

부적응 병사들에 대한 교류분석 집단상담 프로그램의 효과

Effect of Transactional Analysis Group Counselling Program for Maladjusted Soldiers

박신영*, 이은미**

조선간호대학교 간호학과*, 송원대학교 간호학과**

Shin-Young Park(cylove39@naver.com)*, Eun-Mi Lee(jjang9312@hanmail.net)**

요약

본 연구는 교류분석 프로그램이 육군 부적응 병사들의 개인역량과 의사소통 능력에 미치는 효과를 파악하기 위한 실험연구로 단일군 전-후 설계이다. 연구대상자는 G시에 소재한 OO부대 OO캠프에 참가하고 있는 군 복무부적응 병사 8명이었고, 자료수집기간은 2015년 10월 15일에서 10월 21일까지였다. 교류분석 프로그램은 1주일에 2회, 1회당 240분(2회기)으로 2주 동안 총 8회기로 진행하였으며, 자료 수집은 실험군에게 사전-사후 자기기입식 설문방법으로 진행하였다. 자료 분석방법은 Wilcoxon의 부호순위 검정을 이용하였고, 연구결과에서 실험군은 사전에 비해 사후에 개인역량($Z=-2.366, P=.018$), 개인역량의 하위요인 중 자기효능감($Z=-2.047, P=.041$), 긍정성($Z=-2.058, P=.040$)이 유의하게 증가하였다. 개인역량 하위요인 중 대인관계($Z=-1.179, P=.238$), 군 입대 동기의 자발성($Z=-1.518, P=.129$)과 의사소통 능력은 평균점수가 높아지긴 하였으나 통계적으로 유의한 차이는 없었다($Z=-1.524, P=.128$). 결론적으로 본 연구에서 사용된 교류분석 집단상담이 개인역량, 자기효능감, 긍정성을 향상시켜 군 적응을 돕는데 효과적임을 시사한다.

■ 중심어 : | 부적응 병사 | 교류분석 집단상담 | 개인역량 | 의사소통 능력 |

Abstract

The purpose of this study was to examine the effectiveness that group counselling by transactional analysis influence on personal competence and communication for maladaptive soldier. 8 participants were assigned to an experimental group and pre and post test was performed. Experimental group were given group counselling program by Transactional Analysis(TA) sessions during 4day, which one session offered for 240 minutes' 8 hour a day. To verify the effectiveness of the group counselling Wilcoxon Matched-Pairs Signed-Ranks Test was performed. The result revealed that group counselling by transactional analysis positively influence on personal competence(self-efficacy, positive character) for maladaptive soldier. This study has a meaning and great achievements to present the possibility of using this program in practical and clinical field, which significant improvement in personal competence, self-efficacy, positive character.

■ keyword : | Maladaptive Soldier | Transactional Analysis | Personal Competence | Communication |

* 본 연구는 2015년도 조선간호대학교 학술연구비의 지원을 받아 연구되었습니다.

접수일자 : 2016년 11월 28일

심사완료일 : 2016년 12월 26일

수정일자 : 2016년 12월 26일

교신저자 : 이은미, e-mail : jjang9312@hanmail.net

I. 서론

1. 연구의 필요성

대한민국의 군복무 제도는 헌법 제 39조 1항에 의해 모든 성인 남성들은 자신의 의지와는 상관없이 병역을 의무적으로 수행하도록 이루어져 있다. 최근 우리나라의 경우 군 입대 병사의 약 80%가 만 21세 미만으로 독립경험이 부족하고 비교적 풍요로운 생활과 표현의 자유, 관계적 평등에 익숙한 신세대 특징을 가지고 있다 [1]. 징병제도에 의해 입대하게 되는 우리나라 군대의 환경은 엄격한 규율, 강한 통제, 상명하달식의 명령체계와 획일화된 단체행동을 요구한다[2]. 하지만 과거 군율에 복종하는 세대와 다르게 자기주장이 강하고 통제를 싫어하는 신세대 특성을 가진 병사가 증가하고 있다[3]. 그에 따라 군 생활에서 많은 긴장과 스트레스에 적절히 대처하지 못하고 적응의 어려움을 겪는 부적응 병사가 많아지고 있다[4-6].

군대에서의 부적응은 군의 가치나 규범에 일치되고 수용되는 행동을 못하거나 인간관계 또는 부대환경에 대한 개인의 행동 양식이 불균형 상태에 있는 행동을 뜻한다[7][8]. 이러한 부적응은 군 생활 스트레스로 인해 악화되고 좌절감, 불안감, 열등감과 같은 심리적 문제 뿐 아니라 병사들을 자살과 같은 위험한 상황으로 몰고 갈 가능성이 높다[9]. 실제 선임병의 가혹행위로 인한 사망, 특공대병사의 자살 등 군대 내 인권과 관련된 다양한 사건들이 연속적으로 발생하고 있어 병사들의 군복무문제는 전 사회적으로 이슈화되고 있다[5].

군 생활 적응에 긍정적으로 대처하기 위한 개인 내적 자원 중 하나인 개인역량은 어려운 상황에 처하게 되더라도 효과적으로 대처해나갈 수 있는 개인에게 내재되어 있는 힘을 말한다[9]. 따라서 병사들이 군 생활환경에 잘 적응하기 위해서는 자기효능감과 대인관계능력, 긍정성, 군 입대의 자발성을 포함한 개인역량을 키워나갈 필요가 있다[9][10].

군이라는 조직에서는 다양한 계급간의 의사소통이 이루어진다[11]. 군과 생활관이라는 공간에서 집단생활을 하는 병사는 의사소통이라는 수단이 굉장히 중요한 도구이며, 이 의사소통은 대인관계, 의사결정을 내리는

데 중요한 역할을 함으로 적절하고 수준 높은 의사소통 능력이 필요하다. 의사소통능력의 향상은 인간관계와 군 생활 적응에 긍정적인 영향을 준다[12]. 하지만 상급자와 하급자 간의 상호이해와 신뢰 부족, 의사소통 기법 부족 및 시스템의 문제 등으로 여러 사고들이 발생하고 있고[13] 실제 군 복무과정에서 병사의 80% 이상이 언어폭력을 당하고 있어[11] 군 생활 적응에 부정적인 영향을 미칠 수 있다. 따라서 의사소통의 곤란, 직무수행의 어려움, 명령불복종, 우울, 자살과 같은 부적응 양상을 보이고, 극단적으로는 총기난사, 탈영 등의 군기사고로 이어질 수 있는[14] 부적응 병사의 특성을 조기에 파악하여 적절한 중재를 제공하는 것이 필요하다.

군에서는 이러한 군 부적응의 심각성을 인식하고 2003년 11월부터 육군의 인사사고를 예방하기 위해 군 부적응자의 조기적응 유도과 자살 우려자의 전문적 심리 치료를 위해 그린캠프, 동반입대, 군 상담관 제도 및 군부대 환경개선 등 다양한 노력을 기울이고 있으나 군 적응수준에는 긍정적인 영향을 미치지 못하고 있다[15] 지속적인 전문상담프로그램이 이루어지지 않아 군인들의 정신건강이나 군 생활 적응에 전문적인 도움이 되지 못하고 있는 실정이다[16][17]. 최근에는 이를 보완하기 위해 군부대 내의 인력과 노력만으로는 부족하다고 판단하여 외부 기관과 연계하여 개별 및 집단 상담 프로그램이 진행되고 있으나, 군부대의 보안문제와 접근성의 문제로 인해 양적인 확대를 이끌어 내지는 못하고 있다[10].

군 생활 적응을 높이기 위한 집단상담 프로그램은 대인관계와 의사소통 향상에 매우 긍정적인 효과를 가져온다[18]. 특히 교류분석은 개인과 개인이 교류할 때 주로 어떤 자아가 기능하며, 어떤 문제를 일으키는지를 체계적으로 분석하는 대인관계 증진[19]과 의사소통 능력 및 자아존중감 향상에 매우 효과적이다[10][20]. 개인이 가진 감정, 태도, 행동 등의 자아상태 이해와 대인간 교류방식인 스트로크 증진을 통한 대인간의 의사소통 능력 향상은 개인적 성향이 강한 부적응 병사들의 개인과 조직 적응 및 성장과 변화를 촉진하는데 필수적이다[19]. 또한 육군 병사들의 군생활 적응에 큰 영향을 줄 수 있다[10].

현재까지 군 부적응 병사에 관한 선행연구를 살펴보면 부적응 병사들의 문제점이나 관리 실태, 개선방안 등을 파악하는 조사연구[5-7][10]가 대부분이다. 또한 부적응 병사들을 위한 일반적인 집단상담[8]이나 스트레스관리 프로그램[4], 비전캠프제도[17]가 군 적응에 미치는 효과를 파악한 연구가 일부 이루어지고 있고 교류분석 프로그램을 활용한 연구는 해병대 부적응 병사를 대상으로 한 연구[10]뿐이다. 이에 본 연구에서는 군에서 사고의 위험성이 크다고 분류된 육군 부적응 병사들을 대상으로 개인역량 및 의사소통의 향상을 위한 교류분석 집단상담 프로그램을 적용함으로써 프로그램의 효과성의 정도를 알아보고자 하였다. 또한 이를 통해 육군 부적응 병사들에게 적합한 집단상담 프로그램을 개발하고 자기효능감과 대인관계능력, 긍정성, 자발적인 동기능력, 의사소통 능력의 향상을 모색할 수 있는 제도개선에 기여할 수 있다.

2. 연구목적

본 연구는 육군 부적응 병사들에게 총 8회기의 교류분석 집단상담 프로그램이 개인역량, 의사소통 능력에 미치는 효과를 파악하고자 한 것으로 구체적 목적은 다음과 같다.

- 첫째, 교류분석 집단상담 프로그램이 개인역량에 미치는 효과를 파악한다.
- 둘째, 교류분석 집단상담 프로그램이 대인관계능력에 미치는 효과를 파악한다.
- 셋째, 교류분석 집단상담 프로그램이 자기효능감에 미치는 효과를 파악한다.
- 넷째, 교류분석 집단상담 프로그램이 긍정성에 미치는 효과를 파악한다.
- 다섯째, 교류분석 집단상담 프로그램이 군 입대동기의 자발성에 미치는 효과를 파악한다.
- 여섯째, 교류분석 프로그램이 의사소통 능력에 미치는 효과를 파악한다.

II. 이론적 배경

1. 개인역량

개인역량이란 특정한 업무수행에 있어 우수한 성과를 가져올 수 있는 개인적 특성 및 능력을 의미한다[20]. 일반적 개인역량은 자아개념, 동기, 지식과 기술, 개인적 특질의 5개로 구성된다[21]. 하지만 병사들은 지식과 기술보다 군대에 대한 가치관 또는 신념, 자신의 군 생활에 대한 효능감이 군생활 적응에 큰 영향을 미친다. 이러한 병사들의 특성을 고려하여 적응적인 군생활을 위한 개인역량의 하위구성요소로 자기효능감과 대인관계능력, 긍정성, 그리고 징병제인 육군의 특성을 반영하여 군 입대 자발성을 제시하였다[9]. 즉, 개인이 가지고 있는 자아개념과 자신의 삶의 방식 등을 포함하여 조직에 만족하고 적극적인 자세로 임하며 동료와의 관계에서 자신의 긍정성을 잘 발휘할 수 있는 특질과 자신이 선택하여 군복무에 임하는 자발적인 입대동기를 포함하고 있다.

자기효능감은 특정 과제를 성공적으로 수행할 수 있다는 자신의 능력에 대한 개인적 판단[22]으로 스트레스 상황에 긍정적인 적응능력에 영향을 미친다[23]. 두 번째 구성요소인 대인관계능력은 집단 내에서 타인과 친밀한 관계를 유지하거나 발전시켜나갈 수 있는 개인의 능력[24]으로 조직 내 구성원들의 태도나 행동을 변화시키는 데 매우 중요한 요소이다. 세 번째, 긍정성은 개인의 긍정적인 심리적 측면으로 스트레스 상황에서 심리적 고통을 줄이고 적응적으로 대처해 나갈 수 있는데 중요한 요소이다[9]. 마지막으로 입대의 자발성은 군 입대를 자발적으로 준비하여 입대하는 병사들의 특성으로 군 생활의 긍정적 적응에 영향을 미칠 수 있다[25]. 즉, 군 생활 적응에 필수적인 개인역량은 개인의 자아개념 및 삶의 방식, 조직 만족도 및 참여자세, 동료와의 관계, 긍정성을 잘 표현할 수 있는 특성, 자발적인 입대 동기 등을 포함하고 있다[9].

2. 의사소통능력

의사소통이란 타인에 대하여 느끼고 이해하는 과정을 통해 상호작용하는 과정으로 사회화 과정에 기본적이고 필수적인 요소이다[26]. 즉, 타인과의 관계에서 서로의 감정과 생각 등의 메시지를 다양한 방법으로 수신

및 송신하는 과정을 통해 공통된 의미를 파악하여 서로의 행동에 영향을 주는 상호작용과정이다. 조직 활동의 대부분은 구성원들 간의 의사소통을 통해 이루어지므로 원활한 의사소통이 이루어지지 않으면 개인 뿐 아니라 조직 구성원 모두에게 바람직하지 못한 결과를 가져올 수 있다[26]. 특히 입대 전 서로 다른 생활을 해 온 병사들은 군부대와 생활관에서 집단생활을 하면서 언어와 비언어적 메시지를 통해 생각과 감정을 나누면서 관계형성을 이루므로 의사소통은 매우 중요한 도구이다[12]. 의사소통능력의 질에 따라 구성원과의 관계형성방법과 지속여부가 결정되는 등 개인이 포함된 모든 관계에 깊은 영향을 미치므로 의사소통능력을 키워나가는 것은 집단 적응과 사회화에 중요한 역할을 한다[26].

III. 연구 방법

1. 연구 설계

본 연구는 교류분석 프로그램이 일개 부대에 소속된 육군 부적용 병사들의 개인역량과 의사소통 능력에 미치는 효과를 파악하기 위한 실험연구로 단일군 전·후 설계이다. 프로그램 1회기 시작 전 개인역량과 의사소통능력을 측정하기 위한 사전설문조사를 실시하였다. 이후 본 프로그램은 2주 동안 총 8회기로 부대 내 소세미나실에서 오후시간에 진행하였다. 군부대의 특성을 고려하여 1주일에 2회를 운영하고, 1회당 240분(2회기) 동안 실험군에게 적용하였다. 프로그램 8회기를 종료 후 사전 설문조사와 동일한 내용의 자가보고식 설문지를 작성하도록 하여 사후검사를 실시하였다.

2. 연구 대상

본 연구대상은 G시에 소재한 OO부대에 OO캠프에 참가 하고 있는 군 복무부적용 병사들을 대상으로 교류분석 집단상담 프로그램에 참여의사를 밝힌 병사에 한하여 최종적으로 8명을 선정하였다. 대상자를 선정 후 본 연구자가 연구목적에 대해 설명하였고 연구 참여에 대한 동의를 얻었다.

3. 연구 도구

3.1 개인역량

개인역량은 김정은[9]이 일상생활에서 병사의 군생활 적응을 위한 개인역량을 측정하기 위해 개발한 도구를 사용하였다. 측정 도구는 총 17문항으로 자기효능감, 긍정성, 대인관계능력, 자발적인 동기능력으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘전혀 아니다’의 1점부터 ‘매우 그렇다’의 5점까지 부여하는 Likert 5점 척도로 점수가 높을수록 보다 개인역량이 좋음을 나타낸다. 김정은의 연구[9]에서 도구 신뢰도 Cronbach’s α 값은 .87이었고, 본 연구에서 Cronbach’s α 값은 .90이었다.

3.2 의사소통 능력

의사소통 능력은 Navran이 부부간 의사소통능력 측정을 위해 개발[27]한 PCI(Primary Communication Inventory)의 내용을 모의희[28]가 번안하고, 이것을 최은연[26]이 일반 성인용으로 수정한 도구를 사용하였다. 측정 도구는 총 25문항으로 언어적 의사소통 척도 20문항과 비언어적 의사소통 척도 5문항으로 구성되어 있다. 문항에는 경청의 기술, 자기노출, 자기표현의 능력, 공감의 능력, 관계형성에서의 의사소통 능력을 평가할 수 있는 내용이 포함되어 있다. 각 문항은 ‘전혀 아니다’의 1점부터 ‘매우 그렇다’의 5점까지 부여하는 5점 Likert 척도로 8번과 16번 문항은 역환산 처리하였고 점수가 높을수록 의사소통능력이 높은 것을 의미한다. 모의희의 연구[28]에서 도구 신뢰도 Cronbach’s α 값은 .89였고, 최은연의 연구[26]에서 Cronbach’s α 값은 .84, 본 연구에서 신뢰도는 Cronbach’s α 값은 .94 였다.

3.3 교류분석 집단상담 프로그램

교류분석을 집단상담으로 이루어 질 경우 개인 상담에 비해 몇 가지 이점이 있을 수 있다. 집단참가자들은 자신과 타인의 상태를 서로 비교하면서 불안을 감소시키며 정서적 충동성, 완벽성 추구, 또는 우울이나 불안 등과 같은 자신의 상태를 타인과 비교함으로써 객관적으로 이해 할 수도 있다[29]. 이는 특히 집단원들의 동질성이 크면 클수록 서로의 공통된 경험을 심리적 중재에 더 많이 활용할 수 있으므로 더 큰 효과를 기대할 수

있다[16][30][31]. 본 프로그램을 계획하고 구성함에 있어서 많은 단계의 절차를 거쳐 관련된 선행연구들과 문헌들을 고찰한 후 중요 변인들을 선별하였다. 프로그램 내용은 교류분석에 관련된 선행연구[19][32-37]를 토대로 자기이해, 자기수용, 타인이해, 타인수용, 강점 및 탄력성을 인식하는 기회를 제공, 자기인식을 긍정적으로 강화, 대화분석자각, 스트로크, 인생각본, 재결단 등 교류분석이론을 적용하여 구성하였다.

1회기에는 프로그램 진행소개, 자기소개 및 별칭 짓기, 프로그램 참여 동안 공통약속이행서 작성을 통해 친밀감을 형성하는 시간을 제공하였다. 2회기에는 자기이해 및 타인이해를 위해 이고그램과 오케이그램 검사 실시 및 자기점검의 시간을 갖도록 하였다. 3회기에는 스트로크에 대한 안내와 함께 자신의 스트로크 패턴 파악을 위한 실습 이후 긍정적 스트로크 실천계획을 직접 작성해보고 공유하도록 하였다. 4회기에는 교류분석의 기본개념을 설명하고 자신의 교류패턴 및 의사소통유형을 파악하고 분석하는 기회를 제공하였다. 5회기에는 인생각본을 이루는 기본구조에 대한 설명과 함께 자신의 각본 이해를 도울 수 있는 활동을 실시하였다. 6회기에는 5회기까지의 활동결과를 토대로 바람직한 의사소통 방법들을 훈련하고 실습하는 시간을 가졌다. 7회기에는 자신의 각본이해를 토대로 자율적인 삶을 살아갈 수 있도록 인생각본을 다시 쓰고 재결단하기 위한 성공비전 실천계약을 작성하도록 하였다. 마지막 8회기에는 프로그램에 참여 후 느낌과 소감 발표 및 피드백을 주고받는 시간을 제공하였다. 또한 매 회기가 끝날 때마다 깨달은 점과 기본, 프로그램에서 가장 인상적이었던 내용에 대한 질문을 포함한 경험보고서를 작성하도록 하였다.

교류분석 각 특성을 적용한 프로그램의 8회기 구성내용은 [표 1]과 같다.

표 1. 교류분석 집단상담 프로그램 구성

단계	주제	회기	목표
준비 단계	• 오리엔테이션 • 사전검사 • 프로그램 소개	1	• 프로그램에 대한 설명 및 친교 • 사전검사지 실시 • 친밀 신뢰감 형성
초기 단계	• 나는 누구인가?	2	• 자신에 대한 이해 변화의 동기 부여

중간 단계	• 스트로크	3	• 자신의 마음 알기 • 자신의 의사소통 알기 • 스트로크의 유형 • 스트로크의 원칙
	• 대화분석 및 의사소통	4	• 대화분석 • 의사소통
	• 생활자세	5	• 생활 자세에 대한 이해
	• 의사소통	6	• 의사소통 능력 향상
	• 내 삶이 자율적으로 되어가기	7	• 인생재결단과 실천의지 강화
종결 단계	• 재결단	8	• 성공비전 갖기
	• 마무리		• 마음전하기 • 평가 • 사후검사 실시

4. 자료수집 방법

본 연구의 자료수집기간은 2015년 10월 15일에서 10월 21일까지였으며, 본 연구에 참여한 G시의 일개 육군 부대에 본 프로그램의 목적과 취지를 설명한 후 연구의 진행을 허락 받은 후, 실험군에게 교류분석 프로그램을 1회기를 실시하기 전 대상자의 일반적 특성, 개인역량, 의사소통 능력에 관하여 사전검사를 실시하였다. 사후 검사는 실험군에게 교류분석 프로그램을 8회기를 제공한 후 자대복귀 직전 사전과 동일한 도구로 개인역량, 의사소통 능력을 측정하였다.

5. 자료분석 방법

본 연구의 자료는 IBM SPSS WIN 23.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 구체적인 분석방법은 다음과 같다.

- 1) 연구대상자의 일반적 특성은 실수와 백분율, 평균과 표준편차를 구하여 분석하였다.
- 2) 프로그램 실시 전·후 실험집단의 차이를 확인하기 위해 비모수 검정인 Wilcoxon의 부호순위 검정으로 분석하였다.

IV. 연구 결과

1. 대상자의 일반적 특성

실험군의 일반적 특성을 보면 계급은 일병이 7명(87.5%)로 가장 많았고, 이등병 1명(12.5%)이었다. 평균 연령은 21.75±0.71세 이었으며, 22세가 4명(50%)으로

가장 많았고, 21세 3명(37.5%), 23세 1명이었다. 복무기간은 평균 4.88±1.25개월이었으며, 5개월이 3명(37.5%)으로 가장 많았고, 4개월 2명(25%), 3개월, 6개월, 7개월이 각각 1명(12.5%)이었다. 교육수준은 대학 재학 중인 경우가 7명(87.5%)으로 가장 많았고, 고졸 이하가 1명(12.5%)이었다. 부모 결혼 상태는 기혼이 6명(75%)으로 가장 많았고, 별거/이혼은 2명(25%)이었으며, 가정·경제 형편은 보통이다 4명(50%), 어렵다 2명(25%), 넉넉하다, 매우 넉넉하다 각각 1명(12.5%) 순이었다. 건강 상태는 건강하지 않다 4명(50%)로 가장 많았고, 보통이다 3명(37.5%), 매우 건강하지 않다 1명(12.5%)이었다. 제대 후 진로가 얼마나 희망적이지는 보통이다 3명(37.5%)로 가장 많았고, 매우 희망적이지 않다, 매우 희망적이다 각각 2명(25%), 희망적이지 않다 1명(12.5%) 순이었다[표 2].

표 2. 대상자의 일반적 특성 (N = 8)

특성	구분	n	%	M±SD
계급	일병	7	87.5	
	이병	1	12.5	
연령	21세	3	37.5	21.75±0.71
	22세	4	50.0	
	23세	1	12.5	
복무기간	3개월	1	12.5	4.88±1.25
	4개월	2	25.0	
	5개월	3	37.5	
	6개월	1	12.5	
	7개월	1	12.5	
교육수준	고졸 이하	1	12.5	
	대학 재학	7	87.5	
부모 결혼 상태	기혼	6	75.0	
	별거/이혼	2	25.0	
가정·경제 형편	어렵다	2	25.0	
	보통이다	4	50.0	
	넉넉하다	1	12.5	
	매우 넉넉하다	1	12.5	
건강 상태	매우 건강하지 않다	1	12.5	
	건강하지 않다	4	50.0	
	보통이다	3	37.5	
진로	매우 희망적이지 않다	2	25.0	
	희망적이지 않다	1	12.5	
	보통이다	3	37.5	
	매우 희망적이다	2	25.0	

2. 교류분석 집단상담의 효과성 검증

2.1 개인역량 사전·사후 비교

교류분석 프로그램 제공 후 실험군의 개인역량 평균

점수는 사전검사 2.52±.66점에서 사후검사 2.83±.89점으로 증가하여 유의한 차이를 보였다(Z=-2.366, P=.018). 개인역량의 하위요인 중 자기효능감(Z=-2.047, P=.041), 긍정성(Z=-2.058, P=.040)은 평균점수가 증가하였으며 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 대인관계(Z=-1.179, P=.238)와 군 입대 동기의 자발성(Z=-1.518, P=.129)은 평균점수는 증가하였으나 통계적으로 유의한 차이는 나타내지 않았다[표 3].

표 3. 개인역량에 대한 교류분석 집단상담의 효과성 비교 (N = 8)

	사전	사후	Z	P
	M±SD	M±SD		
개인역량	2.52±.66	2.83±.89	-2.366	.018*
대인관계	3.25±.72	3.40±.69	-1.179	.238
자기효능감	2.05±.81	2.48±1.25	-2.047	.041*
긍정성	2.78±.99	3.22±1.21	-2.058	.040*
군 입대 동기의 자발성	2.10±1.04	2.31±1.31	-1.518	.129

* p<.05

2.2 의사소통 능력의 사전·사후 비교

교류분석 프로그램 제공 후 실험군의 의사소통 능력 평균점수는 사전검사 2.7±.69점에서 사후검사 2.84±.74점으로 다소 증가하였으나 통계적으로 유의한 차이는 나타내지 않았다(Z=-1.524, P=.128)[표 4].

표 4. 의사소통 능력에 대한 교류분석 집단상담의 효과성 비교 (N = 8)

	사전	사후	Z	P
	M±SD	M±SD		
의사소통 능력	2.7±.69	2.84±1.74	-1.524	.128

V. 논의 및 결론

본 연구에서는 군 생활에 적응상의 어려움을 겪고 있는 육군 부적응병사를 대상으로 개인역량 및 의사소통 능력 변화를 위한 교류분석 집단상담 효과를 알아보고자 하였다. 그 결과 병사들의 개인역량은 유의미하게 향상되었고 의사소통능력은 다소 향상되었지만 유의미한 차이를 보이지는 않았다.

효과측정 변인별로 구체적으로 살펴보면 본 연구의 교류분석 상담 프로그램은 실험군의 개인역량을 향상

시키는 데 효과가 있었다. 개인역량의 하위 구성요소 중 자기효능감, 긍정성 점수는 증가하였으나 대인관계와 군 입대 동기의 자발성은 유의하게 향상되지는 않았고 의사소통능력에도 큰 차이가 없는 것으로 나타났다.

이러한 결과는 서혜석과 김정은[10]이 총 12회기로 이루어진 교류분석 집단상담을 해병대 부적응 병사에게 적용한 후 전체적인 개인역량이 향상된 것과도 일치되는 결과이다. 또한 부적응 병사를 대상으로 교류분석 집단상담 프로그램에 대한 연구가 미미하여 타 연구결과와 직접적으로 논의에는 제한이 있지만, 김유리[38]가 교류분석을 중학생, 고등학생, 대학생, 부모, 재소자, 아동보호치료시설 아동에게 적용한 후 자기효능감이 향상되었다는 선행연구와 일치한다. 총 10회기의 교류분석 상담 프로그램 실시한 후 긍정적 특성이 향상되지만 대인관계에는 큰 변화가 없었다는 선행연구[39]와도 부분적으로 일치하는 결과이다.

하지만 서혜석과 김정은의 연구[10]에서 개인역량의 하위요소 중 대인관계에서만 유의한 점수상승이 있었고 의사소통능력향상에도 도움이 되었다는 결과와는 차이를 보인다. 이러한 결과는 본 연구 대상자의 경우 자살시도 경험이 있는 등 군 생활 부적응 정도가 심각한 수준이었고 선행연구보다 사전 자기효능감, 긍정성, 대인관계 점수가 선행연구보다 상대적으로 낮았기 때문인 듯 많이 향상되었을 것으로 보여진다. 병사들의 계급, 학력, 부대 내 시설과 같은 환경적 요인, 입대태도가 군 생활 적응도에 영향을 미치는 주요요인으로 작용한다[38]. 이런 점을 고려할 때, 모두 지원병으로 구성된 해병대와 그렇지 않은 육군의 특성과 부대 내 환경의 차이가 영향을 미친 것으로 보인다. 따라서 각 군의 입대형태나 부대 내 환경 등의 차이에 따른 부적응 병사들의 특성을 파악하여 이에 따른 대응방안이 마련되어야 할 것이다.

교류분석 상담 프로그램의 효과를 파악한 여러 선행연구들[38][39][41]을 살펴보면 대부분 10회기~14회기의 프로그램을 제공한 결과 대인관계와 능력의사소통 기술 및 능력이 향상되었음을 보고하고 있다. 이와 달리 본 연구에서는 군부대 접근성의 문제로 프로그램 기간을 충분히 유지하는데 제한이 있어 총 8회기로 프

그램을 구성 및 제공하여 단기간 내에 변화를 검증하는데 어려움이 있었던 것으로 생각된다. 또한 이러한 결과가 도출될 수 있는 다른 이유로 병사들의 스트레스 정도도 고려해 볼 수 있다. 병사들의 군 생활 스트레스가 높을수록 대인관계능력이 낮아지고 환경에 대한 부정적인 태도가 형성되는 등[42] 개인역량과 군 생활 적응에 직접적인 영향을 미치게 된다는 점을 비추어 볼 때[9] 부적응 병사들의 스트레스 정도에 따라 프로그램 효과에 차이가 나타날 수 있을 것으로 사료된다. 본 연구에 참여한 일부 대상자들의 경우 프로그램에 참여한 후 자대로 복귀하는 시점에 불안감과 스트레스가 상승되는 모습을 보였다. 따라서 추후 자아상태, 게임 및 각본 분석 등 교류분석 프로그램의 내용을 10회기 이상으로 더 심화 구성하여 부대 내에서 지속적으로 제공하고 그 효과를 검증해 보는 것이 바람직할 것이다. 더불어 병사들의 스트레스 정도에 따라 집단을 분류 선정하여 비교 확인해볼 필요도 있을 것으로 사료된다.

본 연구는 접근성에 제한이 따르는 육군 병사를 대상으로 외부 전문 상담원에 의한 교류분석 적용 상담프로그램을 적용하였다. 현재 군 적응을 위해 이루어지는 대부분의 상담 프로그램이 전문상담에 대한 훈련이 부족한 군중사자들에 의해 실시되고 있음[10]을 고려할 때 전문 상담원에 의해 이루어진 교류분석 프로그램이 병사들의 군 생활 적응에 긍정적 영향을 줄 수 있을 것이라 사료된다. 하지만 개인역량의 하위요인 중 대인관계와 군 입대의 자발성 및 의사소통에는 큰 영향을 미치지 못하였으므로 본 연구결과를 토대로 향후 병사들의 다양한 특성을 고려한 체계적인 프로그램이 개발되고 제공되어야 할 것이다.

본 연구에서 제공한 프로그램에 참여한 부적응 병사들은 자신을 객관적으로 들여다볼 수 있는 통찰력과 친밀감을 경험함으로써 자신의 존재가치를 알 수 있었다. 또한 스토르크의 유형과 각본매트릭스를 통해 어린 시절 각본을 자각하고 새롭게 각본을 형성하는 과정을 경험하였다. 특히 병사들이 집단 상담을 통해 집단 에너지 부여하고 다른 구성원들의 다양한 패턴을 함께 경험하는 과정을 통해 서로의 변화를 촉진한 것으로 보인다. 교류분석은 자기 자신에 대한 이해와 수용, 그리고

긍정적인 자기인식을 통해 자기효능감 향상, 의사소통 능력 증진, 인간의 긍정성에 대한 믿음을 형성하여 인간관계 개선에도 긍정적인 효과를 가져온다[43]. 따라서 추후 육군 뿐 아니라 해군, 공군의 부적응 병사를 위해 교류분석을 적용한 다양한 형태의 프로그램이 지속적으로 개발되고 적용되고 효과성에 대한 검증 역시 여러 방법으로 이루어져야 할 필요가 있다.

본 연구 결과와 제한점을 토대로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구는 일 지역의 육군 부적응 병사를 대상으로 이루어져 전국의 군이나 병사에게 연구결과를 확대하여 일반화시키는데 제한이 있다. 따라서 대상을 전국의 육군, 해군, 공군 병사로 확대하여 프로그램의 효과를 검증해볼 필요가 있다.

둘째, 본 연구는 단일군 전후 설계로 이루어져 통제군과의 차이를 확인하는 데 제한점이 따른다. 따라서 군 부적응 병사 집단을 비교대상으로 선정하여 프로그램의 효과를 비교확인 해볼 수 있는 후속연구가 이루어져야 할 것이다.

셋째, 본 연구는 총 8회기로 구성된 교류분석 프로그램을 시행하여 그 효과를 검증하는데 제한점이 따른다. 따라서 추후 개인역량과 의사소통능력을 향상시킬 수 있는 심층적인 프로그램 구성 및 적용이 이루어져야 할 것이다.

넷째, 본 연구는 전문적인 상담요원에 의해 프로그램이 제공되어 지속적인 프로그램 운영에 어려움이 따른다. 따라서 부적응 병사를 지속적으로 관리하는 군 내 간부 및 담당자들에게 프로그램운영을 위한 교육을 제공하는 것이 필요할 것이다.

참 고 문 헌

- [1] 서혜석, 김정은, “육 해군병사의 진로발달이 군생활 적응에 미치는 영향에 관한 연구,” 청소년학 연구, 제16권, 제6호, pp.25-43, 2009.
- [2] 정원철, 박영주, “관심병사의 군 생활경험과 과정에 관한 연구,” 청소년학 연구, 제19권, 제11호, pp.91-115, 2012.
- [3] 장경숙, *신세대병사의 자아존중감과 스트레스가 군생활적응에 미치는 영향*, 숭실대학교 대학원, 석사학위논문, 2007.
- [4] 최권태, 김창곤, “부적응 병사들을 위한 스트레스 관리 프로그램의 효과,” 한국군사회복지학, 제8권, 제1호, pp.69-103, 2015.
- [5] 한상황, 송미림, “군 병사 복무부적응 식별과정의 문제점 및 개선방안에 관한 연구,” 한국군사회복지학, 제4권, 제1호, pp.49-83, 2011.
- [6] 김상균, 송병호, 강성록, 김윤나, 이정원, “군복무 부적응자 인권상황 및 관리에 대한 실태조사,” 국가인권위원회, 2012.
- [7] 구승신, *신세대 병사의 군생활 적응에 관한 연구*, 이화여자대학교 대학원, 박사학위논문, 2004.
- [8] 최혜란, “집단상담 프로그램이 부적응 병사의 인간관계 증진에 미치는 영향,” 교육 종합연구, 제9권, 제1호, pp.103-12, 2011.
- [9] 김정은, *병사의 군생활 적응을 위한 개인역량과 사회적 관계망 연구-스트레스 대처모델을 중심으로-*, 대구대학교 대학원, 박사학위논문, 2012.
- [10] 서혜석, 김정은, “해병대 부적응 병사의 개인역량과 의사소통에 미치는 영향 연구 : 교류분석 집단상담 중심으로,” 제7권, 제1호, pp.5-30, 2014.
- [11] 윤민재, “군인 인권과 사고(자살)예방프로그램 연구,” 민주주의와 인권, 제8권, 제1호, pp.79-109, 2008.
- [12] 정현주, 권재철, 전은령, 차영은, 민경욱, “한국적 의사소통 집단상담 프로그램이 전입신병의 인간관계와 군 생활 적응에 미치는 효과,” 군진간호연구, 제32권, 제2호, pp.82-95, 2014.
- [13] 김천환, 전종순, “군 조직 내 의사소통의 영향요인에 관한 연구,” 한국조직학회보, 제7권, 제2호, pp.207-226, 2010.
- [14] 한인영, 이지영, 구승신, “군 병사들이 복무 중 경험한 외상적 사건과 PTSD증상, 우울 및 사회적 지지의 관계,” 한국군사회복지학, 제2권, 제2호, pp.25-51, 2009.
- [15] 정원철, 지향숙, “군 생활스트레스가 병사의 군

- 적응에 미치는 영향: 자아탄력성의 조절효과를 중심으로,” 한국콘텐츠학회논문지, 제14권, 제9호, pp.311-350, 2014.
- [16] 서혜석, 이대식, *해병대 집단상담 프로그램 개발*, 해병대 사령부, 2013.
- [17] 유종훈, 김완일, “상시 비전캠프 제도가 복부 부적응 병사의 군 생활 적응 및 자아존중감에 미치는 효과,” 대한군상담학회, 제4권, 제1호, pp.15-30, 2015.
- [18] G. M. Gazda, E. J. Ginter, and A. M. Horne, *Group counseling and group psychotherapy : Theory and application*, Allyn and Bacon, 2001.
- [19] 우재현, *임상교류분석(TA)프로그램*, 정암서원, 2007.
- [20] 이영호, 박성애, “TA집단프로그램이 알코올 의존자의 변화 동기와 변화전략, 금주 자기효능감에 미치는 효과,” 상담학연구, 제9권, 제4호, pp.1585-1600, 2008.
- [21] 전정연, *외식기업의 핵심역량 개인역량이 직무 만족과 조직몰입에 미치는 영향:패밀리레스토랑 중심으로*, 세종대학교 대학원, 박사학위 논문, 2011.
- [22] A. Bandura, “Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change,” *Psychological Review*, Vol.84, pp.191-215, 1977.
- [23] 홍성례, “청년기 남녀 대학생의 자기효능감과 주관적 삶의 질에 관한 연구,” 한국가정관리학회지, 제29권, 제6호, pp.71-87, 2011.
- [24] M. J. Steven and M. A. Champion, “The knowledge, skilling ability requirements for teamwork : Implications for human resource management,” *Journal of Management*, Vol.20, pp.503-530, 1994.
- [25] 송경재, 한민, 배준성, 한성열, “군대 “꼭 가고 싶습니다”, “끌려갑니다”의 차이,” 한국심리학회지, 연차학술발표대회 논문집, 2008.
- [26] 최은연, *의사소통 기술 집단상담이 고등학생의 자아개념 및 의사소통 능력에 미치는 효과*, 고신대학교 대학원, 석사학위논문, 2004.
- [27] L. Navran, “Communication and adjustment in marriage,” *The Family process*, Vol.6, pp.173-184, 1967.
- [28] 모의회, *자기존중감과 의사소통 훈련을 통한 부적응 집단상담 프로그램의 개발*, 한양대학교 대학원, 박사학위논문, 2001.
- [29] 박수희, *자살예방교육이 노인의 우울, 자아 존중감 및 삶의 질에 미치는 영향*, 한양대학교 임상간호정보대학원, 석사학위논문, 2011.
- [30] 서혜석, “신세대 병사의 대인관계향상을 위한 집단프로그램의 효과성 연구,” *교정복지연구*, 제11권, pp.97-116, 2008.
- [31] 최응용, 홍종관, 김준경, 이수연, “대구지하철참사 유가족의 심리사회적 적응을 위한 인지행동적 위기상담의 효과,” *상담학연구*, 제5권, 제3호, pp.505-518, 2004.
- [32] E. Berne, *Games people play - The psychology of Human Relationship*, NY: Grove press, 1964.
- [33] 이성태, *이해중심 TA와 재경험중심 TA프로그램이 자율성과 생활 자세에 미치는 효과*, 계명대학교 대학원, 박사학위논문, 1991.
- [34] 임원선, “교류분석의 스트로크기법으로 집단암력을 극복한 청소년 상담사례연구,” *예술심리치료연구*, 제7권, 제4호, pp.1-26, 2011.
- [35] 김미현, 김민호, 이영호, “교류분석프로그램이 알코올중독자의 자아상태와 생활자세 변화에 미치는 효과,” *교류분석과 심리사회치료 연구*, 제6권, 제1호, pp.25-47, 2009.
- [36] 서혜석, *교류분석 집단상담 프로그램*, 예수대학교 정신건강상담소, 2011.
- [37] 서혜석, “도구를 활용한 교류분석 집단상담 프로그램이 대학생의 자율성, 생활자세, 가족 간의 의사소통에 미치는 효과,” *인간이해*, 제34권, 제2호, pp.43-59, 2013.
- [38] 김유리, *교류분석이론을 기반으로 한 또래상담 프로그램이 중학생 또래상담자의 자기효능감, 의사소통기술 및 인간관계에 미치는 영향*, 경성대학교 대학원, 석사학위논문, 2014.

- [39] 방소희, 이동훈, “교류분석 집단상담 프로그램이 대학생의 자아상태, 자아존중감 및 대인관계 증진에 미치는 효과,” 상담학 연구, 제14권, 제4호, pp.2641-2660, 2013.
- [40] 박영주, 정원철, “병사의 군 부적응요인에 관한 연구,” 사회과학연구, 제22호, 제2호, pp.73-93, 2006.
- [41] 차명진, 김소은, “교류분석이론을 활용한 부모교육 프로그램 개발 및 효과성 연구,” 한국가족관계학회지, 제18권, 제2호, pp.73-98, 2013.
- [42] 김세원, 신창식, “군 병사의 군생활스트레스와 군 생활적응과의 관계에서 대인관계능력의 조절 효과,” 한국콘텐츠학회논문지, 제15권, 제7호, pp.216-227, 2015.
- [43] 조병급, 박민수, “고등학생의 자기 존중감 및 대, 관계 향상을 위한 TA 집단상담 프로그램 개발 및 효과,” 교류분석과 심리사회치료 연구, 제5권, 제1호, pp.27-53, 2008.

저 자 소 개

박 신 영(Shin-Young Park)

정회원

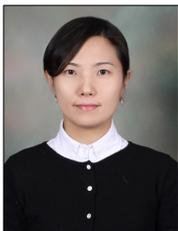


- 2012년 2월 : 조선대학교 간호학과(간호학석사)
- 2017년 2월 : 단국대학교 간호대학(간호학박사)
- 2014년 9월 ~ 현재 : 조선간호대학교 간호학과 조교수

<관심분야> : 간호교육, 보건교사, 도구개발, 적응

이 은 미(Eun-Mi Lee)

정회원



- 2013년 2월 : 조선대학교 간호학과(간호학석사)
- 2016년 2월 : 조선대학교 간호학과(간호학박사)
- 2015년 4월 ~ 현재 : 송원대학교 간호학과 조교수

<관심분야> : 성교육, 정신건강간호, 간호교육