

북한이탈주민의 문화적응 스트레스와 대처기전

김종경¹ · 양영희²

단국대학교 간호학과 조교수¹, 교수²

A Study on Acculturation Stress and Stress-coping among North Korean Defectors

Kim, Jong Kyung¹ · Yang, Young Hee²

¹Assistant Professor, ²Professor, Department of Nursing, Dankook University

Purpose: This study investigated the degree of acculturation stress among North Korean Defectors and the coping method that they used to deal with it. **Methods:** Ninety-nine participants of this study were North Korean Defectors in Seoul and Daejeon. The tools of survey for this study were acculturation stress and stress-coping. **Results:** The score for acculturation stress among North Korean Defectors was 2.97 ± 0.47 which was a moderate level of stress. The score of problem-solving coping was 3.10 ± 0.47 and emotional coping got 2.85 ± 0.52 . On acculturation stress, there were higher scores among people who were old-aged, married, low educational levels, dissatisfied with job, low monthly income, and living alone. On problem-solving coping, there were higher score among people who have jobs. Regarding emotional coping, there were higher score in people who have jobs, dissatisfaction with job, and living alone. The higher the problem-solving coping skill, the less the acculturation stress. **Conclusion:** Reducing of acculturation stress and increasing adaptation mechanism of North Korean Defectors are very important due to the results of this study. Therefore, adaptation programs like psycho-social counseling should be created for North Korean Defectors.

Key Words: Acculturation, Psychological stress, Coping skill

서론

1. 연구의 필요성

북한이탈주민은 탈북한 후, 남한의 사회에 들어와서 문화적 적응을 경험하게 된다. 문화적응은 문화가 다른 두 사회 집단이 비교적 장시간에 걸쳐 접촉 관계에 들어갈 때 그 결과로 어느 한쪽 또는 양쪽 성원들의 문화에 변화가 일어나는 것이다(Berry, Kim, Minde, & Mok, 1988). 남한으로 입국하는 북한이탈주민의 수가 계속 증가하여 2010년 2만 명에 육박하고 있다. Ministry of Unification (2010)에 의하

면 2000년 이전에는 일 년에 수십에서 수 백 명 단위이던 입국자가 2002년도에는 한해에만 1,139명으로 급증하여서, 2010년 2월까지 총 입국자수는 18,339명이다.

문화적응 과정에서 이주자들은 익숙한 환경을 떠나는 상실을 경험하며, 갑작스럽고 과도한 변화와 자신의 지지체계를 잃은 상실감은 개인의 적응능력에 과중한 부담을 주어 스트레스로 나타날 수 있다(Yun, 2001). 북한이탈주민 관련 선행연구에 의하면(Jeon, 1997; Jung, 2004; Kim, 2005; Lee, 1997; Lee, 2003), 북한이탈주민들은 남한에 적응하는 과정에서 '주변인'으로서 겪는 어려움, 자신들에 대한 남한의 인식혼란과 상호모순적 대응방식, 스스로가 겪

주요어: 북한이탈주민, 문화적응, 스트레스, 대처기전

Address reprint requests to: Kim, Jong Kyung, Department of Nursing, Dankook University, San 29 Ahnseo-dong, Dongnam-gu, Cheonan 330-714, Korea. Tel: 82-41-550-3893, Fax: 82-41-559-7902, E-mail: jongkimk@dankook.ac.kr

투고일 2010년 11월 24일 / 수정일 2011년 1월 7일 / 게재확정일 2011년 1월 10일

는 정체성의 혼란과 문화충격을 겪으면서 이로 인한 많은 스트레스를 경험하는 것으로 보고되고 있다. 그들이 경험하는 스트레스의 원인으로는 경제적인 어려움, 심리적 혼란, 외로움, 정서적 차이, 학업에 대한 스트레스, 열등감, 경쟁관계, 대인관계 어려움, 가족에 대한 불안, 자책감, 악몽 등이 있었다. Lee (2003)의 연구에서 남한에서 경험하는 스트레스 수준이 높을수록 북한이탈주민의 심리적 안녕은 낮은 것으로 나타났으며, Han, Hur, Kim과 Chae (2001)의 연구에서는 북한이탈주민들의 이주 초기 단계에 정신건강이 약화된다고 보고하였으며, Seo (2006)의 연구에서는 문화적응 스트레스가 높을수록 북한이탈주민 청소년의 음주량과 폭음빈도, 문제성 음주가 많아지는 것으로 나타났다. 또한 Park (2006)의 연구결과, 북한이탈주민의 주관적인 건강인지도가 나쁜 대상자는 생활 스트레스를 많이 받고, 자아존중감이 낮으며, 우울한 것으로 나타났고, 생활 스트레스 점수가 높을수록 우울정도가 높고, 자아존중감이 낮을수록 우울정도가 높아진 것으로 나타났다. 그러므로 북한이탈주민을 위한 사회적 지지가 절실히 요구된다고 하였다.

문화적응 스트레스는 문화적응 개념 안에서 난민들이나 이주자들에게서 나타나는 정신건강상의 문제를 설명하기 위해 제안된 개념으로(Berry et al., 1988), 이주자들의 성, 결혼, 교육, 나이 등의 인구학적 특성 이외에 스트레스 대처 능력에 영향을 받는다고 하였다(Kamela, 1996). 상호작용 관점에서의 스트레스에 대한 관심은 스트레스 자체보다 스트레스를 어떻게 관리하고 해결하느냐 하는데 있다. 즉 스트레스에 대한 대처방식이 인간의 적응에 핵심적인 역할을 한다고 보는 것이다. Lazarus와 Folkman (1984)은 스트레스 대처기전이 사회적 혹은 정서적 적응을 예측하는데 중요한 중재변인이라고 제시하였고 대처기전을 문제중심적 대처방법과 정서중심적 대처방법으로 분류하였다. 문제중심적 대처방법은 스트레스 상황에 대해 건설적인 노력으로, 스트레스를 유발하는 개인의 행동이나 환경을 변화시키려 하며, 변화시킬 수 있는 과정을 다루며, 대안적인 해결책을 구하고, 손실과 이익의 관점에서 대안을 계산해 보고, 그들 중 하나를 선택하는 등의 일반적인 문제해결 전략이 포함된다. 정서중심적 대처방법은 스트레스 사건이 주는 감정을 조절하려고 노력하는 것으로 정서적 고통을 감소시키고자 하는 인지적 과정이다. 이 정서적 대처방법은 위험한 상황을 수정하기 위해 아무 것도 못 할 때 이용되며, 희망과 낙관을 유지하기 위해 스스로 속이거나 부정하는 것

이 포함된다. Shin, Yi, Han, Hur와 Chae (2004)의 북한이탈주민의 적응과 스트레스 대처양식 연구에서 일시적인 요인에 의한 스트레스 상황에서는 적극적이고 접근적인 행동적 대처방식을 선호한 것으로 나타났다. Lee (2003)의 북한이탈주민 대상 연구에서 문제해결 대처를 많이 하는 경우 심리적 안녕감이 높은 것으로 나타났다.

우리사회에서 북한이탈주민이 앞으로도 계속 증가추세에 있을 것임을 고려해 볼 때 이들이 겪을 문화적응 스트레스 정도를 파악하고 중재할 간호전략을 모색하는 것이 필요하다고 생각한다. 현재 북한이탈주민을 대상으로 한 선행연구에서 남한사회에 대한 적응의 어려움이나 심리적 고통의 결과 등을 보고한 것은 많았으나 이들의 대처 양상과 비슷한 개념을 연구한 것은 북한이탈주민의 스트레스와 문제해결능력의 연구(Lee, 2003)와 북한이탈주민의 적응과 스트레스 대처 양식의 연구(Shin et al., 2004) 2편으로, 실제적으로 북한이탈주민의 문화적응 스트레스와 대처양식을 구체적으로 실행한 연구는 없었다. 이에 본 연구는 간호의 대상이 될 수 있는 개인, 가족, 지역사회 대상자인 북한이탈주민들이 남한사회에 들어와서 겪는 문화적응 스트레스의 정도와 스트레스 대처양상을 파악하여, 이들의 효과적인 남한사회 적응 프로그램 모색을 위한 기초자료를 제공하고, 이 북한이탈주민들에 대한 간호사들의 이해를 돕고 효과적이고 현실적인 간호중재를 모색하는데 궁극적인 목적이 있다.

2. 연구목적

본 연구의 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 대상자의 문화적응 스트레스의 정도를 파악한다.
- 대상자의 스트레스 대처기전 즉 문제중심적 대처와 정서중심적 대처를 파악한다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 문화적응 스트레스 정도와 대처기전을 파악한다.
- 대상자의 문화적응 스트레스와 대처기전의 상관관계를 파악한다.

3. 용어정의

1) 북한이탈주민

북한에 주소, 직계가족, 배우자, 직장 등을 두고 있는 자로 북한을 벗어난 후 현재 남한으로 이주하여 생활하는 자

로 정의된다(Ministry of Unification, 2009).

2) 문화적응 스트레스

문화적응 스트레스란 개인이나 집단이 새로운 문화에 적응하는 과정에서 경험하는 현상으로 기후, 영양, 지역, 심리 문화상의 갑작스럽고 과다한 변화로 인해 발생하는 스트레스이다(Berry et al, 1988). 본 연구에서 문화적응 스트레스는 Lee (1996)의 문화이입과정 스트레스 척도를 수정, 보완한 Lee (1997)의 도구를 사용하여 측정된 점수를 의미한다.

연구방법

1. 연구설계

본 연구는 남한에 거주하는 북한이탈주민들의 문화적응 스트레스의 정도와 그 스트레스 대처양상을 파악하고, 두 변수 간의 상관관계를 분석하고자 하는 서술상관조사연구이다.

2. 연구대상

본 연구는 서울과 대전지역에 거주하는 북한이탈주민 중 청소년기를 넘긴 20세 이상의 성인을 대상으로 하였다. 조사대상자의 특성과 대상자를 모으기 어려운 점을 감안하여 임의표집을 시도하였다. G*Power (Erdfelder, Faul, & Buchner, 1996)로 상관관계 분석을 위한 대상자 수를 계산한 결과 유의수준 .05, 효과크기 중간수준인 0.3, 검정력 0.8을 유지하기 위한 표본수를 계산한 결과 82명이었다. 탈락률을 고려하여 설문지는 130부를 배부하였으며, 이중 111부를 회수하였고, 응답이 부실한 12부를 제외하여 최종 분석자료 99부로 분석하였다.

3. 연구도구

1) 문화적응 스트레스

문화적응 스트레스는 Lee (1996)의 문화이입과정 스트레스 척도를 수정·보완한 Lee (1997)의 도구를 사용하였다. 본 도구는 총 33문항으로 지각된 차별감 6문항, 향수병 4문항, 지각된 적대감 5문항, 문화충격 3문항, 두려움 4문항, 죄책감 2문항, 기타 9문항으로 구성되었다. 본 도구는 5점 척도이며 점수가 높을수록 문화적응 스트레스가 높음을

의미한다. Lee (1997)의 연구에서 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .93$ 이었고, 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .89$ 로 나타났다.

2) 스트레스 대처기전

스트레스 대처기전은 Lazarus와 Folkman (1984)의 The Way of Coping Questionnaire (WCQ)을 바탕으로 Yang (1998)이 수정한 30문항의 5점 척도를 이용하여 측정하였다. 본 도구는 문제중심대처와 정서중심대처로 구분하였다. 문제중심 대처는 문제를 관리하거나 변화시키는 방향의 대처로서 적극적 대처(3문항), 정보추구(2문항), 인지재구조(8문항)로 구성되었으며, 정서중심 대처는 문제에 대한 정서적 반응을 조절하는 방향의 대처로서 위협감소(6문항), 소망성취의 환상(3문항), 자기비난(3문항), 정서적 표현(4문항)으로 구성되었다. 개발당시 Yang (1998)이 보고한 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .86$ 이었고 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .81$ 로 나타났다.

4. 자료수집

자료수집은 대상자를 쉽게 만나지 못하는 특성이 있어서, 북한이탈주민들이 많이 다니는 교회에 방문하여 교회 목사에게 연구목적을 설명하고 협조를 구하여 허락을 받았다. 연구자들이 대상자들이 많이 모이는 일요일에 다시 방문하여 연구목적을 설명하고, 대상자들의 연구참여에 대한 구두와 서면 동의를 얻은 후에 구조화된 설문지를 이용하여 자료를 수집하였으며, 다 작성된 설문지는 설문지 수거함에 본인들이 직접 넣도록 하였다. 자료수집기간은 2008년 8월1일부터 9월 15일까지이었다.

5. 연구분석

본 연구는 SPSS/WIN 16.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성과 문화적응 스트레스 및 대처기전은 빈도, 백분율, 평균, 표준편차를 구하였으며, 남한 거주기간을 제외한 일반적 특성별 스트레스 정도와 대처기전은 t-test, ANOVA로 차이검정을 하였고, ANOVA의 사후분석은 Tukey 방법을 이용하였다. 남한거주기간은 정규분포하지 않아 Kruskal-Wallis test를 이용하여 분석하였다. 문화적응 스트레스와 대처양상의 관계는 Pearson's correlation coefficient를 구하였다.

연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

연구대상자의 일반적 특성을 분석한 결과는 Table 1과 같았다.

대상자의 나이는 30세 미만이 46명(46.5%)으로 가장 많았고, 다음이 30~39세(26명, 26.2%), 40~49세(21명, 21.2%), 50세 이상이 6명(6.1%)의 순이었으며 평균 나이는 32.34 ± 9.83세이었다.

여성이 65명(65.7%)으로 과반수 이상이었고, 결혼하지 않은 대상자가 71명(71.7%)으로 대부분이었다. 교육정도는 고졸이 70명(71.4%)으로 대부분이었다. 직업이 있는 경우가 76명(78.4%)이었고 직업 만족도는 ‘매우 만족’이 28명(37.8%), ‘비교적 만족’이 30명(40.5%)으로서 만족하는 경우가 78.3%이었다. 월수입은 49만원 이하와 100~149만원이 각 21명(25.9%)으로 가장 많았다. 월 수입액은 최저 10만원에서 최고 400만원으로 폭이 넓었으며 평균 월 수입액은 857,000 ± 78,300원이었다. 경제적으로 ‘매우 어렵다’ 혹은 ‘어렵다’라고 응답한 대상자는 87명(90.6%)으로 거의 대부분을 차지하였다. 동거가족이 있는 경우가 50명(52.1%)이었다. 동거가족이 부모인 경우 한쪽 부모 포함하여 26명(27.1%)으로 가장 많았고, 배우자인 경우가 16명(16.7%)으로 다음으로 많았다. 평균 남한 거주기간은 42.03 ± 24.68개월이었고 67.5%의 대상자가 36개월 이상 남한에 거주하고 있었다.

2. 대상자의 문화적응 스트레스와 대처기전의 정도

대상자의 문화적응 스트레스와 대처기전의 정도를 분석한 결과는 Table 2와 같다. 문화적응 스트레스는 5점 척도에서 평균 2.97 ± 0.47점이었다. 대처기전 중 문제해결 대처는 평균 3.10 ± 0.47점이었고, 정서적 대처는 평균 2.85 ± 0.52점으로 문제해결 대처기전의 정도가 더 높았다.

3. 일반적 특성에 따른 문화적응 스트레스

대상자의 일반적 특성에 따른 문화적응 스트레스 정도를 분석한 결과 나이, 결혼상태, 교육수준, 직업 만족도, 월수입, 동거가족 유무에 따라 차이가 있는 것으로 나타났다 (Table 3). 대상자의 나이가 50세 이상에서 문화적응 스트

Table 1. General Characteristics of Subjects (N=99)

Variables	Categories	n (%)
Age (year)	< 30	46 (46.5)
	30~39	26 (26.2)
	40~49	21 (21.2)
	≥ 50	6 (6.1)
Gender	Male	34 (34.3)
	Female	65 (65.7)
Marital status	Unmarried	71 (71.7)
	Married	28 (28.3)
Educational level	Middle school	8 (8.2)
	High school	70 (71.4)
	≥ College	20 (20.4)
Job status	Yes	76 (78.4)
	No	21 (21.6)
Job satisfaction (n=74)	Very unsatisfied	3 (4.1)
	Unsatisfied	13 (17.6)
	Relatively satisfied	30 (40.5)
	Very satisfied	28 (37.8)
Monthly income (10,000 won)	No income	8 (9.9)
	≤ 49	21 (25.9)
	50~99	19 (23.5)
	100~149	21 (25.9)
	≥ 150	12 (14.8)
Difficulty in economic status	No difficult	9 (9.4)
	Difficult	61 (63.5)
	Very difficult	26 (27.1)
Living with family	Yes	50 (52.1)
	No	46 (47.9)
Staying period (month) (n=40, no response=59)	≤ 11	6 (15.0)
	12~35	7 (17.5)
	36~59	13 (32.5)
	≥ 60	14 (35.0)

Table 2. Scores of Acculturative Stress and Coping (N=99)

Variables	Min	Max	M ± SD
Acculturative stress	1.79	3.94	2.97 ± 0.47
Problem solving coping	1.47	4.27	3.10 ± 0.47
Emotional coping	1.27	3.93	2.85 ± 0.52

레스가 30세 미만과 40~49세 사이보다 유의하게 더 높았다 (F=7.605, p<.001). 결혼상태에서는 기혼인 대상자가 미혼대상자보다 문화적응 스트레스가 유의하게 높았고(t=-2.210, p=.029), 교육수준에서는 중졸 이하 학력자가 고졸

이나 대학졸 이상 학력자보다 문화적응 스트레스가 유의하게 높았다($F=3.241, p=.044$). 직업은 매우 불만족하다고 응답한 대상자가 만족하다고 응답한 대상자보다 문화적응 스트레스가 유의하게 높았고($F=9.229, p<.001$), 월수입은 50~99만원에 속하는 대상자가 가장 문화적응 스트레스가 높았고, 수입이 없는 대상자의 문화적응 스트레스가 가장 낮았다($F=2.510, p=.049$). 동거가족이 있는 대상자의 문화적응 스트레스가 동거가족이 없는 대상자보다 문화적응 스트레스가 유의하게 낮았다($t=-5.049, p<.001$).

4. 일반적 특성에 따른 대처기전

대상자의 일반적 특성에 따른 대처기전을 분석한 결과는 Table 4와 같다. 문제해결 대처는 대상자의 특성 중 직업 유·무 만이 유의한 차이를 보였고, 정서적 대처는 직업 유·무와 직업만족도, 동거가족 유·무에 따라 유의한 차이를 보였다.

직업이 있는 대상자가 직업이 없는 대상자보다 문제해결 대처나 정서적 대처를 유의하게 많이 이용하였다(각 $t=$

Table 3. Scores of Acculturative Stress by General Characteristics of Subjects

Characteristics	Categories	n	M±SD	t or F	p	Tukey
Age (year)	< 30	46	2.78±0.48 ^a	7.605	< .001	a < b
	30~39	26	3.10±0.29 ^{ab}			
	40~49	21	3.05±0.48 ^a			
	≥ 50	6	3.53±0.35 ^b			
Gender	Male	34	3.01±0.39	0.642	.522	
	Female	65	2.94±0.51			
Marital status	Unmarried	71	2.90±0.44	-2.210	.029	
	Married	28	3.13±0.52			
Educational level	Middle school	8	3.34±0.26 ^b	3.241	.044	a < b
	High school	70	2.94±0.45 ^a			
	≥ College	20	2.88±0.55 ^a			
Job status	Yes	76	2.92±0.44	-1.555	.131	
	No	21	3.12±0.55			
Job satisfaction	Very unsatisfied	3	3.49±0.46 ^c	9.229	< .001	a < b < c
	Unsatisfied	13	3.25±0.29 ^{bc}			
	Relatively satisfied	30	2.96±0.28 ^{ab}			
	Very satisfied	28	2.67±0.51 ^a			
Monthly income (10,000 won)	No income	8	2.62±0.51 ^a	2.510	.049	a < b
	≤ 49	21	2.95±0.37 ^{ab}			
	50~99	19	3.17±0.56 ^b			
	100~149	21	3.08±0.50 ^{ab}			
	≥ 150	12	2.81±0.45 ^{ab}			
Difficulty in economic status	No difficult	9	2.64±0.46	2.452	.092	
	Difficult	61	3.00±0.44			
	Very difficult	26	3.01±0.54			
Living with family	Yes	50	2.76±0.46	-5.049	< .001	
	No	46	3.20±0.38			
Staying period (year) (n=40)	≤ 11	6	2.78±0.26	1.450 [†]	.694	
	12~35	7	2.57±0.53			
	36~59	13	2.79±0.36			
	≥ 60	14	2.71±0.42			

a, ab, c=The same letters indicate non-significant difference between groups based on Tukey's multiple comparison test.

† Chisquare score in Kruskal-Wallis test.

Table 4. Scores of Coping by General Characteristics of Subjects

Characteristics	Categories	n	Problem-solving coping			Emotional coping		
			M±SD	t or F	p	M±SD	t or F	p
Age (year)	< 30	46	3.21±0.45	2.146	.100	2.89±0.51	1.249	.296
	30~39	26	3.08±0.39			2.91±0.52		
	40~49	21	2.93±0.55			2.65±0.57		
	≥ 50	6	2.93±0.49			2.90±0.31		
Gender	Male	34	3.07±0.43	-0.445	.657	2.83±0.49	-0.236	.814
	Female	65	3.12±0.49			2.86±0.53		
Marital status	Unmarried	71	3.13±0.44	1.070	.287	2.91±0.46	1.972	.051
	Married	28	3.02±0.54			2.69±0.63		
Educational level	Middle school	8	2.82±0.29	2.510	.087	2.97±0.53	0.290	.749
	High school	70	3.09±0.48			2.85±0.53		
	≥ College	20	3.24±0.44			2.80±0.51		
Job status	Yes	76	3.16±0.44	2.190	.031	2.93±0.45	2.573	.016
	No	21	2.91±0.54			2.55±0.65		
Job satisfaction	Very unsatisfied	3	2.89±0.33	0.525	.667	3.02±0.25 ^{ab}	4.404	.007
	Unsatisfied	13	3.24±0.42			3.29±0.52 ^b		
	Relatively satisfied	30	3.16±0.48			2.93±0.44 ^{ab}		
	Very satisfied	28	3.18±0.42			2.78±0.36 ^a		
Monthly income (10,000 won)	No income	8	3.13±0.41	0.554	.696	2.71±0.36	1.518	.205
	≤ 49	21	3.02±0.61			2.77±0.59		
	50~99	19	3.23±0.58			2.97±0.64		
	100~149	21	3.06±0.36			3.01±0.39		
	≥ 150	12	3.18±0.35			2.61±0.62		
Difficulty in economic status	No difficult	9	3.07±0.27	1.394	.253	2.67±0.69	0.888	.415
	Difficult	61	3.06±0.43			2.83±0.46		
	Very difficult	26	3.24±0.60			2.94±0.60		
Living with family	Yes	50	3.15±0.52	0.911	.365	2.71±0.54	-2.680	.009
	No	46	3.06±0.42			2.99±0.46		
Staying period (year) (n=40)	≤ 11	6	2.83±0.24	7.613 [†]	.055	2.67±0.36	1.375 [†]	.712
	12~35	7	3.23±0.33			2.61±0.22		
	36~59	13	3.07±0.72			2.65±0.70		
	≥ 60	14	3.34±0.39			2.72±0.49		

a, ab, c ; The same letters indicate non-significant difference between groups based on Tukey's multiple comparison test.

[†] Chisquare scores in Kruskal-Wallis test.

2.190, $p=.031$, $t=2.573$, $p=.016$). 직업 만족 정도에 대하여는 '만족하지 않는다'고 응답한 대상자가 '매우 만족한다'고 응답한 대상자에 비하여 정서적 대처를 유의하게 많이 이용하였다($F=4.404$, $p=.007$). 또한 동거가족이 없는 대상자가 동거가족이 있는 대상자보다 정서적 대처를 많이 이용하였다($t=-2.680$, $p=.009$).

5와 같다. 문화적응 스트레스가 높을수록 정서적 대처의 사용 정도가 유의하게 높았고($r=.337$, $p=.001$), 문제해결 대처의 정도가 높을수록 정서적 대처의 사용 정도도 유의하게 높았다($r=.498$, $p<.001$).

논 의

5. 문화적응 스트레스와 대처기전의 상관관계

대상자의 문화적응 스트레스와 대처기전의 관계는 Table

본 연구대상자들을 주요 특성으로 보면, 남한거주가 3년 이상이고, 평균 30대이고, 여성이며, 미혼의 고졸 학력이고 직업이 있으며, 수입은 80만원대이며, 직업에 비교적 만족

Table 5. Correlation Coefficients of Acculturative Stress and Coping

Variables	Acculturative stress	Problem-solving coping
	r (p)	r (p)
Problem-solving coping	-.144 (.156)	
Emotional coping	.337 (.001)	.498 (<.001)

하나 경제적인 어려움을 경험하고 있는 것으로 나타났다. 대상자의 반 정도는 동거가족이 있었는데 동거가족은 주로 부모, 배우자, 형제 등 혈연관계에 있는 가족들이었다.

본 연구에서 대상자들의 문화적응 스트레스는 5점 척도에서 평균 2.97점으로 보통 수준으로 나타났다. 북한이탈주민을 대상으로 하고 같은 문화적응 스트레스 도구를 이용한 선행연구에서 3.21점(Lee, 1997), 3.09점(Seo, 2006), 2.89점(Lee, 2008)으로 본 연구의 결과가 보다 조금 높거나 낮게 나타났다. 그러나 중국인 유학생을 대상으로 한 Seo (2009)의 연구에서는 문화적응 스트레스가 2.2점으로 매우 낮게 나타나 북한이탈주민의 스트레스가 유학생보다 높은 것으로 해석되었다.

본 연구결과 문화적응 스트레스에 영향을 주었던 일반적 특성으로는 나이, 결혼상태, 교육수준, 직업 유·무, 월수입, 동거가족 유·무이었다. 나이와 결혼 상태는 서로 상관성이 높은 변수이므로 연관지어 해석하면 나이가 많거나 기혼인 대상자가 나이가 젊거나 미혼인 대상자보다 문화적응 스트레스가 유의하게 높았다. 결혼상태와 문화적응 연구결과를 보면, Choi (2005)의 연구에서는 북한에서 결혼 경험이 있는 사람이 스트레스가 높고 우울정도가 높은 것으로 보고했으며, Cho, Woo, Yu와 Um (2005)의 연구에서는 북한에서 기혼이었던 대상자가 미혼이었던 대상자보다 남한에 나온 지 3년 후에 우울이 유의하게 높아졌다고 보고하여 기혼이었던 북한이탈주민들이 적응에 더 어려움을 겪고 있는 것으로 보였다. 기혼인 대상자의 문화적응 스트레스가 높은 것은 가족의 부양 책임에 대한 스트레스와 경제적인 측면의 어려움이 있을 것으로 생각된다. 그러므로 북한이탈 주민 중 문화적응 스트레스가 높은 성인이나 노인을 위해 남한의 문화와 생활에 대한 안내와 지원이 지속적으로 그리고 체계적으로 이루어져야 할 것으로 본다.

본 연구에서 나이가 50세 이상인 경우 문화적응 스트레스가 유의하게 높은 것으로 나타났다. 북한이탈주민을 대상으로 한 선행연구에서 Lee (1997)는 30세 이하가 그 이상의 연령자 보다 문화적응 스트레스를 더 적게 받는다고 하

였고, Chae (2003)는 20대와 30대가 그 이상의 연령층에 비해 남한의 문화를 무조건 수용하는 것으로 보고하였으며, Park (2009)은 북한이탈주민 대학생의 문화적응 스트레스가 평균 2.82점으로 본 연구보다 스트레스가 적게 나타났다고 보고하여 일관성 있게 나이와 문화적응 스트레스가 역비례하고 있음을 보였으며 본 연구결과를 지지해주는 결과들이었다.

대상자들의 직업 상태를 보면 학생이 과반수 이상이었고, 주부나 무직을 제외하면 전체 대상자의 1/4 정도만이 전일제로 직장을 다니고 있는 것으로 나타났다. 또한 이들의 직업도 예술인, 노동 등으로 월수입이 안정적이지 못한 경우가 대다수이고 안정적인 직업을 가지고 있는 경우는 매우 적었다. 이러한 직업의 불안정성은 월수입이 평균 86만원 정도로 매우 적은 것과 관련이 된다고 생각된다. 북한이탈주민이 남한에 적응하기 위해서는 안정된 직업이 요구된다. 이 직업유무에 따라 남한사회에 소속감과 정체감을 갖는 것이 달라지며, 직업이 물질적 적응 뿐 아니라 심리적 적응에도 도움이 된다(Kim, 2005). 따라서 남한사회 적응과 스트레스 감소의 방안으로 사회적 지지 프로그램, 가족 적응 프로그램과 직업 교육 등이 실질적인 방안의 모색이 필요할 것이다.

본 연구에서 수입이 아주 없거나 50만원 미만인 대상자들이 수입이 50만원 이상 150만원 미만인 대상자들에 비하여 문화적응 스트레스가 더 적은 것으로 나타났는데 이는 대상자들의 대부분이 학생이고, 적은 수입에 큰 부담을 느끼지 못하여 이러한 결과가 나온 것으로 사료되며, 북한이탈주민 가장의 사회적인 지지와 경제적 적응 프로그램(Lee, 2003)이 필요할 것으로 생각된다.

본 연구대상자들의 78% 정도가 직업에 만족하다고 응답하였으나 90% 정도는 경제적으로 어렵다고 응답하였다. 그러나 문화적응 스트레스는 경제적 어려움보다는 직업의 불만족과 관계가 있는 것으로 나타났다. Furnham와 Bochner (1989)의 연구에 의하면 교육이나 직업도 새로운 사회에 대응하는 자원을 제공하는 기초로 스트레스에 적절

하게 대처하는 능력에 영향을 주는 중요한 요인으로 나타났다. 그러므로 본인의 직업에 만족하면 생활이 즐겁고, 이에 따라 스트레스도 상대적으로 적어질 수 있다고 생각한다.

본 연구에서 동거가족이 없는 대상자는 동거가족이 있는 대상자보다 문화적응 스트레스가 유의하게 높게 나타났다. Lee (1997)의 연구에서 남한에 함께 거주하는 가족의 수가 많을수록 문화적응 스트레스가 낮다고 한 결과와 일치되는 결과를 보였다.

북한이탈주민이 아닌 다른 대상자와 문화적응 스트레스 관련 연구에서, Yun (2001)의 한국체류 중국동포 문화적응 스트레스 연구에서는 교육수준이 낮을수록, 기혼집단에서는 교육수준이 낮을수록, 크게 경험한 것으로 나타났으며, Jang (2005)의 재한 중국유학생 스트레스 연구결과 체류기간이 길수록, 가정경제상황이 좋을수록 스트레스가 적은 것으로 나타나, 본 연구가 적은 것으로 나 결과와 일치한 결과를 보여 다른 문화적응 스트레스 연구들과 맥락을 같이 함을 볼 수 있었다.

본 연구에서 북한이탈주민의 스트레스 대처 기전 중 문제 해결 대처는 평균 3.10점이었고, 정서적 대처는 평균 2.85점으로 대상자들이 문제해결 대처를 정서적 대처보다 더 많이 이용하는 것으로 나타났다. 이는 북한이탈주민의 스트레스 대처를 건설적으로 노력하고 있는 것으로 볼 수 있다. 문제중심 대처는 문제를 규정하고 대안적 해결책을 찾아 특정 대안을 선택하여 행동하는 것을 지향하는 것이다. 그러므로 북한이탈주민의 스트레스 감소를 위한 대안결정에 도움을 줄 수 있도록 간호사와 전문상담사들이 지역사회 결연을 맺어서 전문적 상담이나 문제해결 프로그램 등이 도움이 될 것으로 생각한다. Seo (2009)의 중국인 유학생의 스트레스 대처연구결과 문제중심적 대처가 3.17점으로 정서중심적 대처 2.95점보다 높았으며 문제중심적 대처 방식을 사용하면 할수록 스트레스가 낮아졌다고 보고하여 본 연구결과와 유사한 결과를 보였다. Li (2009)의 중국인 유학생 대상의 연구와 Seong (2009)의 이주여성 대상의 연구에서도 문제중심적 대처를 정서중심적 대처보다 더 많이 사용하였다고 보고하여 문화적응 스트레스 상황에서 문제 해결 방식의 대처 사용이 보편적임을 알 수 있다.

본 연구에서 대상자들의 대처 전략은 직업, 직업 만족도, 동거가족 유무에 따라 영향을 받는 것으로 나타났다. 직업이 있는 대상자들은 직업이 없는 대상자들에 비하여 문제중심적 대처이든 정서적 대처이든 대처 전략을 더 많이 사용하고 있었다. 이는 직장생활하는 대상자들이 자신의 생

활에서 발생하는 스트레스를 해결하는데 더 적극적임을 보여 주는 것이라고 생각된다. 여러 선행연구에서 적절한 대처는 적응을 도와주는 것으로 보고하고 있다. Park, Park과 Jeong (2009)의 북한이탈주민 대학생 적응연구에서 문제중심-사회적 지지추구 대처 전략을 사용하는 것이 대학생 적응수준을 높이는 것으로 나타났다고 하였고, Kim (2008)의 북한이탈주민 외상 연구에서 외상 회복을 위해 자발적이고 적극적인 대처를 이용할 수 있다고 하였다.

요약하면, 본 연구에서 북한이탈주민의 문화적응 스트레스의 정도는 보통정도로 나타났으며 대처기전은 적극적인 방향의 문제해결 대처기전을 많이 이용하는 것으로 나타났다. 북한이탈주민의 남한사회 적응 관련연구들을 보면 북한이탈주민의 적응정책도 중요하며, 추가로 북한이탈주민의 스트레스 대처와 관련된 여러 방안들이 있어야 한다고 생각된다. 북한이탈주민의 남한사회 적응과 스트레스 감소 전략으로 일대일 상담, 정신보건상담, 스트레스 관리 프로그램, 운동 프로그램의 개발과 웃음치료의 적용 등이 필요하며, 또한 직업훈련 등을 통한 경제적인 적응 또한 중요한 요소라고 생각된다.

결론 및 제언

본 연구는 남한에 거주하는 북한이탈주민들의 문화적응 스트레스의 정도와 대처전략을 파악하고, 두 변수간의 상관관계를 분석하고자 시도하였다.

서울과 대전 지역에 거주하는 북한이탈주민을 대상으로 설문지를 이용하여 자료수집을 하였으며 최종 분석 대상자 수는 99명이었다. 문화적응 스트레스 도구는 Lee (1997)의 도구를 사용하였고 대처기전 도구로는 Yang (1998)의 도구를 이용하였다.

본 연구결과, 문화적응 스트레스는 5점 척도에서 평균 2.97 ± 0.47 점으로 보통 수준이었고, 문제해결 대처 사용은 평균 3.10 ± 0.47 점이었으며 정서적 대처 사용은 평균 2.85 ± 0.52 점으로 문제해결 대처방법의 정도가 더 높았다. 문화적응 스트레스 정도는 나이가 많고, 기혼이며, 낮은 교육수준, 직업에 불만족한 대상자, 그리고 월수입이 적고, 동거가족이 없는 경우에 유의하게 높았다. 문제해결 대처는 직업이 있는 대상자가 더 많이 사용하였고, 정서적 대처는 직업이 있는 대상자, 직업에 불만인 대상자, 동거가족이 없는 대상자가 더 많이 사용하고 있었다. 문제해결대처를 많이 사용할수록 문화적응 스트레스는 낮았다.

본 연구의 의의는 최근 증가하는 북한이탈주민의 스트레스와 스트레스 적응기전을 파악하여 지역사회, 개인, 가족을 대상으로 간호를 실시하는 간호사들의 이해를 돕고, 이들을 돕는데 간호단체와 병원간호사 및 지역사회 간호직들의 적극적인 참여를 유도하기 위한 정보를 주는데 그 의의가 있다고 본다. 최근 북한이탈주민의 증가로 이들의 건강증진과 질병예방, 운동 프로그램 및 스트레스 감소를 위한 간호중재 개발 모색을 제안한다.

본 연구결과를 바탕으로 다음과 같이 제언을 한다.

첫째, 북한이탈주민 대상의 남한 적응 스트레스의 원인과 증상과 관련된 질적 연구를 제안한다.

둘째, 북한이탈주민 남한사회 적응을 위한 일대일 상담이나 사회적 지지 프로그램을 제안한다.

셋째, 북한이탈주민 대상 스트레스 감소를 위한 웃음치료 및 운동 프로그램 개발 등을 제안한다.

REFERENCES

- Berry, J. W., Kim, U., Minde, T., & Mok, D. (1988). Comparative studies of acculturative stress. *International Migration Review*, 21(3), 491-509.
- Chae, J. M. (2003). *The mechanism and patterns of the North Korean Defectors' psychological acculturation in the Republic of Korea*. Unpublished master's thesis, Korea University, Seoul.
- Cho, Y. A., Woo, T. J., Yu, J. J., & Um, J. S. (2005). Predictors of depression among North Korean Defectors: A 3-year follow-up study. *The Korean Journal of Counselling and Psychotherapy*, 17(2), 467-484.
- Choi, S. J. (2005). *Study of religious activities and depression scale in North Korean defectors*. Unpublished master's thesis, Yonsei University, Seoul.
- Erdfelder, E., Faul, F., & Buchner, A. (1996). GPower: A general power analysis program. *Behavior Research Methods, Instruments & Computers*, 28(1), 1-11.
- Furnham, A., & Bochner, S. (1989). *Culture shock, psychological reaction to unfamiliar environment*. London: Cambridge, Great Britain University.
- Han, S. Y., Hur, T. Y., Kim, D. J., & Chae, J. M. (2001). Stress coping strategies: The effects of situational factors on coping. *The Korean Journal of Health Psychology*, 6(2), 123-143.
- Jang, Y. (2005). *Study on the Korean mastery level and acculturative stress of the Chinese students studying in Korea*. Unpublished master's thesis, Mokpo University, Mokpo.
- Jeon, U. T. (1997). A study on social adaptation and self-identity of North Korean defector. *Journal of Unification Studies*, 1(2), 109-167.
- Jung, B. H. (2004). Illusion and maladaptation of the North Korean refugees: The influence of the confusions in perception by the South Korean society. *Journal of Cultural Studies*, 10(1), 33-62.
- Kamela, L. (1996). Acculturation and stress. *Journal of Cross Cultural Psychology*, 27(2), 161-180.
- Kim, M. J. (2008). *A study on factors affecting the quality of North Korean female defectors' subjective life*. Unpublished master's thesis, Pyongtack University, Pyongtack.
- Kim, Y. K. (2005). *A survey on the health status of saetomins in Gwangju and Jeonnam province*. Unpublished master's thesis, Chonnam National University, Gwangju.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Lee, D. R. (2008). *A study on the influences of acculturative stress on social adjustment of North Korean defectors*. Unpublished master's thesis, National Defence University, Seoul.
- Lee, S. J. (1996). *Relationships among stress of culture import process, foreign student's belief system and social support*. Unpublished master's thesis, Yeonsei University, Seoul.
- Lee, S. R. (1997). *A study on acculturative stress among defector from North Korea*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Lee, U. Y. (2003). A study of actual condition and problem of domestic defector from North Korea. *Human Rights and Justice*, 317, 24-30.
- Li, N. (2009). *The effect of subjective well-being on acculturation type and the way of stress coping among Chinese students in Korea*. Unpublished master's thesis, Konyang University, Nonsan.
- Ministry of Unification (2009, Dec 1). Law on protection and policy support for North Korean Defectors, article 2, Paragraph 1. http://www.unikorea.go.kr/CmsWeb/viewPage.req?idx=PG0000000362&boardDataId=BD0000214504&CP0000000002_BO0000000073_Action=boardView&CP0000000002_BO0000000073_ViewName=board/BoardView&curNum=2
- Ministry of Unification (2010, June). Ministry of Unification Report, Information center on North Korea. <http://www.unikorea.go.kr/CmsWeb/viewPage.req?idx=PG0000000365>.
- Park, E. M. (2009). *A qualitative study on adaptation of south society of Saetermin University students*. Unpublished master's thesis, Chung-Ang University, Seoul.
- Park, E. M., Park, J. S., & Jeong, T. Y. (2009). The effect of acculturative stress and intervention variables for adap-

- tation of Saetermin University Students. *Stress Research*, 17(3), 285-293.
- Park, S. S. (2006). *A Study on the life stress, self-esteem and depression status of Saeteomins in Gwangju City and Jeonnam province*. Unpublished master thesis, Chonnam National University, Gwangju.
- Seo, B. R. (2006). *Saetomin adolescent's acculturative stress and drinking behavior: moderating effect of social support and alcohol expectancy*. Unpublished master's thesis, Chung-Ang University, Seoul.
- Seo, J. Y. (2009). *The relationship between the way of stress coping and cultural accommodation stress the Chinese student*. Unpublished master's thesis, Woosuk University, Junju.
- Seong, E. S. (2009). *A study on intermarried immigrant women's acculturation -focused on the moderating effect of coping strategies-*. Unpublished master's thesis, Seoul Women's University, Seoul.
- Shin, H. W., Yi, J. H., Han, S. Y., Hur, T. K., & Chae, J. M. (2004). Cultural and psychological adjustment and stress coping strategies: North Korean refugees in South Korean cultures. *Korean Journal of Psychological and Social Issues*, 10(1), 147-163.
- Yang, Y. H. (1998). The comparison of the coping patterns of cancer patients and their caregivers accordings to the phases of illness. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 28(4), 970-979.
- Yun, Y. J. (2001). *A study on the cultural stress of the Korean-Chinese in their adaptation to the Korean Life*. Unpublished master's thesis, Chung-Ang University, Seoul.