

## 중국인 유학생들의 문화적응 스트레스와 우울 및 신체화의 관계: 부적응적 완벽주의와 적응적 완벽주의의 중재효과 검증\*

김 민 선      석 분 욱      박 금 란      서 영 석†

연세대학교 교육학과

본 연구에서는 국내에 거주하는 중국인 유학생들의 문화적응 스트레스와 우울 및 신체화의 관련성을 살펴보고, 이러한 관계를 완벽주의(부적응적 완벽주의, 적응적 완벽주의)가 중재하는지를 살펴보았다. 이를 위해 중국인 유학생 378명으로부터 자료를 수집하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 우선, 인구통계학적 변인들과 완벽주의를 통제한 이후에도 문화적응 스트레스는 우울 및 신체화를 유의미하게 예측하는 것으로 나타났다. 즉, 문화적응 스트레스를 많이 경험할수록 우울 및 신체화 증상 또한 증가하는 것으로 나타났다. 한편, 부적응적 완벽주의는 문화적응 스트레스와 우울 및 신체화의 관계를 중재하지 않는 것으로 나타났다. 그러나 우울에 대한 부적응적 완벽주의의 조건효과는 유의미하게 나타났는데, 부적응적 완벽주의 성향이 강할수록 우울 수준 또한 높은 것으로 나타났다. 반면, 문화적응 스트레스와 신체화의 관계를 적응적 완벽주의가 중재하는 것으로 나타났다. 즉, 적응적 완벽주의 성향이 강할수록 문화적응 스트레스가 신체화에 미치는 영향은 상대적으로 적은 것으로 나타났다. 이러한 연구결과를 토대로 임상 실재에 대한 시사점 및 후속 연구에 대한 제언을 논하였다.

주요어 : 문화적응 스트레스, 부적응적 완벽주의, 적응적 완벽주의, 우울, 신체화

\* 본 논문은 2010년 한국교육학회 국제학술대회에서 발표되었음

† 교신저자: 서영석, 연세대학교 교육학부, 서울시 서대문구 연세로 50

Tel: 02-2123-6171, E-mail: seox0004@yonsei.ac.kr

최근 들어 국내에 거주하는 외국인 유학생들의 수가 지속적으로 증가하고 있다. 전문대학 이상의 교육 및 연구기관에 재학 중이거나 연구를 수행하고 있는 외국인 유학생은 4만 585명에 이르는 것으로 나타났다(교육인적자원부, 2008). 이 중 중국인 유학생은 전체 유학생의 75.3%를 차지하고 있는데(출입국외국인정책본부, 2008), 2001년 3,221명에서 2008년 36,323명으로 7년간 10배 이상 증가한 것으로 나타났다. 한편, 외국인 유학생 수가 증가하고 있음에도 불구하고 12%에 달하는 유학생들이 한국에서의 생활과 학교생활 부적응으로 인해 중도 탈락하는 것으로 나타났다(교육과학기술부, 2008). 특히, 중국인 유학생들은 음주문화, 편견, 고독감, 음식습관, 한국에 대한 실망, 언어, 지각된 차별 등으로 인해 스트레스를 호소하고, 이러한 스트레스가 열등감, 우울, 불안 등 심리적인 문제에 영향을 미치는 것으로 나타났다(허춘영, 1998, 1999). 이처럼 한국 생활 및 학교생활 적응의 어려움으로 인해 중도 탈락 및 심리적인 어려움을 경험하고 있는 외국인 유학생들이 증가하고 있음에도 불구하고, 아직까지 우리나라에서는 외국인 유학생들의 문화적응 및 이에 영향을 미치는 심리적 변인들에 대한 체계적 연구가 부족한 실정이다(장혁심, 2005; 하정희, 2008). 이에 본 연구에서는 국내 외국인 유학생 중 가장 높은 비율을 차지하고 있는 중국인 유학생들의 적응 문제를 살펴보기 위해, 이들이 경험하는 적응상의 스트레스를 문화적응 스트레스로 개념화하고, 문화적응 스트레스와 심리적 어려움 간 관련성을 살펴보고자 하였다. 특히, 문화적응 스트레스와 심리적 어려움의 관계를 강화시키거나 완충시키는 중재변인을 확인하고자 하였다.

문화적응 스트레스(acculturative stress)는 새로

운 문화에 적응하면서 경험하는 스트레스를 의미하는데(Choi, 1997; Mori, 2000; Sandhu & Asrabadi, 1994), 익숙하지 않은 가치나 관습 등을 지니고 있는 새로운 환경에 대한 생리적, 정서적 반응으로 개념화 할 수 있다(Berry, 2005). 외국인 유학생들은 새로운 문화에 적응하는 과정에서 일상적인 스트레스 이외에도 언어상의 어려움, 재정적인 문제, 새로운 교육 시스템 적응, 향수병, 인종 차별, 열등감, 사회적 지지 부족 등으로 인해 문화적응 스트레스를 경험한다(허춘영, 1999; Mori, 2000; Yeh & Inose, 2003). 한국에 거주하는 중국 유학생들의 경우 차별을 가장 큰 스트레스 요인으로 지각하고 있으며, 향수병, 사회적 고립 및 불안, 열등감, 의사소통의 어려움 등을 호소하는 것으로 나타났다(장혁심, 2005). 한편, 문화적응 스트레스는 심리적인 문제를 야기할 수 있다(Ryan & Twibell, 2000). 예를 들어, 대학상담센터를 방문하는 외국 유학생들이 가장 많이 호소하는 문제가 우울이며(이재모, 2008; Nilsson, Berkel, Flores, & Lucas, 2004), 중국 유학생들 또한 문화적응 스트레스가 높을수록 우울수준이 더 높은 것으로 나타났다(Wei et al., 2007; Wei, Ku, & Russell, 2008; Ying & Han, 2006).

문화적응 스트레스와 심리적인 문제 간 관련성이 크다는 점을 고려했을 때, 어떤 개인차 변인(예, 성격, 대처양식)이 이러한 관계를 강화시키고 약화시키는지를 탐색할 필요가 있다. 이는 적응상의 문제로 인해 심리적인 어려움을 경험하는 유학생들을 돕기 위해 보다 중점적으로 개입해야 할 변인들을 확인할 수 있다는 점에서 의의가 있다. 본 연구에서는 문화적응 스트레스와 심리적 문제 간 관계를 강화시키거나 완충시키는 요인으로 완벽주의

를 설정하였다. 완벽주의는 수행에 대한 높은 기준 또는 완벽함에 대한 요구, 그리고 자신의 수행능력에 대한 의심 등을 포함하는 개념으로서(Heimberg & Becker, 2002), 스트레스와 상호작용하여 심리적인 어려움을 촉발시키거나 유지시키는 것으로 가정된다(Hewitt & Flett, 1993; Hewitt & Flett, 2002). 실제 연구에서도 완벽주의자들은 그들이 지니고 있는 이분법적 사고와 일반화 성향으로 인해 일상생활에서 경험하는 작은 스트레스조차 중요한 스트레스 사건으로 지각하여 결국 우울 수준이 높아지는 것으로 나타났다(Hewitt & Flett, 1993). Cheng(2001)의 연구에서도 완벽주의가 생활사건 스트레스와 우울 및 무망감의 관계를 강화시키는 것으로 나타났다. 국내연구(박경, 2004)에서도 스트레스와 우울의 관계를 부적응적 완벽주의가 중재하는 것으로 나타났다. 더욱이, 완벽주의자들은 환경의 변화에 맞게 수행에 대한 자신의 기준을 변화시키지 못하는데(Ferrari & Mautz, 1997), 이는 변화에 효율적으로 대처할 수 있는 능력이 그만큼 떨어진다는 것을 의미한다. 예를 들어, 미국 내 중국인 유학생들의 경우 새로운 문화에 적응하는 과정에서 많은 스트레스를 경험함에도 불구하고, 완벽주의 성향이 강할수록 기존의 높은 기준을 바탕으로 자신의 수행을 평가하려하며, 실패를 개인적인 능력 부족 때문에 발생하는 것으로 지각하여 결국 우울과 같은 심리적인 어려움을 경험하는 것으로 나타났다(Wei et al., 2007).

최근 들어 문화적응 스트레스의 맥락에서 완벽주의의 역할을 확인한 연구들은 모두 부적응적 완벽주의를 변인으로 채택하여 그 영향을 검증하였다. 부적응적 완벽주의(maladaptive perfectionism)는 자신의 수행에 대해 지나치게

비판적이고, 사소한 실수도 용납하지 않으며, 심지어 최선을 다해 얻은 성취에 대해서도 만족감을 느끼지 못하는 성향을 의미한다(Bieling, Israeli, & Antony, 2004; Frost et al., 1993). 아시아계 유학생들은 수행에 대한 의심 및 실수에 대한 염려 등 부적응적 완벽주의 성향이 높은 것으로 나타났는데(Chang, 1998; Nilsson, Paul, Lupini, & Tatem, 1999), 특히 중국인 유학생들은 학업에 대한 부모의 압력이나 성공에 대한 목표가 높은데 반해 실제 수행은 그것에 미치지 못한다고 지각하는 것으로 나타났다(Leong & Chou, 1996). 한편, 부적응적 완벽주의 성향이 강한 사람들은 완벽하게 수행한 것에만 가치를 두고 주로 수행에서의 부정적인 측면에 초점을 두기 때문에(Hewitt, Flett, & Ediger, 1996), 우울에 취약할 가능성이 높다. 경험적인 연구에서도 부적응적 완벽주의는 중국 유학생들이 경험하는 우울과 유의미한 상관성이 있는 것으로 나타났다(Wei et al., 2007; Wei, Vogel, Ku, & Zakalik, 2005).

한편, 부적응적 완벽주의는 문화적응 스트레스와 상호작용하여 우울을 예측할 가능성이 높다. 즉, 부적응적 완벽주의 성향이 강할수록 적응상의 문제를 빨리 해결해야 한다고 생각하고, 적응상의 문제를 잘 해결하지 못하는 것을 개인적인 실패로 간주할 가능성이 높다. 이러한 실패감은 상당한 수준의 심리적 고통과 위협으로 간주되며, 결국 우울을 야기할 것으로 추론할 수 있다. 실제 경험적 연구에서도 부적응적 완벽주의는 문화적응 스트레스와 우울의 관계를 중재하는 것으로 나타났다. 예를 들어, Wei 등(2007)은 미국에 거주하는 중국인 유학생들을 대상으로 문화적응 스트레스와 우울의 관계에서 부적응적 완벽주의의 영향을 살펴보았다. 그 결과, 미국에 오래 거

주한 중국인 유학생들의 경우 부적응적 완벽주의 성향이 강할수록 문화적응 스트레스와 우울 간 관련성은 크지만, 부적응적 완벽주의 성향이 약할수록 두 변인의 관련성은 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 비록 Wei 등의 연구가 미국에 거주하는 중국인 유학생들을 대상으로 하였지만, 본 연구에서도 중국인 유학생들이 경험하는 문화적응 스트레스와 우울 간 관련성을 부적응적 완벽주의가 중재할 것으로 가정하였다.

본 연구에서는 Wei 등(2007)의 연구와는 달리, 문화적응 스트레스와 우울 간 관계를 중재하는 변인으로 부적응적 완벽주의뿐만 아니라 적응적 완벽주의를 함께 채택하여 그 효과를 검증하였다. 완벽주의와 심리적 고통 간 관계를 검증한 연구들이 서로 일치하지 않은 결과들을 보고하였는데, 그 이유 중 하나로 완벽주의에 적응적인 요인과 부적응적인 요인이 함께 포함되어 있기 때문이라는 주장들이 제기되었다. 예를 들어, Slaney, Ashby와 Trippi (1995)는 완벽주의에는 적응적인 요소와 신경증적인 측면을 포함한 부적응적인 요소가 포함되어 있기 때문에 이를 구분해서 살펴봐야 한다고 주장하였다. 한편, Frost 등(1993)은 여러 다차원 완벽주의 척도들을 함께 묶어 요인 분석을 실시하였는데, 그 결과 긍정적인 요소인 ‘성취추구 완벽주의’(개인의 높은 기준, 자기지향적인 완벽주의)와 부적응적 요소인 ‘평가염려 완벽주의’(실수에 대한 염려, 부모의 기대, 수행에 대한 의심, 사회부과적 완벽주의)로 구분되는 것으로 나타났다. 다만 대학생들을 대상으로 실시한 Wang, Slaney와 Rice (2008)의 연구에서 적응적 완벽주의를 나타내는 높은 기준과 정돈은 부적응적 완벽주의를 나타내는 격차지각과 각각 .37, .12의 상관을

나타냈고, 격차지각만이 우울과 부적상관이 있는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 미국에서 수행된 선행연구(Grzegorek, Slaney, Franze, & Rice, 2004; Rice & Slaney, 2002)와 매우 유사한 것으로서, 적응적인 측면의 완벽주의와 부적응적인 측면의 완벽주의가 서로 독립적인 특성임을 시사한다.

최근 수행된 연구들에서는 적응적 완벽주의를 높은 목표를 성취하기 위해 지속적으로 노력하는 긍정적인 측면으로 개념화하고 있으며(Bardone-Cone, Weishuhn, & Boyd, 2009; Rice, Bair, Castro, Cohen, & Hood, 2003), 실제 경험적 연구에서도 적응적 완벽주의는 긍정적인 정서와 정적 상관(Dunkley, Zuroff, & Blankstein, 2003), 우울(Dunkley et al., 2003; Rice, Ashby, & Slaney, 1998), 불안(Dunkley et al., 2003) 및 신체화(Bardone-Cone et al., 2009)와는 관련이 없는 것으로 나타났다. 비록 문화적응 스트레스 맥락에서 적응적 완벽주의의 역할을 언급한 것은 아니지만, Rice와 Lapsley(2001)는 적응적 완벽주의자들이 적극적인 대처 양식을 사용해서 스트레스에 대처하기 때문에 우울과 같은 정서적 어려움을 경험할 가능성이 적다고 주장하였다. 이처럼, 적응적 완벽주의가 부적응적 완벽주의와 개념적으로 구분되고, 정신건강의 지표들과 서로 다른 관련성을 보인다는 선행연구들을 토대로, 본 연구에서는 적응적 완벽주의가 문화적응 스트레스와 심리적인 어려움의 관계를 완충시키는 중재변인으로 역할을 할 것으로 가정하였다. 구체적으로, 적응적 완벽주의 성향이 강할수록 문화적응 스트레스가 우울에 미치는 영향이 감소할 것으로 가설을 세웠다.

한편, 본 연구에서는 문화적응 스트레스와 완벽주의에 영향을 받는 심리적 지표로 우울

뿐만 아니라 신체화를 채택하였다. Wei 등(2008)은 아시아계 학생들 사이에서는 심리적인 어려움이 신체화로 나타날 가능성이 높기 때문에 추후 연구에서는 문화적응 스트레스로 인해 영향을 받는 변인으로 신체화를 함께 채택할 것을 제안한 바 있다. 이러한 제안은 아시아계 외국인 학생들의 경우 심리적인 문제가 불안 및 우울 등 정서적인 문제로 나타날 수도 있지만 신체적 증상으로 나타날 가능성이 더 높다는 학자들(Allen & Cole, 1987; Mori, 2000)의 주장과도 맥을 같이 하는 것이다. 따라서 본 연구에서는 Wei 등의 제안과 학자들의 주장, 그리고 문화적응 스트레스 관련 선행연구들이 주로 우울에 초점을 두고 있다는 점을 고려하여, 우울과 함께 신체화를 준거변인으로 채택하고 문화적응 스트레스의 영향 및 완벽주의의 중재효과를 검증하였다.

요약하면, 본 연구의 주요 목적은 개념적으로 구분되는 두 가지 완벽주의(부적응적 완벽주의, 적응적 완벽주의)가 문화적응 스트레스와 우울 및 신체화의 관계를 강화 또는 완충시키는지를 검증하는 것이다. 본 연구에서 검증한 가설모형은 그림 1과 같으며, 구체적인

연구가설은 다음과 같다. 첫째, 일반적인 스트레스의 영향력을 통제한 이후에도 문화적응 스트레스는 우울 및 신체화에 정적인 영향을 미칠 것이다. 이는 아시아계 유학생들의 경우 일반적인 스트레스를 통제한 후에도 지각된 차별과 같은 문화적응 스트레스가 우울을 추가로 설명한다는 Wei 등(2008)의 연구에 근거한 것이다. 둘째, 부적응적 완벽주의는 문화적응 스트레스와 우울 및 신체화의 관계를 강화시킬 것이다. 즉, 부적응적 완벽주의가 강할수록 문화적응 스트레스와 우울 및 신체화의 관련성은 더 커질 것이다. 이는 부적응적 완벽주의의 중재효과를 확인한 Wei 등의 연구에 근거한 것이다. 셋째, 적응적 완벽주의는 문화적응 스트레스와 우울 및 신체화의 관계를 완충시키는 역할을 할 것이다. 즉, 적응적 완벽주의가 강할수록 문화적응 스트레스가 우울 및 신체화에 미치는 영향은 감소할 것이다. 이는 적응적 완벽주의와 심리적 지표들 간 상관을 보고한 선행연구(Bardone-Cone et al., 2009; Dunkley et al., 2003; Rice et al., 1998)와 Rice와 Lapsley(2001)의 주장에 근거한 것이다.

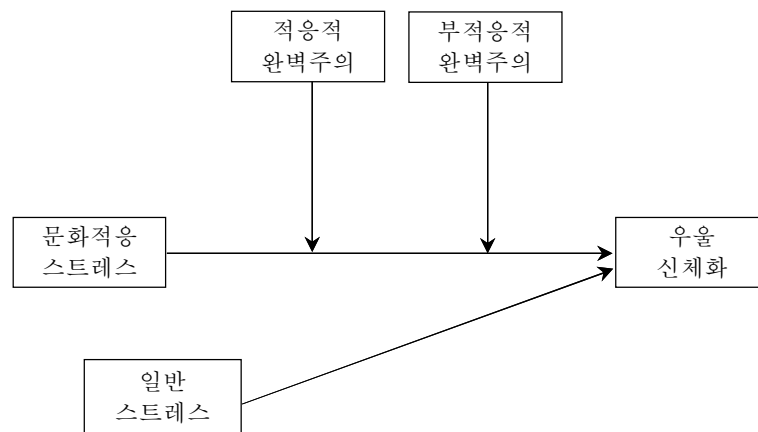


그림 1. 가설모형

## 방 법

### 연구대상 및 연구절차

본 연구는 서울과 지방에 소재한 4년제 대학에 재학 중인 중국인 유학생 378명(남 149명, 여 221명, 성별 미기재 8명)의 참여로 이루어졌다. 참여자들의 평균연령은 24.83세( $SD = 3.17$ )였으며, 학위과정은 학부생 179명(47.3%)과 대학원생 167명(44.2%), 전공은 인문사회 56.2%, 공학 17.4%, 생활예체능 3.1%로 나타났다. 한국에 체류한 기간은 1년 이하가 80명(21.7%), 1년-2년 117명(31.0%), 2년-3년 80명(21.2%), 3년-4년 46명(12.2%), 4년-5년 25명(6.6%)으로 나타났다. 총 450부의 설문지를 배부하여 437부가 수거되었고, 이 중 불성실하게 응답한 47명과 한족과 조선족 이외의 다른 민족 출신 12명을 제외한 378명의 설문지를 자료 분석에 사용하였다. 설문조사는 2010년 5월 중순부터 6월초까지 3주간 진행되었다. 중국 국적을 지닌 2명의 연구자들이 지인 등을 통해 잠재적 연구참여자 인원 및 접촉 방법을 확인하고, 모임이나 행사에 직접 방문하여 연구목적 및 취지를 설명한 후 설문을 실시하고 회수하거나, 우편 및 전자메일을 통해 설문을 발송하고 회수하는 방식으로 자료를 수집하였다.

### 측정도구

#### 지각된 스트레스

일반적인 스트레스를 측정하기 위해 Cohen, Kamarck와 Mermelstein(1983)이 개발한 지각된 스트레스 척도(Perceived Stress Scale: 이하 PSS)를 사용하였다. PSS는 총 14문항으로 구성되어

있으며, 5점 리커트 척도(0 = '전혀 그렇지 않다', 4 = '매우 자주 그렇다')로 평정한다. 문항들은 지난 1달 동안 삶에서 일어난 일들을 얼마나 예측할 수 없다고 느꼈는지, 통제할 수 없는 일을 경험했는지, 그리고 문제들을 해결하는데 어려움을 느꼈는지를 측정한다. 본 연구에서는 Chu(2005)에 의해 중국어로 번안된 척도를 사용하였다. Cohen 등(1983)의 연구에서 PSS는 우울과 신체적 증상, 사회불안과 유의미한 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 선행연구에서 문항 간 내적일치도(Cronbach's alpha)는 .84-.86으로 나타났고, 이를 간격으로 실시한 검사-재검사 신뢰도는 .85, 6주 후 실시한 검사-재검사 신뢰도는 .55로 나타났다(Cohen et al., 1983). Chu(2005)의 연구에서 PSS의 내적일치도는 .90으로 나타났으며, 본 연구에서는 .78로 나타났다.

#### 문화적응 스트레스

문화적응 스트레스를 측정하기 위해, Sandhu와 Asrabadi(1994)가 미국에 거주하는 외국 유학생들을 대상으로 개발한 문화적응 스트레스 척도(Acculturative Stress Scale for International Students: 이하 ASSIS)를 사용하였다. ASSIS는 7개 하위요인 36문항으로 구성되어 있다: 지각된 차별(8문항), 향수병(4문항), 지각된 적대감(5문항), 두려움(4문항), 환경적인 변화나 문화 차이로 인한 스트레스(3문항), 죄책감(2문항), 그리고 구체적이지 않은 걱정들(10문항). 각 문항은 1(매우 동의하지 않는다)부터 7(매우 동의한다)까지 7점 리커트 척도로 평정하며, 점수가 높을수록 문화적응 스트레스를 더 많이 경험하고 있음을 의미한다. ASSIS는 외국인 유학생의 적응과 부적 상관이 있는 것으로 나타났다(Kaul, 2001), 우울과는 정적 상관이 있

는 것으로 나타났다(Constantine, Okazaki, & Utsey, 2004). 선행연구에서 ASSIS의 문항 간 내적일치도는 .92-.94로 나타났고(Constantine et al., 2004; Kaul, 2001; Sandhu & Asrabadi, 1994), 본 연구에서의 내적일치도는 .93으로 나타났다.

본 연구에서는 다음과 같은 과정을 거쳐 ASSIS를 번안하여 사용하였다. 우선, 대학원에서 상담을 전공하고 있는 중국인 유학생 2인이 영어로 된 원 문항들을 중국어로 번역하였다. 이 때, 한국 상황에 맞지 않는 문항(나는 영어로 의사소통할 때 불안하다)을 수정하여 번역하였다. 다음으로, 이중 언어(중국어와 한국어)를 사용하는 대학원생이 중국어로 번안된 문항들을 다시 영어로 역번역하였다. 마지막으로, 1차 번역 작업에 참여했던 중국인 상담전공생 2인과 상담 전공 박사과정생 1인이 영어로 역번역된 문항들과 원문을 대조하여 최종 문항을 확정하였다. 한편, 역번역된 ASSIS의 교차문화 타당도(cross-cultural validity)를 확인하기 위해 자료 수집 후 확인적 요인 분석을 실시하였다. 기존의 7요인을 바탕으로 확인적 요인 분석을 실시한 결과 ASSIS의 요인 구조가 안정적인 것으로 나타났다,  $\chi^2(14, N = 378) = 88.61, p < .001, CFI = .96, TLI = .94, SRMR = .04$ .

### 완벽주의

본 연구에서는 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의를 측정하기 위해 Slaney 등(2001)이 개발한 완벽주의 척도 개정판(the Almost Perfect Scale-Revised; 이하 APS-R)을 사용하였다. 이 척도는 적응적 완벽주의를 나타내는 높은 기준(7문항)과 정돈(4문항), 부적응적 완벽주의를 나타내는 격차지각(실제 수행과 개인의 기

준 간 격차에 대한 지각: 12문항)으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 높은 기준과 정돈 11문항의 평균값으로 적응적 완벽주의를 구인하였고, 격차지각 12문항에 대한 평균값으로 부적응적 완벽주의를 구인하였다. 모든 문항은 7점 리커트 척도로 평정하며(1 = ‘매우 동의하지 않는다’, 7 = ‘매우 동의한다’), 점수가 높을수록 해당 완벽주의 성향이 높음을 의미한다. 탐색적 요인분석과 확인적 요인분석 결과 3요인 구조(높은 기준, 정돈, 격차지각)가 안정적인 것으로 나타났다(Slaney et al., 2001; Suddarth & Slaney, 2001). 본 연구에서는 Wang, Slaney와 Rice(2007)가 대만 대학생들을 대상으로 타당화한 것을 사용하였다. 미국 대학생들을 대상으로 한 연구에서 격차지각은 우울과 정적 상관(Wei, Mallinckrodt, Russell, & Abraham, 2004)을 나타냈고, 대만 대학생들을 대상으로 한 연구에서 격차지각은 자기 존중감과 부적 상관을 나타냈다(Wang et al., 2007). Wang 등(2007)의 연구에서 높은 기준과 정돈은 우울 및 자기 존중감과 유의미하지는 않지만 정적 상관이 있는 것으로 나타났으며, 불안과는 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 선행연구에서 APS-R의 내적일치도는 높은 기준 .82-.85, 정돈 .68-.86, 격차지각 .88-.92로 나타났다(Slaney et al., 2001; Wang et al., 2007). 본 연구에서의 내적일치도는 전체문항 .83, 높은 기준 .82, 정돈 .83, 격차지각 .86으로 나타났다.

### 우울

우울을 측정하기 위해 Radloff(1977)가 개발한 우울척도(Center for Epidemiological Studies-Depression Scale; 이하 CES-D)를 사용하였다. 평정자들은 전 주에 있었던 경험들을 회상하며 각 문항에 대해 0점(거의 없다)부터 3점(거의

언제나 그런다)까지 4점 척도로 평정한다. 본 연구에서는 중국어로 타당화된 CES-D를 사용하였다(Cheung & Bagley, 1998; Robinson, Shaver, & Wrightsman, 1997). 중국어 판 CES-D는 불안, 가족 내에서의 문제 및 생활 스트레스와 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다(Wong, Stewart, Ho, Rao, & Lam, 2005). Cheung과 Bagley(1998)의 연구에서 내적일치도는 .83으로 나타났으며, 미국에 있는 중국인 유학생들을 대상으로 한 연구(Wei et al., 2007)에서는 .89로 나타났다. 본 연구에서의 내적일치도는 .87로 나타났다.

### 신체화

신체화를 측정하기 위해 Derogatis(1977)가 개발한 간이정신진단검사 신체화 소척도(Symptom Checklist-90-Revised; SCL-SOM)를 사용하였다. SCL-90-R은 총 90문항으로 구성된 자기보고식 검사로서, 본 연구에서는 신체화 척도 12문항만을 사용하였다. 각 문항은 5점 척도(1 = '전혀 없다', 5 = '아주 심하다')로 평정하며, 점수가 높을수록 신체화 정도가 강함을 의미한다. Sayar, Kirmayer와 Taillefer(2005)의 연구에서 SCL-SOM은 불안과 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 본 연구에서의 내적일치도는 .92로 나타났다.

본 연구에서는 문화적응 스트레스 척도(ASSIS)를 번역-역번역한 것과 동일한 절차를 거쳐 SCL-SOM을 번안하여 사용하였다. 번안된 SCL-SOM의 교차문화 타당도(cross-cultural validity)를 확인하기 위해 자료 수집 후 확인적 요인분석을 실시하였다. 12개 문항이 한 개 요인을 구인하는 것으로 모형을 설정한 후 확인적 요인분석을 실시한 결과, SCL-SOM의 요인구조가 안정적인 것으로 나타났다,  $\chi^2(52,$

$N = 378) = 233.19, p < .001, CFI = .93, TLI = .90, SRMR = .05$ .

### 인구통계학적 질문

본 연구에서는 연구 참여자들의 성별, 연령, 한국 체류기간, 민족, 학위과정, 결혼여부 등 인구통계학적 정보를 설문문에 포함시켰다. 또한 한국어 사용에 대한 편안함과 효능감을 살펴보기 위해 “당신은 한국어를 사용하는데 얼마나 편안함을 느끼니까?”, “당신은 한국어를 사용하는데 얼마나 자신감이 있습니까?” 등 두 개의 질문을 리커트식 5점 척도를 사용해서 측정하였다.

## 결 과

### 예비 분석

변인 간 상관계수와 각 변인의 평균 및 표준편차를 표 1에 제시하였다. 우선, 나이와 성별, 한국어에 대한 편안함 등 인구통계학적 변인들이 주요 연구 변인과 유의미한 상관관계가 있는 것으로 나타나, 주요 분석에서는 지각된 스트레스와 함께 공변인으로 채택하여 그 영향을 통제하였다. 또한 문화적응 스트레스는 부적응적 완벽주의, 우울, 신체화와 유의미한 정적 상관관계가 있는 것으로 나타난 반면, 적응적 완벽주의와는 상관관계가 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 적응적 완벽주의는 부적응적 완벽주의와 정적 상관관계를, 우울 및 신체화와는 유의미한 부적 상관관계를 나타냈다. 마지막으로, 부적응적 완벽주의는 우울 및 신체화와 유의미한 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다.



표 1. 변인들의 평균 및 표준편차와 상관계수

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. 나이	-	.07	.31**	.26**	.29**	-.07	-.04	.13*	-.00	-.09	-.03
2. 성별		-	.12*	.24**	.23**	-.11*	-.06	-.05	-.17**	-.11*	-.02
3. 민족			-	.44**	.42**	.05	.08	.02	-.01	-.00	-.04
4. 한국어 편안함				-	.75**	-.03	.08	-.01	-.11*	-.01	-.01
5. 한국어 효능감					-	-.01	.10	.01	-.07	-.01	-.01
6. 지각된 스트레스						-	.43**	-.23**	.37**	.55**	.33**
7. 문화적응스트레스							-	-.09	.35**	.54**	.44**
8. 적응적 완벽주의								-	.31**	-.23**	-.18**
9. 부정응적완벽주의									-	.33**	.13**
10. 우울										-	.54**
11. 신체화											-
M	24.83	-	-	3.63	3.43	1.85	3.09	4.70	4.18	0.89	1.87
SD	3.17	-	-	1.19	1.19	0.51	0.95	1.01	0.95	0.47	0.77

주. N = 378. 성별: 남성 = 0, 여성 = 1. 민족: 조선족 = 0, 한족 = 1.

\*  $p < .05$ . \*\*  $p < .01$ .

## 중재효과 분석

### 문화적응 스트레스와 우울의 관계에서 완벽주의의 중재효과

문화적응 스트레스와 우울의 관계에서 적응적 완벽주의와 부정응적 완벽주의의 중재효과를 살펴보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 우선, 다중공선성 문제를 최소화하기 위해 Aiken과 West(1991), Frazier, Tix와 Baron (2004)의 제안에 따라 변인들을 표준점수로 변환하였다. 위계적 회귀분석에서는 1단계에 공변인(나이, 성별, 한국어 사용에 대한 편안함, 지각된 스트레스)을 투입하고, 2단계에서는 문화적응 스트레스, 적응적 완벽주의, 부정응적 완벽주의를 투입하였다. 3단계에서는 문화적

응 스트레스와 완벽주의 간 이원상호작용 변인(문화적응 스트레스 × 적응적 완벽주의, 문화적응 스트레스 × 부정응적 완벽주의)을 투입하여 우울에 대한 설명량의 변화를 살펴보았다.

표 2에 제시된 것처럼, 공변인을 통제한 상태에서 문화적응 스트레스, 적응적 완벽주의 및 부정응적 완벽주의는 우울 변량의 14%를 추가로 설명하는 것으로 나타났다,  $\Delta R^2 = 13.9$ ,  $\Delta F(3, 373) = 30.92$ ,  $p < .001$ . 그러나 상호작용 변인을 추가로 투입한 3단계 모델은 우울 변량을 추가적으로 유의미하게 설명하지 못하는 것으로 나타났다. 최종 3단계 모델에서 문화적응 스트레스( $\beta = .37$ ,  $sr^2 = .14$ ,  $p < .001$ )와 적응적 완벽주의( $\beta = -.19$ ,  $sr^2 = .05$ ,  $p$

표 2. 문화적응 스트레스와 우울의 관계에서 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의의 중재효과

단계	예측변수	B	SE B	$\beta$	$R^2$
1단계	나이	-.01	.01	-.06	.30***
	성별	-.06	.05	-.06	
	한국어 사용 편안함	.01	.02	.03	
	지각된 스트레스	.26	.03	.54***	
2단계	나이	-.01	.01	-.04	.43***
	성별	-.03	.05	-.03	
	한국어 사용 편안함	.00	.02	.01	
	지각된 스트레스	.14	.03	.28***	
	문화적응 스트레스	.17	.03	.35***	
	적응적 완벽주의	-.08	.03	-.16***	
	부적응적 완벽주의	.07	.03	.15**	
3단계	나이	-.01	.01	-.03	.44***
	성별	-.03	.05	-.03	
	한국어 사용 편안함	.01	.02	.02	
	지각된 스트레스	.14	.03	.28***	
	문화적응 스트레스	.17	.03	.37***	
	적응적 완벽주의	-.09	.03	-.19***	
	부적응적 완벽주의	.08	.03	.16**	
	문화적응 스트레스 × 적응적 완벽주의	-.05	.03	-.12*	
	문화적응 스트레스 × 부적응적 완벽주의	.01	.02	.02	

주. N = 378. 성별: 남성 = 0, 여성 = 1. 민족: 조선족 = 0, 한족 = 1.

\* $p < .05$ . \*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

< .001), 부적응적 완벽주의( $\beta = .16$ ,  $r^2 = .03$ ,  $p < .01$ )는 우울을 유의미하게 예측하는 것으로 나타났다. 또한 문화적응 스트레스와 적응적 완벽주의의 상호작용 효과가 유의미한 것으로 나타났는데( $\beta = -.12$ ,  $r^2 = .01$ ,  $p < .05$ ), 이

는 문화적응 스트레스와 우울 간 관계에서 적응적 완벽주의가 중재효과가 있음을 시사하는 것이다. 반면, 문화적응 스트레스와 부적응적 완벽주의의 상호작용 효과는 유의미하지 않은 것으로 나타났다,  $\beta = .02$ ,  $r^2 = .00$ ,  $p > .05$ .

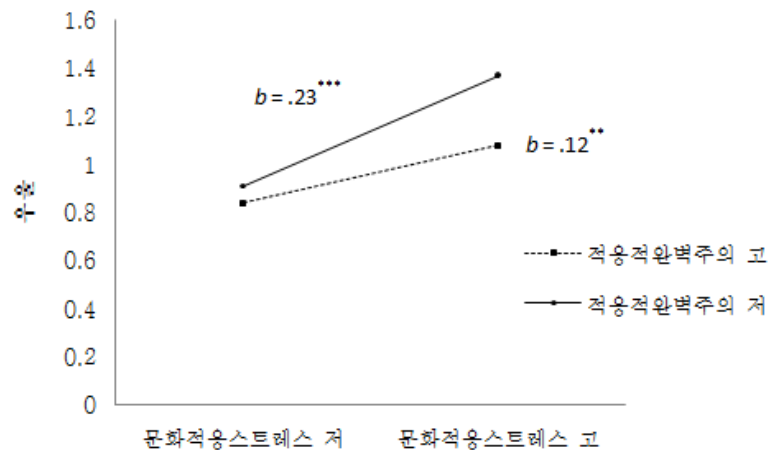


그림 2. 적응적 완벽주의에 따른 문화적응 스트레스와 우울의 관계

\*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

우울에 대한 문화적응 스트레스와 적응적 완벽주의의 단순 상호작용(simple interaction) 효과를 확인하기 위해, 문화적응 스트레스와 적응적 완벽주의 각각의 평균값을 중심으로 표준편차 1이하인 지점을 문화적응 스트레스와 적응적 완벽주의가 낮은 수준, 표준편차 1이상인 지점을 문화적응 스트레스와 적응적 완벽주의가 높은 수준으로 설정하고 이에 해당하는 점수를 회귀방정식에 대입하였다. 분석 결과, 그림 2와 같이 적응적 완벽주의가 낮은 집단(-1SD) ( $b = .23, p < .001$ )과 높은 집단(+1SD) ( $b = .12, p < .01$ ) 모두 문화적응 스트레스가 높을수록 우울 또한 증가하는 것으로 나타났다. 적응적 완벽주의가 낮은 집단과 높은 집단의 기울기의 차이를 검증한 결과, 유의미하지 않은 것으로 나타났다( $t = 1.26, p > .05$ ).

#### 문화적응 스트레스와 신체화의 관계에서 완벽주의의 중재효과

문화적응 스트레스와 신체화의 관계에서 적

응적 완벽주의와 부정적 완벽주의의 중재효과를 검증하기 위해 실시한 위계적 회귀분석 결과는 표 3과 같다. 우선, 공변인을 통제된 상태에서 문화적응 스트레스, 적응적 완벽주의와 부정적 완벽주의는 신체화 변량의 12%를 추가로 설명하는 것으로 나타났다,  $\Delta R^2 = 12.3, \Delta F(3, 373) = 19.83, p < .001$ . 또한 상호작용 변인들을 추가로 투입한 3단계 모델 역시 신체화 변량의 4%를 추가로 설명하는 것으로 나타났다,  $\Delta R^2 = .04, \Delta F(3, 370) = 7.36, p < .001$ . 최종 3단계 모델에서 문화적응 스트레스( $\beta = .39, sr^2 = .14, p < .001$ )는 신체화를 유의미하게 예측하는 것으로 나타났다. 문화적응 스트레스와 적응적 완벽주의의 상호작용 효과 또한 유의미한 것으로 나타났는데( $\beta = -.26, sr^2 = .04, p < .001$ ), 이는 문화적응 스트레스와 신체화의 관계에서 적응적 완벽주의가 중재효과가 있음을 시사한다. 그러나 문화적응 스트레스와 부정적 완벽주의의 상호작용 효과는 유의미하지 않은 것으로 나타났다,  $\beta = .10, sr^2 = .00, p > .05$ .

표 3. 문화적응 스트레스와 신체화의 관계에서 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의의 중재효과

단계	예측변수	B	SE B	$\beta$	R <sup>2</sup>
1단계	나이	.00	.02	.01	.10***
	성별	-.01	.09	-.00	
	한국어 사용 편안함	-.03	.04	-.04	
	지각된 스트레스	.27	.05	.35***	
2단계	나이	.01	.01	.03	.22***
	성별	.01	.09	.01	
	한국어 사용 편안함	-.05	.04	-.09	
	지각된 스트레스	.13	.05	.18***	
	문화적응 스트레스	.29	.05	.39***	
	적응적 완벽주의	-.06	.05	-.08	
	부적응적 완벽주의	-.05	.05	-.07	
3단계	나이	.01	.01	.03	.26***
	성별	.14	.09	.01	
	한국어 사용 편안함	-.05	.04	-.09	
	지각된 스트레스	.13	.05	.18**	
	문화적응 스트레스	.29	.05	.39***	
	적응적 완벽주의	-.06	.05	-.08	
	부적응적 완벽주의	-.05	.05	-.07	
	문화적응 스트레스 × 적응적 완벽주의	-.20	.05	-.26***	
	문화적응 스트레스 × 부적응적 완벽주의	.07	.04	.10	

주. N = 378. 성별: 남성 = 0, 여성 = 1. 민족: 조선족 = 0, 한족 = 1. \*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

신체화에 대한 문화적응 스트레스와 적응적 완벽주의의 단순 상호작용(simple interaction)효과를 확인하기 위해, 평균을 중심으로 표준편차 1 이하인 지점을 문화적응 스트레스와 적응적 완벽주의가 낮은 수준, 표준편차 1 이상인 지점을 문화적응 스트레스와 적응적 완벽

주의가 높은 수준으로 설정하고 이에 해당되는 점수를 회귀방정식에 대입하였다. 그 결과, 그림 3과 같이 적응적 완벽주의가 높은 집단(+1SD) ( $b = .13, p < .05$ )과 낮은 집단(-1SD) ( $b = .53, p < .001$ ) 모두 문화적응 스트레스가 높을수록 신체화 성향 또한 높아지는 것으로

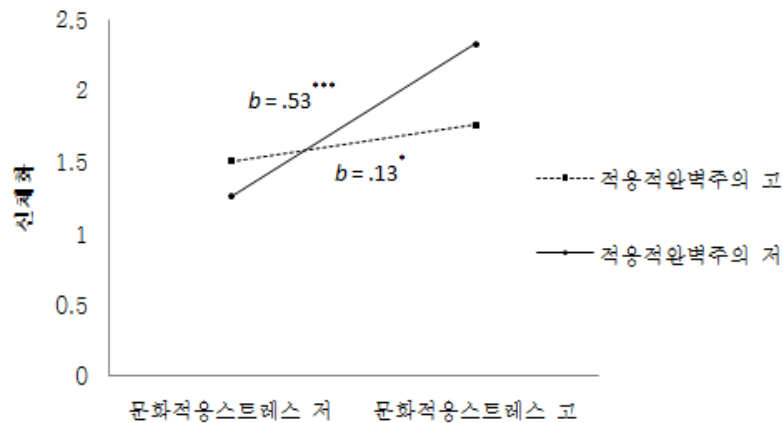


그림 3. 적응적 완벽주의에 따른 문화적응 스트레스와 신체화의 관계.

\* $p < .05$ . \*\*\* $p < .001$ .

나타났다. 두 집단의 기울기 차이를 검증한 결과, 기울기의 차이가 유의미한 것으로 나타났다( $t = 4.56, p < .001$ ). 즉, 적응적 완벽주의 성향이 강할수록 문화적응 스트레스가 신체화에 미치는 영향을 완충하는 것을 시사한다.

## 논 의

본 연구에서는 관련 이론 및 선행 연구결과들을 토대로, 국내 거주 중국인 유학생들이 경험하는 문화적응 스트레스와 우울 및 신체화의 관계에서 부적응적 완벽주의와 적응적 완벽주의의 중재효과를 살펴보았다. 연구결과를 중심으로 시사점을 논하면 다음과 같다.

우선, 문화적응 스트레스는 우울 및 신체화와 유의미한 정적 상관이 있는 것으로 나타났으며, 일반적인 스트레스를 통제한 후에도 문화적응 스트레스는 우울 및 신체화를 추가로 설명하는 것으로 나타났다. 따라서 첫 번째 연구가설은 지지되었다. 이러한 연구결과는 미국에 거주하는 중국인 유학생들을 대상으로

문화적응 스트레스와 우울 간 정적 상관을 보고한 Wei 등(2007)의 연구와 일치하며, 중국인 유학생들을 대상으로 일반적인 스트레스를 통제한 이후에도 문화적응 스트레스 중 하나인 차별이 우울을 유의미하게 설명한다고 보고한 Wei 등(2008)의 연구와 유사하다. 또한 외국인 유학생들이 경험하는 문화적응 스트레스가 우울(허춘영, 1998; Constantine et al., 2004; Wei et al., 2007; Wei et al., 2008)과 신체화(Ye, 2005) 수준을 높인다는 선행연구와도 일치한다. 이러한 연구결과는 문화적응 스트레스와 일반적인 스트레스를 구분해서 이해할 필요가 있음을 시사한다. 즉, 외국인 유학생들의 경우 일반 학생들이 경험하는 일상적인 스트레스 이외에도 새로운 문화에 적응하는 과정에서 다양한 언어적, 사회 규범적, 대인관계상의 어려움 등을 추가로 경험하며, 이는 결국 우울 및 신체화 증상과 같은 심리적 어려움에 취약하게 만들 수 있음을 의미한다. 따라서 중국인 유학생들을 조력하는 위치에 있는 정신건강전문가나 대학 담당자들은 중국인 유학생들이 호소하는 우울 및 신체화 증상이 일반적인

생활스트레스에 의해서 뿐만 아니라 한국문화에 적응하는 과정에서 자연스럽게 경험하는 스트레스에 의해 유발되었을 가능성을 염두에 두고 이를 해당 학생이 인식할 수 있도록 조력할 필요가 있다.

둘째, 문화적응 스트레스와 우울 및 신체화의 관계에서 부적응적 완벽주의의 중재효과는 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 즉, 부적응적 완벽주의는 문화적응 스트레스와 우울 및 신체화의 관계를 강화시키거나 완충시키는 역할을 하지 않는 것으로 나타났다. 따라서 두 번째 연구가설은 지지되지 않았다. 이러한 연구결과는 Wei 등(2007)의 연구와 부분적으로 일치하는 것이다. Wei 등의 연구에서 우울에 대한 문화적응 스트레스와 부적응적 완벽주의의 이원상호작용 효과는 유의미하지 않았지만, 체류기간을 포함한 삼원상호작용효과는 유의미한 것으로 나타났다. 부적응적 완벽주의의 중재효과가 유의미하지 않다는 것은, 중국인 유학생들이 문화적응 과정에서 경험하는 스트레스는 개인 내적 특성인 부적응적 완벽주의 수준에 상관없이 우울 및 신체화에 영향을 미침을 의미한다. 즉, 개인 내적 특성과는 별도로 새로운 문화에 적응하면서 경험하는 스트레스가 크고, 이는 결국 우울 및 신체화와 같은 심리적인 어려움을 야기하는 것으로 해석할 수 있다. 이러한 해석은 일반적인 스트레스와 부적응적 완벽주의를 통제한 이후에도 문화적응 스트레스가 우울 및 신체화를 가장 많이 설명하는 것으로 나타난 본 연구결과에 의해 뒷받침된다. 따라서 우울 및 신체화 증상의 원인을 개인 내적 특성(부적응적 완벽주의)으로만 귀인하지 않고, 새로운 문화에 적응하면서 자연스럽게 경험하는 스트레스가 심리적인 문제에 영향을 미치고 있음을 인식하도

록 돕는 것이 중요하다.

비록 본 연구에서 주요 연구가설로 채택하지는 않았지만, 우울 및 신체화에 대한 부적응적 완벽주의의 조건효과에 관해 언급할 필요가 있다. 본 연구 결과, 인구통계학적 변인들과 문화적응 스트레스 및 적응적 완벽주의의 영향을 통제한 이후에도 부적응적 완벽주의는 신체화를 유의미하게 예측하지 못한 반면, 우울은 유의미하게 예측하는 것으로 나타났다. 우선 본 연구결과는 부적응적 완벽주의가 신체화를 유의미하게 설명한다는 선행연구(Hewitt & Flett, 1991; Sumi & Kanda, 2002)와 일치하지 않는다. 반면, 체류기간과 문화적응 스트레스의 영향을 통제한 이후에도 부적응적 완벽주의가 우울을 유의미하게 예측하는 것으로 드러난 Wei 등(2007)의 연구와는 일치한다. 선행 연구와는 달리 신체화에 대한 부적응적 완벽주의의 영향이 유의하지 않은 이유가 무엇인지 현재로서는 알기 어렵다. 이것이 한국에 거주하는 중국인 유학생들의 특성인지, 아니면 중국인들의 독특한 현상인지는 후속연구를 통해 재차 확인할 필요가 있을 것이다. 한편, 우울에 대한 부적응적 완벽주의의 조건효과에 대해서는 다음과 같은 해석이 가능하다. 즉, 한국에 거주하는 중국인 유학생들 또한 본국에서 수행했던 것과 같은 높은 수준의 성취를 기대하지만, 부적응적 완벽주의 성향이 높을수록 자신의 기대에 미치지 못하는 수행결과를 문화적응 상의 어려움으로만 귀인하지 않고 개인의 능력 부족으로 지각할 가능성이 높기 때문에, 결국 우울을 더 많이 경험하는 것으로 해석할 수 있다.

셋째, 본 연구 결과 적응적 완벽주의는 문화적응 스트레스와 신체화의 관계를 중재하는 것으로 나타났다. 즉, 적응적 완벽주의 수준에

따라 문화적응 스트레스와 신체화의 관계가 강화되거나 감소되는 것으로 나타났다. 구체적으로, 적응적 완벽주의 성향이 강할수록 문화적응 스트레스가 신체화를 예측하는 정도가 약한 것으로 나타났다. 따라서 세 번째 연구 가설은 부분적으로 지지되었다. 비록 문화적응 스트레스의 맥락에서 적응적 완벽주의의 중재효과를 확인한 선행연구가 부재하기 때문에 직접적으로 비교할 수 없지만, 본 연구결과는 적응적 완벽주의의 긍정적인 측면을 보고하고 강조한 선행연구 결과 및 이론적 주장과 유사하다(Bardone-Cone et al., 2009; Dunkley et al., 2003; Rice et al., 1998; Rice & Lapsley, 2001). 이러한 연구결과는 적응적 완벽주의가 문화적응 스트레스에 효과적으로 대처하는데 도움이 되는 심리내적 자원임을 시사한다. 적응적 완벽주의의 기능적 측면을 강조한 학자들은, 적응적 완벽주의 성향이 강한 사람들은 부적응적 완벽주의자들에 비해 스트레스에 대처하는 자원이 많고(Chang, Banks, & Watkins, 2004; Martin, 2005), 스트레스 상황에서 적극적인 대처 양식을 사용하며(Rice & Lapsley, 2001), 자아존중감과 효능감이 높고 스스로가 조금 더 완벽할 수도 있음을 인정하기 때문에(Rice & Ashby, 2007; Rice & Mirzadeh, 2000), 심리적인 어려움을 경험할 가능성이 적다고 주장한다. 다른 예측변인들을 통제한 이후에도 적응적 완벽주의 수준이 높을수록 우울수준이 유의미하게 낮다는 본 연구결과 또한 이러한 주장을 뒷받침하는 것으로 해석할 수 있다.

본 연구결과는 임상 실제에 다음과 같은 시사점을 제공한다. 첫째, 문화적응 스트레스와 이로 인한 우울 및 신체화 등 심리적인 문제를 호소하는 중국인 유학생들을 조력할 때,

문화적응 스트레스를 경험하는 것이 정상적이고 자연스러운 과정임을 인식하도록 도와줄 필요가 있다. 특히 외국인 유학생들은 새로운 환경에서 경험하는 스트레스와 심리적인 문제를 개인의 능력이나 노력 부족으로 귀인할 수 있는데, 문화적응상의 어려움과 스트레스를 정상적인 과정으로 이해하고 수용하도록 조력할 필요가 있다. 이 때, 대학 당국이나 상담센터에서는 다음과 같은 심리서비스를 제공할 수 있을 것이다. 예를 들어, 이미 정착해서 학업을 수행하고 있거나 이미 학업을 마치고 졸업한 동문들을 초청해서 이들이 경험했던 적응상의 어려움들을 공유하게 함으로써, 초기 적응과정에서 경험하는 스트레스와 심리적 어려움을 정상적인 과정으로 지각할 수 있도록 도와줄 수 있을 것이다. 또한 상담자들이 중국인 유학생 조직이나 모임 및 행사에 직접 찾아가 적응과 관련된 심리교육을 실시하거나 지지집단을 조직할 수도 있을 것이다. 또 다른 전략은 새로 도착한 중국인 유학생들을 한국 대학생 및 대학원생들과 짝을 지어줌으로써, 초기 적응과정에서 경험하는 다양한 문제(예, 언어문제, 생활습관의 차이)들로 인한 스트레스를 줄여줄 수 있을 것이다. 실제로, 유학생과 일반 대학생을 멘토로 연결시켜 주었을 때 유학생의 학업수행이 향상된 것으로 나타났다(Westwood & Barker, 1990). 한편, 중국인 유학생들의 경우 학내 상담서비스의 존재 및 활용 가치에 대한 인식이 부족할 수 있고, 자신의 문제를 가족이 아닌 타인에게 이야기하는 것을 꺼려할 수 있다(Pedersen, 1991). 더욱이 자신들이 경험하는 적응상의 스트레스와 심리적인 어려움을 한국 상담자들이 이해하지 못한다고 지각할 수 있기 때문에, 상담서비스를 적극적으로 구하지 않을 가능성이 높다.

따라서 대학 상담센터에서는 중국인 유학생들에 대한 상담서비스를 개설하고 이를 적극적으로 홍보할 필요가 있다.

한편, 적응적 완벽주의 성향에 대해서는 문화적응 스트레스 및 심리문제에 대한 보호요인임을 인식하고 이를 격려할 필요가 있다. 정신건강전문가들이 완벽주의의 부정적인 측면(부적응적 완벽주의)에만 초점을 두고 적응적인 완벽주의를 간과할 경우, 높은 기준을 설정하고 완벽함을 추구하는 것 자체를 부정적으로 인식하고 개입의 방향 및 전략 또한 완벽주의 성향 자체를 감소시키는데 중점을 둘 가능성이 높다. 그러나 본 연구 결과, 높은 기준을 설정하고 이를 성취하기 위해 자신의 생활 및 학업을 조직하는 적응적 완벽주의는 문화적응 스트레스가 심리적인 어려움에 미치는 영향을 완충시키는 것으로 나타났다. 따라서 정신건강전문가는 이러한 적응적 완벽주의의 긍정적인 영향을 인식시키고 격려할 필요가 있다. 많은 외국인 유학생들이 외국에서의 학업적 성취가 미래의 성공을 결정짓는 중요한 요소라고 인식하고 본인의 노력을 통해 이를 성취하려 하기 때문에, 적응적 완벽주의의 기능 및 영향을 인식하고 계발하도록 조력하는 것은 적응상의 스트레스가 심리적인 문제를 야기할 가능성을 줄이는 결과를 가져올 것이다.

본 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언을 논하면 다음과 같다. 우선, 본 연구에서는 동년배 효과(cohort effect)를 통제하지 않은 상태에서 횡단적으로 자료를 수집하였기 때문에, 중국인 유학생들이 경험하는 적응상의 스트레스와 심리적 어려움이 시간에 따라 어떻게 변하는지를 정확히 반영하고 있지 못하다. 매년 많은 중국인 유학생들이 우리나라 대학에 입학하고 있지만, 이들의 한국문화 이해도, 유학

동기 및 선행 학업성취 수준이 해마다 다를 수 있다. 이는 한국 문화에 적응하면서 경험하는 스트레스 수준과 이로 인한 심리적 어려움이 매년 다를 수 있음을 의미한다. 비록 횡단 자료를 사용한 연구이지만 Wei 등(2007)의 연구에서는 문화적응 스트레스와 부적응적 완벽주의의 상호작용이 체류기간에 따라 다른 양상을 보이는 것으로 나타났다. 따라서 후속연구에서는 특정 시기에 입학한 중국인 유학생들을 종단적으로 추적하여 문화적응 스트레스와 완벽주의, 심리적 어려움 간 관련성을 파악할 필요가 있다. 한편, 본 연구에서는 적응적 완벽주의의 중재효과가 유의미함에도 불구하고 여전히 문화적응 스트레스가 클수록 우울 및 신체화 또한 증가하는 것으로 나타났다. 이를 문화적응 스트레스의 영향이 그만큼 큰 것으로 해석할 수도 있지만, 적응적 완벽주의 이외의 다른 중재변인이 존재할 가능성을 고려해볼 수 있다. 따라서 후속연구에서는 문화적응 스트레스를 감소시키는 것으로 보고된 대처양식(Wei et al., 2007)과 사회적 지지(Chen, Mallinckrodt, & Mobley, 2002) 등 다른 보호요인들의 영향을 통합적으로 살펴볼 필요가 있다.

## 참고문헌

- 교육인적자원부 통계조사 (2008).
- 교육과학기술부 통계조사 (2008).
- 박 경 (2004). 부정적 생활사건 스트레스와 우울의 관계: 문화해결과 완벽주의의 중재효과와 매개효과. 한국심리학회: 건강, 9(2), 265-284.
- 이재모 (2008). 국내 외국인 유학생의 적응실태 연구. 이화여자대학교 일반대학원 석사학



- 위논문.
- 장혁심 (2005). 중국인 유학생의 사회적 지지와 문화적응 스트레스에 관한 연구. 서울대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 출입국관리사무소 출입국외국인정책본부(2008).
- 하정희 (2008). 중국 유학생의 대학생활 적응에 대한 질적 연구. *한국심리학회지*, 20(2), 473-496.
- 허춘영 (1998). 재한 중국 유학생의 문화적응과 정신건강실태: 한족, 조선족 유학생간의 비교연구. 한양대학교 대학원 박사학위논문.
- 허춘영 (1999). 중국 유학생의 문화적응과 정신건강. *정신건강연구*, 18, 107-133.
- Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). Multiple regression: Testing and interpreting interactions. Newbury Park, CA: Sage.
- Allen, F. C. L., & Cole, J. B. (1987). Foreign student syndrome: Fact or fable. *Journal of American College Health*, 35, 182-186.
- Bardone-Cone, A., Weishuhn, A. S., & Boyd, C. A. (2009). Perfectionism and bulimic symptoms in African American college women: Dimensions of perfectionism and their interactions with perceived weight status. *Journal of Counseling Psychology*, 56(2), 266-275.
- Berry, J. W. (2005). Acculturation: Living successfully in two cultures. *International Journal of Intercultural Relations*, 29, 697-712.
- Bieling, P. J., Israeli, A. L., & Antony, M. M. (2004). Is perfectionism good, bad, or both? Examining models of the perfectionism construct. *Personality and Individual Differences*, 36, 1373-1385.
- Chang, E. C. (1998). Cultural differences, perfectionism, and suicidal risk: Does social problem solving still matter? *Cognitive Therapy and Research*, 22, 237 - 54.
- Chang, E. C., Banks, K. H., & Watkins, A. F. (2004). How adaptive and maladaptive perfectionism relate to positive and negative psychological functioning: Testing a stress-mediation model in black and white female college students. *Journal of Counseling Psychology*, 51, 93-102.
- Chen, H. J., Mallinckrodt, B., & Mobley, M. (2002). Attachment patterns of east Asian international students and sources of perceived social support as moderators of the impact of U. S. racism and cultural distress. *Asian Journal of Counseling*, 19, 27-48.
- Cheng, S. K. (2001). Life stress, problem solving, perfectionism, and depressive symptoms in Chinese. *Cognitive Therapy and Research*, 25, 303-310.
- Cheung, C. K., & Bagley, C. (1998). Validating an American Scale in Hong Kong: The Center for Epidemiological Studies Depression Scale (CES-D). *Journal of Psychology*, 132, 169-186.
- Choi, G. (1997). Acculturative stress, social support, and depression in Korean American families. *Journal of Family Social Work*, 2(1), 81-97.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). Perceived Stress Scale. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385-396.
- Constantine, M. G., Okazaki, S., & Utsey, S. O. (2004). Self-concealment, social self-efficacy, acculturative stress, and depression in African, Asian, and Latin American international

- college students. *American Journal of Orthopsychiatry*, 74, 230-241.
- Derogatis, L. R. (1977) The SCL-90-R manual 1: Scoring, administration and procedures for the SCL-90. Baltimore, MD: Johns Hopkins University School of Medicine.
- Dunkley, D. M., Zuroff, D. C., & Blankstein, K. R. (2003). Self-critical perfectionism and daily affect: Dispositional and situational influences on stress and coping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 234-252.
- Ferrari, J. R., & Mautz, W. T. (1997). Predicting perfectionism: Applying tests of rigidity. *Journal of Clinical Psychology*, 53, 1-6.
- Frazier, P. A., Tix, A. P., & Barton, K. E. (2004). Testing moderator and mediator effects in counseling psychology research. *Journal of Counseling Psychology*, 51, 115-134.
- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I., & Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 14, 119-126.
- Grzegorek, J. L., Slaney, R. B., Franze, S., & Rice, K. G. (2004). Self-criticism, dependency, self-esteem, and grade point average satisfaction among clusters of perfectionists and nonperfectionists. *Journal of Counseling Psychology*, 51(2), 192-200.
- Heimberg R. G., & Becker R. E. (2002). Cognitive-behavioral treatment for social phobia: Basic mechanisms and clinical strategies. New York: Guilford.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 456-470.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1993). Dimensions of perfectionism, daily stress, and depression: A test of the specific vulnerability hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 102, 58-65.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (2002). Perfectionism and stress processes in psychopathology. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp.255-284). Washington, DC: American Psychological Association.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Ediger, E. (1996). Perfectionism and depression: Longitudinal assessment of a specific vulnerability hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 105(2), 276-280.
- Kaul, A. (2001). *Predictors of positive adaptation among international students in the United States*. Unpublished doctoral dissertation, University of Memphis.
- Leong, F. T. L., & Chou, E. L. (1996). Counselling international students. In P. B. Pedersen, J. G. Draguns, W. J. Lonner & J. E. Trimble (Eds.), *Counseling across cultures* (pp. 210-242). Honolulu: University Press of Hawaii.
- Martin (2005). Relations between adaptive and maladaptive perfectionism, stress, and psychological adjustment. Unpublished doctoral dissertation, Georgia State University.
- Mori, S. (2000). Addressing the mental health concerns of international students. *Journal of Counseling & Development*, 78, 137-144.
- Nilsson, J. E., Berkel, L. A., Flores, L. Y., &

- Lucas, M. S. (2004). Utilization rate and presenting concerns of international students at a university counseling center: Implications for outreach programming. *Journal of College Student Psychotherapy*, 19, 49-59.
- Nilsson, J. E., Paul, B. D., Lupini, L. N., & Tatem, B. (1999). Cultural differences in perfectionism: A comparison of African American and White college students. *Journal of College Student Development*, 40, 141 - 150.
- Pedersen, P. B. (1991). Counseling international students. *The Counseling Psychologist*, 19, 10-58.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measures*, 1, 385-401.
- Rice, K. G., & Ashby, J. S. (2007). An efficient method for classifying perfectionists. *Journal of Counseling Psychology*, 54, 72-85.
- Rice, K. G., Ashby, J. S., & Slaney, R. (1998). Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equations analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 45, 304-314.
- Rice, K. G., Bair, G. J., Castro, J. R., Cohen, B. N., & Hood, C. A. (2003). Meanings of perfectionism: A quantitative and qualitative analysis. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 17, 39-58.
- Rice, K. G., & Lapsley, D. K. (2001). Perfectionism, coping, and emotional adjustment. *Journal of College Student Development*, 42, 157-168.
- Rice, K. G., & Mirzadeh, S. A. (2000). Perfectionism, attachment, and adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 238-250.
- Rice, K. G. & Slaney, R. B. (2002). Clusters of perfectionists: Two studies of emotional adjustment and academic achievement. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 35, 35-48.
- Robinson, J. P., Shaver, P. R., & Wrightsman, L. S. (1991). Measures of personality and social psychology attitudes. In J. P. Robinson, P. R. Shaver, & L. S. Wrightsman (Eds.), *Measures of personality and social psychology attitudes* (pp. 1-753). San Diego, CA: Academic Press, Inc.
- Ryan, E. M., & Twibell, S. R. (2000). Concerns, values, stress, health, and educational outcomes of college students who studied abroad. *International Journal of Intercultural Relations*, 24, 409-435.
- Sandhu, D. S., & Asrabadi, B. R. (1994). Development of an acculturative stress scale for international students: Preliminary findings. *Psychological Reports*, 75, 435 - 448.
- Sayar, K., Kirmayer, L. J., & Taillefer, S. (2003). Predictors of somatic symptoms in depressive disorder. *General Hospital Psychiatry*, 25(2), 108-114.
- Slaney, R. B., Ashby, J. S., & Trippi, J. (1995). Perfectionism: Its measurement and career relevance. *Journal of Career Assessment*, 3, 279-297.
- Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. S. (2001). The Almost Perfect Scale - Revised. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34, 130-145.
- Suddarth, B. H., & Slaney, R. B. (2001). An investigation of the dimensions of

- perfectionism in college students. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34, 157-165.
- Sumi, K., & Kanda, K. (2002). Relationship between neurotic perfectionism, depression, anxiety, and psychosomatic symptoms: A prospective study among Japanese men. *Personality and Individual Differences*, 32(5), 817-826.
- Wang, K. T., Slaney, R. B., & Rice, K. G. (2007). Perfectionism in Chinese university students from Taiwan: A study of psychological well-being and achievement motivation. *Personality and Individual Differences*, 42, 1279-1290.
- Wei, M., Heppner, P. P., Mallen, M., Ku, T. Y., Liao, K. Y. H., & Wu, T. F. (2007). Acculturative stress, perfectionism, years in United States, and depression among Chinese international students. *Journal of Counseling Psychology*, 54, 385 - 394.
- Wei, M., Ku, T. Y., & Russell D. W. (2008). Moderating effects of three coping strategies and self-esteem on perceived discrimination and depressive symptoms: A minority stress model for Asian international students. *Journal of Counseling Psychology*, 55(4), 451-462.
- Wei, M., Mallinckrodt, B., Russell, D. W., & Abraham, W. T. (2004). Maladaptive perfectionism as a mediator and moderator between adult attachment and psychological distress. *Journal of Counseling Psychology*, 51, 201-212.
- Wei, M., Vogel, D. L., Ku, T. Y., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, affect regulation, negative mood, and interpersonal problems: The mediating roles of emotional reactivity and emotional cutoff. *Journal of Counseling Psychology*, 52, 14 - 24.
- Westwood, M. J., & Barkers, M. (1990). Academic achievement and social adaptation among international students: A comparison groups study of the peer-parings program. *International Journal of Intercultural Relations*, 14, 251-263.
- Wong, J. P. S., Stewart, S. M., Ho, S. Y., Rao, U., & Lam, T. H. (2005). Exposure to suicide and suicidal behaviors among Hong Kong adolescents. *Social Science & Medicine*, 61, 591-599.
- Ye, J. (2005). Acculturative stress and use of the Internet among East Asian international students in the United States. *Cyber Psychology and Behavior*, 8, 154-161.
- Yeh, C. J., & Inose, M. (2003). International students' reported english fluency, social support satisfaction, and social connectedness as predictors of acculturative stress. *Counseling Psychology Quarterly*, 16, 15-28.
- Ying, Y. W., & Han, M. (2006). The contribution of personality, acculturative stressors, and social affiliation to adjustment: A longitudinal study of Taiwanese students in the United States. *International Journal of Intercultural Relations*, 30, 623-635.

1차원고접수 : 2010. 10. 10.

최종게재결정 : 2010. 11. 22.

## **Moderating Effects of Maladaptive and Adaptive Perfectionism on Acculturative Stress, Depressive Symptoms, and Somatization in Chinese International Students**

**Minsun Kim      Shi FenYu      Piao Jinlan      Young Seok Seo**

Yonsei university

The present study examined whether perfectionism (maladaptive perfectionism, adaptive perfectionism) moderated the association between acculturative stress and two psychological indexes (depression, somatization). Data were collected through online and offline surveys from 378 Chinese international students attending Korean universities. Results from hierarchical regression analyses showed that there were significant conditional effect of acculturative stress, maladaptive perfectionism, and adaptive perfectionism on depression and a significant conditional effect of acculturative stress on somatization. Also, there were significant two-way interactions, indicating that acculturative stress and adaptive perfectionism interacted to predict somatization. Implications for counseling and future research directions are discussed.

*Key words : acculturative stress, maladaptive perfectionism, adaptive perfectionism, depression, somatization, Chinese international students*