한국거주 고려인의 스트레스 대처방식, 불안이 우울에 미치는 영향

이현복¹ · 조명숙² · 안효자³ · 고정아⁴

순천대학교 간호학과 시간강사¹, 동아보건대학교 간호학과 조교수², 동신대학교 간호학과 교수³,
나주동신대학교 한방병원 간호부장⁴

Influence of Stress and Anxiety on Depression in Central Asian Koreans in Korea

Lee, Hyun-Bok¹ · Cho, Myeong-Suk² · An, Hyo-Ja³ · Ko, Jeong-A⁴

¹Docent, Department of Nursing, Suncheon National University, Suncheon

²Assistant Professor, Department of Nursing, Donga Health Science University, Yeongam

³Professor, Department of Nursing, Dongshin University, Naju

⁴Director of Nursing, Dongshin University Oriental Hospital, Naju, Korea

Purpose: This study was designed to identify the influence of stress and anxiety on depression in Central Asian Koreans living in Korea. **Methods:** We used a cross-sectional, descriptive correlational study design, to survey 159 Central Asian Koreans between July 2 and Dec 17, 2019. To analyze the data, we used descriptive statistics, independent t-test, one-way ANOVA with the Scheffé test, Pearson's correlation coefficient, and hierarchical multiple regression using the SPSS/WIN 23.0 program. **Results:** Multiple-regression analysis revealed that how long the subjects had been living in Korea ($\beta=.07, p=.034$), their active problem-solving skills ($\beta=-.47, p=.031$), and their anxiety levels ($\beta=1.54, p<.001$) were significant factors that explained approximately 44% of the variance in depression. **Conclusion:** We concluded that long-term residence and the skills to face and cope with, anxiety and stress can help lower the rates of depression of Central Asians living in Korea.

Key Words: Emigrants and immigrants; Stress; Coping skills; Anxiety; Depression

서론

1. 연구의 필요성

최근 우리 사회는 다양한 이주민 증가로 인해 사회 구조에 많은 변화가 나타나고 있다. 외국인 노동자, 국제결혼 이주자, 해외동포 재이주 등으로 우리나라는 다문화 사회가 되었으며, 그중에서도 고려인은 1990년대부터 이주하기 시작하여 2007

년 796명에서 2019년에 약 84,000명으로 무려 100배 이상 증가하였다[1-3]. 고려인은 구한말 생존을 위해 러시아의 극동 지역인 연해주로 대거 이주하였고, 러시아의 언어, 교육, 문화, 정치적 영향을 받으면서도 한국을 조상들이 살던 땅으로 인식하고 있었다[4]. 1991년 구소련 연방의 해체 이후 러시아와 소련 국적을 가지고 있던 고려인들은 언어, 학습, 경제적 어려움을 겪게 되면서 취업을 위해 한국으로 이주하기 시작하였다[5].

한국 거주 고려인은 해외동포이지만 외국인 신분이며 방문

주요어: 고려인, 스트레스 대처, 불안, 우울

Corresponding author: Cho, Myeong-Suk <https://orcid.org/0000-0001-5425-7280>

Department of Nursing, Donga Health Science University, 76-57 Yeongsan-ro, Hagsan-myeon, Yeongam 58439, Korea.
Tel: +82-61-470-1741, Fax: +82-61-470-1701, E-mail: tmddnaudtnr@hanmail.net

Received: Aug 21, 2020 | Revised: Dec 2, 2020 | Accepted: Dec 13, 2020

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

취업과 동포비자를 통해서 입국하고 거주기간도 제한되어 있어 불법체류 또는 추방의 가능성으로 심리적인 압박을 받고 있다[1,6]. 또한 고려인들은 민족의 정체성을 유지하고 이국에서의 힘든 삶을 극복하고자 공동체 삶을 지향했는데, 이러한 현상은 한국 이주 후에도 지속되어 가족 또는 친척 중심의 공동체 생활을 하고 있다[7,8]. 현재 고려인들은 취업 여건을 고려한 산업단지 중심으로 A시와 G시에 ‘고려인 마을’에 집거지[集居地] 형태를 이루고 있다[9]. 이러한 삶의 형태는 한국어와 문화를 접할 기회를 제한하고 적응을 어렵게 하고 있다[10,11]. 실제로 고려인들은 가치관의 차이, 정체성의 갈등, 음식의 차이, 한국의 수직적인 조직 문화에 대한 갈등 등과 같은 문화 적응에 어려움을 겪고 있는 것으로 나타나고 있다[7,10,11]. 특히, 고려인들은 한국 사회의 차별과 배제, 국적 취득의 어려움 등으로 동포이면서도 이방인 취급을 받고 있어 정체성의 혼란을 경험하고 있다[1,11]. 한국에서 고려인들이 겪고 있는 경험들로 인해 그들의 심리적인 상태가 어떠한지를 파악할 필요가 있으나 대부분의 연구가 고려인의 이주 배경과 실태[1,9,10], 정체성 문제[7,8], 한국적응[2,6,11]에 초점이 맞춰져 있다.

이주민의 사회적응은 정신건강과 밀접한 관계가 있는 만큼 [12], 한국 거주 고려인을 대상으로 한 정신건강과 관련된 연구가 필요하다. 일반적으로 이주민은 기본적인 생활습관의 변화와 가족과의 이별, 문화충격, 소외감, 경제적 어려움, 차별 등으로 [13], 불안과 우울 같은 심리적인 어려움과 스트레스를 겪는데, 이 중에서 우울은 이주자가 가장 흔하게 경험하는 정서 문제라고 할 수 있다[14]. 따라서 이주자의 우울에 미치는 영향을 보는 것은 의미가 있다.

국내에 거주하고 있는 이주민들이 공통적으로 호소하는 어려움은 불안과 우울이다[6,12,15,16]. 특히, 방문취업 이주민의 경우에는 불법체류 또는 추방의 가능성과 주거, 일자리, 의료 혜택 등이 불안정으로 심리적인 압박을 받는 것으로 나타났다 [1,6]. 실제 이주노동자의 경우 높은 수준의 불안을 경험하고 불안은 우울이 정적인 상관관계가 있었다[17,18]. 고려인은 외국인 신분이며 방문취업과 동포비자를 통해 입국한 만큼 고려인의 불안정도가 우울에 어떤 영향을 미치는지 확인할 필요가 있었다.

이주민으로서 어려움을 극복하고 국내에 정착하는데 문제 중심적 대처를 하는 경우는 국내에서의 적응과 삶의 질에 만족감을 높게 느끼는 것으로 나타났다[15]. 스트레스 대처방식은 신체적, 정신적 균형을 유지하고 스트레스를 완화하며 다양한 문제를 해결하는데 중요하며 [19] 우울과 부적 관련성을 가지고 있다[20-22]. 따라서 한국 거주에 따른 다양한 스트레스 상

황을 어떻게 대처하는가에 따라서 우울정도는 달라질 수 있을 것이다.

이에 본 연구는 고려인들의 적응과 정착에 중요한 스트레스 대처방식과 불안이 우울에 미치는 영향을 이해함으로써 이들의 안정적인 한국사회 적응을 돕고 정신건강 개입에 적절한 방안을 모색하기 위한 기초자료로 활용하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구의 목적은 한국에 거주하는 고려인의 스트레스 대처방식과 불안이 우울에 미치는 영향을 확인하기 위함이며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 고려인의 일반적 특성과 스트레스 대처, 불안, 우울 정도를 파악한다.
- 고려인의 일반적 특성에 따른 스트레스 대처방식, 불안, 우울간의 차이를 파악한다.
- 고려인의 스트레스 대처방식, 불안, 우울간의 상관관계를 파악한다.
- 고려인의 우울에 미치는 영향요인을 파악한다.

연구 방법

1. 연구설계

본 연구는 한국거주 고려인의 스트레스 대처방식, 불안, 우울정도를 파악하고 우울에 미치는 영향요인을 확인하기 위한 서술적 상관관계연구이다.

2. 연구대상 및 자료수집

본 연구의 대상자는 G시에 거주하는 고려인을 대상으로 매주 화요일 저녁 7시부터 9시까지 의료 봉사가 실시되고 있는 G시 고려인 진료소에 자발적으로 참여하는 대상자 중에서 일상생활이 가능하고 정신과 치료력이 없는 것으로 확인된 고려인을 편의 표집하였다. 자료수집은 국립 N병원과 G광역시 G정신건강복지센터가 고려인의 정신건강정도를 확인하기 위해 기존의 도구를 러시아어로 번안한 설문지를 사용하였다. 본 설문지를 연구자와 러시아어와 한국어가 능숙한 통역자가 함께 자료를 수집하였다. 설문조사 후 수집된 설문지 검토를 통하여 무응답 문항이나 부정확한 응답이 많은 설문지는 제외한 후 최종 159부를 연구에 사용하였다. G*Power 3.1.9.7 프로그램을

이용하여 다중회귀분석이 필요한 유의수준 .05, 검정력 .95%, 중간효과 크기 .15, 독립변수 5개로 하였을 때 적정 표본수는 129명으로 산정되어 본 연구는 적정 표본수를 충족하였다.

3. 연구도구

1) 스트레스 대처방식

Lazarus와 Folkman [19]이 개발한 스트레스 대처방식 척도를 Park [23]이 수정·보완한 척도를 사용하였다. 총 24문항으로 하위 영역은 문제중심적 대처(6문항), 사회적 지지 추구(6문항), 정서중심적 대처(6문항), 소망추구적 사고(6문항)로 구성되었다. Likert식 척도로 각 문항은 '전혀 사용하지 않았다(1점)'에서 '아주 많이 사용한다(4점)'이며, 점수가 높을수록 스트레스 대처를 잘하고 있음을 의미한다. Park [23]의 연구에서 전체 신뢰도 Cronbach's α 는 .81, 하위요인의 Cronbach's α 는 .62~.84이고, 본 연구에서는 전체 신뢰도 Cronbach's α 는 .93, 하위요인의 Cronbach's α 는 74~84였다.

2) 불안

Spitzer 등[24]이 개발한 불안 척도를 Seo와 Park [25]이 수정·보완한 척도를 사용하였다. 총 7문항의 Likert식 척도로 각 문항은 '전혀 방해받지 않았다(0점)'에서 '거의 방해 받았다(3점)'이며, 점수가 높을수록 불안정도가 심함을 의미한다. 절단값으로 5점 미만은 '정상', 5점 이상 10점 미만은 '경증', 10점 이상 15점 미만은 '중등도', 15점 이상은 '중증'을 의미한다. Seo와 Park [25]의 연구에서 신뢰도 Cronbach's α 는 .92, 본 연구에서는 Cronbach's α 는 .85였다.

3) 우울

Radloff [26]이 개발한 우울척도를 Chon과 Lee [27]가 한국어판으로 수정·보완한(The Center of Epidemiological Studies Depression Scale, CES-D)척도를 사용하였다. 총 20문항의 Likert식 척도로 각 문항은 '1일 이하(0점)'에서 '5일 이상(3점)'이며, 점수가 높을수록 우울정도가 심함을 의미한다. 절단값으로 24점 미만은 '정상', 24점 이상은 '우울'을 의미한다. Chon과 Lee [27]의 연구에서 신뢰도 Cronbach's α 는 .89, 본 연구에서는 Cronbach's α 는 .89였다.

4. 윤리적 고려

본 연구는 D대학의 기관생명윤리심의위원회(IRB: 201906-

SB-031)의 승인을 받은 후 진행하였으며, 자료수집 기간은 2019년 7월 2일부터 2019년 12월 17일까지였다. 대상자에게 연구의 목적, 비밀, 익명성 및 언제든지 원하지 않을 경우 중단할 수 있음을 설명하였다. 설문지는 자기기입식으로 작성되었으며 소요 시간은 약 20분 내외였고 설문지 후에는 소정의 답례품을 제공하였다. 설문지 결과 우울과 불안에 문제가 있는 경우에는 정신건강 간호사인 연구자가 우울과 불안에 대한 원인 및 대처방법에 대한 상담을 하였으며 국립 N병원 정신건강의학과에 연계하였다.

5. 자료분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 23.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 고려인의 일반적 특성, 스트레스 대처, 불안, 우울은 실수, 백분율, 평균과 표준편차, 일반적인 특성에 따른 변수의 차이는 t-test, ANOVA로, 그리고 사후 검정은 Scheffé test를 이용하여 분석하였다. 상관관계는 Pearson's correlation coefficient로, 우울에 영향을 미치는 요인은 hierarchical multiple regression으로 분석하였다.

연구 결과

1. 대상자의 일반적 특성

고려인의 일반적 특성으로 평균 나이가 38.4세였으며, 여성이 67.9%, 기혼이 63.5%, 평균 거주기간은 22.2개월이었다. 직업이 있는 경우는 66.7%로 없는 경우 33.3%보다 높았다. 출신 국가는 카자흐스탄이 41.5%로 가장 많았고, 직계가족과 함께 거주하는 경우가 54.7%로 가장 많았다(Table 1).

2. 대상자의 스트레스 대처방식, 불안, 우울의 정도

고려인의 스트레스 대처방식 전체 평균은 67.7 ± 16.5 점이었 고 하위요인으로 문제중심적 대처 17.30 ± 4.9 점, 사회적 지지 추구 15.51 ± 4.3 점, 정서중심적 대처 17.03 ± 4.7 점, 소망추구적 사고 17.86 ± 4.9 점이었다. 불안 전체 평균은 3.97 ± 4.2 점이었 으며, 5점 미만인 정상이 66%로 가장 높고, 10점 이상 중등도 불안이 8.8%, 15점 이상 심한 불안이 2.5%로 가장 낮았다. 우울 전체 평균은 15.2 ± 10.5 점이고 24점 미만 정상이 79.9%, 24점 이상 우울한 경우가 20.1%로 나타났다(Table 2).

3. 대상자의 일반적 특성에 따른 스트레스 대처방식, 불안, 우울의 차이

고려인의 스트레스 대처방식 전체는 유의한 차이가 없었고, 하위요인 중 문제중심적 대처는 결혼상태($t=2.04, p=.043$)에서 유의한 차이가 있었지만 나머지는 없었다. 불안은 성별, 결혼상태, 직업유무, 출신국에 따른 차이는 없었으나, 동거인에 따라 유의한 차이가 있었다($F=4.91, p=.009$). 사후 분석 결과 친척과 동거하는 고려인의 불안 점수가 더 높았다. 우울은 일반적 특성에 따른 차이는 없었다(Table 3).

Table 1. General Characteristics (N=159)

Characteristics	Categories	n (%) or M±SD
Age (year)		38.36±13.34
Gender	Male	51 (32.1)
	Female	108 (67.9)
Marital status	Married	101 (63.5)
	Single	58 (36.5)
Residence period (month)		22.21±19.68
Job	Yes	106 (66.7)
	No	53 (33.3)
Country of origin	Russia	30 (18.8)
	Uzbekistan	54 (34.0)
	Kazakhstan	66 (41.5)
	Etc	9 (5.7)
Inmate	Immediate family	87 (54.7)
	Solitary residence	39 (24.5)
	Relative	33 (20.8)

Table 2. Stress Coping, Anxiety, Depression of Participants (N=159)

Variables	n (%)	Min	Max	M±SD
Stress coping		24	96	67.69±16.47
Active problem solving		6	24	17.30±4.90
Social support seeking		6	24	15.51±4.32
Emotional relieving		6	24	17.03±4.67
Wishful thinking		6	24	17.86±4.86
Anxiety				
Normality (< 5)	105 (66.1)	0	21	3.97±4.22
Mild (5~9)	36 (22.6)			
Moderate (10~14)	14 (8.8)			
Severe (≥ 15)	4 (2.5)			
Depression				
Normality (< 24)	127 (79.9)	0	57	15.16±10.45
Depression (≥ 24)	32 (20.1)			

4. 대상자의 스트레스 대처방식, 불안, 우울의 상관관계

고려인의 우울과 관련된 요인의 상관관계를 분석한 결과는 다음과 같다. 우울은 거주기간($r=.15, p=.047$), 사회적 지지 추구($r=.16, p=.048$), 불안($r=.66, p<.001$)과 정적상관이 있었고, 그 외 변수와는 상관이 없는 것으로 나타났다(Table 4).

5. 대상자의 우울에 영향을 미치는 요인

고려인의 우울에 미치는 영향을 파악하기 위해 위계적 다중 회귀분석을 실시하였다. 다중회귀분석을 위한 독립변수에 대한 가정을 검정한 결과에서, Durbin-Watson 지수가 1.82로 자기 상관이 없는 것으로 나타났다. 공차한계는 .34~.93로 모두 0.1 이상이었으며, 분산팽창계수(Variance Inflation Factor, VIF)도 1.07~2.99로 기준인 10을 넘지 않아 다중공선성 문제는 없는 것으로 나타났다. 모형1에서 거주기간을 투입했을 때, 통계적으로 유의하였으며($F=3.72, p=.046$) 설명력은 2%였다. 모형2에서 스트레스 대처방식 하위요인인 문제중심적 대처, 사회적 지지 추구, 정서중심적 대처, 소망추구적 사고를 추가하였을 때, 형성된 회귀식은 통계적으로 유의하였다($F=3.82, p=.003$). 독립변수들 중 유의한 요인은 거주기간, 문제중심적 대처, 사회적 지지 추구, 소망추구적 사고로 나타났다. 모형의 설명력은 8%로 모형1에 비해 6% 증가하였다. 모형3에서 불안을 추가하였을 때, 통계적으로 유의하였으며($F=21.96, p<.001$), 독립변수들 중 유의한 요인은 거주기간, 문제중심적 대처, 불안으로 나타났다. 전체 모형의 설명력은 44.0%로 모형2에 비해 36% 증가하였다(Table 5).

Table 3. Stress Coping, Anxiety, & Depression according to General Characteristics

(N=159)

Variables	Categories	n	Stress coping												Depression	
			Total		Active problem solving		Social support seeking		Emotional relieving		Wistful thinking		Anxiety			
			M±SD	t or F (p) Scheffé	M±SD	t or F (p) Scheffé	M±SD	t or F (p) Scheffé	M±SD	t or F (p) Scheffé	M±SD	t or F (p) Scheffé	M±SD	t or F (p) Scheffé	M±SD	t or F (p) Scheffé
Gender	Male	51	67.51±17.00	-0.10 (.924)	17.88±5.00	1.03 (.308)	15.80±4.27	0.59 (.554)	16.49±4.81	-0.99 (.326)	17.33±4.34	0.59 (.554)	3.18±3.00	-1.70 (.060)	14.33±10.32	-0.68 (.494)
	Female	108	67.78±16.29		17.02±4.85		15.37±4.36		17.29±4.60		18.10±4.96		4.34±4.65		15.55±10.53	
Marital status	Married	101	69.26±17.02	1.59 (.114)	17.89±4.88	2.04 (.043)	15.80±4.43	1.15 (.252)	17.43±4.75	1.43 (.155)	18.14±5.05	1.01 (.317)	3.86±4.25	-0.42 (.674)	15.62±11.25	0.74 (.459)
	Single	58	64.97±15.23		16.26±4.82		15.00±4.10		16.34±4.89		17.36±4.47		4.16±4.21		14.34±8.91	
Job	Yes	106	68.23±16.50	0.58 (.564)	17.28±5.13	-0.05 (.962)	15.61±4.19	0.41 (.680)	17.16±4.68	0.49 (.625)	18.17±4.78	1.14 (.255)	3.84±4.15	-0.53 (.595)	15.19±9.48	0.05 (.957)
	No	53	66.62±16.52		17.32±4.47		15.30±4.61		16.77±4.98		17.23±4.97		4.23±4.38		15.09±12.26	
Country of origin	Russia	30	71.20±15.63	1.10 (.351)	18.20±4.66	0.97 (.408)	16.57±4.05	1.18 (.319)	17.30±4.92	0.85 (.467)	18.53±4.43	1.04 (.376)	4.40±4.49	1.04 (.376)	16.17±12.23	0.13 (.942)
	Uzbekistan	54	65.31±17.25		16.91±5.14		14.76±4.62		16.54±4.42		17.11±4.80		4.54±4.85		15.07±11.29	
	Kazakhstan	66	67.38±16.93		16.95±4.95		15.66±4.20		16.85±4.81		17.91±5.30		3.27±3.43		14.89±9.02	
	Etc	9	72.56±7.80		19.11±3.62		15.34±1.94		18.44±4.33		19.67±1.58		4.22±4.52		14.22±10.08	
Inmate	Immediate Family ^a	87	67.62±16.46	0.07 (.933)	17.52±4.81	0.20 (.823)	15.13±4.36	0.75 (.472)	17.08±4.69	0.06 (.944)	17.90±4.83	0.46 (.632)	3.59±4.01	4.91 (a, b < c)	14.59±11.10	2.87 (.060)
	Solitary residence ^b	39	68.44±15.79		17.05±4.86		15.95±4.05		17.13±4.68		18.31±4.41		3.15±3.04		13.31±7.93	
	Relative ^c	33	67.00±17.72		17.00±5.33		16.00±4.53		16.79±4.73		17.21±5.43		5.94±5.34		18.85±10.67	

논 의

본 연구는 G시에 거주하고 있는 고려인을 대상으로 스트레스 대처방식, 불안, 우울정도를 파악하고 우울에 미치는 영향을 확인하고자 하였다. 본 연구결과를 토대로 국내 거주 고려인의 정신건강을 파악 및 이해하여 한국사회의 구성원으로서 안정된 생활을 할 수 있도록 정신건강 개입에 적절한 방안을 모색하는 기초자료로 활용하고자 하였다.

본 연구결과 일반적 특성은 국내 거주 고려인은 경제활동을 할 수 있는 젊은 연령의 비중이 높으며, 거주기간은 2년 이내로 가족단위로 불안정한 체류가 되어지고 있음을 반영한다. 이는 고려인을 대상으로 한 선행연구와 유사한 결과이다[1,6,8]. 고려인의 스트레스 대처방식은 소망추구적 사고가 높고 사회적 지지 추구가 낮는데, 이는 고려인들이 소련연방해체 이후 여러 차례의 강제이주로 타국을 전전하면서[1,6] 국가나 사회로부터 보호와 지지를 받지 못하고 스트레스 상황에서 도움을 요청하기 보다는 부정적 감정을 완화하는 소망추구적 사고를 더 사용하는 것으로 유추된다. 본 연구와 다르게 Lee [15]는 북한이탈주민들의 스트레스 대처방식은 문제중심적 대처와 사회적 지지 추구가 높게 나왔는데, 이는 한국어 사용에 제약이 없고 사회적 자원 이용에 대한 인식이 높기 때문이라고 하였다. 고려인들의 사회로부터의 도움을 기대하는 소극적인 태도를 고려하여 요청에 따른 사회적 서비스보다 필요한 부분을 먼저 지원하는 배려적 서비스가 필요하겠다.

본 연구의 고려인은 중등도 이상 불안이 11.3%였으며, 직계 가족과 생활하는 경우 불안이 가장 낮았고, 친척과 동거하는 경우 가장 높았다. 선행연구결과 북한이탈주민은 42.9%가 BAI 검사 불안군이며[20] 이주노동자는 21.4%가 SCL-90-R검사 임상군으로[12] 불안을 호소하였는데 고려인들은 국내 거주 다른 이주민들에 비해 불안이 높다고는 할 수 없다. 본 연구에서 친척과 사는 경우 불안이 더 높게 나타났는데, 이는 타민족으로부터 자신들을 보호하기 위해 혈연 공동체 중심으로 친척도 확대된 가족으로서 강한 결속력을 유지하고 살아왔으나[7] 고려인의 가족 중심의 문화는 국내 거주에서도 자국민이나 다른 이주민들과의 교류가 거의 없는 것으로 나타나고 있다[1]. 고려인들이 배우자나 자녀와 생활하는 경우 유대감과 정서적 지지로 어려움을 더 잘 극복하는 것으로 나타났지만[11] 친척과 생활하는 경우는 직계가족보다는 정서적인 안정감을 주지 못하며 스트레스 상황에서는 고려인들의 가족중심의 폐쇄적인 특성이 자기 개방과 외부로의 도움 요청에 장애가 되는 것으로 시사된다. Hovey와 Magana [17]의 연구에서도 이주민들

Table 4. Correlations between Residence Period Stress Coping, Anxiety, Depression

(N=159)

Variables	Residence period	Stress coping					Anxiety
		Total	Active problem solving	Social support seeking	Emotional relieving	Wishful thinking	
	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)
Depression	.15 (.047)	.08 (.307)	-.01 (.885)	.16 (.048)	.03 (.737)	.12 (.123)	.66 (< .001)

Table 5. Influencing Factors on Depression

(N=159)

Variables	Model1			Model2			Model3		
	B	β	p	B	β	p	B	β	p
Residence period	0.08	.15	.046	0.11	.21	.010	0.07	.13	.034
Active problem solving				-0.68	-.32	.015	-0.47	-.22	.031
Social support seeking				0.70	.29	.011	0.22	.09	.313
Emotional relieving				-0.22	-.10	.447	-0.02	-.01	.938
Wishful thinking				0.59	.27	.030	0.36	.17	.090
Anxiety							1.54	.62	< .001
Adj. R ² (Δ Adj. R ²)		.02			.08 (.06)			.44 (.36)	
F (p)		3.72 (.046)			3.82 (.003)			21.96 (< .001)	

은 가족과의 관계가 원만하지 않으면 불안이 높아지는 것으로 나타났다. 국내 거주 고려인들의 친척과의 관계가 불안에 미치는 선행연구가 없는 실정으로 추후 연구가 더 필요할 것으로 보인다. 이주민 개개인에 대한 개입뿐 아니라 가족단위의 관심과 개입이 되어 질 수 있도록 고려인 전담 가족상담기관 마련을 제안한다.

본 연구의 고려인은 24점 이상인 우울이 20.1%였으며, 거주 기간, 문제중심적 대처, 불안이 44.3%의 설명력을 가졌다. 즉, 문제중심적 대처를 많이 할수록, 거주기간이 길수록 우울은 높았으며 불안이 높을수록 우울은 높게 나타났다. 유의미한 결과는 아니지만 친척과 사는 고려인은 더 우울한 것으로 나타났다. 결혼이민자는 47.1%가 CES-D 검사 우울군이며[16], 북한이탈주민의 경우 39.3%가 BDI검사 우울집단으로[20], 고려인들의 우울이 높은 편은 아니다. 이러한 결과는 가족 및 친척 중심의 공동체 생활과 관련이 있는 것으로 보인다. 실제로 가족이 하나의 지지체계가 되었을 때 우울이 덜한 것으로 나타나고 있다[16]. 고려인은 90%가 한국 국적 취득과 영구적 정착을 희망하고 있지만[1] 안정적인 거주가 보장되지 않는 국내의 삶은 우울을 높이는 것으로 생각된다. 국적 취득이 보장된 북한이탈주민의 경우 한국에서의 거주기간이 길수록 한국사회의 적응과 동화로 우울이 낮아진다는 Lee 등[28]의 연구결과와 상반된다. 이민자들이 잘 적응하기 위해서는 거주기간, 원만한 가족

관계, 사회적 지지 체계가 있는 경우에 잘 적응하고 우울도 낮다고 하였다[16,29]. 따라서 고려인들이 한국에서 안정적으로 거주할 수 있도록 해외동포로서의 인정과 국적취득과 같은 정책과 제도의 개선이 필요하겠다. 본 연구에서는 문제중심적 대처를 할수록 우울이 낮게 나타났는데, 이는 Hyeon [21]의 성인 대상 스트레스 대처방식과 우울 연구에서 문제중심적 대처를 많이 할수록 우울은 낮고 소망추구적 사고를 할수록 우울은 높다는 결과와 유사하다. 스트레스 상황에서 문제를 적극적으로 해결하지 않고 회피하거나 부정하는 경우는 스트레스가 악화되어 우울이 증가하게 된다[22]. 적극적인 방법으로 스트레스를 대처하기 위해서는 이주민들은 의사소통의 장애가 없는 것이 가장 중요하게 나타났는데[12], 현재 한국 거주 고려인들은 대부분은 고려인 마을에 집거지 형태로 거주하고 있어 한국의 언어와 문화를 접할 수 있는 기회가 적고, 95% 이상이 러시아어를 사용하고 있어 국내인과의 의사소통이 어려워 도움 요청에도 한계가 있다[5,8]. 또한 국내 거주 고려인들은 대부분 3D 업종이나 단순노무직의 열악한 노동현장에 종사하고 있어[5], 한국어를 공부할 시간과 환경적 여건이 어려운 것으로 나타났다[1,5]. 이러한 상황을 고려하여 근로환경 개선과 다양한 복지 지원의 확대를 제안한다. 본 연구에서 고려인의 우울에 거주기간, 스트레스 대처방식, 불안이 영향을 미쳤으나 그 중 가장 영향을 미치는 요인은 불안이었다. 불안이 높을수록 우울도 높게

나타났는데 선행연구를 살펴보면 북한이탈주민은 문화적응과 거주기간이[16,28], 결혼이민자는 가족관계와 결혼기간이 우울에 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구와 부분 유사하다[16-18]. 이는 국내의 다양한 형태와 목적으로 거주하고 있는 이주민들의 차이로 볼 수 있으며 국내 거주 고려인들은 거주기간이나 스트레스 대처방식보다 불안이 우울에 직접적인 영향을 미치는 것으로 사료된다. 고려인들은 다른 이주민들에 비해 불안과 우울이 다소 낮은 편이었으나 불안과 우울은 대체로 정적 상관 관계가 있는 정신건강 변인으로서 불안에 대한 조기 개입은 이차적으로 올 수 있는 우울도 감소시키는 일이 될 것이다.

본 연구를 통해 국내 거주 고려인의 가장 기본적인 정신건강 상태를 파악했으며 고려인의 정신건강 특성과 우울에 미치는 요인들을 살펴봄으로써 우울에 영향을 미치는 스트레스 대처방식, 거주기간, 불안에 대한 적극적 개입의 필요성을 확인하였다. 결론적으로 우울은 정신건강에 중요한 지표로서 삶의 질에 많은 영향을 미치며 심각한 경우 자살에 이르게 할 수 있다[30]. 고려인들의 정신건강을 위해 우울에 대한 예방과 관리가 가장 기본적이면서도 중요한 문제로서 고려인 집단 거주 지역을 중심으로 통합정신건강관리 프로그램 운영과 문제중심적 스트레스대처 프로그램을 개발 보급하고 지역사회 정신건강간호사들의 가정방문사업을 통해 예방교육과 고위험군 모니터링이 필요함을 제안한다.

이러한 연구결과를 토대로 다음과 같은 제언을 하고자 한다. 첫째, 본 연구는 G시 거주 진료소 방문 고려인에 국한되어 자료수집이 되었으므로 연구결과를 일반화하는데 어려움이 있으므로 지역과 대상자를 확대한 추후 연구를 제언한다. 둘째, 본 연구에서는 정신건강 변수가 제한적이므로 추후에는 정신건강에 영향을 미치는 다양한 개인 내적인 변인과 외적인 변인과 관련된 양적연구와 질적연구결과를 토대로 프로그램 개발과 운영을 제언한다. 셋째, 친척과 동거하는 고려인의 정신건강에 대한 선행연구가 부족한 상황이므로 추후 더 많은 연구를 제언한다.

결론

본 연구는 국내 거주 고려인의 정신건강을 파악하여 정신건강 개입에 적절한 방안을 모색하여 고려인들의 안정적인 국내 정착과 정신건강증진을 위한 기초자료로 활용하고자 수행하게 되었다.

본 연구결과 한국에 거주하고 있는 고려인은 스트레스가 발생했을 때 적극적인 대처보다는 소극적인 대처가 강하고 사회

적인 지지에 대한 기대가 낮았다. 그리고 불안과 우울은 다른 이민자보다 높다고 할 수는 없지만, 동거인이 친인척인 경우에는 다소 높았다. 고려인의 우울은 거주기간, 문제중심적 대처 그리고 불안에 영향을 받았다. 고려인의 우울을 낮추기 위해서는 한국에서의 안정적인 체류와 불안과 스트레스를 직면하고 해결할 수 있는 대처기술이 필요하다.

CONFLICTS OF INTEREST

The authors declared no conflicts of interest.

ORCID

Lee, Hyun-Bok	https://orcid.org/0000-0003-3182-2931
Cho, Myeong-Suk	https://orcid.org/0000-0001-5425-7280
An, Hyo-Ja	https://orcid.org/0000-0002-1890-4062
Ko, Jeong-A	https://orcid.org/0000-0002-2661-8322

REFERENCES

- Kim JG. Characteristics and background of the return diaspora of Koreans in Gwangsan-gu of Gwangju metropolitan city. *Studies of Koreans Abroad*. 2014;32:139-163.
- Kim SH, Chung HI. Adaptation to motherhood in central Asian-Korean immigrants to Korea: a grounded theory. *Journal of Korean Academy of Nursing*. 2019;49(6):677-689. <https://doi.org/10.4040/jkan.2019.49.6.677>
- Ministry of Justice · Immigration and Foreigner Policy Headquarters. Monthly immigration and foreign policy statistic [Internet]. 2019 [cited 2019 April 19]. 3:1-37. Available from: <http://www.moj.go.kr/bbs/immigration/227/490892/artclView.do>
- Hong SY. Exploring the narrative of Koryeins return and migration. *The Journal of Multicultural Society*. 2017;10(2):119-143.
- Nam HK, Lee MJ. Qualitative research of cultural adjustment of the Koryein young adults in Korea. *The Journal of Humanities and Social Science*. 2016;7(3):109-125. <https://doi.org/10.22143/HSS21.7.3.7>
- Ko KS, Kim HT. Factors influencing the psycho-social adaptation of Koryein who reside in Korea. *The Korea Academy of Church Social Work*. 2011;15:45-84.
- Chung JA. A study on the life culture of Koryein and Sakhalin Koreans living in Korea and their cultural conflicts with South Koreans. *The Journal of the Humanities for Unification*. 2014; 58:35-65. <https://doi.org/10.21185/jhu.2014.06.58.35>
- Sun BK, Parpiyer S. A study on the identity of korean returnees from CIS in South Korea. *The Journal of Humanities and Social Science*. 2018;9(5):169-181. <https://doi.org/10.22143/HSS21.9.5.13>

9. Kim DJ. A study on the actual conditions and settlement of Koryein at Gwangsan-Ku in Gwangju [master's thesis]. [Gwangju]: Gwangju National University of Education; 2018. 71 p.
10. Kim KH. Migration and settlement of Koryein in central Asian countries to Korea with particular reference to Koryeinmaeul in Gwangju metropolitan. *Journal of International Area Studies*. 2014;17(4):259-281.
11. Lee NJ, Gwon J. The adaptation of Koryein couples in republic of Korea-grounded theory approach-. *Korean Journal of Counseling*. 2017;18(3):311-331.
<https://doi.org/10.15703/kjc.18.3.201706.311>
12. Yang OK, Park HK, Sohn GH. A study on the effects of mental health among migrant workers in Korea. *Mental Health and Social Work*. 2010;35:141-175.
13. Bhugra D. Migration and mental health. *Acta Psychiatrica Scandinavica*. 2004;109(4):243-258.
<https://doi.org/10.1046/j.0001-690X.2003.00246.x>
14. Kim YL. An empirical study on the sociocultural adaptation of immigrated women laborers in Korea. *The Journal of Asian Women*. 2007;46(1):43-95.
15. Lee SM. The effect of variables on the North Korean refugees' quality of life. *Journal of Diaspora Studies*. 2015;9(1):155-187.
16. Kim YS. Factors affecting depression among female marriage immigrants. *Journal of Digital Convergence*. 2014;12(11):575-583.
<https://doi.org/10.14400/JDC.2014.12.11.575>
17. Hovey JD, Magana C. Acculturative stress, anxiety, and depression among Mexican farmworkers in the Midwest United States. *Journal of Immigrant Health*. 2000;2:119-131.
<https://doi.org/10.1023/A:1009556802759>
18. Mejía OL, McCarthy CJ. Acculturative stress, depression, and anxiety in migrant farmwork college students of Mexican heritage. *International Journal of Stress Management*. 2010;17(1):1-20.
<https://doi.org/10.1037/a0018119>
19. Lazarus RS, Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York: Springer Publishing Company; 1984. 456 p.
20. Ahn SI, Jon DI, Hong HJ, Jung MH, Kim H, Hong NR. Mental health of North Korean refugees? depression, anxiety and mental health service need. *Journal of Korean Association of Social Psychiatry*. 2012;17(2):83-88.
21. Hyeon JH. The effect of secondary traumatic stress and stress coping style on depression among child protective service workers and moderating effect of stress coping style. *Mental Health and Social Work*. 2017;45(1):229-254.
<https://doi.org/10.24301/MHSW.2017.03.45.1.229>
22. Gang GT, Lee MG. Relations of stress coping style to depression and anxiety. *Korean Journal of Psychology*. 2005;1:402-403.
23. Park JY. A study on the relationship among character type A & B ego-identity and stress coping [master's thesis]. [Seoul]: Sookmyung Women's University; 1995. 77 p.
24. Spitzer RL, Kroenke K, Williams JB, Lowe B. A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. *Archives of Internal Medicine*. 2006;166(10):1092-1097.
<https://doi.org/10.1001/archinte.166.10.1092>
25. Seo JG, Park SP. Validation of the generalized anxiety disorder-7(GAD-7) and GAD-2 in patients with migraine. *The Journal of Headache and Pain*. 2015;16:97.
<https://doi.org/10.1186/s10194-015-0583-8>
26. Radloff LS. The CES-D scale: a self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement*. 1977;1(3):385-401.
<https://doi.org/10.1177%2F014662167700100306>
27. Chon KK, Lee MK. Preliminary development of Korean version of CES-D. *Korean Journal of Clinical Psychology*. 1992;11(1):65-76.
28. Lee MJ, Jun JY, Chang H. Perceived discrimination, acculturation, acculturative stress, and depression among North Korean refugees: a mediated moderation model. *Korean Journal of Woman Psychology*. 2016;21(3):459-481.
<https://doi.org/10.18205/kpa.2016.21.3.006>
29. Aroian K, Uddin N, Bilbas H. Longitudinal study of stress, social support, and depression in married Arab immigrant women. *Health Care for Women International*. 2017;38(2):100-117.
<https://doi.org/10.1080/07399332.2016.1253698>
30. Lee SJ, Kim S, Kim GU, Park JY, Keum R. Relationships among suicide traumatic experiences, attitudes toward suicide, depression, self-efficacy, and social support in general adults. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 2020;29(1):1-13.
<https://doi.org/10.12934/jkpmhn.2020.29.1.1>