

한국심리학회지 : 문화 및 사회문제
Korean Journal of Culture and Social Issues
2021, Vol. 27, No. 1, 35~49.
<http://dx.doi.org/10.20406/kjcs.2021.2.27.1.35>

문화적응 스트레스가 한국에 거주하는 몽골이주민의 우울에 미치는 영향: 사회적 지지의 조절 효과

나란불탁

유금란[†]

가톨릭대학교

본 연구의 목적은 한국에 거주하는 몽골이주민들의 우울을 측정하는 것이며, 사회적 지지와 문화적응 스트레스가 우울에 미치는 영향을 검증하고자 한다. 이를 위해 본 연구에 총 200명의 성인을 대상으로 우울, 사회적지지, 문화적응 스트레스 자기보고식 설문지를 실시하였다. SPSS 22.0과 AMOS 22.0을 사용하여 변수들의 요인분석, 상관분석, t 검증, 위계적 회귀분석을 각각 실시하였다. 연구 결과, 인구통계학적 특성에 따라 집단 간 평균점수 차이가 있는 것으로 나타났다. 다른 집단에 비해 한국에서 3년 이상 거주하는 집단, 결혼이민자 집단, 여성 집단에서 우울 수준이 높은 것으로 나타났다. 몽골이주민들의 문화적응 스트레스와 사회적 지지가 우울에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 몽골이주민들의 문화적응 스트레스와 우울 간의 관계에서 사회적 지지의 조절효과가 있는 것으로 나타났다. 연구 제한점 및 후속연구에 대한 제안은 논의하였다. 본 연구는 한국에 거주하는 몽골이주민의 우울 및 정신 건강을 평가하는 데에 기여할 할 것이다.

주제어 : 우울, 문화적응 스트레스, 사회적지지, 몽골이주민

* 본 연구는 2017년 한국상담심리학회에 포스터 발표된 연구를 수정, 보완한 것임.

‡ 교신저자: 유금란, 가톨릭대학교 심리학과, 경기도 부천시 지봉로 43

E-mail: kyu@catholic.ac.kr

한국과 몽골은 1991년 수교를 시작으로 양국 외교관계가 급속하게 발전하면서 수교27주년이 되어 인적 물적, 문화적 자원에서 활발한 교류가 이루어지고 있다. 양국의 교류가 확대되어 한국에서 거주하는 몽골이주민들은 최근 빠르게 늘어나고 있다. 한국 출입국 외국인정책본부의 통계 자료에 따르면, 2018년 1월 기준으로 한국에서 체류 중인 몽골이주민들은 약 46,387명이며 그 중 단기간 방문자는 21,521명으로 가장 많고, 유학생은 7,922명, 근로자 및 취업자는 7,083명으로 그 다음을 차지하고 있다. 한국에서 체류하는 외국인과 국가별 비교하면 작은 수이지만 전 세계에서 몽골이주민들이 거주하는 다른 국가에 비하면 미국 다음으로 한국에 가장 많은 것으로 알려졌다. 그럼에도 불구하고 몽골이주민들의 정신건강과 관련 연구가 아직까지 이루어지지 않고 있다.

한국에서 거주하는 목적은 다양하지만 몽골이주민들은 새로운 문화를 접하면서 여러 부분에서 어려움을 겪고, 정서적으로 거리감을 느끼고, 스트레스를 경험하는 일이 종종 있다(홍진주, 2004). 문화적응 스트레스는 이주로 인하여 새로운 사회의 문화에 적응하는 이주민들이 자기 가지고 있었던 기준의 문화의 가치, 규칙과 규범 등이 새로운 이주국가의 문화와 접촉할 때 개인과 집단이 경험하는 부정적 변화나 문화충돌로 인하여 발생한 스트레스라고 할 수 있다(Berry, 2003; 김오남, 2008). 일반적으로 다른 문화권에서 새로운 삶을 시작해야하는 적응 과정은 개인에게 강도 높은 스트레스를 주기도 하고, 문화적 변화가 개인의 대처 능력을 초과할 때 우울, 불안과 같은 정신건강의 문제를 초래한다(Berry, 1998).

문화적응 스트레스 (acculturative stress)이란

이주민들이 다른 문화권에서 새로운 생활방식으로 인해 일어나는 다양한 정신적인 문제를 설명하기 위해 제안된 개념이다. Berry(1998)는 문화적응이란 문화가 서로 다른 두 집단이 원래 갖고 있던 문화경험을 다시 이차적인 접속을 통해 지속적으로 나타나는 현상들에 대해 이해하는 것이라고 하였다. 문화적응 스트레스는 새롭게 경험하게 되는 신체적(낮선 지역, 환경, 사람을 접하면서 일어나는 변화), 생물학적(낮선 음식에 의한 건강의 변화), 사회적(새로운 사회에서 관계형성의 변화), 문화적(정치, 경제, 언어, 기술적, 사회적 제도의 변화), 심리적(가치, 태도, 신념, 정신건강의 변화) 변화로 인해 스트레스를 유발하게 된다. 이러한 스트레스는 개인의 정서적, 심리적, 사회적 건강상태를 감소시키는 원인이 되기도 하며, 개인적 수준에서 적대감, 정체감의 혼란, 불확실성, 우울, 불안 등을 가져올 수 있다(서경민, 2015).

Moris(2000)는 새로운 사회에서 부정적 경험 이 희망을 상실하게 하고, 무력감을 경험하도록 만들어 우울을 유발한다고 주장하였다. Alderete(1999)의 이주노동자의 우울에 관한 연구에서 문화적응 스트레스가 높을수록 우울, 불안 수준이 높은 것으로 나타났으며, 사회적 지지의 부족, 차별, 언어장벽, 거주신분에 대한 염려 등이 높을수록 우울도 높은 것으로 나타났다. 대부분의 이주민들은 다른 타문화에 이주하여 생활하면서 언어, 식생활, 가치관의 차이에서 오는 문화적응 스트레스를 겪게 되는데, 이에 대한 부적응 현상으로 우울이나 불안을 경험하게 된다. 문화적응 스트레스가 이주민의 우울 수준을 높이는 요인으로 작용된다(Vega et al., 1987; 이인선, 2004). 김희숙(2006)은 문화적응 스트레스가 이주노동자의

우울, 불안에 미치는 영향을 연구하였다. 그 결과에 따르면, 문화적응 스트레스의 하위요인 중 차별 경험 스트레스가 높을수록 이주노동자의 우울정도가 높은 것으로 나타났으며, 법적지위, 음식, 생활방식 등 하위요인은 이주노동자의 우울에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 김후조(2011)는 중국 유학생의 문화적응 스트레스가 우울에 미치는 영향을 연구하였으며, 문화적응 스트레스가 우울과 정적관련이 있는 것으로 나타났다. 대부분 유학생들은 일상생활에서 경험하는 향수, 학업문제, 역할갈등, 생리적 현상문제와 같은 다른 문화적응에 어려움을 겪으면서 발생하는 문화적응 스트레스가 높으면 우울도 높아짐을 보고하였다. 문화적응 스트레스가 유학생들에게 불규칙적인 수면과 피로, 질병 등 신체적 건강에 영향을 미칠 수 있고, 심각한 경우 임상적 우울증상도 유발할 수 있다(Moris, 2000). 김연수(2014)는 한국에 거주하는 여성결혼이민자의 우울에 영향을 미치는 요인에 관한 연구를 하였으며, 자아효능감, 가족관계, 한국문화적응, 문화적응 스트레스가 우울에 유의미한 영향을 미치는 것을 밝혔다. 이주노동자와 유학생과 달리 여성결혼이민자는 낫설고, 남성위주의 가부장적인 문화, 자녀교육과 양육방식, 부부관계에 대한 생각 등 문화적 차이에서 오는 혼란과 충격으로 상당한 문화적응 스트레스를 경험하는 것으로 보고되었다(이혜경, 2005; 방신영, 2005; 최혜지, 2009). 김은재(2010)는 문화적응 스트레스가 여성결혼이민자의 우울에 미치는 영향을 연구하였다. 그 결과에 따르면, 문화적응 스트레스가 우울에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났으며 문화적응 스트레스가 높을수록 우울은 높은 것으로 나타났다. 이주로 인하여 경험하는 문화

적응 스트레스가 적절히 해결되지 않았을 때 우울이나 불안과 같은 정신건강 상태에 영향을 미치고, 문화적응 스트레스가 우울수준과 자살 충동을 높일 수 있으며(Hovey & King, 1996), 이러한 우울증은 삶의 흥미를 상실하게 하여 사회생활 및 직업생활에 부정적인 영향을 미친다(김기태 외, 2001; 김은재, 2010).

이주민의 문화적응 스트레스를 감소시키는 중요한 중의 하나가 사회적 지지라고 보았다(Berry et al., 1987; Williams & Berry, 1991). 사회적 지지란 사회적 관계를 통해 타인들로부터 얻을 수 있는 심리적 또는 물질적 자원을 의미하는 것으로 인간의 기본적인 사회적 욕구를 충족시켜 주고(문승완, 2008), 개인의 심리적 적응을 돋는 데에 중요한 역할을 한다. 노하나(2007), 이윤호(2007)에 따르면, 의미 있는 타인으로부터 받는 사회적 지지가 높을수록 문화적응 스트레스 수준이 낮아지는 것으로 밝혀졌다. Cohen과 Wills(1985)에 의하면, 사회적 지지는 스트레스 반응을 약화시키거나 예방함으로써 스트레스적 사건과 스트레스에 대한 반응 사이에 개입하여, 대처능력에 대한 인지를 강화시켜줌으로써 높은 스트레스로 반응하는 것을 사전에 예방한다고 하였다. 사회적 지지의 스트레스 완충효과(buffering effect)에 대한 연구에서 사회적 지지가 스트레스 사건과 우울, 불안 등 심리적 증상의 관계에 작용하여 스트레스를 조절하는 것으로 알려졌다(Wethington & Kessler, 1986; Wheaton, 1988, 최현, 2008 재인용). Cohen, Mermelstein, Kamarck과 Hoberman(1985)의 연구에서 부정적 생활 사건을 많이 겪을 때 물질적 지지를 채외한 자존감, 소속감, 정보적 지지가 높은 사람들의 우울수준이 낮은 것으로 나타났다. 이주민은 문화적응 스트레스에 대한 반응으로 우울이나

불안이 나타나는데, 이는 조절감과 스트레스 사건을 처리하는 개인의 능력에 따라 다르게 나타나며, 사회적 지지가 개인의 스트레스 처리 능력을 증가시켜준다고 하였다(Cohen, 1979; Lazarus, R. S., & Folkman, 1984; 박민정, 2003; 김희숙, 2006; 재인용).

이러한 연구 결과를 통해 이주민들의 우울을 낮출 수 있는 요인으로 사회적 지지의 영향력을 생각해 볼 수 있다. 따라서 본 연구에서 몽골이주민의 문화적응 스트레스가 우울에 미치는 영향을 살펴보고, 두 관계 사이에서 사회적 지지가 어느 정도 조절효과가 있는지 살펴봄으로써 몽골이주민과 관련 정신건강 정책 개발의 기초자료에 부응하고자 한다.

연구 목적은 몽골이주민의 우울에 영향을 미치는 문화적응 스트레스 요인을 살펴보고, 사회적 지지의 문화적응 스트레스와의 상호작용, 우울과의 상호작용을 검토하여, 문화적응 스트레스와 우울 간의 관계에서 사회적 지지의 조절효과를 검증하는 것이다. 이를 위해 문화적응 스트레스를 독립변수로, 사회적 지지를 조절변수로, 우울을 종속변수로 설정하여, 인구통계학적 요인 중 성별, 거주 상태, 거주 기간을 통제변수로 설정하였다.

선행연구에서 우울과 관련하여 성별은 매우 중요한 변수로 언급되고 있다(정병은, 이기홍, 2009; 김정현, 2004; 김호정, 2005; 이효정, 2015; 이순희, 2018; 김수진, 2019). 대부분의 선행 연구에서 여성의 우울 유병률이 높은 것으로 나타났으며, 남성에 비해 2배 정도 높은 것으로 보고되었다(이순희, 2018; 김수진, 2019; 윤서영, 장성민, 2019). 여성의 높은 우울 유병률은 사춘기 시기 이후부터 나타나며 연령 증가에 따라 유병률의 차이가 감소한다(윤서영, 2019). 성적 성숙도, 성 역할, 신체 변화, 성호

로본의 내분비의 영향(Angold, A, 2006) 등은 이러한 성차에 기여하는 것으로 보고된 바 있다(보건복지부 정신건강정책과, 2012). 따라서 성별을 본 연구의 인구통계학적 특성에 포함시켜서 성별에 따른 우울의 차이를 검증하고자 한다. 한국에 거주하는 이주민, 특히 이주 노동자, 결혼이민자, 유학생을 각각 대상으로 한 우울에 관한 선행 연구에서 그들의 우울 수준이 높은 것으로 나타났으며(김희숙, 2006; 김주희, 2011; 김연수, 2014), 이러한 연구 결과들을 바탕으로 한국에 거주하는 몽골이주민의 ‘거주 상태’를 인구통계학적 특성으로 하여 우울 수준의 차이를 보고자 한다. 또한 한국에 거주하는 기간에 따라 우울 수준의 차이가 있을 것으로 예측하여 ‘거주 기간’을 인구통계학 특성으로 포함시켰다. 연구 가설은 다음과 같다. 첫째, 몽골이주민들의 인구통계학적 특성에 따라 우울 수준에 차이가 날 것이다. 둘째, 몽골이주민들의 문화적응 스트레스가 높을수록 우울이 높을 것이다. 셋째, 몽골이주민들의 사회적 지지가 낮을수록 우울이 높을 것이다. 넷째, 몽골이주민들이 지각하는 사회적 지지는 몽골이주민들의 문화적응 스트레스와 우울 간에 조절역할을 할 것이다.

연구 방법

연구 대상

본 연구는 한국에 거주하는 만18세 이상 몽골이주민 202명을 대상으로 온라인 설문지를 실시하여 자료 수집하였다. 이 중 연령 범위에 맞지 않은 만18세 이하 참여자 2명의 자료를 제외하고 총 200명의 자료가 최종 분석에

사용되었다. 모든 대상 중 남자 76명(38%), 여자 124명(62%)이었고, 평균 연령은 남자 만 32.5세($SD=10.01$), 여자 만 30.6세($SD=8.19$)였다. 전체 대상 평균 연령은 만 31.3세($SD=8.92$)였다.

자료 수집

한국 전국에 거주하는 만 18세 이상 몽골이주민들을 대상으로 온라인 설문지를 실시하였다. 설문지는 몽골판 BDI-II 우울 척도, MSPSS 지각된 사회적 지지 척도, ASSIS 문화적응 스트레스 척도로 구성되었으며 설문지 실시에는 약 15분-20분이 소요되었다. 우선 구글드라이브에서 설문지를 작성하여 이를 이메일, 카카오톡, 페이스북, 개인 및 단체 SNS, Twitter 등에 공유하여 답장은 구글 드라이브에 자동으로 저장되도록 설정했다. 이러한 과정을 통해 연구 자료를 수집하였다. 설문지 얻어는 몽골어로 작성되었고 자료 수집은 2017년 9월 1일부터 10월 1까지 온라인 방법으로 이루어졌다.

측정 도구

1) 문화적응 스트레스를 측정하기 위해 Sandhu와 Asrabadi(1994)가 개발한 문화적응 스트레스(Acculturative stress scale for international student) 척도를 사용하였다. 이 척도는 지각된 차별감, 향수, 지각된 적대감, 두려움, 문화충격, 죄책감, 기타 등 7개 하위요인과 36개 문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 “전혀 그렇지 않다” 1점에서 “매우 그렇다” 5점까지 Likert형 5점 척도로서 원척도에서 높고 낮음의 기준이 제시되어 있지 않으며 점수 범위는 36점에서 180점이며 점수가 높을수록 문화적응 스트레스가 높은 것을 의미한다. 본 연구

에서 연구자가 직접 몽골어로 번안한 것을 사용했다. 원 척도의 7개 하위요인 중 지각된 차별감, 향수, 지각된 적대감, 문화충격, 죄책감, 기타 등 6개 하위요인이 본 연구에서 확인되었으며 원척도의 “두려움” 하위요인에 해당된 문항 7번과 문항 27번은 “기타” 하위요인에 해당되는 것으로 나타났다. 6개 하위요인 중 어디에도 해당되지 않은 문항 8번, 9번, 22번을 제거하고 총 33개 문항을 사용했다. 본 연구에서 문화적응 스트레스 척도(ASSIS)의 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .95였고, 각 하위요인별 신뢰도는 지각된 차별감 Cronbach's $\alpha=.82$, 향수 Cronbach's $\alpha=.87$, 지각된 적대감 Cronbach's $\alpha=.84$, 문화충격 Cronbach's $\alpha=.86$, 죄책감 Cronbach's $\alpha=.84$, 기타 Cronbach's $\alpha=.85$ 으로 α 값이 모두 .80을 상회하여 적합한 수준이었다.

2) 우울 정도를 측정하기 위해 Beck(1996) 등이 개발하여 보완한 BDI-II(Beck Depression Inventory II) 우울 척도를 사용하였다. 이 척도는 21개의 문항과 2개의 하위요인, 즉 신체적-정서적 요인(Somatic-Affective factor, SA), 인지적 요인(Cognitive factor, C)으로 구성되어 있다. BDI-II의 점수 범위는 0-63점이다. 점수가 높을수록 우울정도가 높은 것을 의미한다. 본 연구에서는 나란볼락(2017)이 타당화한 몽골판 BDI-II(Beck Depression Inventory II in Mongolian Version)를 사용했다. 21개의 문항은 인지적 요인(cognitive factor), 정서적 요인 (Affective factor), 신체적 요인 (somatic factor)으로 구성되어 있으며, 몽골판 BDI-II의 타당화 연구에서 위 3 요인이 가장 적합한 것으로 나타났다. 본 연구에서 몽골판 BDI-II의 신뢰(Cronbach's α)는 .93였고, 각 하위요인별 신뢰도는 인지적 요인 Cronbach's $\alpha=.84$, 정서적 요인 Cronbach's α

=.83, 신체적 요인 Cronbach's α =.88였다.

3) 사회적 지지를 측정하기 위해 Zimet (1988)등이 개발한 지각된 사회적 지지 척도 MSPSS(The Multi-dimensional Scale of Perceived Social Support)를 사용하였다. 이 척도는 12 개 문항과 3개 하위요인, 가족지지(family's support), 친구지지(friend's support), 특별한 타인의지지(signification other's support)로 구성되어 있다. 탐색적 요인 분석에서 원 척도와 동일하게 3요인이 확인되었다. 각 문항은 “전혀 그렇지 않다” 1점에서 “매우 그렇다” 7점까지 Likert형 7점 척도로서 원척도에서 높고 낮음의 기준이 제시되어 있지 않으며 점수 범위는 12점에서 84점이며 점수가 높을수록 사회적 지지가 높은 것을 의미한다. 연구자가 직접 몽골어로 번안한 것을 사용했다. 사회적 지지 척도 MSPSS의 신뢰도(Cronbach's α)는 .92였다. 각 하위요인별 신뢰도는 가족지지 Cronbach's α =.76, 친구지지 Cronbach's α =.76, 특별한 타인의 지지 Cronbach's α =.74였다. 본 연구를 위해 수집된 설문자료는 SPSS 22.0를 과 AMOS 22.0 을 사용하여 분석하였다.

연구 결과

인구통계학적 특성

본 연구의 대상은 한국에 거주하는 만 18세 이상 동포이주민 200명이다. 그 중 유학생 88 명(44.0%)으로 가장 많았고, 그 다음으로 근로자 73명(36.5%), 한국 방문자 27명(13.5%), 결혼 이민자 12명(6.0%)이었다. 전체 대상 중 한국에서 0-1년 거주자 59명(29.5%), 1년-3년 거주자 50명(25.3%), 3년 이상 거주자 91명(45.5%)

이었다.

주요 변인 간의 기술 통계치 및 상관

본 연구의 가설 검증을 앞서, 분석에 사용된 주요 변인들의 분포와 회귀분석의 기본 가정 중 정규성을 확인하기 위해 왜도, 첨도를 분석하였다. 일반적으로 왜도의 절대값이 3미만이고, 첨도의 절대값이 10미만이면 정규성이 크게 위배되지 않는 것으로 본다(Kline, 2010). 그러나 SPSS에서 기준값을 ‘0’을 중심으로 한 Fisher 첨도를 제공한다(Garson, 2012). 따라서 이 기준으로 판단하면, 본 연구의 주요 변인들이 정규성을 충족하는 것을 확인하였다.

주요 변인들 간의 상관관계를 분석한 결과, 대부분의 변인들 간의 상관 계수가 .01수준에서 유의미한 것으로 나타났다. 문화적응 스트레스가 우울과 유의미한 정적 상관($r=.365$, $p<.01$)을 보였다. 이는 문화적응 스트레스가 있을 경우 높은 우울과 관련 있음을 의미한다. 사회적 지지가 우울과 유의미한 부적 상관 ($r=-.555$, $p<.01$)을 보였다. 이는 낮은 사회적 지지는 높은 우울과 관련이 있다는 것을 의미하며, 반대로 높은 사회적 지지는 낮은 우울과 상관이 있다는 것을 의미한다. 성별과 우울 간의 상관관계를 살펴보면, 성별은 우울과 유의미한 정적 상관($r=-.458$, $p<.01$)을 보였으며 이는 성별에 따른 우울 정도의 차이가 있는 것을 의미한다.

인구통계학적 특성에 따른 우울의 차이

성별에 따른 우울의 차이를 알아보기 위해 t -test를 실시한 결과, 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다($t=-3.111$, $p<.002$). 구체적으로 남

표 1. 인구통계학적 특성

	구분	성별			백분율 %
		남	여	총계	
거주 상태	근로자	31	42	73	36.5%
	결혼이민자	2	10	12	6.0%
	유학생	27	61	88	44.0%
거주 기간	단기간 방문자	16	11	27	45.5%
	0-1년	30	29	59	29.5%
	1년-3년	20	30	50	25.0%
	3년 이상	26	65	91	45.5%

표 2. 성별에 따른 우울의 평균 차이

종속변인	성별	N	M(SD)	t-test
				우울
우울	남	76	3.90 (6.08)	-3.111*
	여	124	7.61 (9.21)	

* $p < .05$

성과 여성 각 우울의 평균값이 3.90($SD=6.08$), 7.61($SD=9.21$)으로 남성에 비해 여성의 우울 수준이 높은 것으로 나타났다. 인구통계학적 특성에 따른 우울 수준의 차이를 알아보기 위해 일원분산분석(One Way ANOVA)를 실시한 결과, 몽골이주민들의 거주 상태(유학생, 근로자, 결혼이민자, 단 기간 방문자)에 따른 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다($F=15.729$, $p < .001$). 각 집단별 우울의 평균값이 유학생 집단 7.19($SD=8.19$), 근로자 집단 3.87 ($SD=4.61$), 결혼이민자 집단 19.1($SD=16.7$), 방문자 집단 3.51($SD=5.23$)였고, Scheffe 사후분석 결과 결혼 이민자가 다른 집단에 비해 우울 수준이 높게 나타났다.

문화적응 스트레스와 사회적 지지가 우울에

미치는 영향

문화적응 스트레스가 우울에 미치는 영향을 검증하기 위해 단순회귀분석(Simple regression analysis)을 실시하였다. 문화적응 스트레스를 독립변수로 투입하고, 우울을 종속변수로 투입하여 단순회귀분석을 실시한 결과, $F=30.414$ ($p < .001$)로 회귀모형이 유의미한 것으로 나타났고, R제곱은 .133로 나타나 독립변수가 종속변수를 13.3% 정도 설명하는 것으로 판단되었다. 회귀계수의 유의성 검증 결과, 문화적응 스트레스가 우울에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta=.365$, $p < .001$). 즉, 문화적응 스트레스가 높을수록 우울이 높아지는 것으로 판단되었다.

사회적 지지가 우울에 미치는 영향을 검증하

기 위해 단순회귀분석(Simple regression analysis)을 실시하였다. 사회적 지지를 독립변수로 투입하고, 우울을 종속변수로 투입하여 단순회귀분석을 실시한 결과, $F=87.960$ ($p<.001$)로 회귀모형이 유의미한 것으로 나타났고, R제곱은 .308로 나타나 독립변수가 종속변수를 30.8% 정도 설명하는 것으로 판단되었다. 회귀계수의 유의성 검증 결과, 사회적 지지가 우울에 유의한 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta=-.555$, $p<.001$). 사회적 지지가 낮을 수록 우울이 높아지는 것으로 판단되었다.

문화적응 스트레스와 우울의 관계에서 사회적 지지의 조절효과

문화적응 스트레스와 우울 간의 사회적 지지의 조절효과를 검증하기 위해 3단계 결친 위계적 중다회귀분석(Hierarchical multiple regression)을 실시하였다. 1단계에서는 문화적응 스트레스를 투입하였으며, 2단계에서는 사회적 지지를, 3단계에서는 문화적응 스트레스와 사회적 지지의 상호작용항을 투입하였다. 상호작용항 투입시 흔히 발생하는 다중공선

성 문제를 해결하기 위해 문화적응 스트레스와 사회적 지지에 대해 평균 중심화(Mean centering)작업을 실시한 후 회귀분석을 진행하였다.

조절효과가 존재하기 위해서는 위계적으로 상호작용항이 투입된 단계에서 상호작용항이 통계적으로 유의미해야 한다(김태근, 2006). 문화적응 스트레스와 사회적 지지의 상호작용항이 $p<.001$ 수준에서 유의미한 것으로 나타났다. 표준화 회귀계수가($\beta=-1.080$)로 나타나 사회적 지지는 부적 조절효과를 보이는 것으로 판단되었다.

문화적응 스트레스와 사회적 지지의 상호작용이 우울에 미치는 영향을 알아보기 위해 평균을 기준으로 문화적응 스트레스 낮은 집단과 높은 집단, 사회적 지지가 낮은 집단과 높은 집단으로 나누어 분석한 결과, 문화적응 스트레스가 낮을 때 사회적 지지의 수준에 따른 우울의 차이가 크게 나타나지 않는 반면에 문화적응 스트레스가 높을 때 사회적 지지의 수준에 따른 우울의 차이가 크게 나타났다. 즉, 문화적응 스트레스가 높고 사회적 지지가 낮을수록 우울 수준이 크게 높아짐을 알 수

표 3. 인구통계학적 특성에 따른 우울 수준의 차이

종속변인	구분	N	M(SD)	F	Scheffe
우울 7.19(8.19)	유학생	88	7.19 (8.19)	15.729***	3>1, 2, 4
	근로자	73	3.87 (4.61)		
	결혼이민자	12	19.1 (16.7)		
	단기간 방문자	27	3.51 (5.23)		
우울	0-1년	59	4.76 (6.68)	6.335*	3>1, 2
	1년-3년	50	3.88 (6.36)		
	3년이상	91	8.41 (9.69)		

*** $p<.001$, * $p<.05$

표 4. 문화적응 스트레스와 우울 간의 관계에서 사회적 지지의 조절효과

종속변인	독립변인	모형 1		모형 2		모형 3	
		β	t	β	t	β	t
	문화적응 스트레스 (A)	.365	5.515***	.287	5.086***	1.180	5.377***
	사회적지지(B)			-.511	-9.056***	.207	1.154
	A*B					-1.080	-4.200***
우울	F	30.414 *** (p<.001)		82.010 *** (p<.001)		17.638 *** (p<.001)	
	R ²		.133		.388		.438
	△R ²		.129		.382		.430
	p value		.000		.000		.000
Durbun-Watson 1.568							

*** p<.001

있었다.

논 의

본 연구는 한국에 거주하는 몽골이주민을 대상으로 문화적응 스트레스가 우울에 미치는 영향을 알아보고, 사회적 지지가 문화적응 스트레스와 우울 간의 관계에서 조절효과가 있는지 알아보고자 하였다. 이와 같은 목적에 따라 실시한 본 연구의 결과를 가설과 연계하여 논의해보면 다음과 같다.

첫째, 인구통계학적 특성에 따라 우울 수준에서 차이가 있는 것이라는 연구 가설이 지지되었다. 성별에 따른 우울의 차이는 $p<.001$ 수준에서 유의미한 것으로 나타났으며 남성에 비해 여성의 우울 수준이 높은 것으로 나타났다. 일반적으로 남성에 비해 여성의 우울 유병률과 우울 수준이 높은 것으로 알려져 있으며 이주민들을 대상으로 한 선행 연구들 또한 비슷한 결과를 보고하였다(이인선, 2004; 이효

정, 2005). 이와 일치하게 본 연구에서 여성 이주자들의 우울 수준이 높은 것으로 나타났다. 그러나 본 연구 결과와 반대로, 여성보다 남성 이주자의 우울 수준이 높다는 연구결과가 밝혀진 바 있다(김희숙, 2006). 몽골이주민들의 체류자격(유학생, 근로자, 결혼이민자, 방문자)에 따른 우울 수준의 차이를 검증한 결과, 집단 간 $p<.001$ 수준에서 유의한 차이가 나타났으며 결혼이민자 집단에서 우울이 가장 높은($M=19.1$) 것으로 나타났다. 여성결혼이민자의 우울에 대한 김은재(2010) 연구에서 밝혀진 20대($M=19.9$), 도시에서 사는($M=21.3$) 여성 결혼이민자의 우울 수준과 비슷한 수준을 보였다. 몽골이주민들의 체류기간(0-1년차, 1년-3년차, 3년 이상 체류자)에 따른 우울 수준의 차이를 검증한 결과, 집단 간 유의수준 $p<.05$ 에서 우울의 차이가 나타났으며 체류 3년 이상 몽골이주민들이 다른 집단에 비해 우울 수준이 높았다. 이경매(2003)의 체류기간이 적응과 정신건강에 도움이 되지 않는다는 연구 결과와 이인선(2004)의 체류기간이 길수록 우울

수준이 높다는 연구결과와 일치하다고 볼 수 있다. 그러나 Abbott 등(2000), 김희숙(2006)의 이주자는 거주 기간이 길수록 더 잘 적응한다는 연구결과와는 상의한 결과를 보이고 있다.

둘째, 몽골이주민들의 문화적응 스트레스가 높을수록 우울 수준이 높을 것이라는 연구 가설은 지지되었다. 단순회귀분석 결과에서 문화적응 스트레스가 우울 수준을 유의하게 설명해주는 것으로 나타났다. 이는 문화적응 스트레스가 높을수록 우울 수준이 높다는 선행 연구 결과들과 일치하게 나타났다(김은재, 2010; 김희숙, 2006; 조용비, 2015). 새로운 문화에 적응하는 과정에서 이주자들이 경험하게 되는 스트레스가 그들의 정신 건강, 특히 우울증에 영향을 미치며, 문화적응 스트레스 수준이 높을수록 우울 수준이 높아진다는 것을 본 연구 결과를 통해 확인하였다.

셋째, 몽골이주민들의 사회적 지지가 낮을 수록 우울 수준이 높을 것이라는 가설은 지지되었다. 단순회귀분석 결과에서 사회적지지가 우울에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 사회적 지지가 낮을수록 우울이 높아지고, 반대로 사회적 지지가 높을수록 우울 수준이 낮아진다는 것을 보여 주고 있다. 김희숙(2006)은 사회적 지지와 우울 간의 부적 상관이 있다고 밝힌 바 있다.

넷째, 몽골이주민들이 지각하는 사회적 지지는 몽골이주민들의 문화적응 스트레스와 우울 간에 조절역할을 할 것이라는 연구 가설은 채택되었다. 위계적 중다회귀분석에서 상호작용효과를 검증한 결과, 문화적응 스트레스와 우울의 관계에서 사회적 지지의 조절효과가 확인되었다. 문화적응 스트레스가 낮을 때 사회적 지지의 수준에 따른 우울의 차이가 크게 나타나지 않는 반면에 문화적응 스트레스가

높을 때 사회적 지지의 수준에 따른 우울의 차이가 크게 나타났다. 즉, 문화적응 스트레스가 높고 사회적 지지가 낮을수록 우울 수준이 크게 높아지는 것으로 확인되었다. 이인선(2004)은 문화적응 스트레스와 우울 간의 관계에서 사회적 지지의 조절효과를 검증하였으며, 사회적 지지가 문화적응 스트레스의 하위요인 중 법적지위와 상호작용하여 법적지위가 우울에 미치는 영향을 완화하는 것을 밝혔다. 김은재(2010)의 여성결혼이민자들의 문화적응 스트레스가 높다하더라도 사회적 지지가 강화되면 여성결혼이민자들이 느끼는 우울 수준을 낮출 수 있다고 보고하였다. 이러한 선행 연구 결과와 일치하게 본 연구에서 사회적 지지의 조절효과가 검증되었다. 즉, 다른 문화에 적응하는 과정에서 이주자가 경험하는 문화적응 스트레스가 우울 유발 및 우울 수준에 직접적인 영향을 미칠 수 있으나 주변의 지지가 많을 경우 문화적응 스트레스가 우울에 미치는 영향을 완화하시킨다고 볼 수 있다. 즉, 사회적 지지는 보호요인으로 작용하여 우울 예방 및 개입에 기여할 수 있음을 생각해 볼 수 있다. 가장 친밀한 관계자인 가족, 친구를 비롯해 사회에서 제공되는 정서적, 물질적 지지가 이주민들에게 우위로가 되고, 이는 우울의 초기 예방에 효과적일 수 있으며 악화되는 것을 완화시킬 수 있게 된다(윤은지, 2013).

본 연구의 제한점과 후속 연구에 대한 제안은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서 사용된 문화적응 스트레스 척도와 사회적 지지 척도는 몽골에서 타당화 되지 않았다는 점이다. 이 두 척도는 현재 몽골에서 타당화되지 않았음으로 연구자가 직접 번역하여 전문가의 도움으로 역-번역과 내용 검토 과정과 요인분석을 거쳐 본 연구에서 사용했다. 연구를 하는데

있어 타당화된 도구를 사용하는 것이 결과를 해석하는데 중요하지만 몽골의 현재 여건 상 타당화된 심리평가 도구가 마땅치 않으므로 본 연구에서는 제한적인 과정을 거쳐 사용하였다.

둘째, 연구에 참여한 전체 대상에 비하면 결혼이민자의 비율이 가장 낮았음에도 불구하고 결혼이민자의 우울 수준이 가장 높게 나타났다. 이러한 결과를 통해 몽골 여성결혼이민자들의 우울 수준이 높다고 예측할 수 있다. 그러나 인구통계학적 특징에 따른 사례 수가 동등하지 못 했기에 집단 간의 비교 즉, F 검증과 사후비교에 한계가 있으며 이를 극복하기 위해 후속 연구에서 사례 수를 동등하게 수집하여 집단 간의 우울 수준의 차이를 검증할 필요성이 있다. 선행연구(신경애, 2009; 김은재, 2010; 김성남, 2012; 유현희, 2015)에서 여성결혼이민자의 우울 수준이 높게 나타났으나 문화적 배경 및 사회적 배경, 생활수준, 생활 파트너, 종교, 개인의 특성에 따라 차이가 있다고 보고되었다. 따라서 본 연구의 집단 간의 비교는 일반화 되는 데에 한계점이 있다고 본다.

셋째, 선행 연구에서 문화적응 스트레스가 우울에 미치는 영향과 사회적 지지의 조절 효과를 검증한 연구 결과들이 이미 밝혀져 있다. 따라서 반복 연구라는 측면에서 한계점을 가지고 있다. 그러나 본 연구에서 몽골 이주민들을 대상으로 연구 모형을 검증하여 선행 연구 결과와 일치하거나 차이점이 있는지 여부를 검증하고자 하였다. 그러므로 향후 연구 과제로 다른 문화권에 속하는 이주자들을 대상으로 한 연구 결과와 비교하여 문화와 가치관, 사회적 배경, 개인의 특징에 따른 우울 수준의 차이를 검증할 필요성이 있다. 이러한

몇 가지 한계점을 가지고 있음에도 불구하고 본 연구 결과는 앞으로 몽골이주민들의 정신 건강과 관련 연구의 필요성, 심리상담과 다양한 심리치료 제공의 필요성, 한국에서 건강하게 적응하며 살아가는 데 사회적 지지의 필요성을 설명해주고 있다.

본 연구는 한국에 거주하는 이주민들의 정신건강과 관련 대책을 마련하는 데에 기여할 것이다. 또한 앞으로 이주민들이 겪는 심리적 어려움에 관심을 기울여 다양한 연구들이 이루어지기를 기대한다.

참고문헌

- 김선녀 (2013). 한국 이주 몽골인의 문화적 역량과 문화적응 스트레스의 관계: 사회적 지지의 조절 효과를 중심으로. 서울기독대학교 박사학위논문.
- 김성남 (2012). 한국 거주 여성결혼이민자의 우울 예측모형. 이화여자대학교 박사학위논문.
- 김수진 (2019). 사회적 배제, 가정생활 스트레스, 우울의 종단적 관계: 노인부부 가구의 성별차를 중심으로. 이화여자대학교 박사학위논문.
- 김오남 (2008). 농충지역 결혼이민여성의 정신 건강에 관한 연구. 한국사회복지학, 12(3), 47-73.
- 김연수 (2014). 여성결혼이민자의 우울 영향 요인 연구. 디지털융복합연구, 12(11).
- 김은재 (2010). 문화적응 스트레스와 사회적지지가 여성결혼이민자의 우울에 미치는 영향에 관한 연구. 강남대학교 석사학위논문.
- 김지현, 김보미 (2017). 외국인 근로자의 문화

- 적응 스트레스 영향요인. 디지털 융복합연구, 15(8).
- 김해나 (2017). 문화적응과 문화적응 스트레스가 건강상태에 미치는 영향: 영어, 중국어, 아랍어권 학생을 중심으로. 한양대학교 석사학위논문.
- 김현실 (2012). 결혼 이주 여성의 문화변용, 문화적응 스트레스 및 우울의 관계. 보건과 사회과학, 32.
- 김호정 (2005). 부모의 알코올 중독 유모와 청소년의 성별에 따른 자존감, 우울, 분리개별화의 차이. 계명대학교 석사학위논문.
- 김후조 (2011). 중국인 유학생의 문화적응 스트레스, 자아탄력성 및 낙관성이 우울에 미치는 영향. 계명대학교 석사학위논문.
- 김희숙 (2006). 문화적응 스트레스가 이주노동자의 우울·불안에 미치는 영향. 한양대학교 석사학위논문.
- 노하나 (2007). 중국 국제결혼 이주여성의 문화 적응 스트레스에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 문승완 (2008). 중학생이 지각하는 스트레스, 사회적지지 자아존중감이 우울에 미치는 영향. 동국대학교 석사학위논문.
- 박신영 (2005). 결혼이민자 가족의 문제와 지원 방안. 완광대학교 석사학위논문.
- 보건복지부 정신건강정책과. 2011년 정신질환실태 역학 조사 결과발표. 서울: 보건복지부; 2012 Available from URL: <http://www.mohw.go.kr/>에 제시
- 서경민 (2007). 집단미술치료가 외국인 노동자의 문화적응 스트레스와 우울에 미치는 영향. 한국미술치료학회지, 14(4).
- 신경애 (2009). 여성결혼이민자의 경제적 스트레스, 자아존중감과 우울감에 대한 연구. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 이민정, Urkunchev Adelbek, 박수정, Aigozhayeva Aigerim (2015). 중앙아시아 유학생들의 경험하는 문화적응 스트레스 요인 연구. 교육문화연구, 21(5).
- 엥흐체체 (2012). 재한몽골노동자의 문화적응 스트레스와 생활만족도의 관계에 관한 연구: 사회적 지지의 매개효과를 중심으로. 대신대학교 석사학위논문.
- 유명란, 최선영, 김윤미, 한수정, 양남영, 김희경, 장혜경, 이미라, 손연정 (2013). 국내 중국유학생의 문화적응 스트레스 적응유연성, 우울과의 관계. 한국간호교육학회지, 19(3).
- 유현희 (2015). 여성결혼이민자의 문화적응 스트레스와 우울의 관계에서 희망과 가족응집력의 매개효과. 한국농촌지도학회지, 21(3).
- 윤서영, 장성민 (2019). 성별에 따른 우울증 양상과 신경전달물질의 차이. 생물치료정신의학, 2, 5-12
- 윤은지 (2013). 지역사회 여성 노인의 우울증상과 적응유연성: 사회적 지지의 조절 효과. 아주대학교 석사학위논문
- 이경매 (2003). 한국거주 불법신분 조선족들의 정신건강 및 삶의 질에 대한 연구. 연세대학교 석사학위논문.
- 이인선 (2004). 문화적응 스트레스가 외국인 노동자의 정신건강에 미치는 영향: 사회적 관계의 조절 효과를 중심으로. 연세대학교 석사학위논문.
- 이순희 (2018). 청소년의 내면화된 수치심과 자살사고의 구조적 관계: 성별 차이에 따른 사회불안과 우울의 다중매개효과. 학교사회복지, 44, 187-215.

- 이윤호 (2007). 베트남 국제결혼가정 이주여성의 문화적응 스트레스에 관한 연구. 강남대학교 석사학위논문.
- 이효정 (2005). 사별에 따른 우울 수준의 성별 차이. 연세대학교 석사학위논문.
- 임근영 (2008). 국내 거주 외국인의 한국문화 적응 스트레스가 한국어 학습에 미치는 영향. 청주대학교 석사학위논문
- 전혜정 (2014). 베트남 이주 노동자의 문화적응 스트레스가 우울에 미치는 영향. 동아대학교 석사학위논문
- 정변은, 이기홍 (2009). 노인이 인식한 사회활동에 대한 연구. *한국노년학*, 29(3), 953-970
- 조용비 (2016). 재한 중국유학생의 문화적응 스트레스가 우울에 미치는 영향: 자아방어기제의 매개역할. 건국대학교 석사학위논문.
- 주태하 (2011). 사회적 지지, 자기효능감, 스트레스가 노인 우울에 미치는 영향: 가구유형별 비교 연구. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 진미경, 조유진 (2011). 중국 유학생의 문화적응 스트레스가 불안과 우울에 미치는 영향. *한국놀이치료학회지*, 14(4).
- 지은진, 최지명, 김교현, 권선중, 박은진, 이민규 (2012). 국제결혼이주여성의 문화적응 스트레스가 우울에 미치는 영향. *한국심리학회지 건강*, 17(1).
- 최혜지 (2009). 이주여성의 문화적응유형과 관련 특성에 관한 연구. *한국사회복지학*, 61(1), 163-194.
- 한삼성, 강성욱, 정성화, 유왕구 (2014). 중고령자의 사회적 지지가 우울에 미치는 영향. *보건의료 산업학회지*, 8(2)
- 한아름, 김여진 (2012). 결혼이주여성의 사회활동, 문화적응 스트레스, 그리고 우울의 관계의 관한 연구. *한국사회복지 조사연구*, 33.
- 현경자, 김연수 (2012). 여성결혼이민자의 문화적 스트레스와 지각된 사회적 지지가 우울에 미치는 효과. *한국심리학회지*, 17(4).
- 홍진주 (2004). 몽골출신 이주노동자 자녀의 심리학적 적응에 관한 연구. *이화여자대학교 석사학위논문*.
- Abbott, M. W., Wong, S., Willians M., AU.M.K. & Young, W. (2000). Recent Chinese migrants' health, adjustment to life in New Zealand and primary health care utilization. *Disability and Rehabilitation*, 22, 43-59.
- Adlerete, E., Vega, W.A., Kolody, B., & Aguilar-Gaxiola, S. (1999). Depressive symptomatology: prevalence and psycho-social risk factors among mexican migrant farm workers in California. *Journal of Community Psychology*, 27(4).
- Angold A, Costello E. J., (2006). Puberty and depression. *Child Adolescent Psychiatry Clinic*, 15, 919-937.
- Asmawati, D., Fatimah, Y., Nor, B. A. K. (2012). Acculturative stress among international postgraduate students at University Kebangsaan Malaysia. *Social and Behavioral Sciences*, 59, 364-369.
- Berry, J. W., Kim, U., Minde, T., & Mok, D. (1987). Comparative studies of acculturative stress. *International Migration Review*, 21, 491-511.
- Berry, J. W. (1998). Cross-cultural Psychology: Research and Applications. *Cambridge University Press*.

- Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation, and adaptation. *Applied Psychology*, 46(1), 5-68.
- Berry, J. W. (2003). Conceptual approaches to acculturation. In Chun K.M., Organista, P. B., & Martin, G. *Acculturation: Advances in theory, measurement, and applied research*, 17-37.
- Cohen, S. & Wills, M. S. (1985). Social support, stress, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98, 310-357.
- Hovey, J. D & King, C. A. (1996). Acculturative Stress, depression and suicidal ideation among immigrant and second generation Latino adolescents. *Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 35.
- Jieru Bai (2012). Development and validation of the acculturative stress scale for Chinese college students in the United States. *For the degree Doctor of Philosophy in the School of Social Work, Indiana University*.
- Kazarian, S. S., McCabe, S. B. (1991). Dimensions of social support in the MSPSS: Factoral structure, reliability and theoretical implications. *Journal of Common Psychology*, 19, 150-160.
- Lazarus, R. S., Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. New York: Springer.
- Lee, S. C., Moy, F. M., Hairi, M. N. (2017). Validity and reliability of Malay version multidimensional scale of perceived social support (MSPSS-M) among teachers. *Qual Life Res*, 26, 221-227.
- Osman, A., Lamis, D. A., Freedenthal, S., Gutierrez, P. M, Mc Naughton Cassill, (2013). M. The Multidimensional Scale of Perceived Social Support: Analysis of internal reliability, measurement invariance and correlates across gender. *Journal of Person Assess*, 10.
- Sandhu, D. S., Asrabadi, B. R. (1994). Development of an Acculturative Stress Scale for international students preliminary findings. *Psychological Report*, 75(1 Pt 2): 435-48.
- Sun, M. K., (2006). Measurement of acculturation, scale formats, and language competence. *Journal of cross-cultural psychology*, 37(6), 669-693.
- Theofilou, P. (2015). Translation and cultural adaptation of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support(MSPSS) for Greece. *Health Psychology Res*, 3(1), 9-11.
- Vega, W., Kolody, B., & Valle, J. R (1987). Migration and mental health: an empirical test of depression risk factors among Mexican women. *International Migration Review*, 21(3).
- Wolliams, C. L., & Berry, J. W. (1991). Primary prevention of acculturative stress among refugees: Applications of psychological theory and practice. *American Psychologist*, 46.
- Zimet, G. D., Dahlem N. W., Zimet S. G., Farley G. K. (1998). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Scarecrow press*, 185(97).
- Zimet, G. D. (1998). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Scarecrow press*, 185(97).

논문 투고일 : 2020. 10. 13

1차 심사일 : 2020. 10. 15

게재 확정일 : 2021. 01. 15

**The effect of acculturative stress on
depression of Mongolians in Korea:
Focusing on moderating effect of social support**

Naranbulag Buyadaa

Kumlan Yu

The Catholic University of Korea

The purpose of this study was examine the depression among Mongolians in South Korea. We also determined the effect of acculturative stress and social support on depression. In this study, total of 200 adults over age 18 completed the BDI-II of Mongolian Version, Acculturative stress scale for international student, The Multi-dimensional Scale of Perceived Social Support. Data were analyzed by using the factor analysis, correlation analysis, t-test, and hierarchical regression analysis. We used SPSS 22.0, AMOS 22.0. We found significant difference in mean scores between groups according to socio-demographic characteristics. The level of depression was high in over 3 years immigrants group ($M = 8.41$, $SD = 9.6954$), marriage immigrants group ($M = 19.1$, $SD = 16.7649$), and female groups ($M = 7.61$, $SD = 9.2188$) than compared to reference groups. Acculturative stress and social support of Mongolian immigrants had a significant impact on depression ($\beta = .365$, $p <.001$; $\beta = -.555$, $p <.001$). There was a moderating effect of social support on the relationship between acculturative stress and depression ($\beta = 1.080$, $p <.001$). The limitations and implications of the study were discussed. We conclude that this study can be used to assess the depression and the mental health of Mongolians in South Korea.

Key words : depression, acculturative stress, social support, Mongolians in South Korea