Check for updates

사회과학연구 제37권 4호(2026) 충남대학교 사회과학연구소 pp. 201-221
http://dx.doi.org/10.16881/jss.2026.10.37.4.201

온라인 혐오와 정신건강 관계의 연구 동향: 주제범위 문헌고찰을 중심으로

김 민 정, 김 정 화†

이화여자대학교

코로나19 이후 온라인 혐오의 확산으로 정신건강과의 관계에 관한 연구의 필요성이 증가하고 있으나, 국내에서는 관련 연구가 제한적인 상황이다. 이에 본 연구는 온라인 혐오와 정신건강을 다룬 국내외 문헌을 대상으로 주제범위 문헌고찰(scoping review)을 실시하여 연구 동향을 파악하고 향후 연구 방향을 탐색하고자 하였다. 국내외 데이터베이스 PubMed, PsycArticles, Scopus, CINAHL, RISS에서 2021년~2025년에 출판된 문헌을 검색하였고, PRISMA-ScR 지침에 따라 포함기준 및 제외기준을 세워 선별하여 최종 32편을 분석하였다. 분석 결과, 온라인 혐오는 온라인 맥락에서 특정 집단을 대상으로 공격 의도를 지닌다는 특성이 나타났다. 또한 온라인 혐오는 우울, 불안, PTSD 등 정신건강 변인을 중심으로 연구가 수행되었으며, 정서 및 인지적 손상, 행동 변화에 관한 연구도 확인되었다. 보호요인, 위험요인, 개입방안 등을 다룬 연구도 이루어지고 있었다. 결과를 토대로 온라인 혐오와 정신건강 연구의 동향을 종합적으로 제시하고, 상담적 개입의 가능성을 논의하였으며, 향후 국내 연구의 필요성과 방향성을 제안하였다.

주요어: 온라인 혐오, 정신건강, 개입방법, 주제범위 문헌고찰

† 교신저자(Corresponding Author) : 김정화, 이화여자대학교 심리학과 박사과정, 서울특별시 서대문구 이화여대길 52, E-mail : jhkim7911@ewhain.net
김민정, 이화여자대학교 심리학과 박사과정(제1저자)

■ 최초투고일 : 2026년 8월 5일 ■ 심사마감일 : 2026년 9월 14일 ■ 게재확정일 : 2026년 10월 15일

1. 서 론

현대 사회에서 온라인은 일상적 소통, 정보 검색, 교육 등이 이루어지는 매개체이다. 특히, 2010년대 이후 정보통신기술의 발전과 스마트 기기의 상용화로 인해 각종 소셜 네트워크 서비스(SNS)와 미디어 플랫폼이 확산되며 시공간의 제약을 넘어 상호작용 할 수 있는 장이 마련되었다. 그러나 이러한 흐름은 오프라인에서 이루어지던 갈등과 편견이 온라인 공간으로 이동하는 계기가 되기도 하였다(이설희, 김수아, 홍남희, 2020). 온라인의 익명성, 접근 용이성, 낮은 비용, 즉시성 등의 특성은 개인의 즉각적이고 정제되지 않은 생각들을 바로 표현하고 공유할 수 있게 하며, 이는 혐오 표현의 생성을 촉진할 수 있다(Brown, 2018). 또한 개인의 관심사 기반 정보 검색 및 추천 알고리즘은 확증 편향이나 태도의 극단화를 강화하여 혐오 표현의 확산에 영향을 미칠 수 있다(김수아, 김민정, 이동후, 홍성일, 2020; Buder, Rabl, Feiks, Badermann, & Zurstiege, 2021).

이러한 변화 속 발생한 코로나19(COVID-19) 팬데믹은 온라인 혐오의 확산을 더욱 가속화하였다. 방역을 위한 사회적 거리두기와 비대면 위주의 정책이 시행되면서, 교육, 업무, 여가 등 대부분의 생활 영역이 온라인으로 전환되었고 이에 따라 온라인 활동이 급격히 증가하였다. 동시에 바이러스 확산으로 인한 사회적 불안은 특정 집단을 향한 비난과 혐오 표현이 확산되는 배경으로 작용하였다(Velasquez et al., 2021). 이러한 현상은 국내외 조사에서도 확인된다. 미국의 Pew Research Center(2021)와 Anti-Defamation League(ADL, 2024)의 조사에 따르면 온라인 혐오 및 괴롭힘은 증가하는 추세를 보였으며, 특히 성소수자, 장애인, 인종 등 소수자들의 경험이 지속적으로 증가하는 것으로 나타났다. 국내에서도 국가인권위원회(2017, 2021)의 혐오 실태조사에 따르면, 성적 정체성, 성적 지향, 장애인, 이주민 등 사회적 소수자의 90%가 온라인 혐오 경험이 있으며, 일반인 집단보다 사회적 소수자 집단의 경험 빈도가 높다고 보고되었다. 이러한 혐오의 증가는 사회적 소수자에 대한 편견을 강화하고(Soral, Bilewicz, & Winiewski, 2018), 개인의 심리적 위축 및 정신건강에 부정적 영향으로 이어질 위험성을 시사한다.

이러한 온라인 혐오에 관심이 증가하면서, 온라인 혐오가 개인의 정신건강이나 심리・정서에 미치는 영향과 예방 및 개입에 관한 연구가 이루어지기 시작하였다. 그러나 온라인 혐오를 지칭하는 용어와 정의는 연구자마다 다르게 사용되고 있으며, 연구 목적에 따라 포함하는 범위 또한 상이하다. 이러한 차이는 연구 결과의 비교와 해석을 어렵게 만들며, 특히 온라인 혐오와 정신건강의 관계를 종합적으로 이해하는 데 영향을 미칠 수 있다. 이에 관련 연구를 살펴보기에 앞서 온라인 혐오의 개념을 정리할 필요가 있다. 온라인 혐오를 지칭하는 용어로, 국외에서는 ‘online hate’, ‘online hate speech’, ‘digital hate’, ‘cyber hate’ 등이 혼용되고 있으며, 국내에서는 주로 ‘온라인 혐오’, ‘온라인 혐오표현’ 등으로 사용된다(조화순 외, 2025). 온라인 혐오는 일반적으로 특정 집단에 대한 배제, 경멸, 비하, 적대감을 조장하거나 정당화하는 혐오 표현이 온라인에서 이루어지는 현상으로 정의된다(Titley, Keen, & Földi, 2014; Wachs, Gamez-Guadix, & Wright, 2022). 혐오 표현과 관련하여, 혐오의 대상과 내용에 대해서 다양한 의견이 혼재하고 있다. 첫째, 혐오의 대상에 대해서는 사회적 소수자를 대상으로 한 표현으로만 한정해야 한다는 관점과 대상의 사회적 위치와 관계없이 혐오의 대상이 되는 모두를 포함해야 한다는 관점이 존재한다(조화순 외, 2025). 둘째, 혐오

의 내용과 관련해서 혐오는 불호, 차별과 구별되어 대상에게 직접적으로 손상을 주려는 공격성이나 적대성의 내용을 포함해야 한다는 관점(국가인권위원회, 2019; 이승현, 2016)과 차별적 발언도 모두 포함되어야 한다는 관점이 혼재한다(조화순 외, 2025).

현재까지 진행된 온라인 혐오와 개인의 정신건강 및 심리・정서에 관한 연구를 살펴보면, 온라인 혐오에 반복 노출되거나 목격한 경험은 우울(Ali, 2025; Cano et al., 2021; Wachs et al., 2022), 불안(Keum, 2023; Portillo, Grapin, Reyes-Portillo, & Masia-Warner, 2022), 외상 후 스트레스 장애(post-traumatic stress disorder, PTSD)(Shmulewitz et al., 2025)과 같은 정신건강 문제와 관련이 있으며 나아가 안녕감, 사회적 믿음 등의 심리사회적 적응과 신념(Keipi, Näsi, Oksanen, & Räsänen, 2016)에도 영향을 미치는 것으로 나타났다. 최근에는 온라인 혐오의 피해자나 목격자 뿐 아니라 온라인 혐오 가해자를 대상으로 한 연구도 진행되고 있다. 온라인 혐오를 행하는 사람의 인지적 신념, 심리적 특성 등(Shortland, McGarry, & Bedoya, 2025)을 탐색하고, 혐오 표현 행동을 감소시키는 개입 방법, 부정적 영향을 예방 또는 완화할 수 있는 요인에 대한 연구로 범위가 점차 확장되고 있다(Keum & Choi, 2024; Wachs, Wright, & Gamez-Guadix, 2024). 그러나 지금까지의 연구들은 특정 정신건강 변인이나 개입방법을 중심으로 개별적으로 이루어진 경우가 많으며, 온라인 혐오의 개념과 특성, 정신건강 영향, 보호요인 및 개입방법을 상담심리학적 관점에서 통합적으로 검토한 연구는 부족한 실정이다. 특히 국내에서는 온라인 혐오와 정신건강 또는 상담심리학으로 접근한 연구가 제한적인 상황이다. 국내 학술논문 데이터베이스인 RISS에서 “온라인 혐오”를 검색한 결과, 학술지에 게재된 국내 논문은 약 350여편으로 확인되었다. 그러나 대부분의 연구는 혐오표현의 지형 분석, 사회적 쟁점 분석, 필터링 기술 등을 다룬 언론학, 사회학, 정보과학 분야에 집중되어 있었으며, 온라인 혐오와 정신건강의 관계를 다룬 연구는 소수에 불과하였다. 이러한 사회학적, 제도적 접근은 온라인 혐오의 규제 및 대응 방안을 마련하는 데에 중요한 의미가 있으나, 혐오 표현에 직・간접적으로 노출된 개인이 경험하는 심리적 역동과 정신건강의 변화를 설명하는 데에는 한계가 있다. 따라서 상담심리학적 관점에서 온라인 혐오 경험이 개인의 인지와 정서, 대인관계 및 정신건강에 어떤한 영향을 미치는지 살펴보고 피해자의 심리적 회복을 촉진하는 보호요인과 가해행동을 유발하는 위험요인을 탐색함으로써 예방 및 치료적 개입의 방향을 모색할 필요가 있다.

본 연구에서는 코로나19 이후(2021-2025년) 온라인 혐오와 정신건강의 관계를 다룬 연구를 대상으로 주제범위 문헌고찰(scoping review)을 실시하고자 한다. 이를 통해 온라인 혐오의 특성은 무엇인지, 어떠한 연구대상과 정신건강 변인을 중심으로 연구가 수행되었는지, 그리고 온라인 혐오표현의 부정적 영향을 완화하기 위한 보호요인과 개입 방안에는 어떠한 내용이 보고되고 있는지를 탐색하고자 한다. 나아가 현재까지 축적된 연구의 동향과 연구의 공백을 살펴봄으로써 향후 상담 현장에서 적용 가능한 개입과 향후 연구를 위한 방향을 제시하고자 한다.

2. 방 법

본 연구는 온라인 혐오 관련 정신건강 연구의 범위 및 동향을 파악하기 위해 주제범위 문헌고찰(Scoping Review)을 실시하였다. Arksey와

O'Malley(2005)가 제안한 연구절차와 Levac, Colquhoun과 O'Brien(2010)이 추가한 권고사항을 기반으로, Peters 외(2020)는 세분화한 절차를 준수하여 다음의 5단계를 거쳐 연구를 진행하였다. 1단계 연구 질문, 2단계 문헌 검색, 3단계 문헌 선정, 4단계 자료 기입, 5단계 결과 요약 및 보고의 순서로 연구를 수행하였다. 이 중 결과 요약 및 보고는 연구 결과에 기술하였다.

1) 1단계: 연구질문(identifying the research question)

연구 질문의 명확한 범위를 확정하기 위해 Peters 외(2020)가 제안한 PCC(Population, Concept, Context) 프레임워크를 활용하였다. 연구대상(Population)은 '온라인 혐오 가해자/피해자/목격자', 핵심개념(Concept)은 '온라인 혐오, 정신건강과 보호요인', 연구 맥락(Context)은 및 '온라인 환경'으로 볼 수 있으며, 이에 따른 최종 연구 질문은 다음과 같다.

1. "온라인 혐오의 유형과 특성은 무엇인가?"
2. "온라인 혐오는 정신건강과 어떤 관련성이 있는가?"
3. "온라인 혐오의 예방 및 완화를 위한 상담적 개입 방안 또는 보호 요인은 어떠한가?"

2) 2단계: 문헌 검색(identifying relevant studies)

(1) 데이터베이스 선정

본 연구는 연구 질문에 따라 온라인 혐오와 정신건강의 연관성 및 개입 방법에 관한 문헌을 수집하기 위해 해외 심리학 및 정신건강 분야의 학술지 데이터베이스인 PubMed, PsycArticles (ProQuest 이용 검색), Scopus, CINAHL과 국내 논문 데이터베이스 RISS를 활용하였다.

(2) 문헌 검색 키워드 선정

본 연구는 연구 질문에 따라 PCC 틀을 기반으로 검색어를 구성하였다. 코로나 이후 진행된 온라인 혐오 관련 연구를 확인하기 위해 2021년~2025년으로 자료검색을 한정하였다. 코로나19 이후 혐오와 관련된 연구가 본격적으로 등장한 시점을 고려하여 2021년 이후 5년간 발표된 연구로 한정하였다. 온라인 혐오를 의미하는 online hate, online hate speech, digital hate, cyber hate, hate speech, online racism과 더불어, 정신건강을 의미하는 mental health, psychological effect, depression, anxiety, well-being 등을 데이터베이스 특성에 맞게 키워드를 조합하였다. 이에 따른 검색 키워드는 다음 <표 1>과 같다. 그 결과, PubMed에서 48편, PsycArticles에서 166편, Scopus에서 147편, CINAHL에서는 49편의 문헌이 검색되었다. 국내 연구는 온라인 혐오와 정신건강을 주제어로 검색하였으나, 검색 결과가 확인되지 않았다. 이에 검색 범위를 확대하기 위해 정신건강 키워드를 심리로 대체하여 검색을 수행하였고, 그 결과 15편의 문헌이 검색되었다. 최종 검색된 문헌은 425편이었다.

3) 3단계: 문헌 선정(study selection)

연구 선정 단계에서는 포함 및 제외 기준에 따라 분석에 포함될 문헌을 선별하였다. 주제범위 문헌고찰의 목적을 고려할 때, 연구의 질을 평가하지 않고 연구 질문과 관련된 연구를 폭넓게 파악하는 것이 필요하기에, 문헌의 유형, PCC 요소, 연구 문제 등을 고려한 구체적인 포함/제외 기준을 설정하였다. 구체적인 기준은 <표 2>와 같다.

<표 1> 문헌 검색 키워드

DB	검색어	편수
PubMed	(“online hate” OR “digital hate” OR “cyber hate” OR “online racism” OR “hate speech”) AND (“mental health” OR “psychological effect” OR “depression” OR “anxiety” OR “well-being”)	48
PsycArticles	(“online hate” OR “digital hate” OR “cyber hate” OR “online racism” OR “hate speech”) AND (“mental health” OR “psychological effect” OR “depression” OR “anxiety” OR “well-being” OR “psychological distress”)	166
Scopus	TITLE-ABS-KEY ((“online hate” OR “digital hate” OR “cyber hate” OR “online racism” OR “hate speech”) AND (“mental health” OR “psychological*” OR “depression” OR “anxiety” OR “well-being”)) AND PUBYEAR 〉 2020 AND PUBYEAR 〈 2026 AND (LIMIT-TO (SUBJAREA , “SOCI”) OR LIMIT-TO (SUBJAREA , “PSYC”)) AND (LIMIT-TO (DOCTYPE , “ar”)) AND (LIMIT-TO (LANGUAGE , “English”)) AND (LIMIT-TO (PUBSTAGE , “final”))	147
CINAHL	(online hate or digital hate or cyber hate or hate speech or online racism) AND (mental health or psychological effect or depression or anxiety or well-being or distress)	49
RISS	온라인 혐오 AND 심리	15
총합		425

<표 2> 포함기준 및 제외기준

구분	포함기준	제외기준
문헌 유형	학술지 등재 영어/국문 논문	학술지 저널 외의 문헌 영문/국문 외 언어
기간	2021-2025년 출판	2021-2025년 외 출판
대상	온라인 혐오 가해/피해/노출 경험	온라인 혐오 경험이 포함되지 않은 경우 (예: 법적 처벌, 기술적 차단 등)
개념	온라인 혐오와 정신건강/심리정서 관련 변인 포함	사이버 범죄 또는 cyberbullying을 다룬 연구 정신건강/심리정서적 변인 외의 주제를 다룬 연구 (예: 플랫폼 이용률 등)
맥락	온라인 맥락을 고려한 연구	오프라인 맥락만 고려한 연구 (개입 연구는 오프라인 맥락 포함)

포함/제외 기준은 예비 검토를 통해 수정하고 보완하여 최종 선정하였다. 포함기준은 다음과 같다.

첫째, 2021년부터 2025년 사이에 학술지에 게재된 영어 또는 국문 논문으로 한정하였다. 둘째, 온라인 혐오의 가해・피해 및 노출 경험이 있는 개인 혹은 집단을 대상으로 하거나, 관련 경험에 대한 문헌, 데이터 등을 다룬 연구로 제한하였다. 또한 온라인 혐오와 정신건강 및 심리・정서적 관련 변인을 주제로 연구한 문헌을 포함하였고, 연구방법론에 제한을 두지 않았다. 셋째, 온라인 환경에서 발생한 혐오 표현 또는 온라인 맥락에서 혐오

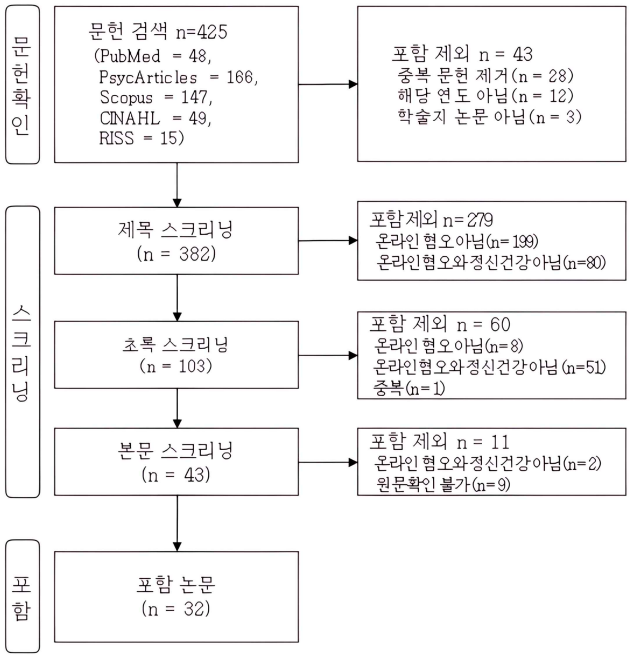
경험을 다룬 연구를 포함하였다. 개입 방법의 경우 온라인 혐오 전용 개입 프로그램 연구가 희소한 실정을 고려하여, 오프라인 혐오 대응 개입 전략을 포함함으로써 상담적 개입의 시사점을 폭넓게 탐색하고자 하였다.

반면, 제외 기준은 학위 논문이나 서평, 학술대회 자료 등 학술지 논문 외의 유형의 문헌, 오프라인 혐오만을 대상으로 진행된 연구나, 정신건강 이외의 변인(예: 법적 처벌, 기술적 차단 등)에 집중한 연구는 제외하였다, 혐오 문제와 직접적으로 관련되지 않은 개입 연구 역시 분석 대상에서 제외하였다.

포함 기준과 제외 기준을 바탕으로 검색된 연구는 제목 및 초록을 중심으로 선별하였고, 선별 여부를 판단하기 어려운 경우는 본문을 확인하여 결정하였다. 문헌 선별은 연구자 2인이 독립적으로 수행하였고 선별 결과가 일치하지 않는 경우 연구자 간 논의를 통해 최종 합의하였다. 구체적인 연구 선별 과정은 Peters 외(2020)의 PRISMA-ScR에 따라 <그림 1>에 제시하였다.

4) 4단계: 자료 기입(data charting)

본 연구의 자료 기입은 연구질문과 PCC를 기반으로 구성하였다. 분석틀은 일반적 특성과 연구질문에 기반한 주제 영역으로 나누었다. 일반적 특성에는 기본정보(저자, 출판연도, 학술지명, 수행국가, 연구분야)와 연구정보(연구 방법, 연구 대상) 등이 포함되었다. 주제 영역은 1) 온라인 혐오의 특성, 2) 온라인 혐오와 정신건강의 관계, 3) 온라인 혐오의 개입 방법으로 분류하여 코딩을 진행하였다. 연구대상의 온라인 혐오 경험 유형은 피해 관련, 노출 관련, 가해 관련으로 나누어서 분석하였다. 피해 관련은 연구대상이 속한 사회집단



<그림 1> PRISMA-ScR 흐름도

을 대상으로 한 온라인 혐오 노출을 측정한 경우, 노출 관련은 온라인 혐오에 대한 단순 노출 빈도를 측정한 경우, 가해 관련은 가해자의 동기나 성격 특성을 다루거나 개입 효과를 살펴본 경우로 나누었다. 온라인 혐오와 정신건강 영역에서는 구체적으로 분석된 심리정서적 변인(정신건강, 정서 및 인지적 손상, 행동변화)을 세부적으로 명시하였으며, 개입방법 영역에서는 보호요인과 위험요인, 개입연구 등으로 나누어 정리하였다.

연구자 2인이 독립적으로 코딩을 실시한 후, 도출된 개념 코드를 비교하고 상호 협의하는 과정을 거쳤다. 또한, 자료 기입은 고정된 틀 내에서 이루어지는 것이 아니라 문헌을 검토하며 지속적으로 업데이트되는 반복적 과정임을 고려하여, 사전에 설정되지 않았던 유의미한 항목이 발견될 경우 분석 틀에 수시로 반영하고 보완하였다. 최종적으로 확정된 분석 틀의 구성 요소는 <표 3>과 같다.

3. 결 과

최종 분석에 포함된 문헌은 총 32편으로, <표 4>에 제시하였다. 연구의 일반적 특성과 주제 영역으로 나누어 결과를 정리하였다.

1) 일반적 특성

(1) 연구의 기본정보

포함된 연구의 기본 특성을 출판연도 및 출판분야를 중심으로 분석하였고, 결과는 <표 5>에 제시하였다. 출판연도를 살펴보면, 2021년 2편, 2022년 6편, 2023년 10편, 2024년 8편, 2025년 6편으로 나타났다. 출판 분야는 심리학 14편으로 가장 많았고, 정신의학 8편, 커뮤니케이션학 2편, 범죄학 3편, 컴퓨터과학 1편, 기타(방법론, 종합 저널) 4편 등으로 구성이 되어 있었다. 심리학의 경우 세부적으로 상담・임상 4편, 사회・문화 7편, 일반 3편 등으로 나타났다. 이를 볼 때, 온라인 혐오와 정신건강 연구는 사회・문화 심리학 영역에서 활발하게 이루어지며, 상대적으로 상담・임상 분야는 아직 제한적인 것으로 나타났다.

(2) 연구 정보: 연구 대상

최종 선정된 문헌의 국가와 연구대상의 연령을 요약한 결과는 <표 6>과 같다. 연구 대상의 국가

<표 3> 분석 틀 요소

	항목		세부 항목
일반적 특성	기본정보	저자	
		출판연도	
		저널명	출판분야
		국가	
	연구정보	연구방법	연구설계, 분석방법
		연구대상	연령, 사회적 집단 온라인 혐오 경험 유형 (피해관련, 노출관련, 가해관련)
주제영역	온라인 혐오의 특성		
	온라인 혐오와 정신건강 관계		정신건강, 정서 및 인지적 손상, 행동변화
	온라인 혐오 개입방법		보호요인, 위험요인, 개입방법

<표 4> 최종 포함 논문 목록

no.	저자	연도	학술지
1	Kansok-Dusche et al.	2023	Trauma, Violence, & Abuse
2	Shmulewitz et al.	2025	Scientific Reports
3	Wypych & Bilewicz	2024	Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology
4	Dreißigacker et al.	2024	Crime Science
5	Pluta et al.	2023	Scientific Reports
6	Rihal et al.	2025	Asian American Journal of Psychology
7	Cavalhieri et al.	2024	Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology
8	Soral et al.	2022	Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology
9	Shortland et al.	2025	Psychology of Violence
10	Dellagiacoma et al.	2024	Frontiers in Social Psychology
11	Wachs et al.	2024	Computers in Human Behavior
12	Arcila-Calderón et al.	2024	Humanities and Social Sciences Communications
13	Frischlich	2023	Digital Communication Research
14	Windisch et al.	2022	Campbell Systematic Reviews
15	Cedena-de-Lucas et al.	2025	Journal of Interpersonal Violence
16	Keum & Choi	2024	Journal of Counseling Psychology
17	Rosenthal et al.	2025	Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity
18	Willis et al.	2025	Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy
19	Martínez et al.	2022	Emotion
20	Wood et al.	2025	Psychological Bulletin
21	Liguori et al.	2022	Journal of Counseling Psychology
22	Keum & Choi	2023	International Review of Psychiatry
23	Del Toro & Wang	2023	Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry
24	Keum et al.	2023	Addictive Behaviors
25	Keum et al.	2023	American Journal of Orthopsychiatry
26	Keum	2023	Journal of Interpersonal Violence
27	Cano et al.	2021	Journal of Clinical Psychology
28	Portillo et al.	2022	Journal of Latinx Psychology
29	Salas-Wright et al.	2024	American Journal of Orthopsychiatry
30	Keum & Cano	2021	American Journal of Orthopsychiatry
31	Wachs et al.	2022	CyberPsychology, Behavior, and Social Networking
32	정은지	2025	한국상담심리교육복지학회

<표 5> 출판 영역 및 출판 연도

출판분야		2021	2022	2023	2024	2025	합계	
심리학	상담・임상	1	1		1	1	4	14
	사회・문화		2		3	2	7	
	일반		2			1	3	
정신의학		1		6	1		8	
커뮤니케이션학				1	1		2	
범죄학				1	1	1	3	
컴퓨터과학					1		1	
기타(방법론, 종합)			1	2		1	4	
합계		2	6	10	8	6	32	

<표 6> 출판 국가 및 연구 대상 연령

구분	세부항목	편수
국가	미국	16
	독일	4
	폴란드	3
	스페인	3
	이스라엘	1
	콜롬비아	1
	한국	1
	다국가(미국・캐나다 등)	3
대상 연령	일반성인	9
	초기성인(대학생, 만 18세-29세)	12
	아동・청소년(만 18세 미만)	7
	기타(문헌 연구, 데이터 연구)	4

를 살펴보면, 미국 16편, 독일 4편, 폴란드 3편, 스페인 3편, 이스라엘 1편, 한국 1편 등으로 나타나, 미국과 유럽의 표본을 대상으로 이루어진 연구가 다수를 차지하고 있었고, 문화적 맥락이 다른 국가나 문화에서의 연구는 상대적으로 제한적이었다. 연구 대상의 연령은 초기성인(대학생 또는 만 18세-29세)이 12편으로 가장 많았고, 일반성인 9편, 아동・청소년 7편 순으로 나타났다. 기타는 대상의 연령을 파악할 수 없는 문헌 연구, 댓글이나 범죄 기록 등 데이터 기반 연구를 포함하였다.

연구대상의 사회적 집단 및 온라인 혐오 경험 유형을 분석한 결과는 <표 7>과 같다. 사회적 집단을 살펴보면 소수 인종・민족 13편, 일반인 대상 12편, 이주민・난민 2편, 성소수자 1편으로 나타났다. 연구 대상을 특정하기 어려운 문헌 고찰, 메타분석, 데이터 분석 연구 등은 기타로 포함하였다.

온라인 혐오 경험 유형은 피해 관련, 노출 관련, 가해 관련으로 나누어서 분석하였다. 혐오의 일반적 특성을 살펴보거나, 피해나 노출의 구분이 명확하지 않거나 통합적으로 살펴본 문헌 연구 등은 기타로 포함하였다. 그 결과, 피해 관련 연구가 17편으로 가장 많았고, 가해 관련 8편, 노출 관련 3편이 포함되었다.

이 결과와 사회적 집단과 온라인 혐오 경험 유형을 함께 살펴보면, 피해 관련 연구는 주로 사회적 소수 집단을 대상으로 수행되었고, 그 중 소수

<표 7> 사회적 집단 및 온라인 혐오 경험 유형

	일반	소수 인종	이주민・난민	성소수자	기타	합
피해 관련	1	13	2	1		17
노출 관련	3					3
가해 관련	6				2	8
기타	2				2	4
합	12	13	2	1	4	32

인종・민족 대상 연구가 가장 많았다. 반면, 노출과 가해 관련은 일반인을 대상으로 주로 수행되었다.

(3) 연구 정보: 연구 방법

본 연구에 포함된 논문들의 연구방법은 <표 8>에 정리하였다. 우선, 연구 패러다임에 따라 나누면, 양적 연구 27편, 질적 연구 1편, 문헌 연구 4편으로 나타났다. 구체적인 연구설계에서 횡단연구는 26편, 종단연구는 1편으로 나타났다. 또한 방법론으로 변인 관계 분석이 23편, 실험설계 3편, 빅데이터 분석 1편이 포함되어 있었다. 질적 연구에서는 해석현상학적 분석을 사용하였으며, 문헌 연구는 체계적 문헌고찰 2편, 메타분석 1편, 이론적 리뷰 1편이 포함되었다.

2) 주제 영역

본 연구의 연구문제를 이해하기 위한 분석을 진행하였고, 그 결과는 <표 9>와 같다. 연구에 포함된 논문은 온라인 혐오의 특성 3편, 온라인 혐오와 정신건강의 관계 18편, 온라인 혐오에 대한 상담적 개입 11편으로 나타났다.

(1) 온라인 혐오의 특성

온라인 혐오의 특성을 주요하게 논의한 논문은 총 3편이었으며(Frischlich, 2023; Kansok-Dusche et al., 2023; Martínez, van Prooijen, & Van Lange, 2022), 이를 종합하여 온라인 혐오의 특성을 살펴보았다.

온라인 혐오는 일반적인 불호나 분노와 다르게 공격 의도 및 행동의 의미를 담고 있다는 특성이 있다(Martínez et al., 2022). 또한 일반적인 괴롭힘과 혼용되기도 하지만, 괴롭힘은 개인을 향한 괴롭힘이라면, 혐오는 특정 사회적 집단을 대상으로 한다는 분명한 차이가 있다(Kansok-Dusche et al., 2023). 이에 혐오의 대상은 주로 사회적 소수자 집단을 향하게 되며, 정체성에 대한 공격으로 이어지게 되는 특성을 보인다(Frischlich, 2023). 종합하면 온라인 혐오는 온라인 환경에서 특정 사회적 집단을 대상으로 공격 의도를 담아 이루어지는 혐오표현이 특징이다.

(2) 온라인 혐오와 정신건강의 관계

온라인 혐오와 정신건강의 관계에 관한 연구는 총 18편이었으며, 이는 온라인 혐오와 정신건강 15편, 정서 및 인지적 손상 2편, 행동 변화 1편으로 구분되었다(<표 9> 참조).

① 온라인 혐오와 정신건강

온라인 혐오와 정신건강의 관계를 다룬 연구는 총 15편으로, 포함된 연구 중 가장 큰 비중을 차지하였다. 대부분 온라인 혐오에 노출된 빈도 또는 지각된 온라인 혐오 경험과 정신건강의 관계를 살펴보았으며, 우울, 불안, 외상후스트레스장애(PTSD), 심리적 고통 등 다양한 정신건강 변인

<표 8> 연구방법

연구방법	세부 연구방법	편수
양적연구	횡단연구(26), 종단연구(1)	27
	실험설계(3), 변인관계(23), 빅데이터(1)	
질적연구	해석현상학적 분석(1)	1
문헌연구	체계적 문헌고찰(2), 메타분석(1), 이론적 리뷰(1)	4

<표 9> 온라인 혐오와 정신건강 주제 영역

구분	세부 영역	편수	
온라인 혐오의 특성		3	
온라인 혐오와 정신건강	정신건강(예: 우울 등)	15	18
	정서 및 인지적 손상	2	
	행동변화	1	
온라인 혐오의 개입방법	보호요인, 위험요인	4	11
	개입방법	7	
합계		32	

을 중심으로 연구가 이루어졌다. 온라인 혐오와 가장 많이 연구된 정신건강 변인은 우울이었다(Cano et al., 2021; Del Toro & Wang, 2023; Keum & Cano, 2023; Keum, Cano, Valdovinos, & Boland, 2023; Rihal, Desmarais, & Christophe, 2025; Rosenthal et al., 2025; Salas-Wright et al., 2024; Wypych & Bilewicz, 2024). 온라인 혐오 피해 경험 및 노출 빈도가 높을수록 우울 수준이 증가하는 것으로 나타났으며, 이러한 관계는 소수 인종·민족, 이주민 등 사회적 소수자를 대상으로 일관되게 나타났다. 온라인 혐오와 불안 및 PTSD의 연구도 다수 이루어졌다. 온라인 혐오 피해 또는 노출 빈도는 불안 수준의 증가와 관련이 있었으며(Del Toro & Wang, 2023; Dreißigacker, Muller, Isenhardt, & Schemmel, 2024; Keum & Cano, 2023; Keum et al., 2023; Rihal et al., 2025; Rosenthal et al., 2025), 반복적인 온라인 혐오 노출은 외상후스트레스 증상에도 유의한 영향을 미쳤다(Shmulewitz et al., 2025; Willis, Maxie-Moreman, Hoang, Polanco-Roman, & Tynes, 2025; Wypych & Bilewicz, 2024). 이 외에도 심리적 고통, 주관적 안녕감 등 정신건강과 관련된 심리정서적 변인(Cavalhieri et al., 2024; Rosenthal et al., 2025)과 자살사고(Keum, 2023), 음주/흡연 중독(Keum & Cano, 2021; Keum et al., 2023) 등이 함께 연구되고 있다. 이 연구들은 온라인 혐오 피해 또는 노출 경험이 정신건강에 부정적인 영향을 미치는 것으로 일관되게 보고하였다.

한편, 온라인 혐오와 정신건강의 관계를 집단의 특성에 따라 분석한 연구도 존재한다. Dreißigacker 외(2024)는 온라인 혐오 피해자와 오프라인 혐오 피해자, 비피해자의 정신건강 차이를 분석하였고, 온라인 혐오 피해자가 오프라인 혐오 피해자 및 비피해자보다 유의하게 높은 불안감을 경험한다고 보고하였다. 또한 Cavalhieri 외(2024)의 연구에서 제도적 인종차별을 이미 경험하고 있는 아프리카계 미국인의 경우, 온라인 인종차별에 노출될 때, 심리적 고통이 가중되고 정신건강에 미치는 부정적 영향이 더욱 증폭되는 이중 위험(Double Jeopardy) 효과를 보고하였다. 사회적 소수집단에 이중으로 속해 있는 경우(예, 여성이면서 성소수자), 또는 오프라인 차별 경험이 높은 사람들이 온라인 혐오 경험의 부정적 영향에 더 취약한 것으로 나타났다.

국내에서도 정은지(2025)는 온라인 혐오 목격자를 대상으로 혐오표현의 심각성 인식과 대응방식의 관계에서 부정적인 심리적 영향의 매개효과를 입증하였다. 온라인 혐오 심각성 인식이 높을수록, 심리적 위축을 높게 경험했으며, 무대응 결정과 상관이 있었다.

② 온라인 혐오와 정서 및 인지적 손상

온라인 혐오는 정서 및 인지적 손상과의 관계에서도 연구가 이루어지고 있었으며, 2편이 포함되었다. Pluta 외(2023)는 혐오 발언에 반복 노출된 참가자들은 공감과 관련된 뇌 영역(하전두회, 전측 대상피질, 측두-두정엽 접합부)의 활성이 유의하게 감소하였음을 보고하였다. 이 결과는 온라인 혐오의 반복적 노출은 타인의 감정을 인지하는 공감 능력에 부정적으로 영향을 준다는 것을 보여준다. 또한 Keum과 Choi(2023)는 온라인 인종차별에 많이 노출된 집단에서 사회가 안전하고 공정하다는 기본적인 믿음과 관련된 불공정 인식 수준이 높아지는 경향을 확인하였다. 이를 종합하면 온라인 혐오는 정신건강뿐 아니라 공감 능력과 개인의 신념 등 인지적 측면에도 부정적인 영향을 미칠 가능성이 있음을 시사한다.

③ 온라인 혐오와 행동 변화

온라인 혐오는 행동 관련 변인과도 연구가 이루어지고 있으며, 본 연구에서는 1편이 포함되었다. Arcila-Calderón 외(2024)는 범죄 기록의 시계열 분석을 통해 온라인 혐오 발화가 오프라인 혐오 범죄 발생을 시간적으로 선행함을 보여주었다. 특히, 독성 언어가 부정적 정서보다 더 높은 예측력을 가지고 있는 것으로 나타났다. 이 연구 결과는 온라인 혐오가 개인의 심리적 변화에만 머무는 것이 아니라, 실제 범죄 행동으로까지 연결될 가능성을 보여준다.

(3) 온라인 혐오에 대한 개입방법

온라인 혐오와 정신건강의 관계에 관한 연구는 총 11편이었으며, <표 9>와 같이 보호요인 2편, 위험요인 2편, 개입방법 관련 7편이 포함되었다.

① 보호요인 및 위험요인

2편의 연구에서 회복탄력성(Wachs et al., 2022), 민족 정체성(Portillo et al., 2022)이 온라인 혐오가 정신건강에 미치는 부정적 영향을 완화하는 조절요인으로 나타났다. Wachs 외(2022)는 회복탄력성을 유능감, 사회적 자원 등을 활용하여 스트레스 상황에서 회복할 수 있는 능력으로 정의하며, 회복탄력성이 온라인 혐오 피해와 우울의 관계를 완충한다는 것을 보여주었다. 또한 Portillo 외(2022)는 민족 정체성이 높을수록 온라인 차별이 불안에 미치는 영향이 감소하는 경향성이 있음이 보고하였다. 한편, 온라인 혐오를 유발할 수 있는 위험요인으로는 특성 공격성 및 보상민감성(Shortland et al., 2025), 사회지배경향성(Dellagiacoma, Geschke, & Rothmund, 2024)이 연구되었다. 각 요인은 개인의 성격특질로서, 해당 성격 특질을 가진 사람은 혐오 관련 인지나 행동을 할 경향성이 높게 나타났다. 보호요인과 위험요인은 모두 개인 내적 변인과 관련된 것으로, 상담 장면에서의 개입 방안에 시사점을 준다.

② 온라인 혐오 감소를 위한 개입 방법

온라인 혐오를 감소시키기 위한 개입 연구는 혐오 대상에 대한 태도 변화 중심 개입 4편, 미디어 사용 개입 1편, 학교 기반 예방 교육 2편으로 구분되었다. 혐오 대상에 대한 태도 변화를 위해 혐오 대상 접촉을 통한 공감 유도(Liguori & Spanierman, 2022; Soral, Malinowska, & Bilewicz, 2022), 온라인 캠페인(Windisch, Wiedlitzka, Olaghere, & Jenaway, 2022), 편견 직면(Wood, Persson, Roberts, Allchin, & Simmonds-Buckley, 2025)의 개입 전략이 사용되었다. 혐오의 대상이 되는 집단과 직·간접 접촉은 공감의 수준을 높여 혐오발언 사용 의도를 감소시키는 것으로 나타났으

며, 질적 연구에서도 소수 집단과의 직접 교류가 혐오 감소에 영향을 준 것으로 나타났다. 온라인 캠페인은 효과크기가 작지만 유의하게 온라인 혐오발언 생성 및 소비 감소에 영향을 미쳤다. 또한 편견에 도전하는 개입은 메타분석에서 편견 감소에 유의미한 효과가 있었으며, 외현적인 혐오 관련 행동의 감소로 이어졌다. 또한 미디어 리터러시를 활용하여 온라인 혐오의 부정적 영향을 완화하려는 시도도 나타났다. 미디어 리터러시는 온라인 혐오 콘텐츠에 대한 비판적 사고 능력을 의미하는 것으로, 이를 통해 온라인 인종 차별이 정신건강에 미치는 영향을 조절하는 것으로 나타났다(Keum & Choi, 2024). 학교 기반 예방교육도 온라인 혐오의 부정적 영향을 완화하고 온라인 혐오 가해를 감소시키는 것으로 나타났다(Cedena-de-Lucas et al., 2025; Wachs et al., 2024). 미디어 사용이 많은 청소년에게 혐오 대상이 되는 집단에 대한 올바른 정보나 온라인 혐오에 대한 교육을 제공하였을 때, 혐오 발언에 대한 인식이 증가하였고, 공감은 증가하고, 혐오 행동 의도는 감소한 것으로 나타났다.

4. 논 의

본 연구는 2021년부터 2025년까지 발표된 국내외 연구를 대상으로 주제범위 문헌고찰을 실시하여 온라인 혐오와 정신건강의 연구 동향을 종합적으로 고찰하고자 진행되었다. 분석 결과, 온라인 혐오는 우울, 불안, PTSD 등 정신건강 문제와 관련되어 있으며, 이러한 부정적 영향을 완화할 수 있는 보호요인과 온라인 혐오의 예방 및 완화를 위한 개입방법 등에 관한 연구도 이루어지고 있는 것으로 나타났다. 전반적으로는 온라인 혐오 경험과 정신건강 간의 관련성을 확인하는 연구가 중심을 이루고 있었으나, 이러한 관계가 어떠한 심리적 과정과 기제를 통해 나타나는지, 그리고 피해자의 회복을 지원할 수 있는 보호요인과 상담적 개입을 어떻게 연결할 수 있는지에 대해서는 추가적인 연구가 필요함을 확인하였다. 본 연구의 결과와 주요 논의는 아래와 같다.

연구의 일반적 특성을 살펴보면, 온라인 혐오와 정신건강 연구는 사회적 소수자 집단, 특히 소수 인종・민족을 대상으로 수행된 연구가 대다수였다. 연구 방법으로는 횡단적 설계와 변인 간 관계를 탐색하는 양적 연구가 다수를 차지하였고, 종단연구와 실험설계를 통한 개입연구는 상대적으로 제한적이었다. 이는 현재까지의 연구가 온라인 혐오와 정신건강 간의 관련성을 확인하는 것이 연구의 초점이었으며, 온라인 혐오 노출 이후 정신건강의 변화가 어떠한 정서적, 인지적 과정을 거쳐 나타나는지를 설명하는 데에는 한계가 있음을 보여준다. 따라서 종단적 관점이나 실험 연구를 통해 온라인 혐오의 노출이 정신건강에 미치는 영향을 살펴보고 인과적 관계를 확인하는 연구가 확대될 필요가 있다.

연구의 주제 영역을 살펴보면, 온라인 혐오의 특성 관련 연구들은 온라인 공간, 특정 사회집단을 대상으로 한다는 점, 공격의 의도를 포함하고 있음을 공통적인 특성으로 제시하였다. 즉, 온라인 혐오는 온라인 공간에서 특정 집단을 향해 공격 의도를 담아 이루어지는 표현으로 정리할 수 있다. 다만, Kansok-Dusche 외(2023)가 언급했듯이, 연구마다 사용한 온라인 혐오의 용어와 포함 범위가 다소 혼재되어 있다. 일부 연구에서는 온라인 혐오와 유사한 사이버 불링(cyber bullying)을 명확히 구분하지 않았으며, 사회적 집단의 범위나 공격 의도의 기준에 대해서도 연구자마다 차이가 있는 것으로 나타났다. 이러한 차이는 연구 결과를 축적하는데 어려움을 초래할 수 있어, 향후 온

라인 혐오 개념과 측정 기준을 보다 명확히 정립할 필요가 있다.

또한 온라인 혐오는 정신건강, 인지, 행동 변화와 밀접하게 연관된 것으로 나타났다. 대부분의 연구는 온라인 혐오 피해와 반복적인 노출이 우울 및 불안, 전반적인 심리적 고통과 유의미하게 상관관계가 있음을 일관되게 보고하였다. 특히, Dreißigacker 외(2024)는 온라인 혐오 피해자가 비피해자 및 오프라인 혐오 피해자보다 유의하게 높은 불안감을 경험한다고 밝혔는데, 연구자들은 온라인 혐오의 지속성, 통제 불가능성, 사적공간으로의 침투라는 특성이 불안감을 강화하게 된다고 설명하였다. 이는 온라인 혐오가 단순히 오프라인 차별의 연장선이 아니라 온라인 환경 특유의 방식으로 작동하는 심리적 위협과 스트레스를 유발하는 요인임을 시사한다. 이러한 경향은 사회적 위기 상황이나 전쟁과 같은 극심한 스트레스 맥락 및 인종, 성적 소수자, 청소년과 같은 취약집단에서 더욱 증폭된다. 이는 사회적 소수자가 일상적인 차별과 편견을 지속적으로 경험하는 상황에서 온라인 혐오가 추가적인 스트레스 요인으로 작용하기 때문으로 해석해 볼 수 있다.

나아가 반복적인 온라인 혐오 발언 노출은 개인의 정서적 및 인지적 처리 과정의 손상도 가져올 수 있는 것으로 나타났다. 반복적인 혐오 노출이 타인의 고통에 반응하는 뇌 영역의 활성을 감소시켜 공감을 약화시키고 불공정 인식을 높이는 것으로 확인하였다(Keum & Choi, 2023; Pluta et al., 2023). 혐오적 메시지가 개인의 정체성 인식에 내면화되어, 만성적인 자기 비난과 낮은 자기 가치감을 경험하게 될 수 있음을 시사한다. 이러한 온라인 혐오 노출로 인한 심리적 고통과 정서적/인지적 변화는 개인의 행동변화와 사회적 상호작용의 변화로도 이어질 수 있다. 온라인상의 혐오 발화가 오프라인 혐오 범죄 발생을 시간적으로 선행하거나 혐오 발언 노출이 개인의 스트레스 표현 증가와 인과적으로 연관되어 있음이 나타났다(Arcila-Calderon et al., 2024). 이는 온라인 혐오가 개인의 정서 표현 방식과 사회적 상호작용을 변화시키는 요인으로 작동할 수 있음을 시사한다. 따라서 온라인 혐오는 개인의 정신건강을 넘어 온라인과 오프라인 혐오 행동에도 영향을 미칠 수 있음을 이해하고, 상담 장면에서의 개입이 개인의 심리적 회복과 혐오 확산 방지 차원에서 고려될 필요가 있다.

온라인 혐오의 개입방법에 대한 연구는 보호요인 및 위험요인, 개입방법에 대한 연구로 나누어졌다. 보호요인으로는 회복탄력성(Wachs et al., 2022), 민족 정체성(Portillo et al., 2022)으로 온라인 혐오 피해 맥락에서 자기상이나 정체성을 유지하는 것이 부정적인 영향을 완충할 수 있음을 시사한다. 위험요인으로는 특성 공격성 및 보상민감성(Shortland et al., 2025), 사회지배경향성(Dellagiacoma et al., 2024)과 같은 개인의 성격 특질이 온라인 혐오 가해 행동과 연관되는 것으로 나타났다. 따라서 상담 현장에서는 피해자를 위한 회복탄력성 증진과 긍정적인 정체성 형성을 지원하는 동시에, 가해 행동 감소를 위한 성격 특질에 대한 개입이 필요함을 시사한다.

온라인 혐오 감소를 위한 개입 방법에 대한 연구를 종합해 보면 혐오 대상에 대한 태도 변화 중심, 미디어 사용, 학교 기반 예방교육이 주요 방법으로 사용되었다. 혐오 대상 집단과의 직접 또는 간접 접촉(Liguori & Spanierman, 2022; Soral et al., 2022), 온라인 교육 및 캠페인(Windisch et al., 2022), 편견에 직면하는 개입(Wood et al., 2025) 등은 공통적으로 혐오 대상에 대한 공감을 증진시키고 혐오의 생성과 표현을 감소시키는 것으로 나타났다. 온라인 콘텐츠에 대한 비판적 사고 능력을 의미하는 미디어 리터러시도 온라인 혐

오의 부정적 영향을 완화하는 역할을 할 수 있다. 비판적으로 온라인 콘텐츠를 분별하는 것은 혐오 콘텐츠를 자기 개념에 적용하게 되는 과정을 방지할 수 있어, 온라인 혐오 피해/노출 빈도가 높은 사람들에게 유의한 개입 지점이 될 수 있음을 시사한다. 학교 기반 예방교육도 온라인 혐오의 부정적 영향을 사전에 예방하는 데 의미있는 개입으로 나타났다. 학교에서 진행한 온라인 혐오에 대한 교육, 혐오 대상이 되는 집단에 대한 영상 시청 등으로 혐오 발언에 대한 인식이 증가하였으며, 공감이 증가하고, 행동 의도도 감소하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 온라인 혐오에 대한 개입이 피해자의 심리적 회복을 위한 사후 개입에 머무르기 보다는 원인이 되는 온라인 혐오의 생성과 확산에 대한 예방적 접근까지 함께 포함할 필요성을 시사한다.

이러한 온라인 혐오와 정신건강 영역 연구의 동향을 기반으로, 추후 국내 연구의 방향을 제안하고자 한다. 첫째, 국내에서는 온라인 혐오가 우울, 불안, PTSD 등 정신건강에 미치는 영향을 경험적으로 검증하는 연구가 이루어질 필요가 있다. 국내 온라인 혐오 연구는 주로 혐오표현의 실태, 법적 쟁점, 기술적 방법 등 주로 사회적 문제로 이해하고 대응을 마련하는 데 초점이 있어, 온라인 혐오가 개인의 정신건강이나 심리적 적응에 미치는 영향은 제한적으로 다루어지고 있다. 온라인 혐오가 사회문제로 주목받고 있는 만큼, 사회적 현상에 대한 이해뿐만 아니라, 개인의 정신건강에 영향을 미칠 수 있는 심리사회적 스트레스 요인으로 바라보고 기초 연구가 이루어질 필요가 있다. 둘째, 국내 사회문화적 맥락에 기반하여 온라인 혐오 연구가 이루어질 필요가 있다. 국외연구는 주로 미국・유럽 등 서구 문화권을 기반으로 하여, 온라인 혐오 중 인종차별에 관한 연구가 주를 이루었다. 최근 국내에서는 성별 갈등, 세대 갈등, 지역 갈등 등 한국 사회의 사회문화적 특성에 따른 혐오가 온라인에서 이루어지고 있다. 이러한 특성이 개인의 정신건강, 인지, 행동 등에 어떠한 영향을 미치는지를 검증하는 연구가 이루어질 필요가 있다. 셋째, 온라인 혐오의 상담적 개입은 피해자와 가해자를 모두 고려하는 방향으로 확대될 필요가 있다. 지금까지의 연구는 피해자나 목격자의 심리적 회복에 초점을 두고 있었으나 온라인 혐오를 예방하기 위해서는 혐오 행동을 감소시키는 접근이 함께 이루어져야 한다. 회복탄력성 및 민족 정체성과 같은 보호요인을 강화하거나 보상민감성, 사회적지배경향성 등 위험요인을 감소시키기 위한 상담적 접근과 개입방법에 대한 연구가 이루어질 필요가 있다. 또한 국내 사회문화적 특성을 반영한 새로운 보호요인과 개입방법을 탐색하는 연구와 함께 국외에서 효과가 확인된 미디어 리터러시, 학교 기반 예방교육 등의 개입이 국내 상담 장면에서도 효과적인지 검증하는 연구도 필요하다. 특히 청소년과 초기 성인은 온라인 이용 빈도가 높고 개인의 정체성을 형성하는 시기이기에, 학교 장면에서 이루어지는 집단 프로그램의 개발과 효과성 검증하는 연구가 필요할 것으로 보인다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 온라인 혐오와 정신건강의 관계를 다룬 연구를 대상으로 주제범위 문헌고찰을 수행하여 연구 동향을 체계적으로 정리하였다는 점에서 의의가 있다. 최근 온라인 혐오가 중요한 사회문제로 부각되고 있음에도 불구하고, 국내에서는 온라인 혐오와 정신건강의 관계를 종합적으로 검토한 연구가 제한적인 상황이었다. 이에 본 연구에서는 온라인 혐오의 특성, 정신건강과의 관계, 보호요인 및 개입방법 등으로 통합적으로 탐색함으로써 온라인 혐오를 정신건강과 개입 관점에서 이해할 수 있는 기초 자료를 제공하였다는 점에서 의의가 있

다. 둘째, 본 연구는 국내 상담심리학 분야에서 온라인 혐오 연구와 상담적 개입의 방향을 제안하였다는 점에서 의의가 있다. 지금까지 국내의 온라인 혐오 연구는 사회학, 정보과학 등을 중심으로 이루어져 왔으며, 정신건강이나 상담적 개입의 관점에서 접근한 연구는 매우 제한적이었다. 본 연구는 온라인 혐오를 개인의 정신건강에 영향을 미치는 심리사회적 스트레스 요인으로 이해하고, 향후 국내 상담심리학 분야에서 정신건강 영향, 보호요인, 상담 개입 및 예방 프로그램 개발에 관한 연구가 확대될 필요성을 제안하였다는 점에서 의의를 가진다.

본 연구는 다음과 같은 한계를 가진다. 첫째, 본 연구는 2021년부터 2025년까지 발표된 국내외 학술지 논문을 대상으로 하였기 때문에, 이전 시기의 연구나 비영어권에서 수행된 연구를 충분히 포함하지 못하였다. 이에 따라 온라인 혐오 연구의 전체적인 발전 과정을 반영하는 데에는 제한이 있을 수 있다. 또한 국내에서 온라인 혐오와 정신건강을 다룬 연구가 매우 제한적이었기 때문에 국외 연구를 중심으로 분석을 수행하였다. 향후에는 국내 사회문화적 맥락을 반영한 경험적 연구를 축적하고, 이를 바탕으로 국외 연구와의 비교 및 통합을 수행하는 후속 연구가 필요할 것이다. 둘째, 본 연구는 주제범위 문헌고찰의 특성상 포함된 연구의 질을 평가하거나 연구 결과를 통합적으로 합성하지 않았다. 따라서 본 연구의 결과는 온라인 혐오와 정신건강 분야의 연구 동향과 범위를 탐색적으로 제시하는 데 목적이 있으며, 개별 연구의 효과나 근거 수준을 판단하는 데에는 한계가 있다. 셋째, 본 연구에 포함된 대부분의 연구는 미국과 유럽을 중심으로 수행되었으며, 연구 대상 또한 인종·민족적 소수자와 성적 소수자에 집중되어 있었다. 따라서 국내 사회문화적 특성이나 온라인 이용 환경을 그대로 반영하기에는 제한이 있으며, 연구 결과를 국내 상황에 일반화하는 데에는 신중할 필요가 있다.

참 고 문 헌

국가인권위원회 (2017). 혐오표현 실태조사 및 규제방안 연구.

국가인권위원회 (2019). ANNUAL REPORT, 2019.

국가인권위원회 (2021). 2021 온라인 혐오표현 인식조사.

김수아·김민정·이동후·홍성일 (2020). 온라인 혐오표현 규제 쟁점과 대안: 규제기관담당자, 시민단체 활동가, 연구자 및 피해 경험자 심층 면접을 중심으로. <한국언론정보학보>, 101, 203-230.

이설희·김수아·홍남희 (2020). 온라인 성차별적 혐오표현의 특징과 내용 규제 쟁점. <미디어, 젠더문화>, 35(3), 61-103.

이승현 (2016). 혐오표현 규제에 대한 헌법적 이해. <공법연구>, 44(4), 133-166.

정은지 (2025). 온라인 혐오 표현 목격자의 심각성 인식과 대응 방식의 관계에서 심리적 영향의 매개 효과. <상담심리교육복지>, 12(5), 51-69.

조화순·백영민·이훈·김현·박성호·강신재 (2025). 온라인 혐오표현의 실태와 대응 방안. <한국언론진흥재단 미디어본부 공모연구>, 1-167.

ADL (2024). *Online Hate and Harassment: The American Experience 2024*. NY: Anti-Defamation League.

Ali, R. (2025). Silenced online: Women's experiences of digital harassment in Pakistan. *Women's Studies International Forum*, 110, 103090. https://doi.org/10.1016/j.wsif.2025.103090.

Arcila-Calderón, C., Sanchez Holgado, P., Gomez, J., Barbosa, M., Qi, H., Matilla, A., Amado, P., Guzmán, A., López-Matías, D., & Fernández-Villazala, T. (2024). From online hate speech to offline hate crime: The role of inflammatory language in forecasting violence against migrant and LGBT communities. *Humanities and Social Sciences Communications*, 11(1), 1-14. https://doi.org/10.1057/s41599-024-03899-1

Arksey, H., & O'Malley, L. (2005). Scoping studies: Towards a methodological framework. *International Journal of Social Research Methodology*, 8(1), 19-32. https://doi.org/10.1080/1364557032000119616

Brown, A. (2018). What is so special about online(as compared to offline) hate speech?. *Ethnicities*, 18(3), 297-326. https://doi.org/10.1177/1468796817709846

Buder, J., Rabl, L., Feiks, M., Badermann, M., & Zurstiege, G. (2021). Does negatively toned language use on social media lead to attitude polarization? *Computers in Human Behavior*, 116(2), 106663. https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106663

Cano, M. A., Schwartz, S. J., MacKinnon, D. P., Keum, B. T., Prado, G., Marsiglia, F. F., Salas-Wright, C. P., Cobb, C. L., Garcini, L. M., De La Rosa, M., Sánchez, M., Rahman, A., Acosta, L. M., Roncancio, A., & de Dios, M. A. (2021). Exposure to ethnic discrimination in social media and symptoms of anxiety and depression among Hispanic emerging adults: Examining the moderating role of gender. *Journal of Clinical Psychology*, 77(3), 571-586. https://doi.org/10.1002/jclp.23050

Cavalhieri, K. E., Greer, T. M., Hawkins, D., Choi, H., Hardy, C., & Heavner, E. (2024). The effects of online and institutional racism on the mental health of African Americans. *Cultural Diversity & Ethnic Minority Psychology*, 30(3), 476-486. https://doi.org/10.1037/cdp0000585

Cedena-de-Lucas, B., Amate-Garcia, M., Fernandez-Martin, F. D., & Arco-Tirado, J. L. (2025). A service-learning program to prevent online hate speech perpetration among secondary education students: A pilot study. *Journal of Interpersonal Violence*, 40(15-16), 3800-3825. https://doi.org/10.1177/08862605241286028

Del Toro, J., & Wang, M. T. (2023). Online racism and mental health among Black American adolescents in 2020. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 62(1), 25-36. https://doi.org/10.1016/j.jaac.2022.07.004

Dellagiacoma, L., Geschke, D., & Rothmund, T. (2024). Ideological attitudes predicting online hate speech: The differential effects of right-wing authoritarianism and social dominance orientation. *Frontiers in Social Psychology*, 2, 1389437. https://doi.org/10.3389/frsps.2024.1389437

Dreißigacker, A., Muller, P., Isenhardt, A., & Schemmel, J. (2024). Online hate speech victimization:

Consequences for victims' feelings of insecurity. *Crime Science*, 13(1), 4. https://doi.org/10.1186/s40163-024-00204-y

Frischlich, L. (2023). Hate and harm. *Digital Communication Research,* 12, 165-183. https://doi.org/10.48541/dcr.v12.10

Kansok-Dusche, J., Ballaschk, C., Krause, N., Zeißig, A., Seemann-Herz, L., Wachs, S., & Bilz, L. (2023). A systematic review on hate speech among children and adolescents: Definitions, prevalence, and overlap with related phenomena. *Trauma, Violence & Abuse*, 24(4), 2598-2615. https://doi.org/10.1177/15248380221108070

Keipi, T., Näsi, M., Oksanen, A., & Räsänen, P. (2016). *Online hate and harmful content: Cross-national perspectives*. London: Routledge.

Keum, B. T. (2023). Impact of online racism on suicide ideation through interpersonal factors among racial minority emerging adults: The role of perceived burdensomeness and thwarted belongingness. *Journal of Interpersonal Violence*, 38(5-6), 4537-4561. https://doi.org/10.1177/08862605221117247

Keum, B. T., & Cano, M. A. (2021). Online racism, psychological distress, and alcohol use among racial minority women and men: A multi-group mediation analysis. *American Journal of Orthopsychiatry*, 91(4), 524-530. https://doi.org/10.1037/ort0000553

Keum, B. T., & Cano, M. A. (2023). Online racism, depressive and anxiety symptoms, coping-related drinking motives, and alcohol use severity among Black, Latina/o/x, and Asian emerging adults. *Addictive Behaviors*, 136, 107468. https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107468

Keum, B. T., & Choi, A. Y. (2023). Profiles of online racism exposure and mental health among Asian, Black, and Latinx emerging adults in the United States. *International Review of Psychiatry*, 35(3-4), 310-322. https://doi.org/10.1080/09540261.2023.2180346

Keum, B. T., & Choi, A. Y. (2024). Critical social media literacy buffers the impact of online racism on internalized racism among racially minoritized emerging adults. *Journal of Counseling Psychology*, 71(6), 659-667. https://doi.org/10.1037/cou0000758

Keum, B. T., Cano, M. A., Valdovinos, I. C., & Boland, D.-z. (2023). Impact of online and offline racism on cigarette smoking, marijuana use, and vaping via depressive/anxiety symptoms among racially minoritized emerging adults. *American Journal of Orthopsychiatry*, 93(5), 450-459. https://doi.org/10.1037/ort0000691

Levac, D., Colquhoun, H., & O'brien, K. K. (2010). Scoping studies: Advancing the methodology. *Implementation science*, 5(1), 69. https://doi.org/10.1186/1748-5908-5-69

Liguori, J. B., & Spanierman, L. B. (2022). Walking out on hate: A qualitative investigation of how and why White supremacists quit hate groups. *Journal of Counseling Psychology*, 69(4), 389-402. https://doi.org/10.1037/cou0000598

Martínez, C. A., van Prooijen, J.-W., & Van Lange, P. A. M. (2022). Hate: Toward understanding its distinctive features across interpersonal and intergroup targets. *Emotion*, 22(1), 46-63. https://doi.org/10.1037/emo0001056

Peters, M. D. J., Godfrey, C., McInerney, P., Munn, Z., Tricco, A. C., Khalil, H. (2022). Chapter 11: Scoping Reviews (2020 Version). In: Aromataris E, Munn Z (Editors). *JBI Manual for Evidence Synthesis*, JBI, 2020. https://synthesismanual.jbi.global. https://doi.org/10.46658/JBIMES-20-12

Pew Research Center (2021, January). *The State of Online Harassment.*

Pluta, A., Mazurek, J., Wojciechowski, J., Wolak, T., Soral, W., & Bilewicz, M. (2023). Exposure to hate speech deteriorates neurocognitive mechanisms of the ability to understand others' pain. *Scientific Reports*, 13(1), 4127. https://doi.org/10.1038/s41598-023-31146-1

Portillo, N. L., Grapin, S. L., Reyes-Portillo, J. A., & Masia Warner, C. (2022). Online discrimination and mental health outcomes: The moderating roles of ethnic identity and immigrant generation among Latinx young adults. *Journal of Latinx Psychology*, 10(4), 322-339. https://doi.org/10.1037/lat0000212

Rihal, T. K., Desmarais, A., & Christophe, N. K. (2025). Online racism, negative media stereotypes, and internalizing mental health symptoms among Asian university students in Canada: Synthesizing person and variable-centered approaches. *Asian American Journal of Psychology*, 16(4), 353-363. https://doi.org/10.1037/aap0000382

Rosenthal, S. R., Gately, K. A., Philippe, S. G., Baker, A. B., Dawes, M. P., & Swanberg, J. E. (2025). Everyday discrimination and mental health among sexual and gender minority adults: The moderating role of self-compassion. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 12(3), 424-433. https://doi.org/10.1037/sgd0000676

Salas-Wright, C. P., Schwartz, S. J., Maldonado-Molina, M. M., Keum, B. T., Mejia-Trujillo, J., Garcia, M. F., Cano, M. A., Bates, M. M., & Perez-Gomez, A. (2024). Online xenophobia and mental health among Venezuelan migrant youth in Colombia: The interplay with "in-person" discrimination. *American Journal of Orthopsychiatry*, 94(6), 623-633. https://doi.org/10.1037/ort0000730

Shmulewitz, D., Levitin, M. D., Skvirsky, V., Vider, M., Lev-Ran, S., & Mikulincer, M. (2025). Exposure to online hate speech is positively associated with post-traumatic stress disorder symptom severity. *Scientific Reports*, 15(1), 29869. https://doi.org/10.1038/s41598-025-16168-1

Shortland, N., McGarry, P., & Bedoya, A. (2025). Angry, anxious, and online: The role of reinforcement sensitivity theory and trait aggression on the impact of exposure to violent extremist content online. *Psychology of Violence*, 15(1), 32-42. https://doi.org/10.1037/vio0000523

Soral, W., Bilewicz, M., & Winiewski, M. (2018). Exposure to hate speech increases prejudice through desensitization. *Aggressive Behavior*, 44(2), 136-146. https://doi.org/10.1002/ab.21737

Soral, W., Malinowska, K., & Bilewicz, M. (2022). The role of empathy in reducing hate speech proliferation.

Two contact-based interventions in online and off-line settings. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*, 28(3), 361-371. https://doi.org/10.1037/pac0000602

Titley, G., Keen, E., & Földi, L. (2014). *Starting points for combating hate speech online: Three studies about online hate speech and ways to address it*. Council of Europe.

Velasquez, N., Leahy, R., Restrepo, N. J., Lupu, Y., Sear, R., Gabriel, N. & Johnson, N. F. (2021). Online hate network spreads malicious COVID-19 content outside the control of individual social media platforms. *Scientific Reports*, 11(1), 11549. https://doi.org/10.1038/s41598-021-89467-y

Wachs, S., Gamez-Guadix, M., & Wright, M. F. (2022). Online hate speech victimization and depressive symptoms among adolescents: The protective role of resilience. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 25(7), 416-423. https://doi.org/10.1089/cyber.2022.0009

Wachs, S., Wright, M. F., & Gamez-Guadix, M. (2024). From hate speech to HateLess. The effectiveness of a prevention program on adolescents' online hate speech involvement. *Computers in Human Behavior*, 157, 108250. https://doi.org/10.1016/j.chb.2024.108250

Willis, H. A., Maxie-Moreman, A. D., Hoang, T. M. H., Polanco-Roman, L., & Tynes, B. M. (2025). The impact of multidimensional forms of online racism on posttraumatic stress symptoms: Do racial identity beliefs buffer this relationship? *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. https://doi.org/10.1037/tra0001875

Windisch, S., Wiedlitzka, S., Olaghere, A., & Jenaway, E. (2022). Online interventions for reducing hate speech and cyberhate: A systematic review. *Campbell Systematic Reviews*, 18(2), e1243. https://doi.org/10.1002/cl2.1243

Wood, C., Persson, S., Roberts, L., Allchin, O., & Simmonds-Buckley, M. (2025). Does confronting prejudice reduce intergroup bias? A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 151(2), 192-216. https://doi.org/10.1037/bul0000466

Wypych, M., & Bilewicz, M. (2024). Psychological toll of hate speech: The role of acculturation stress in the effects of exposure to ethnic slurs on mental health among Ukrainian immigrants in Poland. *Cultural Diversity & Ethnic Minority Psychology*, 30(1), 35-44. https://doi.org/10.1037/cdp0000522

Online Hate and Mental Health: A Scoping Review

Min-Jeong Kim, Jung-Hwa Kim

Ewha Womans University

Since the COVID-19 pandemic, growing concerns about the spread of online hate have highlighted the need for research on its relationship with mental health; but related studies remain limited in South Korea. This study conducted a scoping review of published studies from South Korea and international countries on online hate and mental health to identify research trends and explore the directions for future research. A literature search was conducted in PubMed, PsycArticles, Scopus, CINAHL, and RISS for studies published between 2021 and 2025. Following the PRISMA-ScR guidelines, studies were screened according to predefined inclusion and exclusion criteria, and 32 studies were included in the final analysis. The findings indicated that online hate was commonly characterized by its occurrence in online contexts, its targeting of specific social groups, and its intentional nature. Research on online hate focused primarily on mental health outcomes such as depression, anxiety, and PTSD, while additional studies examined emotional and cognitive impairments as well as behavioral changes. Studies addressing the protective factors, risk factors, and intervention strategies for online hate were also identified. Based on these findings, this review summarizes the current research trends on online hate and mental health, discusses the potential for counseling interventions, and suggests future directions for research in South Korea.

Keywords: Online Hate, Mental Health, Intervention, Scoping Review