

## 위드코로나 시대의 재생력 체험

배경의<sup>1</sup>, 한영인<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>동서대학교 간호학과, <sup>2</sup>가야대학교 간호학과

### Experience the Human Regenerative Energy of the Living with COVID-19

Kyung-Eui Bae<sup>1</sup>, Young-In Han<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Division of Nursing, Dongseo University

<sup>2</sup>Division of Nursing, Kaya University

**요약** 본 연구의 목적은 위드코로나 시대의 재생력 체험의 본질적 의미를 파악하는 것이다. 위드코로나 시대의 재생력 체험의 본질적 의미를 파악하기 위해 현상학을 적용하여 분석한 질적연구이다. 연구대상자는 코로나 감염자 가족으로부터 소개를 받은 연구참여자를 통해 눈덩이 표집 방식으로 12명의 참여자들로 부터 자료를 수집하였다. 자료수집은 자료가 포화 될 때까지 반복해서 진행되었다. 연구결과에서는 위드코로나 시대의 재생력 체험이 9개의 주제로 확인되었다. 도출된 주제는 '조여들어오는 외압을 버티는 힘', '폭발적인 내압을 견디는 힘', '위협적으로 증폭하는 감염 세포', '불완전한 변형 조직 세포', 근간이 무너진 조직 속에서도 한줄기 세포', '스스로 대응하는 자가방어 면역력 구축', '환경변화에 알맞게 맞추는 능력(적응력)', '스스로 살아가는 생존하는 능력(자생력)', '외부로부터 내부환경 균형 유지(항상성)' 9개의 주제로 확인되었다. 본 연구의 이러한 결과는 위드코로나 시대의 재생력 증진과 자기 계발에 기초자료로 활용할 수 있을 것이다.

**Abstract** The purpose of this study was to grasp the essential meaning of regenerative power experienced after living with COVID-19. In this qualitative study, phenomenology was used to understand the essential meaning of the regenerative energy produced by living with COVID-19. The data of 12 subjects introduced by a member of a family with a COVID-19 infected individual were collected using a snowball sampling method and analyzed. Data collection was carried out repeatedly to saturation. Experience of regenerative energy after living with COVID-19 was identified using 9 themes, namely, 'the ability to withstand increasing external pressure', 'the ability to withstand potentially explosive internal pressure', 'the ability to generate immunity', 'the ability to adapt to environmental changes (adaptability)', 'the ability to survive on one's own (autogenousness)', 'the ability to maintain homeostasis', and the abilities to cope with the threats posed by 'remaining infected cells', 'incompletely modified tissue cells', and 'stem cells in damaged tissues', These results of this study provide basic data for self-reliance promotion and self-development of those living with COVID-19.

**Keywords** : Living, Experience, COVID-19, Phenomenology, Regenerative-Energy

---

\*Corresponding Author : Young-In Han(Kaya Univ.)

email: star@mhu.ac.kr, hyihi@hanmail.net

Received October 4, 2023

Revised November 2, 2023

Accepted November 3, 2023

Published November 30, 2023

## 1. 서론

### 1.1 연구 필요성

2019년 말부터 발생하여 전 세계 인류의 생존을 위협해 온 코로나19가 소강상태로 들어서면서 바이러스와의 전쟁에서 생존한 인류는 승리할 수 없는 전쟁에서 그들과 공존하는 미래를 위해 각자 나름 스스로 방안을 모색해가고 있다[1]. 이것은 인류가 코로나19가 박멸되어 이 전쟁이 종식되기를 바라지만, 한계를 깨닫고 코로나19와 더불어 살아가는 다양한 생존전략을 키우는 방안을 고민하고 있음을 의미한다.

코로나19 유행의 전개 과정은 다음과 같다. 최초 코로나바이러스 감염증-19(코로나19)이 2019년 12월에 폐렴 환자에서 확진된 이후, 국내에서는 2020년 1월 20일에 첫 확진자가 보고되었고, 그 후 2023년 1월 1일 0시 까지 전국에서 총 29,058,860명의 코로나19 누적 확진자가 발생하였으며[2], 예방접종의 확산과 전파력과 사망률의 감소화로 한국 정부는 2021년 11월 단계적 일상 회복(일명 워드코로나 시대, With COVID-19)를 발표하게 되었다[3]. 코로나19가 사라지지 않고 앞으로도 한동안 계속 인류의 곁에 머물 것이며, 백신만으로 100% 바이러스 감염을 충분히 예방할 수 없다는 사실을 알게 되면서 인간은 여러 가지 조치와 생활 접근 방식을 바꾸어 장기적으로 안전하게 '바이러스와 함께 생활하기' 즉 워드코로나 시대에 적응할 기회를 가지게 되었다[4]. 그러나 변이 바이러스인 오미كرون 확산으로 인해 우리나라에서는 바이러스와의 공존을 위해 단계적 일상 회복 추가 개편사항에 대한 적용을 22년 4월까지 잠정 중단 시기를 거치게 되었고, 22년 9월에 비로소 실외 마스크 착용 자율로 조정안이 발표되고, 이듬해인 23년 2월이 되어서야 실내 마스크 착용도 완화된 절차를 거쳤다[2,3]. 2020년 2월부터 2023년 1월까지 코로나19는 4차례의 대유행과 예방접종 이후 오미كرون 변이 발생으로 인한 집단 감염 재유행을 거치면서 예상할 수 없는 상황의 전개가 유행과 소강을 반복하는 가운데 코로나19는 우리의 삶을 지배하게 되었다.

전 세계 인류의 생존을 위협했던 바이러스와의 전쟁에서 인간은 승리할 수 없음 깨닫고 생존을 위해 차선책으로 공존을 선택하게 되었고[1], 공존의 전략으로 코로나19와 관련된 정책과 규제, 관련 법안, 사회적 거리두기 등으로 각각의 분야에서 이에 대응하기 위해 최선의 대응책을 마련하는 노력을 계속해 왔다.

한때는 인류의 생존을 위협하고 판데믹으로 인한 이등

의 자유를 억압했던 코로나19 시대를 살아내면서 감염의 확산과 무관하게 비대면 생활에 어쩔 수 없이 적응해야 했고, 인터넷과 발달 된 인공지능의 세계를 학습하고 그 상황에 스스로를 맞춰가는 일상으로 합류해 버렸다[5]. 이렇게 어쩔 수 없이 경험하게 된 단절된 환경 속에서 스스로를 격리하다가 비대면 활동을 시작하고, 감염과 죽음이라는 절망 속에서도 희망을 찾아, 기아급수적으로 발달 되어가는 개인화된 문명의 이기에 어떻게 해서라도 적응시켜 다시 삶을 유지해 내는 인류의 복원력과 회복력을 보고[6,7], 오히려 비대면 교육과 경제활동을 위한 기계들을 폭발적으로 만들어 내어 문명을 발전시켜 다시 서서히 개방된 환경과 조우하게 되었을 때는 더 성숙되고 건강하고 성숙되어지는 일련의 과정을 경험하게 되었다. 이에 연구자는 코로나19 바이러스와의 공존을 선택한 인류가 워드코로나 시대를 맞아 과연 어떤 체험을 통해 다시 살아가고 있는지에 대한 의문이 증폭하는 가운데, 과연 우리는 성공적으로 판데믹 상황을 끝내고 생존할 수 있었는지, 그렇다면 인간의 어떤 능력이 그러한 변화에서도 삶을 이어 갈 수 있게 했는가에 대한 분석이 필요한 시점이라고 판단되었다.

재생은 생물학적으로 새로 만들어지고 복원되고 성장하는 과정을 의미하며, 재생 과정을 통해 유전체, 세포, 개체, 생태계는 자연의 변화나 손상과 교란을 일으키는 사건들에 잘 견딜 수 있게 된다[8]. 재생(再生)은 '거의 죽게 되었다가 되살아 남', '상실된 생물체의 일부가 다시 자라나는 현상'으로 정의되고 있다[9]. 세포 단위의 생명체부터 인간까지 모든 종의 생명체는 재생하는 능력이 있다[10]. 이러한 인간이 가진 능력으로 코로나19 시대를 살아내고 워드코로나 시대를 만들어 내기까지 인간이 원래의 상태로 되살아 내는 힘과 다시 그 상황을 극복해 내어 새로운 상태를 만들어 내는 과정을 재생력으로 볼 수 있다.

형태 발생적 과정을 의미하는 생물학적 재생의 개념을 본 연구자들은 코로나19를 이겨내고 이를 발판으로 새로운 세계를 만들고 있는[7] 총체적 의미의 인간에게 적용한 개념으로 확장된 개념으로 인간에게 신체적, 정신적, 사회적 손상과 교란을 일으킨 코로나19와 함께 살아가게 된 현재의 인류가 어떤 근원적 에너지를 체험함으로써 다시 삶을 살아가고 있는지 그 재생해 내는 힘의 본질을 찾고자 하였다.

인간이 코로나19 시대 속에서 살아 있는 경험을 현상학적인 방법론을 적용한 질적분석을 통해, 사회적으로 단절된 인간이 코로나19 시대에 살아 남은 전략과 서서

히 개방되고 있는 위드코로나 시대를 어떻게 살아내고 있는지 재생력의 근원을 파악하여, 미래의 삶에서 성공적인 대처방안은 무엇인지 밝혀내고자 본 연구를 시도하였다.

### 1.2 연구목적

본 연구의 목적은 위드코로나 시대의 재생력 체험을 해석학적 현상학 연구를 통해 본질적 의미를 파악하는 것이다. B시 지역주민 대상으로 재생력에 대해서 어떠한 체험을 하는지, 그러한 재생력 체험이 무엇인지 탐색해 보고자 하였다. 본 연구의 현상학적 질문은 “위드코로나 시대의 재생력 체험은 무엇이며, 그들에게 주는 의미와 본질은 무엇인가”이다.

## 2. 연구방법

### 2.1 연구설계

본 연구는 B시 지역주민 대상으로 재생력 체험의 의미와 본질을 심층적으로 이해하고, 기술하기 위해 van Manen(1990)의 해석학적 현상학 연구방법[11]을 적용하여 위드코로나시대의 재생력 체험의 의미와 본질을 이해하고 분석한 질적연구이다.

### 2.2 연구참여자 선정

연구참여자 선정은 질적연구에서 적절성과 충분함이라는 두 가지 원리를 근거로 한다. 본 연구에서도 연구참여자의 적절성과 충분함이라는 두 가지 원리로 연구참여자를 선정하였다. 본 연구에서 참여자의 선정기준은 위드코로나 시대의 재생력 체험의 의미와 본질을 알기 위해서 코로나에 감염되지 않은 사람과 증상이 경미하여 재택 자가격리 한 사람은 포함시켰으나, 입원 및 시설 격리자는 제외하였다. 적절성으로는 연구에 대해 가장 좋은 정보를 제공해 줄 참여자를 알아내고 선택하는 것이며, 충분성으로는 연구대상이 되는 현상들을 충분히 풍부하게 설명할 수 있도록 자료가 포화상태에 달하도록 수집해야 한다는 것이다[11]. 본 연구참여자는 B시 지역주민 대상으로 눈덩이 표집 방식을 통하여 참여자로부터 소개받아 연구참여자를 모집하고, 연구참여자 선정 요건에 부합한 지 확인한 후 부합한 자료, 심층 면담을 시행하였으며 자료가 포화상태가 된 시점이 참여자 수의 마지막 결정 시점이었다. 연구참여자는 최종적으로 총 8

명을 선정되었다. 본 연구를 시작하기 전에 연구참여자들에게 본 연구의 취지와 목적, 연구진행절차, 자료수집 방법 등을 충분히 설명하였으며, 연구 목적을 이해하고 자발적으로 연구 참여의사와 참여동의서를 작성한 대상자에 한해서 선정하였다. 참여자의 평균연령은 39.08세, 코로나 감염여부로 감염 5명, 비감염 7명 중에 1명은 밀접접촉자이었다(Table 1).

Table 1. General characteristics of study participants

Participant	Gender	Age	Religion	Occupation	Infection status
1	Male	41	None	Office worker	Not-infected (Close contact with an infected person)
2	Female	48	None	Teacher	Not-infected
3	Female	49	None	Travel agency	Not-infected
4	Female	49	None	Instructor	Not-infected
5	Female	25	None	Nurse	Not-infected
6	Female	22	None	Nurse	Infected
7	Female	55	Christian	Instructor	Not-infected
8	Female	39	Buddhist	Housemaker	Infected
9	Female	29	None	Employee	Infected
10	Female	23	None	Student	Not-infected
11	Male	26	None	Student	Infected
12	Male	63	Christian	Employee	Infected

### 2.3 자료수집

자료수집은 2022년 05월 01일부터 05월 31일까지 반구조화 설문지와 심층면담을 통해 자료가 포화 될 때까지 자료를 수집하였다. ‘데이터’를 수집하면서 다른 사람들의 경험을 이해할 때 우리는 우리 자신을 ‘형성하거나’ 풍부해질 수 있다[12]. 1차 전화 면담한 후 심층면담을 통하여 진행하였으며, 연구면담 장소와 시간은 참여자가 원하는 시간과 장소에서 이루어졌으며, 참여자의 편의를 고려하여 대면이 어려운 경우에는 비대면으로 전화상담을 하였고, 참여자의 집이나 대학연구실에서 진행하였다.

자료수집은 연구 질문, 포화되는 정도에 따라 4명에서 10명 내외로 면담자를 구성한다[13]. 본 연구에서는 자료가 포화될 때까지 12명의 참여자와 심층면담을 2~3차례 걸쳐 일대일 면담한 결과 개념이 포화되었다. 면담은 반구조화된 면담질문을 통해 진행하였다. “위드코로나 시대에 어떤 경험을 하였습니다니까?” “위드코로나 시대에 하고 싶은 경험은 무엇입니까?”, “그 경험들에 대한 본인

의 느낌이나 생각은 어떠합니까?”와 같은 질문이 사용되었다. 면담시간은 60분에서 120분, 평균 90분 정도 소요되었다.

연구자 2명은 일대일 면담을 시행하였으며, 면담 시 연구참여자의 표정과 제스처 등의 비언어적 표현이나 연구자의 느낌과 생각을 현장 일지에 상세히 기술하였으며, 면담내용은 2명의 연구자가 직접 필사하였다.

## 2.4 연구참여자에 대한 윤리적 고려

본 연구에서는 연구참여자를 윤리적 측면과 보호하기 위하여 연구자는 연구참여자에게 연구목적, 면담방법 및 녹음과정을 설명한 후 동의를 구하였으며, 자발적인 참여 의사가 있는 자를 선발하였다. 연구참여자의 개인정보가 유추될 수 있는 내용은 제외하였으며, 연구 도중에도 참여를 거절할 수 있음을 밝혔다. 연구참여자를 구분해 낼 수 있는 개인정보는 공개하지 않았으며, 연구자에 의해서만 다뤄졌고, 본질적 주제의 분석을 위해 연구자들과 논의할 때는 포함하지 않았다.

면담 전 위드코로나 시대의 재생력 체험에 대해 수집된 자료는 연구 이외의 목적으로 사용하지 않으며, 참여자의 익명성과 비밀보장에 대해 명확히 설명하였다. 연구가 진행되는 동안에 수집된 자료는 이중 잠금장치가 된 장소에 별도로 보관되는 것과 연구 종료 후에는 녹음 파일과 수집된 자료는 폐기하는 것을 알려주었고, 연구 참여자에게 연구 참여를 통해 연구결과에 기여하는 점과 면담 소요시간, 방법에 관해 설명하였다. 연구 참여를 원하지 않으면 언제라도 연구 참여 중간에 거절할 수 있음을 확인시켜주고, 연구 참여동의서를 서면으로 자발적으로 작성한 후 연구를 진행하였다. 필요한 경우 면담 시행시 다과를 제공하였고, 면담을 마친 후 소정의 선물을 증정하였다.

## 2.5 자료분석방법

본 연구의 자료분석방법은 ‘벤 매넨(van Manen)[11]’의 해석학적 현상학적 방법론이다.

현상학적 해석학적 연구는 질적연구방법 중에서 자신이 체험한 것에서 의미를 도출해내고 분석해서 의미와 본질을 밝히는 것을 목적으로 하며, 현상학은 경험의 본질을 이끌어내는 서술적, 반성적, 해석적 및 개인적 연구 방법이다. 경험은 사물, 진리, 또는 가치가 형성되는 순간, 세계에 존재하는 인간 실체에 대한 개인의 지각이다 [14]. 이는 위드코로나 시대의 재생력 체험이 어떠한지 잘 나타낼 수 있는 방법과 통한다고 보았다. 따라서 본

연구자는 벤 매넨의 해석학적 현상학 연구방법이 이들의 주관적이고 개별적인 체험을 심층적으로 설명하기 위해서 적절한 방법으로 보았다. 벤 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 위드코로나 시대의 재생력에 대한 일반적인 경험에 대한 탐색적 연구로서 12명의 질적 자료를 분석을 통해 결과를 도출하였다. 벤 매넨은 크게 네 단계로 분류하여 연구 방법을 제시한다[11].

첫 번째 단계는 체험의 본질에 집중하는 과정단계이고, 연구자의 관심을 강하게 끄는 것이 무엇인지에 주목하고, 현상의 의미를 파악할 때까지 끊임없이 스스로에게 물음을 던지고 꾸준히 연구현상에 관심을 쏟는 것이다.

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[11]. 본 연구자는 ‘위드코로나 시대의 재생력 체험은 무엇이며, 그 경험이 그들에게 주는 의미와 본질은 무엇인가’로 현상학적 질문을 하였다.

두 번째는 실존 탐구의 단계이고, 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 반성 단계이고, 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 단계이고, 해석학적 현상학적 글쓰기는 내재 된 것을 밖으로 끌어내어 언어를 통해 중이에 옮겨 고정하는 것으로, 연구참여자의 의미를 밝히는 것이다. 해석학적 현상학적 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[14].

현상학적 연구에서 연구자는 자료에서 주제적 측면을 밝히고 주제 진술을 도출하는 주제 분석과정을 거쳐, 주제분석과 수집된 자료를 반복하여 읽고 반성함으로써 연구 현상을 이해하는 데 기본이 되는 주제를 결정한다 [12]. 본 연구에서는 면담내용을 여러 번 읽은 후 비슷한

내용별로 분류하고 주제를 정하고, 참여자들이 진솔한 경험 중에서 공통적이거나 자주 언급되는 부분들을 찾아내고, 그들이 말하고자 하는 경험의 주제를 횡간 접근법을 사용하여 범주화하는 단계를 통해 도출하는 과정을 거쳤다.

수집된 자료를 통해 연구결과를 도출해내는 과정에서 질적 연구 자료의 타당성 문제를 도출과정 중 지속적으로 관리할 필요가 있다. 본 연구에서는 도출된 자료에 대한 대표성 점검, 연구자가 사례에 미치는 영향 점검, 자료의 출처와 방법에 대한 트라이앵글레이션, 근거의 가중치 부여 등의 측면에서 여러가지 측면의 자질 확보과정을 통해 결과의 완성도 수준은 일관성, 신빙성, 엄격성, 진실성, 공명성을 검토할 수 있는데[15] 연구자는 결과 도출과정에서 다음과 같은 모니터링을 실시하였다.

도출된 주제의 대표성 점검을 위해 위드코로나 시대의 체험한 참여자를 다양하게, 사건과 활동을 영역을 다양한 측면에서 수집할 수 있도록 사례 수를 증가시키고, 의도적으로 반대사례를 검토하고, 누락된 집단이 없는지 확인하는 등의 과정을 거쳤다. 연구자의 영향에 대해 연구자는 참여자들의 현장에 충분히 머물며 현장이 연구자에게 미치는 영향에 대해서는 현장 밖에서 시간을 보내는 등 동화되지 않도록 분석 전에 연구자를 현장에서 스스로 분리시켰다. 트라이앵글레이션은 연구자를 초점으로 분석의 진실성을 강화시켜 주는데, 이를 위해 연구자 2인은 자료분석을 위해 자료가 보강될 때 마다 의견 수렴과 분석의 검토과정을 거쳤으며 최종연구 결과 주제까지 총 5차례의 주제 검토와 수정과정을 거쳤다. 자료의 가중치 부여 작업은 연구참여에 적극적이고, 표현력과 언변이 좋고, 사건과 과정에 대해 이야기하기를 즐기는 일부 참여자의 자료에 가중치를 부여하여 분석하였고, 발견된 주제와 범주에 대해 참여자와 공유하고 대화하며 참여자에게 반성적 고찰을 할 수 있도록 분석과 도출과정을 공유하여 그들의 반응을 최종 자료분석에 포함하는 절차를 거쳐 도출된 연구결과와 일관성과 신빙성, 진정성, 공명성을 검토하였다.

### 3. 연구결과

#### 3.1 위드코로나 시대의 재생력 체험에 관한 해석학적 현상학적 반성

위드코로나 시대의 재생력 체험에 관한 현상학적 반성

은 어떤 것의 본질적인 의미를 파악하려는 시도이며 어떠한 현상의 본질을 통찰하기 위해서는 체험의 의미 구조를 반성적으로 수용하고 명확하게 만드는 과정이 요구된다[14]. 연구자는 자료에서 주제적 측면을 밝히고 주제 진술을 도출하는 주제 분석 과정을 거치며, 주제 분석과 수집된 자료를 반복하여 읽고 반성함으로써 연구 현상을 이해하는 데 기본이 되는 주제를 결정한다[11] 본 연구에서는 2명의 연구자가 면담내용을 여러 번 읽은 후 비슷한 내용별로 분류하고 주제를 정하고, 참여자들이 진솔한 경험 중에서 공통적이거나 자주 언급되는 부분들을 찾아내고, 그들이 말하고자 하는 경험의 주제를 횡간 접근법을 사용하여 범주화하는 단계를 통해 거쳤다.

본 연구에서 위드코로나 시대의 재생력 체험은 Table 2에서 보는 바와 같이 9개의 주제가 확인됨으로써 9개의 본질적 주제와 격리 종류가 도출하여, 근본적 실존제 3개로 구분되었다. 도출된 본질적 주제 9개는 ‘조여 들어오는 외압을 버티는 힘’, ‘폭발적인 내압을 견디는 힘’, ‘위협적으로 확산하는 감염 세포’, ‘불완전한 변형 조직 세포 근간이 무너진 조직 속에 한줄기 세포’, ‘스스로 대응하는 자가방어 면역력 구축’, ‘환경변화에 알맞게 맞추는 능력(적응력)’, ‘스스로 살아가는 생존하는 능력(자생력)’, ‘외부로부터 내부환경 균형 유지(항상성)’ 등이었다. 위드코로나 시대의 재생력 증진을 위해 노력하고 있었다.

##### 3.1.1 조여 들어오는 외압을 버티는 힘

위드코로나 시대의 재생력 체험으로 암사 직전의 생존력 <조여 들어오는 외압을 버티는 힘>과 같이 외부로부터 조여 들어오는 외압으로부터 죽지 않고 살아남기 위해 대응하여 버티는 힘으로 직장에서 강요받고, 다수를 위해 소수의 희생을 강요와 따가운 주변인들의 시선, 수업 방법도 정해 주고, 죽지 않고 끝까지 살아남기 위해 마스크 필수 착용, 가게 영업 단축, 거리두기 시행하면서 예전의 인간관계가 차단되고, 사회적 거리 두기라는 명분으로 이동 제한과 사회적 거리두기로 인해 친구들과 가족과 만남이 자유롭지 못하고, 다시 코로나 이전 세계는 다시 돌아오지 않는다. 상실한 예전 세상을 그리워하면서 스스로 다 잡아서 헤쳐 나아 가야만 한다는 생각으로 죽지 않으려 힘을 다해 살아갈 것이라고 하였다.

위드코로나 시대의 재생력 경험으로는 외부압력에 대한 자신의 경계 안에서 밖으로 죽지 않기 위해 힘을 다해서 밀어내는 외압에 버티는 생존력으로 볼 수 있었다.

직장에서 밀접접촉자로 분류되어 자가격리를 강요, 수업방식(대면, 비대면, 실시간 온라인, 녹화 등)을 학교에서 정해 줄 때, 이동 제한과 사회적 거리두기로 인해 친구들과 만남이 줄었고 명절도 가족들을 만나지 못하게 된 것 같다(참여자 1, 7, 11)

다수를 위한 소수의 희생이 강요된 정부의 정책, 기침하면 바이러스 자체인 것 같은 따가운 주변인들의 시선, 조여 들어오는 외부압력에 압사당할 것 같다. 코로나 백신 접종, 예방접종(1차, 2차, 3차), 죽지 않고 끝까지 살아남기 위해 마스크 필수 착용, 가게 영업 단축, 거리두기 시행하면서 죽을 힘을 다해 살아갈 것이다(참여자 3, 4, 5, 6, 8)

코로나 시기 초반에는 중국에서 출현한 영상(피를 토하는 사람, 시체) 등을 보고 무서웠고 우리나라에 감염자가 점점 발생하는 모습을 보고 두려운 감정을 느꼈다. 잘못된 정보가 퍼지고 문자로 코로나 환자가 다녀간 장소들이 나열되는 모습을 보고 불안감이 증가했다. 실제로 환자가 다녀간 곳이 내가 간 곳과 겹쳐서 방 안에서 격리된 채 두려움에 떨었던 적이 있다(참여자 10).

다양한 정보가 퍼져나가면서 거짓 정보나 혼란스러운 정보에 대한 외압이 증가했고 정부의 대응 방식이나 규제 조치의 불확실성으로 인해 사람들의 불안을 증가시킨 것 같다. 사회적 거리두기로 인간관계 단절되었다(참여자 11, 12)

### 3.1.2 폭발적인 내압을 견디는 힘

위드코로나 시대의 재생력 체험으로 압사 직전의 생존력 <폭발적인 내압을 견디는 힘>과 같이 농축되어 튀어나오는 내압으로부터 스스로 자신을 다스리기 위해 견디는 힘으로 스스로 외출자제 및 식당 이용의 제한, 외출자제, 모임 자제, 코로나로 인한 제한된 외출로 인한 스트레스 가족을 보호해야겠다는 스트레스로 폭발할 것 같지만 참고, 견뎌야 하고, 코로나 19 바이러스에 감염되면 안 된다는 스스로 압박감과 성생활과 외출을 자제하고 답답함을 느끼기도 하지만 타인과 조직에 피해를 줄 수 있으므로 명절이나 친구들과 생일에 주변 지인들을 만나지 못해서 아쉬운 감정이 컸었지만 참아야 하고, 사회적 거리두기로 인간관계 단절되어도 견뎌야 하고 스스로 다잡아서 헤쳐 나아가야만 한다고 생각했다고 하였다.

위드코로나 시대의 재생력 경험으로는 내부압력에 대한 자신의 경계 안에서 죽을 힘을 다해서 보호막을 휘감싸는 내압에 견디는 힘으로 생존력으로 볼 수 있다.

스스로 외출자제, 대중식당 이용의 제한, 외출자제, 모임 자제, 코로나로 인한 제한된 외출로 인한 스트레스 가족을 보호해야겠다는 스트레스로 폭발할 것 같지만 참고, 견뎌야만 했어요(참여자 4, 6, 8)

코로나19 바이러스에 감염되면 안 된다는 스스로 압박감이 있었고, 대면 수업을 못 하는 경우 학생들이나 학교에 피해를 줄 수 있으므로 참아야만 했다(참여자 7)

다시 일상생활을 되찾을 수 있을까? 라는 의문이 생겼고 밖을 못 나가서 답답함을 느끼기도 했다. 이제 다시 돌아갈 수 없고, 예전 시절이 그립다. 명절이나 친구들과 생일에 주변 지인들을 만나지 못해서 아쉬운 감정이 컸었고 참아야 하고, 손 위생과 마스크에 대한 중요성을 깨달을 수 있었다(참여자 10)

다시 코로나 이전 세계는 다시 돌아오지 않는다고 스스로 다 잡아서 헤쳐 나아가야겠다. 선택의 여지도 없이 새로운 일상생활을 견뎌 내야 하고, 사회적 거리두기로 인간관계 단절되어도 견뎌야 한다(참여자 12)

### 3.1.3 위협적으로 증폭하는 감염세포

위드코로나 시대의 재생력 체험으로 즐기세포와 같은 복원력으로 갈망 <위협적으로 증폭하는 감염 세포>과 같이 확진자들이 증폭될수록 확산되는 음모론과 유언비어 추측성 발언들이 퍼지면서 안전한 상황에서도 위협을 받고 불신이 확산되고, 늘어나는 확진자 숫자에 나도 모르게 걱정하고 있음을 깨닫게 되고, 빠른 확산에 두려움과 무서움을 느끼게 되었으며, 빨리 새로운 백신이 나오기를 바랐고, 백신개발과 조력하는 사람과 백신에 대한 불신이 확산되고, 코로나 확산 전에 백신 접종에 대한 두려움과 심리적 과민 반응과 심리적인 위협이 있었고, 코로나 확진자는 사람 간에 쉽게 전파되기 때문에 전 세계적으로 매우 빠르게 확산되었고 인구 밀집 지역에서의 감염이 빠르게 확산되면서 많은 국가에서 대규모 감염 발생되었다. 원하지 않는 코로나가 확산되는 것이 우려되고, 확산을 막기 위해 언택트 문화, 손씻기, 등 모두가 노력해야만 하고, 내가 먼저 확산을 막기 위해 조심하겠다고 하였다.

위드코로나 시대의 재생력 경험으로는 막을 수 없는 속도로 생산되는 감염재생산지수와 감염을 제어하고자 백신 개발에 노력하는 사람과 개발된 백신에 대한 불신이 확산되고, 제어되지 않고 증가하는 확진자의 증폭이라고 하였다.

환자들이 증폭될수록 안전한 새로운 백신이 나오기를 기대하였고, 유튜브 등에서 확산되는 음모론, 순식간에 무엇보다 가장 큰 확산은 코로나 백신 접종에 대한 두려움과 심리적 과민 반응 등 유언비어의 발생이다. 유언비어나 추측성 발언들이 퍼지면서 안전한 상황에서도 심리적 위협을 받고 백신에 대한 불신의 확산이 가장 컸던 것 같다.(참여자 3, 9)

질병관리본부에서 발표하는 감염재생산지수와 늘어나는 코로나 확진자의 숫자에 나도 모르게 걱정하고 있음을 깨달았다. 백신개발과 백신에 대한 불신이 확산되고, 빨리 새로운 백신이 나오기를 바랐고, 백신접종을 격려하지만, 개인의 선택에 의해 시행되었던 접종이지만 접종 후 이상반응으로 신고된 건수는 엄청났고, 이상반응의 종류는 대개 경미하거나 심리적요소가 컸다. 다른 나라에만 감염 환자가 생겼을 때는 우리나라엔 감염 환자가 없을 것이라는 생각을 가졌었다. 그러나 1명에서 2명, 2명에서 5명으로 점점 확산되는 감염자 수에 놀랐으며, 대규모 감염 사태를 보고 빠른 확산에 대한 두려움을 느꼈다. 주변 지인들이 걱정되기 시작했고 내 주변까지 다가온 것 같아서 무서웠다.(참여자 4, 9, 10)

확산을 차단시키기 위해 노력했지만 코로나바이러스에 확진되었다. 실습하는 병원에서 코로나와 비슷한 증상이 있는 환자에게 바이탈을 재다가 코로나에 감염되어 코로나 환자로 확진되었다. 코로나에 감염된 타인으로부터 비말로 인한 코로나바이러스감염, 코로나는 사람간에 쉽게 전파되기 때문에 전 세계적으로 매우 빠르게 확산되었고 인구 밀집 지역에서의 감염이 빠르게 확산되면서 많은 국가에서 대규모 감염 발생했다(참여자 5, 6, 8)

원하지 않는 코로나 확산과 감염 재생산지수가 우려되고, 확산을 막기 위해 언택트 문화, 손 씻기 등 모두가 노력했고, 막기 위해 노력했다. 내가 먼저 나서서 조심해도 코로나에 감염되었다(참여자 7, 12).

### 3.1.4 불완전한 변형 조직 세포

위드코로나 시대의 재생력 체험으로 줄기세포와 같은 복원으로의 갈망 <불완전한 변형 조직 세포>과 같이 근무 형태의 변화로 인한 재택근무 활성화되었고, 비대면 음악회와 비대면 수업으로 변경됨으로 혼란스럽고 온라인 학습과 같이 수업의 형태가 변경되었고 그로 인하여 문제점들이 발견되었다. 전파될수록 변이 바이러스, 오미크론 등 변형된 바이러스가 출현하였다. 심하면 사고의 문제를 발생시킬 수 있는 우리의 일상의 형태가 변형

되었고, 의료기관 이용이 어렵고 복잡해졌으며, 건물 출입 시 체온측정과 마스크 착용 등 여러 단계 과정을 거쳐야 하는 어려운 형태로 변형되었다. 일상생활이 예전 같지 않고, 사람과 사람 간에 기계적이고 인간적이지 못하고 삭막해진 것 같다고 하였다. 코로나로 인하여 근무와 수업, 음악회 일상생활과 의료기관이용 등 예전 같지 않은 일상생활을 경험하였고 하였다.

위드코로나 시대의 재생력 경험으로는 예전 같지 않은 일상생활 형태가 변형되는 것을 경험하였다.

근무 형태의 변화로 인한 재택근무 활성화되었고, 참여한 음악회(콘서트)의 변형이라기보다는 비대면 음악회의 평균화되었다. 대학교 입학이 지연되었고 모든 수업이 비대면으로 변경됨에 따라 혼란스러운 감정이 들었다. 시험이나 과제 또한 온라인으로 대체되면서 어려움을 겪을 수 있었다. 또한, 초반에는 온라인 시스템이 잘 구축되어 있지 않아서 원활하게 수업을 들을 수 없어서 아쉬움이 컸었다. 온라인 학습과 같이 수업의 형태가 변경되었고 그로 인해 초기에 여러 문제점이 발견되었던 것 같다(참여자 1, 4, 10, 11).

전파될수록 제2, 제3의 변형된 바이러스의 출현소식과 코로나 증상에 대해 글로 봤을 때 독감과 비슷한 줄 알았지만, 직접 겪어보니 미묘하게 다른 증상이었다. 코로나의 대표적인 증상 중 목감기는 평소 감기 증상과는 다르게 또 다른 증상의 목의 통증이었다. 코로나바이러스가 변종 바이러스이듯 앞으로 이런 변이 바이러스는 계속 코로나 외에 오미크론 등 변형된 바이러스로 출현할 것이다(참여자 3, 5, 6, 7, 8).

심하면 사고의 문제를 발생시킬 수 있는 우리의 일상의 형태가 변형되었고, 사각지대 시민들을 위한 의료봉사, 보건소 진료 또한 잠정중단됨으로 고령자, 저소득층, 섬 지역주민들은 의료기관에 방문하여 야간진료가 가능했고 의료기관 이용이 급증함에 따라 의료기관 이용이 어렵고 복잡해졌으며, 자가 약을 처방받아 복용함에도 의료기관접근 시 체온측정, 마스크 착용, 여러 단계 과정을 거쳐야 하는 어려운 형태로 변형되었다. 일상생활이 예전 같지 않고, 사람과 사람 간에 기계적이고 인간적이지 못하고 삭막해진 것 같다(참여자 9, 12)

### 3.1.5 근간이 무너진 조직속에서도 한줄기 세포

위드코로나 시대의 재생력 체험으로 줄기세포와 같은 복원으로의 갈망 <근간이 무너진 조직 속에서도 한줄기 세포> 와 같이 기존사회 소멸과 새로운 사회 생성이라고

하였다.

코로나로 기존의 일상생활이 무너지고, 지역사회 특유의 행사와 축제 등 다양한 경험과 체험 기회의 소멸함으로 가상의 공간에서 가상세계 사회적 거리 두기 시행으로 인해 많은 가게가 폐업으로 이어졌다. 대면으로 시행되는 행사나 프로그램 또한 없어지고 비대면으로 접하게 되고, 감염 초반에는 마스크가 부족하여 구매할 수 없었던 상황이 있었지만, 복잡한 의료기관 이용 절차보다 원격의료는 편리했었고, 불편한 규제들이 익숙해지고, 이제는 마스크 구매를 하지 않는다. 코로나로 인해 만들어진 방역 시설과 의료시설이 없어지고, 사회적 거리 두기는 완화되었지만, 기계식 인터넷은 남아 있다.

위드코로나 시대의 재생력 경험으로는 기존사회 소멸과 새로운 사회 생성과 같이 재생력의 형태는 순환으로 볼 수 있다.

지역사회 특유의 행사와 축제 등 다양한 경험과 체험 기회의 소멸함으로 가상의 공간에서 가상세계, 사회적 거리두기 시행으로 인해 많은 가게가 폐업으로 이어졌다. 대면으로 시행되는 행사나 프로그램 또한 없어지게 되었고 비대면으로 행사가 진행되었다. 코로나로 인해 식당 이용 시간에 제한이 생겼고 그로 인해 술집과 같이 늦은 시간 영업이 불가피한 직업군의 많이 사라졌던 것 같다. 다른 한쪽에서는 새로운 직업이 만들어지고 있다(참여자 7, 9, 10, 11).

복잡한 의료기관절차보다 원격으로 진료는 편리했고, 불편한 규제들이 익숙해지며, 느슨해진 자기방역에 대한 의지 소멸현상이 차츰 늘어났다. 사각지대 시민들을 위한 의료봉사, 보건소 진료 또한 잠정 중단되었다. 코로나바이러스에 걸린 후 8일 정도 앓고 다 나왔다. 감염 초반에는 마스크 사재기로 인해서 마스크가 부족하여 구매할 수 없었던 상황이 있었다. 지금은 마스크 구매를 하지 않는다(참여자 3, 4, 5, 6, 10).

코로나로 인해 많이 제한되어있던 것들이 코로나가 점차 종식되어 풀리면서 조금의 자유를 찾게 되었다. 코로나 확산에 따라 여러 가지 정책들이 생겼고, 코로나로 인해 결혼이 줄어들었고, 자영업하는 사람도 줄어들었고 이제는 이겨내야 하고, 식당에 가서도 기계식으로 주문해야 하고, 인간 대 인간으로 주문하는 옛날이 그리다. 사회적 거리두기는 완화되었지만, 기계식 주문과 인터넷 주문은 남아 있다(참여자 6, 10, 12)

### 3.1.6 스스로 대응하는 자기방어 면역력 구축

위드코로나 시대의 재생력 체험으로 인간의 초월적인 생명력 <스스로 대응하는 자기방어 면역력 구축> 과 같이 스스로 방어방법 탐색하여 면역력 증진행위를 하였다. 면역력을 높이기 위해 다양한 음식과 비타민, 음식과 약물을 챙기기 면역력을 강화하기 위해 꾸준히 영양공급과 운동을 하였고, 코로나를 예방하기 위해 손 씻기 등 개인위생, 영양이나 운동, 생활 습관에서 면역을 강화하거나 상대적으로 감기와 같은 하위 질환에 대한 면역이 생긴 경우도 있고, 스스로 면역을 강화해야 생존할 수 있다고 생각하고, 인공적으로 면역 강화할 수 있는 약제나 면역 방법에 관심이 높아졌으며, 언론과 광고에서 면역력의 중요성을 강조하였고, 면역기능을 높이기 위해 1, 2, 3차 예방접종을 하였고, 다양한 방법으로 노력하고 있었다. 코로나 PCR 검사를 검사하고 코로나 진단받고 자가 치료하였고, 건강관리만 할 것이 아니라 면역기능을 높여야겠다고 생각했다

위드코로나 시대의 재생력 경험으로는 스스로 방어방법 탐색하여 면역력 증진행위에 치중하므로 재생력의 형태는 면역으로 볼 수 있다.

면역력을 높이기 위해 다양한 건강식품 섭취가 늘었다. 비타민 챙겨 먹으면서 면역에 강하다는 음식과 약물 챙기기, 면역력을 강화하기 위해 꾸준히 영양을 골고루 섭취하였다(참여자 3, 8, 10).

운동도 꾸준히 하여 면역력 키우기, 면역력을 강화하기 위해 꾸준히 홈 훈련을 하였다(참여자 8, 10).

감기인 줄 알았는데 건강관리 잘해야겠다는 생각이 들었다. 코로나 PCR 검사를 한 달 이상, 수차례 해 왔지만, 음성이었는데 원인불명의 열로 진단받고 발열은 37.8~39.2 사이를 오르락내리락했다. 코로나 진단받고 자가치료하였고, 건강관리만 할 것이 아니라 면역기능을 높여야겠다는 생각이 들었다.(참여자 9)

코로나를 예방하기 위해 손 씻기 등 개인위생을 집중하다 보니 상대적으로 감기와 같은 하위 질환에 대한 면역이 생겼던 것 같다. 스스로 면역을 강화해야 생존할 수 있다, 음식이나 생활습관에서 면역을 강화하게 하거나 인공적으로 면역강화할 수 있는 약제나 면역방법에 관심이 높아졌다(참여자 11, 12)



손 씻기, 예방접종(1차, 2차, 3차), 코로나에 걸리지 않기 위해 혹은 코로나 증상을 경감하게 하려고 백신을 3차까지 접종하였음. 백신 접종도 항체 형성이나 면역에 있어 중요하나 이번 위기를 통해 마스크 착용, 거리두기, 모이지 않기 등의 중요성이 더 부각 됨. 백신이 개발되고 난 후 초반에는 부작용에 대한 불안이 있었지만, 건강을 위해 백신을 접종하였다(참여자 5, 6, 7, 10).

면역 체계에 관한 관심, 계속해서 면역력의 중요성을 모든 언론에서 특히 광고에서 변화된 면역력 강조가 눈에 띄게 늘어났다. 건강에 대한 대중의 관심은 날이 갈수록 높아가는 느낌이 들었고, 이에 발맞춰 정부의 홍보방송과 업체의 광고들은 전광판을 덮고 있었다(참여자 1, 4).

### 3.1.7 변화환경에 알맞게 맞추는 능력(적응력)

위드코로나 시대의 재생력 체험으로 인간의 초월적인 생명력 <변화환경에 알맞게 맞추는 능력(적응력)> 과같이 환경변화에 적합하게 맞추어 나가는 능력이라고 하였다. 새로운 환경과 변화된 근무 형태에 대한 생각과 빠른 판단이 빠른 적응을 하여 줌수업, 구글클래스 활용, 미트 활용을 하였고, 처음에 어렵던 온라인 수업이나 녹화수업이 재택근무 등의 장점으로 더 편해졌고, 집에서 할 수 있는 일을 찾는 과정에 DIY(DIY는 전문 업자나 업체에 맡기지 않고 스스로 직접 생활 공간을 보다 쾌적하게 만들고 수리하는 개념으로 "너 자신이 직접 만들어라"라는 뜻) 미니어처 하우스 만들기 같은 새로운 취미가 생겼다고 하였다. 코로나 19 초반에는 강조한 손 씻기, 마스크 사용, 사회적 거리두기 등이 답답하고 불편하였으나 시간이 지나면서 오히려 마스크를 안 하면 오히려 느낌이 이상할 정도로 적응하였고, 사회적 거리두기와 인원수 제한, 의료기관이 아닌 것에서도 발열체크에도 익숙해졌고, 이제는 바이러스와 함께 살아야겠다는 마음가짐과 행동 수정이 있다고 하였고, 모두가 순탄하게 적응하는 것이 아니고, 적응이 어려운 사람도 있었으며, 사회적 거리두기가 완화된 적응하기 쉬운 것 같고, 이제는 적극적으로 적응할 시기라고 하였다. 변화에 대한 생각과 사고, 행동을 수정하는 것을 볼 수 있었으며, 변화에 대해 모두가 긍정적으로 생각하는 것이 아니고 부정적으로 생각하는 점도 있지만, 긍정과 부정적인 감정반응을 관리하는 것이 중요함을 알 수 있었다.

위드코로나 시대의 재생력 경험으로는 환경변화에 적합하게 맞추어 나가는 능력(적자생존)으로 재생력의 형태는 적응으로 볼 수 있다.

변화된 근무 형태에 대한 빠른 적응과 새로운 환경에 적응하여 줌수업, 구글클래스 활용, 미트활용. 처음에 어렵던 온라인 수업이나 녹화수업이 재택근무 등의 장점으로 더 편해짐. 온라인으로 시행하는 비대면 수업에 익숙해질 수 있었다. 집에서 할 수 있는 일을 찾아서 무로함을 달렸으며 DIY, 미니어처 하우스 만들기 같은 새로운 취미가 생겼다(참여자 1, 2, 7, 10).

초반에는 마스크가 굉장히 답답하게 느껴지고 불편했으나 점점 익숙해졌다. 처음에는 불편했던 마스크가 나중에는 안 쓰면 이상하게 느껴졌고, 계속 지내다 보니 적응이 되었다. 마스크를 처음에 착용했을 때는 너무 답답했는데, 2년 정도 마스크와 함께 생활하면서 점점 마스크 끼는 것에 적응해왔다. 코로나바이러스로 인한 마스크 착용에 대한 적응. 외출하기 위해서는 마스크를 착용하는 것과 타인과 간접적으로 접촉한 경우일지라도 손 위생을 하는 듯 개인위생을 챙기는 행동이 적응되었다. 외출 후 손 씻기나 마스크 착용 등 코로나 시대에 강조한 것들에 적응하였다(참여자 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11).

이젠 바이러스와 함께 살아간다는 마음가짐. 손 소독제나 물티슈, 대중교통 등의 사용할 때 창문 열기 등에 적응되었다. 사회적 거리두기, 모임 인원수 제한, 유흥시설 이용 제한, 음식점과 편의점 이용 시간제한 등 일상에서 가장 크고 많은 요소가 제한되었다. 의료기관이 아닌 곳에서 발열체크를 하더라도 익숙해졌다(참여자 3, 4, 9, 10).

제한에 대한 적응은 비교적 어려웠고 서툴렀지만, 코로나 이전으로 돌아가는 데에는 비교적 이른 시간에 적응이 된 것 같다. 현재 거리두기가 완화됨으로 다시금 일상으로 돌아가는 데에 적응하고 있다. 코로나 이후와 이전 사회적으로 변화가 심해서 적응하기 어렵다. 요즘은 밖에 나가기 사실상 두렵다. 예전 같지 않고, 비대면 시기가 길어서 이제 나를 비대면으로 적응해서 인지 사람들이 과감해지고 기계적이고 인간적이지 못한 것 같다. 적응해야 하지만 걱정이고, 이제는 적극적으로 적응해야 할 시기라는 생각이 든다(참여자 10, 11, 12)

### 3.1.8 스스로 살아가는 생존하는 능력(자생력)

위드코로나 시대의 재생력 체험으로 인간의 초월적인 생명력 <스스로 살아가는 생존하는 능력(자생력)> 과같이 스스로 살기 위해 재워서 생명력을 부여하는 것이라고 하였다. 앞으로 더 위험한 질병환경에 처해도 지금까지 방어하면서 재택근무와 배달음식 시켜 먹으면서 견딜

수 있고, 나름의 생활과 건강을 위해 집에서 홈트를 하고 유튜브 등을 활용해서 운동하고 아프거나 이상이 있을 때 비타민 챙겨 먹고, 빠르게 약을 먹거나 병원을 가서 병을 키우지 않으려고 노력한다. 팬데믹으로 인해 개인 및 사회 차원에서 바이러스 대응 및 전염병 예방에 대한 의식이 높아졌고 마스크 착용, 손 씻기, 사회적 거리 두기 등 건강관리 잘할 것이고 새로운 생활방식 습관이 자리 잡았고, 생존하기 위해, 위협적인 환경에서 지금 바로 이 순간 현재에 치중하는 경향이 생긴 것 같고, 스스로 생존해야 한다는 생각이 지배적이라고 하였다.

위드코로나 시대의 재생력 경험으로는 스스로 살기 위해 채워서 자생력을 부여함으로써 재생력의 형태는 자생으로 볼 수 있다.

앞으로 더 위험한 질병환경에 처해도 지금처럼 방어하면 견딜 수 있을 것이다. 나름의 생활과 건강을 위해 집에서 홈트를 하고 유튜브 등을 활용해서 운동하고 아프거나 이상이 있을 때 빠르게 약을 먹거나 병원을 가서 병을 키우지 않으려고 노력했다. 팬데믹으로 인해 개인 및 사회 차원에서 바이러스 대응 및 전염병 예방에 대한 의식이 높아졌고 마스크 착용, 손 씻기, 사회적 거리 두기 등의 새로운 생활 방식 습관이 자리 잡았다(참여자 3, 4, 11).

코로나로 인해 집에서 혼자 할 수 있는 일을 찾거나 재택근무하거나 배달 음식을 시켜 먹거나, 온라인수업과 비대면으로 수업하는 방법을 찾아서 종전에 외부활동한 것과 유사하게 일상생활을 유지하려고 노력했으며, 외부활동들을 지양하게 되어 실내에서 혼자 할 수 있는 취미들이 많이 생겼다(참여자 1, 2, 7, 6, 10).

스스로 살기 위해서는 비타민 챙겨 먹고 음식과 약물 챙기고 스스로 몸을 강하게 해야 살아갈 수 있다. 꾸준히 영양을 골고루 섭취하였다. 약도 챙겨 먹고 건강보조식품 먹으면서 코로나바이러스 예방관리를 하였다(참여자 5, 7, 8, 10).

개인위생에 있어 가장 예민하고 가장 조심해 왔던 것 같다. 손 씻기, 마스크 착용하기, 거리두기. 세 가지만 잘 지켜도...코로나 확진까지 저도 늦게 확진자가 되었다. 확진자를 매번 접촉하는 일상이었지만 늦게 확진이 된 것은 지자체를 비롯하여 질병관리본부의 브리핑을 매번 챙겨보며 급격히 변화하는 방역지침에 관심을 두고 속지하며 귀 기울임으로 일상에서 많은 도움을 받았다. 백신 접종을 통해 나의 감염과 동시에 타인의 감염 예방함

으로 공중보전에 개인이 힘쓸 수 있다는 점에 대해서도 생각해 보게 되었다. 또한, 손위생 같은 개인위생을 철저히 하여 건강을 관리하기 위해 노력했다(참여자 5, 9, 10).

코로나 시기에 변해버린 많은 주변 환경과 일상생활에 대한 불확실성으로 인해 정서적으로 스트레스를 받았다. 이를 관리하고 극복하기 위해 꾸준히 운동하고, 취미 생활을 통해 우울감에 빠지지 않도록 노력했다. 각자 코로나를 경험하면서 스스로 보호하고, 생존하기 위해, 위협적인 환경에서 지금 현재에 치중하는 경향이 생긴 것 같고, 스스로 생존해야 한다는 생각이 지배적이다. 자신을 둘러싼 환경으로부터 보호막을 돌리고 가족을 먼저 보호해야겠다는 생각을 했다(참여자 10, 12).

### 3.1.9 외부로부터 내부환경 균형유지(항상성)

위드코로나 시대의 재생력 체험으로 인간의 초월적인 생명력 <외부로부터 내부환경 균형유지(항상성)>과 같이 자신의 환경을 안정적이고 일정하게 유지하는 것이라고 하였다. 코로나 19 초반에는 집에만 있어서 비대면 수업에 집중하지 못했고, 업무와 취미생활, 건강과 경제사이, 경제적 거리두기와 사회적 거리두기 등으로 일상생활 균형이 무너졌고 사람과 떨어져 지내는 것이 힘들었다. 위태로운 상황에서 직장생활, 건강관리, 수업 등 균형을 맞추고 균형잡힌 생활을 유지하기 위해 노력하였다. 예방접종과 자신과 타인을 보호하기 위해 일상생활 속에서 개인위생방역수칙을 준수하고 일상회복과 균형을 맞추려고 노력하는 모습을 관찰할 수 있었다. 균형을 맞추지 못한 경우에는 다른 가족들이 잘 지내는 것을 부러워하면서도 상대적으로 소외된 느낌을 받으며, 강제적인 격리와 거리두기로 예전 같지 않고 부족하고 적당한 선에서 미완성 상태로 통합된 적당한 거리로 균형을 유지하고 있는 것을 알 수 있었다. 안전한 균형유지를 위해 균형 맞추기 위해 노력하고 있었다

위드코로나 시대의 재생력 경험으로는 자신의 환경을 안정적이고 일정하게 유지함으로써 재생력의 형태는 균형으로 볼 수 있다.

업무와 취미활동에 균형이 무너짐. 집에만 있어서 초반에는 아무것도 안 하고 빈둥거렸으며 비대면 수업에 집중을 못했다. 바이러스로 인해 경제적 거리두기와 사회적 거리두기가 힘들었고, 타의에 의해 떨어져 지내는 것이 힘들었다. 수업에 더욱 집중해서 학업 관리에 소홀해 지지 않도록 균형 잡힌 생활을 하려고 노력하였다. 팬데

믹으로 인해 건강과 경제 사이에서 균형을 유지하는 것이 어려워졌던 것 같다(참여자 1, 7, 9, 10, 11).

반목과 서로의 탓을 하던 위태로운 상황의 정치, 지역사회, 사람들이 그래도 깨지지 않고 잘 균형을 이루어 있음에 감사하는 요즘. 생활의 균형, 직장생활에서의 활동 등에 균형을 맞추고 비상시 양쪽에서 불이익이나 손해를 보지 않게 조정하였다(참여자 3, 4).

건강에 대한 균형이 생긴 것 같다. 꾸준한 운동과 예방접종을 통해 건강 지키기, 전 국민 접종률이 오르고, 확진율은 느렸지만 감소하였고, 확진자 중에서도 사망, 중증도로 분류되는 사례도 많이 감소한 것으로 알고 있다. 접종률이 높아짐에 나와 타인을 함께 보호하고, 백신뿐만 아니라 일상생활 속의 개인위생방역수칙을 잘 준수함에 우리 모두의 일상회복 또한 모두가 함께 균형을 이루었기에 가능했던 것 같다(참여자 5, 8, 9).

바이러스로 인한 강제적인 격리와 거리두기가 이제는 사람들과 어떤 인간관계에서도 적당한 거리를 두는 것이 균형 있는 관계를 지속시켜 주는 것 같다. 예전 같지 않고 적당한 거리두기로 균형이 맞추어지고, 어색한 거리두기로 이완성 상태로 봉합된 듯한 적당한 거리로 점차 상황에 익숙해지며 건강관리를 잘 하도록 노력했고, 가족 이외 환경과 가족을 둘러싼 환경 간에 균형과 건강유지를 위한 최소한의 경계력이 확보되어야 균형유지가 된다고 본다(참여자 7, 8, 10, 12).

### 3.2 현상학적 글쓰기

위드코로나 시대의 재생력 체험을 해석학적 현상학적 반성을 통해 드러난 재생력의 종류와 의미를 중심으로 다음과 같이 구성하였다. 위드코로나 시대의 재생력 체험으로는 코로나를 겪고 난 후 압사 직전의 생존력으로 외압과 내압을 느끼는 것으로 확인되었다. 외압은 다방향으로 조여 들어오는 외부 힘에 대응하여 버티는 힘으로 위드코로나 시대에 외부로 작용하는 힘이다. 위드코로나 시대에 죽지 않고 살아남기 위해 버티는 힘으로 외부압력에 대한 자신의 경계 안에서 밖으로 죽지 않으려고 힘을 다해서 밀어내는 힘으로 외압에 대응하여 버티는 생존력으로 볼 수 있었다. 위드코로나 시대에 내압은 압사 직전에 폭발적인 내압을 견디는 힘과 같이 농축되어 튀어나오는 내압으로부터 스스로 자신을 다스리기 위해 견디는 힘으로 스스로 외출자제 및 식당이용의 제한, 외출자제, 모임자제, 코로나로 인한 제한된 일상생활을 견디어낸 힘으로 자신이 스스로 내부압력에 대한 자신의 경계 안에서 죽지 않으려고 힘을 다해서 보호막을 휘감싸는 내압에 견디는 생존력으로 볼 수 있었다.

위드코로나 시대에 재생력 체험으로 줄기세포와 같은 복원으로의 갈망을 경험하였으며, 위협적으로 확산하는 감염세포, 불안정한 변형조직세포, 근간이 무너진 조직 속에서도 한 줄기세포를 경험하였다.

위협적으로 증폭하는 감염세포로는 살아가는 사람들은 확산에 대해서 위협적으로 퍼지는 감염세포와 같이

Table 2. Human regenerative energy of the living with COVID-19

Fundamental existential theme	Essential theme	Confirmed theme	Type of regenerative energy
The power to survive even on the brink of death	'the ability to withstand tightening external pressure'	The strength to endure in order not to die from the tightening external pressure	external pressure
	the ability to withstand explosive internal pressure	The power to withstand the internal pressure of being concentrated and sticking out.	internal pressure
The desire to grab hold of stem cells and restore them.	the infected cells that threateningly amplify	Infected people multiplying at an unstoppable rate	amplification
	the incomplete modified tissue cells	A bleak form of daily life that is not like before.	transform
	the stem cells even in tissues with broken foundations'	Creation of a new society that came with the disappearance of the existing society	circulation
The human vitality displayed with supreme power	the establishment of self-defense immunity that responds to themselves'	Improve your immunity by exploring your own defense methods	immune
	the ability to adapt to environmental changes (adaptability)	Ability to adapt to environmental changes (survival of the fittest)	adaptation
	the ability to survive on one's own (autogenousness)	Gives self-reliance to live on one's own	self-reliance
	the ability to maintain the balance of the internal environment from the outside (homeostasis)	Maintain a stable and consistent environment myself	balance

확진자들이 증폭되었고 새로운 백신이 나오기를 간절한 바람과 유언비어로 안전한 상황에서도 불신은 확산되었고, 늘어나는 확진자 숫자에 걱정하고 증가되는 감염재생산지수와 제어하고자 백신개발에 노력하는 사람과 막을 수 없는 속도로 생산되는 확진자의 증폭이라고 하였다. 불완전한 변형조직세포로는 근무 형태의 변화로 인한 재택근무 활성화되었고, 비대면 음악회와 비대면 수업으로 변경으로 혼란스럽고 온라인 학습과 같이 예전 같지 않은 일상생활 형태가 변형되어가는 것을 경험하였다. 근간이 무너진 조직속에서도 한 줄기세포는 코로나로 기존의 일상생활이 무너지고, 가게가 폐업으로 이어졌고 예전의 삶이 무너지고 근간이 무너진 조직 속에 비대면으로 근무와 수업을 하고 인터넷으로 주문하고 기계식으로 주문하는 방식으로 줄기세포와 같이 기존사회 소멸과 새로운 사회 생성이라는 순환하는 것을 경험하였다.

위드코로나 시대의 재생력 체험으로는 인간의 초월적인 생명력으로 스스로 대응하는 자가방어 면역력 구축, 환경변화에 알맞게 맞추는 능력(적응력), 스스로 살아가는 생존하는 능력(자생력), 외부로부터 내부환경 균형유지(항상성)를 경험하였다. 스스로 대응하는 자가방어 면역력 구축으로는 스스로 대응하는 자가방어 면역력 구축과 같이 스스로 방어방법에 대해서 탐색하며 음식과 약물, 운동에 관심이 많고 언론과 광고에서 면역력의 중요성을 강조하였고, 면역기능을 높이기 위해 다양한 방법으로 면역력 증진행위를 하였다. 환경변화에 알맞게 맞추는 능력(적응력)으로는 처음에 마스크나 사회적 거리두기가 초기에는 불편하였고 어렵던 온라인 수업이나 녹화수업이 재택근무 등의 장점으로 더 편해졌고, 새로운 환경과 변화된 근무 형태에 대한 생각과 빠른 판단이 빠른 적응을 하여 줌수업, 구글클래스 활용, 미트활용 등을 적극적으로 활용하고, 환경변화에 적합하게 맞추어 나가는 능력(적자생존)으로 재생력의 형태는 적응으로 볼 수 있었다. 스스로 살아가는 생존하는 능력(자생력)으로는 앞으로 더 위험한 질병환경에 처해도 지금처럼 스스로 자기방어를 잘하기 위해 마스크 착용, 손 씻기, 사회적 거리 두기 등을 잘하면서 재택근무와 배달음식을 시켜 먹으면서 견뎌왔으며, 건강유지 증진 차원에서 운동과 아프거나 이상이 있을 때 비타민을 챙겨 먹었고, 빠르게 약을 먹거나 병원을 가서 병을 키우지 않으려고 노력하였다. 외부로부터 내부환경 균형유지(항상성)로는 코로나 초반에는 비대면 수업과, 업무와 취미 생활, 건강과 경제 사이, 경제적 거리두기와 사회적 거리두기 등으로 일상생활 균형이 무너졌고 사람과 떨어져 지내는 것이 힘들

었지만 예전 같지 않고 부족하고 위태로운 상황에서 적당한 선에서 미완성 상태로 봉합된 적당한 거리에서 직장생활, 건강관리, 수업 등 균형을 맞추고 균형 잡힌 생활을 유지하기 위해 노력하는 것을 알 수 있었다.

위드코로나 시대는 이차적인 여진과도 같다고 볼 수 있었다. 코로나는 일차적인 충격파 지진이라면 위드코로나는 이차적인 충격파로 여진으로 볼 수 있다. 위드코로나 시대는 약한 것 같지만 일차적인 코로나보다 더 위험할 수 있다. 이차적인 위드코로나 시대에 성공적으로 변화된 환경에 진입한 사람이 있는가 하면 반대로 성공적으로 진입하지 못한 경우에는 반사회적인 행동으로 분노 폭발하거나 장기화한 사회적 거리두기가 고착화되어 집에만 거주하는 은둔형 사회적 거리두기를 추구하면서 병리적인 우울증 환자로 전환될 수 있으므로 위드코로나 시대에 잠재적인 위험성이 내재되어 있으므로 큰 화를 불러 올 수 있으므로 이와 관련하여 적극적으로 대처할 필요성이 있다. 이제는 개인과 사회구성원, 국가 차원에서 서로 감싸 안으면서 공동운명체로 제도적인 마련이 절실히 필요하다.

위드코로나 시대의 재생력 체험에 대한 현상학적 글쓰기를 마무리하면서 예전과 다른 일상생활과 자신의 의지와 상관없이 새로운 환경 속에서 스스로 견디면서 생존 전략을 구축하면서 살아가는 위드코로나 시대의 모든 사람에게 위로와 찬사를 전하고 싶다.

#### 4. 논의

재생은 상실한 조직이나 기관이 새로 자라는 것을 의미하므로 본 연구는 위드코로나 시대에 죽게 되었다가 다시 살아나는 능력인 재생력의 본질의 의미를 파악하고자 하였다. 위드코로나 시대에 재생력 경험이 어떠한지를 탐색하기 위해 위드코로나 시대에 살고 있는 대상으로부터 재생력 체험을 해석학적 해석학적 현상학적 방법을 적용하여 분석하였다. 분석한 결과 도출된 9개의 본질적 주제에 따라 다음과 같이 논의하고자 한다.

위드코로나 시대의 재생력 체험은 <압사직전의 생존력>으로 외압과 내압을 경험하며, 외압은 다방향으로 <조여 들어오는 외부 힘에 대응하여 버티는 힘>으로 위드코로나 시대에 자신의 경계 안에서 외부로 작용하는 밀어내는 외적인 힘이다. 외압이 작용할 때 각각의 사람마다 외압에 견딜 수 있는 붕괴압력지수에 따라 붕괴하기도 하고 붕괴 위기를 넘길 수도 있다. 베티 뉴만[16]의

모형에서 외적 환경은 대 인간, 자연등의 영향력을 말하며, 이러한 영향들은 대상자의 경계밖에 있으며 개인 대상자는 외부환경이 직장동료나 가족원과 같은 또 다른 사람과 상호작용을 의미하기도 한다. 외부환경의 변화에 따라 내부환경이 영향을 받는 것은 나이팅게일의 이론에서 볼 수 있다. 나이팅게일 이론[17]에서 환경은 모든 유기체의 생명과 발달에 영향을 미치는 외부적 상황과 힘이라고 할 수 있으며, 건강한 환경과 간호와의 상호작용이 나이팅게일 이론의 기반이 되고 있으며, 나이팅게일 시대에는 비위생적인 상황과 질병이 매우 큰 위험 요소로 부각되던 시기였으므로 외부적 영향과 상황들이 질병이나 죽음에 영향을 미친다고 보았다. 이와 같이 외부적인 환경이 코로나19 확산의 원인으로 보고 확산을 방지하기 위해 정부는 대응지침으로 손씻기, 마스크, 작용, 사회적거리두기 등 일상생활 등의 단계를 수정 보완하면서 지속적으로 통제하였다. 각종행사와 프로그램은 축소 또는 중단하는 일이 많았지만 공익을 위해 정부지침을 따를 수 밖에 없는 역경을 경험하였다. 한편, 세계보건기구(World Health Organization, WHO)는 2020년 3월 11일에 팬데믹(Pandemic)을 선언하였으며, 코로나19를 사상 세 번째 팬데믹(Pandemic, 범유행)으로 선언하였다[18]. 이 시점으로부터 전세계적으로 건강위기가 급속도로 확대되었고, 세계적 확산 사태가 사회 경제 등 모든 분야에 영향을 미치는 위기이며, 이를 극복하기 위해 세계 각국에서 감염병 대응을 위한 국경 간 이동 제한, 사회적 거리두기 및 소비의 위축 등으로 전 세계 국가의 진단 방역 전염 차단 바이러스에 대한 정보 취득 등의 대응을 요구했다. 코로나 시대에 외적 압력을 경험했다는 말은 외적인 압력으로 인한 스트레스를 받았다는 말과 유사하다. 스트레스는 17세기에 역경, 어려움을 지칭하는 단어로 스트레스라는 용어를 사용하였으며, 스트레스는 “어느 고형물체가 외부의 힘에 압도되어 물체 표면의 연속성을 잃게 된 상태”라는 물리학 용어로 쓰였다. 한스 셀리에[19]는 스트레스를 ‘개체에 부담을 주는 육체적, 정신적 자극이나 이러한 자극에 생체가 나타내는 반응’으로 새롭게 정의하였고, 스트레스는 경보, 저항, 소진 단계가 있으며, 오랜기간 강한 스트레스로 소진기에 들어가면 질병이나 조직의 파괴가 일어난다고 하였다. 코로나 이후 위드코로나 시대에 살아가는 사람들은 불가항력적인 압력에 시달려왔고, 외압으로 인해 질병이나 조직의 파괴가 일어날 수 있고 코로나로 인하여 상흔이 남아 있을 수 있으므로 위로와 온정이 필요한 것으로 여겨지므로 다양한 여러 이해당사자들의 참여시킴을 위한

방안으로 의사소통 채널과 컨트롤 타워를 구축하여 위기 극복을 위해서 노력해야 할 것이다.

위드코로나 시대의 재생력 체험은 <압사 직전의 생존력>으로 폭발적인 내압을 견디는 힘과 같이 <농축되어 튀어나오는 내압을 견디는 힘>으로 스스로 내압을 다스리기 위해 견디는 내적인 힘으로 볼 수 있다. 베티 뉴만 [16]의 모형에서 내적 환경은 대상자의 경계 내에 순수하게 포함된 모든 힘이나 상호영향력을 말한다. 주어진 시간에 인간을 둘러싸고 있는 내외적 힘으로서 인간의 정상 방어선을 방해하고 체계의 안정성에 영향을 미칠 수 있는 인간 내적, 대인관계 그리고 인간 외적 스트레스원을 포함한다고 하였으므로 개체 내에서 일어나는 자극 요인(인간 내적), 개체 간에 일어나는 자극 요인(대인관계), 체계 외부에서 일어나는 자극 요인(인간 외적)에 의해서 체계의 영향을 주는 스트레스원을 조절할 장치를 마련할 필요성이 있다고 하였다. 위드코로나 시대의 각 개인이 둘러싸고 있는 외부적인 환경과 내부적인 환경에 대응하여 버티는 힘과 견디는 힘이 다르지만 인간의 잠재적인 에너지가 자체적으로 생성된 것으로 여겨진다. 이와 관련하여 내적인 보살핌과 외적인 제도적인 장치가 필요한 것으로 여겨진다. 칼 램프 로저스(Carl Ransom Rogers)[20]는 내면적 주관이 외부 자극을 해석하는 방식으로 내면세계와 ‘외부 환경’은 본래부터 서로 교차, 작용한다는 사실을 알 수 있고, 인본주의적 치료는 외부 환경이 주관적 세계에 미치는 좋고 나쁜 영향에 중점을 둔다고 하였다. 코로나 시대에는 일상생활이 예전 같지 않은 상황에서 외부사회와 반사회적으로 외톨이로 살아가거나 반사회적인 형태로 나타날 가능성이 있으므로 농축된 에너지를 감압시키는 문화의 장이 필요한 것으로 여겨진다. 그러므로 인간은 외부적 환경에 의해 내부적 환경이 영향을 받고, 외부적 환경에 대한 내부적 환경이 해석에 따라 달라지므로 내부적 환경에 대한 세심한 돌봄이 필요한 것으로 여겨진다. 위드코로나 시대에 우리는 모두 아픈 사람이고, 모두 위로가 필요한 사람이므로 화산이 폭발하듯이 분출하는 에너지를 다독여야 하는 시기가 지금이라고 여겨진다.

위드코로나 시대의 재생력 체험은 <줄기세포와 같은 복원으로의 갈망>으로는 증폭, 변형, 순환을 경험하며, 위협적이고 막을 수 없는 상황들이 증폭하고, 예전 같지 않은 변형된 일상생활과 기존의 사회가 소멸되고 새로운 사회가 생성하는 것을 경험하였다.

위드코로나 시대의 재생력 체험은 줄기세포와 같은 복원으로의 갈망에서 <위협적으로 증폭하는 감염세포>과

같이 <막을 수 없는 속도로 증폭하는 확진자>와 관련된 감염 재생산지수 증가, 제어되지 않는 속도로 생산되는 유언비어 증가와 새로운 백신이 나오기를 바라는 갈망이 등폭하는 것을 경험하였다. 코로나의 증식에 대한 인간의 반응을 경험하면서 불안의 정도가 증폭되는 것을 확인할 수 있으며 이때 코로나의 번식이 증폭되고 확산되는 것을 막기 위해 방역책을 구축하는 것을 볼 수 있었다. 이는 이때 질병관리본부에서는 1, 2, 3단계를 공식적으로 발표하면서 방역책을 구축하고자 노력하였다. 벤티뉴만[16]의 예방단계에서 1차 예방으로 예방접종, 개인 위생 관리(손씻기), 보건의교육, 주거환경개선으로 사회적 거리두기, 근로환경향상으로는 재택근무 등 2차 예방으로 조기진단, 치료, 집단검진, 합병증 예방, 약물 복용 지도와 병행하지만 초기 단계에서는 1단계에 집중할 필요성이 있다. 위드코로나 시대의 재생력 체험에서도 일차 예방, 2차 예방, 3차 예방과 같이 방어선을 확보하고자 정부와 각 개인이 노력하였으며, 해로운 스트레스원으로부터 보호하고, 차단시키고, 방어선을 강화시키는 활동 포함하였고, 이차예방으로 질병증상을 초기진단, 내적 저항선을 강화시키는 단계와, 삼차예방은 치료와 스트레스원의 영향력을 감소시키고, 대상자를 건강한 상태로 되돌리는 과정을 경험한 점에서 일맥상통한 것으로 여겨진다.

위드코로나 시대의 재생력 체험은 줄기세포와 같은 복원으로의 갈망으로 <불완전한 변형조직세포>와 같이 <예전 같지 않은 일상생활 형태>로 예전 같지 않은 일상생활 형태가 변형되어가는 것을 경험하였다. 재택근무, 비대면 음악회와 비대면 수업과 온라인 학습으로 전환되어지는 일상생활과 건물 출입 시 체온측정과 마스크 착용, 복잡하고 어려운 의로기관 출입 절차에서 간편한 원격의료이 이루어졌다. 칼 램섬 로저스(Carl Ransom Rogers)[21]의 인간 중심이론에서 개인이 실제로 경험한 내용을 받아들이지 않거나 이를 다르게 받아들이는 경우 환경과 충분히 상호작용을 할 수 없게 되어 자기 개념과 경험간의 불일치가 발생하면 개인은 불안을 느끼며 신경증이 나타날 수 있다고 주장하였고, 위드코로나 시대에 근간이 무너진 조직 속에서 한줄기 세포를 찾기 위해 노력하는 과정에 기존조직의 소멸을 경험할 수도 있으므로 인간 고유성을 유지하지 못하는 경우에는 반사회적인 행동은 내적 본성과 회합하지 못한 결과가 나타날 수 있다. 위드코로나 시대에 부분의 합 이상인 사람들을 존중하면서 서로의 에너지장을 개방적으로 운영하는 지혜가 필요한 것으로 여겨진다. 자신의 에너지장이 고유하듯이 타

인의 에너지장을 존중하면서 각자 다름에 대한 인간의 고유성을 인정과 조직을 위한 화합이 필요한 것으로 여겨진다.

위드코로나 시대의 재생력 체험은 줄기세포와 같은 복원으로의 갈망으로 <근간이 무너진 조직 속에서도 한줄기 세포>와 같이 코로나로 <기존사회 소멸과 새로운 사회 생성> 되는 순환을 경험하였다. 기존의 일상생활이 무너지고, 가게가 폐업으로 이어졌고 예전의 삶이 무너지고, 근간이 무너진 조직 속에 새로운 형태의 삶의 형태로 비대면으로 근무와 수업을 하고 인터넷으로 주문하고 기계식으로 주문하는 줄기세포와 같이 기존사회 소멸과 새로운 사회 생성이라고 하였다.

위드코로나 시대를 살고 있는 사람들은 예전 같지 않은 사회에 살고 있으며, 이제는 코로나 이전 시대로 돌아갈 수 없다는 사실을 알고 있었다.

마사 로저스(Martha E. Rogers)[22]의 인간고유성 이론에서 부분들에 대한 지식으로 예측할 수 없는 전체에 고유한 특성들을 조직하는 것과 패턴에 의해 확인되는 환원하거나 분리할 수 없는 다차원적인 에너지장이라고 하였다. 위드코로나 시대에 살면서 예전의 사회는 무너지고 사라지는 것 같지만 또 다른 방안으로 새로운 사회가 열리면서 살아가는 순환하는 삶을 경험하였다. 로저스가 평형 역동성의 원리에서 나선성의 원리로 인간과 환경간 변화는 지속적이며, 확률성이 있고, 다양성이 증가하는 특성이 있고, 인간은 합리적이며, 평형상태에 안주하기보다는 내적 긴장이 높아지더라도 자기실현을 위해 성장과 발달을 추구한다고 하였다. 위드코로나 시대에는 누구나 적응을 잘하는 것은 아니다. 칼 램섬 로저스(Carl Ransom Rogers)[21]의 '내면세계'와 '외부환경'은 본래부터 서로 교차, 작용하고, 환경의 긍정적 요인을 통해 내면세계에 긍정적 감정의 기초를 세우고, 부정적 정서를 긍정적으로 승화시키는 순환의 과정을 다룬 것이다. 우리는 예전 같지 않아도 근간이 무너진 느낌을 받았어도 아무 일 없는 것처럼 살아가고 있지만, 기존의 사회가 무너짐으로 인하여 지금 모두 변화로 인해 각자 나름대로 아픔을 가지고 있었다. 행언할 수는 없지만 안 아픈 것처럼 살아가지만 많이 아프다. 위드코로나는 위드질병이다. 코로나 시대에 사회적 거리두기가 단순히 사회적 거리두기로 끝난 것이 아니라 강요된 거리두기가 고착화되어서 교류가 단절되거나 교류가 없어도 무감각해졌다. 사람의 마음이 접었다 폈다 마음대로 되어지는 것이 아니다. 이제는 다시 새롭게 새싹이 올라올 수 있도록 마음의 창문을 열고 주변을 돌아보고 다독거려야 할 때이다.

국민이 자체적으로 재생할 때를 기다리는 것이 아니라, 나라가 정부가 사회가 적극적으로 나서서 체계적으로 건강유지, 건강증진, 질병 관리, 영적, 정서적, 경제적인 지원정책과 안위 간호가 필요하다. 사람마다 각자 못마땅하고 불만이 있어도 공공의 이익을 위해 참아왔음을 인정해주고, 잘 살아왔다는 칭찬과 공감이 필요한 시대라고 여겨진다.

위드코로나 시대의 재생력 체험은 인간의 초월적인 생명력으로 <인간의 초월적인 생명력>으로는 면역, 적응, 자생, 균형을 경험하며, 스스로 대응하는 자가방어 면역력 구축, 환경변화에 알맞게 맞추는 능력(적응력), 스스로 살아가는 생존하는 능력(자생력), 외부로부터 내부환경 균형유지(항상성)을 경험하였다.

위드코로나 시대의 재생력 체험은 인간의 초월적인 생명력으로 <스스로 대응하는 자가방어 면역력 구축>과 같이 <스스로 방어방법 탐색하여 면역력 증진행위>를 경험하였다. 베티 뉴만(Betty Newman)[16]의 예방단계에서 1차 예방으로 예방접종, 개인위생 관리(손씻기), 2차 예방으로 조기진단, 치료, 집단검진, 합병증 예방, 약물 복용 지도하는 것이라고 하였다. 위드코로나 시대의 재생력 경험에서도 스스로 대응하는 자기방어 면역력을 구축하기 위해서, 3차 예방으로 스트레스원으로 깨진 기본구조의 균형상태를 재수정함으로써 바람직한 안녕 상태로 되돌리기 위한 중재로 기능회복, 재활단계에 이르게 된다고 하였다. 위드코로나 시대의 재생력 체험은 1차 예방에서 면역력을 높이기 위해 다양한 음식과 비타민, 약물, 꾸준히 영양공급, 운동을 하였고, 코로나를 예방하기 위해 손 씻기와 개인위생, 생활습관에서 면역을 강화하기 위해 노력한 점과 일치하였다. 2차 예방에서 조기진단, 치료, 집단검진, 합병증 예방, 약물 복용 지도하는 것이라고 하였다. 위드코로나 시대의 재생력 경험에서도 감기와 같은 하위 질환에 대한 면역이 생긴 경우도 있고, 인공적으로 면역강화할 수 있는 약제나 면역방법에 관심이 높아졌으며, 예방접종을 1, 2, 3차 철저히 접종하였고, 면역기능을 높이기 위해 다양한 방법으로 노력하고 있었다. 3차 예방으로 스트레스원으로 깨진 기본구조의 균형상태를 재수정함으로써 바람직한 안녕 상태로 되돌리기 위한 중재로 기능회복, 재활단계에 이르게 된다고 하였다. 위드코로나 시대의 재생력 경험에서도 스트레스원이 코로나19를 방어하기 위해 코로나 신속항원(PCR) 검사를 검사하고 코로나 진단받고 자가 치료하면서 스스로 방어방법 탐색하여 면역력 증진행위로 건강관리만 할 것이 아니라 면역기능을 높여야겠다는 생각을 하

면서 스스로 대응하는 자가방어 면역력을 추구하고자 노력하였고, 환경적인 상황과 예방접종에 대한 갈망과 유언비어에 대한 사고예방 교육이 필요하고, 각자 위드코로나 시대에 살아가는 방법에 대한 훈련이 필요하며, 코로나로 인한 상처를 치유하는 지능 회복과 재활 과정이 이루어졌을 때 지역사회는 질병으로부터 복원할 수 있는 질병을 예방하는 수준으로 재생력이 있는 것으로 간주할 수 있다.

위드코로나 시대에 살아가는 사람은 운동을 꾸준히 하고 면역력 키우고 강화하기 위해 홈 트레이닝을 하면서 스스로 대응하는 자가방어 면역력 구축과 같이 스스로 방어방법에 대해서 탐색하며 생활습관과 인공 면역등 면역 증진 방법에 대한 관심을 가지고, 면역기능을 높이기 위해 다양한 방법으로 면역력 증진행위를 위해 통제력을 가지면서 자신의 잠재적인 능력을 극대화시켜 면역력을 높이고자 노력한 점이 유사한 것으로 여겨진다.

위드코로나 시대의 재생력 체험은 인간의 초월적인 생명력으로 <환경변화에 알맞게 맞추는 능력 : 적응력>와 같이 <환경변화에 적합하게 맞추어 나가는 능력 : 적자생존>을 경험하였다.

로이 적응이론[23]에서는 변화하는 내적 외적 환경과 끊임없이 상호작용하며 전체로서 기능하는 개방적 적응 체계 또는 생물, 심리, 사회적인 존재라고 하였으므로 위드코로나 시대의 재생력 체험으로 새로운 환경과 변화된 근무 형태에 대한 생각과 빠른 판단과 적응을 하여 줌수업, 구글클래스, 구글미트등 온라인 대체 방법을 활용하였고, 처음에 어렵던 온라인 수업이나 녹화수업이 재택근무 등의 장점으로 더 편해졌고, 불편한 마스크가 착용 안하면 오히려 이상하게 여겨지고, 사회적 거리두기로 집에 혼자 있을 때 집에서 할 수 있는 일을 찾는 과정에 새로운 취미가 생겼다고 한 것처럼 외부환경변화에 적합하게 적응하는 능력이 생성된 점과 유사한 것으로 여겨진다. 로저스[22]의 모형은 삶의 과정으로 통합되는 에너지장으로서의 인간과 환경에 대한 모형으로 고유한 인간은 환경과 통합된 한의 단일한 존재이고, 인간은 그의 총체성 내에서 환경과 끊임없이 상호작용하며, 부분으로 나누어서 이해할 수 없다고 하였으며, 통합된 총체적인 대상자를 변화하는 환경에 적응시켜 건강을 증진하는 것이며, 주변 무언가로부터 잘 받아들여서 적응하면 건강한 상태라고 하였다. 나이팅게일[17]은 인간은 질병에 대처할 자연적인 회복력을 지닌 대상이며, 환자는 간호대상이 되거나 혹은 환경에 의해 영향을 받는 사람이라고 한점에서 일맥상통한다고 볼 수 있다. 환경변화에 알맞

게 맞추는 능력(적응력)으로는 처음에 마스크나 사회적 거리두기가 초기에는 불편하였고 어렵던 온라인 수업이나 녹화 수업이 재택근무 등의 장점으로 더 편해졌고, 새로운 환경과 변화된 근무 형태에 대한 생각과 빠른 판단이 빠른 적응을 하여 줌수업, 구글클래스 활용, 미트활용 등을 적극적으로 활용하고, 환경변화에 적합하게 맞추어 나가는 능력(적자생존)으로 재생력의 형태는 적응으로 볼 수 있었다.

위드코로나 시대에 스스로 코로나에 대응하는 자기방어를 구축하고 환경변화에 적합하게 맞추어가는 능력이 있는 존재이지만 외부와 내부의 균형을 유지하지 못하고 변화하는 환경에 적응을 못 한 경우에는 우발적이고 충동적인 문제나 폭행과 타인에게 자신의 분노 폭발로 자신의 감정을 표출하는 사람이 있는가 하면 그렇지 못한 경우에는 소극적이고 얌전한 것처럼 보이지만 분노 폭발하는 양태와 표현되는 양상만 다를 뿐이지만 내면세계와 외면의 세계 거의 유사한 동전의 양면으로 간주하고 조절하고 증재해야 한다. 지금은 평화롭게 보이지만 우리 모두 코로나라는 상해를 입은 사람들이므로 아픈 상처가 악화되지 않도록 서로서로 다독겨야 할 때이다. 누가 덜하고 더 많이 아프지 않다. 우리 모두 아픔이 있다. 상실과 예전에 살던 고향을 잃은 실랑민이다. 서로 안고 살아가 할 것이다.

위드코로나 시대의 재생력 체험은 인간의 초월적인 생명력으로 <스스로 살아가는 생존하는 능력: 자생력>과 같이 <스스로 살기 위해 채워서 자생력을 부여함>을 경험하였다.

도로시 오렌[24]의 자가간호결핍 이론에서 자가간호를 인간의 조절 기능으로서 생명의 지속과 성장, 발달 그리고 개인의 온전성을 유지하는데 필요한 물질을 공급하는 의도적인 행동이라고 정의하였고, 인간의 특성에 대한 가정은 인간을 자가간호라는 형태의 활동을 통해 자기유지 및 자기조절을 하는 존재로 개방체계적 성격을 가진 존재로 보고 있다고 하였다. 건강이탈 자가간호 요구는 질병이나 상해 등으로 개인의 자가간호 능력이 영구적, 일시적으로 손상되었을 때 자가간호 제공자에서 환자로 바뀌는데, 이때 필요한 의학적 치료로 참여하는 것이 건강이탈 자가간호활동이라고 하였다. 위드코로나 시대의 재생력 체험에서 자신의 생명을 유지하기 위해서 위험한 질병환경에 처해도 재택근무와 배달음식과 생활 방식을 바꾸고, 유튜브 활용해서 운동하고, 아프거나 이상이 있을 때 비타민, 약을 복용하고, 병원을 가서 병을 키우지 않으려고 노력하고, 스스로 자신의 결핍을 보충

하므로 스스로 자신의 건강유지 증진활동 및 자기조절을 하는 존재로 개방체계적 성격을 가진 존재로 스스로 생존하기 위해 노력하는 점에서 재생력의 형태는 자생으로 볼 수 있었다.

인간은 앞으로 더 위험한 질병환경에 처해도 지금처럼 스스로 자기 방어를 잘하기 위해 마스크 착용, 손 씻기, 사회적 거리 두기 등을 잘하면서 재택근무와 배달음식을 시켜 먹으면서 견뎠으며, 건강유지 증진 차원에서 운동과 아프거나 이상이 있을 때 비타민을 챙겨 먹었고, 빠르게 약을 먹거나 병원을 가서 병을 키우지 않으려고 노력하였다. 자가간호가 성숙하지 않았거나 적절히 작동하지 못하는 상황에서는 가족구성원이나 책임있는 성인이 이들의 자가간호를 대신 수행하게 될 수도 있으므로 스스로 자신의 결핍을 보충하지 못하는 의존적 자가간호가 요구되는 인간들을 위해 같은 공동체로서 지도적인 장치와 책임을 분담할 필요가 있다.

위드코로나 시대의 재생력 체험은 인간의 초월적인 생명력으로 <외부로부터 내부환경 균형유지(항상성)>와 같이 <스스로 살기 위해 채워서 자생력을 부여함>을 경험하였다. 외부로부터 내부환경 균형유지(항상성)로는 코로나 초반에는 비대면 수업과, 업무와 취미 생활, 건강과 경제사이, 경제적 거리두기와 사회적 거리두기 등으로 일상생활 균형이 무너졌고 사람과 떨어져 지내는 것이 힘들었지만 예전 같지 않고 부족하고 위태로운 상황에서 적당한 선에서 미완성 상태로 봉합된 적당한 거리에서 직장생활, 건강관리, 수업 등 균형을 맞추고 균형 잡힌 생활을 유지하기 위해 노력하는 것을 알 수 있었다. 위드코로나 시대의 재생력 체험은 인간의 초월적인 생명력으로 외부로부터 내부환경 균형유지(항상성)하는 것으로 외부와 내부 간의 균형을 유지하려고 노력하는 것을 볼 수 있었다. 위드코로나 시대의 재생력 체험은 인간의 초월적인 생명력으로 자신의 환경을 안정적이고 일정하게 유지하는 것으로 나타났다. 위드코로나의 재생력 체험으로는 외부환경으로부터 내부환경의 파고가 일어날 수 있는 상황 속에서 외부로부터 내부환경을 안정적으로 균형 유지하려고 노력하고 있음을 알 수 있다. 이는 제랄드 캐플란(Gerald Caplan, 1961)[25]은 일상적인 문제해결 방법이 더 이상 통하지 않을 때 삶의 균형 또는 평형이 깨진다. 불균형 시기 동안 정서적 당혹감과 무력감으로 인한 내적 긴장과 불안이 발생한다. 캐플란에 따르면 위기 동안 위기는 개인은 현재의 위기에서 벗어나기 위해 새로운 대응 방법을 배우는 것에 더욱더 개방적이다. 위기의 결과 개인과 개인이 활용할 수 있는 사회적 지지체



계 상이의 상호작용에 따라 결정된다고 하였다. 외부환경에 변화에 소통하지 않고 내부환경을 일정하게 항상성을 유지한다는 의미가 아니라 외부환경 변화 정도에 따라 내부환경 변화의 비율이 조율되어 전체적으로 일정하게 균형을 유지하는 것으로 여겨진다. 외압과 내압 간의 압력이 축적되지 않도록 신속 정확한 의사소통으로 주전자의 압력을 빼듯이 의사소통의 통로를 만들어서 압력을 빼는 방안으로 정서적인 지지와 감성적인 위로의 장이 필요하고, 정신적인 자생력을 높이기 위한 노력이 필요한 것으로 여겨진다. COVID-19 확진자의 격리 체험[6]에서 생존을 위한 처절한 고립; 극야로 내던져짐, 소금사막 속에서 스스로 아포형성, 다양한 미래세상과 공존시대와 본 연구 위드코로나 시대의 재생력 체험에서 나타난 생명유지, 증진, 보존하기 위해 스스로 면역력 향상과 변화된 환경에 적응, 스스로 자생과 외부와 내부 간의 균형을 유지하는 인간의 생존본능이 살아 있는 초월적인 생존력과 유사한 것으로 여겨진다. 이는 코로나19 시대와 위드코로나 시대에서도 인간의 생존본능과 인간의 초월적인 생명력은 변하지 않는다는 것을 재확인하였다.

그러므로 지금 위드코로나 시대에 외압과 내압에 의해 굴절된 사회형태에 있는 것은 아닌지 점검할 시기라는 점이다. 언제 찾아올지 알 수 없는 증폭과 변형, 소멸과 생성과 그에 따른 지원과 개선 방안을 점검해야 할 것이다. 본 연구결과를 통해 연구자는 위드코로나 시대에 각자 개인마다 추구한 재생력 체험을 통해 면역을 증진시키고, 적응하고, 자생력을 높이기 위해 방안을 제시하고, 외부환경과 내부환경 간의 균형유지 등과 같이 위드코로나 시대의 재생력 체험을 공유함으로 이와 유사한 상황이 다시 찾아와도 인간의 재생력을 통해 좀 더 효과적으로 다시 나아갈 방법을 모색할 수 있을 것이다.

## 5. 결론 및 제언

본 연구에서는 위드코로나 시대의 재생력 경험이 어떠한지를 탐색하기 위해 배 매년[13]의 해석학적 현상학적 방법을 적용하여 분석하였다. 위드코로나 시대의 재생력 체험으로 도출된 주제는 ‘조여 들어오는 외압을 버티는 힘’, ‘폭발적인 내압을 견디는 힘’, ‘위협적으로 확산하는 감염세포’, ‘불완전한 변형 조직 세포 근간이 무너진 조직 속에서도 한 줄기세포’, ‘스스로 대응하는 자가방어 면역력 구축’, ‘환경변화에 알맞게 맞추는 능력(적응력)’, ‘스스로 살아가는 생존하는 능력(자생력)’, ‘외부로부터

내부환경 균형유지(항상성)’ 9개의 주제로 확인되었다.

확인된 재생력 형태로는 외압, 내압, 증폭, 변형, 순환, 면역, 적응, 자생, 균형 등이었다. 본 연구를 통해 위드코로나 시대의 재생력 체험에 대해서 알 수 있었으며, 위드코로나 시대의 재생력 경험을 살펴볼 수 있었다.

이러한 결과는 위드코로나 시대에 재생력을 개선하기 위한 실습 또는 교육과정 개발에 기초자료로 활용할 수 있을 것이다.

본 연구는 위드코로나 시대에 살아온 대상으로 전염병 관리의 특성상, 연구참여자의 신분이 노출되지 않도록 분석하기 위해 일반적 특성과 관련된 부분이 연구참여자의 요청에 의해 분석 시 연구자가 고려하여 진행하였으므로 결과의 확대 해석과 개념화에는 제한점이 있다.

따라서 다음과 같이 제안하고자 한다.

첫째, 위드코로나 시대에 재생력 증진을 위한 신체적, 정서적, 영적, 사회적인 경험과 관련하여 반복 연구를 제안한다. 둘째, 위드코로나 시대 이외에 밀접접촉자 또는 다른 상황에 의한 재생력 경험에 대한 대처방안을 마련하기 위해 비교연구가 필요하다.

## References

- [1] G. B. Kim, "Big History-General Education for the Anthropocene", *Korean Journal of General Education*, Vol.16, No.1, pp.11-22. Feb. 2022. DOI: <https://doi.org/10.46392/kige.2022.16.1.11>
- [2] Korea Disease Control and Prevention Agency. Coronavirus disease 19 (COVID-19) [Internet]. Korea Disease Control and Prevention Agency; 2023 [cited 2023 Jan 19]. Available From: <https://ncov.kdca.go.kr/> (accessed Nov. 2, 2023)
- [3] T. Kasai, Adapting to life with COVID-19 and staying safe, [Internet]. World Health Organization, [cited 2021 Dec 20], Available From: <https://www.who.int/westernpacific/news-room/commentaries/detail-hq/adapting-to-life-with-covid-19-a-and-staying-safe> (accessed Nov. 2, 2023).
- [4] Ministry of Health and Welfare's Central Accident Investigation Headquarters Epidemic Prevention Team. January 20, 2023, COVID-19, Changes in infectious disease response over the past three years - Current status of infectious disease response after the transition of the scientific epidemic prevention system. [Internet]. Korea Coronavirus Infectious Disease-19 Central Accident Control Headquarters: 2023 [cited 2023 Jan 20]. Available From: [https://www.mohw.go.kr/board.es?mid=a10503000000&bid=0027&cg\\_code](https://www.mohw.go.kr/board.es?mid=a10503000000&bid=0027&cg_code) (accessed Nov. 2, 2023).

- [5] S. K. Jin, "The World Seen by Researchers: Social Changes and Challenges Created by COVID-19", *Local Information Magazine*, Vol.122, pp.72-75, May 2020. <https://www.klid.or.kr/open/selectBoardDetail.do?PID=renInfp&bbsSeq=6991>
- [6] Y. I. Han, K. E. Bae, "Isolation experience of a confirmed COVID-19 patient". *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.22, No.12 pp.39-55, Dec. 2021. DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2021.22.12.39>
- [7] T. R. Adeniyi, J. H. Wijaya, "Covid-19, The Pandemic That May Save The World From War And Change It To A Better Place For The Living." *TheJournalish: Social and Government*, Vol.1, No.2, pp.49-59, June 2020. <http://thejournalish.com/ojs/index.php/thejournalish/article/view/17>
- [8] A. Birbrair, T. Zhang, Z. M. Wang, M. L. Messi, G. N. Enikolopov, A. Mintz, O. Delbono. "Role of Pericytes in Skeletal Muscle Regeneration and Fat Accumulation". *Stem Cells and Development*, Vol.22, No.16, pp.2298-2314, Mar. 2013. DOI: <https://doi.org/10.1089/scd.2012.0647>
- [9] Standard Korean Language Dictionary, National Institute of Korean Language. [cited 2023 Oct 26], Available From: <https://stdict.korean.go.kr/main/main.do> (accessed Nov. 2, 2023)
- [10] B. M. Carlson, Principles of regenerative biology, p.379, Elsevier/Academic, 2007, pp.258-278. <https://www.sciencedirect.com/book/9780123694393/principles-of-regenerative-biology>
- [11] van Manen, Researching Lived experience: Human science for an action sensitive pedagogy, p.255, Sunny Press, 1990, pp.255.
- [12] K. R. Shin, M. O. Jo, J. H. Yang, Qualitative Research Methodology, p.345, Ewha Womans University Press, 2004, pp.345.
- [13] 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](http://www.qualitative.or.kr/sub3/3_4_v.php?year=2003&issue=2&volume=4&spage=87)
- [14] 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>
- [15] M. O. Jo, J. H. Yang. Qualitative research methodology - understanding and practice of qualitative data analysis. p.334, Hyeonmunsa, pp.137-167.
- [16] B. Neuman, J. Fawcett, The Neuman systems mode(5th ed). p.350, Pearson, 2011. pp.3-69.
- [17] S. W. Lee, J. H. Kim, B. S. Lee, M. S. Jeon, M. Yu. et al., Understanding Nursing Theory - CHAPTER 5 Florence Nightingale, p.468, Soomoonsa, 2017, pp.140-147.
- [18] M. H. Kang. Pandemic history. Bio report, Biological Research Information Center, Korea, pp.1-10. <https://www.ibric.org/bric/trend/bio-report.do?mode=view&articleNo=8692616&title=%ED%8C%AC%EB%8D%B0%EB%AF%B9%EC%9D%98+%EC%97%AD%EC%82%A C>
- [19] S. Y. Tan, A Yip. Hans Selye (1907-1982): Founder of the stress theory. *Singapore Medecal Journal*. Vol.59, No.4, pp.170-171, Apr. 2018. DOI: <https://doi.org/10.11622/smedj.2018043>
- [20] C. R. Rogers, On Becoming a Person : A therapist's View of Psychotherapy, p.367, Houghton Mifflin Company, 1961, pp.26-27. <http://dspace.vnbrims.org:13000/ispui/bitstream/123456789/4397/1/On%20Becoming%20a%20Person%20A%20Therapist%E2%80%99s%20View%20of%20Psychother apy.pdf>
- [21] C. R. Rogers, A way of being, p.395, Houghton Mifflin Company, 1980, pp.117-118. [https://openlibrary.org/books/OL4105593M/A\\_way\\_of\\_being](https://openlibrary.org/books/OL4105593M/A_way_of_being)
- [22] M. E. Rogers. An Introduction to the Theoretical Basis of Nursing. p.144, F. A. Davis Co., 1970, pp.1-144 [https://openlibrary.org/books/OL5755455M/An\\_introduction\\_to\\_the\\_theoretical\\_basis\\_of\\_nursing](https://openlibrary.org/books/OL5755455M/An_introduction_to_the_theoretical_basis_of_nursing)
- [23] C. Roy, H. A. Andrews, The Roy adaptation model(2nd ed.). p.574, Pearson. 2019, pp.1-574.
- [24] D. E. Orem. Nursing: Concepts of practice. p.237, McGraw-Hill Book Company. 1971, pp.1-237.
- [25] G. Caplan, .An approach to community mental health, Grune& Stratton, p. 280, 1961, pp.1-280. DOI: <https://doi.org/10.4324/9781315013879>

배 경 의(Kyung-Eui Bae)

[중신회원]



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

<관심분야>

간호교육, 여성건강간호학, 노인간호

한 영 인(Young-In Han)

[정회원]



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

<관심분야>

간호시뮬레이션실습, 간호정보학, 심폐소생술