

Introduction to the Special Issue

Post-COVID-19 Response of Clinical Psychologists: Experience- and Evidence-Based Implications and Recommendations

Hyunjoo Song[†]

Department of Psychotherapy, Graduate School of Professional Therapeutic Technology, Seoul Women's University, Seoul, Korea

This article is an introduction to the special section of the *Korean Journal of Clinical Psychology* on the Post-COVID-19 response of clinical psychologists. COVID-19 is pushing us to respond to dramatic changes in multiple aspects of necessary life. In particular, as Korean clinical psychologists, we bear a strong public responsibility as clinicians and researchers to cope efficiently and in a timely fashion in facing this rapidly evolving environment. In this context, the Special Issue of Clinical Psychologists' Response to Post-COVID-19 in the *Korean Journal of Clinical Psychology* was planned to contribute to an accurate summation of the current activities of Korean clinical psychologists and to offer suggestions for the future. The present special issue of the *Korean Journal of Clinical Psychology* includes six articles focusing on our communities, digital phenotyping and digital therapeutics, the psychological impact of COVID-19, effective crisis intervention, and disability-inclusive community resilience. The articles were drafted by experienced Korean clinical psychologists. In addition, the report of the Post-Corona19 Committee, "Post-Corona19 Roadmap of the Korean Clinical Psychology Association," provides an overview of the workings of the committee. It is expected that the current special issue will be a valuable resource within and outside the Korean Clinical Psychology Association and confirm our status as a crucial professional group during and following the COVID-19 pandemic period.

Keywords: COVID-19, Korean Clinical Psychology Association, community, digital phenotyping and digital therapeutics, psychological impact, crisis intervention, disability, Republic of Korea

COVID-19는 우리 사회 전반에 걸쳐 엄청난 변화를 순식간에 가져왔다. COVID-19 직전 핵심 키워드는 '기술혁명' 혹은 '4차산업혁명'이었다. 대다수가 신기술혁명 시대의 도래를 논하였고 나름의 준비를 갖추고 있었다. 그러나 COVID-19라는 전대미문의 사태로 인해 예상보다도 훨씬 빠르게 신기술들은 우리 생활의 중심을 차지하게 되었다. '비대면'이라는 접촉 방식이 단지 COVID-19 바이러스 확산 방지를 위한 일시적 대처 방법이 아니고 전통적인 공동체 상

호작용의 상당 부분을 대체하게 되는 것을 우리는 인지하고 있다. Virtual Reality나 Augmented Reality같은 비접촉 방식의 신기술들은 상호작용에 대한 인간 기본 욕구와 맞물려 현실과 가상이 융합된 새로운 문화를 창출할 것은 분명해 보인다. 이미 15년 전 발명가이자 미래학자인 Kurzweil (2005/2016)은 특이점(singularity)이라는 용어를 보다 포괄적 의미로 '너머를 알 수 없을 정도로 커다란 단속적 변화가 이루어지는 시기'로 재정의한 바 있다. 그는 기술의 기하급수적 발전으로 인해 특이점에 도달하게 되고 이 지점에서 인간의 생물학적 몸과 뇌의 한계를 극복할 수 있을 것이라고 주장하였다. 작금의 COVID-19는 특이점 도래를 앞당기는 견인차 역할을 하고 있음은 분명해 보인다. COVID-19가 종식될지라도 유사한

[†]Correspondence to Hyunjo Song, Department of Psychotherapy, Graduate School of Professional Therapeutic Technology, Seoul Women's University, 621 Hwarang-ro, Nowon-gu, Seoul, Korea; E-mail: jayoo1004@hanmail.net

Received Oct 30, 2020; Accepted Oct 31, 2020

바이러스는 지속적으로 우리와 공존하게 될 것이라는 전망도 나오고 있다. 과거의 일상으로 회귀하고자 하는 우리의 소망은 좌절될 것 같다.

Post-COVID-19 시대의 인간은 어떻게 살아가야 할 것인가? '스마트 폰'이라는 발명품이 단기간에 인간의 삶을 얼마나 많이 변화시키는지 우리는 이미 경험한 바 있다. 앞으로 다가올 Post-COVID-19 기술혁명 시대에서 어떻게 살아가야 할지에 대해 심도있는 주제적 담론이 필요한 시점이다. 임상심리학자는 과학자이면서 동시에 직접적으로 인간에게 심리학적 개입을 제공하는 임상가이다. Post-COVID-19 시대에 기술 혁명, 인간 행복과 가치를 풍요롭게 통합할 수 있는 최적화된 전문가 집단이다. Song (2019)은 4차 산업혁명시대는 많은 부분에서 인간이 해왔던 일들이 기계로 대체되는 시대이며 개인주의적이지만 개인성(individuality)은 존중되지 않는 사회로 전개될 가능성이 매우 크다고 전망하였다. 부지불식간에 몰개성화되어 가는 과정 속에서 인간 행동 전문가인 임상심리학자들의 주도적 역할이 매우 필요함을 강조하였다. 지금까지 임상심리학자 역할은 환경 속 개인의 특정 심리적 문제를 평가하고 치료하는데 중점을 두고 있었다. 그러나 기술진보가 주도하는 Post-COVID-19 시대는 임상심리학자에게 역할 확장을 요구하고 있다. Post-COVID-19 시대 임상심리학자는 개인을 넘어 문화와 철학을 포괄하는 거시적 시야를 가지고 폭주하는 기술혁명속에서 인간이 자신의 고유성과 가치를 자각하고 존엄성을 지키면서 기술 진보와 조화를 이루도록 돕는 역할을 감당해야 할 것이다.

2020년 COVID-19 상황에서 한국임상심리학회 회원들은 다양한 방식으로 다양한 장소에서 과학자이자 임상가로서 전문가 역할을 수행하였다. 이번 한국임상심리학회 Post-COVID-19 특별호에서는 Post-COVID-19 시대 대한민국 임상심리학자들의 현주소를 짚어보고 앞으로의 방향성을 함께 모색해 보고자 하였다. 총 6편의 실증논문과 고찰 논문이 실렸으며 제56대 한국임상심리학회 포스트코로나위원회 보고서가 마지막에 포함되었다.

첫 번째, Jeong (2020)의 Post-COVID-19 시대의 우리의 공동체 연구에서는 2020년 8월까지 우리 사회 곳곳에서 사용 중인 '공동체'라는 표현을 통해 현재 우리 공동체의 모습을 살펴보았다. COVID-19로 인해 드러난 우리 공동체의 테두리와 취약성을 진단하였고 우리가 추구하는 성공적인 공동체의 모습을 발굴하면서 임상가, 연구자와 시민으로서 임상심리학자의 역할에 대한 방향성을 제시하였다.

두 번째, Post-COVID-19 시대의 새로운 정신건강서비스-디지털 표현형과 디지털 치료제 연구는 현 시점에서 가장 핵심으로 부각되는 주제이다. 스마트폰을 포함한 다양한 기기 등을 통해 산출된

자료로 얻어지는 디지털 표현형은 인간행동을 평가하는 새로운 패러다임으로 심리평가 전문가로서 임상심리학자가 반드시 주목해야 할 영역이라 하겠다. 디지털 치료제는 '블루오션'을 지나 이미 거대 시장이 형성되었다고 보는 것이 적절하다. 몇몇 디지털 치료제가 미국 FDA 승인을 얻으면서 이 영역의 전쟁은 이미 시작되었다. 생물학 기반의 약물치료 영역에서 임상심리학자의 입지는 매우 제한적이었으나 행동 기반 디지털 치료 영역은 임상심리학자의 핵심 전문영역이다. 적극적으로 도전하여 우위를 점해야 하는 영역이다. Post-COVID-19 특별호에서는 두 편의 관련 논문이 실렸다. E. S. Chung과 Chung (2020) 연구에서는 자폐스펙트럼 장애 중심으로 디지털 표현형과 디지털 치료제에 대해 전반적으로 고찰하였다. Lee, Shin과 Hur (2020) 연구에서는 주요 정신장애별로 최근 mhealth 관련 연구들을 세부 영역별로 현황을 분석하여 풍부한 기반 자료를 제시하였다.

세 번째, Bahk 등(2020)의 연구는 COVID-19로 인한 대한민국 국민의 심리건강 현황을 조사한 결과이다. COVID-19 2차 유행 시기에 총 1,000명을 대상으로 외상성 고통, 전염병 관련 예방 행동, 불안, 우울, 자살위험성과 일상활동 활력수준을 평가하였다. 조사 결과에 따르면 27.3%의 연구 참여자들이 경도 이상의 우울증상을, 28.8%가 경도 이상의 불안을 경험하며 23.6%가 자살 위험군으로 분류되었다. 이 연구는 COVID-19의 심리적 영향력을 조사한 기초 자료로서 중요한 의미를 가지고 있다. 특히 방역우수국으로서 평가되는 대한민국의 COVID-19 심리적 현황을 COVID-19 이전 자국민 자료와 다른 나라 COVID-19 현황 자료와 비교함으로써 대한민국 COVID-19 관련 심리적 현황을 심층적으로 분석하여 제시하였다.

네 번째, Lee와 Yook (2020) 연구에서는 우리나라 재난심리지원 체계와 미국 재난심리 지원체계 및 위기상담 프로그램을 고찰하였고, 현재까지 활동을 지속하고 있는 한국심리학회 코로나19 특별대책 위원회의 재난위기개입 활동을 분석하였다. 한국임상심리학회 회원들은 한국심리학회 코로나19 특별대책 위원회 핵심 역할인 전문가 전화상담에도 주도적으로 참여하였다. 국내 처음으로 통상 가장 이상적인 모델로 간주되는 공공기관과 민간기관의 협력모델을 구현하였다는 점은 매우 의미가 있다. 현 경험을 바탕으로 발전적인 대한민국 재난위기개입 활동에 대한 실제적인 시사점과 제언들이 제시되었다.

다섯째, Kim, Jung, Han과 Choi (2020)는 평등한 회복력 나눔: 장애인 재난 대응 지침 개발 프로젝트 중 일부 연구자료를 분석하여 한국 장애인 공동체의 COVID-19 경험과 향후 방향성을 제시하였다. 탐색적 연구로 초기 대규모 집단 발병을 경험하고 이를 성공

적으로 극복한 대구지역 자료가 분석되었다. 연구를 통해 COVID-19 방역이 지속되면서 장애인 사회 서비스 공백 문제가 점차로 심화되고 장애인이 더욱더 사회체계로부터 고립되는 현황을 분석해 내었다. 'COVID-19 암흑'이라는 단어는 재난 상황에서 장애인이 경험하는 극심한 심리적 고통을 드러내고 있다. 장애인과 공동체가 보였던 구체적 실행, 성과와 교훈을 바탕으로 Post-COVID-19 시대 장애인 재난재해 대비 및 대응에 대한 시사점과 제언을 제시하고 있다.

마지막 여섯째, 2020년 제56대 한국임상심리학회 포스트코로나 위원회(2020)에서 작성한 Post-COVID-19 한국임상심리학회 발전 로드맵 보고서가 실렸다. 제56대 한국임상심리학회 포스트코로나 위원회에서 2020년도 9월 1일에서 2025년도 8월 31일까지 기간을 해당 범위로 선정하여 도출한 미션과 핵심과제 및 실천 항목들이 제시되었다. 임상심리 전공 교육 내실화 방안, 기술 혁명 시대의 임상심리학 기반 강화와 국가 거버넌스 내 임상심리 전문가 기반 강화의 3가지 핵심 과제별로 구체적 실천 항목들을 제시하였다. 이 보고서는 Post-COVID-19 시대에 한국임상심리학회가 최고의 임상심리학자를 배출하여 최적의 임상심리 서비스를 국민에게 제공하는 역할을 담당해 가는데 중요한 기초자료가 될 것으로 기대된다.

Post-COVID-19 시대는 아무도 가보지 않은 길을 모두가 가야만 하는 시대이다. 최고의 전문성을 갖춘 한국임상심리학회 회원들에게 어느 시대보다도 더 많은 책임과 소명이 주어지는 시기이다. 기술 영역을 효과적으로 통합하여 최적의 임상심리서비스 제공자로서 기능함과 동시에 인간 소외, 불평등과 공동체 파괴의 위협 속에서 인간의 존엄성을 고양시키고 서로에 대한 선함과 신뢰를 촉진하는 공동체를 지향하는 소임이 우리 임상심리학자들에게 주어져 있다.

Author contributions statement

HJS, Professor in the Department of Psychotherapy, Graduate School of Professional Therapeutic Technology at Seoul Women's University drafted and revised the manuscript.

References

- Bahk, Y. C., Park, K. H., Kim, N. E., Lee, J. H., Cho, S. R., Jang, J. H., . . . Choi, K. H. (2020). Psychological impact of COVID-19 in South Korea: A preliminary study.
- Chung, K. M., & Chung, E. S. (2020). New mental health services in the Post-COVID19 era: Application of technology based approach on autism spectrum disorders.
- Jeong, A. S. (2020). Our communities Post-COVID19.
- Kurzweil, R. (2016). The singularity is near: When humans transcend biology. In M. N. Kim (Ed. & Trans), *특이점이 온다*. (Original work published 2005)
- Kim, J. H., Jung, G. I., Han, H. B., & Choi, H. J. (2020). Exploring disability inclusive community resilience post-COVID19 learning from experiences among caregivers in Daegu region.
- Lee, S. E., Shin, H. M., & Hur, J. W. (2020). mHealth for mental health in the COVID-19 era.
- Lee, Y. H., & Yook, S. P. (2020). Approaches and activities for effective crisis intervention in Post-COVID19 - Focusing on crisis intervention in COVID-19.
- Post-COVID19 Committee of the Korean Clinical Psychology Association. (2020). Roadmap of the Korean Clinical Psychological Association for challenging in the times of the Post-COVID19.
- Song, H. J. (2019). Clinical psychology in the age of in the new technology -Focusing on the recent studies trends-. *Korean Journal of Psychology: General*, 38, 549-578.

국문초록**Post-COVID-19 시대 임상심리학자의 대응: 경험과 근거에 기반한 시사점과 제안**

송현주

서울여자대학교 특수치료전문대학원 심리치료학과

COVID-19는 우리로 하여금 다양한 측면에서 엄청난 변화에 대처할 것으로 요구하고 있다. 한국의 임상심리학자로서 우리는 임상가이면서 동시에 과학자로서 작금의 혁명적 변화에 시기적절하고 효과적으로 대응해야 하는 책임과 소명이 주어져 있다. 이러한 맥락에서 한국 임상심리학회지 Post-COVID-19 시대 임상심리학자의 대응 특별호는 현재 한국임상심리학자들의 현주소를 정확하게 진단하고 앞으로 나아갈 방향을 제시하는데 기여하고자 기획되었다. 각 분야에서 많은 경험을 축적한 한국임상심리학회원이 공동체, 디지털표현형과 디지털 치료제, COVID-19 환경 속 대한민국 국민의 심리건강 현황조사, 효과적인 위기개입을 위한 접근과 활동, 장애인 공동체의 COVID-19 경험과 향후 방향성을 주제로 총 6편의 논문을 기고하였고 마지막으로 2020년 한국임상심리학회 포스트코로나위원회에서 작성한 '한국 임상심리학회 Post-COVID-19 발전 로드맵' 보고서가 함께 포함되었다. 금번 특별호는 한국임상심리학회가 Post-COVID-19 시대의 핵심적인 전문가 집단으로 역할을 감당하는데 중요한 자료로 기여할 것이다.

주요어: COVID-19, 한국임상심리학회, 공동체, 디지털표현형과 디지털치료제, 심리적 영향, 위기개입, 장애인, 대한민국