

연구보고서 2025-25

미래세대 기후불안에 대한 심층 분석과 중재 전략

채수미
김혜윤·곽윤경·정수경

사람을
생각하는
사람들



KOREA INSTITUTE FOR HEALTH AND SOCIAL AFFAIRS



한국보건사회연구원
KOREA INSTITUTE FOR HEALTH AND SOCIAL AFFAIRS



■ 연구진

연구책임자	채수미	한국보건사회연구원 연구위원
공동연구진	김혜윤	한국보건사회연구원 부연구위원
	곽윤경	한국보건사회연구원 부연구위원
	정수경	한국보건사회연구원 부연구위원

연구보고서 2025-25

미래세대 기후불안에 대한 심층 분석과 중재 전략

발행일 2025년 12월
발행인 신영석
발행처 한국보건사회연구원
주소 [30147]세종특별자치시 시청대로 370
세종국책연구단지 사회정책동(1~5층)
전화 대표전화: 044)287-8000
홈페이지 <http://www.kihasa.re.kr>
등록 1999년 4월 27일(제2015-000007호)
인쇄처 (주)에이치에이엔컴퍼니

© 한국보건사회연구원 2025
ISBN 979-11-7252-100-4 [93510]
<https://doi.org/10.23060/kihasa.a.2025.25>

발|간|사

기후위기는 인류의 생존과 지속가능성을 위협하는 전 지구적 현상으로, 그 영향은 단순히 물리적·경제적 영역에 국한되지 않고 인간의 정신적·정서적 영역에까지 확장되고 있다. 특히 미래세대에게 기후위기는 삶의 전망, 정체성 형성, 사회적 소속감과 같은 심리·사회적 요인 전반에 깊숙이 영향을 미치며, 새로운 형태의 불안인 기후불안으로 나타나고 있다.

이 연구는 이러한 시대적·세대적 현상을 학술적으로 규명하고, 그에 대한 국가적 대응 방향을 모색하기 위해 수행되었다. 이를 위해 미래세대의 기후불안 특성과 인식 구조를 다각도로 분석하고, 불안이 어느 수준에서 부정적 심리·정신건강 결과로 전환되는지를 경험적 자료를 통해 탐색하였다. 나아가 국내외 정책 및 증재 사례를 비교 검토하여, 우리 사회의 문화적·제도적 맥락에 적합한 미래세대 맞춤형 기후불안 증재 전략을 제시하였다.

이 연구의 의의는 선행연구가 집중해 왔던 기후불안의 긍정적 기능보다 정신건강 영향이라는 부정적 기능에 집중했다는 점이다. 또한 세대적 정체성과 사회적 감수성의 일부로 이해하려는 시도에 있다. 기후불안은 개인의 취약성을 드러내는 징후이자, 동시에 미래세대가 기후위기에 대응하고자 하는 윤리적·심리적 각성의 표현이기도 하다. 따라서 이 연구는 기후불안을 건강하게 조절하고 사회적 회복탄력성을 강화하는 방향으로 작동할 수 있도록, 보건 및 정신건강 정책, 기후정책의 과제를 제안하고 있다.

이 연구가 학술적 차원에서는 기후위기와 정신건강을 잇는 융합 연구의 토대를 마련하고, 정책적 차원에서는 미래세대의 정신건강을 지지하는 통합적 지원체계 구축에 기여하기를 기대한다. 또한 보건·정신·기후·교육·사회정책 분야의 연구자와 실무자 간의 협력적 논의가 활성화되어,

기후위기 시대의 새로운 정신건강 프레임을 구축하는 데 이 연구가 하나의 디딤돌이 되기를 바란다.

끝으로 이 연구를 총괄한 채수미 연구위원과 연구진으로 참여한 김혜윤, 곽윤경, 정수경 부연구위원의 노고에 감사하며, 연구를 추진하는 과정에서 아낌없는 고견과 응원을 보내 주신 서울시립대학교 최슬기 교수와 본 연구원의 윤강재 연구위원께 감사의 뜻을 표한다.

2025년 12월

한국보건사회연구원 원장

신 영 석



목 차

KOREA INSTITUTE FOR HEALTH AND SOCIAL AFFAIRS



요 약	1
제1장 서론	9
제1절 연구의 필요성 및 목적	11
제2절 연구의 내용 및 방법	16
제2장 국내외 기후불안 대응 고찰	21
제1절 중앙정부의 기후불안 대응 정책	24
제2절 지역의 기후불안 대응 사업(국외)	32
제3절 민간의 기후불안 대응 활동	35
제3장 미래세대의 기후불안 특성	43
제1절 조사 개요	45
제2절 조사 결과	49
제4장 기후불안의 기능 평가	61
제1절 선행연구 고찰	63
제2절 조사 내용 및 방법	69
제3절 기후불안 실태 및 추이 비교	79
제4절 기후불안의 절단점 개발	82



제5장 결론: 미래세대 기후불안 중재(Intervention) 방안 99

제1절 미래세대를 위한 전략의 필요성 101

제2절 미래세대의 기후불안 실태와 특성에 대한 이해 105

제3절 기후불안의 부정적 기능에 대한 지원 109

제4절 기후불안 극복을 위한 정책 과제 114

참고문헌 123

부 록 135

[부록 1] 청년면담 배포용 질문지 135

[부록 2] 기후불안 실태조사 설문지 136

Abstract 147

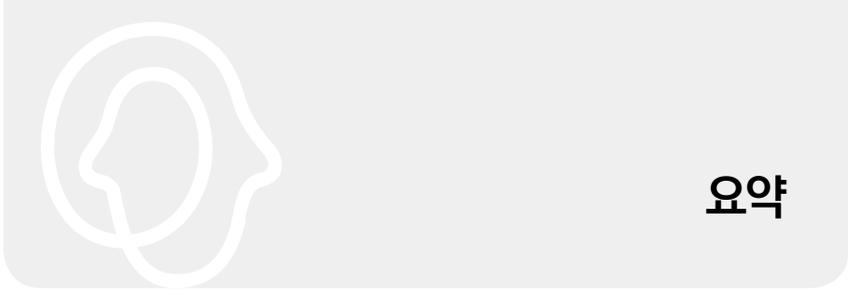
표 목차



〈표 2-1〉 영국 교육부의 기후불안 훈련 과정 개발 및 지원	29
〈표 2-2〉 미국 미네소타 대학의 익스텐션 생태 불안 프로그램	33
〈표 2-3〉 핀란드의 환경과 미래를 생각하는 프로젝트 지원 프로그램	39
〈표 3-1〉 면담 조사 내용	45
〈표 3-2〉 면담 참여자	47
〈표 4-1〉 조사 영역 및 주요 내용	70
〈표 4-2〉 성·연령·권역별 목표 표본 할당	71
〈표 4-3〉 응답자의 일반적 특성	77
〈표 4-4〉 기후불안 평균점수 추이(2023년, 2025년)	81
〈표 4-5〉 우울(PHQ-9) 점수에 따른 민감도 및 특이도 분포(조사대상자 전체)	84
〈표 4-6〉 우울(PHQ-9) 점수 기준 기후불안 점수 절단점	87
〈표 4-7〉 기후불안 절단점에 따른 대상자 분포	88
〈표 4-8〉 기후불안 수준 집단별 우울 수준	89
〈표 4-9〉 기후불안 수준에 따른 정신건강과 기후 관련 행태(조사대상자 전체)	90
〈표 4-10〉 기후불안 수준에 따른 정신건강과 기후 관련 행태(청년세대)	93
〈표 4-11〉 기후불안 수준에 따른 정신건강과 기후 관련 행태(장년세대)	96
〈표 5-1〉 우울(PHQ-9) 점수 기준 기후불안 점수 절단점 산출 결과	112
〈표 5-2〉 기후불안 절단점에 따른 대상자 분포	113
〈표 5-3〉 면담조사에서 제안된 청년의 정책 제안	118

그림 목차

[그림 1-1] 기후변화와 정신건강의 메커니즘에 대한 IPCC의 정의	12
[그림 1-2] 연령별 기후위기에 대한 인식 및 기후불안	15
[그림 1-3] 미래세대의 기후불안에 대한 포럼 운영	20
[그림 2-1] 환경부 국가환경교육 통합플랫폼의 청소년 대상 기후불안 카드뉴스	26
[그림 2-2] 호주 Adapt NSW의 기후 회복력을 위한 프로젝트 워크숍과 연극 공연	34
[그림 2-3] 미국 굿 그리프 네트워크의 기후위기 및 기후불안 대응 프로그램	38
[그림 4-1] 인지적 기후불안이 환경친화적 행동에 미치는 영향	65
[그림 4-2] 기후불안 수준 비교	79
[그림 4-3] 기후불안 점수와 정신건강 척도의 상관성	82
[그림 4-4] 우울감 경험률 기준 ROC curve	86
[그림 4-5] 기후불안 수준에 따른 정신건강과 기후 관련 인식·행동(조사대상자 전체)	91
[그림 4-6] 기후불안 수준에 따른 정신건강과 기후 관련 인식·행동(청년세대)	94
[그림 4-7] 기후불안 수준에 따른 정신건강과 기후 관련 인식·행동(장년세대)	97
[그림 5-1] 뉴질랜드의 세대별 기후변화에 대한 우려 수준 변화(2014-2020년)	102
[그림 5-2] 기후 시나리오에 따른 현재 및 미래세대가 경험하는 지구의 온도	103
[그림 5-3] 세대별 기후변화에 대한 감정 변화	106
[그림 5-4] Yerkes-Dodson 법칙 곡선	110
[그림 5-5] 기후불안 수준에 따른 기후행동 실천과 우울(PHQ-9) 점수 양상	111
[그림 5-6] 미래세대(청년) 기후불안 극복을 위한 정책 과제	114
[그림 5-7] 국내 기후불안 대응 사례	115
[그림 5-8] 국외 기후불안 대응 사례	117
[그림 5-9] 미래세대 기후불안 극복을 위한 포럼 개최	121



1. 연구의 배경 및 목적

기후변화에 관한 정부간 협의체(IPCC)는 제6차 평가보고서(2022)에서 기후위기에 대한 노출로 발생할 수 있는 정신건강 문제로 기후불안을 처음으로 다루었다. 기후위기에 대한 직·간접적 영향뿐 아니라 타인의 경험이나 미디어를 통한 대리노출(vicarious exposure) 또한 정신건강에 영향을 미칠 수 있음이 공식적으로 언급됨에 따라 기후불안이 사회적으로 주목받는 계기가 되었다.

기후불안은 기후위기의 위협에 대한 부정적 감정으로, 학계에서는 eco-anxiety, solastalgia 등의 개념으로 탐구되어 왔다. 최근에는 Climate Change Anxiety Scale(CCAS) 등 표준화된 측정 도구가 개발되어 국내외 연구에서 활용되고 있으며, 기후불안이 인구사회학적 요인, 정신건강, 환경친화적 행동 등과 어떻게 연관되는지 다각적으로 분석되고 있다.

이 연구는 미래세대의 기후불안에 대한 심층 분석과 대안이 필요하다는 점에서 시작되었다. 미래세대는 지금보다 기후위기로 인한 건강 피해에 더 취약하며, 더 많은 기후 대응 과제를 짊어져야 하는 세대이기 때문이다. 그러나 국내에서는 이에 대한 체계적 분석과 대응이 부족한 실정이다. 최근 한국어판 CCAS를 활용한 연구(2023년)에서는 20~30대의 젊은 세대의 기후불안 수준이 높게 나타났으나, 단일 문항 질문에서는 오히려 낮게 나타나는 독특한 경향이 드러났다.

이에 이 연구는 미래세대의 기후불안 특성을 심층적으로 분석하고, 기후불안이 정신건강에 미치는 부정적 기능이 나타나는 수준을 평가하며, 국내외 정책 동향을 비교함으로써 미래세대의 정신적 안녕을 지원할 국가적 중재 전략을 도출하는 것을 목적으로 한다.

2. 주요 연구 내용

이 연구는 다음의 네 가지 세부 내용으로 구성되어 있다. 첫째, 미래세대의 기후불안 특성을 파악하고자 하였다. 20~30대에서 K-CCAS 점수는 높지만, 단일 문항 불안 수준은 낮게 나타나는 이중적 경향이 지속되고 있는지를 확인하기 위해, 「청년기본법」에서 정의하는 19~34세의 청년 35명을 대상으로 심층 면담을 실시했다. 이를 통해 청년의 기후불안 경험, 인식, 심리적 영향, 필요한 지원 유형을 탐색하였다.

둘째, 기후불안이 어느 수준에서 부정적 기능(정신건강 영향)이 나타나는지 평가하는 것으로, 이를 위해 K-CCAS 도구의 절단점을 개발하였다. 전국 성인 2,000명을 대상으로 한 온라인 조사 결과를 분석하여, 기후불안 점수가 어느 수준일 때 우울 등 정신건강 수준(PHQ-9)이 증가하는지를 확인하였다. 이를 통해 기후불안이 임상적 개입이 필요한 수준으로 전환될 가능성이 있는 경계값을 제시하였다.

셋째, 국내외 기후불안 대응 사례를 검토하였다. 국내에서는 아직 보건 정책 차원의 대응이 미비하므로, 국외에서 진행 중인 정부·지역·민간 차원의 지원과 소통 전략을 분석하고, 우리나라에의 적용 가능성을 모색하였다.

넷째, 미래세대·정책관계자·전문가가 함께하는 소통의 장을 마련하여, 청년의 기후불안 문제와 정책적 요구를 공유하였다. 이를 통해 양방향 커뮤니케이션 기반의 공감적 정책 논의 구조를 형성하고, 보건 분야의 기후위기 대응 어젠다 정착에 기여하고자 했다.

3. 결론 및 시사점

가. 미래세대를 위한 전략의 필요성

2023년 선행 연구에서 기후변화에 대한 젊은 세대의 감정은 혼란스럽게 나타났으므로, 어떤 방식으로 평가하는가에 따라서 이들의 문제는 드러나지 않을 수도 있었다. 게다가 기후불안에 대한 많은 연구는 기후불안이 환경친화적 행동에 도움이 된다고 하였으니, 좋은 현상으로 간주할 수도 있었다. 그러나 향후 기후와 비기후적 위험이 상호작용하여 복합적이고 연쇄적인 위험을 초래할 것이며, 기후변화가 심화될수록 적응 방안은 제한적이고 효과적이지 않게 된다는 점에서 세대 간 형평성의 관점을 견지하는 것이 필요하다.

국제적으로 미래세대를 정의하는 방식은 관점에 따라 다소 차이가 있지만, 아동, 청소년, 청년 등을 포괄하고 있다. 이 연구에서는 연구 방법상 가능한 가장 젊은 성인의 실태를 분석하여, 다음의 세대를 위한 준비가 필요함을 제안하고자 했다.

나. 미래세대의 기후불안 실태와 특성에 대한 이해

2025년 조사대상자의 기후불안 수준(K-CCAS)은 1.92점으로 2023년 1.90점보다 다소 증가했으며, 젊은 세대의 기후불안이 높은 경향이 지속됐다.

면담 조사를 통해 미래세대의 기후불안에 대해 중요한 특성을 발견할 수 있었다. 첫째는 기후위기가 기성세대에 비해 미래세대에게 불평등한 피해와 책임을 야기한다는 사실이 모든 미래세대에게 같은 무게감으로

4 미래세대 기후불안에 대한 심층 분석과 중재 전략

인식되고 있지 않았다. 이에 기후위기 정책을 추진하는데, 미래세대의 요구와 정책 수용도에 차이가 있다는 점이 고려되어야 하겠다.

둘째, 기후불안에 대한 인식이 높은 집단과 기후불안이라는 말과 뜻이 생소하게 여겨지는 집단으로 구분되었다. 기후불안을 위기의 현상으로 인식하는 경우라 하더라도 기후불안의 긍정적, 부정적 기능을 이해하고 있지는 않았다. 이러한 특성을 고려하면, 기후불안을 모든 미래세대의 문제로 간주하는 것은 적절치 않으며, 기후불안의 긍정적, 부정적 기능을 설명해 줄 필요가 있다.

셋째, 기후불안의 수준을 네 가지 유형으로 구분해 볼 수 있었으며, 유형에 따라 기후정책에 대한 소통 전략이 달라져야 한다. ‘높은 수준’의 그룹은 여전히 고통스럽지만 스스로 통제하는 방법을 터득하기도 하고 감정에 무더지는 모습도 보였다. ‘비교적 높은 수준’의 그룹은 기후위기와 관련된 직간접 경험이 있거나, 활동에 참여하거나, 진로를 희망하는 경우가 대부분이었다. ‘낮은 수준’의 그룹은 기후위기에 대해 감정의 동요가 잘 일어나지 않지만, 다른 사람의 기후불안을 공감할 수 있었으며, ‘매우 낮은 수준’의 그룹은 기후불안을 상상의 감정으로 여기는 집단으로, 자신의 기후불안 점수가 낮고 타인의 기후불안을 공감하기 어려워했다.

넷째, 미래세대는 기후불안이 긍정적 기능을 발휘하도록 노력하고 있었다. 면담 참여자 중에는 기후불안으로 인해 문제를 외면하거나 절망에 빠져 있는 경우는 없었으며, 아무것도 하지 않는 것보다는 나을 것이라는 믿음으로 애쓰고 행동했다. 그러나 기후불안의 긍정적 기능이 발휘된다는 것이 부정적 기능이 없다는 것을 의미하지 않는다는 점도 덧붙인다.

다. 기후불안의 부정적 기능에 대한 지원

이 연구는 Clayton, Karazsia(2020)가 개발한 기후불안 척도의 한국형 척도(K-CCAS)를 활용해, 기후불안의 부정적 기능인 정신건강 위협의 가능성이 있다고 판단할 수 있는 절단점(cut-off)을 제시하였다는 데 의미가 있다. 절단점은 K-CCAS의 평균값인 5점 만점을 기준으로 산출했다. 그 결과, 우울(PHQ-9) 수준이 경증 이상 또는 중증도 이상에 준하는 기후불안 점수는 각각 1.76점, 2.40점으로 산출됐다. 이번 연구에서 조사된 우리나라 성인의 기후불안 평균 점수는 1.92점으로, 이것은 가벼운 수준의 우울의 범주에 들어갈 가능성이 높다는 것을 의미한다.

한편, Yerkes-Dodson 법칙에 따르면, 인지적 각성이 적정 수준일 때 집중도가 높아져 수행 수준이 높아질 수 있지만, 각성 수준이 지나치게 높아지면 불안 등이 높아져 오히려 수행 수준이 낮아지는 역U자형 곡선의 형태를 보이게 된다. 그러나 이 연구의 결과에서는 기후불안 수준이 높아질수록 기후위기에 대응하고자 하는 행동의 수준은 지속적으로 높아졌다. CCAS 척도를 통해서도 어쩌면 행동 수준이 떨어질 만큼의 극단적 기후불안 수준이 평가되지 않을 가능성도 있다.

그런데 중요한 것은 기후불안 수준이 높아질수록 정신건강 위험 수준이 함께 높아진다는 것이다. 즉, 부정적 기능 없이 긍정적 기능만 발휘되는 이상적인 최적의 기후불안 수준은 없다는 의미이다. 따라서, 기후위기에 대한 인지적 각성을 통해 기후 행동, 정책을 유도하는 것은 가능하지만, 동시에 이로 인해 파생될 수 있는 정신적 영향에 대한 조치가 동반되어야 한다.

라. 기후불안 극복을 위한 정책 과제

이 연구를 통해 제안하고자 하는 미래세대(청년)의 기후불안 극복을 위해 필요한 정책과제는 모니터링, 교육, 심리 지원, 커뮤니케이션의 큰 영역으로 구분해 볼 수 있다. 정책과제에는 보건 분야, 환경 분야에서 전문성을 가지고 수행하면 효과적일 것으로 기대되는 것이 있으며, 부문 간 연계가 필요한 경우도 있다.

우선 기후변화 적응 제도를 추진하는 데 있어서, 기후불안을 고려하는 것이 필요하겠다. 또한 기후위기가 심화됨에 따라 기후불안이나 정신건강 영향이 증가할 가능성이 있으므로, 정신건강 정책의 전문성을 바탕으로 보건 분야의 모니터링이 정기적으로 운영되어야 한다. 교육은 대상자 별로 접근해야 하는데, 보건 분야에서는 보건 정책 관계자, 의료인, 정신건강 사업 관계자 등을 대상으로 중점적으로 교육을 하고, 환경 분야에서는 일반 대중, 기후활동가, 기후환경 정책 관계자 등을 대상으로 하는 사업 추진 과정에서 교육이 이루어지는 것이 효과적일 수 있다.

환경 분야에서는 기존의 자연 친화적 체험 활동을 통한 회복 지원이 강화될 수 있도록 하고, 보건 분야에서는 향후 기후재난 심리 지원을 강화하고, 높은 수준의 기후불안 경험자에 대해 심리지원 방안을 도입해야 한다. 또한 기후불안 해소를 위해 전문적, 체계적 커뮤니케이션 방안이 마련되어야 한다. 이를 위해 보건 분야에서는 소통의 장을 마련해 효능감을 증진할 수 있도록 하고, 정신건강 전문가 역시 기후불안에 대해 이해할 수 있도록 소통의 대상으로 포함되어야 한다. 무엇보다 보건 분야에서 기후 대응 정책이 추진될 수 있도록 정책 관계자, 전문가, 청년의 소통이 필요하다.

국제기구 사례를 통해 청년이 기후정책 결정 과정에서 실질적으로 참여할 수 있도록 하는 것이 중요한 대안임을 확인한 것처럼, 기후 적응 정

책에서 상징적 대상으로서 미래세대를 언급하는 것이 아니라 정책의 주체로서 역할을 할 수 있도록 권리를 보장해야 한다. 이를 위해 청년 당사자, 청년 정책 전문가의 역할이 확대될 수 있도록 해야 하며, 청년 문화 특화 사업을 개발하는 것이 효과적일 수 있다. 마지막으로 객관적 정보를 넘어서는 자극적인 용어가 사용되지 않도록 하고, 기후위기 해결방안을 제시하는 등 긍정적 메시지가 전달될 수 있도록 하는 데 부문 간 논의가 이루어져야 한다.

주요 용어: 기후불안, 기후위기, 미래세대



사람을
생각하는
사람들



KOREA INSTITUTE FOR HEALTH AND SOCIAL AFFAIRS



제 1 장

서론

제1절 연구의 필요성 및 목적

제2절 연구의 내용 및 방법



제 1 장 서론

제1절 연구의 필요성 및 목적

1. 연구의 필요성

기후변화에 관한 정부간 협의체(Intergovernmental Panel on Climate Change, IPCC)는 2022년 제6차 보고서를 통해 기후불안을 기후변화에 대한 노출로 영향을 받게 되는 정신건강 문제로 공식화하기 시작했다. 보고서에서는 기후변화에 대한 노출은 직접, 간접적인 것뿐만 아니라 다른 사람의 경험이나 미디어를 통해 기후변화에 대해 목격하게 되는 것과 같은 대리노출(vicarious exposure)도 있으며, 이러한 노출이 정신건강에 영향을 미칠 수 있음을 설명했다(그림 1-1). 대리노출로 인한 기후불안이 의미하는 것은 기후변화의 영향을 직접적으로 받지 않더라도 기후변화의 잠재적 위험에 대한 불안이나 기후변화에 대한 인식이 정신건강에 영향을 미칠 수 있다는 것이다(Cissé et al., 2022, pp.1077-1078).

최근 몇 년 사이 국내외에서 관련 연구가 활발히 보고되고 있고, 정책 논의 자료와 언론에서도 기후불안이 자주 언급되고 있는 것을 보면, 기후불안이 사회 어젠다로 다루어지는 데 IPCC의 보고서가 상당한 역할을 한 것으로 보인다. 사실 기후불안에 대한 연구는 아주 최근의 일만 아니다. 기후불안은 기후시스템의 위험한 변화에 대한 반응으로, 감정적, 정신적, 신체적 고통이 고조되는 것을 말하는데, 학계에서는 solastalgia(Albrecht, 2019), eco-anxiety(Clayton et al., 2017) 등으로 표현하며 기후불안의 현황, 특징을 다양한 관점에서 탐색해 왔다.

12 미래세대 기후불안에 대한 심층 분석과 중재 전략

[그림 1-1] 기후변화와 정신건강의 메커니즘에 대한 IPCC의 정의



출처: “Climate change impacts on mental health and key adaptation responses”, Cissé et al, 2022, Health, Wellbeing, and the Changing Structure of Communities. In: Climate Change 2022: Impacts, Adaptation and Vulnerability. p.1077, Figure 7.6.

기후불안, 기후변화에 대한 감정을 평가하기 위해, 국내에서 이루어진 몇몇 조사에서 ‘기후변화에 대해 불안하십니까’와 같은 단일한 질문을 던지기도 하였다. 국외 연구에서는 기후변화에 대한 감정을 깊이 있게 파악하기 위한 노력이 이루어져 왔는데, 활용할 수 있는 도구로는 Clayton & Karazsia(2020)의 Climate Change Anxiety Scale(CCAS), Stewart(2021)의 Climate Change Worry Scale(CCWS), Hogg et al.(2021)의 The Hogg Eco-Anxiety Scale, Reser et al.(2012)의 Climate Distress Scale, Marczak et al.(2023)의 Inventory of Climate Emotions(ICE) 등이 있다. 이 중 기후불안 연구에서 가장 많이 활용되고 있는 것은 Climate Change Anxiety Scale(CCAS)이며, 이것은 상당한 수준의 불안을 식별하는 도구이다. 한국어판이 개발되어 국내에서도 많이 활용되고 있다.

국가별로는 Innocenti et al.(2023)의 연구가 이탈리아 성인을 대상으로 하였으며, Tam et al.(2023)의 연구에서는 중국, 인도, 일본, 미국 간 수준을 비교했다. Schwartz et al.(2022)의 연구는 미국 대학생, Whitmarsh et al.(2022)의 연구는 영국 성인을 대상으로 하는 등 최근 연구가 다수 확인되고 있다(채수미 외, 2023, p.80 재인용). 국외 선행연구에서는 연구 대상자의 기후불안 수준을 측정하는 것뿐만 아니라, 기후불안이 인구사회학적 특성, 기후재난 경험, 정신건강, 환경친화적 행동 등과 어떻게 연관되는지 심층 검토함으로써, 기후불안에 대응할 수 있는 근거를 찾아가기 위한 노력을 하고 있다.

기후불안을 분석하는 것과 함께 기후불안을 완화할 수 있는 중재 전략에 대한 연구도 확인된다. 선행연구에서는 기후불안을 완화하기 위해, 지식 기반 교육, 공개토론, 미디어 노출, 그룹 활동 등의 전략이 효과적일 수 있다고 하였다. ❶ 지식 기반 교육은 기후변화의 원인과 현상의 인과관계에 대한 이해도가 높아지면, 기후변화 문제를 극복할 수 있는 것이라는 인식과 자기효능감이 높아진다는 점에 근거한다(Geiger et al., 2017, p.104). ❷ 공개토론은 사회적 상호작용의 일환으로, 자기효능감이나 개인적인 반응 효능감, 기후변화에 대한 인식, 사회적 관념 수준이 높은 사람일수록 공개토론과 같은 사회적 상호작용에 반응할 가능성이 크며, 더 빈번하게 참여하는 것으로 보고되었다(Geiger et al., 2017, p.104; Tian et al., 2023, p.7). 다음으로 ❸ 미디어 노출에 따른 정보 습득은 기후불안을 높이기도 하지만, 개인적·집단적 효능감을 높일 수 있는 방법이기도 하다. 일정 수준의 기후불안은 환경친화적인 행동을 촉진하는 데 기여할 수 있기 때문에, 미디어 노출 빈도가 증가할수록 효능감이 증가할 수 있다고 보고되었다(Maran & Begotti, 2021, p.1).

성인과 달리 아동과 청소년 대상 중재의 경우에는 그들이 지나친 걱정

이나 감정적 마비 상태에 빠지지 않도록 해야 한다고 강조되었다. ④ 그룹 활동이 하나의 전략으로 제시되었는데, 집단활동(group work)을 할 때 친환경적 의도와 더 강한 상관을 보이는 것으로 나타났다(Sarrasin et al., 2022, pp.422-423).

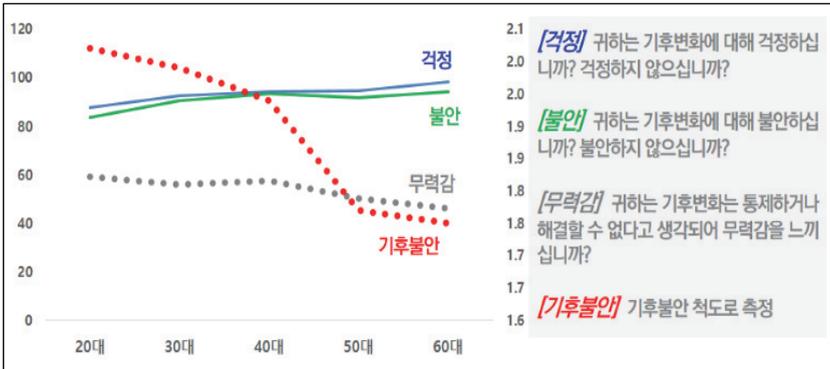
이 연구는 미래세대의 기후불안에 대한 심층 분석과 대안이 필요하다는 점에서 시작되었다. 미래세대는 지금보다 기후위기로 인한 건강 피해에 더 취약하며, 더 많은 기후 대응 과제를 짊어져야 하는 세대이기 때문이다. 미래 예측 연구에 따르면, 1960년생과 비교해 2020년생은 평생 경험할 폭염의 빈도가 늘어난다. 지구 온난화를 통제하는 수준에 따라 4~7배 높은 수준이다(Thiery et al., 2021, p.4). 호주에서는 젊은 세대에서 주거 문제가 불안정하거나, 재정적 어려움을 겪는 경우, 정신적 문제가 있는 경우 기후변화에 대한 우려가 더 클 수 있음이 지적되었으며(Gao et al., 2023, p.7), 이와 같은 어려움은 국내 청년이 직면한 문제와 다르지 않다.

그러나 국내에서는 미래세대의 기후불안을 설명할 수 있는 충분한 분석이 이루어지지 못하였으며, 관련 전문가조차 찾기 어려운 실정이다. IPCC의 보고 이후 젊은 세대가 기후변화에 대한 관심이 부족하다거나 반대로 기후불안이 심각한 상태라는 혼란스러운 언론 보도가 있었지만, 이에 대한 정부나 전문가의 대응이나 설명이 이루어지지 않았다. 당시 국내에서는 미래세대를 대상으로 한 기후불안에 대한 조사와 연구가 시행되지 않은 상황이었으므로, 적절하게 설명할 수 있는 근거가 없었다. 이러한 부정확한 논의는 미래세대가 기후 대응에 부정적으로 반응하게 하거나, 그들의 기후불안을 자극하는 문제가 될 수 있다.

국내에서는 2022년도에 한국어판 CCAS 도구가 발표되었고(Jang et al., 2023), 2023년에는 한국어판 CCAS 도구를 활용해 젊은 세대일수록(20~30대) 기후불안이 높다는 점이 확인되었다. 그런데 걱정, 불안이라

는 감정을 단일 문항으로 질문했을 때는 젊은 세대일수록 낮게 나타났다(채수미 외, 2023, p.224). 이에 따라 미래세대에서 나타나는 독특한 경향에 대해 추가적인 검토가 필요했다.

[그림 1-2] 연령별 기후위기에 대한 인식 및 기후불안



출처: “연령별 기후위기에 대한 인식”, 채수미 외, 2023, 기후위기가 정신건강에 미치는 영향. 한국보건사회연구원, p.224, 그림 5-2.

또한 미래세대의 기후불안에 대한 대책도 논의해야 한다. 채수미 외(2023, pp.123-125, 130-131)의 연구에서는 젊은 세대(20~30대)의 기후불안 수준이 다른 연령군에 비해 높기는 했지만, 기후불안이 높을수록 환경친화적 행동을 증가시키는 긍정적 관계를 보고했다. 그와 함께 기후불안이 스트레스, 우울 등의 정신건강 위험과 관련성을 확인하여 부정적 관련성도 함께 제시했다. 국외 연구에서도 이와 같은 기후불안의 긍정적 기능과 부정적 기능을 설명한 바 있다(Innocenti et al., 2023, p.5). 지금까지의 연구에서 우리나라의 기후불안 수준과 그것의 작용을 살펴볼 수 있었으나, 어느 정도의 기후불안일 때 순기능과 역기능으로 작용하는지, 어떤 대응이 필요한지에 대한 연구가 지속될 필요가 있다.

이에 이 연구는 미래세대의 기후불안에 대해 심층적으로 분석하고, 그

특성을 고려한 국가의 중재 전략(intervention)을 도출함으로써 미래세대의 정신적 안녕을 지지할 수 있는 체계를 마련하는 것을 목적으로 한다. 이를 위해 첫째, 미래세대의 기후불안 특성을 파악하고, 둘째, 기후불안이 어느 수준에서 부정적 기능(정신건강 영향)이 나타나는지 평가하며, 셋째, 국내 기후불안 정책 실태와 국외 사례를 검토하여, 우리나라 미래세대의 기후불안 정책 방안을 제시하고자 한다.

제2절 연구의 내용 및 방법

1. 미래세대 기후불안 특성 파악

이 연구의 첫 번째 세부 목적은 미래세대의 기후불안 특성을 파악하는 것이다. 앞서 언급한 바와 같이 선행연구에서는 우리나라 20~30대의 K-CCAS(기후불안) 수준이나 무력감은 40~65세 연령군에 비해 높았지만, 단일 문항으로 파악한 기후변화에 대한 불안과 걱정은 반대의 경향을 보였다. 이와 같은 경향이 현재에도 2023년과 같이 지속되고 있는지, 지속되고 있다면 이것을 어떻게 해석하는 것이 적절한지 검토하고자 했다. 전체 인구 집단의 기후불안 수준 변화와 그 안에서 젊은 세대의 경향이 유지되고 있는지는 설문조사를 통해 확인할 수 있지만, 이들의 기후변화에 대한 복합적인 감정을 어떻게 해석할 수 있는지, 기후변화에 대한 인식과 경험은 무엇인지, 기후불안이 이들에게 어떤 영향을 미치고 있으며, 어떤 지원을 필요로 하는지를 파악하기 위해서는 면담 조사가 필수적이었다.

면담 조사를 위해 미래세대의 범주를 「청년기본법」에서 청년을 정의하

는 기준연령인 19세 이상 34세 이하로 하였다. 대상자는 기후위기에 대한 관심이 있는 집단과 그렇지 않은 집단으로 나누어 모집했다. 총 35명에 대해 면담이 이루어졌을 때, 추가로 새롭게 확인되는 사항이 발견되지 않는다고 판단하여 모집을 중단했다. 면담 조사는 IRB 승인을 받아 5월 7일부터 30일까지 참여자의 선호에 따라 개별 또는 그룹, 대면 또는 비대면 방식으로 실시했다. 모든 인터뷰는 연구의 내용을 잘 이해하고 있는 연구진 3인이 직접 수행했다.

2. 기후불안의 기능 평가: 기후불안 척도(K-CCAS)의 절단점 개발

두 번째 세부 목적은 기후불안이 어느 수준에서 부정적 기능(정신건강 영향)이 나타나는지 평가하는 것이다. 지금까지 개발된 기후불안, 기후변화에 대한 감정을 평가하는 도구는 대체로 진단이나 위기의 상태를 확인할 수 있는 기준점을 제공하지 않으며, 감정의 수준을 상대적으로 비교하는 데 활용된다. 강조하지만, 기후불안을 느끼는 자체만으로는 질병이 아니다. 그러나 지금까지 선행연구에서 보고된 바와 같이 기후불안은 환경친화적 행동이라는 긍정적 기능과 정신건강 문제라는 부정적 기능을 모두 나타내기 때문에, 개인은 부정적 기능에 적절히 대처할 수 있는 역량을 기르고, 국가는 어떤 지원이 시작되어야 할지를 이해할 수 있는 정보가 필요하다. 이에 이 연구에서는 K-CCAS의 절단점을 개발하고자 했다. 즉, 개발하고자 하는 절단점은 K-CCAS로 측정된 기후불안 점수가 어느 수준일 때 PHQ-9으로 측정한 우울 수준이 높은지를 잠재적으로 파악할 수 있는 기준점이다.

이를 위해 전국 만 19~64세 성인 2,000명을 대상으로 온라인 설문조사를 실시했다. 설문조사는 IRB 승인을 받아 2025년 6월 2일부터 6월 9

일까지 8일간 구조화된 설문으로, 전문 조사기관을 통해 진행됐다. 연령의 범위를 성인으로 한정된 것은 다음의 두 가지 이유가 있다. 우선 K-CCAS가 19~64세를 대상으로 개발된 것이기 때문에, 그 외 인구 집단에 대해서는 결과의 타당도와 신뢰도를 입증하기 어렵다. 또한 온라인 방식으로 조사를 실시하기 때문에, 온라인 방식에 대한 접근성과 참여가 낮은 아동·청소년, 노인은 조사대상에 포함되지 않았다.

조사대상은 이 연구에서 주목하는 20~30대뿐만 아니라 전체 성인을 대상으로 했는데, 이것은 2025년의 기후불안 수준이 2023년 선행연구의 그것과 비교해 변화가 있는지, 그중 미래세대의 기후불안 수준이 다른 세대에 비해 여전히 높은 수준으로 유지되고 있는지를 확인하기 위한 목적이다.

3. 국내외 기후불안 대응 고찰

마지막 세부 목적은 국내 기후불안 정책 실태와 국외 사례를 검토하는 것이다. 국내에서는 기후불안이 최근 몇 년 사이에 이슈화되기 시작했으므로, 특히 보건 분야의 정책으로 다루어지지 않고 있다. 이에 따라 어떤 분야와 상황에서 대응이나 논의가 이루어지고 있는지 알아보고자 했다. 반면, 국외에서는 기후불안의 개념, 수준, 관련 요인을 분석하는 연구가 발표되기 시작한 지 어느 정도의 시간이 흘렀다. 그런데 어떻게 대응하고 있는지에 대한 검토는 부족하였으므로, 이 연구에서 국가와 지역 단위에서 어떤 지원이 이루어지고 있고, 민간에서는 어떤 활동이 진행되고 있는지 살펴봄으로써 우리나라에 적용할 수 있는 시사점을 찾고자 했다.

전술하였듯이 기후불안은 기후변화에 대한 위협을 인식함으로써 느껴지는 부정적 감정이고, 그것이 긍정적, 부정적 기능을 모두 하고 있다. 그

렇기 때문에, 기후불안에 대한 대응은 넓게 보면 기후변화에 대한 위험을 줄이는 것부터 포함될 수 있다. 그리고 기후변화에 대한 인식이 기후 대응의 동력으로 작용할 수 있도록 지원하는 전략이 고려될 수 있으며, 또한 부정적 기능으로 작용할 때 정신건강 악화로 이어지지 않도록 하는 지원도 포함될 수 있다. 이 연구의 고찰에서는 탄소 저감, 기후변화 완화(Mitigation) 정책을 모두 포함하기보다는 정책이나 사업 추진 시 기후불안이나 기후변화에 대한 감정을 이해하고 대응하려는 관점이 반영된 사례로 한정하여 검토했다.

4. 미래세대의 기후불안에 대한 커뮤니케이션

세 가지 세부 목적 외에도 이 연구에서는 청년의 기후불안 문제와 정책에 대한 요구를 이해하고 공유하기 위해, 미래세대, 정책 관계자, 기후 건강 및 정신건강 전문가가 함께하는 소통의 장을 마련했다. 조사와 분석 등이 연구를 진행하면서, 정책적 책임과 역량이 있는 관계자와 전문가가 미래세대의 목소리를 듣고 소통하는 것이 필요한 일이라 판단했다. 학술적, 정책적 함의가 담긴 연구보고서, 논문, 자료로 문제제기를 하는 것도 중요하지만, 양방향으로 의견을 공유하는 것이 공감과 이해에 효과적인 방법일 것으로 판단되었다. 이번 소통의 장이 기후위기로부터 미래 건강한 삶을 보장하기 위한 보건 분야 기후위기 정책 어젠다가 자리잡는 데 기여할 수 있기를 기대한다.

[그림 1-3] 미래세대의 기후불안에 대한 포럼 운영

미래세대 기후불안 극복을 위한 포럼

일시 2025년 8월 12일(화)
14:00~17:00

장소 커뮤니티하우스 마실 3층

상세 프로그램

YouTube

* KIHASA 한국보건사회연구원
YouTube 채널에 중계될 예정

일정	내용	발표자·토론자
14:00~14:10		
	인사 및 포럼 취지 소개	사화: 락윤경 (한국보건사회연구원, 부연구위원) 채수미 (한국보건사회연구원, 부실장)
14:10~14:40	발표: 기후 재난 대응 및 삼각지점	심민영 (국립정신건강센터, 국가트라우마센터장)
14:40~15:00	발표: 기후불안에 대한 물벼슬 이해	채수미 (한국보건사회연구원, 부실장)
15:00~15:30	청년대표 자유발제	김덕원 (환경을 생각하는 사람들, 대표) 손유진 (기후변화청년단체GEYK, 대표)
15:30~15:40 휴식		
좌장: 원진희 (대구대학교, 교수)		
15:40~16:55	지경토론 및 토의	<p>재갈현 (기후변화청년단체GEYK, 활동가)</p> <p>허혜경 (환경을 생각하는 사람들, 활동가)</p> <p>전진아 (한국보건사회연구원, 연구위원)</p> <p>신지영 (한국환경연구원, 연구위원)</p> <p>문달해 (보건복지부 건강정책과, 사무관)</p> <p>안윤진 (질병관리청 기후보건 건강위해대과, 과장)</p> <p>청년 패널</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 환경을 생각하는 사람들 ● 김원지, 송인하, 이동호, 임점섭 (활동가) ● 기후변화청년단체GEYK ● 김명주, 최인정 (활동가) ● 서울대학교 환경대학원 도시사회혁신신진공 ● 기민지 (석사과정생) ● 서울대학교 환경교육진흥 ● 전희연 (재학생)
16:55~17:00 마무리		

한국보건사회연구원
KOREA INSTITUTE FOR HEALTH AND SOCIAL AFFAIRS



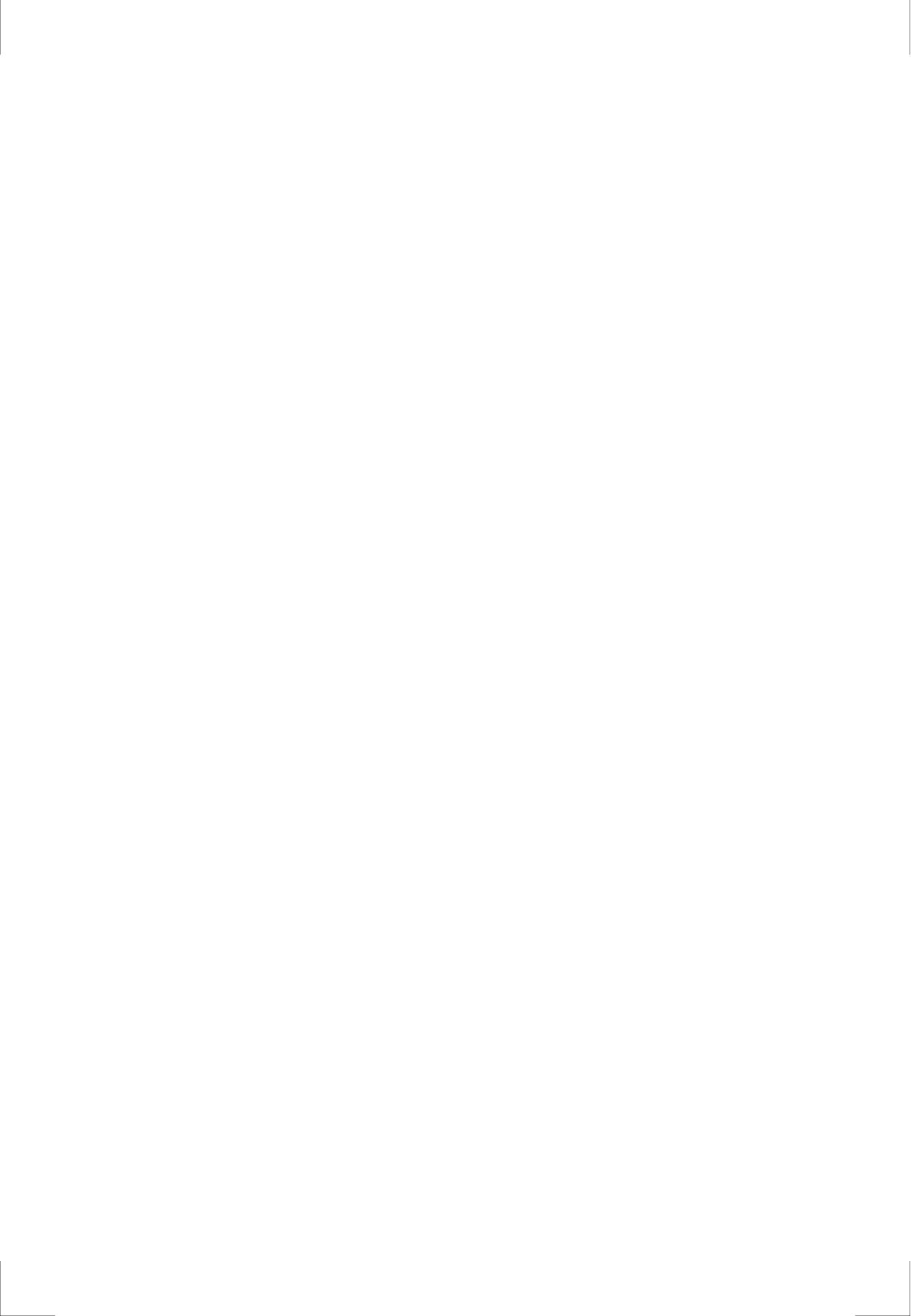
제2장

국내외 기후불안 대응 고찰

제1절 중앙정부의 기후불안 대응 정책

제2절 지역의 기후불안 대응 사업(국외)

제3절 민간의 기후불안 대응 활동



제 2 장 국내외 기후불안 대응 고찰

2022년 IPCC 보고서에서 기후불안이 언급된 이후 최근 몇 년 사이 국내외에서 관련 연구와 조사가 증가하고 있다. 국외에서는 기후불안의 개념, 수준, 관련 요인을 분석하는 연구가 IPCC 보고 이전부터 지속되어 왔고, 일부 대응 전략에 대한 연구도 확인된다. 아직 국내에서는 기후불안의 특성을 파악하는 단계에 집중되어 있고, 어떻게 정책적 지원이 이루어지고 있는지에 대한 검토는 부족하다. 이 장에서는 국가와 지역 단위에서 어떤 지원이 이루어지고 있고, 민간에서는 어떤 활동이 진행되고 있는지 살펴봄으로써 우리나라에 적용할 수 있는 시사점을 찾고자 했다.

기후불안은 질병이 아닌 감정이다. 대체로 많은 연구가 기후불안이 환경친화적 행동을 유도할 수 있다는 긍정적 기능에 집중하고 있지만, 정신건강과 관련이 있고 정신건강 문제로 이어질 수 있는 부정적 기능도 함께 보고되고 있다. 이러한 기후불안의 상반된 기능을 고려하면, 기후불안 대응 전략은 넓은 범위에서 이루어져야 한다. 예컨대, 기후변화의 위험에 대한 부정적 감정이므로, 기본적으로는 기후변화의 위험을 줄이는 기후환경 정책이 중요하다. 이러한 정책은 기후불안의 긍정적 기능을 활용하여, 정책에 대한 참여와 순응도를 높일 수 있는 전략이 필요하다. 반면, 기후불안의 부정적 기능이 크게 작용되고 있는 경우에는 정신건강 정책이 작동해야 한다. 따라서 이 연구의 고찰에서는 탄소 저감, 기후변화 완화(Mitigation) 정책도 기후불안 전략으로 포함했는데, 정책이나 사업 추진 시 기후불안이나 기후변화에 대한 감정을 이해하고 대응하려는 관점이 반영된 사례로 한정하여 검토했다.

한편, 이 연구에서 중점을 두고 있는 청년세대는 전 국민을 대상으로 하는 보건복지 정책의 수혜자이기는 하지만, 중증질환, 질병 위험 요인, 장애, 경제적 문제, 고령 등 보건복지 정책에서 고려하는 주요 취약성이 상대적으로 낮은 세대이다. 국내에서는 코로나19 유행 이후 청년 정신건강이 중요하게 고려되고 있기는 하지만, 청년에 집중된 보건복지 정책은 드물다. 기후환경 정책에서도 세대 간 불평등이나 미래세대의 부담을 우려하기는 하지만, 노인, 저소득 계층 등 취약 인구집단의 영향과 지원 전략이 우선이 되며 청년을 지원하거나 청년이 참여하는 정책은 부족하다. 이러한 상황에서 이 장에서 고찰하는 전략은 반드시 청년에 한정되지 않은 경우가 포함되어 있다. 다른 집단을 대상으로 하더라도 청년 특성을 반영해 국내에서 적용 가능한 시사점을 찾는 것이 필요하므로, 미래세대를 대상으로 고려할 만한 전략이라면 함께 제시하였다.

제1절 중앙정부의 기후불안 대응 정책

1. 국내

(사례 ①) 보건복지부의 기후변화와 정신건강에 대한 정책적 검토 출발

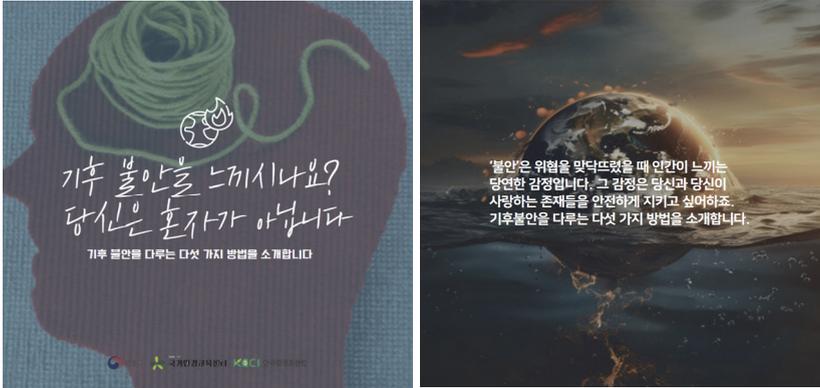
기후위기에 따른 정신건강 영향은 최근에 이르러 보건 정책 어젠다로 조금씩 다루어지기 시작했다. 10년 전인 2015년 국립정신건강센터에서 폭염이 노인들의 정신건강에 영향을 미칠 수 있다는 점에서, 경로당, 독거노인 등을 방문하여 건강검진과 정신건강 상담을 실시한 바 있으나(국립정신건강센터, 2015), 이것이 지속적으로 운영됐는지 확인되지는 않는다.

그 이후 기후 대응에 대한 관심은 최근 확인된다. 지난해 국립정신건강센터는 기후재난 관련 정신건강 문제 대응 방안을 모색하기 위하여 '기후재난과 정신건강'을 주제로 국제세미나를 개최하였다. 기후재난을 겪은 인구 집단이 정신과적 증상을 더 많이 경험한다는 연구 결과와 각국의 기후재난에 대한 대응 사례를 살펴봄으로써, 해당 분야의 국제교류와 효과적인 심리지원 체계를 구축하기 위한 목적으로 추진되었다(보건복지부 보도자료, 2024). 이후 지난해 말부터 국립정신건강센터는 기후위기에 따른 정신건강 영향을 분석하고 평가할 수 있는 도구 개발을 시작했다.

(사례 ②) 환경부의 환경교육 속 기후위기에 대한 정서적 회복력 지원

환경부는 2022년 기존 환경교육포털을 개편하여 '국가환경교육 통합 플랫폼'(https://www.keep.go.kr/)을 개설하였다. 이 플랫폼을 통해 분산된 각종 환경교육 정보를 쉽게 활용할 수 있도록 통합하였다(기획재정부 보도자료, 2023). 기후위기의 원인과 현상에 관심을 가지게 하는 프로그램뿐만 아니라 청소년을 대상으로 기후 불안 교육자료를 제공하고 있다. 기후 불안의 발생 원인과 증상, 감정을 안전하게 다루는 방법에 대한 교육 콘텐츠를 제공하여 기후위기에 대한 정서적 회복력을 키울 수 있도록 지원하고 있다(환경부 국가환경교육 통합플랫폼 홈페이지, 2024).

[그림 2-1] 환경부 국가환경교육 통합플랫폼의 청소년 대상 기후불안 카드 뉴스



출처: “기후 불안을 느끼시나요? 당신은 혼자가 아닙니다”, 국가환경교육 통합플랫폼, 2024.
<https://www.keep.go.kr/front/cntnts/cntntsDetailForm.html?cntntsId=16835>에서
2025.04.29. 인출.

(사례 ③) 교육 현장의 생태전환 교육을 통한 기후불안 대응

「환경교육의 활성화 및 지원에 관한 법률」 제5조를 근거로 국가 차원의 환경교육 방향 및 전략을 제시하는 5년 주기의 환경교육종합계획(환경부, 제3차 환경교육종합계획(2021~2025))을 바탕으로 전국 17개 시도교육청은 학교 환경 중심의 세부 계획을 수립 및 실행하고 있다. 구체적인 예로, 서울특별시교육청은 「2025 생태전환교육 기본계획」을 생태문명을 지향하는 학교 교육과정 전환, 생태전환교육 실천 역량 제고, 기후위기 대응 협력적 네트워크 구축의 3가지 주요 영역과 해당 영역별 세부 추진 과제로 구성하고, 기후위기 대응 월별 프로그램을 운영, ‘기후행동 365’ 등 학생회나 학급 또는 동아리에서 주도하는 기후행동 프로젝트 수행, 교사의 연수 및 멘토링 등을 포함한다. 교육 현장에서의 다각적인 대응을 통해 환경 감수성과 실천 역량을 높이고, 미래 세대가 기후위기에 능동적으로 대응할 수 있도록 역량 강화에 기여하고 있다(서울특별시교육청, 2025).

(사례 ④) 통계청의 기후불안 모니터링

통계청에서 2008년부터 사회조사를 통해 ‘기후변화 불안도’를 핵심 지표로 포함하여, 기후변화로 인한 국민의 심리적 불안 수준을 제시하고 있다(통계청, 2024). 기후변화(폭염, 홍수 등) 문제에 대해 매우 또는 약간 불안하다고 응답한 비율을 합산한 통계이며, 이 지표를 통해 기후변화에 대한 국민의 기후 위기에 대한 정서적 반응을 체계적으로 모니터링하고 있다. 국민의 기후불안 수준이 2018년 일시적 하락을 거쳐 2022년부터 증가세로 전환되었고(통계청, 2025), 이는 기후 관련 재난 발생 빈도 증가, 대중 매체의 보도, 사회적 논의 증가 등 외부 요인이 국민의 심리적 반응에 영향을 미쳤을 가능성을 시사하며, 지속적인 모니터링이 필요하다.

(사례 ⑤) 식물원과 수목원 체험·기후교육을 통해 미래세대 ‘어린이’가 만드는 기후위기 해법

2025년 6월 산림청 국립수목원은 동아시아언스와의 협력으로 어린이를 대상으로 ‘기후탐험 월드카페’를 개최하였다. 이 프로그램은 국제식물원보전연맹과 국립수목원의 공동주관으로 개최된 제11차 세계식물원교육총회의 특별 프로그램으로 기획되었고, 지구사랑탐사대 13기 어린이 대원(18명)과 학부모 및 교육 전문가가 참석하여 기후변화를 과학적으로 이해·체험하고 그에 대응하는 법을 배울 수 있도록 하였다. 패널 세션에서 교육을 통한 기후불안 해소 방안에 대한 강의를 제공되었고, 기후탐험 월드카페에서 놀이를 통한 기후변화를 과학적으로 이해하고, 실천법을 탐구하는 기회를 가졌다. 기후변화를 주제로 한 게임, 토론, 선언문 작성 및 낭독 등을 통해 미래세대인 어린이들이 기후 문제를 이해하고, 그에 대한 해답을 스스로 찾을 수 있는 기회를 제공하였다는 평가를 받았다(조현영, 2025).

2. 국외

(사례 ①) 영국 - 교육부의 학생, 교직원 대상 교내 기후불안 훈련 과정 개발, 운영

영국 교육부는 2023년 교육 지속가능성 및 기후변화 전략(Sustainability and Climate Change Strategy for Education)을 수립하여 모든 교육 기관에서 지속가능성 책임자를 지정하고 기후행동계획을 수립하도록 했다(Gov.uk, 2023). 이 전략의 일환으로, 기후행동계획 개발과 구축을 지원하기 위해 ‘교육 지속가능성 지원’ 플랫폼을 개발하였으며, <표 2-1>과 같이 기후불안 훈련(climate anxiety training) 지침 개발 및 지원 사항을 구체적으로 제시하고 있다. 이 플랫폼은 학생 대상 기후불안 교육 프로그램 도입과 교직원의 기후불안 인식 및 대응 역량 강화를 지원하며, 정기적인 기후불안 수준 조사를 통해 맞춤형 지원 방안 마련을 목표로 다양한 자원을 제공하고 있다(SSE, 2024). 또한, 영국 전역 학교와 교사를 연결하는 다양한 프로그램 중 하나인 ‘어스워치유럽(Earthwatch Europe)’의 교사 대상 교육 프로그램 ‘티치어스(Teach Earth)’는 18개월간 야외를 포함한 환경교육을 제공한다. 이를 통해 교사와 학생 모두가 경험할 수 있는 기후 감정과 관련 지식을 공유하며, 교사가 학생의 본보기로서 역할을 인식하도록 돕는다(Earthwatch Education, 2025). 이는 교사의 역량, 지식, 자신감, 동기를 높여 어린이, 청소년, 또래 친구들의 기후를 이해하고 자연과 연결될 수 있도록 지원하며, 교사와 학생 모두 기후 문제에 긍정적으로 참여할 수 있게 한다(Earthwatch Europe, 2023).

〈표 2-1〉 영국 교육부의 기후불안 훈련 과정 개발 및 지원

지속성/ 대응 활동	기후불안 훈련 지침 개발 및 지원 사항
장기 조치/ 기후불안 대처 계획 개발	<ul style="list-style-type: none"> • 학교 내에서 기후불안이 미치는 영향 해결 방법 계획 • 설문조사 결과와 기후불안 관련 세션의 결과 활용 • 개인의 참여와 행동을 촉진하고, 지역사회 지원 네트워크를 구축할 수 있는 전략 마련 • 개인이 기후 관련 감정에 효과적으로 대처하고 관리할 수 있도록 정신건강 자원과 회복탄력성 강화 기법 개발
일회성 활동/ 기후불안 세션 준비	<ul style="list-style-type: none"> • 기후불안을 해소하기 위한 세션을 조직하고 영향을 받는 사람들이 이를 해결할 수 있는 수단 개발하도록 지원 • 환경문제에 대한 토론 공간을 마련하고 관련 지침 마련 • 지역사회에 기후 관련 스트레스를 관리할 수 있는 대응 체계
반복활동/ 기후불안 교육 실시	<ul style="list-style-type: none"> • 기후변화 관련 정신건강 문제 증가에 대처하기 위해 교직원에게 기후불안 교육 제공
반복활동/ 정기적인 불안 조사 수행	<ul style="list-style-type: none"> • 직원과 학생의 기후변화에 대한 감정과 걱정을 정기적으로 조사 • 기후변화 관련 문제의 정서적, 심리적 영향에 대한 통찰력을 얻음으로써, 이를 해결하고 더 광범위한 기후 행동 계획에 통합

출처: “Anxiety”, SSE, 2024, Sustainability support for education의 내용을 표로 정리
https://www.sustainabilitysupportforeducation.org.uk/search?term=anxiety&materiality_level=&from=0에서 2025.05.02. 인출.

(사례 ②) 유럽연합 - 범국가적 교육과 참여 중심 이니셔티브로 미래세대 기후 행동 촉진과 환경 불안 대응 선도

2022년 유럽연합 이사회(Council of the European Union)는 회원국에게 주요 유럽연합 정책들이 환경 불안, 기후위기, 지속가능성과 같은 문제에 대응하는 데 있어 교육의 중요성을 강조하며, 창의성, 비판적 성찰, 문제 해결 능력을 함양할 수 있는 다차원적 접근 방식을 채택할 것을 촉구하였다. 미래세대의 교육과 참여가 중요함을 인식하여 유럽 전역의 청소년을 대상으로 기후변화로 인해 발생하는 심리적 불안 대처를 지원하기 위한 다양한 이니셔티브들이 개발되고 있다.

에라스무스 플러스(Erasmus+)는 다양한 환경문제를 다루는 프로젝트가 진행되고, 그 결과 339개 플랫폼이 운영 중이며, 대표적으로 환경 불

안(eco-anxiety) 문제를 직접적으로 다루는 활동으로 지구 평화(내면 평화 및 타인과의 평화)를 위한 역량 강화와 자연과의 연결을 통한 환경 불안 감소 활동이 있다. 교육을 통해 개인, 대인 관계, 환경 차원의 평화 구축에 필요한 핵심 기술을 습득하고, 정서적 회복력과 자기 내면 감정의 인식·조절 능력을 기를 수 있다. 자연과의 연결을 통해 환경 불안의 올바른 이해와 대응을 지원하며, 또래 청소년을 도울 수 있는 실질적인 역량과 도구를 함께 개발할 수 있도록 돕는다(Stapleton & Jece, 2024, p.14).

유럽연합이 추진하고 있는 시민 참여 중심의 기후 행동 이니셔티브인 유럽기후협약(European Climate Pact) 중 국제 청소년 기후 행동 네트워크(International Youth for Climate Action, IYCA)는 국제 유학생, 자원봉사자, 청소년 및 기후 행동가, 청년 전문가들이 모인 비공식 단체로 항공 및 자가용 이용 매년 5% 감소, 재생 가능 에너지 사용 비중을 높이도록 지원, 생물다양성 보전을 연계한 산림복원 프로젝트 투자, 지역 기후 행동 이니셔티브 참여 독려 등의 활동으로 기후위기 대응, 인식 제고에 기여한다(European Climate Pact, 2023).

(사례 ③) 국제기구 - 실질적 기후정책 결정 주체로서 청년 역할을 강화를 통한 기후 대응 효능감 증진

PYCC(Presidency Youth Climate Champion) 제도는 2023년 제 28차 유엔기후변화협약 당사국총회(COP28)에서 채택된 UAE 컨센서스(Decision 16/CP.28)에 따라 신설된 제도로, 각국 COP 의장국의 권한을 활용하여 아동과 청년이 기후 정책 결정 과정에 실질적이고 포용적으로 참여할 수 있도록 지원하는 것을 목적으로 한다(United Nations Climate Change and COP29, 2025).

PYCC 제도의 4대 목적은 다음과 같다. 첫째, 청년의 대표성 강화이다.

아동과 청년이 COP 및 국가 기후정책 결정 과정에서 제대로 목소리를 낼 수 있는 구조적 여건을 마련하고자 하였다. 둘째, 역량 강화 및 교육이다. 기후 변화 대응과 관련된 기술적 지식과 정책 이해도를 높이기 위한 교육 및 훈련 기회를 제공하는 것을 목표로 한다. 셋째, 기후 정책에서 청년의 영향력 확대이다. UNFCCC, COP 의장국, 각국 정부 내에서 청년의 의견을 공론화하고 의사결정 반영 가능성을 높이고자 한다. 넷째, 청년 주도 기후행동을 촉진한다(United Nations Climate Change and COP29, 2025). 즉, 청년이 기획하고 수행하는 프로젝트에 대해 자원 연계 및 실천 기반을 제공한다.

2024년 PYCC는 COP28 국제 청년 대표 프로그램의 성공을 토대로 확장되었으며, COP29 Youth Delegates Program을 통해 중앙아시아 청년 대표단을 선발했다. 교육 내용은 국가기후계획(NAPs), 국가온실가스감축목표(NDCs) 등 국제협약과의 연계를 중심으로 설계되었다. 사전 준비 과정에서는 온라인 기반의 가상 워크숍, 기술교육, 네트워킹 세션 등을 운영해 참가자의 기후정책 이해와 대응 능력을 제고하였다. 또한 다양한 지역 청년들과의 피어 학습(peer-to-peer exchange)과 상호 정책 교류를 통해 지역 간 협력 기반도 강화하였다.

참여 대상은 만 18세 이상 35세 이하 청년으로, 기후 정책에 대한 관심과 참여 의지를 갖고 있으며, COP29를 포함한 사전 프로그램에도 지속적으로 실질적으로 참여 가능한 자에 한해 선발되었다. 단순한 참관이 아닌, 자신의 지역과 조직을 대표하여 정책적 입장을 제시하고 의견을 전달하는 역할을 수행하기 때문에, 자격 요건은 비교적 엄격하게 적용된다.

PYCC는 청년의 정책 참여를 제도화함으로써 다음과 같은 성과를 지향한다. 구체적으로, 청년의 UNFCCC 및 COP 내 실질적 참여 확대, 중앙아시아 청년들의 기후 정책 접근성과 역량 강화, NAPs 및 NDCs 등 국

제협약 이행 과정에서 청년 관점 반영, 다국적 청년 기후 리더십 네트워크 구축, 기후정책 형성과 실행 간의 청년 연결 고리 형성 등 구체적인 성과를 추구하고 있다.

PYCC는 청년을 더 이상 "대상화된 미래세대"가 아닌, 정책의 공동 설계자, 감시자, 실행 주체로 전환시키는 새로운 글로벌 기후 거버넌스 모델로 기능하고 있다. 이는 유엔기후체제 내 청년 권리 보장을 위한 제도적 진전을 의미하는 사례로 평가된다(UNFCCC, 2024).

제2절 지역의 기후불안 대응 사업(국외)

(사례 ①) 미국 - 지역사회 및 대학이 운영하는 지역 특성을 반영한 생태 불안 대응

미국 전역 지역사회 또는 주립 대학교는 미국 농무부 산하 국립식량농업연구소(National Institute of Food and Agriculture)의 지원을 통해 협동적 확장(Cooperative Extension) 프로그램을 운영하고 있다(USDA, 2022). 대표적인 확장 프로그램 중 미네소타 대학교 확장프로그램(University of Minnesota Extension, UME)은 실용적인 교육 제공과 미네소타 지역의 교사, 학습자, 다양한 지역사회와의 교류를 통해 주민의 생활을 지원한다. 여기에는 다양한 유형의 환경 변화가 가족과 지역사회에 미치는 영향과 그 대응 방안을 파악하는 것을 포함하고 있다(University of Minnesota Extension, 2025). 구체적으로 미네소타 대학교 확장 연구센터는 2020-2021년 미네소타 대학교 확장 프로그램을 통해 침입종인 점핑 웜(jumping worms)으로 인한 지역사회 주민의 감정과 정서적 영향을 조사하여 점핑 웜의 영향을 받는 농지 소유주에게 정

서적 지원을 제공하고, 농지 소유주로부터 점핑 워 관리 활동에 대한 데이터를 수집 및 공유하고자 하였다. 프로젝트 완료 후 참가자의 긍정적 정서 감정 변화와 환경 변화에 대한 관심 증가가 확인되었다(University of Minnesota Extension, 2023, pp.1-5). 이외에 미네소타 대학교 익스텐션에서 생태 불안을 다루는 주요 프로그램은 다음 표와 같으며(University of Minnesota Extension, 2025), 미네소타 지역의 특성을 반영한 프로그램 구성으로 실질적인 생태 불안 대응 전략 마련을 위해 노력하고 있다.

〈표 2-2〉 미국 미네소타 대학의 익스텐션 생태 불안 프로그램

주제	세부 활동 및 프로그램 예시
생태 불안을 다루는 조치	<ul style="list-style-type: none"> - 제한 속도 준수하기 - 걷거나, 자전거 및 대중교통 이용하기 - 주로 식물성 또는 지역 생산 식품 섭취하기 - 나무 심기 - 침입종 확산 방지에 동참하기 등
희망 공동체 건설을 위한 사회적 연결	<ul style="list-style-type: none"> - 마스터 가드너 자원봉사 프로그램(월에 실습 강좌) - 미네소타 마스터 자연주의자(지역사회 환경 및 생태 보존을 위한 교육과 봉사단체) - 수생 침입종 탐지자 프로그램 - 삼림 관리자 프로그램

출처: "Eco-anxiety", University of Minnesota Extension, 2025의 내용을 표로 정리
<https://extension.umn.edu/stress-and-change/eco-anxiety>에서 2025.06.25. 인출.

(사례 ②) 호주 - 뉴사우스웨일스 주정부의 청년 기후불안 회복의 장 (연극, 워크숍, 포럼) 마련

뉴사우스웨일스(New South Wales, NSW) 주정부는 NSW 지역사회와 NSW 누리집 AdaptNSW의 '기후변화에 대한 회복력 향상 보조금(Increasing Resilience to Climate Change grants)'을 통해 다양한 프로젝트를 지원하고 있다. 대표적으로, 2020~2021년에 시행된 지역사회 조이얼리티 프로젝트(Joyality Project)와 바이런 청년 극장(Byron

Youth Theatre)의 협업은 기후 회복력 실천을 목표로 지역 청년 지도자(14~ 25세) 교육 워크숍과 환경불안을 탐구할 수 있는 연극을 제작하여 기후위기 대응 능력을 함양하고자 하였다. 연극 공연은 생태 불안의 영향을 파악하기 위한 장편극으로 제작되어 참여자의 창의적인 반응을 탐구하고 표현하는 데 훌륭한 수단으로 지역사회 의 큰 호응을 얻었고, NSW 7개 고등학교 청소년들은 극장 공연 이후 대화형 회복력 강화 워크숍에 참여하였다(그림 2-2). 워크숍에 참석한 지역 청소년들은 기후 회복탄력성에 대한 이해와 기술을 습득하여, 지역에서 발생한 홍수 상황에서 핵심적인 역할을 했을 뿐 아니라 이후에 학교와 지역사회에서 기후변화 운동에 참여하는 계기가 되었다(Adapt NSW, 2020). 또한, NSW 주정부는 Adapt NSW 포럼을 개최하여, 다양한 분야의 기후변화 전문가들을 한자리에 모아서 기후 적응 지식과 실천 방안을 제시해 오고 있다(Adapt NSW, 2024). NSW 주정부 사례로 기후변화에 관심을 갖는 미래세대에게는 심리적, 사회적 측면에서 많은 지원이 필요하며, 획일적인 대응보다 다양한 방식들을 적용하여 감정적인 회복력을 기르고, 장기적으로 기후 행동에 참여할 수 있는 환경과 문화 조성이 요구됨을 알 수 있다.

[그림 2-2] 호주 Adapt NSW의 기후 회복력을 위한 프로젝트 워크숍과 연극 공연





출처: “Byron Youth Theatre. Credit Renaye Elder.”, Adapt NSW, 2020, How on earth: Helping young people overcome climate anxiety.
<https://www.climatechange.environment.nsw.gov.au/stories-and-case-studies/how-earth-overcoming-climate-anxiety>에서 2025.05.01. 인출.

제3절 민간의 기후불안 대응 활동

1. 국내

(사례 ①) 청년단체 - 기후위기 인식 제고를 넘어선 정책 참여

이 사례는 앞서 국제기구가 실질적 기후정책 결정 주체로서 청년 역할을 강화함으로써 기후 대응 효능감 증진이 이루어질 수 있도록 했던 것과 유사하다. 제3장에서 분석한 바에 따르면, 기후활동가들이 높은 기후불안 수준을 보이고 있었으나, 결국 더욱 적극적으로 자신이 할 수 있는 기후 대응 방안을 찾아가며 극복하려는 노력으로 이어졌다.

‘기후변화청년단체 GEYK(Green Environment Youth Korea)’는 청년을 주축으로 기후위기에 대응하는 다양한 정책 제안과 캠페인을 펼치는 비영리단체로, 현재 10년 이상 활동이 지속되고 있다. 기후위기 대

응 및 탈탄소 에너지 전환을 촉구하고, 지속가능한 일상의 확산과 국내외 청년과의 상호협력을 위해 활동하며 범국가적으로 직면한 기후위기 해결을 목표로 하고 있다. 매년 유엔기후변화협약 당사국총회(UNFCCC COP) 참관과 다양한 워크숍 및 행사 진행, 해외 네트워크를 구축하는 등의 활동을 하고 있다. 설립 당시 주요 목표는 국민의 기후변화 인식 제고였으나, 인식이 바뀌더라도 시스템적 한계로 인해 변화가 어렵다는 현실을 인지한 2019년부터 기후위기에 대응할 수 있는 국내 정책 활동에 개입하기 시작했고, 현재는 환경 인식 제고를 위한 캠페인뿐 아니라 환경부 위원회나 외교부 간담회에서 정책을 제안하며 시스템 변화를 위해 활동하고 있다(기후변화청년단체, n.d.a.).

2. 국외

(사례 ①) 영국 - 청년 주도의 소통·정책 참여·연대 행동을 통한 기후정의 실현과 생태불안 대응

영국 청년기후연합(UK Youth Climate Coalition, UKYCC)은 2008년에 설립된 조직으로 18세에서 29세 사이의 청년들로 구성되어 “현재와 미래세대가 건강한 환경을 누리고 보호하는 정의롭고 지속가능한 세상”이라는 글로벌 기후 비전을 위해 자원봉사 및 협력하는 단체이다. 대표적으로, 2023 UKYCC “권력 이동(Power Shift)” 컨퍼런스에서 생태 불안(eco-anxiety)을 핵심 주제로 한 패널 토론과 워크숍을 통해 청년 기후 활동가들의 생태 불안 경험과 대응 방안, 청년 기후 운동의 성과 및 향후 계획을 논의했다(European Union Council, 2024, pp. 4-15). 또한 UKYCC의 기후정의를 위한 팟캐스트 'From the Ground Up'를 구축하여 브라질과 말라위에서 활동주의(activism), 환경불안, 장애인 정의,

COP에 참여하는 청년으로서의 삶 등에 대해 서로 의견을 공유하고 특히, 환경 불안 세션에서는 청소년 기후활동가와 청년들이 기후위기 속에서 희망을 찾을 수 있는 요소, 자신의 감정을 이야기 할 수 있는 문화, 구조적이고 공동체적 접근 및 캠페인의 중요성을 강조하는 등(UKYCC, n.d.a) 다양한 활동을 통해 생태불안에 대응하고 있다.

**(사례 ②) 미국 - 굿 그리프 네트워크의 10단계 동료 집단 지원 프로그램
램을 활용한 기후불안 대응**

굿 그리프 네트워크(Good Grief Network, GGN)는 유타대학교 환경 인문학 과정생 슈미트(Schmidt) 등의 연구에서 출발했다. 이들은 기후위기 대응에 적극적으로 참여하는 사람들의 회복탄력성 강화에 주목했고, 기후에 대한 지식이 많을수록 외로움, 슬픔, 불안, 절망을 더 자주 느낀다는 것을 발견했다. 지구 온난화의 심각성으로 인해 고립감과 무력감을 느끼는 기후활동가들을 돕기 위한 고민에서 시작된 이 활동은 현재 동료 지원 그룹을 운영하는 국제 비영리단체로 성장했다(Insideclimatenews, 2024).

굿 그리프의 대표적인 활동 중 하나는 기후변화로 인한 예측 불가능성과 그로 인한 감정을 다스리고 이를 극복하기 위한 긍정적인 조치를 지원하는 '10단계 동료 집단 지원 프로그램'이다. 이 프로그램은 알코올 중독자 모임(Alcoholics Anonymous)의 10단계 모델에서 착안한 것으로, "1. 곤경의 심각성 받아들이기, 2. 불확실성과 함께하기, 8. 내가 초래한 피해를 슬퍼하기, 10. 의미 있는 노력에 재투자하기" 등으로 구성된다. 최대 15명의 성인 참가자와 GGN 교육을 받은 진행자 2명이 팀을 이루어 10주간 진행되며, 혼란스러운 기후 현실 속에서 회복력과 대응 역량을 높이고 기후불안 극복에 도움을 주고 있다(Good Grief Network, 2025a). 청소년 대상 프로그램인 GGN-Z은 청소년들이 기후위기와 그로 인한 사

회·환경적 변화에 대해 고민할 때 느끼는 복잡하고 무거운 감정을 효과적으로 인식하고 관리할 수 있도록 돕는 5주간의 세션 프로그램이다. 일기 쓰기, 자연 명상, 집단 비전 공유, 예술 활동 등 다양한 접근을 통해, 일상 생활에 부정적인 영향을 줄 수 있는 감정을 건강하게 인지하고 조절하는 사회·정서적 기술을 기를 수 있도록 지원한다(Good Grief Network, 2025b).

[그림 2-3] 미국 굿 그리프 네트워크의 기후위기 및 기후불안 대응 프로그램

WHY?!? A Good Grief Network Podcast

Our unique 10-Step Program helps individuals and communities build resilience by creating spaces where people can lean into their painful feelings about the state of the world and reorient their lives toward meaningful action.

10 STEPS TO RESILIENCE & EMPOWERMENT IN A CHAOTIC CLIMATE

- 1 Accept the Severity of the Predicament
- 2 Be With Uncertainty
- 3 Honor My Mortality & the Mortality of All
- 4 Do Inner Work
- 5 Develop Awareness of Biases & Perception
- 6 Practice Gratitude, Witness Beauty, & Create Connections
- 7 Take Breaks & Rest
- 8 Grieve the Harm I Have Caused
- 9 Show Up
- 10 Reinvest in Meaningful Efforts

GGN-Z: 5 STEPS TO PRACTICING VULNERABILITY, RESILIENCE, & CREATIVITY

- 1 Feeling Our Feelings
- 2 Being With Growing Uncertainty
- 3 Processing Our Feelings
- 4 Questioning Our Stories
- 5 Showing Up & Investing in Action

© Laris Schmidt & Anne Lewis | goodgriefnetwork.org

- 출처: 1) “10 Steps to resilience & empowerment in a chaotic climate”, Good Grief Network, 2025c, Good Grief Network: WRITING THROUGH IT. <https://www.goodgriefnetwork.org/journal/>에서 2025.05.01. 인출.
- 2) “GGN-Z: 5 Steps to practicing vulnerability, resilience, & creativity”, Good Grief Network, 2025b, GGN-Z. <https://www.goodgriefnetwork.org/teens/>에서 2025.05.01. 인출.

(사례 ③) 핀란드 - 감정 교육, 자기관리, 감각 기반 체험을 결합한 다차원적 기후불안 회복 전략

핀란드 정신건강협회(MIELI Suomen Mielenterveys ry), 청소년 정신건강단체(Nyyti ry), 비영리시민단체(Tunne ry)의 공동 협력과 재정적 지원을 통해 ‘환경과 미래를 생각하는 프로젝트(Ympäristö ja tulevaisuus mielessä hanke, 2020-2025)’가 시행되고 있다(Ympäristöahdistus.fi, 2025a). ‘환경불안심리 프로젝트(Ympäristöahdistuksen mieli, 2020-2022)’의 후속으로 진행되는 이 프로젝트는 크게 1) 부정적 감정을 인지하고 받아들이는 감정 기술을 지원하는 기후 불안 관리를 위한 지원 프로그램(Ympäristöahdistus.fi, 2025b), 2) 청소년 및 전문가 대상 교육 및 훈련 과정(Ympäristöahdistus.fi, 2025b), 환경 인식 실천 과정(Ympäristöahdistus.fi, 2025c)으로 구성되어 있다. 일련의 프로그램으로 환경과 미래를 함께 고민하는 사회적 지지망을 구축함과 동시에 기후위기로 인한 부정적 감정을 마주하고 건강하게 관리할 수 있도록 감정 교육, 자기관리 지원, 감각적 체험 등 다차원적 정서 지원 체계를 마련하고자 노력하고 있다.

〈표 2-3〉 핀란드의 환경과 미래를 생각하는 프로젝트 지원 프로그램

주제	세부 프로그램 예시
기후불안 관리 지원 프로그램	<ul style="list-style-type: none"> - 기후불안, 환경 문제, 미래에 대한 우려 등 다양한 주제의 무료 토론 지원(비밀 유지 및 익명 토론 지원) - 기후불안 자기관리 프로그램(기후위기로 인한 불안 및 걱정 대처 정보제공) - 환경 감각 워크북(소셜 미디어나 지인으로부터 기후위기 뉴스를 접할 때 일어나는 반응을 이해할 수 있도록 함)
청소년·전문가 대상 교육 및 훈련 프로그램	<ul style="list-style-type: none"> - 청소년 대상 워크숍 개최(청소년의 현재와 미래 환경에 관한 생각 공유 및 토론 기회 제공) - 청소년 대상 사업, 교육, 관련 분야 업무 종사자인 전문가 교육(환경과 관련된 다양한 감정 대응 방식 교육) - 무료 온라인 환경교육 과정 제공(중·고등학교 대상 강좌 필수 또는 선택 과목으로 수강 가능)

주제	세부 프로그램 예시
환경 인식 실천 프로그램	- (2025년) 생태 위기 속에서 생존을 지원하는 3T 모형(환경적 감정을 다루는 데 필요한 상황 개선 조치, 감정 처리, 휴식과 회복을 통한 균형이 포함) - (2024년) 명상을 통한 연민 경험(환경 위기로 고통받는 타인, 자신, 지구에 대한 연민을 경험) - (2024년) 기후 감정 게임(기후 관련 뉴스를 접한 이후 감정, 향후 어떤 미래를 기대하는지 게임을 통해 감정 공유)

출처: 1) “Ymparistoahdistus.fi”, 2025b, Tukea ja apua: Kun ekokriisi herattaa tunteita, Kun ekokriisi herattaa tunteita, me voimme auttaa의 내용을 번역 후 표로 정리 <https://ymparistoahdistus.fi/tukea-ja-apua/> 에서 2025.06.22. 인출.
 2) “Ymparistoahdistus.fi”, 2025c, Harjoitukset의 내용을 번역 후 표로 정리 <https://ymparistoahdistus.fi/artikkelit/>에서 2025.06.23. 인출.
 3) “Ymparistoahdistus.fi.”, 2025d, Support for young people to deal with their emotions의 내용을 번역 후 표로 정리 <https://ymparistoahdistus.fi/kasvattajille/> 에서 2025.06.24. 인출.

(사례 ④) 뉴질랜드 - 기후불안 중점 상담 프로그램 운영

뉴질랜드에서는 환경 문제로 인한 불안·스트레스·우울 등을 다루는 다양한 민간 상담 단체가 활동하고 있다. Good Grief Network는 기후변화 속 개인 및 공동체의 회복과 역량 강화를 위한 소그룹 활동을 진행한다(Anxiety NZ, 2025). 실제로 소그룹 활동 참가자는 “기후 슬픔이 쌓여 번아웃과 활동 축소로 이어지던 상황을 소화하고 해소하는 데 도움을 주었고, 네트워크 참여가 보다 균형 있고 회복탄력성이 있으며 온전한 마음가짐으로 기후 행동을 지속할 수 있게 되었다”라고 하였다(Good Grief Network, 2025a).

또 다른 단체인 Climate Psychology Alliance는 기후 위기와 사회적 위기 속에서 살아가는 18~25세 청년들을 위해 마련된 새로운 지원 프로그램을 운영한다. 지원 방식은 따뜻한 돌봄과 깊이 있는 경청, 그리고 회복탄력성 도구를 제공한다(Anxiety NZ, 2025). 이곳에서 청년들은 판단이나 무시 없이 자신의 경험을 이야기하고, 비슷한 상황에 있는 또래들과 연결되며, 반복해서 활용할 수 있는 회복탄력성 실습을 배우거나 발언 대

신 자기 성찰 활동을 할 수 있다. 이 프로그램의 주요 대상은 기후·사회 위기 시대를 살아가며 이를 이야기하고 탐색하고 싶은 청년. 기후 운동가, 기후 위기를 직면하고 있거나 아직 부분적으로만 인식하고 있는 청년 등이다. 월 1회 모임을 갖고, 피드백을 바탕으로 월간 정기모임을 진행한다. 익명성을 보장하기 위해, 녹음이나 녹화는 금지된다. 초기 3개월은 학습·시범 운영 단계로 진행되며, 이후 참가자 피드백을 반영해, 정기모임과 다양한 자원 연계를 통해 확대 운영할 예정이다(Climatepsychologyalliance, 2025).



사람을
생각하는
사람들



KOREA INSTITUTE FOR HEALTH AND SOCIAL AFFAIRS



제3장

미래세대의 기후불안 특성

제1절 조사 개요

제2절 조사 결과



제 3 장 미래세대의 기후불안 특성

제1절 조사 개요

1. 조사 내용

미래세대의 기후불안 현황과 관련 요인을 파악하기 위해, 면담 조사를 실시했다. 기후불안에 대한 주요 질문에 앞서, 간단한 자기소개, 미래 사회에 대한 생각, 일상에서의 환경친화적 행동 등 가벼운 질문으로 시작했다. 그런데 미래 사회에 대한 생각은 미래세대에게 진지하고 무거운 질문이었음을 이해하게 되었으며, 이후에는 이 질문은 면담 중, 후반에 이루어졌다. 면담 대상자의 기후불안을 이해하기 위해, 먼저 개발된 평가도구 등을 활용해 정량적으로 확인한 뒤 응답한 내용에 대해 구체적으로 논의하였다. 또한 기후불안 대처 방안, 기후불안과 기후위기에 대한 정책 요구 등에 대해 조사하였다.

〈표 3-1〉 면담 조사 내용

구분	내용
일반적인 사항	1) 간단한 자기소개(학업, 취미, 일, 생활습관 등) 2) 미래 사회에 대한 생각(희망, 불안 등) 3) 환경친화적 행동
기후변화에 대한 지식수준, 감정, 정보 관련 의견	1) 자신의 기후변화 지식수준에 대한 생각 2) 기후변화에 대한 감정 3) 기후변화 정보에 대한 느낌
기후변화에 대한 인식 (설문문항 자가평가)	1. 귀하는 기후변화에 대해 걱정하십니까? 걱정하지 않으십니까? ① 매우 걱정된다 ② 걱정된다 ③ 걱정하지 않는다 ④ 전혀 걱정하지 않는다 2. 귀하는 기후변화에 대해 불안하십니까? 불안하지 않으십니까?

46 미래세대 기후불안에 대한 심층 분석과 중재 전략

구분	내용
	① 매우 걱정된다 ② 걱정된다 ③ 걱정하지 않는다 ④ 전혀 걱정하지 않는다 3. 귀하는 기후변화는 늦출 수 있으며, 기후변화로 인해 발생하는 문제가 해결될 수 있다고 생각하십니까? ① 전혀 그렇지 않다 ② 그렇지 않다 ③ 그렇다 ④ 매우 그렇다 4. 귀하는 기후변화는 통제하거나 해결할 수 없다고 생각되어 무력감을 느끼시겠습니까? ① 전혀 그렇지 않다 ② 그렇지 않다 ③ 그렇다 ④ 매우 그렇다
기후변화 불안 척도 (설문문항 자가평가)	K-CCAS(Climate Change Anxiety Scale) 13개 문항
기후불안 상세	1) (기후불안 점수가 25점보다 높은 경우) 기후변화에 대해 걱정하게 된 계기 2) (기후불안 점수가 높지 않은 경우) 본인의 기후불안 정도에 대한 상세 설명
정신건강	1) 자신의 정신적 건강에 대한 주관적 평가 - (건강한 편) 건강하다고 판단하는 이유 - (건강하지 않은 편) 건강하지 않다고 판단하는 이유, 정신건강에 영향을 미치는 주요 이슈 2) 기후변화로 인한 다양한 기상현상(폭염, 태풍, 홍수, 산불 등)과 인간의/자신의 정신건강 관련성
기후 대응 활동 경험	기후 대응 활동 경험
기후불안 대응을 위한 개인적 역량과 한계	1) 기후변화, 기후불안 대응을 위한 역할, 역량 2) 기후변화, 기후불안 대응의 어려움
정책 요구	1) 기후불안의 중요성에 대한 생각 2) 청년세대의 기후불안 문제 해결을 위해 필요한 정책

2. 조사 방법

면담 조사는 「청년기본법」에서 청년을 정의하는 기준 연령인 19세 이상 34세 이하를 대상으로 실시했다. 대상자는 기후위기에 대한 관심이 있는 집단과 그렇지 않은 집단으로 나누어 모집했다. 기후위기 관심 집단은 청년 기후활동 단체에 홍보하거나, 관련 분야 전공 교수의 협조를 구하여 전공자 중에서 면담 희망자를 모집했다. 기후위기 비관심 집단은 관련 분야의 활동, 학업, 직업과 관련이 없는 경우로, 연구자의 동료, 지인을 통해 모집을 시작해 눈덩이 표집 방식으로 확장했다. 총 35명에 대해 면담

이 이루어졌을 때, 계획된 조사 내용에 대해 추가로 확인되는 사항이 발견되지 않는다고 판단하여 모집을 중단했다.

면담 조사는 5월 7일부터 30일까지 참여자의 선호에 따라 개별 또는 그룹, 대면 또는 비대면 방식으로 실시했다. 모든 인터뷰는 연구의 내용을 잘 이해하고 있는 연구진 3인이 직접 수행했다. 이 조사는 한국보건사회연구원에 설치된 생명윤리위원회(IRB)로부터 승인을 받아 진행했다(제 2025-031호).

〈표 3-2〉 면담 참여자

참여자	구분	면담방식	일시	분류	연령
1	개별1	온라인	5/7(수) 9:00	기후활동가	19~24
2	개별2	온라인	5/7(수) 10:20	기후활동가	25~29
3	그룹1	온라인	5/7(수) 15:00	기후활동가	25~29
4	그룹1	온라인	5/7(수) 15:00	기후활동가	25~29
5	그룹1	온라인	5/7(수) 15:00	기후활동가	25~29
6	그룹1	온라인	5/7(수) 15:00	기후활동가	25~29
7	개별3	온라인	5/9(금) 14:00	기후활동가	25~29
8	그룹2	온라인	5/9(금) 15:30	대학원생(관련분야 전공)	30~34
9	그룹2	온라인	5/9(금) 15:30	대학원생(관련분야 전공)	25~29
10	그룹3	온라인	5/13(화) 19:00	직장인	30~34
11	그룹3	온라인	5/13(화) 19:00	직장인	30~34
12	그룹3	온라인	5/13(화) 19:00	직장인	30~34
13	그룹4	온라인	5/16(금) 14:00	대학원생(관련분야 전공)	25~29
14	그룹4	온라인	5/16(금) 14:00	기후활동가	19~24
15	그룹4	온라인	5/16(금) 14:00	기후활동가	30~34
16	그룹5	대면	5/19(월) 11:00	대학원생(관련분야 전공)	19~24
17	그룹5	대면	5/19(월) 11:00	기후활동가	25~29
18	그룹6	대면	5/19(월) 15:30	대학생	19~24

48 미래세대 기후불안에 대한 심층 분석과 중재 전략

참여자	구분	면담방식	일시	분류	연령
19	그룹6	대면	5/19(월) 15:30	대학생	19~24
20	그룹6	대면	5/19(월) 15:30	대학생	19~24
21	그룹7	온라인	5/23(금) 10:00	대학원생(관련분야 전공)	25~29
22	그룹7	온라인	5/23(금) 10:00	대학원생(관련분야 전공)	25~29
23	그룹7	온라인	5/23(금) 10:00	기후활동가	30~34
24	그룹8	온라인	5/23(금) 13:00	기후활동가	25~29
25	그룹8	온라인	5/23(금) 13:00	기후활동가	30~34
26	그룹8	온라인	5/23(금) 13:00	기후활동가	19~24
27	그룹9	대면	5/27(화) 11:40	직장인	25~29
28	그룹9	대면	5/27(화) 11:40	직장인	30~34
29	그룹9	대면	5/27(화) 11:40	직장인	30~34
30	그룹9	대면	5/27(화) 11:40	직장인	30~34
31	그룹10	대면	5/28(수) 11:40	직장인	25~29
32	그룹10	대면	5/28(수) 11:40	직장인	25~29
33	그룹11	대면	5/30(금) 13:30	대학생	19~24
34	그룹11	대면	5/30(금) 13:30	대학생	19~24
35	그룹11	대면	5/30(금) 13:30	대학생	19~24

제2절 조사 결과

면담 조사의 참여자 모집은 기후위기 관심 유무에 따라 이루어졌지만, 앞서 참여자 정보를 제시하는 <표 3-2>에서 관심 유무를 별도로 강조하지는 않았다. 기후활동가, 관련 분야 전공 학생이라고 기재된 경우가 연구진이 관심 집단으로 판단하여 모집한 경우이다. 그런데 비관심 집단은 모집 당시 관심 집단으로 판단할 사유가 없었던 경우였는데, 면담 과정에서 높은 수준의 지식과 이해가 확인되는 경우가 일부 확인됐다.

이 조사는 청년세대의 특성을 이해하기 위한 것이기 때문에, 기후위기에 대한 지식, 행동 및 참여가 두드러진 청년의 특성으로 편향되지 않도록 모집 대상을 분류했다. 실제 기후위기에 대한 관심이 높을수록 기후위기에 대한 인식이나 기후불안 수준이 높고, 정책 요구도 다양했다. 그러나 최종적으로 참여자들을 기후위기에 대한 관심 유무로 분류하는 것은 적절하지 않다고 판단하였다. 참여자들은 기후위기에 대한 요구와 행동 측면에서는 확연히 차이를 보였지만, 극히 일부를 제외하고 대부분 기후위기를 인식하고 이해하려는 태도를 보였기 때문이다. 아래의 분석 결과는 인식, 불안 수준 등 단계별로 나타나는 특성을 이해하는 데 목적을 두었다.

1. 기후위기에 대한 인식

① 무력감, 회의감을 동반하는 미래의 두려움

면담 참여자 중 다수는 10년 이상 후 자신의 미래를 부정적으로 생각했는데, 기후위기는 미래를 부정적으로 생각하게 하는 요인 중 하나였다. 미래를 긍정적으로 바라보려고 노력하는 경우에도 기후위기는 미래의 두

려움으로 인식되고 있었으며, 결혼, 출산, 직업 등 미래의 삶을 결정하는데 중대하게 영향을 미치는 문제였다.

“어릴 때는 비가 많이 오면 일부러 비옷을 입고 가서 첩병첩병 놀았는데...재밌었으니까...(침수 때문에) 지인의 친구가 죽었고, 회사에서도 비 많이 온다고 하면 빨리 귀가하라고 하고요. ...이제 비가 무서운 거구나(참여자 25)”

“아이를 낳는 게 맞나 고민이 된 지 2년 정도 된 것 같아요. ... 기후위기로 범벅이 된 세상을 사는 것 같아서(참여자 3)”

“기후 때문에 죽고, 사고사로 죽는 게 아니라 자연사하고 싶다(참여자 2).”

② 많은 사회현상 중 하나, 불가항력적인 것

지금 청년은 급변하는 사회에 살아가고 있으며, 많은 사회현상이 ‘위기’로 설명되고 있다고 하였다. 다수의 청년에게 기후위기가 미래의 중대한 두려움으로 인식되고 있지 않다는 점은 중요한 지점이었다. 기후위기가 무감각한 사회현상 중 그저 하나일 뿐이라는 인식도 다수 확인되었다. 미래의 삶을 더 위태롭게 만들 수 있는 문제라는 점에는 대체로 동의하면서도 우선적 사회문제로 인식하지 않는 이유는 몇 가지로 나뉘었다. 해결할 수 없으므로 노력할 필요가 없는 것, 내가 관심을 갖지 않아도 국가, 전문가가 알아서 해결해 줄 수 있는 것, 또는 내가 사는 데 아주 큰 영향을 미치지 않는 것이라고 인식하였다.

“제가 앞으로 뭘 해야겠다는 생각보다는 불가항력적인 게 아닌가라는 생각이 들고, 개인이 하는 것도 중요하지만 정부나 기업 차원에서 접근하는 게 맞을 것 같아요(참여자 27).”

2. 기후불안에 대한 인식

① 고조되는 위기의 현상

기후활동가 또는 환경 분야 전공자 중에는 자신이 기후불안을 느끼거나, 또는 주변에서 기후불안을 호소하는 사람들을 접촉하는 경우가 많았다. 대중매체를 통해 듣기도 했지만, 기후위기와 관련된 토론, 정보교류, 학교 수업을 통해, 기후불안에 대해 알게 된 경우가 많았다. 또한 기후불안 자체를 다루지 않더라도, 기후위기 대응 관련 행사에서 기후불안이라는 표현을 사용하는 경우가 있어 적지 않게 언급되고 있다고 하였다.

기후불안이 청년, 아동에게서 많이 나타나고 있어 관심이 필요하다는 점, 그렇기 때문에 기후위기 대응이 시급함을 강조하는 측면에서 기후불안을 설명하였다. 반면, 기후불안에 대한 개념이나 기후불안을 느끼게 될 때 순기능도 나타날 수 있다는 점에 대해서 설명하는 경우는 없었다.

② 생소한 말

주로 기후위기에 많은 관심을 갖지 않는 청년들 사이에서 기후불안을 들어본 적이 없었고, 이번 인터뷰 참여를 계기로 알게 되었다는 경우가 있었다. 그런데 면담 중에 이루어진 기후불안 측정 결과에서 높은 수준을 보인 경우에도 기후불안이 무엇인지 이해하지 못하는 사례가 일부 확인되었다.

3. 기후불안의 현황

인터뷰가 중간 정도 진행된 시점에서, 참여자들은 13개 문항으로 이루어진 K-CCAS(Climatic Change Anxiety Scale)를 통해 자신의 기후불안 수준을 평가하고 설명하는 시간을 가졌다. K-CCAS가 각 문항을 5점 척도로 평가하고 있고, 문항별 평균으로는 최대 5점, 문항 전체 합계로는 최대 65점까지 나타날 수 있다. 이 척도는 기준 점수 없이 불안의 수준을 비교하는 것만 가능한데, 비교적 높은 수준의 불안을 측정하는 도구로서 국외 연구에서는 문항별 평균 2점 내외로 보고하는 경우가 흔하다. 즉, 척도에서 나타날 수 있는 중간 정도의 점수가 결코 낮은 수준의 기후불안을 의미하지 않는다. 면담 중간에 자가 채점하여, 참여자의 기후불안 수준은 문항 전체 합계로만 확인하였다.

한편, 채수미 외(2023)의 연구에서 K-CCAS를 활용해 측정한 우리나라 기후불안 수준을 세대별로 보면 20~30대 청년세대가 상대적으로 높게 나타났다. 5점 만점으로 평가했을 때, 전체(19~64세) 평균이 1.90점이었고 20대가 2.02점, 30대가 1.99점이었다. 13개 문항에 대한 총점으로 산출할 경우 전체 대상자가 24.7점이었고, 20대가 26.26점, 30대가 25.87점이었다.

면담 참여자는 우리나라 청년을 대표하는 무작위 추출된 표본이 아니므로, 이 장에서는 기후불안의 높고 낮음을 연구자의 주관적 판단에 따라 구분하여 주요한 특성을 설명하는 데 중점을 두고자 한다. 도구의 점수에 대한 정량적 평가는 제4장에서 심층적으로 다룬다.

① 높은 수준: 고통스럽지만 무더진 두려움

면담 참여자 사이에서 30점 이상일 때 높은 수준이라고 볼 수 있겠는

데, 40점을 넘는 경우도 한 명 있었다. 높은 수준의 그룹은 면담 참여자 중 일부이며, 모두 기후활동가이거나 관련 분야를 전공하였다. 이들은 기후위기에 대해 상당한 정도의 전문적 식견을 가지고 있었으며, 국가 또는 국제 정책에 대한 관심이 높고, 기후위기 대응을 위한 활동 경험도 지속하고 있었다. 이들의 활동이나 공부는 주도적이고, 적극적이며, 주변에 영향력을 미칠 수 있는 역량을 가지고 있다고 볼 수 있다.

이들은 면담 중 기후위기 문제와 대응에 대해 적극적으로 설명하고 우려했다. 그럼에도 기후위기에 대한 부정적 감정은 오랜 시간 누적되어 온 것이기 때문에, 여전히 고통스럽지만 스스로 통제하는 방법을 터득하거나 감정만 앞세우지 않을 만큼 무뎠어지는 모습도 보였다.

“(기후위기 행사에서) 여러 명이 같이 말을 하다가 제가 엄청 울었어요. ... (다른 행사에서) 좌장을 맡아서 가운데 앉아 있는데 눈물이 나는 거예요. ... 되게 울컥해요. 저는 이 단어라든지 상황을 생각하면 해결을 못 할 것 같거든요. ... 저도 곧 기성세대로 넘어가는데 마음이 조급해요. 나는 떳떳할 수 있을까(참여자 25)”

② 비교적 높은 수준: 나도 모르게 스며든 기후불안

이 그룹은 27~30점 사이로, 앞의 그룹과 마찬가지로 기후활동가 또는 관련 분야 전공자들이었다. 기후활동가 중에서 이 점수 이하인 경우는 한 명뿐이었다. 가정환경, 청소년기 학교 교육 또는 관련 활동 참여, 홍수 피해에 대한 직·간접 경험, 국제기구가 지원하는 프로그램 및 연수 참여 등이 기후 환경에 대한 관심으로 이어졌다. 현재 관련 분야의 공부, 활동을 하고 있고, 관련 직업에 종사하고 있거나 미래 진로를 희망하는 경우가 대부분이었다.

면담 질문 중 현재 정신건강 수준에 대한 것도 있었는데, 전체 참여자 중 현재 또는 과거의 정신건강 문제를 밝힌 경우가 적지 않았다. 그런데 기후불안이 높은 수준이라고 해서 모두 정신건강 문제가 있는 것은 아니었고, 기후불안과 정신건강 상태의 전후 관계는 면담을 통해서 명확히 파악하기는 어려웠다.

기후불안이 높은 그룹에서 그렇지 않은 그룹보다 현재 또는 과거의 정신건강 문제를 보고한 경우가 많이 확인되기는 하였다. 그런데 이들은 기후위기와 정신건강의 관계에 대한 이해가 있는 편이었고, 자신의 정신건강 문제를 정확히 설명해야 연구에 도움이 될 것이라는 생각을 하기도 하였다. 즉, 기후불안과 정신건강이 관련이 있을 가능성도 짐작해 볼 수 있고, 인식과 지식이 높은 집단에서 상황을 더 잘 보고했을 가능성도 있다.

“기후불안이라는 단어 자체를 인식한 것은 이번이(이번 면담 참여) 처음이에요. ... (머릿속에서) 시나리오를 쓰는 거죠. 잠들기 전에 누워서 지금 밖에 비가 엄청 오는데, 집이 물에 잠기면 어떡하지(참여자 16).”

③ 낮은 수준: 공감할 수 있는 누군가의 문제

이번 면담조사에서 2023년 조사에서 확인됐던 평균 수준 이하의 기후불안을 보인 경우는 기후위기와 관련된 활동이나 공부를 하지 않는 직장인, 학생이었다. 우리가 직면한 기후위기에 대해 감정의 동요가 잘 일어나지 않았고, 단지 사회현상 중 하나로 인식하고 있는 편이었다. 더 깊게 이해하기 위해 정보를 찾아보기도 하고, 기후 대응 정책의 필요성에 동의하고 지지하기도 하지만, 그것이 행동과 감정으로 이어지지는 않았다. 평소에 기후불안에 대해 몰랐던 경우라 하더라도, 심각한 수준의 기후불안을 느끼는 사람들이 있을 수 있고 공감할 수 있다고 하였다.

“주변에 불안을 겪는 친구들이 있다 보니까, 그런 것 때문에 걱정이 들어서 잠을 잘 못 잔다거나 하는 게 당연히 그럴 수 있겠다는 생각이 들어서(참여자 19)”

④ 매우 낮은 수준: 상상의 감정

이 그룹은 기후불안 점수가 낮을 뿐만 아니라, 타인의 기후불안을 공감하지 못하는 특성을 보이는 경우이다. ‘매우 낮은 수준’의 그룹은 주로 20점 이하이기는 하지만, 20점 이하가 모두 이러한 특성을 갖지는 않는다. 기후위기를 부정하는 참여자는 없었지만, 기후위기가 내 삶에 중대한 어려움을 줄 가능성이 크지 않다고 생각하는 편이었다. 기후위기에 상당히 집중하고 걱정하는 사람들을 공감하기 어려워하였다.

“상상력이 풍부한 사람이구나 싶을 것 같은데(참여자 30)”

“미래에 일어날지 아닐지도 모르는 일을 뭔가 앞서서 걱정하는 것이니까 굳이 왜 저렇게까지 에너지를 쓰지 하는 생각도 들어요(참여자 34)”

4. 기후불안의 기능

기후불안에 대한 선행연구는 주로 기후불안이 높을수록 환경친화적 행동을 할 수 있다는 점에 초점을 두어 왔다. 국내에서도 기후불안이 높은 미래세대에서 조차 기후불안과 환경친화적 행동의 상관성을 확인한 바 있다(채수미 외, 2024, p.245). 개념적으로는 적절한 기후불안은 환경친화적 행동을 유도하지만, 심각한 기후불안은 정신건강에 영향을 미치고 순기능의 역량을 갖지 못하는 것으로 설명된다. 이번 면담에서는 기후불안과 정신건강의 관련성의 측면에서, 기후불안 수준이 높은 일부의 참여

자에게서 연관성이 있다고 볼 수 있었으나 대부분의 참여자의 면담 결과로는 결론짓기 어려웠다. 이에 면담조사에서는 기후불안이 평균 이상의 수준으로 나타난 경우, 기후불안의 기능을 다음 두 가지 유형으로 구분하는 것이 가능하였다.

① 그래도 나의 작은 역할이 기여할 것이라는 믿음

높은 수준의 기후불안이 나타난 참여자는 모두 기후환경과 관련된 활동, 학업, 직업을 갖고 있었다. 미래의 기후위기가 두렵기도 하고, 개인의 노력이 얼마나 의미있게 기여할 수 있을지 무력감을 느끼는 청년들이었다. 그 수준이 심각할 때 기후위기 문제와 거리두기를 했던 경우도 있다. 하지만 현재 면담 참여자 중에는 외면하거나 절망에 빠져있는 청년들은 없었다. 그래도 아무것도 하지 않는 것보다는 나을 것이라는 믿음으로 기후불안을 극복하려고 애쓰고 행동하기를 멈추지 않았다.

“(기후) 불안이나 스트레스가 한 번 피크를 찍고 내려오니까 약간 초월의 경지에 왔다고 해야 할까요? ... 내가 할 수 있는 것을 지금 하는 것 말고는 할 수 있는 게 없다(참여자 2).”

“1~2년 정도는 (기후불안에) 되게 압도되어 있었는데, 활동을 시작하면서부터 좀 희망을 찾았던 것 같아요(참여자 1).”

“개인이 실천을 해서 얼마나 효과가 있을까 생각이 들었어요. ... 그래도 안하는 것보다 낫지 않을까(참여자 7)”

“완전히 막을 수 없다는 생각에 절망적인 생각이 드는 것이 사실이에요. ... 그렇지만 지금 우리가 할 수 있는 일은 뭘까 얘기하고, 프로젝트를 만들고, 목표를 세워서 ... 그러다보면 우리가 뭔가 해나가고 있다는 기분이 들어서 그렇게 절망감에 집중하고 있지 않는 것 같아요(참여자 3).”

② 기성세대와 국가, 대기업, 정치에 대한 불신

‘그래도 나의 작은 역할이 기여할 것이라는 믿음’과 ‘기성세대와 국가, 대기업, 정치에 대한 불신’은 기후불안 수준이 높은 청년들에게 복합적으로 나타나는 현상이었다. 무엇보다 기후위기 대응이 일관되게, 실질적으로 추진되지 않는 정책과 정치 상황을 비판적으로 바라보았다. 기후위기 정책에 대한 국가, 대기업, 정치에 대해 불신하는 경우는 연금, 고령화 대책 등 미래 사회에 대해 부정적으로 인식하는 경향이 있었다.

“기성세대들이 자기 배불리는 데 다 쓰고 책임은 다 우리한테 떠넘긴다는 생각이 너무 커서 그 분노 때문에...(참여자 25)”

“정책 결정하시는 분들이 ... 외면하지 말았으면 좋겠다는 생각을 항상 하고 있어요(참여자 21)”

5. 기후불안 대응을 위한 청년의 제안

마지막으로 청년들이 기후불안 대응을 위해 제안한 방안을 살펴보고자 한다. 기후불안 대응은 단순히 불안한 감정에 초점을 두어 지원하는 것만을 의미하지 않고, 기후불안이 순기능을 할 수 있도록 하는 다양한 전략을 포괄한다. 다음 내용은 기후불안 극복을 위해 고려해 볼 수 있는 청년들의 아이디어이다. 그런데 참여자들 중에는 기후위기 정책의 필요성은 인정하면서도 기후위기(불안) 정책의 실효성에 의문을 갖거나, 다른 정책보다 우선적으로 예산을 투입하는 것에 동의하지 않는 경우가 있었다는 점은 국가의 소통과 정책 제고가 필요한 지점이다.

① 기후불안 증점 지원: 기후불안을 느낄 때 고립되어 있으면 불안이 더 커질 수 있지만, 기후불안을 느낄 수 있다는 것에 공감해 주고, 무력감에 빠지지 않도록 들어주는 곳이 필요하다. 기후불안을 이해하거나 전문성을 가진 상담 인력이 배치되길 바랐다.

② 기후위기 적응(adaptation)에 대한 정책과 정보: 폭염, 홍수 등 재난 발생에 대해서는 언론을 통해 자주 쉽게 접할 수 있지만, 그 원인과 대응에 대해서는 정보가 부족하다. 기후위기로 지금 우리에게 영향을 주는 적응에 적극적이어야 한다.

“너무 감축에 포커스가 맞춰져 있어요. 당장의 폭염을 막지 못해서 목숨을 잃는 사람들이 있는데 ... 사람들의 삶에 직접적인 영향을 주는 것은 적응 정책이라고(참여자 2)”

③ 해결방안을 포함하는 긍정적 메시지: 기후위기에 대한 경각심 위주의 정보는 관심보다는 무력감과 두려움을 줄 수 있다. 해결방안과 가능성에 대한 정보가 필요한 때이다.

“(책, 논문에) 희망이 들어가 있으면 저도 희망을 느끼면서 잘 실천해 봐야겠다고 생각하지만, 너무 비관적인 책들을 읽다보면 읽기가 너무 힘들어서 책을 덮을 때가 꽤 있어요(참여자 21).”

“해결책이 뭔지, 기술개발 이런 쪽으로도 많이 보고, 정책이 새로 나왔더라, 뭔가 지금 합의가 됐다더라 이런 내용을 많이 보는 것 같아요(참여자 16).”

④ 기후위기 대응 문화 조성: 보상 없는 개인적 노력은 지속성을 갖기

어렵고, 공감을 얻지 못 하는 사람들과 함께할 때는 자신의 환경친화적 생각과 행동이 유난스러워 보일 수 있다. 개인의 노력이 어떤 기여를 할 수 있는지 의문이 들 때는 의지가 약해지고, 자신의 삶의 중요한 문제가 닥칠 때 기후위기 문제는 언제든 우선순위가 밀릴 수 있다.

“모든 정책에 범분야적으로 이 부분을 고려해서 정책이 마련돼야 하지 않나라는 생각을 했어요. ... 점진적으로 임팩트가 확산되는 거 ... 정말 딱 기후변화 자체에 예산을 엄청 쏟는 것보다는 모든 정책상에서 조금 더 고려를 해서(참여자 7).”

⑤ 기후위기 공론화(소통): 기후위기 문제를 모르는 사람들이 여전히 많고, 발표된 정보도 이해하기 어려운 내용이 많다. 또 기후위기가 걱정 되어도 이것을 말하거나 이것에 대해 요구할 수 있는 자리가 많지 않다.

“사실 이 인터뷰 제안 받았을 때 너무 하고 싶었어요. ... 이런 자리가 아니면 이거에 대해서 얘기하기 힘들고, 하더라도 비웃음을 받는 경우가 많았어요 ... 뭐 저렇게까지 얘기를 해라는 그 시선이 느껴지거든요(참여자 25).”

⑥ 청년 친화적 문화와 연계한 정책: 유행에 민감한 청년세대의 성향을 고려해 청년 친화적인 소통과 정책을 개발하여, 기후위기에 대한 인식을 제고하고 정책 수용도를 높일 수 있다.

⑦ 기후위기 교육 과정: 기후위기 정책이 우선적으로 개발되거나 추진되지 않는 것은 기후위기에 대한 국민의 인식이 낮기 때문일 수 있다. 어릴 때부터 교육이 이루어진다면 인식과 관심이 높아질 수 있다. 실제 기후 활동이나 관련된 전공을 하는 면담 참여자들은 기후환경에 관심이 높았다.





제4장

기후불안의 기능 평가

제1절 선행연구 고찰

제2절 조사 내용 및 방법

제3절 기후불안 실태 및 추이 비교

제4절 기후불안의 절단점 개발



제4장 기후불안의 기능 평가

제1절 선행연구 고찰

1. 기후불안 실태

기후불안(Climate anxiety)은 기후 시스템의 위험한 변화에 대한 반응으로 감정적, 정신적, 신체적 고통이 고조되는 것을 의미한다(Whitmarsh et al., 2022, p.2). 기후불안은 일상생활에 지장을 줄 가능성이 있고, 극도의 불안은 이차적인 정신건강 문제로 이어질 수 있으며(Jang et al., 2023, p.1), 식욕부진, 수면장애, 공황발작 등과 같은 구체적인 증상을 유발할 수 있다고 알려져 있다(Gifford & Gifford, 2016, p.292).

기후불안으로 인한 정신건강 문제가 조명됨에 따라 이를 정량적으로 평가할 수 있는 도구가 개발되었다. 2020년에 Clayton, Karazsia가 기후불안 척도(Climat Change Anxiety Scale, 이하 CCAS)를 개발하였고, 전 세계적으로 번안된 도구가 기후불안 측정에 활용되고 있다(Cosh et al., 2024a, p.4). 이 척도는 기후변화에 대한 감정적 반응을 인지-정서장애, 기능장애, 기후변화에 대한 개인적 경험, 행동 참여로 분류하고 있으며, 총 22개 항목으로 구성되어 있다. 이 중 인지-정서장애는 반추, 수면장애, 집중 장애, 악몽 또는 울음 등이 포함되며, 기능장애는 기후불안에 대한 일, 학업, 관계의 어려움을 의미한다. 해당 척도는 자기보고형 설문으로, 1점(전혀 없음)에서 5점(거의 항상)까지 5점 리커트 유형 척도로 각 항목을 평가한다. 각 하위 척도의 점수가 높을수록 기후변화에 대한 불안이 높다고 볼 수 있다(Clayton & Karazsia, 2020, p.4). Jang

et al.(2023, p.4)의 연구에서 CCAS를 국문으로 번역하여 한글판 기후 변화 불안 평가 척도인 K-CCAS를 제안하였으며, 인지-정서장애와 기능장애 두 가지 영역으로 분류되어 13개 문항으로 구성되어 있다.

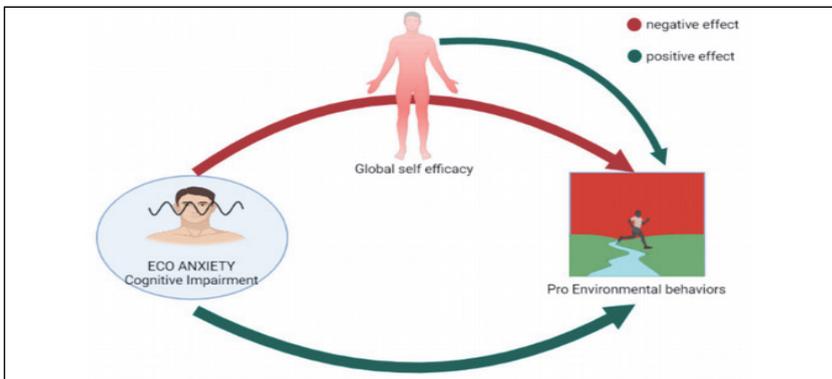
그간 선행연구에서 CCAS 척도로 기후불안 수준을 확인한 결과, 평균적으로 5점 만점에 1점대 수준이었으며, 하위 영역인 인지적, 기능적 영역의 평균 점수 또한 1점대였다(Schwartz et al., 2022; Whitmarsh et al., 2022; Bratu et al., 2022; Heeren et al., 2022; Wullenkord et al., 2021; 채수미 외, 2023, p.80에서 재인용). 우리나라의 기후불안 수준 역시 평균 1점대 수준이었으나, 2022년 1.49점(Jang et al., 2023, p.6), 2023년 1.90점(채수미 외, 2023, p.107)이었다. 이는 시점과 대상 표본 등으로 인한 차이로 보이며, 기후불안 수준의 유의한 증가라고 판단하기는 어려우므로 지속적인 모니터링이 필요하다.

청소년, 청년 등 젊은 세대는 기후변화를 비롯한 미래에 대한 걱정과 불안이 다른 연령대에 비해 더 높았으며(Tam et al., 2023, p.1; Heeren et al., 2022, p.8; Whitmarsh et al., 2022, p.5), 이러한 경향은 CCAS 점수에서도 나타났다(Whitmarsh et al., 2022, p.5; Reyes et al., 2021, p.5). Whitmarsh 외(2022, p.5)의 연구에서는 연령이 적을수록 기후불안 평균 점수가 낮았으며, 청년층은 중등도 이상 기후불안(5점 만점 중 평균 2.34점 이상)에 해당되는 비율이 9.1%로 타 연령대(장년층 3.8%, 노년층 1.6%)에 비해 2.5배 이상 높았다. 이는 우리나라 청년 세대에서도 확인되는 현상으로, 여러 사회적 불안과 함께 기후불안도 높아지는 것으로 보인다(채수미 외, 2023, pp.107-108).

2. 기후불안의 양면적 기능

기후불안이 있다는 것 자체가 문제적 상태를 의미하는 것은 아니며 (Jang et al., 2023, p.1), 다수의 선행연구에서 기후불안 정도와 개인이 처한 상황 등에 따라 양방향으로 작용한다는 것이 확인되었다(채수미 외, 2023, p.127; Innocenti et al., 2023, p.1; Clayton, 2020, p.1). 우선, 기후불안은 기후변화 적응을 위한 관심 혹은 환경친화적 행동을 촉진시킬 수 있는 긍정적인 기능으로 작용하는 것으로 밝혀졌다. 특히, 인지적 측면의 기후불안이 큰 경우, 환경친화적 행동을 보이기 쉬운 것으로 보고되고 있다. 이처럼 긍정적인 기능으로 연결되는 데에는 기후변화에 대한 개인의 문제 해결 또는 소통방식 등이 작용하게 되는데, 자기효능감과 같은 기전이 실질적인 행동 실천으로 이어지는 데 동기부여로 작용하게 된다(채수미 외, 2023, p.127; Innocenti et al., 2023, p.7).

[그림 4-1] 인지적 기후불안이 환경친화적 행동에 미치는 영향



출처: “Graphic illustration of the mediation model: general self-efficacy as a mediator of the negative impact of climate change anxiety on pro-environmental behaviours”, Innocenti et al., 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,

그러나 기후변화에 대한 불안이 일정 수준 이상으로 커지거나 부정적인 방향으로 작용하게 되면 정신적 고통뿐만 아니라 기후변화에 대응하기 위한 행동을 회피하는 양상이 나타날 수 있다. 초기 단계의 불안은 시위 참여, 정부기관에 연락 및 청원 등 집단 행동을 촉진하지만 불안 수준이 극도로 높아지면 행동이 정체되는 양상을 보였는데, 이는 과도한 심리적 부담이 개인의 행동 동기를 억제할 수 있음을 시사한다(Ballew et al., 2024, p.5). 32개국을 대상으로 기후불안에 대한 조사를 수행한 결과, 경제적·정치적 장벽이 높고, 기회가 불충분한 사회 환경에서 지속적으로 불안을 경험하는 경우는 행동을 포기하는 양상을 보이기도 하였다(Ogunbode et al., 2022, p.11).

또한, 환경적 변화와 그에 따른 위험은 부정적 감정을 유발할 수 있는데, 이미 발생한 문제에 대해서는 후회, 슬픔, 동정심 등이 나타나고 아직 발생하지 않은 미래의 위험에 대해서는 두려움, 걱정, 절망감 등이 생길 수 있다고 알려져 있다(Böhm, 2003, p.199). 이와 같은 맥락으로 최근 기후변화에 따른 불안과 걱정이 미치는 심리적 영향에 중점을 둔 연구가 진행되고 있다(Larionow et al., 2024, p.1; Stewart, 2021, p.2). 기후불안은 앞서 언급한 부정적 감정을 불러일으킬 뿐만 아니라 집중 저하, 메스꺼움, 수면 장애 등과 같은 인지적이고 심리적인 증상들을 가져오기도 한다(Larionow et al., 2024, pp.1-2). 기후변화로 인한 불안 자체를 정신과적 증상이나 질환으로 볼 수는 없지만, 정신건강에 부정적인 영향을 줄 수 있는 스트레스 요인이 될 수 있으며(Clayton, 2020, p.1), 우울증, 범불안장애 등 정신적 문제로 이어지거나 동반될 수 있다(Schwartz et al., 2022, p.11). 특히, 마음챙김의 정도가 낮거나 기저 정신질환이 있는 경우 기후불안을 경험하기 쉽고, 더 높은 수준의 불안을 체감할 수도 있다고 알려져 있다(Whitmarsh et al., 2022, pp.2-3; Reyes et al., 2023, p.7453).

3. 기후불안 수준의 절단점 탐색

기후불안이 정신적 건강과 안녕(well-being)에 미치는 영향에 대한 근거들이 밝혀지는 가운데, 기후불안을 다룰 수 있는 대응책에 대한 필요성이 제기되고 있다(Hickman, 2024, p.1; Crandon et al., 2022, p.1474; Ogunbode et al., 2022, p.11). 이를 위해서는 기후불안이 긍정적 또는 부정적 영향을 미치는 단계를 파악할 수 있어야 한다. Clayton과 Karazsia의 CCAS 척도는 극단적인 심리사회적 반응으로의 기후불안을 식별하는 도구로 평가된다(Bratu et al., 2022, p.2; Clayton & Karazsia, 2020, p.3). 해당 척도가 개발된 이래로 기후변화에 따른 불안 수준을 측정하기 위한 연구에 널리 활용되었으나(Cosh et al., 2024a, p.4), 정신적 상태에 유의한 영향을 미치는 불안 수준에 대한 절단점(cut-off) 검증이 충분히 이루어지지 않았다. 이 척도를 개발한 연구에서는 “sometimes(가끔 그랬다)” 이상의 응답값 또는 평균 3점(5점 만점) 이상을 정신건강에 유의한 영향을 미치는 수준이라고 해석하였으나, 절단점에 대한 검증을 실시하지는 않았다(Clayton & Karazsia, 2020, p.6).

기후불안이 일상적 기능에 장애를 초래할 수 있고 임상적 문제로 이어질 수 있으므로(Cosh et al., 2024a, p.16), 기후불안이 정신적 건강에 유의한 영향을 미치는 지점을 파악하는 것은 필요하다. 이에 최근 Cosh et al.(2024b)의 연구에서는 기후불안의 임상적 절단점을 확인하는 시도를 하였다. 기후불안은 전 세대에 걸쳐 불안, 스트레스, 우울 증상과 연관성이 있다는 것이 밝혀졌으므로, 이 연구에서는 임상적 측정도구인 우울, 불안 및 스트레스 척도(Depression, Anxiety and Stress Scale-21, 이하 DASS-21)¹⁾을 활용하여 절단점을 탐색하였다(Cosh et al., 2024b, p.2).

1) 우울, 불안 및 스트레스 척도(DASS-21)는 심리학적 고통을 우울(7문항), 불안(7문항), 스트레스

그 결과, CCAS 총점(65점 만점)을 기준으로 절단점(cut-off) 점수는 CCAS 21점일 때 DASS-21의 중등도(moderate) 불안에 해당되고, CCAS 23점일 때 DASS-21의 극심한(severe) 불안에 해당되는 것으로 확인되었다. 다만, 이 연구의 검증 결과, 중등도 불안, 심각한 불안, 극심한 불안의 구간이 충분히 구별되지는 않는 것으로 보인다. 모델의 적합도를 확인하였을 때, 양성과 음성을 명확히 구분하지는 못하여 임상적 유의성을 판단하기에 중간 정도의 성능을 가진 것으로 확인되었다. 또한, DASS-21 도구의 하위 영역인 우울, 불안, 스트레스에 대한 절단점의 예측력을 검증한 결과, 불안 척도가 다른 척도에 비해 기후불안을 더 잘 예측하는 경향을 보였으나 그 차이가 유의미하지는 않았다(Cosh et al., 2024b, p.5). 기후불안이 여러 정신건강 상태에 얼마나 영향을 미치는지에 대해서는 아직 연구가 진행 중에 있으므로, 우울, 불안, 스트레스 등 주요 정신건강 상태를 각각 측정하는 척도를 활용하여 기후불안이 어떤 증상에 대해 높은 예측력을 갖는지 확인해 보는 것이 필요하다.

증상(7문항)으로 측정하며, 총 21개의 문항(4점 척도, 문항당 0~3점)으로 구성됨. 모든 문항의 점수를 합산하여, 총점 0~9점 우울하지 않은 상태, 10~15점 가벼운 우울 상태, 16~23점 중등도 우울 상태, 24점~63점 심한 우울 상태로 진단함.

제2절 조사 내용 및 방법

1. 조사 내용

이 조사의 목적은 미래세대의 기후불안 수준과 특성을 파악하는 데 있다. 먼저, 기후불안 수준은 기후불안 척도(Climate Change Anxiety Scale, CCAS)를 활용하여 평가했다. 이 척도는 비교적 중대한 수준의 불안을 측정하는 도구이므로, 그간 국내외 조사에서 다수 사용되어 온 걱정, 불안, 해결 가능성(희망), 무력감의 용어를 사용한 4개 문항을 구성하여 기후변화에 대한 인식을 측정하였다.

기후변화 인식에 따른 행동 양상을 파악하기 위해서 환경친화적 행동과 기후변화에 대응하기 위한 행동의 실천 수준을 확인하였다. 환경친화적 행동은 재활용 실천, 외출 시 텀블러 사용, 걷기 또는 자전거 이용 등의 실천 빈도를 확인하며, 기후대응 행동은 기후불안 해소를 위한 마음챙김, 기후변화 대응을 위해 할 수 있는 역할을 다함 등의 실천 빈도를 확인하였다. 기후변화 관련 자기효능감 수준은 Doran et al.(2017)의 인지된 기후 자기효능감 척도(Perceived Climate Self-Efficacy Scale) 중 개인적 효능감 문항을 활용하여 측정했다. 기후변화 관련 재난 경험은 홍수, 태풍/쓰나미, 폭염, 미세먼지 등이 포함되며, 그 경험이 신체적, 정신적, 재정적으로 중대한 영향을 미쳤는지도 질문했다.

신체 및 정신건강 수준을 파악하기 위해, 우울 수준, 불안 수준, 스트레스 수준을 측정할 수 있는 도구를 활용했고, 만성질환 보유 여부, 약 복용 여부의 항목을 포함시켰다. 기후 정책 수용도는 기후변화에 대응하는 정부에 대한 긍정적 또는 부정적 평가를 통해 확인하였다.

〈표 4-1〉 조사 영역 및 주요 내용

영역	주요 내용
환경친화적 행동	○ 기후 완화(환경친화적) 행동 실천
기후불안 수준	○ 기후불안 척도(CCAS) ○ 기후불안에 대한 인식(걱정, 불안, 해결가능성(희망), 무력감(회피)) ○ 기후변화 관련 자기효능감 ○ 기후대응 행동 ○ 기후변화 관련 재난 경험 및 그로 인한 피해
정신적·신체적 건강상태	○ 정신적 건강상태(우울, 불안, 스트레스) ○ 신체적 건강상태(만성질환 진단 여부, 약 복용 여부)
기후변화 대응정책 평가	○ 기후 정책 수용도
일반적 사항	성, 연령, 거주지역, 혼인상태 및 자녀 유무, 교육수준, 소득수준, 정치 성향, 만성질환 보유 수준

2. 조사 방법

가. 조사 대상자 추출

이 조사는 전국 만 19~64세 성인을 대상으로 실시하였다. 구조화된 설문지를 활용한 온라인 방식으로 조사를 실시했고, 대상자의 연령을 제한하여 온라인 방식에 대한 접근성과 참여가 낮은 아동·청소년, 노인은 조사 대상에 포함되지 않았다. 목표 표본 수는 2,000명이었으며, 신뢰수준은 95%, 표본오차는 $\pm 2.19\%$ p이다. 전체 표본은 통계청의 주민등록인구(2025년 5월 기준)를 기준으로 성·연령(10세 구분)·지역별 인구 구조를 반영하여 추출하되, 지역은 8개 권역으로 분류해 목표 표본을 할당했다.

〈표 4-2〉 성·연령·권역별 목표 표본 할당

(단위: 명)

구분	권역								합계	
	서울	인천/ 경기	대전/ 충청	광주/ 전라	대구/ 경북	부산/ 울산/ 경남	강원	제주		
남 성	19~29세	39	65	21	18	17	27	5	2	194
	30~39세	43	73	22	16	17	27	5	2	205
	40~49세	41	82	26	21	21	34	6	3	234
	50~59세	44	86	29	27	26	40	8	4	264
	60~64세	20	39	14	13	13	20	4	2	125
	소계	187	345	112	95	94	148	28	13	1,022
여 성	19~29세	43	60	18	16	15	23	4	2	181
	30~39세	43	67	19	15	15	24	4	2	189
	40~49세	42	78	24	20	20	33	6	3	226
	50~59세	45	86	27	25	25	39	8	3	258
	60~64세	21	39	13	12	13	20	4	2	124
	소계	194	330	101	88	88	139	26	12	978
총 계	381	675	213	183	182	287	54	25	2,000	

나. 자료수집 방법

전국 만 19~64세 성인을 대상으로 2025년 6월 2일부터 6월 9일까지 8일간 구조화된 설문으로 온라인 조사를 실시했다. 이 조사는 전문 조사기관에 위탁하여 수행되었으며, 조사기관에서 구축한 온라인 패널을 대상으로 온라인 조사 URL을 발송하였다. 조사는 한국보건사회연구원에 설치된 생명윤리위원회(IRB)로부터 승인을 받아 진행됐다(제2025-26호).

다. 측정도구 및 활용 변수

1) 기후불안 척도(Climature Anxiety Scale, CCAS)

기후불안 수준은 Jang et al.(2023) 연구에서 국문으로 번안한 기후불안 척도(Korean Climate Change Anxiety Scale, K-CCAS)를 활용하여 측정하였다. 이 도구에서는 기후불안을 인지적 불안(6개 문항)과 기능적 불안(7개 문항)으로 구성하고 있다. 각 문항은 ‘전혀 없었다’, ‘드물게 그랬다’, ‘가끔 그랬다’, ‘자주 그랬다’, ‘거의 항상’의 5점 척도로 측정하며, 1(전혀 없었다)~5점(거의 항상)이 부여된 문항별 값을 합산하여 점수가 산출된다. 전체 13개 문항의 점수를 모두 합산하여 기후불안 총점을, 하위 영역별 항목을 분리하여 합산한 인지적 기후불안과 기능적 기후불안 점수를 산출했다.

2) 기후변화 관련 재난 경험

홍수, 태풍/쓰나미, 산사태, 가뭄, 폭염, 한파, 산불, 지진, 미세먼지의 9가지 기상 현상에 대해서 5년 이내의 경험을 조사했다. 재난 경험 수준은 ‘경험 없음’ 0점, ‘경험 시점이 기억나지 않음’ 1점, ‘6개월 이상 5년 이내’ 2점, ‘6개월 이내’ 3점으로 하여 재난 유형별 점수를 합산하여 활용하였다. 또한, 재난 영향 수준은 그 경험이 신체적, 정신적, 재정적으로 중대한 영향을 미쳤는지 여부에 따라 ‘예’ 1점, ‘아니오’ 0점으로 하여 재난 유형별 점수를 합산하여 활용하였다.

3) 기후 관련 자기효능감

기후 관련 자기효능감 수준은 Doran et al.(2017)의 인지된 기후 자기효능감 척도(Perceived Climate Self-Efficacy Scale) 중 개인적 효능감 문항을 활용하여 측정했다. ‘전혀 동의하지 않는다’~‘매우 동의한다’에 1~4점을 부여하여 5개 문항의 값을 합산한 점수를 활용하였다.

4) 기후 정책 수용도

기후 정책 수용도는 기후변화와 관련한 정부의 대응에 대한 전반적인 평가를 확인하였으며, ‘전혀 아니다’~‘매우 그렇다’에 1~5점을 부여하여 9개 문항의 값을 합산한 점수를 활용하였다. 일부 문항(3번, 7번, 8번, 9번)은 역코딩하여 점수를 합산하였다.

5) 환경친화적 행동 실천

환경친화적 행동 실천은 재활용 실천, 에너지 절약, 대중교통 이용 등의 문항으로 구성되어 있으며, ‘전혀 없음’~‘항상’에 1~5점을 부여하여 9개 문항의 값을 합산한 점수를 활용하였다.

6) 기후 대응 행동

기후 대응 행동은 ‘기후불안을 해결할 수 있는 방안과 마음챙김에 집중한다’, ‘기후변화에 대응하기 위해 내가 할 수 있는 역할을 다한다’ 등의 문항으로 구성되어 있으며, ‘전혀 없음’~‘거의 항상’에 1~5점을 부여하여 7개 문항의 값을 합산한 점수를 활용하였다.

7) 정신건강

정신건강은 우울과 불안 수준으로 확인하였다. 우울 수준은 PHQ-9 도구(박승진 외, 2010)로 측정하였고, ‘전혀 아니다’~ ‘거의 매일’에 0~3점을 부여하고 문항별 값을 합산한 점수를 활용하였다. 합산한 점수가 0~4점이면 정상, 5~9점이면 가벼운 우울, 10~19점이면 중등도 우울, 20~27점이면 심한 우울로 간주한다. 불안 수준은 GAD-7 도구(Spitzer et al., 2006)로 측정하였고, ‘전혀 방해 받지 않았다’~‘거의 매일 방해 받았다’에 0~3점을 부여하고 문항별 값을 합산한 점수를 활용하였다. 합산한 점수가 0~4점이면 정상, 5~9점이면 가벼운 불안, 10~14점이면 중등도 불안, 15~21점이면 극심한 불안으로 간주한다.

8) 인구·사회학적 특성

인구·사회학적 특성은 성, 연령, 교육수준, 결혼상태, 자녀 유무, 재난 취약지 거주 여부, 정치 성향 변수를 활용하였다. 연령은 청년기본법 제3조의 ‘청년’ 정의에 따라 청년세대(19~34세)와 장년세대(35~64세)로 구분하였다. 교육수준은 고등학교 졸업 이하, 대학 졸업, 대학원 졸업으로 구분하였다. 결혼상태는 미혼, 유배우(기혼), 이혼/별거/사별로 구분하였으며, 자녀 유무를 포함시켰다. 재난 취약지 거주 여부는 거주지역이 산간지역, 해안지역, 상습 침수지역, 폭염 취약지역, 한파 취약지역 중에 한 곳이라도 해당되면 ‘거주’하는 것으로 분류하였다. 정치 성향은 진보, 중도, 보수로 구분하였다.

3. 분석 방법

본 연구에서 확인한 연구 질문은 다음과 같다. 첫 번째 질문을 통해 기후불안과 우울, 불안 등 정신건강의 연관성을 확인하였고 이를 토대로 절단점을 분석하였다. 유의한 절단점을 확인한 후, 절단점에 따라 하위 집단을 나누고 인지요인과 행동요인에 있어서의 집단 간 차이를 분석하였다. 각 질문에 대해서는 청년(19~34세)과 장년(35~64세)으로 하위 집단을 구분한 결과도 확인하였다.

- 기후불안과 정신건강은 연관성이 있는가?
- (인지요인) 기후불안이 기후 관련 자기효능감과 기후 정책 수용도와 관련이 있는가?
- (행동요인) 기후불안이 환경친화적 행동과 기후 대응 행동에 긍정적인 연관성을 갖는가?

가. 기후불안 점수의 절단점(Cut-off) 분석

기후불안 척도 점수의 절단점을 설정하기 위해 민감도(Sensitivity)와 특이도(Specificity)를 반영한 Youden Index 값(민감도 + 특이도 - 100)과 ROC(Receiver Operating Characteristic) 곡선의 AUC(Area Under the Curve) 값을 기준으로 최적값을 검증하였다. 정신건강 수준은 우울(PHQ-9) 점수를 준거로 삼았고, ‘경증’ 우울에 해당되는 기준을 통해 기후불안이 부정적으로 작용하지 않는 일상적 수준의 경계를 확인하고, ‘중등도 이상’ 우울에 해당되는 기준을 통해 기후불안이 정신건강에 부정적 영향을 미치는 지점을 확인하였다.

먼저 민감도와 특이도가 모두 높은 지점을 찾아 절단점을 설정하는 것이 필요하며, 이는 우울감을 경험하는 사람(양성)을 경증 또는 중등도 이상의 우울감을 경험하는 것으로 적절히 예측하는 한편(높은 민감도), 우울감을 경험하지 않는 사람들은 우울하지 않다고 예측하는(높은 특이도) 지점을 찾는 것이라 할 수 있다. 기후불안 점수의 모든 값에 대한 우울감 경험 여부(이분형 변수) 민감도와 특이도를 계산하고, 두 값을 합산한 값이 가장 높은 지점을 확인하였다. 이때, 우울감 경험 여부는 경증, 중등도 이상 우울을 구분하는 값을 기준으로 활용하여, 각각에 해당되는 절단점을 구하였다. 다음으로 ROC 곡선은 다양한 절단점에서 민감도와 (1-특이도)를 시각화한 그래프로, 곡선 아래 면적인 AUC 값을 통해 각 절단점의 예측 성능을 검증한다. AUC 값은 0.5~1.0 사이의 값을 가지며, 0.7 이상인 경우 예측 성능이 양호한 모델로 간주할 수 있다.

나. 기후불안 절단점에 따른 특성 비교

기후불안 척도의 절단점에 따라 잠재적 정상군(경증 미만의 기준값), 잠재적 낮은 불안군(경증 이상의 기준값), 잠재적 높은 불안군(중등도 이상의 기준값)으로 집단을 구분하였다. 기후불안 수준에 따른 정신건강, 기후 관련 행태, 재난 경험 영향 수준 등에 대한 집단별 평균 분석을 위해 ANOVA를 실시하였다.

4. 조사 응답률 및 응답자 일반 현황

이 조사의 목표 표본 수 2,000명을 확보하고자 전체 패널 중 성·연령·권역에 비례하여 일정 크기의 표본을 구축하였고, 총 64,265명에게 메일

을 발송하였다. 1차 발송 이후 조사에 참여하지 않은 경우, 조사 종료 시점까지 2~3회 추가 발송하여 참여를 독려했다. 성·연령·권역별 쿼터(quarter)에 따라 참여율이 저조한 경우, 최초 표본 외에 추가 대상자에게 메일을 발송하였다. 그 뒤 조사 참여 및 시도를 한 대상자는 6,143명이었고, 이 가운데에 조사 참여 중 종료하거나 조사에 동의하지 않은 경우, 연령 등 스크리닝 문항에서 탈락한 경우, 조사 표본의 쿼터를 초과한 경우 등은 제외하였다. 최종적으로 조사를 완료한 응답자는 2,000명이었다.

조사 응답자의 특성을 살펴보면, 성별 분포는 남성이 51.1%, 여성이 48.9%였으며, 평균 연령은 43.8세였다. 교육수준은 대졸자가 73.5%로 가장 큰 비중을 차지하였고, 결혼상태는 미혼 41.9%, 유배우 52.4%, 이혼/별거/사별 5.7%였다. 자녀가 있는 경우는 48.1%였다. 동 거주자가 91.1%로 대부분의 응답자가 도시지역에 거주하였다. 산간, 해안, 상습 침수, 폭염, 한파 취약지역에 거주하는 경우는 37.3%였으며 이 중 여러 유형의 취약지 특성이 중복된 경우도 있었다. 정치 성향은 중도가 59.6%로 가장 많았다.

〈표 4-3〉 응답자의 일반적 특성

(단위: 명, %)

구분		빈도	비율
성별	남	1,022	51.1
	여	978	48.9
연령	(평균, 세)	43.8 ± 12.1	
	19~29세	375	18.8
	30~39세	394	19.7
	40~49세	460	23.0
	50~59세	522	26.1
	60~64세	249	12.5
교육수준	고졸 이하	345	17.3
	대졸	1,470	73.5
	대학원졸 이상	185	9.3

78 미래세대 기후불안에 대한 심층 분석과 중재 전략

구분		빈도	비율
결혼상태 ¹⁾	미혼	829	41.9
	유배우	1,036	52.4
	이혼/별거/사별	113	5.7
자녀 유무	있음	962	48.1
	없음	1,038	51.9
거주지역	동	1,822	91.1
	읍·면	178	8.9
재난취약 거주지역 ²⁾	산간지역	133	6.7
	해안지역	153	7.7
	상습 침수지역	113	5.7
	폭염 취약지역	298	14.9
	한파 취약지역	123	6.2
	해당 없음	1,255	62.8
정치 성향	진보	468	23.4
	중도	1,192	59.6
	보수	340	17.0

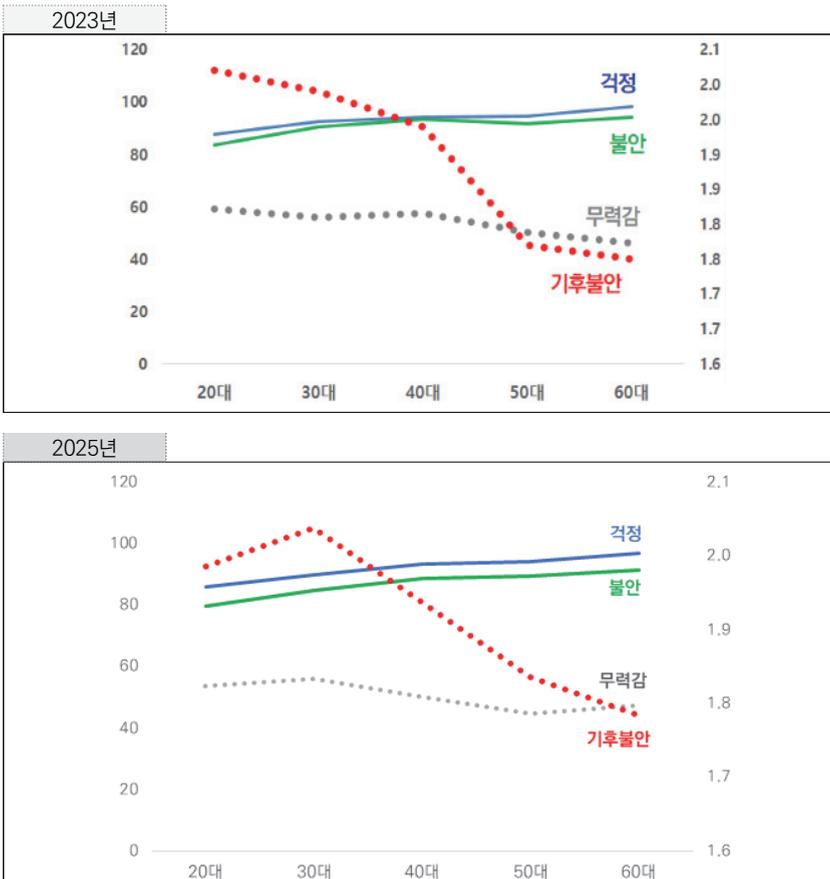
주: 1) 결혼상태에 대해 응답을 거부한 경우(n=22)는 제외하였음.

2) 재난취약 거주지역은 중복 응답값이며, '해당 없음'(n=1,255)에 응답한 경우, 다른 항목에 응답할 수 없음. 해당 응답은 개인이 인지하는 거주지역의 특성을 응답한 것임.

제3절 기후불안 실태 및 추이 비교

연령대에 따라 기후불안 수준과 기후변화에 대한 감정을 어떻게 체감하고 있는지 살펴보았다(그림 4-2).

[그림 4-2] 기후불안 수준 비교



주: 1) y축의 좌측은 걱정, 불안, 무력감에 대한 값으로 백분율(%)이며, 우측은 기후불안 점수(점)임.

2) 2023년 그래프는 아래의 출처에서 인용함.

출처: “연령별 기후위기에 대한 인식”, 채수미 외, 2023, 기후위기가 정신건강에 미치는 영향. 한국 보건사회연구원, p.224, 그림 5-2.

연령이 증가할수록 기후변화에 대한 ‘걱정’, ‘불안’은 증가한 반면, ‘무력감’, ‘기후불안’은 감소했다. 기성세대(40~64세)는 ‘걱정한다’, ‘불안하다’를 비교적 약한 감정으로 표현한 반면, 미래세대(20~39세)는 상당한 수준의 불안(기후불안)과 무력감을 느끼고 있었다. 채수미 외(2023) 연구에서 연령대별 기후불안과 관련 감정의 수준을 비교한 결과와 유사하며, 20~30대는 직관적인 감정으로는 기후변화에 대한 불안감이 드러나지 않지만 보다 심각한 수준의 불안을 경험하고 있는 경향이 유지되고 있음을 확인하였다(그림 4-2).

기후불안 척도의 평균 점수는 1.92점으로(인지 2.05점, 기능 1.81점), 채수미 외(2023) 연구의 기후불안 점수보다 소폭 증가하여(전체 1.90점, 인지 2.02점, 기능 1.79점), 기후변화로 인한 불안이 지속되고 있음을 확인하였다. 남성은 여성에 비해 기후불안 수준이 높았고(전체 점수 $F=12.986$, $p<0.001$), 청년세대에서 기후불안을 더 체감하는 것을 확인하였다(전체 점수 $F=4.939$, $p<0.001$) 기후불안은 이전의 조사(채수미 외, 2023)에서 확인된 결과와 유사한 경향이었으며, 다만 본 연구에서는 기후불안이 가장 높은 연령대는 30대로 확인되었다(표 4-4).

〈표 4-4〉 기후불안 평균점수 추이(2023년, 2025년)

구분	2023년						2025년							
	CCAS 전체			CCAS 인지			CCAS 전체			CCAS 인지				
	N	평균	SD	t / F	평균	SD	t / F	N	평균	SD	t / F	평균	SD	t / F
전체	2000	1.90	0.87		2.02	0.87		2000	1.92	0.89		2.05	0.89	
성별														
남	1021	1.98	0.90	4.305	2.09	0.90	3.325	1022	1.99	0.94	12.986	2.11	0.93	7.024
여	979	1.81	0.82		1.96	0.84		978	1.84	0.84		2.00	0.84	
연령														
1) 19~29	388	2.02	0.98		2.14	0.98		375	1.99	0.94		2.10	0.92	
30~39	376	1.99	0.89		2.09	0.89		394	2.04	1.00		2.15	0.97	
40~49	456	1.94	0.88	8.207	2.06	0.88	5.624	460	1.94	0.91	4.939	2.07	0.90	2.884
50~59	493	1.77	0.81		1.90	0.82		522	1.84	0.82		1.98	0.83	
60~65(64)	287	1.75	0.69		1.93	0.73		249	1.78	0.74		1.96	0.77	
교육 수준														
고졸 이하	402	1.92	0.90		2.03	0.89		345	1.95	0.91		2.06	0.92	
대졸	1411	1.89	0.86	0.237	2.02	0.87	0.159	1470	1.93	0.90	3.232	2.07	0.89	2.112
대학원졸	187	1.91	0.85		2.05	0.87		185	1.76	0.77		1.93	0.78	
혼인 상태														
1) 유배우	1106	1.90	0.84		2.03	0.84		1036	1.92	0.89		2.07	0.88	
2) 이혼 등	128	1.97	0.82	2.670	2.12	0.82	3.110	829	1.89	0.90	2.470	2.01	0.90	3.096
미혼	749	1.87	0.91		1.99	0.91		113	2.08	0.91		2.21	0.89	
자녀 유무														
1) 있음	1059	1.91	0.84		2.04	0.85		962	1.96	0.89		2.11	0.89	
2) 없음	175	1.86	0.80	.693	2.01	0.81	.486	1038	1.89	0.89	3.386	2.00	0.88	7.521
거주 지역														
1) 읍·면	1803	1.89	0.86	-4.90	2.02	0.87	-1.98	1822	1.92	0.89	0.150	2.05	0.89	0.241
2) 읍·면	197	1.93	0.89		2.03	0.86		178	1.95	0.88		2.09	0.89	
진보 정도														
1) 진보	380	1.82	0.82		1.98	0.84		468	1.90	0.85		2.08	0.86	
2) 중도	1239	1.87	0.84	7.831	1.99	0.85	7.505	1192	1.95	0.92	1.239	2.06	0.91	0.803
성향														
1) 보수	381	2.05	0.96		2.18	0.97		340	1.86	0.86		2.00	0.87	

* p<0.05, ** p<0.01, *** p<0.001

주: 1) 연령: 2023년은 만 19~65세, 2025년은 만 19~64세를 대상으로 함.

2) 혼인상태에 무응답한 대상자를 제외하여 분석하였음(2023년 분석 대상자 1,983명; 2025년 분석 대상자 1,978명).

(단위: 명, 점)

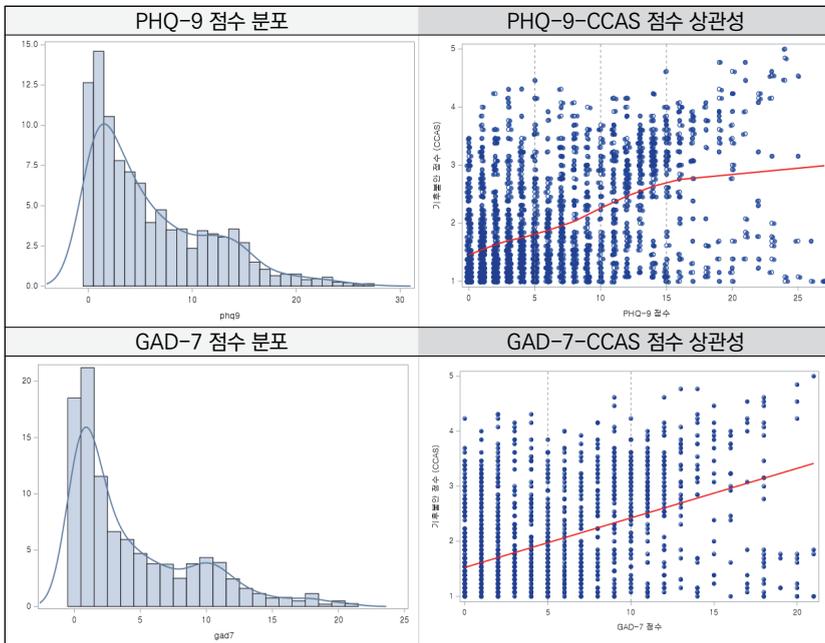
제4절 기후불안의 절단점 개발

1. 기후불안 점수의 절단점(Cut-off) 분석

가. 절단점의 기준이 되는 변수 검토

기후불안은 전 세대에 걸쳐 불안, 스트레스, 우울 증상과 연관성이 있다는 결과가 다수의 연구에서 보고되고 있는데(Cosh et al., 2024a, p.1), 이는 기후불안이 일상 기능에 장애를 초래하거나 임상적 문제로 이어질 수 있음을 의미한다. 이에 이 연구에서는 우울감 경험률 또는 불안감 경험률을 준거로 삼아 기후불안 수준의 절단점을 확인하고자 하였다.

[그림 4-3] 기후불안 점수와 정신건강 척도의 상관성



기후불안 척도와 정신건강 수준 지표 간의 상관성을 확인하였을 때 우울감과 불안감 경험률이 증가함에 따라 기후불안도 증가하는 경향성을 보였다. 우울감은 불안감보다 더 광범위하고 심각한 기능 저하를 초래하는 경우가 많고(Kessler et al., 2003, p.3095), 단순히 불편한 감정을 넘어, 무기력, 사회적 위축 등 일상생활 전반에 걸친 기능장애를 유발하는 것으로 알려져 있다(Wang et al., 2024, p.684). 이에 기후변화가 개인의 삶에 미치는 실질적인 영향을 더 효과적으로 포착하고자 우울감 경험률을 유의한 기후불안 수준을 확인하는 절단점의 기준으로 삼았다.

나. 우울감 경험률(PHQ-9)에 따른 절단점 설정

기후불안 척도의 절단점(cut-off)을 설정하기 위해 우울감 경험률을 예측할 수 있는 민감도와 특이도가 모두 높은 최적의 절단점을 확인하고, ROC 곡선의 AUC 값으로 모델의 전반적인 예측력을 검증하였다. 먼저, 우울 점수가 '경증'과 '중등도'에 해당되는 경우에 대한 기후불안 점수별 민감도와 특이도를 계산하였고, 두 값을 합산한 지표인 Youden Index를 산출하였다. 발생할 수 있는 모든 CCAS 평균 점수에 대한 민감도와 특이도를 나열하면, 경증은 1.76점, 중등도는 2.40점일 때 각각 가장 높은 민감도와 특이도를 갖는 것을 확인하였다. 즉, 이 점수에 이르면 잠재적으로 경증 또는 중등도 이상의 우울을 초래할 수 있는 기후불안 수준에 이른 것으로 볼 수 있다.

84 미래세대 기후불안에 대한 심층 분석과 중재 전략

〈표 4-5〉 우울(PHQ-9) 점수에 따른 민감도 및 특이도 분포(조사대상자 전체)

PHQ-9 경증					
CCAS 점수(점)	민감도(%)	특이도(%)	Youden Index	PPV	NPV
2.09	81.7	49.6	31.3	64.3	70.8
2.01	79.7	51.7	31.4	64.8	69.6
1.93	78.1	53.6	31.7	65.2	68.7
1.84	74.3	57.3	31.6	66.0	66.7
1.76	71.9	60.6	32.5	67.0	65.9
1.67	69.4	63.0	32.4	67.6	64.9
1.59	65.7	66.5	32.2	68.6	63.5
1.50	61.2	69.5	30.7	69.1	61.6
1.41	55.4	72.8	28.2	69.4	59.4
1.32	49.6	76.4	26.0	70.1	57.7

PHQ-9 중등도					
CCAS 점수(점)	민감도(%)	특이도(%)	Youden Index	PPV	NPV
1.85	69.0	72.1	41.1	45.4	87.4
1.95	68.8	73.8	42.6	46.9	87.6
2.05	67.6	75.8	43.4	48.4	87.4
2.14	65.6	77.8	43.4	49.8	87.1
2.23	63.8	79.6	43.4	51.3	86.8
2.32	62.6	82.5	45.1	54.6	86.8
2.40	61.6	83.8	45.4	56.1	86.7
2.47	59.0	85.1	44.1	57.1	86.1
2.55	57.1	86.1	43.2	58.0	85.6
2.62	55.1	87.3	42.4	59.3	85.3

* Youden Index = 민감도 + 특이도 - 100

PPV = Positive Predictive Value; NPV = Negative Predictive Value

주: CCAS 점수별 예측값은 최적값 인근 10개 값만 제시

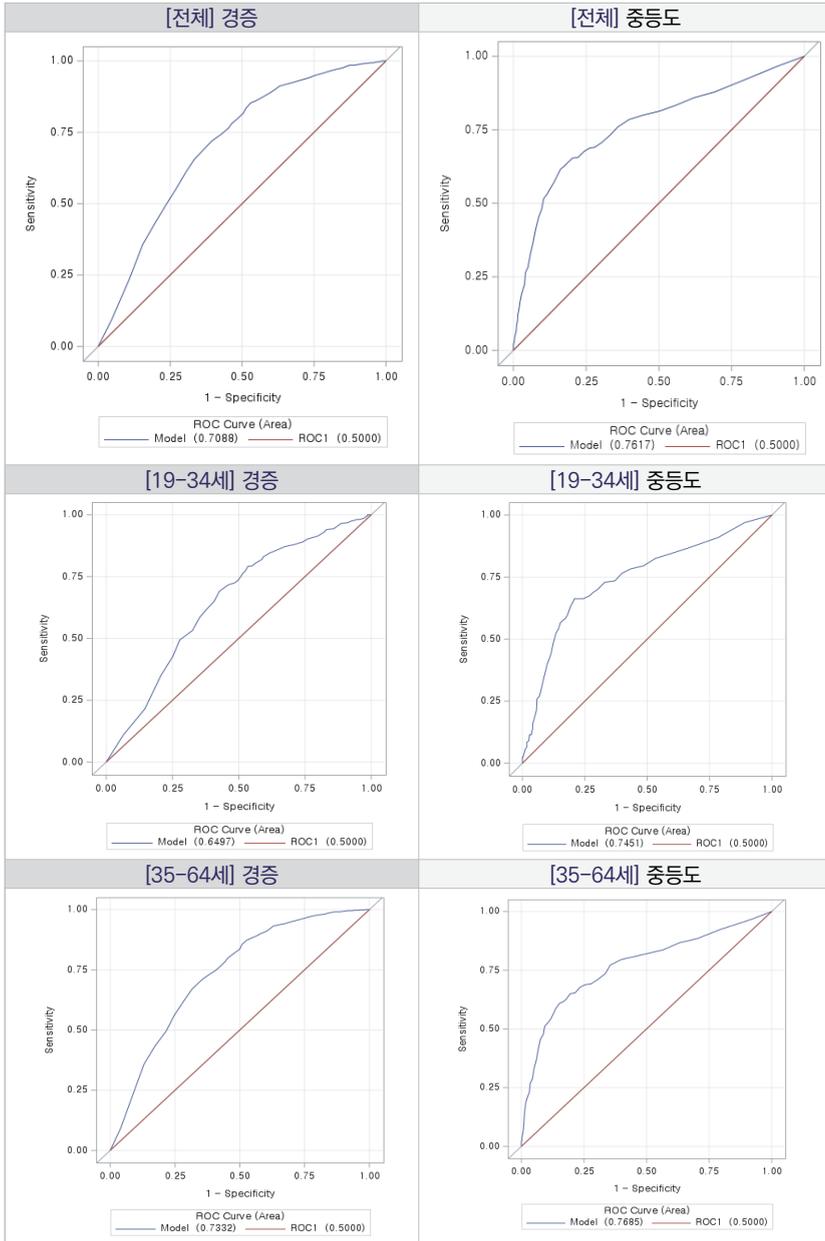
ROC 곡선 분석을 실시한 결과, AUC(Area Under Curve) 값이 0.7 이상이고 그래프 커브가 좌상향에 가까워 예측력 양호한 것으로 확인된다. 모델의 적합도를 확인한 결과(precision-recall curve), 일부 케이스만 높은 확률로 예측하고 빠르게 예측력이 0.6 이하로 감소하는 양상을 보여 양성 또는 음성을 구분하는 정확도가 높지는 않았다. 청년세대(19~34세), 장년세대(35~64세) 하위집단에 대해서도 위 방식과 동일하게

Youden Index 값과 ROC 곡선을 통해 기후불안 점수의 절단점을 확인하였다(그림 4-4).

우울 점수를 기준으로 한 기후불안 점수의 절단점을 분석한 결과, 경증과 중등도를 구분하는 절단점들은 민감도와 특이도가 70% 수준에 이르면서 AUC 값도 0.7 이상을 충족하는 것을 확인할 수 있었다. 그러나 중증을 구분하는 경우 두 기준을 충족하지 못하는 것으로 확인되어, 이 경계를 기준으로 한 절단점은 유의하지 않은 것으로 판단하였다. 중증 우울에 해당되는 대상자 수가 적어 절단점을 검증하기에 충분하지 않았을 것으로 보인다(표 4-6).

조사대상자 전체의 절단점은 경증 이상은 1.76점, 중등도 이상은 2.40점으로 기후불안 평균 점수가 1.92점인 것을 감안할 때 우리나라 국민들의 평균적인 기후불안 수준은 가벼운 수준의 우울의 범주에 들어갈 가능성이 높은 것으로 볼 수 있다. 이러한 경향은 청년세대와 장년세대를 구분하여 절단점을 확인하여도 유사하였다. 다만, 청년세대는 경증에 해당되는 절단점(1.78점)은 장년세대(1.69점) 및 전체(1.76점)에 비해 높은 반면, 중등도 이상에 해당되는 절단점(2.24점)은 장년세대(2.44점) 및 전체(2.40점)에 비해 낮았다. 이는 청년세대의 경우 기후불안을 체감하는 장벽 자체는 다른 세대에 비해 높으나, 중등도 이상 우울에 준하는 불안감에 더 민감하다고 볼 수 있다(표 4-6).

[그림 4-4] 우울감 경험을 기준 ROC curve



〈표 4-6〉 우울(PHQ-9) 점수 기준 기후불안 점수 절단점

	(기준값) PHQ-9	AUC(95% CI) 0.7~0.8 양호 (moderate)	CCAS 절단점 평균 1.92점 (5점 만점, '25)	민감도	특이도
	조사대상자 전체 (n=2,000)	경증 이상	0.709 (0.686-0.732)	1.76점	60.6%
	중등도 이상	0.762 (0.735-0.789)	2.40점	61.6%	83.8%
	중증 이상	0.662 (0.574-0.751)	3.60점	33.3%	94.8%

	(기준값) PHQ-9	AUC(95% CI) 0.7~0.8 양호 (moderate)	CCAS 절단점 평균 1.98점 (5점 만점, '25)	민감도	특이도
	청년세대 (19-34세, n=560)	경증 이상	0.650 (0.604-0.695)	1.78점	53.9%
중등도 이상		0.745 (0.698-0.792)	2.24점	66.3%	79.2%
중증 이상		0.630 (0.500-0.759)	2.56점	50.0%	71.6%

	(기준값) PHQ-9	AUC(95% CI) 0.7~0.8 양호 (moderate)	CCAS 절단점 평균 1.90점 (5점 만점, '25)	민감도	특이도
	장년세대 (35-64세, n=1,440)	경증 이상	0.733 (0.707-0.760)	1.69점	64.7%
중등도 이상		0.769 (0.737-0.800)	2.44점	60.8%	84.9%
중증 이상		0.688 (0.566-0.810)	3.49점	41.4%	94.3%



		CCAS 절단점(Cut-off)		
		조사대상자 전체 (n=2,000)	청년세대 (19-34세, n=560)	장년세대 (35-64세, n=1,440)
(기준값) PHQ-9	경증 이상	1.76점	1.78점	1.69점
	중등도 이상	2.40점	2.24점	2.44점
기후불안 평균 점수		1.92점	1.98점	1.90점

2. 기후불안 절단점에 따른 특성 비교

앞서 우울 점수를 기준으로 설정한 기후불안 척도의 절단점에 따라 잠재적 정상군(경증 미만의 기준값), 잠재적 낮은 불안군(경증 이상의 기준값), 잠재적 높은 불안군(중등도 이상의 기준값)으로 집단을 구분하였다. 조사대상자 전체를 기준으로 잠재적 낮은 불안군은 15.8%, 잠재적 높은 불안군은 27.7%가 경험하는 것으로 확인되었다. 특히, 청년세대는 높은 불안을 경험하는 비율이 34.3%에 이르렀다.

〈표 4-7〉 기후불안 절단점에 따른 대상자 분포

(단위: 명, %)

기후불안 수준	조사대상자 전체 (n=2,000)		청년세대 (19-34세, n=560)		장년세대 (35-64세, n=1,440)	
	빈도	비율	빈도	비율	빈도	비율
잠재적 정상군	1,131	56.6	326	58.2	789	54.8
잠재적 낮은 불안군	316	15.8	42	7.5	279	19.4
잠재적 높은 불안군	553	27.7	192	34.3	372	25.8

기후불안 절단점은 PHQ-9 척도에 기반한 우울 수준을 가장 잘 예측하는 점수를 의미하며, 민감도와 특이도가 가장 높은 지점을 찾았더라도 오분류가 발생할 수 있음을 감안해야 한다. 예를 들어, 〈표 4-5〉에서 중등도 이상의 우울에 해당되는 기후불안 점수를 2.40점으로 할 때 민감도는 61.6%, 특이도 83.8%이므로, 기후불안 점수가 2.40점 이상인 사람 중에 우울을 경험하지 않았거나 가벼운 우울을 경험하는 경우도 포함될 수 있음을 의미한다. 이는 아래 〈표 4-8〉에서 기후불안 수준 집단에 따라 우울 수준의 분포를 확인하였을 때 일부 분류의 차이가 나는 것을 확인할 수 있다. 그럼에도 불구하고, 기후불안 점수가 높은 ‘잠재적 높은 불안군’의 우울 수준이 높아지는 선형적 경향은 유지되고 있음을 확인할 수 있다.

〈표 4-8〉 기후불안 수준 집단별 우울 수준

(단위: 명, %, 점)

기후불안 수준		우울 수준(PHQ-9)			
		정상	경증	중등도	중증
잠재적 정상군	빈도	758	239	113	21
	비율(행%)	67.0	21.1	10.0	1.9
	PHQ-9 점수 평균	1.6	6.6	13.1	23.2
잠재적 낮은 불안군	빈도	157	100	51	8
	비율(행%)	49.7	31.7	16.1	2.5
	PHQ-9 점수 평균	1.9	6.7	12.1	21.9
잠재적 높은 불안군	빈도	139	104	282	28
	비율(행%)	25.1	18.8	51.0	5.1
	PHQ-9 점수 평균	2.0	7.1	13.7	21.8
합계	빈도	1054	443	446	57
	비율	52.7	22.2	22.3	2.9

가. 조사대상자 전체

기후불안 절단점에 따라 불안 수준에 따른 하위 집단을 구분하여 정신 건강 수준을 살펴본 결과, 기후불안 점수가 높은 집단일수록 정신건강 상태가 유의한 수준으로 악화되는 것을 확인할 수 있었다. 우울(PHQ-9) 점수는 잠재적으로 높은 불안을 가질 때, 불안 수준이 낮은 집단보다 유의하게 높은 것을 확인하였다($F=232.41, p<.001$). 높은 기후불안 수준을 갖는 집단에서는 평균적으로 가벼운 수준(PHQ-9 5~9점) 이상의 우울감을 경험하는 것으로 보인다. 불안(GAD-7) 점수에서도 유사한 양상을 보여, 기후불안 수준이 높을수록 정신적 상태도 악화가 된다는 것을 확인하였다($F=241.47, p<.001$). 특히, 우울과 불안 모두 정상과 낮은 불안 수준의 집단에서도 유의한 차이를 보여 기후불안은 정신건강 상태와 더 민감하게 연관되는 상태임을 확인하였다.

재난경험 영향은 기후불안 수준이 높은 집단일수록 그 영향의 크기가 유의하게 증가하였다($F=67.53, p<.001$). 기후불안이 높아짐에 따라 기

후변화와 관련된 인지와 행동 요인들이 비례적으로 증가하는 양상을 보이는 것을 확인하였다. 기후관련 효능감($F=23.59, p<.001$)과 환경친화적 행동($F=23.61, p<.001$)은 기후불안 수준이 높은 집단에서 더 높기 시작하였으나, 불안의 크기에 따른 유의한 차이를 보이지는 않았다. 한편, 기후대응 행동은 불안 수준이 높아짐에 따라 더 많이 행동하는 양상을 보였다($F=227.31, p<.001$). 기후변화에 대한 불안감이 높아지면 이에 대응하기 위해 기후 정책에 대한 높은 수용도를 보이거나 환경친화적이거나 기후변화 적응을 위한 행동이 늘어나는 등 다양한 행태들이 보여 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보이나, 그와 동시에 정신건강 악화를 동반하는 것으로 보인다.

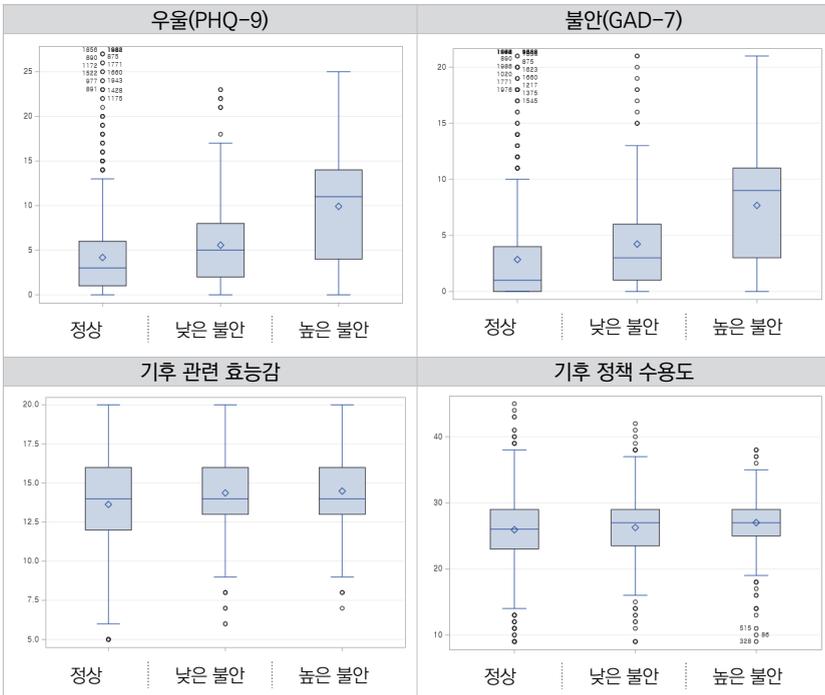
〈표 4-9〉 기후불안 수준에 따른 정신건강과 기후 관련 행태(조사대상자 전체)

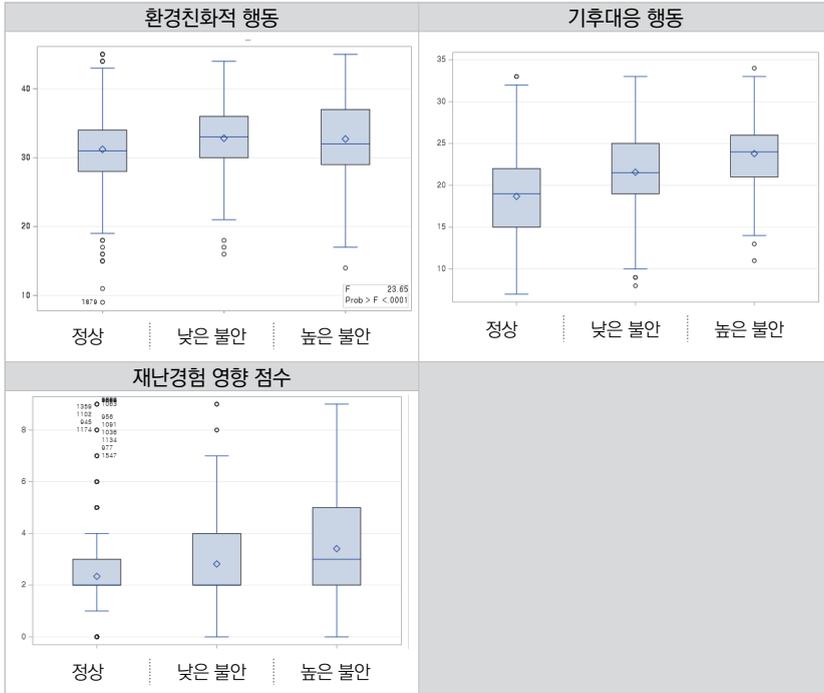
구분		잠재적 정상군(a)		잠재적 낮은 불안군(b)		잠재적 높은 불안군(c)		F
		평균	SD	평균	SD	평균	SD	
정신 건강	우울 점수 (PHQ-9)	4.2	4.8	5.6	4.8	9.9	5.9	232.41*** (a<b<c)
	불안 점수 (GAD-7)	2.8	3.9	4.2	4.1	7.7	5.0	241.47*** (a<b<c)
선행 요인	재난경험 영향 점수	2.3	1.3	2.8	1.7	3.4	2.3	67.53*** (a<b<c)
인지 요인	기후 관련 효능감	13.6	2.8	14.4	2.5	14.5	2.2	23.59*** (a<b,c)
	기후 정책 수용도	25.9	5.9	26.3	5.7	27.0	3.7	7.51** (a<c)
행동 요인	환경친화적 행동	31.2	4.6	32.8	5.0	32.7	5.6	23.61*** (a<b,c)
	기후대응 행동	18.7	5.1	21.6	4.5	23.8	3.9	227.31*** (a<b<c)

* $p<0.05$, ** $p<0.01$, *** $p<0.001$
 주: 각 변수에 대한 설명은 다음과 같음.

정신 건강	우울 점수 (PHQ-9)	PHQ-9 도구로 측정하였고, '전혀 아니다'~'거의 매일'에 0~3점을 부여하고 문항별 값을 합산한 점수
	불안 점수 (GAD-7)	GAD-7 도구로 측정하였고, '전혀 방해받지 않았다'~'거의 매일 방해받았다'에 0~3점을 부여하고 문항별 값을 합산한 점수
선행 요인	재난경험 영향 점수	홍수, 태풍/쓰나미, 산사태, 가뭄, 폭염, 한파, 산불, 지진, 미세먼지의 9가지 기상 현상에 대해서 5년 이내 경험을 확인하고, 그 경험이 신체적, 정신적, 재정적으로 총대한 영향을 미쳤는지 여부에 대해서 '예' 1점, '아니오' 0점으로 하여 재난 유형별 값을 합산한 점수
인지 요인	기후 관련 효능감	인지된 기후 자기효능감 척도(Perceived Climate Self-Efficacy Scale) 각 문항에 1~4점을 부여하여 5개 문항의 값을 합산한 점수
	기후 정책 수용도	기후변화와 관련한 정부의 대응에 대한 전반적인 평가를 확인하였으며, 각 문항에 1~5점을 부여하여 9개 문항의 값을 합산한 점수(3번, 7번, 8번, 9번은 역코딩)
행동 요인	환경친화적 행동	재활용 실천, 에너지 절약, 대중교통 이용 등의 문항으로 구성되어 있으며, 각 문항에 1~5점을 부여하여 9개 문항의 값을 합산한 점수
	기후대응 행동	'기후불안을 해결할 수 있는 방안과 마음챙김에 집중한다', '기후변화에 대응하기 위해 내가 할 수 있는 역할을 다한다' 등의 문항으로 구성되어 있으며, 각 문항에 1~5점을 부여하여 7개 문항의 값을 합산한 점수

[그림 4-5] 기후불안 수준에 따른 정신건강과 기후 관련 인식·행동(조사대상자 전체)





나. 청년세대(19~34세)

청년세대의 경우, 높은 기후불안을 느끼는 집단은 우울($F=43.83$, $p<.001$)과 불안($F=47.48$, $p<.001$) 수준이 모두 유의하게 높았다. 기후 불안을 느끼지 않는 집단에서도 평균적으로 가벼운 우울 수준(PHQ-9 5~9점)을 보이는 것으로 확인되었다. 다른 연령대에 비해 평균적인 우울 경험 수준이 높은 것으로 확인되어, 정상과 낮은 기후불안 집단 간에 정신건강 수준의 차이는 유의하지 않은 것으로 보인다.

기후관련 효능감과 정책 수용도에 있어서는 높은 기후불안을 느끼는 경우, 이를 느끼지 못하는 집단에 비해 유의하게 인지적 수준이 높은 것을 확인하였다. 기후 관련 행동요인에서는 기후불안을 느끼지 않는 집단

에 비해 기후불안을 경험한 집단에서 유의하게 높은 것을 확인하였으나, 불안 수준에 비례하여 행동이 증가하지는 않았다.

〈표 4-10〉 기후불안 수준에 따른 정신건강과 기후 관련 행태(청년세대)

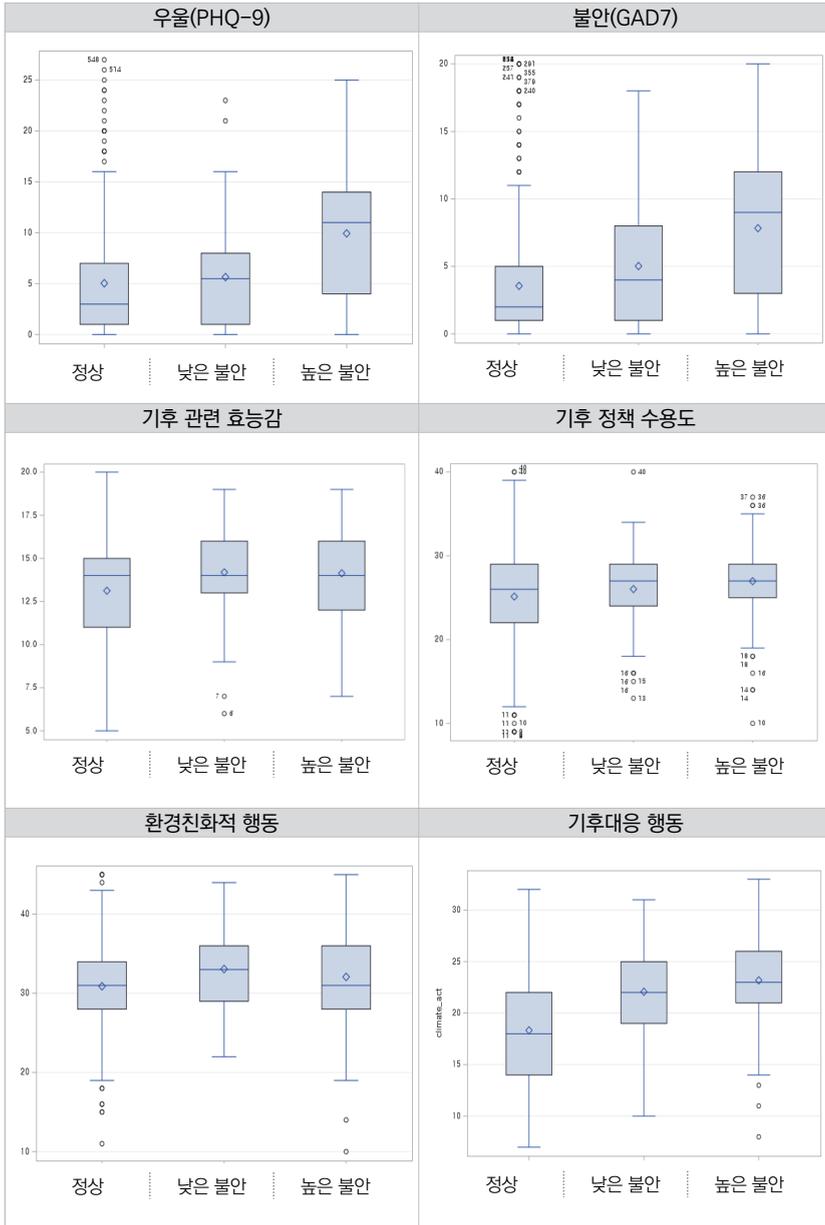
구분		잠재적 정상군(a)		잠재적 낮은 불안군(b)		잠재적 높은 불안군(c)		F
		평균	SD	평균	SD	평균	SD	
정신 건강	우울(PHQ-9)	5.0	5.4	5.6	5.6	9.9	6.4	43.83*** (a,b<c)
	불안(GAD-7)	3.6	4.6	5.0	4.6	7.8	5.3	47.48*** (a,b<c)
선행 요인	재난경험 영향	2.2	1.1	2.5	1.5	3.1	2.0	17.89*** (a<c)
인지 요인	기후관련 효능감	13.1	3.3	14.2	3.0	14.1	2.4	8.10** (a<c)
	기후정책 수용도	25.1	6.0	26.0	5.5	27.0	3.7	7.37** (a<c)
행동 요인	환경친화적 행동	30.9	5.2	33.1	5.4	32.1	5.9	4.76** (a<b,c)
	기후대응 행동	18.3	5.3	22.1	4.9	23.2	4.2	60.74*** (a<b,c)

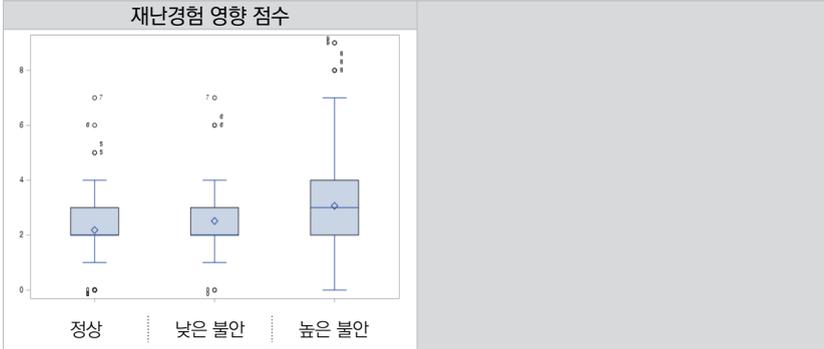
* p<0.05, ** p<0.01, *** p<0.001

주: 각 변수에 대한 설명은 다음과 같음.

정신 건강	우울 점수 (PHQ-9)	PHQ-9 도구로 측정하였고, '전혀 아니다'~ '거의 매일'에 0~3점을 부여하고 문항별 값을 합산한 점수
	불안 점수 (GAD-7)	GAD-7 도구로 측정하였고, '전혀 방해받지 않았다'~'거의 매일 방해받았다'에 0-3점을 부여하고 문항별 값을 합산한 점수
선행 요인	재난경험 영향 점수	홍수, 태풍/쓰나미, 산사태, 가뭄, 폭염, 한파, 산불, 지진, 미세먼지의 9가지 기상 현상에 대해서 5년 이내 경험을 확인하고, 그 경험이 신체적, 정신적, 재정적으로 중대한 영향을 미쳤는지 여부에 대해서 '예' 1점, '아니오' 0점으로 하여 재난 유형별 값을 합산한 점수
인지 요인	기후 관련 효능감	인지된 기후 자기효능감 척도(Perceived Climate Self-Efficacy Scale) 각 문항에 1~4점을 부여하여 5개 문항의 값을 합산한 점수
	기후 정책 수용도	기후변화와 관련한 정부의 대응에 대한 전반적인 평가를 확인하였으며, 각 문항에 1~5점을 부여하여 9개 문항의 값을 합산한 점수(3번, 7번, 8번, 9번은 역코딩)
행동 요인	환경친화적 행동	재활용 실천, 에너지 절약, 대중교통 이용 등의 문항으로 구성되어 있으며, 각 문항에 1~5점을 부여하여 9개 문항의 값을 합산한 점수
	기후대응 행동	'기후불안을 해결할 수 있는 방안과 마음챙김에 집중한다', '기후변화에 대응하기 위해 내가 할 수 있는 역할을 다한다' 등의 문항으로 구성되어 있으며, 각 문항에 1~5점을 부여하여 7개 문항의 값을 합산한 점수

[그림 4-6] 기후불안 수준에 따른 정신건강과 기후 관련 인식·행동(청년세대)





다. 장년세대(35~64세)

장년세대에서는 기후불안 점수가 높은 집단일수록 우울($F=201.40$, $p<.001$)과 불안($F=201.21$, $p<.001$) 수준이 유의한 수준으로 악화되었다. 이 연령대에서도 기후변화에 대한 불안감이 높아지면 이에 대응하기 위한 대응 행동이나 효능감이 유의하게 증가하는 것을 확인하였다. 조사 대상자 전체의 행태와 마찬가지로, 개인이 체감하는 기후불안의 크기에 따라 기후대응 행동이 환경친화적 행동에 비해 더 큰 폭으로 증가하였다.

<표 4-11> 기후불안 수준에 따른 정신건강과 기후 관련 행태(장년세대)

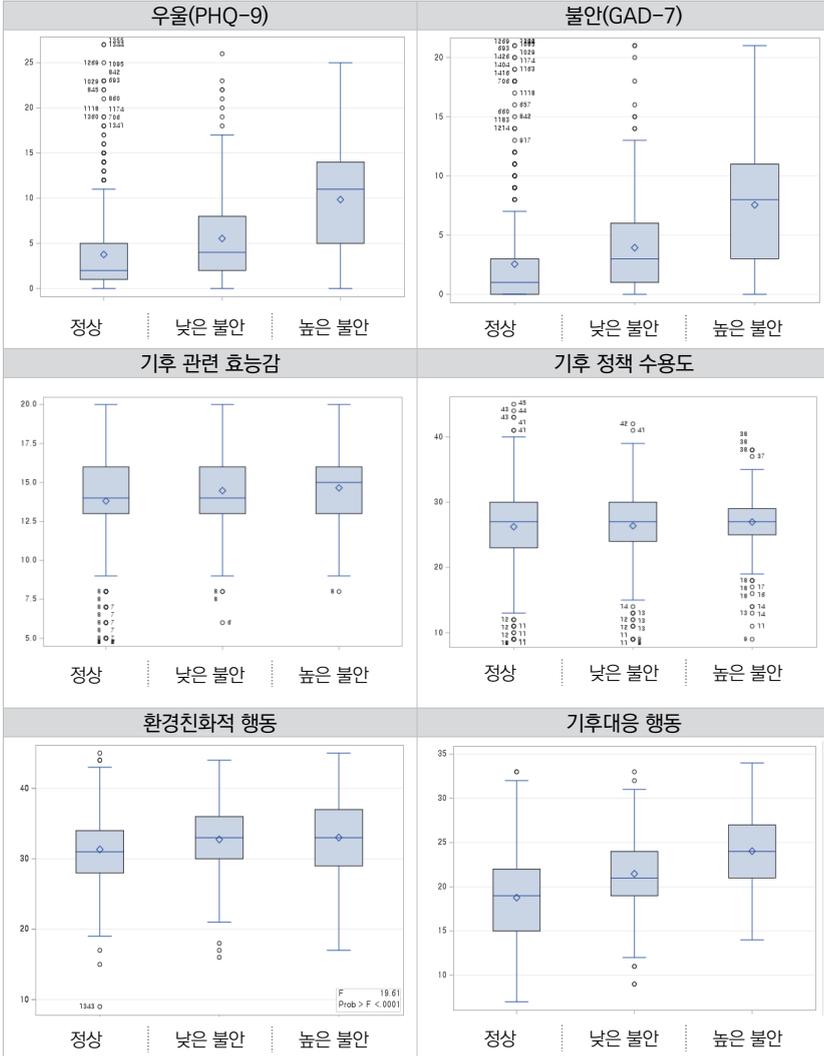
구분		정상(a)		낮은 불안(b)		높은 불안(c)		F
		평균	SD	평균	SD	평균	SD	
정신 건강	우울(PHQ-9)	3.8	4.4	5.5	4.8	9.8	5.7	201.40*** (a<b<c)
	불안(GAD-7)	2.6	3.5	3.9	3.9	7.6	4.8	201.21*** (a<b<c)
선행 요인	재난경험 영향	2.4	1.4	2.9	1.8	3.5	2.3	51.68*** (a<b<c)
인지 요인	기후관련 효능감	13.8	2.6	14.5	2.3	14.7	2.2	17.79*** (a<b,c)
	기후정책 수용도	26.2	5.8	26.4	5.9	27.0	3.7	2.43
행동 요인	환경친화적 행동	31.3	4.4	32.7	4.7	33.0	5.5	19.61*** (a<b,c)
	기후대응 행동	18.8	5.0	21.5	4.3	24.0	3.8	169.72*** (a<b<c)

* p<0.05, ** p<0.01, *** p<0.001

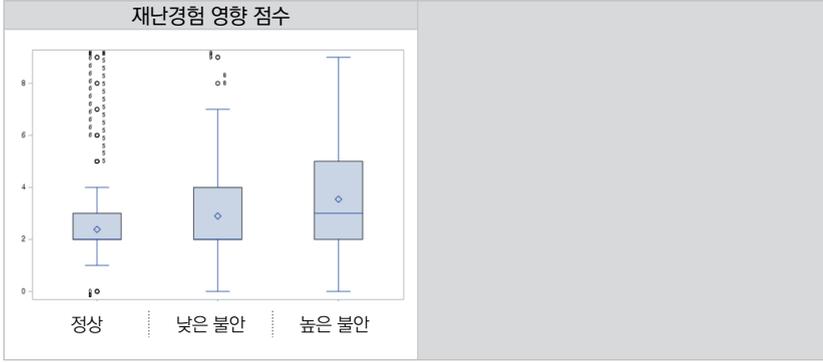
주: 각 변수에 대한 설명은 다음과 같음.

정신 건강	우울 점수 (PHQ-9)	PHQ-9 도구로 측정하였고, '전혀 아니다' ~ '거의 매일'에 0-3점을 부여하고 문항별 값을 합산한 점수
	불안 점수 (GAD-7)	GAD-7 도구로 측정하였고, '전혀 방해받지 않았다' ~ '거의 매일 방해받았다'에 0-3점을 부여하고 문항별 값을 합산한 점수
선행 요인	재난경험 영향 점수	홍수, 태풍/쓰나미, 산사태, 가뭄, 폭염, 한파, 산불, 지진, 미세먼지의 9가지 기상 현상에 대해서 5년 이내 경험을 확인하고, 그 경험이 신체적, 정신적, 재정적으로 중대한 영향을 미쳤는지 여부에 대해서 '예' 1점, '아니오' 0점으로 하여 재난 유형별 값을 합산한 점수
인지 요인	기후 관련 효능감	인지된 기후 자기효능감 척도(Perceived Climate Self-Efficacy Scale) 각 문항에 1-4점을 부여하여 5개 문항의 값을 합산한 점수
	기후 정책 수용도	기후변화와 관련한 정부의 대응에 대한 전반적인 평가를 확인하였으며, 각 문항에 1-5점을 부여하여 9개 문항의 값을 합산한 점수(3번, 7번, 8번, 9번은 역코딩)
행동 요인	환경친화적 행동	재활용 실천, 에너지 절약, 대중교통 이용 등의 문항으로 구성되어 있으며, 각 문항에 1-5점을 부여하여 9개 문항의 값을 합산한 점수
	기후대응 행동	'기후불안을 해결할 수 있는 방안과 마음챙김에 집중한다', '기후변화에 대응하기 위해 내가 할 수 있는 역할을 다한다' 등의 문항으로 구성되어 있으며, 각 문항에 1-5점을 부여하여 7개 문항의 값을 합산한 점수

[그림 4-7] 기후불안 수준에 따른 정신건강과 기후 관련 인식·행동(장년세대)



98 미래세대 기후불안에 대한 심층 분석과 중재 전략





제5장

결론: 미래세대 기후불안 중재(Intervention) 방안

제1절 미래세대를 위한 전략의 필요성

제2절 미래세대의 기후불안 실태와 특성에 대한 이해

제3절 기후불안의 부정적 기능에 대한 지원

제4절 기후불안 극복을 위한 정책 과제



제 5 장

결론: 미래세대 기후불안 중재(intervention) 방안

제1절 미래세대를 위한 전략의 필요성

이 연구를 진행하는 과정에서 자문 및 토의가 여러 차례 이루어졌는데, 미래세대를 어떻게 정의하고 있는가에 대해 반복적으로 질문이 제기되었다. 또한 기후위기의 문제가 특정 연령에 한정된 것이 아니므로, 앞으로 살아가게 될 우리 모두에게 미래는 동등하게 중요하다는 의견도 있었다. 이에 이 연구를 마무리하는 결론에서 연구진이 생각하는 미래세대를 위한 전략의 필요성에 대해 정리하고자 한다.

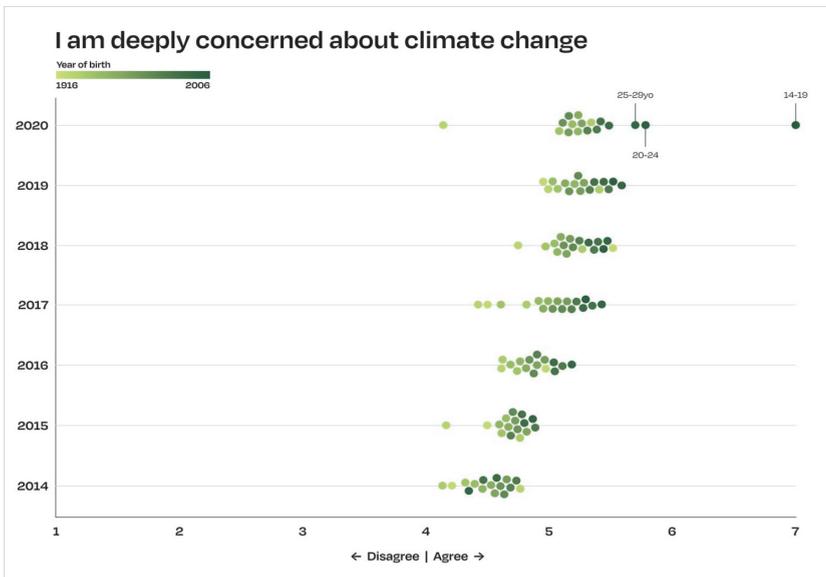
이 연구의 질문은 2023년 한국인의 기후불안 수준을 처음으로 측정된 결과, 세대별 격차가 나타났던 특성에서 시작됐다. 개발된 한국형 기후불안 척도가 성인을 대상으로 한 것이었기 때문에, 아동, 청소년이나 노인의 특성은 확인할 수 없었다. 조사대상자의 연령이 낮을수록 한국형 기후불안 척도로 측정한 기후불안 수준이 높아 20대의 문제가 가장 두드러졌다. 또한 기후변화에 대한 무력감도 비슷한 경향을 보였다. 반면, 기후변화에 대한 걱정이나 불안을 척도가 아닌 단일 문항으로 질문한 것에 대해서는 연령이 낮을수록 관찮은 것으로 나타났다.

기후변화에 대한 젊은 세대의 감정은 혼란스럽게 나타났으므로, 어떤 방식으로 평가하는가에 따라서 이들의 문제는 드러나지 않을 수도 있다. 게다가 기후불안에 대한 많은 연구는 기후불안이 환경친화적 행동에 도움이 된다고 하였으니, 좋은 현상으로 간주할 수도 있었다.

뉴질랜드의 조사 결과를 살펴보고자 한다. 오클랜드대학교에서 진행하는 뉴질랜드 태도와 가치 조사(New Zealand Attitudes and Values

Survey, NZAVS)는 4만 2천 명 이상이 참여하는 대규모 종단 조사로, 기후변화를 포함한 다양한 사회·정치·환경적 주제에 대한 의견을 수집한다. “나는 기후변화에 대해 매우 우려하고 있다”라는 질문에 대해 1점(전혀 동의하지 않음)~7점(매우 동의함)으로 응답하도록 했는데, 그 결과에서 세대별 우려의 차이가 드러났다. 2014년부터 2020년까지 변화를 보면, 최근으로 올수록 사람들의 우려 수준이 전반적으로 높아졌다는 점도 중요하며, 젊은 세대의 우려가 매년 상대적으로 높은 수준을 보이고 있음을 알 수 있다(stuff, n.d.).

[그림 5-1] 뉴질랜드의 세대별 기후변화에 대한 우려 수준 변화(2014~2020년)

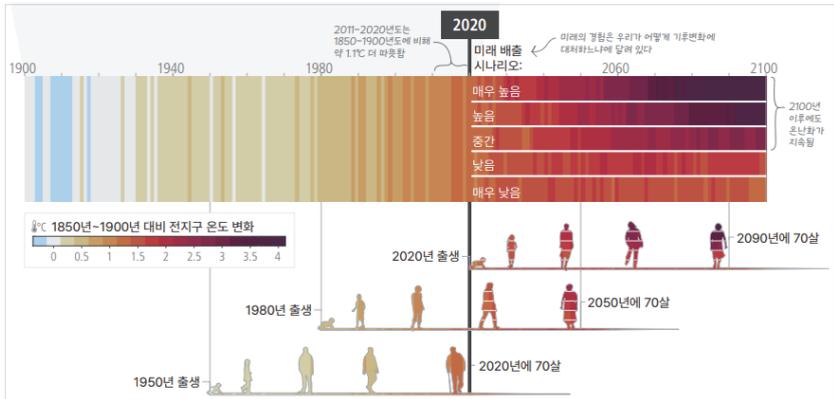


주: 1) ‘나는 기후변화에 깊이 우려한다’에 대한 응답
 2) 가로축은 1~7점의 응답 척도, 세로축은 조사 연도를 나타내며, 점의 색상은 응답자의 출생연도를 의미함(진한 초록색일수록 출생연도가 최근).

출처: “I am deeply concerned about climate change”, Stuff, n.d.. Climate worriers. <https://interactives.stuff.co.nz/2021/03/climate-worriers/>에서 2025.06.11. 인출

IPCC가 경고했던 지구 평균 온도 1.5°C 상승 가능성은 시간이 흐를수록 빠르게 진행됐고, 어느덧 현실로 다가왔다. 다음 그림은 세대 간 기후 위기 문제가 어떻게 다른지 극명하게 보여주고 있다. 1950년 출생자와 2020년 출생자가 70년의 생존 기간 동안 경험하게 되는 지구의 온도 변화이다. 탄소배출 시나리오에 따라, 즉 우리가 어떻게 기후변화에 대비하는가에 따라 기온 상승폭은 다르지만, 세대 간 불평등은 완전히 해결되지 않는다.

[그림 5-2] 기후 시나리오에 따른 현재 및 미래세대가 경험하는 지구의 온도



출처: “인간이 초래한 기후변화의 악영향은 계속해서 심화될 것이다”, 기상청, 2023, 기후변화 2023 종합보고서: 기후변화에 관한 정부 간 협의체 보고서. p.7, 그림 SPM.1.

IPCC는 기후위기가 미래세대에 미치는 영향을 다음과 같이 설명하였다. 기후위기로 인한 해수면 상승이 수 세기에서 수천 년 동안 피할 수 없고, 해수면은 수천 년 동안 상승한 상태를 유지할 것이라는 예측은 미래 세대에게 불평등하게 작용하는 장기적 위협이다(기상청, 2023, p.77). 기후변화로 인한 장기적 영향은 현재 관측 상황보다 심화되고, 기후와 비 기후적 위협이 상호작용하여 복합적이고 연쇄적인 위협을 초래할 것이라

는 전망은 높은 신뢰도 수준을 갖는다(기상청, 2023, p.68). 기후변화가 심화될수록 적응 방안은 제한적이고 효과적이지 않게 되며, 손실과 피해가 증가하고 인간과 자연의 시스템이 적응 한계에 도달하게 된다. 폭염으로 인한 사망, 질병, 생산성 손실 등의 문제에 대응하는 적응대책이 지구 평균 온도 1.5°C가 상승한 상황에서는 더 큰 부담이 된다(기상청, 2023, p.78). 이에 기후변화가 건강 위협에 미치는 영향에 대응할 수 있도록 긴급하게 적응과 완화 전략을 추진함에 있어서, 세대 간 형평성의 관점을 견지하는 것이 필요하다(기상청, 2023, p.92).

이 연구에서는 선행연구의 부분적 근거에 대해 심층 분석하여 미래세대를 이해하고자 했다. 이에 젊은 성인을 연구대상으로 유지하였고, 조사와 분석의 필요에 따라 이들은 20대, 또는 「청년기본법」에 따른 19~34세로 정의하였다. 국제적으로 미래세대를 정의하는 방식은 관점에 따라 다소 차이가 있지만, 아동, 청소년, 청년 등을 포괄하고 있다. 이 연구에서 미래세대의 연령과 대상을 정의하는 것은 중요한 의미를 갖지 않는다. 연구에서 다룰 수 있는 가장 젊은 성인의 실태를 분석함으로써, 기후위기에 대한 부담이 증가하는 다음 세대에 대한 준비가 필요함을 제안하고자 하였다. 다만, 젊은 성인은 중장년에 비해 더 심화된 기후위기의 상황에 직면하게 되는 당사자이며, 기후위기와 그로 인한 영향에 대해 소통하며, 학술적, 정책적 역량을 발휘할 수 있는 주체이다. 그러므로 기후위기에 대한 건강 적응 정책을 수립하고 추진하는 데 수혜자이며, 참여자로서 중요한 의미가 있다.

제2절 미래세대의 기후불안 실태와 특성에 대한 이해

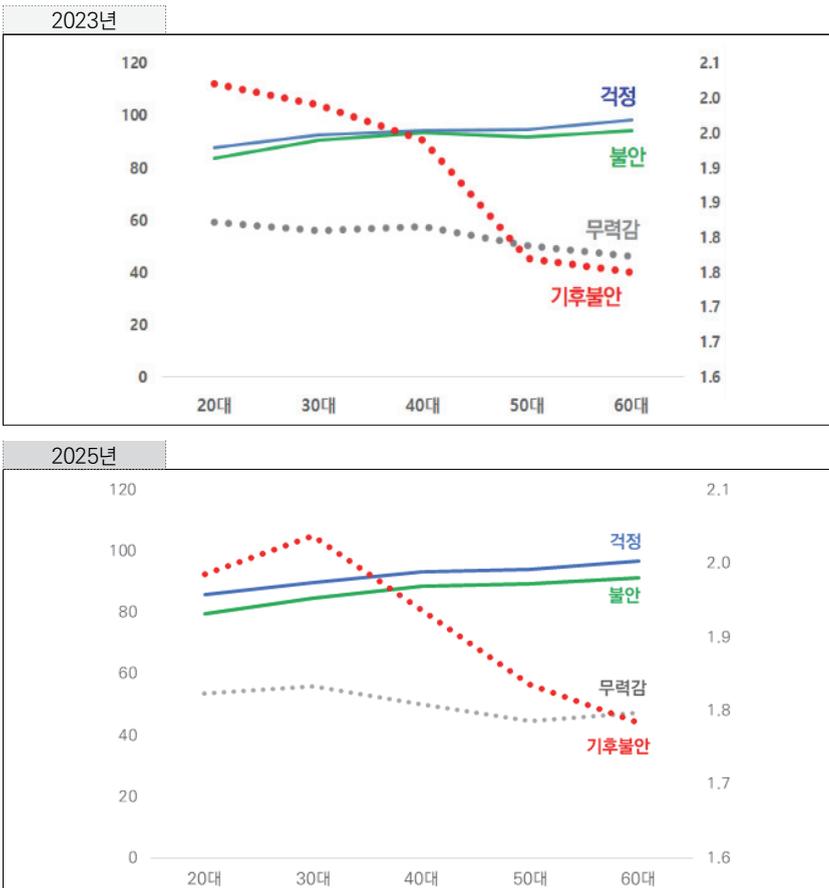
2025년 조사대상자의 기후불안 수준(K-CCAS)은 1.92점으로 2023년 1.90점보다 다소 증가했다. 13개 문항으로 구성된 이 척도는 비교적 높은 강도의 불안을 평가하기 때문에, 중요한 증가일 수 있다. 그리고 두 조사의 시점과 상황에 차이가 있다는 점을 이해할 필요가 있다. 2023년 조사 시점은 7월 17일~21일로 본격적인 여름이 시작된 이후이며, 2025년은 6월 2일~9일로 더위를 체감하기 어려운 때였다. 또한 2023년 조사는 충북 오송 지하차도 침수로 인해 사망자가 발생한 이틀 후에 이루어졌기 때문에, 기후불안에 영향을 미쳤을 가능성이 있다. 즉, 기후재난이 발생하지 않고 비슷한 더위 수준에서 측정되었다면, 2023년에 비해 2025년의 기후불안은 뚜렷하게 높아진 것으로 짐작해 볼 수 있다. 기후불안에 대한 사회적 관심이 증가하고 있고, 부정적 기능이 나타날 수 있으므로, 계속 모니터링하여 증가추세가 지속되는지 살펴볼 필요가 있다.

K-CCAS로 측정한 기후불안, 무력감은 연령이 낮을수록 증가하는 점과 단일 문항으로 측정한 기후변화에 대한 불안, 걱정은 연령이 낮을수록 감소한다는 점은 2023년에 확인된 바와 같이 2025년에도 유사했다. 단, 2025년에는 20대에 비해 30대의 기후불안과 무력감이 두드러졌다.

이러한 복합적 감정에 대해 어떻게 해석하는 것이 적절할지 면담 조사에서 청년들과 논의했다. 면담 조사 참여자들 역시 현장에서 같은 문항을 답하도록 했을 때, 설문조사 결과와 같이 상반된 감정으로 답변하는 경우가 확인됐다. 청년들이 제시한 몇 가지 해석 중 다수의 의견은 다음과 같다. 단일 문항으로 기후변화에 대한 불안과 걱정에 대해 질문하면, 자신이 가지고 있는 불안과 걱정 요소가 여러 가지인 상황에서 기후변화가 우선적 문제로 여겨지지 않았다고 했다. 반면, K-CCAS 척도는 13개 문항

을 통해 기후위기에 대한 자신의 감정을 깊이 있게 질문했기 때문에, 기후 위기에 대한 감정을 잘 확인할 수 있었다고 평가했다. 따라서 단편적인 질문만으로 미래세대의 기후위기에 대한 감정을 정확히 파악하기 어렵고, 심지어 세대별 특성에 대한 해석도 달라질 수 있음을 이해해야 하겠다.

[그림 5-3] 세대별 기후변화에 대한 감정 변화



주: 1) y축의 좌측은 걱정, 불안, 무력감에 대한 값으로 백분율(%)이며, 우측은 기후불안 점수(점)임.
 2) 2023년 그래프는 아래의 출처에서 인용함.
 출처: “연령별 기후위기에 대한 인식”, 채수미 외, 2023, 기후위기가 정신건강에 미치는 영향. 한국 보건사회연구원, p.224, 그림 5-2.

면담 조사를 통해 미래세대의 기후불안에 대해 중요한 특성을 발견할 수 있었다. 청년세대의 특성을 이해하기 위해, 기후위기에 대한 지식이나 행동이 두드러진 청년의 특성으로 편향되지 않도록 기후위기 관심 유무를 구분해 참여자를 모집했다. 총 35인이 면담 조사에 참여했다.

첫 번째 특성은 기후위기에 대한 인식이 두 가지로 나뉜다는 점이었다. 무력감, 회의감을 동반하는 미래의 두려움으로 인식하는 집단이 있는 반면, 많은 사회현상이 위기로 설명되고 있는 시대이므로 기후위기 또한 그러한 사회현상 중 하나로 무감각하게 인식되고 있는 집단이 있었다. 기후위기가 기성세대에 비해 미래세대에게 불평등한 피해와 책임을 야기한다는 사실이 모든 미래세대에게 같은 무게감으로 인식되고 있지 않다. 이러한 특성으로 인해 기후위기 정책을 추진하는데, 미래세대의 요구와 정책 수용도에 차이가 있을 수 있으므로 중요하게 고려되어야 하겠다.

둘째, 기후불안에 대한 인식 역시 높은 집단과 그렇지 못한 집단이 있다는 점이다. IPCC 보고 이후 최근 몇 년 동안 다양한 경로를 통해 기후불안이 언급되어, 기후불안을 고조되는 위기의 현상으로 보는 경우가 있었다. 그러나 기후불안의 긍정적, 부정적 기능을 이해하고 있지는 않았다. 반면, 기후위기에 대한 관심이 높고 기후불안이 높은 경우에도 기후불안이라는 말과 뜻이 생소하게 여겨지는 집단이 있었다. 이러한 특성을 고려하면, 기후불안을 모든 미래세대의 문제로 간주하는 것은 적절치 않다. 또한 기후위기가 진행됨에 따라 기후불안 수준이 증가할 수 있으므로, 자신의 기후불안을 잘 대처하고, 타인의 기후불안에 공감할 수 있도록 기후불안이 무엇이며, 그것이 어떠한 기능을 할 수 있는지 설명해 주어야 한다.

셋째, 기후불안의 수준은 네 가지 유형으로 구분되므로, 유형별 특성에 따라 기후정책에 대한 소통 전략이 달라져야 한다. 면담 조사에서는 K-CCAS의 합계 점수가 약 30점 이상일 때 '높은 수준'으로 분류될 수

있었다. 이는 35인의 면담 조사자에서 확인된 것이므로, 절대적 기준으로 이해할 수는 없다. 척도의 절단값은 제3절에서 다룬다. 이 집단의 기후불안은 오랜 시간 누적되어 온 것으로, 여전히 고통스럽지만 스스로 통제하는 방법을 터득하기도 하고 감정에 무더지는 모습도 보였다. 이 집단의 기후위기 관련 활동이나 학습은 주도적, 적극적이어서 주변에 영향력을 미칠 수 있는 역량을 가지고 있었다. ‘비교적 높은 수준’은 약 27~30점 사이로 기후활동가는 대부분 이 점수 이상으로 나타났다. 이 집단은 기후위기와 관련된 직간접 경험이 있거나, 활동에 참여하거나, 진로를 희망하는 경우가 대부분이었다. 면담조사 내용만으로 정신건강과의 관련성을 단정할 수는 없지만, 현재 또는 과거의 정신건강 문제를 밝힌 경우가 적지 않았다. ‘낮은 수준’은 2023년 20~30대 평균(약 24~25점) 이하인 경우이다. 기후위기에 대해 감정의 동요가 잘 일어나지 않지만, 다른 사람의 기후불안을 공감할 수 있었다. 기후위기를 사회현상 중 하나로 인식하기도 하고, 더 깊게 이해하려고 노력하기도 했다. 마지막으로 ‘매우 낮은 수준’은 기후불안을 상상의 감정으로 여기는 집단으로, 자신의 기후불안 점수가 낮고 타인의 기후불안을 공감하기 어려워했다.

넷째, 미래세대는 기후불안이 긍정적 기능을 발휘하도록 노력하고 있다. 면담 참여자 중에는 기후불안으로 인해 문제를 외면하거나 절망에 빠져 있는 경우는 없었으며, 아무것도 하지 않는 것보다는 나올 것이라는 믿음으로 애쓰고 행동했다. 어찌면 긍정적 기능을 발휘할 힘을 가진 사람들만 면담에 참여했을 가능성도 있다. 그래도 나의 작은 역할이 기여할 것이라는 믿음과 기성세대와 국가, 대기업, 정치에 대한 불신이 복합적으로 나타나고 있다는 점에서, 국가의 기후위기 정책은 일관되게, 실질적으로 추진되고 설명되어야 한다. 여기에서 기후불안의 긍정적 기능이 발휘된다는 것이 부정적 기능이 없다는 것을 의미하지 않는다는 점도 덧붙인다.

제3절 기후불안의 부정적 기능에 대한 지원

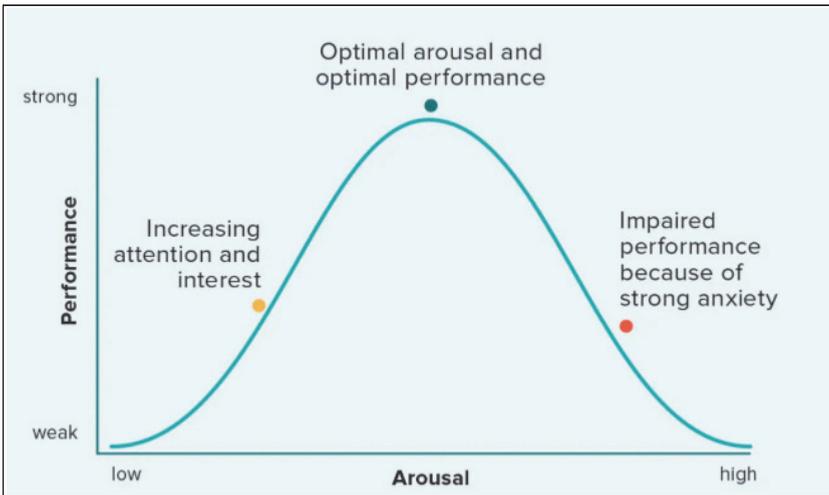
이 연구는 Clayton & Karazsia(2020)가 개발한 기후불안 척도의 한국형 척도(K-CCAS)를 활용해, 기후불안의 부정적 기능인 정신건강 위협의 가능성이 있다고 판단할 수 있는 절단점(cut-off)을 제시하였다는 데 의의가 있다. 절단점은 K-CCAS의 평균값인 5점 만점을 기준으로 산출했다. 그 결과, 우울(PHQ-9) 수준이 경증 이상 또는 중증도 이상에 준하는 기후불안 점수는 각각 1.76점, 2.40점으로 산출됐다. 이번 연구에서 조사된 우리나라 성인의 기후불안 평균 점수는 1.92점으로, 이것은 가벼운 수준의 우울의 범주에 들어갈 가능성이 높다는 것을 의미한다.

Cosh et al.(2024b)의 연구에서는 CCAS의 총점(65점 만점)을 기준으로 절단점을 제시한 바 있다. CCAS의 총점이 21점일 때 DASS-21의 중등도(moderate) 불안에 해당되고, CCAS 23점일 때 DASS-21의 극심한(severe) 불안에 해당되는 것으로 확인되었다. 이를 5점 만점의 평균값으로 환산해 보면, 중증도 불안에 해당하는 기후불안 점수는 1.62점, 극심한 불안에 해당하는 점수는 1.77점으로 우리 연구에서 산출한 값보다 상당히 낮은 수준이다. 연구자들이 밝히고 있는 제한점에 따르면, 중등도 불안, 심각한 불안, 극심한 불안의 구간이 충분히 구별되지는 않았으며, 모델의 적합도 또한 임상적 유의성을 판단하기에 중간 정도의 성능을 가진다고 하였다. 아직 기후불안의 절단점에 대한 연구가 부족하여, 비교 검토가 어려운 상황이다. 국가별 기후위기에 대한 부담과 영향, 사회적 인식에 따라 기후불안 수준은 다르며 시기에 따라 변할 수 있고, 인구집단의 정신건강 상태도 절단점에 영향을 줄 수 있다. 중요한 점은 우리나라 성인의 기후불안 평균 점수가 경증 우울에 해당될 수 있는 범주에 속한다는 점은 한국 사회에서의 기후위기 인식이 정신적 부담으로 연결

될 수 있음을 시사한다.

한편, Yerkes-Dodson 법칙에 따르면, 인지적 각성이 적정 수준일 때 집중도가 높아져 수행 수준이 높아질 수 있다. 반면, 각성 수준이 지나치게 높아지면 불안 등이 높아져 오히려 수행 수준이 낮아지는 역 U자형 곡선의 형태를 보이게 된다(White, 2020¹⁾). 그러나 이 연구의 결과에서는 기후불안 수준이 높아질수록 기후위기에 대응하고자 하는 행동의 수준은 지속적으로 높아졌다. CCAS 척도를 통해서도 어찌면 행동 수준이 떨어질 만큼의 극단적 기후불안 수준이 평가되지 않을 가능성도 있다(그림 5-5).

[그림 5-4] Yerkes-Dodson 법칙 곡선

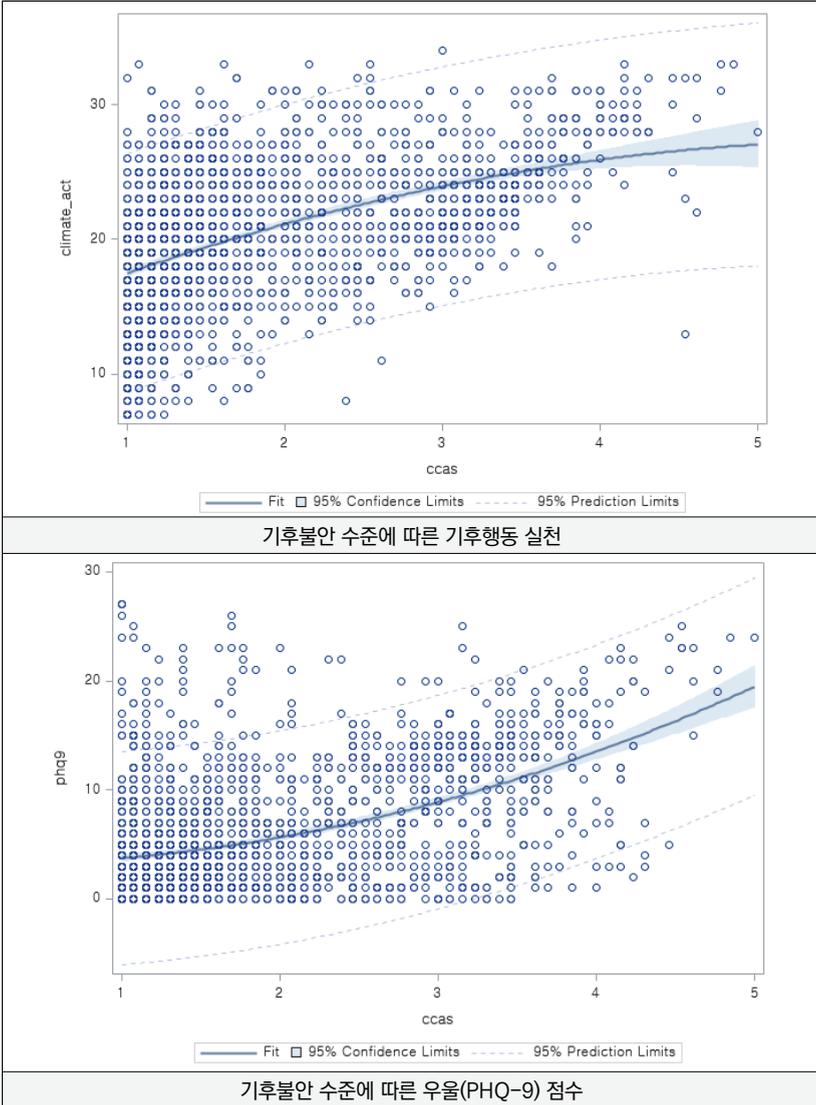


출처: “Yerkes-Dodson law bell curve”, White, 2020, What the Yerkes-Dodson Law Says About Stress and Performance. Healthline.

<https://www.healthline.com/health/yerkes-dodson-law#stress-performance-bell-curve>

1) White, M. A. (2020). What the Yerkes-Dodson Law Says About Stress and Performance. Healthline. <https://www.healthline.com/health/yerkes-dodson-law#stress-performance-bell-curve>

[그림 5-5] 기후불안 수준에 따른 기후행동 실천과 우울(PHQ-9) 점수 양상



그런데 중요한 것은 기후불안 수준이 높아질수록 정신건강 위험 수준이 함께 높아진다는 것이다(그림 5-5). 즉, 부정적 기능 없이 긍정적 기능만 발휘되는 이상적인 최적의 기후불안 수준은 없다는 의미이다. 따라서, 기후위기에 대한 인지적 각성을 통해 기후 행동, 정책을 유도하는 것은 가능하지만, 동시에 이로 인해 파생될 수 있는 정신적 영향에 대한 조치가 동반되어야 한다.

청년세대는 우울과 불안 수준이 다른 세대에 비해 높아 민감도가 높은 인구집단이라 할 수 있으며(Sampaio & Sequeira, 2022, e89; Hickman et al., 2021, p.863; Sheth et al., 2017), 이러한 경향은 본 연구에서도 확인되었다. 이 연구에서는 청년세대의 특성에 집중하고자 세대를 구분해 절단점을 산출했다. 청년세대(2.24점)는 장년세대(2.44점)에 비해 낮은 기후불안 수준에서 중등도 이상의 정신건강 문제와 연결된다. 청년세대의 기후에 대한 부정적 감정은 장년세대에 비해 더 큰 정신적 스트레스를 줄 가능성이 있는 것으로 해석할 수 있다.

〈표 5-1〉 우울(PHQ-9) 점수 기준 기후불안 점수 절단점 산출 결과

		CCAS 절단점(Cut-off)		
		조사대상자 전체 (n=2,000)	청년세대 (19-34세, n=560)	장년세대 (35-64세, n=1,440)
(기준값) PHQ-9	경증 이상	1.76점	1.78점	1.69점
	중등도 이상	2.40점	2.24점	2.44점
기후불안 평균 점수		1.92점	1.98점	1.90점

실제 이 연구에서 산출한 세대별 절단점을 적용해 보면, 기후불안이 정신건강 위협으로 연결되지 않을 것으로 추정되는 ‘잠재적 정상군’은 절반이 넘는다. 그런데 기후불안이 중등도 이상의 우울로 연결될 가능성이 있는 ‘잠재적 높은 불안군’은 청년세대 중 34.3%, 장년세대 중 25.8%로, 청년세대에서 더 많이 확인된다.

〈표 5-2〉 기후불안 절단점에 따른 대상자 분포

(단위: 명, %)

기후불안 수준	조사대상자 전체 (n=2,000)		청년세대 (19-34세, n=560)		장년세대 (35-64세, n=1,440)	
	빈도	비율	빈도	비율	빈도	비율
잠재적 정상군	1,131	56.6	326	58.2	789	54.8
잠재적 낮은 불안군	316	15.8	42	7.5	279	19.4
잠재적 높은 불안군	553	27.7	192	34.3	372	25.8

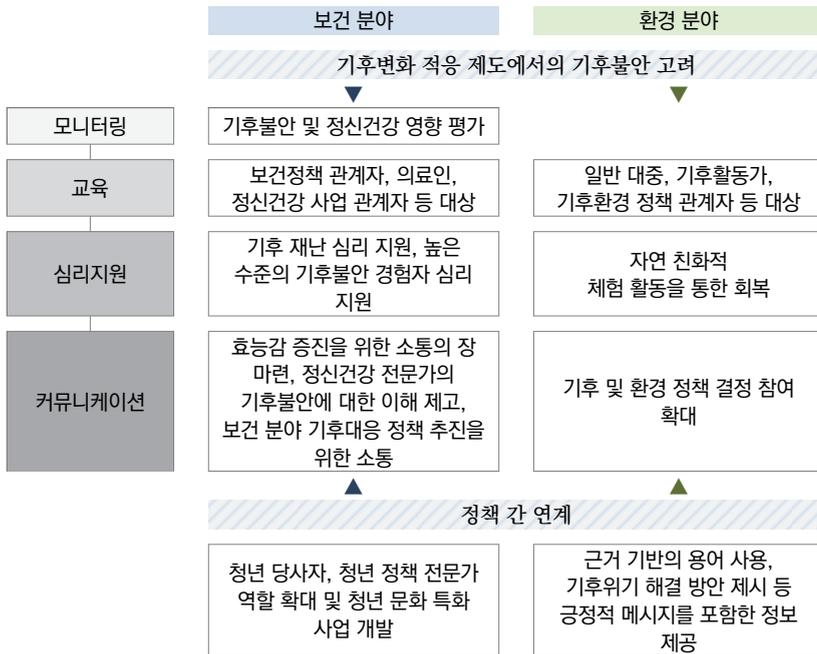
또한, 장년세대($F=2.43$, $p>0.05$)는 기후불안 수준과 상관없이 기후정책에 대한 수용도가 높은 반면, 청년세대($F=7.37$, $p<0.01$)는 기후위기에 대한 불안감을 인지하지 못하는 집단보다 높은 수준의 불안감을 느낄 때 현행 정책에 대한 수용도를 보이는 것으로 확인되었다. 이는 높은 수준의 기후불안을 경험하고 있는 청년세대에게 실질적인 정책 참여의 기회를 확대함으로써 수용성을 높이고 불안의 부정적 기능을 해소할 수 있는 가능성이 크다는 것을 보여준다.

Whitmarsh et al.(2022, p.5)의 연구에서도 연령이 낮을수록 기후불안(CCAS)이 높았으며, 청년층은 중등도 이상 기후불안(5점 만점 중 평균 2.34점 이상)에 해당되는 비율이 9.1%로 타 연령대(장년층 3.8%, 노년층 1.6%)에 비해 2.5배 이상 높았다. 이러한 결과는 기후위기에 대한 청년세대와의 소통을 위해서는 전문적인 커뮤니케이션 전략이 필요함을 시사한다. 그리고 청년이 느끼는 기후불안에 대해 정신건강 지원 체계가 검토되어야 하겠다.

제4절 기후불안 극복을 위한 정책 과제

이 연구를 통해 제안하고자 하는 미래세대(청년)의 기후불안 극복을 위해 필요한 정책과제는 모니터링, 교육, 심리 지원, 커뮤니케이션의 큰 영역으로 구분해 볼 수 있다. 정책 과제에는 보건 분야, 환경 분야에서 전문성을 가지고 수행하면 효과적인 것으로 기대되는 분야가 있으며, 부문 간 연계가 필요한 경우도 있다. 정책 과제에 대한 구체적 논의는 다음과 같다.

[그림 5-6] 미래세대(청년) 기후불안 극복을 위한 정책 과제



제2장에서는 국가와 지역 단위에서 어떤 지원이 이루어지고 있고, 민간에서는 어떤 활동이 진행되고 있는지 살펴봄으로써 우리나라에 적용할 수 있는 시사점을 찾고자 했다. 청년의 기후불안 정책은 보건, 환경, 교육

분야에서 이루어지고 있었는데, 특히 국외에서는 청년 주도의 기후 대응 참여가 다수 이루어지고 있어 대표 사례만 제시했다. 관련 사례 중심으로 정리한 것이기 때문에, 국가별로 기후정책 전반의 추진 동향이나 사회적 맥락과 연결하여 기후불안 현황과 정책을 깊게 이해하기는 어렵다. 이 연구에서 우리 청년세대의 어려움과 요구를 깊이 분석했으므로, 우리의 정책 환경에서 도입할 수 있는 다른 나라 사례를 참고하는 것이 가능하다.

국내 사례를 살펴본 결과, 환경부는 국가환경교육 통합플랫폼을 활용해 환경교육 정보와 함께 기후불안 교육자료를 제공하고 있다. 또한 법률을 근거로 하는 국가 계획을 바탕으로 시도 단위의 계획이 마련될 수 있도록 하고, 그 계획의 일환으로 교육 현장에서 기후불안 대응 프로그램이 운영되고 있다. 산림청은 식물원, 수목원 등의 자연 체험 활동과 기후교육 프로그램을 운영하고 있다. 이와 같은 국가 단위의 기후불안 대응 속에 기후불안의 부정적 기능에 대비한 정신적 지지체계가 추가될 필요가 있다.

[그림 5-7] 국내 기후불안 대응 사례



한편, 통계청은 사회조사에서 기후변화 불안도 지표를 제공하고 있지만, 보건복지 정책의 근거로 활용할 수 있는 추가적인 모니터링 체계가 필요하다. 향후 「보건의료기본법」에 근거해 운영되는 ‘기후보건영향평가’의 평가 및 모니터링 대상으로 기후불안, 정신건강을 포함할 것을 고려해 볼 수 있다. 현재 국립정신건강센터는 한국보건사회연구원과 기후 위기에 따른 정신건강 위험을 평가할 수 있는 도구를 개발 중인데, 이와 같은 평가도구가 완성도를 갖추고 지속적인 모니터링에 활용될 수 있도록 해야 하겠다.

국내에서는 지역단위의 사례는 찾아보기 어려웠고, 민간단위에서 청년 주도의 기후 활동만 확인됐다. 사실 청년단체의 기후대응 노력은 기후불안의 긍정적 기능이 발휘된 것이고, 이들은 점차 기후불안에 대해 인식을 확장하며 정신적 소진을 다루려는 노력과 요구가 늘어나고 있다.

국외 사례에서 우리는 실현 가능한 다양한 전략들을 확인할 수 있었다. 국외에서는 보건 및 환경 당국에서 기후불안을 표방하는 정책은 확인하지 못했다. 그러나 이것이 국가 정책에서 기후불안을 고려하지 않는다고 판단해서는 안 된다. 미국, 영국, 호주 등 기후위기 대응에 선도적으로 체계를 갖춘 국가들에서는 보건당국이 법적 근거를 가지고 기후위기에 대응하고 있거나, 기후위기를 중요한 정책과제로 다루고 있음은 잘 알려진 바이다. 기후불안의 긍정적, 부정적 기능은 기후위기에 대해 국가가 얼마나 책임있게 대응하고 있는가에 따라 다르게 작용할 수 있으므로, 국가의 기후정책은 핵심적인 기후불안 대응 전략이다.

기후불안은 정보 습득에서 비롯되므로, 교육이 중요하고 효과적이다. 영국의 교육부는 기후불안 훈련 과정을 개발하여 학생과 교사의 기후불안이 긍정적으로 작동할 수 있도록 지원하고 있다. 청년을 위한 교육 체계를 갖추기 위해서 교육부와의 협력적 대응이 요구되는 지점이다.

다음으로 국제기구 사례에서 청년이 기후정책 결정 과정에서 실질적으로 참여할 수 있도록 하는 것이 중요한 대안임을 알 수 있었다. 청년이 국가 정책 결정 과정에서 제대로 목소리를 낼 수 있도록 하고, 청년에게 기후변화 대응 관련 지식과 정책에 대한 교육을 제공하며, 청년 주도의 기후 행동에 관련 지식과 정책에 대한 교육을 제공하며, 청년 주도의 기후 행동을 독려하는 것이다. 기후 적응 정책에서 상징적 대상으로서 미래세대를 언급하는 것이 아니라, 정책의 주체로서 역할을 할 수 있도록 권리를 보장해야 한다. 면담 조사에서 한 청년의 발언을 다시 한번 상기해 볼 필요가 있다.

“사실 이 인터뷰 제안 받았을 때 너무 하고 싶었어요. ... 이런 자리가 아니면 이거에 대해서 얘기하기 힘들고, 하더라도 비웃음을 받는 경우가 많았어요 ... 뭐 저렇게까지 얘기를 해라는 그 시선이 느껴지거든요(참여자25).”

[그림 5-8] 국외 기후불안 대응 사례

중앙 정부	보건정책 기후정책 제도화 보건당국	환경정책 기후정책 추진 환경당국	교육정책 학생, 교직원 대상 교내 기후불안 훈련 과정 개발, 운영 교육당국	법국가 실질적 기후정책 결정 주체로서 청년 역할 강화 국제기구
	지역 특화 지역 기후환경 문제 맞춤형 생태불안 대응 (미국) 지역 및 대학		문화 연계 청년 기후불안 회복의 장 (연극, 워크숍, 포럼) 마련 (호주) 주정부	
지역				
민간	청년주도 청년 주도의 소통·정책 참여·연대 행동을 통한 기후정의 실현과 생태불안 대응 (영국) 청년단체	체계적 프로그램 10단계 동료 집단 지원 프로그램을 활용한 기후불안 대응 (미국) 국제비영리단체	복합 전략 감정 교육, 자기관리, 감각 기반 체험을 결합한 다차원적 기후불안 회복 전략 (핀란드) 정신건강협회 등	상담 기후불안 중점 상담 프로그램 운영 (뉴질랜드) 민간 상담기관

국의 지역 단위에서 이루어지는 사업도 흥미롭다. 지역과 대학이 협업하여, 지역 내에서 발생한 기후환경 문제에 대해 지역 주민의 감정과 정서적 영향을 조사하고 생태불안에 대응할 수 있는 프로그램을 운영하는 것이 가능할 것이다. 호주에서는 주정부의 예산 지원으로 지역의 극장과 협업하여 문화와 연결해 기후불안에 대응하고자 했다. 이러한 방안은 면담 조사에서 청년 친화적 문화와 연계한 정책이 필요하다는 제안과도 부합된다.

민간에서는 기후불안에 대한 정신건강 차원의 지원을 찾아볼 수 있었다. 미국 대학의 연구에서 출발한 국제 비영리단체가 알코올 중독에 적용되는 모델에 착안해, 기후불안을 지원하는 10단계 동료 집단 지원 프로그램을 운영하고 있다. 핀란드의 정신건강협회, 뉴질랜드의 상담기관에서 기후불안 회복 프로그램을 운영하고, 기후불안에 중점을 둔 상담과 프로그램을 제공하고 있다.

국의 사례를 조사하면서, 면담 조사에서 청년들이 제안한 기후불안 정책 요구는 현실적이고 효과적일 것으로 판단되었다. 청년들의 요구가 실제 국외 사례에서도 확인되고 있기 때문이다.

〈표 5-3〉 면담조사에서 제안된 청년의 정책 제안

정책제안	상세내용
① 기후불안 중점 지원	<ul style="list-style-type: none"> - 기후불안을 느낄 때 고립되어 있으면 불안이 더 커질 수 있지만, 기후불안을 느낄 수 있다는 것에 공감해 주고, 무력감에 빠지지 않도록 들어주는 곳이 필요 - 기후불안을 이해하거나 전문성을 가진 상담 인력 배치
② 기후위기 적응 (adaptation)에 대한 정책과 정보	<ul style="list-style-type: none"> - 폭염, 홍수 등 재난 발생에 대해서는 인론을 통해 자주 쉽게 접할 수 있지만, 그 원인과 대응에 대해서는 정보가 부족 - 기후위기로 지금 우리에게 영향을 주는 적응에 적극적인 정책 실현

③ 해결방안을 포함하는 긍정적 메시지	<ul style="list-style-type: none"> - 기후위기에 대한 경각심 위주의 정보는 관심보다는 무력감과 두려움 발생 - 해결방안과 가능성에 대한 정보 필요
④ 기후위기 대응 문화 조성	<ul style="list-style-type: none"> - 보상 없는 개인적 노력은 지속성을 갖기 어렵고, 공감을 얻지 못하는 사람들과 함께할 때는 자신의 환경친화적 생각과 행동이 유난스러워 보임. - 개인의 노력이 어떤 기여를 할 수 있는지 의문이 들 때는 의지가 약해지고, 자신의 삶의 중요한 문제가 닥칠 때 기후위기 문제는 언제나 우선순위가 밀릴 수 있음.
⑤ 기후위기 공론화(소통)	<ul style="list-style-type: none"> - 기후위기 문제를 모르는 사람들이 여전히 많고, 발표된 정보도 이해하기 어려운 내용이 많음. - 기후위기가 걱정되어도 이것을 말하거나 이것에 대해 요구할 수 있는 자리가 많지 않음.
⑥ 청년 친화적 문화와 연계한 정책	<ul style="list-style-type: none"> - 유행에 민감한 청년세대의 성향을 고려해 청년 친화적인 소통과 정책을 개발하여, 기후위기에 대한 인식을 제고하고 정책 수용도를 높일 수 있음.
⑦ 기후위기 교육 과정	<ul style="list-style-type: none"> - 기후위기 정책이 우선적으로 개발되거나 추진되지 않는 것은 기후위기에 대한 국민의 인식이 낮기 때문일 수 있음. - 어릴 때부터 교육을 실시해 인식과 관심을 제고해야 함.

선행연구에서 기후불안 대응 방안으로 제시된 것들은 주로 정보를 제공하고 공유하는 전략에 초점을 두고 있다. ❶ 지식 기반 교육은 기후변화의 원인과 현상의 인과관계에 대한 이해도가 높아지면, 기후변화 문제를 극복할 수 있는 것이라는 인식과 자기효능감이 높아진다는 점에 근거한다. 지식 기반 교육을 통해 자기효능감이 높아진 사람은 기후변화와 관련된 토론을 할 때 무능해 보일 것 같은 두려움과 자기표현의 우려가 낮아져, 기후변화에 대한 공개토론(public discussion)에 참여할 의향과 실제 참여할 가능성이 높았다. 기후변화 적응과 기후불안 완화를 위한 중재는 개인의 직접적인 활동 참여가 효과적인 것으로 알려져 있으므로, 지식, 인식 중재를 통해 활동 참여 의향과 실천을 높이는 것이 필요하다 (Geiger et al., 2017, p.104).

② 공개토론은 사회적 상호작용의 일환으로, 기후변화와 관련된 집단적 행동을 촉진하는 효과적인 방법으로 여겨진다. 자기효능감이나 개인적인 반응 효능감, 기후변화에 대한 인식, 사회적 관념 수준이 높은 사람일수록 공개토론과 같은 사회적 상호작용에 반응할 가능성이 크며, 더 빈번하게 참여하는 것으로 확인된다(Geiger et al., 2017, p.104; Tian et al., 2023, p.7). 한편, 기후변화에 대한 인식 수준이 낮더라도, 자기효능감은 기후변화 토론에 참여할 수 있는 주요한 동기가 될 수 있다고 설명되기도 하였다(Tian et al., 2023, p.7).

다음으로 ③ 미디어 노출에 따른 정보 습득은 기후불안을 높이기도 하지만, 개인적·집단적 효능감을 높일 수 있는 방법이다. 즉, 미디어 노출 빈도가 증가할수록 효능감이 증가하는데, 일정 수준의 기후불안은 환경친화적인 행동을 촉진하는 데 기여할 수 있다고 볼 수 있다(Maran & Begotti, 2021, p.1). 그러나 미디어(또는 소셜미디어)를 통해 접한 정보가 지나치게 부정적이거나(예: 극단적인 자연재해), 정보 노출 빈도가 많은 경우 오히려 효능감을 떨어뜨리고 무력감(eco-paralysis)을 느끼게 만들 수도 있다는 점도 중요하다(Maran & Begotti, 2021, p.3). 따라서 일반 대중의 효능감 수준을 높이기 위해서는 미디어를 통한 정보 제공과 인식 전환이 필요하지만, 그 콘텐츠를 적절하게 제공해야 한다. 따라서, 기후변화의 원인과 현상에 대한 지식과 더불어, 적응하기 위한 구체적인 행동 요령 또는 정부에서 채택한 우수사례(best practice) 등에 대한 내용이 포함되어야 한다(Maran & Begotti, 2021, p.6).

마지막으로 ④ 그룹활동이다. 청소년을 대상으로 기후변화에 대한 인식이나 불안에 대한 중재할 때, 소그룹 활동(small-group activities or discussion)을 하는 것이 효과적이다. 집단활동(group work)을 할 때, 친환경적 의도와 더 강한 상관을 보였으며, 그룹에 참여한다는 소속감은

기후불안을 매개로 하여 간접적으로 친환경적 행동에 영향을 미치는 것으로 확인되었다(Sarrasin et al., 2022, p.422). 한편, 그룹 기반 환경교육의 효과성에 대한 메타분석 결과(Monroe et al., 2019, p.805), 그룹 활동 방식이 아동·청소년의 지식, 태도, 행동 의향, 자기보고 행동을 타 접근방식에 비해 더 효과적으로 제고하지는 않는 것으로 확인되었다. 그룹 기반 중재의 효과를 극대화하기 위해서는 응집력 있는 그룹에 속하여야 한다.

이 연구에서는 청년 포럼을 개최하고, 참여자의 동의하에 유튜브에 공개했다. 청년, 중앙정부, 전문가가 기후불안에 대한 인식을 제고할 수 있도록 정보를 제공하고, 참여자 간 소통의 장을 마련하기 위한 목적이었다. 포럼이 진행되는 세 시간 동안 참여자들은 집중도가 높았으며, 소통에 적극적인 모습이었다. 향후 이와 같은 공식적인 소통 체계가 마련되어, 올바른 정보 제공, 청년의 정책 참여 기전, 효과적인 정책 개발로 이어질 수 있기를 기대한다.

[그림 5-9] 미래세대 기후불안 극복을 위한 포럼 개최







- 국립정신건강센터. (2015.08.12.). 폭염으로 지친 어르신의 정신건강을 돌봐드립니다. [보도자료]. https://ncmh.go.kr/ncmh/board/commonView.do;jsessionid=QJRgP7qYwtTwc5q6LBRN5OIUDSEXinx9cTvoYRYeywBSXHayvIjIX7UkBff3cyr4.mohwwas2_servlet_engine1?no=1639&fno=16&bn=newsView&depart=&menu_cd=01_04_00_01&bno=&pageIndex=&search_item=&search_content= 에서 2025.06.23. 인출.
- 기상청. (2023). 기후변화 2023 종합보고서: 기후변화에 관한 정부 간 협의체 보고서.
- 기후변화청년단체. (n.d.a.). 기후변화청년단체 GEYK. <https://geyk.org/about-2/> 에서 2025.04.30. 인출.
- 기획재정부. (2023.06.27.). 환경교육의 모든 것, 국가환경교육 통합플랫폼. [보도자료]. 대한민국 정책브리핑. <https://www2.korea.kr/news/policyNewsView.do?newsId=148916871> 에서 2025.04.29. 인출.
- 박승진, 최혜라, 최지혜, 김진우, 홍진표. (2010). 한글판 우울증 선별도구(Patient Health Questionnaire-9, PHQ-9)의 신뢰도와 타당도. *Anxiety and Mood*, 6(2), p.124.
- 보건복지부. (2024. 01. 11). 국내·외 전문가들과 기후 재난 관련 정신건강 문제 대응 방안 모색. [보도자료]. https://www.mohw.go.kr/board.es?mid=a10503010100&bid=0027&act=view&list_no=1479783&tag=&nPage=2 에서 2025.04.28. 인출.
- 서울특별시교육청. (2025). 2025 생태전환교육 기본계획. https://buseo.sen.go.kr/buseo/bu12/user/bbs/BD_selectBbs.do?q_bbsSn=1266&q_bbsDocNo=20250220104444223 에서 2025.04.10. 인출.
- 조현영. (2025.06.12.). 기후위기 해법, 어린이 손으로...세계식물원교육총회서 '기후

- 탐험 월드카페' 열려. 동아사이언스. <https://m.dongascience.com/news.php?idx=72176> 에서 2025.07.24. 인출.
- 청년기본법 제3조, 법률 제21065호 (2025).
- 채수미, 김혜윤, 이수빈, 신지영, 백주하, 김태현, 전진아. (2023). 사회정신건강연구 센터 운영: 기후위기가 정신건강에 미치는 영향. 세종: 한국보건사회연구원.
- 채수미, 김혜윤, 이수빈. (2024). 한국인의 기후불안 수준 및 특성. 보건사회연구, 44(1), 245-267.
- 통계청. (2024). 국민 삶의 질 2024 보고서. 통계청 국가통계연구원.
- 통계청. (2025). 삶의 질지표: 기후변화불안도.
- 환경부. (2021). 제3차 환경교육종합계획(2021~2025).
- 국가환경교육 통합플랫폼. (2024). "기후 불안을 느끼시나요? 당신은 혼자가 아닙니다." <https://www.keep.go.kr/front/cntnts/cntntsDetailForm.html?cntntsId=16835>에서 2025.04.29. 인출.
- Adapt NSW. (2020). How on earth: Helping young people overcome climate anxiety. <https://www.climatechange.environment.nsw.gov.au/stories-and-case-studies/how-earth-overcoming-climate-anxiety> 에서 2025.05.01. 인출.
- Adapt NSW, (2024). From eco-anxiety to climate action. <https://www.climatechange.environment.nsw.gov.au/resources/adaptnsw-forum-home-page/adaptnsw-forum-2024/eco-anxiety-climate-action>에서 2025.05.02. 인출.
- Albrecht, G. A. (2019). Earth Emotions: New Words for a New World. Cornell University Press.
- Anxiety NZ. (2025). Eco-Anxiety - How to Cope with It. <https://anxiety.org.nz/resources/eco-anxiety-how-to-cope-with-it> 에서 2025.06.11. 인출
- Ballew, M. T., Uppalapati, S. S., Myers, T., Carman, J., Campbell, E., Rosenthal, S. A., Kotcher, J. E., Leiserowitz, A., & Maibach, E.

- (2024). Climate change psychological distress is associated with increased collective climate action in the U.S. *npj Climate Action*, 3, 88. <https://doi.org/10.1038/s44168-024-00172-8>
- Böhm, G. (2003). Emotional reactions to environmental risks: Consequentialist versus ethical evaluation. *Journal of Environmental Psychology*, 23(2), pp.199-212.
[https://doi.org/10.1016/S0272-4944\(02\)00114-7](https://doi.org/10.1016/S0272-4944(02)00114-7)
- Bratu, A., Card, K. G., Closson, K., Aran, N., Marshall, C., Clayton, S., ... Hogg, R. S. (2022). The 2021 Western North American heat dome increased climate change anxiety among British Columbians: Results from a natural experiment. *The Journal of Climate Change and Health*, 6, 100116.
- Cissé, G., McLeman, R., Adams, H., Aldunce, P., Bowen, K., Campbell-Lendrum, D., Clayton, S., Ebi, K. L., Hess, J., Huang, C., Liu, Q., McGregor, G., Semenza, J., & Tirado, M. C. (2022). Health, wellbeing, and the changing structure of communities. In 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.), *Climate change 2022: Impacts, adaptation and vulnerability*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781009325844.009>
- Clayton, S., Manning, C. M., Krygsman, K., & Speiser, M. (2017). *Mental Health and Our Changing Climate: Impacts, Implications, and Guidance*. American Psychological Association & ecoAmerica.
- Clayton, S., & Karazsia, B. T. (2020). Development and validation of a measure of climate change anxiety. *Journal of environmental psychology*, 69(101434), pp.1-11.
- Climatepsychologyalliance. (2025). Youth Support Space, <https://www.climatepsychologyalliance.org/index.php/component/content/article>

- /youth-support-programme?catid=14&Itemid=101에서 2025.06.11. 인출
- Cosh, S. M., Williams, S. E., Lykins, A. D., Bartik, W., & Tully, P. J. (2024a). Detecting and classifying eco-anxiety: development of clinical cut-off scores for the climate change anxiety scale. *BMC Psychology*, 12(738), pp.1-9.
<https://doi.org/10.1186/s40359-024-02240-4>
- Cosh, S. M., Ryan, R., Fallander, K., Robinson, K., Tognela, J., Tully, P. J., & Lykins, A. D. (2024b). The relationship between climate change and mental health: a systematic review of the association between eco-anxiety, psychological distress, and symptoms of major affective disorders. *BMC Psychiatry*, 24(833), pp.1-19. <https://doi.org/10.1186/s12888-024-06274-1>
- Crandon, T. J., Dey, C., Scott, J. G., Thomas, H. J., Ali, S., & Charlson, F. J. (2022). The clinical implications of climate change for mental health. *Nature Human Behaviour*, 6(11), pp.1474-1481.
<https://doi.org/10.1038/s41562-022-01477-6>
- Doran, R., Hanss, D., & Larsen, S. (2017). Intentions to make sustainable tourism choices: Do value orientations, time perspective, and efficacy beliefs explain individual differences? *Scandinavian Journal of Hospitality and Tourism*, 17(3), pp.223-238.
<https://doi.org/10.1080/15022250.2016.1179129>
- Earthwatch Education. (2025). Teach Earth.
<https://edu.earthwatch.org.uk/teachearth> 에서 2025.05.03. 인출.
- Earthwatch Europe. (2023). Eco-anxiety: how teacher training benefits children and young people. https://earthwatch.org.uk/blog/eco-anxiety-how-teacher-training-benefits-children-and-young-people/?gad_source=1&gclid=CjwKCAjw5v2wBhBrEiwAXDDoJR6P5aDIHcl1vb0hrhVh0_6somB3CvMnU6EH9oP_5fGH_2ZE79smAhoC3dcQAvD_

- BwE 에서 2025.05.03. 인출.
- European Climate Pact. (2023). International Youth for Climate Action (IAYC). https://climate-pact.europa.eu/organisation-and-group-pledging/browse-organisation-group-type/informal-groups/international-youth-climate-action-iayc_en에서 2025.07.17. 인출.
- European Union Council. (2024). The role of the youth sector in addressing young people's climate emotions. European Union-Council of Europe Youth Partnership
- Gao, C. X., Teo, S. M., Brennan, N., Fava, N., Freeburn, T., & Filia, K. (2023). Climate concerns and young people's mental health: Findings from the 2022 Mission Australia Youth Survey. Orygen; Mission Australia.
- Geiger, N., Swim, J. K., & Fraser, J. (2017). Creating a climate for change: Interventions, efficacy and public discussion about climate change. *Journal of Environmental Psychology*, 51, pp.104-116.
- 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.
- Good Grief Network. (2025a). 10 Steps to Resilience & Empowerment in a Chaotic Climate. <https://goodgriefnetwork.org/10steps/> 에서 2025.06.11. 인출
- Good Grief Network.(2025b). GGN-Z. <https://www.goodgriefnetwork.org/teens/> 에서 2025.01.05. 인출.
- Good Grief Network. (2025c). Good Grief Network WRITING THROUGH IT. <https://www.goodgriefnetwork.org/journal/>에서 2025.05.01. 인출.
- Gov.uk. (2023). Guidance Sustainability leadership and climate action plans in education. <https://www.gov.uk/guidance/sustainability-leadership-and-climate-action-plans-in-education> 에서 2025.05.02. 인출.
- Heeren, A., Mougouama-Daouda, C., & Contreras, A. (2022). On climate

- anxiety and the threat it may pose to daily life functioning and adaptation: A study among European and African French-speaking participants. *Climatic change*, 173(1-2), 15.
- Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, R. E., Mayall, E. E., Wray, B., Mellor, C., & van Susteren, L. (2021). Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: A global survey. *The Lancet Planetary Health*, 5(12), e863-e873. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(21\)00278-3](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(21)00278-3)
- Hickman, C. (2024). Eco-Anxiety in children and young people – A rational response, irreconcilable despair, or both?. *The psychoanalytic study of the child*, 77(1), pp.356-368. <https://doi.org/10.1080/00797308.2023.2287381>
- Hogg, T., Stanley, S., O'Brien, L., Wilson, M. S., & Watsford, C. (2021). The Hogg Eco-Anxiety Scale: Development and validation of a multidimensional scale. *Global Environmental Change*, 71, 102391. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2021.102391>
- Innocenti, M., Santarelli, G., Lombardi, G. S., Ciabini, L., Zjalic, D., Di Russo, M., & 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(4), 3085.
- Insideclimatenews, (2024.09.06.). Group Therapy Sessions Proliferate for People Afflicted With 'Eco-Distress'. <https://insideclimatenews.org/news/06092024/eco-distress-group-therapy/> 에서 2025.05.01. 인출.
- Jang, S. J., Chung, S. J., & Lee, H. (2023). Validation of the climate change anxiety scale for Korean adults. *Perspectives in Psychiatric Care*, 2023, 9718834. <https://doi.org/10.1155/2023/9718834>

- Kessler, R. C., Jin, R., Koretz, D., Merikangas, K. R., Rush, A. J., Walters, E. E., & Wang, P. S. (2003). The epidemiology of major depressive disorder results from the National Comorbidity Survey Replication (NCS-R). *JAMA*, 289(23), pp.3095-3105. <https://doi.org/10.1001/jama.289.23.3095>
- Larionow, P., Gawrych, M., Mackiewicz, J., Michalak, M., Mudłowska, K., Preece, D. A., & Stewart, A. E. (2024). The Climate Change Worry Scale (CCWS) and its links with demographics and mental health outcomes in a Polish sample. *Healthcare*, 12(1128), pp.1-13. <https://doi.org/10.3390/healthcare1211128>
- Maran, D. A., & Begotti, T. (2021). Media exposure to climate change, anxiety, and efficacy beliefs in a sample of Italian university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(17), 9358. <https://doi.org/10.3390/ijerph18179358>
- Marczak, M., Wierzbna, M., Zaremba, D., Kulesza, M., Szczypiński, J., Kossowski, B., Budziszewska, M., Michałowski, J. M., & Klöckner, C. A. (2023). Beyond climate anxiety: Development and validation of the Inventory of Climate Emotions (ICE): A measure of multiple emotions experienced in relation to climate change. *Global Environmental Change*, 83, 102764. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2023.102764>
- Monroe, M. C., Plate R. R., Oxarart, A., Bowers, A., & Chaves, W. A. (2019). Identifying effective climate change education strategies: a systematic review of the research. *Environmental Education Research*, 25(6), pp.791-812.
- Ogunbode, C. A., Doran, R., Hanss, D., Ojala, M., Salmela-Aro, K., van den Broek, K. L., Bhullar, N., Aquino, S. D., Marot, T., Schermer, J. A., Włodarczyk, A., Lu, S., Jiang, F., Maran, D. A., Yadav, R., Ardi, R.,

- Chegeni, R., Ghanbarian, E., Zand, S., ... Karasu, M. (2022). Climate anxiety, wellbeing and pro-environmental action: Correlates of negative emotional responses to climate change in 32 countries. *Journal of Environmental Psychology*, 84, 101887.
<https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2022.101887>
- Reser, J. P., Bradley, G. L., Glendon, A. I., Ellul, M. C., & Callaghan, R. (2012). Public risk perceptions, understandings, and responses to climate change and natural disasters in Australia, 2010 and 2011. National Climate Change Adaptation Research Facility.
<https://nccarf.edu.au/public-risk-perceptions-understandings-and-responses-climate-change-and-natural-disaster-1>
- Reyes, M. E. S., Carmen, B. P. B., Luminarias, M. E. P., Mangulabnan, S. A. N. B., & Ogunbode, C. A. (2023). An investigation into the relationship between climate change anxiety and mental health among Gen Z Filipinos. *Current Psychology*, 42, pp.7448-7456.
<https://doi.org/10.1007/s12144-021-02099-3>
- Sampaio, F. & Sequeira, C. (2022). Climate anxiety: trigger or threat for mental disorders? *The Lancet Planetary Health*, 6(2), e89.
[https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(22\)00008-0](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(22)00008-0)
- Sarrasin, O., Henry, J. L. A., Masserey, C., & Graff, F. (2022). The relationships between adolescents' climate anxiety, efficacy beliefs, group dynamics, and pro-environmental behavioral intentions after a group-based environmental education intervention. *Youth*, 2(3), pp.422-440. <https://doi.org/10.3390/youth2030031>
- Schwartz, S. E. O., Benoit, L., Clayton, S., Parnes, M. F., Swenson, L., & Lowe, S. R. (2022). Climate change anxiety and mental health: Environmental activism as buffer. *Current Psychology*. 28, pp.1-14.
<https://doi.org/10.1007/s12144-022-02735-6>

- Sheth, C., McGlade, E., & Yurgelun-Todd, D. (2017). Chronic Stress in Adolescents and Its Neurobiological and Psychopathological Consequences: An RDoC Perspective. *Chronic Stress*, 1. <https://doi.org/10.1177/2470547017715645>
- Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B., Lowe, B. (2006). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. *Archives of internal medicine*. 166(10), pp.1092-1097.
- SSE. (2024). Sustainability support for education. Anxiety. https://www.sustainabilitysupportforeducation.org.uk/search?term=anxiety&maturity_level=&from=0 에서 2025.05.02. 인출.
- Stapleton, A. & Jece, I. (2024). The role of the youth sector in addressing young people's climate emotions. European Union.
- Stewart, A. E. (2021). Psychometric properties of the climate change worry scale. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(494), pp.1-22. <https://doi.org/10.3390/ijerph18020494>
- Stuff, (n.d.). Climate worriers. <https://interactives.stuff.co.nz/2021/03/climate-worriers>에서 2025.06.11. 인출
- Tam, K. P., Chan, H. W., & Clayton, S. (2023). Climate change anxiety in China, India, Japan, and the United States. *Journal of environmental psychology*, 87(12), 101991, pp.1-14.
- Thiery, W., Lange, S., Rogelj, J., Schleussner, C.-F., Gudmundsson, L., Seneviratne, S. I., Andrijevic, M., Frieler, K., Emanuel, K., Geiger, T., Bresch, D. N., Zhao, F., Willner, S. N., Büchner, M., Volkholz, J., Bauer, N., Chang, J., Ciais, P., Dury, M., ... & Wada, Y. (2021). Intergenerational inequities in exposure to climate extremes: Young generations are severely threatened by climate change. *Science*, 374(6564), pp.158-160. <https://doi.org/10.1126/science.abi7339>
- Tian, J., Zheng, X., & Sun, Y. (2023). Fostering public climate change

discussions from a social interaction perspective. *Frontiers in Psychology*, 14, pp.1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1258150>

UKYCC. (n.d.a). A UKYCC Podcast - From the Ground Up.

<https://www.ukycc.com/podcast-from-the-ground-up>에서 2025.06.25. 인출.

University of Minnesota Extension. (2023). Assessing the emotional toll of jumping worm damage. University of Minnesota Extension

https://docs.google.com/document/d/1GqXutGBsysIHypWRgXD6MyhD_ieQod-HFgD_O9TBga8/edit?tab=t.0에서 2025.06.25. 인출.

University of Minnesota Extension. (2025). Eco-anxiety, University of Minnesota Extension. <https://extension.umn.edu/stress-and-change/eeco-anxiety>에서 2025.06.25. 인출.

UNFCCC. (2024). Presidency Youth Climate Champion - Lessons, insights and achievements from 2024. <https://unfccc.int/PYCC> 에서 2025.06.11. 인출

United Nations Climate Change and COP29, (2025). Presidency Youth Climate Champion Lessons, insights and achievements from 2024, https://unfccc.int/sites/default/files/resource/UNFCCC_COP29_PYCC_report.pdf 에서 2025.06.11. 인출

USDA. (2022). Cooperative Extension Grows People and Communities. The National Institute of Food and Agriculture. <https://www.nifa.usda.gov/about-nifa/blogs/cooperative-extension-grows-people-communities> 에서 2025.06.27. 인출.

Wang, S., Le, G. H., Phan, L., Rhee, T. G., Ho, R., Meshkat, S., Teopiz, K. M., Kwan, A. T. H., Mansur, R. B., Rosenblat, J. D., & McIntyre, R. S. (2024). Effects of anhedonia on health-related quality of life and functional outcomes in major depressive

- disorder: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 356, pp.684-698.
- White, M. A. (2020). What the Yerkes-Dodson Law Says About Stress and Performance. Healthline. <https://www.healthline.com/health/yerkes-dodson-law#stress-performance-bell-curve>
- 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), pp.1-10.
- Wullenkord, M. C., Tröger, J., Hamann, K. R. S., & Reese, G. (2021). Anxiety and climate change: a validation of the Climate Anxiety Scale in a German-speaking quota sample and an investigation of psychological correlates. *Climatic change*, 168(20). <https://doi.org/10.1007/s10584-021-03234-6>
- Ympäristöahdistus.fi. (2025a). Ympäristö ja tulevaisuus mielessä-hanke. <https://ymparistoahdistus.fi/me/> 에서 2025.06.21. 인출.
- Ympäristöahdistus.fi.(2025b). Tukea ja apua: Kun ekokriisi herättää tunteita, Kun ekokriisi herättää tunteita, me voimme auttaa. <https://ymparistoahdistus.fi/tukea-ja-apua/> 에서 2025.06.22. 인출.
- Ympäristöahdistus.fi. (2025c). Harjoitukset, <https://ymparistoahdistus.fi/artikkelit/>에서 2025.06.23. 인출.
- Ympäristöahdistus.fi.(2025d). Support for young people to deal with their emotions. <https://ymparistoahdistus.fi/kasvattajille/> 에서 2025.06.24. 인출.





[부록 1] 청년면담 배포용 질문지

[미래세대 기후불안에 대한 심층 분석과 중재 전략] 면담 조사 주요 질문

1. 일반사항

- 1) 간단한 자기소개(전공, 직업, 취미 등)
- 2) 우리나라 미래에 대한 자신의 생각(긍정적, 부정적인 측면)

2. 기후변화에 대한 인식

- 1) 환경친화적 활동, 생활습관
- 2) 기후변화에 대한 감정, 정보 습득 경험
- 3) 기후대응 활동 경험(강연 참석, 온라인 콘텐츠 활용, 환경단체 활동, 집회 참여 등)
- 4) 기후변화로 인해 불안을 느낀 경험, 대처 방법, 도움 필요성 등
- 5) 기후변화와 관련해서 제안하고 싶은 사항이나 하고 싶은 말

3. 기후변화와 정신건강

- 1) 자신이 판단하는 정신건강 수준
- 2) 기후변화와 관련된 재해 경험, 기후변화와 정신건강에 대한 생각

[부록 2] 기후불안 실태조사 설문지

기후불안 실태조사

안녕하십니까?

본 설문은 국무총리 산하의 국책연구기관인 한국보건사회연구원에서 수행하는 「미래세대 기후불안에 대한 심층 분석과 중재 전략」 연구의 일환으로 진행되는 조사입니다. 본 조사는 **만 19세~64세 성인**을 대상으로 **미래세대의 기후불안 수준과 특성을 파악**하는 것에 목적을 두고 있습니다. 이에 본 조사에서는 **기후불안 수준, 환경친화적 행동 실천, 정신적·신체적 건강 상태, 기후변화 대응 정책에 대한 평가** 등을 확인하고자 합니다. 설문은 **약 10분 이내**로 소요될 예정입니다.

여러분의 응답은 우리나라 미래세대에 요구되는 **기후불안 정책 방안을 마련**하는 데 기초자료(연구보고서, 학술논문, 정책자료 등)로 귀중하게 활용될 것입니다. 본 조사에서 응답해 주신 내용은 **연구 목적 이외에는 사용되지 않으며**, 개인정보보호법 제18조(개인정보의 이용·제공의 제한) 및 통계법 33조(비밀의 보호 등), 제34조(통계종사자 등의 의무)에 의하여 **개인정보 보호를 받을 수** 있습니다.

감사의 말씀 전하며 설문 항목에 빠짐없이 응해주시기를 부탁드립니다. 조사에 참여해 주신 모든 분께는 사례로 4,000원 상당의 상품권을 기입해주신 연락처로 보내드립니다.

- 연구책임: 한국보건사회연구원 채수미 연구위원(044-287-8120)
- 연구문의: 한국보건사회연구원 김혜윤 전문연구원(044-287-8409)
- 조사문의: (조사업체 담당자 및 연락처 기재)

조사 참여 동의

※ 연구 참여 의사

- 조사 참여 여부는 전적으로 귀하의 의사에 달려있으며, 원치 않으면 참여하지 않으셔도 괜찮습니다.
 - 만약 참여를 중도에 거부하실 경우 연구자는 즉시 조사를 중단할 것이며 불이익은 없습니다. 이 경우 기존에 수집된 개인정보는 모두 폐기할 것입니다.
 - 조사가 끝난 후에도 언제든지 그만둘 의사를 표시할 수 있습니다. 만일 조사연구에 참여하는 것을 그만두고 싶다면 담당 연구원이나 연구책임자, 또는 위탁수행업체 담당자에게 즉시 말씀해 주십시오.
- ※ 한국보건사회연구원에 자신의 개인정보에 대한 열람, 정정, 삭제, 처리정지 등의 요구를 언제든지 요청할 수 있습니다.

■ 본인은 「기후불안 실태조사」의 목적과 내용을 충분히 이해하였고, 조사를 거부하거나 중단할 권리가 있다는 사실을 인지하였습니다. 본인은 조사에 **참여하는 것을 동의**합니다.

동의함동의안함

개인정보 수집·이용 및 제3자 제공 동의

※ 연구참여자의 개인정보 보호를 위한 절차

- 귀하께서 응답해주신 모든 내용과 개인정보는 개인정보보호법 제18조(개인정보의 이용·제공의 제한) 및 통계법 33조(비밀의 보호)에 의거하여 비밀이 보장됨을 약속드립니다.
- **(개인정보 보관방법 및 기간)** 연구에 필요한 개인정보는 ID로 변환하여 암호화하고, 별도의 보안처리된 USB에 보관합니다. 개인정보에 해당되는 내용은 3년 보관 후 모두 폐기할 것입니다.
- **(연구결과 공개)** 조사의 최종결과물(조사 응답)은 정보 비식별화 절차를 거친 후 공공데이터의 제공 및 이용 활성화에 관한 법률 제26조(공공데이터의 제공)에 의해 공개될 수 있습니다. 또한 연구의 최종결과물 작성 시에도 개인식별이 불가능하도록 자료를 처리할 것입니다.
- **(제3자 정보 제공)** 설문조사 수행 및 조사참여 사례 제공을 위하여, 제3자 위탁 조사업체에 아래 개인정보 항목(성명, 휴대폰 번호)이 제공됩니다. 사례비 제공 후 제3자 위탁 조사업체에 제공된 개인정보는 즉시 폐기됩니다.

〈개인정보 수집·이용 내역〉

항목	수집·이용 목적	보유기간
응답자 성명, 응답자 휴대폰 번호	설문조사 내용 확인, 필요 시 응답항목에 대한 확인, 조사참여 사례 제공	3년

※ 위의 개인정보 수집·이용에 대한 동의를 거부할 권리가 있습니다. 단, 동의를 거부할 경우 응답자의 의견 적용이 제한될 수 있습니다.

〈개인정보 위탁안내〉

- 위탁 수행업체명 : ㈜글로벌리서치
- 위탁업무 : 설문조사 수행 및 검증, 조사사례비 제공

■ 본인은 위와 같이 통계의 작성에 필요한 개인정보를 수집·이용 및 제3자 제공, 최종결과물의 제3자 제공하는데 동의합니다.

동의함동의안함

동의일: 2025년 월 일 성명 :

(서명)

SQ. 응답자 선정 문항

SQ1. 귀하의 성별은 무엇입니까?

1. 남자 2. 여자

SQ2. 귀하의 연령은 어떻게 되십니까? [※ 만 19세 미만, 65세 이상 → 조사 종료]

만 () 세

[선정] 만19세~64세만 진행

SQ3. 귀하가 거주하고 있는 지역은 어디입니까?

1. 서울 2. 부산 3. 대구 4. 인천 5. 대전 6. 광주 7. 울산 8. 세종
9. 경기 10. 강원 11. 충북 12. 충남 13. 전북 14. 전남 15. 경북 16. 경남 17. 제주

SQ3a. 권역(자동 입력)

- | | |
|----------------------------------|----------------------------|
| 1. 서울(SQ3=1) | 2. 인천/경기(SQ3=4, 9) |
| 3. 대전/충북/충남/세종(SQ3=5, 8, 11, 12) | 4. 광주/전북/전남(SQ3=6, 13, 14) |
| 5. 대구/경북(SQ3=3, 15) | 6. 부산/울산/경남(SQ3=2, 7, 16) |
| 7. 강원(SQ3=10) | 8. 제주(SQ3=17) |

[할당] [자동 입력] SQ3

SQ3-1. 귀하의 거주지는 어디에 해당됩니까?

1. 동 지역 2. 읍·면 지역

[PGM] SQ3=1, 5, 6 응답자는 SQ3-1=1 입력 후 문항 스킵

SQ3-2. 귀하의 거주지는 어디에 해당됩니까? (모두 선택)

- | | | |
|------------|------------|-----------|
| 1. 산간지역 | 2. 해안지역 | 3. 상습침수지역 |
| 4. 폭염 취약지역 | 5. 한파 취약지역 | 6. 해당 없음 |
| 7. 잘 모르겠다 | | |

[복수] [PGM] '6. 해당 없음' 및 '7. 잘 모르겠다' 단수 응답

A. 환경친화적 행동

A1. 귀하는 다음의 사항을 얼마나 자주 경험하십니까?

	전혀 없음	드물게	가끔	자주	항상
1 재활용을 실천한다	1	2	3	4	5
2 사용하지 않을 때는 전등과 조명을 끈다	1	2	3	4	5
3 사용하지 않을 때는 수도꼭지를 잠근다	1	2	3	4	5
4 사용하지 않을 때는 콘센트에서 플러그를 뽑아둔다	1	2	3	4	5
5 냉장고에서 무엇을 꺼낼지 결정하는 동안 냉장고 문을 닫는다	1	2	3	4	5
6 난방 또는 에어컨을 사용할 때 적정 실내온도(여름철 26도 이상, 겨울철 20도 이하)를 유지한다	1	2	3	4	5
7 외출할 때 개인 수저를 가지고 다닌다	1	2	3	4	5
8 외출할 때 물컵이나 텀블러를 가지고 다닌다	1	2	3	4	5
9 교통수단을 이용하는 대신 걷거나 자전거를 이용한다	1	2	3	4	5

B. 기후불안 수준

B1. 귀하는 기후변화에 대해 걱정하십니까? 걱정하지 않으십니까?

1. 전혀 걱정하지 않는다 2. 걱정하지 않는다 3. 걱정된다 4. 매우 걱정된다

B2. 귀하는 기후변화에 대해 불안하십니까? 불안하지 않으십니까?

1. 전혀 불안하지 않다 2. 불안하지 않다 3. 불안하다 4. 매우 불안하다

B3. 귀하는 기후변화는 늦출 수 있으며, 기후변화로 인해 발생하는 문제가 해결될 수 있다고 생각하십니까?

1. 전혀 그렇지 않다 2. 그렇지 않다 3. 그렇다 4. 매우 그렇다

B4. 귀하는 기후변화는 통제하거나 해결할 수 없다고 생각되어 무력감을 느끼십니까?

1. 전혀 그렇지 않다 2. 그렇지 않다 3. 그렇다 4. 매우 그렇다

B5. 귀하는 다음의 사항을 얼마나 자주 경험하십니까?

		전혀 없었다	드물게 그랬다	가끔 그랬 다	자주 그랬 다	거의 항상
1	나는 기후변화에 대한 생각 때문에 집중하기 어렵다.	1	2	3	4	5
2	나는 기후변화에 대한 생각 때문에 잠자기 어렵다.	1	2	3	4	5
3	나는 기후변화에 관한 악몽을 꾸다.	1	2	3	4	5
4	나는 기후변화 때문에 눈물이 날 때가 있다.	1	2	3	4	5
5	나는 "기후변화에 더 잘 대처할 수 있을까?"하고 생각한다.	1	2	3	4	5
6	나는 왜 나만 기후변화에 대해 이렇게 느끼는지 생각한다.	1	2	3	4	5
7	나는 기후변화에 대한 내 생각을 적어보고 분석한다.	1	2	3	4	5
8	나는 "내가 왜 기후변화에 대해 이렇게 반응하지?"하고 생각한다.	1	2	3	4	5
9	나는 기후변화에 대한 우려로 가족이나 친구들과 재밌게 지내는 것이 어렵다.	1	2	3	4	5
10	나는 지속가능성*에 대한 우려와 가족들의 요구 간의 균형을 맞추는 데 어려움이 있다. *지속가능성: 인간이 삶의 터전으로 삼는 환경과 생태계 또는 공 공으로 이용하는 자원 따위를 계속해서 사용할 수 있는 환경적 또는 경제 사회적 특성 [네이버 국어사전 참조] *예시: 음식을 주문할 때, 나는 일회용 용기 대신 우리 집에 있는 유리 용기에 음식을 담아오고 싶은데, 다른 가족원은 배달하는 것을 선호한다.	1	2	3	4	5
11	나는 기후변화에 대한 우려로 과제를 하거나 일을 하는 데 방해받는다.	1	2	3	4	5
12	나는 기후변화에 대한 우려로 잠재력을 발휘해 과제를 하거나 일하기가 어렵다.	1	2	3	4	5
13	내 친구들은 내가 기후변화에 대해 너무 많이 생각한다고 말한다.	1	2	3	4	5

B6. 귀하는 평소 다음의 사항을 얼마나 자주 실천하십니까?

		전혀 없었다	드물게 그랬다	가끔 그랬 다	자주 그랬 다	거의 항상
1	나는 기후변화에 대해 부정적인 감정을 느끼는 것은 정상이라고 생각한다.	1	2	3	4	5
2	나는 기후불안을 해결할 수 있는 방안과 마음챙김에 집중한다.	1	2	3	4	5
3	나는 다른 사람으로부터 지지와 보살핌을 받고 있다고 느낀다.	1	2	3	4	5
4	나는 공원, 산 등에서 시간을 보내며 자연과 가까이 한다	1	2	3	4	5
5	나는 기후변화에 대응하기 위해 내가 할 수 있는 역할을 다한다.	1	2	3	4	5
6	나 자신의 안녕(웰빙)을 위해 노력한다.	1	2	3	4	5
7	나는 일부 지역이나 사람들이 기후변화로 인한 피해를 더 많이 경험할 수 있다는 것에 관심을 갖는다.	1	2	3	4	5

B7. 귀하는 다음의 내용에 대해 어느 정도 동의하거나 동의하지 않습니까?

		전혀 동의 하지 않는다	동의 하지 않는 다	동의 한다	매우 동의 한다
1	나는 기후변화 문제를 해결하는 데 도움이 될 수 있는 일을 할 수 있다고 믿는다.	1	2	3	4
2	나는 나의 일상적인 행동(예: 구매, 소비, 에너지 사용 습관)을 통해, 탄소배출을 저감하는 데 기여할 수 있다.	1	2	3	4
3	나는 기후위기에 대응하기 위한 법안에 영향을 미칠 수 있도록 노력(예: 지역 정치인에게 청원서 보내기, 시위 참여)하여, 기후를 보호하는 데 도움을 줄 수 있다.	1	2	3	4
4	나는 주변 사람들이 기후위기 대응에 참여하도록 동기 부여할 수 있다.	1	2	3	4
5	나는 탄소배출을 저감하는 행동을 실천하며, 주변 사람들도 같은 행동을 하도록 격려할 수 있다.	1	2	3	4

B8. 최근 5년 동안 귀하는 기후변화와 관련된 다음의 현상을 직접 경험한 적이 있습니까?

		B8-1. 언제 경험하였습니까?				B8-2. 그 경험이 신체적, 정신적 또는 재정적으로 중대한 영향을 미쳤습니까? [대상] 각 B8-1의 2~4번 응답자	
		경험 없음	6개월 이내	6개월 이상 5년 이내	경험 사점이 가려나지 않음	예	아니오
1	홍수	1	2	3	4	1	2
2	태풍/쓰나미	1	2	3	4	1	2
3	산사태	1	2	3	4	1	2
4	가뭄	1	2	3	4	1	2
5	폭염	1	2	3	4	1	2
6	한파	1	2	3	4	1	2
7	산불	1	2	3	4	1	2
8	지진	1	2	3	4	1	2
9	미세먼지	1	2	3	4	1	2

C. 정신적·신체적 건강상태

정신적 건강상태

C1. 귀하는 지난 2주 동안 아래 나열되는 증상들을 얼마나 자주 경험했습니까?

		전혀 아니다	여러 날 동안	2주 중 일주 일 이상	거의 매일
1	기분이 가라앉거나, 우울하거나, 희망이 없다고 느꼈다.	0	1	2	3
2	평소 하던 일에 대한 흥미가 없어지거나 즐거움을 느끼지 못했다.	0	1	2	3
3	잠들기가 어렵거나 자주 깬다/혹은 너무 많이 잤다.	0	1	2	3
4	평소보다 식욕이 줄었다/혹은 평소보다 많이 먹었다.	0	1	2	3
5	다른 사람들이 눈치 챌 정도로 평소보다 말과 행동이 느려졌다/혹은 너무 안절부절 못해서 가만히 앉아 있을 수 없었다.	0	1	2	3
6	피곤하고 기운이 없었다.	0	1	2	3
7	내가 잘못 했거나, 실�했다는 생각이 들었다/혹은 자신과 가족을 실망시켰다고 생각했다.	0	1	2	3
8	신문을 읽거나 TV를 보는 것과 같은 일상적인 일에도 집중할 수가 없었다.	0	1	2	3
9	차라리 죽는 것이 더 낫겠다고 생각했다/혹은 자해할 생각을 했다.	0	1	2	3

C2. 귀하는 지난 2주 동안 아래 나열되는 증상들을 얼마나 자주 경험했습니까?

		전혀 아니다	여러 날 동안	2주 중 일주 일 이상	거의 매일
1	초조하거나 불안하거나 조마조마하게 느낀다.	0	1	2	3
2	걱정하는 것을 멈추거나 조절할 수가 없다.	0	1	2	3
3	여러 가지 것들에 대해 걱정을 너무 많이 한다.	0	1	2	3
4	편하게 있기가 어렵다.	0	1	2	3
5	너무 안절부절 못해서 가만히 있기가 힘들다.	0	1	2	3
6	쉽게 짜증이 나거나 쉽게 성을 내게 된다.	0	1	2	3
7	마치 끔찍한 일이 생길 것처럼 두렵게 느껴진다.	0	1	2	3

C3. 귀하에게 '지난 1개월 동안' 아래 나열되는 증상들이 얼마나 자주 일어났습니까?

		전혀 없음	거의 없음	때때로 있음	자주 있음	매우 자주
1	예상치 못했던 일 때문에 당황했던 적이 얼마나 있었습니까?	0	1	2	3	4
2	인생에서 중요한 일들을 조절할 수 없다는 느낌을 얼마나 경험 하였습니다습니까?	0	1	2	3	4
3	신경이 예민해지고 스트레스를 받고 있다는 느낌을 얼마나 경험 하였습니다습니까?	0	1	2	3	4
4	당신의 개인적 문제들을 다루는 데 있어서 얼마나 자주 자신감을 느끼셨습니까?	0	1	2	3	4
5	일상의 일들이 당신의 생각대로 진행되고 있다는 느낌을 얼마나 경험하셨습니다습니까?	0	1	2	3	4
6	당신이 꼭 해야 하는 일을 처리할 수 없다고 생각한 적이 얼마나 있었습니까?	0	1	2	3	4
7	일상생활의 짜증을 얼마나 자주 잘 다스릴 수 있었습니까?	0	1	2	3	4
8	최상의 컨디션이라고 얼마나 자주 느끼셨습니까?	0	1	2	3	4
9	당신이 통제할 수 없는 일 때문에 화가 난 경험이 얼마나 있었습니까?	0	1	2	3	4
10	어려운 일들이 너무 많이 쌓여서 극복하지 못할 것 같은 느낌을 얼마나 자주 경험하셨습니다습니까?	0	1	2	3	4

신체적 건강상태

C4. 귀하는 의사의 진단을 받은 만성질환을 현재 앓고 계십니까?

1. 예(1개 있음) 2. 예(2개 이상 있음) 3. 아니오(없음)

↳ C4-1. 그 만성질환의 치료나 관리를 위해 약을 복용하십니까?

1. 예 2. 아니오

[대상] C4의 1 또는 2 응답자

D. 기후변화 대응 정책에 대한 평가

D1. 기후변화와 관련하여, 귀하는 정부의 대응에 대해 어떻게 생각하십니까?

	전혀 아니다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1 나의 우려를 진지하게 받아들이고 있다.	1	2	3	4	5
2 기후변화로 인한 재난을 피하기 위해 충분히 노력하고 있다.	1	2	3	4	5
3 사람들의 고통을 무시하고 있다.	1	2	3	4	5
4 기후변화의 과학적 근거에 따라 대응하고 있다.	1	2	3	4	5
5 나와 미래세대, 그리고 지구(환경)를 보호하고 있다.	1	2	3	4	5
6 신뢰할 수 있다.	1	2	3	4	5
7 정부의 대응이 효과적이라는 거짓말을 하고 있다.	1	2	3	4	5
8 청년들을 살상시키고 있다.	1	2	3	4	5
9 나와 미래세대를 배신하고 있다.	1	2	3	4	5

DQ. 인구사회학적 특성(일반사항)

DQ1. 귀하의 최종 학력은 어떻게 되십니까?

(※ 재학 및 중퇴는 한 단계 아래 학력 기재 (예: 중학교 재학이나 중퇴는 2. 초등학교 졸업))

- | | |
|-----------------------|---------------|
| 1. 무학 | 2. 초등학교 졸업 이하 |
| 3. 중학교 졸업 이하 | 4. 고등학교 졸업 이하 |
| 5. 대학교(전문대학 포함) 졸업 이하 | 6. 대학원 이상 |

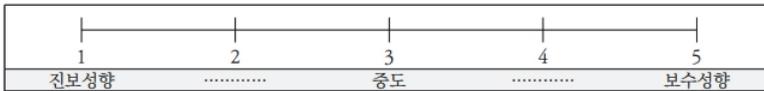
DQ2. 귀하의 혼인상태는 어떻게 되십니까?

- 배우자가 있으며, 함께 살고 있음(사실혼 상태 포함)
- 배우자가 있으나, 함께 살고 있지 않음(출장 등의 일시적 상태 제외)
- 배우자 사망으로 배우자가 없음
- 이혼으로 배우자가 없음
- 결혼한 적 없음
- 응답 거부

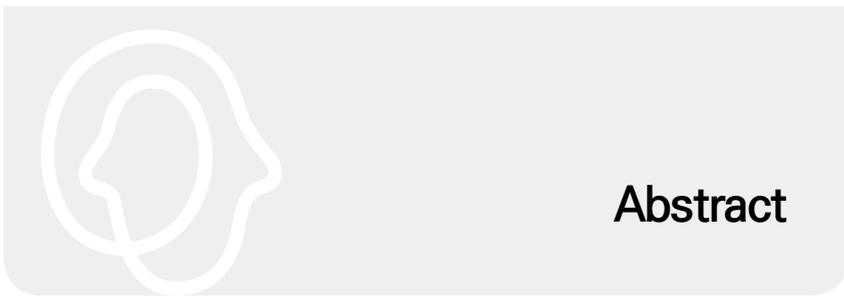
DQ3. 귀하의 자녀 여부는 어떻게 되십니까?

- 있음
- 없음

DQ4. 귀하의 정치적 성향은 어떻게 되십니까?







Abstract

A Comprehensive Analysis and Policy Strategies for Climate Anxiety in Future Generations

Project Head: Chae, Sumi

The Intergovernmental Panel on Climate Change (IPCC) first addressed climate anxiety as a potential mental health issue arising from exposure to the climate crisis in its Sixth Assessment Report (2022). This marked a turning point in raising societal awareness of climate anxiety, as it formally acknowledged that not only the direct and indirect impacts of the climate crisis but also vicarious exposure through others' experiences or media coverage can affect mental health.

This study originated from the need for comprehensive analysis and practical alternatives regarding climate anxiety among future generations. Future generations are more vulnerable to health impacts from the climate crisis than current generations and will bear a greater burden of climate-response challenges. However, systematic analysis and response to this issue remain insufficient domestically. A recent study (2023) using the Korean version of the Climate Change Anxiety Scale (K-CCAS), adapted from Clayton and Karazsia (2020), revealed a unique trend: while young adults in their 20s and 30s showed high levels of climate anxiety, their responses to single-item questions ac-

Co-Researchers: Kim, Hyeyun · Kwak, Yoonkyung · Jung, Sukyoung

tually indicated lower levels.

Therefore, this study aims to derive national intervention strategies to support the mental well-being of future generations by deeply analyzing the characteristics of their climate anxiety, assessing the level at which its negative functional impact on mental health manifests, and comparing domestic and international policy trends.

The conclusions and implications of this study are as follows. First, in the 2023 preliminary study, younger respondents' feelings about climate change appeared diffuse and sometimes contradictory; depending on the assessment approach, key issues could remain undetected. Because many studies on climate anxiety emphasize its links to pro-environmental behavior, it may also be interpreted as a positive phenomenon. Nevertheless, an intergenerational equity lens is essential: future climate and non-climate risks will interact to produce complex, cascading hazards, and adaptation options tend to become more constrained and less effective as climate change intensifies. To foreground preparedness for the next generation, this study intentionally analyzed the youngest feasible adult cohort within the research design.

Second, the K-CCAS in 2025 averaged 1.92, slightly above the 1.90 observed in 2023, indicating a continued tendency toward higher climate anxiety among younger cohorts. Interviews further highlighted several features of future generations' cli-

mate anxiety. Not all young people assign equal weight to the unequal harms and responsibilities that the climate crisis imposes on them relative to older generations; accordingly, differences in policy demands and acceptance within the youth population should be anticipated in climate-policy implementation. Even when participants recognized climate anxiety as a crisis-related phenomenon, they did not fully grasp its dual functions (potentially constructive and potentially harmful). It is therefore inappropriate to treat climate anxiety as a uniform problem affecting all young people in the same way; clear communication about both positive and negative functions is required. Perceptions and responses varied by anxiety level, underscoring the need for differentiated communication strategies. Finally, many young respondents reported efforts to leverage the constructive aspects of climate anxiety; however, the presence of positive functions does not negate the possible negative ones.

Third, this study is significant in that it employed the K-CCAS to propose a cutoff indicating potential mental health risk. Cutoff values were derived using a K-CCAS mean score of 5 points as the reference. The K-CCAS corresponding to mild or moderate depression (PHQ-9) were estimated at 1.76 and 2.40, respectively. The mean K-CCAS among Korean adults in this study was 1.92, suggesting a level potentially associated with mild depression. Crucially, mental-health risk increases

monotonically with higher climate-anxiety levels; there is no optimal anxiety level at which only positive functions are realized without negative ones. Therefore, while cognitive arousal about the climate crisis can help mobilize climate action and policy support, it must be coupled with measures that address the attendant mental health risks.

Finally, policy tasks to help future generations cope with climate anxiety can be organized into four domains: monitoring, education, psychological support, and communication. Some tasks are best led by experts in the health or environmental sectors, while others require cross-sectoral coordination. Rather than treating future generations as symbolic beneficiaries of adaptation policy, their rights and agency should be guaranteed so they can act as policy actors. In parallel, cross-sectoral dialogue is needed to avoid provocative terminology that goes beyond objective information and to promote solutions-oriented messages, including the communication of feasible pathways to address the climate crisis.