 감사했다. 가장 먼저 말한 사람은 아내(가족), 도움을 받고 싶었던 것은 직장과 함께했던 사람들의 위로 한마디 이다(참여자6).

회복 후에도 가족들과 1주일 정도 더 떨어져 있었다. 가족들의 관심과 온정이 힘이 되었다. 가족들의 지지가 있어서 가능했다. 직장에서도 도와주었다. 해야 할 일도 많은데 오전만 근무하였고 3주 지나서 정상출하였고 제 자리를 찾았다(참여자8).

3.1.6 초연결망 사물인터넷 세상의 도래

COVID-19가 확진자가 국내와 국외에 거주하는자 모두 공통적으로 경험하는 점은 격리보다 갑갑한 비대면과 인간관계망 재정리와 생존을 위해 엔택트시대와 신종외래어를 배우게 되는 경험을 한다는 것이다. 격리보다 더 갑갑한 점은 비대면과 관련된 다양한 신종 외래어가 점점 무기력하게 만들었다. 격리 이후에 자택에서 음식을 주문하거나 요리하여 먹었고 하였다. 의식주가 비대면이 길어질수록 심리적으로는 위축하고 인간관계는 점점 두려워서 먼저 적극적으로 하지 못하는 사람이 있는가 하면 오히려 더 적극적이고 활발한 사람이 있다. COVID-19 이전과 이후 시대가 분명 다름에도 불구하고 아무런 지장이 없는 사람이 있는가하면, 엄청난 피로와 스트레스를 경험하는 사람이 있다. 지금은 이분화된 사물인터넷 연결망 속에 살아간다고 하여도 과언이 아니다. 오히려 대면이 힘든 시대이다. 사람에 대한 두려움, 먼저 다가가지 못함, 먼저 피하고 있다. 지금은 인터넷을 활용한 사물인터넷 초연결망으로 구성되어질 수 있는 현재의 인간관계망으로 재구성되어지고 있다. 가족과 직장 두 가지로 생존을 위한 재정리가 일어남, 그동안에 형성되어 왔던 사회적 관계망이 아무런 위로가 되지 못하고 낙인을 찍는 무리로 전락되어 버려지는 현상을 보게 된다. 위로가 필요한 사람들에게 위로가 되지 못함으로 인해 생존을 위한 최소한의 인간관계망의 가지치기가 진행된다. 인간관계에서 대한 재정리가 이루어지고 전산상으로는 초연결망이 형성되는 것 같다. 많은 관계 가운데 누가 끝까지 나와 함께 할 수 있는 사람인가 하는 가까운 사람에 대해 새로운 눈으로 보게 되는 계기가 된다. 확진자라는 오명으로 관계를 재정리 할 수밖에 없는 상황에 봉착하는데 이때 비대면이 오히려 대면보다 위안이 될 수 있다.

COVID-19 확진자들의 격리경험으로는 인간관계의 재정리와 재구축으로 초연결망 사물인터넷 세상과의 격리로 시공간초월 격리경험이 있음을 확인할 수 있었다.

격리보다 더 갑갑한 점은 비대면과 관련된 다양한 신종 외래어가 점점 무기력하게 만들었습니다. 격리 이후에 자택에서 음식을 주문하거나 요리하여 먹었습니다. 그러면서 미각과 촉각이 돌아왔고 5주 뒤 COVID-19 음성판정을 받았습니다. 가장 고통스러웠던 것은 집에 격리였고 많은 사람들이 느꼈듯이 많이 답답했습니다. 그리고 몸이 오랫동안 힘이 없어서 많이 무기력해졌습니다(참여자1).

일상생활 변화가 너무 많이 일어났다. 어지러운 정도로

다르다. COVID-19로 인한 충격 중의 하나가 일상생활이 달라졌다는 것이다. 너무 변화가 커서 COVID-19 전후로 일상생활 태도와 행동 변화가 조심스럽게, 신체적 증상에 예민해지고, 그에 따른 행동 처방 스스로 행동화, 실천화 하는 자기관리증진 방향으로 변화하게 됨, 사고체계가 많이 바뀌었다(참여자3).

비대면으로 외식문화가 변화되고 밀키트와 무인단말기 등은 비대면 사회를 촉진시키고 있고, 비대면에 접근하지 못하는 기성세대는 한계점에 봉착한 것 같다. 피해의식, 책임을 면하고 싶고, 돌리고 싶고, 주의해도 소용이 없고, 같이 어울린 사람까지 내가 어쩔 수가 없음을 알고는 있으나, 그것이 자신의 힘으로 컨트롤 되지 않는 상황에 대한 한계를 인식한다(참여자4).

나는 아니겠지 하는 잠깐의 방심이 큰 화를 불러온다는 것과 많은 관계 가운데 누가 끝까지 나와 함께 할 수 있는 사람인가 하는 가까운 사람에 대해 새로운 눈으로 보게 되는 계기가 된다. 특히 대면보다 비대면이 많은 지금 시대에 위축되고 어려워하지만 젊은 사람들은 별로 불편하지 않은 것 같다. 새로운 시대에 새로운 의사소통과 인간관계가 재정리가 필요하다(참여자6).

현기증이 날 정도로 말이 어렵다. 메타버스, 플랫폼, 텍스트, 밀키트, 비대면, 사물인터넷, 도저히 그 말이 그 말인 것 같다. 새로운 신종 외래어를 배워야 새로운 인간관계 형성에 동참할 수 있을 것 같다. 다시 예전으로 돌아갈 수 있을까 젊은 사람들은 지금이 더 편리하다고 하는데 나는 편리하다는 느낌이 없다. 그래도 사람 대 사람이 만나서 살아가야 하는데(참여자8).

3.1.7 다양한 미래세상과 공존시대

COVID-19가 확진자가 국내와 국외에 거주하는자 모두 공통적으로 경험하는 점은 깨어진 일상생활을 복원하기 위한 대책과 정보공유와 격리해제된 미래세계에 공존하기 위한 재충전 가동하는 것을 경험한다는 것이다.

COVID-19가 끝나도 COVID-19 이전 시대로 돌아갈 수 없음을 알고 있었고, COVID-19로 인하여 다양한 세상이 있구나를 알게 되었다고 하였다. COVID-19 전후의 삶은 분명 다르다. 대면과 비대면의 차이만큼 인간관계의 차이가 발생할 수 있다. COVID-19는 대면과 비대면으로 이분화한 한 것이 아니라 인간관계의 불신을 심어준 점이 안타깝다. 타인에 대한 믿음과 신뢰가 인간사회관계 속에서 하나의 안전펜스의 역할을 해 주었는데, 돌아온 일상은 불신이 의무화 되는 COVID-19 이후

의 삶의 변화가 발생한 것이다. 내면과 외면이 일치성에 대한 노출된 진실의 진정성을 의심되어져도 확인하기 어려움이 감정의 굴곡을 심화시킬 수 있다. 타인에 대한 기존의 믿음이 본의 아니게 의심할 수밖에 없는 상황 속에서 2차적으로 또 차단을 시도해야 하는 상황에 봉착한다. 인간은 타인을 믿고 싶고, 자신을 노출해야만 믿음과 인간관계를 형성할 수 있었던 관념이 지금은 타인을 의심하면서 자신을 노출하지도 못하면서 인간관계를 형성해야 하므로 이율배반적이지만 타인과의 관계가 지속유지되기를 바라고 때문에 타인과의 불신과 의심에 대한 불편감, 자신을 모두 노출하지 못하는 것에 대한 미안함으로 결론적으로 인간은 인간을 믿고 신뢰하고 싶은 욕구가 강하게 작용하는 다양한 미래세상을 수용하고 COVID-19와 함께 공존하는 시대를 위한 준비가 요구된다. 대부분 COVID-19로 인하여 상처받은 영혼을 위로하고 굴절된 현실과 차단된 인간관계망을 종이 퍼듯이 접혀진 세상을 다시 펼 수 있을지 고민인 확진자들의 생각을 반영하여 미래사회를 준비해야 할 것이다.

COVID-19 확진자들의 격리경험으로는 미래사회를 살아가기 위한 재충전하는 시간으로 격리 시기를 활용하고 있으므로 재충전을 위한 격리로 재충전 격리경험이 있음을 확인할 수 있었다.

COVID-19가 지나가도 이제는 이전 시간으로 돌아갈 수 없다고 생각한다. 회복 후 일상에 복귀하기까지 꽤 긴 시간이 필요했어요. COVID-19 음성판정이 오랫동안 안 나왔기 때문에 COVID-19 양성 판정 2주 뒤에도 지인들을 만날 수 없었습니다. 빨리 회복해서 지인들을 만나기 위해 그동안에 약해진 건강관리 차원에서 음식은 배달해서 먹었고, 친구들과는 화상채팅이나 Zoom 미팅을 시도했었다(참여자1).

COVID-19는 내가 조심한다고 막아지는 것이 아니라 사실을 깨닫고 바이러스의 강력함을 알게 되었다. COVID-19는 이기는 것이 아니라 같이 살아가는 것이다. 앞으로 대면보다 비대면이 더 많아지겠지요. 내가 아무리 사람 많은 곳을 가지 않고, 집에만 있고, 마트에 가도 마스크와 장갑을 끼는 등 스스로 주의하고 경계해도 나와 접촉한 사람이 그렇지 않다면 소용없다는 걸 깨닫게 되었다. 같이 어울리는 사람이 어디서, 무엇을 하다 왔는지 의심하고 생각하게 되어버린 것 같다. 결론은 대면이나 비대면, COVID-19가 있으나 없으나 살아가 수 있는 시대를 준비해야겠다(참여자4).

퇴원 후 직장의 배려로 일주일간의 더 격리하였는데 주위 사람 눈치 보면서 매일 걷기 운동을 했는데 밖에서 하는 것보다 집에서 눈치 안 보고 자유롭게 실내체육으로 변경해서 2시간 정도 걷기 운동을 하였다. 참으로 이상하다. 밖에 보다 실내가 더 정겹고 편하다. 직장 복귀 후 약 1달 정도 도시락을 준비하여 식사할 것이다. 혹여나로 인하여 피해가 될까 하여 스스로 사람 만남을 기피하게 될 것 같다(참여자6).

3.2 현상학적 글쓰기

COVID-19 확진자들의 격리체험을 해석학적 현상학적 반성을 통해 드러난 격리의 종류와 의미를 중심으로 다음과 같이 구성하였다. COVID-19 확진자들의 격리경험으로는 자신의 의지와 상관없이 기존의 지식과 상식이 외부적인 힘과 환경에 의한 격리가 이루어지는 것을 볼 수 있었다. COVID-19 확진자는 어느 날 갑자기 COVID-19가 자신의 삶속에 혹 들어와서 신체적인 증상뿐만 아니라 자신의 삶에 파고드는 충격파로 어떻게 주체하지 못하고 당혹감을 경험하였다. 어느 한순간 혹치고 들어오는 COVID-19로 인하여 일상생활에 굳어지고 COVID-19가 갑자기 혹 들어 온 COVID-19가 COVID-19 확진자의 삶 자체에 영향을 미칠 정도로 큰 충격을 받게 된다.

COVID-19 감염자들은 자신과 타인의 생존을 위한 공간적인 격리로 볼 수 있으며, 어두운 세계에 사는 것처럼 힘들게 자신을 사회와 격리시키면서 살고자 노력하는 것을 볼 수 있었다. 자신은 감염되었지만, 타인을 배려하는 마음으로 스스로 격리를 하였으며, 스스로 격리함으로써 인해 어두운 극야에 떨어지는 어려움을 경험하지만, 자신과 타인을 위해 자의든 타의든 격리에 대한 거부반응 없이 순응하는 것을 볼 수 있었다. 처음에는 COVID-19 증상이 있어도 거부하다가 확진된 순간 어두운 나락으로 떨어지는 감정을 경험하였다.

COVID-19 확진자들은 창살같이 쏟아지는 따가운 시선으로 인해 상처받고 또 다른 상처를 받지 않기 위해 정서적인 격리를 시도한다고 볼 수 있으며, 누가 뭐라 하지 않아도 느껴지는 따가운 시선으로 인해 비감염자와 다르다는 이질감이 의식되었고, 다른 사람들에게 전염될까 봐 접촉했던 지인들에게 먼저 알리고 스스로 격리하였지만, 평소엔 친한 사람도 거리두기를 하고 예전 같지 않음을 인식하고, 타인이 등을 돌리는 것을 체념하면서 따가운 시선이 가장 큰 격리라고 하였다. 자신으로 인하여 지인이 감염되었다는 사실에 대해서는 죄책감을 느끼고 있

었으며, 이해는 하지만 친한 사람들이 등을 돌릴 때 섭섭함과 서운함이 나아가 우울과 같은 심리적인 압박감으로 느껴지면서 창살같이 쏟아지는 따가운 시선을 경험한다고 하였다.

COVID-19 확진자들은 소금사막 속에서 스스로 아포를 형성 하듯이, COVID-19로 인한 내적 고통이 많았고, 스스로에게 가혹하다시피 격리를 하였다. 그들은 격리의 중요성을 알고 있었고 아무리 악조건이더라도 스스로 다스리면서 사람들이 없는 사막을 마다하지 않고 스스로 그들이 속한 사회를 벗어나서 소금사막과 같은 환경 속으로 자신을 격리시키는 것을 볼 수 있었다. COVID-19 확진자들은 사회적인 비난과 낙인을 두려워하지 않고, 적극적으로 자신이 COVID-19에 감염되었음을 밝히면서 현재의 격리로 인한 관계단절보다 추후의 관계가 지속되고 성숙한 인간관계 형성을 지향하고 있음을 확인하였다. 언젠가는 일상생활을 할 수 있을 것이라는 기대와 응집된 희망을 품고 버티는 씨앗과 같은 에너지를 품고 있는 아포를 형성하고 COVID-19를 극복할 것이라는 강인함을 느낄 수 있었다.

COVID-19 확진자들의 격리는 시간과 공간을 초월하는 인간사랑으로 연결된 격리로 시공을 초월하는 지지체로 연결된 격리가 있음을 확인할 수 있었다. 가족과 지인의 따뜻한 말 한마디와 응원이 어려움을 견뎌낼 수 있는 에너지가 되고 가족과 지인들도 같이 힘들어 하지만 서로서로 격려하므로 회복까지 끝없이 기다리면서 서로의 울타리가 되어 줄 필요가 있다고 하였다. 남의 흉이나 허물을 덮어 주면서 너그럽게 감싸주는 온정의 손길을 느꼈다고 하였다. 이러한 관심과 돌봄이 어려운 환경 속에서도 살아갈 수 있는 버팀목이 되는 것을 볼 수 있었다. 가족의 지지체와 지인, 직장과 같은 사회적 지지체가 강하면 어려운 환경 속에서도 삶의 의미를 찾고 어려움을 이겨내는 것을 볼 수 있었다.

COVID-19 확진자들의 격리로 초연결망 사물인터넷 세상과의 격리가 있음을 확인하였다. 격리보다 더 갑갑한 점은 비대면과 관련된 다양한 신종 외래어가 점점 무기력하게 만들었다. COVID-19로 인하여 사회적 거리두기와 비대면 시간이 길어지면서 인터넷을 활용하여 의식을 해결하는 시대로 가속화되면서 인터넷 연결망이 또 하나의 세계로 연결하는 통로가 되었다. COVID-19로 인하여 인간관계가 재정리되고 기존의 인간관계가 대면에서 비대면으로 전환하면서 이전에 감지하지 못했던 인터넷상의 연결망이 가속화되면서 사물인터넷으로 새로운 관계와 새로운 격리의 패턴을 경험하고 있음을 확인하였

다. 기존의 사회적 관계망이 아무런 위로가 되지 못하고 낙인을 찍는 무리로 전락되어 버려지는 현상을 보게 된다. 이로 인하여 COVID-19로 인해 격리되어 있어도 격리되어 있음에도 불구하고 새로운 관계형성과 인간관계가 재구축됨으로 격리 경험을 감지하지 못하는 사람이 있었고, 위로가 필요한 사람들에게 위로가 되지 못함으로 인해 생존을 위한 최소한의 인간관계망의 가지치기가 진행되고 있다.

COVID-19 확진자들의 격리를 단순한 격리로 보내는 것이 아니라 다양한 미래사회에 공존하기 위해 재충전하는 시간으로 격리시기를 활용하고 있음을 확인할 수 있었다. 기존의 격리는 부정적인 의미가 강했다면 COVID-19 확진자의 격리의 범주에는 재충전의 의미를 가미한 격리가 있음을 확인하였다. 다양한 미래세상과 공존을 위한 격리가 있음을 확인하였다. 격리가 격리로 끝나는 것이 아니라 격리 뒤에는 공존이 있음을 시사하고 있었다. 기존의 격리가 무의미해질 정도로 격리시간을 유익한 충전의 시간으로 전향하고 COVID-19 확진으로 인해 격리되는 순간의 분리불안과 같은 정서적인 스트레스를 감지하기보다는 현재 일어나고 있는 현상 그대로 받아들이고, 그에 따라 대처하기 위해 자신의 에너지를 충전하는 시간으로 격리시기를 활용하고 있음을 확인하였다.

4. 논의 및 제언

격리는 전염병 환자, 전염병 의사환자, 또는 전염병 병원체 보유자로부터 다른 환자나 병원에서 근무하는 직원들이 감염되거나 병원성 미생물이 전파되는 것을 예방하고 보호하기 위하여 실시하는 것을 의미하는데, 의료기관에서의 격리는 공기 매개 전염병의 전염을 방지하기 위한 음압 격리, 접촉 매개 전염병의 전염을 방지하기 위한 접촉 격리, 외부 감염으로부터 환자를 보호하기 위한 보호 격리(역격리)로 구분할 수 있다[6]. 본 연구에서는 COVID-19 확진자의 격리경험이 어떠한지를 탐색하기 위해 COVID-19 확진자 대상으로 경험 내용을 현상학적 해석학적 방법을 적용하여 분석하였다. 분석한 결과 도출된 7개의 본질적 주제에 따라 다음과 같이 논의하고자 한다.

첫째는 〈혹 치고 들어오는 충격에 굳어짐〉과 같이 처음에는 혹 치고 들어오는 COVID-19로 인한 충격으로 굳어진다고 하였다. COVID-19 확진자들의 격리경험은

혹 치고 들어오듯이 자신의 의지와 상관없이 일상생활과의 격리와 대부분 COVID-19의 증상과 감염경로, 대처 방법을 잘 몰랐으며, COVID-19 앞에서는 어떻게 해야 할지 몰라서 굳어지는 것을 볼 수 있었다. 어느 날 갑자기 침범한 COVID-19가 자신의 일상적인 삶에 파고들어 온 충격을 어떻게 주체하지 못하는 당혹감을 경험하였다. 예기치 않은 격리 통보에 참여자들과 가족들은 혼란을 경험하며 감염불안, 피해불안, 낙인불안, 미래불안을 겪었다[13]고 하였다. 이는 본 연구결과와 일치하였다. COVID-19가 확진되면 확진자의 의견과 상관없이 질병관리본부의 지침[6]에 따라 지체없이 역학조사를 실시하고 검사결과 인지와 동시에 감염관리차원에서 격리조치가 이루어진 점과 감염병시대의 방역과 기본권보장의 쟁점[14]에서 감염병의 방역을 위한 조치들은 개인의 자유와 권리에 대한 중대한 제한들을 초래한다고 하였다. 현재 인류는 COVID-19 팬데믹으로 인해서 경제적이고, 사회적이고, 심리적인 심각한 위기에 봉착해 있다[15]고 하였다. 이에 COVID-19 확진자들은 COVID-19로 인한 격리를 인정하지만 COVID-19 질병으로 국한되는 것이 아니라 어느 날 갑자기 혹 치고 들어와서는 자신의 일상생활과, 자신을 둘러싸고 있는 우리들의 삶에 지대한 영향을 미치고 있음을 경험한다는 점이 일치 하였다. COVID-19와 관련된 질병 특성뿐만 아니라 신체적, 정신적, 사회적, 영적인 측면을 고려한 좀 더 다각적인 차원에서 접근할 필요성이 있으며, 그와 관련된 예방교육과 정보 제공이 필요한 것으로 여겨진다.

둘째는 〈생존을 위한 처절한 고립; 극악로 내던져짐〉 COVID-19 확진자들의 격리는 자신과 타인의 생존을 위해 이루어지는 공간분리로 인해 발생하는 것으로 공간적인 격리로 볼 수 있으며, COVID-19 감염자들은 감염 확진과 동시에 생존을 위한 고립과 극악로 내던져지는 경험하게 된다. 이는 감염병위기와 타자화된 존재들[16]에서 ‘타자의 안전이 나의 안전’이라는 팬데믹의 과학상식도 통하지 않는 가장 타자화되고 주변화된 존재들은 사회로부터 고립되다시피 한 상황에서 ‘권리를 말할 권리’가 없는 존재가 되어 ‘사회적 죽음’에 직면해있고, 타자화된 존재는 ‘누구를 살리고 누구를 죽일 것인가’로 집약되는 죽음정치 디스토피아를 고발하고 있다 한 점과 유사하는 경험을 하였다. COVID-19 확진자들의 격리는 자신과 타인의 생존을 위해 이루어지는 공간분리로 생존을 위한 공간적인 격리로 볼 수 있으며, COVID-19 감염되면서 생존을 위한 고립과 극악로 내던져지는 경험하게 된다. 어두운 세계에 사는 것처럼 힘들게 자신을 사회

와 격리시키면서 살고자 노력하는 것을 볼 수 있었다. 본 연구결과와 마찬가지로 COVID-19 확진자들의 심적인 고충을 경험하고 있음을 알 수 있다. 최영순[17]의 연구 결과에서 시간이 흐르면서 “COVID-19블루”에 더해 “COVID-19블랙(Corona Black)”이라는 험악한 신조어까지 등장했다. 이 단어는 그 어감만으로도 우리 마음·정신건강이 위협당하는 듯하다는 것과 예민해진 가족들과 잦은 마찰은 참여자들의 정서적 불편감을 극대화하였고 고립을 심화시켰다[13]는 것과 유사한 경험을 하였다. 자신은 감염되었지만, 타인을 배려하는 마음으로 스스로 격리를 하였다. 이는 스스로 격리함으로써 인해 어두운 극야에 떨어지는 어려움을 경험하지만, 자신과 타인을 위해 자의든 타의든 격리에 대한 거부반응 없이 순응하는 것과 일치하는 것으로 볼 수 있었다. COVID-19 확진된 순간 어두운 나락으로 떨어지는 감정을 경험하지만, 현실을 직시하고 스스로 격리를 선택하는 경우에는 자기간호를 적극적으로 시도하고 강제적으로 격리하는 경우에는 심적으로 힘들어하는 것을 볼 수 있으므로 COVID-19에 대한 질병 관련 지식을 제공하여 COVID-19 확진자가 스스로 자기간호를 할 수 있도록 해야 할 것이다.

셋째는 〈창살같이 쏟아지는 파가운 시선〉 COVID-19 확진자들의 격리는 창살같이 쏟아지는 파가운 시선으로 인한 상처받지 않기 위해 정서적인 격리로 볼 수 있으며, 파가운 시선이 가장 큰 격리라고 하였다. 격리로는 누가 뭐라 하지 않아도 파가운 시선과 서로 다르다는 이질감이 느껴졌다고 하였으며, 다른 사람들에게 퍼뜨릴까 봐 지인들에게 알리고 스스로 격리하지만, 평소엔 친한 사람도 거리두기를 하고 예전 같지 않고 등을 돌리는 것을 볼 때 마치 가해자처럼 주눅이 들고 오그라들고 숨고 싶다고 하였다. 20대 청년의 COVID-19 격리 체험연구[13])에서 낙인불안은 COVID-19와 관련된 사람으로 낙인 되어 사회에 악영향을 끼친 존재로 치부될 것 같은 불안이었다. COVID-19 확진자들의 격리는 창살같이 쏟아지는 파가운 시선에 기가 죽어서 오그라들고 상처받지 않으려고 상처를 보호하기 위한 정서적인 격리를 경험하는 것을 볼 수 있었다. COVID-19 생존자들의 경험을 심리적 어려움을 중심[18]에서 신변노출에 대한 불편감, 병실CCTV에 의해 감시당하는 느낌, 사회에 해가 되는 존재로 느낌, 타인의 시선에 대한 의식 등으로 본 연구에서 이해는 하지만 친한 사람들이 등을 돌릴 때 섭섭함과 서운함, 우울과 같은 심리적 압박감을 느끼고, 창살같이 쏟아지는 파가운 시선을 경험과 유사하였다. COVID-19로 인하여 정서적으로 상처받는 사람들을 위해 국가차원

에서 COVID-19 상담과 체계적인 관리가 필요한 것으로 여겨진다.

넷째는 〈소금사막 속에서 스스로 아포형성〉 COVID-19로 인한 내적 고통이 많고, 스스로에게 가혹하다시피 격리를 하였고, 아무것도 할 수 없는 상황에서도 소중한 에너지를 모아서 응집할 수 있는 강인한 내부적인 격리를 경험하였다. COVID-19 사태에서 대중이 매일 듣는 가장 중요한 메시지는 ‘사회적 거리두기’이고 격리 대상자에게는 ‘격리’라는 메시지가 전달되고, 자기격리란 자기돌봄을 수행하기 위한 일종의 수단인 것이다[15]고 하였다. 본 연구에서 COVID-19 확진자들의 격리는 스스로 보호하기 위해 사회로부터 격리를 시도하는 것은 1차적인 피해로부터 2차 적인 상처를 피하고 격리를 통해 자신을 돌보고, 성숙하게 인간관계를 형성하고 대처하는 방안으로 자기 스스로 먼저 격리를 시도하는 것으로 여겨진다. 소금사막 속에서 스스로 아포형성 하듯이 COVID-19로 인한 내적 고통이 많았고, 스스로에게 가혹하다시피 격리를 통해 자신을 보호하고 있었다. 2020년의 COVID-19 감염병은 ‘지구화 시대 최초의 대규모 역병’이며 ‘종의 절멸 시대에 맞는 인공공통감염병’이며[16], COVID-19 생존자들의 경험[18]에서 신변노출에 대한 불편감, 격리상황의 답답함, 사회에 해가 되는 존재로 느낌 등을 경험한 점은 본 연구결과와 일치하였다. 감염병의 유행으로 인해 국민의 생명과 건강, 생계가 위협받는 상황에서 건강권을 비롯한 사회적 기본권과 국가의 기본권보호의무에 대한 재조명이 요구된다[14]하였다. 본 연구 참여자들은 그들은 격리의 중요성을 알고 있었고 아무리 악조건이더라도 스스로 다스리면서 사람들이 없는 사막을 마다하지 않고 스스로 그들이 속한 사회를 벗어나서 소금사막과 같은 환경 속으로 자신을 격리시키는 것을 볼 수 있었다. 지금 당장 이전과 같은 일상생활을 할 수 없지만 언젠가는 일상생활을 할 수 있을 것이라는 기대와 응집된 희망을 품고 버티는 씨앗과 같은 에너지를 품고 있는 아포를 형성하고 COVID-19를 극복할 것이라는 강인함을 느낄 수 있었다. 특히, 국내 거주자는 지나친 관심과 조직적인 의료체계가 부담스러워하였으며, 국외인 경우에는 국내와 다른 의료체제로 인하여 자신을 보호하기 위해 보호막을 형성하는 경향이 있으므로 이와 관련하여 지나친 개인정보 유출과 개인이 위협을 느낄 정도의 관리체계는 지양하고 확진자 입장에서 확진자를 옹호하면서 사회 공공이익을 추구하는 방안을 모색해야 할 것이다.

다섯째는 〈포근하게 감싸주는 온정의 손길〉 COVID-19

확진자들의 격리는 시간과 공간을 초월하는 인간사랑으로 연결된 격리로 시공을 초월하는 지지체계로 연결된 격리가 있음을 확인할 수 있었다. COVID-19 확진자들은 지인들의 말 한마디에 위로를 받고, 격리기간을 견디는 것을 확인하였다. 비록 공간적인 격리는 이루어지고 있지만 시간과 공간을 초월하는 인간사랑으로 연결된 격리로 시공간을 초월하는 지지체계는 공간적인 격리를 극복하고 인간과 인간 사이를 연결하는 채널과 같이 초월적인 격리로 연결되어 있음을 확인할 수 있었다. COVID-19 감염 경험의 극복요인 중에서 신뢰할 수 있는 사람들과 가족들과의 지속적인 연락과 감염에 대한 가족의 수용적 태도[18]라고 하였다. 본 연구결과에서도 가족과 지인의 따뜻한 말 한마디와 응원이 어려움을 견디어 낼 수 있는 에너지가 되고 가족과 지인들도 같이 힘들어 하지만 서로서로 격려하므로 회복까지 끝없이 기다리면서 서로의 울타리가 되어 줄 필요가 있다고 하였다. 남의 흉이나 허물을 덮어 주면서 너그럽게 감싸주는 온정의 손길을 느꼈다고 하였다. 인간과 인간 사이의 초월적인 연결고리는 어려운 환경 속에서도 살아갈 수 있는 버팀목이 될 수 있음을 확인하였다. 가족의 지지체계와 지인, 직장과 같은 사회적 지지체계가 강하면 어려운 환경 속에서도 삶의 의미를 찾고 어려움을 이겨내는 것을 볼 수 있었다. COVID-19 확진자들은 선택적 격리가 있음을 확인하였다.

여섯째는 〈초연결망 사물인터넷 세상의 도래〉 COVID-19 확진자들의 격리로는 인간관계의 재정리와 재구축으로 초연결망 사물인터넷 세상과의 격리가 있음을 확인하였다. COVID-19 확진자들의 격리로 초연결망 사물인터넷 세상과의 격리가 있음을 확인하였다. 격리보다 더 갑갑한 점은 비대면과 관련된 다양한 신종 외래어가 점점 무기력 하게 만들었다. COVID-19로 인하여 사회적 거리두기와 비대면시간이 길어지므로 인하여 인터넷을 활용하여 의식주를 해결하는 시대로 가속화되고 있으므로 인하여 인터넷 연결망이 또 하나의 세계로 연결하는 통로가 되었다. COVID-19상황에서 심리적 및 사회적 요인이 식생활 변화에 미친 영향[19]에서 COVID-19라는 대유행병에 대한 우려가 실제로 국민 소비패턴의 변화를 가져오고 COVID-19 이후 뉴 노멀 시대에는 새로운 소비문화가 정착될 수 있음을 보여주고 있다. COVID-19로 인하여 인간관계가 재정리되고 기존의 인간관계가 대면에서 비대면으로 전환하면서 이전에 감지하지 못했던 인터넷상의 연결망이 가속화되면서 사물인터넷으로 새로운 관계와 새로운 격리의 패턴을 경험하고 있음을 확인

하였다. 자발적 격리로 인한 이동의 제한과 시간의 유연성은 지루함과 소셜미디어 정보의 영향력을 높였다[20]고 하였고, SNS이용과 같은 간접적인 사회적 접촉 또한 외로움을 감소시킬 가능성이 있음을 시사한다[21]고 하였다. 이로 인하여 COVID-19로 인해 격리되어 있어도 격리되어 있음에도 불구하고 새로운 관계형성과 인간관계가 재구축됨으로 격리 경험을 감지하지 못하는 사람이 있었고, COVID-19로 인한 격리와 인터넷 사용을 못함으로 인한 2차 적인 격리가 일어나고 있음을 확인할 수 있었다. 그 동안에 형성되어 왔던 사회적 관계망이 아무런 위로가 되지 못하고 낙인을 찍는 무리로 전락 되어 버려지는 현상을 보게 된다. 위로가 필요한 사람들에게 위로가 되지 못함으로 인해 생존을 위한 최소한의 인간관계망의 가지치기가 진행되고 있으므로 이와 관련하여 사물인터넷 격리가 일어나지 않도록 새로운 관계망 형성에 국가적인 지원책이 필요한 것으로 여겨진다.

일곱 번째 〈다양한 미래세상과 공존시대〉 COVID-19 확진자들은 격리된 상태로 끝이 나는 것이 아니라 격리가 끝난 후에 다양한 미래사회를 살아가기 위한 재충전하는 시간으로 격리시기를 활용하고 있음을 확인할 수 있었다. 기존의 격리는 부정적인 의미가 강했다면 COVID-19 확진자의 격리 범주에는 재충전의 의미를 가미한 격리가 있음을 확인하였다. 다양한 미래세상과 공존을 위한 격리가 있음을 확인하였다. 격리가 격리로 끝나는 것이 아니라 격리 뒤에는 공존이 있음을 시사하고 있었다. 기존의 격리가 무의미해질 정도로 격리시간을 유익한 충전의 시간으로 전환하여 격리로 인하여 발생하는 정서적인 스트레스를 감지하기보다는 현재 일어나고 있는 현상 그대로 받아들이고, 가상현실, 증강현실 등 다양한 미래사회에 대처하기 위해 자신의 에너지를 충전하는 시간으로 격리시기를 활용하고 있음을 확인하였다. 이는 COVID-19 생존자들의 경험[18]의 결과에서 격리 후에 타인의 시선에 대한 의식, 직장 복귀에 대한 걱정, 재감염에 대한 불안, 건강에 대한 염려인 점과 본 연구결과가 유사한 것으로 나타났다. 이전에는 타인을 믿고 만났지만 COVID-19 감염으로 타인을 쉽게 만나지 못함에도 불구하고 지속적인 인간관계를 형성하기를 원하는 이율배반적이지만 기존의 인간관계가 지속되면서도 새로이 형성된 관계망 또한 유지되기를 바라기 때문에, 타인에 대한 불신과 의심에 대한 불편감, 자신을 모두 노출하지 못하는 것에 대한 미안함이 동시에 커져만 간다. 일부 참여자들은 격리 기간 동안 건강에 대한 염려 없이 충분한 휴식을 취하며 개인만의 시간으로 활용한

것으로 나타났다[13]고 하였다. 결론적으로 인간은 인간을 믿고 신뢰하고 싶은 욕구가 강하게 작용하는 다양한 미래세상을 수용하고 COVID-19와 함께 공존하는 시대를 위한 준비가 요구된다. 대부분 COVID-19로 인하여 상처받은 자신을 스스로 위로하고 굴절된 현실과 차단된 인간관계망을 종이처럼 접혀진 세상을 다시 이전처럼 펼칠 수 있을지에 대한 의구심을 가진 채 COVID-19와 공존하기를 희망하면서 위드 COVID-19를 대비한 미래사회를 준비하고 있다.

5. 결론 및 제언

본 연구에서는 COVID-19 확진자의 격리경험이 어떠한지를 탐색하기 위해 밴매넨[9]의 해석학적 현상학적 방법을 적용하여 분석하였다. COVID-19 확진자의 격리 체험으로 도출된 주제는 ‘혹 치고 들어오는 충격에 굳어짐’, ‘생존을 위한 처절한 고립; 극야로 내던져짐’, ‘창살 같이 쏟아지는 따가운 시선’, ‘소금사막 속에서 스스로 아포형성’, ‘포근하게 감싸주는 온정의 손길’, ‘초연결망 사물인터넷 세상의 도래’, ‘다양한 미래세상과 공존시대’ 7개의 주제로 확인되었다. 확인된 격리 종류로는 확인된 격리종류는 외부환경적 격리, 사회공익성 격리, 정서적인 격리, 자기보호적인 격리, 시공간초월 격리, 초연결망 격리, 재충전 격리 등이었다. 본 연구를 통해 COVID-19 확진자의 격리체험에 대해서 알 수 있었으며, COVID-19 확진자들은 격리체험을 살펴 볼 수 있었다. 이러한 결과는 COVID-19 확진자 격리간호와 격리 관리체계를 개선하기 위한 실습 또는 교육과정 개발에 기초자료로 활용할 수 있을 것이다.

본 연구는 COVID-19 확진자 대상으로 전염병 관리의 특성상, 연구참여자의 신분이 노출되지 않도록 분석하기 위해 일반적 특성과 관련하여 신분이 드러날 수 있는 부분은, 연구참여자의 요청에 의해 분석시 고려하여 진행하였으므로 결과의 확대 해석과 개념화에는 제한점이 있다.

따라서 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, COVID-19 확진자가 경험하는 신체적, 정서적, 영적, 사회적인 경험과 관련하여 반복연구를 제안한다. 둘째, COVID-19 확진자 이외에 밀접접촉자 또는 다른 상황에 의한 격리경험에 대한 대처방안을 마련하기 위해 비교연구가 필요하다.

References

- [1] N. S. Kim, E. S. Song, E. J. Park, J. N. Jun, J. H. Byun, J. H. Moon, E. S. Song, A Comparative Analysis of the Impact of European National Health Systems on COVID-19 Response, Research report(Occasional), Korea institute for health and social affairs, Korea, pp.177-184. 2017.
- [2] U. S. Department of Health & Human Services, Centers for Disease Control and Prevention. About COVID-19, Transmission [Internet]. CDC Your Health [cited 2021 July 14], Available From: <https://korean.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/how-covid-spreads.html> (accessed Aug. 01, 2021).
- [3] Central Quarantine Countermeasure Headquarters. Coronavirus Infectious Disease-19 Response Guidelines Ed. 10-1 [Internet]. Central Quarantine Countermeasure Headquarters and Central Accident Management Headquarters [cited 2021 Aug. 30]. Available From: http://www.kdca.go.kr/board/board.es?mid=a20507020000&bid=0019&act=view&list_no=716695 (accessed Sep. 30. 2021).
- [4] J. R. Yoo, S. T. Heo, "Clinical characteristics of Coronavirus Infectious Disease-19", *The Journal of Medicine and Life Science*, Vol.17, No.2, pp.33-40. 2020. DOI: <https://doi.org/10.22730/jmls.2020.17.2.33>
- [5] Center for Disease Control. Standard Prevention Guidelines for Healthcare-Related Infections [Internet]. Center for Disease Control. 2017 [cited 2017 July 28], Available From: http://kdca.go.kr/board/board.es?mid=a20507020000&bid=0019&act=view&list_no=138061 (accessed Aug. 30. 2021)
- [6] H. Jeong, H. Y. Yim, Y. J. Song, M. Ki, J. A. Min, J. Cho, J. H. Chae, "Mental health status of people isolated due to Middle East Respiratory Syndrome", *Epidemiology and Health*. Vol.38, pp.1-7, 2016. DOI: <https://dx.doi.org/10.4178/epih.e2016048>
- [7] S. B. Kim, *Experiences of COVID-19 Survivors : A Focus on Psychological Difficulties*, Master's thesis, Counseling Psychology of Hanyang University, Seoul, Korea, pp.55-58, 2020.
- [8] Y. T. Yang, Y. Li, W. Zhang, L. Zhang, Q. Cheung, C. H. Ng, "Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed", *The Lancet Psychiatry*, Vol.7, No.3, pp.228-229, 2020. DOI:[https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30046-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30046-8)
- [9] van Manen, Researching Lived experience: Human science for an action sensitive pedagogy, p.255, Sunny Press, pp.255, 1990.
- [10] K. R. Shin, M. O. Jo, J. H. Yang, Qualitative Research Methodology, p345, Ewha Womans University Press.

pp.345, 2004.

- [11] J. H. Yang & K. R. Shin, "An analysis on phenomenological research in journal of the Korean academy of nursing(1998-2002) and desirable writing", *Qualitative Research*, Vol.4, No.2, pp.87-99, 2003.
http://www.qualitative.or.kr/sub3/3_4_v.php?year=2003&issue=2&volume=4&spage=87
- [12] van Manen, "Phenomenology of Practice". *Phenomenology & Practice*, Vol.1, No.1, pp.11-30, 2007.
<https://journals.library.ualberta.ca/pandpr/index.php/pandpr/article/view/19803/15314>
- [13] Y. J. Lim, *A Study on the COVID-19 Self-Quarantine Experience of People in Their 20s*, Graduate School of Christian Studies, Baekseok University, Cheonan, pp.40-80, 2021.
- [14] S. H. Jeon, "Public Health and Constitutional Rights in times of the Covid-19 Pandemic", *Korean Public Law Association*, Vol.49, No.2, pp.341-379, 2020.
DOI: <http://doi.org/10.38176/PublicLaw.2020.12.49.2.341>
- [15] K. Cheul, "How Should Messages be Communicated in Covid 19 Pandemic? - Let's Us the Expressions 'Self-caring during Quarantine' and 'Distancing for Preventing the Spread of Infection'!", *Korean Philosophical Association*, No.143, pp.87-109, 2020.
DOI: <http://doi.org/10.18694/KJP.2020.5.143.87>
- [16] C. G. Kwon, "Pandemic Crisis and Others", *Journal of Korean Modern Literature*, No.72, pp.163-207, 2020.
DOI: <https://doi.org/10.35419/kmlit.2020..72.006>
- [17] Y. G. Choi, "How do we Solve the 'Corona Blue'?", *Academic Network for Future Medicine and Humanities*, Vol.4, No.1, pp.75-92, 2021.
<http://www.riss.kr/link?id=A107783295>
- [18] S. B. Kim, *Experiences of COVID-19 survivors : a focus on psychological difficulties*, The Graduate School of Counseling Psychology, Hanyang University, Seoul, pp.23-50, 2021.
- [19] W. W. Jeong, *Effect of Psychological and Social Factors on Dietary Life Style Change during COVID-19 Pandemic*, The Graduate School of Education, Chung-Ang University, Seoul, pp.58-65, 2021.
- [20] Y. h. Lee, C. Park, "Impact of Voluntary Self-quarantine on Variety-seeking in COVID-19 Situation", *Korean Consumption Culture Association, Consumption culture research*, Vol.24, No.2, pp.57-73, 2021.
DOI: <http://dx.doi.org/10.17053/jcc.2021.24.2.003>
- [21] C. H. Park, J. W. Kim, S. H. Lee, "Relationship between perceived loneliness and depression mediated by SNS activity: Focused on COVID-19 self-quarantined people", *The Korean Psychological Association, Korean Psychological Association Conference Materials*, Vol.2021, No.8, pp.250-250, 2021.
<http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE10614384>

한 영 인(Young-In Han)

[정회원]



- 1998년 8월 : 고신대학교 대학원 간호학과(간호학석사)
- 2004년 8월 : 고신대학교 대학원 간호학과 (간호학박사)
- 2008년 9월 ~ 현재 : 대한심폐소생협회 BLS Faculty
- 2014년 9월 ~ 현재 : 가야대학교 간호학과 교수

<관심분야>

간호시뮬레이션실습, 간호정보학, 심폐소생술

배 경 의(Kyung-Eui Bae)

[중심회원]



- 2000년 8월 : 이화여자대학교 대학원 간호학과 (간호학석사)
- 2006년 8월 : 이화여자대학교 대학원 간호학과 (간호학박사)
- 2014년 3월 ~ 현재 : 동서대학교 간호학과 교수

<관심분야>

간호교육, 여성건강간호학, 노인간호