



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

석사학위논문

문화적응 스트레스가 재한 외국인  
유학생의 대학생활 적응에 미치는  
영향 : 자기효능감의 조절효과

제주대학교 교육대학원

상담심리전공

주 학

2022년 8월

문화적응 스트레스가 재한 외국인  
유학생의 대학생활 적응에 미치는  
영향: 자기효능감의 조절효과

지도교수 김 성 봉

주 학

이 논문을 교육학 석사학위 논문으로 제출함

2022년 6월

주학의 교육학 석사학위 논문을 인준함

심사위원장 최 보 영 

위 원 박 정 환 

위 원 김 성 봉 

제주대학교 교육대학원

2022년 8월

<국문초록>

# 문화적응 스트레스가 재한 외국인 학생의 대학생활 적응에 미치는 영향: 자기효능감의 조절효과

주 학

제주대학교 교육대학원 상담심리전공

지도교수 김성봉

본 연구는 문화적응 스트레스가 재한 외국인 유학생들의 대학생활 적응에 미치는 영향을 확인하고, 많이 증가하고 있는 외국인 유학생들의 대학생활 적응을 도와줄 수 있는 기초의 자료로 제공하기 위하여 시도해 봤다. 본 연구는 한국에 있는 대학교에 재학 중인 외국인 유학생 중국, 일본, 몽골 등 나라 학생 대상으로 설문하였다.

외국인 유학생 빠르게 늘어나는 이유는 교육 여건이 좋은 한국 대학을 일부러 찾는 외국인 학생이 늘었기 때문이기도 하지만, 대학들이 재정난을 해소하기 위해 외국인 학생을 적극 유치하려는 정책을 펴기 때문이다(최태진, 박유미, 2019). 지금 한국의 문화산업은 ‘新 한류시대’라 불릴 정도로 전 세계에 파급력을 끼치고 있으며 특히 중국에서의 한류 영향은 문화콘텐츠 서비스산업 전반으로 확산되어 한국 문화의 인기는 식을 줄을 모르고 있다(장은정, 2017). 2000년대 이후

국내 대학에 재학하는 외국인 유학생의 수가 양적으로 증가하며 외국인 유학생을 대상으로 다양한 연구가 진행되었다(김별아, 2021). 그러나 한국 정부가 기대하는 것과는 달리 현재 외국인 유학생들이 생각하는 한국에 대한 이미지는 그렇게 긍정적이지 않다. 그 이유는 경제적 문제와 더불어 보이지 않는 차별과 무시가 한국에 대한 이미지를 부정적으로 보이게 하고 있다(박세원, 2012).

그러므로 유학생 수의 증가에 따라 한국은 이들의 유치와 편의 사항 개선을 위해 여러 방면으로 노력하고 있는데 이러한 노력에도 불구하고 한국에 온 대다수의 유학생들은 여러 가지 많은 어려움을 느낀다(황성원, 2018). 외국인 유학생의 경우 문화적응과 더불어 대학생활 적응까지 함께 헤쳐 나가야 할 어려운 상황을 맞이하게 된다(박세원, 2012).

본 연구에서는 제한 외국인 유학생이 문화적응 스트레스가 대학생활에 미치는 영향에서 자기효능감의 조절 효과를 검증하고자 하였다. 이를 통하여 외국인 유학생들이 대학생활 적응을 향상시켜 문화적응 스트레스를 낮추는데 필요한 자료를 제공하는데 의의가 있다. 또한 자기효능감을 통하여 대학생활 적응에 효과적으로 대처함으로써 외국인 유학생들의 건강한 정신 마인드와 긍정적인 생각에 영향을 미쳐 대학생활의 만족도를 증진시킬 수 있도록 하는데 그 목적이 있다. 이러한 연구목적을 달성하기 위하여 연구 문제를 다음과 같이 설정하였다.

#### 연구 문제 1

문화적응 스트레스는 외국인 유학생의 대학생활 적응에 미치는 영향을 미치는가?

#### 연구 문제 2

자기효능감은 외국인 유학생의 대학생활 적응에 미치는 영향을 미치는가?

#### 연구 문제 3

외국인 유학생들이 문화적응 스트레스와 대학생활 적응의 관계에서 자기효능감은 조절 효과가 있는가?

본 연구의 모집단은 전국적으로 소재하는 대학교 총 415명을 임의 표집하였다. 자료를 수집하는 과정은 2022년 01월 03일부터 01월 30일까지 약 5주간 이루어졌으며, 415명 중 403명의 자료가 회수되어 97.1%의 회수율을 보였지만 일부 무응답 및 불성실 응답 등을 제외한 390명의 자료가 최종 분석에 사용함으로써 자료 유효율은 96.2%를 보였다.

측정 도구는 문화적응 스트레스, 대학생활 적응, 자기효능감 척도 및 인구통계학적 특성 조사 문항으로 구성되는 설문지를 사용하였다. 본 연구에서 수집한 자료는 통계분석 프로그램인 SPSS for Windows 28.0을 사용하여 분석하였다. 외국인 학생이 지각하는 문화적응 스트레스, 대학생활 적응, 자기효능감 척도의 신뢰도 검증을 위해서 신뢰도 분석을 실시하였다. 또한 변인의 특성을 알아보기 위해서 빈도 분석 및 백분율을 산출하였고, 각 변인 간의 관련성 및 방향성을 확인하기 위하여 각 변수 간 상관분석을 실시하였다. 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향에서 자기효능감이 어떠한 조절 역할을 하는지 검증하기 위하여 조절 회귀분석을 실시하였다. 이러한 분석결과를 바탕으로 본연구의 결과를 요약해서 다음과 같다.

문화적응 스트레스, 대학생활 적응 및 자기효능감의 상대적 영향력을 파악하기 위해 pearson 상관분석을 실시하여 두 변수간의 상관관계를 알아보았다. 자기효능감과 대학생활 적응의 상관분석 결과를 살펴보면, 가장 높은 정(+)적 상관( $r=0.671, p<.01$ )이 나타났다. 자기효능감이 수준이 높은 경우에는 대학생활 적응 수준도 높아진다는 것을 알 수 있다. 문화적응 스트레스와 대학생활 적응의 상관분석 결과를 살펴보면, 가장 높은 부(-)적 상관( $r=-0.726, p<.01$ )이 나타났다. 문화적응 스트레스가 수준이 높은 경우 대학생활 적응 수준이 낮아진다는 것을 알 수 있다. 문화적응 스트레스와 자기효능감의 상관분석 결과를 살펴보면, 가장 낮은 부(-)적 상관( $r=-0.453, p<.01$ )이 나타났다.

둘째: 문화적응 스트레스가 외국인 유학생의 대학생활 적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 회귀분석을 진행하였고, 문화적응 스트레스( $t=-20.353, p<.001$ )는 대학생활 적응에 유의한 음(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다.

셋째: 자기효능감이 외국인 유학생의 대학생활 적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 회귀분석을 진행하였고, 자기효능감( $t=17.736, p<.001$ )는 대학생활 적응에

유의한 양(+)<sup>2</sup>의 영향을 미치는 것으로 나타났다.

넷째, 문화적응 스트레스와 대학생활 적응의 관계에서 자기효능감의 조절 효과를 검증하기 위해 조절 회귀분석을 실시한 결과는 문화적응 스트레스와 대학생활 적응 관계에서 자기효능감은 조절 효과가 있는 것으로 나타났다.

연구 결과를 종합해 보면 문화적응 스트레스와 대학생활 적응 관계에서 자기효능감은 중요한 변인으로 작용하고 있고, 이 두 변인들의 사이에서 자기효능감이 조절변인으로 작용하고 있음을 확인할 수 있었다. 그 결과는 대학생활 적응을 높이기 위하여 문화적응 스트레스를 감소시키기 위해서 자기효능감 증진을 위한 심층적이고 다각적인 후속 연구들이 이루어져야 함을 시사한다.

**주요용어** : 외국인 유학생, 문화적응 스트레스, 대학생활 적응, 자기효능감.

# 목 차

<b>I. 서론</b> .....	<b>1</b>
1. 연구의 필요성 및 목적 .....	1
2. 연구문제 및 가설 .....	8
3. 연구 모형 .....	9
4. 용어의 정의 .....	10
가. 문화적응 .....	10
나. 문화적응 스트레스 .....	10
다. 대학생활 적응 .....	10
라. 자기효능감 .....	11
<b>II. 이론적 배경</b> .....	<b>12</b>
1. 외국인 유학생 개념 및 현황 .....	12
가. 외국인 유학생의 개념 .....	12
나. 외국인 유학생 입학 행정절차 .....	12
다. 연도별 국내 외국인 유학생 현황 .....	14
라. 주요 국가별 외국인 유학생 현황 .....	15
2. 문화적응 및 문화적응 스트레스 .....	17
가. 문화적응의 개념 .....	17
나. 문화적응 스트레스의 개념 .....	18
다. 한국어 능력 .....	20
3. 대학생활 적응 .....	21
4. 자기효능감 .....	24
6. 변인들 간의 관계 .....	26
가. 문화적응 스트레스와 대학생활 적응의 관계 .....	26
나. 문화적응 스트레스와 자기효능감의 관계 .....	27
다. 자기효능감과 대학생활 적응의 관계 .....	28

라. 문화적응 스트레스, 대학생활 적응, 자기효능감의 관계 .....	30
<b>Ⅲ. 연구 방법 .....</b>	<b>31</b>
1. 연구 대상 .....	31
2. 측정 도구 .....	35
가. 문화적응 스트레스 .....	35
나. 대학생활 적응 .....	36
다. 자기효능감 .....	37
3. 자료 분석 .....	39
<b>Ⅳ. 연구 결과 및 해석 .....</b>	<b>40</b>
1. 주요변인의 기술통계 .....	40
2. 주요변인들 간의 상관관계 .....	41
3. 문화적응 스트레스가 외국인 유학생의 대학생활 적응에 미치는 영향 .....	42
4. 자기효능감이 외국인 유학생의 대학생활 적응에 미치는 영향 .....	44
5. 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는데 있어 자기효능감의 조절효과 .....	46
<b>Ⅴ. 논의 및 제언 .....</b>	<b>50</b>
<b>참고문헌 .....</b>	<b>53</b>
<b>Abstract .....</b>	<b>67</b>
<b>부록(설문지) .....</b>	<b>71</b>

## 표 목 차

표Ⅲ- 1 연구대상의 인구통계학적 특성 .....	32
표Ⅲ- 2 문화적응 스트레스 문항 및 신뢰도 계수 .....	36
표Ⅲ- 3 대학생활 적응 문항 및 신뢰도 계수 .....	37
표Ⅲ- 4 자기효능감 문항 및 신뢰도 계수 .....	38
표Ⅳ- 5 주요 변인의 기술통계 .....	40
표Ⅳ- 6 문화적응 스트레스, 대학생활 적응, 자기효능감의 상관관계 .....	41
표Ⅳ- 7 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향 .....	42
표Ⅳ- 8 자기효능감이 대학생활 적응에 미치는 영향 .....	44
표Ⅳ- 9 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 데 있어 자기효능감이 조 절효과 .....	48

## 그림 목 차

그림 I - 1 연구모형 .....	9
그림 II - 2 연도별 국내 외국인 유학생 현황 .....	15
그림 II - 3 주요 국가별 외국인 유학생 현황 .....	16
그림 II - 4 효능기대와 결과기대의 차이 .....	25
그림 IV - 5 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향 .....	43
그림 IV - 6 자기효능감이 대학생활 적응에 미치는 영향 .....	45
그림 IV - 7 자기효능감의 조절효과 .....	48

# I. 서론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

1990년대 이후 국제화와 세계화에 관심이 급증하면서 한국 대학들은 대학의 경쟁력 확보를 위한 다양한 전략과 방안을 연구하고 도입하는 중이다. 대학 간의 국제 교류 및 국제화 교육의 활성화와 관련된 다양한 정책 중에서 외국인 유학생 유치에 많은 노력을 기울이고 있었다(장아남, 2009). 현대 사회는 세계화 시대이며 세계 각국 간 경제, 문화 등에 서로 영향을 주고받는다. 이에 국제화 시대가 도래함에 따라 각국의 상호 교류가 증가하면서 학생들의 교류도 활발해졌다(마정징, 2021). 국내에서는 2004년 교육과학기술부가 ‘Study Korea Project’를 실시하며 정부 주도하에 적극적인 외국인 유학생 유치·관리 시스템을 마련해 오고 있으며, 또한 한류의 많은 영향으로 국내 대학 내 외국인 유학생 수는 지속적인 증가 추세를 보이고 있다(박소연, 2018).

김봉환(2010)은 해외 유학생의 유치가 국가와 학문 그리고 대학의 발전에 중요한 사안이기 때문에 앞으로도 해외 유학생 유치 및 확대를 위한 관심과 노력은 계속될 것이라고 보았다. 국제 환경 면으로 볼 때 고등 교육 서비스 산업 확대 및 인재 유치 차원에서 신흥 국가 출신의 유학생 유치에 총력과 관심을 두고 있었다. 전 세계적인 유학생 수는 1957년 80만 명에서 2000년 210만 명에 2018년 560만 명으로 급격히 증가했다(KAIE). 한국 국내 고등교육에서 외국인 유학생의 중요도가 증가함에 따라, 유학생이 한국 대학에 적응하여 성공적으로 학업을 마칠 수 있도록 돕는 다양한 지원체계에 대한 요구가 증가하고 있다(김별아, 2021). 이에 교육인적 자원부는 외국인 유학생 유치 확대를 통해 해외 인적자원 개발을 활성화하여 교육의 국제화를 달성하는 것을 목표로 지난 2001년 ‘외국인 유학생 유치확대 종합방안’을 발표했다(황나리, 2011). 이와 같이 2020년까지 GKS(Global Korea Scholarship)를 연 2,000억 원으로 확대하고 한국 유학 종합시스템 활성화 방안 및 기타 행정적인 정책도 발표하였다(LIQIANQIAN, 2014). 정부 초청 장학생을 활용한 유학생 유치 지원하기 위해서 신남방, 신북방 등 전략지역 중심의

정부 초청 장학생을 확대를 위하여 GKS 선발 계획은 2022년 1,550명을 선발했다. 2017년도는 692명, 2019년도는 873명, 2021년은 1,351명을 선발했다(GKS). Park (2008)에 따르면 유학생들은 한국인 학생들보다 더 많은 지원이 필요하며, 필요한 수준과 실제 지원의 양 사이의 차이는 유학생들의 만족이나 질병과 많은 상관성이 있다고 밝히기도 했다(이내영, 한지연, 2011).

해외 유학생의 유치는 국가적으로도 유학생을 통한 교육산업의 발전, 우수적 자원의 확보, 자국에 우호적인 세계 인사 양성, 교육의 국제화를 위해 매우 중요한 사업으로 대두되고 있었다(한영옥, 2007). 최근에 이루어진 한 연구에서는 한국의 외국인 유학생 유치 실적이 전 세계 고등교육 단계에 있는 학생의 0.4%에 불과할 정도로 저조했다(한영옥, 2007). 고등교육기관 국가별 유학생 현황을 살펴보면, 2019년 4월 1일 기준 한국에 재적 중인 외국인 유학생은 160,165명으로 나타났다(재외동포 포함). 국가별로 살펴보면, 중국인 유학생이 71,067명으로 가장 많으며, 이는 전체 유학생의 44.4%에 해당한다. 그 다음으로 많은 유학생은 베트남 유학생으로 전체 유학생의 23.4%(37,426명)를 차지하고 있다. 이처럼 아시아(중국, 일본, 몽골, 베트남, 기타) 국가 출신 유학생은 모두 145,747명으로 전체 유학생의 91.0%를 차지하고 있어, 사실상 한국에서 유학하고 있는 학생의 대부분은 아시아 국가 출신 학생이라고 볼 수 있다(교육통계서비스, 2019). 적극적인 유치를 통해 외국인 유학생 수 지속 증가 2019년에는 160,165명까지 증가했다(한국국제 교육자 협회, 2022). 세계화 시대에 국내 대학에서 유학 중인 외국인 학생은 올해 코로나로 인해 4%의 감소세가 나타났지만 2020년 8월까지 153,695명에 이르는 등 꾸준히 증가하는 추세이었다(김재윤, 마나. 박은영. 산티아고. 이소영. 김현경. 백준상, 2021). 따라서 외국인 유학생들이 많이 유입되어야 한국은 경제적 측면에서만뿐만 아니라 여러 측면에서 긍정적인 효과를 거둘 수 있게 된다(조수현, 2010).

하지만 무분별한 양적 증대와 유치는 유학생의 입학과 관리, 학교생활 적응 등에서 문제 발생을 초래하기도 하면서, 언어의 장벽과 새로운 문화와의 충돌 등으로 대학생활의 부적응 문제가 나타나기도 한다(신혜정, 2015). 국내 외국인 학생들이 대학 생활 중 겪는 커다란 문화적응 스트레스, 압박과 고충도 자신의 학업 성취와 의사소통 문제이고, 외국인 유학생의 한국 내 대학생활 적응과 밀

접한 연관과 관련이 있다(조순정, 장정순, 2020).

한국에 외국인 유학생 급증에 따라 다양한 형태의 문제가 제기되고 있다. 대표적인 예가 대학생활 부적응이다. 유학생들이 재학 중에 개인적인 사유 또는 대학 내에 부적응 등의 이유로 학업을 포기하거나 학교를 옮겨 다니는 사례가 이를 입증하고 있다(오선진, 2014). 외국인 유학생의 수는 증가하였지만, 이들이 대학생활에 적응하지 못하며 학업을 포기하거나 불법 체류자로 전락하는 등 부적응 사례도 증가하는 추세이다(김세경, 2018). 외국인 유학생의 대학생활 적응은 개인이 대학이라는 새로운 환경에서 적절하게 대처하며 적응해나갈 수 있는지와 관련된 다차원적 현상이며, 학업적, 사회적, 정서적인 다차원적 적응이 요구되는 총체적인 개념으로 볼 수 있다(Baker R. W., & Siryk, B., 1988).

외국인 학생 입장에서는 한국에서의 유학 생활이 결코 쉬운 과정이 아니다. 육체적인 어려움뿐만 아니라 정신적, 심리적 문제는 생활 적응에 더욱 힘든 요인이 된다. 유학생들은 본국을 떠나 낯선 환경에서 의사소통의 어려움을 겪으며 유학 국가의 생활양식에 따라 적응해야 한다. 외국인 학생으로서 다른 나라에서 유학을 하는 자체는 학업 과정만이 아니라 그 나라의 국민처럼 생활해야 의미를 포함한다. 유학생은 공부가 목적이라는 생각으로 유학 생활을 시작하지만, 그 나라의 문화, 음식, 예절, 의사소통, 옷차림 등을 다 맞춰서 생활해야 한다. 이러한 이유로 유학 생활에 적응을 잘하는 학생들이 있는가 하면 적응이 안 되어서 어려움을 호소하는 학생들도 적지 않다.

유학생들은 정신적, 육체적 스트레스뿐만 아니라 언어 문제, 학업 문제, 학비 및 기타 재정 문제, 사회적응 문제, 고국에 대한 향수, 일상생활에서의 일과를 수행하는 데 따르는 어려움을 겪게 된다(린나, 2012). 2013년도 국내 외국인 학생 통계에 따르면 대학생활 적응은 개인적 차원의 문제에 그치지 않고 다양한 사회 문제까지 야기할 가능성이 커진다(백지숙, 2013). 따라서 국내 외국인 학생이 대학생활에 잘 적응할 수 있는 방안을 마련하는 것은 매우 중요한 과제가 아닐 수 없다. 대부분의 재한 외국 유학생들은 정체성 형성이 중요한 과제가 된 청년기에 있기 때문에 한국인 학생들과 마찬가지로 정체성 확립의 과제를 성취해야 하고 또한 새로운 환경으로부터 오는 여러 가지 어려움을 겪게 된다. 예를 들면 학교 적응, 진로 고민, 일상생활의 스트레스, 문화 부적응, 향

수, 고독의 문제도 극복해야 하며 때때로 현지인과 상호작용할 때 ‘자국 문화의 대표’ 역할수행도 압력을 받는다(Redmond, 2000; 홍기원, 2002; 황지인, 2009).

대학 생활적응 뿐만 아니라 문화적응 과정에서 직면한 어려움이 잘 처리되지 못하면 스트레스, 우울 등 내재적인 부정적 정서가 유발될 수 있다(LIQIANQIAN, 2015). 외국인 유학생들이 유학을 오게 되면 본업인 학업 영역 뿐 아니라 사회 환경 및 문화적응까지 해야 하는 상황을 맞닥뜨리게 된다(정은지, 2019). 외국인 유학생들은 문화적응 스트레스를 경험할 때 불안, 우울, 두려움, 소외감, 정체성 혼란 등의 부정적인 정서가 나타나며, 체류하고 있는 사회에 통합되는 것이 어려워지게 된다(유치형, 이주희, 박순희, 2018). Philips& Norsworthy(1997)는 외국인 유학생들이 처음 6개월 동안 가장 많이 겪는 어려움을 문화적 충격이라 보고하였다(조수현, 2010). 나아가 외국인 유학생의 학업 부진, 중도 이탈, 불법 취업 등의 문제는 최근 사회적 이슈로 주목받고 있다(천영철, 2010). 또한 다른 중요한 문제는 유학생 불법체류율 지속 증가시키고 있다. 2012년 학위 과정은 2,833명에서 2020년 5,957명까지 상하며 5.5%까지 도달했다. 어학과정 불법 체류 현황은 2012년 30.0% 2020년에 49.9%까지 상승했다. 종합적으로 보면 한국에서 불법 체류율을 낮추려면 교육부가 적극적으로 논의할 필요가 있다. 많은 외국인 유학생들이 입학하고 나서 나중에 중도에 탈퇴하거나 불법 체류자가 되면 아무런 의미가 없다고 본다. 또한 외국인 유생들이 타국에 와서 제일 걱정한 것은 건강 문제라고 할 수 있다. 유학생 의료보험 가입률이 2012년 73.7%에서 2020년 91.9%로 상승하는 등 유학생 권익 보호 증대하고 있다(KAIE). 정부나 각 부처에서 국내 대학에 고급인력 외국인 유학생 유치를 하기 위한 노력도 필요하지만, 진학과 취업을 위한 지원, 졸업·귀국 후 지속적인 관리 등의 사후 지원·관리도 상당히 필요하다(신혜정, 2015).

이러한 상황에서 외국인 유학생의 잘 관리의 차원에서 유학생들의 대학 서비스 만족도와 그 결과로 나타나는 현상으로서 외국인 유학생 유치의 선순환을 형성하는데 중요한 변수인 추천 행동에 관해 살펴보는 것은 의미 있는 작업이라고 할 수 있다. 특히, 추천 행동은 추후 잠재적인 유학생 유치를 위해 상당히 중요한 요인이며, 유학생 ‘유치-관리-진학 및 취업’의 선순환에 있어서 주요한 연결고리가 된다(권아나, 2017). 교육 서비스와 물리적 시설 서비스에 대

한 만족도가 대학생활에서의 삶에 주는 영향은 유의미하게 나타난다(김지현, 2006), 외국인 유학생은 입학 후 한국 문화에 잘 적응하며 학업수행에 지장을 주지 않을 정도로 한국어를 구사하고 나아가 지속적으로 학업을 지속할 수 있는 다양한 여건이 마련되어 있어야 한다(장선영, 윤태훈, 2015).

지금 코로나19와 외국인 유학생 현황을 볼 때 2013년부터 2019년 외국인 유학생 규모는 약 13배 이상 양적 성장하였으나, 코로나19 영향으로 2020년부터 유학생 수가 감소하는 추세를 보인다. 2021년 1월부터 6월까지 입국 외국인 유학생 수 중 3만 4천 명으로 2020년 1학기 8만 8천 명 대비 61% 감소했다. 특히 어학연수과정 유학생 2019년 44,756명에서 2020년 32,315명이 급격히 감소했다. 중국 유학생 비율이 2017년부터 지속 감소하고 있고 2020년 불과 43.6%만 지속하고 있는 반면에 베트남, 우즈베키스탄 유학생이 2배 이상 증가했다(KAIE, 2022).

한국인 본국 대학생 1991년부터 2021년까지 연도별 입학자 수 현황이다. 입학자 수가 제일 많은 해는 2001년 839,516명, 제일 적은 해는 2021년 697,318명 학생이 입학했다. 2013년에 입학자 수는 788,944명이고 2013년부터 입학자 수가 2021년까지 계속 떨어지는 추세이다(한국교육개발원교육통계서비스, 2021). 한국 학생 입학 자수가 떨어지는 바람에 외국인 유학생이 많이 신청해야 대학교 정상적으로 운영할 수 있다.

문화적응의 차이를 볼 때 한국에 거주하는 시간이 길어질수록 한국생활에 대한 적응은 잘 할 수 있다. 하지만 사회와 문화 활동에 참여하며 문화적 충격을 경험하게 되고, 주류집단 구성원과의 대인관계 속에서 갈등이 발생할 수 있다(장심예, 2018). 또한 문화차이는 임춘희(2009)의 연구 따르면 면접한 중국인 유학생들은 대학생활 문화에서 받는 스트레스 가운데 문화적 차이에서 오는 스트레스는 중국문화에 대한 편견을 비롯하여 남녀불평등, 서열문화 같은 한중간의 문화차이로 인한 스트레스를 많이 언급하였다. 문화적응 스트레스에서 언어장벽으로 인한 레포트 작성, 강의듣기의 어려움으로 나타났다(이승중, 1995). 또한 언어문제 때문에 황해연(2007)의 연구에서는 유학생의 대인관계와 대학생활 적응에서 대인관계로 인하여 대학생활 적응에 어려움을 느끼고 언어문제로 학업적응에 영향을 보임이 나타났다.

또한 문화적응의 차이는 이미정, 우루쿤치에브, 아들백, 박수정, 아이고자에바 아이게림(2015) 중앙아시아 유학생들을 대상으로 연구는 첫째, 한국의 ‘빨리 빨리’ 문화를 따라가기 어렵다고 했다. 둘째, 나이, 지위에 따라 다른 한국의 인사법과 의사소통 방법에 대해 어려움을 겪고 있었다. 셋째, 한국 사람들이 가족보다 일과 돈을 중요하게 여기는 것에 대한 가치관의 차이로 문화적응 스트레스를 경험하고 있었는 결과가 나왔다.

선행연구에 의하면 문화적응 스트레스에 대해 살펴보면 재한 몽골 유학생들은 한국 문화에 적응하는데 있어 어려움을 겪는 학생이 많았으나 대체적으로 그렇지 않은 경우가 많이 나타났으며, 적응의 어려움은 20%미만이었다. 그래서 재한 몽골유학생들의 문화에 대한 전반적인 적응력은 좋은 것으로 나타났다(몽흐온드랄, 2016). 또한 황지인(2008)의 연구에서는 대학생활 적응 하면서 한국 체류기간이 길수록 언어도 능숙해지고 한국문화에도 익숙해지므로 문화적응 스트레스는 감소한다.

반면 윤선영(2015)의 분석결과는 문화적응 스트레스 중 지각된 차별감, 향수병, 언어능력은 대학생활 적응에 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 송성섭외 2(2014)의 연구결과에 따른 문화적응 스트레스 요인 중 지각된 차별감과 향수병, 지각된 적대감이 대학생활 적응 전체에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 대학생활 적응에 미치는 영향이 문화적응에 따라 유의미하게 차이가 나타나는 것으로 나타났다(유찬우, 2011). 유치형(2018)는 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 많은 영향력을 미쳐 개인이 가지고 있는 성격적인 강점을 약화 시킨다는 연구도 나왔다. 국내 연구에서도 문화적응 스트레스가 재한 유학생들의 생활 스트레스에 부적인 영향을 미친다고 보고되었다(안진우, 이채원, 2017).

이를 종합하여, 많은 선행연구에서 문화적응 스트레스가 낮을 수록 대학생활을 잘하며, 문화적응 스트레스가 높은 학생보다 낮은 학생이 대학생활에 만족도가 높다는 연구결과가 보고되고 있다. 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향을 규명하고, 문화적응 스트레스와 자기효능감의 상호작용향이 대학생활 적응에 조절효과를 보이는지 검증하려 한다.

따라서 본 연구는 전국에 재학 중인 외국 유학생들이 지각한 대학생활 적응

의 실태 및 관계를 파악하여 유학생들의 성공적인 유학 생활이 될 수 있도록 체계적으로 돕기 위한 방안을 수립하는 데 목적을 가진다. 이러한 연구결과는 국내 외국인 유학생들의 문화적응 스트레스를 줄일 수 있는 예방 및 근거와 대학생활에 도움이 될 효과적인 개입 방안을 마련할 수 있도록 기초자료를 제공해줄 것이며 한국 대학의 교육서비스 품질 개선 및 다문화시대에 국내 소수 집단의 심리적·사회적 적응을 돕기 위한 이론적 기틀을 마련하였다는 점에서 그 의의가 있다.

## 2. 연구문제 및 가설

본 연구는 문화적응 스트레스, 자기효능감이 한국 대학생활 적응에 미치는 영향을 파악하여 유학생의 한국 유학 생활 만족을 위해 본 연구의 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

### 연구문제 1

문화적응 스트레스는 외국인 유학생의 대학생활 적응에 미치는 영향을 미치는가?

### 연구문제 2

자기효능감은 외국인 유학생의 대학생활 적응에 미치는 영향을 미치는가?

### 연구문제 3

문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향을 자기효능감이 조절하는가?

### 가설 1

문화적응 스트레스는 외국인 유학생의 대학생활 적응에 영향을 미칠 것이다.

### 가설 2

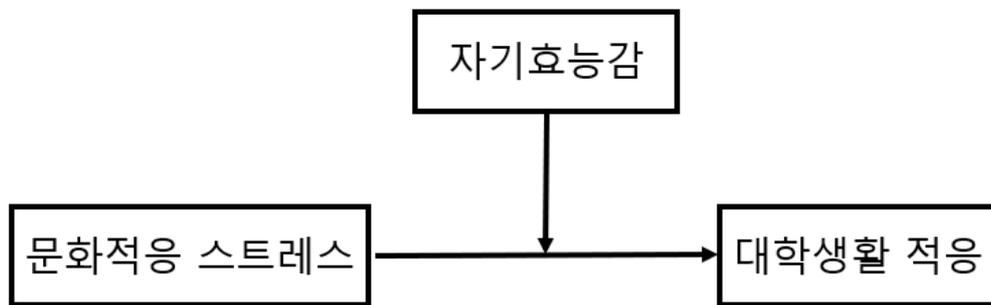
자기효능감은 외국인 유학생의 대학생활 적응에 영향을 미칠 것이다.

### 가설 3

문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향을 자기효능감이 조절할 것이다.

### 3. 연구모형

본 연구는 문화적응 스트레스, 자기효능감 그리고 대학생활 적응에 관한 이론적 논의 및 개년 간 인과적 관계를 토대로 하여, 문화적응 스트레스와 자기효능감이 유학생의 대학생활 적응에 미치는 차별적인 영향력을 검증하고, 문화적응 스트레스 및 대학생활 적응 간에 자기 효능감의 조절효과를 실증적으로 검증하고자 그림 1와 같이 연구 모형을 설정하였다. 즉 종속변수인 대학생활 적응에 대해 문화적응 스트레스를 독립변수로 설정하고 자기효능감을 조절 변수로 하여, 이들 독립변수와 조절 변수가 각각 종속변수인 대학생활 적응에 미치는 직접적인 영향력을 검증하고자 다음과 같은 모형으로 선정하였다.



I - 1 연구모형

## 4. 용어의 정의

### 가. 문화적응

Redfield, Linton과 Herskovits(1936)는 처음으로 문화적응의 개념을 정의하였다. 이 정의에 따르면 문화적응은 다른 문화를 가진 한 집단이 직접적이거나 간접적으로 다른 문화를 지닌 집단을 접할 때에 한 집단 안에서 혹은 두 집단 사이에서 발생하는 일련의 변화다. 즉 문화적응은 두 개나 두 개 이상의 서로 다른 문화를 가진 집단이 접촉할 때에 발생하는 것이다. 상호작용은 서로 다른 문화를 가진 집단이 접촉할 때에 서로에게 영향을 주는 것이다(LIQIANQIAN, 2014).

### 나. 문화적응 스트레스

문화적응 스트레스란 문화적응 과정에서 발생하는 긴장, 즉 스트레스원을 의미하기도 하며, 스트레스원의 결과로 인한 스트레스를 의미하기도 한다. 문화 피로나 언어 충격(Guthrie, 1975; Smally, 1963)등의 용어들이 함께 쓰이기도 하지만, Berry(1997)는 혼재되어 쓰이고 있는 개념을 문화적응 스트레스(acculturative stress)로 정리하였다. 스트레스원으로써의 문화적응 스트레스란 이주 국가와의 접촉에서 발생하는 긴장을 말하며, 새로운 문화에 적응 과정에서 경험하게 되는 일련의 스트레스뿐만 아니라 차별의 측면을 함께 내포하게 되는 개념이다(Finch & Vega, 2003; Guinn&Vincent, 2002; Reyes, Gillock, Kobus& Sanchez, 2000; Suzanne, David& Theresa, 2007). 즉 문화적응스트레스는 새로운 문화에 적응하고자 할 때, 개인 또는 집단 차원에서 경험하는 현상이라고 볼 수 있다(이지영, 2011)

### 다. 대학생활 적응

대학생활 적응은 다양한 상황에서 적절하고 효과적으로 대처하는 대학생의 심리적인 과정이다. 상황을 대처하는 대학생들의 능력은 청년기의 발달 과업상 성

취가 중요하다는 것을 뜻하고, 과업의 성취를 위해서는 신체적, 심리적인 어려움을 관리하고 조절하는 것과 대학생활 적응이 중요 요인이라고 할 수 있다(조화진, 서영석, 2010).

#### **라. 자기효능감**

자기효능감의 개념은 개인의 어떤 행동이나 활동을 추구할 때에는 결과에 대해서 성공적으로 수행할 수 있다는 자신의 능력에 대한 확신이나 기대를 말한다, 즉 사람들이 어떤 활동을 선택하고 얼마만큼의 노력을 쏟으며, 장애에 직면할 경우 해결을 위해 얼마나 오랫동안 지속할 수 있는가 등에 영향을 미친다. 과제 상황에서 요구하는 일련의 구체적 행동을 수행할 수 있는 자기 능력에 대한 개인적인 추정이라고 말할 수 있다(Wood R.E.,& Locke,E.A, 1987).

## II. 이론적 배경

본 연구는 외국인 유학생은 문화적응 스트레스와 대학생활 적응의 관계에서 자기효능감의 조절 효과를 알아보고자 하는 연구로서, 선행연구를 바탕으로 이론적 배경을 고찰해 보고자 한다.

### 1. 외국인 유학생 개념 및 현황

#### 가. 외국인 유학생의 개념

외국인이라는 것은 대한민국 국적을 가지지 아니한 사람 즉 외국 국적을 가진 사람과 무국적자를 포함한다. 또한 대한민국 국적이 아닌 2개 이상의 국적을 가지고 있는 사람은 그가 소지하는 여권을 발급한 국가의 국민으로 본다(KAIE, 2022). 외국인 유학생은 유학 또는 연수활동을 목적으로 대학에 재학 중인 외국 국적의 학생을 의미하며, 이들은 학업을 끝난 후 본국이나 제3국으로 출국할 수 있고 한국 국내에서 취업하거나 상위 교육기관에 진학할 수도 있다(법제처 출입국 관리법, 법무부 외국인 정책과, 2015). 한국 국내 사회에서 흔히 말하는 외국인 유학생은 한국보다 교육의 혜택이 적은 국가들로부터 유입된 한국에 대한 관심과 함께 한국의 대학 및 대학원에 입학하여 학업과 학위 취득을 목적으로 하는 학생을 뜻한다(최윤근, 2003). 또한 "외국인 유학생"의 개념은 정리하자면 한국에서 유학 또는 연수활동을 가능하며 한국 국내 체류 자격을 가지고 있는 외국인을 말한다(규제 「출입국관리법」 제19조의 4 제1항).

#### 나. 외국인 유학생 입학 행정절차

유학 그리고 연수활동을 할 수 있는 체류 자격을 부여받을 수 있는 사람은 다음과 같다. 체류자격은 D-2인 경우 전문대학교 이상의 교육 기관 또는 학술

연구기관에서 정규 과정의 공부나 교육을 받으며 또한 특정의 연구를 하려는 사람이다. 일반연수 D-4인 경우 법무부 장관이 정하는 요건을 갖춘 교육기관이나 기업체, 단체 등에서 교육 그리고 연수를 받거나 연구 활동에 종사하려는 사람이다. 단, 연수기관으로부터 체재비를 초과하는 보수를 받으면 유학(D-2), 기술연수(D-3) 체류자격에 해당하는 사람은 제외한다(출입국관리법).

대한민국에서 유학하기로 결정했다면 유학 목적인지 연수 목적인지에 결정하고 교육 과정, 교육 기간 및 이수 학점, 학비, 경제 수준 및 체재비 등에 대한 정보를 정리한 후 이를 종합해서 가고자 하는 학교를 선정한다.

특히, 한국어 연수 과정이나 단기 과정이 아닌 정규 과정에 입학하기 위해서는 자신이 가고자 하는 대학의 입학 필수요건을 충족하는지를 확인하는 것이 중요하다. 대한민국의 대학에 입학하기 위해서는 초등학교, 중학교, 고등학교 최소한 12년 이상의 교육 과정을 이수한 것이 확인되어야 하며, 해당 대학이 한국어 능력시험 또는 영어능력 시험에서 일정 점수 이상을 요구하는 경우에는 그 조건을 만족해야 한다. 준비 과정이 끝나면 입학을 원하는 학교에 입학원서 및 관련 서류를 제출하면 된다(교육통계 서비스).

입학이 허가되면 대한민국에 입국하기 위한 본국에서 사증(VISA)을 발급받는다. 사증은 본국이나 제3국에 있는 대한민국의 재외공관에 신청할 수 있으며, 입국의 목적에 따라서 유학(D-2) 비자, 일반연수(D-4) 비자 또는 단기 방문(C-3)비자를 발급받게 된다.

대한민국에 입국한 다음에는 그 입국한 날부터 90일 안에 체류지 관할 지방출입국 인청에 본인에 관한 사항을 등록하고 나서 외국인 등록증을 발급 받아야 한다. 외국인 등록증은 대한민국에서 본인의 신분증과 동일한 효력을 갖다(교육통계 서비스).

유학 생활을 시작하면 낯선 환경으로 인해 많은 스트레스를 받을 것이다. 주거문제를 비롯한 통신 및 우편, 의료기관, 은행, 대중교통 등의 이용에 어려움을 겪을 수 있다. 여러 문제가 발생했을 때 도움을 주고 외국인 유학생이 국내 생활에 잘 적응할 수 있게끔 지원하기 위해 각 학교에서는 외국인 유학생 담당 직원이 본국의 언어로 대화할 수 있도록 두고 있으며, 또한 대한민국 정부에서는 한국 유학 안내시스템(<http://www.studykorea.go.kr>)과 외국인 종합안내

센터(<http://www.hikorea.go.kr>, ☎1345)를 운영하고 있다(교육통계 서비스).

학급을 마친 후에는 본국으로 귀국할 수 있으며, 한국 국내에서 취업하거나 대학원 등 상위 교육기관에 진학할 수도 있다. 한국 국내에서 취업을 하는 경우에는 기존의 체류 비자 자격 D-2 또는 D-4를 취업 직종에 따라 체류 비자 자격으로 변경해야 하며, 상위 교육 기관에 진학하는 경우에는 기존의 체류 자격을 변경하거나 현재의 체류자격을 연장해야 한다. KAIE 설문조사에 따르면 학업을 마치고 한국에서 취업하고 싶은 학생의 비율은 32.4%를 차지하며 한국의 상급학교 진학할 비율은 22.6%, 본국 귀국 후 취업할 비율은 20.8%로 구성하고 있다(교육통계 서비스).

#### 다. 연도별 국내 외국인 유학생 현황

그래프를 분석을 통해서 학위과정 전문 학사 학생들이 2015년부터 2021년까지 크게 상승하는 추세를 보이며 2005년도 9,835명 외국인 학생들이 입학하는 반면에 2021년도 80,597명 외국인 유학생들이 입학했다. 석사도 상승하는 추세를 보일 수 있다. 2005년도 4,023명 입학하며 2021년 25,169명 학생들이 입학했다. 박사 과정은 하락하는 추세를 안 보이지만 학사처럼 크게 상승하는 추세를 보이지 않았다. 관심을 가져야 할 것은 비학위 과정 어학연수생이다. 2005년부터 2015년까지 유지하는 추세를 보이지만 2016년부터 2019년까지 크게 상승하는 추세를 보인다. 한류 때문에 많은 외국인 학생들이 한국 유학을 선택했다. 하지만 2019년부터 코로나 때문에 2021년까지 크게 하락했다. 그래프를 보면 2019년 44,756명 학생들이 입학했고 2020년 32,315명 학생들이 입학했으며, 2021년도 23,442명 외국인 학생들이 입학했다.

**통계설명**

단위: 명

연도	전체	학위과정				비학위과정		
		소계	전문학사·학사	석사	박사	소계	어학연수생	기타연수생
2005	22,526	15,577	9,835	4,023	1,719	6,949	5,212	1,737
2006	32,557	22,624	15,268	5,183	2,173	9,933	7,938	1,995
2007	49,270	32,056	22,171	7,247	2,638	17,214	14,184	3,030
2008	63,952	40,585	28,197	9,143	3,245	23,367	19,521	3,846
2009	75,850	50,591	36,525	10,697	3,369	25,259	20,088	5,171
2010	83,842	60,000	43,709	12,480	3,811	23,842	17,064	6,778
2011	89,537	63,653	44,641	14,516	4,496	25,884	18,424	7,460
2012	86,878	60,589	40,551	15,399	4,639	26,289	16,639	9,650
2013	85,923	56,715	35,503	16,115	5,097	29,208	17,498	11,710
2014	84,891	53,636	32,101	15,826	5,709	31,255	18,543	12,712
2015	91,332	55,739	32,972	16,441	6,326	35,593	22,178	13,415
2016	104,262	63,104	38,944	17,282	6,878	41,158	26,976	14,182
2017	123,858	72,032	45,966	18,753	7,313	51,826	35,734	16,092
2018	142,205	86,036	56,097	21,429	8,510	56,169	41,661	14,508
2019	160,165	100,215	65,828	23,605	10,782	59,950	44,756	15,194
2020	153,695	113,003	74,851	24,996	13,156	40,692	32,315	8,377
2021	152,281	120,018	80,597	25,169	14,252	32,263	23,442	8,821

단위: 명

II - 2 연도별 국내 외국인 유학생 현황  
출처( 교육 통계 서비스)

**라. 주요 국가별 외국인 유학생 현황**

국가별 그래프 현황을 분석을 통해서 2017년부터 2021년까지 주로 외국인 유학생의 국가는 중국이 1위이며 비율은 44.2%로 차지하고 있다. 2위는 베트남이며 비율은 23.5%로 차지하고 있다. 그다음에 나라별 순서는 우즈벡 5.4%, 몽골 4.0%, 일본 2.5%, 미국 1.5%, 기타 나라 18.9%로 배정되어 있다. 2019년 중국인 유학생은 71,067명 학생이 입학했다. 2020년 베트남 학생은 38,337명 학생이 입학했다. 우즈벡은 2020년 9,104명 학생 입학했으며 몽골은 2019년 7,381명 입학했다. 일본은 2019년 4,392명이며, 미국은 2019년 2,915명, 마지막으로 기타 국가별 합친 것을 보면 2019년 2,949명 입학했다. 분석을 통해서 2019년 한국에 오는 유학생들이 제일 많은 해이다.

국 가	중국	베트남	우즈벡	몽골	일본	미국	기타	계
<b>2017</b>	68,184	14,614	2,716	5,384	3,828	2,767	26,365	<b>123,858</b>
<b>비율(%)</b>	55.1%	11.8%	2.2%	4.3%	3.1%	2.2%	21.3%	<b>100.0%</b>
<b>2018</b>	68,537	27,061	5,496	6,768	3,977	2,746	27,620	<b>142,205</b>
<b>비율(%)</b>	48.2%	19.0%	3.9%	4.8%	2.8%	1.9%	19.4%	<b>100.0%</b>
<b>2019</b>	71,067	37,426	7,492	7,381	4,392	2,915	29,492	<b>160,165</b>
<b>비율(%)</b>	46.7%	24.6%	4.9%	4.8%	2.9%	1.9%	19.4%	<b>105.2%</b>
<b>2020</b>	67,030	38,337	9,104	6,842	3,174	1,827	27,381	<b>153,695</b>
<b>비율(%)</b>	44.0%	25.2%	6.0%	4.5%	2.1%	1.2%	18.0%	<b>100.9%</b>
<b>2021</b>	67,348	35,843	8,242	6,028	3,818	2,218	28,784	<b>152,281</b>
<b>비율(%)</b>	44.2%	23.5%	5.4%	4.0%	2.5%	1.5%	18.9%	<b>100.0%</b>

II- 3 주요 국가별 현황

출처( 교육부 )

## 2. 문화적응 및 문화적응 스트레스

### 가. 문화적응 개념

문화는 우리의 행동, 의사결정, 사고, 방법론, 느낌 등을 지배하며 세상에 대한 우리의 경험을 모양 짓는다(이광윤, 2010). 언어나 관습, 기술과 예술 등을 실제로 실천하고 이행하는 사람이 필연적으로 있어야 하는 무형 문화유산의 특성상, 유형유산에서 무형유산으로의 확장은 문화와 민속에 있어 개인 및 지역 공동체의 역할의 중요성에 대한 인식을 반영한다(주도경, 2021). 서로 다른 문화에 속한 사람들은 각자 자신들의 언어나 가치관을 가지고 의사소통 및 교류를 한다(김동하, 2021). 적응은 자신에게 주어진 환경 조건에 맞춰서 자신을 변용시켜 나가는 일련의 과정으로써 개인의 주체적 의지나 생각과 능동성이 강조된 개념이다(김귀옥, 2000).

문화적응이라는 용어의 개념은 원래 인류 학자나 사회 학자들이 서로 다른 두 집단 문화가 만나게 된 결과가 발생하는 집단 수준의 변화를 설명하기 위해 제안 한 개념이다. ‘문화적 근원이 서로 다른 사람들 간의 지속적이고 직접적인 접촉한 결과로써 일어나는 변화의 산물’이라고 정의되었다(Redfield, R., Linton, R., & Herskovits, M. J, 1936). 문화적응(acculturation)의 개념은 1938년에 사회과학자들에 의해 개념화되기 시작하였으나, 1954년에 다른 인류학자들에 의해 재 개념화되었다(이금희, 정동섭, 2016). 문화적응을 심리학에서 도입하여 연구하기 시작한 것은 1970년대 이민자들의 정신건강에 대한 임상 연구부터이다(강유임, 2012). 20세기 중반에 들어서면서 사람들의 국가 간 이동이 조금씩 증가하기 시작하였고, 20세기 후반부터는 이동이 매우 급격히 늘어나고 있다. 모든 사람들이 처음 경험하는 타문화에 잘 적응하는 것은 아니며 적지 않은 적응 문제를 일으키고 있다(유찬우, 2011).

또한 문화적응(acculturation)이란 문화가 서로 다른 두 사회나 집단이 비교적 장시간에 걸쳐 접촉할 때 어느 한 쪽 또는 양쪽 사회 구성원들의 문화에 변화가 일어나는 것을 말한다(장효관, 2015). 문화적응은 많은 요소가 복합적으로 작용하는 복잡한 개념이어서 다양한 개념적 정의가 제시되고 있다(霍悅, 2021).

문화 적응에 대한 대표적 이론으로는 문화접촉을 스트레스로 보고, 이를 극복하기 위한 적응적 자원과 대처방안이 필요하다고 보는 스트레스 대처 이론, 문화 적응 과정에서 나타나는 사회적 기술과 인간관계, 행동, 사고 등의 사회적 상호작용을 중심으로 적응에 필요한 사회적 기술의 학습과 습득의 중요성을 강조한 문화 학습이론, 문화 정체성이 문화적응에 어떻게 영향을 미쳤는지에 관심을 두고 개인의 자아존중감을 유지하려는 전략들을 통해 문화적응을 설명하는 사회정체성 이론, 문화적응에서 개인 차원의 수준에 초점을 두고 적응의 정서적(Affective), 행동적(Behavior), 인지적(Cognitive) 측면을 동시에 고려하는 문화적응 ABC 이론, 문화적응에 발달에 대한 모형을 제시하는 문화적응 발달이론 등을 들 수 있다(권미경, 이순형, 2010).

#### 나. 문화적응 스트레스 개념

자극이나 반응으로 보던 학자들이 스트레스는 개인이 가지고 있는 능력의 한계를 넘어선 내적, 외적 요구에 의해서 개인이 위협받는다고 평가될 때 경험하는 것이라고 했다(취웨이, 2016). 민형정(2013)은 스트레스의 유발 인자는, 원사회와 정착 사회 간의 현격한 차이 중에서도 특히, 언어, 종교, 나아가서는 인종의 차이 등이다. 스트레스 과정 이론은 개인이 환경적 위협과 도전에 직면했을 때 적응과 대응 과정을 스트레스라고 한다. 스트레스의 원인은 문화적응 스트레스일 수 있고, 문화적응 스트레스와 일반적 스트레스의 차이점은 일반적 스트레스는 외부적 환경, 인간관계 등 요인에 의해 발생하는 것이고, 문화적응 스트레스는 문화충격 때문에 발생한다는 점이다(마징징, 2021).

문화적응 스트레스란 문화적응 과정에서 발생한 긴장 즉 스트레스원을 뜻한다(Hovey & Magana, 2002). 문화적응 스트레스는 문화적응이라는 개념과 관련된 개념인데, 주로 난민이나 이주민들에게서 나타날 수 있는 정신건강 문제를 설명하기 위해 제안된 개념이다(이소래, 1997). 이주자들의 적응과정에 있어서 중요한 개념이다. 대부분의 이주자들은 심리적, 정신적 어려움을 호소하며, 이것이 축적되어 만성적인 문화 적응 스트레스에 노출되게 된다.(Hovey & Magana, 2002; Snyder, 1987; Thomas & Choi, 2006). 이인선(2012)도 문화적응 스트레스란 문

화 적응 과정에서 발생하는 긴장, 즉 스트레스원을 의미하기도 하며, 스트레스원의 결과로 인한 스트레스를 의미하기도 한다. 문화 사이의 차이로 인해 유발되는 문화적응 스트레스는 문화적응 스트레스가 높을수록 높은 불안, 우울, 소외감, 절망감, 정체감혼란, 신체적증상 등과 같은 스트레스 행동을 동반한다(조수현, 2010). 또한 문화적응 스트레스는 우울 등과 같은 부정적인 심리적 산물과 관련되며 문화 접변상황에 있는 개인들이 새로운 문화권에서 생활하는데 부정적인 영향을 주는 것으로 보고 되었다(전혜정, 이가연, 2015). 그리고 문화적응 스트레스는 자신에게 익숙한 모국에서 떠나와서 다른 문화 다른 지역 사회를 살아가며 적응해가는 과정에서 발생하는 심리적·사회적 갈등이다(염희정, 2019).

김세경(2017)은 문화적응 스트레스는 정서적 적응에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났고, 지각된 차별감, 문화적 충격, 지각된 적대감을 더 많이 느끼는 외국인 유학생일수록 정서적 적응에 더 많은 어려움을 겪고 있음을 알 수 있다. 문화적응 스트레스는 익숙한 문화가치 안에서 새로운 문화에 적응하는 개인 또는 집단이 경험하는 스트레스로 이로 인해 발생하는 문제의 심각성은 이를 위한 대책이 요구된다(이은주, 2018). 문화적응 스트레스에 영향을 미치는 개인적, 집단적, 제도적, 요인들의 관리와 조절을 통하여 부정적인 영향을 감소시키고, 긍정적인 영향을 증가시킬 수 있다고 본다(김재은, 2009). 외국인 유학생들이 경험하는 스트레스의 원인은 우선 문화 차이와 언어소통 장벽에 있다. 특히 개인적으로 느꼈던 문화차이는 윗사람과 아랫사람과 얘기할 때 쓰는 한국어 높인 말이 따로 있어서 자주 혼란스럽다. 또한 (정태연, 김기범. Michele J. Gelfand., 2005) 한국 문화가 집합주의로 분류되고, 관계를 중요시하며, 대인간의 윤리나 사회규범을 강조하는 특징을 가지고 있음이 분명해지고 있다. 다른 문화를 어떻게 수용하고 통합하며, 문화적응 과정에서의 스트레스를 적절하게 다루는 것은 상당히 중요하다고 할 수 있다(최경란, 2017).

외국인 유학생이 정착국에서 법, 제도, 학교문화, 일상생활 등 적응하는 과정에서 겪는 어려움, 심리적 갈등과 혼란, 불안과 긴장 등을 문화 적응 스트레스라고 할 수 있다(김연희, 이교일, 2021). 대부분 유학생들은 일상생활에서 경험하는 항수, 학업 문제, 역할갈등, 생리적 현상 문제와 같은 다른 문화 적응에 어려움을 겪으면서 발생하는 문화적응 스트레스가 높으면 우울도 높아짐을 보고하였다(나

란블락, 유금란, 2021).

그러므로 문화적응 스트레스는 학교생활 적응에 영향을 미치는 것으로 나타난 것은 의미 있는 결과라 할 수 있다(김정완, 문한식, 2015). 문화적응 스트레스가 높아지면 학업적응은 낮아지고, 사회적 거리감, 한국어 능력이 높아지면 학업적응은 높아졌다(민형정, 2013). 이러한 관점에서 볼 때 대학생들로 하여금 대학생활에서 직면하는 다양한 어려움을 긍정적이고 합리적으로 해결하여 대학생활에 효과적으로 적응할 수 있도록 돕는 활동은 매우 중요한 일이라고 하였다(송정애, 장정순, 2010).

#### **다. 한국어 능력**

언어는 생각이나 느낌을 나타내거나 전달하는 도구이자 상호작용을 가능하게 하는 수단이다. 언어능력은 학업을 유지하고 지속시켜주는 수단이기 때문에 외국인 유학생들의 대학생활 적응에 있어서 매우 중요한 요소이다(김선아, 2010). 유학생의 경우 유학 생활의 적응도 중요하지만 학업을 수행하기 위하여 한국어에 대한 숙달이 매우 중요하다. 대부분의 유학생들은 어학연수 과정을 거치고 한국어능력시험(TOPIK)이라는 시험을 통해 한국어 능력을 평가받는다. 한국어능력시험은 한국어 교육기관의 연수, 교육과정 및 교육평가 방법을 표준화하며, 한국어를 모국어로 하지 않는 외국인 및 재외 동포에게 한국어 학습 방향을 제시하고 한국어 보급 확대와 아울러 그 결과를 한국어 학습, 국내외 대학에의 유학, 취업 등에 활용할 수 있도록 하는데 그 목적을 두고 있다. 하지만 한국어 능력시험을 거치고 대학에 입학하더라도 대부분의 유학생들이 대학에 입학한 후에도 한국어로 인한 어려움을 겪고 있다(민형정, 2013). 유학생 언어 능력 충족률이 2012년 22.7%에서 2020년 50.9%로 상승하는 등 우수 유학생 유치를 위해 노력했다(KAIE). 한국어 능력이 높을수록 문화적응 스트레스가 낮아진다.

### 3. 대학생활 적응

적응이란 개념은 원래 생물학에서 비롯된 것으로서 1850년대 Darwin 이론의 기초인 ‘순응’이란 개념을 심리학자들이 적응이라는 용어로 개칭하여 사용하게 된 것이다(Lazarus, 1976). 또한 조화진(2004)의 연구 따르면 적응(adjustment)이란 끊임없이 변화하는 환경에 대한 개인의 반응으로 개인이 주변 환경과 능동적으로 상호작용을 하는 것을 의미한다. 실제로는 많은 이론가들이 다양한 의미의 적응 개념을 정의하고 있다(장아남, 2008).

적응은 두 가지의 의미를 가지는데 실제의 요구에 대한 순응이라는 소극적 의미와 개체의 욕구와 환경과의 조화를 이루어 욕구를 만족해 나가고 욕구의 좌절이나 갈등을 합리적으로 해결해 나가는 행동 과정이라는 적극적 의미를 가진다고 하며, 이 두 가지 면은 상호 관련되고 있는 것으로 서로 병행되어 나타나는 현상을 흔히 볼 수 있다고 하였다(김범준, 2018). 또한 적응은 인간의 내적 영향력과 생태적 환경의 영향력에 의해 이뤄지는 상호의존적인 과정이다. 적응을 잘 한다는 것은 환경과의 수동적인 관계 이상의 것으로, 자발적으로 행동하고 위험에 적절하게 대처하고 자기 조절을 통해 어려움을 극복하며 환경에 순응하여 자신을 환경 속에서 찾기보다는 환경을 최대화하고 이용하는 것을 의미한다(왕방, 2013).

대학생활 적응의 개념에 대하여 정리하고 측정하는 방법은 그동안 많은 학자들에 의해 연구가 진행이 되었다. 초기의 연구에서는 대학생활 적응에 대해 학업적인 성취를 이루는 것이 성공적인 적응을 하는 것으로 여겨졌다. 하지만 더 나아가 보다 다차원적이며 복합적인 부분으로 대학생활 적응의 개념이 자리 잡게 되면서 정서적인 측면과 사회적인 측면이 더해져 연구가 되었다(한영탁, 2020). 따라서 대학생활 적응이란 적응에서 고려되는 요소인 개인과 그 개인을 둘러싼 환경을 대학생 및 대학 환경으로 표현하는 것이다(김오숙, 2015). 즉 개인 내적인 적응과 개인을 둘러싼 환경에의 적응을 고려하여 학업적 적응, 사회적 적응, 정서적 적응, 환경적 적응으로 구분하였다(Baker, R. W., & Siryk, B, 1988). 그러므로 유학을 통해 낯선 문화와 언어 환경을 접하게 되는 외국인 학생들에게 대학생활은 내국인 학생들보다 더 많은 어려움을 경험하게 한다. 왜냐하면 외국인

학생은 청년기에 겪게 되는 대학생활 적응 문제와 외국인으로서 겪는 대학생활 적응 문제를 동시에 경험하기 때문이다(오선진, 2014).

학업뿐만 아니라 학교 내 대인관계나 사회활동 등에 적응하고, 심리적 스트레스의 적절히 대체하며, 자신이 다니는 학교에 대한 전반적인 애착이나 유대감을 갖는 것을 의미하는 것으로 볼 수 있다(안지우, 2018). 또한 대학 내에서 수업이나 시험 등의 구체적인 학업과 관련된 생활에 적응 하는 것을 의미한다(장효과, 2015). 대학생활에 적응한다는 것은 대학생들에게는 매우 중요한 문제이다. 대학생활 적응은 학업적 적응, 사회적 적응, 정서적 적응, 대학 만족도 등으로 나누었다(레티후엔장, 2016), 또한 학생 본인이 주관적으로 인식하는 학교생활 전반에 대한 만족감과 개인이 목표한 학업 성취도로 가늠해 볼 수 있다(김선남, 2007). 그리고 대학생활에 적응한다는 것은 대학 내에서 수업이나 시험 등의 구체적인 학업과 관련된 생활에 적응하는 것을 의미한다. 또한 대학 내에서 대인관계나 과외활동 등의 사회생활에 적응하고, 심리적 스트레스에 대해 적절히 대처하며, 자신이 다니는 대학이나 대학생활에 대한 전반적인 애착이나 호감, 유대감을 갖는 것이다(Baker & Sirky, 1984). 이러한 현상은 대학이라는 환경을 통해 경험하게 되는 내·외적 모든 상황을 이야기하는 것이라 할 수 있다(민현장, 2013). 지금까지 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인을 살펴보면 크게 개인 내적 변인(intraindividual variable)과 대인 관계적 변인(interpersonal variable)으로 구분할 수 있다(홍승현, 2019).

유학생들의 대학생활 적응에 관한 선행 연구들은 주로 대학 생활 적응에 영향을 미치는 요인들을 살펴보았는데, 언어 능력, 재정 문제, 향수, 새로운 교육 시스템의 적응, 새로운 사회적 규범의 적응 등에 의해 영향을 받는 것으로 나타났다(안진우, 이채원, 2017). 국내에서는 외국인 유학생의 대학생활 적응과 관련하여 주로 외국인 유학생의 한국 대학생활 적응에 영향을 미치는 다양한 개인적, 환경적 요인에 관한 연구가 이루어졌다(김별아, 2021). 특히, 개인 심리적 요인으로는 외국인 유학생의 문화적응 스트레스가 대학생활 적응이나 학업 적응에 미치는 영향에 대한 연구가 있다(리첸첸, 외2, 2016). 외국인 유학생 한국 유학생 생활 생활의 어려움 점은 한국어 공부에 대한 부담감과 한국어 부족으로 인해 어려움이나 오해가 발행할 수 있다. 학업 수행의 어려움은 수업 시간에 발표와 한

국민 학생과 같이 토론, 수업 교재 내용 이해하기, 과제물 작성하기, 강의 내용을 이해하기 등 어려움이 있다. 또한 혼자 외국에서 공부하기 때문에 가족과 친구들에 대한 그리움, 경제적인 어려움도 있다. 대학생활을 유학이라는 사건을 통해 낯선 문화와 언어 속에서 한다는 것은 한 개인의 삶에서 엄청난 영향과 변화를 가져올 수다(백성희, 2012).

따라서 유학생의 대학생활 적응과 관련하여 다양한 국적의 국내 유학생을 대상으로 연구가 진행되어 전체적인 경향성을 살펴볼 필요가 있다. 본 연구에서 대학생활 적응은 외국인 대학생이라는 한 개인이 외국에 있는 대학이라는 환경 속에서 생활하면서 겪게 되는 변화와 도전에 능동적이면서 적절하게 반응하고 심리적인 어려움을 어떻게 대처할 수 있는지 살펴보도록 하는 의미이다.

#### 4. 자기효능감

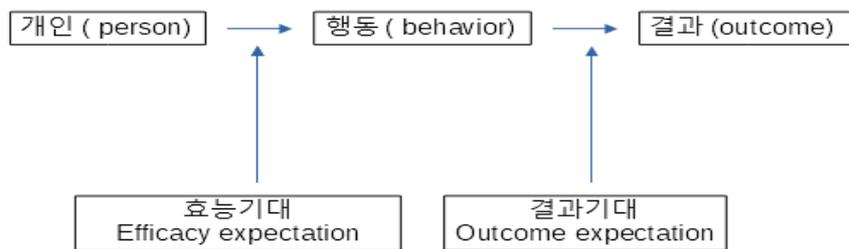
최근 심리학은 인간행동을 결정하고 예언하는 요인에 대한 연구에 관심을 기울여왔다. 그 결과 인간의 행동이 결정될 때는 언제든지 인간의 내적 요인과 외적 요인 사이의 복잡한 상호작용에 의하여 학습되고 조절된다는 Albert Bandura의 사회학습이론으로 발전하였다. Bandura(1977)는 인간의 행동 변화 과정과 여러 가지 치료방법에 의해 나타난 결과를 종합적으로 설명하여 줄 수 있는 심리학적 이론 체계로 자기효능감 이론을 구상하였다(黃惠淑, 2006).

대학생활 적응에 영향을 미치는 변인은 자기효능감이다. 자기효능감이란 개인의 능력에 대한 확신, 신념, 기대를 가리키는 말이다(김정미, 김재천, 2019). 자기효능감(Self-efficacy)은 개인이 어떤 결과를 얻고자 할 때 행동을 성공적으로 수행해 낼 수 있다는 개인의 능력에 대한 판단인 동시에 신념이다(황혜자, 최윤화, 2003). 또한 자기효능감은 우리가 흔히 사용하는 자신감이라는 개념에 도전정신과 계획 능력을 포함한 개념이라고 생각하면 된다. 즉 어떠한 문제에 봉착했을 때 스스로 그 문제를 해결해 나수 있는 능력에 대한 믿음을 자기효능감이라고 간단히 정의할 수 있다(이은우, 2005). 그리고 개인이 원하는 바를 달성할 수 있으리라는 신념이다( 박영신, 김의철, 2007, Bandura, 1997). 예컨대, 자기효능감은 개인이 달성하길 원하는 성적 수준에 도달하고 있는 믿음이며, 원하는 직장에 취직할 수 있을 것이라는 믿음이다(이재규, 황재연, 2009). 박영희(2010)는 높은 자기효능감을 가진 사람은 어려운 상황에 봉착했을 때 자기 자신에 대한 유능성을 믿고, 성공적으로 일을 수행해서 목표를 달성할 수 있다는 자신감과 신뢰감을 가지고 있다고 하였다. 일반적으로 인간은 어려운 일이 발생하게 되면 상실감과 좌절감을 경험하게 되는데 이를 극복하기 위해서 중요하게 작용하는 것이 자기효능감이다.

(Bandura, 1977)는 자기효능감을 “개인이 과제를 수행하는 상황에서 특정한 결과를 산출하는데 요구되는 일련의 조치를 실행해 낼 수 있다는 자신의 능력에 대한 믿음”으로 정의하였으며, 지각된 자기효능감이 행위를 유발하는 동기적인 힘으로써 작용하고, 결과적으로 행위의 결과 및 성과에 영향을 미친다고 주장하였다. 자기효능감은 그 형성에 있어서 과거의 수행 성취 경험, 대리 경험, 사회적

설득, 생리적 정서적 상태와 같은 네 가지 주요 요인들에 강한 영향을 받는다고 하였다.

반두라는 자기효능감을 효능 기대와 결과기대로 구분하여 설명하였다. 그에 의하면 효능 기대는 과제를 수행하기 위해서 요구되는 행동을 자기 자신이 성공적으로 수행할 수 있는가를 예측하는 것이고, 결과 기대는 어떠한 행동이 어떠한 결과를 만들어 낼 수 있다는 것을 예측할 수 있는 개인적인 추측이라고 하였다. II-4을 살펴보면 효능 기대는 개인이 과제를 수행하는 것에 대하여 과제를 선택하고, 과제 수행 노력을 얼마나 하는지, 수행 과정에서 얼마나 인내심을 보이는지 등의 행동을 결정한다. 또한 결과 기대는 행동에 큰 영향을 미치지 않는다고 설명할 수 있다. 즉, 효능기대가 높을수록 어려운 과제에서 많은 노력을 기울일 것이며, 모든 행동들은 자기효능감 정도의 차이에 큰 영향을 미친다고 해석할 수 있다(이진미, 2017).



II-4 효능기대와 결과기대의 차이

## 6. 변인들 간의 관계

### 가. 문화적응 스트레스와 대학생활 적응의 관계

여러 선행연구에서 문화 적응 스트레스는 유학생들의 대학생활 적응에 가장 큰 영향을 미치는 요인인 것이 확인되었다. Smith, Khawaja(2011)와 Yeh, Inose(2003)는 한국의 외국인 유학생들은 문화 부적응으로 인하여 개인 심리적, 사회적 문제 등의 문화적 스트레스를 경험하고 있으며, 의사소통의 어려움, 문화적 차이로 인한 대인관계 문제, 경제적 어려움, 모국에 대한 그리움, 한국인의 차별, 사회적 고립, 입에 맞지 않는 음식이나 적응하기 힘든 한국의 음주문화와 같은 문화 적응 스트레스를 겪고 있는 것으로 알려져 있다. 김세경(2017)은 문화적응 스트레스의 하위 변인 중 지각된 차별감, 지각된 적대감, 문화적 충격이 유의한 부적인 영향을 미치는 변인으로 나타났다.

주동범, 김향화(2013)의 연구한 결과는 외국인 유학생의 한국에 거주 시간 및 한국어 수준과 문화적응 스트레스, 대학생활 적응은 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 연령과 문화적응 스트레스는 통계적으로 유의미한 차이가 없는 것으로 나타나지만 연령과 대학생활 적응은 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다.

마정징(2021)의 연구 결과는 중국인 유학생 문화적응 스트레스 낮으면 대학생활 적응도 높아진다는 것을 알 수 있다. 문화적응 스트레스의 하위요인 지각된 차별감이 낮을수록, 자각된 미워함이 낮을수록, 문화 부적응이 낮을수록, 두려움이 낮을수록, 향수병이 낮을수록 대학생활 적응도 높아진다는 것을 알 수 있다.

LIU YAXIN(2021)의 연구 결과는 외국인 유학생의 인구통계학적 요인들인 성별, 나이, 신분, 체류 기간, 한국어 능력(Topik)에서 대학생활 적응에 유의한 차이가 있는지 살펴본 결과 대학생활 적응은 성별 요인을 제외한 모든 요인에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 문화적응 스트레스와 대학생활 적응 및 대학생활 적응의 하위 요인 간에 모두 유의미한 부적 상관관계를 보였다. 이러한 결과는 중국인 유학생의 문화적응 스트레스 수준이 높을수록 대학생활

적응 수준이 낮아진다.

황지인(2008)의 "제한 중국인 유학생의 문화적응 스트레스와 대학생활 적응 간의 관계에서는 나이가 많을수록 나이가 어린 학생들에 비해서 스트레스를 크게 느끼고 있는 것으로 나타났고, 문화적응 스트레스와 대학생활 적응의 각 하위 요인들의 상관관계를 살펴본 결과 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. Michiko(2002)는 일본 유학생을 대상으로 한 연구에서 이 문화 접촉 시에 수반되는 적응상의 문제들을 찾고 다문화적 상담의 필요성에 대해 언급하였다.

또한 유치형, 이주희, 박순희(2018)의 연구 결과는 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 많은 영향력을 미쳐 개인이 가지고 있는 성격적인 강점을 약화시킨다는 것을 의미한다. 소정(2021)의 연구 결과에 따르면 문화적응 스트레스는 학업적 적응에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 구체적으로, 문화 적응 스트레스가 높을수록 학업적 적응에 부정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 본 연구는 유학생의 문화적응 스트레스, 대학 생활 적응의 차이를 측정하여 문화적응 스트레스가 대학 생활적응에 미치는 영향을 알아보고자 한다.

## 나. 문화적응 스트레스와 자기효능감의 관계

소정(2021)의 연구 결과에 따르면 문화 차이로 인한 스트레스가 증가하게 되면 일반적 자기효능감과 사회적 자기효능감이 감소하게 되고, 결국 대학생활 적응을 어렵게 하는 것으로 나타났다. 이 결과는 유학생이 현지에 적응하는 데 있어서 자기효능감이 중요한 역할을 하고 있음을 보여준다. 이는 결국 문화 차이로 인해 스트레스를 받게 될 경우 자기효능감이 저하되어 한국에서의 유학 생활에 적응하기 힘들어진다는 점을 보여 준다.

왕즈잉(2018)의 연구 결과는 문화적응 스트레스를 적게 지각하면 자기효능감이 높을수록 심리적 안녕감이 높아지는 것이다. 또 문화적응 스트레스가 높아도 자기효능감이 높으면 심리적 안녕감이 떨어지지 않은 것이다. 문화적응 스트레스와 자기효능감의 관계는 유학생에게 적응할 뿐만 아니라 이미자(2019)의 연구 결과는 여성결혼이민자들의 문화적응 스트레스인 문화충격, 향수병, 사회적 편견이 높을수록 자기효능감인 자신감은 낮아진다. 자기효능감과 결혼만족

도의 관계에서는 자기효능감인 자신감과 감성지능이 높을수록 결혼만족도가 높음을 알 수 있었다. 따라서 여성결혼이민자들의 문화적응 스트레스를 줄이고 자기효능감을 극대화하여 결혼생활을 안정적이고 성공적으로 살아갈 수 있도록 하는 정책이 필요함을 시사해 주고 있다. 또한 박순희(2019)의 연구는 문화적응 스트레스의 하위 요인인 차별감, 지각된 미워함과 자기효능감이 영향을 미쳤다. 김정아(2011)의 연구결과는 사회적 지지를 견고하게 하고 자기효능감을 높임으로써 유학생의 문화적응 스트레스 수준을 낮출 수 있음을 시사한다.

김은주(2018)의 연구 결과는 문화적응 스트레스는 이중 문화적 자기효능감과 사회적 지지와의 관계에서 부적(-) 상관을 나타내었다. 이는 문화적응 스트레스가 높을수록 내재화 문제 수준이 높고, 문화적응 스트레스가 낮을수록 이중 문화적 자기효능감과 사회적 지지가 높다는 것을 알 수 있다. 원명(2021)의 연구 결과를 종합하면, 문화적응 스트레스가 증가할수록 진로 결정 자기효능감이 떨어지게 되고 이는 결국 대학생활 적응의 감소까지 이어진다는 것을 의미한다. 또한 후지염(2014)의 연구 결과는 자기효능감은 문화적응 스트레스와 대학생활 적응과의 관계에서 유의미한 부분 매개효과를 갖는 것으로 확인되었고 문화적응 스트레스와 자기효능감이 대학생활 적응에 미치는 주효과는 유의하였다.

#### **다. 자기효능감과 대학생활 적응의 관계**

김정숙(2015)의 연구 결과에 따르면 자기효능감은 대학생활 적응에 긍정적 영향을 주었으며, 이는 긍정적 대학생활 적응에 영향을 주는 것으로 나타났다. 또한, 자기효능감이 높을수록 대학생활 적응을 잘한다는 이숙정(2011), 이윤조(2002)의 연구와 일치한다. 김정은(2014)이 가운데 전문지식의 습득과 학습능력 향상은 대학생의 기본적인 역할 중에 하나이며, 대학에서의 학업은 본인 스스로가 학습에 애착을 갖고 확고한 목표 설정을 통하여 얼마나 자발적이고 적극적으로 학습하느냐에 따라 졸업 후 취업 등 미래의 진로를 결정하게 되는 중요한 요인이다. 이처럼 대학생활에서 학업은 매우 중요한 요소이며 이러한 학업에 영향을 주는 중요한 요소로는 학업적 자기효능감을 들 수 있다. 고경필, 심미영

(2015)는 자기효능감은 대학 생활적응에 직접적인 영향을 미치는 긍정적 요인으로, 그리고 가족지지는 대학생활 적응에 직접적 효과는 없지만 자기효능감을 매개로 간접으로 긍정적 영향 요인임이 밝혀졌다. 장경문(2005)은 학업적 자기효능감, 즉 학업에 대한 자신감이 높아지면 대학생활의 학업 외 다른 부분의 적응까지 좋게 한다는 결과이며, 학업이 대학생활의 가장 중요한 부분임을 간접적으로 보여주는 것으로 해석할 수 있다. 또한 조은미(2018)의 연구 결과는 사회적 자기효능감이 대학 신입생의 대학 생활적응을 향상시키는 매개변인임을 밝혔다는 것에 의의를 가진다. 진로 결정 자기효능감과 자아 탄력성이 대학생활 적응에 미치는 영향을 검증하였다. 진로 결정 자기효능감과 자아 탄력성의 하위 요인이 부분적으로 대학생활 적응에 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 변은경(2019)의 연구 결과는 대상자는 자기효능감이 높을수록 유머감각이 높을수록 인지적 정서조절 전략이 높을수록 대학 생활적응이 높은 것으로 나타났다 이는 자기효능감이 대학 생활적응과 정적 상관관계를 나타낸 결과이다. 김종문(2019)의 연구 결과는 자기효능감은 대학생활 적응에 영향을 주는 것으로 나타났다. 또한 가족기능과 대학 생활적응의 관계에서 자기효능감이 완전 매개하고 있으므로, 가족기능이 자기효능감을 통해서만 대학생활 적응에 영향을 미치는 간접적인 영향을 가진 것으로 나타났다.

자기효능감이 높을수록 대학 생활적응을 잘하는데, 이는 자기효능감이 동기적, 인지적, 정서적인 중재 과정을 통해 인간행동에 많은 영향을 주므로 자기효능감이 높은 사람은 그렇지 않은 사람에 비해 적응을 잘한다고 할 수 있다는 점을 의미한다. 최은실(2000)의 연구 결과는 자기효능감이 대학생활 적응에 영향을 미치는 것으로 나타났으며 설명력은 .41이었다. 그리고 대학생활 적응 하위 요인에서는 학업적 적응, 사회적 적응, 개인-정서적 적응, 대학 환경에의 적응에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 즉 자기효능감은 학업적 적응에 38% 정도의 큰 영향을 미치고 있음을 보여주고 있다.

## 라. 문화적응 스트레스, 대학생활 적응, 자기효능감의 관계

Solberg(1993)는 자기효능감과 히스패닉 대학생의 적응을 연구한 결과 자기효능감은 대학생활 적응에 중요한 결정요소라는 것을 주장하였다. 또한 김녀(2012)의 연구에서는 자기효능감과 대학생활 적응과의 상관을 살펴보면 전체적으로 정적 상관을 보이고 있다. 장이(2019)의 연구에 따르면 자기효능감의 하위요인 자신감은 대학생활 적응과 높은 상관이 있었다. 자신감이 대학생활 적응에 긍정적 영향을 미쳤다는 결과가 나왔다. 유학생할 동안 문화충격과 스트레스를 겪기 때문에 대학생활에서 부적응감을 많이 느끼지만 유학기간 3년 이상 될 때에는 대학생활이 많이 익숙해지고 적응도 잘된다(진흙, 2015). 개인주의 성향이 높고, 자기효능감이 높으며, 적극적으로 대처할수록 대학생활 적응도가 높았고, 문화적응 스트레스가 높을수록 대학생활 적응도가 낮은 것으로 나타났다( 김오숙, 2014). 대학생활 적응은 지각된 스트레스와 부적상관관계를, 자기효능감, 대인관계능력과는 정적 상관관계를 나타냈다(변은경, 김예진, 2022). 또한 자기효능감은 문화적응 스트레스를 극복하고 대학생활에 적응하는데 가장 큰 설명력을 가지고 있었다(김태동, 2009). 문화 차이로 인한 스트레스가 증가하게 되면 일반적 자기효능감과 사회적 자기효능감이 감소하게 되고, 결국 대학생활 적응을 어렵게 하는 것으로 나타났다( 소정, 2021). 문화적응 스트레스는 대학생활 적응에 부정적인 영향을 미치는 요소임을 알 수 있었으며 따라서 자기효능감이 조절 작용을 하여 대학생활 적응에 유익한 영향을 주는 것으로 보였다(원명, 2021).

### Ⅲ. 연구 방법

#### 1. 연구대상

본 연구의 목적은 대학생들을 대상으로 자기효능감은 조절 효과로 문화적응 스트레스가 대학 생활적응에 미치는 영향을 알아보는 것이다. 대학생의 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향에 대해 살펴보기 위해 문화적응 스트레스와 대학생활 적응은 독립변인으로 구성하였으며, 조절변인은 자기효능감으로 보았다.

자료 수집을 위하여 제주도, 서울, 부산 등 지역 한국 대학교에 재학 중인 외국인 어학원생, 학부생, 석사, 박사 학생 417명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 자료수집 방법은 직접 해당 학교를 찾아가 실시하는 부분도 있고 확산되는 코로나19로 인해 직접 실시가 어려운 부분이 있어서 협조를 구한 학교 외국인 학생 담당자에게 연구의 목적과 취지, 내용, 절차 등을 충분히 설명하여 각 나라 학생에서 설문이 진행될 수 있도록 하였다. 또한 인터넷을 통해서 설문 조사를 실시도 하였다.

설문조사는 2022년 1월 03일부터 1월 30일까지 약 5 주간에 걸쳐 배포된 총 417부의 설문지 중 403부가 회수되었다. 회수된 설문지 중 응답이 누락되었거나 불성실한 13부를 제외한 390명의 자료가 본 연구의 분석 자료로 사용되었다. 본 연구 대상의 인구통계학적 특성은 Ⅲ-1과 같다.

III-1 연구대상의 인구통계학적 특성

(N=390)

	구분	빈도(명)	구성 비율(%)
성별	남	156	40.0
	여	234	60.0
연령	만 20세 미만	21	5.3
	만 20세~24세 이하	171	43.9
	만 25세~29세 이하	130	33.4
	만 30세~34세 이하	52	13.3
	만 35세 이상	16	4.1
학급과정	학부과정	119	30.5
	석사과정	79	20.3
	박사과정	62	15.9
	석박통합과정	4	1.0
	어학당과정	126	32.3
거주 기간	1년 미만	148	37.9
	1년~2년 미만	61	15.6
	2년~3년 미만	39	10.0
	3년~4년 미만	58	14.9
	4년~5년 미만	31	7.9
	5년 이상	53	13.6
TOPIK 등급	1급	23	5.9
	2급	28	7.2
	3급	45	11.5
	4급	91	23.3
	5급	61	15.6
	6급	35	9.0
	없음	107	27.4
주거형태	기숙사	177	45.4
	혼자 자취	110	28.2
	가족, 친구와 자취	82	21.0

	하숙	11	2.8
	기타	10	2.6
수업은 진행 방식	전체 온라인	91	23.3
	온라인 + 대면	124	31.8
	전체 대면	175	44.9
국적	중국	240	61.5
	몽골	21	5.4
	인도	14	3.6
	스리랑카	12	3.1
	탄자니아	11	2.8
	기타(38개국)	92	23.6

연구 대상자의 인구통계학적 특성을 살펴보면, 표 1에서 나타난 바와 같이 연구 대상 총 390명 중에서 학생 성별은 남자가 156(40%), 여자가 234명(60%)으로 비슷한 비율을 보였으며 여자 학생은 많은 비율을 차지하고 있다. 연령의 경우는 20세 미만은 21명(5.3%), 그다음으로 20세 ~24세 171명(43.9%)으로 가장 많고, 25세 ~ 29세 130명(33.4%), 30세~34세 52명(13.3%), 35세 이상은 16명(4.1%) 순으로 나타났다. 제일 어린 나이는 18살이며 제일 많은 나이는 40세이고 평균적인 나이는 25.23세이다. 학급 과정은 학부과정 119명(30.5%), 석사과정은 79명(20.3%), 박사과정은 62명(15.9%), 석박 통합과정은 4명(1.0%) 가장 적은 편이다. 학력이 높을수록 신청하는 외국인 학생이 적어지는 추세이다. 어학당 과정은 126명(32.3%)으로 가장 많다. 주거 행태를 보면 기숙사에서 살고 있는 학생은 177명(45.4%)으로 제일 많고, 그다음에 혼자서 자취하는 학생은 110명(28.2%), 가족 혹은 친구와 자취하는 학생은 82명(21.0%), 하숙 집에서 거주하는 학생은 11명(2.8%), 기타 형태로 구성하는 학생은 10명(2.6%)으로 구성되어 있다. 기숙사를 신청하면 경제적으로 제일 낮은 편이고 학생 식당에서 밥까지 신청 가능하므로 학급 공부에 집중할 수 있다는 장점이 있다. 거주 기간의 경우는 1년 미만하는 학생은 148명(37.9%)으로 제일 많고, 그다음으로 1년~ 2년 미만은 61명(15.6%), 2년~ 3년 미만은 39명(10.0%), 3년~ 4년 미만은 58명(14.9%), 4년~5년 미만은 31명(7.9%)으로

가장 적고, 5년 이상 거주하는 학생은 53명(13.6%) 순으로 나타났다. 그다음으로 한국어 능력 시험(TOPIK)을 볼 때 1급을 가진 학생은 23명(5.9%), 2급을 가진 학생은 28명(7.2%), 3급은 45명(11.5%), 4급은 91명(23.3%), 5급은 61명(15.6%), 6급은 35명(9.0%), 급수가 없는 학생은 107명(27.4%) 제일 많은 확률을 차지하고 있다. 그다음에 4급은 수준을 가진 학생은 2번째로 나타났다. 4급의 수준은 난이도를 볼 때 중간 수준이다. 6급의 수준은 제일 어려운 수준이다. 급수 수준이 높아지면서 학생수가 적어진다.

## 2. 측정도구

본 연구에서는 문화적응 스트레스가 제한 외국인 대학생의 대학생활 적응 관계에서 자기 효능감의 조절 효과를 알아보기 위해 독립변인인 문화적응 스트레스 척도 그리고 종속변인인 대학생활 적응 및 조절변인인 자기효능감 척도를 사용하였다. 본 연구에서 사용한 척도는 다음과 같다.

### 가. 문화적응 스트레스 척도

유학생의 문화적응스트레스 정도를 측정하기 위해서 Sandhu와 Asrabadi(1994)가 개발한 “국제 학생용 문화적응 스트레스 척도(ASSIS)”를 기초하여, 이승중(1996)이 한국어로 번안한 외국인 유학생을 위한 문화적응 스트레스 척도(Accultrative Stress Scale for International Student)를 황지인(2009)이 다시 중국어로 번안한 것을 사용하였다. 원 척도가 36문항이고 황지인(2009)은 중국 유학생의 상황에 맞게 인종, 피부색 등과 관련된 3문항을 제외하여 총 33문항으로 구성하였다. 본 연구에서는 하위 요인들의 신뢰도는 지각된 차별감 Cronbach's  $\alpha = .84$ , 향수병Cronbach's  $\alpha = .88$ , 지각된 적대감Cronbach's  $\alpha = .85$ , 두려움Cronbach's  $\alpha = .86$ , 문화적 충격Cronbach's  $\alpha = .87$ , 죄책감Cronbach's  $\alpha = .88$ , 소외감Cronbach's  $\alpha = .87$ 로 7가지 영역으로 구분하였으며 문화 적응 스트레스 척도Cronbach's  $\alpha = .88$ 로 신뢰할 수 있는 것으로 분석되었다. 각 문항은 5점 Likert 척도(1='전혀 그렇지 않다', 5='매우 그렇다')로 이루어져 있다. 척도의 점수가 높을수록 문화 적응 스트레스의 정도가 높음을 의미한다. 본 연구에서 신뢰도 계수 (Cronbach's  $\alpha$ )는 III- 2에 제시된 바와 같이 나타났다.

하위요인	문항수	문항번호	Cronbach's $\alpha$
지각된 차별감	6	3.9.11.14.17.22	.84
향수병	4	1.6.20.32	.88
지각된 적대감	5	4.15.19.23.30	.85
두려움	3	7.25.28	.86
문화적 충격	3	2.13.21	.87
죄책감	2	10.31	.88
소외감	10	5.8.12.16.18.24.26. 27.29.33	.87
전체	33		.88

#### 나. 대학생활 적응 척도

유학생의 대학생활 적응 척도는 Baker와 Siryk(1986)에 의해 개발된 대학생활 적응 척도(SACQ: Student Adaptation to College Questionnaire)를 이경림과 박재국(2007)이 보완하고, 이를 수정하여 사용한 안은지(2020) 연구의 문항을 사용하였다. 원척도는 4개의 하위 요인에 대하여 총 67개 문항으로 이루어져 있으며, 안은지(2020)의 연구에서는 이 중 42개의 문항을 사용하였다. 본 연구에서는 하위 요인들의 신뢰도는 개인 정서적 적응 Cronbach's  $\alpha$ =.81, 사회적 적응Cronbach's  $\alpha$  =.83, 일반적 적응Cronbach's  $\alpha$ =.79, 학업적 적응Cronbach's  $\alpha$ =.78로 4가지 영역으로 구분하였으며 대학생활 적응 척도Cronbach's  $\alpha$  = .84로 신뢰할 수 있는 것으로 분석되었다. 해당 문항에 대해 응답자는 '전혀 그렇지 않다'에서 '매우 그렇다'까지 5점 Likert 식 척도로 반응하도록 하였다. 본 연구에서 신뢰도 계수 (Cronbach's  $\alpha$ )는 III- 3 에 제시된 바와 같이 나타났다.

하위요인	문항수	문항번호	Cronbach's $\alpha$
개인정서적 적응	11	2*.6*.10*.16*.20*.25	.81
		*.26*.29*.32*.33*.41	
사회적 적응	12	3.7.8.14.21.24.28*.	.83
		30*.34.35*.40.42	
일반적 적응	10	1.4.11.12.18*.22*.2	.79
		3*.36*.38*.39*	
학업적 적응	9	5*.9*.13*.15.17*.19*	.78
		.27*.31.37*	
전체	42		.84

※ 역채점 문항

#### 다. 자기효능감 척도

자아존중감 측정도구는 Rosenberg(1986)의 자아존중감 척도(Self-Esteem Scale; SES)를 김충희(1995)가 수정한 척도로 Cronbach's  $\alpha$ =.83 이었다. 이 척도는 총 10문항이며 긍정적 자아존중감 5문항과 부정적 자아존중감 5문항으로 이루어져 있다. 각 문항이 자신에게 해당하는 정도에 따라 Likert 식 5점 척도 상에서 평정하도록 하였다(전혀 그렇지 않다① ~ 매우 그렇다⑤). 채점은 긍정적 인 문항은 그대로 하고 부정적 자아존중감에 해당하는 문항들은 응답을 역산한 후 긍정적 자아존중감에 해당하는 문항들의 응답과 서로 합하여 총점을 산출한다. 본 연구에서는 하위 요인들의 신뢰도는 일반적 자기효능감 Cronbach's  $\alpha$ =.82, 사회적자기효능감Cronbach's  $\alpha$ =.80로 구분하였으며 자기효능감 척도Cronbach's  $\alpha$ =.87로 신뢰할 수 있는 것으로 분석되었다, 점수가 높을수록 자아존중감의 수준이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 산출된 신뢰도는 Cronbach's=.87 이었다. 각 하위 요인별 문항 구성은 III- 4와 같다.

III- 4 자기효능감 문항 및 신뢰도 계수

(N=390)

하위요인	문항수	문항번호	Cronbach's $\alpha$
일반적 자기효능감	17	1.2*.3.4*.5*.6*.7*.8. 9.10*.11*.12*.13.14 *.15.16*.17*	.82
사회적 자기효능감	6	18*.19.20*.21.22*.2 3	.80
전체	23		.87

※ 역채점 문항

### 3. 자료분석

본 연구에서 수집된 자료는 통계분석 프로그램인 SPSS for Windows 28.0을 활용하였고 다음과 같이 통계분석을 실시하였다.

첫째, 문화적응 스트레스, 대학 생활적응, 자기효능감 척도의 신뢰도 분석을 위해 각 척도의 신뢰도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )를 산출하였다.

둘째, 인구통계학적 변인의 특성을 알아보기 위하여 빈도 분석 및 백분율을 산출하였고, 주요 변인의 특성을 알아보기 위해 기술 통계분석을 실시하여 평균, 표준편차, 왜도, 첨도 값을 산출하였다.

셋째, 문화적응 스트레스, 대학 생활적응 및 자기효능감의 상대적 영향력을 파악하기 위해 pearson 상관분석을 실시하여 두 변수 간의 상관관계를 알아보았다.

넷째, 문화적응 스트레스가 외국인 유학생의 대학생활 적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 조절 회귀분석을 실시하였다.

다섯째, 자기효능감이 외국인 유학생의 대학생활 적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 조절 회귀분석을 실시하였다.

여섯째, 문화 적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 데 있어 자기효능감이 조절한지 알아보기 위해 조절 회귀분석을 실시하였다.

조절 효과를 분석할 때 Cohen 외(2003)에서 제시한 방법에 따라 상호작용 항을 만들기 전, 변인 간 다중공선성의 문제를 줄이기 위해 예측 변인과 조절 변인의 원점수에서 평균을 빼는 작업을 통해 예측 변인과 조절 변인을 평균중심화(Mean-Centering) 처리를 하였다(서영석, 2010; 백미현, 유현실, 2012). 다음으로 평균중심화한 문화적응 스트레스와 자기효능감의 상호작용항을 만들어 위계적으로 회귀분석을 실시하였다. 1단계 문화적응 스트레스와 대학생활 적응 관계의 유의성을 파악한다. 2단계로 조절변인인 자기효능감을 추가로 투입하여 유의성을 파악한다. 마지막 3단계로 문화적응 스트레스와 자기효능감의 관계에서 상호작용항을 추가하여 조절 효과가 유의한지 검증한다.

## IV. 연구 결과 및 해석

### 1. 주요 변인의 기술 통계치

본 연구의 주요 변인인 문화적응 스트레스, 대학생활 적응 및 자기효능감의 평균(M), 표준편차(SD), 왜도, 첨도는 IV- 5와 같다.

IV- 5 주요 변인의 기술통계 (N=390)

변인	M	SD	왜도	첨도	최소값	최대값
문화적응 스트레스	2.33	.68	.09	-.57	1.00	4.24
대학생활적응	3.44	.55	.35	-.19	1.95	4.90
자기효능감	3.48	.54	.13	.22	1.78	5.00

독립변인인 문화적응 스트레스 수준을 5점 척도 상의 평균값을 기준으로 분석해 보면, 평균은 2.33, 표준편차는 .68, 왜도는 .09, 첨도는 -.57, 최소값은 1.00, 최대값은 4.24로 나타난다.

종속변인인 대학생활 적응의 수준은 5점 척도 상의 평균값을 기준으로 분석해 보면, 평균은 3.44, 표준편차는 .55, 왜도는 .35, 첨도는 -.19, 최소값은 1.95, 최대값은 4.90으로 나타난다.

조절변인인 자기효능감 수준을 5점 척도 상의 평균값을 기준으로 분석해 보면, 평균은 3.48, 표준편차는 .54, 왜도는 .13, 첨도는 .22, 최소값은 1.78, 최대값은 5.00으로 나타난다.

자료의 정규 분포성을 만족하기 위해서는 West, Finch와 Curran(1995)이 제시한 각 변수의 왜도(skewness)와 첨도 값(kurtosis)이 각각 절댓값 2와 4를 넘지 않았는지를 분석하였다. 본 연구에서는 문화적응 스트레스, 그리고 대학생활 적응, 자기효능감의 왜도 값이 모두 1을 넘지 않고 있으며, 첨도 역시 1을 넘지 않고 있어 변인들의 분포가 정규성에 위배되지 않았음을 확인할 수 있다.

## 2. 주요 변인들 간의 상관관계

본 연구에서는 외국인 유학생 최종 390명의 자료를 활용하여 문화 적응 스트레스, 대학생활 적응 및 자기효능감의 관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시하였고, 결과는 다음의 IV- 6과 같다.

IV- 6 문화적응 스트레스, 대학생활 적응, 자기효능감의 상관관계 (N=390)

변인	A	B	C
문화적응 스트레스(A)	1		
대학생활 적응(B)	-.726 **	1	
자기효능감(C)	-.453 **	..671 **	1

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

문화적응 스트레스, 대학생활 적응 및 자기효능감의 상대적 영향력을 파악하기 위해 pearson 상관분석을 실시하여 두 변수간의 상관관계를 알아보았다. 자기효능감과 대학생활 적응의 상관분석 결과를 살펴보면, 가장 높은 정(+) 적 상관( $r=0.671$ ,  $p < .01$ )이 나타났다. 자기효능감이 수준이 높은 경우에는 대학생활 적응 수준도 높아진다는 것을 알 수 있다. 문화적응 스트레스와 대학생활 적응의 상관분석 결과를 살펴보면, 가장 높은 부(-) 적 상관( $r=-0.726$ ,  $p < .01$ )이 나타났다. 문화적응 스트레스가 수준이 높은 경우 대학생활 적응 수준이 낮아진다는 것을 알 수 있다. 문화적응 스트레스와 자기효능감의 상관분석 결과를 살펴보면, 가장 낮은 부(-)적 상관( $r=-0.453$ ,  $p < .01$ )이 나타났다.

### 3. 문화적응 스트레스가 외국인 유학생의 대학생활 적응에 미치는 영향

IV- 7 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향 (N=390)

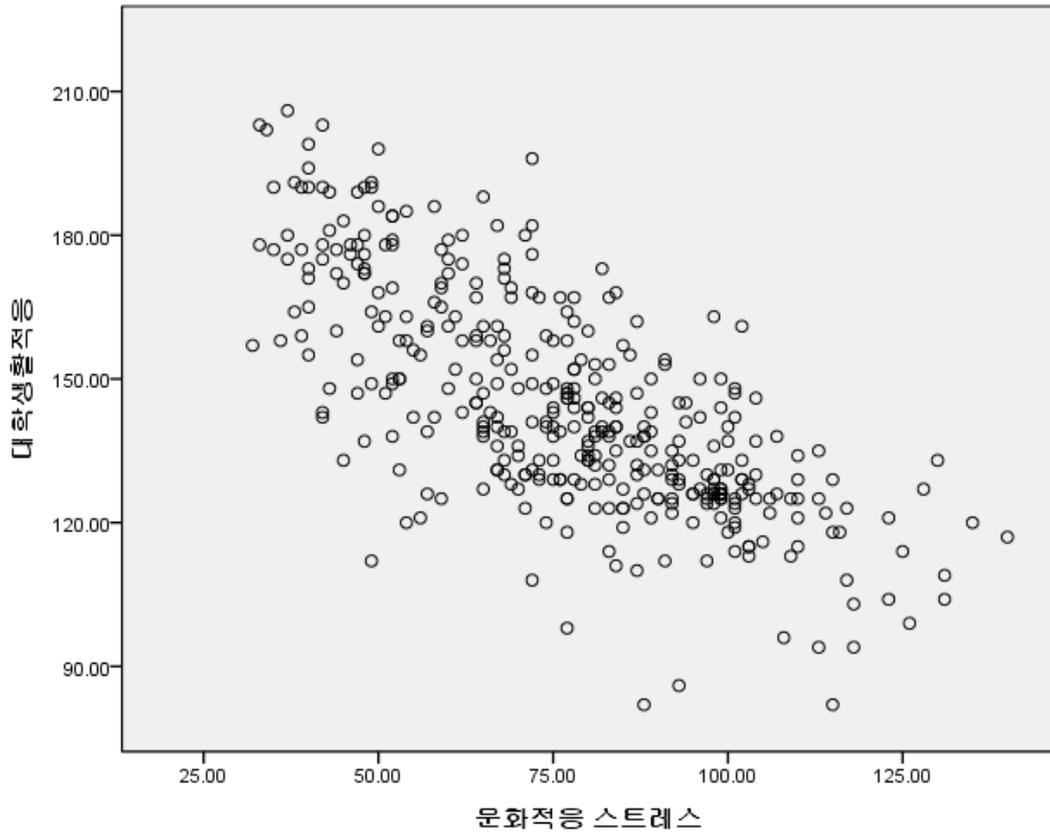
변수	비표준화 계수		표준화 계수	t(p)	F(p)	R <sup>2</sup>
	B	SE	$\beta$			
(상수)	201.699	2.891		69.768***		
문화적응 스트레스	-.744	.036	-.726	-20.638***	425.937***	.726

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

문화적응 스트레스가 외국인 유학생의 대학생활 적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 단순 선형 회귀분석을 진행하였다. 분석 결과,  $F=425.937(p < .001)$ 으로 분회귀 모형이 적합하다고 할 수 있다. R 제곱은 1에 가까울수록 회귀 모형이 적합하다는 설명력이 가지고 있다. 즉  $R^2 = 0.726$ 으로 72.6%의 설명력을 나타냈다.

문화적응 스트레스 전체를 살펴보면, 비표준화 베타의 값이 -.744로 나타났다. 검정통계량을 살펴보면, t값이 -20.638이고 유의확률이 0.000( $p < .001$ )이므로 통계적으로 유의한 영향을 주는 것으로 나타났다. 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 유의한 영향을 미치고 있었다.  $\beta$ 부호가 부(-) 적이므로 문화적응 스트레스가 증가하면 대학생활 적응은 감소하는 것으로 나타났다.

공식은  $Y(\text{대학생활 적응}) = 201.699 + (-.744)X(\text{문화적응 스트레스})$ . 즉 문화 적응 스트레스가 “1” 커지면 대학생활 적응이 .744씩 감소한다. 또한 다음 선편도를 보며, 우하향하는 그래프로 나타난다.



IV- 5 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향

#### 4. 자기효능감이 외국인 유학생의 대학생활 적응에 미치는 영향

자기효능감이 외국인 유학생의 대학생활 적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 단순 선형회귀분석을 진행하였다. 분석 결과,  $F=314.478(p<.001)$ 으로 본 회귀 모형이 적합하다고 할 수 있다. R 제곱은 1에 가까울수록 회귀 모형이 적합하다는 설명력이 가지고 있다. 즉  $R^2 = 0.671$ 으로 67.1%의 설명력을 나타냈다.

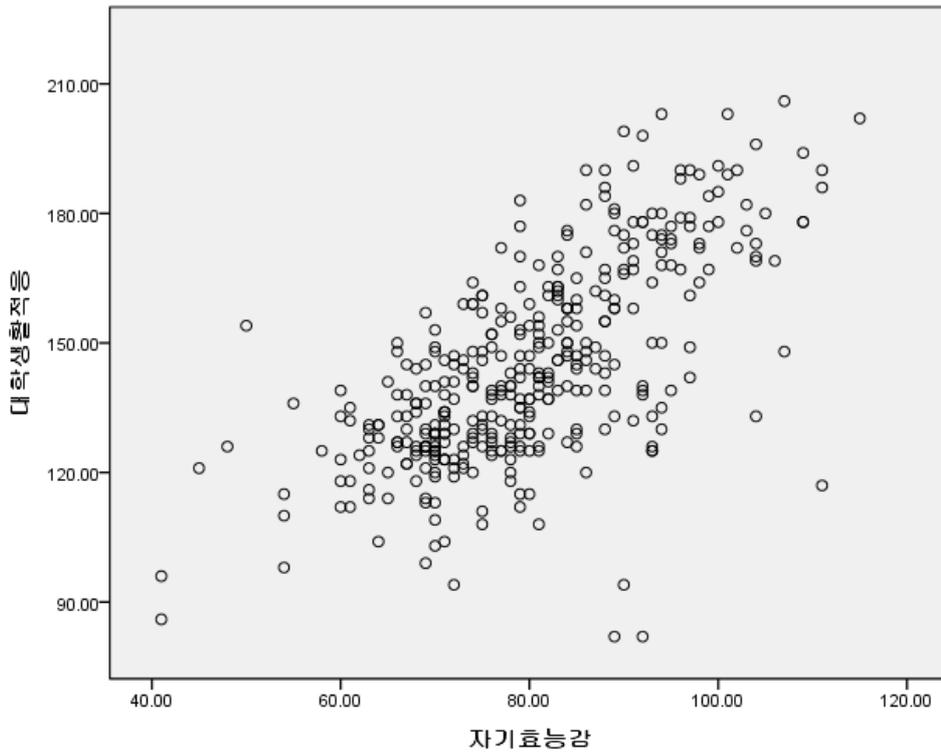
자기효능감 전체를 살펴보면 비표준화 베타의 값이 1.256으로 나타났다. 검정 통계량을 살펴보면, t값이 17.734이고 유의확률이 0.000( $p<.001$ )이므로 통계적으로 유의한 영향을 주는 것으로 나타났다. 자기효능감이 대학생활 적응에 유의한 영향을 미치고 있었다.  $\beta$ 부호가 정(+) 적이므로 자기효능감이 증가하면 대학생활 적응은 증가하는 것으로 나타났다.

공식은  $Y(\text{대학생활 적응})=43.986+(1.256)X(\text{자기효능감})$ . 즉 자기효능감이 “1” 커지면 대학생활 적응이 1.256씩 증가한다. 또한 다음 선포도프를 보며, 우상향하는 그래프로 나타난다.

IV- 8 자기효능감이 대학생활 적응에 미치는 영향 (N=390)

변수	비표준화 계수		표준화 계수	t(p)	F(p)	R <sup>2</sup>
	B	SE	$\beta$			
(상수)	43.986	5.731		7.675***		
자기효능감	1.256	.071	.671	17.734***	314.478***	.671

\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$



IV- 6 자기효능감이 대학생활 적응에 미치는 영향

## 5. 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 데 있어 자기효능감이 조절 효과

독립변수가 종속변수에 영향을 주는 과정에 또 다른 변수가 개입하여 독립변수의 직접적인 효과가 아닌 또 다른 영향을 야기하는 현상을 조절 효과라 하고 이러한 영향을 미치는 또 다른 변수를 조절 변수라고 한다(김은주, 2017). 본 연구의 가설 문화적응 스트레스와 외국인 유학생이 대학생활 적응의 관계에서 자기효능감의 조절 효과를 검증하기 위해 조절 회귀분석(Moderated Regression)을 실시하였다. 조절 회귀분석(Moderated Regression)이란 독립변수가 종속변수에게 직접적으로 미치는 영향 외에 또 다른 독립변수(조절 변수) 개입한 영향도 고려한 회귀분석 방법이라고 한다(아이리스, 2022). 조절 회귀분석을 진행하기 위해서는 상호작용변수(독립 변수 x 조절 변수)를 만든 후, 독립 변수, 조절 변수, 상호작용 변수를 투입하여 회귀모형을 만들었다. 상호작용항이 다른 독립변수와 높은 상관을 가져서 다중공선성이 존재할 수 있다. 다중공선성(Multicollinearity)은 다수의 독립 변수가 서로 지나치게 높은 상관관계를 가지면서 회귀계수 추정의 오류가 발생하는 문제이다.

문화적응 스트레스와 대학 생활적응의 관계에서 자기효능감의 조절 효과를 파악하기 위해 상호작용 변인을 포함한 조절 회귀분석을 사용하였다. 1단계에서 문화적응 스트레스가 투입되었고, 2단계에서는 문화적응 스트레스와 자기효능감 변수가 각각 투입되었으며, 3단계에서는 문화적응 스트레스가 대학 생활적응에 미치는 과정에서 자기효능감의 조절 효과를 확인하기 위해 문화적응 스트레스와 자기효능감의 곱인 상호작용 (문화적응 스트레스\*자기효능감) 변수를 투입하였다. 3단계에서는 상호작용 문화적응 스트레스와 자기효능감의 변수는 평균 중심화(Mean Centering)하고, 중심화한변인들의 곱에 의해 생성한 값으로 분하였다.

IV- 9 결과에 따라서 R 제곱 값과 R 제곱 값 변화량을 살펴보면 2 단계 .674에서 3단계 .685으로 .011 증가한 것을 확인할 수 있고, 유의확률 F 변화량을 보면 3단계 .000( $p < .001$ )로 통계적으로 유의한 것을 확인할 수 있다.

또한 Durbin-Watson 값은 1.985로 2.0에 가까워 문제가 없다고 판단할 수 있다. 즉, 자기효능감은 독립변수인 문화적응 스트레스가 종속변수인 대학생활 적

응에 미치는 영향을 조절하는 것을 확인할 수 있다. 독립변수와 조절변수 그리고 상호작용항의 VIF 값이 모두 10보다 작은 것으로 나타나고 변수들 간 공선성의 문제는 없는 것으로 판단할 수 있다.

모형 1의 경우 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향력은 52.7%로 나타났으며, 회귀모형은 통계적으로 유의하였다( $t=-20.638, p<.001$ ).

모형 2의 조절 변수인 자기효능감을 추가해서 영향력은 67.4%로 나타났으며, 회귀모형은 통계적으로 유의하였다( $t=13.161, p<.001$ ). 모형 2에서는 독립변수와 조절 변수는 모두 대학생활 적응에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타난다.

마지막으로 모형 3의 경우 독립변수와 조절변수의 상호작용항인  $X*M$ 을 투입해서 영향력은 68.5%로 나타났으며, 조절 효과가 통계적으로 유의한다( $t=-3.682, p<.001$ ). 즉 문화적응 스트레스와 대학생활 적응 관계의 설명력에서 상호작용항 변인이 투입됨으로써 설명력이 1.1% 증가하였고, 따라서 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향에 있어 자기효능감의 조절효과가 유의미함을 확인하였다.

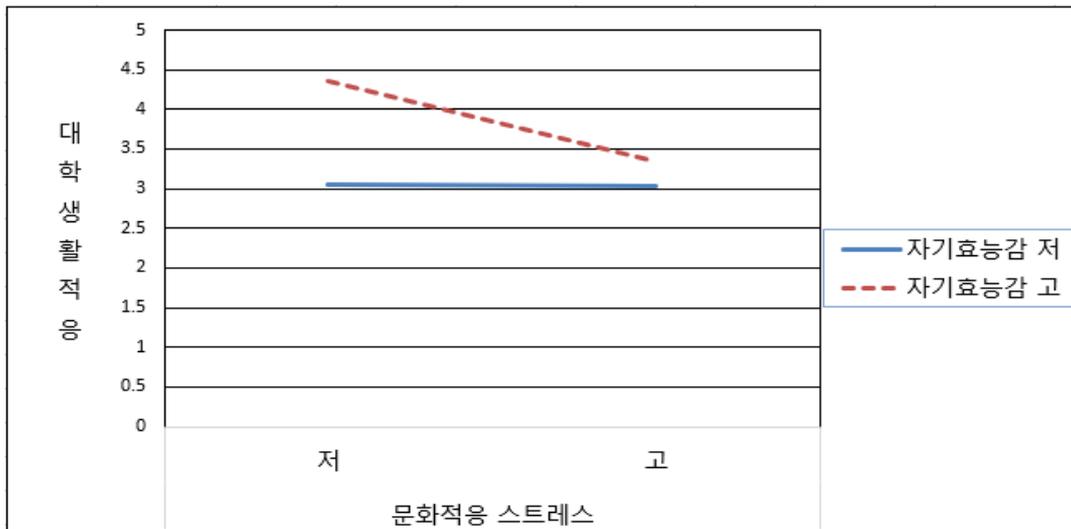
결과에 따라서 외국인 유학생의 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향에서 자기효능감의 조절 효과 검증결과는 제3단계에서 상호작용항이 통계적 유의 수준하에서 유의미한 결과( $B=-.008, t=-3.682, p<.001$ )값으로 나타났고 문화적응 스트레스와 대학 생활적응의 관계에서 자기효능감은 부적인 조절 효과를 갖는 것으로 나타났다. 즉, 자기효능감은 대학 생활적응을 완화시키는 요인으로 검증되었다.

IV- 9 외국인의 문화적응 스트레스와 대학생활 적응의 관계에서 자기효능감의 조절효과 (N=390)

단계	모형	R <sup>2</sup>	F	B	SE	$\beta$	t	VIF
1	문화적응스트레스	.527	425.937 ***	-.744	.036	-.726	-20.638 ***	1.000
2	문화적응스트레스	.674	173.211 ***	-.544	.034	-.530	-16.184 ***	1.259
	자기효능감			.807	.061	.431	13.161 ***	
3	문화적응스트레스 (A)	.685	13.555 ***	-.532	.033	-.518	-15.988 ***	1.272
	자기효능감(B)			.777	.061	.415	12.772 ***	
	상호작용항(A*B)			-.008	.002	-.108	-3.682 ***	

Durbin-Watson: 1.985

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$



IV- 7 자기효능감의 조절효과

제시된 IV- 7을 보면, 자기효능감이 높은 경우는 문화적응 스트레스가 낮아지고 대학생활 적응이 높은 것을 알 수 있다. 문화적응 스트레스가 낮은 경우에는 자기효능감이 높아지고 대학생활 적응 수준이 상승되고, 자기효능감이 낮은 경우 대

학생생활 적응 수준이 낮아졌다. 또한 자기효능감이 높은 집단은 문화적응 스트레스가 높아짐에 따라 대학생활 적응이 하강하는 양상을 보이지만, 자기효능감이 낮은 경우에 비하면 상대적으로 높은 대학생활 적응 수치를 나타냈다. 이는 자기효능감이 문화적응 스트레스와 대학생활 적응의 관계에서 중요한 조절요인이 된다는 것을 보여준다.

## V. 논의 및 제언

### 1. 연구의 논의

본 연구는 전국적으로 대학교에 다니는 외국인 유학생을 대상으로 이들의 문화적응 스트레스와 대학생활 적응의 관계에서 영향을 미치는 자기효능감에 대해 살펴봄으로써 문화적응 스트레스, 대학생활 적응, 자기효능감 관계에 대한 이해와 자기효능감이 조절 효과에 대한 이해를 돕고자 하였다. 이 연구를 통하여 외국인 유학생의 대학생활 적응을 잘 적응하고자 하는데 필요한 기초자료를 제공하고, 자기효능감을 높여 문화적응 스트레스에 효과적으로 대처함으로써 외국인 유학생의 정신적 건강과 타국에 외서 소외감과 어려움을 감소 방안을 마련하도록 하는데 그 목적이 있다. 본 연구의 결과에 기초해 선행연구와 관련지어 논의한 것은 다음과 같다.

본 연구의 결과를 선행연구와 관련지어 논의하면 다음과 같다.

첫째, 문화적응 스트레스, 대학생활 적응 및 자기효능감의 상대적 영향력을 파악하기 위해 pearson 상관분석을 실시하여 두 변수간의 상관관계를 알아보았다. 자기효능감과 대학생활 적응의 상관분석 결과를 살펴보면, 가장 높은 정적 상관이 나타났다. 따라서 자기효능감이 수준이 높은 경우에는 대학생활 적응 수준도 높아진다는 것을 알 수 있다. 이는 자기효능감이 대학생활 적응에 영향을 미친다는 기존의 연구 결과와 일치한다.

이윤조(2002)의 연구 결과는 전체 자기효능감과 전체 대학생활 적응의 .549로 매우 유의한 상관관계를 보였다는 결과와 일치한다. 또한 김종원(2016)의 연구 결과도 자기효능감은 대학생활적응( $r = .59, p < .01$ )과 1% 수준에서 통계적으로 유의미한 정적상관이 있었다. 문화적응 스트레스에 적절하게 대처하지 못한다면 우울감이 높아지거나 자기효능감이 저하한다(김정아, 김인경, 2011).

문화적응 스트레스와 대학생활 적응의 상관분석 결과를 살펴보면, 가장 높은 부적 상관이 나타났다. 문화적응 스트레스가 수준이 높은 경우 대학생활 적응 수준이 낮아진다는 것을 알 수 있다. 문화적응 스트레스와 자기효능감의 상관분석

결과를 살펴보면, 가장 낮은 부적 상관이 나타났다.

둘째, 문화적응 스트레스와 자기효능감이 대학 생활적응에 미치는 영향을 알아보기 위해서 선형회귀분석을 진행하였다. 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 유의한 영향을 미치고 통계적으로 유의한 영향을 주는 것으로 나타났다. 이는 임상관 외(2017)의 연구결과는 외국인 유학생은 인간관계, 생활문화 스트레스가 낮아질수록 학업만족도는 높아진다는 연구 결과와 일치한다. 또한 남순현(2021)은 한국 문화수용전략과 문화적응 스트레스는 학교생활적응에 유의한 영향을 미친다는 결과도 나왔다. 웅철(2017)의 연구 결과 따르면 문화적응 스트레스 하위요인 중에 지각된 적대감과 문화적 충격이 전공 및 대학생활만족에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

자기효능감이 외국인 유학생의 대학생활 적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 단순 선형회귀분석을 진행하였다. 통계적으로 유의한 영향을 주는 것으로 나타났다. 자기효능감이 대학생활 적응에 유의한 영향을 미치고 있었다. 정효주(2018)의 연구 결과도 대학생활 적응은 자기효능감( $r=.347, p=.001$ )이 높을수록 학업 스트레스( $r=-.392, p<.001$ )가 낮을수록 적응 수준이 높은 것으로 나타났다. 송남(2013)의 연구결과를 살펴보면 학교적응이 높을수록 학습동기가 높게 나타남을 의미하며 학교적응이 높을수록 자기효능감도 높게 나타남을 의미한다. 장이(2019)는 자기효능감이 대학생활 적응에 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고 자기효능감이 높을수록 대학생활적응이 높아지게 된다고 해석할 수 있다. 이윤조(2002)의 연구에서는 자기효능감이 대학생활적응의 하위요인 중 특히 학업적응과 가장 높은 상관관계를 보였다.

셋째, 문화적응 스트레스와 대학 생활적응의 관계에서 자기효능감의 조절 효과를 파악하기 위해 상호작용 변인을 포함한 조절 회귀분석을 사용하였다. 통계적으로 유의한 것을 확인할 수 있다. 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향에 있어 자기효능감의 조절효과가 유의미함을 확인하였다. 심령(2021)의 자기조절 조절효과 검증 결과는 자기조절은 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 유의한 영향을 끼치고 있다. 소정(2021)은 자기효능감이 투입되기 전 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 효과는  $\beta=-.2854$ 이었고, 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 직접 효과는 자기효능감이 투입되면서 감소하고 조절하였다는 결과도 나왔다.

## 2. 연구의 제한점

본 연구의 제한점 및 추후 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구 대상자는 제주도에 있는 유학생은 80%, 육지 20%로 구성되어 있으며 특정 중국인 유학생은 비율은 240명, 61.5% 대상으로 표집을 했으며, 다른 나라인 몽골 학생은 21명, 5.4%, 인도 학생은 14명, 3.6% 등 나라를 포함하고 있다. 성별 분류에서 남자보다 여자의 빈도가 높으므로 학생들에게 일반화하기 어려울 수 있다. 따라서 연구결과를 연구 대상자에 일반화하기에는 한계가 있다. 그러므로 추후 연구에서는 다양한 지역과 나라별 학생을 확대하여 일반화의 가능성 및 타당성을 확대하는 것이 필요하다고 보인다.

둘째, 2020년부터 2021년도 코로나 때문에 본 연구의 측정 방법이 비대면 온라인 설문지를 활용하여 양적 연구를 측정했기 때문에 불확실한 응답 등을 배제할 수 없다는 점에서 제한점이 있고 문화 적응 스트레스와 대학생활 적응의 관계를 심층적인 내용을 세밀히 분석하지 못하는 한계점이 있다. 따라서 후속 연구에서는 비대면 온라인 검사 외에 대면 검사나 관찰자 Q&A, 평정 등 질적 연구를 활용하여 설문지가 갖는 한계를 극복하고 대학생활 적응에 심층적인 영향요인도 파악할 수 있다.

셋째, 본 연구에서는 문화적응 스트레스와 대학 생활적응의 관계에서 조절 역할을 할 것으로 예측되는 변인으로 자기효능감 변인을 선정하여 조절효과 검증을 실시하였다. 따라서 추후 연구에서는 자기효능감 외에도 다른 변인들로 조절효과를 검증함으로써 외국인 유학생의 대학 생활적응을 향상시킬 수 있는 다양한 보호요인의 탐색이 요구된다.

## 참 고 문 헌

### 국내 문헌

- 강유임(2012). **다문화가정 아동의 모애착과 심리사회적 적응의 관계**. 단국대학교 교육학과 박사학위논문.
- 고경필, 심미영(2015). **대학생의 취업스트레스와 대학생활 적응과의 관계에서 가족지지 자기효능감의 매개효과**. 한국 콘텐츠 학회 논문지, 15(15).
- 권귀영(2017). **외국인 유학생의 스트레스가 학업적응에 미치는 영향에 관한 연구**. 중앙대학교 행정대학원 석사학위논문.
- 권미경, 이순형(2010). **조기 해외 유학 아동과 청소년의 스트레스와 적응: 문화적응이론에 근거하여**. 인간발달 연구, 17(1), 145-171.
- 권아나(2017). **외국인 유학생의 대학서비스 만족도와 추천행동**. 이화여자대학교 행정학과 석사학위논문.
- 기영화, 장지현(2019). **의사결정나무분석을 이용한 외국인유학생 생활만족도 분석: 중국유학생을 중심으로**. 사회적경제와 정책연구, 9(2), 5, 121-143.
- 김 너(2012). **대학생의 정서표현갈등과 자기 효능감이 대학생활 적응에 미치는 영향 : 중국 연변 주 한족, 조선족 대학생을 중심으로**. 제주대학교 교육대학원 석사학사논문.
- 김명용(2011). **대학서비스 만족도와 인간관계가 대학생활의 질에 미치는 영향**. 동양대학교 경영학과 석사학위논문.
- 김민희, 김윤정(2016). **전문대학 미용전공 학생들의 셀프리더십이 학습효과와 대학생활 만족도에 미치는 영향**. 한국디자인문화학회.
- 김 범(2016). **회귀분석을 이용한 남조류 영향인자에 관한 연구**. 계명대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 김법준(2018). **외국인학교 학생의 학교생활적응에 영향을 주는 요인 분석**. 고려대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김별아(2021). **국내 외국인 유학생의 사회정서역량이 대학 생활적응에 미치는 영향**. 이화여자대학교 교육대학원 석사청구논문.

- 김선아(2010). 재한 중국인 유학생의 대학생활 적응. 용인대학교 학생생활 연구, 17, 57-68.
- 김선남(2007). 외국인 유학생의 대학적응 결정요인에 관한 연구. 한국언론학회. 학술대회발표 논문집, 29-46.
- 김성훈(2016). 대학생의 사회정체성 및 외국인 유학생과의 집단 간 접촉이 통합적 갈등을 매개하여 글로벌역량에 미치는 영향. 숭실대학교 평생교육학과 박사학위논문.
- 김세경(2017). 외국인 유학생의 문화적응스트레스가 대학생활적응에 미치는 영향. 19(2), 999-1010.
- 김세경(2018). 외국인 유학생의 문화적응 스트레스가 사회정서적 적응에 미치는 영향. <지역과 세계>, 42(2), 127-149.
- 김연희. 이교일(2021). 유학생의 차별 경험과 정신건강 간의 관계에서 문화적응 스트레스의 매개효과 검증 연구. 디아스포라연구, 15(1).
- 김오숙(2014). 국내 외국인유학생의 대학생활적응 예측모형: 대처-적응 문화 맥락적 모형을 중심으로. 경희대학교 간호대학 박사학위논문.
- 김은주(2018). 다문화가정 아동의 문화적응 스트레스가 내재화 문제에 미치는 영향. 경성대학교 사회복지대학원 석사학위논문.
- 김정미. 김재천(2019). 대학생의 학과만족도와 자기효능감이 진로준비 행동에 미치는 영향. 교육문화연구, 25(5), 273-288.
- 김정숙(2015). 자기통제력과 자기효능감이 대학생활 적응에 미치는 영향. 건국대학교 교육학과 석사학위논문.
- 김정아, 김인경(2011). 중국 유학생의 문화적응 스트레스, 사회적 지지, 자기효능감. 한국간호교육학회지, 17(1), 52-61.
- 김재윤. 마나. 박은영. 산티아고. 이소영. 김현경. 백준상(2021). 외국인 유학생의 대학생활 적응을 위한 서비스 디자인 연구 한국인 학생과의 교류를 중심으로. 한국HCI학회 학술대회, 131-138.
- 김재은(2009). 외국인 유학생의 문화적응 스트레스와 적응 프로그램 효과성 연구. 아주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김종문. 김미정(2016). 대학생의 가족기능과 대학생활 적응의 관계에서 성격

- 강점과 자기효능감의 매개효과. 16(2), 1035-1052.
- 김종원, 김은정(2019). 중국인 유학생의 대학생활 적응과 대학생활 만족도에 미치는 영향에 관한 연구. 한국산업정보 학회논문지, 24(4).
- 김지현(2006). 대학 서비스 만족도가 대학생활에서의 삶의 질과 대학에 대한 태도에 미치는 영향. 연세대학교 경영학과 석사학위논문.
- 김태동(2009). 脫北 大學生의 大學生活適應에 影響을 주는 要因 研究. 崇實大 學校 社會福祉學科 博士學位論文.
- 김현미(2017). 군복무 후 제대한 복학생의 진로결정 자기효능감과 자아탄력성이 대학생활 적응에 미치는 영향. 513-523.
- 김화영(2005). 대학교육의 국제화를 위한 외국인유학생 유치 활성화방안.蔚山大 學校 教育大 學院 教育學碩士 學位論文.
- 김홍수(2019). 외국인 유학생의 한국어 의사소통과 전공만족도가 취업준비행동에 미치는 영향. 호서대학교 벤처대학원 박사학위논문.
- 나란볼락, 유금란(2021). 문화적응 스트레스가 한국에 거주하는 몽골이주민의 우울에 미치는 영향: 사회적 지지의 조절효과. 한국심리 학회지, 24(1), 35-49.
- 남순현(2021). 중국유학생의 민족정체성이 학교생활 적응에 미치는 영향. 한국심리학회지, 33(2), 745-770.
- 디따 옥따마야(2017). 학교 내 정보 공유가 외국인 유학생의 학교생활 만족도, 학생 참여, 학교에 대한 이미지에 미치는 영향. 중앙대학교 미디어커뮤니케이션학과 미디어커뮤니케이션전공 석사학위논문.
- 런쉐메이(2016). 교육서비스의 국제교류 활성화에 관한 연구. 東新大 學校 大 學院 碩士學位論文.
- 레티후엔짱(2015). 베트남 유학생들의 한국 대학생활 적응에 관한 사례 연구. 동아대학교 국제전문대학원 석사학위논문.
- 린 나(2012). 재한 중국 유학생의 사회문화적 적응에 관한 질적 연구. 서울시립대학교 도시사회학과 석사학위논문.
- 마징징(2021). 재한 중국인 유학생의 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향. 경인교육대학교 교육전문대학원 석사학위논문.

- 몽흐온드랄(2016). 몽골인 유학생의 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향. 대구대학교 사회복지학과 석사학위논문.
- 민진영(2013). 외국인 유학생의 대학원 학업 적응에 관한 내러티브 탐구. 연세대학교 한국어 교육 전공 박사학위논문.
- 민현정(2013). 중국 유학생의 대학생활 적응에 관한 연구. 한서대학 일반대학원 석사학위논문.
- 박미숙(2010). 중국유학생의 한국생활 적응실태 조사분석-대구. 경상도를 중심으로. 계명대학교대 중국학과 석사학위논문.
- 백성희(2012). 외국인 유학생의 한국 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인 연구. 숭실대학 교육대학원 석사학위논문.
- 박세원(2012). 내외국인 유학생의 대학생활 적응에 관한 내러티브 연구. 경북대학교 문학대학원 석사학위논문.
- 박소연(2018). 재한 외국인 유학생의 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인연구 :국내 학술지 중심으로. 상담과연구, 1(2), 13-28.
- 박순희(2019). 외국인 유학생의 문화적응 스트레스 및 자기효능감, 진로준비 행동에 관한 융복합 연구. 10(5), 351-357.
- 박영신. 김의철 역( Bandura, A. 저)(2001). 자기효능감과 삶의 질: 교육. 건강. 운동. 조직에서의 성취. 서울 교육과학사.
- 박영희(2010). 요양보호사의 근무환경이 직무스트레스에 미치는 영향. 대구한의대학교 노인의료복지학과 노인의료복지전공 박사학위논문.
- 변은경(2019). 간호대학생의 자기효능감 유머감각 인지적 정서조절과 대학생활적응과의 관련성. 19(8), 75-84.
- 변은경, 김예진(2022). 일 전문대학생의 지각된 스트레스, 자기효능감, 대인관계능력이 대학생활적응에 미치는 영향. The Journal of the Convergence on Culture Technology. 8(3), pp.521-528.
- 박은명(2016). 외국인 유학생의 대학 도서관 이용행태 및 만족도 연구. 계명대학교 문헌정보학과 석사학위논문.
- 백지숙(2011). 국내 외국인 유학생의 개인적 배경. 자아 존중감. 문화적응 스트레스가 대학적응에 미치는 영향. 한국가정관리학회지, 29(3), 119-131.

- 박혜숙(2010). 국내 대학생과 재한 중국 유학생의 대학생활 만족도 비교. 이화여자대학교 교육과학연구소.
- 소 정(2021). 중국인 유학생의 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향. 광주대학교 교육학과 석사학위논문.
- 송남 (2013). 재한 중국유학생의 학교적응과 학습동기 및 자기효능감의 관계. 석사학위논문. 건양대학교 상담심리학과 석사학위논문.
- 송성섭, 김용찬, 김민규(2014). 재한유학생 교양체육수강 여부에 따른 문화적응 스트레스 및 대학생활 적응 분석. 여가문화학회. 12(2), 103-123
- 송정애, 장정순(2010). 전문대학생의 대학생활 적응과 가족기능과의 관계에서 대인관계의 매개효과에 대한 연구. 한국가족복지학, 15(1), 119-144.
- 쉬웨이(2016). 중국인 유학생의 문화적응 스트레스와 학업소진의 관계에서 학업스트레스, 자아존중감 및 학업탄력성의 역할. 경북대학교 교육학과 교육심리 및 상담심리전공 석사학위논문.
- 신영웅(2020). 국내 대학의 효율적인 외국인유학생 유치 방안. 상명대학교 한국학과 한국어언어문화전공 석사학위논문.
- 신혜정(2015). 국내 외국인 유학생의 대학생활 적응연구. 경기대학교 다문화교육전공 석사학위논문.
- 심 령(2021). 재한 중국유학생의 한국어능력, 문화지능, 문화적응스트레스, 성격강점 및 대학생활적응 간의 구조적 관계. 숙명여자대학교 교육학과 교육심리학전공 박사학위논문.
- 안진우, 이채원(2017). 문화적응 스트레스가 베트남 유학생의 대학생활 적응에 미치는 영향. 사회적 지지의 효과를 중심으로. 숭실대학교 사회복지학과. 157-177.
- 양순우(2010). 외국인유학생의 정보추구행태에 관한 연구. 전남대학교 문헌정보학과 석사학위논문.
- 엄희정(2019). 결혼이주여성의 문화적응 스트레스가 가족건강성에 미치는 영향. 제주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 오 가(2016). 동의대학교 재학 중국유학생 대학생활 적응과 문화적응 스트레스 연구. 동의대학교 동아시아국제학과 석사학위논문.

- 오선진(2014). **외국인 학생의 대학생활 적응에 관한 연구**. 전남대학교 행정대학원 석사학위논문.
- 왕 방(2013). **재한 중국 유학생의 여가만족, 자아존중감 및 대학생활 적응의 관계**. 한서대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 왕즈잉(2018). **재한 중국유학생의 문화적응 스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 자기효능감의 조절효과**. 영남대학교 심리학과 심리학전공 석사학위논문.
- 옹 철(2017). **중국인 유학생의 문화적응 스트레스와 자기조절이 대학생활만족도에 미치는 영향**. 나사렛대학교 재활복지대학원 석사학위논문.
- 원 명(2021). **재한 중국 유학생들의 문화적응 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향**. 한양대학교 러닝사이언스학과 석사학위논문.
- 유치형, 이주희, 박순희(2018). **외국인 유학생의 성격강점이 대학생활 적응에 미치는 영향**. 16(11), 511-520.
- 유찬우(2011). **성격강점이 외국인 유학생의 문화적응 및 대학생활 적응에 미치는 영향**. 고려대학교 심리학과 석사학위논문.
- 유 휘(2008). **강원대학교 외국인 유학생의 유학생생활 실태조사 분석 연구**. 강원대학교 교육학과 석사학위논문.
- 윤슬비(2015). **한국어 학습자의 언어 문화적 배경에 따른 언어표현 양상 분석 연구**. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 윤선영(2015). **문화적응 스트레스와 대학생활 적응과의 관계에서 사회적지지 의조절효과: 관광관련 전공 국내 대학 외국인 유학생을 대상으로**. 경기대학교 관광이벤트 학과. 5(2), 177-197.
- 이광운(2010). **한국과 브라질의 문화 차이(異文化)와 문화간 커뮤니케이션을 위한 연구**. 이베로아메리카. 12(2), 217-245.
- 이금희, 정동섭(2016). **사회적 자본과 미디어 이용이 문화적응과 직무만족에 미치는 영향**. 「경영과 정보연구, 35(1), 1-22.
- 이나탈리아(2017). **관광전공 외국인유학생의 학습동기, 학과만족도, 대학충성도와의 영향관계 연구**. 동아대학교 관광경영학과 석사학위논문.
- 이내영, 한지연(2011). **외국인 유학생의 건강 실태 조사**. 17(1), 48-56.

- 이미정. 우루쿤치에브 아들백. 박수정. 아이고자에바 아이게림(2015). **중앙아시아 유학생들이 경험하는 문화적응 스트레스 요인 연구**. 21(5), 283-307.
- 이민자(2019). **여성결혼이민자들의 문화적응 스트레스가 결혼만족도에 미치는 영향**. 가천대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 이소래(1997). **남한이주 북한이탈주민의 문화적응 스트레스에 관한 연구**. 이화여자대학 社會福祉學科 석사학위논문.
- 이숙정(2011). **대학생의 학습 몰입과 자기효능감이 대학생활 적응과 학업성취에 미치는 영향**. 한국교육심리학회지. 22(3), 589-607.
- 이승중(1995). **문화이입과정, 스트레스와 유학생의 신념체계 및 사회적지지의 관계**. 연세대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 이예슬(2015). **중국인 유학생의 문화적응 유형에 따른 문화적응 스트레스와 대학생활 적응**. 건국대학교 교육학과 석사학위논문.
- 이윤조(2002). **자기애적 성격특성과 자기효능감 및 대학생활 적응의 관계**. 홍익대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 이은우(2005). **대학생의 정서지능, 자기효능감, 심리적 안녕감이 대학생활 적응에 미치는 영향**. 계명대학교 교육학과 석사학위논문.
- 이은주(2018). **악기연주 활동이 재한 중국인 유학생의 문화적응 스트레스에 미치는 효과**. 가천대학교 특수치료대학원 석사학위논문.
- 이인선(2012). **문화적응 스트레스가 외국인 노동자의 정신건강에 미치는 영향**. 연세대학교 사회복지대학원 석사학위논문.
- 이재모(2008). **국내 외국인 유학생의 적응 실태 연구**. 이화여자대학교 사회복지대학원 석사학위논문.
- 이지영(2011). **다문화가정 어머니의 문화적응 스트레스와 부모스트레스가 자녀의 부적응에 미치는 영향**. 숙명여자대학교 아동복지학과 아동심리치료전공 박사학위논문.
- 이진미(2017). **대학생의 진로 결정에서 자기효능감이 진로준비행동과 스펙쌓기에 미치는 영향**. 경희대학교 언론정보대학원 석사학위논문.
- 임상란. 이지안(2017). **중국인 유학생의 생활스트레스 및 문화적응 스트레스가 학업만족도에 미치는 영향**. 서경대학교 일반대학원. 18(12), 189-199.

- 임정숙(2017). 외국인 유학생의 한국어 쓰기 시험에서 채점 경향성 파악을 위한 다국면 Rasch 모형 적용. 경상대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 임춘희(2009). 중국인 유학생의 대학생활 문화에서의 스트레스와 적응. 군산대학교 생활과학부 아동가족학, 93-112.
- 장경문(2005). *The Korea Journal of Counseling*. 6(1), 185-196.
- 장몽요(2019). 재한 중국인 유학생의 의사소통능력이 자기주도 학습능력 및 학습참여에 미치는 영향에 있어 교수-학생상호작용의 조절효과. 호남대학교 호텔관광학과 호텔경영학전공 박사학위논문.
- 장상배(2013). 중국유학생의 학습효과가 대학생활에 미치는 영향. 호서대학교 벤처 전문대학원 박사학위논문.
- 장선영, 윤태훈(2015). 현지 거점센터 예비반 출신의 중국인 유학생과 일반 중국인 유학생의 한국어 능력, 유학 후 계획, 대학 선택 동기. 교육서비스 만족도에 대한 비교 연구. *教育方法研究*, 27(3), 329~347.
- 장심예(2018). 재한 중국인 유학생의 문화적응 유형에 따른 문화적응 스트레스, 스트레스 대처, 사회적지지, 심리적 안녕감의 차이. 건국대학교 교육학과 석사학위논문.
- 장은정(2017). 한·중 FTA 서비스무역 협상의 법적 쟁점과 과제- 문화콘텐츠 서비스산업을 중심으로. 중국법연구 제29집. 한중법학회, 391-422.
- 장 이(2019). 재한 중국유학생의 자기효능감과 대인관계 문제가 대학생활 적응에 미치는 영향. 한양대학교 교육학과 석사학위논문.
- 장자림(張紫琳)(2019). 일본의 외국인 유학생 수용 정책 및 현황에 관한 연구. 우석대학교 글로벌외식경영학과 유통경영 전공 박사학위논문.
- 장자추(2018). 외국인 유학생의 학업 성취도에 영향을 미치는 학습자 변인 연구. 연세대학교 한국학협동과정 석사학위논문.
- 장효과(2015). 중국유학생 재한(在韓) 장기거주 의향에 관한 연구. 충북대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 전혜정, 이가연(2015). 베트남 외국인 근로자의 문화적응 스트레스와 우울, 26(4), 380-389.
- 정상화(2018). 외국인 유학생의 한국 사회 적응 향상을 위한 다문화 스포츠프

- 로그래밍 활성화 방안. 용인대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 정아남(2009). 제한 중국 유학생이 지각한 대학환경과 대학생활 적응간의 관계. 월광대학교 교육학과 석사학위논문.
- 정은지(2019). 외국인 유학생의 실패에 대한 두려움이 대학생활 적응에 미치는 영향에서 문화적응 스트레스의 매개효과. 대구대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 정태연. 김기범. Michele J. Gelfand.(2005). 韓國心理學會誌. 社會 및 性格. 19(3), 101-116.
- 정효주. 친민정(2018). 간호대학생의 자기효능감과 학업스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향. 18(8), 403-417.
- 조수현(2010). 부산·경남지역 외국인 유학생의 대학서비스와 대학생활 적응에 관한 연구. 인제대학교 국제통상학과 다국적기업론 전공 석사학위논문.
- 조순정. 전정미(2020). 외국인 유학생의 학업 능력과 대학생활 적응 관계 - 천안 아산 지역 국제 학생을 대상으로. 교양교육연구, 14(6), 387-396.
- 조은미. 박해임. 천상문(2018). 대학 신입생의 전공선택동기와 대학생활 적응의 관계에서 진로결정 자기효능감과 사회적 자기효능감의 매개효과. <지역과 세계>, 42(1), 175-193.
- 주도경(2021). 중국 연변조선족자치주의 사례를 통해 살펴본 유네스코 무형문화유산 제도의 지역적 적용, 동북아문화연구 제67집, 171-185.
- 주상현(2016). 외국인 유학생의 한국어 읽기 능력이 학업성취도에 미치는 영향 연구. 한서대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 진 흠(2015). 제한 중국유학생의 유학기간에 따른 자기효능감과 스트레스 대처방식이 대학생활 적응에 미치는 영향. 경희대학교 교육학과 석사학위논문.
- 최경란(2017). 다문화가정 청소년의 부모애착과 학교적응의 관계에서 문화적응스트레스의 매개효과. 전주대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 최용선(2019). 외국인 유학생 이탈 방지책에 관한 연구. 호서대학교 기술경영전문대학원 석사학위논문. 현장문제해결 프로젝트 보고서.
- 최윤곤(2003). 유학생을 위한 한국어 교육과정설계. 한국어문학연구학회, 제

41집.

- 최은혜(2017). **대학의 서비스 품질, 만족도, 충성도 간의 관계에 대한 실증 연구**. 단국대학교 서비스운영관리 전공 박사학위논문.
- 최태진, 박유미(2019). **외국인 유학생의 대학생활 적응 탐색척도 개발 및 실태분석: J대학 사례, 문화와 융합, 41(6)**.
- 하호정(2016). **외국인 유학생의 교육만족도에 미치는 영향요인 분석**. 고려대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 한영옥(2007). **유학생 유치규모 결정요인에 관한 연구**. 서울대학교 행정학 전공 석사학위논문.
- 한영탁(2020). **대학생의 정서조절곤란과 대학생활 적응 간의 관계에서 자기표현의 매개효과**. 단국대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 황나리(2011). **국내 중국인 유학생의 대학생활 적응에 관한 모형 검증: 문화적응 스트레스, 사회적지지, 적극적 대처방식을 중심으로**. 가톨릭대학교 상담심리학문학 석사학위논문.
- 황설운(2017). **상황 학습을 기반으로 한 외국인 유학생 대상 문화 문식력 교육 연구**. 배재대학교 한국어교육학전공 박사학위논문.
- 황성원(2018). **비수도권 지역 외국인 유학생의 대학생활에 관한 연구**. 한국의국어대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 황지인(2008). **재한 중국 유학생의 문화적응 스트레스와 대학생활 적응간의 관계**. 원광대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 황해연(2007). **재한 중국유학생의 대인관계 문제와 대학생활 적응간의 관계**. 서울대학교 교육상담전공 석사학위논문.
- 황혜자, 최윤화(2003). **부모의 양육태도가 아동의 자기효능감과 학업성취에 미치는 영향**. 사회과학논집, 22(1), 285-304.
- 후지엄(2014). **재한 중국인 유학생의 문화적응 스트레스와 대학생활 적응과의 관계에서 자기효능감의 효과**. 부산대학교 심리학과 석사학위논문.
- 홍기원(2002). **이문화 접촉을 다문화 연구들에 대한 탐색적 개관**. 호서대학교 논문집(사회과학편), 21.
- 홍승현(2019). **대학생들의 개별성-관계성이 대학생활 적응에 미치는 영향**. 차

- 의과학대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 若山 薰里(2014). 일본의 외국인유학생 정책: 활용과 개선 방안을 중심으로. 仁荷大學校 大學院. 仁荷大學校 大學院. 學碩士學位 請求論文.
- 尙慶偉(2013). 외국인유학생 대학생활 만족도의 영향요인 연구. 仁濟大學校 大學院 學碩士學位論文.
- 劉嘉懿(2018). 대학도서관의 유학생 맞춤형 서비스가 중국인 유학생의 도서관 이용 만족도에 미치는 영향에 관한 연구. 成均館大學校 一般大學院. 碩士學位 請求論文.
- 劉夢雅(2010). 中國人 留學生의 大學生活滿足度 決定要因에 관한 研究. 公州大學校學院 碩士學位 論文.
- 霍 悅(2021). 중국인 아르바이트생들의 온라인 사회자본이 심리적 웰빙, 문화적응과 직무만족에 미치는 영향, 慶尙國立大學校大學院 碩士學位論文.
- 黃惠淑(2006). 자기표현훈련이 농어촌지역 초등학생의 발표불안 및 자기효능감에 미치는 영향. 麗水大學校 教育大學院 教育學碩士(相談心理)學位論文.
- LI HUA(2011). 중국인 유학생의 여가활동 선택속성이 삶의 질에 미치는 영향 연구. 세종대학교 일반대학원 석사학위논문.
- LI QIANQIAN(2014). 중국인 유학생의 문화적응 유형에 따른 문화적응 스트레스. 기본심리욕구 및 대학생활적응의 차이. 이화여자대학교 교육학과 석사학위논문.
- LIU YAXIN (2021). 재한 중국인 유학생의 문화적응 스트레스와 대학생활적응의 관계에서 희망의 매개효과. 13(1), 57-74.
- Sodnom Sodbileg(2014). 외국인 유학생의 생활만족도 분석. 서울시립대학교 도시과학대학원 석사학위논문.
- SONG JIMING(2017). 중국인 유학생의 직업포부 수준에 영향을 미치는 요인 분석. 이화여자대학교 교육학과 석사학위논문.
- XU MENG XING(2019). 중국유학생의 학교생활 만족도와 생활수준인식에 관한 연구. 충북대학교 행정학전공 석사학위논문.
- ZAGDAA TSEVELMAA(2018). 외국인유학생의 대학생활 적응요인에 관한

연구. 인천대학교 경영학과 석사학위논문.

ZHENG BO(2018). 한국과 중국의 인재유치정책 비교 연구. 전남대학교 디아스포라학협동과정 석사학위논문.

## 외국 문헌

Baker, R. W., & Siryk, B.(1989). Student adaptation to college questionnaire manual. LA: Western Psychological Services.

Bandura, A.(1997). "Self-Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change," Psychological Review, 84(2).

Berry, J.W.(1997). Immigration, acculturation and adaption, Applied sychlolgy: AnInternational Review, 46(1), 5-48.

Finch, B.K., & Vega, W.A.(2003). Acculturation Stress, Social Support, and Self-Rated Health among Latinos in California. Journal of Immigrant Health. 5(3), 109-117.

Guinn, B., & Vincent, V.(2002). Determinants of Coping Responses Among Mexican American Adolescents. Journal of School Health, 72(4), 152-156.

Hovey J. D. & Magana, C. G. (2002). Cognitive, Affective, and Physiological Expressions of Anxiety Symptomatology Among Mexican Migrant Farmworkers: Predictors and Generational Differences. Community Mental Health Journal. 38(3). 223-337.

Redfield, R., Linton, R., & Herskovits, M.(1936). Insanity, memorandum on the study of acculturation. American Anthropologist. 49.701-708. Education, 13(2), 159-173.

Redfield, R., Linton, R., & Herskovits, M. J. (1936). Memorandum for the study 50 of acculturation. American Anthropologist, 38, 149-152.

Reyes, O., Gillock, K. L., Kobus, K., & Sanchez, B.(2000). A longitudinal

examination of the transition into senior high school for adolescents from urban low-income status and predominantly minority backgrounds. *American Journal of Community Psychology*, 28(4), 519-544.

Smith, R. Khawaja, N. (2011). A review of the acculturation experiences of international students, *International Journal of Intercultural Relations*, 35, 699-713.

Solberg, V. S. (1993). Self efficacy and hispanic college student: Validation of the College Self- Efficacy Instrument. *Journal of Behavioral Sciences*, 15, 80-95.

Wood, R.E.,& Locke,E.A.(1987).Therelationofself-efficacy andgrade goals to academic performance. *Educational and Psychological Measurement*, 47(4), 1013-1024.

Yeh, C. J., Inose, M. (2003). International students' reported English fluency, social support satisfaction, and social connectedness as predictors of acculturative stress, *Counseling Psychology Quarterly*, 16, 15-28.

## 기타 문헌

7.66 R에서 조절 회귀분석(Moderated Regression) 실시하기|작성자 아이리스  
교육통계서비스, <https://kess.kedi.re.kr/index>. 2019년 4월 1일.

김귀옥(2000). 월남인의 생활환경과 정체성. 서울: 서울대학교 출판부.

김동하(2021). K-pop이 일본 대중문화에 미친 영향에 대한 연구. 동북아문.

김봉환(2010). 진로상담이론. 제1판, 서울: 학지사.

김정아(2011). 한국간호교육학회지. *J Korean Acad Soc Nurs Edu.* 17(1), 52-61.

김정완. 문한식(2015). 한국체육교육학회지, 20(1), 89-105. JKSSPE,

김정은(2014). 통합교육연구 *The Journal of Inclusive Education* 2014. 9(1), 79-102.

라인하트, 2021, <https://brunch.co.kr/@linecard/632>.

법제처 출입국 관리법, 법무부 외국인정책과, 2015.

이재규. 황재연(2009). 教育研究, **23**(2), 公州大學校 教育研究所.

찾기 쉬운 생활법령 정도. <https://easylaw.go.kr/>

천영철(2010). “한국어 3급 이상 권고”중국 유학생 유치 비상. 부산 일보.

최의창(2003). 체육교육탐구. 서울: 태근 문화사, 115-138.

한국국제교육자협회 Korean Association of International Educations( KAIE)

<Abstract>

# Effects of Cultural Adaptation Stress on University Life Adaptation of Foreign Students in Korea: A Modulating Effect of Self-efficacy

ZHOU HE

Major in Counseling Psychology Graduate School of  
Education Jeju National University

Supervised by Professor : Kim Sung-Bong

This study attempted to verify the moderating effect of self-efficacy in the effect of cultural adaptation stress on university life of foreign students in Korea. Through this, it is meaningful to provide data necessary for foreign students to improve their adaptation to college life and reduce cultural adaptation stress. It also aims to improve the quality of college life by effectively coping with college life adaptation through self-efficacy and having a positive effect on the healthy spirit of foreign students. In order to

achieve this research purpose, the research questions were set as follows.

#### Research Question 1

Does cultural adaptation stress have an effect on foreign students' adaptation to college life?

#### Research Question 2

Does self-efficacy have an effect on foreign students' adaptation to college life?

#### Research Question 3

Does self-efficacy have a moderating effect in the relationship between cultural adaptation stress and college life adaptation of foreign students?

The population of this study randomly sampled a total of 415 university students nationwide. Data collection took place for about five weeks from January 03 to January 30, 2022, and 403 out of 415 people were recovered, showing a 97.1% recovery rate, but 390 people, excluding some non-response and unfaithful responses, showed 96.2%.

The data collected in this study were analyzed using SPSS for Windows 28.0, a statistical analysis program. Reliability analysis was conducted to verify the reliability of the cultural adaptation stress, college life adaptation, and self-efficacy scale perceived by foreign students. In addition, frequency analysis and percentage were calculated to find out the characteristics of the variables, and correlation analysis between each variable was conducted to confirm the relevance and direction between each variable. A regulatory regression analysis was conducted to verify the moderating role of

self-efficacy in the effect of cultural adaptation stress on college life adaptation. the results of this study are summarised as follows:

First, as a result of correlating cultural adaptation stress, college life adaptation, and self-efficacy, the correlation between college life adaptation and self-efficacy was ( $r=0.671$ ,  $p<.01$ ), showing the highest positive (+) correlation among the correlations. Cultural adaptation stress and college life adaptation showed the highest negative (-) correlation with ( $r=-0.726$ ,  $p<.01$ ), and cultural adaptation stress and self-efficacy had the lowest negative (-) correlation with ( $r=-0.453$ ,  $p<.01$ ).

Second: A regression analysis was conducted to find out the effect of cultural adaptation stress on college life of foreign students, and cultural adaptation stress ( $t=-20.638$ ,  $p<.001$ ) had a significant negative (-) effect on college life adaptation.

Third: A regression analysis was conducted to find out the effect of self-efficacy on foreign students' adaptation to college life, and self-efficacy ( $t=17.734$ ,  $p<.001$ ) was found to have a significant positive (+) effect on college life adaptation.

Fourth: as a result of conducting a regulatory regression analysis to verify the moderating effect of self-efficacy in the relationship between cultural adaptation stress and college life adaptation, it was found that self-efficacy had a moderating effect.

Summarizing the results of the study, it was confirmed that self-efficacy acts as an important variable in the relationship between cultural adaptation stress and college life adaptation, and between these two variables,

self-efficacy acts as a controlling variable. The results suggest that in-depth and multifaceted follow-up studies should be conducted to improve self-efficacy in order to reduce cultural adaptation stress in order to increase adaptation to college life.

Key words : Foreign students, Cultural adaptation stress, College life adaptation, Self-efficacy.

[부록]

## 설 문 지

안녕하세요?

바쁘신 중에도 소중한 시간을 내 주셔서 진심으로 감사드립니다. 본 설문지는 외국인 유학생들의 한국 대학생활은 문화적응 요인을 연구하기 위한 목적으로 작성되었습니다. 이를 통하여 외국인 유학생들의 한국 유학 성공률을 높이고 이를 위한 기본관리 활성화 방안에 활용할 수 있는 기초 자료를 제공하고자 하는데 목적이 있습니다.

각 질문에는 맞고 틀린 답이 없으며 귀하의 평소 생각이나 느낌에 가장 가까운 것 하나를 선택하여 주시면 대단히 감사하겠습니다.

본 설문지를 통해 얻어진 여러분의 응답은 비밀이 보장되며 모두 익명으로 처리됩니다.

오직 학문적 목적으로만 사용됨을 약속드리니 솔직하게 응답해 주기 바랍니다. 소중한 시간을 내주셔서 진심으로 감사드립니다.

2022. 01 .03

제주대학교 교육대학원 교육학과  
상담심리 전공  
지도교수: 김 성 봉  
연구자: 주 학  
zhou1991@naver.com

■다음은 기본적인 인적사항에 관한 질문입니다. 해당란에 O또는√표시해 주십시오.

1. 귀하의 성별은? ① 남성 ② 여성
2. 귀하의 만 나이는? ( )
3. 귀하의 국적은? ( )
4. 귀하는 한국에 온지 얼마나 되었습니까?  
① 1년 미만 ② 1년~2년 미만 ③ 2년~3년 미만 ④ 3년~4년 미만 ⑤ 4년~5년 미만 ⑥ 5년 이상
5. 귀하의 학업과정은 무엇입니까?  
① 학부과정 ② 석사과정 ③ 박사과정 ④ 석박통합과정 ⑤ 어학당과정

6. 귀하의 한국어능력시험(TOPIK) 등급은 무엇입니까?  
 ① 1급 ② 2급 ③ 3급 ④ 4급 ⑤ 5급 ⑥ 6급 ⑦ 없음
7. 현재 주거형태는 무엇입니까?  
 ① 기숙사 ② 혼자 자취 ③ 가족 혹은 친구와 자취 ④ 하숙 ⑤ 기타
8. 이번 학기 수업은 어떻게 진행되고 있습니까?  
 ① 전체 온라인 강의 ② 온라인 강의+대면 강의 ③ 전체 대면 강의

《 주의사항 》

- 정확한 연구를 위하여 한 문장도 빠짐없이 솔직하게 답하여 주세요.
- 정답이 없으므로, 너무 오랫동안 생각하지 마세요.

1. 문화적응 스트레스

여러분이 **문화적응 스트레스**를 알아보기 위한 질문입니다. 질문내용을 잘 읽고 가깝다고 여겨지는 곳에 O또는 V를 해주세요.

번호	문항내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	고향이 그리워 힘들다.					
2	새로운 음식들에 적응해야하는 것이 불편하다.					
3	사람들이 함께 있을 때 나를 다르게 대해준다.					
4	다른 사람들은 내가 가지고 있는 문화적 가치에 대해 비웃는다.					
5	나는 한국어로 의사소통 하려면 긴장이 된다.					
6	나는 친숙하지 않은 환경에서 살아가는 것이 슬프다.					
7	나는 나의 다른 문화적 배경으로 인해 개인적인 안전에 대해 두려움을 느낀다.					
8	나는 한국에서 사회적 활동( 예: 학교 동아리 활동, 친구들과 어울리기 등)에 참여하는 데 주저한다.					
9	다른 사람들은 나에게 대하여 편견을 가지고 있다.					

10	나는 친지들을 놔두고 한국에 온 것에 대해 죄책감을 느낀다.				
11	한국에서 나에게 많은 기회가 많지 않는다.				
12	한국에서는 나와 같은 나라에서 온 사람들을 열등하 다가 여기는 것에 대해 화가 난다.				
13	나는 한국에 온 후에 큰 스트레스를 느낀다.				
14	나는 한국에서 불공편한 취급을 받고 있다고 느낀다.				
15	나는 한국 사람들이 나를 미워한다는 것을 그들의 몸 짓이나 표정을 통해 알 수 있다.				
16	사람들이 나의 문화적 가치를 이해하지 않을 때 속이 상한다.				
17	나는 내가 마땅히 받아야 하는 것 들을 받지 못하고 있다.				
18	나는 내가 가진 문화적 가치들로 인해 의기소침해진 다.				
19	이곳 사람들은 나의 문화적 가치를 인정하지 않는다.				
20	나는 나의 고향과 그곳 사람들을 그리워한다.				
21	나는 새로운 문화적 가치에 적응하는 것이 불편하다.				
22	한국에서는 나와 같은 나라에서 온 사람들을 차별한 다고 느낀다.				
23	한국 사람들은 행동으로 나를 미워함을 나타낸다.				
24	나의 문화적 배경으로 인해 이 사회 안에서 나의 신 분(지위)은 낮다고 느낀다.				
25	한국은 안전하지 못한 것 같다.				
26	나는 한국에서 소속감을 느끼지 못한다.				
27	나와 같은 외국에서 온 사람들이 갖고 있는 문제를 곰곰이 생각하면 슬픔을 느낀다.				
28	나는 이곳에 온 후 두려움 때문에 대체로 저자세로 지낸다.				
29	나는 나의 민족성 때문에 나와 어울리려 하지 않는다 고 느낀다.				
30	사람들은 말을 통해 나에게 대한 미움을 표현한다.				
31	나는 이곳에서 고향과는 다른 생활을 하고 있는 것에 대해 죄책감을 느낀다.				
32	나는 친척들을 두고 온 것에 대해 슬픔을 느낀다.				
33	나는 훗날 이곳에 머물 것 인지, 아니면 고향으로 돌 아가야 할 것인지 결정할 일에 대해 생각하면 걱정이 된다.				

## 2. 대학생활 적응

여러분이 **대학생활 적응**을 알아보기 위한 질문입니다. 질문내용을 잘 읽고 가깝다고 여겨지는 곳에 ○또는 V를 해주세요.

번호	문항내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	나는 원래 대학이라는 환경에 잘 맞는 것 같다.					
2	최근에 나는 긴장되거나 신경이 예민해져 있다.					
3	나는 학교에서 충분히 많은 사람을 만나고 친구들을 마음껏 사귀고 있다.					
4	나는 왜 대학에 다니고 있는지, 그리고 대학에서 무엇을 얻고자 하는지를 알고 있다.					
5	나는 대학 공부가 어렵게 느껴진다.					
6	최근에 나는 기분이 매우 우울하다.					
7	나는 대학에서의 친목활동(동문회, 동아리)에 잘 참여하고 있다.					
8	나는 대학 생활에 잘 적응하고 있다.					
9	나는 시험기간 중에는 잘 지내지 못한다.					
10	나는 요즘 피곤할 때가 많다.					
11	나는 대학에 다니기로 한 결정에 대해서 지금 만족한다.					
12	나는 특히 이 학교에 다니기로 한 것에 대해서 지금 만족한다.					
13	나는 학과 공부를 제대로 열심히 하고 있지 못하다.					
14	나는 학교에 많은 친밀한 사회적 유대관계를 맺고 있다.					
15	나의 학업적인 목적과 목표는 뚜렷하다.					
16	나는 최근에 내 감정을 잘 조절할 수가 없다.					
17	사실 나는 대학에서 해야 할 공부를 충분히 해낼 만큼 머리가 좋지는 않다.					
18	집이 그리워서 힘들다.					
19	나는 공부시간을 별로 효율적으로 사용하고 있지 못하다.					
20	최근에 나는 공부하려는 의욕이 별로 생기지 않는다.					
21	나는 대학에서 할 수 있는 과외 활동들에 대해 만족					

	하고 있다.					
22	나는 요즘 대학 교육의 가치에 대해서 회의를 느끼고 있다.					
23	나는 다른 대학에 갔더라면 하고 바란다.					
24	나는 대학에서 잘 어울려 지낼 만큼 대인관계 기술을 충분히 가지고 있는 것 같다.					
25	나는 최근 너무 쉽게 화가 나곤 했다.					
26	최근 나는 공부를 할 때 주의집중이 안 되어 어려움을 겪고 있다.					
27	나는 노력에 비해서 성적이 잘 나오지 않는다.					
28	나는 대학 생활에서 다른 사람과 함께 있는 것이 편안하지 못하다.					
29	때때로 생각이 쉽게 뒤죽박죽 되어버린다.					
30	나는 이성의 친구와 잘 어울려 지내지를 못한다.					
31	나는 학교에서 공부하는 것이 즐겁다.					
32	나는 최근에 고독감을 많이 느낀다.					
33	나는 공부를 시작하기가 힘들다.					
34	나는 대학 생활을 잘 해나가고 있다고 생각한다.					
35	나는 다른 학생들과 스스로 많이 다르다고 느끼고, 그 것이 싫다.					
36	이모저모로 볼 때, 대학에서 이렇게 있는 것보다는 차라리 대학을 다니지 않는 편이 낫겠다.					
37	내가 흥미를 느끼는 것들의 대부분은 대학의 학과 공부와는 관련이 없는 것들이다.					
38	최근에 나는 다른 대학으로 옮길까 하는 생각을 많이 하고 있다.					
39	최근에 나는 대학을 아예 그만둘까 하는 생각을 많이 하고 있다.					
40	나는 어떤 문제든지 이야기할 수 있는 좋은 친구나 아는 사람들이 대학에 몇 있다.					
41	나는 대학 생활에서 부딪히는 스트레스에 대처하는데 많은 어려움을 겪고 있다.					
42	나는 대학에서의 인간관계에 꽤 만족하고 있다.					

### 3. 자기효능감

여러분이 **자기효능감**을 알아보기 위한 질문입니다. 질문내용을 잘 읽고 가깝다고 여겨지는 곳에 O또는 V를 해주세요.

번	문항내용	전	그	보	대	매
---	------	---	---	---	---	---

호		혀 그 렇 지 않 다	렇 지 않 다	통 이 다	체 로 그 렇 다	우 그 렇 다
1	나는 계획을 세울 때 그것을 실행할 수 있다고 확신한다.					
2	내 문제 중 하나는 제때에 일에 착수할 수가 없다는 것이다.					
3	내가 첫 번째 어떤 일을 할 수 없을지라도 내가 할 수 있을 때까지 노력한다.					
4	나는 스스로 세운 중요한 목표를 성취해 본 일이 거의 없다.					
5	나는 일들을 끝까지 하기 전에 포기해 버린다.					
6	나는 어려움에 부딪치는 것을 피한다.					
7	너무 복잡해 보이는 일은 해 볼 시도도 하지 않는다.					
8	하기 싫은 일이 있어도 그 일을 마칠 때까지 거기에 매달린다.					
9	무슨 일을 하기로 마음먹으면 즉시 그 일을 한다.					
10	내가 새로운 것을 배우려고 할 때 처음에 잘 되지 않으면 금방 포기한다.					
11	예기치 않은 문제가 생기면 그 일을 잘 처리하지 못한다.					
12	새로운 일이 너무 어려워 보이면 그것을 배우려 하지 않는다.					
13	실패했을 때 오히려 더 열심히 노력한다.					
14	나는 어떤 일을 할 수 있는 내 능력에 대해 서 자신이 없다					
15	나는 나 자신을 믿는다.					
16	나는 쉽게 포기한다.					
17	나는 살아가면서 겪는 대부분의 문제들을 잘 처리할 수 있을 것 같지 않다					
18	나는 새로운 친구를 사귀기가 어렵다.					
19	내가 만나고 싶어 했던 사람을 보면 그 사람 이 내게 올 때까지 기다리기 전에 내가 먼저 다가간다.					
20	호감이 가는 사람을 만났더라도 사귀기 어려운 사람이라면 사귀려는 노력을 그만두어 버린다.					
21	처음 보기에 좀 무관심해 보이는 사람이라 도 쉽게 포기하지 않고 사귀어 보려고 노력한다.					
22	나는 사회적인 모임에서 잘 처신하지 못한다.					
23	나는 지금의 친구들을 내 사교성 덕분으로 사귀었다.					

## [Appendix]

### survey

Hello?

questionnaire was prepared for the purpose of studying foreign students' cultural adaptation factors to Korean university life. The purpose of this is to increase the success rate of foreign students studying in Korea and to provide basic data that can be used to revitalize basic management.

Each question has no correct or wrong answer, and it would be highly appreciated if you could choose one that is closest to your usual thoughts or feelings.

Your responses obtained through this questionnaire are confidential and all anonymous.

We promise that it will be used only for academic purposes, so please respond

honestly.

Thank you very much for your precious time.

2022. 01 .03

Jeju National University Graduate School of Education, Department of Education

Counseling psychology major

Instructional professor: Kim Sung-Bong

Researcher: ZHOU HE

zhou1991@naver.com

### **I. Personal Information**

Following are general questions about your personal background.

1. What is your gender? ① Male ② Female

2. International age (            )

3. What is your nationality? (            )

4. How long have you been in Korea?

① Less than 1 year ② 1 year~less than 2 years ③ 2years~less than 3years ④ 3years~less than 4 years

⑤ 4 years~less than 5 years ⑥ More than 5 years

5. What is your course of study?

① Undergraduate course ② Master's program ③ Doctoral Program

④ Integrated Master's and Doctorate Program ⑤ Language courses

6. What is your TOPIK level?

① level 1 ② level 2 ③ level 3 ④ level 4 ⑤ level 5 ⑥ level 6 ⑦ None

7. What is your current housing type?

① Dormitory ② Independent(Alone) ③ Shared house with family or friends ④ Shared boarding

- ⑤ Others
8. How are classes conducted this semester?
- ① All online classes ② online class + face-to-face class ③ All face-to-face classes

### 1. Cultural adaptation stress

The following are questions about **cultural adaptation stress**. Indicate the extent to which you agree or disagree with the following statements.

No	Statement	Not True at all	Slightly true	Moderately true	Mostly true	Very true
1	I miss my hometown.					
2	It's hard to get used to new foods to be uncomfortable					
3	People treat me differently when they're together.					
4	Others are the culture I have they laugh at enemy values.					
5	I am nervous to communicate in Korean.					
6	I am sad to live in an unfamiliar environment.					
7	I fear for personal safety because of my different cultural background.					
8	I hesitate to participate in social activities (e.g., school club activities, hanging out with friends, etc.) in Korea.					
9	Others are prejudiced against me.					
10	I feel guilty about coming to Korea without my relatives.					
11	There are not many opportunities for me in Korea.					
12	In Korea, I am angry that people from the same country as me are considered inferior.					
13	I feel a lot of stress after coming to Korea.					
14	I feel that I am being treated unfairly in Korea.					
15	I can tell from their gestures and facial expressions that Koreans hate me.					

16	I'm upset when people don't understand my cultural values.					
17	I'm not getting what I deserve.					
18	I'm depressed by the cultural values I have.					
19	People here don't appreciate my cultural values.					
20	I miss my hometown and the people there.					
21	I feel uncomfortable adapting to new cultural values.					
22	I feel that people from the same country as me are discriminating in Korea.					
23	Korean people show that they hate me with their actions.					
24	I feel my status in this society is low because of my cultural background.					
25	It seems that Korea is not safe.					
26	I don't feel a sense of belonging in Korea.					
27	I feel sad when I reflect on the problems that people from foreign countries like me have.					
28	After I came here, I usually keep a low profile out of fear.					
29	I don't feel like hanging out with me because of my ethnicity.					
30	People express their hatred for me through words.					
31	I feel guilty about living a different life here than I did back home.					
32	I feel sad about leaving my relatives behind.					
33	I worry when I think about deciding whether to stay here in the future or go back home.					

## 2. College life adaptation

The following are questions about **adapting to college life**. Indicate the extent to which you agree or disagree with the following statements.

No	Statement	No t Tru e	Sli gh tly tru e	Mo der a tely	M ost ly tru e	Ve ry tru e
----	-----------	---------------------	------------------------------	------------------------	----------------------------	----------------------

		at all	e	tru e	e	
1	I think I fit well at a college environment.					
2	I have become very tense and edgy lately.					
3	I am making lots of friends and meeting enough people at college					
4	I have a clear understanding of why and what I am attending college.					
5	I find my college studies difficult					
6	I feel very depressed lately.					
7	I am well-involved in social activities(ie. alumni associations, clubs) at my schoo					
8	I am adjusting well to college life.					
9	I don't fare well during exam period.					
10	I have been tired a lot lately.					
11	I am satisfied with my decision to come to college.					
12	I am especially pleased with having come to my current school.					
13	I am not trying very hard in my college studies.					
14	I have many close social ties at school.					
15	My academic goals are clear.					
16	I have not been able to control my feelings lately					
17	To be honest, I am not smart enough to do my college studies.					
18	I miss my home a lot.					
19	I am not using my study time very efficiently.					
20	I have not really felt motivated to study lately.					
21	I am satisfied with the extracurricular activities I am able to do at college.					
22	I have been feeling skeptical about the value of college education lately.					
23	I wish I had enrolled in another school.					
24	I seem to have enough interpersonal skills to fit well in college.					
25	I get angry easily lately.					
26	I have a hard time concentrating in my studies lately.					
27	I don't get good grades, considering how much effort I put into it.					
28	I am not comfortable being with other people in					

	college.					
29	Sometimes my thoughts easily become a confusing mess.					
30	I am unable to get along with students of the opposite gender.					
31	I enjoy studying at college					
32	I feel lonely a lot lately.					
33	It is hard for me to get started on my studies.					
34	I think I am doing well in college.					
35	I feel different from other students, and I don't like it.					
36	Overall, I think it would be better to not attend college than be like this attending it.					
37	Most of the things I am interested in are not related to my college studies.					
38	Recently, I have been thinking of moving to another school.					
39	Recently I have been thinking of dropping out of college.					
40	I have some good friends and acquaintances at college whom I can share my problems with.					
41	I have a lot of trouble dealing with the stresses I encounter in college.					
42	I am quite satisfied with my relationships in college.					

## 2. Self-efficacy

The following are questions about **Self-efficacy**. Indicate the extent to which you agree or disagree with the following statements.

No	Statement	No t Tr ue at all	Sli gh tly tru e	M od era tel y tru e	M ost ly tru e	Ve ry tru e
1	I'm sure I can carry it out when I make a plan.					
2	One of my problems is that I can't get to work on					

	time.					
3	No matter what I can't do at first, I try until I can.					
4	I have rarely achieved important goals set by myself.					
5	I give up before I finish my work.					
6	I avoid encountering difficulties.					
7	I don't even try to do things that seem too complicated.					
8	Even if there is something I don't want to do, I cling to it until I finish it.					
9	If you decide to do something, you do it immediately.					
10	When I try to learn something new, I give up quickly if it doesn't go well at first.					
11	If there is an unexpected problem, I can't handle it well.					
12	If a new job seems too difficult, I don't want to learn it.					
13	When I fail, I try harder.					
14	I'm not confident about my ability to do something.					
15	I believe in myself.					
16	I give up easily.					
17	I don't think I can handle most of the problems I face in my life.					
18	It's hard for me to make new friends.					
19	When I see someone I wanted to meet, I approach first before I wait for him to come to me.					
20	Even if you meet a person you like, if you are difficult to date, you stop trying to date.					
21	Even if you look a little indifferent at first sight, you don't give up easily and try to date.					
22	I don't behave well in social gatherings.					
23	I made my current friends thanks to my sociability.					

## [附录]

### 問卷調查

您好

感谢您百忙之中抽出宝贵的时间。本问卷调查是为了研究外国留学生的韩国大学生活文化适应因素而制定的。目的是通过这样的方式提高外国留学生在韩国留学的成功率，并为其提供基本管理活性化方案的基础资料。

对每一个问题都没有错误的回答，非常感谢您选择与您平时的想法和感觉最接近的一个。

通过本问卷调查得到的各位的回答将被保密，全部匿名处理。

我保证它只用于学术目的，希望你诚实回答。

感谢您抽出宝贵的时间。

2022. 01 .03

济州大学教育研究生院教育系

心理咨询专业

指导教授:김성봉

研究人员:周鹤

zhou1991@naver.com

■下面是关于基本个人资料的提问。请在这一栏里打个O或√

1. 您的性别是? ① 男 ② 女

2. 您的年龄是? ( )

3. 您的国籍是? ( )

4. 您来韩国多久了?

① 未满一年 ② 满1年-2年不到 ③ 满2年-3年不到 ④ 满3年-4年不到 ⑤ 满4年-5年不到

⑥ 满5年及5年以上

5. 您现在就读什么学位?

① 学部课程 ② 硕士课程 ③ 博士课程 ④ 硕博联合课程 ⑤ 语学堂课程

6. 您的韩语等级是几级?

① 1级 ② 2级 ③ 3级 ④ 4级 ⑤ 5级 ⑥ 6级 ⑦ 没有

7. 您现在居住的状态是?

① 宿舍 ② 自己 独居 ③ 和家人或者朋友生活 ④ 寄宿 ⑤ 其他

8. 您这学期的课程是以什么方式进行的?

① 全部网课 ② 网课+ 线下上课 ③ 全部线下上课

### 1. 文化适应压力

这是为了解大家适应文化的压力而提出的问题，好好读提问内容在觉得很近的地方做O或者V。

序号	题目	绝对不是这样	不是这样	一般	大致是这样	完全是这样
1	经常思念故乡，使我倍受折磨.					
2	我不太适应新的饮食习惯.					
3	和别人一起时，我得到不平等的待遇.					
4	有人嘲笑我的文化价值观念.					
5	用韩语交流时，我很紧张.					
6	在不太熟悉的环境里生活，使我很难过.					
7	由于我的文化观念不同，让我有种不安全感.					
8	我在这里在参加社会活动（学校社团,交朋友）的时候非常犹豫.					
9	别人对我有偏见.					
10	抛弃故乡和朋友来此，让我有种负罪感.					
11	在韩国给我的机会比较少.					
12	当我的同胞受到不平等待遇时，感到愤怒.					
13	在韩国居住后，我觉得有很大的压力.					
14	我觉得在韩国受到了不平等的待遇.					
15	当地人用肢体语言的方式表达对我的讨厌.					
16	在韩国人不了解我的文化观念时，感到悲伤.					
17	我觉得我在这不能受到应有的待遇.					
18	我对自身的文化观念有自卑感.					
19	当地人对我的文化观不认可.					
20	我想念我的家乡和亲人.					

21	我对适应新的文化观念感到不便.					
22	在韩国我的同胞受到歧视。					
23	韩国人用行动表达对我的讨厌.					
24	因为我的文化观念使我觉得自己在当地的地位较低.					
25	在韩国我觉得不安全.					
26	在韩国我没有归属感.					
27	每当想到我的同胞的问题，就觉得伤心					
28	来到这里以后由于害怕一直保持低调行为					
29	因为与当地不是同一民族，我感觉别人不愿意和我交往					
30	有的人说讨厌我.					
31	因为以不同的生活方式在当地生活，有种负罪感.					
32	离开亲人，来到他国，让我感到痛苦。					
33	不能决定回国还是留在当地，对自己的未来感到担心					

## 2. 大学生活适应

这是为了了解大家大学生活适应而提出的问题，好好读提问内容在觉得很近的地方做○或者V。

序号	题目	绝对不是这样	不是这样	一般	大致是这样	完全是这样
1	我觉得大学环境挺适合我的。.					
2	我最近变得非常紧张或敏感.					
3	我在大学里遇见了很多人也交了许多朋友.					
4	我很清楚的知道我上大学的目的，也清楚的知道我在大学生活中想得到什么.					
5	我觉得大学学习很难.					
6	我最近非常抑郁.					
7	我积极的参与大学的社会活动（同门会，社团）.					
8	我很适应大学的生活.					
9	考试期间我过得不好.					

10	我最近感到非常疲惫.					
11	我对于上大学的决定非常满意.					
12	我对于选择的大学非常满意.					
13	我对大学学习不是很努力.					
14	我在大学里有许多亲密的朋友					
15	我的学习目标非常明确.					
16	我最近无法控制自己的情绪.					
17	其实, 我不够聪明完成所有应做到的大学学业.					
18	我非常想家.					
19	我没有有效的利用学习时间。					
20	我最近没有学习的动力.					
21	我对大学提供的社团非常满意.					
22	我最近对大学教育的价值观有点质疑.					
23	我宁愿自己选择了另一个大学.					
24	我似乎具有足够的人际关系能力来适应大学.					
25	我最近非常容易生气。					
26	我最近很难集中于学习.					
27	与付出的努力相比, 我的成绩并不理想.					
28	我在大学与别人共处时感到非常不舒服.					
29	有时我的思想会变得一团乱.					
30	我无法与异性来往.					
31	我喜欢在大学学习.					
32	我最近经常感到孤独.					
33	我很难逼迫自己去学习.					
34	我觉得我在大学过得很好.					
35	我觉得我与其他的同学不一样, 并且不喜欢这种感觉.					
36	总体来说, 我觉得不上大学比现在上大学的状态好.					
37	我现在就读的专业与我的喜好大多数不相关.					
38	最近我有考虑想要转去另一所大学.					
39	最近我有考虑要退学.					
40	我在大学生活中有可以分享疑虑的亲朋好友.					
41	我在应付大学生活的压力时遇到很多困难.					
42	我对我大学的人际关系非常满意.					

### 3. 自我效能感

这是为了了解大家自我效能感而提出的问题，好好读提问内容在觉得很近的地方做O或者V。

序号	题目	绝对不是这样	不是这样	一般	大致是这样	完全是这样
1	我确信在制定计划时可以实行它.					
2	我的问题之一是没能及时着手工作.					
3	不管我第一次做什么事,我都会努力做到我能做为止.					
4	我几乎没有实现过自己制定的重要目.					
5	我把事情做到底之前就放弃了.					
6	我避免遇到困难.					
7	看起来太复杂的事,我都不尝试去做.					
8	即使有不想做的事情,也要坚持到完成那件事为止.					
9	决心干什么就马上干那件事.					
10	我要学新东西的时候,一开始不好就放弃.					
11	出了意想不到的问题,办不好那件事.					
12	新的工作太难,就不想学它.					
13	失败的时候反而更加努力.					
14	我对自己做任何事情的能力没有信心					
15	我相信自己.					
16	我容易放弃.					
17	我觉得生活中所经历的大部分问题都处理不好.					
18	我很难交新朋友.					
19	到我想见的人,在他来找我之前,我先靠近他.					
20	即使遇到有好感的人,如果是很难交往的人,就放弃交往的努力.					
21	即使是乍一看有点漠不关心的人,也不会轻易放弃,努力交往.					
22	我在社会聚会上不善于处事.					
23	我现在的的朋友都是托我社交的福才交上的.					

★ 설문에 끝까지 참여해 주셔서 진심으로 감사드립니다. ★