

# 병사들의 레질리언스가 군 생활 적응에 미치는 영향

## Effect on the Soldier's Resiliency on the Their Adjustment in Military

강종수  
강원대학교 사회복지학과

Jong-Soo Kang(jskang@kangwon.ac.kr)

### 요약

본 연구는 군 병사들을 대상으로 역경이나 스트레스를 이겨내는 역량인 레질리언스가 군 생활 적응에 미치는 영향을 분석하였다. 이를 위해 레질리언스를 대인관계, 활력성, 감정 통제, 호기심 및 낙관성으로 구성해 현역 병사 150명을 대상으로 구조화된 설문조사를 실시하였다. 연구 결과 병사들의 레질리언스 및 군 생활 적응은 중간값 이상의 수준을 보여주고 있으며, 레질리언스 수준이 높은 병사들이 낮은 병사들에 비해 높은 군 생활 적응을 보여주고 있다. 또한 레질리언스 구성요소 중 대인관계, 낙관성 및 호기심이 군 생활 적응에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 병사들의 군 생활 적응을 높이기 위해 레질리언스를 강화시켜 주기 위한 다양한 프로그램의 개발되고 운영되어야 할 것이다.

■ 중심어 : | 레질리언스 | 군 생활 적응 | 군사회복지 |

### Abstract

The purpose of this study is to examine the effect of the soldier's resiliency on the their adjustment in military. For the research, resiliency was consisted of interpersonal relation, vitality, emotion control, curiosity and optimistic. This study analyzed 150 military soldiers by survey. The results of this study are summarized as follows: soldier's resiliency and adjustment in military was showed high level. Soldier who had high resiliency adapted to the military life better than who had low resiliency. Interpersonal relation, curiosity and optimistic among resiliency showed positive influence on soldier's adjustment in military. This study finally discussed theoretical implications for future study and practical implications on the results.

■ keyword : | Resiliency | Adjustment in Military Life | Military Social Work |

## I. 서론

우리 사회에서 군대는 매우 특별한 조직이다. 군대는 국가 안보를 위한 매우 강제적이고 규범적인 조직이며, 명령에 따라서 움직이고 계급별로 상하간 위계구조가 확실하면서 지속적인 규범 습득을 위한 훈련과정이나 공동체적 유대 속에서 강한 연대의식을 형성하는 집단

성이 매우 강한 조직이다.

군대를 보유한 많은 국가들이 지원에 의한 모병제를 실시하고 있지만 우리는 분단국가의 현실을 감안하여 강제징집에 의한 의무복무제를 실시하고 있다. 대부분의 군 장병들이 이르면 19세에 입대하여 24세를 전후하면 전역하게 되고, 이 시기는 후기 청소년기에 해당하여 규율과 통제가 요구되는 군대환경은 아직 정체성이

완성되지 않은 시기에 있는 병사들의 적응을 어렵게 할 수 있다[1]. 군대라는 조직의 특성 상 일반사회의 어느 조직보다도 인위적으로 개인을 간섭하고 통제하며 계급구조를 기본으로 하는 수직적 인간관계를 형성하기 때문에 이로 인해 병사 개인측면에서는 항상 심리적, 행위적 측면에서 자유롭지 못함이 큰 스트레스로 작용하게 된다[2].

병사들의 군 부적응 실태를 살펴보면, 1968년 병역조사에서 1.5% 정도의 장애자를 보유하고 있으며, 1981년 국군교도소 조사에서는 MMPI심리검사 결과 45%가 정신적 문제를 갖고 있는 것으로 나타났다. 또한 1995년 육군 자료에서는 13%가 신체 및 정신적 문제를 가지고 있어 중대별 10~20명이 관리대상이라고 보고한 사례가 있으며, 2005년 각종 사고 분석 자료에서 육군은 4,000건이 있었고 군기사고 중 50%가 개인내적 문제로 파악하였다. 2006년에는 현역복무 345명이 근무부적합, 사고우려, 지능저열 등으로 부적격자로 판명되었다. 자살사고는 점차 감소하는 경향을 보이고 있으나 2005년에는 64건, 2006년에는 66건, 2009년에는 81건의 자살사고가 발생하였다[3].

군 부적응의 문제는 국가사회적으로뿐만 아니라 개인에게도 심각한 피해를 야기한다. 따라서 군 생활적응을 높이기 위한 다양한 노력이 요구되며, 이러한 노력의 일환으로 자아탄력성 또는 회복탄력성으로도 불리는 레질리언스(resiliency)를 생각해 볼 수 있다. 레질리언스는 Rutter[4]와 Garmezy[5]가 환경의 역경과 스트레스 상황 조건하에서 놀랍게 잘 기능하며 스트레스에 저항적인 어린이들을 발견하고 이를 레질리언스라 부르면서 널리 사용되고 있는 개념이다.

다시 말해, 레질리언스는 역경으로부터 다시 일어나 강해지고 자원을 더 풍부하게 할 수 있는 능력을 말하며, 이것은 위기와 도전에 대한 반응으로 인내하고 자정하며 성장해가는 역동적 과정으로, 단지 생존하는 것뿐만 아니라 괴로운 시련을 통과하거나 그로부터 벗어나는 것을 포함한다. 레질리언스가 높은 개인은 스트레스를 덜 지각하게 되며 더 효율적인 스트레스 대처 전략을 사용한다. 또한 고통스러운 상처로부터 치유될 수 있도록 하고, 자신의 삶을 스스로 책임지게 한다[5-6].

따라서 레질리언스가 높은 병사일수록 군 생활에 더 잘 적응할 수 있다.

기존의 군 생활 적응에 관한 연구들은 병사 개인의 심리사회적 요인을 다룬 연구[7-9], 가족환경요인을 다룬 연구[9][10], 부대환경요인을 다룬 연구[2][11-14] 등이 보고되었으나, 병사 개인의 심리사회적 특성 중 레질리언스 관점에서 접근한 연구는 찾아보기 어렵다.

따라서 본 연구는 병사 개인의 심리사회적 특성인 레질리언스가 군 생활 적응에 미치는 영향을 살펴봄으로써 보다 효율적으로 군 생활 적응을 돕기 위한 실천적 함의를 찾아보고자 한다. 보다 구체적으로 본 연구의 연구문제를 설정하면 다음과 같다.

- 연구문제1) 군 병사들의 레질리언스 및 군 생활 적응의 정도는 어떠한가?
- 연구문제2) 인구사회적 특성에 따라 군 병사들의 레질리언스 및 군 생활적응은 어떤 차이가 있는가?
- 연구문제3) 군 병사들의 레질리언스는 군 생활 적응에 어떤 영향을 미치는가?

## II. 이론적 배경

적응이란 Darwin의 진화론에서 사용된 순응(accommodation)이란 개념을 심리학자들이 적응(adjustment)으로 개칭하면서 시작된 것으로, 일반적으로 개인이 사회적 및 물리적 환경에 대해 살아남고 유지해 가기 위한 효과적인 투쟁과정으로 이해된다. 즉 적응이란 유기체가 환경과 상호적인 관계를 맺음으로써 사회적 요구나 문제를 적극적으로 해결하려는 창조의 과정을 통하여 환경과 만족한 관계를 맺어가는 과정을 의미한다[15].

군 생활 적응이란 병사 개개인이 군대생활에 행복감을 느끼고 군대임무에 대하여 사명감을 가지며, 직무와 지위에 만족하여 군대에 대하여 시인하는 태도를 가지는 것[16], 혹은 군 조직 문화의 한 부분이 되고 그에 흡수되는 과정이라 할 수 있다[15][17].

최근 국방부는 병사들의 군 생활 적응을 돕기 위해 다양한 방안을 시행 중이다. 가령 2003년부터 장병기본권 전문 상담실을 설치하여 연차적으로 확대 운영하고 있으며, 또한 군 입대 후의 부적응자들을 돕기 위해 각급 부대의 지휘관들을 통해 면담을 실시하여 이들의 고충 및 애로점을 들어주기 위해 노력하고 있다. 잠재적인 사고유발 가능성이 있는 병사들에 대해서는 군 적응 증진 프로그램인 비전캠프(Vision Camp)에 참여시킴으로써 군 생활 적응을 유도하고 있다[18]. 그러나 이러한 노력에도 불구하고 아직까지는 병사들의 적응을 향상시키는 수준에는 미치지 못한다는 것이 일반적인 평가이다.

군 생활적응에 영향을 미치는 중대한 요인으로 역경을 헤쳐 나갈 수 있는 능력인 레질리언스를 들 수 있다. 레질리언스는 흔히 회복탄력성 또는 자아탄력성으로도 불리며, 역경과 문제에 대처하고 해결하기 위한 적극적인 접근을 구사하는 힘을 말한다[4-6]. 힘든 군 생활 속에서도 병사 개인의 레질리언스 수준에 따라 군 생활적응에는 큰 차이가 난다. 즉, 레질리언스가 높은 병사는 군 생활에 잘 적응하고 매번 위기상황에 노출될 때마다 자신만의 대처방식으로 환경을 조성해가며 성장하는 반면에 낮은 병사는 문제행동이 더 빈번하다.

레질리언스의 구성요소에 관해 Block and Block[19]은 사회적 적응력, 대인관계, 심리적인 안정성 등의 특징을 중요 구성요소로 주장하였고, Klohn[20]은 자신감 있는 낙천성, 파스함, 활동성, 대인관계나 사회적 유능성, 능숙한 자기 표현기술 등을 주요 구성요소로 주장하였다. 국내에서는 박은희[21]가 사례연구를 통해 O'connell-Higgins[22], Block and Block[19]의 연구를 바탕으로 대인관계, 활력성, 감정 통제, 호기심 및 낙관성을 주장하였다.

박은희[21]의 연구를 바탕으로 다섯 가지 구성요소를 구체적으로 살펴보면, 대인관계는 계속 다른 사람의 긍정적인 관심을 얻는 능력을 말하고, 활력성은 삶의 문제들을 해결하는데 활동적이고 환기적인 접근을 하는 능력을 말한다. 감정 통제는 고통이나 괴로운 상황에서 그들의 경험을 구성적으로 인식하는 능력, 호기심은 새로운 것을 알고자 하는 능력, 낙관성은 삶의 의

미에서 긍정적인 신념을 유지하는 능력을 말한다.

이와 같이 레질리언스가 높은 사람은 대체적으로 자기효능감과 자기존중감이 높고 긍정적인 자아상과 정체성에 대한 명확한 느낌을 가지고 있다[4][20]. 그 결과 삶의 어려운 문제를 해결하기 위한 활동적이고 환기적인 접근성, 고통스러운 상황에서도 자신들의 경험을 구조적으로 인식하는 능력, 유아 때부터 계속적으로 다른 사람들의 긍정적인 관심을 얻는 능력, 그리고 삶의 긍정적인 신념을 유지하는 강한 능력을 갖고 있다[22].

이러한 결과들을 종합해 보면 군 병사들의 경우에도 레질리언스가 높을수록 군 생활 적응 역시 잘 할 수 있을 것이다.

### III. 연구방법

#### 1. 자료 수집방법 및 조사대상

본 연구는 국군의 보안 및 기밀누설 규정으로 인해 사전 협의를 통해 조사가 허락된 OOOO부대를 대상으로 2012년 5월에 자기기입식의 구조화된 설문조사방식으로 진행되었다. 조사 대상 부대는 전형적인 보병부대로서, 조사는 장교와 부사관 등 직업군인을 제외한 이등병부터 병장까지의 사병만을 대상으로 하였다. 연구자가 방문하여 먼저 장병들에게 솔직하고 성실한 답변을 부탁한 다음에 부대 책임자에게 진행사항을 설명한 후에 다음 날 170부를 회수하였다. 다만 회수된 설문지 중에 무응답이 많거나 일관된 중앙값을 보이는 등의 불성실 설문지 20부를 제외한 150부를 최종 분석에 사용하였다.

조사대상자의 일반적 특성을 살펴보면 [표 1]과 같이, 연령별로는 21세와 22세가 72명(48.0%), 23세와 24세가 50명(33.3%)로 대다수를 차지하고 있으며, 계급별로는 선임급인 병장이 51명(34.0%), 상병이 44명(29.3%)으로 반수 이상이며, 학력수준으로는 전문대 재학 또는 졸업이 76명((50.7), 대학 재학 또는 졸업 이상이 48명(32.0), 고졸 이하가 26명(17.4%) 순으로 나타났다. 이성 친구(배우자 포함) 유무에서는 없다는 응답이 128명(85.3%)으로 대다수를 차지하고 있으며, 부모님의 결혼상태에

관해서는 기혼이 110명(73.3%)이며 양친 사망의 경우는 없었다.

표 1. 조사대상자의 일반적 특성

변수	구분	빈도 (명)	백분율 (%)
연령	20세 미만	2	1.3
	21·22세	72	48.0
	23·24세	50	33.3
	25·26세	23	15.3
	27세 이상	3	2.1
계급	이병	20	13.3
	일병	35	23.3
	상병	44	29.3
	병장	51	34.0
학력 수준	고졸 이하	26	17.4
	전문대 재학 또는 졸업	76	50.7
	대학 재학 또는 졸업 이상	48	32.0
이성 친구	있다	22	14.7
	없다	128	85.3
부모님 결혼 상태	기혼	110	73.3
	별거	14	9.3
	이혼	9	6.0
	재혼	8	5.3
	사별	9	6.0
	양친 사망	0	0.0

## 2. 측정도구

군 병사들의 레질리언스는 Block and Kerman[6]이 개발한 Ego-Resiliency Scale(ER)을 유성경·심혜원[23]이 번안하여 수정 보완한 것을 군 병사에 맞게 일부 수정하여 사용하였다. 이 척도는 체계의 유지나 증진을 위해서 환경맥락이 요구하는 기능인 자기-통제 수준을 조정하는 역동적인 능력인 레질리언스를 측정하기 위한 도구로서, 총 14문항으로 구성되어 있으며 하위요인으로는 대인관계에 관한 3문항, 활력성에 관한 2문항, 감정 통제에 관한 2문항, 호기심에 관한 5문항, 낙관성에 관한 2문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다'에서 '매우 그렇다'까지 4점 Likert 척도로 측정되었으며, 따라서 점수가 높을수록 적응이 요구되는 스트레스 사건 경험 후 개인의 자기-통제 수준으로 다시 돌아오는 능력이 더 뛰어나다는 것을 의미한다.

다음으로 병사의 군 생활적응은 Stauffer[16]가 만든 척도를 신태수[17]가 한국군 실정에 맞게 수정 보완한 것을 사용하였다. 이 척도는 심신의 상태에 관한 3문항,

임무 수행 의지에 관한 4문항, 직책과 직무만족에 관한 8문항 및 군 조직 환경에 대한 태도에 관한 10문항 등 네 하위요소의 총 25개 문항으로 구성되었다. 측정은 '전혀 그렇지 않다'에서 '매우 그렇다'까지 5점 Likert 척도로 측정되었으며, 점수가 높을수록 군 생활 적응정도가 높음을 의미한다.

측정도구의 신뢰도 검사 결과 다음 [표 2]에서 보는 바와 같이 레질리언스는 Cronbach's  $\alpha=.96$ , 군 생활 적응은  $\alpha=.95$ 로 나타났다.

표 2. 측정도구의 요인분석 및 신뢰도 계수

변수	문항 수	Cronbach's $\alpha$
레질리언스(전체)	14	.96
① 대인관계	3	.91
② 활력성	2	.92
③ 감정 통제	2	.93
④ 호기심	5	.84
⑤ 낙관성	2	.96
군 생활 적응(전체)	25	.95
① 심신의 상태	3	.93
② 임무 수행 의지	4	.95
③ 직책과 직무만족	8	.90
④ 군 조직환경에 대한 태도	10	.83

## 3. 자료 분석방법

수집된 자료의 분석방법은 주요 변수의 수준 및 자료의 분포적 특성은 빈도, 평균, 표준편차 등의 기술통계 분석을 실시하였고, 측정도구의 신뢰도 검증은 내적일관성 분석인 Cronbach's  $\alpha$ 를 사용하였다. 인구사회학적 특성에 따른 레질리언스 및 군 생활 적응의 차이는 t-검정과 분산분석(ANOVA)를 사용하였고, 주요 변인 간의 상관분석을 실시하여 다중공선성 여부를 일차적으로 진단한 후에 레질리언스가 군 생활 적응에 미치는 영향은 위계적 다중회귀분석을 실시하였다.

## IV. 연구결과

### 1. 주요변수의 기술통계치

병사들의 레질리언스 및 군 생활 적응의 수준을 알아보고자 이들 변인의 기술통계치를 산출하였다. 그 결과 [표 3]에서 보는 바와 같이 병사들의 레질리언스는 대

표 3. 주요 변수의 기술통계치

변수	평균	표준편차	최소값	최대값	범위	왜도	첨도
레질리언스(전체)	2.85	.53	1.43	3.79	2.36	-.98	.59
① 대인 관계	2.97	.63	1.00	4.00	3.00	.02	-.14
② 활력성	2.71	.68	1.00	4.00	3.00	-1.73	2.01
③ 감정통제	3.05	.63	1.00	4.00	3.00	-.43	.61
④ 호기심	2.75	.39	1.00	4.00	3.00	-1.08	.49
⑤ 낙관성	2.85	.88	1.00	4.00	3.00	-.71	.04
군 생활 적응(전체)	3.15	.51	2.04	4.68	2.64	-.28	-.12
① 심신의 상태	3.16	.63	2.00	5.00	3.00	-.18	-.23
② 임무 수행 의지	3.20	1.08	1.00	5.00	4.00	-.03	-.18
③ 직책과 직무만족	3.19	.57	2.13	4.50	2.37	-.06	-.78
④ 군 조직환경에 대한 태도	3.10	.41	2.00	4.60		.14	1.34

체로 4점 Likert척도의 중간값보다 높은 2.85로 나타났다. 하위구성요인별로는 그 수준에 차이가 있는데 감정통제는 3.05로 가장 높고, 다음으로 대인관계 2.97, 낙관성 2.85 순으로 나타났다. 반면에 상대적으로 활력성은 2.71, 호기심은 2.75로 중간값보다는 높지만 다른 구성요소 보다는 상대적으로 낮게 나타났다.

군 생활 적응은 5점 Likert척도의 중간값 보다 높은 3.15로 나타났고, 하위구성요소별로는 임무 수행 의지가 가장 높은 3.20, 직책과 직무만족 3.19, 심신의 상태 3.16, 군 조직환경에 대한 태도 3.10 순으로 나타났다.

전체적으로 보아 군 병사들의 레질리언스와 군 생활 적응은 매우 높지는 않지만 중간값보다 높은 수준을 보여주고 있다. 이외에 측정변수의 정규분포성 여부를 살

펴보면 왜도는 -1.73~.14, 첨도는 -.78~2.01의 분포를 보이고 있어 비교적 고른 분포를 보여주고 있다고 할 수 있다.

## 2. 인구사회적 특성에 따른 레질리언스 및 군 생활 적응의 차이

인구사회학적 특성에 따른 레질리언스 및 군 생활 적응의 차이를 분석하였다. 그 결과 다음 [표 4]에서 보는 바와 같이, 연령, 계급, 학력, 이성친구 유무, 부모님의 결혼상태에서 유일하게 계급에서 레질리언스와 군 생활 적응 모두 차이가 있는 것으로 나타났다. 두 변수 모두 계급이 높을수록 레질리언스와 군 생활 적응이 높은

표 4. 인구사회적 특성에 따른 레질리언스 및 군 생활 적응의 차이

변수	범주	레질리언스		군 생활적응도	
		평균 (SD)	t/F	평균 (SD)	t/F
연령	~ 22세	2.75 (.61)	1.39	3.08 (.55)	1.48
	23·24세	2.94 (.43)		3.23 (.45)	
	25세 이상	2.94 (.38)		3.21 (.49)	
계급	이병a	2.33 (.65)	9.88*** a<b	2.75 (.57)	6.45*** a<b
	일병b	2.79 (.50)		3.09 (.49)	
	상병b	3.00 (.32)		3.23 (.38)	
	병장b	2.95 (.51)		3.28 (.52)	
학력수준	고졸 이하	2.83 (.62)	.04	3.26 (.55)	.72
	전문대 재학 또는 졸업	2.84 (.46)		3.12 (.45)	
	대학 재학 또는 졸업 이상	2.86 (.57)		3.15 (.57)	
이성친구	있다	2.75 (.57)	.89	3.10 (.55)	-.48
	없다	2.86 (.52)		3.16 (.50)	
부모님 결혼상태	기혼	2.84 (.54)	.92	3.15 (.54)	.46
	별거	2.69 (.56)		3.98 (.50)	
	이혼	3.07 (.31)		3.32 (.34)	
	재혼	3.01 (.06)		3.25 (.23)	
	사별	2.76 (.62)		3.04 (.53)	

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

것으로 나타났다.

3. 레질리언스 수준에 따른 군 생활 적응의 차이

레질리언스 수준에 따른 군 생활 적응의 차이를 살펴 보기 위해 전체 레질리언스의 평균보다 높은 집단을 레질리언스\_상 집단으로, 평균보다 낮은 집단을 레질리언스\_하 집단으로 코딩변경을 하여 군 생활 적응의 차이를 독립표본 t-검정하였다. 그 결과 다음의 [표 5]와 같이 레질리언스\_상 집단은 군 생활 적응이 3.38인 반면에 레질리언스\_하 집단은 2.72로 나타나(t=8.68, p<.001), 레질리언스가 높은 집단일수록 군 생활 적응 역시 높게 나타나 레질리언스가 높고 낮음에 따라 군 생활 적응에 차이가 난다고 할 수 있다.

표 5. 레질리언스 수준에 따른 군 생활 적응의 차이

구분	집단	사례 수	평균(SD)	t/F
군 생활적응	레질리언스_상	98	3.38 (.35)	8.68***
	레질리언스_하	52	2.72 (.49)	

\*\*\*p<.001

4. 레질리언스와 군 생활 적응의 상관관계

레질리언스와 군 생활 적응의 상관관계를 분석한 결과, 다음의 [표 6]에서 보는 바와 같이 두 변수간의 상관계수는 r=.81(p<.001)로 나타나 높은 상관관계가 있음

을 알 수 있다. 즉 레질리언스가 높을수록 군 생활 적응 역시 높다고 할 수 있다.

표 6. 레질리언스와 군 생활 적응의 상관관계

구분	레질리언스	군 생활 적응
레질리언스	1	
군 생활 적응	.81***	1

\*\*\*p<.001

5. 레질리언스가 군 생활 적응에 미치는 영향

레질리언스가 군 생활 적응에 미치는 영향을 살펴 보기 위해 인구사회적 특성변인과 레질리언스의 다섯 하위특성을 단계적으로 투입하는 위계적 다중회귀분석(hierarchical multiple-regression)을 실시하였다. 인구사회적 특성변인 중 이성친구 유무와 부모님 결혼상태는 다수자를 기준으로 가변수(dummy variable) 처리하였고, 회귀분석모형은 인구사회적 특성변인만 투입한 모델 1과 여기에 레질리언스를 추가로 투입한 모델 2로 나누어 모형설명력의 증감을 분석하였다.

레질리언스가 군 생활 적응에 미치는 영향을 분석한 결과는 [표 7]에서 보는 바와 같이, 인구사회적 특성변인에서는 계급만이 영향을 미치는 것으로 나타났으나( $\beta$ -.36\*\*\*) 모형설명력도 낮고(R<sup>2</sup>=.13) 특히 레질리언스를 투입한 모델2에서는 유의하지 않게 나타났다.

표 7. 레질리언스가 군 생활 적응에 미치는 영향

독립변수	군 생활 적응(전체)						심신의 상태		임무 수행의지		직책과 직무만족		군 조직환경에 대한 태도		
	Model 1			Model 2			$\beta$	t	$\beta$	t	$\beta$	t	$\beta$	t	
	$\beta$	t	VIF	$\beta$	t	VIF									
인구 사회적 특성	(상수)		4.57***		2.55*			2.15*	1.18		2.12**		3.73***		
	연령	.05	.61	1.17	.01	.30	1.19	.02	.31	.01	.35	.01	.21	.02	.36
	계급	.36	4.06***	1.30	.04	.81	1.49	.10	1.70	.03	.60	.02	.26	.05	.58
	학력수준	-.13	-1.60	1.09	-.05	-1.04	1.12	-.03	-.57	-.02	.49	-.05	-.97	-.06	-.94
	이성친구(있음)	-.14	-1.71	1.10	-.01	-.16	1.16	.02	.27	.02	.39	.01	-.09	-.04	-.59
부모(기혼 이외)	-.03	-.40	1.06	.00	.05	1.10	-.09	-1.77	-.06	-1.58	.00	.00	.12	1.67	
레질리언스	대인관계				.43	3.50***	5.65	.32	2.45**	.36	3.50***	.49	3.79***	.26	1.44
	활력성				.13	1.58	2.95	.08	.95	.08	1.20	.17	1.99*	.09	.77
	감정 통제				.16	1.48	5.43	.01	.07	.13	1.33	.07	.63	.54	3.33***
	호기심				.19	2.34**	3.10	.05	.59	.04	.63	.08	.95	.54	4.40***
낙관성				.27	2.40**	5.86	.35	2.85**	.37	3.81***	.20	1.66	.08	.49	
R2 (Adj. R2)	.13(.10)			.68(.65)			.63(.61)		.77(.75)		.64(.62)		.32(.28)		
$\Delta$ R2				.55			-		-		-		-		
Durbin-Watson	2.10			1.91			1.60		1.71		2.09		2.10		
F	4.38**			29.70***			24.28***		46.34***		25.74***		6.76***		

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

주: 이성친구 0=없음, 부모 0=기혼

인구사회모형에 레질리언스 변인을 추가로 투입한 모델 2에서는 인구사회적 특성변인에서는 아무 것도 유의한 수준에서 영향을 미치지 않는 것으로 나타났고, 레질리언스 변인에서는 대인관계( $\beta=.43^{***}$ ), 낙관성( $\beta=.27^{**}$ ) 및 호기심( $\beta=.19^{**}$ )이 유의한 수준에서 영향을 미치는 것으로 나타났다( $R^2=.68$ ). 즉 대인관계가 좋아 다른 사람으로부터 긍정적인 관심을 얻는 능력이 좋을수록, 낙관성을 지녀 삶의 의미에서 긍정적인 신념을 유지할수록, 그리고 호기심이 많아서 새로운 것을 알고자 할수록 군 생활에 쉽게 적응한다고 할 수 있다.

다음으로 모형간의 회귀식의 영향력을 분석해 보면, 임파워먼트 변인을 추가한 모델 2가 인구사회적 특성변인만 투입한 모델 1에 비해 설명력이 현저하게 증가하여 병사들의 군 생활 적응에는 개인적 특성보다는 레질리언스가 보다 큰 영향력을 미친다는 것을 알 수 있다.

그리고 레질리언스가 군 생활 적응의 네 하위 요인 즉 심신의 상태, 임무 수행의지, 직책과 직무만족 및 군 조직환경에 대한 태도에 어떤 영향을 미치는 지를 살펴보면, 우선 심신의 상태와 임무 수행의지에는 대인관계와 낙관성이 모두 긍정적인 영향을 미치고, 직책과 직무만족에는 대인관계와 활력성이, 군 조직환경에 대한 태도에는 감정통제와 호기심이 유의한 수준에서 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

## V. 결론 및 논의

본 연구는 병사 개인의 심리사회적 특성인 레질리언스가 군 생활 적응에 미치는 영향을 살펴봄으로써 보다 효율적인 군 생활 적응을 돕기 위한 실천적 함의를 찾고자 실시되었다. 군부대의 경우 접근성의 한계 등으로 그동안 연구가 미진한 것에 비해 본 연구가 직접 병사들을 대상으로 연구를 진행하였다는 점에서 큰 의의를 찾을 수 있다. 연구결과를 요약하고 이를 바탕으로 구체적인 실천적 함의를 도출하면 다음과 같다.

첫째, 병사들의 군 생활 적응 정도와 레질리언스 수준을 측정된 결과 대체로 중간값보다 높은 수준인 레질리언스의 경우 4점 리커트척도에서 2.85, 군 생활 적응

은 5점 리커트척도에서 3.15로 나타났다. 높은 수준으로 보기에 어렵지만 긍정적인 수준으로 보여지며, 다만 하위구성요소별로는 다소 차이가 있는 것으로 나타났다.

둘째, 인구사회학적 특성에 따른 레질리언스 및 군 생활 적응의 차이를 분석한 결과 유일하게 계급에서만 차이가 있는 것으로 나타났고, 계급이 올라갈수록 모두 높게 나타났다. 이러한 결과는 선행의 구승신[9]의 결과와 동일하다. 다만 학력과 군 생활적응에 관한 연구, 가령 미국의 사례이지만 Stauffer[16]의 연구에서는 학력이 높을수록 군 생활 적응이 떨어진다거나, 국내에서 정민화[24]의 연구에서 학력이 높을수록 군 생활적응이 높다는 결과와는 다소 상반된다. 이러한 결과는 모병제인 미국과 우리의 사정이 다르고, 국내 연구에서는 군 복무기간이 단축됨에 이전과는 다른 양상을 보여 발생한 것으로 판단된다.

셋째, 레질리언스 수준에 따른 군 생활 적응의 차이에서는 레질리언스가 높은 집단일수록 군 생활 적응 역시 높게 나타나 레질리언스가 높고 낮음에 따라 군 생활 적응에 차이가 난다고 할 수 있다. 또한 두 변수간의 상관분석에도 레질리언스가 높을수록 군 생활적응 역시 높게 나타났다.

넷째, 레질리언스가 군 생활적응에 미치는 영향에 대한 다중회귀분석에서도 레질리언스 구성요소 중 대인관계와 낙관성 및 호기심이 유의한 수준에서 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이러한 결과들은 바탕으로 실천적 함의를 살펴보면, 우선 레질리언스는 결국 위험상황이나 심한 스트레스를 겪는 상황에서도 적응을 높이는 보호요인으로 작용하므로 레질리언스에 대한 보다 깊은 탐색이 필요함을 알 수 있다. 레질리언스는 일부 타고나기도 하지만 대부분 후천적인 학습과 훈련을 통해 강화되기도 한다. 병사들의 레질리언스를 강화시켜 준다면 자신의 다양한 장애나 어려움들을 보다 쉽고 긍정적으로 극복할 수 있도록 할 수 있다. 따라서 병사들의 레질리언스를 강화시켜 줄 수 있는 다양한 프로그램을 제도화해서 상설적으로 운용할 필요가 있다. 현재의 비전캠프와 같은 프로그램들은 이른바 문제사병 또는 관심사병을 중심

으로 진행되므로 이러한 일시적이고 다소 낙인적인 프로그램이 아니라 병사들 모두가 참여해 스스로 레질리언스를 강화시켜 줄 수 있는 지속적이고 효율적인 프로그램의 개발이 필요하다.

이를 위해 개별적인 상담 및 접근이 각종 프로그램 이전이나 함께 병행한다면 효과적인 결과를 얻을 수 있을 것이다. 이를 위해 서혜석[25]의 제안과 같이 군이 좀 더 개방적인 차원에서 민간과의 공조를 통해 상담 기관과 같은 연계를 통해 레질리언스 강화프로그램을 도입하거나, 혹은 병사 개인별 상담접근을 담당할 전문적인 민간인 상담원을 도입해 프로그램을 운영할 필요가 있다. 군사회복지제도를 도입해 부적응 등의 심리사회적 문제를 해결하기 위한 다양한 방법 등을 찾아낼 뿐만 아니라 문제 예방 및 신세대 병사들의 군 생활적응을 위한 다양한 프로그램 개발·운용해야 할 것이다.

본 연구는 이러한 함의에도 불구하고 다음과 같은 한계를 갖는다. 우선 자료수집이 조사대상자의 주관적 인식에 기초한 정량적 조사이며, 자료 수집이 일부 군 부대에 한정된 횡단적 연구이므로 일반화의 한계가 있다. 또한 무기명조사라 하나 군 부대의 특성상 완벽히 자유의사에 따라 솔직한 답변을 구하였다고 보기 어려운 측면도 있고, 군 생활적응에 영향을 미치는 다양한 요인들을 살펴볼 수 못하고 레질리언스를 중심으로 살펴보았으므로 후속연구에서는 보다 다양한 변인들의 효과역시 검토되어야 할 것이다.

**참 고 문 헌**

[1] 정지희, "병영생활적응력 및 전역예정자의 사회 적응력 향상을 위한 군사회복지 「비상-飛上」, 한국군사회복지학회 창립 기념 세계학술대회 자료집, pp.59-67, 2007.

[2] 서혜석, 이대식, "신세대 병사의 진로발달이 군 생활 적응에 미치는 영향", 청소년상담연구, 제16권, 제1호, pp.33-49, 2008.

[3] 신용섭, "한국군인의 심리적 위기와 상담정책 - 부적응 실태 및 개선 노력", 미래사회연구소 학술

심포지움 자료집, pp.12-23.

[4] M. Rutter, "Psychological Resiliency and Protective Mechanism," American Journal of Orthopsychiatry, Vol.57, pp.316-331, 1987.

[5] N. Garezy, "Resiliency and Vulnerability to adverse Developmental Outcomes Associated with Poverty," American Behavioral Scientist, Vol.34, pp.416-430, 1991.

[6] J. Block and A. M. Kerman, "IQ and Ego-resiliency. Conceptual and Empirical connection and Separateness," Journal of Personality and Social Psychology, Vol.70, No.2, pp.349-361, 1996.

[7] 이종훈, 조주연, "육군병사들의 복무기간에 따른 불안, 우울 및 충동성에 대한 연구", 신경정신의학, 제38권, 제5호, pp.967-973, 1999.

[8] 오수중, 신병교육훈련생의 자아실현과 군생활적응에 관한 연구, 동국대학교 대학원 석사학위논문, 2000.

[9] 구승신, 신세대 병사의 군 생활 적응에 관한 연구, 이화여자대학교 대학원 박사학위논문, 2004.

[10] 손지원, 군 입대 후 환경과 군 생활 적응에 관한 연구, 동국대학교 대학원 석사학위논문, 2006.

[11] 권태은, 육군사고의 원인과 예방대책에 관한 연구, 동국대학교 대학원 석사학위논문, 2003.

[12] H. H. Weiner, "Group-level and Individual-level mediators of Relationship between Solider satisfaction with Social Support and Performance Motivation," Military Psychology, Vol.29, No.10, pp.21-32, 1990.

[13] V. H. Vroom, Work and Motivation, New York: Wiley.

[14] 문봉진, 신세대 병사의 군복무 부적응에 관한 연구, 한남대학교 대학원 석사학위논문, 2005.

[15] 신용섭, "군 복무 부적응자의 심리적 특성 분석", 육군사관학교 논문집, 제54권, pp.1-19, 1998.

[16] L. F. Shauffer, The Psychology of Adjustment, Boston: Houghton Mifflin, 1956.



- [17] 신태수, *군대조직 구성원의 자아정체감과 군대 생활의 적응과의 연계연구*, 연세대학교 대학원 석사학위논문, 1981.
- [18] 김윤근, *병사들의 군 적응유연성에 영향을 주는 보호요인과 위험요인의 관계*, 서울대학교 대학원 석사학위논문, 2007.
- [19] J. H. Block and J. Block, "The Role of Ego-control and Ego-resiliency in the Organization of Behavior," *Minnesota Symposium on Child Psychology*, Vol.13, pp.39-101, 1980.
- [20] E. C. Klohnen, "Conceptual analysis and Measurement of the Construct of Ego-resiliency," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.42, pp.1067-1079, 1996.
- [21] 박은희, *자아탄력성(Ego-resiliency), 지능 및 학업성취도와의 관계연구*, 충남대학교 교육대학원 석사학위논문, 1997.
- [22] O'connell-Higgins, *Minority Education and Cate*, New York: Academic Press, 1983.
- [23] 유성경, 심혜원, "적응 유연한 청소년들의 심리적 보호호소 탐색", *교육심리학회*, 제16권, 제4호, pp.189-206, 2002.
- [24] 정민화, *신세대 병사들의 군 생활 적응력 향상요인에 관한 연구*, 충남대학교 대학원 석사학위논문, 1998.
- [25] 서혜석, "군사회복지사 역할에 있어서 상담적 접근에 관한 고찰-신세대 병사들을 중심으로", *한국군사회복지학회 창립행사 및 포럼자료집*, pp.36-50, 2006.

저 자 소 개

강 종 수(Jong-Soo Kang)

정회원



- 1998년 2월 : 대구대학교 산업복지학과(문학사)
- 2007년 8월 : 부산대학교 대학원 사회복지학과(사회복지학박사)
- 2008년 2월 ~ 현재 : 강원대학교 사회복지학과 교수

<관심분야> : 사회복지정책, 사회복지행정, 사회복지법