

청년 세대가 중장년 세대보다 심리 지원에 대한 요구도가 높다. (사진=경기연구원 제공)

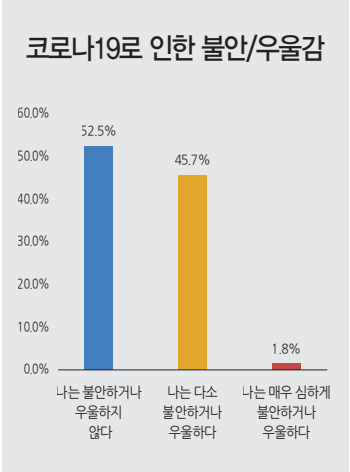
난으로 인한 심리정신적 충격의 강도와 서비스의 요구도가 상이했다. 특히 필요로 하는 심리지원 서비스의 종류에서도 대상자별 차이가 나타났다. 예를 들어, 10대의 경우 ‘신체활동 프로그램’에 대한 요구도가 가장 높은 반면, 높은 연령층에서는 ‘자가관리 프로그램’의 요구도가 높게 나타났다. 지역별로는 경기도의 경우 ‘인문강의 또는 음악 등 문화적 힐링 프로그램’의 요구도가 높은 반면, 대구의 경우 ‘개인별 전문 심리상담’에 대한 요구도가 높았다.

따라서 국민들의 심리정신적 피해의 정도와 대상자의 특성을 고려하여 지역별, 계층별, 대상자별 맞춤형 심리정신 회복지원 프로그램을 도입해야 한다. 예를 들어, 10대의 경우 학교 등 학업 현장에서 적용할 수 있는 집단 심리치료 활동 또는 힐링제조 등과 같은 신체활동 프로그램을 개발하는 등의 방안 마련이 필요하다. 다른 예로는 지역별 특성을 고려하여 해당 지역의 정신건강 피해 수준과 서비스 요구도를 반영한 ‘지역형 코로나 극복 힐링 프로그램’의 마련이 필요하다. 즉, 지자체 및 지역사회 단위에서 주민들의 심리정신 회복을 위한 ‘맞춤형 힐링 콘텐츠 개발’, ‘모바일 자기관리 프로그램 운영’, ‘힐링 앱 보급’ 등 다양한 심리지원 서비스와 콘텐츠를 개발하고, 해당 지역의 직장인, 학생, 주부 등 대상자별로 맞춤형 힐링 프로그램을 운영하는 등의 ‘지역사회 힐링 프로그램’의 도입이 필요하다.

지역사회 단위에서 심리정신 회복지원 도입

두 번째로는 코로나19 이후 감염-정신 응급대응체계 및 심리백신 프로그램을 강화해야 한다. 과거의 경험에 비추어 볼 때 코로나19 이후 우리나라의 경제난으로 인해 자살사망률이 급증할 우려가 크다. 1997년 외환위기 당시 자살사망률이 우리나라 최초로 교통사고 사망률을 넘어섰고, 이후에도 한동안

지속적으로 높은 자살사망률이 유지되었던 사례가 있다. 또한 2003년 카드대란 및 2008년 경제위기 당시에도 자살률이 급증했던 전례가 있다. 이번 코로나19 또한 경제적으로 막대한 손실을 야기함과 동시에 지금도 많은 실직자가 양산되고 있음을 볼 때 이번 코로나19 팬데믹은 1997년 외환위기 상황에 못지않은 경제적 위기를 초래할 것으로 예상된다. 따라서 이에 대비하기 위해 고용-복지-정신건강의 전반적인 체계를 아우르는 ‘감염재난 통합 정신건강 복지체계’를 마련하고, 자살고위험군에 대한 신속한 개입 체계를 마련해야 한다. 이를 위해 고용센터를 중심으로 하는 일차적 원



참여자의 절반가량이 코로나로 인한 우울감을 호소했다. (사진=경기연구원 제공)

스탑 심리지원체계의 구축과 복지-정신건강 서비스를 연결함으로써 자살고위험군의 조기발견과 상호 연계-의뢰 체계를 강화해야 한다. 다시 말해, 코로나19로 인한 고용 상실과 경제적 위기 상황으로 인한 정신건강 피해에 대한 긴급지원 체계가 실효성 있게 가동될 수 있도록 미리 정비해야 한다.



코로나블루는 코로나가 끝난다고 해서 바로 사라지지 않는다. (사진=픽사베이)

셋째, 일반 국민들의 정신건강 회복탄력성 증진을 위한 심리백신 프로그램도 필요하다. 트라우마는 누구나 경험할 수 있으나 그에 대한 회복력은 개인차가 존재하기 때문에 회복탄력성을 고려한 대상자별 심리백신 프로그램을 강화해야 한다. 경기도의 경우 2015년 메르스 이후 ‘경기도정신건강복지센터’를 통해 재난 이후 도민들의 정신건강 회복을 위한 ‘회복탄력성 강화 훈련프로그램’ 등 심리정신적 지원서비스를 온라인으로 제공해오고 있다. 따라서 이러한 경기도의 사례와 같이 재난대응 정신건강 회복탄력성 강화 프로그램의 전국적인 확대와 다양한 채널을 적극 활용하여 대국민 홍보도 함께 추진할 필요가 있다. 특히 1차, 2차 예방적 관점의 정신건강 프로그램들을 보다 다양하게 개발함으로써 감염재난을 비롯한 다양한 재난상황에서의 국민적 정신건강 회복탄력성 강화를 지원하기 위한 정책적 방안마련이 필요하다.

회복탄력성에 따른 심리백신 재난상황에서 정책적 방안 필요

끝으로 국공립(정신)의료기관 중심의 감염병-정신응급 대응체계의 구축도 필요하다. 이번 코로나19 사태에서도 응급입원이 필요한 정신질환자가 입원을 제때 하지 못해 사건사고가 발생한 사례와 함께, 정신병동의 폐쇄된 공간에서의 집단적 감염 우려로 인해 민간 의료기관의 적극적 대응을 기대하기 어려운 상황도 경험했다.

따라서 코로나19와 같은 감염병 대응행 상황에서 정신응급 의료체계가 마비되는 사태를 방지하기 위한 정책적 대응이 필요하다. 이를 위해 중앙정부 및 광역지자체 차원에서 국공립 의료기관을 중심으로 감염병 유행상황에서 정신응급과 감염병을 동시에 개입이 가능한 음압병실의 확보 등의 대응책 마련이 필요하다. 중앙정부와 지자체가 협력하며 국공립 의료기관을 중심으로 ‘감염병-정신응급 음압병실’을 확보해 응급 대응팀을 운영하고, 코로나19의 검사와 정신질환 안정화 과정을 동시에 진행한 이후 민간의 료기관으로 전원하는 체계를 도입할 수도 있을 것이다. 특히 시설 설치에 대한 부담을 가질 수밖에 없는 민간의료기관에 대해서는 지정제도 활용 등을 통해 필요한 재정을 지원하고, 인력 연계 제도를 마련하고 감염병 유행의 상황에서 정신응급에 대비한 정부-민간 협력 응급개입 역량을 강화하는 것이 필요하다.

정부지원 무엇이 있나

김가연 기자 rkds0617@khu.ac.kr

코로나19 상황이 장기화됨에 따라 경제적·심리적으로 어려움을 겪는 이들이 늘어나고 있다. 특히 일상의 변화와 생활의 제약에서 비롯된 코로나블루와 코로나레드는 심각한 사회 문제가 되었다. 이에 정부와 각 지방 자치단체는 국민들을 돕기 위해 다양한 지원 정책을 마련했다.

우선 정부는 코로나블루를 겪는 국민들이 상시적인 자가진단을 할 수 있도록 맞춤형 관리 체계를 마련하고 자살 예방 상담 인력을 확대하기로 했다. 또, 몇 차례 자살 예방정책위원회를 열어 ‘코로나19 대응 자살예방 강화대책’을 확정했다. 우울감으로 인해 자살을 시도하는 ‘고위험군’을 지원하고자 사후 관리 의료기관을 확대하기도 했다.

정세균 총리는 제3차 자살예방 정책위원회에서 “코로나19 발생 이후 젊은 여성들과 학생들의 자살이 급증하고 있는 만큼 자살 예방을 위한 선제적 대응이 필요하다”고 말했다. 이어 “학생들의 경우 학업과 대인관계 모두에서 큰 상실감을 겪고 있는 만큼 정부와 사회가 나서서 ‘잃어버린 시간’을 되찾아 주어야 한다”고 강조했다. 정부는 2025년까지 코로나 블루 극복 및 국민 정신건강 개선을 위해 총 2조원의 예산을 투입할 예정이다.

지역 단위에서도 주민들의 정서적 안정을 위해 노력 중이다. 성동구청은 살곶이 공원 자동차 극장 운영, 드라이브스루 방식 도서 대여, 배란다 음악회 개최 등을 통해 구민들을 위한 심리 방역 서비스 제공에 앞장섰다. 대전시는 코로나19 상황 발생 후 코로나블루 고위험군을 대상으로 심리 안정을

위한 물품 지원, 정신건강의학과 및 트라우마센터 치료 연계, 온라인 정신 문화 공연 등의 서비스를 지속해왔다. 또, 올해는 심리 지원 서비스를 강화하고자 정신질환을 사전에 예방하기 위한 맞춤형 지원을 제공할 예정이다.

정부 차원에서는 심리방역 외에도 다양한 서비스가 진행되고 있다. 정부는 코로나19가 시작된 후 3차례에 걸쳐 긴급재난지원금을 지급했다. 현재는 4차 긴급 재난지원금을 위한 회의가 이어지고 있다. 전문가들 사이에서는 어려운 사람을 집중적으로 돕기 위해 지원금을 선별지급해야 하는 의견과, 정부 조사를 통해선 국민 개인의 사정을 정확히 파악할 수 없으니 보편지급이 필요하다는 의견이 대립하고 있다. 4차 긴급 재난지원금은 약 20조에 달할 예정이다. 또 서울시는 이달부터 월 5일 이상 무급휴직한 서울 지역 소상공인 및 소기업 근로자에게 무급휴직 고용유지지원금을 지원한다. 근로자의 고용 안정과 생계 유지를 지원하기 위한 정책이다.

의료진을 위한 서비스도 시행된다. 여성가족부는 코로나19 의료진들에게 24시간 아이돌봄 서비스를 제공하겠다고 밝혔다. 이는 만 12세 이하의 자녀가 있고 양육 공백이 있는 가정에 아이 돌보미가 직접 찾아가 맞춤형 돌봄을 제공하는 서비스다. 의사, 간호사, 간호조무사를 포함한 코로나19 의료진은 오늘부터 해당 서비스를 우선적으로 이용할 수 있다. 비용은 최소 60%에서 최대 90%까지 정부에서 지원한다. 의료진이 자녀에 대한 걱정을 덜고 치료 활동에 전념할 수 있도록 돕는 것이다. 광주광역시 정신건강 복지센터는 업무 과다와 휴식 부족으로 힘든 시간을 겪고 있는 의료진들을 위해 국립장성숲체원과 협약을 맺어 명상과 운동 프로그램을 운영한다. 정부가 다양한 정책을 지원하고 있지만 여전히 복지의 사각지대에 위치한 사람들이 있다. 팬데믹이 1년 가까이 지속되고 있는 만큼 국민들을 위한 더욱 체계적인 지원이 필요한 시점이다.



보건복지부 권덕철 장관이 국립정신건강센터를 방문해 대응체계를 점검하고 있다. (사진=보건복지부)