

차별 경험 스트레스와 적응 결과 사이의 사회적 관계 자원의 매개효과:

국내 외국인 유학생을 중심으로

이해민* 서강대학교 신문방송학과 박사과정

김재형** 서강대학교 부동산학과 박사과정

정수린*** 서강대학교 신문방송학과 교수

본 연구는 소수자 스트레스 모델을 바탕으로 국내 외국인 유학생이 경험하는 차별 경험 스트레스가 불안, 심리적 웰빙, 학교 적응에 미치는 영향과 그 과정에서 사회적 관계 자원의 역할을 검증하였다. 서울 지역 4년제 대학에 재학 중인 외국인 유학생 248명을 대상으로 온라인 설문을 실시하였으며, 차별 경험 스트레스는 암묵적 차별과 명시적 차별로, 사회적 관계 자원은 사회적 지지와 소속감으로 구성하여 측정하였다. 확인적 요인분석을 통해 신뢰도와 수렴·판별타당도를 점검하였고, 이후 구조방정식 모형을 활용해 변수 간 관계를 분석하였다. 분석 결과, 차별 경험 스트레스는 사회적 관계 자원과 유의한 부적 관계를 보였으며, 낮아진 사회적 관계 자원은 외국인 유학생의 불안을 높이고 심리적 웰빙과 학교 적응을 저하시키는 간접효과를 나타냈다. 이러한 결과는 국내 외국인 유학생의 적응 문제가 단순한 언어 및 학업 부담에 그치지 않으며, 일상에서 경험하는 암묵적 차별 역시 중요한 스트레스 요인으로 작용해 사회적 관계 형성과 유지, 심리적 적응, 학교 적응에 영향을 미칠 수 있음을 보여준다는 점에서 의의가 있다.

주제어 : 외국인 유학생, 차별 경험 스트레스, 사회적 관계 자원, 심리적 적응, 학교 적응

* hminlee@sogang.ac.kr

** jaeh605@sogang.ac.kr

*** chungsr79@sogang.ac.kr, 교신저자

1. 서론

전 세계적으로 국제 유학생의 수는 계속 증가하고 있으며, 이는 고등교육의 국제화, 각국의 유학생 유치 정책 강화, 그리고 글로벌 이동성 증가와 같은 다양한 요인에 기인한다(UNESCO Institute for Statistics, 2023). 유네스코 통계에 따르면, 2000년대 초반 200만 명 수준이었던 국제 유학생 수는 2020년 기준 600만 명 이상으로 급격히 증가하였다(Global Education Monitoring Report Team, 2024). 한국 또한 유사한 흐름을 보이며, 국내 대학에 등록된 외국인 유학생 수는 해마다 증가하고 있다. 교육부에서 발표한 자료에 따르면(교육부, 2025), 국내 외국인 유학생 수는 2010년 8만 명 수준이었으며, 이후 대학의 국제화 전략과 정부의 유치 정책이 함께 작용하여 2025년에는 25만 명을 넘어선 것으로 집계되었다. 이 같은 증가에는 정부의 유학생 유치 정책과 대학의 국제화 노력이 함께 영향을 미친 것으로 해석할 수 있다. 특히 베트남, 중국, 우즈베키스탄, 몽골 등 다양한 국가에서 온 유학생들이 한국 대학에 등록하고 있다(법무부출입국·외국인정책본부, 2026).

이러한 양적 증가에도 불구하고 국내 외국인 유학생들은 한국 사회와 교육 환경에 적응하는 과정에서 여러 어려움을 겪고 있다(주학·김성봉·이세자, 2023). 언어장벽, 문화·인종적 차이, 경제적 부담, 그리고 사회적 네트워크 부족은 외국인 유학생들이 반복적으로 호소하는 대표적 어려움으로 거론되었으며(정유리, 2018), 한국 대학의 강의 방식과 평가 기준에 적응하는 것 역시 중요한 부담으로 언급되어 왔다(이은화·조용개·김난희, 2014). 이와 같은 적응상의 어려움과는 별도로 외국인 유학생이 경험하는 차별 문제도 주목할 필요가 있다. 한국 사회는 단일민족 중심의 정체성이 강하게 형성되어 왔으며, 이러한 사회문화적 토대는 외국인 유학생을 포함한 이주민 집단에 대해 배타적인 분위기를 형성할 수 있다(장서현, 2021). 외국인 유학생은 특정 국가 출신이라는 이유로 차별적 언급을 듣거나(손보영·조효진, 2024), 한국어 능력과 무관하게 학업역량에 대한 선입견을 경험하고, 문화적 동화 압력을 받거나 사회적 배제를 겪기도 한다(최은아·장은영, 2022).

외국인 유학생이 경험하는 차별은 반드시 노골적인 적대 행위나 직접적인 배제로만 나타나는 것은 아니다. 오늘날 대학 현장에서 외국인 유학생에 대한 차별은 공개적인 무시나 전면적인 배제로 드러나기보다, 공동체의 완전한 구성원으로 받아들여지지 않거나 보이지 않는 경계 속에 위치 지어지는 방식으로 더 미묘하게 경험될 가능성이 크다. 겉으로 보기에는 큰 갈등이 드러나지 않더라도 일상적 상호작용 속에서 반복되는 거리

두기와 타자화의 경험이 외국인 유학생에게는 중요한 스트레스 요인으로 작용할 수 있다(Yu et al., 2024). 이러한 점에서 외국인 유학생의 차별 경험은 명시적 차별에 한정해서 볼 것이 아니라, 일상적 상호작용 속에서 서서히 누적되는 암묵적 차별의 차원까지 포함해 이해할 필요가 있다.

외국인 유학생이 겪는 이러한 차별 경험은 스트레스 요인이 될 수 있으며, 이는 결과적으로 그들의 심리적 안정과 학교 적응에 부정적인 영향을 미칠 수 있다(Nadal, Griffin, Wong, Hamit, & Rasmus, 2014). 해외 연구에 따르면(Lee & Rice, 2007), 외국인 유학생들은 자신의 억양이나 외모로 인해 학문적 능력이 낮게 평가되거나, 인종적 편견이 내포된 질문을 받는 등의 경험을 할 때 사회적 소속감과 자아존중감이 낮아질 수 있다. 비슷하게 사회적 소수자 집단(예: LGBTQ 그룹)은 자신의 정체성을 이유로 반복적인 차별을 경험하게 되면 스트레스와 정서적 불안을 경험하고, 장기적으로는 자아존중감 저하와 심리적 위축을 겪는 것으로 보고된다(Sue et al., 2007; Nadal et al., 2014). 국내 외국인 유학생들 역시 한국 사회에서 사회적 소수자로서 다양한 형태의 차별을 경험하고 있으며(손보영 · 조효진, 2024; 최은아 · 장은영, 2022), 이들의 차별 경험이 한국 사회와 대학 환경에서의 적응 결과에 어떠한 영향을 미치는지를 살펴볼 필요가 있다. 특히 외국인 유학생이 경험하는 차별을 노골적 적대에만 한정하지 않고, 미묘한 거리 두기와 같은 암묵적 차별까지 포함한 스트레스 과정으로 파악할 필요가 있다는 점에서 정교한 이론적 접근이 요구된다.

따라서 이번 연구는 다음과 같은 연구 목적을 제시한다. 첫째, 국내 외국인 유학생들이 경험하는 차별 경험 스트레스가 그들의 적응 결과와 어떠한 관계를 보이는지 검증하고자 한다. 본 연구는 차별 경험 스트레스를 암묵적 차별과 명시적 차별로 구분하여, 외국인 유학생이 경험하는 다양한 형태의 차별을 다층적으로 구성하였다. 또한 적응 결과를 측정하기 위해 불안, 심리적 웰빙, 학교 적응을 포함한 세 가지 종속변인을 사용하였다. 일반적으로 문화적응 연구에서는 적응을 심리적 적응(Psychological adaptation)과 사회문화적 적응(Sociocultural adaptation)으로 구분해 왔으며(Ward & Kennedy, 1993), 본 연구에서 제시한 불안과 심리적 웰빙은 개인의 정서적 측면을 다룬다는 점에서 심리적 적응에 해당하고, 학교 적응은 일상에서의 기능적 측면을 다룬다는 점에서 사회문화적 적응에 해당한다(Berry, Phinney, Sam, & Vedder, 2006). 따라서 본 연구의 세 가지 종속변인은 국내 외국인 유학생의 적응 결과를 다층적으로 측정할 수 있도록 해 준다. 둘째, 이번 연구는 사회적 관계 자원이 차별 경험 스트레스와 적응 결과 사이에서 매개변인으로 작용하는지를 검증하고자 한다. 기존 연구에 따르면(Pascoe & Richman, 2009), 차별을 경험한

개인은 자신이 주류 집단으로부터 배제되었다고 지각하면서 사회적 고립감을 더 크게 느낄 수 있으며, 이러한 고립감은 스트레스 상황에서 심리적 취약성을 높여 적응을 더욱 어렵게 만들 수 있다(Cohen & Wills, 1985). 다만 고립감은 배제 경험과 관련된 심리적 상태를 지칭하지만, 본 연구에서 주목하는 사회적 관계 자원은 외국인 유학생이 관계 속에서 경험하는 사회적 지지와 소속감의 수준을 뜻한다는 점에서 두 개념은 구별된다. 사회적 지지는 개인이 자신이 속한 집단 안에서 사회적 관계를 통해 도움과 자원을 얻을 수 있다고 인식하는 정도를 나타내며, 소속감은 자신이 해당 공동체의 한 구성원으로 자리하고 있다고 느끼는 정서적 유대를 뜻한다(Cohen & Wills, 1985; Baumeister & Leary, 1995). 두 개념이 서로 같은 것은 아니지만, 외국인 유학생이 차별 경험 이후 관계망 안에서 도움을 기대하는 정도와 공동체 안에 속해 있다고 느끼는 정도를 함께 설명한다는 점에서 본 연구에서는 이를 사회적 관계 자원의 하위 차원으로 설정하였다.

지금까지 언급한 변인 간 관계를 설명하기 위해 이번 연구에서는 소수자 스트레스 모델(Minority stress model)을 연구의 개념적 틀로 사용하였다. 소수자 스트레스 모델은 사회적 소수자가 경험하는 차별, 내면화된 낙인, 소외감과 같은 다양한 스트레스가 그들의 정신건강과 생활 전반에 미치는 영향을 설명하는 이론이다(Meyer & Frost, 2013). 소수자 스트레스 모델에 따르면, 반복적인 차별 경험 스트레스는 사회구조적 배제뿐 아니라 개인 내면에서 형성되는 긴장과 부담을 통해 적응 과정 전반에서 부정적인 양상으로 나타날 수 있다. 기존 연구는 주로 성소수자(LGBTQ) 집단(손주연·이영호, 2023)과 이주민 및 다문화가정 청소년(김은혜·정선재, 2024)의 스트레스와 적응 과정 분석에 이 모델을 활용하여, 사회적 소수자로서의 위치가 그들의 심리적 웰빙에 어떠한 영향을 미치는지를 설명해 왔다. 그러나 외국인 유학생이 경험하는 차별은 기존 소수자 스트레스 모델 연구에서 주로 다루어 온 명시적 낙인이나 직접적 적대와 같은 방식으로 드러나지 않을 수 있다. 오히려 외국인 유학생의 경우에는 공개적인 무시나 전면적인 배제보다, 일상적 상호작용 속에서 완전한 구성원으로 받아들여지지 않거나 미묘하게 선이 그어지는 방식의 차별이 더 빈번하게 경험될 가능성이 있다. 본 연구는 이러한 차이에 주목하여 마이크로어그레션(Microaggression)의 형태로 나타나는 암묵적 차별 역시 외국인 유학생에게는 중요한 소수자 스트레스로 작용할 수 있다는 점을 살펴보고자 한다. 이는 지금까지 주로 성소수자를 중심으로 적응 및 검증되어 온 소수자 스트레스 모델이 국내에 거주하는 외국인 유학생과 같은 새로운 형태의 소수자 집단에도 적용될 수 있는지를 검토한다는 점에서 의미가 있다. 또한 이번 연구는 국내 외국인 유학생이 경험하는 스트레스를 심리적 적응과 학교 적응의 차원에서 함께 검토함으로써, 이들의 적응 문제를 통합적으로

이해할 수 있는 관점을 제시하고자 한다.

2. 이론적 배경

1) 차별 경험 스트레스와 외국인 유학생의 적응

전 세계적으로 외국인 유학생 수가 꾸준히 증가하였으며, 증가한 유학생 수만큼 이들의 학업 및 사회적 적응은 다양한 사회과학 연구에서 주요한 주제로 다뤄졌다. 기존 연구들은 외국인 유학생의 적응을 단순한 학업 성취의 문제가 아니라, 새로운 사회·문화적 환경 속에서의 상호작용과 정체성 재구성 과정으로 이해해 왔다(Berry, 1997). 이러한 관점에서 언어 능력, 교육 방식의 차이, 사회적 네트워크 형성 여부와 같은 개인의 특성과 개인을 둘러싼 환경이 외국인 유학생의 학업 성과와 생활 만족도에 유의한 영향을 미치는 요인으로 다루어졌다(Smith & Khawaja, 2011).

최근 외국인 유학생의 적응을 다룬 연구에서는 교육 현장에서 경험하는 차별 문제 역시 중요한 분석 대상으로 다루고 있다. 특히 명시적이고 노골적인 차별과 함께 일상적인 상호작용 속에서 반복적으로 누적되는 암묵적 차별 역시 외국인 유학생의 심리적 스트레스와 적응에 부정적인 영향을 미칠 수 있다는 점이 강조되고 있다(민예슬·김창대, 2018; Lee & Rice, 2007). 암차별은 노골적인 배제나 공격의 형태를 띠지는 않지만, 외국인 유학생이라는 이유로 역량을 낮게 평가하거나 ‘배려’라는 이름 아래 수업 활동에서 제외하는 경우, 혹은 당사자가 제기한 문제를 과민 반응으로 치부하는 상황처럼 차별의 의미를 은근히 담고 있는 경험을 가리킨다.

선행연구에 따르면 외국인 유학생은 실제 한국어 능력이나 학업 역량과 무관하게 ‘외국인’이라는 정체성으로 인해 낮은 학문적 기대를 받거나, 팀 프로젝트 및 수업 활동에서 주변화되는 경험을 가진다고 한다(김연희, 2024; 임희진 외, 2015). 또한 문화적·인종적 배경에 대한 고려 부족, 종교적·생활 양식의 차이에 대한 무관심은 외국인 유학생에게 반복적인 심리적 부담으로 작용하며, 이는 단순한 불편을 넘어 학습 환경 전반에 대한 부정적 인식을 형성하게 만든다(이윤정, 2023). 이러한 차별 경험은 개별 사건으로는 사소해 보일 수 있으나, 시간이 지남에 따라 누적되면서 유학생의 학업 동기 저하, 정서적 소진, 그리고 대학 공동체에 대한 소속감 약화로 이어질 가능성이 있다(김연희·이교일, 2021; Gil, Turner, & Gubi, 2023). 나아가 여러 형태의 차별은 외국인 유학생이

교육 환경에서 경험하는 긴장의 원인이 되며, 개인의 심리 상태와 학교 적응 전반에 걸쳐 어려움을 심화시킬 수 있다.

이러한 맥락에서 본 연구는 외국인 유학생을 교육 맥락 속에서 다수 집단과 권력·자원 접근에서 비대칭적 위치에 놓인 문화적 소수자(cultural minority)로 이해하고, 이들의 차별 경험이 어떠한 경로를 통해 적응 결과로 이어지는지를 설명하기 위해 소수자 스트레스 모델(Meyer, 2003)을 이론적 틀로 적용하고자 한다. 소수자 스트레스 모델은 사회적 소수자가 구조적 불평등과 낙인 속에서 경험하는 차별을 개인의 일시적 감정 반응이나 주관적 해석의 문제가 아니라, 사회적 환경에 내재한 만성적이고 반복적인 원격 스트레스 요인(distal stressor)으로 개념화하고 있다. 특히 이 모델은 차별 경험이 단발적인 사건에 그치지 않고 시간의 경과에 따라 누적되면서 개인의 불안, 정서적 소진 등 심리적 적응 과정에 지속적인 영향을 미칠 수 있음을 강조하기에 외국인 유학생의 차별 경험이 그들의 학교 적응에 어떤 영향을 주는지 설명하고자 할 때 적합한 이론적 틀을 제공한다. 더 나아가 소수자 스트레스 모델은 사회적 지지나 공동체와의 연결감과 같은 대처 자원(coping resources)이 차별 경험과 심리적·사회문화적 적응 결과 간의 관계에 개입하여, 그 부정적 영향을 완충하거나 매개할 수 있음을 설명한다(Meyer, 2015; Trujillo, Perrin, Sutter, Tabaac, & Benotsch, 2017). 이는 차별 경험이 반드시 부적응으로 직결되는 것이 아니라, 개인이 놓인 관계 환경과 활용 가능한 자원에 따라 그 결과는 달라질 수 있다는 점을 전제한다. 따라서, 우리 연구진은 외국인 유학생의 차별 경험 스트레스를 원격 스트레스 요인으로 간주하고 사회적 지지와 소속감으로 구성된 사회적 관계 자원을 주요한 대처 자원으로 함께 고려한다. 이러한 틀 안에서 불안, 심리적 웰빙, 학교 적응이 어떠한 경로를 따라 달라지는지를 통합적으로 분석하고자 한다.

2) 차별 경험 스트레스 구성요소

소수자 스트레스 모델에 따르면, 차별 경험 스트레스는 단일한 사건이나 특정 유형의 차별로 환원될 수 없는 다차원적 개념으로 이해된다(Meyer, 2003). 사회적 소수자는 일상적 상호작용 속에서 인종적 차별과 같이 비교적 분명하게 인지되는 명시적 차별뿐만 아니라, 표면적으로는 중립적이거나 사소해 보이지만 반복적으로 노출되면 심리적 부담을 유발할 수 있는 암묵적 차별을 동시에 경험할 수 있다(Sue, 2010; Williams, Skinta, & Martin-Willett, 2021). 외국인 유학생의 차별 경험은 단일한 형식으로 설명되기 어렵다. 일부는 직접적인 배제나 노골적인 적대처럼 비교적 분명한 형태로 드러나지만, 일부는

일상적 상호작용 속에서 미묘하고 모호하게 나타나 차별 여부를 즉각 판별하기 어려운 방식으로 경험되기도 한다. 이처럼 두 유형은 표현 양상과 인식 방식에서 차이를 보이지만, 모두 정체성 인식, 사회적 관계 형성, 심리적 적응과 연결된다는 점에서 차별 경험 스트레스를 이루는 핵심 요소로 볼 수 있다. 따라서 본 연구는 외국인 유학생의 차별 경험을 암묵적 차별과 명시적 차별로 구분하면서도, 이를 분절된 현상으로 다루기보다 하나의 차별 경험 스트레스를 구성하는 하위 차원으로 설정하였다.

(1) 암묵적 차별 경험

암묵적 차별 경험은 정체성을 노골적으로 부정하거나 공개적인 배제를 동반하지는 않지만, 유사한 상황이 거듭될 경우 심리적 긴장을 키우는 일상적 차별을 가리킨다. 이러한 암묵적 차별에 대해 피어스(Pierce, 1970)는 마이크로어그레션(Microaggression)이라고 명명하며 이를 특정 집단 구성원을 향한 미묘하고 일상적인 차별적 언행으로 정의하였다. 암묵적 차별은 한 장면만 보면 대수롭지 않거나 배려처럼 보일 수 있다. 그러나 유사한 경험이 반복되면 개인은 자신이 주변으로 밀려나 있다는 인식을 갖게 되고, 그 과정에서 차별에 대한 스트레스가 점차 커질 수 있다. 이러한 이유로 암묵적 차별은 사회적 소수자가 일상 속에서 겪는 차별을 설명하는 데 중요한 개념으로 다뤄진다. 특히 외국인 유학생의 경우, 문화·인종적 배경이나 언어 사용 방식의 차이로 인해 노골적인 차별보다는 암묵적인 형태의 차별에 더 빈번히 노출될 가능성이 높다(Yosso, 2005).

기존 연구에서는 암묵적 차별 경험이 문화적 소수자의 심리적 적응에 부정적인 영향을 미친다는 점을 여러 차례 확인하였다. 나달 등(Nadal et al., 2014)은 소수 인종 대학생을 대상으로 한 연구에서 외모, 언어 능력, 문화·인종적 배경에 대한 반복적인 암묵적 차별 경험이 자존감 저하와 심리적 안정성 약화로 이어질 수 있음을 밝혔다. 트란과 리(Tran & Lee, 2014) 역시 아시아계 미국인을 대상으로 한 연구에서 “You speak English very well”과 같은 발언이 표면적으로는 긍정적 평가처럼 보일 수 있으나, 실제로는 화자를 주류 집단 외부의 존재로 규정하고 동등한 학문적 주체로 인정하지 않는 암묵적 차별로 작동할 수 있음을 지적하였다. 국내 외국인 유학생을 대상으로 한 국내 연구에서도 비슷한 장면이 보고된다. 이소원, 박청길 그리고 김보영(2023)은 유학생들이 교수나 또래로부터 학업 역량에 대해 낮은 기대를 받거나, 한국어 능력이 곧 학문적 능력이라는 전제 속에서 평가되는 경험을 언급하였다. 이러한 상황은 명백한 차별로 분류하기는 어렵지만, 반복될 경우 심리적 부담을 키울 수 있다.

유사한 경험이 이어지면 개인은 자신이 그 환경의 중심에 속하지 못한다고 받아들여

기 쉽고, 그 인식은 타인과의 접촉을 줄이거나 관계에서 거리를 두는 선택으로 이어질 수 있다. 하우스만드 등(Houshmand, Spanierman, & Tafarodi, 2014)은 차별 경험이 사회적 배제감을 높이며 관계 회피를 촉진함으로써 사회적 관계 자원을 낮추는 메커니즘으로 작동할 수 있음을 언급하였고, 파스코와 리치만(Pascoe & Richman, 2009) 역시 차별 경험이 개인의 정신건강뿐 아니라 사회적 관계 전반을 침식할 수 있음을 보고하였다. 이상의 논의를 종합하면, 암묵적 차별은 국내 외국인 유학생의 적응 과정에서 반복적으로 나타날 수 있는 경험이며, 소수자 스트레스 모델이 말하는 원격 스트레스 요인의 범주에 포함할 수 있다. 이에 본 연구는 암묵적 차별 경험을 차별 경험 스트레스를 구성하는 하위 요인으로 설정한다.

(2) 명시적 차별 경험

본 연구는 문화적·인종적 차별을 명시적으로 인식되는 차별 경험의 범주로 정의하고, 이를 명시적 차별 경험으로 구분하여 다루고자 한다. 일반적으로 문화·인종적 차별은 개인이 자신의 문화적·인종적 배경이나 집단 정체성에 근거하여 부정적인 평가를 받거나 불리한 대우를 경험하는 것을 의미한다(Schmitt, Branscombe, Postmes, & Garcia, 2014). 이러한 유형의 차별은 특정 집단에 대한 편견이나 고정관념을 토대로 비교적 분명하게 드러난다는 점에서 암묵적 차별과 구분된다. 문화적 차별은 언어, 가치관, 종교, 생활 방식 등에 대한 부정적 인식에서 비롯되며, 인종적 차별은 외형이나 출신 국가, 민족적 정체성에 대한 선입견을 배경으로 나타난다. 외국인 유학생의 맥락에서 문화·인종적 차별은 일상적 상호작용을 넘어, 비교적 분명한 배제 경험으로 인식되는 경우가 많은데 때로는 직접적인 발언이나 행동으로 나타나기도 하고, 특정 집단에 대한 반복적인 불이익 부여나 기회 제한의 형태로 표출되기도 한다.

외국인 유학생을 대상으로 한 선행연구들은 문화·인종적·언어적 차이에 기반한 차별 경험이 유학생 적응 과정에서 중요한 위험 요인임을 지적하고 있다. 사위르 등(Sawir, Marginson, Deumert, Nyland, & Ramia, 2008)은 호주 대학에 재학 중인 아시아계 유학생들이 언어 능력, 발음, 식습관, 복식 문화 등을 이유로 차별적 시선을 경험하며, 이러한 경험이 학업 몰입 저하와 심리적 스트레스 증가로 이어질 수 있음을 밝혔다. 이 연구는 문화·인종적 차별이 단순한 개인 간 갈등이 아니라, 유학생의 학업 및 일상 전반에 영향을 미치는 구조적 문제임을 시사한다.

국내 통계 자료도 외국인 유학생이 겪는 명시적 차별의 규모를 보여준다. 통계청(2024)에 따르면 전체 외국인 유학생의 27.7%가 차별을 경험했다고 응답했으며, 그 이유로 출

신 국가(50.0%)와 한국어 능력 부족(37.5%)이 주로 언급되었다. 이는 명시적 차별이 일부에 한정된 문제가 아니라, 적지 않은 외국인 유학생이 공통적으로 직면하는 현실임을 보여준다. 더 나아가 이러한 차별은 개인적 관계 속에서만 발생하는 것이 아니라, 제도와 정책의 형성 및 운영 과정에서도 쉽게 드러나지 않는 방식으로 재생산될 수 있다. 스트레블러와 오리건(Strebler & O'Regan, 2005)은 고등교육기관이 형식적으로는 포용과 형평을 강조하지만, 실제로는 소수자 학생의 요구를 충분히 반영하지 못함으로써 제도적 차별을 지속시킬 수 있다고 지적하였다. 이러한 환경에서는 학생들이 차별을 경험하더라도 문제를 제기하기 어려워지고, 차별 구조가 더욱 굳어질 가능성이 높아진다.

명시적 차별이 외국인 유학생의 심리적 적응과 관련된다는 점은 여러 실증 연구에서 구체적으로 제시된 바 있다. 리와 라이스(Lee & Rice, 2007)는 다양한 국적의 유학생을 대상으로 한 연구에서 명시적 차별을 경험한 학생이 그렇지 않은 학생에 비해 스트레스, 불안, 우울 수준이 유의하게 높다고 보고하였다. 이러한 결과는 명시적 차별이 단순한 일회적 불편이 아니라, 외국인 유학생의 심리적 웰빙과 학교 적응 전반에 부담을 가하는 경험이 될 수 있음을 시사한다. 앞서 살펴본 논의를 바탕으로 보면, 명시적 차별 경험은 유학생이 비교적 분명하게 인지하는 차별 유형이며, 반복될 경우 차별 경험 스트레스를 구성하는 주요 요소로 자리한다. 이에 본 연구는 명시적 차별을 차별 경험 스트레스의 주요 하위 차원으로 포함하고, 이러한 경험이 심리적 웰빙과 학교 적응에 어떠한 관련을 보이는지 분석한다.

3) 사회적 관계 자원

차별 경험 스트레스가 외국인 유학생의 심리적 적응과 학교 적응에 미치는 영향을 이해하기 위해서는 이러한 스트레스가 개인에게 직접적인 심리 반응을 유발하는 경로뿐 아니라 개인이 활용할 수 있는 사회적 관계 자원을 어떻게 변화시키는지에도 주목할 필요가 있다. 소수자 스트레스 모델은 차별 경험이 개인 내부의 정서적 반응에만 머무르는 것이 아니라 사회적 관계 맥락 속에서 축적되며, 그 영향이 증폭되거나 완화될 수 있음을 전제로 한다(Meyer, 2003). 이러한 맥락에서 사회적 관계 자원은 차별 경험과 적응 결과 사이를 연결하는 중요한 매개 경로로 이해될 수 있다.

외국인 유학생은 언어적·문화적 전환 과정에서 기존의 사회적 네트워크가 제한된 상태로 새로운 환경에 진입하는 경우가 있기에, 새로운 관계 속에서 사회적 지지와 공동체 내 소속감을 얼마나 확보하느냐가 적응 과정에서 더욱 중요한 의미를 갖는다(Bender,

van Osch, Slegers, & Ye, 2019; Razgulin, Argustaitė-Zailskienė, & Šmigelskas, 2023). 사회적 지지는 스트레스 상황에서 개인이 타인과의 관계를 통해 얻을 수 있는 정서적·기능적 도움을 의미하고, 소속감은 자신이 집단 안에서 수용되고 있다고 느끼는 정서적 유대를 가리킨다. 개념적으로 사회적 지지와 소속감은 차이가 나지만, 외국인 유학생이 차별 경험 이후 관계망 안에서 경험하는 지원의 약화와 수용감 저하를 함께 설명하기에 본 연구는 두 개념이 기능적으로 같은 역할을 하고 있다고 보았다. 따라서, 사회적 관계 자원은 외국인 유학생이 관계 속에서 이용할 수 있는 지원의 수준과 자신이 그 관계 안에서 받아들여지고 있다고 느끼는 정서적 경험을 함께 포함하는 개념으로 볼 수 있다. 차별 경험 스트레스는 이러한 사회적 관계 자원의 수준을 낮춤으로써 적응 과정에 부정적인 영향을 미칠 수 있으며, 반대로 높은 수준의 사회적 관계 자원은 차별 경험이 남기는 부정적 영향을 완화하는 보호요인의 역할을 할 수 있다. 이에 본 연구는 사회적 지지와 소속감이 외국인 유학생의 적응 과정에서 활용할 수 있는 지원과 공동체 내 수용 경험을 함께 구성한다고 보고, 이를 하나의 상위개념인 사회적 관계 자원으로 정의하고자 한다.

(1) 사회적 지지

외국인 유학생의 심리적 웰빙과 학교 적응을 유지하는 데 있어 사회적 관계 자원은 주요한 보호 요인으로 논의되고 있다(Bender et al., 2019). 그중에서도 사회적 지지는 스트레스를 경험하는 개인이 해당 어려움에 대처할 수 있도록 도움을 줄 수 있는 여러 자원을 의미하며(Cohen, 2004), 개인은 또래, 가족, 집단, 지역사회 등 자신과 연결된 다양한 관계망을 통해 이러한 지지를 얻을 수 있다(Lynch et al., 1999). 사회적 지지는 정서적 위로, 정보 제공, 실질적 도움, 그리고 개인의 가치를 확인해 주는 평가적 지지 등 다양한 형태를 포함하는 개념으로 이해할 수 있다(Cohen & Wills, 1985).

본 연구는 사회적 지지를 이해할 때 실제로 제공된 도움의 빈도나 양이 아니라, 필요할 때 도움을 받을 수 있는 사람이 존재한다고 인식하는 지각된 사회적 지지에 초점을 두고자 한다. 선행연구에 따르면(Topor, Borg, Di Girolamo, & Davidson, 2011), 사회적 지지가 개인이 가진 스트레스를 완화하며 이를 통해 스트레스를 경험한 개인의 심리적인 삶의 질을 개선할 수 있다고 한다. 즉, 어떤 개인이 자신의 사회적 연결망을 통해 유효한 대처 자원을 확보할 수 있다고 인식하게 되면 해당 사회적 지지가 실제로 받은 도움의 빈도보다 건강과 심리적 적응에 더 도움을 줄 수 있다는 것이다(Lakey & Orehek, 2011). 이것은 한 개인이 자신이 활용할 수 있는 사회적 지지가 있다는 인식하게 되면 자신에

게 발생한 부정적 사건을 다소 덜 위협적으로 인지하면서 해당 사건으로부터 스트레스를 덜 느끼기 때문이다(Cohen, 2004). 따라서, 지각된 사회적 지지는 스트레스 요인을 직접적으로 제거하기보다 사회적 관계 속 일상적 상호작용을 통해 개인의 정서적 각성을 낮추고 상황에 대한 인지적 해석을 재구성하는 방식으로 도움을 주는 것이다(Lakey & Orehek, 2011).

소수자 스트레스 모델에 따르면 사회적 지지는 심리적 웰빙과 학교 적응에 차별 경험 스트레스가 미치는 부정적 영향을 완화하는 보호 자원으로 이해된다(Meyer, 2003). 외국인 유학생은 언어·문화 전환, 제도적 장벽, 암묵적·명시적 차별 경험에 동시에 노출되기 쉬운 집단으로, 이러한 스트레스 요인이 그들의 심리적 웰빙과 학교 적응에 미치는 영향은 사회적 관계 자원의 수준에 따라 달라질 수 있다. 실제로 외국인 유학생을 대상으로 한 연구에서는 사회적 지지와 같은 사회적 연결 수준이 높을수록 새로운 문화에 대한 적응 스트레스가 줄어들고, 학업적 적응 역시 더 양호한 것으로 보고된 바 있다(Bender et al., 2019).

그러나 역설적으로, 암묵적 차별 경험과 명시적 차별 경험은 보호 자원으로서의 사회적 지지 자체를 약화하는 선행 요인으로 작용할 수 있을 것으로 예상된다. 반복되는 차별 경험은 개인에게 사회적으로 배제되는 느낌을 들도록 하고 타인과의 관계 형성을 위축시키고 사회적 지지의 가용성에 대한 인식을 저하하는 방향으로 작동할 가능성이 있다(Houshmand et al., 2014). 이처럼 차별 경험은 실제로 제공되는 지지의 존재 여부와는 별개로, 개인이 지각하는 사회적 지지 수준을 변화시킴으로써 심리적 웰빙과 학교 적응에 간접적인 영향을 미칠 수 있다.

기존 실증 연구들 역시 사회적 지지가 차별과 문화 적응으로 인한 스트레스 이후의 심리적 결과를 완충하는 중요한 관계적 자원임을 보여준다. 예를 들어, 웨이 등(Wei, Ku, Russell, Mallinckrodt, & Liao, 2008)은 중국인을 포함한 아시아계 국제 학생을 대상으로 한 연구에서, 지각된 사회적 지지와 같은 사회적 자원이 차별과 적응 스트레스가 심리적 고통으로 이어지는 과정에서 보호적 역할을 한다는 것을 보고하였다. 이는 사회적 지지가 차별 경험 이후의 스트레스-적응 과정에 관여하는 주요한 사회적 연결 자원임을 시사한다.

(2) 소속감

본 연구는 사회적 지지와 함께 소속감(belonging)을 외국인 유학생의 적응을 설명하는 또 다른 관계 자원으로 논의하고자 한다. 보메이스터와 리어리(Baumeister & Leary, 1995)

에 따르면, 개인은 타인과의 빈번하고 긍정적인 상호작용과 지속적인 관계적 유대를 통해 기본적인 심리적 욕구를 충족하며, 이러한 소속감의 충족 여부는 심리적 웰빙에 직접적인 영향을 미친다고 한다. 학교 소속감은 학생이 학교의 사회적 환경 안에서 자신이 수용되고 존중받으며 포함되고 지지받고 있다고 지각하는 심리적 경험을 의미한다 (Goodenow, 1993). 이러한 경험은 정서적 안정뿐 아니라 학업 참여와 대학 생활 전반과도 밀접한 관련을 보일 수 있다. 특히 익숙한 관계망과 제도적 환경을 떠나 새로운 대학 공동체에 진입한 외국인 유학생에게는 이러한 소속감의 의미가 더욱 크게 다가올 수 있다. 이들은 새로운 언어와 문화, 낯선 제도 환경 속에서 대학 생활을 시작하기 때문에 자신이 공동체 안에 자리 잡고 있다고 느끼는지 여부가 심리적 적응과 학교 적응에 적지 않은 차이를 만들 수 있다. 실제로 국제 학생을 대상으로 한 연구에서도 대학 내 사회적 상호작용은 소속감과 정적으로 관련되며, 소속감은 심리적 웰빙과 학교 적응에도 긍정적인 관련을 보이는 것으로 나타났다(Zhang et al., 2025). 반대로 차별 경험이 반복될 경우, 자신이 공동체의 주변부에 머물러 있다는 인식이 강화되면서 정서적 안정과 대학 생활 전반에 어려움이 커질 수 있다. 즉, 차별 경험 스트레스의 수준이 높아지면 소속감의 수준이 낮아질 것으로 예상된다. 본 연구는 사회적 지지와 함께 소속감이 사회적 관계 자원의 역할을 할 것으로 가정하기에 다음과 같은 가설을 제안한다.

가설 1: 차별 경험 스트레스는 사회적 관계 자원과 부(-)의 관계를 보일 것이다.

4) 적응 결과

외국인 유학생의 적응은 단일한 결과 변수로 단순화하기보다, 정서적 안정, 심리적 건강, 일상생활의 균형 등 여러 차원이 함께 구성하는 복합적인 상태로 이해할 필요가 있다. 특히 문화적응 이론은 이주민과 문화적 소수자의 적응을 심리적 적응과 사회문화적 적응으로 구분하며, 전자는 정서적 안정, 스트레스 수준, 심리적 웰빙과 같은 개인 내부의 심리 상태를, 후자는 일상생활과 사회적 맥락 속에서의 기능적 수행과 역할 적응을 중심으로 설명한다(Berry et al., 2006). 이와 같은 구분은 외국인 유학생의 적응 양상을 체계적으로 파악하기 위한 틀을 제공하며, 심리적 적응과 사회문화적 적응이 서로 다른 영역이면서도 실제 경험에서는 긴밀히 이어져 있다는 점을 전제한다. 워드와 케네디(Ward & Kennedy, 1993) 역시 심리적 적응을 개인이 새로운 문화 환경에서 경험하는 불안, 우울, 정서적 스트레스와 같은 심리적 반응의 수준으로 개념화하는 한편, 사회문화

적 적응을 학업 수행, 대인관계, 제도적 환경에 대한 이해와 활용 능력 등 일상적 기능 수행의 측면에서 파악하였다. 이 관점에서 보면 외국인 유학생의 적응을 단지 부정적 정서가 줄고 긍정적 정서가 늘어나는 변화로만 판단하기에는 부족하며, 학업 환경과 대학 공동체 안에서 얼마나 안정적으로 자리 잡고 있는지까지 함께 살펴볼 필요가 있다.

이러한 이론적 논의를 바탕으로 본 연구는 외국인 유학생의 적응 결과를 심리적 적응과 사회문화적 적응이라는 두 차원으로 구성한다. 구체적으로 불안과 심리적 웰빙은 개인의 정서적 안정성과 심리 상태를 반영하는 지표로서 심리적 적응의 하위 요소로 설정하고, 학교 적응은 학업 수행과 대학 생활 전반에서의 기능적 적응을 보여주는 지표로서 사회문화적 적응 차원을 반영하도록 설정하였다. 이러한 구성은 국내 외국인 유학생이 경험하는 차별 경험 스트레스가 정서적 반응과 일상적 적응 과정에 어떠한 관련을 보이는지를 다층적으로 이해하는 데 필요한 이론적 틀을 제공한다.

(1) 불안

불안(Anxiety)은 현실·잠재적 위협에 대한 걱정, 각성, 긴장으로 나타나는 정서·생리·인지 반응의 집합이며, 이것은 국내 외국인 유학생의 대학 생활 전반의 부적응을 가늠하는 적절한 지표가 될 수 있다. 선행연구에서는 지각된 차별이 불안·우울 및 전반적 건강 저하와 연결된다는 점을 밝힌 바 있다(Pascoe & Richman, 2009). 이러한 결과는 차별이 개인 정서에 부정적인 영향을 주면서 스트레스의 만성화를 통해 불안을 강화함을 의미한다. 소수자 스트레스 모형 역시 낙인과 차별과 같은 외생적 스트레스가 일반적인 스트레스 요인이 되는 것을 넘어 추가 부담을 형성해 불안감을 높이는 등의 심리적인 부분에 부정적 영향을 미치며, 그 효과가 개인 내부 요인에만 국한되지 않고 사회적·제도적 맥락에서도 나타날 수 있다고 주장한다(Meyer, 2003). 국내 연구에서도 외국인 유학생이 겪는 차별적 경험이 그들의 스트레스를 증가시켜 우울감과 불안을 유발하는 것을 밝혔다(김연희·이교일, 2021).

사회적 관계 자원은 이러한 불안 반응과 높은 관련성을 가질 것으로 보인다. 사회적 지지나 소속감과 통해 높은 수준의 사회적 관계 자원을 가진 개인은 자신이 소속한 집단 혹은 사회에서 정서적 유대감을 형성할 수 있고 또한 여러 어려움에 대처할 수 있는 관계적 자원을 가지고 있기에 심리적 안정을 느낄 수 있을 것으로 예상된다(Baumeister & Leary, 1995). 반대로 사회적 관계 자원이 낮은 경우에는 정서적 유대와 심리적 안정을 제공하는 관계적 기반이 부족해 불안과 같은 부정적 정서가 증가할 수 있다 (Lee & Robbins, 1998). 이상의 내용을 종합하면, 사회적 관계 자원은 외국인 유학생의 정서적 유

대감과 심리적 안정을 높여 스트레스를 받는 상황에서 그들의 불안 수준을 감소시키는 심리적 보호 기제의 역할을 할 것으로 예상된다. 따라서, 낮은 수준의 사회적 관계 자원을 가진 개인은 스트레스로부터 자신을 보호할 기제가 부족하기에 불안과 같은 부정적 감정이 높아질 것이다. 따라서, 본 연구는 다음의 가설을 세웠다.

가설 2-1: 사회적 관계 자원은 불안과 부(-)의 관계를 보일 것이다.

(2) 심리적 웰빙

심리적 웰빙(Psychological well-being)은 단순한 기분의 좋고 나쁨을 넘어서 삶의 의미·성장·자기수용·긍정적 관계 등을 포괄하는 개념으로 삶의 만족과 긍정적 정서를 지칭하는 개념이다(Keyes, 2005). 고전적으로는 긍정적인 심리 상태를 정의할 때 행복감과 삶의 만족 같은 쾌락적 지표가 사용되었지만, 리프(Ryff, 1989)는 자아 수용, 긍정적 대인관계, 자율성, 환경통제, 삶의 목적, 개인적 성장의 여섯 차원에 기반한 심리적 웰빙을 체계화하였다.

본 연구는 사회적 관계 자원이 외국인 유학생의 긍정적 정서에 영향을 줄 것으로 가정하여 심리적 웰빙과의 관계를 살펴보고자 한다. 앞서 언급한 바와 같이 사회적 관계 자원은 자신이 속한 사회에서 정서적 유대감과 심리적 안정감을 주는 보호 기제의 역할을 할 수 있다(Baumeister & Leary, 1995). 이것은 리프(Ryff, 1989)의 심리적 웰빙 구성요소 중 긍정적 대인관계 차원과 직접적으로 연결되며 특히 외국인 유학생이 국내 문화권에 적응하는 과정에서 받게 되는 차별 경험 스트레스를 줄이는 역할을 할 것으로 예상된다(Bethel, Szabo, & Ward, 2020). 실제로, 국내 연구에서도 지각된 사회적 지지와 같은 사회적 관계 자원이 유학생이 느끼는 스트레스를 완화하는 것으로 나타났다(이홍직, 2012). 따라서, 높아진 사회적 관계 자원은 국내에 거주하는 외국인 학생의 보호 기제로써 그들의 심리적 웰빙을 높일 것으로 생각된다.

가설 2-2: 사회적 관계 자원은 심리적 웰빙과 정(+)의 관계를 보일 것이다.

(3) 학교 적응

대학교는 단순한 지식 습득을 넘어 사회 구성원으로 어떻게 성장할 것인가를 배우는 중요한 공간이다. 따라서, 대학생의 학교 적응이란 학업, 사회, 개인과 정서, 대학 환경 적응과 같은 다양한 측면이 종합적으로 고려되어야 하는 개념이며, 이것은 대학 진학 후 초기 경험과 성취, 지속 등록 의도까지 다양한 변인들과도 연결된다(Credé &

Niehorster, 2012).

외국인 유학생 맥락에서 학교 적응은 언어장벽, 문화 전환, 행정·제도 절차, 대인관계 규범 차이 등 복합적인 요인에 영향을 받을 수 있다. 언어 능력, 또래 학우 및 교수와의 연결(사회적 네트워크), 대학의 제도적 지원, 주관적 소속감은 국제 학생의 학교 적응 과정에서 중요한 자원으로 논의되며, 반대로 문화충격과 차별 경험은 이들의 적응을 저해하는 요인으로 지적된다(Zhou, Jindal-Snape, Topping, & Todman, 2008). 사회적 관계 자원은 유학생이 그들과 연결된 사회적 관계망을 통해 학업, 사회, 환경 적응을 위해 필요한 정보와 자원을 가질 수 있게 하며, 이를 통해 언어장벽과 문화 전환으로 인한 부담을 완화하는 기제로 작동할 수 있다(Smith & Khawaja, 2011). 나아가, 학우들과 교수로부터의 지각된 사회적 관계 자원이 스트레스의 부정적 영향을 완충할 뿐 아니라 대학 참여와 소속감을 강화하여 학교 적응을 촉진할 수 있으리라 예상된다(Dennis, Phinney, & Chuateco, 2005). 충분한 사회적 관계 자원은 외국인 유학생의 학교 적응을 뒷받침하는 중요한 선행 요인으로 작용할 가능성이 있으며, 이에 따라 다음과 같은 가설을 제안한다.

가설 2-3: 사회적 관계 자원은 학교 적응과 정(+의 관계를 보일 것이다.

이상의 내용을 종합하여 이번 연구는 사회적 관계 자원이 차별 경험 스트레스와 국내 외국인 유학생의 불안, 심리적 웰빙, 학교 적응을 포함하는 적응 결과 사이의 관계를 매개하는지 검증하고자 한다. 외국인 유학생이 경험하는 암묵적 그리고 명시적 차별 경험은 단순히 심리적 고통을 유발하는 것을 넘어, 낙인과 거부에 대한 예상을 높여 외국인 유학생이 한국 사회의 주류 구성원과의 관계 형성을 어렵게 만들 수 있다(Meyer, 2003). 구체적으로 차별 경험 스트레스는 외국인 유학생이 가지는 사회적 관계 자원의 수준을 낮춤에 따라 불안과 심리적 웰빙과 같은 심리적 적응과 함께 학교 적응과 같은 사회문화적 적응에도 부정적 결과를 초래할 수 있을 것으로 예상된다(Houshmand et al., 2014). 국내 연구에서도 외국인 유학생이 경험한 차별로 인해 그들의 적응 스트레스가 올라가고 나아가 그들의 정신건강에 부정적인 영향을 미치는 경로가 확인되었으며(김연희, 이교일, 2021), 이는 차별 경험이라는 스트레스 요인이 심리적 자원과 사회적 자원에 부정적인 영향을 미침에 따라 적응 결과에도 부정적인 영향을 주는 과정으로 볼 수 있다. 나아가, 사회적 관계 자원은 스트레스를 완충하는 역할로서 유학생의 불안을 감소시키고 심리적 웰빙과 학교 적응을 촉진하는 자원이 될 수 있기에(Cohen & Wills, 1985; Dennis et al., 2005), 차별로 인해 이러한 보호 자원이 부족하거나 접근이 힘들다는 인식

을 유학생이 가지게 된다면 그들의 적응 결과는 더욱 악화할 것으로 예상된다. 따라서 본 연구는 사회적 관계 자원이 차별 경험 스트레스가 불안, 심리적 웰빙, 그리고 학교 적응에 미치는 부정적 영향을 매개할 것으로 가정하며, 이를 검증하기 위해 다음과 같은 가설을 제시한다.

가설 3-1: 차별 경험 스트레스는 사회적 관계 자원을 통해 불안에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

가설 3-2: 차별 경험 스트레스는 사회적 관계 자원을 통해 심리적 웰빙에 부(-)의 영향을 미칠 것이다.

가설 3-3: 차별 경험 스트레스는 사회적 관계 자원을 통해 학교 적응에 부(-)의 영향을 미칠 것이다.

3. 연구방법

1) 표본 특성

이번 연구가 제시한 가설을 검증하기 위해 온라인 설문조사를 실시하였다. 설문조사에 참여할 참여자를 모집하기 위해 서울 소재 4년제 대학교에 학부 혹은 대학원에 재학 중인 외국 국적 유학생을 표본 집단으로 설정하고 모집하였다. 연구 참여자 모집은 대학 내 게시판 및 외국인 학생 온라인 커뮤니티를 활용하여 편의표집(Convenience sampling) 방식을 통해 진행되었다. 설문지는 연구 참여자들에게 연구 목적과 절차를 안내한 후 구조화된 문항에 문도록 구성되었다. 또한 최종적으로 인구통계학적 질문이 제공되었다.

총 256명이 설문에 참여하였으나 이 가운데 미응답자 혹은 설문을 중도 포기한 경우를 제외한 후 최종적으로 248명을 이번 연구의 분석에 사용하였다. <표 1>에서 볼 수 있듯이, 분석을 위한 표본의 전체 응답자 가운데, 남성 19.8%($n = 49$), 여성 76.2%($n = 189$)였다. 연령은 20 - 25세가 58.9%($n = 146$)를 차지했다. 국내 거주 기간은 1 - 2년 미만 23.0%, 2 - 3년 미만 22.2%, 3 - 5년 미만 27.4% 등이 주를 이루었다. 국적은 중국이 69.4%로 대다수를 차지했으며, 몽골·베트남·일본·대만·러시아 등이 각각 소수로 나타났다. 빈도가 1 - 4명 수준인 26개 국가는 '기타'(14.5%)로 통합하여 제시하였다.

차별 경험 스트레스와 적응 결과 사이의 사회적 관계 자원의 매개효과: 국내 외국인 유학생을 중심으로

<표 1> 인구 통계학적 특성

변수		n	%
성별	남성	49	19.8
	여성	189	76.2
	응답하고 싶지 않음	10	4.0
연령	만20세 미만	10	4.0
	만20~25세	146	58.9
	만25~30세	72	29.0
	만30세 이상	20	8.0
국적	중국	172	69.4
	몽골	11	4.4
	베트남	10	4.0
	일본	8	3.2
	대만	6	2.4
	러시아	5	2.0
	기타국가(26개국)	36	14.5
한국거주기간	6개월 미만	3	1.2
	6개월~1년 미만	20	8.1
	1년~2년 미만	57	23.0
	2년~3년 미만	55	22.2
	3년~5년 미만	68	27.4
	5년 이상	45	18.1
학위과정	어학원(한국어 연수)	8	3.2
	학부1학년	32	12.9
	학부2학년	43	17.3
	학부3학년	33	13.3
	학부4학년	46	18.5
	석사과정	68	27.4
	박사과정	16	6.5
	기타	2	0.8
월평균생활비	100만원 미만	52	21.0
	100~150만원 미만	92	37.1
	150~200만원 미만	54	21.8
	200만원 이상	29	11.7
	응답하고 싶지 않음	21	8.5

인구통계학적
특성
(N = 248)

<표 2> 측정문항

변인	문항
차별 경험 스트레스	나는 내 외모(피부색, 복장 등)로 인해 고정관념 속 인물처럼 여겨진 적이 있다.
	암묵적 차별 경험 누군가가 나의 민족적 또는 인종적 배경에 대해 부정적으로 말한 적이 있다.
	나는 나의 인종 또는 국적과 관련된 농담을 듣고 불쾌감을 느낀 적이 있다.
	명시적 차별 경험 사람들이 나를 만났을 때 경계하거나 불안해하는 모습을 보였다.
	내 인종, 국적, 성별 또는 연령 이유로 부당하게 대우받았다.
	직장이나 학교에서 나의 배경으로 다른 사람에 비해 더 적은 기회를 제공받았다.
사회적 관계 자원	내 언어, 억양 또는 외모 때문에 차별을 경험했다.
	나는 감정적인 지원을 받을 수 있는 사람이 있다.
	사회적 지지 나는 중요한 일을 결정할 때 조언을 받을 수 있는 사람이 있다.
	나는 어려움을 겪을 때 도움을 줄 사람이 있다.
	나는 스트레스를 받을 때 의지할 수 있는 사람이 있다.
불안	소속감 나는 우리 대학의 한 부분이라고 느낀다.
	나는 학교에서 친구들과 정서적으로 연결되어 있다고 느낀다.
	학교에서 나의 의견이 존중된다고 느낀다.
	초조하거나 불안하거나 조마조마하게 느낀다.
	걱정을 멈추거나 조절할 수 없다.
심리적 웰빙	여러 가지 것들에 대해 걱정을 너무 많이 한다.
	편하게 있기가 어렵다
	너무 안절부절못해서 가만히 있기가 힘들다.
	나는 삶을 즐긴다.
학교 적응	나는 내 삶이 의미 있다고 느낀다.
	나는 내 삶에 대해 만족한다.
	나는 대학 생활에 만족한다.
	나는 대학에서 공부하는 것이 즐겁다.
나는 대학에서 사회적으로 잘 적응하고 있다고 느낀다.	
나는 대학 생활이 내 정서적 건강에 긍정적인 영향을 미친다고 생각한다.	

2) 변수 측정

이번 연구는 5개의 변수를 사용하여 연구모형을 구성하였다. 구체적으로 차별 경험 스트레스가 외생변인으로, 사회적 관계 자원, 불안, 심리적 웰빙, 학교 적응이 내생변인으로 사용되었다. 설문에 사용된 측정 문항은 선행연구를 참고하여 작성되었다. 5개의 변인 모두 5점 리커트 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다)를 사용하였다. 개별 변인의 구체적인 측정 문항은 <표 2>에 제시되었다.

(1) 차별 경험 스트레스

차별 경험 스트레스는 두 가지 하위 요인인 암묵적 차별 경험과 명시적 차별 경험으로 구성하였으며, 신뢰도(Cronbach's α)는 .88로 나타났다. 암묵적 차별 경험은 나달 등(Nadal et al, 2014)이 개발한 인종 및 민족 마이크로어그레션 척도(REMS, Racial and Ethnic Microaggression Scale)를 사용하여 측정하였다. 명시적 차별 경험은 윌리엄스, 유, 잭슨, 그리고 앤더슨(Williams, Yu, Jackson, & Anderson, 1997)이 개발한 일상적 차별 척도(EDS, Everyday Discrimination Scale)를 사용하여 측정하였다. 평가 문항은 하이먼, 오캠프, 안사라, 시디키, 그리고 포르테(Hyman, O'Campo, Ansara, Siddiqi, & Forte, 2019)가 제시한 척도를 참고하여 사용하였다.

(2) 사회적 관계 자원

사회적 지지는 두 가지 하위 요인인 사회적 지지와 소속감으로 구성하였으며, 신뢰도(Cronbach's α)는 .88이었다. 사회적 지지는 사라슨, 레빈, 배섬, 그리고 사라슨(Sarason, Levine, Basham, & Sarason, 1983)의 사회적 지지 질문지(SSQ, Social Support Questionnaire)를 사용하여 측정하였다. 평가문항은 나하르, 파빈, 그리고 베굼(Nahar, Parvin, & Begum, 2023)이 제안한 척도를 참고하였다. 소속감은 대학생이 학교 공동체 안에서 자신이 구성원으로 자리하고 있다고 인식하는 정도를 의미하는 개념으로 Psychological Sense of School Membership(PSSM) 척도를 활용하여 측정하였다. 구체적으로는 김지영, 정세영, 그리고 김은지(2019)가 제시한 척도를 참고하였다.

(3) 불안

불안 증상은 일반화된 불안장애 척도 GAD-7을 기반으로 측정하였다(Spitzer, Kroenke, Williams, & Löwe, 2006). 정지영 등(2024)이 제시한 척도를 참고하였고 본 연구에서의 신

뢰도(Cronbach's α)는 .91 이었다.

(4) 심리적 웰빙

심리적 웰빙은 세계보건기구 삶의 질 단축형 척도(WHOQOL-BREF)에서 제시한 심리적 영역(WHOQOL Group, 1998) 문항을 참고하여 삶의 만족과 긍정적 정서를 반영하는 항목으로 측정하였다. 본 연구에서의 본 연구에서의 신뢰도(Cronbach's α)는 .86 이었다.

(5) 학교 적응

학교 적응은 선행연구(Baker & Siryk, 1989)에서 제시한 대학생활 적응 질문지(SACQ, Student Adaptation to College Questionnaire)에서 수정된 문항들을 사용하여 측정하였다. 본 연구에서의 본 연구에서의 신뢰도(Cronbach's α)는 .90으로 나타났다.

3) 분석방법

이번 연구는 앞서 제시한 변수 간의 관계를 검증하는 데 목적을 둔다. 기술통계, 신뢰도(Cronbach's α), 상관분석은 SPSS 29.0으로 수행하였다. 측정모형은 AMOS 29.0에서 확인적 요인분석(CFA)으로 평가하고, 표준화 요인적재치, 구성개념 신뢰도(CR), 평균분산추출(AVE) 및 Fornell - Larcker 기준으로 수렴 · 판별타당도를 점검하였다. 가설 검증은 최대우도추정(ML)의 구조방정식모형(SEM)으로 실시하였으며, 모형 적합도는 $\chi^2(df)$, CFI, TLI, RMSEA, SRMR를 보고하였다. 매개효과의 유의성은 부트스트랩 5,000회 편향보정(bias-corrected) 95% 신뢰구간(0 미포함 시 유의)으로 판단하였고, 모든 검정은 양측 $\alpha = .05$ 에서 수행하였다.

4. 연구결과

1) 기술통계, 상관계수, 신뢰도 분석 결과

이번 연구의 주요 변수의 기술통계와 신뢰도를 점검한 결과, 차별 경험 스트레스($M = 2.21$, $SD = 1.01$)는 척도 중간값보다 낮았고, 사회적 관계 자원($M = 3.55$, $SD = .95$), 심리적 웰빙($M = 3.49$, $SD = 0.95$), 학교 적응($M = 3.35$, $SD = 0.96$)은 중간값을 상회하였

차별 경험 스트레스와 적응 결과 사이의 사회적 관계 자원의 매개효과: 국내 외국인 유학생을 중심으로

다. 불안은 ($M = 2.89$, $SD = 1.07$)로 중간값에 근접하였다. 신뢰도는 모든 변수에서 .80 이상을 보여 척도의 내적 일관성이 양호하며 측정 결과를 해석하는데 충분한 수준의 안정성을 보였다.

<표 3> 주요 변수의 상관관계, 기술통계 및 신뢰도 분석 결과

변인	1	2	3	4	5
1. 차별 경험 스트레스	1				
2. 사회적 관계 자원	.10	1			
3. 불안	.33**	-.26**	1		
4. 심리적 웰빙	-.10	.53**	-.48**	1	
5. 학교 적응	-.10*	.61**	-.38**	.61**	1
Cronbach's α	.88	.88	.91	.86	.90
M	2.21	3.55	2.89	3.49	3.35
SD	1.01	.95	1.07	.95	.96

주. $N = 248$.

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

2) 확인적 요인분석 결과

이번 연구의 타당도를 평가하기 위해 7개 잠재변수(암묵적 차별 경험, 명시적 차별 경험, 사회적 지지, 소속감, 불안, 심리적 웰빙, 학교 적응)에 대해 확인적 요인분석(Confirmatory factor analysis, CFA)을 수행하였다. 모든 지표의 표준화 요인적재량은 .71에서 .94 사이로 유의미하였다($p < .001$). 7개의 주요 변수의 평균분산추출(Average variance extracted, AVE)이 모두 .50 이상이며, 개념신뢰도(Composite reliability, CR) 역시 모두 .70 이상이므로 주요 변수의 집중타당도가 확보된 것으로 확인되었다(Fornell & Larcker, 1981). 확인적 요인분석에 대한 구체적인 결과는 <표 4>에서 제시하였다.

본 연구에서는 암묵적 차별 경험과 명시적 차별 경험을 포괄하는 상위 개념으로서 차별 경험 스트레스를, 사회적 지지와 소속감을 포괄하는 상위 개념으로서 사회적 관계 자원을 설정하고 2차 확인적 요인분석을 추가로 실시하였다. 분석 결과, 2차 요인모형의 적합도 지수는 $\chi^2(289) = 550.62$, $CFI = .94$, $TLI = .93$, $RMSEA = .06$, $SRMR = .086$ 으로 나타났다. 비록 $SRMR$ 수치가 관례적인 적합도 기준인 .08을 소폭 상회하였으나, CFI 와

<표 4> 확인적 요인분석 결과

	문항	표준화요인 부하량	S.E.	C.R.(p)	AVE	개념 신뢰도
암묵적 차별 경험	문항1	.74			.53	.77
	문항2	.75	.09	11.15***		
	문항3	.70	.10	10.53***		
명시적 차별 경험	문항1	.82			.60	.86
	문항2	.73	.06	12.45***		
	문항3	.73	.07	12.42***		
	문항4	.83	.07	14.58***		
사회적 지지	문항1	.85			.78	.93
	문항2	.89	.06	18.61***		
	문항3	.94	.06	20.32***		
	문항4	.86	.06	17.37***		
소속감	문항1	.80			.60	.82
	문항2	.80	.08	12.63***		
	문항3	.72	.08	11.35***		
불안	문항1	.77			.67	.91
	문항2	.87	.08	14.43***		
	문항3	.82	.08	13.52***		
	문항4	.82	.08	13.56***		
	문항5	.80	.08	13.22***		
심리적 웰빙	문항1	.83			.68	.87
	문항2	.84	.08	14.49***		
	문항3	.81	.09	13.86***		
학교 적응	문항1	.86			.69	.90
	문항2	.84	.07	16.45***		
	문항3	.80	.07	15.47***		
	문항4	.82	.07	16.09***		

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

차별 경험 스트레스와 적응 결과 사이의 사회적 관계 자원의 매개효과: 국내 외국인 유학생을 중심으로

TLI가 .90 이상이고 RMSEA가 .08 이하로 우수한 수준을 보이고 있어 모델의 전반적인 적합도는 수용 가능한 범위 내에 있는 것으로 판단하였다(Hu & Bentler, 1999). 분석 결과, 차별 경험 스트레스는 암묵적 차별 경험($\beta = .96, p < .001$)과 명시적 차별 경험($\beta = 1.00, p < .001$)을 하위 요인으로 가지는 2차 요인으로 안정적으로 구성되었다. 두 하위 요인 모두 매우 높은 표준화 계수를 보여 차별 경험 스트레스라는 상위 개념을 통계적으로 충분히 대표하는 것으로 확인되었다. 또한 사회적 관계 자원은 사회적 지지($\beta = .57, p < .001$)와 소속감($\beta = .84, p < .001$)을 하위 요인으로 갖는 2차 요인으로 확인되었다. 특히 소속감은 사회적 관계 자원을 설명하는 데 상대적으로 더 큰 기여를 보였으며, 사회적 지지 역시 통계적으로 유의미한 적재치를 보여 사회적 관계 자원의 구성요인임을 확인할 수 있었다. 이는 본 연구에서 설정한 잠재변수의 위계적 구조가 이론적·통계적으로 타당함을 시사한다(<표 5> 참조).

<표 5> 2차 확인적 요인분석 결과

2차 요인	1차요인	표준화 계수(β)
차별 경험 스트레스	암묵적 차별 경험	.96 ^{***}
	명시적 차별 경험	1.00 ^{***}
사회적 관계 자원	사회적 지지	.57 ^{***}
	소속감	.84 ^{***}

*주: $\chi^2(289) = 550.62, CFI = .94, TLI = .93, RMSEA = .06, SRMR = .086$.

^{***} $p < .001$.

3) 가설검증

(1) 분석모형의 적합도 결과

본 연구는 연구 모형의 적합도와 변수 간 관계를 검증하기 위해 구조방정식 모형 (Structural equation modeling, SEM)을 사용하였다. 구조방정식 모형을 통해 직접효과(Direct effects)와 간접효과(Indirect effects)를 동시에 분석하여 사회적 지지의 매개효과를 확인하였으며, 매개효과(Mediation effect) 검증에는 부트스트래핑(Bootstrapping) 기법을 적용하였다. 부트스트래핑은 표본을 반복적으로 추출하여 신뢰구간(Confidence intervals)을 계산하는 방식으로 매개효과의 유의성을 검토하는 데 유용하다. 본 연구에서는 5,000번의 반복 샘플링을 수행하여 매개변수의 신뢰구간을 추정하였다.

구조방정식 모형의 전반적 적합도는 수용 가능~양호한 수준으로 확인되었다. 카이제곱은 $\chi^2(289) = 550.62$, $\chi^2/df = 1.91$ 로 권장 기준 (< 3.00)에 부합하였다. 절대적합지수에서 RMSEA는 .06(90% CI)로 수용 기준 ($< .08$)을 충족했다. 증분적합지수는 TLI = .93, CFI = .94, 모두 .90 이상이였다. GFI = .86는 표본크기·모형 복잡도에 민감한 특성상 다소 낮게 나타났으나, 주요 지표(RMSEA, TLI, CFI, χ^2/df)를 종합하면 모형 적합은 전반적으로 양호하다고 판단하였다.

<표 6> 모형 적합도 결과

모형	CMIN(χ^2)	df	CMIN/df	GFI	RMSEA	TLI	CFI
기본모형	550.62	289	1.91	.86	.06	.93	.94
평가 기준	-	-	< 3.00	$\geq .90$	$< .08$	$\geq .90$	$\geq .90$

(2) 직접효과 검증

이번 연구는 제안한 연구모형에서 차별 경험 스트레스가 사회적 관계 자원과 부(-)의 관계를 보일 것으로 예상하였다. 분석 결과 차별 경험 스트레스는 사회적 지지를 유의하게 부(-)의 관계를 보이는 것으로 나타났다(가설 1: $\beta = -.22$, $p < .05$). 이에 따라 <가설 1>이 채택되었다.

<표 7> 차별 경험 스트레스가 사회적 관계 자원에 미치는 직접 효과

경로	β	S.E.	C.R.
가설 1: 차별 경험 스트레스 → 사회적 관계 자원	-.22*	.06	-2.58

* $p < .05$

<가설 2-1>은 사회적 관계 자원이 불안에 부(-)의 관계를 준다고 제안하였으며, <가

<표 8> 사회적 관계 자원이 적응 결과에 미치는 직접 효과

경로	β	S.E.	C.R.
가설 2-1: 사회적 관계 자원 → 불안	-.41***	.13	-5.02
가설 2-2: 사회적 관계 자원 → 심리적 웰빙	.77***	.14	7.20
가설 2-3: 사회적 관계 자원 → 학교 적응	.92***	.17	7.84

*** $p < .001$.

설 2-2>는 사회적 관계 자원이 심리적 웰빙에 정(+)¹의 관계를 보인다고 가정하였다. <가설 2-3> 역시 사회적 관계 자원이 학교 적응에 정(+)¹의 관계를 보인다고 가정하였다. 분석 결과, 사회적 관계 자원은 불안과 유의한 부(-)¹의 관계를 보이는 것으로 나타났다($\beta = -.41, p < .001$). 또한 사회적 관계 자원은 심리적 웰빙($\beta = .77, p < .001$)과 학교 적응($\beta = .17, p < .001$)에 대해서 유의한 정(+)¹의 관계를 보이는 것으로 나타났다.

(3) 간접효과 검증

사회적 관계 자원의 매개를 통한 간접효과를 검증하기 위해 AMOS 26.0의 사용자 정의 추정법(user-defined estimands)과 편향보정(bias-corrected percentile) 부트스트랩 기법을 사용하였다. 유의성 판단은 95% 신뢰구간이 0을 포함하지 않는지에 근거하였다.

이번 연구는 <가설 3-1>에서 차별 경험 스트레스가 사회적 관계 자원을 통해 간접효과를 가질 것이라고 가정하였다. 분석 결과, 차별 경험 스트레스는 사회적 관계 자원을 거쳐 불안과 유의한 정(+)¹의 간접효과를 보였다(*Indirect effect* = .09, *bootSE* = .05, 95% CI [.02, .02], $p = .02$). 이는 차별 경험 스트레스가 사회적 관계 자원과 부(-)¹의 관계를 보이고, 사회적 관계 자원이 다시 불안과 부(-)¹의 관계를 보이는 경로를 통해, 결과적으로 불안과 유의한 간접 관련성을 나타냈음을 의미한다.

또한 <가설 3-2>와 관련하여, 차별 경험 스트레스는 사회적 관계 자원을 매개로 심리적 웰빙을 유의한 부(-)¹의 간접효과를 보였다(*Indirect effect* = -.17, *BootSE* = .08, 95% CI [-.33, -.02], $p = .025$). 즉, 차별 경험 스트레스는 사회적 관계 자원과의 관계를 통해 심리적 웰빙과 유의하게 관련되는 것으로 나타났다. <가설 3-3>인 학교 적응에 대해서도 유의한 부(-)¹의 간접효과가 확인되었다. 차별 경험 스트레스는 사회적 관계 자원을 매개로 학교 적응과 유의한 부(-)¹의 간접효과를 보였으며, 95% 신뢰구간이 0을 포함하지 않

<표 9> 사회적 관계 자원을 매개로 한 차별 경험 스트레스가 적응 결과 간 간접효과

간접효과	β	BootSE	95% C.I.
가설 3-1: 차별 경험 스트레스 → 사회적 관계 자원 → 불안	.09*	.05	.02, .20
가설 3-2: 차별 경험 스트레스 → 사회적 관계 자원 → 심리적 웰빙	-.17*	.08	-.33, -.02
가설 3-3: 차별 경험 스트레스 → 사회적 관계 자원 → 학교 적응	-.21*	.09	-.39, -.03

* $p < .05$

아 통계적으로 유의하였다(*Indirect effect* = -.21, *BootSE* = .09, 95% CI [-.39, -.03], *p* = .03).

요컨대 사회적 관계 자원은 차별 경험 스트레스와 외국인 유학생의 불안, 심리적 웰빙, 학교 적응 사이의 관계를 매개하는 경로로 나타났다. 구체적으로 차별 경험 스트레스는 사회적 관계 자원과 부(-)의 관계를 보였으며, 이러한 관계를 통해 불안과는 정(+)의 간접효과를, 심리적 웰빙 및 학교 적응과는 부(-)의 간접효과를 나타냈다. 따라서 본 연구는 <가설 3-1>, <가설 3-2>, <가설 3-3>을 모두 채택하였다.

5. 결론

본 연구는 국내 외국인 대학생을 대상으로 차별 경험 스트레스가 불안과 심리적 웰빙으로 대표되는 심리적 적응 결과와 학교 적응으로 대표되는 사회문화적 적응 결과에 미치는 영향을 검증하고, 그 과정에서 사회적 관계 자원이 매개효과를 보이는지 탐구하였다. 이를 위해 측정 타당도를 확보한 뒤 직접·간접 경로를 동시에 추정하여 사회적 관계 자원이 외생변인과 불안, 심리적 웰빙, 학교 적응을 포함한 종속변인을 어떻게 매개하는지 구조방정식 모형을 통해 검증했다.

이 연구의 첫 번째 발견은 암묵적 차별과 명시적 차별로 구성된 차별 경험 스트레스가 사회적 지지와 소속감으로 구성된 사회적 관계 자원과 부(-)의 관계를 보인다는 것이다. 본 연구의 결과는 차별 경험이 사회적 배제감을 높이고 관계 형성을 위축시킨다는 기존 연구들(Houshmand et al., 2014; Pascoe & Richman, 2009)의 결과들과 같은 맥락으로 볼 수 있다. 이것은 외국인 유학생이 경험하는 지속적인 차별이 단순히 일시적으로 기분 나쁜 사건이 아닌 그들을 둘러싼 사회적 관계망과 심리적 유대감을 손상하는 원격 스트레스 요인으로 이해할 수 있음을 시사한다(Meyer, 2003). 또한, 일상에서 미묘하게 나타나는 암묵적 차별과 출신 국가 및 문화적 이유로 배타적 행위를 하는 명시적 차별은 유학생에게 자신이 주류 문화로부터의 받아들여지지 않는다는 거부 신호로 인식될 수 있다. 따라서, 이러한 부정적 신호에 많이 노출된 외국인 유학생이 타인과의 상호작용을 회피하게 됨에 따라 필요할 때 도움을 받을 수 있다는 지각된 사회적 지지와 대학 공동체 내에서의 소속감을 낮게 인식하는 것으로 해석할 수 있을 것이다.

두 번째, 본 연구는 사회적 관계 자원이 외국인 유학생의 불안, 심리적 웰빙, 학교 적응과 유의한 관련을 보인다는 점을 확인하였다. 구체적으로 사회적 관계 자원이 높게 나타날수록 불안 수준은 낮고, 심리적 웰빙과 학교 적응 수준은 높게 나타났다. 이러한

결과는 한국이라는 새로운 환경에 놓인 외국인 유학생에게 사회적 관계 자원이 심리적 적응과 사회문화적 적응을 뒷받침하는 중요한 보호 기제로 기능할 수 있음을 보여준다. 다시 말해, 필요할 때 도움을 받을 수 있다고 인식하는 사회적 지지와 자신이 한국이라는 공동체 안에 받아들여지고 있다고 느끼는 소속감은 외국인 유학생의 불안을 낮추고 정서적 안정감을 높이는 방향으로 작동할 수 있다(Baumeister & Leary, 1995; Lee & Robbins, 1995). 나아가 사회적 관계 자원이 풍부한 유학생은 국내에서 긍정적인 대인관계를 형성할 가능성이 높고(Ryff, 1989), 이러한 관계 경험은 내면적 웰빙을 높이는 동시에 학교 적응에도 긍정적으로 이어질 수 있다. 본 연구에서 밝힌 결과들은 사회적 지지와 소속감이 적응과 웰빙의 중요한 보호 요인으로 작동한다고 본 기존 연구와 같은 흐름에 놓이지만, 사회적 관계 자원의 역할이 외국인 유학생의 국내 대학 적응 맥락에서 더욱 선명하게 나타날 수 있음을 보여준다는 점에서 의미가 있다.

셋째, 본 연구는 차별 경험 스트레스가 사회적 관계를 통해 적응 결과에 어떤 방식으로 이어지는지를 살펴보았으며, 분석 결과 사회적 관계 자원은 차별 경험 스트레스와 불안, 심리적 웰빙, 학교 적응 사이의 관계를 전반적으로 매개하는 역할을 하는 것으로 나타났다. 이러한 매개효과는 외국인 유학생이 경험하는 차별 스트레스가 적응 문제와 연결되는 과정에서 사회적 관계 자원의 유무에 대한 인식이 중요하다는 점을 보여준다(Lee & Robbins, 1995). 국내에서 외국인 유학생이 경험하는 차별은 즉각적이고 직접적인 스트레스로 발현될 수도 있지만, 인종적 문제로 인한 노골적 배제는 물론 일상에서 반복되는 미묘한 거리 두기나 타자화의 경험으로 인해 외국인 유학생 스스로가 그들의 스트레스 대처에 필요한 가용 자원이 존재하지 않는다고 인식하게 되는 것으로도 볼 수 있다. 따라서, 외국인 유학생이 국내 환경에 적응하는 과정에서 겪는 불안과 학교 적응의 어려움은 단순히 개인의 정서 변화나 역량 부족만으로 설명되기 어렵다. 오히려 암묵적 차별과 명시적 차별이 누적되면서 공동체 안에서 느끼는 정서적 유대가 약해지고 사회적 고립감이 커지며(Baumeister & Leary, 1995), 바로 이 과정에서 불안과 학교 적응의 어려움이 증폭되는 것으로 볼 수 있다. 다시 말해, 외국인 유학생의 적응은 관계 자원의 점진적 침식이라는 구조적 문제와 밀접한 관련이 있다고 볼 수 있다. 이러한 결과는 국내 대학이 외국인 유학생 지원 프로그램을 설계할 때 문화 적응 과정에서 느끼는 스트레스를 완화하는 것과 동시에 대학 사회에서 그들을 위한 안정적인 관계망 형성과 소속감 증진도 함께 고려해야 함을 시사한다.

이번 연구가 제시하는 결과들은 다음과 같은 이론적 실무적 함의를 제공한다. 첫째, 본 연구는 국내 외국인 유학생을 한국 사회 내 문화적 소수자로 정의하고, 지금까지 주

로 성소수자(LGBTQ) 집단을 설명하는 데 활용되어 온 소수자 스트레스 모델을 외국인 유학생 맥락에 적용하여 그들의 스트레스와 심리적 건강을 이론적으로 조망하고자 하였다. 소수자 스트레스 모델은 사회적 소수자가 차별을 누적해서 경험하게 되면 불안과 같은 부정적 심리 상태가 나타날 수 있음을 강조하기에(Meyer, 2003), 국내의 외국인 유학생의 차별 경험과 그들의 심리 상태를 조망할 때 높은 설명력을 가진 이론이 될 수 있다. 따라서, 본 연구는 소수자 스트레스 모델을 국내 커뮤니케이션 연구에 새롭게 소개하면서 동시에 외국인 유학생이라는 새로운 맥락에서 해당 모델을 적용 및 검증하여 이론적인 확장을 시도하였다고 볼 수 있다. 특히 이번 연구는 명시적인 낙인과 배제 경험을 중심으로 주로 논의되어 온 소수자 스트레스 모델을, 외국인 유학생이 일상에서 경험하는 암묵적 차별과 타자화의 맥락까지 확장하여 적용하였다는 점에서 이론적 함의를 지닌다. 즉, 소수자 스트레스 모델을 사용했던 기존 연구는 주로 언어적 표현이나 제도적 배제와 같이 외현적으로 드러나는 차별을 주요 스트레스원으로 간주하였으나, 이번 연구의 결과는 가시적이지 않은 차별 경험도 소수자 스트레스 모델의 기제를 작동시킬 수 있음을 보여주고 있다. 따라서, 본 연구는 소수자 스트레스 모델의 외연을 확장하고, 다양한 소수자 집단에 적용할 수 있는 이론적 토대를 마련하였다는 의미를 지닌다.

둘째, 본 연구에서 차별 경험 스트레스를 통합된 개념으로 설정하고 암묵적 차별과 명시적 차별을 하위 요인으로 구성하였다. 물론 두 유형은 표현의 방식과 강도, 해석에 있어 차이를 보이지만, 외국인 유학생에게 두 경험 모두 자신이 공동체 안에서 완전히 받아들여지지 않는다는 메시지로 받아들여질 수 있다는 점에서 동일한 맥락의 스트레스 요인으로 이해할 수 있다. 분석 결과, 암묵적 차별과 명시적 차별로 구성된 차별 경험 스트레스는 사회적 관계 자원과 유의한 부(-)의 관계를 보였으며, 불안과는 정(+)의 간접효과를, 심리적 웰빙 및 학교 적응과는 부(-)의 간접효과를 나타냈다. 이는 차별의 강도나 방식에 차이가 있더라도, 차별 경험 스트레스가 외국인 유학생의 사회적 관계 자원과 적응 과정 전반을 설명하는 데 의미 있는 요소가 될 수 있음을 시사한다. 여기서 주목할 점은 차별 경험으로 인한 스트레스는 해당 스트레스를 줄이는 데 필요한 사회적 관계망의 실제 유무와 관계없이 해당 관계망에 대한 신뢰감에 부정적인 영향을 줄 수 있다는 점이다. 즉, 차별 경험 스트레스를 크게 지각하는 외국인 유학생의 경우 국내에서 연결되는 타인과의 관계를 신뢰하지 못하거나 혹은 잠재적 위협으로 해석할 가능성이 있다. 그 결과, 스스로 지지 자원과 거리를 두게 되고, 이러한 위축은 학교 적응의 어려움으로도 이어질 수 있다. 따라서 외국인 유학생의 적응을 지원하기 위해서는 이들이 경험하는 암묵적·명시적 차별의 양상을 정확히 이해하고, 학교 공동체 전체를 대상

으로 감수성 교육과 안전한 관계 환경 조성을 함께 추진할 필요가 있다.

셋째, 이번 연구는 사회적 지지와 소속감을 통합한 ‘사회적 관계 자원’이라는 구성개념을 활용하여 이 개념이 차별 경험 스트레스와 불안, 심리적 웰빙, 학교 적응 사이에서 유의한 매개 경로로 나타난다는 점을 확인하였다. 이러한 결과는 사회적 지지와 공동체와의 연결이 스트레스에 대한 대처 자원으로 기능하며, 적응 결과와도 밀접한 관련이 있다는 소수자 스트레스 모델의 설명이 국내 외국인 유학생 맥락에서도 타당하게 적용될 수 있음을 보여준다(Meyer, 2015; Trujillo, Perrin, Sutter, Tabaac, & Benotsch, 2017). 다시 말해, 외국인 유학생이 경험하는 차별 경험 스트레스는 이들이 어떤 관계망 안에 놓여 있으며 그 안에서 어느 정도의 정서적 안정과 관계적 자원을 확보하고 있는지에 따라 적응의 양상이 다르게 나타날 수 있다. 이러한 결과는 외국인 유학생의 대학 생활을 이해할 때, 단순히 도움을 받을 수 있다고 느끼는 인식만이 아니라 자신이 그 환경 안에 자연스럽게 속해 있다고 여기는 경험 역시 중요하다는 점을 함께 보여준다. 만약 사회적 관계 자원의 변화가 유학생의 심리적 적응과 사회문화적 적응의 어려움을 설명하는 주요한 경로라면, 대학 차원에서는 유학생의 고립을 줄이고 안정적인 관계망 형성을 지원하는 방안을 적극적으로 검토할 필요가 있다. 예를 들어 멘토링이나 버디 프로그램을 형식적으로 운영하는 수준을 넘어서 정서적 지지와 정보적 도움을 실제로 주고받을 수 있도록 설계하고, 유학생 중심의 자생적 커뮤니티가 지속적으로 활동할 수 있도록 지원하면서 대학 본부와 연결되는 공식적 소통 창구도 함께 구축할 필요가 있다. 이러한 환경은 유학생이 새로운 환경 속에서도 자신이 대학 공동체의 한 구성원이라고 느끼고, 대학 생활을 안정적으로 적응해 나가는 데 도움이 될 수 있다.

이번 연구는 아래와 같은 한계점을 가진다. 첫째, 이번 연구의 한계 중의 하나는 표본의 대표성과 그에 따른 일반화 가능성에 있다. 분석에 사용한 248명은 서울 지역에 재학 중인 외국인 유학생을 중심으로 구성된 편의표본으로, 이들의 국적, 전공, 학년, 체류기간 등의 인구학적 특성이 국내 체류 중인 전체 외국인 대학생 집단을 충분히 반영한다고 보기 어렵다. 특히 본 표본에서는 중국 국적 유학생과 여성 응답자의 비중이 상대적으로 높게 나타났는데, 이러한 구성은 차별 경험을 인식하는 방식, 사회적 관계를 형성하는 양상, 적응 과정 전반에서 특정 집단의 경험이 상대적으로 더 강하게 반영되었을 가능성을 시사한다. 따라서 본 연구에서 확인된 변수 간 관계가 다른 국적 집단이나 성별 집단에서도 동일하게 나타난다고 단정하기는 어렵다. 국적, 성별, 학위 과정, 한국어 숙련도와 같은 집단별 특성은 결과 해석 방식과 변수 간 관계에 영향을 줄 수 있으며, 이 경우 집단 간 경로 비교나 정책적 시사점 도출에서도 편향이 발생할 수 있다.

(Cheung & Rensvold, 2002). 앞으로는 다기관·다지역 표집과 함께 국적, 성별, 전공, 학년, 체류 기간 등을 보다 균형 있게 반영한 표본 설계를 통해 외적 타당도를 높이고, 집단별 차이를 정밀하게 검토할 필요가 있다.

둘째, 본 연구는 횡단적 조사 설계에 기초하고 있어 변인 간의 인과관계를 명확히 단정하기에는 한계가 있다. 예컨대 차별 경험이 사회적 관계 자원의 수준을 낮출 수 있지만, 동시에 사회적 관계 자원이 낮거나 심리적으로 불안정한 학생이 타인의 언행을 더 쉽게 차별로 해석했을 가능성도 배제하기 어렵다. 또한, 차별 경험이 사회적 관계 자원을 거쳐 학교 적응에 영향을 미치기까지는 일정 시간이 소요될 수 있음에도 불구하고, 본 연구는 특정 시점의 상태만을 포착했다는 점에서 동태적인 변화 과정을 설명하는 데 한계가 있다.

셋째, 본 연구는 사회적 지지와 소속감을 외국인 유학생이 새로운 환경 속에서 의지할 수 있는 관계적 기반으로 보고, 이를 포괄하는 상위개념으로서 사회적 관계 자원을 구성하여 분석하였다. 두 변인은 개념적으로 동일하지는 않지만, 차별을 경험한 이후 외국인 유학생이 타인에게 도움을 요청할 수 있다고 느끼는 정도와 자신이 공동체의 일원으로 받아들여지고 있다고 인식하는 정도가 함께 흔들릴 수 있다는 점에서 외국인 유학생의 적응 과정에서는 밀접하게 연결된 요소로 볼 수 있다. 다만 본 연구는 이를 하나의 상위개념으로 통합하여 분석한 점에 있어서 사회적 지지와 소속감이 적응 결과에 각각 어떠한 상대적 영향과 차별적 작동 경로를 가지는지까지는 충분히 분리하여 검토하지 못한 한계가 있다. 따라서 향후 연구에서는 두 변인을 구분하여 각 차원이 외국인 유학생의 심리적 적응과 학교 적응에 어떻게 다르게 작용하는지 살펴볼 필요가 있다.

넷째, 본 연구는 차별 경험 스트레스를 암묵적 차별과 명시적 차별로 함께 구성하여 분석하였다는 점에서 설명상의 한계를 지닌다. 그러나 이와 같은 구성은 두 차별 유형이 적응 과정에서 각각 어떤 방식으로 작동하는지, 또 어느 경로를 통해 서로 다른 결과와 연결되는지를 충분히 구분해서 보여주기에 한계를 지닌다. 특히 한국 사회와 대학 맥락에서는 노골적으로 드러나는 차별보다 일상적 관계 속에서 모호하고 미세하게 경험되는 차별이 더 빈번하게 나타날 가능성이 있으므로, 앞으로는 암묵적 차별과 명시적 차별을 분리하여 살펴봄으로써 외국인 유학생의 차별 경험과 적응 과정을 보다 정교하게 이해할 필요가 있다.

다섯째, 본 연구의 주요 변인은 자기보고식 설문에 기반하여 측정하였기 때문에 응답자의 주관적 인식과 해석이 개입되었을 가능성을 배제하기 어렵다. 암묵적 차별 경험은 그 특성상 가해자의 의도보다 피해자가 상황을 어떻게 해석하고 받아들이는지가 크게

차별 경험 스트레스와 적응 결과 사이의 사회적 관계 자원의 매개효과: 국내 외국인 유학생을 중심으로

작용하므로, 동일한 경험이라도 개인의 정서 상태나 성격 특성에 따라 보고 양상이 달라질 수 있다. 학교 적응 역시 학업 성취도나 학적 유지 여부와 같은 객관적 지표를 포함하지 못한 채 개인이 지각한 수준을 중심으로 측정하였다는 점에서 실제 적응 상태 전체를 충분히 반영한다고 보기 어렵다. 앞으로는 설문 자료에 더해 학업 성취, 학적 변동, 학내 활동 참여와 같은 객관적 자료를 함께 활용하여 측정의 타당성을 높일 필요가 있다. 아울러 종단연구나 혼합방법연구를 통해 차별 경험, 사회적 관계 자원, 적응 결과가 시간의 흐름 속에서 어떤 방식으로 이어지는지를 더 면밀하게 검토할 필요가 있다.

참고문헌

교육부 (2025). 2025년 국내 고등교육기관 내 외국인 유학생 현황.

URL: <https://www.moe.go.kr/boardCnts/viewRenew.do?boardID=350&lev=0&statusYN=W&s=moe&m=0309&opType=N&boardSeq=104243>

김연희, 이교일 (2021). 유학생의 차별 경험과 정신건강 간의 관계에서 문화·인종적응 스트레스의 매개효과 검증 연구, 대구경북지역의 베트남 유학생과 중국 유학생의 비교. <디아스포라 연구>, 15권 1호, 141-181.

김연희 (2024). 아프리카 유학생의 미세 차별 경험과 대처 전략- 유학생 정주 정책이 간과하는 인종주의. <디아스포라연구>, 18권 1호, 175-232.

김은혜, 정선재 (2024). 다문화가정 중학생의 자아존중감, 문화적응 스트레스, 학교적응 간의 종단적 상호관계: 성별에 따른 다집단 분석 중심으로. <보건사회연구>, 44권 3호, 28-51.

김지영, 정세영, 김은지 (2019). 대학생의 학교소속감과 학습참여의 관계에서 교수학생 상호작용의 매개효과. <사고개발>, 15권 3호, 1-29.

민예슬, 김창대 (2018). 외국인 유학생의 일상적 차별경험이 매일의 우울에 미치는 영향: 내부귀인의 조절효과. <상담학연구>, 19권 6호, 113-127.

법무부 출입국·외국인정책본부 (2026). 2025년 12월 출입국·외국인정책 통계월보.

URL: <https://www.immigration.go.kr/bbs/immigration/227/602699/artclView.do>

손보영, 조효진 (2024). 일상 속 마이크로어그레션 척도 개발 및 타당화 연구: 다문화가정 성인자녀를 중심으로. <학습자중심교과교육연구>, 24권 20호, 897-910.

손주연, 이영호 (2023). 소수자 스트레스가 동성애자 및 양성애자의 자살사고에 미치는 영향: 속박감을 통한 긍정적 정체성의 조절된 매개효과. <한국심리학회지>, 9권 1호, 87-114.

이윤정 (2023). 무슬림 유학생의 한국 생활 적응에 관한 연구-서울지역을 중심으로. <한국지역사회생활과학회지>, 34권 2호, 289-311.

이은화, 조용개, 김난희 (2014). 한국 대학에서 유학생이 겪는 학습의 어려움 분석: 중국인 유학생을 중심으로. <수산해양교육연구>, 26권 6호, 1261-1277.

이소원, 박청길, 김보영. (2023). A study of microaggressions toward international students from the perspective of international exchange experts. <The International Journal of Advanced Culture Technology>, 11권 3호, 236 - 246.

이홍직 (2012). 제한 중국인 유학생의 우울에 영향을 미치는 요인에 관한 연구: 인구사회학적 특성, 한국어 능력, 문화·인종적응 스트레스, 사회적 지지 요인을 중심으로. <한국웰니스학회지>, 7권 3호, 129-143.

임희진, 김제희, 정소현, 정하영, 김현성. (2015). 캠퍼스 국제화에 대한 국내학생들의 인식연구. <아시아교육연구>, 16권 1호, 243 - 270.

차별 경험 스트레스와 적응 결과 사이의 사회적 관계 자원의 매개효과: 국내 외국인 유학생을 중심으로

- 장서현 (2021). 이주민에 대한 인식 연구: 문화적, 사회적 거리감을 중심으로. <한국이민학>, 8권 2호, 64-80.
- 정유리 (2018). 외국인 유학생의 학교 및 일상생활 어려움에 관한 연구. <다문화사회정책연구소>, 8권 2호, 150-185.
- 정지영, 김민정, 윤솔빈, 김효진, 유진아, 이미경, 신상희, 전용관, 한성림, 이정은, 이찬주, 이종영, 정익모, 김종남 (2024). 포괄적 심장재활을 위한 마음챙김기반 상담프로그램의 개발 및 예비적 효과성: 사전연구. <스트레스연구>, 32권 2호, 53-65.
- 주학, 김성봉, 이세자 (2023). 문화적응 스트레스가 제한 외국인 유학생의 대학생활 적응에 미치는 영향-자기효능감의 조절효과. <인문사회예술융합학회>, 45권 5호, 871-880.
- 최은아, 장은영 (2022). 국내 거주 외국인 대상 마이크로어그레션의 유형 및 한국 청소년들의 인식 연구. <다문화교육연구>, 15권 2호, 181-208.
- 통계청 (2024). 2024년 체류자격별 이민자 체류실태 및 고용조사 결과.
https://kostat.go.kr/board.es?mid=a10301010000&bid=11109&list_no=435576&act=view&mainXml=Y
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1989). *Student adaptation to college questionnaire manual*. Western Psychological Services.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.
- Bender, M., van Osch, Y. M. J., Slegers, W. W. A., & Ye, M. (2019). Social support benefits psychological adjustment of international students: Evidence from a Meta-Analysis. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 50(7), 827-847.
- Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation, and adaptation. *Applied Psychology: An International Review*, 46(1), 5-34.
- Berry, J. W., Phinney, J. S., Sam, D. L., & Vedder, P. (2006). Immigrant Youth: Acculturation, Identity, and Adaptation. *Applied Psychology: An International Review*, 55(3), 303-332.
- Bethel, A., Szabo, A., & Ward, C. (2020). Cross-cultural transition and psychological adaptation of international students: The mediating role of host national connectedness. *Frontiers in Education*, 5, 539950.
- Cheung, G. W., & Rensvold, R. B. (2002). Evaluating goodness of fit indexes for testing measurement invariance. *Structural Equation Modeling*, 9(2), 233-255.
- Cohen, S. (2004). Social relationships and health. *American Psychologist*, 59(8), 676-684.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357.
- Credé, M., & Niehorster, S. (2012). Adjustment to college as measured by the Student Adaptation to College Questionnaire: A quantitative review of its structure and relationships with correlates and consequences. *Educational Psychology Review*, 24(1), 133-165.

- Dennis, J. M., Phinney, J. S., & Chuateco, L. I. (2005). The role of motivation, parental support, and peer support in the academic success of ethnic minority first generation college students. *Journal of College Student Development*, 46(3), 223-236.
- Fornell, C., & Larcker, D. F. (1981). Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*, 18(1), 39-50.
- Gil, A. O., Turner, F. D., & Gubi, A. A. (2023). Associations between multicultural distress, academic achievement, and general stress among racial/ethnic minority college students at a minority-serving institution. *Journal of Research Initiatives*, 8(1), Article 7.
- Global Education Monitoring Report Team. (2024). *Global education monitoring report summary, 2024/5: Leadership in education: Lead for learning*. UNESCO.
- Goodenow, C. (1993). The psychological sense of school membership among adolescents: Scale development and educational correlates. *Psychology in the Schools*, 30(1), 79-90.
- Houshmand, S., Spanierman, L. B., & Tafarodi, R. W. (2014). Excluded and avoided: Racial microaggressions targeting Asian international students in Canada. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 20(3), 377-388.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55.
- Hyman, I., O'Campo, P., Ansara, D. L., Siddiqi, A., & Forte, T. (2019). *Prevalence and predictors of everyday discrimination in Canada: Findings from the Canadian Community Health Survey*. Wellesley Institute.
- Keyes, C. L. M. (2005). Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(3), 539-548.
- Lakey, B., & Orehek, E. (2011). Relational regulation theory: A new approach to explain the link between perceived social support and mental health. *Psychological Review*, 118(3), 482-495.
- Lee, J., & Rice, C. (2007). Welcome to America? International student perceptions of discrimination. *Higher Education*, 53(3), 381-409.
- Lee, R. M., & Robbins, S. B. (1998). The relationship between social connectedness and anxiety, self-esteem, and social identity. *Journal of Counseling Psychology*, 45(3), 338-345.
- Lynch, T. R., Mendelson, T., Robins, C. J., Krishnan, K. R., George, L. K., Johnson, C. S., & Blazer, D. G. (1999). Perceived social support among depressed elderly, middle-aged, and young-adult samples: Cross-sectional and longitudinal analyses. *Journal of Affective Disorders*, 55(2-3), 159-170.
- Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, 129(5), 674-697.
- Meyer, I. H. (2015). Resilience in the study of minority stress and health of sexual and gender minorities.

차별 경험 스트레스와 적응 결과 사이의 사회적 관계 자원의 매개효과: 국내 외국인 유학생을 중심으로

Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity, 2(3), 209-213.

- Meyer, I. H., & Frost, D. M. (2013). Minority stress and the health of sexual minorities. In C. J. Patterson & A. R. D'Augelli (Eds.), *Handbook of psychology and sexual orientation* (pp. 252-266). Oxford University Press.
- Nadal, K. L., Griffin, K. E., Wong, Y., Hamit, S., & Rasmus, M. (2014). The impact of racial microaggressions on mental health: Counseling implications for clients of color. *Journal of Counseling & Development*, 92(1), 57-66.
- Nahar, N., Parvin, M., & Begum, F. (2023). Gratitude and resilience of young adults: Examining the mediating role of optimism and social support. *European Journal of Applied Sciences*, 11(4), 204-216.
- Pascoe, E. A., & Richman, L. S. (2009). Perceived discrimination and health: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 135(4), 531-554.
- Pierce, C. M. (1970). Offensive mechanisms. In F. B. Barbour (Ed.), *The Black Seventies* (pp. 265-282). Porter Sargent Publisher.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Razgulin, J., Argustaitė-Zailskienė, G., & Šmigelskas, K. (2023). The role of social support and sociocultural adjustment for international students' mental health. *Scientific Reports*, 13(1), Article 893.
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: The Social Support Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 127-139.
- Sawir, E., Marginson, S., Deumert, A., Nyland, C., & Ramia, G. (2008). Loneliness and international students: An Australian study. *Journal of Studies in International Education*, 12(2), 148-180.
- Schmitt, M. T., Branscombe, N. R., Postmes, T., & Garcia, A. (2014). The consequences of perceived discrimination for psychological well-being: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 140(4), 921-948.
- Smith, R. A., & Khawaja, N. G. (2011). A review of the acculturation experiences of international students. *International Journal of Intercultural Relations*, 35(6), 699-713.
- Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B. W., & Löwe, B. (2006). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: The GAD-7. *Archives of Internal Medicine*, 166(10), 1092-1097.
- Strebler, M., & O'Regan, S. (2005). *Non-disclosure and hidden discrimination in higher education* (Report No. 424). Institute for Employment Studies.
- Sue, D. W. (2010). *Microaggressions in everyday life: Race, gender, and sexual orientation*. Wiley.
- Sue, D. W., Capodilupo, C. M., Torino, G. C., Bucceri, J. M., Holder, A. M., Nadal, K. L., & Esquilin, M. (2007). Racial microaggressions in everyday life: Implications for clinical practice. *American Psychologist*, 62(4), 271-286.

- The WHOQOL Group. (1998). Development of the World Health Organization WHOQOL-BREF quality of life assessment. *Psychological Medicine*, 28(3), 551-558.
- Topor A, Borg M, Di Girolamo S, Davidson L. (2011). Not just an individual journey: Social aspects of recovery. *International Journal Social Psychiatry*, 57(1), 90-99.
- Tran, G.-T., & Lee, R. M. (2014). You speak English well! Asian Americans' reactions to an exceptionalizing stereotype. *Journal of Counseling Psychology*, 61(3), 484-490.
- Trujillo, M. A., Perrin, P. B., Sutter, M., Tabaac, A., & Benotsch, E. G. (2017). The buffering role of social support on the associations among discrimination, mental health, and suicidality in a transgender sample. *International Journal of Transgenderism*, 18(1), 39-52.
- UNESCO Institute for Statistics. (2023). *International student mobility trends and higher education globalization*.
- Ward, C., & Kennedy, A. (1993). Psychological and socio-cultural adjustment during cross-cultural transitions: A comparison of secondary students overseas and at home. *International Journal of Psychology*, 28(2), 129-147.
- Wei, M., Ku, T.-Y., Russell, D. W., Mallinckrodt, B., & Liao, K. Y.-H. (2008). Moderating effects of three coping strategies and self-esteem on perceived discrimination and depressive symptoms: A minority stress model for Asian international students. *Journal of Counseling Psychology*, 55(4), 451-462.
- Williams, D. R., Yu, Y., Jackson, J. S., & Anderson, N. B. (1997). Racial differences in physical and mental health: Socioeconomic status, stress, and discrimination. *Journal of Health Psychology*, 2(3), 335-351.
- Williams, M. T., Skinta, M. D., & Martin-Willett, R. (2021). After Pierce and Sue: A revised racial microaggressions taxonomy. *Perspectives on Psychological Science*, 16(5), 991-1007.
- Yosso, T. J. (2005). Whose culture has capital? A critical race theory discussion of community cultural wealth. *Race, Ethnicity and Education*, 8(1), 69-91.
- Yu, J., Rai, R., Lim, M. A., & Li, H. (2024). The post-racial myth: Rethinking Chinese university students' experiences and perceptions of racialised microaggressions in the UK. *Higher Education*, 88(5), 1695-1710.
- Zhang, H., Abbott, N., Waldeck, D., & Holliman, A. (2025). Social interaction, sense of belonging, and psychological wellbeing: a study of Chinese international students in UK higher education. *Frontiers in Education*, 10, 1677348.
- Zhou, Y., Jindal-Snape, D., Topping, K., & Todman, J. (2008). Theoretical models of culture shock and adaptation in international students in higher education. *Studies in Higher Education*, 33(1), 63-75.

최초 투고일: 2026년 02월 16일

논문 수정일: 2026년 04월 07일

게재 확정일: 2026년 04월 20일

The Mediating Role of Social Resources Between Discrimination Stress and Adaptation Outcomes: Focus on International Students in South Korea

Haemin Lee^{*}

Ph.D. Candidate, Graduate School of Journalism and Mass Communication, Sogang University

Jaehyung Kim^{**}

Ph.D. Candidate, Graduate School of Real Estate, Sogang University

Surin Chung^{***}

Assistant Professor, College of Media, Arts and Science, Sogang University

This study, grounded in the Minority Stress Model, examined how discrimination-related stress experienced by international students in South Korea affects anxiety, psychological well-being, and school adjustment, and further investigated the role of social relational resources in this process. An online survey was conducted with 248 international students enrolled at four-year universities in Seoul. Discrimination-related stress was measured in terms of implicit and explicit discrimination, while social relational resources were operationalized as social support and sense of belonging. Cormatory factor analysis was conducted to assess reliability as well as convergent and discriminant validity, and structural equation modeling was then employed to examine the relationships among the variables. The results showed that discrimination-related stress was significantly and negatively associated with social relational resources. In addition, lower levels of social relational resources had indirect effects by increasing anxiety and reducing psychological well-being and school adjustment among international students. These findings suggest that the adjustment difficulties faced by international students in South Korea cannot be explained solely by language barriers or academic burdens. Rather, implicit discrimination experienced in everyday life may also function as a significant stressor, undermining the formation and maintenance of social relationships and, in turn, affecting both psychological and school adjustment. In this regard, the study highlights the significance of everyday implicit discrimination as an important stress factor in understanding international students' adjustment.

Key words : International students, Discrimination-related stress, Social relational resources, Psychological adjustment, School adjustment

* hminlee@sogang.ac.kr

** jaeh605@sogang.ac.kr

*** chungsr79@sogang.ac.kr, corresponding author