

이달의 초점

## 빨라지는 기후변화와 우리의 정신적 안녕

기후변화가 정신건강에 미치는 영향과 정책과제

**|백주하·김혜윤|**

기후 관련 재난 심리지원의 현황과 정책과제

**|현진희|**

기후위기에 대한 정신건강 전문가들의 대응과 참여 전략: 미국과 영국을 중심으로

**|김현수|**

기후불안에 대한 올바른 이해와 대응

**|채수미|**



**한국보건사회연구원**  
KOREA INSTITUTE FOR HEALTH AND SOCIAL AFFAIRS

# 기후불안에 대한 올바른 이해와 대응<sup>1)</sup>

Understanding and Responding to Climate Anxiety

채수미 한국보건사회연구원 미래질병대응연구센터장

기후변화의 가속화는 이제 기후위기 시대, 기후불안 시대라는 말로 거듭나고 있다. 법에서 기후변화와 기후위기의 의미를 설명하고 있고, 국내에서는 기후위기 대응을 위한 정책이 추진되고 있는 만큼 기후 위기 시대라는 말은 사실적 표현으로 볼 수 있다. 기후변화에 관한 정부 간 협의체(IPCC)가 기후불안을 언급한 이후 국내에서도 기후불안에 대한 우려가 커지고 있다. 이에 이 글에서는 기후불안의 개념과 특징을 알아보고, 국내 기후불안 실태를 분석함으로써 지금 우리가 기후불안을 어떻게 이해하고 대응해야 하는지 제안하였다. 한국의 기후불안은 국외 연구와 유사한 수준인데, 특히 기후불안이 환경친화적 행동을 하도록 하는 긍정적 기능을 하는 것으로 나타났다. 국내 기후불안의 문제가 사회 전반에 만연해 있어 해결해야만 하는 과제로 여기기보다는 기후위기 대응을 위한 원동력으로 잘 작용할수록 있도록 준비해야 한다.

## 1 들어가며

2021년 대구를 시작으로 최근 우리나라 몇 곳에 기후위기사계가 설치되었다. 기후위기사계는 전세계 과학자, 예술가, 기후 활동가들이 고안한 것으로,

2021년에 기후변화에 관한 정부 간 협의체(IPCC: Intergovernmental Panel on Climate Change)가 발표한 제6차 보고서에 근거하여 산업화 이전(1850~1900년) 대비 지구 평균기온이 1.5°C 상승하기까지 남은 시간을 표출해 준다. 지난해 여

1) 이 글은 채수미, 김혜윤, 이수빈, 신지영, 백주하, 김태현, 전진아. (2023). 사회정신건강연구센터 운영: 기후위기가 정신건강에 미치는 영향(한국보건사회연구원)을 재구성하여 작성한 것이다.

를 대전에 설치된 시계는 2023년 9월 5일을 기준으로 5년 321일을 나타냈다(기상청, 2023). 째깍 째깍 분초 단위로 움직이는 시계를 보며 누군가는 기후위기에 대한 관심과 참여 의지를 다졌을 수도 있고, 누군가는 미래에 대한 두려움과 걱정을 느끼게 되거나 더 나아가서는 기후변화를 부정하고 싶은 마음을 가졌을지 모른다.

기후변화의 가속화는 이제 기후위기 시대, 기후불안 시대라는 말로 거듭나고 있다. 기후변화라는 사실에 대해 공감과 부정이 공존하고 있는 데다 기후위기시계가 가리키듯 우리에게 남은 시간이 많지 않음을 강조하기 위해 더욱 강한 어조가 도움이 된다고 생각할 수도 있다. 그러나 감정을 자극하고 호소하는 것보다 사실과 불확실성을 구분해 말하고 이성적으로 논의하는 것이 옳다. 그러면 앞서 언급한 용어들은 어떤 의미를 갖는가 살펴볼 필요가 있다.

「기후위기 대응을 위한 탄소중립·녹색성장기본법」 제2조(정의)에 따르면 ‘기후변화’는 사람의 활동으로 인하여 온실가스의 농도가 변함으로써 상당 기간 관찰되어 온 자연적인 기후변동에 추가적으로 일어나는 기후체계의 변화를 말한다. 그리고 ‘기후위기’는 기후변화가 극단적인 날씨뿐만 아니라 물 부족, 식량 부족, 해양 산성화, 해수면 상승, 생태계 붕괴 등 인류 문명에 회복할 수 없는 위험을 초래하여 획기적인 온실가스 감축이 필요한 상태로 정의하고 있다. 법에서 두 가지 용어의 정의를 분명히 밝히고 있고, 국내에서는 기후위기 대응을 위한 정책이 추진되고 있는 만큼 기후위기 시대라는 말은

사실적 표현으로 볼 수 있다. 그런데 기후불안이 국내에서 다수 언급되기 시작한 건 IPCC 제6차 보고서에 이것이 처음 다루어진 2022년부터였는데, 당시 한국인의 기후불안은 조사조차 된 바 없었다. 이 글에서는 지금 우리가 기후불안을 어떻게 이해하고 대응해야 하는지 살펴보고자 한다.

## 2 기후불안의 개념

기후불안은 기후 시스템의 위험한 변화에 대한 반응으로 감정적, 정신적, 신체적 고통이 고조되는 것으로 정의할 수 있다(Whitmarsh et al., 2022). 사실 기후변화로 인해 발생하는 정서적 반응 또는 감정을 설명하는 개념은 다양하다. ‘정신병적 증후군(psychoterratic syndromes)’(Albrecht, 2011)은 지구의 부정적 변화에 대한 심리적 반응을 가리키며, ‘솔라스탤지어(solastalgia)’(Albrecht, 2019)는 주변 지역 환경의 대대적 변화로 인한 우울감 및 괴로움을 가리키는 말이다. ‘환경불안(Eco-anxiety)’(Clayton et al., 2017)은 미국 심리학회에서 환경 파멸에 대한 만성적 두려움이라고 정의한 바 있다. 또한 ‘기후불안(Climate anxiety)’, ‘환경파괴에 대한 두려움(Eco-distress)’은 기후변화에 대한 부정적인 감정적 반응과 관련된 개념으로 볼 수 있다(Martin et al., 2022).

이처럼 이미 기후불안의 개념은 학계에서 지속적으로 논의되어 왔는데, IPCC는 2022년 제6차 보고서에서 이를 처음 다루었으며, 거기에서는 기

[그림 1] 기후변화가 정신건강에 미치는 영향



출처: "Health, Wellbeing, and the Changing Structure of Communities", Cissé et al., 2022, Cambridge University Press, p. 1077의 그림 재구성

후불안(climate anxiety)이라는 용어를 사용하고 있다. IPCC는 기후불안을 다음과 같이 설명하고 있다. 기후변화의 잠재적 위험에 대한 불안과 기후 변화 자체에 대한 인식은 직접적인 기후변화의 영향을 받지 않더라도 정신건강에 영향을 미칠 수 있다고 하였다. 기후변화가 정신건강에 미치는 위험은 기후변화로 나타나는 기상현상에 ‘노출(exposure)’ 되어야 하는데, 노출은 직접, 간접뿐만 아니라 대리노출(vicarious exposure)도 포함되어 있다. 대리노출은 타인의 경험을 목격한 것, 기후변화에 대한 정보를 미디어를 통해 보고 듣는 것 등을 말한다(그림 1). 한편 보고서에서는 여러 국가에서 수행된 기후불안 실태를 소개하면서 기후불안은 아직 ‘낮은 신뢰도(low confidence)’ 수준의 근거라고 설명

하며, 앞으로 실태와 심각성에 대한 근거가 더 축적될 필요가 있다고 하였다(Cissé et al., 2022).

### 3 기후불안의 특성

기후불안을 느낀다는 것은 치료해야 할 질병을 얻게 된 것을 의미하는 것은 아니지만, 우리가 이것을 우려하는 것은 그것이 미치는 부정적 영향이 있기 때문이다. 연구에 따르면 기후불안은 일상생활에 지장을 줄 가능성이 있고, 극도의 불안은 이차적인 정신건강 문제로 이어질 수 있다(Jang et al., 2023). 이러한 불안감은 식욕부진, 수면 방해, 공황발작 등과 같은 구체적인 증상을 유발할 수 있다(Gifford & Gifford, 2016).

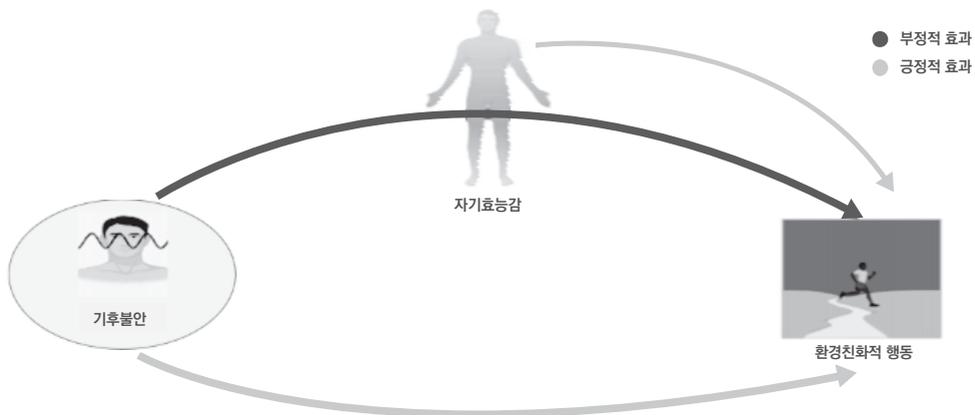
또한 정신건강에 문제가 있는 경우 기후불안을 경험하게 될 가능성도 높다. 범불안장애나 기저 정신질환이 있을 경우 기후불안을 경험할 확률이 더 높으며, 마음챙김(mindfulness)의 정도가 낮을 경우 기후불안을 겪기가 쉽다고 보고되고 있다 (Whitmarsh et al., 2022).

반면 기후불안의 긍정적 기능도 보고되고 있는데, 이를 이해하는 것이 매우 중요하다. [그림 2]에서 보는 바와 같이 기후불안은 환경친화적 행동을 유도하는 긍정적 기능과 환경친화적 행동을 회피하는 부정적 기능을 모두 가지고 있다. 긍정적 기능은 기후변화에 대한 부정적 감정이 오히려 기후변화에 대한 관심과 행동으로 나타날 수 있다는 것이다. 이렇게 긍정적 기능으로 연결되는 데에는 기후변화에 대한 소통, 개인의 문제 해결 방식 등이 작용한다고

설명되기도 한다. [그림 2]에서는 특히 자기효능감을 강조하고 있다. 자기효능감은 환경친화적인 행동을 하는 것이 기후변화 영향을 줄이는 데 기여할 수 있다는 기대를 촉진할 수 있는데, 이것은 실질적으로 개인이 행동으로 실천할 수 있는 동기부여가 된다(Innocenti et al. 2023).

그러나 기후불안이 부정적으로 작용하게 되면 심리적 고통, 우울 등을 경험할 뿐만 아니라 기후변화에 대응하기 위한 행동을 회피하게 된다. 즉 어느 정도의 기후불안은 기후행동의 중요한 동기부여 요인이 될 수 있으나, 심각한 수준의 불안은 기후 적응 행동을 회피하고 나아가서는 정신질환의 문제로 연결될 가능성이 높아진다. 이와 같은 특성으로 기후불안은 그 자체로 정신건강 문제가 있음을 의미하지 않는다. 치료하거나 해결해야만 하는 문제로

[그림 2] 기후불안이 환경친화적 행동에 미치는 영향



출처: "How can climate change anxiety induce both pro-environmental behaviours and eco-paralysis?", Innocenti et al., 2023, International journal of environmental research and public health, 20(3085), p. 5의 그림 재구성.

간주할 필요도 없다.

그동안 국내에서 기후변화에 대한 인식, 감정을 파악하기 위한 조사가 이루어져 왔는데, 그 결과는 일관되게 보고되지 않았다. 기후변화에 대한 감정을 확인하는 질문이기 때문에 검증된 척도를 활용하지 않는다면 조사 문항이 어떻게 구성되는가에 따라 응답자의 감정은 다르게 평가되었을 가능성이 있다. 특히 국내에서는 기후변화로 인한 영향이 더욱 크데, 그렇기 때문에 부담과 불안이 더 클 것으로 예상되는 젊은 세대의 기후변화에 대한 인식이 정확히 평가되지 않았다. 따라서 우리나라의 기후 불안 현황을 확인하고, 이것이 긍정적 또는 부정적 기능을 하고 있는지 평가함으로써 이에 대한 올바른 논의와 대응을 해 나가는 것이 필요하다.

#### 4 한국의 기후불안 실태

채수미 외(2023)의 연구에서 2023년 7월 전국 19~65세 성인 2000명을 대상으로 한 조사를 통해 확인된 국내 기후불안의 실태를 살펴보고자 한다. ‘걱정’, ‘불안’, ‘무력감’, ‘기후불안’ 네 개 지표로 기후변화에 대한 감정을 확인하였다. ‘기후불안’은 K-CCAS(Climatic Change Anxiety Scale)를 활용해 측정된 것이다. CCAS는 2020년에 Clayton, Karazsia가 기후불안을 정량화하기 위해 개발한 척도로, 각 문항에 대해 1~5점으로 응답하는 자기 보고형 설문으로 평가한다. 이 척도는 영문으로 개발되었기 때문에 이후 Jang 외(2023)의 연구에서

국문으로 번역하여 한국형 척도의 타당도를 평가한 바 있다. 해당 연구에서는 19~65세를 대상으로 타당도를 검토했기 때문에 아직 아동이나 고령자를 대상으로 평가할 수 있는 타당도가 확인된 한국형 척도는 없다. 척도의 점수가 높을수록 기후변화에 대한 불안이 높다고 볼 수 있는데, 중증도를 구분할 수 있는 기준 점수는 없다. K-CCAS는 13개 문항으로 구성되어 있는데, 수면장애, 집중장애, 악몽 등 인지·정서 장애를 평가하는 8개 문항, 일·학습·관계의 어려움 등 기능장애를 평가하는 5개 문항이 포함되어 있다. 내용에서 유추할 수 있듯이 이 척도는 비교적 높은 수준의 기후불안을 확인할 수 있다.

‘걱정’은 ‘귀하는 기후변화에 대해 걱정하십니까? 걱정하지 않으십니까?’, ‘불안’은 ‘귀하는 기후변화에 대해 불안하십니까? 불안하지 않으십니까?’, ‘무력감’은 ‘귀하는 기후변화는 통제하거나 해결할 수 없다고 생각되어 무력감을 느끼십니까?’라는 질문으로 측정했으며, 각 문항은 4점 척도이다. 이와 같은 질문은 기존 연구에서 기후변화에 대한 인식과 감정을 조사할 때 흔히 사용되었던 방식이다. 다만 이 조사에서는 긍정이나 부정의 감정을 유도하지 않기 위해 두 가지 표현을 함께 사용했다.

조사 결과에서 기후변화에 대해 걱정하고 있는 경우는 93.3%, 불안하다는 경우는 90.8%로 나타났다. 대다수 사람들이 우려하고 있다는 점은 그간 알려진 바와 같다. 그런데 무력감을 느낀다는 경우는 절반이 넘는다는 하지만, 걱정과 불안보다는 매우 적은 수치이다. 기후변화는 거의 모든 사람에게

[표 1] 기후변화에 대한 걱정, 불안, 무력감

(단위: 명, %)

구분	걱정					불안					무력감					
	(전혀) 걱정하지 않는다		(매우) 걱정한다		x <sup>2</sup>	(전혀) 불안하지 않다		(매우) 불안하다		x <sup>2</sup>	(전혀) 그렇지 않다		(매우) 그렇다		x <sup>2</sup>	
	빈도	비율	빈도	비율		빈도	비율	빈도	비율		빈도	비율	빈도	비율		
전체	134	6.7	1866	93.3		184	9.2	1816	90.8		916	45.8	1084	54.2		
성별	남	87	8.5	934	91.5	25.4***	115	11.3	906	88.7	20.329***	496	48.6	525	51.4	7.262
	여	47	4.8	932	95.2		69	7.0	910	93.0		420	42.9	559	57.1	
연령	19~29세	48	12.4	340	87.6	47.9***	63	16.2	325	83.8	46.363***	158	40.7	230	59.3	44.712***
	30~39세	28	7.4	348	92.6		35	9.3	341	90.7		166	44.1	210	55.9	
	40~49세	26	5.7	430	94.3		29	6.4	427	93.6		193	42.3	263	57.7	
	50~59세	27	5.5	466	94.5		41	8.3	452	91.7		245	49.7	248	50.3	
	60~65세	5	1.7	282	98.3		16	5.6	271	94.4		154	53.7	133	46.3	

주: \* p<0.05, \*\* p<0.01, \*\*\* p<0.001.

출처: "사회정신건강연구센터 운영: 기후위기가 정신건강에 미치는 영향", 채수미 외, 2023, 한국보건사회연구원, pp. 112~113.

걱정스럽고 불안한 문제이기는 하지만, 절반의 사람들은 여전히 우리가 통제하고 해결할 수 있다는 희망을 가지고 있다고 해석해 볼 수도 있겠다.

사실 긍정적인 시각이 문제라고 지적된 적도 있었는데, IPCC는 기후변화 정책에 대한 긍정적인 시각이 기후변화 대응 정책을 저해하는 요인 중 하나라고 했다(IPCC, 2014). 벌써 10년이 지난 시점에 언급된 것이니 당시의 기후변화에 대한 낮은 관심과 이해에 대한 비판일 수 있다. 기후변화의 과학적 근거에 대해 사람들의 이해가 다르고, 대응 방안도 다르다. 기후변화에서 기후위기로 전환된 현 시점에서 다음과 같이 제안하고 싶다. 대부분 불안과 걱정을 느끼며, 절반의 사람들은 무력감을 느끼는 상황을 고려할 때 불안과 걱정의 감정을 자극하

기보다는 우리가 대처할 수 있다는 희망을 논의하고, 그 희망을 바탕으로 한 행동 변화를 이끌어 내는 것이 더 필요하다.

이제 최근 사회적으로 많이 논의되고 있는 기후불안은 어떤 수준인지 살펴보겠다. 앞서 설명했듯이 CCAS 척도는 중증도나 중요도의 의미를 부여할 수 있는 기준점이 없어 연구마다 기후불안 수준을 평가하는 방식이 다르다. 각 13개 문항의 평균 점수 또는 13개 문항의 합계 점수를 보고하는 경우가 많다. 점수의 구간을 경증, 중등, 중증으로 임의로 나누기도 한다(Whitmarsh et al., 2022). 문항별 평균값을 보고한 선행연구에서는 5점 만점 중 1~2점 사이로 보고하는 경우가 다수인데, Whitmarsh et al의 연구 기준으로 보면 대부분 경증의 기후불

안이 확인되고 있음을 알 수 있다. 2023년 여름에 확인된 우리나라의 기후불안 점수는 1.90점이었 다. 국외 연구들과 비교할 때 우리나라의 수준이 아 주 높다거나 낮은 상태라고 설명할 만한 특이점은 없다.

기후변화는 기후변화에 대한 책임, 기후변화로 인한 피해와 부담에서 세대 간 차이를 보이는 문제 이므로 세대별 인식을 살펴보는 것이 필요하다. <표 2>에서 연령 구간별 인식과 감정에 대한 수치를 제시했는데, 여기에서는 인식과 감정에 대한 4

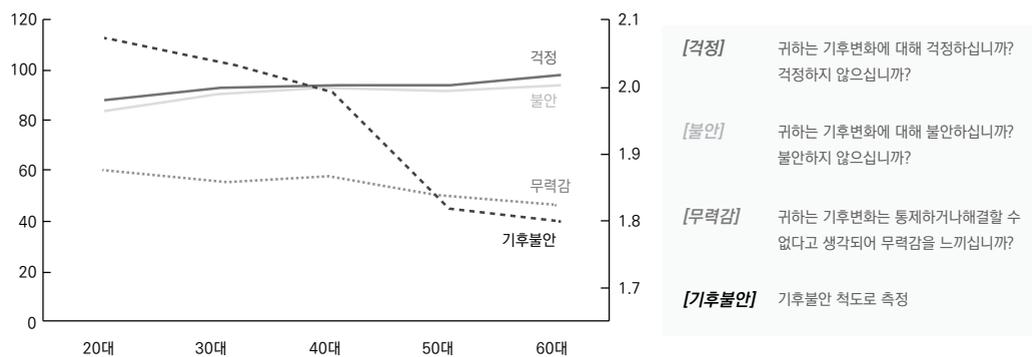
[표 2] 기후불안 수준

구분		CCAS			
		N	평균	SD	t/F-검정
전체		2000	1.90	0.87	
성별	남	1021	1.98	0.90	4.305***
	여	979	1.81	0.82	
연령	19~29세	388	2.02	0.98	8.207***
	30~39세	376	1.99	0.89	
	40~49세	456	1.94	0.88	
	50~59세	493	1.77	0.81	
	60~65세	287	1.75	0.69	

주: \*\*\* p<0.001.

출처: "사회정신건강연구소 운영: 기후위기가 정신건강에 미치는 영향", 채수미 외, 2023, 한국보건사회연구원, p. 109.

[그림 3] 연령별 기후변화에 대한 인식 및 감정



주: \*\*\* p<0.001.

출처: "사회정신건강연구소 운영: 기후위기가 정신건강에 미치는 영향", 채수미 외, 2023, 한국보건사회연구원, p. 224.

개 지표를 연령별로 살펴보려고 한다. 대다수 응답자가 가지고 있는 걱정, 불안은 연령이 증가할수록 더 높게 나타난 반면 무력감, 기후불안은 반대의 경향을 보였다. 젊은 세대에게 기후변화에 대해 걱정되는지, 불안한지라는 질문을 던진다면 마치 기성세대에 비해 무관심하고 걱정이 없는 것처럼 잘못 평가될 수 있다. 이들은 사실 기성세대에 비해 통제하거나 해결할 수 없는 무력한 감정을 더 많이 가지고 있으며, 비교적 높은 수준의 불안도 갖고 있다.

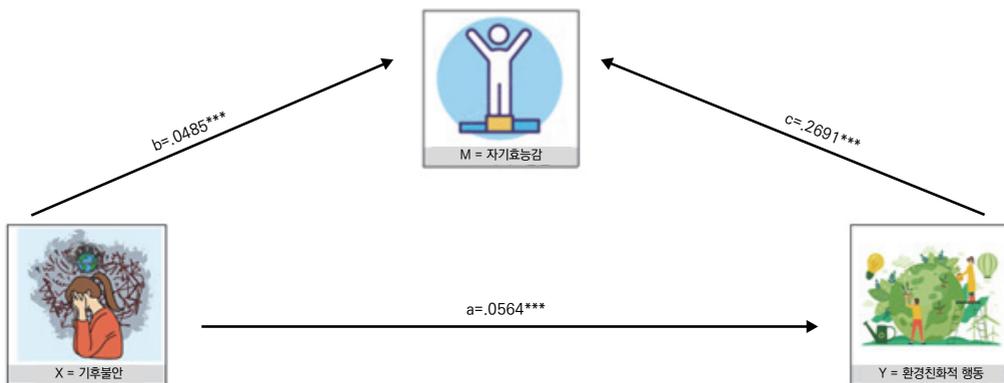
기후불안의 수준과 그것의 연령별 차이를 살펴 보았으나, 여전히 기후불안을 어떻게 이해하고 대응해야 할지 명확하지 않은 부분이 있다. 기후불안 자체로는 질환이 아니기도 하고, 기후불안의 척도에서 나타난 점수로도 문제의 지점을 확인할 수 없기 때문이다. 이 부분은 앞으로 개선되어야 할 기후불안 척도의 과제로 남아 있다. 따라서 [그림 2]에

서 살펴본 것처럼 우리나라의 기후불안이 환경친화적 행동에 어떤 기능을 하고 있는지, 기후불안과 환경친화적 행동 사이에서 자기효능감이 작동하는지 살펴봄으로써 문제를 더 이해해 보려고 한다.

자기효능감은 10개 문항으로 구성되어 4점 척도로 평가하는 한국어판 General Self-Efficacy Scale을 활용했다. 환경친화적 행동은 CCAS 원도구에 포함되어 있는 6개 문항으로 측정했는데, 이 문항은 5점 척도로 평가된다. 각 척도의 합계 점수를 분석에 활용했다. 매개 효과 검증을 위한 분석 모형에서는 성, 연령, 결혼 상태, 정치 성향, 우울 수준이 통제변수로 포함됐다.

그 결과를 살펴보면 기후불안이 증가할수록 환경친화적 행동이 증가하는 것으로 나타났다. 기후불안이 자기효능감에 미치는 영향은 0.0485, 자기효능감이 환경친화적 행동에 미치는 영향은 0.2691

[그림 4] 기후불안과 환경친화적 행동에 대한 자기효능감의 매개 효과



주: \*\*\*  $p < 0.001$ .

출처: "사회정신건강연구소 운영: 기후위기가 정신건강에 미치는 영향", 채수미 외, 2023, 한국보건사회연구원, p. 223.

**[표 3] 기후불안과 환경친화적 행동에 대한 자기효능감의 매개 효과**

효과	변수	계수	95% 신뢰구간		P <sub>M</sub>
			LLCI	ULCI	
Direct	X → Y(a)	.0564***	.0366	.0762	
	X → M(b)	.0485***	21.2053	24.1305	
Indirect	M → Y(c)	.2691***	.2373	.3009	
	X → M → Y(bc)	.0130***	.0038	.0226	
Total	Direct(a)+Indirect(bc)	.0694***	.0484	.0905	

주: 1) \*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001.

2) LLCI: Lower Level Confidence Interval, ULCI: Upper Level Confidence Interval, PM: 총 효과 중 간접효과와의 비율.

3) X는 독립변수인 기후불안 척도(CCAS)의 총점, M은 매개변수인 자기효능감 점수, Y는 종속변수인 환경친화적 행동 점수임.

출처: "사회정신건강연구소 운영: 기후위기가 정신건강에 미치는 영향", 채수미 외, 2023, 한국보건사회연구원, p. 223.

로 각각 유의하였다. 자기효능감을 매개로 한 간접적 효과는 0.0130이었다. 다시 말하면 한국의 기후불안은 환경친화적 행동으로 이어지는 긍정적인 기능을 하고 있었는데, 기후불안이 개인의 환경친화적 행동을 유도하는 전체 영향 중 18.7%가량이 자기효능감을 통한 간접효과에 의해 촉진된 것으로 볼 수 있다(PM=0.1873). 이것은 응답자 전체를 대상으로 한 분석인데, 기후불안이 높게 나타난 20대에서도 그 결과를 여기에 제시하지는 않았지만, 전체 인구집단과 같은 경향을 보였다. 그러므로 현재의 기후불안은 해결이나 치료의 대상이 아니라 환경친화적 행동, 더 나아가서는 국가와 지역의 탄소중립, 기후대응 정책에 대한 관심과 참여를 유도할 수 있는 좋은 기능을 하고 있다. 또한 기후 대응에 대한 자기효능감을 향상시킬 수 있는 노력이 더해진다면 이러한 긍정적 기능을 보다 기대할 수 있다(그림 4, 표 3).

## 5 나가며

기후변화의 위험은 기후변화 그 자체로 결정되는 것이 아니라 세 가지 요인이 겹쳐질 때 결정된다. 기후변화로 인해 태풍, 홍수, 폭염 등 기상현상이 강화되고 변화되는데, 이것을 ‘위해’라고 부른다. 그러나 위해만으로 곧 위험이 되지는 않는다. 극단적인 기상현상으로부터 우리가 안전하고 건강한 환경을 보장받을 수 있다면 위험하지 않을 수 있다. 즉 위해에 ‘노출’되지 않을 수만 있다면 문제가 되지 않는다. 마지막으로 기후변화로 인한 피해에 대해 더욱 민감할 수밖에 없는 인구사회학적 특성을 가진 경우, 즉 ‘취약성’이 있는 경우 기후변화의 위험이 더 높아진다. 국가는 앞으로의 ‘위해’가 천천히, 약하게 다가오도록 하는 전략을 전 세계 국가들과 협력하며 논의하고 있다. 또한 앞으로의 위해에 대한 ‘노출’을 최소화하기 위해 국가와 지역은

인프라를 구축해 가고 있다. 그리고 어떤 특성을 가진 집단이 얼마나 이러한 피해를 입고 있는지 민감집단을 발굴하고 보호하기 위한 사회안전망을 강화하기 위해 노력하고 있다. 이처럼 국가와 지역은 기후변화의 위험을 낮추기 위해 노력하고 있다. 그것은 낮출 수 있고, 적극적으로 낮추어야만 하는 일이다.

다만 이러한 과정에서 합의와 설득이 이루어져야 하고 함께해야 한다. 그 방식은 불확실성에 무게를 두어 불안과 갈등을 조장하는 것이 아니라 사실에 기반하여야 하고 합리적이어야 한다. 이러한 측면에서 IPCC가 제6차 보고서를 통해 제안한 기후불안 문제가 무엇인지 설명하는 것은 필요하나 지금 국내 기후불안 문제가 사회 전반에 만연해 있어 해결해야 하는 과제로 해석하는 것은 적절하지 않다.

기후위기에 대한 이해가 깊어질수록 어쩌면 기후불안을 경험할 수 있을지도 모른다. 위기에 대해 불안을 느끼는 것은 인간의 당연한 심리적 반응임을 이해해야 한다. 적절한 수준의 기후불안은 오히려 기후변화 대응에서 긍정적인 기능을 할 수 있는 원동력이 될 수 있다는 점도 함께 설명되어야 한다. 또한 지금 한국은 기후위기 대응을 위한 원동력을 갖추고 있으므로 국가와 지역은 기후위기 대응을 수립하고 이행하는 데 적극적이어야 한다. 그러나 기후불안을 심각한 수준으로 경험하는 경우는 병리학적 문제로 이어질 수 있으므로 기후불안을 완화할 수 있는 방안도 고려해야 한다. 기후불안에 대한 세대 간 차이가 뚜렷하므로 세대별 소통 방안을 마련하는 것도 과제이다. ㉮

## 참고문헌

- 기상청. (2023. 9. 5). ‘기후위기시계’로 탄소중립에 한 걸음 더 가까이! [보도자료].
- 기후위기 대응을 위한 탄소중립·녹색성장기본법 제2조(정의), 법률 제19208호 (2022).
- 채수미, 김혜윤, 이수빈, 신지영, 백주하, 김태현, 전진아. (2023). **사회정신건강연구소센터 운영: 기후위기가 정신건강에 미치는 영향**. 한국보건사회연구원.
- Albrecht, G. (2011). Chronic environmental change: Emerging ‘psychoterratic’ syndromes. *Climate change and human well-being: Global challenges and opportunities*, pp. 43-56.
- Albrecht, G. (2019). *Earth emotions: New words for a new world*. Cornell University Press.
- Cissé, G., R. McLeman, H. Adams, P. Aldunce, K. Bowen, D. Campbell-Lendrum, S. Clayton, K.L. Ebi, J. Hess, C. Huang, Q. Liu, G. McGregor, J. Semenza, and M. C. Tirado. (2022). *Health, Wellbeing, and the Changing Structure of Communities*. In: *Climate Change 2022: Impacts, Adaptation and Vulnerability. Contribution of Working Group II to the Sixth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change* [H.-O. Pörtner, D.C. Roberts, M. Tignor, E. S. Poloczanska, K. Mintenbeck, A. Alegria, M. Craig, S. Langsdorf, S. Löschke, V. Möller, A. Okem, B. Rama (eds.)]. Cambridge University Press, Cambridge, UK and New York, NY, USA, pp. 1041-1170, doi:10.1017/9781009325844.009. p. 1078.

- Clayton, S., Manning, C., Krygsmann, K., & Speiser, M. (2017). *Mental health and our changing climate: Impacts, implications, and guidance*. Washington, DC: American Psychological Association and ecoAmerica.
- Gifford, E., & Gifford, R. (2016). The largely unacknowledged impact of climate change on mental health. *Bulletin of the Atomic Scientists*, 72(5), pp. 292–297.
- Innocenti, M., Santarelli, G., Lombardi, G.S., Ciabini, L., Russo, M. D., Cadeddu, C. (2023). How can climate change anxiety induce both pro-environmental behaviours and eco-paralysis? The mediating role of general self-efficacy. *International journal of environmental research and public health*, 20(3085), p. 5.
- IPCC. (2014). *Climate Change 2014: Impacts, Adaptation, and Vulnerability*. PartA: Global and Sectoral Aspects. Contribution of Working Group II to the Fifth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change. [Field, C. B., V.R. Barros, D.J. Dokken, K.J. Mach, M.D. Mastrandrea, T.E. Bilir, M. Chatterjee, K.L. Ebi, Y.O. Estrada, R.C. Genova, B. Girma, E.S. Kissel, A.N. Levy, S. MacCracken, p. R. Mastrandrea, and L.L. White (eds.)]. Cambridge University Press, Cambridge, United Kingdom and New York, NY, USA., p. 28.
- Jang, S. J., Chung, S. J., & Lee, H. (2023). Validation of the climate change anxiety scale for Korean adults. *Perspectives in Psychiatric Care*, 2023.
- Martin, G., Reilly, K., Everitt, H., & Gilliland, J.A. (2022). Review: The impact of climate change awareness on children’s mental well-being and negative emotions – a scoping review. *Child and adolescent mental health*, 27(1), pp. 59–72.
- Whitmarsh, L., Player, L., Jiongco, A., James, M., Williams, M., Marks, E., & Kennedy-Williams, P. (2022). Climate anxiety: What predicts it and how is it related to climate action? *Journal of environmental psychology*, 83(101866), p. 263.

# Understanding and Responding to Climate Anxiety

Chae, Sumi

(Korea Institute for Health and Social Affairs)

The accelerating pace of climate change has given rise to phrases such as ‘an era of the climate crisis’ and ‘an era of climate anxiety’. The expression ‘an era of the climate crisis’ can be seen to resonate with the situation in Korea, inasmuch as it is a country where climate change is defined in law and policies have been implemented to address related issues. As for climate anxiety, it has become a growing concern in Korea ever since the IPCC first highlighted its significance. This article explores climate anxiety both as a concept and in terms of its characteristics, examines its status in Korea, and discusses how we should understand and respond to it. Climate anxiety levels in Korea are comparable to those reported in other countries. One noteworthy finding is that climate anxiety has the positive aspect of motivating individuals to adopt eco-friendly behaviors. Instead of viewing climate anxiety as a pervasive problem to be eradicated, Korea should harness it to better respond to the threats posed by the climate crisis.