

해외이주 한인 여성의 문화적응 스트레스와 정신건강 : 재영 한인 여성을 중심으로

Acculturative Stress and Mental Health of Korean Women Living in UK

박형원

서울사이버대학교 사회복지학과

Hyungwon Park(swhwp@hanmail.net)

요약

본 연구는 해외이주 여성의 문화적응 스트레스와 정신건강수준을 파악하고 인구사회학적 요인, 사회적 관계 및 사회적 지지 요인에 따른 차이를 파악하고자 영국에 거주하는 152명의 여성을 대상으로 이루어졌다. 주요 연구변인의 현황을 파악하기 위하여 빈도분석, 상관관계분석, 분산분석을 실시하였다. 여성의 문화적응 스트레스는 5점 척도 기준에서 2.50으로서 중간 정도수준이었으며, 우울은 4점 척도에서 1.66으로서 중간보다 약간 낮은 수준이었다. 문화적응 스트레스와 우울은 정적 상관관계를 나타냈으며, 영국거주 기간, 결혼상태, 경제적 상황에 따라 문화적응 스트레스에 차이가 있었으며, 직업유무, 경제상태에 따라 우울 수준에 차이가 있었다. 또한 현지인과의 관계빈도가 높고 사회적 지지 수준이 높은 집단이 문화적응 스트레스가 낮았으며, 사회적 지지가 높은 집단은 우울수준도 낮았다. 이러한 연구결과를 바탕으로 해외이주 여성의 적응과 정신건강에 대한 관심과 개입의 필요성, 이들의 문화적응과 정신건강문제에 있어서 다양한 요인을 고려할 필요성과 함께, 새롭게 이주하여 문화적 전환으로 인해 심각한 스트레스를 경험하고 있는 여성들에게 정착이나 스트레스 관리와 관련된 지역사회서비스가 필요하다는 것을 제시하였다.

■ **중심어** : | 한인 여성 | 문화적응 스트레스 | 정신건강 | 우울 | 사회적 관계 | 사회적 지지 |

Abstract

The present study set out to explore the acculturative stress and mental health(depression) of Korean women living in Britain according to socio-demographic factors, social relations and social supports level. 152 Korean women's data were collected and analyzed with frequency, correlation, ANOVA. Analysis revealed that women's acculturative stress and depression level was 2.50(moderate) and 1.66(slightly low) respectively. Acculturative stress level showed correlation with depression level. Among demographic variables, acculturative stress was significantly different from residence period in Britain, marriage and economic state and the level of depression was also different from job and economic state. The group which has frequent relationships with British and high level of social supports showed low acculturative stress. The group has high level of social supports also showed low depression. These findings highlight the importance of concerns and interventions about acculturation and mental health of Korean immigrant women and community services for the new immigrant women to improve their acculturation and mental health.

■ **keyword** : | Korean Women | Acculturative Stress | Mental Health | Depression | Social Relationship | Social Support |

I. 서론

세계화·국제화의 시대적 흐름에 따라 이민, 해외근무, 조기유학, 어학연수 등을 이유로 해외에 거주하는 한국인이 증가하고 있다. 2001년 5,653,809명이던 재외동포는 2009년 6,822,606명으로 증가하였다[1]. 이러한 증가추세는 경제성장과 해외교역의 확대, 투자 및 취업이주의 확대, 정부의 조기유학 규제정책의 완화 등과 관련이 있으며, 세계화 추세와 맞물려 증가할 것으로 예상된다.

해외이주¹⁾는 새로운 것을 탐색하고 도전하며, 개인적 발전을 이루는 기회가 되기도 하지만, 일반적으로 해외이주자들은 문화적응문제, 가족문제, 재정문제, 학교문제, 인종차별, 건강문제, 대인관계문제 등 현실적인 문제들을 경험한다. 일반적으로 새로운 문화로의 진입은 개인의 정신건강에 부정적 영향을 줄 수 있는데, 이주의 스트레스와 관련하여 우울, 정신분열, 불안 등 다양한 정신건강상의 문제를 갖는다[2].

해외이주자들의 적응과정은 개인의 능력에 과중한 부담을 주는 스트레스로 나타날 수 있는데, 이러한 심리적 혼란과 부적응적인 행동의 일반적인 현상을 망라하여 문화적응 스트레스로 정의한다[3]. 문화적응 스트레스는 주류문화에 적응하는 과정에서 나타나는 이주민 자신 및 주변환경에 대한 통제능력, 개인적 관계와 심리적 만족에서 발생하는 심리적 안녕을 대변하는 개념으로서[4] 문화적응 스트레스는 이주자들이 사회에 통합되는 것을 어렵게 하며, 이를 경험하는 개인에게 불안감이나 우울, 소외감, 막다른 골목에 다다른 느낌, 높은 신체화 증상, 정체감 혼란과 같은 일련의 스트레스 행동으로 나타날 수 있다[3].

해외이주자에 대한 선행연구 결과에 의하면 해외이주자들은 일반적으로 높은 수준의 우울과 불안과 같은 정신건강상의 문제를 가지고 있는 것으로 나타났으며[5], 여성이 남성보다 문화적응이 어렵고 우울, 불안 등의 심리적 증상에 더 취약한 것으로 나타났다[6]. 국내에서는 문화적응과 관련하여 결혼이주여성에 대한 연구가 이루어져 왔고[7-9], 해외이주의 경우에도 조기유학 청소년의 적응문제[10], 이민자들의 심리적 건강[6],

기러기 어머니의 적응과정[11]에 대한 연구가 있을 뿐 국제화 시대에 증가하고 있는 해외이주 한인여성이 경험하는 문화적응 스트레스와 정신건강에 대한 연구는 전무한 상황이다.

이에 본 연구는 해외이주 여성이 경험하는 문화적응 스트레스와 정신건강의 관계를 파악하고 이와 관련된 개인적 요인과 사회적 요인을 탐색하여 해외이주 여성의 효과적인 문화적응을 위한 기초자료를 제시하고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 문화적응 스트레스와 정신건강

문화의 변화는 단순한 지역적 이동을 말하는 것이 아니라, 전체 신념체계가 도전받고, 생존하기 위해 새로운 행동과 사고를 요구하는 과정이다. Berry(1970)는 이러한 문화간의 계속적이고 직접적인 접촉의 결과로 생긴 변화를 문화적응(acclturation)으로 정의하고 있다[4]. 문화적응 스트레스는 문화적응의 개념안에서 이주자에게 나타나는 정신건강상의 문제를 설명하기 위해 제안된 개념이다. 문화적응 스트레스는 주류문화에 적응하는 과정에서 나타나는 이주민 자신 및 주변환경에 대한 통제능력, 개인적 관계와 심리적 만족에서 발생하는 심리적 안녕을 대변하는 개념이다[4]. 심각한 갈등이 발생할 때 문화적응 스트레스를 경험하는데, 이러한 문화적응 스트레스는 이주자들이 사회에 통합되는 것을 어렵게 하며, 이를 경험하는 개인에게 불안감이나 우울, 소외감, 막다른 골목에 다다른 느낌, 높은 신체화 증상, 정체감 혼란과 같은 일련의 스트레스 행동으로 나타날 수 있다[3].

정신건강은 원래 정신질환의 유무를 일컫는 용어였으나, 최근에는 개인의 정신적 안녕상태를 표현하기 위한 보편적이고 포괄적인 용어로 사용되고 있다. 정신건강을 평가하는 기준은 다양하나 다수의 연구에서 가장 유용한 지표로서 우울을 제시하고 있다. 우울이란 근심, 침울감, 무력감 및 무가치감을 나타내는 기분장애로 개인의 부정적 정신건강 상태를 나타내는 심리적 디스트

레스의 가장 일반적인 형태로 여겨지고 있다[12]. 본 연구에서는 정신건강의 지표로서 우울을 사용하며, 정서, 인지, 행동, 신체적 저하가 복합적으로 작용하여 개인의 전반적인 삶의 양상을 저하시키는 상태로 정의한다.

문화적응 스트레스가 개인의 정신건강에 미치는 영향에 관한 선행연구에서는 문화적응 스트레스가 높을수록, 사회적 지지가 비효과적일수록 불안 수준이 높고, 문화적응 스트레스가 우울수준과 자살충동을 높일 수 있다고 보고하고 있으며[12], 문화적응 스트레스는 개인의 신체적, 심리적, 사회적 측면을 포함한 건강상태에 위협을 가하는 요인으로 작용할 수 있다.

2. 이주자의 문화적응, 정신건강과 관련된 요인

문화적응을 경험하는 모든 이주자들이 동일한 수준의 문화적응 스트레스나 심리적 어려움을 경험하는 것은 아니다. Berry와 Kim(1988)은 문화적응 스트레스는 개인의 특성이나 사회의 조건, 관계안에서 약화될 수 있음을 밝히고 있다. 성별이나 연령, 직업, 교육정도, 결혼상태, 이주과정에서의 경험, 거주기간, 이주 후의 요인들, 문화적응의 유형이나 이주자들을 받아들이는 사회가 이들을 수용하는 태도와 특성, 이주자들이 갖고 있는 태도나 대처능력 (Karmela, 1996), 자발성, 이동, 영구성의 정도 등에 의해서도 영향을 받는다[13].

또한 이주자의 사회문화적 적응에 영향을 미치는 요인은 주류사회의 구성원과의 관계의 양과 질이며, 주류사회의 구성원을 접촉하는 것은 문화를 학습할 기회와 더불어 문화가 요구하는 특정기술을 획득할 기회도 제공함으로써 새로운 문화에 대한 적응을 향상시킬 수 있다[9]. 이주자가 구성원들과의 접촉은 이주자의 사회참여와 사회적 기술 발달에 도움이 되에도 불구하고 기존 연구들에서는 임시체류하는 이주자와 이주국가 구성원들간에는 접촉이 매우 적은 것으로 나타나고 있다. 또한 자국인과의 사회적 관계는 문화적 충격을 최소화하고 심리적 안전감과 소속감을 제공하는 정서적 지지원으로 작용한다[12].

III. 연구방법

1. 연구대상 선정 및 분석

본 연구를 위한 설문조사는 영국 런던시내와 남서부 근교에 거주하는 한국인 여성을 대상으로 2009년 1월에 실시되었다. 학교(현지 공립학교, 한인학교), 종교단체, 상점, 업체, 영국인교회의 모임에 참석한 한인여성 등에게 설문지를 배포하고 작성하도록 한 후 회수하였다. 취합된 설문지는 152부였다.

본 연구에서 얻어진 자료는 SPSS 17.0 프로그램을 이용하여 다음과 같은 분석방법으로 분석하였다. 연구대상자의 인구통계학적 특성과 여성의 사회적 관계에 대하여 빈도분석을 실시하였고, 사용한 척도의 신뢰도를 구하기 위하여 Cronbach's α 를 산출하였다. 주요 연구변인들의 평균과 표준편차를 산출하고, 인구통계학적 요인과 사회적 관계 및 사회적 지지에 따른 문화적응 스트레스와 우울의 차이를 살펴보기 위하여 분산분석을 하였다. 또한 각 변인들의 상관관계와 영향력을 알아보기 위하여 Pearson의 적률상관관계분석을 실시하였다.

2. 측정도구

2.1 문화적응 스트레스

본 연구에서는 문화적응 스트레스를 측정하기 위하여 Sandhu와 Asrabadi(1994)가 외국 유학생을 대상으로 개발한 Acculturation Stress Scale for International Student를 이승중[14]이 한국어로 번안한 척도를 사용하였다.

본 척도는 총 36문항으로 구성된 리커트식 5점 척도로서 점수가 높을수록 문화적응 스트레스가 높은 것으로 본다. 문화적응 스트레스는 지각된 차별감, 향수병, 지각된 적대감, 두려움, 문화충격, 죄책감, 기타의 7개 하위영역으로 구성되어 있다. 기타에는 사회적 고립, 열등감, 불신, 의사소통문제가 포함된다. 이승중[14]의 연구에서 이 척도의 Cronbach's α 는 .93, 본 연구에서 Cronbach's α 는 .947이었다.

2.2 우울

본 연구에서는 여성의 우울 수준을 측정하기 위해 일

반 인구층을 대상으로 우울 정도를 측정하기 위해 고안된 CES-D(Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale)를 사용하였다. CES-D는 지난 1주일간 조사대상자가 인지 혹은 경험한 우울증상 수준을 측정하며, 총 20문항으로 되어 있는 4점 리커트 척도이다. 본 연구에서 이 척도의 Cronbach's α 는 .89였다.

2.3 사회적 관계와 사회적 지지

본 연구에서 사회적 관계(social relationships)는 다양한 사회적 활동영역에 현지인과 한국인과 함께 참여하는 빈도로 측정하였다. 사회적 관계에는 현지인, 자국인과 친구나 이웃방문, 직장관련모임, 여가 및 취미활동, 종교활동, 봉사활동에 얼마나 자주 참여하는지를 5점 척도로 평가하도록 하였다. 본 연구에서는 이인선 [12]이 사용한 척도를 본 연구에 맞게 수정하여 사용하였다.

사회적 지지 척도로는 중국 국제결혼 이주여성들이 지각하는 사회적 지지를 측정하기 위하여 Zimet 등(1988)이 고안하고, 노하나[8]가 수정한 척도를 사용하였다. 의미있는 사람으로부터 받고 있다고 느끼는 사회적 지지감 영역 4문항을 사용하였고, 본 연구에서 이 척도의 Cronbach's α 는 .891이었다.

IV. 연구결과

1. 인구사회학적 분석

연구대상자의 인구사회학적 배경은 [표 1]과 같다. 연구대상자는 만 19세에서 만 61세의 여성이며, 평균연령은 38.49세였다. 30대(64명, 42.1%)와 40대(62명, 40.8%) 여성이 응답자의 80% 이상을 차지하였다.

영국거주기간이 1년이상~2년미만(34명, 22.4%), 1년미만(26명, 17.1%)인 응답자가 약 40% 정도이며, 10년이상인 응답자도 11.8%(18명)였다. 응답자들의 평균 영국거주기간은 55.59개월로 나타났다. 영국에 거주하게 된 사유는 본인/배우자의 근무지 발령이 77명(50.7%)으로서 가장 많았으며, 본인/배우자의 유학(36명, 23.7%),

본인/배우자의 취업(27명, 17.82%)순이었다. 기타로서 국제결혼(2명, 1.3%)이 있었다.

가족과 함께 거주하는 응답자(138명, 90.8%), 기혼자(138명, 90.8%)가 많았고, 직업이 있는 응답자는 34명(22.4%), 없는 경우는 102명(67.1%), 학생인 경우가 16명(10.5%)이었다.

표 1. 연구대상자의 인구사회학적 배경

(n=152)

	구분	n(%)
연령 (평균 38.49세)	15~19세	1(0.7)
	20~29세	17(11.2)
	30~39세	64(42.1)
	40~49세	62(40.8)
	50~59세	6(3.9)
	60~69세	2(1.3)
영국 거주 기간 (평균 55.49개월)	1년미만	26(17.1)
	1년이상~2년미만	34(22.4)
	2년이상~3년미만	22(14.5)
	3년이상~4년미만	16(10.5)
	4년이상~5년미만	9(5.9)
	5년이상~6년미만	4(2.6)
	7년이상~10년미만	14(9.2)
10년이상	18(11.8)	
영국 거주 사유	이민	6(3.9)
	본인/배우자의 발령	77(50.7)
	본인/배우자의 근무 및 취업	27(17.8)
	본인/배우자의 유학	36(23.7)
	자녀 유학	4(2.6)
	기타	2(1.3)
거주	가족	141(92.8)
	친구, 동료	7(4.6)
	혼자	4(2.6)
결혼 상태	기혼	138(90.8)
	이혼/별거/사별	1(0.7)
	미혼	13(8.6)
직업 상태	직업없음	102(67.1)
	직업있음	34(22.4)
	학생	16(10.5)
최종 학력	초등학교졸업	3(2.0)
	중학교졸업	1(0.7)
	고등학교졸업	10(6.6)
	전문대학졸업	6(3.9)
	대학교졸업	104(68.4)
종교	대학원졸업	28(18.4)
	종교없음	24(15.8)
	기독교	92(60.5)
	가톨릭	28(18.4)
	불교	8(5.3)
경제 상황	생활하기에 빠듯하다	33(21.7)
	생활할만 하다	102(67.1)
	생활하기에 여유롭다	17(11.2)

응답자의 학력은 대졸 104명(68.4%), 대학원졸 28명(18.4%)으로서 학력수준이 높은 편이었다. 종교는 기독교(92명, 60.5%), 가톨릭(28명, 18.4%), 종교없음(24명, 15.8%), 불교(8명, 5.3%)순이었다. 경제상황에 대하여는 해외거주자들에게 있어 특별히 민감한 내용이기 때문에 주관적 경제상태를 질문하였고, 102명(67.1%)은 생활할만 하다고 응답했고, 33명(21.7%)은 빠듯하다, 17명(11.2%)은 여유롭다고 응답하였다.

2. 주요 연구변인들의 기술적 통계치

2.1 문화적응 스트레스와 우울수준

본 연구의 주요 연구변인인 여성의 문화적응 스트레스와 우울의 평균과 표준편차를 [표 2]에 제시하였다.

표 2. 여성의 문화적응 스트레스와 우울 (n=152)

변인	하위요인	M	SD	표준화 점수
문화적응 스트레스	문화적응 스트레스	89.85	20.58	2.50
	지각된 차별감	20.75	5.38	2.59
	향수병	10.35	3.13	2.59
	지각된 적대감	10.23	3.11	2.05
	두려움	8.93	2.69	2.23
	문화적 충격	7.28	2.10	2.43
	죄책감	3.47	1.58	1.73
	기타	28.84	6.61	2.88
우울	우울	33.24	8.32	1.66

문화적응 스트레스 평균은 89.85이며, 5점 척도에 표준화시킨 경우의 평균은 2.50으로 나타났다. 문화적응 스트레스의 표준화 점수에서 가장 높은 수준을 나타낸 하위영역은 기타영역으로서 그 중 의사소통문제(언어 문제)가 가장 높은 수준을 보였다. 다음으로 지각된 차별감(평균 20.75)과 향수병(평균 10.35), 지각된 적대감(평균 10.23) 순으로 나타났다.

응답자의 우울수준은 평균 33.24이며, 4점 척도에 표준화시킨 경우의 평균은 1.66으로 나타났다.

2.2 문화적응 스트레스와 우울의 상관관계

문화적응 스트레스의 각 하위요인들과 우울의 상관관계를 보면 [표 3]에서 보는 바와 같이 모든 요인에서 정적상관관계를 보여 문화적응 스트레스가 클수록 우울의 수준도 높아짐을 알 수 있다. 특히 향수병(r=.53, p<.01)과 지각된 차별감(r=.51, p<.01)이 클수록 우울수준이 높았다.

2.3 인구사회학적 요인에 따른 문화적응 스트레스와 우울의 차이

인구사회학적 변인 중 연령, 영국거주기간, 결혼상태, 직업상태, 학력, 종교, 경제상황에 따라 여성의 문화적응 스트레스와 우울에 차이가 있는지 분산분석을 실시

표 3. 여성의 문화적응 스트레스와 우울의 상관관계

(n=152)

		문화적응 스트레스	지각된 차별감	향수병	지각된 적대감	두려움	문화적 충격	죄책감	기타	우울
문화적응 스트레스		1								
	지각된 차별감	.89**	1							
	향수병	.75**	.49**	1						
	지각된 적대감	.84**	.79**	.52**	1					
	두려움	.84**	.65**	.67**	.65**	1				
	문화적 충격	.75**	.55**	.68**	.53**	.63**	1			
	죄책감	.58**	.58**	.57**	.54**	.40**	.27**	1		
	기타	.92**	.92**	.59**	.69**	.70**	.47**	.29**	1	
	우울	.51**	.51**	.53**	.43**	.44**	.38**	.49**	.21**	1

**p<.01

표 4. 인구사회학적 요인에 따른 문화적응 스트레스와 우울의 차이

(n=152)

구분	문화적응 스트레스		우울		
	M(SD)	F	M(SD)	F	
연령	40대 미만	92.01(20.31)	1.981	33.79(8.52)	.775
	40대 이상	87.31(20.75)		32.60(8.09)	
영국 거주 기간	1년미만	89.96(21.02)	2.05*	33.85(8.25)	.513
	1년이상~2년미만	87.88(23.92)		33.44(10.33)	
	2년이상~3년미만	86.32(20.28)		32.45(8.16)	
	3년이상~4년미만	101.06(16.76)		36.69(7.39)	
	4년이상~5년미만	102.11(19.74)		31.56(7.55)	
	5년이상~6년미만	89.50(15.86)		31.75(5.56)	
	6년이상~7년미만	100.00(16.04)		32.78(6.36)	
	7년이상~10년미만	84.57(16.04)		32.50(8.37)	
	10년이상	80.72(17.67)		31.89(7.41)	
결혼 상태	기혼	90.99(19.47)	3.76*	33.08(8.26)	1.211
	이혼/별거/사별	46.99(-)		24.00(-)	
	미혼	81.15(27.25)		35.69(8.82)	
직업 상태	직업없음	89.92(19.73)	.173	32.86(7.91)	5.09**
	직업있음	88.62(19.05)		31.70(6.96)	
	기타(학생 등)	92.25(28.96)		39.19(11.27)	
학력	전문대졸 이하	88.68(22.73)	.775	34.82(8.16)	.921
	대졸이상	90.05(20.28)		32.98(8.35)	
종교	종교없음	88.20(21.37)	.952	33.52(6.09)	1.394
	기독교	89.91(19.96)		32.81(7.97)	
	가톨릭	87.48(19.61)		32.56(8.21)	
	불교	99.90(26.47)		38.30(14.41)	
경제 상황	생활하기에 빠듯하다	99.09(21.13)	4.50*	36.42(9.83)	3.199*
	생활할 만하다	87.53(19.53)		32.29(7.29)	
	생활하기에 여유롭다	85.69(21.73)		32.81(10.00)	

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

하였고, 그 결과는 [표 4]에 제시하였다.

연령을 40대 미만과 이상으로 구분하여 집단간 차이를 검증했으나, 문화적응 스트레스와 우울 모두 차이가 나타나지 않았다.

영국거주기간을 볼 때, 문화적응 스트레스의 경우 4년이상~5년미만 거주한 여성이 가장 높은 수치를, 10년 이상 거주한 여성이 가장 낮은 스트레스 수준을 보였고, 집단간에 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 영국체류기간이 '4년 이상~5년 미만'인 집단이 문화적응 스트레스가 가장 높은 것은 한국의 결혼이주여성의 문화적응 스트레스를 연구한 홍미기[9]의 연구와 일치한 결과이다. 우울의 경우 3년이상~4년미만 거주한 경우에 가장 높은 양상을 보였고, 집단간 차이는 없으므로 나타났다.

결혼상태를 보면 기혼자가 미혼자에 비해 더 높은 문화적응 스트레스를 보였으며, 이는 통계적으로 유의미한 차이였다(p<.05). 우울은 결혼상태에 따라 차이가

없었다.

직업상태를 보면 직업유무에 따라 문화적응 스트레스에는 차이가 없었으나, 우울에는 통계적으로 유의미한 차이가 있었으며(p<.01), 직업이 없는 경우와 학생인 경우에 우울정도가 높았다.

학력과 종교에 따라서는 문화적응 스트레스와 우울 모두 유의미한 차이가 없었다.

경제상황을 볼 때, 경제수준이 양호한 집단에서 문화적응 스트레스와 우울정도가 모두 낮은 양상이었으며, 집단간에 유의미한 차이가 있었다(p<.05).

2.4 사회적 관계와 사회적 지지에 따른 문화적응 스트레스와 우울의 차이

외부 체계와 접촉하고 관계를 갖는 정도에 따라, 또한 외부로부터 사회적 지지를 받는 정도에 따라 여성의 문화적응 스트레스와 우울에 차이가 있는지 분산분석

표 5. 사회적 관계와 사회적 지지에 따른 문화적응 스트레스와 우울의 차이

(n=152)

구분	문화적응 스트레스		우울		
	M(SD)	F	M(SD)	F	
현지인과의 관계빈도	상	81.04(24.64)	3.37*	32.24(9.77)	.237
	중	90.52(19.86)		33.35(8.31)	
	하	94.87(17.44)		33.71(7.21)	
한국인과의 관계빈도	상	81.70(17.01)	1.825	33.50(8.01)	.070
	중	91.09(20.32)		33.11(8.03)	
	하	91.06(24.58)		33.83(10.67)	
사회적 지지	상	77.48(15.93)	8.63***	26.52(4.09)	12.419***
	중	90.54(19.96)		34.11(7.86)	
	하	101.60(21.75)		37.00(10.25)	

***p<.001, **p<.01, *p<.05
 집단구분 : 하(M-SD, M-SD≤중≤M+SD, M+SD<상)

을 실시하였고, 그 결과는 [표 5]에 제시하였다.

사회적 관계에서 현지인과의 접촉빈도에 따라 집단 간에 통계적으로 유의미한 차이가 있었으며(p<.05), 현지인과 접촉하는 빈도가 많은 집단에서 문화적응 스트레스가 적은 것으로 나타났다. 그러나, 현지인과의 접촉 빈도에 따라 우울정도에는 차이가 없는 것으로 나타났다. 한국인과의 접촉빈도에 따라 문화적응 스트레스와 우울에는 집단간 차이가 없는 것으로 나타났다.

또한 외부로부터의 사회적 지지가 많은 집단에서 문화적응 스트레스와 우울수준이 낮았으며, 이것은 통계적으로 유의미한 차이를 보였다(p<.001).

V. 논의 및 제언

본 연구에서는 해외이주로 인한 환경적 변화속에서 여성의 인구사회학적 요인과 사회적 관계에 따라 여성의 문화적응 스트레스와 정신건강에 어떠한 차이가 있는지 살펴봄으로써 여성이 보다 건강하게 해외생활에 적응할 수 있는 방법을 모색하고자 하였다. 본 연구에서 밝혀진 연구결과를 요약하고 논의할 점은 다음과 같다.

첫째, 연구 결과 응답자들의 문화적응 스트레스는 2.50(5점 척도 기준)으로 나타났는데, 이는 한국에 거주하는 결혼이주여성의 문화적응 스트레스가 2.35[15]에서 2.792[7]경도로 나타난 것과 유사한 수준이다. 문화적응 스트레스의 하위 영역 중 지각된 차별감, 향수병

이 높은 수준으로 나타났고, 이 두 요인은 응답자의 우울 수준과도 높은 상관관계를 보였다. 우울은 4점 척도 기준에서 1.66으로 나타났는데, 이는 한국에 거주하는 이주노동자의 우울 평균 2.24[12]보다는 낮은 수준이었으나 임상적으로는 관심을 가질 필요가 있는 수준이다. 또한 문화적응 스트레스와 우울은 정적 상관관계를 가져 문화적응 스트레스가 클수록 우울수준은 높아지는, 즉 정신건강상태는 악화되는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 해외이주 여성의 문화적응 스트레스와 정신건강 문제에 대한 관심과 개입이 필요함을 의미한다.

둘째, 인구사회학적 요인에 따라 문화적응 스트레스에 차이가 있는지 검증한 결과 문화적응 스트레스는 영국거주기간, 결혼상태, 경제상황에 따라 통계적으로 유의미한 차이가 있었다. 영국거주기간이 4년 이상~5년 미만인 경우에 문화적응 스트레스가 가장 높게 나타난 것에 대해서는 Berry(1988)의 문화적응과정단계설로 해석해 볼 수 있다[15]. 이 시기는 이주 초기를 지난 후에 주류문화의 코드를 이해하면서 갈등을 경험하고 문화적응 스트레스가 심해지는 시기로 볼 수 있다. 기혼자가 상대적으로 문화적응 스트레스를 많이 경험하는 것에 대해서는 서구 환경에서 생활하면서 발생할 수 있는 배우자인 한국 남성의 가부장적 가족주의로 인한 갈등, 부부간의 역할이해 및 가사분담에서의 갈등 등을 관련요인으로 생각해 볼 수 있겠다. 경제상황이 좋을수록 문화적응 스트레스가 낮은 것은 선행연구[7]결과와도 일치하는 결과이다.

셋째, 인구사회학적 요인에 따라 우울에 차이가 있는

지를 검증한 결과 우울은 직업상태, 경제상황에 있어서만 유의미한 차이가 나타났다. 통계적으로 유의미한 결과는 아니었으나, 영국거주기간이 3년이상~4년미만인 경우 우울 평균이 가장 높았는데, 이는 3년이상 거주하면서부터 문화적응스트레스 평균이 높아진 것과 연관이 있어 생각할 때 이 시기가 해외이주 여성의 정신건강이 취약해질 수 있는 시기임을 말해 준다. 직업이 있는 여성의 우울수준이 낮은 결과는 해외이주자의 경우 일을 해서 생활을 꾸려야 하는 상황에서 우울수준이 높아질 수 있다는 연구결과[16]와는 다른 결과를 보여주며, 경제수준이 높을수록 우울이 감소하는 것은 선행연구 결과[6]를 지지한다. 본 연구의 결과와 선행연구를 비교해 볼 때 일치하지 않는 요인들을 발견할 수 있었고, 이는 문화적응이 개인적 특성, 사회적 특성, 이주 전후의 요소, 가족환경적 요소, 민족정체성 등의 요인에 영향을 받아 복잡적이고 다차원적인 곡선을 그린다는 선행연구[9]의 결과와 맥을 같이 하며, 여성의 문화적응 스트레스와 우울에 대하여는 다양한 요인을 고려해야 함을 의미한다.

넷째, 해외이주 여성의 현지인과의 관계, 한국인과의 관계, 사회적 지지에 따른 문화적응 스트레스, 우울의 차이를 검증한 결과, 현지인과의 관계빈도가 높은 집단이 문화적응 스트레스를 적게 경험하는 것으로 나타났다. 현지인과의 관계 양상이나 질적인 측면은 파악되지 않았으나, 관계의 빈도가 높은 것만으로도 문화적응 스트레스 수준은 낮음을 알려주는 의미있는 결과이다. 현지인 및 한국인과의 관계빈도에 따라 우울의 정도에는 통계적 의미가 발견되지 않았으나, 전반적으로 관계빈도가 높을수록 우울수준이 낮음을 알 수 있다. 특히 사회적 지지가 높은 집단은 문화적응 스트레스와 우울 수준이 낮은 것으로 나타났으며, 이는 통계적으로도 유의미한 수준이었다. 이러한 결과를 통해 현지인과의 관계를 촉진하고, 사회적 지지를 강화할 때 이주 여성의 정신건강이 향상될 수 있음을 추측할 수 있다. 또한 해외 생활에서 현지인을 비롯한 다른 사람과의 지지적 관계를 유지하고자 하는 개인적 노력이 필요하고, 더 나아가 개입의 차원에서 생각할 때 새롭게 이주하여 문화적 전환으로 인해 심각한 스트레스를 경험하고 있는 여성

들에게 정착이나 스트레스 관리와 관련된 지역사회 서비스가 필요하다는 것을 제시한다.

본 연구는 이민자를 포함한 해외이주자가 증가추세인 현 시점에서 그들의 문화적응 스트레스, 정신건강과 관련된 인구사회학적 요인과 사회관계적 요인을 살펴봄으로써 그들의 문화적응과 정신건강을 향상시킬 수 있는 요인을 탐색했다는 의의가 있다. 또한 본 연구를 통하여 추후 연구에서 보완해야 할 점은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 152명의 영국거주 여성들을 대상으로 한 연구이기 때문에 성별, 거주 지역에 따라 다른 결과가 도출될 수 있을 것이다. 이러한 점으로 인해 본 연구 결과가 다른 성별, 다른 거주 지역에 일반화되기에는 문제가 있으며, 추후 연구를 통해 비교분석하면 더 다양한 결과를 얻을 수 있을 것이다. 둘째, 본 연구에서는 한인 여성의 인구사회학적 요인을 중심으로 분석하여 그들의 문화적응 스트레스와 정신건강에 대한 탐색적 수준의 결과를 얻었으나, 추가적으로 문화적응과 관련된 요소로서 언어, 개인의 심리사회적 요인, 문화적응 유형 등이 문화적응과 정신건강에 미치는 영향을 심층적으로 연구할 필요가 있다. 셋째, 문화적응은 장기간에 걸쳐 진행되는 과정의 특성이 있기 때문에 그 과정을 살펴보는 종단적 연구가 필요하다.

참고 문헌

- [1] 외교통상부, 외교통상업무 참고자료, 2010.
- [2] K. H. Short and C. Johnston, "Stress, Maternal Distress, and Children's Adjustment Following Immigration: The Buffering Role of Social Support," *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, Vol.65, No.3, pp.494-503, 1997.
- [3] C. L. Williams and J. W. Berry, "Primary Prevention of Acculturative Stress," *American Psychologist*, Vol.46, No.6, pp.632-641, 1991.
- [4] 이소래, *남한이주 북한이탈주민의 문화적응 스트레스에 관한 연구*, 이화여자대학교 석사학위논문, 1997.

[5] Kou, Ben C. H, Chong, B. and Joseph, Justine, "Depression and its Psychosocial Correlates Among Older Asian Immigrants in North America: A Critical Review of Two Decades' Research," *Journal of Aging and Health*, Vol.20, No.6, pp.615-652, 2008.

[6] 오성희, *이민자들의 심리적 건강에 영향을 미치는 요인들: 한국계 호주이민자들을 중심으로*, 가톨릭대학교 석사학위논문, 2007.

[7] 권복순, "한국어 능력, 자아존중감이 결혼이주여성의 문화적응 스트레스에 미치는 영향: 대구지역 베트남, 필리핀, 중국여성을 중심으로", *한국사회복지학*, 제61권, 제2호, pp.5-32, 2009.

[8] 노하나, "중국 국제결혼 이주여성의 문화적응 스트레스에 관한 연구: 문화적응유형과 이주여성이 인지한 사회적 지지를 중심으로", *이화여자대학교 석사학위논문*, 2007.

[9] 홍미기, "결혼이주여성이 인지한 문화적응 스트레스와 부부적응에 관한 연구: 사회적 지지와 부부의사소통의 매개효과를 중심으로", *이화여자대학교 박사학위논문*, 2009.

[10] 김영희, 최명선, 이지향, "뉴질랜드 거주 조기 유학생의 생활실태와 사회적 지원방안", *청소년학연구*, 제13권, 제1호, pp.55-84, 2006.

[11] 김경화, "재미(在美) 기러기 어머니의 적응과정에 관한 근거이론적 접근", *한국가족관계학회지*, 제14권, 제4호, pp.211-239, 2010.

[12] 이인선, "문화적응 스트레스가 외국인 노동자의 정신건강에 미치는 영향: 사회적 관계의 조절효과를 중심으로", *연세대학교 석사학위논문*, 2004.

[13] C. I. Yeh, "Age, Acculturation, Cultural Adjustment, and Mental Health Symptoms of Chinese, Korean, and Japanese Immigrant Youths," *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, Vol.9. No.1, pp.34-48, 2003.

[14] 이승중, "문화이입과정 스트레스와 유학생의 신념체계 및 사회적 지지와의 관계", *연세대학교 석사학위논문*, 1996.

[15] 양옥경, 송민경, 임세와, "서울지역 결혼이주여성의 문화적응스트레스에 관한 연구", *한국가족관계학회지*, 제14권, 제1호, pp.137-168, 2009.

[16] 김오남, "농촌지역 결혼이민여성의 정신건강에 관한 연구: 문화적응스트레스와 사회적 지지를 중심으로", *한국가족복지학*, 제12권, 제3호, pp.47-73, 2007.

저자 소개

박형원(Hyungwon Park)

정희원



- 1991년 2월 : 이화여자대학교 사회사업학과(문학사)
- 1993년 2월 : 이화여자대학교 대학원 사회사업학과(문학석사)
- 2004년 2월 : 이화여자대학교 대학원 사회복지학과(문학박사)
- 2005년 8월 ~ 현재 : 서울사이버대학교 사회복지학과 교수

<관심분야> : 가족, 여성, 아동, 사회복지, 정신건강

1) 해외이주를 표현하는 용어는 해외교포, 재외동포, 재외한인, 이민자 등 매우 다양하며, 최근에는 조기유학, 어학연수, 사업 및 해외근무 등의 사유로 해외로 이주하여 거주하는 사례도 많다. 본 연구에서는 해외이주의 목적과 사유에 관계없이 한국 이외의 국가로 이주해서 거주하는 것을 '해외이주'라는 용어로 통일해서 사용하고자 한다.