

# 자기이해와 타인수용에 기반한 대인관계능력과 셀프리더십, 스트레스대처수준이 군생활적응에 미치는 영향

이정원

서울사이버대학교 군경상담학과 교수

## The Effect of interpersonal competency based self-understanding and acceptance of others, self-leadership and stress-coping on military adjustment

Jung-Won Lee

Prof. Dept. of Military and Police Counseling, Seoul Cyber University

요 약 본 연구는 입대 병사들을 대상으로 자기이해와 타인수용에 초점을 둔 대인관계능력, 셀프리더십, 스트레스대처 수준, 군생활적응과의 관계를 알아보고자 하였다. 이를 위해 육군훈련소에 입소한 1289명의 훈련병들을 대상으로 설문검사를 실시하였다. 연구 결과, 첫째, 타인수용은 군생활적응의 하위척도인 수행의지에는 유의한 영향을 미치지 못하였지만, 직무만족, 셀프리더십에는 유의한 영향을 미쳤다. 자기이해는 수행의지와 직무만족, 셀프리더십 모두에 유의한 영향을 미쳤다. 둘째, 대인관계능력과 군생활적응 간의 셀프리더십의 매개효과가 나타났다. 셋째, 셀프리더십과 군생활적응 간의 관계에서 스트레스대처 수준의 조절효과를 분석한 결과, 수행의지는 스트레스대처 수준이 높은 집단에서만 셀프리더십에 조절효과를 보였으며, 직무만족에서는 스트레스대처 수준이 높은 집단과 낮은 집단 모두에서 조절효과가 있는 것으로 나타났다. 본 연구 결과는 병사들의 군생활적응에 자기이해와 타인수용능력, 셀프리더십, 스트레스대처 수준이 개인의 긍정적 잠재변인임을 지지한다.

주제어 : 군생활적응, 자기이해, 타인수용, 대인관계능력, 셀프리더십, 스트레스대처 수준

**Abstract** This study would like to know the relationship among interpersonal competency based self-understanding and acceptance of others, self leadership, stress-coping and military adjustment. For this, 1289 military trainee in the army training station were surveyed. In results, The first, the acceptance of others did not have a significant effect on the perform-will, but had a significant effect on the job satisfaction and self leadership. The self-understanding had a significant effect on perform-will, job satisfaction and self leadership. The second, self leadership mediated between interpersonal competency and military adjustment. The third, in case of the perform-will, the moderating effect was showed in self leadership when the stress coping level was high. But in case of the job satisfaction, it was showed in both high group and low. Implications of this study is that the interpersonal competency based self-understanding and acceptance of others, self leadership and stress coping can be the positive potential variables on the military adjustment.

**Key Words** : Military adjustment, Self-understanding, Acceptance of others, Interpersonal competency, Self-leadership, Stress coping level

\*Corresponding Author : Jung-Won Lee(leejw@iscu.ac.kr)

Received October 12, 2018

Accepted December 20, 2018

Revised November 19, 2018

Published December 28, 2018

## 1. 서론

### 1.1 연구의 필요성

병사들은 입대와 함께 군 복무 동안 엄격한 규율 속에서 집단생활을 하게 되며, 급격한 환경의 변화로 라이프 스타일이 바뀌고 개인의 욕구가 강제적으로 통제됨으로서 심한 스트레스 상황에 놓이게 된다. 개인에 따라 스트레스가 극심할 경우 환경에 적응하는 능력이 저하되며 군 부적응이 야기될 수 있다. 국가인권위원회의 2017년도 조사에 따르면 입대병사의 22.7%가 군부적응을 경험한 적이 있다고 보고하였다[1]. 부적응을 방치했을 때 개인적으로는 우울증 및 자살시도와 같은 위기와 군 사고로 이어질 수 있으며, 이로 인해 사회문제 및 국방력 약화에 영향을 미칠 수 있다. 이러한 문제에 대처하기 위해 현재 군에서는 동기생 생활관 편성, 병영생활전문상담관 제도, 자살예방교육, 그린캠프와 비전캠프 등을 운영함으로써 군 적응 및 개선을 위한 교육 및 프로그램을 진행하고 있다.

국가인권위원회에 의하면 군 부적응자란 “군 입대자 개인의 심리적 요인과 군대조직의 환경적 요인 간의 부조화로 인하여 개인의 안녕과 군대 및 일반사회의 안녕에 심각한 문제를 일으킬 수 있는 행동을 나타내거나 잠재적으로 지니는 자”이다[2]. 환경과의 부조화는 환경적 요구에 개인이 부응하지 못할 때 발생하며, 이로 인해 개인은 스트레스와 함께 부적응이 초래될 수 있다.

현재 부적응 환경요인에 대한 조사들은 선임병 및 병사 상호간 갈등, 비합리적인 군대문화, 고된 훈련, 부당명령, 구타 및 가혹행위, 가정 및 이성문제 등이 보고되고 있으며, 관련 연구로 상급자 및 동료들과의 관계가 부적응에 미치는 영향[3], 가족환경 및 부모양육 태도와 부적응[4], 병영생활관 및 편의시설이 군 적응에 미치는 영향[5] 등의 연구들이 이루어져 왔다.

그러나 군의 조직생활은 모든 조직원들에게 유사한 환경을 제공하지만, 동일한 조건에서도 적응인원과 부적응인원이 존재한다는 점은, 스트레스환경 또는 방법론의 강구 외에 부적응 유발에 기여하는 병사들의 개인적 잠재변인 탐색이 필요할 수 있음을 시사한다. 즉 적응을 하는 개인과 적응을 못하는 개인들은 어떠한 잠재 특성들을 가지고 있는지에 대한 탐색은 향후 부적응 병사들의 예방 및 개선방안을 위해 기초연구로 필요할 수 있다.

## 2. 이론적 배경

### 2.1 개인특성과 부적응

Gregorc은 개인의 독특성과 반응방식은 적응에 관여할 수 있다고 하였고 Reinert는 부적응을 환경이나 대인 관계가 부적절함으로 인하여 일어나는 현상으로 정의하였다[6]. 동일한 근무 환경이라도 개인에 따라 극단적인 스트레스 스펙트럼 내에 있게 되기도 하고 그 고통과 증상이 다소 낮은 수준으로 나타나기도 한다. 이는 성격과 같은 개인요인들이 부적응에 기여할 수 있음을 시사한다. 새로운 상황들은 모든 개인에게 스트레스원이 될 수 있지만, Orlando & Marshall의 연구에 의하면 개인의 성격 특성이 동일한 외상을 경험하더라도 그 외상에 반응하고 회복되는 수준을 다르게 만드는 요인일 수 있음을 보여준다[7]. 국내 선행 연구들도 병사의 자아존중감, 대인관계능력, 스트레스대처 능력, 의사소통 능력 등의 개인적 자원이 군 적응에 기여한다는 연구들이 있다[8-10].

최근 다양한 환경 변화에 효율적으로 대처하기 위해 구성원 개개인의 영향력을 강조하는 셀프리더십이 부각되고 있다. 셀프리더십은 개인이 스스로 자기통제, 자기관리 및 내적동기부여를 통해 수동적 방식이 아닌 능동적으로 주어진 상황을 대처하는 방식에 기초한다. 셀프리더십연구들에 의하면 스트레스대처 능력을 증가시켜 부적응을 감소시키는데 기여할 수 있음을 보고하고 있다[11,12]. 이는 군 입대라는 큰 환경 변화 속에서 적응적인 군생활을 영위하는데, 개인의 잠재자원으로서 셀프리더십, 스트레스대처 수준의 관계를 탐색할 필요가 있음을 시사한다.

### 2.2 대인관계능력과 부적응

인간은 타인과의 관계 속에서 살아가는 존재로서 대인관계는 적응에 매우 큰 비중을 차지한다. Haring과 Phillips는 지적 발달과 신체적 발달은 정상이지만 사회적으로 대인관계를 원만히 지속할 수 있는 능력이 부족하거나 지나치게 공격적인 행동을 하거나 퇴행적인 행동을 하는 개인을 부적응적인 개인이라고 정의하고 있다[13].

대인관계란 사회 조직 내에서 두 사람 이상이 상호 접촉하는 관계이다. 이형득은 대인관계를 두 사람 또는 그 이상의 사람들 간의 역동적이고 지속적인 상호작용의 복합적인 패턴으로 보았으며 상호지배 또는 상호의존적인

요소를 내포하고 있다고 말한다[14]. 그러기에 사람의 행동은 소속된 집단에서 타인이 자기에게 어떻게 대하느냐에 따라 달라질 수 있다. 이러한 대인관계는 한 개인의 삶의 질을 결정하는 중요한 요소가 된다. 대인관계 욕구가 충족되지 않으면 불안, 우울, 욕구 좌절, 소외 등의 정서적인 어려움을 겪게 되고 심리적 병리도 이어질 수 있다.

심리학자들은 적응을 각각의 사람마다 개인차가 존재하며, 각 개인의 특성을 고려한 대인관계전략은 상대와 더 효과적인 관계를 맺을 수 있다고 하였다[6]. 즉, 개인은 다른 사람과 구분되는 고유한 특성이 존재하며 이러한 개인차는 적응과 대인관계 방식의 적응과 부적응에 영향을 미친다. 따라서 더 효과적인 대인관계 적응을 위해서는 자기와 타인에 대한 이해가 기초되어야 함을 시사한다. 자기이해와 타인수용에 기반한 대인관계능력이란 자신의 특성과 타인의 특성을 동시에 이해하고 관계에 접근하는 능력을 포함한다. Yeakley는 사람들마다 의사소통 방식이 다르며, 의사소통방식은 대인관계 적응과 부적응에 깊은 관련이 있음을 보고하였다[15]. 만족스러운 의사소통과 적응적 대인관계를 위한 접근으로서, 자기이해 및 타인이해에 초점을 둔 대인관계능력에 관심을 가질 필요가 있을 것이다.

자기이해는 자신을 객관화 할 수 있거나 효율적으로 현실을 자각할 수 있는 능력으로 자신과 타인, 주변세계를 객관적으로 자각하고, 자신의 긍정적, 부정적 측면 모두를 이해하고 있는 그대로의 자신을 이해하는 것을 말한다. 자기외의 타인과 사회현상도 있는 그대로 수용할 수 있는 능력으로 상대방을 부정하거나 피하거나 하는 행동을 줄일 수 있어, 궁극적으로 대인관계능력 향상 및 대인관계 적응을 증가시킬 수 있다[6]. 대인관계는 타인과의 상호작용이다. 대인관계에서 상대의 욕구, 생각, 반응방식에 대한 이해가 뒷받침 되지 않을 때, 타인이 보이는 언어 및 비언어적 행동을 과장 또는 왜곡되게 받아들이거나 자신이 갖는 기대와 욕구에 맞추어 바라봄으로써 관계 단절이 발생할 수 있다[16]. 그러나 타인수용은 타인의 사고, 감정, 행동을 있는 그대로 받아들이는 것으로, 대인관계 향상과 유지의 핵심변인 중 하나이다[17]. 타인의 행동을 자신의 시각으로 해석할 때 경직된 관계패턴을 형성하게 되어 부적응 원인이 될 수 있다[18].

현재 부적응 병사들이 참여하는 교육과 프로그램에는 대인소통기술들이 대부분 포함되어 있다. 그러나 자신과 타인에 대한 개인차 고려 없는 일률적인 대인관계 소통

기술에 머물고 있다. 향후 더욱 대인관계 적응력 증진을 위해서는 자신과 타인에 대한 이해와 수용을 기반으로 유연한 관계기술이 요구될 수 있으며, 그 이유를 뒷받침할 관련 변인들에 대한 연구들이 필요하다. 이를 위해 선행연구를 통해 자기이해와 타인수용이 대인관계능력 증진과 적응에 긍정적이라는 이론을 경험적 자료들을 통해 확인해 볼 필요가 있다.

### 2.3 스트레스대처 능력과 셀프리더십

스트레스대처란 개인이 처한 환경과 적응능력과 상호작용 하면서 생기는 긴장, 갈등, 부담을 극복하거나 감소시키려는 과정으로, 스트레스 대처 능력은 스트레스 환경으로부터 개인을 보호하고 해로운 영향을 완화시켜 개인이 문제행동을 일으킬 가능성을 줄인다[19].

지속적이고 강도 높은 스트레스는 개인 및 조직에게 위기를 초래할 수 있지만, 동일한 스트레스 상황을 경험하더라도 스트레스대처 능력에 따라 서로 다른 반응 결과가 나타날 수 있다. 특히 군 입대라는 비자발적 참여 상황은 병사들로 하여금 본인이 처한 스트레스 환경에서 수동적인 태도를 취하도록 만들 수 있다. 모든 병사들은 동일한 환경에서 공동교육을 받게 되지만 공동교육만으로는 새로운 환경, 예상치 못한 상황, 낯선 대인관계, 각각의 다양한 요구상황마다 적절하게 적용하는데 한계가 있다.

Manz는 자기관리가 참여 동기와 자기 효능감 및 자존감을 증진하고 개인의 자발적인 행동 통제의 기초가 될 수 있다고 하였다[20]. 자기관리란 개인 자신이 변화를 주도하는 주체가 되어, 변화하는 환경에 부합되도록 자신을 조정하며 관리하는 것이다. 자기관리는 자기통제나 자기조절과 같은 용어들이 함께 사용되어 왔으며, 셀프리더십의 기초가 된다. 셀프리더십은 자기 동기부여를 위해 스스로 영향력을 행사하는 과정으로 정의된다. 최근 변화하는 환경과 상황에 맞게 효율적으로 대처하기 위한 변인으로서 구성원 개개인의 영향력에 관심이 모아지고 있다. 스스로 자신에게 영향력을 부여하면서 스스로 성취목표설정, 자기통제, 자기관리와 내적동기부여에 초점을 맞춘 셀프 리더십의 중요성이 조명되고 있다. 여러 연구들을 통해 셀프리더십은 수동적 방식이 아닌 자신의 능동성을 기반으로 수행의지, 직무만족감을 증진시키고 스트레스를 감소시키는 것과 관련되어 있음을 볼 수 있다. Christyn, Mike와 Mary연구에서는 셀프리더십

이 높을수록 스트레스수준이 낮고, 스트레스 대처가 능동적이며, 소극적이고 회피적 대처는 낮아 적응에 긍정적인 것으로 나타났다[21]. 정남진은 부하의 셀프리더십 행위는 자긍심 및 참여적 조직분위기와 상관관계를 보였으며, 셀프리더십 행위수준이 높을수록 직무만족도와 조직몰입도가 모두 높다고 하였다[22]. 따라서 이러한 선행 연구들은 비자발적인 입대로 스트레스에 취약한 상황에서 스트레스를 능동적으로 대처하는 셀프리더십이 군생활적응에 긍정적임을 시사한다.

### 3. 연구 내용

#### 3.1. 연구 가설

본 연구는 대인관계능력, 셀프리더십 및 스트레스대처 수준과 군생활적응과의 관계를 알아보려고 한다.

본 연구의 가설은 다음과 같다.

가설1. 대인관계능력, 군생활적응 및 셀프리더십과의 관계를 알아본다.

가설1-1. 대인관계능력이 높을수록 군생활적응 수준이 높을 것이다.

가설1-2. 대인관계능력이 높을수록 셀프리더십 수준이 높을 것이다.

가설1-3. 셀프리더십이 높을수록 군생활적응수준이 높을 것이다.

가설2. 셀프리더십은 대인관계와 군생활적응과의 관계를 매개할 것이다.

가설3. 셀프리더십과 군생활적응 간의 관계에서 스트레스대처수준이 조절효과를 나타낼 것이다.

#### 3.2. 연구 방법

##### 3.2.1 연구대상

육군훈련소에 입소한 1289명의 훈련병들을 대상으로 하였다. 이들의 평균연령은 21.3세였으며, 모두 남성이었다.

##### 3.2.2 검사도구

###### 가. 셀프리더십(self-leadership)

Manz(1983)가 개발하고, 국내에서 김한성(2002)이 수정·보완한 도구를 사용하였다. 본 도구는 자기기대, 리허설, 목표설정, 자기보상, 자기비판, 건설적 사고 등 6개

요인으로 각각 3문항씩 총 18문항으로 구성되어 있다. 측정 기준은 5점 척도로, 본 연구에 사용된 문항의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .799이었다.

###### 나. 대인관계능력

대인관계능력의 하위척도로 자기이해와 타인수용을 중점으로 살펴보고자 하였다.

###### 1) 자기이해

자기이해 수준을 측정하기 위해 Fenstein, Scheier 및 Buss(1975)가 개발하고 김지혜(1991)가 한국판으로 표준화한 자기의식 척도 중 자기이해 하위척도 5문항을 사용하였으며 본 연구에 사용된 문항의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .791이었다.

###### 2) 타인수용

Davis(1980)가 개발하고, 신경일(1994)이 번안한 타인관점 수용 6문항을 사용하였다. 5점 리커트 척도로, 본 연구에 사용된 문항의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .815이었다.

###### 다. 스트레스대처 능력

Lazarus와 Folkman(1984)이 개발한 도구를 한정석과 오가실(1990)이 번역하여 수정, 보완한 스트레스대처능력 도구를 사용하여 측정하였다. 본 도구는 문제중심대처 영역, 희망적관점 영역, 무관심 영역, 사회적지지탐색 영역, 긍정적관점 영역, 긴장해소 영역의 6가지 영역으로 이루어져 있다. 본 연구에서는 문제중심대처 영역만 실시하였다. 5점 리커트 척도로 본 연구에서 사용된 문항의 Cronbach  $\alpha$ 는 .773이었다.

###### 라. 군생활적응

본 연구에서 군생활적응 정도를 측정하기 위해 이윤희(1963)가 번안한 척도를 사용하였다. 하위 척도로는 심신상태, 수행의지, 직무만족, 환경태도 영역으로 구분되며, 본 연구에서는 수행의지 4문항과 직무만족 8문항을 사용하였다. 5점 리커트 척도로, 본 연구에서 사용된 문항의 Cronbach  $\alpha$ 는 수행의지는 .905, 직무만족은 .851이었다.

##### 3.2.3 연구절차

2016년 10월 육군훈련소에 입소한 1289명의 훈련병들을 대상으로 대인관계능력, 스트레스대처 수준, 군생활적응 및 셀프리더십 수준에 대한 설문검사를 실시하였다.

### 3.3 분석 방법

매개효과 검증을 위해 구조방정식 모형 접근법인 AMOS 5.0을 사용할 것이다. 구조방정식 모형의 분석과정 중, 이론적 모형의 타당성은 상대적 및 절대적 적합도 지수의 검토를 통해서 결정된다. 본 연구에서는 상대적 적합도 지수로 비교 적합도 지수(CFI: Comparative Fit Index), 비표준 적합도 지수(NNFI: Non Normed Fit Index or TLI), 표준 적합도 지수(NFI: Normed Fit Index)를 사용하고, 절대적 적합도 지수인 일반 적합도 지수(GFI: Goodness of Fit Index), RMSEA(Root Mean Square Error of Approximation)를 사용할 것이다. 일반적으로 이 적합도 지수들은 .90이상이면 좋은 모형으로 간주되고, RMSEA의 경우 .05 이하이면 적합도가 좋은 모형, .08이하이면 적절한 모형, .10이상이면 적합하지 않은 모형으로 평가된다[23].

## 4. 분석결과

### 4.1 확인적 요인분석

본 연구에 사용된 척도는 기존의 선행연구의 설문용 사용하였기 때문에 탐색적 요인분석은 별도로 실시하지

않고 Table 1과 같이 확인적 요인분석만 실시하였다.

확인적 요인분석 결과, 대인관계 및 군생활적응, 셀프리더십, 스트레스 대처수준의 표준요인적재치가 최저 허용치인 0.5에 모두 충족하고, 개념 신뢰도 척도인 CR(Construct Reliability)과 집중타당도 척도인 분산비율을 나타내는 AVE(Average Variance Extracted) 측정값이 최저허용치인 0.7과 0.5이상으로 적합성을 보이고 있다.

### 4.2 상관행렬 분석

본 연구에서는 Table 2와 같이 상관행렬분석을 통하여 대인관계능력과 군생활적응, 셀프리더십, 스트레스대처 수준과의 관계를 살펴보고자 하였다.

먼저, 대인관계능력에서 자기이해와 타인수용은 상당한 관련성(.492)이 있으며, 타인수용은 셀프리더십(.495)과 군생활의 직무만족(.465)과 상당한 관련성이 있는 것으로 나타났다. 그리고 스트레스대처 수준(.395)과 수행의지(.278)와는 약간의 관련성이 있는 것으로 나타났다.

두 번째, 대인관계능력의 자기이해는 셀프리더십(.386)과 스트레스대처 수준(.336), 수행의지(.363)와 약간의 관련성이 있으며, 직무만족(.443)과는 상당한 관련성이 있는 것으로 나타났다. 그리고 셀프리더십은 스트레

Table 1. confirmatory factor analysis

	factors	M.I	S.C	S.E	t	p	CR	AVE	Cronbach's α
interpersonal competency	acceptance of others	1	.652	.369	-	-	.878	.591	.815
		2	.733	.274	21.003	***			
		3	.662	.337	19.471	***			
		4	.727	.256	20.882	***			
	self understanding	1	.680	.397	-	-	.805	.580	.791
		2	.807	.376	22.223	***			
3		.763	.456	21.847	***				
military life adjustment	perform-will	1	.957	.078	-	-	.917	.737	.905
		2	.919	.150	59.127	***			
		3	.756	.473	37.087	***			
		4	.741	.328	35.744	***			
	job satisfaction	1	.853	.159	-	-	.906	.709	.851
		2	.745	.242	28.913	***			
3		.799	.213	31.406	***				
self-leadership	job satisfaction	4	.683	.368	25.920	***	.874	.634	.799
		1	.709	.273	-	-			
		2	.748	.270	22.501	***			
		3	.667	.331	20.580	***			
stress-coping level	stress-coping level	4	.702	.282	21.470	***	.876	.707	.773
		1	.786	.266	-	-			
		2	.914	.109	21.741	***			
		3	.604	.378	17.454	***			

Table 2. Correlation matrix analysis

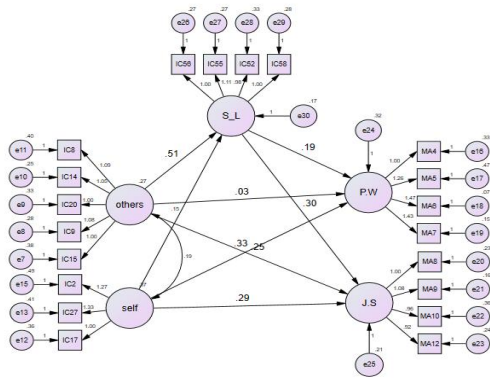
	acceptance of others	self-understanding	self leadership	stress coping level	perform will	job satisfaction	MEAN	SD
acceptance of others	1						3.921	.596
self-understanding	.492**	1					3.356	.827
self leadership	.495**	.386**	1				3.412	.601
stress coping level	.395**	.336**	.507**	1			3.323	.655
perform will	.278**	.363**	.278**	.277**	1		3.384	.852
job satisfaction	.465**	.443**	.440**	.480**	.540**	1	3.715	.644

스대처 수준(.507)과 직무만족(.440)에 상당한 관련성이 있고, 수행의지(.278)와는 약간의 관련성이 있으며, 스트레스대처 수준은 직무만족(.480)과 상당한 관련성이 있으며, 수행의지(.277)와는 약간의 관련성이 있는 것으로 나타났다.

4.3 인과관계 분석

4.3.1 대인관계능력과 군생활적응, 셀프리더십과의 관계

대인관계능력과 군생활적응, 셀프리더십과의 관계를 분석한 결과, Fig. 1, Table 3과 같다.



RMR=0.050, RMSEA=0.055, GFI=0.943, NFI=0.939, RFI=0.928 CFI=0.950

Fig. 1. Relationship analysis of interpersonal competency, military adjustment, and self-leadership

모형의 적합도를 살펴보면  $\chi^2=792.121$ ,  $df=161$ ,  $p=0.000$ 이고  $CMIN/DF=4.920$ ,  $RMR=0.050$ ,  $RMSEA=0.055$ ,  $GFI=0.943$ ,  $NFI=0.939$ ,  $RFI=0.928$   $CFI=0.950$ 로 적합도지수가 권장수준 내에 있는 것으로 나타났다.

Table 3에서 보듯이 대인관계능력 중 타인수용은 군생활적응의 수행의지(경로계수=0.031, P값=0.589)에는 유의한 영향을 미치지 못하여, 직접 영향은 미치는 못하는 것으로 나타났다. 그러나 직무만족(경로계수=.250, P값=0.000)에는 유의한 것으로 나타났다.

대인관계능력 중 자기이해는 군생활적응의 수행의지(경로계수=0.332, P값=0.000)와 직무만족(경로계수=.290, P값=0.000)에는 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 대인관계능력과 셀프리더십과의 관계에서 타인수용은 셀프리더십(경로계수=.510, P값=0.000)에 유의한 영향을 미쳤고, 자기이해도 셀프리더십(경로계수=.152, P값=0.000)에 유의한 것으로 나타났다. 그리고 셀프리더십과 군생활적응과의 관계에서는 셀프리더십이 군생활적응의 수행의지(경로계수=.190, P값=0.000)와 직무만족(경로계수=.297, P값=0.000)에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

4.3.2 대인관계능력과 군생활적응과의 관계에서 셀프리더십의 매개효과 분석

대인관계능력이 군생활적응에 미치는 영향에서 셀프리더십의 매개효과를 분석한 결과, Table 4와 같이 나타

Table 3. Relationship analysis of interpersonal competency, military adjustment, and self-leadership

			Estimate	S.E.	C.R.	P
acceptance of others	→	self leadership	.510	.048	10.634	***
self-understanding	→	self leadership	.152	.036	4.167	***
acceptance of others	→	perform will	.031	.058	.540	.589
acceptance of others	→	job satisfaction	.250	.053	4.740	***
self-understanding	→	perform will	.332	.045	7.393	***
self-understanding	→	job satisfaction	.290	.040	7.283	***
self leadership	→	perform will	.190	.050	3.762	***
self leadership	→	job satisfaction	.297	.046	6.448	***

Table 4. Analysis of Mediation Effect of Self-Leadership in Interpersonal competency and Military Adaptation

			direct effect	indirect effect	total effect	mediation form
acceptance of others	---->	perform will	.026	.021**	.105	○
		job satisfaction	.214*	.028**	.344*	△
self-understanding	---->	perform will	.322**	.126**	.350*	△
		job satisfaction	.295**	.169*	.340*	△

partially mediated(△), full mediated(○), Pintlessness(x)

났다. 먼저, 타인수용이 군생활적응의 수행의지에 직접 영향을 미치지 못하고, 타인이해-셀프리더십-수행의지에 이르는 경로에서 간접효과(0.021)가 있어 셀프리더십이 완전매개역할을 하는 것으로 나타났고, 타인수용이 직무만족에 직접 영향을 미치면서 타인수용-셀프리더십-직무만족에 이르는 경로에서 간접효과(0.028)가 있어 셀프리더십이 부분매개역할을 하는 것으로 나타났다.

둘째, 자기이해가 군 생활적응에 미치는 영향에서 셀프리더십의 매개효과를 분석한 결과, 자기이해가 수행의지와 직무만족에 직접 영향을 미치면서 간접효과(.126/.169)가 있어 셀프리더십이 부분매개역할을 하는 것으로 나타났다.

#### 4.3.3 셀프리더십과 군 생활적응 관계에서 스트레스대처 수준의 조절효과 분석

셀프리더십과 군생활적응 관계에서 스트레스대처 수준의 조절효과 분석을 위해 Fig. 2와 같이 교차 타당성(Cross validation) 분석을 하였다.

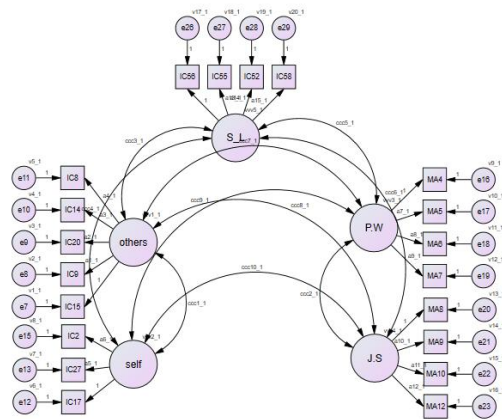


Fig. 2. Multi-group Confirmatory Factor Analysis of Self-Leadership, Military Adaptation, Stress Coping Level

교차타당성을 분석한 결과, 대인관계전략에 대한 교차타당성 분석에서 제약 없는 비제약모형과 제약을 가한 측정가중치모형 간의  $\Delta df = 15(335 - 320)$ ,  $\Delta \chi^2 = 53.375(866.365 - 812.989)$ ,  $\chi^2$  차이의  $P = 0.065 > 0.05$ 로 나타나 교차타당성이 확보되었다고 할 수 있다.

따라서 집단 간 차이에 대한 조절효과 분석을 위해 Fig. 3과 같이 구조모형을 실시하여 분석하였다. 분석결과 스트레스대처 수준에 대한 다중집단분석은 다음과 같이 비제약모형의  $\chi^2(322) = 1013.254$ 가 얻어지며, 구조가중치(회귀계수)에 제약을 가한 구조가중치모형의  $\chi^2(345) = 1079.076$ 이 얻어진다.  $\chi^2$ 에 대한 차이검증결과,  $\chi^2(23) = 65.823$ 이 얻어져  $P < (0.000)$ 이  $\alpha = 0.05$ 보다 작으므로 통계적으로 유의하다고 볼 수 있다.

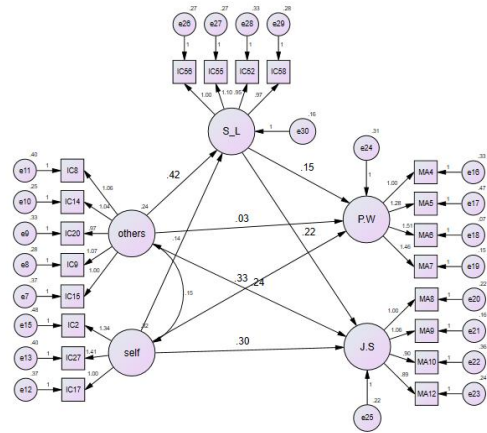


Fig. 3. Analysis of control effect on group difference

또한 스트레스대처 수준이 높은 집단과 낮은 집단 간의 셀프리더십이 군생활적응에 미치는 영향을 분석한 결과, Table 5와 같다. 셀프리더십이 군생활적응의 하위척도인 수행의지에 미치는 영향에서 스트레스대처 수준의 조절효과를 분석한 결과 스트레스대처 수준이 높은 집단

Table 5. Differences in stress coping levels in self-leadership and military adjustment

path			high level stress coping group			low level stress coping group		
			S.C	P	significance level	S.C	P	significance level
self leadership	→	perform will	.113	.048	accept	.105	.062	reject
	→	job satisfaction	.168	.003	accept	.199	.000	accept

note : \*\* P < 0.01, \* P < 0.05

에서만 조절효과가 있는 것으로 나타났으며, 셀프리더십이 직무만족에 미치는 영향에서는 스트레스대처 수준이 높은 집단과 낮은 집단에서 모두 조절효과가 있는 것으로 나타났다.

## 5. 논의

군 조직은 개인의 욕구나 활동이 강제적으로 통제되는 엄격한 위계 조직으로써, 개인들 중에는 극심한 스트레스에 압도되어 부적응을 유발하기도 한다. 부적응은 위기와 사고로 이어질 수 있어, 부적응 예방을 위한 기초 연구로서 적응과 부적응에 영향을 미치는 개인의 잠재변인들에 대한 탐색이

시급한 실정이다. 이러한 연구 취지에서, 본 연구는 군 입대 병사들을 대상으로 자기이해와 타인수용에 초점을 둔 대인관계능력, 셀프리더십, 스트레스대처 수준, 군생활적응과의 관계를 알아보고자 하였다. 본 연구를 위해 육군훈련소에 입소한 1289명의 훈련병들을 대상으로 대인관계능력, 스트레스대처 수준, 군생활적응 및 셀프리더십 수준에 대한 검사를 실시하였다.

연구 결과, 자기이해와 타인수용 그리고 타인수용은 셀프리더십과 군생활의 직무만족과 높은 상관을 보였다. 또한 자기이해는 직무만족과, 셀프리더십은 스트레스대처 수준과 직무만족과 높은 상관을 보였다. 스트레스대처 수준은 직무만족과 높은 상관을 나타냈다.

가설1.을 검증하기 위해, 대인관계능력과 군생활적응, 셀프리더십과의 관계를 분석한 결과, 타인수용은 군생활적응의 수행의지에는 유의한 영향을 미치지 못하고, 직무만족에는 유의한 영향을 미쳤다. 이는 직무만족이 군생활적응에 긍정적인 영향변인임을 시사한다. 자기이해는 군생활적응의 수행의지와 직무만족모두 유의한 영향을 미쳤다. 이는 군생활적응은 수행의지와 직무만족에

긍정적인 영향을 미칠 수 있음을 시사한다. 대인관계능력과 셀프리더십과의 관계에서 타인수용은 셀프리더십에 유의한 수준으로 영향을 미치고, 자기이해도 셀프리더십에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 타인수용과 자기이해가 셀프리더십에 긍정적인 영향변인임을 시사한다. 또한 셀프리더십과 군생활적응과의 관계에서는 셀프리더십이 군생활적응의 수행의지와 직무만족에 유의하였다. 즉 셀프리더십이 수행의지와 직무만족에 긍정적인 영향을 줄 수 있음을 의미한다. 이러한 결과는 군생활적응에 자기이해와 타인수용에 기초한 대인관계능력, 셀프리더십이 긍정적 영향을 주는 개인적 변인들을 시사한다.

본 연구 결과는 특히 비자발적 군입대 상황에서 긍정적 대인관계형성, 긍정적 행동유지 및 직무만족을 위해서는 자발성이 기초된 셀프리더십이 중요한 적응요인일 수 있음을 지지한다. 또한 Powell은 자신과 타인을 긍정적, 부정적 측면까지 객관적으로 이해하고 수용하는 능력은 궁극적으로 적응을 증진 시킬 수 있다고 하였다 [24]. 본 연구 결과는 자기이해와 타인수용이 군생활적응에 긍정적 영향을 미치고 있어, 이를 지지한다.

가설2.를 검증하기 위해, 대인관계능력이 군생활적응에 미치는 영향에서 셀프리더십의 매개효과를 분석한 결과, 타인수용이 군 생활 수행의지에 직접 영향을 미치지 못하였고, 타인이해-셀프리더십-수행의지에 이르는 경로에서 간접효과가 있어, 셀프리더십이 완전매개역할을 하는 것으로 나타났다. 또한 타인수용이 직무만족에 직접 영향을 미치면서 타인수용-셀프리더십-직무만족에 이르는 경로에서 간접효과가 있어, 셀프리더십이 부분매개역할을 하는 것으로 나타났다. 자기이해가 군생활적응에 미치는 영향에서 셀프리더십의 매개효과를 분석한 결과, 자기이해가 수행의지와 직무만족에 직접 영향을 미치면서 간접효과가 있어 셀프리더십이 부분매개역할을 하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 셀프리더십이 군



생활적응과 대인관계를 매개하는 변수로서, 군생활적응을 위해 셀프리더십 능력을 기르는 교육이나 프로그램이 필요할 수 있음을 시사한다.

가설3.을 검증하기 위해, 셀프리더십과 군생활적응 관계에서 스트레스대처 수준의 조절효과 분석한 결과, 셀프리더십이 군생활적응의 하위척도인 수행의지는 스트레스대처 수준이 높은 집단에서만 조절효과가 있는 것으로 나타났으며, 셀프리더십이 직무만족에 미치는 영향에서는 스트레스대처 수준이 높은 집단과 낮은 집단에서 모두 조절효과가 있는 것으로 나타났다. 이는 스트레스대처 수준이 셀프리더십과 군생활적응에도 긍정 및 부정적 영향을 미칠 수 있음을 시사한다.

본 연구의 시사점은, 부적응 예방을 위한 기초연구로서 군생활적응에 자기이해와 타인수용 능력, 셀프리더십, 스트레스대처 능력이 개인의 긍정적 잠재변인임을 지지하고 있어, 병사들의 부적응 예방 및 개선을 위한 병사교육의 구성 및 개선 프로그램의 개발을 위한 기초연구로서의 의미가 있다. 추후 연구는 병사들의 입대 기간에 따라 경험적 자료를 얻어, 입대 초, 중, 하반기 동안의 적응수준 및 부적응 내용의 변화 등을 탐색하는 연구가 필요할 것으로 여겨진다.

## REFERENCES

- [1] [afero@newsis.com](mailto:afero@newsis.com) 2017.2.14.
- [2] S. G. Kim, J. W Lee, S. R. Kang, Y. N. Kim, B. H. Song & I. Park. (2012). *The Research on the actual conditions of humanrights and management of military maladaptation*. Seoul: National Humanrights Commission of Korea.
- [3] Y. J. Park & W. C. Jeong. (2006). The study on the maladaptive soldiers. *Journal of Social Science*, 22(2), 27-39.
- [4] S. C. Na. (2013). *Research of the effects of the adapting education programs for who needs military adjustment soldier*. Master's thesis. Namseoul University, Cheonan.
- [5] T. E. Kweon. (2003). *Research of accidental reason and preventive measures in army*. Master's thesis. Dongguk University, Seoul.
- [6] J. H Lee & J. W. Lee. (2018). The Effect of the PAIR Leadership Program on the Behavioral Change Will, Interpersonal efficacy, Self-Regulation for the Military Alternative Social Workers Maladjusted. *Journal of Digital Convergence*, 16(1), 117-124.
- [7] M. Orlando & G. N. Marshall. (2002). Differential item functioning in a Spanish translation of the PTSD checklist: Detection and evaluation of impact. *Psychological Assessment*, 14(1), 50-59.
- [8] H. W. Kang. (1999). *The study about effective leadership style of junior officer*. Master's thesis. Chungnam University, Daejeon.
- [9] Y. O. Nam. (2002). Psychosocial Variables and Problem Behaviors of Internet Addiction and Cyber Sex Addiction in Adolescents. *Korean Journal of Social Welfare*, 50, 173-207.
- [10] S. C. Park, S. H. Park & J. S. Na. (2005). Analysis of the effects of suicide prevention measures in the arm. *Army Chaplain*, ROKA. 67.
- [11] G. A. Seomun, S. O. Chang, K. H. Cho, I. A. Kim & S. J. Lee. (2006). The Relation between Self-leadership and Outcome of Nursing Practice, *The Journal of Korea Nursing Administration Academic Society*, 12(1), 151-158.
- [12] J. Y. Kim & J. Y. Hong. (2007). Self-leadership, Job Stress and Job Satisfaction among Clinical Nurses, *The Journal of Korea Nursing Administration Academic Society*, 13(2), 184-190.
- [13] N. G. Haring & E. L. Phillips. (1962). *Educating emotionally disturbed children*. New York: McGraw-Hill.
- [14] H. D. Lee. (1995). *Understanding of human and Education*. Seoul: Joongangjuksung Press.
- [15] F. R. Yeakley. (1983). Communication Style Preferences and Adjustments as a Approach for Studying Effects of Similarity in Psychological Type. *Research in Psychological Type*, 5, 30-48.
- [16] S. M. Kwon. (2008). *Positive Psychology*. Seoul: Hwakgisa.
- [17] M. H. Cha. (1998). *A Study on the development of educational program model for the aged*. Master's thesis. Myungji University. Seoul.
- [18] J. H. Ha & K. H. Kim. (1995). Clients' Interpersonal Relationship Patterns Measured by CCRT Method -Time-series Multiple Case Study-. *Korean Journal OF Counseling and Psychotherapy*, 7(1), 117-137.
- [19] J. M. Bell. (1977). Stressful life events and coping method in mental illness and illness behavior, *Nursing Research*, 26(2), 136-141.
- [20] C. C. Manz. (1983). *The art of self-leadership : Strategies for personal effectiveness in your life and work*. New Jersey: Prentice Hall.
- [21] L. D. Christyn, S. Mike & A. S. Mary (2001). The Relationships Between Self-Leadership and Enhanced

Psychological, Health, and Work Outcomes. *The Journal of Psychology*, 135(5), 469-485.

- [22] N. J. Jeong. (1999). *A Study on the Leadership of R & D Organization*. Master's thesis. Korea University, Seoul.
- [23] S. H. Hong. (2005). Binary and polynomi logistic regression analysis. Seoul: Kyoyookbook.
- [24] J. Powell. (1969). *Why am I afraid to tell you who I am?* Chicago: Argus Communications.

이 정 원(Lee, Jung Won)

[정회원]



- 1981년 2월 : 이화여자대학교 영문과(영문학사)
- 2003년 2월 : 이화여자대학교 기독교과(문학석사)
- 2011년 8월 : 이화여자대학교 기독교학과(문학박사)
- 2008년 1월 ~ 현재 : 서울사이버대학교 군경상담과 교수
- 관심분야 : 군 상담, 군 부적응, 군 스트레스 심리
- E-Mail : leejw@iscu.ac.kr