

육군 병사들의 커플관계에 관한 연구 : 군 생활 스트레스, 커플관계 탄력성, 그리고 군 생활 적응의 관계

전지경
한남대학교 상담심리학과

Study on the Couple Relationships in Military : Relationship among Military life Stress, Couple Relationship Resilience and Military Adjustment

Ji-Kyung Jeon
Dept. of Counseling Psychology, Hannam University

요 약 본 연구의 목적은 커플관계에 어려움을 경험하는 군 내 병사들의 커플관계 탄력성, 군 생활 스트레스, 군 생활 적응의 관계를 알아보는 것이다. 이를 위하여 전방 1개 사단, 후방 1개 사단에서 병사들을 대상으로 총 239부의 자료를 분석하였다. 자료 분석은 SPSS 18.0 프로그램을 이용하여, 상관분석, *t*-test, 회귀분석을 실시하였고, 매개효과의 유의성을 검증하기 위하여 Sobel test를 실시하였다. 본 연구의 주요결과는 첫째, 커플관계탄력성은 군 생활 스트레스와는 부적 상관관계를 군 생활 적응과는 정적상관관계를 나타내었다. 둘째, 커플관계 탄력성은 군 생활 적응에 유의미한 영향력을 나타내었다. 셋째, 군 생활 스트레스와 군 생활 적응의 관계에서 커플관계 탄력성은 부분 매개효과를 지니는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 커플관계에 어려움을 호소하는 병사들의 군 생활 적응력을 높이기 위한 기초 자료로 사용될 수 있으며, 본 연구 결과를 활용하여 병사들의 군 생활 부적응 현상의 하나인 커플관계에 대한 이해를 높이고, 커플관계의 역경과 스트레스를 부정적으로 이해하는 것이 아니라 긍정적인 측면에서 성장 가능성을 찾도록 도와줄 수 있을 것으로 기대한다.

주제어 : 병사, 커플관계, 커플관계 탄력성, 군 생활 스트레스, 군 생활 적응

Abstract The purpose of this study was to identify the relation among the CRR, MA, and MS of military soldier's who have experienced couple relationship troubles. Data collected from 239 soldiers in front-line division and post line division was analyzed by correlation analysis, *t*-test and hierarchical analysis using SPSS 18.0. As the results, 1. CRR and MA showed a positive correlation and CRR and MS showed a negative correlation. 2. CRR showed a significant influence on the MA. 3. CRR had a mediating effects on the process where MS influenced MA. The results of this study are expected to be used as the primary data for raising the adaptability to the military especially on the subject of couple relationship, and as an educational guidance for helping soldiers to see the positive aspect of the adversity and stress of military life.

Key Words : Soldiers, Couple Relationship, Couple Relationship Resilience(CRR), Military life Stress(MS), Military Adjustment(MA)

1. 서론

일생을 살아가면서 스트레스나 역경에 노출되는 것은 인간 생애 전반에 걸쳐 불가피한 것이다. 특히 군내 병사

*Corresponding Author : Ji-Kyung Jeon(jeonjikyung@gmail.com)

Received December 16, 2017
Accepted February 20, 2018

Revised January 30, 2018
Published February 28, 2018

들은 국방의 의무를 위해 그동안 경험하지 못한 새로운 환경에 적응하면서 다양한 위기에 직면하게 된다. 윤민재[1]는 한국의 군대문화가 서열주의, 집단주의, 남성중심주의, 권위주의, 형식주의 등을 특징으로 하고 있다고 주장하였고, 이러한 군대 문화는 병사들이 군 입대 전에 경험하지 못한 복종, 집단성, 동질성 등을 강요당하는 새로운 문화충격을 경험하게 한다고 설명하였다. 병사들에게는 군 복무 그 자체가 위기일 수 있으며, 전역할 때까지 크고 작은 다양한 스트레스 상황에 직면하게 된다는 것이다. 국방부 보고서에 따르면, 2013년부터 2017년 최근 5년간 군내 사망자 수는 444명으로 이 중 자살이 289명(65%)을 차지하였다[2]. 자살의 주요 원인으로 가정 환경에 따른 문제가 가장 큰 비중을 차지하였고, 다음으로 염세비관, 근무부적응, 업무미숙, 여자관계 등이 있었다[3]. 또한 군무이탈자는 4,874명으로 그 원인을 살펴보면, 복무염증(3,692명)이 가장 많았고, 커플관계 문제(200명), 가정문제(199명), 신병비관(102명) 등이 그 뒤를 이었다[4]. 또한, 공군 헌병단의 2008년에서 2012년까지 5년간 통계분석 자료에 의하면 공군 내 자살사고는 43건으로 주요 자살원인으로 부적응 12건(27.9%), 다음으로 커플관계 문제 8건(18.6%)과 가정문제 8건(18.6%)을 꼽았다[5]. 여기서 주목할 사항은 커플관계 문제가 군내 자살사고 및 군무이탈 등을 유발하는 주요원인으로 손꼽히고 있다는 것이다. 구승신[6]은 군 생활 적응연구에서 군 생활의 주요 스트레스 원인 중 하나로 파트너의 변심을 주장하였는데, 이는 군이라는 특수상황에서 심리적 위안의 대상이 되는 파트너의 변심이 심각한 충격 원인이 될 수 있기 때문이다. 또한, 유형식[7]은 군 내에서 커플관계의 단절과 갈등은 매우 우발적인 행동까지 유발할 수 있어 중요한 스트레스 원이라고 주장하였다. 청년기의 커플관계는 발달심리학적 관점에서 많은 학자들에 의해 [8-10] 중요한 발달과업으로 강조되어 왔다. 이 시기의 커플관계는 개인의 발달뿐 만 아니라 배우자 선택과 결혼에 이르기까지 성인기 이후 전 기간에 지속적인 영향을 줄 수 있기 때문이다[11]. 대부분의 병사들은 청년 초기의 발달과정을 경험하고 있으며, 중요한 발달과업으로서 커플관계를 경험하고 있다. 하지만, 군 내 병사들 중 파트너가 있는 사람의 비율은 21.8%로[12], 일반인 미혼남자들[13]의 48.5%에 비하여 그 비율이 현저히 낮다. 이는 병사들의 경우 입대를 중심으로 파트너와 헤어지는 역경을 경험하기 쉽다는 것을 알 수 있다. Miles[14]도 미

군 내 파트너와의 이별 및 이혼율이 높아지는 현상은 과병과 같이 파트너와 오래 동안 떨어져 생활하는 것과 관련이 있다고 주장하며, 파트너와의 원치 않는 이별은 개인 및 군에 부정적인 결과를 가져온다고 주장하였고, 군내 커플관계 연구에 대한 필요성을 제안하였다. Stanley 등[15]도 군에서 파트너와의 이별은 중요한 스트레스 요인이라 주장하였고, 이를 줄이는 것은 중요한 과제라고 하였다. 또한, 미군에서는 군 생활에서의 커플관계는 극도의 역경을 포함하고 있어서 미 의회는 병사들에게 유례가 없는 지원을 시작하기로 하였다[16]고 제시하며 군내 커플관계 연구의 필요성을 제안하였다. 미군의 다양한 연구결과[17-19]에서 병사들의 커플관계가 개인에게는 삶의 질과 만족감, 군에서는 군 기장 및 군 적응과 관련된다고 제시하고 있다. 하지만 이러한 커플관계 연구의 요구와 필요성에도 불구하고 국내에서는 군 내 병사들의 커플관계에 관한 연구는 미비한 수준이다.

반면 이러한 커플관계 역경과 스트레스가 모두 부정적인 적응을 가져오는 것은 아니다[20]. 이러한 스트레스 경험을 통해 더 적응적으로 성장하기도 하는데[21-23], 이는 스트레스를 오히려 성장의 기회로 활용하기 때문이다. 이와 관련된 대표적인 개념으로 커플관계 탄력성을 볼 수 있다. 전지경과 양명숙[24]은 커플관계탄력성을 기존의 커플관계와 탄력성의 개념이 합쳐진 용어로서 커플관계 주제에 대한 개인의 탄력성을 의미한다고 하였고, 커플관계 탄력성이 높은 사람들은 커플관계의 스트레스 경험을 통해서 오히려 긍정적으로 성장한다고 하였다[20]. Badenoch[25]는 커플관계에서의 탄력성은 자신의 개인적인 측면을 얼마나 커플관계의 측면으로 전환시킬 수 있는가에 대한 능력이라고 하였고, Skerrett[26]는 커플관계 탄력성은 역경과 스트레스에 대하여 새로운 측면의 의미를 발견하고 전환할 수 있는 것이라고 설명하였다. 또한 Skerrett[27]는 커플관계 탄력성은 ‘나’보다는 ‘우리’에 초점을 두어 조망능력을 확장할 수 있는 것이라고 주장하면서 삶의 질적 적응에 영향을 준다고 하였다.

한편, 군 내 커플관계 탄력성과 군 생활 적응의 관계에 대한 직접적인 연구를 찾아보기는 힘들지만, 전지경[28]이 제시한 커플관계 탄력성의 5가지 하위요인인 커플관계 긍정성, 커플관계 유연성, 커플관계 탈중심성, 사회적 지지, 의사소통과 관련된 요인들과 군 생활 적응과의 관계에 대한 연구들은 찾아볼 수 있다. 최은진과 박희현[29]은 병사들의 낙관성과 희망이라는 긍정심리가 군 생

활 적응에 긍정적인 영향을 미친다고 주장하였고, 언덕희[30]는 군 생활 적응의 위험요인과 보호요인 연구에서 긍정적 정서적 환경지각이 높을수록, 군 관련 지지가 높을수록 군 생활 적응도가 높아진다고 하였다. Matthews[31]도 개인의 강점과 덕성을 강조하는 긍정심리학적 접근이 군 생활의 적응을 높일 수 있다고 하였다. 오명자 등[32]의 연구에서도 군 생활 스트레스가 낮은 경우가 높은 경우보다 낙관성이 높게 지각할수록 군 생활 적응을 잘하는 것으로 나타났다. 또한, 사회적 지지가 군 생활 적응과 정적인 영향을 미친다는 다양한 연구결과[30,33]가 있으며, 의사소통이 원활할수록 군 생활 적응에 긍정적인 영향을 미친다는 연구결과[34]와 군 생활에서 마음을 털어놓을 있는 사람이 있는 경우 군 생활 적응에 긍정적인 영향을 미친다는 연구결과[35]가 제시되고 있다. Simmons와 Yoder[36]의 연구에서도 적응능력, 통제력, 인내심, 그리고 사회적 지지가 군 내 주요 탄력성 요인으로 제시하였다. 또한, 역경의 상황에서도 긍정적인 의미를 찾아내는 것은 군 내 탄력성의 중요 요인이 된다는 다양한 연구결과[37,38]가 제시되어 있다. 이처럼 탄력성의 하위요인들과 군 생활 스트레스, 군 생활 적응에 대한 관련성을 확인할 수 있으나, 커플관계 탄력성과 군 생활 적응의 관계에 대한 직접적인 연구는 찾아보기 힘들다. 이에, 대부분 병사들이 지내고 있는 청년기의 중요한 발달과업인 커플관계에 대한 연구, 나아가 병사들의 스트레스와 군 생활 적응에 대한 연구의 필요성이 요구되고 있다. 이에 본 연구에서는 커플관계에서 어려움을 경험하고 있는 병사들의 커플관계 탄력성과 군 생활 스트레스 그리고 군 생활 적응이 어떻게 관련되는지 연구하고자 하였다.

1.2 연구목적

본 연구의 목적은 커플관계에 어려움을 경험하는 군 내 병사들의 커플관계 탄력성, 군 생활 스트레스, 군 생활 적응의 관계를 살펴보는 데 있으며, 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 병사들의 커플관계 탄력성, 군 생활 스트레스, 군 생활 적응의 각 변인들 간 상관관계는 어떠한가?

둘째, 군 생활 스트레스가 커플관계 탄력성에 미치는 영향력은 어떠한가?

셋째, 커플관계 탄력성이 군 생활 스트레스에 미치는 영향력은 어떠한가?

넷째, 군 생활 스트레스와 군 생활 적응 간의 관계에서 커플관계탄력성의 매개효과가 나타나는가?

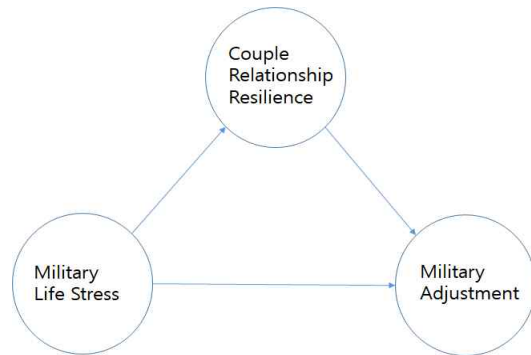


Fig. 1. research model

2. 연구방법

2.1 연구대상 및 절차

본 연구는 강원도 소재 전방 1개 사단과 경북지역 후방 1개 사단에서 육군 병사 750명에게 설문을 조사하여, 군 생활 과정에서 현재 여자 친구가 있으며, 군 생활로 인해 커플관계에서 어려움을 느끼고 있다고 체크한 병사들과 현재 여자 친구가 없더라도 군 생활 과정에서 파트너와 헤어진 경험이 있고, 이로 인해 현재 커플관계의 어려움을 경험하고 있다고 응답한 병사들을 중심으로 실시하였다. 설문방식은 연구자가 군 부대에 요청하여 각 부대의 중대장이 병사들을 통제하여 설문을 실시하였다. 설문 시간은 약 10-15분 정도 소요되었으며 연구 윤리와 관련하여 병사들에게 연구 목적과 연구 과정을 설명하고, 설문을 실시할 수 있도록 하였다. 또한 서면 동의에 의해 연구 참여를 확인하였고, 동의되지 않은 설문은 연구에서 제외하였다. 이에 총 750부 중에서 연구대상이 되지 않거나 동의되지 않았던 465부와 불성실하게 체크된 46부를 제외하고 총 239부의 자료를 분석에 사용하였다.

2.2 연구도구 및 분석방법

2.2.1 커플관계 탄력성 척도

커플관계 탄력성 척도는 전지경과 양명숙[39]이 개발한 척도를 사용하였고, 이 척도는 5개의 하위요인(커플관계 긍정성, 커플관계 유연성, 커플관계 탈중심성, 사회적 지지, 의사소통)을 포함하고 있으며 각 하위요인 당 4개 문항씩 총 20개 문항으로 구성되어있다. 5점 리커트 유형

척도를 사용하여 측정하였으며, 점수가 높아질수록 커플 관계 탄력성이 높은 것으로 해석된다. 전지경과 양명숙[39]의 개발당시 Cronbach's α 계수는 .81이었고, 본 연구에서의 척도 전체의 Cronbach's α 계수는 .95이었고, 하위변인의 Cronbach's α 계수는 .82~.91로 나타났다.

2.2.2 군 생활 스트레스 척도

군 생활 스트레스 척도는 한국생산성본부[40]에서 '산업인력의 정신건강과 스트레스의 측정 변수에 대한 타당성 평가' 연구를 통하여 개발한 스트레스 요인 척도를 박현철[41]이 우리나라 군 부대의 실정에 맞게 개발한 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 20개 문항으로 이루어졌으며 총 4개 하위요인인 역할 스트레스, 외부스트레스, 직무스트레스, 관계스트레스로 분류되었다. 5점 리커트 척도를 사용하였으며, 점수가 높을수록 스트레스가 높은 것으로 해석된다. 박현철[41]의 개발 당시 하위요인 별 Cronbach's α 계수는 .61~.72로 나타났고, 본 연구에서의 척도 전체의 Cronbach's α 계수는 .93이었다.

2.2.3 군 생활 적응 척도

군 생활 적응을 측정하기 위해 Stauffer 등[42]이 제작한 군 생활 적응 검사를 이윤희[43]가 번안하여 사용하고 이를 신태수[44]가 한국군 실정에 맞게 추가 및 수정한 도구를 사용하였다. 4개 하위요인(심신의 상태, 임무수행 의지, 직책 및 직무만족, 조직 환경에 대한 태도), 총 26문항으로 구성되어 있고, Likert 척도로 구성되어 있으며 점수가 높을수록 군 생활 적응력이 높은 것으로 해석된

다. 신태수[44]의 논문에서 전체 Cronbach's α 계수는 .88이었고, 본 연구에서의 척도 전체의 Cronbach's α 계수는 .93이었다.

2.2.4 분석방법

본 연구를 위한 분석프로그램은 SPSS 18.0을 활용하였다. 첫째, 병사들의 커플관계 탄력성과 군 생활 스트레스 그리고 군 생활 적응의 관계를 알아보기 위하여 상관분석을 실시하였다. 둘째, 군 생활 스트레스가 커플관계 탄력성에 미치는 영향력을 알아보기 위하여 단순회귀분석과 다중회귀분석을 실시하였다. 셋째, 커플관계탄력성이 군 생활 적응에 미치는 영향력을 알아보기 위하여 단순회귀분석과 다중회귀분석을 실시하였다. 넷째, 커플관계탄력성의 점수에 따른 상위그룹과 하위그룹이 군 생활 적응간의 차이를 알아보기 위하여 독립표본 t 검증을 실시하였다. 다섯째, 군 생활 스트레스와 군 생활 적응의 관계에서 커플관계 탄력성 척도의 매개효과를 검증하기 위하여 Baron과 Kenny[45]가 제시한 3단계 매개 회귀분석 기법에 따라 매개효과 검증 절차를 따랐다. 또한 매개모형의 유의성을 검증하기 위하여 Sobel test를 실시하였다.

3. 결과

3.1 군 생활 스트레스, 커플관계 탄력성 그리고 군 생활 적응의 관계

커플관계 탄력성과 군 생활 스트레스 그리고 군 생활

Table 1. Basic Statistics of data

(N=239)

	Variable	M	SD
Couple Relationship Resilience	Couple Relationship - Positivity	3.634	.876
	Couple Relationship - Flexibility	3.893	.818
	Couple Relationship -Decentration	3.704	.849
	Social Support	3.917	.909
	Communication	3.725	.934
	Total	3.779	.741
Military life Stress	Role Stress	2.276	.86
	Outside Stress	2.054	.94
	Job Stress	2.415	1.00
	Relationship Stress	1.957	.90
	Total	2.176	.81
Military Adjustment:	Psychosomatic Health State	3.422	.813
	Will of Mission	3.097	1.00
	Position and Job Satisfaction	3.339	.871
	Attitude toward Military System Environment.	3.179	.780
	Total	3.256	.719

적응의 평균과 표준편차를 Table 1과 같이 확인하고 이들의 상관관계를 살펴본 결과는 Table 2와 같다. 커플관계탄력성 전체와 군 생활 스트레스 전체는 유의미한 부적 상관관계를 지니는 것으로 나타났으며($r=-.335, p<.01$), 하위변인의 상관계수는 $r=-.106 \sim r=-.318$ 로 분포하며 부적상관이 있는 것으로 나타났다. 또한, 커플관계 탄력성 전체와 군 생활 적응 전체는 유의미한 정적 상관관계를 지니는 것으로 나타났으며($r=.474, p<.01$), 하위변인의 상관계수는 $r=.241 \sim r=.426$ 로 분포하며 유의미한 정적 상관이 있는 것으로 나타났다.

3.2 군 생활 스트레스가 커플관계 탄력성에 미치는 영향

군 생활 스트레스가 커플관계 탄력성에 미치는 영향을 분석한 결과는 Table 3과 같다. 군 생활 스트레스 전체는 커플관계 탄력성에 7%의 설명력을 지니고 있었으며, 하위 변인에서는 관계스트레스($\beta=-.306, p<.01$)와 역할스트레스($\beta=-.276, p<.05$)가 커플관계 탄력성에 유의미한 영향력을 미치는 것으로 나타났다.

3.3 커플관계 탄력성이 군 생활 적응에 미치는 영향

커플관계 탄력성이 군 생활 적응에 미치는 영향을 분석한 결과는 Table 4와 같다. 커플관계 탄력성 전체는 군 생활 적응 전체에 22.1%의 설명력을 지니고 있었으며, 유의미한 영향력을 지니는 것으로 나타났다($\beta=.473, p<.001$). 커플관계 탄력성의 하위요인에서는 커플관계 긍정성($\beta=.271, p<.01$)과 커플관계 유연성($\beta=.271, p<.01$)이 군 생활 적응에 유의미한 영향력을 미치는 것으로 나타났다.

또한, 커플관계 탄력성 수준에 따른 군 생활 적응의 차이를 알아보기 위하여 전체 커플관계 탄력성 점수의 상, 하위 20%를 기준으로 집단을 구분하였다. 그리고 커플관계 탄력성 상, 하위 집단 간 군 생활 적응의 차이를 Table 5와 같이 제시하였다. 커플관계 탄력성이 높은 집단은 낮은 집단보다 군 생활 적응의 하위요인 및 군 생활 적응에서 높은 점수를 나타내었으며($t=5.40, p<.001$), 군 생활 적응 모든 하위변인들에서도 유의미한 차이를 나타내었다.

Table 2. The correlation between the measured variables (N=239)

		Couple Relationship Resilience (X)					Total
		x1	x2	x3	x4	x5	
Military Life Stress (Y)	y1	-.276**	-.290**	-.204**	-.234**	-.234**	-.295**
	y2	-.138*	-.210**	-.150*	-.162*	-.127	-.186**
	y3	-.140*	-.139*	-.121	-.111	-.106	-.156*
	y4	-.284**	-.315**	-.256**	-.267**	-.318**	-.335**
Total		-.244**	-.275**	-.208**	-.226**	-.221**	-.277**
Military Adjustment (Z)	z1	.352**	.369**	.334**	.342**	.304**	.398**
	z2	.324**	.288**	.266**	.241**	.263**	.329**
	z3	.426**	.379**	.330**	.311**	.294**	.415**
	z4	.382**	.416**	.371**	.334**	.337**	.438**
Total		.442**	.441**	.393**	.366**	.358**	.474**

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

X=Couple Relationship Resilience, x1=Couple Relationship-Positivity, x2=Couple Relationship - Flexibility, x3=Couple Relationship-Decentration, x4=Social Support, x5=Communication.

Y=Military life Stress: y1=Role stress, y2=Outside stress, y3=Job Stress, y4=Relationship Stress.

Z=Military Adjustment: z1=Psychosomatic Health State, z2=Will of Mission; z3=Position and Job Satisfaction; z4=Attitude toward Military System Environment.

Table 3. The effects on Couple Relationship Resilience of Military life Stress (N=239)

Dependent Variable	B	SE	β	t	VIF	R ²	F
Role Stress	-.943	.432	-.276	-2.184*	1.824		
Military life Stress	Outside Stress	.386	.382	.099	1.01	1.458	.121
	Job Stress	.882	.512	.179	1.72	2.117	
	Relationship Stress	-1.671	.547	-.306	-3.052**	1.792	
Total	-.334	.078	-.277	-4.262***	1.00	.072	18.165***

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

3.4 군 생활 스트레스와 군 생활 적응의 차이에서
커플관계 탄력성의 매개효과

군 생활 스트레스와 군 생활 적응 관계에서 커플관계 탄력성의 매개효과를 검증하기 위하여 Baron과 Kenny가 제시한 3단계 매개검증 절차를 따랐다. 이에 Table 6과 같이, 1단계에서 군 생활 스트레스가 커플관계 탄력성에 유의미한 영향을 미쳤다($\beta=-.277, p<.001$). 2단계에서는 군 생활 스트레스가 군 생활 적응에 유의미한 영향을 미쳤다($\beta=-.446, p<.001$). 3단계에서는 군 생활 스트레스($\beta=.331, p<.001$)와 커플관계 탄력성($\beta=.371, p<.001$)

이 군 생활 적응에 유의미한 영향력을 미쳤다. 커플관계 탄력성이 매개효과가 있기 위해서는 2단계보다 3단계에서 독립변인인 군 생활 스트레스가 종속변인인 군 생활 적응에 미치는 효과가 적어져야 하는데, 3단계에서 유의하게 감소하여 커플관계 탄력성은 군 생활 스트레스와 군 생활 적응의 관계를 부분적으로 매개하고 있음을 알 수 있다. 또한 매개효과의 유의성을 검증하기 위하여 Sobel test를 실시하였다. Sobel test Z값을 산출하는 공식은 $Z_{ab} = a \times b / \sqrt{(a^2 \times SE_b^2) + (b^2 \times SE_a^2)}$ 이며, 이때 본 논문에서의 a값은 -.334, SEa값은 .078, b값은 .599, SEb값

Table 4. The effects on the Military Adjustment of Couple Relationship Resilience (N=239)

Dependent Variable	B	SE	β	t	VIF	R ²	F
Couple Relationship - Positivity	1.459	.470	.271	3.106**	2.095		
Couple Relationship - Flexibility	1.542	.578	.271	2.669**	2.299		
Couple Relationship Resilience						.231	14.218***
Couple Relationship -Decentration	.028	.537	.005	.052	1.760		
Social Support	.036	.467	.007	.939	1.729		
Communication	.044	.450	.009	.098	1.980		
Total	.599	.075	.474	7.974***	1.00	.221	63.581***

p<.01, *p<.001

Table 5. Military Adjustment of Test Group with High and Low Couple Relationship Resilience (N=239)

Military Adjustment	Couple Relationship Resilience Group	M	SD	t
Psychosomatic Health state	Low rank Group	2.82	.82	4.68***
	High rank Group	3.86	1.05	
Will of Mission	Low rank Group	2.58	1.05	4.18***
	High rank Group	3.62	1.10	
Position & Job Satisfaction	Low rank Group	2.73	.89	4.71***
	High rank Group	3.75	.96	
Attitude toward Military System Environment	Low rank Group	2.74	.94	4.89***
	High rank Group	3.69	.74	
Total	Low rank Group	2.72	.78	5.41***
	High rank Group	3.72	.80	

***p<.001

Table 6. Mediating verification of Couple Relationship Resilience (N=239)

Step	Independent variable	Dependent variable	B	SE	β	t	R ²	F
1	Military life Stress	Couple Relationship Resilience	-.334	.078	-.277	-4.262***	.072	18.165***
2	Military life Stress	Military Adjustment	-.687	.093	-.446	-7.418***	.196	55.020***
3	Military life Stress	Military Adjustment	-.510	.091	-.331	-5.624***	.317	51.464***
	Couple Relationship Resilience	Military Adjustment	.471	.074	.371	6.331***		

***p<.001

은 .079이다. 따라서 본 연구에서 나타난 $Z = -3.72$ 로 매개효과는 유의미한 것으로 나타났다.

4. 논의

본 연구는 커플관계에서 어려움을 경험하고 있는 육군 병사들의 커플관계 연구를 위하여, 커플관계 탄력성과 군 생활 스트레스 및 군 생활 적응의 관계를 규명하고 군 생활 스트레스와 군 생활 적응의 관계에서 커플관계 탄력성이 매개효과를 지니는지 살펴보고자 하였다. 이에 본 연구에서 도출된 결과를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 병사들의 커플관계 탄력성은 군 생활 스트레스와는 부적인 상관관계를 나타내었으며, 군 생활 적응과는 정적인 상관관계를 나타내었다. 이는 병사들의 자아탄력성과 군 생활 스트레스간의 관계 연구에서 부적 상관관계를 보여준 연구결과들[46-48]과 군 생활 적응과 자아탄력성의 관계에서 정적인 상관관계를 나타낸 연구결과[36]와도 일치하여 유사한 측면을 설명하는 것으로 볼 수 있다. Singer와 Skerrett는[49] 커플관계 탄력성은 관계에 대한 지혜를 설명해 주는 변인이라고 주장하였는데, 병사들의 군 생활은 단체생활을 바탕으로 이루어지고 있으며, 일과의 삶 자체가 다양한 관계로 이루어지기 때문에 커플관계 탄력성에서 관계에 대한 지혜는 군 내의 다양한 관계에서도 설명될 수 있다는 것을 시사한다.

둘째, 군 생활 스트레스는 커플관계 탄력성에 유의미한 영향력을 미치는 것으로 나타났다. 이는 스트레스가 탄력성의 위험요인이라고 연구된 바와 유사하며[46], 군 생활 스트레스 하위 요인 중 관계 스트레스와 역할 스트레스가 커플관계 탄력성에 유의미한 영향력을 지니는 것으로 나타났다. Fergus[50]는 생활스트레스는 커플관계 탄력성에 부분적으로 영향을 미친다고 주장하였는데, 이는 한쪽 파트너의 스트레스는 관계의 질에 부정적인 영향을 미쳐 커플관계에서의 긍정적인 적응과 기능을 떨어뜨리기 때문이라고 주장하였다. Yorgason 등[51]은 커플관계에서 자신이 느끼는 스트레스를 파트너와 이야기하는 과정에서 각자가 가지고 있는 힘이나 능력 등 커플관계에서의 탄력적 측면을 더 명료하게 이해할 수 있다고 주장하였다. 이는 개인의 스트레스나 약점이 커플관계 탄력성을 설명해 내는 중요한 변인이라고 설명할 수 있다.

셋째, 커플관계 탄력성은 군 생활 적응에 유의미한 영향력을 지니는 것으로 나타났으며, 22%의 설명력을 지니는 것으로 나타났다. Skerrett[27]은 커플관계 탄력성은 '나' 보다는 '우리'에 더 초점을 두기 때문에 타인과 다른 관점들을 이해하는 폭이 넓어 질 수 있어서 삶의 질적 적응이 높아질 수 있다고 주장한 바와 일치하는 결과라고 할 수 있다. 또한, 군 내에서 커플관계의 증진이 군 생활 만족도와 적응도를 높일 수 있다고 주장한 미군의 다양한 연구결과[17,18]와도 비슷한 맥락이라고 할 수 있다. 또한, 커플관계 탄력성 하위요인 중 커플관계 긍정성과 사회적 지지가 유의미한 영향력을 지니는 것으로 나타났는데, 이는 병사들의 군 생활 적응의 주요 내적 보호요인으로 주장한 긍정심리[29], 긍정적 정서지각[30], 그리고 사회적지지[30,33] 등을 설명한 연구결과들과도 유사하다.

넷째, 커플관계에서 어려움을 경험하는 병사들의 군 생활 스트레스와 군 생활 적응의 관계에서 커플관계 탄력성의 매개효과를 살펴본 결과, 부분매개효과를 지니는 것으로 나타났다. 이는 군 생활스트레스가 군 생활 적응에 직접적인 영향을 미치기도 하지만, 이들 관계에서 커플관계 탄력성의 매개 효과를 통해 더 큰 설명력을 지니는 것으로 볼 수 있다. 전지경과 양명숙[20]은 커플관계 탄력성 증진을 위한 프로그램 개발 연구에서 스트레스 자체보다는 스트레스나 역경에 대한 알아차림의 능력인 커플관계 탄력성 증진이 적응적 측면에서 중요하다고 주장하였고, 이러한 알아차림을 통해 커플관계에 대한 경계가 확장된다고 하였다. 이에 군 내 병사들에게도 자신이 경험하는 커플관계의 스트레스의 의미를 알아차림으로써 군 생활 적응에 긍정적인 도움이 될 수 있음을 시사한다. Badenoch[25]는 커플관계에서의 탄력성은 자신의 개인적인 측면을 얼마나 커플관계의 측면으로 전환시킬 수 있는가에 대한 능력이라고 설명하였고, Skerrett[52]는 이러한 과정에서 커플관계 탄력성이 파트너 뿐 만 아니라 타인에 대한 알아차림이 높아지기 때문에 삶의 기능상의 문제나 스트레스를 받아들이고 적응하는 능력과도 관련된다고 주장하였다. Walsh[53]는 탄력성은 역경과 스트레스에서 새로운 의미를 찾아내는 것이라고 주장하였는데, Skerrett[26]는 이를 확장하여 커플관계에서 역경과 스트레스에 대하여 새로운 측면의 의미를 발견하고 전환하는 것은 커플관계의 탄력성을 설명하는 것이며 이를 통해 적응적 측면을 설명할 수 있다고 주장하였다. 이는 커플관계에서의 스트레스는 스트레스에 대한 새로

운 의미를 발견함으로써 군 생활 적응을 줄일 수 있다는 것을 시사한다.

이와 같은 논의를 바탕으로 본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 군 생활 적응과 관련된 기존의 연구들에서는 군 생활 부적응 현상의 주요 원인인 커플관계에 대한 연구를 찾아보기 힘들었다. 이에 본 연구에서 커플관계의 어려움을 호소하는 병사들을 중심으로 커플관계를 연구하였다는데 그 의의가 있으며, 이를 통해 본 연구결과가 군 내 커플관계 주제에 대한 기초 자료를 제공한다는 데 의의를 찾을 수 있다. 둘째, 커플관계에서 병사들이 경험하는 스트레스를 부정적으로 이해하는 것이 아니라 긍정적인 측면에서의 성장 가능성을 확인하고 찾을 수 있도록 도와준다는 데 의의가 있다. 병사들은 입대와 함께 파트너와의 이별, 혹은 파트너의 변심, 파트너에 대한 그리움 등 커플관계에서 발생하는 다양한 현상들을 직면하게 되는데, 이러한 경험을 부정적이고 힘든 역경으로 받아들이기 보다는 탄력적으로 이해할 수 있도록 도와주는 데 활용될 수 있다.

본 연구의 제한점과 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 2개 사단의 병사들 일부를 대상으로 한 연구로서 연구결과의 일반화에 한계를 지니고 있다. 향후 다양한 부대로 연구대상을 확장하여 수행할 필요가 있다. 또한, 병사들의 다양한 일반적 특성을 토대로 커플관계 탄력성 연구를 확장할 필요가 있다. 둘째, 커플관계에서 어려움을 호소하는 병사들에게 적절한 정책적 지원과 상담 등의 개입이 요구되며 본 연구결과에서 제시된 커플관계 탄력성의 하위요인들을 증진시킬 수 있는 집단상담 프로그램 개발 및 교육 등의 개발이 요구된다. 셋째, 병사들에게 파트너는 심리적 위안이 될 수 있는 지지자원이 될 수 있기 때문에 병사들에 대한 연구뿐만 아니라 파트너들에 대한 연구를 통하여 이들이 건강한 커플관계를 형성할 수 있도록 도와주는 프로그램이나 교육이 요구된다.

끝으로 대부분 청년초기를 지내고 있는 병사들에게 커플관계는 발달심리학적 관점에서 중요한 발달과업이다. 파트너와의 관계에서 경험하는 역경이 심리적인 나약함으로 받아들여지는 것이 아니라 역경을 통하여 건강한 성장을 도모할 수 있도록 병사들의 커플관계에 대한 지속적인 관심과 다각도적인 연구가 필요할 것이다. 이러한 과정을 통해 병사들의 군 생활 적응력을 높이고 전투력 향상에도 도움이 될 수 있을 것이다.

REFERENCES

- [1] M. J. Yoon. (2008). The study of soldier's human right and the program for preventing suicide incident in Korean Military. *Democracy & Human Rights*, 8(1), 79-109.
- [2] K. U. Ku. (2017.10.30). Military suicides have reached 351 in recent five years... 65.2% of total suicides. *Korea news1. form* <http://news1.kr/articles/?3137917>
- [3] S. Lee. (2016). *An intergrate plan to prevent soldiers form committing suicide*. Ph.D. dissertation, Sungkyul University.
- [4] Seeye News. (2009.10.8.). 4,874 have deserted from their military services in 5 years... Ministry of national defence reported the Legislation and judiciary committee for the parliamentary inspection. *Seeye News*. from <http://www.segye.com/Articles/News/Politics/Article.asp?aid=20091008001209&subctg1=&subctg2>
- [5] J. H. Koo. (2013). *Research on republic of Korea Army suicidal actions and its preventive measures*. Ma. dissertation, Kyungpook National University.
- [6] S. S. Koo. (2004). *A Study on adjustment in military life of the new generation soldier*. Ph.D. dissertation, Ewha Woman's University. Korea.
- [7] H. S. Yu. (2013). A study of soldiers recognized by the typology of stress on military life research: Q methodology focused. *Korea Municipal Police Studies Review*, 6(2), 83-108.
- [8] Erickson, E. H. (1968). *Identity Youth and Crisis*. W. W. Norton & co. Inc ; New York.
- [9] Levinson, M. (1978). *Seasons of a Man's Life*. New York: Random House.
- [10] Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: Norton.
- [11] M. J. Lee. (2001). *Love styles in early adulthood and self-esteem, trust, and relationship satisfaction*. Ma. dissertation, Ewha Womans University.
- [12] Y. J. Park. (2006). *A study on the military adjustment and social welfare practice for enlisted man*. Ma. dissertation, Silla University.
- [13] J. Y. Choi & Y. S. Choi. (2010). The impact of the self-differentiation and self-disclosure of unmarried persons in early adulthood on their intimacy with the opposite sex. *Korean Association of Human Ecology*, 19(2), 227-244.
- [14] Miles, D. (2005). Programs aim to reduce military divorce rates. *American Forces Press*. from <http://www.af.mil/News/Article-Display/Article/121680/>

- programs-aim-to-strengthen-military-marriages-curb-divorce/.
- [15] Stanley, S. M., Allen, E. S., Markman, H. J., Rhoades, G. K., & Prentice, D. (2010). Decreasing divorce in Army couples: Results from a randomized clinical trial of PREP for Strong Bonds. *Journal of Couple and Relationship Therapy, 9*, 149-160.
- [16] U. S. Army. (2006). *Stronger relationships mean a stronger army*. Strong Bonds: Building Ready Families. Retrieved October 28, 2006, from <http://strongbonds.org/skins/strongbonds/display.aspx>
- [17] Niederhauser, V., & Hollandsworth, J. (2002). BSRF: community-based health promotion. *Army Medical Department Journal, PB 8-02-4/5/6*, 38-45.
- [18] Niederhauser, V., Maddock, J., Ledoux, F., & Arnold, M. (2005). Building strong and ready army families: a multirisk reduction health promotion pilot study. *Military Medicine, 170*, 227-233.
- [19] Scott, M. S., Elizabeth, S. A., Howard, J. M., Galena, K. R., & Donnella, L. P. (2010). Decreasing divorce in U. S. Army couples: results from a randomized controlled trial using PREP for strong bonds. *Journal of Couple & Relationship Therapy, 9(2)*, 149-160.
- [20] J. K. Jeon & M. S. Yang. (2014). The development of process oriented psychology group counseling program to improve pre-marital couple relationship resilience. *Korean Journal of Counseling, 15(2)*, 637-654.
- [21] M. S. Yang & J. K. Jeon. (2016). The development and effect verification of big-bang group counseling program : focusing on the process oriented psychology. *Journal of Digital Convergence, 14(12)*, 43-54.
- [22] H. C. Choi. (2017). Moderating Effect of the Resilience in the Relationship between Job Stress and Quality of Life of Employees with Mentally Disabled. *Journal of Digital Convergence, 15(2)*, 431-439.
- [23] S. S. Seo & J. A. Park. (2017). The Effects of Acculturative Stress, Ego-Resilience, and Gender Role Attitudes on Marital Satisfaction of Married Migrant Women. *Journal of Digital Convergence, 18(8)*, 301-310.
- [24] J. K. Jeon & M. S. Yang. (2013). The study on the components of pre-marital couple relationship resilience. *Korean Journal of Counseling, 14(1)*, 163-190.
- [25] Badenoah, B. (2008). *Being a brain-wise therapist*. New York: Norton.
- [26] Skerrett, K. (1998). The couple experience of breast of breast cancer. *Family, Systems & Health, 16*, 281-298.
- [27] Skerrett, K. (2004). Moving toward "we": promise and peril. In W. Rosen & M. Walker(Eds.), *How connections heal*(pp128-149). New York: Guilford Press.
- [28] J. K. Jeon. (2011). *Development and validation of the resilience scale for pre-marital couple relationship*. Ph.D. dissertation, Hannam University.
- [29] E. J. Choi & H. H. Park. (2012). The moderating effects of hope on the relationship between military life stress and adjustment of soldiers. *The Korean Journal of Human Development, 19(3)*, 129-146.
- [30] D. H. Um. (2012). A study on the factors affecting adjustment of soldiers in the military service. *Journal of Social Work Practice, 11*, 31-61.
- [31] Matthews, M. D. (2008). Toward a positive military psychology. *Military Psychology, 20*, 289-298.
- [32] M. J. Oh, H. H. Park, J. H. Lee & J. H. Kwon. (2013). The moderating effect of optimism on the relationship between military life stress and adjustment of soldiers. *Korea Journal of Counseling, 14(2)*, 1051-1065.
- [33] E. J. Ko. (2009). Fatigue, sleep patterns, social support and adaptation to military life among soldiers. *Journal of military nursing research, 27(2)*, 68-88.
- [34] S. B. Ku. (2010). *A study on the effects of soldier's adaptation on family environment*. Ma. dissertation, Wonkwang University.
- [35] H. S. Soe & J. E. Kim. (2010). The effect of self-growth group counseling on adjustment in military of army soldiers. *Journal of Social Science, 36(3)*, 23-42.
- [36] Simmons, A., & Yoder, L. (2013). Military resilience: a concept analysis. *Nursing Forum, 48(1)*, 17-25.
- [37] Green, K. T., Calhoun, P. S., Dennis, M. F., & Beckham, J. C. (2010). Exploration of the resilience construct in posttraumatic stress disorder severity and functional correlates in military combat veterans who have served since September 11, 2001. *Journal of Clinical Psychiatry, 71(7)*, 823 - 830.
- [38] Pickering, M., Hammermeister, J., Ohlson, C., Holliday, B., & Ulmer, G. (2010). An exploratory investigation of relationships among mental skills and resilience in Warrior Transition Unit cadre members. *Military Medicine, 175*, 213-219.
- [39] J. K. Jeon & M. S. Yang. (2011). Development of the Resilience Scale for Pre-Marital Couple Relationship. *Korea Journal of Counseling, 12(5)*, 1509-1525.
- [40] H. C. Park. (2001). *A study on the quality of life improvement of soldier : focusing on the stressor, social support*. Ma. dissertation, Yonsei University.
- [41] Korea Productivity Center. (1993). *How to deal with your subordinated*. Korea Productivity Center.

- [42] Stouffer, S. A., Suchman, E. A., Devinney, L. C., Star, S. A., & Williams, R. M. (1949). *The American soldier: Adjustment during army life (Studies in Social Psychology in World War II, Vol. I)*. Princeton, New Jersey: Princeton University Press.
- [43] Y. H. Lee. (1963). *Adjustment in Military*. Ma. dissertation, Seoul University.
- [44] T. S. Shin. (1981). *A study of relationship between identity of military personnel and adjustment in military life*. Ma. dissertation, Yonsei University.
- [45] Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The Moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research : Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- [46] Y. G. Kim. (2007). *A study of the relation between risk factors and protective factors that affect military resilience*. Ma. dissertation, Seoul National University.
- [47] H. R. Choi & S. H. Park. (2009). Research of risk and protective factor influencing the military adjustment of Korean Soldiers. *Korea Journal of Counseling*, 10(3), 1743-1756.
- [48] Y. J. Jung & Y. S. Yong. (2013). A structural analysis of irrational belief, interpersonal competence, and ego-resilience influencing Soldiers' Military adjustment with/without victims experience of family or school violence. *Korea Journal of Counseling*, 14(2), 1487-1501.
- [49] Singer, J. A., & Skerrett, K. (2014). *Positive couples therapy : using 'we-stories to enhance resilience*. New York: Routledge Press.
- [50] Fergus, K. (2015). Theoretical and methodological underpinnings of resilience in couples: locating the 'we'. In Skerrett, S., & Fergus, K.(Eds.), *Couple Resilience*(pp23-42). Springer.
- [51] Yorgason, J., Piercy, F., & Piercy, S. (2007). Acquired hearing impairment in order couple relationships: an exploration of couple resilience processes. *Journal of Aging Studies*, 21, 215-228.
- [52] Skerrett, K. (2015). Resilience in couples: a view of the landscape. In Skerrett, S., & Fergus, K.(Eds.), *Couple Resilience*(pp3-22). Springer.
- [53] Walsh, F. (2011). *Strengthening family resilience* (4th ed.). New York: Guilford Press.

전 지 경(Jeon, Ji Kyung)

[정회원]



박사

- 2004년 2월 : 한남대학교 아동복지학 석사
- 2016년 7월 : Process Work institute Process Oriented Facilitation and Conflict Studies 석사
- 2011년 8월 : 한남대학교 상담학 박사
- 2015년 3월 ~ 현재 : 한남대학교 사회문화행정복지대학원 상담심리학과 겸임교수
- 관심분야 : 가족상담, 정신건강
- E-Mail : jeonjikyung@gmail.com