

외국인 근로자의 건강증진을 위한 프로그램의 효과 : 체계적 문헌고찰

김진희^{1*}, 박서진², 이진아³

^{1*}조선대학교 의과대학 간호학과 부교수, ²조선대학교 의과대학 간호학과 박사과정 / 동강대학교 간호학과 조교수,
³기독교간호대학교 조교수

Effects of Intervention for Health Promotion of Foreign Workers: A Systematic Review

JinHee Kim^{1*}, Seo Jin Park², Jina Lee³

^{1*}Department of Nursing, College of Medicine, Chosun University, Associate Professor

²Department of Nursing, College of Medicine, Chosun University, Doctoral Course

/ Department of Nursing, Donggang University, Assitant Professor,

³Christian College of Nursing, Assitant Professor

요 약 본 연구의 목적은 국내 거주 외국인 근로자를 대상으로 수행된 건강증진 프로그램의 연구들을 체계적으로 검토하여 선별된 연구의 일반적 특성과 건강증진 프로그램의 효과를 확인하는 것이다. 본 연구는 Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis(PRISMA) 그룹이 제시한 체계적 문헌고찰 보고지침에 따라 수행되었다. 최종 선정된 문헌은 프로그램과 측정된 결과변수의 다양성으로 인해 양적 합성이 어려워 질적검토를 통하여 분석하였다. 분석결과 외국인 근로자 대상의 건강증진 프로그램은 외국인 근로자의 문화적응 스트레스와 우울, 불안을 감소시키고 자아 존중감을 증진시키는 효과가 있는 것을 확인하였다. 본 연구의 결과는 외국인 근로자의 건강증진 프로그램 개발 시 기초자료로 활용될 수 있을 것이라 기대하며, 향후 외국인 근로자 대상의 다양한 건강증진 프로그램의 개발 및 효과성 검토 연구가 수행되기를 제언한다.

주제어 : 외국인 근로자, 건강증진, 신체적 건강, 심리사회적 건강

Abstract The purpose of this study was to investigate the effects and characteristics of program on health promotion with foreign worker in Korea. The study was conducted using the guidelines of the Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) Group. The final selected literature was varied in program and outcome variables. Therefore, it was difficult to quantitatively synthesize and it was analyzed through qualitative review. The findings indicate that health promotion programs for foreign workers reduced acculturation stress, depression and anxiety, and increased self-esteem. These findings provide scientific evidence for developing and using health promotion program of foreign workers. Futher development of a variety of health promotion programs and studies of effectiveness review for foreign workers in Korea.

Key Words : Transients and migrants, Health promotion, Physical health, Psychosocial health

This research was supported by research fund from Chosun University in 2017.

*Corresponding Author : JinHee Kim (jinheeara@chosun.ac.kr)

Received July 23, 2018

Revised August 16, 2018

Accepted September 20, 2018

Published September 28, 2018

1. 서론

1.1 연구필요성

우리나라는 2004년 고용허가제와 2007년 방문 취업제를 실시한 이래, 2016년 외국인 근로자 수는 약 96만 명으로 2014년도 대비 12.9% 증가율을 보였다[1]. 외국인 근로자란 국적을 취득하지 못한 나라에서 유급으로 직업에 종사하거나 종사할 예정자를 의미한다[2]. 외국인 근로자의 증가 현상은 한국의 저출산 및 고령화 현상과 더불어 한국사회에서 부정적 이미지의 업종이나 저임금 업종에 대한 내국인의 노동기피 현상과 함께 지속될 것으로 전망된다. 현재 국내에서 외국인 근로자는 중요한 인적자원으로 노동시장에서 중요한 축을 담당하고 있다[3]. 그러나 타국으로의 이민은 외국인 근로자에게 사회경제 상태, 삶의 방식, 그리고 환경의 변화 등을 야기하는 인생의 중요한 사건이며, 이것이 건강상태에 큰 영향을 미치게 된다[4]. 실제로 외국인 근로자의 건강상태는 본국에서와 비교하여 38.6%가 한국에 온 후 나빠진 것으로 보고되었다[5].

국내 외국인 근로자 대다수는 단순 노동, 서비스 업종 인력으로 보충되어 내국인이 기피하는 작업현장에서 일하거나 야간작업을 담당하는 경우가 많다[6]. 단순노동, 야간작업은 업무의 반복성과 단조로움, 업무의 과부담 등의 특성때문에 작업자의 신체건강 뿐만 아니라 정신건강 문제 발생을 높일 수 있다[7]. 또한, 외국인 근로자의 가족과의 분리, 과도한 업무, 주거환경의 불안정성, 저임금, 열악한 숙소환경, 언어장벽, 자녀의 교육문제, 상사에 의한 착취, 차별, 불안정한 법적 지위, 새로운 환경에의 부적응 등의 어려움은 그들의 신체 및 정신건강 수준을 악화시킬 수 있다[8]. 외국인이 본국을 떠나서 타국의 문화에 적응하는 스트레스가 지속될 경우 심각한 정신건강 문제를 일으킬 수 있고[9], 자기 역할과 보수문제, 직무 스트레스 등의 복합적인 원인과 함께 직업 및 사회 부적응의 문제가 보고되어 외국인 근로자의 건강문제에 대해 적극적인 대책이 필요한 상황이다[10].

건강은 사회·경제·개인의 발전에 있어서 필수불가결한 요소로서, 1950년 세계보건기구는 건강을 '단순히 질병이 없는 상태가 아니라 신체적, 정신적, 사회적 안녕 상태'라는 여러 차원의 요소를 포괄적으로 정의하였다[11]. 건강증진이란 여러 차원의 건강을 좋게하기 위해 고안된 모든 활동을 의미하는 것이며[12], 특히 보건복지부

는 제 3차 국민건강증진종합계획에서 모든 근로자의 육체적, 정신적 건강의 유지'증진의 중요성을 강조하였다[13]. 국내 외국인 근로자가 증가함에 따라 외국인 근로자의 건강에 대한 관심역시 증가하고 있다. 주로 외국인 근로자의 건강상태 및 건강관리[14], 구강건강관리 실태 및 구강 상태에 관한 연구[15], 내국인과 외국인의 건강수준비교[16], 외국인 근로자의 건강증진 행위에 영향을 미치는 요인을 규명하는 연구[17]가 수행되었다. 일찍이 다문화 사회를 경험한 유럽에서는 의료인이 외국인 근로자의 건강에 관심을 갖고 이주 여성 근로자의 신체적, 정신적 문제를 완화시키기 위한 중재연구[18], 외국인 근로자의 우울증 감소를 위해 인터넷 기반 문제해결능력 증진연구[19] 등이 다양하게 이뤄졌다. 그러나 국내에서 이주민의 건강증진에 대한 중재연구는 주로 결혼이주여성 이 대상이며[20], 외국인 근로자를 대상으로 한 건강증진 중재연구는 8편이 확인되었다[21-28].

하지만 외국인 근로자 증가추세 및 건강상태의 심각성등의 연구결과[4,5]를 고려할 때, 앞으로 외국인 근로자들의 건강증진과 질병예방을 위한 노력이 계속되어야 할 것이다. 특히, 외국인 노동자의 건강문제에 대한 관심은 그들의 인권과 개인적 차원, 국가의 경제생산성에도 영향을 미치게 때문에 중요하다고 볼 수 있다. 그러나 국내에서 외국인 근로자들에 대한 법적, 제도적 뒷받침은 여전히 미비한 상태이며 노동환경조차 열악한 실정이다[29]. 따라서, 외국인 근로자의 건강증진을 위해 건강관리 전문가들의 노력이 필요하며, 건강관리 전문가가 외국인 근로자 건강증진 프로그램을 실무에 적용할 수 있으려면, 지금까지 외국인 근로자를 대상으로 건강증진 프로그램을 제공한 연구를 체계적으로 검토하고 중재 효과를 규명하는 것이 필요하다. 그러나 현재까지 외국인 근로자의 건강증진 프로그램 효과를 검토한 연구는 거의 없는 상황이다.

이에 본 연구에서는 체계적 고찰을 통하여 외국인 근로자의 건강 증진을 위한 다양한 프로그램을 검토하고 그 효과를 확인하여 근거기반의 효과적 프로그램마련 방안 및 중재연구의 방향을 제시하고자 한다.

1.2 연구목적

본 연구의 목적은 국내 체류 외국인 근로자를 대상으로 수행된 건강증진 프로그램 효과 연구들을 체계적으로 검토하고, 선별된 연구의 일반적 특성과 건강증진 프로

그램의 효과를 확인하는 것이다.

2. 연구방법

2.1 연구설계

본 연구는 국내 체류 외국인 근로자를 대상으로 수행된 건강증진(신체 및 심리사회적 건강) 프로그램의 효과를 보고한 연구들을 통합하여 분석한 체계적 문헌고찰 연구이다.

2.2 문헌 선정 및 배제 기준

본 연구는 Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) 그룹이 제시한 체계적 문헌고찰 보고지침[30]에 따라 수행되었다. 문헌 선정을 위하여 연구대상, 중재법, 비교대상, 결과, 연구유형(participants, intervention, comparisons, outcomes, study design [PICO-S])을 선정한 뒤 선정기준 및 배제기준에 따라 국내·외 전자문헌 데이터베이스 검색을 시행하였다.

2.2.1 선정기준

1) 연구 대상(Participants)

연구대상은 성별, 국적과 상관없이 취업을 목적으로 대한민국으로 이주한 대한민국 국적을 갖지 않은 19세 이상 성인이다.

2) 중재(Intervention)

중재는 국내 체류 외국인 근로자에게 제공한 신체 및 심리사회적 건강을 포함한 건강증진 프로그램이다. 예비 문헌고찰 결과 건강증진 프로그램을 문헌검색 전략으로 고려하는 것이 가능하지 않아 문헌검색 전략 수립 시 중재법은 고려하지 않았다. 그러나 문헌선정 시 고려한 건강증진 프로그램의 유형은 교육 또는 정보제공, 상담, 심리요법, 행동요법, 사회적지지 등이며, 이러한 유형이 복합된 프로그램도 포함하였다.

3) 비교대상(Comparisons)

국내 체류 외국인 근로자 중 건강증진 프로그램을 제공받지 않거나 실험군과 대조되는 건강증진 프로그램을 제공받은 집단을 비교 대상으로 하였다. 그러나 본 연구

에서는 문헌 선정기준으로 비교대상을 고려하지 않았다.

4) 결과(Outcomes)

예비 문헌고찰 결과 다양한 결과변수가 보고되고 있어 본 연구에서는 문헌 선정기준으로 결과 변수를 고려하지 않았다.

5) 연구 유형(Types of studies)

연구유형은 대조군이 있는 무작위 또는 비무작위 실험연구이다.

2.2.2 배제기준

문헌선정을 위한 배제기준은 다음과 같다. 1)연구대상이 국내 체류 외국인 노동자가 아닌 경우 즉, 국내 이주 목적이 취업이 아닌 외국인을 대상으로 한 연구(예: 결혼이주여성, 유학생 등), 2)연구유형이 대조군이 있는 실험연구가 아닌 경우, 3)결과변수로써 중재 프로그램의 효과를 보고하지 않은 연구, 4)한국어나 영어로 쓰여진 문헌이 아닌 경우, 5)동물을 대상으로 수행된 연구이다.

2.2.3 문헌검색 및 선정

1) 문헌검색

문헌검색에 앞서 PICO-S를 바탕으로 의학주제표목(Medical Subject Headings, MeSH)을 이용한 검색전략과 키워드를 선정하였다. 국외 검색은 의학분야 전자문헌 데이터베이스인 PubMed를 이용하였고, 국내 검색은 한국의학논문데이터베이스(Korean Medical database [KMedbase]), 한국학술정보(Koreanstudies Information Service System [KISS]), 대한의학학술지편집인협회(KoreaMed), 학술연구정보서비스(Research Information Sharing Service [RISS])를 이용하였다. 또한 최종 선정된 문헌의 참고문헌 목록을 수기로 검색하였다. 검색식은 MeSH 용어와 제목과 초록의 text word를 AND/OR 및 절단 검색을 적절히 적용하여 구성하였다. 검색을 위해 사용된 주요 핵심어는 국외 데이터베이스에서 ['Transients or migrants (MeSH)'] and ['republic of korea (MeSH)'], 국내 데이터베이스에서는 ['외국인 노동자' or '외국인 근로자' or '이주 노동자'] 였다. 검색기간은 각 검색엔진에서 본 연구에서 사용된 주요 검색어로 문헌이 게재된 초기부터 현재까지였다.

2) 문헌선정

문헌선정의 전 과정은 2명의 연구자가 분석에 포함된 모든 연구를 독립적으로 검토하였으며, 의견이 불일치할 경우 합의점을 찾을 때까지 자료선정 또는 배제기준에 따라 해당 연구를 함께 검토하였다. 먼저 전자문헌 데이터베이스를 통해 검색된 문헌들에 대해 리스트를 작성한 후 서지반출 프로그램인 엔드노트(EndNote X7, Thomson Reuters, New York, USA)와 엑셀 프로그램(Microsoft Excel, 2016 version)을 이용하여 중복 문헌을 확인하여 제거하였다. 선정된 문헌들은 1차로 제목과 초록을 검토했으며, 제목이나 초록만으로 선정기준에 부합된 문헌인지를 판단하기 어려운 경우는 본문을 참조하여 해당문헌을 결정하였다. 모든 문헌의 서지정보를 동일하게 관리하였으며, 배제되는 문헌에 대해서는 단계별로 기록을 남겼다. 최종 선정할 문헌은 연구 시작 전에 연구자들이 예비 문헌추출 과정을 통해 합의한 자료추출 양식에 맞추어, 연구대상, 연구방법 (연구설계, 연구기간, 연구 참여기관, 자료수집 방법 등), 사용된 측정방법(도구), 중재 프로그램 내용, 연구결과 등을 추출하였다.

3) 문헌의 질 평가

본 연구에서는 최종 선정된 문헌의 질 평가를 위해 Cochrane Collaboration의 체계적 문헌고찰 지침에서 제시한 Cochrane's Risk of Bias (RoB) 도구[31]와 한국보건의료연구원(National evidence-based healthcare collaborating agency, NECA)의 체계적 문헌고찰 지침에서 제시한 Risk of Bias Assessment tool for Non-randomized Studies (RoBANS) 도구[32]를 사용하였다. RoB는 무작위 대조군 실험연구에 대한 질 평가 방법으로 총 7가지 항목으로 구성되어 있다[32]. 즉, (1)무작위 배정 순서는 무작위 순서의 부적절한 생성에 따른 선택 비뚤림을 평가하며, (2)배정순서 은폐는 부적절한 배정순서 은폐에 따른 선택 비뚤림을 평가한다. (3)연구 참여자와 연구자에 대한 눈가림 평가는 연구참여자와 연구자가 배정된 중재를 알게 됨으로 인한 실행비뚤림을 의미하며, (4)결과평가에 대한 눈가림은 결과평가자가 배정된 중재를 알게 됨으로 인한 결과 확인 비뚤림을 평가하는 항목이다. (5)불충분한 결과 자료에 대한 평가는 불충분한 결과자료의 특성이나 처리로 인한 탈락 비뚤림을 의미하며, (6)선택적 보고는 연구자가 선택적 결과 보고로 인한 보고 비뚤림을 평가한다. 마지막 (7)기타 비뚤림 항

목은 다른 영역에서 평가하지 못한 문제로 본 연구에서 고려한 기타 비뚤림은 연구수행에서의 부정행위를 확인하였다. 평가방법은 7가지 항목에 대해 비뚤림의 위험이 낮음(low risk), 높음(high risk), 불확실(unclear)로 평가하였다. RoBANS는 비무작위 대조군 실험연구에 대한 질 평가 방법으로 대상군 선정, 교란변수, 중재(노출)측정, 결과 평가에 대한 눈가림, 불완전한 자료, 선택적 결과보고의 총 6가지 항목으로 구성되어 있으며, 평가방법은 RoB와 동일하다.

2.2.4 자료 분석

본 연구에서는 최종 선정된 문헌의 중재 프로그램과 측정된 결과변수의 다양성으로 인하여 메타분석과 같은 양적분석(quantitative analysis)은 수행하지 못하였고 질적검토(qualitative review)를 통하여 외국인 근로자 대상 신체, 정신 및 심리·사회적 건강증진 프로그램의 효과를 분석하였다.

2.2.5 윤리적 고려

본 연구는 G시에 소재한 C 대학교 연구윤리심의위원회의 심의면제를 받아 수행하였다(과제심의번호: 2-104 1055-AB-N-01-2018-12).

3. 연구결과

3.1 문헌선정 결과

국의 전자문헌 데이터베이스(PubMed)를 통하여 50편, 국내 전자문헌 데이터베이스(KMbase, KISS, RISS4U, KoreaMed)를 통해 6,359편의 문헌을 검색하였다. 검색된 문헌에서 중복으로 확인된 문헌(1,230편)을 제외하고 총 5,129편을 대상으로 문헌선정 과정을 진행하였다. 1차 문헌 선정 과정에서 제목과 초록을 검토하여 5,129편의 문헌 중 15편의 문헌이 선정되었다. 2차 문헌 선정 과정에서 15편의 본문을 검토하여 7편의 문헌(연구대상자가 외국인 근로자가 아닌 문헌: 2편, 연구 유형이 적절하지 않은 문헌: 5편)을 제외하고 최종 8편의 문헌이 선정되었다. 추가검색을 위하여 최종 선정된 문헌 8편의 참고문헌을 수기로 검토하였으나 추가로 포함된 연구는 없었다(Figure 1).

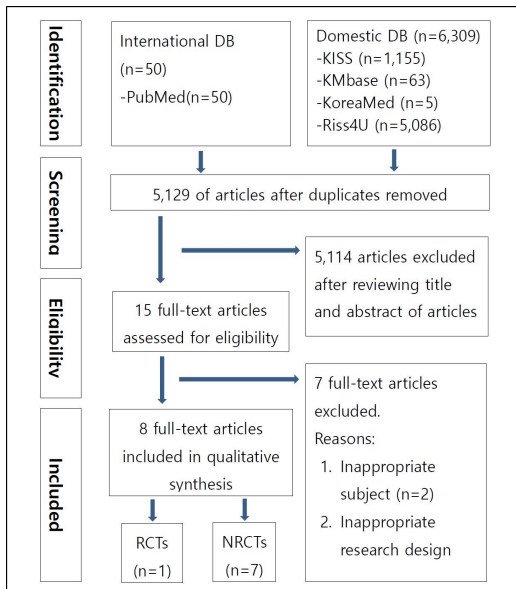


Fig. 1. Flow diagram of study selection

3.2 문헌의 일반적 특성

최종 선정된 8편 중 신체적 건강을 다룬 문헌은 2편, 심리사회적 건강을 다룬 문헌은 6편이었다. 8편 중 7편(87.5%)은 비무작위 대조군 실험연구로 모두 사전·사후 시차 설계의 유사실험연구였으며, 1편(12.5%)은 무작위 대조군 실험연구였다. 학술지 게재문헌은 3편(37.5%), 박사학위 논문 1편(12.5%), 석사학위 논문 4편(50.0%)이었으며, 출판년도는 2005년부터 2017년까지였다. 연구대상자의 국적이 기술된 연구는 4편(50.0%)이었고, 중국(조선족, 한족), 베트남, 태국, 필리핀, 러시아, 중앙아시아, 스리랑카, 방글라데시 등 다양한 국적의 근로자가 포함되었다. 가장 많이 포함된 근로자의 국적은 중국(조선족과 한족 3편(37.5%), 베트남 2편(25.0%) 순이었다.

프로그램이 실시된 장소는 외국인 근로자가 근무하는 산업체가 3편(37.5%), 다문화 지역센터가 1편(12.5%)이었으며, 4편(50.0%)은 구체적인 장소가 제시되지 않았다. 연구대상자의 연령은 20대부터 60대까지 다양하였으며, 연령이 제시되지 않은 연구도 있었다. 연구대상자의 수는 군당 최소 7명에서 최대 40명이며, 7편(87.5%)의 연구가 실험군과 대조군이 동수로 진행되었다. 실험군에게 제공된 프로그램은 집단 미술치료가 5편(62.0%)으로 가장 많았고, 전인건강간호중재 1편(12.5%) 그리고 원예치료프로그램 1편(12.5%), 스트레칭 운동프로그램 1편(12.5%)이었다. 대조군에게 프로그램을 제공한 연구는 2

편(25.0%)뿐이었고, 프로그램 운영횟수는 8회에서 48회, 1회당 소요시간은 최소 6분에서 최대 1.5시간으로 다양하였다. 8편의 모든 연구에서 설문지를 이용하여 중재 프로그램의 성과를 측정하였으며, 가장 많이 활용된 결과 변수는 문화적응 스트레스(5편, 62.5%)이었고 다음이 우울과 불안(각각 3편, 37.5%), 자아 존중감과 사회적 지지(각각 2편, 25.0%) 순이었다.

문화적응 스트레스를 측정한 5편의 연구 중 3편[21-23]은 Cervantes 등[33]이 개발하고 Alderete 등[9]이 수정한 문화적응 스트레스 척도(Acculturation Stress Scale: ASS)를 국내에서 재수정 보완하여 사용하였다. 2편의 연구[25,26]는 Sandhu와 Asrabadi[34]가 개발한 문화적응 스트레스 척도(Acculturation Stress Scale: ASS)를 각각의 연구에 맞게 문항수를 조정하여 활용하였다. Table 1 신체 및 심리사회적 영역의 건강증진 프로그램의 구체적 내용은 표 2에 제시하였다. Table 2

3.3 질 평가

RoBANS 도구를 이용한 7편의 비무작위 대조군 실험 연구[21-24,26-28]에 대한 질평가 결과 6편(85.7%)의 연구가 대상자 선정이 적절하게 이루어져 비뚤림 위험이 낮은 것으로 나타났다. 그러나 교란변수를 확인하고 이를 통제하기 위해 적절한 방법을 사용하여 비뚤림 위험이 낮게 나타난 연구는 1편(14.3%)뿐이었다. 부적절한 중재(노출)측정 및 결과 확인에 대한 비뚤림 위험은 7편(100.0%) 모두 비뚤림 위험이 높게 나타났다. 결측치가 발생하지 않았거나 결측치가 있더라도 탈락의 이유가 명확하게 제시되어 비뚤림 위험이 낮은 연구는 6편(85.7%)이었고, 7편(100.0%)의 연구에서 사전에 계획하였던 것을 포함하여 예상되는 결과를 보고하여 비뚤림 위험이 낮게 나타났다.

RoB로 질 평가를 수행한 1편의 무작위 대조군 실험연구[25]는 무작위 배정 순서는 비뚤림 위험이 높음으로 평가되었고, 배정순서 은폐는 적절한 설명이 없어서 평가가 불확실하였다. 참여자·연구자 눈가림과 결과평가자에 대한 눈가림은 비뚤림 위험이 낮았다. 실험군과 대조군의 탈락률(실험군=20.0%, 대조군=32.5%)이 높았으며 탈락군에 대한 동질성 검증에서 통계적으로 유의한 차이가 나타나 비뚤림 위험이 높음으로 평가되었다. 연구 결과 보고는 사전에 정의한 결과변수를 모두 보고하여 비뚤림 위험이 낮았으며, 기타 영역으로 평가한 연구수행에서의 부정행위로 인한 비뚤림 위험은 낮게 나타났다.

Table 1. Characteristics of the Eligible Studies

| Author (year) | Study type | Ethnicity of population | Study size | | Intervention | | Duration of curricula | Outcome (Instrument) | Type of article |
|--|------------|--|------------|------|---|-----------------------|--|--|-----------------------|
| | | | Exp | Cont | Exp | Cont | | | |
| Kim, Eun-jin (2005) | NRCT | Filipino, Vietnamese, Thais, Korean-chinese | 17 | 17 | Group art therapy | None | 0.5hours×20times | Acculturation stress(Mo ASS [*]) | Master's thesis |
| Park, So-Yeoun (2009) | NRCT | Not described | 30 | 30 | Wholistic well-being nursing intervention program | None | 1.5hours×10times | Acculturation stress(Mo ASS [*]), Depression(Mo BDI), Anxiety(Mo STAI), Social support(Mo social support), Quality of life(Mo WHOQOL-BREF), Spiritual well-being(Mo spiritual well-being), Hope(Mo hope), Health status(Perceived health status), Saliva cortisol level(EIA) | Doctoral dissertation |
| Yang, Yun Jeong & Lee, Keun Mae (2010) | NRCT | Exp: Bangladeshi, Srilankan, Vietnamese Cont: Srilankan, Vietnamese | 7 | 7 | Group art therapy | None | 1.5hours×8times | Acculturation stress(Mo ASS [*]) | Published article |
| Bae, Mi ja (2012) | NRCT | Not described | 22 | 23 | Horticultural therapy | Horticultural therapy | Exp: 1hours×48times Cont: 1hours×6times | Depression(BDI), Anxiety(STAI), Self-esteem(SES), Sociality(Mo SBS), Relationship(Mo RCS), Emotional balance(ABS), | Master's thesis |
| Lee, Hyeonkyeong et al.(2014) | RCT | Korean-chinese | 40 | 40 | Enhanced stretching exercise | Stretching exercise | Exp: 6minutes×12weeks mobile messaging & telephone counseling Cont: 6minutes×12weeks | Acculturation stress(Mo ASS [*]), Self-efficacy(Mo GEFS), Social support(Mo social support), Musculoskeletal disorder knowledge (KoMDS), Flexibility(Tsrt), Muscle strength(MD), Stretching adherence(Frequence), Musculoskeletal symptoms(WMSD) | Published article |
| Seo, Kyung Min (2015) | NRCT | Not described | 7 | 7 | Group art therapy | None | 1hours×16times | Acculturation stress(Mo ASS [*]), Depression(Mo BDI, Mo K-HTP, Mo PITR) | Master's thesis |
| Suh, Hee Kyung & Kim, Sun Hee (2015) | NRCT | Russian, Central asian, Chinese | 10 | 9 | Group art therapy | None | 1hours×12times | Anxiety(STAI-Y), Self-esteem(RSES) | Published article |
| Kim, Ye-Ji (2017) | NRCT | Not described | 10 | 10 | Group art therapy | None | 1.5hours×11times | Ego-resilience (Mo ERS) | Master's thesis |

RCT=Randomized controlled trial, NRCT=Non randomized controlled trial, Exp=Experimental group, Cont=Control group, Mo=Modified, ASS=Acculturation stress scale, BDI=Beck depression inventory, STAI=State anxiety inventory, WHOQOL-BREF=World Health Organization quality of life assessment, EIA=Enzyme immunoassay, SES=Self-esteem scale, SBS=Social behavior scale, RCS=Relationship change scale, ABS=Affect-balance scale, GEFS=General self-efficacy scale, KoMDS= Knowledge on musculoskeletal disease subscale, Tsrt=Transitional sit-and-reach test, MD=Muscle dynamometer, WMSD=WMSD symptom survey, K-HTP=Kinetic house-tree-person, PITR=Person in the rain, STAI-Y=State-trait anxiety inventory-Y, RSES=Rosenberg self-esteem scale, ERS=Self-resilience scale.

^{*}Original version was made by Cervants et al. (1991)

^{*}Original version was made by Sandhu et al. (1994)

Table 2. Content of Program

| Author (year) | Title of program | Content of program | |
|--|---|--|---|
| | | Experimental group | Control group |
| Kim Eun-jin (2005) | Group art therapy | <ul style="list-style-type: none"> · Beginning(group work): relationship formation, emotional relaxation, relieve stress · Middle(personal work): recognition about emotion difference, finding the elements needed for change and adaptation · Late: making confidence and high self-esteem through positive cultural adaptation | None |
| Park, So-Yeoun (2009) | Wholistic Well-Being Nursing Intervention Program | <ul style="list-style-type: none"> · Including physical, cultural, spiritual, and social care · Korean language classes and stretching program · Counseling of personal, professional, religious | None |
| Yang, Yun Jeong & Lee, Keun Mae (2010) | Group art therapy | <ul style="list-style-type: none"> · Beginning: interest and emotional cleansing · Middle: self-discovery and Improve self-esteem · Late: awareness and ability to cope with stress | None |
| Bae, Mi Ja (2012) | Horticultural therapy | <ul style="list-style-type: none"> · Horticultural therapy program for theory and practice class sonflower decoration as a vocational education program. · A total of 48 sessions were held as individuals and groups | <ul style="list-style-type: none"> · Same as the experimental group · 6 sessions were held |
| Lee, Hyeonkyeong et al.(2014) | Stretching program | <ul style="list-style-type: none"> · 6 min stretching exercise program that included an orientation and three work-related musculoskeletal disorder (WMSD) educational classes. And received mobile phone text messaging and telephone counseling to increase self-efficacy(confidence in overcoming barriers) and provide social support | <ul style="list-style-type: none"> · Same as the experimental group except mobile messaging & telephone counseling |
| Seo, Kyung Min(2015) | Group art therapy | <ul style="list-style-type: none"> · Pre-program: individual interviews and pre-screening, orientation program introduction · Beginning: familiarity with rapo, psychological relaxation · Middle: cultural difference recognition, emotional expression, relieve stress and depression · Late: self expression, understanding depression and stress coping, making positive self-image · Post-program: post-test | None |
| Suh, Hee Kyung & Kim, Sun Hee (2015) | Group art therapy | <ul style="list-style-type: none"> · Unfreezing phase: explain to client the meaning of art therapy and progress of treatment · Doing phase: concentrate on art work · Dialogue phase: enabling conversation between client and work while looking at physical distance · Ending & integrating phase: client looks back at what happened with in the session and integrates the newly acquired ideas with existing ideas | None |
| Kim,Ye-Ji (2017) | Group art therapy | <ul style="list-style-type: none"> · Establishing a partnership: understanding the Solution-Oriented Basics, intimacy and relationship formation · Setting goals: collaborate to build solutions · Finding resources for resolution: explore issues and resources · Solution-centric induction and intervention: set well-formed goals · Maintain and end: expansion of target development and affirmative thinking | None |

Table 3. Result Summary

| Author (year) | Psychosocial Health Outcomes | | | | | | Physical Health Outcomes |
|--|--|---|---|--|---------------------------------------|--|--|
| | Acculturation stress | Depression/ Anxiety | Self-esteem/ Ego-resilience/ Self-efficacy | Social support/ Sociality/ Relationship | Quality of life | Spiritual well-being/ Hope/ Emotional balance/ Knowledge | Health status/ Saliva cortisol level/ Flexibility/ Muscle strength/ Musculoskeletal symptoms |
| Kim Eun-jin (2005) | ·Reduced in the Exp (t=15.94, p<.001) | | | | | | |
| Park, So-Yeoun (2009) | ·Reduced in the Exp (t=2.07, p=.022) | ·Depression: reduced in the Exp (t=2.36, p=.011) ·Anxiety: reduced in the Exp (t=3.59, p=.011) | | ·Social support: no difference between the two groups (t=0.91, p=.185). | Increased in the Exp (t=4.42, p<.001) | ·Spiritual well-being: increased in the Exp (t=2.06, p=.023) ·Hope: no difference between the two groups (t=0.61, p=.271) | ·Health status: increased in the Exp (t=2.70, p=.005) ·Saliva cortisol level: no difference between the two groups (t=0.72, p=.236) |
| Yang, Yun Jeong & Lee, Keun Mae (2010) | ·Reduced in the Exp (t=6.17, p<.01) | | | | | | |
| Bae, Mi Ja (2012) | | ·Depression: no difference between the two groups (F=1.04, p=.318). ·Anxiety: no difference between the two groups (F=0.68, p=.419). | ·Self-esteem: increased in the Exp (F=60.60, p=.018) | ·Sociality: increased in the Exp (F=14.06, p=.001) ·Relationship: increased in the Exp (F=7.05, p=.015) | | ·Emotional balance: increased in the Exp (F=5.20, p=.033) | |
| Lee, Hyeonkyeong et al. (2014) | ·No difference between the two groups (t=0.95, p=.347) | | ·Self-efficacy: no difference between the two groups (t=0.13, p=.899) | ·Social support: no difference between the two groups (t=1.64, p=.107). | | ·Musculoskeletal disorder knowledge: no difference between the two groups (t=1.77, p=.082) | ·Flexibility: no difference between the two groups (t=0.67, p=.505). ·Strength: no difference in back strength (t=1.15, p=.256) and leg strength (t=0.77, p=.445) between the two groups. ·Strength adherence: no difference between the two groups (t=1.13, p=.265). ·Musculoskeletal symptoms: no difference between the two groups (t=1.92, p=.060). |
| Seo, Kyung Min(2015) | ·Reduced in the Exp (t=25.4, p=.044) | ·Depression: reduced in the Exp (t=3.52, p=.012) | | | | | |
| Suh, Hee Kyung & Kim, Sun Hee (2015) | | ·State anxiety: reduced in the Exp (t=2.41, p<.05). ·Trait anxiety: no change in the Exp (t=1.17) | ·Self-esteem: increased in the Exp (t=2.41, p<.05) | | | | |
| Kim, Ye-Ji (2017) | | | ·Ego-resilience: increased in the Exp (F=41.41, p<.001) | | | | |

Exp=Experimental group, Cont=Control group.

3.4 건강증진 프로그램의 효과

체계적 고찰에 포함된 8편의 문헌 중에서 신체적 건강 영역의 건강증진 프로그램 효과를 보고한 문헌은 2편이었다[22, 25]. 이 중 지각된 건강상태는 1편의 연구[22]에서 실험군의 유의한 긍정적 결과를 나타냈다($t=2.703$, $p=.005$). 그러나 타액 코티솔 수치와[22], 근육강도 및 근 골격계 등 신체건강 수준[25]에는 유의한 차이가 없음을 보고되었다[22,25].

심리사회적 영역의 건강증진 프로그램의 효과 중 문화적응 스트레스는 5편의 연구에서 보고되었고, 이 중 4편의 연구([21]($t=15.94$, $p<.001$), [22]($t=2.07$, $p=.022$), [23]($t=6.17$, $p<.01$), [26]($t=2.54$, $p=.044$))에서 실험군의 문화적응 스트레스 수준이 통계적으로 유의하게 감소됨을 보고하였다.

우울은 3편의 연구에서 보고되었고 이 중 2편의 연구([22] ($t=2.36$, $p=.011$), [26] ($t=3.52$, $p=.012$))에서 실험군의 우울이 통계적으로 유의하게 감소됨을 보고하였다.

불안은 3편의 연구에서 보고되었다. 이 중 1편의 연구[22]가 실험군의 불안이 통계적으로 유의하게 감소됨을 보고하였다($t=3.59$, $p=.011$). 그러나 실험군의 상태불안은 통계적으로 유의하게 감소하나($t=2.41$, $p<.05$), 특성불안은 실험군과 대조군에 유의한 차이가 없는 연구[27]도 있었다.

자아존중감은 2편의 연구에서 보고되었으며 2편의 연구 모두는 실험군의 자아존중감이 증가를 보였다([24] ($F=60.60$, $p=.018$), [27] ($t=2.41$, $p<.05$)).

자아탄력성([30]($F=41.41$, $p<.001$))과 영적안녕([22] ($t=2.06$, $p=.023$)), 정서균형([24] ($F=5.20$, $p=.033$)), 사회성([24] ($F=14.06$, $p=.001$)), 대인관계([24] ($F=7.05$, $p=.015$)), 삶의 질([22] ($t=4.42$, $p<.001$)), 지각된 건강상태([22] ($t=2.70$, $p=.005$))가 각각 1편의 연구에서 보고되었고 이들 모두는 실험군에서 증가를 보였다. Table 3

4. 논의

많은 외국인 근로자들은 언어갈등, 가족으로부터 단절, 문화충격, 소외감, 차별, 재정적 자원부족, 생활관습이나 작업방식, 사회적응 등으로 어려움을 겪고 있으며 이들은 새로운 환경에 적응하는 과정에서 불안, 우울, 정체감 혼란, 적대감 등 심리적 어려움도 함께 경험하게 된다

[35]. 이러한 부정적 경험은 외국인 근로자의 건강수준을 위협하는 원인이 되고 있다[14]. 저출산과 고령화로 인한 생산인력의 감소와 국내 인건비 상승 및 3D 업종의 인력 부족 문제를 경험하고 있는 국내 상황을 고려할 때 외국인 근로자의 건강문제는 중요한 사회적 이슈이다. 이에 본 연구에서는 국내 체류 외국인 근로자에게 적용된 건강증진 프로그램의 신체, 정신 및 심리·사회적 건강증진 영역을 통합적, 체계적으로 검토하여 그 효과를 확인하고 효과적인 프로그램 개발 방안 및 중재연구의 방향을 제시하고자 하였다.

본 연구의 최종 분석에 포함된 문헌은 8편으로 무작위 대조군 실험연구는 1편 뿐이며, 8편의 문헌 중 동료평가를 받아 출판된 문헌은 3편에 불과하다. 또한 제공된 중재 프로그램과 측정된 결과변수의 다양성으로 인하여 연구결과를 양적으로 합성하지 못하고 질적검토를 통하여 결과를 제시하였다.

문헌에서 사용한 프로그램은 집단 미술치료가 5편으로 가장 많았고 전인건강간호중재와 원예치료, 스트레칭 프로그램이 각각 1편의 연구에서 활용되었다. 즉, 국내 외국인 근로자의 건강증진을 지원할 수 있는 프로그램의 종류가 지극히 제한적으로 검토되고 있음을 확인하였다. 이는 외국인 근로자의 적응수준, 국적의 다양성, 의사소통 능력 제한, 통역이 가능한 인력 자원 부족 등의 현실적인 어려움과 한계로 건강 프로그램을 제공하는데 제한이 있었을 것으로 판단된다.

연구의 결과변수로는 5편의 문헌에서 심리·사회적 건강영역으로 문화적응 스트레스를 중재 결과변수로 보았다. 외국인 근로자의 부적응의 문제는 외국인 근로자의 심리적, 신체적 건강문제를 야기한다[6,14]. 이 중 문화적응 스트레스는 외국인 근로자들이 겪는 대표적인 어려움으로써 우울증, 자존감 저하, 불안감, 관계 갈등과 같은 정신적 건강문제를 유발할 뿐만 아니라 신체적 건강에도 부정적 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다[36,37]. 본 연구결과 심리사회 건강증진 프로그램은 문화적응 스트레스를 감소시키는 것으로 평가되었다. 문화적응 스트레스를 감소시키는 영향요인으로써 사회적 지지의 중요성이 많은 연구[37]에서 지적되고 있는 바, 외국인 근로자의 사회적 네트워크를 적극적으로 구축하여 활용할 수 있도록 지원하여야 할 것이다. 선행연구[38]에서는 자국민 공동체에 속하거나 자국민과의 사회적 관계를 형성하는 것이 이들의 적응을 도울 수 있는 중요한 지지원이 될

수 있다고 보고하고 있다. 사회적 지지를 지원할 수 있는 중재 프로그램 개발 시 이러한 점이 고려되어야 할 것이다. 또한 외국인 근로자와 한국인 간의 사회적 지지체계 형성이 중요함을 보고한 연구도 있다[35]. 네팔과 방글라데시 출신의 외국인 근로자들은 한국생활에서 친목과 상부상조를 목적으로 공동체를 형성하여 국내 사회단체들과 교류하고 있다[35]. 이는 외국인 근로자들의 사회적 지지체계 구축뿐만 아니라 한국사회에 대한 이해증진과 한국어 능력배양에 기여하고 있으며 동시에 우리사회가 단일민족주의, 순혈주의, 그리고 외국인으로 구분하는 이분법적 시각을 극복하고 외국인 근로자들과 더불어 살아갈 수 있는 다문화사회로 나아갈 수 있는 긍정적 경험의 예시이다.

또한, 본 연구결과 심리사회 건강증진 프로그램은 외국인 근로자의 우울과 불안을 감소시키며, 외국인 근로자의 자아존중감을 증가시키는 것으로 분석되었다. 자아존중감은 개인이 자신을 유능하고 중요한 존재이며 가치 있다고 생각하는 정도이다[40]. 자아존중감이 높은 사람은 자신의 능력에 대한 강한 믿음을 바탕으로 자신의 일에 능동적이고 적극적으로 대처할 수 있으며 자신의 상황을 잘 파악하여 새로운 환경에 적응할 수 있다[23]. 외국인 근로자는 서툰 한국어 능력과 한국사회에 대한 이해부족, 자국보다 낮은 사회적 지위 등으로 낮은 자아존중감을 가지고 있다[35]. 이는 문화적응 스트레스 수준을 높이고 사회 적응을 저해하는 원인이 된다[41]. 또한 낮은 자아존중감은 우울과 정신건강 수준을 악화시킨다[42]. 특히, 외국인 근로자들의 언어소통의 어려움 및 문화 부적응, 소외감, 가족으로부터의 단절 등 이주로 인한 심리적 어려움과 더불어 직장에서의 차별과 자국과 다른 작업방식, 직장상사 및 동료들과의 관계 등 근로자로서의 스트레스도 함께 경험하게 되는데, 이는 외국인 근로자의 정신건강을 위협하게 되고 불안과 우울을 더욱 가중시키는 것으로 보고되고 있다[35,37]. 국내 학계의 관심은 외국인 근로자에 대한 고용정책과 관련 법 및 제도 등 거시적인 주제와 내용에 치중하여 왔다[6]. 이제는 외국인 근로자의 신체 및 심리사회적 건강에 관심을 기울여야 할 시기이다. 따라서, 외국인 근로자의 불안과 우울증 감소시키고 자아존중감을 증진시킬 수 있는 심리사회 건강증진 프로그램의 개발과 적용이 절실히 필요하다.

한편, 본 연구에 포함된 문헌들에서 문화적응 스트레스를 측정하기 위한 도구는 Cervantes 등[33]이 개발하

고 Alderete 등[9]이 수정한 문화적응 스트레스 척도 (Acculturation Stress Scale: ASS)와 Sandhu 와 Asrabadi[34]가 개발한 문화적응 스트레스 척도 (Acculturation Stress Scale: ASS)가 각각 수정 및 보완되어 사용되었다. 수정된 Cervantes 등[33]의 ASS는 차별경험, 언어갈등, 법적지위의 하위영역으로 구성되어있고, 수정된 Alderete 등[9]의 ASS는 향수병, 의사소통, 문화충격, 차별 및 편견, 직장에서의 어려움, 대인관계에서의 어려움의 하위영역으로 구성되어 있다. Cervantes 등[33]의 ASS는 스페인계 성인이 경험한 문화와 관련된 스트레스 사건을 측정하기 위해 개발되었으며, Sandhu와 Asrabadi[34]의 ASS는 미국에 유학 온 학생들의 스트레스를 측정하기 위해 개발되었다. 따라서 한국에 이주한 외국인 근로자들이 경험하는 문화적응 스트레스를 측정하기에는 그 타당성을 재검토할 필요성이 있다. 특히 문화적응 스트레스가 외국인 근로자들에게 발생하는 가장 중요한 문제이며, 이로 인하여 다양한 건강문제가 발생됨[23]을 고려할 때, 이를 명확하게 측정할 수 있는 표준화된 도구의 개발이 선행되어야 할 것이다.

본 연구에 포함된 8편의 문헌 중 5편의 문헌에서 외국인 근로자의 심리사회 건강증진 프로그램의 효과로서 문화적응 스트레스 수준의 변화를 제시하였는데, 이 중 3편의 문헌에서 수정된 Cervantes 등[33]의 ASS를 Lee[39]가 수정·보완하여 5점 척도로 구성된 도구를 활용하였다. 그러나 1편의 연구[23]에서는 평균과 표준편차가 문항 전체의 평균과 표준편차로 제시되었기 때문에 3편의 연구결과에 대한 양적합성이 가능하지 않았다. 나머지 2편의 연구에서는 Sandhu와 Asrabadi[34]가 개발한 ASS를 각각의 연구에 맞게 문항 수를 조정하여 결과를 제시함으로써 양적합성이 가능하지 않았다. 또한 각각의 연구에서 적용한 중재 프로그램의 다양성을 고려할 때도 양적합성을 통한 결과의 제시는 가능하지 않았다. 향후 국내 외국인 근로자들의 문화적응 스트레스 수준을 타당하게 측정해 낼 수 있는 측정도구의 개발과 더불어 이를 활용한 다수의 무작위 대조군 실험연구의 수행이 필요하며 이를 통하여 심리사회 건강증진 중재 프로그램이 외국인 근로자들의 문화적응 스트레스에 미치는 효과를 재검토하여야 할 것이다.

분석에 포함된 문헌의 질 평가 결과, 문헌의 질은 전반적으로 비뿔립위험이 높거나 불확실한 것으로 나타났다. 향후 내적 타당도가 보장된 추가적 1차 연구의 수행을 통

하여 외국인 근로자 대상 심리사회 적응 프로그램의 효과가 재검토 되어야 할 것이다. 외국인 근로자의 적응은 근로자의 한국어 수준, 한국에 대한 이해도, 사회적 네트워크의 정도, 모국문화와의 접촉 정도에 따라 차이가 있다[35]. 더불어 선정된 문헌의 수가 충분하지 않아 문헌 수가 적기 때문에 더욱 많은 연구를 기대한다. 따라서 본 연구결과 해석시 선정된 문헌의 수가 충분하지 않다는 점을 고려하여야 할 것이다. 그러나 본 연구는 국내 체류 외국인 근로자의 건강증진 중재 프로그램을 검토하고 그 효과를 제시함으로써, 외국인 근로자의 건강증진을 위한 중재연구의 현 상황을 파악하고 그들의 건강에 관심을 가져야 한다는 점을 다시 한번 강조했다. 점에서 가장 큰 의의를 둘 수 있겠다. 또한 본 연구결과를 바탕으로 외국인 근로자 대상 건강증진 프로그램의 개발과 적용에 대한 근거를 제시하였다는 점에서 의의가 있다. 외국인 근로자는 국내 산업현장에서 없어서는 안될 주요 인적자원이다. 외국인 근로자들의 적응을 증진시키고 그들의 신체적, 정신적, 사회적 건강을 도모하는 것은 국가적 차원의 이익을 증진시키는 것이라 할 수 있다[35]. 이에 외국인 근로자들의 신체 및 심리사회 건강에 영향을 줄 수 있는 요인에 대한 심층적 고찰과 이에 근거한 다양한 프로그램 개발 및 중재 전략이 모색되어야 할 것이다.

5. 결론 및 제언

본 연구는 국내 체류 외국인 근로자에게 적용된 건강증진 프로그램을 체계적으로 검토하여 그 효과를 확인하고 효과적인 프로그램 개발 방안의 마련 및 중재연구의 방향을 제시하고자 시도되었다. PRISMA 그룹이 제시한 체계적 문헌고찰 보고지침에 따라 연구를 수행하였고 최종 8편의 문헌이 최종 분석에 포함되었다. 연구결과 외국인 근로자 대상 건강증진 프로그램은 외국인 근로자의 문화적응 스트레스와 우울, 불안을 감소시키고 자아 존중감을 증진시키는 효과가 있는 것으로 평가되었다. 적용된 프로그램은 집단 미술치료가 가장 많았다. 본 연구의 결과는 외국인 근로자의 건강증진 프로그램 개발 시 기초자료로 활용될 수 있을 것이라 기대된다.

REFERENCES

- [1] Ministry of Justice. Republic of Korea. (2016). *Korea immigration service statistics 2016*. Retrieved March 24, 2018, from http://www.moj.go.kr/HP/COM/bbs_03/ListShowData.do?strNbodCd=noti0096&strWrtNo=130&strAnsNo=A&strFilePath=moj/&strRtnURL=MOJ_40402000&strOrgGbnCd=104000
- [2] Korea Ministry of Government Legislation. 2017. Retrieved March 26, 2018, from <http://www.law.go.kr/lsInfoP.do?lsiSeq=195213&efYd=20170726#0000>.
- [3] Im, H., & Lee, H. Y. (2012). Resilience and mental health among migrant workers in busan, Korea. *Korean Journal of Health Education and Promotion*, 29(5), 13-26.
- [4] Spallek J, Zeeb H, Razum O. What do we have to know from migrants' past exposures to understand their health status? A life course approach. *Emerg Themes Epidemiol*. 2011;8:6.
- [5] Jung, H. S., Kim, Y. K., Kim, H. L., Yi, G., Song, Y. E., Kim, J. H., ...Kim, H. G. (2008). The health status and occupational characteristics related to gender of migrant worker in Korea. *Korean Journal of Occupational Health Nursing*, 17(2), 126-137.
- [6] Yang, O. K., Park, H. K., & Sohn, G. H. (2010). A study on the effects of mental health among migrant workers in Korea. *Mental Health & Social Work*, 35, 141-175.
- [7] Kim, D. H., & Cho, Y. C. (2012). Occupational stress and its associated factors among male workers in small-scale manufacturing industries under 50 members. *Journal of Digital Convergence*, 10(10), 405-413.
- [8] Hovey, J. D., & Magaña, C. (2000). Acculturative stress, anxiety, and depression among Mexican immigrant farmworkers in the Midwest United States. *Journal of Immigrant health*, 2(3), 119-131. <https://doi.org/10.1023/a:1009556802759>.
- [9] Alderete, E., Vega, W. A., Kolody, B., & Aguilar-Gaxiola, S. (1999). Depressive symptomatology: Prevalence and psychosocial risk factors among Mexican migrant farmworkers in California. *Journal of Community Psychology*, 27(4), 457-471. [https://doi.org/10.1002/\(sici\)1520-6629\(199907\)27:4<457::aid-jcop7>3.0.co;2-d](https://doi.org/10.1002/(sici)1520-6629(199907)27:4<457::aid-jcop7>3.0.co;2-d).
- [10] Kim, M. D., & Lee, C. H. (2016). A study on the relevance between workers' job characteristics and organizational effectiveness by job stress in small & medium sized enterprises. *Journal of Digital Convergence*, 14(5), 207-215.

- <https://doi.org/10.14400/jdc.2016.14.5.207>.
- [11] Kang, H. S., Lim, N. Y., Oh, S. Y., Kim, W. K., Kim, J. I., & Lee, S. H., et al. (2014). *Fundamentals of nursing*. Paju: Soomonsa. 37.
- [12] Cho, B. H. (2018). Health promotion concept and theory. *Asian Oncology Nursing*, 8(1Sup), 9-20.
- [13] Ministry of Health & Welfare. (2011). *Health Plan (2011-2020)*.
- [14] Lee, H. Y., Stephnia, S., Cho, Y. I., Choi, E. Y., Park, J. A., & Park, Y. M. (2009). Health status of migrant workers in Korea. *Korean Journal of Occupational Health Nursing*, 18(1), 5-13.
- [15] Nam, I. S., Yoon, S. U., & Kim, J. S. (2015). Toothbrushing behavior and oral health state of immigrant workers. *The Korean Society of Dental Hygiene Science*, 15(1), 1-11.
<https://doi.org/10.17135/jdhs.2015.15.1.1>.
- [16] Lee, B. I. (2014). A comparative study on health status and health determinants of foreign workers and native workers. *Korean Journal of Occupational Health Nursing*, 23(3), 180-188.
<https://doi.org/10.5807/kjohn.2014.23.3.180>.
- [17] Jung, S. Y., Oh, Y. R. & Bae, I. J. (2013). A study on social networks, daily difficulties, and social support systems and their influence on the mental health of foreign workers. *Korean Journal of Social Welfare Research*, 34, 1-35.
- [18] Kocken, P. L., Zwanenburg, E.J & de Hoop T. (2008). Effects of health education for migrant females with psychosomatic complaints treated by general practitioners. A randomised controlled evaluation study. *Patient education and counseling*. 70(1), 25-30.
- [19] Ünlü, B., Riper, H., van Straten, A., & Cuijpers, P. (2010). Guided self-help on the internet for turkish migrants with depression: the design of a randomized controlled trial. *Trials*, 11(1), 101.
- [20] Chae, D., Lee, J., Asami, K., & Kim, H. (2018). Experience of migrant care and needs for cultural competence training among public health workers in Korea. *Public Health Nursing*, 35(3), 211-219.
- [21] Kim, E. J. (2005). Effect of group art therapy on acculturation stress for foreign workers. Wonkwang University, Jeollabuk-do, Master's thesis.
- [22] Park, S. Y. (2009). The effect of a wholistic well-being nursing intervention program for foreign workers in Korea. Kosin University, Busan, Doctoral dissertation.
- [23] Yang, Y. J. & Lee, K. M. (2010). Effects of short-term group art therapy in decreasing accumulative stress in foreign workers. *Journal of Arts Psychotherapy*, 6(2), 1-20.
- [24] Bae, M. J. (2012). Effects of horticultural therapy on sociability and emotional stability of Korean-Chinese workers in Korea. Chungnam National University, Daejeon, Master's thesis.
- [25] Lee, H., Chae, D., Wilbur, J., Miller, A., Lee, K., & Jin, H. (2014). Effects of a 12 week self managed stretching program among Korean-Chinese female migrant workers in Korea: A randomized trial. *Japan Journal of Nursing Science*, 11(2), 121-134.
<https://doi.org/10.1111/jjns.12010>
- [26] Seo, K. M. (2015). Effects of group art therapy on acculturation stress and depression of the foreign workers. Hanyang University, Seoul, Master's thesis.
- [27] Suh, H. G., & Kim, S. H. (2015). The effects of group art psychotherapy based on psychocybernetic model on the anxiety and self-esteem for foreign workers. *Journal of Arts Psychotherapy*, 11(2), 21-40.
- [28] Kim, Y. J. (2017). A study on effects of solution-focused group art therapy on ego-resilience of foreign workers. Daegu University, Gyeongbuk, Master's thesis.
- [29] Kim, S. H. (2005). The study on the influencing of acculturation stress among foreign migrant workers in Korea. Chungnam National University, Master's thesis.
- [30] Moher D., Liberati, A., Tetzlaff, J., & Altman, D. G. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: The PRISMA statement. *BMJ: British Medical Journal*. 339: b2535.
<https://doi.org/10.1136/bmj.b2535>.
- [31] Higgins J, Green S, editors (2005). *Cochrane handbook for systematic reviews of interventions: Version 5.1.0* [Internet]. London, UK: The Cochrane Collaboration, Retrieved March 24, 2018, from <http://www.cochrane-handbook.org>.
- [32] Kim, S. Y., Park, J. E., Seo, H. J., Lee, Y. J., Son, H. J., Jang, B. H., et al. (2011). NECA's guidance for undertaking systematic reviews and metaanalyses for intervention. Seoul: National Evidence-based Healthcare Collaborating Agency.
- [33] Cervantes, R. C., Padilla, A. M., & Salgado de Snyder, N. (1991). The Hispanic stress inventory: A culturally relevant approach to psychosocial assessment. *Psychological assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 3(3), 438-447.
<https://doi.org/10.1037/1040-3590.3.3.438>.
- [34] Sandhu, D. S., & Asrabadi, B. R. (1994). Development of an acculturative stress scale for international students:

- Preliminary findings. *Psychological Reports*, 75(1), 435-448.
<https://doi.org/10.2466/pr0.1994.75.1.435>.
- [35] Kim, Y. L. (2008). A study on the sociocultural adaptation of immigrant workers in Korea. *Discourse* 201, 11(2), 103-138.
<https://doi.org/10.17789/discou.2008.11.2.004>.
- [36] Salgado, H., Castañeda, S. F., Talavera, G. A., & Lindsay, S. P. (2012). The role of social support and acculturative stress in health-related quality of life among day laborers in Northern San Diego. *Journal of immigrant and minority health*, 14(3), 379-385.
<https://doi.org/10.1007/s10903-011-9568-0>.
- [37] Lee, S. H., Lee, Y. J., Kim, S. Y., & Kim, S. J. (2009). Social support and acculturative stress in migrant workers. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 39(6), 899-910.
<https://doi.org/10.4040/jkan.2009.39.6.899>.
- [38] Jeon, H. J., & Lee, G. E. (2015). Acculturative stress and depression of vietnamese immigrant workers in Korea. *J Korean Acad Community Health Nurs*, 26(4), 380-389.
<https://doi.org/10.12799/jkachn.2015.26.4.380>.
- [39] Lee, I. S. (2004). The influence of acculturative stress on migrant workers' mental health : focused on the moderating effects of social relationships. Yonsei University, Seoul, Master's thesis.
- [40] Rosenberg, M. (2015). *Society and the adolescent self-image*. USA: Princeton university press.
- [41] Oh, Y., Koeske, G. F., & Sales, E. (2002). Acculturation, stress, and depressive symptoms among Korean immigrants in the United States. *The Journal of social psychology*, 142(4), 511-526.
<https://doi.org/10.1080/00224540209603915>.
- [42] Park, J. H. & Yoo, Y. J. (2000). The effect of family strengths and wives' self-esteem on depression among married women. *Journal of Korean Home Management Association*, 18(2), 155-174.
- foreign workers in Korea. Kosin University, Busan, Doctoral dissertation.
3. Yang, Y. J. & Lee, K. M. (2010). Effects of short-term group art therapy in decreasing accumulative stress in foreign workers. *Journal of Arts Psychotherapy*, 6(2), 1-20.
4. Bae, M. J. (2012). Effects of horticultural therapy on sociability and emotional stability of Korean-Chinese workers in Korea. Chungnam National University, Daejeon, Master's thesis.
5. Lee, H., Chae, D., Wilbur, J., Miller, A., Lee, K., & Jin, H. (2014). Effects of a 12 week self managed stretching program among Korean-Chinese female migrant workers in Korea: A randomized trial. *Japan Journal of Nursing Science*, 11(2), 121-134. <https://doi.org/10.1111/jjns.12010>
6. Seo, K. M. (2015). Effects of group art therapy on acculturation stress and depression of the foreign workers. Hanyang University, Seoul, Master's thesis.
7. Suh, H. G. & Kim, S. H. (2015). The effects of group art psychotherapy based on psychocycbernetic model on the anxiety and self-esteem for foreign workers. *Journal of Arts Psychotherapy*, 11(2), 21-40.
8. Kim, Y. J. (2017). A study on effects of solution-focused group art therapy on ego-resilience of foreign workers. Daegu University, Gyeongbuk, Master's thesis.

Appendix 1. Studies included in systematic review

1. Kim, E. J. (2005). Effect of group art therapy on acculturation stress for foreign workers. Wonkwang University, Jeollabuk-do, Master's thesis.
2. Park, S. Y. (2009). The effect of a wholistic well-being nursing intervention program for

김진희(Kim, JinHee)

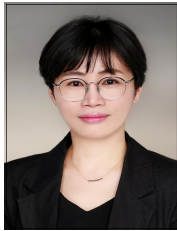
[정회원]



- 1992년 2월 : 연세대학교 간호대학 (간호학 학사)
- 1996년 8월 : 연세대학교 보건대학원 (보건학 석사)
- 2005년 8월 : 연세대학교 간호대학 (간호학 박사)
- 2014년 ~ 현재 : 조선대학교 부교수
- 관심분야 : 만성질환 관리, 임상성과연구, 임상역학연구, 체계적 문헌고찰
- E-Mail : jinheeara@chosun.ac.kr

박 서 진(Park, Seo Jin)

[정회원]



- 2002년 2월 : 조선대학교 의과대학 간호학과 (간호학 학사)
- 2016년 2월 : 조선대학교 간호학과 (간호학 석사)
- 2016년 3월 ~ 현재 : 조선대학교 간호학과 박사과정

- 2018년 9월 ~ 현재 : 동강대학교 간호학과 조교수
- 관심분야 : 만성질환 관리, 장애아 간호, 체계적 문헌고찰
- E-Mail : chosunnurse2016@gmail.com

이 진 아(Lee, Jina)

[정회원]



- 2010년 2월 : 조선대학교 의과대학 간호학과 (간호학 학사)
- 2014년 2월 : 조선대학교 일반대학원 간호학과 (간호학 석사)
- 2018년 8월 : 조선대학교 일반대학원 간호학과 (간호학 박사)

- 2018년 3월 ~ 현재 : 기독간호대학교 조교수
- 관심분야 : 정신건강, 질적연구, 체계적 문헌고찰
- E-Mail : jinalee@ccn.ac.kr