

고독과 외로움: 단어의 친숙성 및 적절성에 관한 발달적 탐색

Solitude and Loneliness:
Developmental Exploration of the Familiarity and Appropriateness of Words

장혜진¹ · 김영근^{2†}

Hyejin Jang¹ · Youngkeun Kim^{2†}

Abstract

This study aimed to develop a Korean word tool related to solitude and loneliness. Because collecting the right words is very important, words that express the two emotions were selected from three language dictionaries. At this time, related words were collected to specifically reflect the increasing number of people seeking voluntary solitude. Consequently, 1,768 words were collected. From these, 684 words were selected based on specific criteria that everyone can understand and use, and they went through a six-iteration selection process, which extracted a total of 243 words. Considering the nature of the study, the meanings of the words collected must be clear and comprehensively represent the overall aspects of solitude and loneliness. Accordingly, a total of 243 words were selected, focusing on words that received the highest ratings in terms of familiarity and appropriateness. It is expected that this study will establish a clear concept of solitude and loneliness and provide basic data that can be used to understand the realistic and universal perception of Koreans from a developmental perspective.

Key words: Solitude, Loneliness, Emotion Words, Familiarity, Appropriateness

요약

본 연구의 목적은 고독과 외로움에 관한 한국어 단어 도구를 개발하는 것이다. 적합한 단어를 수집하는 것이 매우 중요하므로, 3종의 국어사전에서 두 정서를 나타내는 것으로 판단되는 어휘를 선별하였다. 이때, 자발적 고독을 추구하는 사람들의 증가 현상을 특별히 반영하여 관련 단어를 수집하였다. 그 결과, 총 1,768개의 단어로 구성된 총집을 마련하였다. 이어서 모든 사람이 이해하고 사용할 수 있는 구체적 기준에 근거해 총 684개의 단어로 선별한 후 6회의 반복적 선별 절차를 통해 총 243개의 단어를 선정하였다. 연구 특성상, 수집된 단어의 의미는 명확해야 하고 고독과 외로움의 전체적인 양상을 총체적으로 나타낼 수 있어야 한다. 이에 총 243개 단어에 대한 친숙성과 적절성의 평정치가 공통으로 가장 높게 나타난 단어들을 중심으로 최종 선별하였다. 본 연구가 고독과 외로움에 대한 명확한 개념 정립과 한국인의 실제적이고 보편적인 인식을 발달적 관점에서 파악하는 데 활용 가능한 기초자료를 제공할 수 있을 것으로 기대한다.

주제어: 고독, 외로움, 정서 단어, 친숙성, 적절성

¹ 장혜진: 인제대학교 김해캠퍼스 의예과 강사

^{2†} (교신저자) 김영근: 인제대학교 김해캠퍼스 상담심리치료학과 부교수 / E-mail: ykkim@inje.ac.kr / TEL: 055-320-4024

1. 서론

인간은 저마다의 다양한 경험을 통해 독립적인 존재로 성장한다. 이러한 경험은 개인의 사회적 관계와 정서적 상태에 영향을 미치는 것으로, 사람들과의 상호작용 속에서도 자신의 내면적 세계에 머무르며 혼자인 순간을 마주하게 된다. 이는 삶의 여정에서 자연스럽게 일어나는 보편적인 현상으로, 그 근간에는 고독과 외로움의 정서가 깊이 자리하고 있다(Copel, 1988). 이러한 고독은 외로움 및 높은 수준의 고통과 밀접한 관련이 있다(Larson et al., 1990).

고독(solitude)은 사전적 정의로 ‘쓸쓸하고 외로움’으로서, ‘홀로 되어 쓸쓸한 마음이나 느낌’으로 정의되는 외로움(loneliness)과 거의 구분 없이 동일한 의미로 인식되는 경향이 있다(Asante & Tuffour, 2022). 고독과 외로움은 사회적 연결의 부재나 그와 유사한 상태에서 발생한다는 점에서 공통된 특성을 갖고 있다. 그러나 이는 미묘한 차이가 있어 구분하여 살펴보기도 한다(Palgi et al., 2021). 고독은 개인이 혼자 있거나 사회적 상호작용으로부터 벗어나 있는 듯한 외로운 상태로(Heifetz, 2018), 종종 ‘혼자 있는 상태’와 동시에 다루기도 한다. 고독을 설명하는 이론적 기반이 홀로인 상태에서 발생하는 동기 및 정서적 경험과 비슷하기 때문이다. 이에 고독은 혼자인 상황을 어떻게 보느냐에 따라 그 경험이 긍정적이거나 부정적일 수 있다(Larson, 1990). 고독은 사회적 제약이 감소하여 자신의 정신적·신체적 활동을 스스로 선택할 수 있는 자유가 증가함을 보여준다(Long & Averill, 2003). 일상으로부터 벗어나 홀로 시간을 보낼 수 있고, 내면에 집중하며 진정한 자신을 발견할 수 있기에 삶에 만족감을 제공하는 긍정적 효과가 있다(Heidegger, 1927). 또한, 개인의 정신건강을 개선하는 데 도움이 된다고 보는 가운데(Storr, 1988), 외로움을 해소하기 위한 방법으로 고독이 필요하다는 견해(Rokach, 2018)가 있다.

그럼에도 고독은 부정적인 경험과 더 많은 관련이 있는 것으로 알려져 있다. 사회적 관계가 결핍되거나 단절될 때 혹은 개인이 기대하는 상호작용과 실제적인 상호작용 간의 차이가 발생하는 상황에서 경험하는 것으로, 자신 혼자 분리되어 있다고 느끼는 상태를 나타

낸다(Larson, 1990). 가령, 심리적 문제가 있을 경우, 이에 직면하고 자신의 감정을 잘 조절하여 성숙하게 대처하는 일이 중요함에도 불구하고, 단순히 자신에게 불편한 상황이라는 이유로 자발적 고독을 택해 의도적인 회피와 외면으로 대응하기 쉽다(Kashdan et al., 2006). 이는 무책임하고 부적응적인 행동 기제로(Loton et al., 2016), 자아와 외부 세계 간의 균형을 파괴시키는 것이다. 또한, 스스로 대인관계를 붕괴시키고 우울, 불안과 같은 심리적 위기로 이어질 가능성이 높다(Gazelle & Ladd, 2003) 고독이 단순한 회피의 수단으로 잘못 사용되지 않도록 경각심이 필요하다. 그 결과로서 고독은 사회적 고립(Elmer et al., 2020; Endo et al., 2017)과 우울(Matias et al., 2011; Zhou & Liu, 2016), 자살 사고 및 시도(Nicol, 2022; Vatne & Nåden, 2012), 인지 장애(Cacioppo & Hawkley, 2009; Delisle, 1998)와 심혈관 질환(Dikić et al., 2021; Nasilowska-Barud et al., 2017) 등의 문제와 연관된다.

한편, 외로움은 관계에 대한 욕구가 결핍되거나 좌절될 때 일어나는 개인의 주관적 평가 혹은 고통스러운 정서이다(Cacioppo & Hawkley, 2009). 정서적인 결속이 형성되지 않은 피상적 관계에서 발생하는 것으로(Killeen, 1998), 사회적 동물인 인간에게 있어 관계에 깊이 연결되고자 하는 그 갈망(Ratcliffe, 2018)이 도리어 외로움을 불러일으키는 역효과를 가져오기도 한다. 이는 물리적으로 접촉되어 있으나 정서적이고 사회적인 연결을 중시하는 경우에도 경험할 수 있어(Landmann & Rohmann, 2022) 원인이나 상황적 맥락에 따라 다양하고 복잡한 방식으로 나타난다(Asher et al., 1984). 이러한 경험을 완전하게 특정하는 요인은 존재하지 않지만 개인이 고뇌 속에서 고통스러워하고 자기 소외감을 느끼며 대인관계에서 고립된 듯한 상황을 외로움의 주요 요인으로 다루고 있다(Rokach, 1988). 외로움은 고독과 유사한 신체적 건강 문제를 유발하고(Pluim et al., 2023; Pourriyahi et al., 2021), 낮은 자존감(Musetti et al., 2019; Teneva & Lemay, 2020)과 자기비하(Mendelson, 1990; Ypsilanti, 2018), 불안과 우울(Richardson et al., 2017; Wang et al., 2019), 자살 충동 및 행동(Siu, 2023; Zhou et al., 2023), 공격성(Brinker et al., 2022; Kanat, 2019) 등과 연관되어 심리·사회적 건강에도 잠재된 위

험 요소가 많은 것으로 알려져 있다. 특히, 외로움은 우울과 불안의 발생에 가장 결정적이고 위험한 요소임이 밝혀지고 있다(Palgi et al., 2020).

이를 미루어 보아, 고독은 부적 정서이기는 하나 개인이 자발적으로 타인과의 관계를 부정하고 홀로 멀리 떨어져 있는 상태 또한 포함하고 있다는 점에서 어느 한 측면으로 일관된 경험을 하는 것은 아니다. 그러나 외로움은 다르다. 개인의 의도와 상관없이 사람들과의 관계에서 주관적으로 느끼는 결핍된 문제로부터 발생하는 상태로, 부적 정서로 보는 것이 타당하다(Weiss, 1973). 즉, 혼자 있거나 혼자 있기를 바라는 고독과 외로움은 근본적으로 다르다는 것이다.

이러한 가운데, 고독은 그 자체로 사회적 관계를 전제하고 있다. 따라서 자발적·비자발적 형태에 상관없이 앞으로 개인이 더욱 고립되어 갈 수 있으며, 결국 사회적 관계의 심각한 약화로 나아갈 수 있음을 보여주고 있어 개인과 사회적 측면에서 도전해야 할 중요한 과제로 인식하고 있다. 고독과 외로움이 심각한 수준에 이르러 주요 현안이 되었고, 삶에서 마주하는 근본적 문제 중 하나로서 경험적 가치가 있는 만큼, 이들이 지닌 기존의 혼합된 의미와 그에 관한 논의가 계속되고 있다. 그러나 정신건강 분야의 종사자들이 효과적인 대처 방안을 모색하는 과정에서 활용가능한 실제적인 자료가 중요함에도 불구하고(Cacioppo & Cacioppo, 2018), 정작 필요한 관련 연구와 조사는 부족한 실정이다. 그동안 국내에서 진행된 연구는 최근에 와서야 이루어지고 있고, 국외에 비해 상대적으로 매우 부족한 편이므로, 국가와 인종, 사회·문화적 배경에 따른 정서의 차이(An et al., 2017)를 고려하는 데 한계가 있다. 이는 관련 연구를 전개하는 데 있어 자료 수집의 어려움과 분석의 모호함에까지 이어질 수 있다(Lee et al., 2022). 즉, 고독과 외로움이 동일한 개념적 틀에서 기능한다고 보기에는 적합하지 않으며, 기존의 연구와 앞으로 수행될 연구가 당면한 중요한 한계점이라 할 수 있다.

개인의 심리 상태에 관한 정보의 필요성이 더욱 증대되고 있는 가운데, 그 대안 중 하나로, 정서를 특징짓는 단어를 이용할 수 있다(Scarle, 1969). 자극의 형태가 단어인 경우, 연구 목적에 따라 관련 요인을 엄격하게 통제하면서도 용이하게 조작할 수 있어 다양하고 포괄

적인 작업이 가능하다(Strasser, 2023). 정서는 그 자체만으로 모든 인류가 가지고 있는 범문화적이고 보편적인 속성이다. 그러나 특정 정서에 대한 주관적 경험이 평가되고 해석되는 방식은 사회·문화적 규범의 영향을 받아 형성되기 때문에(Shiota & Kalat, 2015; Tekinarslan & Kucuker, 2015) 표현하는 어휘가 일치하지 않다(Mesquita et al., 1997). 척도를 활용해서 고독이나 외로움을 단독으로 측정하는 경우에서조차 용어를 혼용하고 있어(DiTommaso & Spinner, 1993) 두 정서 간의 합의된 개념적 정의는 여전히 부족하다. 이는 정서 발생 과정 혹은 정서 경험에 따른 심리·행동적 결과를 탐색하는 데 발생하는 정서 용어의 문제로서, 단순히 정서 어휘 번역에 따른 기술 문제로 한정할 수 없다는 점을 나타낸다. 아울러, 한국인의 정서 구조를 이해하기 위해서는 한국인이 일상에서 사용하는 정서 단어를 표집하고 분석하는 작업이 필요함을 의미한다(Choi, 2012). 이는 고독과 외로움 단어의 친숙성과 적절성에 관한 정보를 통해 방안을 제시할 수 있다. 지금까지 국내에서는 이러한 자료가 마련되지 않았고 특히, 심리학의 여러 분야에서 고독과 외로움의 용어가 독립·종속·조절·매개 변인으로 설정되고 있다는 점에서 볼 때, 연구 목적에 따라 적합한 정서 어휘를 선정하기 위한 기준이 마련될 필요성이 있다(Hahn & Kang, 2000). 정서를 다루는 연구일수록 대상이 경험하는 정서 유형의 맥락적 요인을 살펴보고, 그것을 바탕으로 요인 간의 상호작용 등을 이해하는 작업이 매우 중요하므로(Zeman et al., 2007), 어휘에 대한 친숙성과 적절성을 조사하는 일은 단어 목록의 타당성을 보여주는 중요한 작업이라 하겠다(Park & Min, 2005).

관련하여, 본 연구는 인간이 경험하는 정서가 어떤 범주와 차원으로 정신 구조를 형성하는가에 대한 국내 기초 연구가 부족한 실정에서 고독과 외로움에 관한 한국인들의 인식에 관심을 갖고 시작하게 되었다. 그 가운데, 두 정서에 대한 한국인의 인식 차원을 분석하기 위해서 고독과 외로움의 실체를 보다 명확하게 밝히는 데 활용할 보편적인 단어 도구를 개발하여 개인의 내·외적 요인과 심상 및 반응이 어떻게 연관되어 있는지를 탐색하고자 하였다. 정서 경험을 단어로 자연스럽게 표현한다는 것은 그가 속한 맥락에서 가장 적절

하고 익숙하게 사용되는 어휘로써 타인 또한 유사할 가능성이 크다. 즉, 개인의 일상적인 정서 경험을 특정 어휘로 자연스럽게 표현하는 것은 그 언어를 사용하는 사람들의 정서와 그에 대한 인식을 보여주는 것이다. 따라서 일반인의 이해에 기반한 정서의 개념적 정의 또한, 고전적인 관점보다 적절성/원형적인 관점에서 보다 명확히 설명된다(Fehr, 2005). 고독과 외로움에 대한 언어적 표현이 다른 양상으로 나타난다면 두 정서 간의 구분된 개념과 한국인이 지닌 고유하고 특수한 정서적 경험들을 보다 구체적으로 확인할 수 있을 것으로 본다.

본 연구의 연구 문제는 다음과 같다.

- 첫째, 성별에 따라 한국인의 고독과 외로움 단어는 어떤 친숙성을 지니고 있는가?
- 둘째, 연령에 따라 한국인의 고독과 외로움 단어는 어떤 적절성을 지니고 있는가?
- 셋째, 성별과 연령에 따라 한국인의 고독과 외로움의 단어는 어떤 친숙성 및 적절성을 지니고 있는가?

2. 이론적 배경

고독과 외로움은 인생애에 걸친 보편적인 현상임에도 불구하고, 청소년기부터 성인기를 동시에 포괄하여 살펴본 연구는 많지 않다(Lee & Min, 2018). 관련 연구들은 일반적으로 심리·사회적 측면에서 다루어지며, 특정 연령 집단에 초점을 맞추고 있다. 가령, 고독은 상대적으로 진행된 연구가 적은 가운데, 노년기(Kim & Kim, 2020; Park & Shin, 2022; Chen & Liu, 2023; Hoppmann et al., 2021)와 연관된 것으로 다루어진다. 한편, 외로움은 아동(Kim & Cho, 2019; Hwang et al., 2017; Antonopoulou et al., 2019; Davis et al., 2019)과 청소년(Kang et al., 2022; Nam et al., 2021; Goodfellow et al., 2022; Marquez et al., 2023)을 대상으로 연구가 수행되는 가운데, 특히 청소년을 주요하게 다루고 있다. 이러한 연구들은 발달 단계에 따른 고독과 외로움의 경험이 상이하고, 개인의 내적 경험과 정서가 사회적 관계와 연결성 그리고 정신건강 등의 요인과 어떤

관련성이 있는지를 탐구한다. 그러나 연구 대상이 주로 특정 연령대에 국한되어 있어 연구의 범위를 넓히고 더 다양한 대상을 고려한 포괄적이고 세밀한 검토가 요구되고 있다.

한편, 정서를 연구하는 과정에서 뒤따르는 제약 중 하나는 정서 용어에 관한 것으로, 동일한 사회에서 경험하는 정서일지라도 개인이 속한 환경에 따라 인지적으로 평가하고 이를 명명하는 용어가 다르다. 따라서 한국인의 정서를 반영하는 적합한 자료와 함께 관련 연구를 활성화시키기 위한 적극적인 노력으로서 수행해야 할 작업은 한국 사회의 고유한 맥락에 따라 사람들이 일상에서 익숙하게 사용하고 정확하게 이해하고 있는 정서 단어에 주목하는 일이다. 그러나 현재 국내에서는 개정판 UCLA (University of California, Los Angeles) 외로움 척도(Russell et al., 1980)와 Burger(1995)가 고독 선호도를 측정하기 위해 개발한 PSS (Preference for Solitude Scale) 척도와 같이 문항 중심의 척도를 사용한 연구가 상당 부분 차지하고 있어 단어 자체를 활용한 도구를 찾아보기 어렵다. 더욱이, 국외에서 개발된 척도를 번안하여 사용하는 만큼, 한국인의 정서 경험을 정확하게 반영하는지 판단할 만한 근거가 모호한 실정이다. 가령, UCLA 외로움 척도는 지금까지 국내 연구에서 가장 많이 활용하고 있으나 외로움을 단일 요인으로 다루고 있어 다양한 맥락을 고려하지 않는다.

단어를 선별하고 그 특성을 살펴본 연구로, Vö et al.(2006)은 단어의 정서가(valence), 심상가(imageability)를 측정하여 정서 단어 총집인 BAWL (Berlin Affective Word List)을 마련하였으며, Bradley & Lang(1999)은 정서가, 각성가(arousal), 지배성(dominance)을 평정하여 정서 단어 목록인 ANEW (Affective Norms English Word)를 제작한 바 있다. Jang & Kim(2021)은 한국어 대인관계 단어 총집을 개발하기 위해 대인관계를 기술하는 정서·성격·행동에 관한 용어들을 선정해 친숙성(familiarity)과 적절성(appropriateness)을 측정하였다. Park & Min(2005) 또한 Seo(1998)가 개발한 ‘현대 한국어 어휘빈도 총집’에서 정서 관련 단어들을 추출하여 적절성과 친숙성을 조사하였으며, Han & Kang(2000)은 한국어 정서 용어의 적절성과 경험 빈도(frequency)에 대해 측정하여 정서 용어 총집을 제작하였다. 그 외

Hong et al.(2016)은 정서 단어 목록을 제작하기 위해 단어의 구체성(concreteness)과 단어 빈도 요인을 고려하였다. 그러나 지금까지 이와 같은 방식으로 정서 단어와 사회·문화적 맥락을 동시에 고려한 선행 연구는 충분하지 않다. 단어가 지닌 정보(적절성, 원형성, 친숙성, 경험 빈도 등)를 고려하지 않았지만 사회·문화적으로 고독과 외로움에 대한 개념과 관련 어휘를 살펴봄으로써, 두 정서가 나타내는 의미와 전반적인 양상을 파악한 연구들(Seo et al., 2020; Lee & Min, 2018; Badal, 2021; Bekhet et al., 2008; Hipson et al., 2021; Yuldashev, 2021)이 있으나 그마저도 고독을 이해하기 위한 시도는 외로움에 비해 매우 부진한 실정이다.

마찬가지로 고독과 외로움에 대한 다양한 기술이 제기되고 있고, 성별과 연령에 따라 다른 양상을 보이는 것으로 논의되기도 하나 이에 대해 고찰한 학술적 문헌은 미흡하다. 현재까지 보고된 바에 따르면, 고독과 외로움은 홀로 있는 것을 묘사하는 개념을 포함한 보편적 의미와 해석이 존재하는 동시에 그 의미는 발달적 시기와 생애 사건에 따라 변화해 차이가 있다(Bowker et al., 2021). 이는 개인주의 문화와 집단주의 문화에서도 다르게 표현될 수 있다(Lee & Min, 2018). 그 가운데, 고독과 외로움에 관한 남성과 여성의 인식은 유사하나 내면화된 성역할과 기대가 반영되어 있다는 점에서 일부 차이가 있다(Vanhalst et al., 2012). 예컨대, 남성은 가족 부양 및 돌봄을 위한 역할과 책임을 요구하는 사회적 분위기에 의해 두 정서를 외부로 표현하고 공개하기보다 내적 경험을 할 것을 암묵적으로 인식하고 있다. 이는 고독과 외로움을 공개하는 것이 여성에 비해 사회적으로 덜 수용되고 더 많은 낙인이 찍힐 수 있는 열악한 상황이기 때문이다(von Soest et al., 2020). 반면, 여성은 남성에 비해 친사회적 관계를 중시하고 민감하므로 부정적인 정서가 촉발되어 개인의 내면화된 문제로 발달하기 쉽다(Martel, 2013).

동시에 성별에 따라 고독과 외로움에 관한 어휘 사용에서 대다수의 남성은 고독과 관련된 어휘를, 여성은 외로움과 관련된 어휘를 주로 사용하는 것으로 나타난다(Hipson et al., 2021). 또한, 연령이 낮을수록 고독과 외로움을 고통스러운 정서 경험으로 인식하고 있으며, 홀로 있는 상황에서 경험하는 부정적인 사건과 연관시

켜 지각하는 경향이 큰 가운데, 10대는 고독보다 외로움의 단어를 더 많이 사용하는 것으로 보고된 바 있다(Borg & Willoughby, 2023; Galanaki, 2004; Sneider, 1936).

한편, 동서양에서 고독과 외로움의 많은 단어들은 일부 차별적으로 경험되고 정의되어 왔다. 고독과 외로움이 지닌 보편적인 특성은 유사하면서도 차이점을 발견할 수 있는데, 서양에서는 두 정서를 추상적으로 설명하는 반면, 동양에서는 구체적인 세부 사항을 중심으로 다루고 있다. 가령, 중국은 전통적으로 집단 중심의 사회로서 개인주의 문화보다 상호의존적인 사회적 관계를 더 중시한다(Averill & Sundararajan, 2014). 이에 ‘홀로 있음’, ‘타인과 소통할 수 없는 혼자인 상태’와 같이 상호의존적인 사회적 관계가 강조되고 있는 한편, 캐나다, 영국, 미국에서는 ‘유한한 시간을 가진 상태’를 강조하고 있다.

이러한 개인주의와 집단주의는 우리가 사회적으로 어떻게 통합되어야 하는지에 대한 서로 다른 요인에 기초하므로, 고독과 외로움의 심리적 위협 요인을 포함하고 있으며 그로 인한 부정적 결과를 예방하고 감소할 수 있는 역할을 한다고 볼 수 있다.

3. 연구방법 및 절차

3.1. 연구 도구

고독과 외로움이 일상에서 어떻게 이해되는지를 살펴보고자 Averill(1975)의 단어 선별 방식을 활용하여 단어의 친숙성과 적절성을 측정하였다. Averill은 대인관계 단어 목록을 제작하기 위해 Allport & Odbert(1936)가 사전에서 성격 용어로 분류한 18,000개의 단어들 중, 정서 용어로서 적절하다고 판단한 717개의 단어를 개별적으로 선별하여 대학생들에게 정서성과 친숙성을 각각 평가하도록 하였다. 7점 Likert 척도로, “전혀(정서명)을 나타내지 않는다”(1점)부터 “정확히(정서명)을 나타낸다”(7점)까지의 범위에 평가하도록 하였으며, 그 결과를 바탕으로 535개의 단어 목록을 마련하였다. 이는 Bush(1972)와 Jang & Kim(2021), Park &

Min(2005), Ahn et al.(1993)의 연구에서도 사용한 것으로, 참가자들에게 단어 목록을 제시하고 각 단어가 신체, 성격, 정서 상태 중 어떤 의미를 가지는지를 응답하도록 한 후에 정서 단어들을 선별하였다.

본 연구에서 사용한 설문지의 문항 수는 총 486개 (243개 단어×2부)이다. 고독과 외로움을 서로 독립적인 개념으로 다루기 위해 243개의 단어가 기재된 설문지를 2부로 구성하여 친숙성과 적절성을 각각 측정하였다. 이를테면, 친숙성과 적절성을 살펴보기 위해 필요한 문항 수는 고독 243개, 외로움 243개로서 단어는 모두 동일하게 구성되었다. 이러한 개별적인 접근 방식은 참가자들로 하여금, 고독과 외로움에 대한 평가가 상호 간에 영향을 미치지 않고 개인의 경험과 인식을 보다 정확하게 파악할 수 있도록 돕는다. 친숙성은 7점 Likert 척도를 이용하여 각 단어를 얼마나 자주 사용하고 친숙하게 느끼는지를 “전혀 사용하지 않는다”(1점)부터 “매우 많이 사용한다”(7점)로 평가하도록 하였다. 마찬가지로 적절성에 대해서도 7점 Likert 척도를 통해 각 단어가 개념을 얼마나 적절하게 나타내는지를 “전혀 적절하지 않다”(1점)에서 “매우 적절하다”(7점)로 평가하도록 하였다.

3.2. 대표성을 띤 고독, 외로움의 단어 도구 개발

고독과 외로움의 단어 도구를 만들기 위한 첫 번째 단계에서 매우 중요한 작업은 단어 목록에 포함시킬 적합한 단어를 수집하는 것이다. 이는 두 정서를 이해하는 데 있어 어떤 단어가 함께 거론될 가능성이 높은지를 파악하기 위함이다. 고독과 외로움을 나타내는 단어로 보기에 적절하지 않은 것은 제외하고 일상에서 익숙하게 사용하는 단어만을 선별하는 과정에서는 단어의 누락과 중복 등의 문제가 발생할 수 있다. 본 연구에서는 이를 최대한 방지하기 위해 서로 다른 정서 어휘의 다양성에 주의를 기울였다. 이에 모든 단어를 수집하고 선별하는 과정에 ‘중복없이 그리고 빠짐없이 (exclusive and exhaustive)’라는 기본적인 원칙을 제시하였다. 이러한 원칙은 Jang & Kim(2020)이 대표 정서 단어 도구를 제작하는 과정에 적용한 방식으로, 단어 선정 방식의 정밀함을 일관되게 유지하여 신뢰성과 효

율성의 강화를 지속시키고, 최종 단어를 선정하는 데 명확한 이해와 지침을 제공한다. 관련하여, Lee(2019)는 한국어 교재의 어휘 목록을 선정하는 과정에서 유의해야 할 사항으로 ‘어휘가 주제와 연관성이 있고 중복되지 않으며 필수적인 어휘의 누락을 최소화하는 것’으로 제시하였다. 그만큼, 본 연구에 이를 적용하는 것은 필수적인 절차로서, 대표 단어 선정에 관한 구체적인 절차와 결과는 다음에 제시하는 바와 같다.

3.2.1. 고독, 외로움의 단어 총집 구성

본 연구의 첫 번째 단계는 정보 조사로서, 3종의 국어사전으로부터 발췌한 고독과 외로움의 단어로 총집을 구성하는 일이다. 그 가운데, 빅데이터를 활용하여 이용자들의 검색 및 사용 양상에 따른 공통된 어휘를 수집할 수 있으나 그만큼 사용 빈도수에 의존하여 추출하는 방식이기 때문에 국어사전에 수록된 어휘의 양보다 한정적이고 상세화된 목록을 구성하지 못하는 단점이 있다. 노인의 디지털 기술 능력을 살펴본 선행 연구들(Kim, 2022; Kim & Shim, 2020)에 따르면, 연령이 증가할수록 디지털 기기의 보급과 정보통신기술의 보편화와 무관하게 이용 동기와 활용 능력 등의 측면에서 제한적이고 취약한 특성을 보인다.

그에 반해, 국어사전의 어휘는 한국어 교육과정의 기본 바탕이 되는 주요 어휘 항목과 직결되는 만큼, 기초 어휘가 광범위하게 수록되어 있다. 다만 국어사전마다 모든 단어가 수록되어 있는 것은 아니므로 다른 사전과의 비교 및 분석을 통해 최대한 보완하고자 하였다. 특히, 지금까지 개발된 정서 단어 도구는 고독과 외로움이 포함되어 있으나 두 정서를 개별적으로 분리하여 다룬 것은 없으며, 단어 도구 개발이 아닌 다른 변인과의 상호관련성을 살펴본 연구들이 주를 이루고 있어 참고할 만한 선행 연구가 미흡한 실정이다.

관련하여, 대인관계 단어 도구를 개발한 Jang & Kim(2021)은 선행 연구가 부재한 상황에서 국어사전을 통해 어휘를 수집하던 중, 사전마다 등재된 어휘가 한정되어 있어 다양한 단어가 모두 포함되지 않은 문제점을 발견하였고, 이를 보완하고자 3종의 국어사전을 이용한 바 있다. 이처럼, 기초 연구가 없는 한계적인 상황에서 적합한 대안으로, 여러 종류의 국어사전을 이

용해 단어를 수집한다면 다양한 단어를 포괄적으로 아우를 수 있는 총집으로서의 가치가 충분하다고 판단되기에 우선적으로 고려하는 것이 좋을 것으로 본다.

이를 토대로, 고독과 외로움의 단어를 총집하고 최종 선정하기까지 다음과 같은 방법을 염두에 두었다. 먼저, 모든 국어사전에서 고독과 외로움을 나타내는 것으로 판단되는 어휘들 중, 한 번 이상 사용하거나 들어본 적이 있으며, 생소하지만 의미적 특성을 추론할 수 있는 단어를 수집하였다. 아울러, 오늘날 자발적으로 고독을 추구하는 현상이 생겨나고 있으므로 이를 반영하는 단어 또한 포함시켰다. 그에 따라 수집된 단어들 중 일부는 ‘발전하다’, ‘침체하다’와 같이 대조되는 의미가 있어 고독과 외로움에 대한 흥미로운 연관성을 예상해 볼 수 있었다. 여기서 고독과 외로움은 인간의 근본적인 경험 중 하나로 심리적, 사회적, 발달적 관점에서 관심을 가지고 연구되고 있는 주제인 만큼(Coplan et al., 2021), 개인적 관계를 포함하고 있고 정서, 사고, 동기 그리고 행위와 밀접한 관련이 있다(Michalska et al., 2023; Motta, 2021). 특히, 고독과 외로움은 개념을 정의하고 분류하는 의미 체계뿐 아니라 특정 상황이나 맥락 체계에 따라 다양한 의미를 지니게 된다. 즉, 개인의 사회적 환경, 관계 상태, 활동 수준, 자아 인식 등이 고독과 외로움을 형성하는 요인이 될 수 있다(Hu & Li, 2022). 이러한 상황적 요소는 고독과 외로움을 경험하는 개인에게 서로 다른 의미와 영향을 미칠 수 있으며, 두 정서를 이해하고 대처하는 방법을 탐색하는 데 중요한 역할을 한다. 따라서 본 연구에서는 이를 나타내는 것으로 보이는 모든 단어를 포함하고자 하였다.

이러한 기준에 따라 3종의 국어사전에서 수집한 어휘들을 대조하고 통합한 결과, 고독과 외로움의 단어 총집은 총 1,768개로 구성되었다. 그러나 수집한 어휘가 주제와 연관성이 있더라도 어휘의 수가 방대하고 어휘 간에 중복되는 경우가 대거 발견되어 선별이 필요하였다. 물론 다양성의 측면에서 유용할 수 있으나 본 연구 수행에서 중요한 점은 필수적인 어휘를 선별하는 것이므로, 개인 간에 어휘 수와 어휘 지식의 차이가 발생할 수 있다는 점을 고려할 때, 필요한 절차로 볼 수 있다. 그 결과, 총 684개의 단어를 선정하였다.

3.2.2. 고독, 외로움의 주요 단어 목록 구성

두 번째 단계는 의견수렴 및 평가 중 하나로, 전문가의 자문을 구하고 이를 종합하는 방식으로 이루어졌다. 단어의 총집 구성 과정에서 선별한 단어는 총 684개이다. 그 가운데 문법적인 형태가 다를 뿐, 의미가 동일하거나 유사한 어휘가 추가로 발견되어 이를 개선한 재정리 작업이 요구되었다. 이는 고독과 외로움의 단어가 다양하지만 특정 맥락에 따라 서로 유사하게 구성되어 있어 그들이 지닌 정서적 가치가 불완전하게 표현될 가능성이 있음을 시사한다(Hoffman et al., 2018). 따라서 본 절차에서는 몇 가지 기준을 마련하여 단어의 재검토를 실시하였다. 이는 기본적으로 공통된 필수 단어 목록을 마련할 수 있다는 점에서, 앞서 수행한 선별 작업의 사유가 바탕이 된다.

한편, 시대의 흐름에 따라 언어 사용의 변화를 고려하지 않을 수 없으나 무엇보다 단어 도구를 개발하는데 있어 가장 중요한 것은 모든 사람이 이해하고 설명할 수 있는 단어를 적극적으로 반영하는 일이다. 검증 작업을 위한 전문가로서, 정서를 주요하게 다루고 있고 그에 관한 깊은 지식과 경험을 갖춘 상담학 교수 1인과 한국어에 대한 체계적인 이해와 분석력을 갖춘 국어교육학 박사 1인이 동시 참여하였다. 그 가운데, 본 연구는 Jang & Kim(2020, 2021)이 단어 도구를 개발하기 위해 독자적으로 마련한 기존의 선정 기준을 지침으로 삼되, 필요에 따라 일부 내용을 만들어 추가하였다. 이는 연구 시작 단계에서 제시한 기본 원칙을 비롯해 단어 선정이 신중하고 정확한 방식으로 이루어지도록 하는 구체적 기준을 갖추는 것이다.

첫째, 사투리는 표준어로 변경하였다. 둘째, 비속어, 은어, 저속한 조어, 유행어는 사회와 시대의 요구에 부합하는 보편적이고 바람직한 어휘 수준으로 보기에 적절하지 않으므로 제외하였다. 대신 이를 충분히 대표할 수 있는 단어를 선별하였다. 셋째, 신조어는 제외하였다. 신조어를 사용하는 이유는 오락성, 편리성, 동질성 등으로, 모든 사람이 뜻을 알거나 사용하는 것은 아니며, 비속어의 성격을 지니기도 하므로 일상적인 언어 사용에 도움이 되지 않는다. 이처럼, 어휘로서의 안정성이나 확립성의 결여는 개인마다 신조어의 형성 배경과 그 의미가 명확하게 인식되고 전달되지 않는다는

점을 보여주는 것이므로, 비판적으로 수용하여 구분할 필요가 있다. 넷째, 어휘 간 의미가 가장 유사한 경우에는 동일하게 다루어 하나로 통합하였다. 다섯째, ‘가슴을 찢다’, ‘못이 박히다’ 등의 구는 제외하고 동사나 형용사 형태를 취하였다. 구는 두 개 이상의 어휘가 결합하여 특정한 맥락에서만 사용될 가능성이 있어 은유적인 경우가 많다. 여섯째, 다른 품사로 변경하기 어려운 명사의 경우, 원형 그대로 사용하였다. 이는 한국어에서 용언을 이루는 품사가 동사와 형용사인 점을 고려한 것이다. 일곱째, ‘끊어지다’를 ‘끊다’와 같이 능동태로 변경할 경우, 본래 의미가 완전히 달라지게 되는 예외적인 상황을 제외하고, ‘만족스럽다’를 ‘만족하다’로 바꾸듯이 수동태 구조인 용어는 능동태로 변경하였다. 여덟째, 일상생활에서 친숙하지 않은 고어나 전문 용어는 제외하고 보다 익숙한 단어를 선택하였다.

전문가로부터 자문을 구하고 종합하는 작업은 본 연구를 수행해 나가기 위한 이론적 토대를 구축하고 자료를 수집하는 과정에 대해 구체적 방향을 제시하여 어휘 선정 기준의 객관성과 타당성을 보장하는 일이다. 이러한 절차는 총 6회 실시하였으며 그 결과, 총 243개의 단어를 선별하였다.

3.3. 고독, 외로움 단어의 친숙성, 원형성 평정

세 번째 단계는 의견수렴 및 평가의 마지막 작업으로, 일반인을 대상으로 진행하였다. 고독과 외로움의 대표성을 띤 단어를 최종 선정하는 데 중요한 것은 주요 단어 목록을 재정리함으로써 보다 익숙하고 정확한 의미를 전달하는 어휘들을 구축하는 것이다. 언어가 삶의 다양한 측면에 영향을 미친다는 점에서, 개인은 언어를 사용할 때 환경과 경험 및 지식 등을 토대로 세상을 인식하고 해석하며 살아간다(Francis, 2023). 그만큼 신중을 기해 선별한 단어라 하더라도 일반인의 관점에서 어떻게 다루어질지 예측하기 어려우므로, 추후 최종 선정된 대표 단어들을 일반화하는 과정에서 제약이 뒤따를 수 있다. 예컨대, 개인마다 익숙하지 않거나 관계가 없다고 여기는 단어가 존재할 수 있고, 일상생활에서 경험하고 사용하는 정도가 다를 수 있다. 따라서 일반인을 대상으로 각 단어가 고독과 외로움을 얼마나

적절하게 전달하는지를 살펴볼 필요가 있다. 이는 단어의 친숙성과 적절성이 각기 독립된 측면으로 작용할 수 있음을 보여준다.

한편, 선별된 243개의 단어 자체가 다양한 어휘들을 갖추고 있다는 점에서 주요 단어 목록으로 사용하기에 유용성이 있다. 그러나 본 연구의 특성을 고려할 때, 수집된 단어는 그 의미가 보다 구체화되고 집약되어야 하며, 고독과 외로움의 전체적 양상을 대표하는 통합된 단어 구성이 필요하므로, 어휘의 수를 축약시킬 필요가 있다. 관련 연구는 찾아보기 어렵지만 비교적 단어 도구 개발에 활성화를 띄고 있는 정서 단어와 대인관계 연구들(Ahn et al., 1993; Jang & Kim, 2020, 2021)에서 최종적으로 선정한 단어가 100개 내외인 점을 고려해볼 때, 이러한 작업을 간과할 수 없다. 또한, 243개의 단어로는 추후 연구에서 사용될 통계 프로그램의 분석 가능한 변인의 수를 초과하여 실행이 불가능하다. 만약 가능하더라도 그 중 일부를 무작위로 선택해 분석할 수밖에 없으므로, 선별된 단어의 구성 체계가 객관성과 타당성을 안정적으로 갖추었는지를 살펴보기 어렵다.

이에 단어 정리의 마지막 절차로, 앞서 선별한 총 243개의 단어에 대한 친숙성(familiarity)과 적절성(appropriateness)을 평가하였다. 그리고 친숙성과 적절성에서 공통적으로 높은 측정값을 보인 단어들을 선별하여 두 정서를 대표하는 단어로 최종 선정하였다. 친숙성과 적절성은 일상적인 언어 생활에서 널리 사용할 가능성이 높으며, 고독과 외로움을 이해하는 데 필수적인 단어임을 시사한다. 단어의 친숙성은 ‘일상생활에서 단어를 사용하는 빈도 및 범위 수준’을, 적절성은 ‘의미나 맥락이 쉽게 연상되고 이해되는 수준’으로 평가된다. 이러한 측정치는 실질적으로 단어의 유용성과 연결되어 있다(Vilkaitė-Lozdienė & Schmitt, 2019). 그만큼, 단어의 친숙성과 적절성은 연구 목적에 따라 평점 수준을 정해 단어를 선별할 수 있고, 단어의 수를 감소할 필요가 있는 경우에 효과적인 활용 방안이 된다. 특히, 전문가들에 의한 단어 선별과 일반인들에 의한 친숙성 및 적절성 평정의 이원적 접근을 병행한다면 보다 심층적인 이해를 도모할 수 있어 고독과 외로움에 대한 풍부하고 균형 있는 접근을 가능케 한다.

3.4. 연구 대상

고독과 외로움은 생애주기의 발달 단계에 따라 중요한 삶의 사건과 전환점을 비롯하여 다양한 원인과 형태로 발생한다(Geukens et al., 2022). 다양한 연령대의 경험을 바탕으로 이를 동시에 살펴본다면 고독과 외로움의 복잡한 측면을 보다 포괄적으로 이해할 수 있을 것이다. 이에 특정 인구군이나 지역에 한정되지 않도록 6개 행정구역에 거주 중인 10대, 20대, 30대, 40대, 50대, 60대의 남녀 610명을 모집하였다. 이들은 연구 참가에 자발적 동의 의사를 표한 자들로, 오프라인 및 온라인 설문 방식을 통해 보고하였다. 인구사회학적 특성에 근거한 일반인의 관점을 최대한 반영하는 것이 중요하므로, 성별, 연령에 따라 참가자를 균등하게 선발하였으며, 오프라인 모집을 제외한 온라인 모집의 경우에는 온라인 설문조사를 전문으로 실시하는 업체를 통해 인구사회학적 속성을 구분하였다. 연구 참가자에 대한 구체적인 사항은 Table 1에 제시한 바와 같다.

Table 1. Sociodemographic characteristics of the study

	Division	N	Rate(%)
Gender	Male	308	50.5
	Female	302	49.5
Age	14~19	100	16.4
	20~29	104	17.0
	30~39	108	17.7
	40~49	100	16.4
	50~59	102	16.7
	60~69	96	15.7
Area	Seoul	101	16.6
	Gyeonggi/Gangwon	102	16.7
	Chungcheong	106	17.4
	Honam	87	14.3
	Gyeongbuk	102	16.7
	Gyeongnam	112	18.4
	Total	610	100.0

3.5. 연구 절차

친숙성과 적절성에 대한 평정을 실시하기 전, 모든 참가자에게 사전에 준비한 지시문을 배부하고, 충분히 숙지하여 이해하도록 하였다. 지시문에는 각 단어의 친숙성과 적절성이 무엇을 의미하는지에 대한 관련 예시가 제시되어 있으며, 각 주제별로 개인이 해당하는 내용에 정확하게 응답하도록 하였다. 설문지는 오프라인과 온라인을 통해 모집한 대상에 따라 배부 방식이 다르다. 설문지 내용은 모두 동일하나 오프라인의 경우에는 종이 문서의 형태를 배부하였고, 온라인은 온라인 설문조사 전문 업체에서 제작한 전자 문서 형태의 설문지에 응답하도록 하였다. 모든 측정에는 평균적으로 약 25분 정도의 시간이 소요되었다.

4. 연구 결과

4.1. 고독, 외로움 단어의 친숙성과 적절성

고독과 외로움 단어의 친숙성과 적절성에 대한 응답을 분석하였다. 고독에 대한 친숙성의 평균값 범위는 2.61(만족하다)부터 5.91(고독하다)이었으며(Fig. 1, Fig. 2, Fig. 3), 적절성의 평균값 범위는 2.80(대수롭다)부터 5.95(고독하다)로 나타났다(Fig. 4, Fig. 5, Fig. 6). 그 중, 친숙성의 평균값은 ‘만족하다’, ‘일시성’, ‘행복하다’, ‘희망적’, ‘순종하다’, ‘반성하다’ 등의 단어가 차례대로 가장 낮았으며, ‘고독하다’, ‘공허하다’, ‘쓸쓸하다’, ‘허전하다’, ‘적막하다’, ‘고립’ 등의 단어가 가장 높은 것으로 나타났다.

외로움의 친숙성 평균값 범위는 2.58(만족하다)부터 5.95(외롭다)였으며(Fig. 7, Fig. 8, Fig. 9), 적절성의 평균값 범위는 2.77(만족하다)부터 5.94(외롭다)로 나타났다(Fig. 10, Fig. 11, Fig. 12). 그 중, 친숙성의 평균값은 ‘만족하다’, ‘창출하다’, ‘긍정적’, ‘치유하다’, ‘회복하다’, ‘행복하다’ 등의 순으로 가장 낮으며, ‘외롭다’, ‘쓸쓸하다’, ‘소외감’, ‘허전하다’, ‘이별하다’, ‘고독하다’ 등이 가장 높은 것으로 나타났다. 한편, 적절성의 평균값으로는 ‘긍정적’, ‘행복하다’, ‘만족하다’, ‘아름

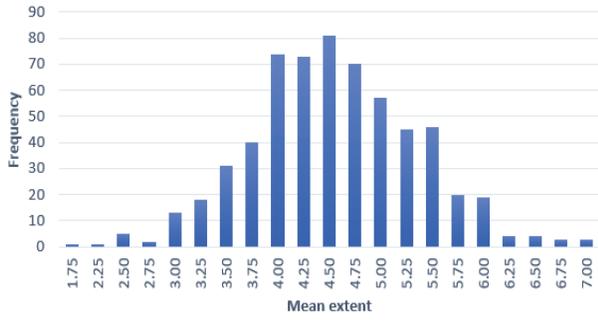


Fig. 1. Familiarity of solitude words (Total)

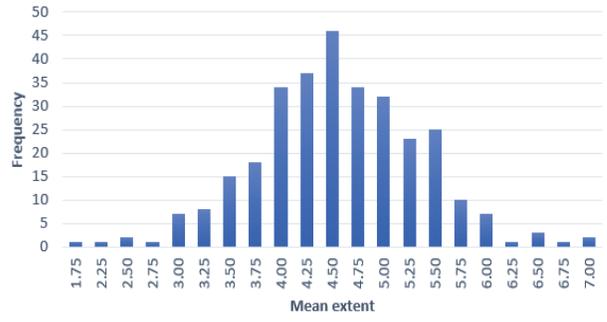


Fig. 2. Familiarity of solitude words (Man)

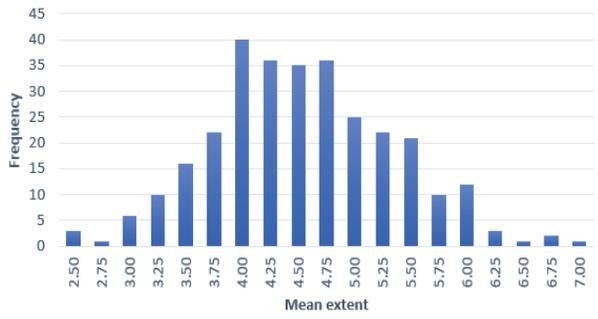


Fig. 3. Familiarity of solitude words (Female)

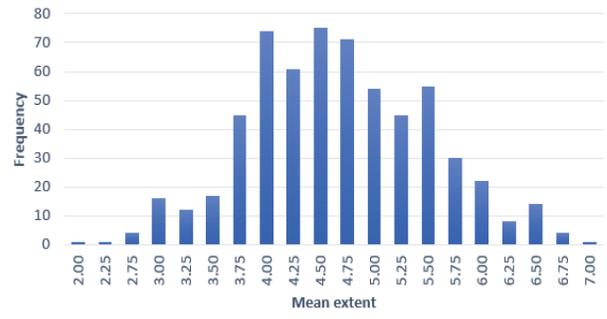


Fig. 4. Appropriateness of solitude words (Total)

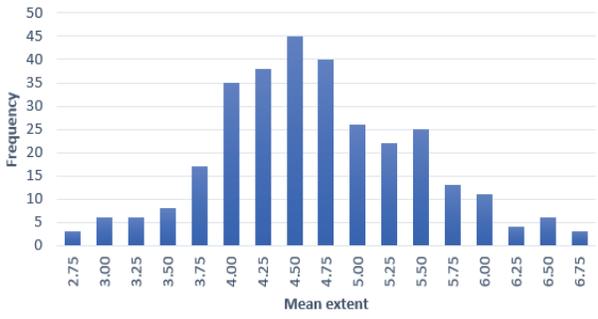


Fig. 5. Appropriateness of Solitude words (Man)

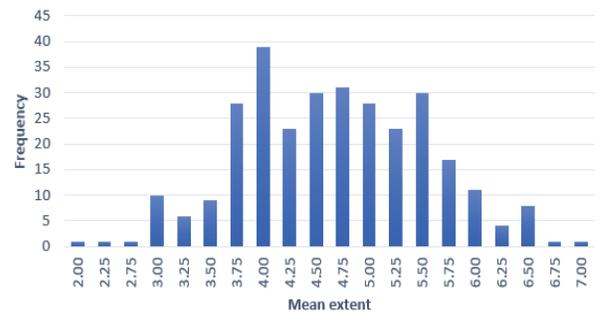


Fig. 6. Appropriateness of Solitude words (Female)

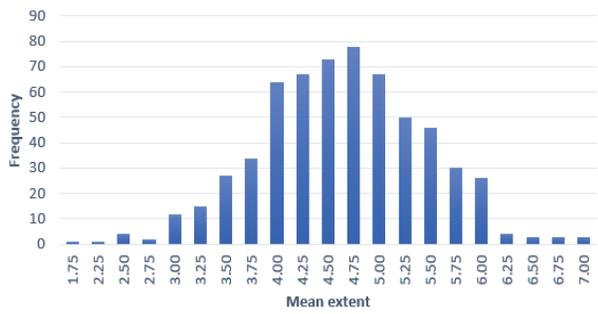


Fig. 7. Familiarity of Loneliness words (Total)

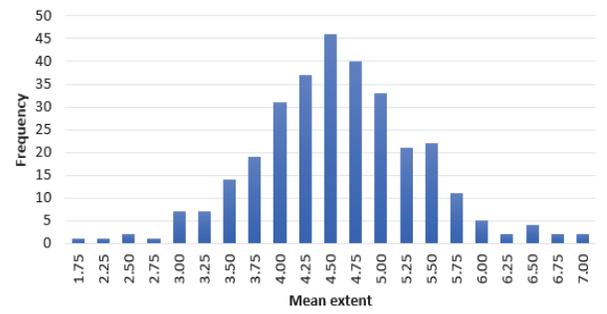


Fig. 8. Familiarity of Loneliness words (Man)

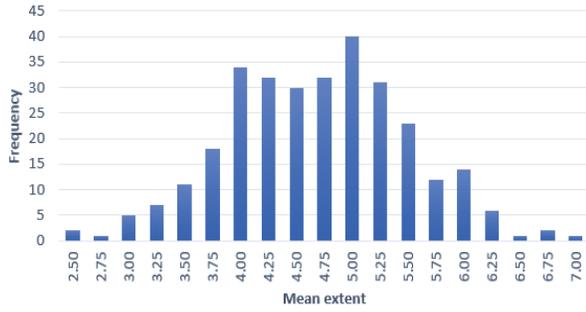


Fig. 9. Familiarity of Loneliness words (Female)

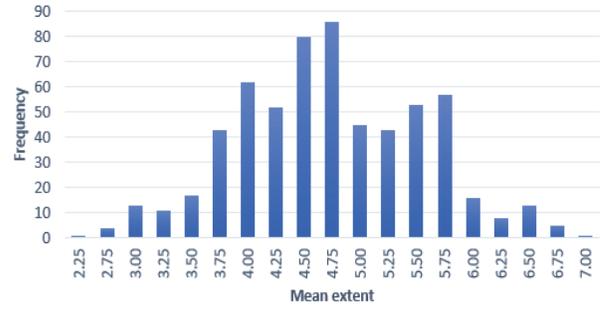


Fig. 10. Appropriateness of Loneliness words (Total)

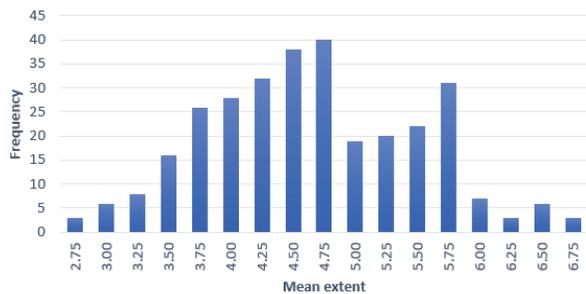


Fig. 11. Appropriateness of Loneliness words (Man)

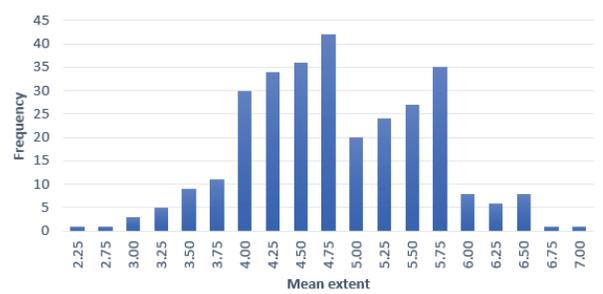


Fig. 12. Appropriateness of Loneliness words (Female)

답다’, ‘치유하다’, ‘희망적’ 등이 가장 낮은 반면에 ‘외롭다’, ‘쓸쓸하다’, ‘소외감’, ‘히전하다’, ‘슬프다’, ‘이별하다’ 등이 차례대로 가장 높게 나타났다.

전반적으로 고독과 외로움의 단어가 갖는 친숙성과 적절성은 다소 대조적인 양상을 보여주었다. 평균값이 가장 낮은 단어들은 정적인 특성을 나타내고 있고, 평균값이 가장 높은 단어들은 부적인 특성을 나타내었다. 친숙성과 적절성의 평정치 범위에 따른 단어의 빈도와 비율은 Table 2, Table 3에 제시한 바와 같다.

4.2. 고독, 외로움 단어의 친숙성과 적절성 간의 관계

고독, 외로움 단어의 친숙성과 적절성 간의 관계를 살펴보기 위해 상관분석을 실시하였다. 그 결과, 친숙성은 $r=.78(p<.01)$, 적절성은 $r=.79(p<.01)$ 로 나타나 유의한 정적 상관을 보였다.

4.3. 고독, 외로움 단어의 친숙성과 적절성의 성별 차이

고독, 외로움 단어의 친숙성과 적절성에서 성별에 따른 차이가 있는지를 살펴보기 위해 t-검증을 실시한 결

Table 2. The range of familiarity, appropriateness of solitude words

Division	1~1.99	2~2.99	3~3.99	4~4.99	5~5.99	6~6.99
Familiarity	1(0.2)	8(1.3)	102(16.7)	297(48.7)	169(27.7)	33(5.4)
Appropriateness		6(0.9)	90(14.8)	281(46.1)	184(30.2)	49(8.0)

Comment. Ranked on a 7-point likert scale

Table 3. The range of familiarity, appropriateness of loneliness words

Division	1~1.99	2~2.99	3~3.99	4~4.99	5~5.99	6~6.99
Familiarity	1(0.2)	8(1.3)	90(14.8)	279(45.7)	193(31.6)	39(6.4)
Appropriateness		5(0.8)	86(14.1)	278(45.6)	198(32.5)	43(7.0)

Comment. Ranked on a 7-point likert scale

과, 일부 단어에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 먼저, 고독의 친숙성에서 243개 단어 중 98개(40%)의 단어가 유의한 차이를 보였다. 측정된 평균값에서 남성이 여성에 비해 더 높은 단어는 67개(28%)이며, 여성이 남성에 비해 더 높은 단어는 31개(12%)이다. 친숙성에서는 남성이 ‘고독하다’, ‘공허하다’, ‘쓸쓸하다’, ‘외롭다’, ‘지치다’, ‘허무하다’ 등의 단어에서 유의한 차이가 나타난 반면, 여성은 ‘게으르다’, ‘결핍되다’, ‘미워하다’, ‘부끄럽다’, ‘소외감’, ‘예민하다’ 등의 단어에서 유의한 차이가 나타났다. 다음 적절성의 경우, 243개 단어 중 56개(23%)의 단어에서 유의한 차이가 있었다. 측정된 평균값에서 남성이 여성에 비해 더 높은 단어는 29개(12%)이며, 여성이 남성에 비해 더 높은 단어는 27개(11%)이다. 적절성에서는 남성이 ‘공허하다’, ‘독립적’, ‘성찰하다’, ‘수용하다’, ‘쓸쓸하다’, ‘희생하다’ 등의 단어에서 유의한 차이가 나타난 반면, 여성은 ‘귀찮다’, ‘눈물겹다’, ‘미워하다’, ‘불행하다’, ‘서럽다’, ‘예민하다’ 등의 단어에서 유의한 차이를 보였다.

한편, 외로움의 친숙성과 성별 간 차이에서도 243개 단어 중 97개(40%)의 단어에서 유의한 차이가 나타났다. 측정된 평균값에서 남성이 여성에 비해 더 높은 단어는 32개(13%)이며, 여성이 남성에 비해 더 높은 단어는 65개(27%)이다. 친숙성에서는 남성이 ‘고뇌하다’, ‘그립다’, ‘벅차다’, ‘시달리다’, ‘인내하다’, ‘자립적’ 등의 단어에서 유의한 차이가 나타난 반면에 여성은 ‘갈라서다’, ‘고민하다’, ‘귀찮다’, ‘몰입하다’, ‘오해하다’, ‘회피하다’ 등의 단어에서 유의한 차이가 나타났다. 다음, 적절성의 성별 차이를 살펴보면, 243개 단어 중 62개(26%)의 단어에서 유의한 차이가 나타났다. 측정된 평균값에서 남성이 여성에 비해 더 높게 나타난 단어는 26개(10%)이며, 여성이 남성에 비해 더 높게 나타난 단어는 36개(15%)이다. 적절성에서는 남성이 ‘공허하다’, ‘독립적’, ‘성찰하다’, ‘수용하다’, ‘쓸쓸하다’, ‘적응하다’ 등의 단어에서 유의한 차이가 나타난 반면에 여성은 ‘귀찮다’, ‘무미건조’, ‘미워하다’, ‘불행하다’, ‘예민하다’, ‘의존하다’ 등의 단어에서 유의한 차이가 나타났다. 모든 단어를 수록하기에는 지면상 한계가 있어 성별에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타난 단어들을 부록에 제시하였으며, 표에 *로 표기하였다.

4.4. 고독, 외로움 단어의 친숙성과 적절성에 대한 연령별 차이

고독, 외로움 단어의 친숙성과 적절성에서 연령에 따른 차이가 있는지를 살펴보기 위해 F-검증을 실시한 결과, 일부 단어에서 유의한 차이가 나타났다. 우선, 고독의 친숙성은 243개 단어 중 84개(35%)의 단어에서 유의한 차이가 나타났다. 그 중, 60대가 다른 연령 집단에 비해 20개(8%)의 단어에서 가장 높은 평균값을 보고하였고, 다음으로 20대와 30대가 18개(7%), 50대가 15개(6%), 40대가 8개(3%), 10대가 5개(2%) 순으로 나타났다. 구체적으로, 60대는 ‘고립’, ‘단절하다’, ‘반추하다’, ‘성찰하다’, ‘여유’, ‘희로애락’ 등의 단어에서, 20대는 ‘끓다’, ‘분노하다’, ‘불만족’, ‘열등감’, ‘은둔하다’, ‘편안하다’ 등의 단어에서 유의한 차이가 나타났다. 30대는 ‘비겁하다’, ‘서운하다’, ‘실망하다’, ‘자기비판’, ‘패배감’, ‘폭력적’ 등의 단어에서, 50대는 ‘경각심’, ‘공포’, ‘근심’, ‘깨닫다’, ‘무력감’, ‘치유하다’ 등의 단어인 것으로 나타났다. 40대는 ‘각박하다’, ‘독립적’, ‘이중성’, ‘자문자답’, ‘지루하다’, ‘창출하다’ 등의 단어에서, 10대는 ‘나쁘다’, ‘심신불안’, ‘어렵다’, ‘자아도취’, ‘토라지다’ 등의 단어에서 유의한 차이가 있었다.

적절성에서의 연령별 차이를 살펴보면, 243개 단어 중 71개(29%)의 단어에서 유의한 차이가 나타났다. 그 중, 20대와 60대가 19개(8%)의 단어에서 다른 연령 집단에 비해 가장 높은 평균값을 보였으며, 다음으로 30대가 13개(5%), 40대가 9개(4%), 50대가 8개(3%), 10대가 3개(1%)의 순으로 나타났다. 구체적으로, 20대는 ‘불쾌하다’, ‘삭막하다’, ‘열등감’, ‘예민하다’, ‘자기비판’, ‘회피하다’ 등의 단어에서, 60대는 ‘고립’, ‘공포’, ‘근심’, ‘버림받다’, ‘성찰하다’, ‘희로애락’ 등의 단어에서 유의한 차이가 있었다. 30대는 ‘귀찮다’, ‘자기발견’, ‘자기혐오’, ‘잠적하다’, ‘추구하다’, ‘화나다’ 등의 단어에서, 40대는 ‘각박하다’, ‘교류하다’, ‘독립적’, ‘자문자답’, ‘창출하다’, ‘함께 하는’ 등의 단어인 것으로 나타났다. 50대는 ‘공허하다’, ‘낭만적’, ‘무섭다’, ‘원망하다’, ‘이중성’, ‘치유하다’ 등의 단어에서, 10대는 ‘부정적’, ‘심신불안’, ‘자아도취’의 단어에서 유의한 차이를 보였다.

한편, 외로움의 친숙성의 경우에 243개 단어 중 61개

(25%)의 단어에서 유의한 차이가 있었다. 그 중, 10대가 다른 연령 집단에 비해 27개(11%)의 단어에서 가장 높은 평균값이 측정되었고, 다음 차례대로 60대가 13개(5%), 20대와 40대가 7개(3%), 50대가 4개(2%), 30대가 3개(1%)인 것으로 나타났다. 10대는 ‘못나다’, ‘미워하다’, ‘부끄럽다’, ‘예민하다’, ‘자기비판’, ‘적개심’ 등의 단어에서, 60대는 ‘반추하다’, ‘받아들이다’, ‘상실하다’, ‘여유’, ‘체념하다’, ‘회로애락’ 등의 단어에서 유의한 차이가 있었다. 20대는 ‘분노하다’, ‘불만족’, ‘숨다’, ‘열등감’, ‘잠적하다’, ‘패배감’ 등의 단어에서, 40대는 ‘교류하다’, ‘독립적’, ‘적응하다’, ‘지루하다’, ‘허송세월’, ‘힘내다’ 등의 단어인 것으로 나타났다. 50대는 ‘깨닫다’, ‘이별하다’, ‘자문자답’, ‘허무하다’의 단어에서, 30대는 ‘귀찮다’, ‘자기발견’, ‘자립적’의 단어에서 유의한 차이가 있었다.

적절성에서의 연령별 차이를 살펴보면, 243개 단어 중 53개(22%)의 단어에서 유의한 차이가 나타났다. 그 중, 10대가 다른 연령 집단에 비해 20개(8%)의 단어에서 가장 높은 평균값이 측정되었고, 차례대로 20대가 10개(4%), 60대가 9개(3%), 40대와 50대가 6개(2%), 30대가 2개(1%)인 것으로 나타났다. 10대는 ‘감추다’, ‘공포’, ‘미워하다’, ‘버림받다’, ‘자기비판’, ‘폭력적’ 등의 단어에서, 20대는 ‘불만족’, ‘숨다’, ‘열등감’, ‘암울하다’, ‘패배감’, ‘회피하다’ 등의 단어에서 유의한 차이가 있었다. 60대는 ‘단절하다’, ‘반추하다’, ‘받아들이다’, ‘상실하다’, ‘여유’, ‘창출하다’ 등의 단어에서, 40대는 ‘교류하다’, ‘독립적’, ‘자립적’, ‘적응하다’, ‘지루하다’, ‘함께 하는’ 등의 단어인 것으로 나타났다. 50대는 ‘고뇌하다’, ‘그렵다’, ‘깨닫다’, ‘원망하다’, ‘이별하다’, ‘자문자답’의 단어에서, 30대는 ‘자기발견’, ‘잠적하다’의 단어에서 유의한 차이가 나타났다. 연령별 차이 또한, 모든 단어를 수록하기에는 지면상 한계가 있어 유의한 차이가 있는 단어들을 부록에 제시하였으며, 표에 *로 표기하였다.

4.5. 고독, 외로움 단어의 친숙성과 적절성에 대한 성별 및 연령별 차이

고독, 외로움 단어의 친숙성과 적절성에 대한 성별 및 연령 간의 관계를 살펴보기 위해 다변량분석을 실

시하였다. 분산의 동질성을 검증한 결과, 친숙성(*Box's* $M=28.64$, $p=.048$, $F=1.84$, $p<.05$)과 적절성(*Box's* $M=26.35$, $p=.035$, $F=1.37$, $p<.05$)의 공분산 행렬이 동일한 것으로 나타나 다변량분석의 기본 가정을 충족하였다. 그리고 다변량 검증에서 일반적으로 많이 활용되는 Pillai와 Wilks를 통해 통계적 유의성을 살펴본 결과, 친숙성에 대한 다변량 검증에서는 Pillai의 트레이스 $.085(F=4.80$, $p<.001)$, Wilks의 랏다가 $.077(F=4.78$, $p<.01)$ 로 나타났다. 적절성에 대해서는 Pillai의 트레이스 $.082(F=4.38$, $p<.01)$, Wilks의 랏다 $.079(F=4.28$, $p<.01)$ 로, 친숙성과 적절성에서 성별과 연령 간에 상호작용 효과가 있음을 알 수 있었다. 연령의 영향력은 친숙성과 적절성에 각각 12.4%, 9.6%를 가지는 데 반해서 성별은 7.8%, 5.4%로, 연령이 성별보다 더 높은 점수를 나타냈다.

4.6. 고독, 외로움 단어의 친숙성과 적절성에 대한 지역별 차이

고독, 외로움 단어의 친숙성과 적절성에서 지역에 따른 차이가 있는지를 살펴보기 위해 F-검증을 실시하였다. 분석 결과, 모든 단어에서 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

5. 종합 논의

5.1. 결론

본 연구에서는 고독과 외로움에 대한 한국인의 인식 차원을 살펴보는 데 필요한 선행 작업으로서, 단어 자료의 친숙성과 적절성 수준을 탐색하였다. 다양한 연령 집단으로 하여금 일상생활에서 보다 친숙하고 그 의미를 명확하게 인식할 수 있는 단어를 평가하도록 하여 보편적인 단어 선정에 기초적 근거가 되는 자료를 마련하고자 하였다. 평가의 목적이 무엇인지에 따라 단어의 선정과 활용 가치는 다양하다. 단어를 통해 개인의 인식과 경험을 살펴보는 데 활용 가능한 평가 도구를 개발하는 과정에서 중요한 것은 이를 측정하는 대상의

공통된 특성에 따라 단어의 친숙성과 적절성에 차이가 있다는 점이다(Jang & Kim, 2021).

그에 따라 측정된 단어들은 매우 낮거나(2.0 미만) 매우 높은(6.0 이상) 범위보다 중간(3.0~6.0 미만) 범위에 대거 밀집되어 있는 것으로 나타나 연구 참가자들의 보고가 한국의 특수한 사회·문화적 환경이 반영된 보편적 특성이 있는 가운데, 개인의 관점에서 다양한 해석과 적용이 이루어지고 있음을 알 수 있다. 또한, 참가자들의 응답 자료가 고독과 외로움을 설명하는 실제적이고 유용한 단어를 선별할 수 있는 가능성을 보여준다 하겠다. 유사한 결과로, Park & Min(2005)의 연구에서는 원형성과 친숙성의 평균값이 3.0에서 6.0 미만의 단어들이 상당 부분 포함되었으며, 정서 단어 목록의 개발 과정에서 전형성을 측정한 Lee et al.(2008)의 연구에서는 3.09(교감하다)부터 4.65(슬프다)를 보고하였다. 마찬가지로, 대인관계 단어 도구를 개발하는 과정에서 친숙성과 적절성을 측정한 Jang & Kim (2021)의 연구에서 보고된 친숙성의 평균값 범위는 2.52(공갈하다)부터 5.92(고맙다), 적절성의 평균값 범위는 2.89(공갈하다)부터 5.92(고맙다)인 것으로 나타났다. 이에 본 연구에서 관련 전문가들과의 협업을 통해 단어 선별 과정을 수행함으로써 고독과 외로움에 관한 적합한 단어들을 더욱 신뢰 있고 풍부하게 반영한 것으로 판단된다.

이어서, 고독과 외로움 단어의 친숙성과 적절성의 관계를 살펴보기 위해 Pearson 상관분석을 실시한 결과, 유의한 정적 상관관계가 나타나 개인에게 친숙한 단어일수록 그 의미 또한 명확하게 이해하고 있는 것으로 볼 수 있다. 다음으로, 성별에 따른 두 정서의 친숙성과 적절성에서 유의한 차이가 있음을 발견하였다. 고독과 외로움은 누구에게나 일어날 수 있는 일이라는 하나 주어진 단어들 중 일부는 남성과 여성 간에 독특한 양상을 띠고 있어 주목할 만한 점이다. 예컨대, 고독, 외로움과 관련된 인식으로서, 남성은 ‘공허/독립/성찰’이, 여성은 ‘결핍/의존/회피’의 특성이 뚜렷하게 나타났다. 특히, 남성이 ‘고독하다’, ‘공허하다’, ‘쓸쓸하다’, ‘허무하다’, ‘희생하다’ 등의 고독과 연관된 단어에서, 여성은 ‘갈라서다’, ‘결핍되다’, ‘소외감’, ‘외롭다’, ‘회피하다’ 등의 외로움에 관한 단어에서 유의한 차이를 보였다.

관련하여, 성별과 연령이 친숙성과 적절성에 유의미한 영향을 미치며 그 중 연령이 갖는 영향력이 성별에 비해 더 높게 나타났다. 이는 동일한 단어에 대한 지각이 세대 간에 다를 수 있고, 단어 의미와 관련된 핵심적인 개념 및 익숙함의 정도가 세대에 따라 변화한다는 것을 강조한다. 아울러, 정서 단어를 분석할 때 성별과 연령을 중요한 변수로 고려해야 함을 보여준다고 할 수 있다.

구체적으로, 남성은 여성에 비해 고독을 느끼는 경향이 더 높은 데 반해(Yun & Jo, 2020; Gazelle & Rudolph, 2004), 여성은 남성에 비해 외로움을 더 쉽게 느끼는 경향(Kim et al., 2017; Ryan & Patterson, 1987)이 있는 것으로 확인된다. 특히, 중·장년 남성일수록 여성과 장애인, 고령자와 달리 사회적으로 조명받지 못하고 있어 더욱 고독할 수밖에 없으며, 고독사의 가능성 또한 매우 높은 계층이다(Ministry of Health and Welfare, 2022). 이처럼 사회 제도가 정비되지 않은 상태에서 남성은 불안정한 경제 상황에 직면하게 되고, 실직이나 은퇴 이후 경제력과 동시에 자신의 가치를 상실한다고 여겨 사회적으로 쉽게 고립되는 특징을 보인다(Lee, 2018). 더욱이, 노부모와 미취업 상태의 성인 자녀에 대한 이중 책임의 부담까지 급증하고 있어 경제적·심리적 여유가 충분치 않은 실정이다(Lee, 2021). 이는 경제 위기와 남성 중심의 생계 부양에 기초한 한국의 오랜 가부장적 사회의 위기가 중첩된 현상으로 볼 수 있다. 그 영향으로, 남성은 가족을 가장 기본적인 사회 단위이자 대인관계의 규범으로 보고(Lee, 2018), 모든 가치나 이해관계 판단에 있어 가족의 이익을 우선시하게 되었다(Lee, 2020). 그럼에도 남성은 여성에 비해 가족(Drennan et al., 2008)과 사회적 관계(Hwang & Lee, 2021)에서 더 높은 수준의 고독을 경험하는 것으로 보고된다. 전통적 가장의 역할은 남성에게 무거운 심리적 부담이 될 수 있으며, 직장에서 퇴보되거나 탈락할 가능성에 대한 불안과 단절감을 경험하는 데 큰 영향을 미친다(Kim, 2022). 남성은 여성과 달리 자신의 힘든 상황을 주변에 쉽게 호소하기보다는 외부와 분리하여 스스로 해결하려는 경향이 있으며, 대인관계 역시 업무와 관계된 사람들이 주를 이루고 있어 개인의 욕구를 충족시키기 어렵다. 그만큼, 정서적 경험을 공유

하고 지지할 사람이 부족할수록 고독의 경험이 증가하는 것이다(Larson, 1990). 이러한 현상은 가부장적 환경과 관계없이 가정 및 교육제도와도 관련이 있다는 것을 보여준다. 대체로 남성은 힘든 일이 있더라도 어느 정도 참고 견뎌야 하고, 주도적으로 책임질 수 있는 자세를 지녀야 함을 중시하는 분위기 속에 성장해 왔다. 강한 책임감을 갖고 인내하며 스스로 문제를 해결하고자 하는 생활 양식이 뿌리 깊게 자리잡고 있는 사회에서 남성이 적응하기란 쉽지 않다고 볼 수 있다.

그러나 한편으로, 남성의 고독은 잠재적 이점으로 연결되기도 한다(Weinstein et al., 2021). 극복을 시도하고 현실을 살아가기 위한 대안을 모색함으로써, 자신을 비롯한 가족, 사회, 국가 등에 보다 나은 미래로의 도약을 향한 발판으로 작용할 수 있다. 따라서 고독과 외로움의 단어 중, 남성에게서 높은 평정치가 나온 ‘성찰하다’, ‘수용하다’, ‘인내하다’, ‘적응하다’ 등은 여러 상황과 도전에 마주할 때 유연하게 대처하는 능력으로, 어려운 상황에서도 긍정적인 변화와 성장을 이끌어내는 중요한 요인으로 볼 수 있다. 따라서 남성은 이러한 상황을 성찰의 계기로 삼아 자신의 역할과 책임을 되돌아보고 더 깊이 인식하여 성숙한 태도로 승화시킨다고 해석할 수 있다.

이처럼, 남성은 경제적인 역할을 담당하고 여성은 관계적인 부분을 담당하는 것이 일반적이다. 과거에 비해 경제활동 참여가 확대되어 부부 모두 근로 행위를 하고 있는 가구가 증가하고 있지만 전통적으로 여성은 가사를 돌보는 데 주요한 역할을 맡음으로써, 남성보다 자연스럽게 더 많은 시간을 가족과 보내고, 친밀한 관계를 유지할 수 있는 기회가 많아 가족에게서 고독을 경험하는 일은 적다(Eriksen & Gerstel, 2002). 관련하여, 성별 간에 대인관계의 고유한 특성을 발견한 Jang & Kim(2021)의 연구에서는 남성의 대인관계는 경쟁적이고 지배적인 특성이 뚜렷한데 반해, 여성은 친밀하고 애정적인 특성이 있는 것으로 나타났다. Beck(2000)의 연구에서도 남성은 집단적인 상호의존성을 나타내는 주도적 양상(경쟁적, 지배적, 공격적)을, 여성은 관계적인 상호의존성을 의미하는 친교적 양상이 있는 것으로 보고된 점은 본 연구의 결과를 뒷받침해 준다.

그러나 여성은 남성에 비해 배우자나 이성 친구에

대한 낭만적 외로움의 수준이 비교적 높다(Lee et al., 2017; Weiss, 1973). 낭만적 외로움은 Weiss(1973)가 구분한 정서·사회적 외로움의 요인들 중 하나이다. 성인 초기부터 취업과 결혼에 이어 출산 및 양육에 전념하는 동안 부부는 새로운 역할 변화 및 적응 등으로 인한 스트레스 상황을 겪으면서 부부만족도가 감소하게 된다. 이때, 아내가 남편보다 더 낮은 부부만족도를 경험하기도 한다(Seo, 2018). 그러나 부부간에 갈등을 전혀 빚지 않고 살아갈 수는 없다. 낭만적 외로움에 기여하는 요인으로, 개인의 특성을 비롯한 결혼 생활에 대한 환상, 기대감 등(Jeon & Jung, 2013)의 다른 심리·사회적 요인 또한 고려해볼 필요가 있다. 낭만적 외로움은 성인 중기와 성인 후기로 갈수록 높은 수준에 이르는 데, 이전 시기에 걸쳐 자녀 양육, 빈 둥지 증후군, 노부모 부양 등의 생애 사건을 통해 다양한 역할 변화를 경험하고, 이에 적응하는 과정 중에 역할 갈등을 빚게 된다(Son & Lee, 2023). 더욱이, 개인주의가 심화되면서 관계의 가치를 두기보다는 자신의 독립성과 자율성을 중시하는 개인이 증가하고 있는 사회 분위기 속에서 점차 사람들 간의 상호작용이 감소하고, 관계는 약화되고 있다. 따라서 남성에 비해 개인주의나 자율을 덜 강조하고, 타인과의 밀착된 관계와 강한 정서적 유대감을 추구하는 관계지향적인 여성이 이를 충족시키는 것이 갈수록 어려워지고 있다(Gilligan, 1993).

한편 다른 측면에서, 심리적 어려움과 목표 달성에 대한 남성과 여성의 대처 방식을 제기할 수 있다. 동일한 사회적 상황에도 이를 어떻게 해석하느냐에 따라 개인의 관계와 정서적 경험에 영향을 미치게 된다(Beck, 2000). 성별에 따라 삶의 다양한 영역 중 사회적 측면에서 상이한 반응이 나타나는데, 남성은 독립적인 자기해석을 하는 반면, 여성은 상호의존적인 자기해석을 하는 경향이 높다(Cross et al., 2002). 가령, 마음에 흡족하지 않은 어떤 대상이나 상황에 대해 남성은 이를 최대한 객관화하여 직접적이고 명확하게 밝히려 하거나 내적으로 해소하는 경향이 높다. 설령 순간적으로 외부에 표출하더라도 주변을 고려하여 해가 되지 않도록 스스로 조절하고 통제한다. 그러나 일부 남성들은 건강하지 못한 대처 전략으로서 과음 및 알코올 사용장애, 과도한 운동 및 취미 활동, 약물 오남용, 도박

등을 행하고 있어 위험성이 크다(Campbell & Muncer, 2008; Schreiber & Hausenblas, 2015).

반면, 여성은 남성과 다른 대처 전략을 사용한다. 상황을 객관화하고 감정을 적절히 조절하기보다 지나친 분노와 짜증, 울음, 관계 단절 등을 통한 역기능적 반응을 외부에 직접적으로 표출함으로써 심리적 어려움을 해소한다. 또는 관계적 공격성을 통해 상대의 사회적 관계를 손상시켜 해를 입히기도 한다. 예컨대, 외부로 잘 드러나지 않지만 교묘하게 상대를 고의로 비난하고 헛소문을 퍼뜨리거나 회피·배제하는 행위 등의 간접적이고 우회적인 공격성을 나타내는 경향이 높은 것으로 알려져 있다(Lee & Kim, 2013; Crick & Grotpeter, 1995). 그 가운데, 본 연구에서 여성으로부터 높은 평정치가 나온 고독과 외로움의 단어들은 ‘갈등하다’, ‘미워하다’, ‘오해하다’, ‘의존하다’ 등으로, 일상적인 상호작용과 대인관계에서 발생하는 정서적 반응으로 볼 수 있다. 여성은 남성에 비해 주변에 대해 더 예민하고 과도하게 반응하기 쉬워 타인과의 관계에서 오해나 갈등을 빚을 수 있으며(Hafsa et al., 2021), 일상적인 스트레스 상황에도 큰 영향을 받기 때문에 불안을 더욱 가중시킬 가능성이 높다(Hallers-Haalboom et al., 2020). 주요 원인으로 외로움과 연관된 소외감, 무력감, 자기 비하 등이 제시되며, 내현적 자기에의 특성 중 하나이자 열등감의 무의식적 방어기제인 과민/취약성의 속성이 포함된다. 이는 허위 자존감과 관련이 있으며, 분노 사과의 직접적인 원인이 될 가능성이 크다(Choi & Kim, 2022). 이처럼, 외로움은 삶의 전반적인 만족도와 행복, 자신의 일의 가치 등을 부정적으로 평가하고, 걱정, 우울 등의 정서 경험을 증가시킨다(Lee et al., 2022). 높은 수준의 불안과 우울 간에 밀접한 관련이 있으며, 서로 중요한 예측 요인으로 밝혀졌다(Wu et al., 2022). 따라서 여성이 남성에 비해 더 높은 수준의 불안과 우울을 경험하는 것으로 볼 수 있어(Yun & Chung, 2017) 이를 고려한 기능적인 대처 방안이 필요하다.

종합하면, 언어의 성별 차이는 단순한 문제로 간주하기 어렵다. 고독과 외로움은 사회·문화적 환경과 개인의 복잡한 구성 요인이 반영된 삶의 집합체로, 각기 다른 양상을 나타낸다. 고독이 양가적인 관점에서 다루어진다는 점에서 남성은 여성보다 고독에 더 취약

하기는 하나 종종 긍정적이고 의미 있는 방식으로 경험한다. 반면, 외로움은 그 자체가 정서적 고통의 명확한 원인이 되는 만큼(Beal, 2006) 남성에 비해 외로움의 수준이 높은 여성은 부정적인 경험을 더 많이 하는 것으로 볼 수 있다.

다음으로, 연령에 따른 두 정서의 친숙성과 적절성에서도 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 성별과 더불어, 연령에 따라서도 두드러진 특성이 발견된 가운데, 고독에 관한 경험으로서 10대는 ‘불안/혼란/은둔’, 20대와 30대는 ‘불만/단절/무력감/지향’, 40대는 ‘공허/불안/적응’, 50대는 ‘공허/공포/낭만’, 60대는 ‘고립/공포/여유’로 대표할 수 있다. 전반적으로 연령이 낮을수록 고독에 대한 부정적인 경향이 높지만, 연령이 증가하면서 긍정적인 관점을 나타낸다. 한편, 외로움 또한 연령에 따라 원인과 특성이 다르다는 점에서 고독과 크게 다르지 않은 듯 보일 수 있으나 미묘한 차이가 있다. 외로움에 대한 응답에서 10대는 ‘소외/숨김/두려움’, 20대는 ‘불만/절망/회피’와 30대는 ‘부담/무기력’, 40대는 ‘연결/부담/공허’, 50대는 ‘그리움/공허/근심’, 60대는 ‘상실/여유’를 높게 평가하였다. 다만, 이러한 경향을 단순히 연령에 따른 발달 현상으로 이해하기보다는 연령에 따른 특정 경험과 연관된 여러 요인들이 반영된 결과로 보는 것이 더 적합하다고 판단된다. 즉, 성별과 마찬가지로, 사회적 맥락 속에 이루어지는 개인의 역할, 목표 등의 다양한 성장 요인이 작용한 경향으로 볼 수 있는 것이다. 이러한 가운데, 고독은 삶의 어느 순간에 누구나 경험하는 만큼, 보편적인 현상이다. 어느 사회에서든 발달 단계마다 그 시기의 특징적인 현상과 이루어야 할 과업이 있고, 그에 따라 여러 위기를 겪으며 고독을 절감하고 혼자여서 좋은 점과 나쁜 점을 하나둘 깨달아 가기도 한다.

청소년기인 10대는 성인기로의 중요한 과도기로, 전반적인 영역에서 급격한 변화가 일어난다. 학업적 성취로 인한 부담과 동시에 개별적 존재로서 자기정체감을 확립하고 자율성을 강화하는 동안 혼자 있기를 선호하기도 한다. 이는 발달의 중요한 부분이기도 하나 정신건강의 측면에서 내적 삶과 사회적 관계 간의 균형도 중요하므로, 고독만큼 관심과 지지를 제공하는 대인관계 또한 필요하다. 선행 연구들에서 청소년기는 고독에

대한 욕구나 갈등이 크지 않은 대신, 또래 및 소속에 대한 갈망과 기대 수준이 높기 때문에 외로움 또한 증가함을 보고하고 있다(Goodfellow et al., 2022).

본 연구에서도 10대가 다른 연령대보다 고독에 대한 반응이 가장 낮은 수준이지만 외로움은 가장 높게 나타났다. 외로움과 연관된 요인이 고독과 유사하지만 10대의 외로움은 다른 연령대와 확연히 다른 특성을 내포하고 있다. 청소년기의 전반적인 외로움에는 대인관계가 크게 기여한다는 점이다. 이들은 삶에서 부모-자녀 관계보다 또래 집단의 관계 형성이 중요한 부분을 차지하고 있고, 외로움에 특히 취약함을 보여주고 있지만 감추기를 원하며 자신의 마음을 외면하려는 경향이 있다(Batsleer & Duggan, 2020). 본 연구에서 ‘감추다’, ‘못나다’, ‘버림받다’, ‘자기비판’과 유사한 의미를 지닌 단어들에 많은 반응을 한 것으로 나타나 이들의 특성이 뚜렷하게 드러난다. 중·노년기에는 사회 참여와 관계망의 유용성이나 가치를 추구하는 데 반해, 젊은 세대일수록 그 양과 규모를 중요시하며, 외로움으로부터 자신을 보호해준다고 생각한다(Batsleer & Duggan, 2020). 따라서 청소년의 외로움은 더 많은 관계망과 친밀감을 기대함으로써 부딪히는 현실적 갈등으로 볼 수 있다. 청소년기에 형성되는 새로운 관계는 앞으로의 삶에 큰 영향을 미칠 수 있기에 학교와 가정에서는 적극적으로 이들을 대상으로 건강한 관계 형성의 필요성을 알려줄 필요가 있겠다.

한편, 성인 초기는 더욱 확장된 환경 속에서 삶의 방향성을 결정하고 친밀감을 강조하는 시기이다. 구직과 가정 형성을 통해 독립성을 확립하고 성숙한 사회 구성원으로서의 역할을 수행하며 자기실현을 이루어 나간다. 그러나 적응 과정 중에 미래에 대한 불안과 중압감으로 고독해지기도 한다(Erikson, 1968). 오늘날 10대를 비롯한 20~30대는 풍부한 자원을 바탕으로 정보와 기술을 쉽게 습득하는 사회에서 자라온 세대이다. 이러한 사회·경제적 조건은 청년기를 중심으로 한 개인주의의 급격한 확산에 영향을 미치게 됨으로써, 사회공동체에 대한 무관심과 관계 형성의 기피 현상을 초래하고 있다. 특히, 최근의 경제 위기와 취업난 등이 장기화되면서 정신적·신체적 문제와 함께 스트레스에 역기능적으로 대처할 가능성이 높고, 연령대마다 발달

적으로 성취할 만한 가치가 있는 과업(졸업, 취업, 결혼, 출산 및 양육 등)이 있음에도 불구하고 개인의 자유에 큰 가치를 두고 외면하거나 불확실한 미래에 대한 불안과 무기력에 주저하여 포기하는 현상이 일어나고 있다(Parameswaran, 2020). Barreto et al.(2021)은 홀로 살고 사회적 교류가 적을수록 그리고 사회로부터 고립되었다고 느낄 때 연령에 상관없이 외로움을 경험할 확률이 매우 높아진다고 보았다. 특히, 개인주의 문화에 익숙한 젊은 세대일수록 외로움에 가장 취약할 수밖에 없음을 주장한다. 이는 앞으로 더 심화될 것으로 예측되고 있어 이들의 정서 상태에 주목할 필요가 있겠다.

관련하여, 본 연구에서 고독에 대한 이들의 응답은 대체로 적대감, 분노, 불만 등을 수반하는 높은 정서적 각성 상태를 드러내고 있고, 상당 부분이 극단적 선택에 가까운 응답을 이루고 있다. 자기몰입이나 자기중심적인 면이 강한 데 반해, 주변에는 정서적 수고를 들이지 않으려 하며, 타인과의 관계를 충실하게 맺어가는 능력이 결여되어 있다. 이는 고독에서 비롯되는 여러 가지 경험 중, 회피와 은둔의 상태를 보다 더 편안하게 여기는 경향으로 볼 수 있다. 두 정서가 서로 다른 심리적 기제를 가지고 있음에도 불구하고, 명확하게 구분되지 않고 혼용되는 상황에서 고독에 대해 긍정적인 이들이 과연 자발적 고독의 진정한 의미와 가치를 잘 이해하고 있는가에 대해 고민해 보아야 할 것으로 판단된다.

한편, 중년기는 그 사회의 발전을 위해 열심히 노력하는 시기로, 미래 세대를 위해 의미 있는 유산을 남기며 다른 생산적 활동에 몰두한다. 중년기는 가정을 위해 노력한 결과로써 자녀의 교육적 성취와 직업 세계에서 성공에 대해 큰 만족을 경험한다. 그러나 한편으로, 이들의 전반기는 획득과 상실이 균형을 이루지만 후반기로 갈수록 상실의 경험이 잦아진다. 예컨대, 40대는 직업적으로 자기 역할을 활발히 이어 나가고 있고, 사회적 성취를 이루고 있는 시기로, 사회적으로나 가정적으로 안정된 생활을 유지하기 위해 분주하다. 현실과 자기실현 간의 조화를 모색하면서도 과중한 부담과 책임을 지고 가야 하는 상황에 고독해지기 쉽고, 배우자 및 자녀와의 관계를 중심으로 한 가족체계의 변화로 심리적 적응에 어려움을 느끼기도 한다. 다음으

로, 50대는 이전 시기에 비해 경제적인 안정을 이루고, 사회적 지위를 얻는 시기이다. 본 연구에서 50대가 60대와 마찬가지로, ‘그립다’, ‘이별하다’에 높은 평가를 한 가운데, 청소년기 자녀가 대부분인 40대에 비해 50대 후부터는 성인 자녀가 취업이나 결혼 등으로 인해 완전한 독립을 하고, 부모와의 사별을 경험하는 일이 생기면서 상실감과 공허감을 느끼기도 한다(Kim & Hong, 2021). 그 와중에 역할과 책임에서 벗어나 한적하게 여유를 즐기고 사색하며, 내면을 살필 수 있는 자유와 성찰의 시간 또한 기대함으로써, 고독을 낭만적으로 여길 수 있다. 그 가운데, 이들이 고독을 적절하게 일컫는 단어로서 ‘낭만적’을 높은 수준으로 보고하고 있어 단순한 외로움과 고립과는 다른 의미를 가지고 있음을 알 수 있다. 그러나 친숙성에서는 ‘낭만적’ 개념이 차이가 없는 동시에 ‘경각심’, ‘공포’, ‘무섭다’, ‘이중성’의 인식 수준이 높은 것으로 나타났다. 이를 미루어 보아, 노년을 앞두고 있는 이들에게 고독은 홀로 있음을 자처함으로써, 평온과 치유의 시간이 될 수도 있다. 그러나 평소에는 고립으로 이어지는 괴로운 시간이 될 수 있음을 인식하고 경계하는 것으로 보이며, 이중 부양에 대한 부담으로 고독에 대한 낭만적인 기대는 더욱 하기 어려울 것으로 짐작된다.

마지막으로, 노년기인 60대에 이르러 고독은 대표적이고 만성적인 경험이 된다. 직업적으로 은퇴 시기와 맞물리는 시기로, 경제적 자립에 대한 부담과 사회적 역할의 상실로 공허감을 느끼기 쉽다. 대부분 경제적 어려움을 경험하고, 건강 악화로 인한 기능과 활동 저하가 나타난다. 그리고 주변 사람들의 죽음으로 힘겨워하는 가운데, 삶의 재평가와 마무리에 대한 고민이 많아지면서 고독을 가장 많이 경험한다(Yang & Hwang, 2020). Lee et al.(2017)의 연구에서 성인 후기의 사람들이 청년 후기·성인 초기·중기보다 사회적으로 더 높은 고독을 경험하는 것으로 나타났으며, 성인기의 고독을 사회적·가족·낭만적 고독으로 구별하여 그 양상을 살펴본 Lee & Min(2018)의 연구 결과 또한, 모든 고독이 성인 후기에 큰 비중을 차지하고 있음을 주장한다. 이는 성인 후기로 갈수록 정서적 연결망이나 친밀감의 정도를 고려할 만한 대상 자체가 부재한 경우가 많아 대상의 유무가 곧 고독의 수준을 나타내고 있음을 시

사하고 있다. 이와 같이, 노년기는 개인의 전반적인 삶의 기능과 영역이 위축되는 만큼, 삶의 유한성을 지각할 수밖에 없고, 분노, 적대감 등을 수반하는 괴로운 상황이 될 수 있다. 그러나 이들은 현실에 대한 건설적인 관점을 견지하고 행복한 노년을 보내는 데 큰 가치를 둔다(Stavros, 2015). 따라서 현실을 부정하기보다 자신의 상황과 능력을 인정하고 수용하려는 자세를 갖고자 한다. 현재에 집중하고, 개인의 삶에서 가장 중요하고 의미 있는 요소의 우선순위를 고려함으로써 삶에 대해 최대한 긍정적으로 조망하고자 노력하는 것이다.

관련하여, 이들이 ‘고립’, ‘공포’, ‘받아들이다’, ‘여유’ 등에 높은 응답을 한 것으로 보아, 자신의 상황을 인생의 자연스러운 일부분으로 삼고 있음이 분명하다. 이를 지지하듯, ‘희로애락’에서도 다른 연령대보다 가장 높은 응답을 한 것으로 나타났다. 활동적 측면에서 볼 때, 노인은 위축되고 고립되기 쉬운 환경에 놓여 있기에 병리적으로 문제시되는 요소들이 존재하는 것은 분명하다. 그러나 Rokach(2003)가 노년기의 고독은 개인이 두려워하는 것이 무엇인지, 원하는 것이 무엇인지를 자각하는 데 유용하게 활용될 수 있다고 주장하였으며, Nikitin et al.(2022) 또한, 노인이 젊은 성인에 비해 고독의 시간을 덜 부정적으로 경험한다고 밝혔다. 이러한 견해들에 근거하여, 사람들은 나이듦에 따라 고독을 비교적 잘 받아들이고 적응하는 것으로 보인다. 그리고 시대를 초월하여, 노인 스스로 자신이 정상적인 발달 과정에 위치해 있음을 이해할 때, 비로소 부정적인 정서적 경험을 해소할 수 있을 것으로 여겨진다.

한편, 본 연구에서 지역과 단어 간의 차이는 없는 것으로 나타났다. 만약 일상 어휘를 음향학적으로 분석하여 억양이나 발화 길이 등을 살펴보고자 했다면 지역 간 차이를 고려해 볼 수 있을 것이다. 그러나 본 연구는 이와 관계가 없고, 주요 목적이 아니기 때문에 충분한 설명을 하는 데 제약이 있다. 관련 연구 또한 찾아보기 어려우나 비교적 유사한 연구로, 한국 아동의 언어 발달과 지역적 차이를 살펴본 Shin et al.(2019)과 부모-자녀결속감과 고독감 그리고 삶의 만족의 지역별 차이를 분석한 Yang et al.(2019)의 연구에서 모두 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 따라서 추후 연구에서는 이를 뒷받침할 수 있는 관련 연구가 필요하다.

5.2. 한계와 제언

본 연구에서는 한국인의 특성에 초점을 맞추고자 했으나 타 문화권과의 비교 연구를 수행하지 않아 한국의 문화적 특성으로 일반화하기에 다소 어렵다. 인간에게 고독과 외로움은 보편적인 현상이라는 전제 하에 한 문화권에서 어떤 차이를 발견했다 하더라도 문화적 차원에서 같거나 다르다고 판단하는 것은 쉽지 않다. 따라서 국가 간 참조를 비롯해 연구 대상에 아동기를 추가하여 고독과 외로움의 의미가 다른 생애주기에서 어떻게 경험되고 인식되는지에 대한 연결성을 살펴보는 일도 의미가 있을 것으로 본다.

5.3. 시사점

본 연구에서는 단어의 친숙성과 적절성을 통해 한국인이 일상에서 경험하는 고독과 외로움을 탐색하였다. 고독과 외로움에 대한 탐구는 국가와 민족성을 띤 개인의 발달적 특성과 사회·문화적 맥락을 반영한 전체 삶에서 가장 잘 이해된다. 고독과 외로움을 인식하는 근본적인 방식이 그에 따라 변화하기 때문이다(Ost-Mor et al., 2020). 본 연구에서는 고독과 외로움의 보편적인 특성과 함께 성별, 연령에 따른 두 정서적 경험의 맥락, 방식, 특징적인 요소에서 상이한 양상을 발견하였다. 이는 어떤 개념에 대한 개인의 해석과 판단이 사회·문화적으로 다양한 영향을 받고 있음을 명확하게 보여주는 것으로, 고독과 외로움을 온전히 동일한 개념적 틀에서 이해하기에는 모호함이 있음을 확인할 수 있었다. 또한, 고독과 외로움을 구분하여 원형(prototype)적으로 연관된 단어들의 정서·인지·상황·행위적 개념을 포괄적으로 다루어 평가하였다. 이로써, 일상생활에서의 정서와 개념으로서의 정서가 다를 수 있어 개인마다 다양한 측면에서 인식하고 있음을 발견하였다. 그 외에도 고독이 지닌 긍정적·부정적 측면 사이의 개념적 차이를 구분할 수 있었다. 이처럼, 고독과 외로움의 개념적 정의가 공통된 부분을 공유하고 있더라도 개인의 상황에 그대로 적용하는 것은 적합하지 않을 것으로 보인다. 따라서 두 정서를 구분해 특정 단어가 사용되는 맥락을 이해한다면 관련 분야에서 대상자의 언어를

통해 정서 상태를 파악하거나 심리적 위기에 처할 가능성이 있는 개인을 식별하여 효과적인 대응 전략을 마련할 수 있을 것이다. 마찬가지로, 본 연구는 정서에 관한 본질적이고 탐색적인 성격을 갖기 때문에 이를 토대로, 다른 심리학적 변인들과의 관계를 다루는 연구가 제안되거나 논의될 수 있다. 즉, 개인의 고독과 외로움이 어떤 요인과 연관되어 발생하는지 파악할 수 있으므로, 이를 예방하거나 감소시키기 위한 심리학적 개입의 출발점을 제시할 수 있다는 점에서 중요하다. 가령, 고독과 외로움에 관한 척도 개발 과정에서 다양한 개념을 제시함으로써, 문항의 의미와 그에 따른 참가자의 응답이 정확하게 반영될 수 있도록 하고, 개인의 정서 경험을 보다 깊이 이해하는 데 도움이 될 것이다.

본 연구의 접근 방식은 고독과 외로움을 살펴보기 위한 여러 가지 접근법들 중에 하나이며, 향후 이러한 기초 연구가 지속적으로 활성화되어야 할 것이다. 그 가운데, 본 연구가 고독과 외로움이 지닌 기존의 혼합된 의미와 그에 관한 논의와 관련하여, 두 정서에 대한 보다 실제적이고 보편적인 한국인의 인식을 파악하는데 기초 자료가 될 수 있을 것으로 기대한다.

REFERENCES

- Ahn, S. H., Lee, S. H., & Kwon, O. S. (1993). Structure of emotion: Analysis of Korean emotion words. *Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 7(1), 107-123.
- Allport, G. W., & Odbert, H. S. (1936). Trait-names: A psycho-lexical study. *Psychological Monographs*, 47(1), 1-171. DOI: 10.1037/h0093360
- An, S., Ji, L. J., Marks, M., & Zhang, Z. (2017). Two sides of emotion: Exploring positivity and negativity in six basic emotions across cultures. *Frontiers in Psychology*, 8, 1-610. DOI: 10.3389/fpsyg.2017.00610
- Antonopoulou, K., Chaidemenou, A., & Kouvava, S. (2019). Peer acceptance and friendships among primary school pupils: Associations with loneliness, self-esteem and school engagement. *Educational*

- Psychology in Practice*, 35(3), 339-351. DOI: 10.1080/02667363.2019.1604324
- Asante, S., & Tuffour, G. (2022). Social isolation and loneliness in older adults: Why proper conceptualization matters. *Journal of Ageing and Longevity*, 2(3), 206-213. DOI: 10.3390/jal2030017
- Asher, S. R., Hymel, S., & Renshaw, P. D. (1984). Loneliness in children. *Child Development*, 55(4), 1456-1464. DOI: 10.2307/1130015
- Averill, J. R. (1975). A semantic atlas of emotional concepts. *JSAS Catalogue of Selected Documents in Psychology*, 5, 330.
- Averill, J. R., & Sundararajan, L. (2014). Experiences of solitude. In R. J. Coplan & J. C. Bowker (Eds.), *The handbook of solitude: Psychological perspectives on social isolation, social withdrawal, and being alone* (pp. 90-108). Hoboken, NJ: Wiley Blackwell.
- Badal, V. D., Nebeker, C., Shinkawa, K., Yamada, Y., Rentscher, K. E., Kim, H. C., & Lee, E. E. (2021). Do words matter? Detecting social isolation and loneliness in older adults using natural language processing. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 728-732. DOI: 10.3389/fpsy.2021.728732
- Barreto, M., Victor, C., Hammond, C., Eccles, A., Richins, M. T., & Qualter, P. (2021). Loneliness around the world: Age, gender, and cultural differences in loneliness. *Personality and Individual Differences*, 169, 110066. DOI: 10.1016/j.paid.2020.110066
- Batsleer, J., & Duggan, J. (2020). *Young and lonely: The social conditions of loneliness*. Bristol: Policy Press.
- Beal, C. (2006). Loneliness in older women: A review of the literature. *Issues in Mental Health Nursing*, 27(7), 795-813. DOI: 10.1080/01612840600781196
- Beck, A. T. (2000). *Prisoner of hate: The cognitive basis of anger, hostility, and violence*. NY: Perennial.
- Bekhet, A. K., Zauszniewski, J. A., & Nakhla, W. E. (2008). Loneliness: A concept analysis. *Nursing Forum*, 43(4), 207-213. DOI: 10.1111/j.1744-6198.2008.00114.x
- Borg, M. E., & Willoughby, T. (2023). What does it mean to be alone? An analysis of interpretations of solitude among adolescents and adults. *Current Psychology*, 42(17), 14498-14505.
- Bowker, J. C., White, H. I., & Etkin, R. G. (2021). Social withdrawal during adolescence: The role of peers. *The handbook of solitude: Psychological perspectives on social isolation, social withdrawal, and being alone*, 133-145. DOI: 10.1002/9781119576457.ch10
- Brinker, V., Dewald-Kaufmann, J., Padberg, F., & Reinhard, M. A. (2022). Aggressive intentions after social exclusion and their association with loneliness. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 273, 1023-1028.
- Burger, J. M. (1995). Individual differences in preference for solitude. *Journal of Research in Personality*, 29(1), 85-108. DOI: 10.1006/jrpe.1995.1005
- Bush, L. E. (1972). Empirical selection of adjectives denoting feelings. *JSAS Catalogue of Selected Documents in Psychology*, 2, 67.
- Cacioppo, J. T., & Cacioppo, S. (2018). The growing problem of loneliness. *The Lancet*, 391(10119), 426. DOI: 10.1016/S0140-6736(18)30142-9
- Cacioppo, J. T., & Hawkley, L. C. (2009). Perceived social isolation and cognition. *Trends in Cognitive Sciences*, 13(10), 447-454. DOI: 10.1016/j.tics.2009.06.005
- Campbell, A., & Muncer, S. (2008). Intent to harm or injure? Gender and the expression of anger. *Aggressive Behavior: Official Journal of the International Society for Research on Aggression*, 34(3), 282-293. DOI: 10.1002/ab.20228
- Chen, Y., & Liu, X. (2023). How solitude relates to well-being in old age: A review of inter-individual differences. *Scandinavian Journal of Psychology*, 64(1), 30-39. DOI: 10.1111/sjop.12862
- Choi, H. Y. (2012). Structure of positive emotion of college student and office worker in Korea. *Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 26(4), 73-88. DOI: 10.21193/kjspp.2012.26.4.005
- Choi, J. H., & Kim, K. U. (2022). A study on the relationship between covert narcissism and secondary anger thoughts in married women: Focused on the mediating effect of self-esteem. *Journal of Korea*

- Academia-Industrial Cooperation Society*, 23(8), 169-181. DOI: 10.5762/KAIS.2022.23.8.169
- Coplan, R. J., Bowker, J. C., & Nelson, L. J. (2021). *The handbook of solitude: Psychological perspectives on social isolation, social withdrawal, and being alone*. NY: John Wiley & Sons.
- Copel, L. C. (1988). A conceptual model. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 26(1), 14-19. DOI: 10.3928/0279-3695-19880101-08
- Crick, N. R., & Grotpeter, J. K. (1995). Relational aggression, gender, and social-psychological adjustment. *Child Development*, 66(3), 710-722. DOI: 10.1111/j.1467-8624.1995.tb00900.x
- Cross, S. E., Morris, M. L., & Gore, J. S. (2002). Thinking about oneself and others: The relational-interdependent self-construal and social cognition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(3), 399-418. DOI: 10.1037/0022-3514.82.3.399
- Davis, S. K., Nowland, R., & Qualter, P. (2019). The role of emotional intelligence in the maintenance of depression symptoms and loneliness among children. *Frontiers in Psychology*, 10, 1-12.
- Dikić, A., Radmilo, L., Živanović, Ž., Keković, G., Sekulić, S., Kovačić, Z., & Radmilo, R. (2021). Cognitive impairment and depression after acute myocardial infarction: Associations with ejection fraction and demographic characteristics. *Acta Neurologica Belgica*, 121, 1615-1622.
- Delisle, I. (1998). Solitude in the elderly. *The Canadian Nurse*, 94(10), 42-43.
- DiTommaso, E., & Spinner, B. (1993). The development and initial validation of the social and emotional loneliness scale for adults (SELSA). *Personality and Individual Differences*, 14(1), 127-134. DOI: 10.1016/0191-8869(93)90182-3
- Drennan, J., Treacy, M., Butler, M., Byrne, A., Fealy, G., Frazer, K., & Irving, K. (2008). The experience of social and emotional loneliness among older people in Ireland. *Ageing & Society*, 28(8), 1113-1132.
- Elmer, T., Geschwind, N., Peeters, F., Wichers, M., & Bringmann, L. (2020). Getting stuck in social isolation: Solitude inertia and depressive symptoms. *Journal of Abnormal Psychology*, 129(7), 713. DOI: 10.1037/abn0000588
- Endo, K., Ando, S., Shimodera, S., Yamasaki, S., Usami, S., Okazaki, Y., Sasaki, T., Richards, M., Hatch, S., & Nishida, A. (2017). Preference for solitude, social isolation, suicidal ideation, and self-harm in adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 61(2), 187-191. DOI: 10.1016/j.jadohealth.2017.02.018
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth in crisis*. NY: W.W. Norton & Company.
- Eriksen, S., & Gerstel, N. (2002). A labor of love or labor itself: Care work among adult brothers and sisters. *Journal of Family Issues*, 23(7), 836-856. DOI: 10.1177/019251302236597
- Fehr, B. (2005). The role of prototype in interpersonal cognition. In M. W. Baldwin (Ed.), *Interpersonal Cognition* (pp. 180-206). NY: Guilford Press.
- Francis, J. M. (2023). The relationship between language and thought: How does language shape human perception of the world?. *Literature and Linguistics Journal*, 2(2), 12-19.
- Galanaki, E. (2004). Are children able to distinguish among the concepts of aloneness, loneliness, and solitude?. *International Journal of Behavioral Development*, 28(5), 435-443. DOI: 10.1080/01650250444000153
- Gazelle, H., & Ladd, G. W. (2003). Anxious solitude and peer exclusion: A diathesis-stress model of internalizing trajectories in childhood. *Child Development*, 74(1), 257-278.
- Gazelle, H., & Rudolph, K. D. (2004). Moving toward and away from the world: Social approach and avoidance trajectories in anxious solitary youth. *Child Development*, 75(3), 829-849.
- Geukens, F., Maes, M., Spithoven, A., Pouwels, J. L., Danneel, S., Cillessen, A. H., van den Berg, Y. H., & Goossens, L. (2022). Changes in adolescent loneliness and concomitant changes in fear of negative evaluation and self-esteem. *International Journal of Behavioral Development*, 46(1), 10-17. DOI: 10.1177/0165025420958194

- Gilligan, C., & Voice, I. D. (1993). *Psychological theory and womens development*. London: Cambridge.
- Goodfellow, C., Hardoon, D., Inchley, J., Leyland, A. H., Qualter, P., Simpson, S. A., & Long, E. (2022). Loneliness and personal well-being in young people: Moderating effects of individual, interpersonal, and community factors. *Journal of Adolescence*, 94(4), 554-568. DOI: 10.1002/jad.12046
- Hafsa, S., Aqeel, M., & Shuja, K. H. (2021). The moderating role of emotional intelligence between inter-parental conflicts and loneliness in male and female adolescents. *Nature-Nurture Journal of Psychology*, 1(1), 36-46. DOI: 10.47391/NNJP.5
- Han, D. W., & Kang, H. J. (2000). Appropriateness and frequency of emotion terms in Korea. *Korean Journal of Psychology: General*, 19(2), 63-99.
- Hallers-Haalboom, E. T., Maas, J., Kunst, L. E., & Bekker, M. H. (2020). The role of sex and gender in anxiety disorders: Being scared “like a girl”?. *Handbook of Clinical Neurology*, 175, 359-368. DOI: 10.1016/B978-0-444-64123-6.00024-2
- Heidegger, M. (1927). *Being and Time*. Oxford: Blackwell.
- Heifetz, A. (2018). *Alone in the wilderness: an intuitive inquiry into lived-experiences of prolonged solitude in wild natural settings* (Doctoral dissertation). Sofia University, California, US.
- Hipson, W. E., Kiritchenko, S., Mohammad, S. M., & Coplan, R. J. (2021). Examining the language of solitude versus loneliness in tweets. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(5), 1596-1610.
- Hoffman, P., McClelland, J. L., & Lambon Ralph, M. A. (2018). Concepts, control, and context: A connectionist account of normal and disordered semantic cognition. *Psychological Review*, 125(3), 293-328. DOI: 10.1037/rev0000094
- Hong, Y. J., Nam, Y. E., & Lee, Y. H. (2016). Developing korean affect word list and it's application. *Korean Journal of Cognitive Science*, 27(3), 377-406. DOI: 10.19066/cogsci.2016.27.3.002
- Hoppmann, C. A., Lay, J. C., Pauly, T., & Zambrano, E. (2021). Social isolation, loneliness, and solitude in older adulthood. *The handbook of solitude: Psychological perspectives on social isolation, social withdrawal, and being alone*, 178-189. DOI: 10.1002/9781119576457.ch13
- Hu, R. X., & Li, L. W. (2022). Social disconnectedness and loneliness: Do self-perceptions of aging play a role?. *The Journals of Gerontology: Series B*, 77(5), 936-945. DOI: 10.1093/geronb/gbac008
- Hwang, H. S., & Lee, Y. S. (2021). The effects of leisure activity patterns and type of leisure companion on leisure satisfaction in one-person households of the elderly: Exploring gender differences. *Health and Social Welfare Review*, 41(4), 88-107. DOI: 10.15709/hswr.2021.41.4.88
- Hwang, J. W., & Kim, J. S. (2017). Children's loneliness on smart phone addiction: Focusing on mediation effects of academic stress. *The Journal of Humanities and Social Science*, 8(4), 693-706. DOI: 10.22143/HSS21.8.4.35
- Jang, H. J., & Kim, Y. K. (2020). The development of the tool of representative emotional words to derive the emotional dimensions in the process of emotional development. *Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 34(3), 29-58. DOI: 10.21193/kjspp.2020.34.3.002
- Jang, H. J., & Kim, Y. K. (2021). A study on the familiarity and appropriateness of korean interpersonal words. *Science of Emotion & Sensibility*, 24(3), 91-114. DOI: 10.14695/KJSOS.2021.24.3.91
- Jeon, K. S., & Jung, T. Y. (2013). Life reevaluation of korean housekeepers in midlife. *Korean Psychological Journal of Culture and Social Issues*, 19(1), 19-44.
- Kanat, S. (2019). The relationship between digital game addiction, communication skills and loneliness perception levels of university students. *International Education Studies*, 12(11), 80-93. DOI: 10.5539/ies.v12n11p80
- Kang, S. H., Lee, D. H., & Choi, J. H. (2022). Reactive aggression and loneliness among adolescents: A moderated mediation model of social isolation and perceived school climate. *Journal of Education Science Research*, 53(3), 125-149.
- Kashdan, T. B., Uswatte, G., Steger, M. F., & Julian,

- T. (2006). Fragile self-esteem and affective instability in posttraumatic stress disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 44(11), 1609-1619. DOI: 10.1016/j.brat.2005.12.003
- Killeen, C. (1998). Loneliness: An epidemic in modern society. *Journal of Advanced Nursing*, 28(4), 762-770. DOI: 10.1046/j.1365-2648.1998.00703.x
- Kim, C. K., & Cho, M. K. (2019). A structural relationship and latent mean analysis of attachment type among perfectionism, inferiority and loneliness for children. *Journal of Emotional & Behavioral Disorders*, 35(3), 225-246. DOI: 10.33770/JEBD.35.3.11
- Kim, H. S., & Shim, J. S. (2020). Digital literacy of elderly people and social activities. *Korean Journal of Policy Analysis and Evaluation*, 30(2), 153-180. DOI: 10.23036/kapae.2020.30.2.006
- Kim, I. K., Park, S. W., & Choi, H. M. (2017). The relationship among smartphone addiction, communication ability, loneliness and interpersonal relationship for university students. *Journal of Korea Academia-Industrial cooperation Society*, 18(1), 637-648. DOI: 10.5762/KAIS.2017.18.1.637
- Kim, J. S. (2022). A study on the experience of change in life on middle-aged male pastors caused by emotional labor. *Theological Studies*, 59(2), 395-446.
- Kim, K. Y., & Hong, K. W. (2021). A study on the experience of adults emotionally caring for their elderly parents living alone: Focusing on middle-aged adults with insecure attachment. *The Journal of the Korea Contents Association*, 21(11), 657-679. DOI: 10.5392/JKCA.2021.21.11.646
- Kim, S. M. (2022). Crisis of digital literacy and new challenges for liberal arts education. *The Journal of liberalArts*, 20, 7-33. DOI: 10.24173/jge.2022.07.20.1
- Kim, Y. O., & Kim, Y. H. (2020). The mediating effect of ruminating-reflective thinking and meaning of life in the relationship between adult self-determination loneliness motivation and psychological well-being. *The Korean Journal of Developmental Psychology*, 33(3), 19-42. DOI: 10.35574/KJDP.2020.9.33.3.19
- Landmann, H., & Rohmann, A. (2022). When loneliness dimensions drift apart: Emotional, social and physical loneliness during the COVID-19 lockdown and its associations with age, personality, stress and well-being. *International Journal of Psychology*, 57(1), 63-72. DOI: 10.1002/ijop.12772
- Larson, R. W. (1990). The solitary side of life: An examination of the time people spend alone from childhood to old age. *Developmental Review*, 10(2), 155-183. DOI: 10.1016/0273-2297(90)90008-R
- Larson, R. W., Raffaelli, M., Richards, M. H., Ham, M., & Jewell, L. (1990). Ecology of depression in late childhood and early adolescence: a profile of daily states and activities. *Journal of Abnormal Psychology*, 99(1), 92. DOI: 10.1037/0021-843X.99.1.92
- Lee, M. H. (2020). A study on the transform of religious topography & ancestor ritual, and the family. *Acta Koreana*, 81, 61-98. DOI: 10.18399/actako.2020.81.003
- Lee, S. H. (2018). The crisis, change, and justification of family norms. *Journal of the New Korean Philosophical Association*, 93(3), 231-253.
- Lee, S. M. (2021). The impact of preparation for retirement in middle age on successful aging. *Korean Society and Public Administration*, 31(4), 197-224.
- Lee, U. Y., & Min, Y. K. (2018). Prototype analyses of the concepts of loneliness: A case study of early adulthood. *Kookmin Social Science Reviews*, 29(2), 249-264. DOI: 10.16881/jss.2018.04.29.2.249
- Lee, U. Y., Min, Y. K., & Lee, Y. E. (2017). Difference between loneliness in late adolescence and adulthood: Focus on validation of social and emotional loneliness scale for adults (SELSA-S). *Kookmin Social Science Reviews*, 28(2), 219-235. DOI: 10.16881/jss.2017.04.28.2.219
- Lee, Y. H., & Kim, K. Y. (2013). The relationship of a child's need for approval, anxiety and anger-in on a child's relational aggression according to gender. *Human Ecology Research*, 51(2), 219-228.

- DOI: 10.6115/khea.2013.51.2.219
- Lee, Y. K. (2019). A study on the selection of languages by topic in Korean textbooks considering proficiency. *Journal of the International Network for Korean Language and Culture*, 16(3), 237-265. DOI: 10.15652/ink.2019.16.3.237
- Lee, Y. S., Min, W. J., Cho, M. H., & Park, H. M. (2022). The development of Korean short-form measure of loneliness for social survey. *Survey Research*, 23(4), 83-103.
- Long, C. R., & Averill, J. R. (2003). Solitude: An exploration of benefits of being alone. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 33(1), 21-44. DOI: 10.1111/1468-5914.00204
- Loton, D., Borkoles, E., Lubman, D., & Polman, R. (2016). Video game addiction, engagement and symptoms of stress, depression and anxiety: The mediating role of coping. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 14, 565-578.
- Martel, M. M. (2013). Sexual selection and sex differences in the prevalence of childhood externalizing and adolescent internalizing disorders. *Psychological Bulletin*, 139(6), 1221-1259. DOI: 10.1037/a0032247
- Marquez, J., Goodfellow, C., Hardoon, D., Inchley, J., Leyland, A. H., Qualter, P., Simpson, S. A., & Long, E. (2023). Loneliness in young people: A multilevel exploration of social ecological influences and geographic variation. *Journal of Public Health*, 45(1), 109-117.
- Matias, G. P., Nicolson, N. A., & Freire, T. (2011). Solitude and cortisol: Associations with state and trait affect in daily life. *Biological Psychology*, 86(3), 314-319.
- Mendelson, M. D. (1990). Reflections on loneliness. *Contemporary Psychoanalysis*, 26(2), 330-355.
- Mesquita, B., Frijda, N. H., & Scherer, K. R. (1997). Culture and emotion. In P. R. Dasen & T. S. Saraswathi (Eds.), *Handbook of cross-cultural psychology* (Vol. 2, pp. 255-298). Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Michalska, M. M., Czerwiński, S. K., Lowder, A. H., & Jonason, P. K. (2023). Feeling low and lonely: Personality traits, love styles, and social rejection. *Personality and Individual Differences*, 204, 112068. DOI: 10.1016/j.paid.2022.112068
- Ministry of Health and Welfare (2022). 2022 Lonely Death Survey.
- Motta, V. (2021). Key concept: Loneliness. *Philosophy, Psychiatry, & Psychology*, 28(1), 71-81. DOI: 10.1353/ppp.2021.0012
- Musetti, A., Eboli, G., Cavallini, F., & Corsano, P. (2019). Social relationships, self-esteem, and loneliness in adolescents with learning disabilities. *Clinical Neuropsychiatry*, 16(4), 165.
- Nam, E. J., Lee, J. H., & Kwon, M. (2021). Associations between habitual drug use and loneliness in Korean adolescents: Secondary data analysis of the 2020 youth health risk behavior web-based survey. *The Journal of the Korean Society of School Health*, 34(3), 161-169.
- Nasiłowska-Barud, A., Zapolski, T., Barud, M., & Wysokiński, A. (2017). Overt and covert anxiety as a toxic factor in ischemic heart disease in women: The link between psychological factors and heart disease. *Medical Science Monitor: International Medical Journal of Experimental and Clinical Research*, 23, 751-758. DOI: 10.12659/MSM.902544
- Nicol, S. O. (2022). *Thwarted belonging or a preference for solitude? Mediation analyses for schizotypy and suicidal ideation* (Doctoral dissertation, University of Otago).
- Nikitin, J., Rupprecht, F. S., & Ristl, C. (2022). Experiences of solitude in adulthood and old age: The role of autonomy. *International Journal of Behavioral Development*, 46(6), 510-519. DOI: 10.1177/0165025422111749
- Ost-Mor, S., Palgi, Y., & Segel-Karpas, D. (2021). Exploring gaps in positive solitude perceptions: Older adults vs. gerontology professionals. *International Psychogeriatrics*, 33(12), 1253-1263. DOI: 10.1017/S1041610220003555
- Palgi, Y., Segel-Karpas, D., Ost Mor, S., Hoffman, Y., Shrira, A., & Bodner, E. (2021). Positive solitude scale: Theoretical background, development and

- validation. *Journal of Happiness Studies*, 93, 1-28. DOI: 10.1177/0091415020957379
- Palgi, Y., Shrira, A., Ring, L., Bodner, E., Avidor, S., Bergman, Y., Cohen-Fridel, S., Keisari, S., & Hoffman, Y. (2020). The loneliness pandemic: Loneliness and other concomitants of depression, anxiety and their comorbidity during the COVID-19 outbreak. *Journal of Affective Disorders*, 275, 109-111. DOI: 10.1016/j.jad.2020.06.036
- Parameswaran, G. (2020). The social historical roots of the concept of emerging adulthood and its impact on early adults. *Theory & Psychology*, 30(1), 18-35. DOI: 10.1177/095935431987698
- Park, C. R., & Shin, H. Y. (2022). Social support, basic psychological needs, and life satisfaction: Whose support matters?. *The Korean Journal of Developmental Psychology*, 35(3), 83-106.
- Park, I. J., & Min, K. H. (2005). Making a list of Korean emotion terms and exploring dimensions underlying them. *Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 19(1), 109-129.
- Pluim, C. F., Anzai, J. A., Martinez, J. E., Munera, D., Garza-Naveda, A. P., Vila-Castelar, C., Guzmán-Vélez, E., Ramirez-Gomez, L., Bustin, J., Serrano, C. M., Babulal, G. M., Oliveira, M. O., & Quiroz, Y. T. (2023). Associations among loneliness, purpose in life and subjective cognitive decline in ethn racially diverse older adults living in the United States. *Journal of Applied Gerontology*, 42(3), 376-386. DOI: 10.1177/07334648221139479
- Pourriyahi, H., Yazdanpanah, N., Saghadzadeh, A., & Rezaei, N. (2021). Loneliness: An immunometabolic syndrome. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(22), 12162. DOI: 10.3390/ijerph182212162
- Ratcliffe, M. (2018). The interpersonal structure of depression. *Psychoanalytic Psychotherapy*, 32(2), 122-139. DOI: 10.1080/02668734.2018.1455729
- Ree, J. W., Song, H. J., Na, E. K., & Kim, H. S. (2008). Classification of emotion terms in Korean. *Korean Journal of Journalism & Communication Studies*, 52(1), 85-116.
- Richardson, T., Elliott, P., & Roberts, R. (2017). Relationship between loneliness and mental health in students. *Journal of Public Mental Health*, 16(2), 48-54.
- Rokach, A. (1988). Theoretical approaches to loneliness: From a univariate to a multidimensional experience. *Review of Existential Psychology & Psychiatry*, 19(2-3), 225-254.
- Rokach, A. (2003). Loneliness among older people. *Reviews in Clinical Gerontology*, 13(4), 303-311. DOI: 10.1017/S095925980400111X
- Rokach, A. (2018). Effective coping with loneliness: A review. *Open Journal of Depression*, 7(4), 61-72. DOI: 10.4236/ojd.2018.74005
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA loneliness scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472-480. DOI: 10.1037/0022-3514.39.3.472
- Ryan, M. C., & Patterson, J. (1987). Loneliness in the elderly. *Journal of Gerontological Nursing*, 13(5), 6-9. DOI: 10.3928/0098-9134-19870501-04
- Schreiber, K., & Hausenblas, H. A. (2015). *The truth about exercise addiction: Understanding the dark side of thinspiration*. Lanham, MD: Rowman & Littlefield.
- Searle, J. (1969). *Speech acts: An essay in the philosophy of language*. Cambridge, MA: University Press.
- Seo, M. J. (2018). Trajectories in and predictors of marital satisfaction after the first baby arrives. *Korean Journal of Child Care and Education Policy*, 12(3), 31-53. DOI: 10.5718/kcep.2018.12.3.31
- Seo, S. K. (1998). *Lexical frequency in modern Korean*. Seoul: Yonsei University Institute of Language and Information Studies.
- Sneider, G. (1936). *Portraits and self-portraits*. Boston: Houghton Mifflin.
- Son, S. Y., & Lee, H. S. (2023). A study on the perception of life events and the meaning of time management education experience of middle-aged married women. *Journal of Lifelong Learning*

- Society*, 19(1), 68-96. DOI: 10.26857/JLLS.2023.2.19.1.68
- Seo, Y. S., An, S. J., Kim, H. J., & Ko, S. I. (2020). Review on the conceptual definition and measurement of loneliness experienced among Koreans. *Korean Journal of Psychology: General*, 39(2), 205-247. DOI: 10.22257/kjp.2020.6.39.2.205
- Shin, M. J., Ha, J. W., Kim, Y. T., & Kim, S. J. (2019). Regional differences in Korean children's development of speech production. *Phonetics and Speech Sciences*, 11(3), 57-67. DOI: 10.13064/KSSS.2019.11.3.057
- Shiota, M. N., & Kalat, J. W. (2015). *Emotion psychology*. Beijing: China Light Industry Press.
- Siu, C. (2023). *A year of solitude & A year of solidarity*. The Official Journal of the College of Family Physicians of Canada.
- Stavros, B. J. (2015). The philosophy of solitude. *Encephalos*, 52, 14-24.
- Storr, A. (1988). *Solitude: A return to the self*. NY: Free Press.
- Strasser, A. (2023). On pitfalls (and advantages) of sophisticated large language models. *arXiv Preprint arXiv:2303.17511*. DOI: 10.48550/arXiv.2303.17511
- Tekinarlan, I. C., & Kucuker, S. (2015). Examination of the psychometric properties of the children's loneliness scale for students with and without special needs in inclusive classrooms. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 15(3), 709-721.
- Teneva, N., & Lemay Jr, E. P. (2020). Projecting loneliness into the past and future: Implications for self-esteem and affect. *Motivation and Emotion*, 44(5), 772-784.
- Vanhalst, J., Klimstra, T. A., Luyckx, K., Scholte, R. H., Engels, R. C., & Goossens, L. (2012). The interplay of loneliness and depressive symptoms across adolescence: Exploring the role of personality traits. *Journal of Youth and Adolescence*, 41, 776-787. DOI: 10.1007/s10964-011-9726-7
- Vatne, M., & Nåden, D. (2012). Finally, it became too much—experiences and reflections in the aftermath of attempted suicide. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 26(2), 304-312.
- Vilkaitė-Lozdienė, L., & Schmitt, N. (2019). Frequency as a guide for vocabulary usefulness: High-, mid-, and low-frequency words. In S. Webb (Ed.), *The Routledge handbook of vocabulary studies*. Oxford, OX: Routledge.
- Võ, M. L., Jacobs, A. M., & Conrad, M. (2006). Cross-validating the Berlin affective word list. *Behavior Research Methods*, 38(4), 606-609. DOI: 10.3758/BF03193892
- von Soest, T., Luhmann, M., Hansen, T., & Gerstorf, D. (2020). Development of loneliness in midlife and old age: Its nature and correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 118(2), 388-406. DOI: 10.1037/pspp0000219
- Wang, J. L., Sheng, J. R., & Wang, H. Z. (2019). The association between mobile game addiction and depression, social anxiety, and loneliness. *Frontiers in Public Health*, 7, 247. DOI: 10.3389/fpubh.2019.00247
- Weinstein, N., Nguyen, T. V., & Hansen, H. (2021). What time alone offers: Narratives of solitude from adolescence to older adulthood. *Frontiers in Psychology*, 12, 714518. DOI: 10.3389/fpsyg.2021.714518
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Wu, J., Wu, Y., & Tian, Y. (2022). Temporal associations among loneliness, anxiety, and depression during the COVID-19 pandemic period. *Stress and Health*, 38(1), 90-101. DOI: 10.1002/smi.3076
- Yun, E. G., & Jo, Y. D. (2020). The mediating effect of sense of self-control in the relationship between loneliness and preparation for death of seniors living alone. *The Journal of the Korea Contents Association*, 20(8), 438-447. DOI: 10.5392/JKCA.2020.20.08.438
- Yang, E. J., Kim, S. J., & Kim, S. E. (2019). Study of relationship between parent-child solidarity, loneliness, and life satisfaction: Comparative analysis of elderly living in urban and rural communities. *Journal of Local Government Studis*, 31(2), 135-161. DOI: 10.21026/jlgs.2019.31.2.135

- Yun, H. K., & Chung, N. W. (2017). The mediating effects of self-compassion and its sub-dimensions between parental attachment and social anxiety focusing on gender differences. *Korean Journal of Health Psychology, 22*(3), 629-643. DOI: 10.17315/kjhp.2017.22.3.009
- Yang, S. M., & Hwang, E. H. (2020). Death anxiety and dignified death attitudes of pre-elderly who opt for signing advance directives. *Journal of Korean Public Health Nursing, 34*(2), 251-262. DOI: 10.5932/JKPHN.2020.34.2.251
- Ypsilanti, A. (2018). Lonely but avoidant-the unfortunate juxtaposition of loneliness and self-disgust. *Palgrave Communications, 4*(1), 1-4.
- Yuldashev, F. (2021). The study of socio-psychological problem of loneliness. *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education (TURCOMAT), 12*(12), 2580-2590.
- Zeman, J., Klimes-Dougan, B., Cassano, M., & Adrian, M. (2007). Measurement issues in emotion research with children and adolescents. *Clinical Psychology: Science and Practice, 14*(4), 377-401. DOI: 0.1111/j.1468-2850.2007.00098.x
- Zhou, C., Gao, M., Shi, X., & Zhang, Z. (2023). Suicidal behavior, depression and loneliness among college students: The role of school belonging. *Psychology, Health & Medicine, 28*(6), 1520-1526. DOI: 10.1080/13548506.2022.2113105
- Zhou, Y., & Liu, J. (2016). Preference-for-solitude and depression during middle childhood: Moderating effect of friendship. *Chinese Journal of Clinical Psychology, 24*(3), 491-494.

원고접수: 2023.11.09

수정접수: 2024.01.26

게재확정: 2024.02.02

Appendix

Appendix 1. Mean and significance level of familiarity and appropriateness of words related to solitude

Words	Familiarity			Appropriateness		
	Total	<i>t</i>	<i>F</i>	Total	<i>t</i>	<i>F</i>
Keep quiet	4.56	*	*** (2<6)	5.30	**	
Stonehearted	4.91	(**)	** (2<4)	5.11	(**)	** (2<4)
Confine	3.75		*** (2<6)	5.00	(**)	
Disappear	4.76	(*)	** (2<5)	4.51		
Worry	5.21	(**)		4.87	*	
Lazy	3.76	**	** (2<3)	3.55		
Lack	5.48	**		5.21		* (2<6)
Vigilance	4.11	*	*** (2<5)	3.94		
Anguish	5.27	(**)	** (1<5)	5.72	(**)	
Exhausted	5.13	(**)		5.58	(**)	
Solitude	5.91	(***)		5.95		
Isolation	5.67	(*)	*** (2<6)	5.88	(*)	*** (1<6)
Agonize	5.63			5.21	*	
Silent	4.93	(*)		5.56	(**)	
Fear	5.56	(*)	*** (2<5)	5.36		*** (2<6)
Voidness	5.83	(***)	** (1<5)	5.74	(***)	** (2<5)
Interest	3.90	(*)		3.60		
Painful	5.49	(**)		5.28	(*)	
Join	4.09			3.82		*** (2<4)
Haughty	3.56		** (2<3)	3.72		
Tiresome	4.15	***		3.99	**	*** (6<3)
Longing for (think of the good old days)	5.52	(**)		5.51		
Quit	3.30	**		4.36	*	
Worry	5.53	(**)	*** (2<5)	5.50		*** (2<6)
Positive	2.89			3.60		*** (1<3)
Unfortunate	4.23	(**)		4.04		
Realize	4.84		*** (1<5)	5.40	(**)	** (1<5)
Avoid	4.22	(*)		4.03		
Break Off	3.92	*	** (4<2)	4.55	*	
Terrible	3.70	**		4.41		** (2<6)
Bad	4.53	*	** (3<1)	4.28		** (2<6)
Weak	4.16	(*)		4.90	(*)	
Romantic	4.73			4.76		*** (1<5)
Heartless	5.26			4.82		* (2<4)
Pathetic	4.86			5.07	**	
Sever	5.08	(*)	** (1<6)	5.56		
Stifling	5.38	(*)		4.96		
Meaningless	3.94	(**)		5.51	(**)	
Independent	3.70		*** (1<4)	4.96	(***)	*** (1<4)
Fearful	5.64	(*)		5.52		
Desolate	5.48	(**)		4.64		
Keep away	4.18		** (1<6)	4.00		*** (1<6)

(Continued 1)

Words	Familiarity			Appropriateness		
	Total	<i>t</i>	<i>F</i>	Total	<i>t</i>	<i>F</i>
Oppressive	4.97	(*)		5.09		
Unconcern	3.35			4.93		** (2<6)
Powerlessness	5.23	(**)	*** (2<5)	5.53	(*)	
Dullness	3.95	*		5.59	*	
Scary	5.34		** (1<5)	4.43	*	** (1<5)
Sorry	3.19			4.47		
Hate	3.41	***	*** (6<2)	5.00	***	
Struggle	4.17	(*)	** (4<2)	4.32		** (4<3)
Ruminate	4.69	(*)	*** (1<6)	4.74		** (1<6)
Accept	4.14		*** (1<6)	4.55		
Unmanageable	4.13	(*)		5.23		
Deserted	4.12		** (1<6)	4.35		*** (1<6)
Formidable	4.58	(*)		5.18		
Fall ill	5.38	**	** (1<5)	5.02	*	** (1<5)
Ashamed	3.87	**	** (6<2)	4.26	**	** (6<2)
Negative	4.69			4.12		** (3<1)
Surge	4.24			5.25	(*)	
Rage	4.41		*** (5<2)	4.65		** (5<2)
Dissatisfaction	3.48	**	*** (5<2)	4.46	**	** (5<2)
Anxious	5.52	(*)		5.22		
Uncomfortable	3.79			4.26		*** (5<2)
Grumble	4.72	**		5.16	**	
Unfortunate	4.60	***		5.03	***	
Cowardly	4.50		*** (5<3)	3.32		
Pessimistic	4.26	*	** (4<2)	4.04	**	
Tragic	4.23	**		4.04	*	
Criticize	3.60	**		3.45		
Sociable	4.02			3.69		** (5<3)
Disappear	3.24	(*)		4.50		
Contemplate	5.48	(**)		5.54	(*)	** (1<4)
Desolate	5.44	(**)		5.54		*** (4<2)
Miss (emptiness and regret due to loss)	5.17	(*)		5.56		
Sad ¹ (feel solitary, resentful and sad)	5.53	(*)		5.48	**	
Hurt	5.19	(*)	*** (4<3)	4.87		
Horrifying	4.28		** (5<3)	4.21		*** (5<2)
Introspect	4.94	(*)	** (1<6)	4.85	(**)	*** (1<6)
Affiliated	3.23	(*)		4.32		
Estrangement	5.57	**	** (5<3)	5.44		
Upset	4.71		** (5<3)	5.04	*	* (5<2)
Embrace	4.86		** (2<5)	4.28	(***)	
Obey	2.90		** (2<5)	3.22		
Hide	3.83		** (5<3)	4.70		** (5<2)
Sad ² (feel grief or unhappiness)	5.37	(*)		5.64		
Suffer	4.34	(*)	** (5<3)	4.66		
Careful	3.93		** (2<6)	3.60		

(Continued 2)

Words	Familiarity			Appropriateness		
	Total	<i>t</i>	<i>F</i>	Total	<i>t</i>	<i>F</i>
Disappointed	4.58		*** (5<3)	4.13		
Uneasy	5.30			5.01	*	
Easeless	4.30	**	** (5<1)	4.59		* (6<1)
Solitary (feel lonely and empty)	5.75	(***)	** (2<6)	5.85	(**)	
Regrettable	4.19	*		5.18		
Gloomy	5.35	**	** (5<2)	5.66		** (4<2)
Difficult	4.73		** (4<1)	5.16		
Restrain	5.02	(**)		5.32	(**)	
Relaxed	4.80		*** (1<6)	4.69		*** (1<6)
Inferiority	4.88		*** (6<2)	4.77		*** (6<2)
Sensitive	3.31	**		4.38	***	*** (6<2)
Loneliness	5.59	(***)		5.81		
Endure	3.52			4.92	(*)	
Depressed	5.58	(*)		5.74		
Shrink	4.69	(*)		3.85		** (4<6)
Reproachful	4.08	(**)	* (4<6)	3.82	(*)	** (1<5)
Dangerous	5.46	(*)		5.11		
Mellow out	4.69			4.62		** (5<2)
Seclude	4.29	(*)	*** (4<2)	5.27		*** (4<2)
Distrust	4.66	*		4.16		
Depend	3.35			4.35	*	
Selfish	3.26			3.28		** (6<3)
Separate	4.10	*		5.34		** (2<6)
Duplicity	4.01		** (1<4)	4.65		** (1<5)
Endure	5.32			4.83	(**)	
Lose (cut off a relationship or make something lost or disappeared)	4.12	(*)	* (2<6)	5.39		** (2<6)
Self discovery	4.77	(*)	*** (1<3)	4.52		*** (1<3)
Self criticism	4.85	(*)	*** (6<3)	4.21		*** (6<2)
Self hatred	5.31	(*)	** (6<2)	4.81		** (6<3)
Self reliance	3.37	(*)	** (6<2)	3.66		*** (6<2)
Answering one's own question	4.10	(**)	*** (1<4)	4.77		*** (1<4)
Narcissism	4.67	(*)	** (6<1)	4.06		** (6<1)
Free	4.14		** (1<2)	4.34		** (1<2)
Reproach oneself	4.86	(*)		4.69		
Vanish	4.17		*** (6<2)	4.32		*** (6<3)
Quiet	5.71	(**)	* (2<6)	5.62		
Adjust	4.26			4.05	(**)	** (1<3)
Good	3.01		* (1<3)	3.95		
Despair	4.32	(**)		4.60		
Concentrate	3.35			4.37	(*)	
Flop	3.58	(*)		4.39		
Boring	4.62		*** (1<4)	3.79		** (1<4)
Fatigued	5.38	(**)		4.91		
Calm	4.16			4.16	(*)	
Create	5.23		** (1<4)	4.59		** (1<4)

(Continued 3)

Words	Familiarity			Appropriateness		
	Total	<i>t</i>	<i>F</i>	Total	<i>t</i>	<i>F</i>
Wretched	5.26	(*)		4.86		
Immature	4.66		*** (1<5)	4.14		
Mournful	5.06	(*)		4.11		
Surrender	4.40		** (1<6)	4.64	(**)	
Poor	4.52	**		5.22	*	
Pursue	4.37		*** (6<2)	4.07		*** (6<3)
Cure	3.77		*** (1<5)	3.23		*** (1<5)
Stagnant	5.27	(*)		4.93		
Sulk	3.56		** (6<1)	3.50		
Destructive	5.15	**		5.33	**	
Sense of defeat	5.12	(*)	*** (6<3)	4.65	(*)	*** (6<3)
Comfortable	3.87		*** (6<2)	4.57		** (6<2)
Violent	4.10		*** (6<3)	4.69		** (6<3)
Trifling	3.94		*** (1<6)	3.62		*** (2<6)
Together	4.93		* (6<4)	4.77		** (6<4)
Rationalize	4.59	**		4.08	**	
Slack	3.52		* (1<4)	4.38		
Futile	5.64	(**)	** (2<5)	4.77		
Bluff	3.97		** (6<3)	3.62		
Idle away	5.14	(*)	*** (1<6)	5.44		*** (1<6)
Empty	5.72	(**)		5.55		
Rough	4.14	*		3.99		
Alone	4.89		*** (4<2)	5.40		** (4<2)
Anger	4.95	(*)	*** (6<3)	4.67		*** (6<3)
Recover	4.03			3.73		
Evade	5.06	**	*** (6<2)	5.38	**	*** (6<2)
Repent	3.46		** (1<3)	4.40	*	
Exciting	3.13			3.69	(*)	
Human emotions (Joy, Anger, Sorrow, Pleasur)	5.33		*** (1<6)	5.46		*** (1<6)
Sacrifice	5.19		*** (1<6)	4.90	(**)	*** (1<6)

p*<.05, *p*<.01, ****p*<.001

Words with significance indicated in () are words in which the average value for men is higher than that for women.

2=20's, 3=30's, 4=40's, 5=50's

The same applies to the table below.

Appendix 2. Mean and significance level of familiarity and appropriateness of words related to loneliness

Words	Familiarity			Appropriateness		
	Total	<i>t</i>	<i>F</i>	Total	<i>t</i>	<i>F</i>
Obstruct	4.97	**		4.74		
Harsh	4.11			3.94	**	
Stonehearted	4.91	(**)		5.11	(**)	
Confine	3.75	**		5.00	**	
Split up	4.88	***		4.19	***	
Disappear	4.76	(*)	** (6<1)	4.51		** (6<1)
Worry	5.21	(**)		4.87		
Lack	5.48	**		5.21	**	
Vigilance	4.11			3.94	***	
Anguish	5.27	(***)	** (1<6)	5.72	(**)	** (1<5)
Exhausted	5.13	**		5.58	**	
Solitude	5.91	(**)		5.95		
Isolation	5.67	**	** (4<1)	5.88	**	** (4<1)
Agonize	5.63	**		5.21		
Silent	4.93	(**)		5.56	(**)	
Fear	5.56	***	** (4<1)	5.36		** (4<1)
Voidness	5.83	(**)		5.74	(**)	
Join	4.09		** (2<4)	3.82		** (2<4)
Tiresome	4.15	***	** (6<3)	3.99	***	
Ruin	4.95	**		4.24		
Longing for (think of the good old days)	5.52	(**)	** (1<6)	5.51		** (1<5)
Quit	3.30			4.36	*	
Worry	5.53	(*)		5.50		
Crestfallen	3.60	**		4.96	***	
Nervous	3.51	**	** (6<1)	4.96		
Realize	4.84		** (1<5)	5.40		** (1<5)
Avoid	4.22	**		4.03		
Break off	3.92	**		4.55		
Terrible	3.70	***	** (4<1)	4.41		** (4<1)
Weak	4.16	(*)	** (6<1)	4.90	(*)	** (6<1)
Pathetic	4.86	*		5.07	**	
Sever	5.08		** (1<6)	5.56		** (1<6)
Suffer	3.80		** (4<1)	3.59		* (4<1)
Meaningless	3.94	(**)		5.51	(**)	
Independent	3.70	(*)	*** (1<4)	4.96	(**)	*** (1<4)
Fearful	5.64	**		5.52		
Desolate	5.48	(*)		4.64		
Feel humiliated	4.46	**		4.16	**	
Concentrate	5.45	***		5.17		
Foolish	4.11	**	*** (6<1)	3.91	**	*** (6<1)
Unconcern	3.35	**		4.93		
Powerlessness	5.23			5.53	(*)	
Dullness	3.95	*		5.59	*	
Scary	5.34	*	** (6<1)	4.43	**	** (6<1)
Ignore	3.32	*		4.36	*	

(Continued 1)

Words	Familiarity			Appropriateness		
	Total	<i>t</i>	<i>F</i>	Total	<i>t</i>	<i>F</i>
Hate	3.41	***	*** (6<1)	5.00	***	*** (6<1)
Struggle	4.17	**	** (6<1)	4.32	**	** (6<1)
Ruminate	3.12		*** (1<6)	3.15		*** (1<6)
Accept	4.14		*** (1<6)	4.55		*** (1<6)
Unmanageable	4.13	(**)		5.23		
Deserted	4.12	*	** (4<1)	4.35		*** (4<1)
Formidable	4.58	(**)		5.18		
Ashamed	3.87	***	*** (6<1)	4.26	**	*** (6<1)
Maladjustment	5.34	*		4.55		
Surge	4.24	*		5.25		
Rage	4.41		*** (6<2)	4.65		** (6<2)
Dissatisfaction	3.48	**	** (6<2)	4.46	**	** (6<2)
Anxious	5.52	**		5.22	**	
Unfortunate	4.60	**		5.03	*	
Discord	5.00	***		4.80	**	
Tragic	4.23	**		4.04	*	
Unsociable	4.36		*** (6<1)	5.39		*** (6<1)
Criticize	3.60	**		3.45		
Contemplate	5.48	(**)		5.54	(**)	
Desolate	5.44	(**)		5.54		
Miss (emptiness and regret due to loss)	5.17		*** (1<6)	5.56		*** (1<6)
Hurt	5.19	**	* (4<1)	4.87		* (4<1)
Introspect	3.89			4.03	(**)	
Estrangement	5.57	**		5.44		
Upset	4.71			5.04	*	
Embrace	4.86			4.28	(***)	
Hide	3.83		** (4<2)	4.70		** (4<2)
Suffer	4.34	(**)		4.66	(**)	
Serious	3.15	*		4.45		
Easeless	4.30	**		4.59	**	* (6<1)
Gloomy	5.35			5.66		** (4<2)
Restrain	5.02	(**)		5.32	(**)	
Unpleasant	4.18	**		4.58		
Relaxed	4.04		*** (1<6)	4.32		*** (1<6)
Inferiority	4.88	**	*** (6<2)	4.77	**	*** (6<2)
Sensitive	3.31	**	*** (6<1)	4.38	**	*** (6<2)
Misunderstand	4.10	***		3.88		
Loneliness	5.59	**		5.81		
Endure	3.52			4.92	(**)	
Shrink	4.69			3.85		** (4<6)
Reproachful	4.08	*		3.82		** (1<5)
Dangerous	5.46	**	** (6<1)	5.11		
Mellow out	4.69		** (4<6)	4.62		** (5<2)
Seclude	4.29	**	** (4<2)	5.27	**	** (4<2)
Distrust	4.66	*		4.16		

(Continued 2)

Words	Familiarity			Appropriateness		
	Total	<i>t</i>	<i>F</i>	Total	<i>t</i>	<i>F</i>
Depend	3.35	***		4.35	*	
Separate	4.10	**	** (2<5)	5.34		** (2<5)
Understand	3.99	(**)		3.63	(**)	
Endure	5.32	(***)		4.83	(**)	
Self discovery	4.77	(**)	*** (1<3)	4.52	(**)	*** (1<3)
Self criticism	4.85	**	*** (5<1)	4.21	**	*** (5<1)
Self hatred	5.31		** (6<1)	4.81		
Self reliance	3.37	(***)	*** (1<3)	3.66		*** (1<4)
Answering one's own question	4.10	(***)	*** (1<5)	4.77	(***)	*** (1<5)
Reproach oneself	4.86	*		4.69		
Give oneself up	4.78	***	*** (6<1)	4.55		
Vanish	4.17		*** (6<2)	4.32		*** (6<3)
Hostility	3.62		*** (6<1)	3.48		
Quiet	5.71	(*)		5.62	(*)	
Adjust	4.26		*** (1<4)	4.05		*** (1<4)
Hopelessness	4.66		** (6<1)	5.03		
Concentrate	3.35	**		4.37	**	
Boring	4.62		*** (2<4)	3.79		*** (2<4)
Calm	4.16	(***)	** (1<6)	4.16	(***)	
Annoyance	5.00	***		4.20		*** (6<1)
Create	5.23			4.59		** (1<6)
Surrender	4.40		*** (1<6)	4.64	(**)	
Poor	4.52	**		5.22		
Fret	4.60	***		4.30		
Stagnant	5.27	(*)		4.93		
Sense of defeat	5.12	**	*** (6<2)	4.65		*** (6<2)
Favor	3.27	**	** (6<1)	3.34	**	** (6<1)
Violent	4.10		*** (6<1)	4.69		*** (6<1)
Dodge	4.38	***		4.60		
Leisurely	5.40		** (1<6)	5.39		
Together	4.93		*** (1<4)	4.77		*** (1<4)
Futile	5.64	(*)	** (2<5)	4.77		
Idle away	5.14	(*)	** (1<4)	5.44	(**)	
Confusion	5.15	**		5.40		
Alone	4.89		** (4<1)	5.40		** (4<1)
Anger	4.95	**		4.67	**	
Evade	5.06	***	** (6<1)	5.38	**	** (6<2)
Repent	3.46			4.40	(*)	
Exciting	3.13			3.69	(*)	
Human emotions (Joy, Anger, Sorrow, Pleasur)	4.99	(*)	*** (1<6)	5.01		*** (1<6)
Sacrifice	5.19	(**)	*** (1<6)	4.90	(**)	*** (1<6)
Take Heart	3.97	(**)	*** (1<4)	3.07	(**)	

p*<.05, *p*<.01, ****p*<.001

Words with significance indicated in () are words in which the average value for men is higher than that for women.

2=20's, 3=30's, 4=40's, 5=50's

The same applies to the table below.

All words of solitude and loneliness have been translated into English. We tried to clearly distinguish and convey the meaning of the translated words in consideration of the linguistic characteristics of Korean and English as much as possible, but we tried to supplement words that do not exist in English or do not correspond individually by providing additional explanations as necessary, so please refer to them. If you have any questions about the words in the appendix, please contact the corresponding author by e-mail.