

**중국인 유학생의 우울 영향요인:  
문화적응 스트레스, 학업스트레스 및 진로스트레스 중심으로**  
**Factors Influencing Depression in Chinese Students Studying in Korea:  
Focused on Acculturative Stress, Academic Stress and Career Stress**

정혜선  
공주대학교 간호학과

Hye-Sun Jeong(hsjeong@kongju.ac.kr)

**요약**

본 연구는 제한 중국인 유학생의 문화적응 스트레스와 학업과 관련된 학업스트레스 및 진로스트레스를 중심으로 우울의 영향요인을 파악하고자 시도되었다. 2015년 9월 7일부터 10월 15일까지 중국인 유학생 166명을 대상으로 자료를 수집하였다. 대상자의 평균 우울점수는 17.36점(SD 6.77)이었고, 문화적응 스트레스, 학업스트레스, 진로스트레스는 각각 69.51점(SD 19.06), 34.64점(SD 5.03) 그리고 29.13(SD 9.14)점 이었다. 중국인 유학생의 우울수준에 영향을 미치는 요인은 문화적응 스트레스와 진로스트레스로 파악되었으며, 이 두변수의 설명력은 51.9%이었다. 이상으로 중국인 유학생의 우울수준을 개선시키고 건강한 유학생 활이 되도록 돕기 위해서는 문화적응 스트레스와 진로스트레스를 파악하고, 스트레스 지각정도가 높았던 학생들에게는 특별한 중재를 제공해야 한다.

■ 중심어 : | 중국인 유학생 | 우울 | 문화적응 스트레스 | 학업스트레스 | 진로스트레스 |

**Abstract**

This study was conducted in order to identify factors influencing depression in Chinese students in Korea, focusing on factors related to acculturation stress, academic stress and career stress. The participants of this study were 166 Chinese students studying in Korea. Data were collected from Sep. 7th to Oct 15th. The subjects' mean score of depression was 17.36(6.77), and their scores of acculturation stress, academic stress, and career stress were 69.51(19.06), 34.64(5.03), and 29.13(9.14), respectively. Acculturative stress and career stress were found to be factors influencing the depression level of Chinese students in Korea and the two factors' explanatory power was 51.9%. Based on the findings of this study, in order to lower Chinese students' depression level and help them lead a healthy academic life in Korea, it is necessary to assess their acculturative stress and career stress and to provide special intervention for students with high perceived stress.

■ keyword : | Chnise Students | Depression | Acculturative Stress | Academic Stress | Career Stress |

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성

2014년 국내에서 학업에 임하고 있는 외국인 유학생은 84,891명이며, 그 중 중국인 학생은 전체 유학생의 59.3%로 파악되어[1], 단일 국가로는 수적으로 가장 우세하다. 유학생들은 이미 대학사회의 새로운 구성원이 되었으며, 유학생들이 새로운 사회와 문화에 적응하면서 쌓은 경험과 인식은 향후 한국과의 관계에 영향을 미칠 수 있다고 판단된다. 따라서 대학기관은 유학생들이 경험할 수 있는 어려움을 파악하고 이를 해결하도록 도와 유학생들이 긍정적인 경험이 될 수 있도록 노력해야 한다.

선행연구에 따르면 유학생들은 학업이라는 뚜렷한 목적을 가지고 한국에 왔음에도 불구하고, 낯선 환경에서 생활하면서 문화적응 스트레스, 언어문제, 학업문제, 경제적인 문제, 대학생활 부적응, 우울 및 음주문제 등 [2-4]의 다양한 신체적 및 사회·심리적인 문제를 경험하고 있었다. 이 중 우울은 특별히 관심을 가져야 하는데, 유학생들은 자국 학생들에 비하여 상대적으로 대학생활 초기 적응에 어려움을 많이 경험하여[5] 우울을 경험하기 쉬운 취약 집단이라 생각되기 때문이다. 또한 우울은 문화적응 스트레스를 비롯하여 위에서 언급한 유학생들의 사회·심리적 어려움들과 깊은 연관을 가지고 있을 뿐 아니라[3][6][7], 적절히 관리되지 못하면 자살생각[8] 등의 이차적인 문제로 연결될 수 있어 반드시 관리가 필요하다. 더욱이 유학생들은 새로운 스트레스 상황에 노출되었지만 이를 극복할 수 있도록 도움을 주는 가족 등의 지지자원은 약화되었을 가능성이 커서, 효과적인 대처능력이 저하되었을 것이다. 중국인 유학생의 우울관련 문제를 다루기 위해서는 우울수준과 우울영향요인을 파악하고 관리하는 것이 우선이라 생각된다.

한국대학생의 경우 우울 영향요인으로 심리적, 가족환경적, 사회 및 학교환경적 등 매우 다양한 요인이 보고되었는데[9], 중국인 유학생의 경우에도 우울을 효과적으로 관리하기 위해서는 문화적응 스트레스[10]와 같이 이미 우울의 영향요인으로 보고된 변수 이외에 다각

적 측면에서 관련된 변수들을 살피고 관리하여야 한다.

한국대학생의 우울 영향요인을 파악하는 선행 메타분석 결과 효과크기가 높았던 것은 학업문제(0.885)와 진로문제(0.839)로 보고되었고[9], 한국인 해외유학생의 경우에도 학업스트레스와 문화진입스트레스는 우울 등의 심리적 적응에 부정적인 영향을 미침[11]이 확인되었다. 이러한 결과들은 학업으로 인한 부적응 심리상태인 학업스트레스와 취업·진로스트레스는 자국 대학생과 유학생의 구분을 떠나 이 시기의 대상자들에게 문제를 유발하고 우울 정도에 영향을 미칠 수 있는 분명한 요인임을 시사하고 있다. 실제 중국인 유학생들이 스트레스를 높게 지각하는 영역은 언어영역, 교육 및 학업영역 그리고 경제영역으로 보고되어[4], 제한 중국인 유학생의 우울 관리 시에도 학업관련 요인을 반드시 고려할 필요가 있다.

선행연구에서 문화적응 스트레스는 많은 중국인 유학생들이 경험하는 문제로, 우울에 부정적인 영향을 미쳤음이 보고되었고[3][6][10], 이에 대한 연구가 다수 진행되었다. 낯선 한국에서 생활하는 유학생들이 경험하는 문화적응 스트레스는 스트레스 원인 동시에 자연스러운 과정이라고 생각될 수 있을 것이다. 그러나 문화적응 스트레스와는 달리 학업은 한국생활을 선택한 이 유이자 궁극적인 목표이므로 매우 절실한 문제가 된다. 한국의 학업방식은 본국과 차이가 있으며, 실제적인 도움을 청할 곳이 부족할 뿐 아니라, 학업성취에서 필수적으로 갖추어야 할 어학능력에서 부족함을 느끼기 때문에[4] 중국인 유학생들은 상대적으로 높은 학업스트레스를 지각할 수 있다. 더욱이 언어는 단시간에 습득되기 어렵기 때문에 부족한 언어능력으로 부가되는 학업스트레스는 쉽게 해결되지 않고 장시간 지속될 가능성이 높다. 한 선행연구 결과 유학생들은 한국 대학생활 적응을 위해 언어장벽 해결, 적극적 학습활동 및 맞춤형 학사지도에 대한 요구를 보고하여[12], 이들의 성공적인 학업성취를 위해서는 여러 가지 도움이 필요한 실정이다.

한편 중국인 유학생들은 졸업 후 한국잔류 계획과 모국귀환 계획이 각각 49.5%와 50.0%로 유사한 수준으로 조사되어[4], 한국에서 학업을 마치더라도 한국대학생

과는 또 다른 진로스트레스를 경험할 수 있다. 중국인 유학생들은 유학생을 위한 진로지도도를 희망하고 있었으나 현실은 이와 달리 유학생들은 외국인 학생을 위한 진로지도의 부재를 문제로 지적하고 있었다[12]. 더욱이 중국인 유학생들은 한국에서 선택할 수 있는 직업이나 취업을 위해 갖추어야 할 조건 등에서 정보를 얻을 수 있는 자원이 매우 제한적이기 때문에 진로와 관련된 불확실성을 크게 가질 수 있다.

따라서 중국인 유학생의 우울 영향요인을 파악할 때 첫째 새로운 환경에 적응이라는 측면에서 문화적응 스트레스를, 둘째 유학생이라는 학생 신분 측면에서 학업 스트레스와 진로스트레스를 포함하는 것이 타당하다고 판단된다. 이제까지 중국인 유학생의 우울과 관련된 선행연구들은 우울과 문화적응 스트레스와의 관계를 다룬 것이 많았고, 그 외 차별감, 자아탄력성, 낙관성, 적응유연성, 사회적지지, 대처양식, 감성지능 등의 사회·심리적 변수와 대학생활 적응 등과의 관계를 파악한 것이 주를 이루었다[6][7][10][13].

최근 진행된 선행연구 결과 중국인 유학생의 우울수준은 높은 편으로 보고되어[3] 이에 대한 관리는 반드시 필요한 실정이다. 유학생들에게는 학업이나 진로는 주요한 문제이고, 문화적응 스트레스가 유학생의 우울에 부정적인 영향을 미침을[6] 고려할 때, 중국인 유학생의 문화적응 스트레스, 학업 및 진로스트레스와 우울과의 관계를 파악할 필요가 있으나 이에 대한 연구는 미비한 실정이다. 이에 본 연구는 중국인 유학생을 대상으로 우울수준을 파악하고, 문화적응 스트레스, 학업 스트레스 및 진로스트레스가 우울에 미치는 영향을 파악하기 위해 시도되었다.

## 2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 중국인 유학생의 우울 영향요인을 파악하기 위한 것으로 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 특성에 따른 우울 수준의 차이를 파악한다.
- 2) 대상자의 우울, 문화적응 스트레스, 학업스트레스 및 진로스트레스 수준을 파악한다.
- 3) 대상자의 우울점수에 따른 우울군을 파악한다.
- 4) 우울, 문화적응 스트레스, 학업스트레스 및 진로스

트레스 간의 상관관계를 파악한다.

- 5) 중국인 유학생의 우울 영향요인을 파악한다.

## II. 연구방법

### 1. 연구설계

본 연구는 제한 중국인 유학생의 우울 영향요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

### 2. 연구대상

연구대상자는 D 광역시, 충청남도 및 서울특별시에 소재한 대학교 3곳에 재학 중인 중국인 유학생 중 연구에 자발적으로 참여를 희망한 200명을 대상으로 하였다. 배부된 설문지 중 183부(회수율 91.5%)가 회수되었으며, 이중 응답일 불충분한 17부를 제외하고 총 166부가 최종 자료분석에 포함되었다. G\*power[14]를 이용한 대상자 수를 산출한 결과 회귀분석을 시행하기 위해 중간정도 효과크기 0.15, 유의수준 0.05, 검정력 .80을 기준으로 124명이 산출되어 본 연구대상자 166명은 기준을 충족하였다.

대상자 중 여성이 57.8%(96명)이었고, 연령은 21-30세가 88.6%(147명)이었으며, 결혼상태는 미혼이 98.8%(164명), 종교가 없는 경우가 92.8%(154명)이었다. 한편 거주형태는 기숙사와 자취가 각각 44.0%(73명)과 50.0%(83명)이었고, 학년은 3.45학년이 89.2%(148명)이었으며, 소속대학은 인문대학과 사회과학대학이 65.7%(109명)로 가장 많았다. 한국거주기간은 13-36개월이 38.6%(64명)이었고, 전공만족도는 '그저 그렇다'가 53.6%(89명), 학업성적은 '보통'이 60.8%(101명), 지각하는 대인관계는 '좋은 편'이 62.7%(104명), 지각하는 건강상태는 '좋은 편'이 63.9%(106명), 지각하는 경제상태는 '좋은 편'이 53.0%(88명), 지각하는 언어 능력은 보통이 45.8%(76명)이었다[표 1].

### 3. 자료수집기간 및 방법

자료수집 기간은 우울에 영향을 미칠 수 있는 시험스트레스나 취업스트레스의 영향을 최소화하기 위해 2학

기 개강 1주일 후부터 중간고사 1주일 전까지로 계획하였으며, 실제 자료수집은 2015년 9월 7일부터 2015년 10월 15일까지 이루어졌다. 한국어판 설문지를 제작하여 간호학과 교수 1인에게 타당도를 검증받은 후 중국어와 한국어 활용에 문제가 없는 중국인 박사과정생 1명이 한국어판 설문지를 제작하였다. 자료수집은 2명의 중국인 유학생 연구보조자가 하였으며, 연구보조자는 연구시작 전 연구의 목적, 설문지의 내용, 설문지 작성의 주의점 등에 대한 교육을 받았다. 연구보조자가 해당 대학교의 캠퍼스에서 중국인 유학생을 일대일로 만나 연구의 목적, 설문지의 내용 등을 설명한 후 자발적으로 연구 참여에 동의한 대상자에게 서면동의서를 받아 윤리적 측면을 이행하였으며, 작성된 설문지를 연구보조자가 직접 회수하였다.

## 4. 연구도구

### 4.1 우울

본 연구에서 우울은 Radloff (1977)가 개발한 CES-D (Center for Epidemiological Studies Depression) Scale을 Chon과 Rhee[15]가 한국어판 도구를 제작하여 신뢰도와 타당도를 검증한 도구를 이용하여 파악하였다. 본 도구는 우울정서, 신체적 증상, 긍정적 정서, 대인관계의 4개 하위영역으로 구성된 총 20문항의 4점 척도이다. 20문항 중 4문항은 역문항처리 하였고, 점수의 범위는 0-60점으로 점수가 높을수록 우울정도가 심한 것을 의미한다. 한국어판 도구의 신뢰도는 Cronbach's alpha 값이 .89이었고 본 연구에서는 .79이었다.

### 4.2 문화적응 스트레스

문화적응 스트레스는 Sandhu와 Asrabdi[2]가 개발한 문화적응 스트레스 척도(Acculturative Stress Scale for International Students; ASIS)를 이용하여 파악하였다. 본 도구는 지각된 차별감, 향수병, 지각된 적대감, 두려움, 문화충격, 죄책감 및 기타의 7가지 하위영역으로 구성된 36문항의 5점 척도로 점수의 범위는 36-180점이며, 점수가 높을수록 문화적응 스트레스가 높은 것을 의미한다. 도구의 신뢰도는 Cronbach's alpha 값이

개발당시 .86이었고, 본 연구에서는 .96이었다.

### 4.3 학업스트레스

학업스트레스는 Schhufeli 등이 개발한 MBI-SS (Maslach burnout inventory-student survey)를 Shin[16]이 변안한 도구를 이용하여 파악하였다. 이는 정서소진, 냉소주의, 효능감 감소의 총 3개 하위영역 15 문항으로 구성되었다. 각 문항은 4점 척도로 점수의 범위는 15-60점이며 점수가 높을수록 지각하는 학업스트레스가 높은 것을 의미한다. 도구의 신뢰도는 Shin [16]의 연구에서 Cronbach's alpha 값이 .87이었고, 본 연구에서는 .70이었다.

### 4.4 진로스트레스

진로스트레스는 Lee[17]가 대학생의 진로스트레스를 측정하기 위해 이용했던 도구로 파악하였다. 도구는 진로를 탐색하고 결정하는 과정과 취업을 준비하는 과정에서 받는 스트레스에 관한 내용을 담고 있다. 도구는 총 12문항의 5점 척도로 점수의 범위는 12-60점으로, 점수가 높을수록 지각하는 진로스트레스를 정도가 높은 것을 의미한다. Lee [17]의 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's alpha값은 .90이었고 본 연구에서는 .94이었다.

## 5. 자료분석

수집된 자료는 SPSS Win 21.0을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성과 변수의 수준은 기술통계로, 대상자 특성에 따른 우울의 차이는 t-test 그리고 ANOVA와 Scheffe 사후분석법으로 분석하였다. 우울 점수에 따른 우울군은 실수와 백분율로, 각 변수들의 상관관계는 Pearson correlation coefficient로, 우울 영향요인은 multiple regression analysis로 분석하였고, 도구의 신뢰도는 Cronbach's alpha로 구하였다.

## 6. 연구윤리

본 연구는 연구자가 소속된 기관의 생명연구윤리심의위원회(Institutional Review Board, IRB)의 승인을 받아 연구를 실시하였다(IRB 2015-53).

표 1. 대상자 특성에 따른 우울수준

(N=166)

variable	categories	N(%)	depression score		
			M(SD)	t(p)/F(p)	Scheffe
Ggender	female	96(57.8)	17.20(6.75)	-.363(.712)	
	male	70(42.2)	17.59(6.84)		
Age	≤20	19(11.4)	18.79(5.86)	.977(.330)	
	21-30	147(88.6)	17.18(6.88)		
Marital status	married	2( 1.2)	19.00(2.83)	.343(.732)	
	unmarried	164(98.8)	17.34(6.81)		
Religion	have	12(7.2)	18.03(6.04)	.382(.703)	
	not have	154(92.8)	17.31(6.84)		
Residential type	dormitory	73(44.0)	17.19(6.70)	1.724(.182)	
	living apart from others	83(50.0)	17.94(7.02)		
	boarding house/others	10( 6.0)	13.80(3.94)		
School grade	1,2	18(10.8)	16.61(6.45)	-5.19(.609)	
	3,4,5*	148(89.2)	17.45(6.82)		
College	Humanistic & social science/Education	109(65.7)	17.26(6.85)	.210(.811)	
	Natural science/Engineering	32(19.3)	17.09(6.31)		
	others	25(15.1)	18.16(7.19)		
Duration of stay in Korea	≤12month	31(18.7)	16.87(5.60)	.124(.883)	
	13-36month	64(38.6)	17.61(7.14)		
	36-60month	71(42.7)	17.30(7.00)		
Satisfaction with major	dissatisfaction	7( 4.2)	18.57(8.72)	1.003(.369)	
	so-so	89(53.6)	16.67(6.65)		
Academical achievement	satisfaction	70(42.2)	18.11(6.73)	.110(.896)	
	bad	26(15.7)	17.38(7.21)		
	usual	101(60.8)	17.52(7.08)		
Interpersonal relationship	good	39(23.5)	16.92(5.71)	.358(.699)	
	bad	3(1.8)	18.33(4.62)		
	so-so	59(35.5)	17.92(7.06)		
Health status	good	104(62.7)	17.02(6.68)	1.102(.335)	
	bad	4(2.4)	20.50(8.66)		
	so-so	56(33.7)	18.13(6.82)		
Economic status	good	106(63.9)	16.84(6.67)	4.017(.020)	a)b
	bad	10(6.0)	22.70(7.26)a		
	so-so	68(41.0)	17.68(6.64)		
Korean language skill	good	88(53.0)	16.51(8.59)b	.656(.520)	
	low	49(29.5)	17.04(7.16)		
	middle	76(45.8)	17.00(6.31)		
	high	41(24.7)	18.41(7.18)		
	Total mean	17.36(6.877)			
	Grade point mean	.87(.34)			

\* 대상학과 중 건축과는 5년제임

### III. 연구결과

#### 1. 대상자 특성에 따른 우울

대상자의 우울수준은 대상자 특성에서 지각하는 경제상태에 따라 차이를 보였는데, 우울점수는 지각하는 경제상태에 따라 '나쁜 편'이 22.70점으로 '좋은 편'의 16.51점보다 유의하게 높았다(F=4.017, p=.022)[표 1].

#### 2. 대상자의 우울, 문화적응 스트레스, 학업스트레스 및 진로스트레스

우울은 60점 만점에 17.36(6.77)점이었고, 문화적응스트레스와 학업스트레스는 각각 180점 만점에 69.51(19.06)점, 60점 만점에 34.64(5.03)점이었으며, 진로스트레스는 60점 만점에 29.13(9.14)점 이었다[표 2].

표 2. 대상자의 우울, 문화적응스트레스, 학업스트레스 및 진로스트레스 수준 (N=166)

Variables	Total M(SD)	Item M(SD)
Depression	17.36( 6.77)	.87(.34)
Acculturative stress	69.51(19.06)	1.93(.53)
Academic stress	34.64( 5.03)	2.31(.34)
Career stress	29.13( 9.14)	2.43(.76)

### 3. 우울점수에 따른 우울군

선행연구에서 제시한 기준에 따라[22], 16점 이상을 유력 우울군으로, 25점 이상을 확실 우울군으로 분류할 때, 본 연구 대상자 중 43.9%(73명)은 유력 우울군에 15.1%(25명)은 확실 우울군에 해당되어 유력 우울군 이상은 총 59.0%로 파악되었다[표 3].

표 3. 우울점수에 따른 우울군 (N=166)

Variable		Range	N(%)
Normal		0-15	68(41.0)
Depressive	Highly-probable	16-24	73(43.9)
	Certainly	25-60	25(15.1)

### 4. 변수들의 상관관계

대상자의 우울은 문화적응 스트레스( $r=.671, p<.001$ ) 및 진로스트레스( $r=.516, p<.001$ )와 양의 상관관계가 있었고 학업스트레스와는 유의한 상관관계를 보이지 않았다( $r=.149, p=.059$ )[표 4].

표 4. 변수들의 상관관계 (N=166)

Variable	Accult-urative stress r(p)	Academ-ic stress r(p)	Career stress r(p)
Depression	.671 (<.001)	.149 (.059)	.516 (<.001)
Acculturative stress		.290 (<.001)	.483 (<.001)
Academic stress			.034 (.671)

### 5. 우울 영향요인

중국인 유학생의 우울점수 영향요인을 파악하기 위해 대상자의 문화적응 스트레스, 학업스트레스 및 진로

스트레스를 중심으로 회귀분석을 실시하였다.

회귀분석을 실시하기 위한 가정검정을 실시한 결과 Durbin Watson 1.770으로 자기상관성이 없었으며, 모형의 공차한계(Tolerance)는 .710-.901로 0.1이상이고 분산팽창인자(Variance Inflation Factor)가 1.110-1.408로 10보다 크지 않아 본 회귀분석에서는 다중공선성의 문제가 없는 것으로 확인되었다. 분석결과 중국인 유학생의 우울에 영향을 미치는 요인은 문화적응 스트레스( $\beta=.534, t=7.868, p<.001$ )와 진로스트레스( $\beta=.309, t=4.564, p<.001$ )로 파악되었으며, 이 두 변수의 설명력은 51.9%이었다( $F=40.639, p<.001, Adj R^2=.519$ ). 한편 학업스트레스는 우울에 영향을 미치는 유의한 변수는 아닌 것으로 파악되었다[표 5].

표 5. 우울 영향요인 (N=166)

Variable	$\beta$	t(p)	adj R2	F(p)
Constant		-.426 (.671)	.519	40.639 (<.001)
Acculturative stress	.534	7.868 (<.001)		
Academic stress	-.024	-.405 (.686)		
Career stress	.309	4.564 (<.001)		

## IV. 논 의

본 연구는 중국인 유학생의 우울 영향요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다. 본 연구결과 우울은 60점 만점에 17.36점이었다. 본 연구결과인 우울점수 평균 17.36점은 같은 도구를 이용하여 한국대학생의 우울수준을 파악한 결과인 14.38점[19]이나 중국인 유학생을 대상으로 한 결과인 16.61점보다[7] 높은 수준이었고, 중국인 유학생을 대상으로 하였던 연구결과인 24.33점[6]보다는 낮았다. 선행연구결과 사회적 지지는 우울이나[6][7] 문화적응 스트레스에 긍정적인 영향을 미쳤음이 보고되었는데[20], 중국인 유학생의 우울을 다룬 진민진 등[7]이나 이홍직[6]의 연구에서는 사회적 지지를 변수로 포함하고 있었다. 그러나 본 연구는 사회적 지지를 변수로 포함하지 않아 우울수준에 대한 사회적 지

지의 영향을 고려하지 못한 제한점이 있으므로 본 연구 결과를 선행연구 결과와 직접 비교하기에는 어려움이 있다. 다만 문화적응 스트레스가 우울에 부정적인 영향을 미침을 고려할 때, 본 연구결과와 문화적응 스트레스 수준이 이홍직[6]의 연구결과보다 낮았던 것이, 이홍직[6]의 연구결과보다 우울 수준이 낮았던 차이를 발생시킨 이유 중 하나로 추론된다.

또한 본 연구결과 유력 우울증인 16점 이상에 해당되는 대상자는 59.0%이었으며, 이 또한 같은 도구를 이용한 연구결과인 52.74%[7]보다 다소 높은 수준이었다. 본 연구결과와 선행연구결과[3][6][7]를 근거로 하여 유학생들의 우울 수준은 높았으며, 이들이 놓인 사회·심리적 환경이 우울에 매우 취약함을 고려할 때 중국인 유학생의 우울관리가 필요하다는 것이 재확인되었다.

중국인 유학생의 우울 영향요인을 파악하는 선행연구에서는 일반적으로 3~4개의 독립변수를 포함하고 있었는데[6][7], 우울은 다각적인 측면에서 영향요인을 파악하는 것이 관리에 있어 효과적일 것으로 판단된다. 따라서 포괄적으로 우울영향요인을 검정하고, 영향요인을 관리할 수 있는 프로그램 개발을 위한 후속연구의 진행이 필요하다.

한편 본 연구결과 대상자의 우울은 문화적응 스트레스 및 진로스트레스와 양의 상관관계가 있어 지각하는 문화적응 스트레스나 진로스트레스가 높은 경우 우울 점수가 높았다. 이는 문화적응 스트레스가 우울과 상관성을 보였다는 여러 선행연구결과와 일치하였다[6][10]. 본 연구는 대상자가 중국인 유학생이라는 점과 한국어에 능통하지 않은 채 학업에 임하고 있다는 점을 기본 가정으로 하였다. 이러한 특징이 직접 영향을 미치는 학업과 관련된 스트레스를 중심으로 우울 영향요인을 확인하고자 하는 목적으로 문화적응 스트레스 이외에 학업스트레스와 진로스트레스를 포함하여 회귀분석을 실시하였다.

본 연구결과 중국인 유학생의 우울 영향요인은 문화적응 스트레스와 진로스트레스로 파악되었으며, 이들 변수들의 설명력은 총 51.9%로 파악되었다. 본 연구결과는 우울의 영향요인으로 문화적응 스트레스[6][13]를 보고한 선행연구 결과와 일치하는 것이었다. 또한 본

연구에서 사용한 진로스트레스 측정도구는 취업관련 내용이 포함되어 있음을 고려할 때, 취업스트레스가 우울에 영향을 미쳤다는 선행연구[21] 결과와도 같은 의미라 판단할 수 있다.

선행연구 결과 학업스트레스는 중국인 유학생이 가장 스트레스를 많이 지각한다고 보고된 요인이었으나[22], 본 연구결과 우울의 영향요인은 아니었다. 본 연구결과 중국인 유학생의 학업스트레스는 4점 만점에 2.31점으로 중간수준 이상이었으며, 한국대학생을 대상으로 파악했던 결과인 2.33점과 유사한 수준이었다[16]. 중국인 유학생은 한국대학생들과 비교하여 상대적으로 능숙하지 못한 한국어로 함께 학업에 임하고 있었으나, 학업스트레스는 한국대학생과 유사한 수준으로 확인되었다. 익숙하지 못한 교육환경과 학사운영제도 및 언어를 고려할 때 중국인 유학생의 학업스트레스 수준은 한국대학생에 비하여 높고, 심리적 안녕감에 영향을 미칠 것으로 생각하였으나 결과는 달랐다.

중국인 유학생이 지각하는 스트레스는 언어영역과 교육 및 학업영역에서 높았는데[4], 이는 타 스트레스원과 비교하여 스트레스 지각 정도를 서열화 한 것으로, 실제 중국인 유학생의 학업스트레스에 관하여 깊이 다룬 연구는 많지 않다. 더욱이 학업은 중국인 유학생에게 있어 한국에 머무르는 주요 이유가 되므로 학업스트레스가 스트레스원으로 작용하는 동시에 노력하여 극복해야 만하는 요인이 될 것으로 판단된다. 또한 본 연구에서 우울과 학업스트레스를 매개하거나 조절하는 변인에 대한 고려가 부족하였던 것도 사실이다. 따라서 후속 연구에서는 중국인 유학생의 학업스트레스 수준이나 영향요인 등에 대하여 심도 있게 살펴보고 우울과의 관계를 파악할 필요가 있다. 다만 한국 대학생의 경우 학업스트레스는 심리적 안녕감에 부정적인 영향을 미쳤으므로[23], 본 연구결과 학업스트레스는 우울의 유의한 영향변수가 아니었으나, 이에 상관없이 중국인 유학생들의 성공적인 학업성취를 돕는 것은 매우 중요한 일이라 생각된다.

한편 본 연구결과 진로스트레스는 2.43점으로 같은 도구를 이용하여 한국대학생을 대상으로 파악한 3.12점보다 낮았다. 선행연구결과 한국대학생들이 중국인 유

학생들보다 교수스트레스와 진로스트레스를 더욱 크게 지각하는 것으로 보고되어[24], 본 연구에서 진로스트레스 수준이 다소 낮았던 결과와 같았다. 본 연구결과 중국인 유학생들의 진로스트레스는 한국대학생의 수준보다 낮았으나 유학생의 우울을 설명하는 최종 영향변수로 파악되어 관심을 가질 필요가 있다. 이러한 결과는 중국 유학생들은 유학 결정 시 이미 진로에 대한 계획이 어느 정도 수립되었으나, 한국에서 진로계획을 수행하는데 있어 필요한 지지나 만족할만한 성과를 얻지 못했기 때문으로 추론할 수 있다. 그러나 이미 한국대학생의 경우 진로스트레스는 진로성숙도, 심리적 안녕감 등과 부적인 상관관계를 보였고[17][23], 유학생의 우울 영향요인으로 파악된 만큼 효과적으로 진로스트레스를 개선시키는 방안을 강구해야 한다.

선행연구결과 학과만족도나 진로성숙도는 진로스트레스에 부적상관을 보였고[17], 사회적 지지는 취업스트레스가 우울에 미치는 영향을 감소시켰다[21]. 또한 중국인 유학생의 직업의식은 변화하고 있으나 이에 대해 교육을 받거나 정보를 얻는 것은 매우 어려운 실정으로 파악되었다[12][25]. 따라서 학과차원에서는 유학생들의 학과만족도를 상승시키고, 효과적으로 지지를 제공할 수 있는 체계를 구축할 방안을 강구할 필요가 있겠다. 또한 교육기관 차원에서는 직업의식에 관한 교육을 실시하거나 진로관련 정보를 얻을 수 있는 통로를 개설하고 운영하는 것에 대한 고려가 요구된다. 이미 여러 대학에서 활용하고 있는 진로지도 관련 프로그램을 활용하는 것도 한 방법이 될 것이나 프로그램 운영에 앞서 중국 유학생들은 언어장벽을 경험한다는 사실을 기억해야 한다. 학업과 진로스트레스는 모든 대학생들이 경험하는 상황적인 스트레스일 수 있으나 중국인 유학생은 한국학생에 비하여 지지자원이 부족하고, 한국어를 매개로 도움을 얻을 수 있는 자원이 제한적이라고 판단된다. 따라서 프로그램 제작이나 운영 시 중국어로 병행하는 배려가 필요하다.

이상으로 중국인 유학생의 우울 영향요인 문화적응 스트레스와 진로스트레스로 파악되었다. 문화적응 스트레스와 진로스트레스를 개선시키기 위한 중재를 개발하고 효과를 파악하는 후속연구의 진행이 필요하다

고 판단된다.

#### IV. 결 론

본 연구는 중국인 유학생 166명을 대상으로 문화적응 스트레스와 학업관련 스트레스를 중심으로 우울의 영향요인을 파악하고자 시도된 서술적 조사연구이다. 대상자의 평균 우울점수는 17.36점이었고, 문화적응 스트레스, 학업스트레스, 진로스트레스는 각각 69.51점, 34.64점, 29.13점 이었다. 중국인 유학생의 우울수준은 문화적응 스트레스 및 진로스트레스와 양의 상관관계가 있었고, 우울수준에 영향을 미치는 요인은 문화적응 스트레스와 진로스트레스로 파악되었으며, 설명력은 51.3%이었다. 이상으로 중국인 유학생의 우울수준을 개선시키고 건강한 유학생생활이 되도록 돕기 위해서는 문화적응 스트레스와 진로스트레스가 높은 유학생에 대한 관심이 요구되며, 더불어 문화적응 스트레스와 진로스트레스를 개선시키기 위한 중재 프로그램의 개발이 요구된다.

#### 참 고 문 헌

- [1] Statistics Korea [Internet]. [cited 2014 Nov 3], Available from: <http://www.moe.go.kr/web/100088/ko/board/>
- [2] D. S. Sandhu and B. R. Asrabadi, "Development of an acculturative stress scale for international students: preliminary findings," *Psychol Rep*, Vol.75, pp.435-438, 1994.
- [3] S. Y. Kyung and S. M. Jang, "The effect of acculturative stress on depression and drinking problem among Chinese students in Korea," *Mental Health & Social Work*, Vol.34, pp.399-421, 2010.
- [4] H. S. Jeong, "Stress and counseling need of Chinese students in Korea," *Journal of the Korean Data Analysis Society*, Vol.14, No.2B,



- pp.949-963, 2012.
- [5] R. Hechanova-Alampay, T. A. Beehr, N. D. Christiansen, and R. V. Horn, "Adjustment and strain among domestic and international students sojourners," *School Psychology International*, Vol.23, No.4, pp.458-474, 2002.
- [6] H. K. Lee, "Factors affecting depression of the Chinese students in Korea: focusing on socioeconomic characteristics, language skills, acculturative stress and social support," *Korea Society for Wellness Research*, Vol.7, No.3, pp.129-143, 2002.
- [7] M. J. Jin, S. M. Bae, and M. H. Hyun, "The effect of perceived discrimination, coping strategies, and social support on depression among Chinese students in Korea," *The Korean Journal of Health Psychology*, Vol.16, No.4, pp.783-797, 2011.
- [8] M. K. Kim, "Relationship on depression and suicide ideation of university students - the mediating effects of negative emotion and social adaptation-," *Korean Journal of Youth Studies*, Vol.18, No.12, pp.101-129, 2011.
- [9] H. J. Kwak and H. J. Kim, "A meta-analysis of related factors depression of Korean university students," *Korean Journal of Youth Studies*, Vol.20, No.7, pp.75-98, 2013.
- [10] M. R. Yoo, S. Y. Choi, Y. M. Kim, S. J. Han, N. Y. Yang, H. K. Kim, H. K. Chang, M. R. Lee, and Y. J. Son, "Acculturative Stress, Resilience, and Depression among Chinese Students in Korea," *J Korean Acad Soc Nurs Edu*, Vol.19, No.3, pp.320-329, 2013.
- [11] K. S. Kim and M. H. Kim, "The influence of academic stress and acculturative stress of republic of Korean studying abroad on psychological adjustment," *Korean Journal of Culture and Social Issues*, Vol.20, No.2, pp.67-88, 2014.
- [12] Y. K. Kim, "Needs analysis for Chinese and Japanese international students' adaptation to university life in Korea," *The Korea Journal of Counseling*, Vol.10, No.1, pp.535-559, 2009.
- [13] M. S. Kim, F. Y. Shi, J. L. Piao, and Y. S. Seo, "Moderating effects of maladaptative and adaptive perfectionism on acculturative stress, depressive symptoms, and somatization in Chinese international students," *Korean Journal of Psychology: General*, Vol.29, No.4, pp.725-745, 2010.
- [14] F. Faul, E. Erdfelder, A. Buchner, and A. G. Lang, "Statistical power analyses using G\*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses," *Behavior Research Methods*, Vol.41, pp.1149-1160, 2009.
- [15] K. K. Chon and M. K. Rhee, "Preliminary development of Korean version of CES-D," *Korean Journal of Clinical Psychology*, Vol.11, No.1, pp.65-76, 1992.
- [16] D. W. Shin, *Effects of the Perceptions of Parents' Expectations for the Future Careers of Children on Academic and Employment Stress among College Students : Focusing on the Moderating Effects of Self-Differentiation*, Masters thesis, Kyunghee University, 2007.
- [17] J. H. Lee, *A study on department satisfaction, career maturity, and career stress of college students*, Unpublished master's thesis, Kangwon National University, 2009.
- [18] J. H. Park and K. W. Kim, "A review of the epidemiology of depression in Korea," *Journal of Korean Medical Association*, Vol.54, No.4, pp.362-369, 2011.
- [19] H. O. Jeon, "The influence of job-seeking stress, adult attachment and self-assertiveness, on depression among Korean college students," *The Journal of the Korea Contents Association*, Vol.14, No.7, pp.312-323, 2014.  
<http://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2014.14.07.312>

- [20] J. S. Lee, G. F. Koeske, and E. Sales, "Social support buffering of acculturative stress: a study of mental health symptoms among Korean international students," *International Journal of Intercultural Relations*, Vol.28, pp.399-414, 2004.  
doi:10.1016/j.ijintrel.2004.08.005
- [21] I. K. Seo and Y. S. Lee, "The effect of university student's job-seeking stress on depression and despair: control effect of social support," *Journal of Future Oriented Youth Society*, Vol.12, No.1, pp.117-147, 2015.
- [22] E. M. Park, B. Y. Hwang, and T. Y. Jung, "Relationship between college life stress and school adjustment for Chinese international undergraduates in South Korea: Moderating effects of some variables," *The Korean Journal of Stress Research*, Vol.18, No.2, pp.145-152, 2010.
- [23] K. H. Kim and J. H. Kwon, "Testing models of relations to academic & career stress, acceptance behavior, and the psychological well-being of college students," *The Korean Journal of the Human Development*, Vol.21, No.4, pp.43-60, 2014.
- [24] J. Y. Kim and W. I. Kim, "The effects of college stressor on leisure constraints of chinese and Korean students," *Tourism Study*, Vol.23, No.2, pp.345-362, 2008.
- [25] H. G. Kim, J. G. Lee, and J. S. Kang, "A research for Chinese students' academic counseling strategy on the ground of professional consciousness characteristics," *Journal of International Area Studies*, Vol.2, pp.687-712, 2009.

저 자 소 개

정혜선(Hye-Sun Jeong)

정회원



- 1996년 8월 : 가톨릭대학교 간호학과(간호학석사)
- 2001년 8월 : 가톨릭대학교 간호학과(간호학박사)
- 2014년 3월 ~ 현재 : 공주대학교 간호학과 부교수

<관심분야> : 노인간호, 공감, 건강증진