

# 후방 공군 병사의 의사소통, 회복탄력성, 정신건강이 군 적응에 미치는 영향

안효자<sup>1</sup>, 배영주<sup>1\*</sup>, 조명숙<sup>1</sup>, 김은하<sup>1</sup>, 김영옥<sup>1</sup>, 이영례<sup>1</sup>, 김 정<sup>2</sup>  
<sup>1</sup>동신대학교 간호학과, <sup>2</sup>나주시 정신건강증진센터

## The Influence of Communication, Resilience, Mental health on Military Adjustment of Soldiers in the Rear Air Force

Hyo-Ja AN<sup>1</sup>, Yeong-Ju Bae<sup>1\*</sup>, Myeong-Suk Cho<sup>1</sup>, Eun-Ha Kim<sup>1</sup>,  
Young-Ok Kim<sup>1</sup>, Young-Lye Lee<sup>1</sup>, Jeong Kim<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Department of Nursing, Dongshin University

<sup>2</sup>Mental Health Nurse, Naju-si Mental Health Center

**요약** 본 연구는 후방지역 공군 병사의 군 적응에 영향을 미치는 요인을 알아보고자 하였다. 연구 대상은 N 지역의 병사 160명이었다. 자료는 2015년 11월 16일부터 12월 11일에 수집되었고, 연구 도구는 군 적응, 의사소통, 회복 탄력성, 정신 건강이었다. 연구 결과 대상자의 군 적응 평균 점수는 1.25점, 회복탄력성 평균 점수는 3.69점, 정신적 웰빙의 평균 점수는 2.98점, 정신장애의 평균 점수는 1.24이었다. 일반적인 특성에 따라 나이, 주관적 건강상태 인식, 진로에 대한 생각이 유의하게 나타났다. 특히 병사들의 군 적응을 힘들게 하는 요인으로 상·하 인간관계와 주 상담원은 군내에서 동기가 많았다. 군 적응과 의사소통, 정신 장애는 유의하게 정적 상관관계를 나타내며, 회복 탄력성, 정신적 웰빙은 유의하게 부적 상관관계로 나타났다. 정신 장애와 비난형 의사소통 유형은 군 적응의 설명력 41%로 나타났다. 본 연구는 병사들의 정신 장애와 비난형 의사소통 유형이 군 적응에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 정신 장애와 비난형 의사소통 유형 관리에 초점을 둔 프로그램을 개발하고 제공되어야 한다.

**Abstract** This study was designed to investigate the factors that influence soldiers' military adjustment in the rear air force. The data were collected through a survey of 160 soldiers in N city from Nov. 16th to Dec. 11th, 2015, using appropriate instruments to assess their military adjustment, type of communication, resilience and mental health, and analyzed using IBM SPSS WIN 21. The mean scores for military adjustment, resilience, mental well-being and disorder were 1.25±0.33, 3.69±0.56, 2.98±0.94 and 1.24±0.36, respectively. In the analysis of their general characteristics, there were significant differences in age, perceived health and future career. Significantly positive correlations were found between adjustment and placating, blaming and irrelevant communication and mental disorder and significantly negative correlations were found between adjustment and resilience and mental well-being. Mental disorder and blaming communication accounted for 41% of the variance in the military adjustment. The result of this study shows that soldiers' military adjustment is related to mental disorder and blaming communication.

**Keywords** : Adjustment, Air force, Communication, Mental health, Resilience

## 1. 서론

### 1.1 연구의 필요성

우리나라는 병역의 의무를 자발적 선택이 아닌 징집에 따른 복무를 하고 있어 대한민국 국적을 가진 건강한

남자라면 의무 복무가 통과레이자 발달과업이면서 심리적 부담감을 갖고 있다. 또한, 현재 입대하고 있는 병사들은 과거보다 높은 수준의 교육배경과 생활환경에서 성장한 신세대들로 개별성과 다양성을 추구하는 경향이 있어[1] 집단성과 통제성을 강조하는 군사적 문화와 상

\*Corresponding Author : Yeong-Ju Bae(Dongshin Univ.)

Tel: +82-10-4606-9936 email: everbijou@nate.com

Received May 11, 2016

Revised (1st June 3, 2016, 2nd July 4, 2016)

Accepted July 7, 2016

Published July 31, 2016

충하는 면이 많다[2]. 뿐만 아니라 문제에 대한 해결과 대처의 미흡으로 어려운 상황에 직면하면 불안이나 우울과 같은 부정적인 정서를 경험하면서[1,3,4] 폭행, 자해, 근무이탈, 심지어 자살에 이르기까지 크고 작은 군기 사고로 이어지고 있다[5].

이에 군에서는 병사들의 군 적응을 위해서 인권보장, 병영문화 개선, 고충 처리 등 다양한 복지제도를 도입하였고 보호·관심병 제도를 두어 집중적으로 관리하고 있으나[6] 군기 사고는 여전히 지속되고 있다.

군 생활의 적응이란 병사들이 군 조직 문화에 흡수되는 과정으로써 군 조직의 가치, 규범, 행동양식을 습득하는 사회화와 조직 내에서 개인의 위치와 조직이 개인에게 기대하는 역할의 본질을 인식하고 실제로 자신의 맡은 바 임무를 수행하는 것을 말한다[2].

그동안 군 적응에 대한 국내 선행연구에서 진로에 대한 인식, 대인관계, 정신건강 상태, 회복탄력성, 의사소통능력[1,7-9], 가족의 지지, 가족관계, 경제상태[10], 부대원과의 관계, 부대의 시설, 계급, 상관과의 관계[11] 등이 군 적응에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 최근 사회적 문제가 되고 있는 군내 각종 사건과 폭행, 음주, 자살 및 정신건강 문제로 조기 전역하는 병사가 최근 4년간 8천여 명으로 매년 증가추세이며 2012년 78.9%, 2014년 83.3%로 그 중 정신질환, 성격장애, 부적응 자가 6천6백여 명으로 가장 많다[6]. 선행연구 결과 엄격한 복종과 폐쇄적인 군 집단의 특성을 고려했을 때, 개인 내적요인과 의사소통을 포함한 대인관계 그리고 정신적 건강이 병사들의 군 적응에 직·간접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 지금까지 군 적응과 관련된 연구의 80% 이상이 육군 병사[12]를 대상으로 하여 공군 병사의 군 적응과 관련된 연구는 거의 찾을 수가 없었다.

공군의 특성은 타군에 비해 3개월 정도 복무기간이 길고 주로 대도시에 인접해 있으며 고도의 과학과 기술의 전문성을 보유한 지원병제로 병사들은 자신의 특기와 희망에 따라 자대배치를 받는 인력관리 체계를 갖추고 있다[13]. 공군 병사와 관련된 연구에서는 공군 병사의 경우 군 생활 스트레스 관리를 위해서는 정서적 관리가 중요하다고 강조하였고[14], 공군 만기 전역 집단의 경우 신병집단 보다 삶의 의미 재발견, 개인강점의 변화, 인간관계 의미 변화, 원인분석력, 문제해결능력, 부정적 감정의 인내 등 전반에서 양호하다고 하였다[15]. 이러한 결과는 공군 병사의 군 경험이 인생에 긍정적인 영향을

을 미쳤다고 할 수 있겠다.

후방지역은 편하고 안전하기 때문에 별문제가 없을 것이라는 선입견과는 달리 신체적·심리적 여유로 자신의 실존적 존재가치를 생각하면서 쉽게 우울을 경험하게 되므로[16], 후방지역의 병사들에 대해서도 특별한 관심이 요구된다.

본 연구에서는 후방지역 공군 병사의 군 적응에 미치는 영향 요인을 살펴보고자 하며, 그 이유는 다음과 같다. 첫째, 공군 병사의 군내 사건과 사고가 여전히 존재하고 있는 반면 공군 병사를 대상으로 군 적응과 관련된 연구는 거의 이루어지지 않았다. 공군 병사의 군 적응에 끼치는 영향력을 심층적으로 분석함으로써 공군 병사의 군 적응 지원을 위한 기초자료를 마련하고자 한다. 둘째, 군부대 사건·사고가 병사의 정신건강과 직·간접으로 연관되어 문제가 빈번하게 발생하였지만 효과적인 프로그램, 정신보건 전문 인력의 확보 등 체계적인 관리가 되지 않고 있었다[17]. 그러나 최근에 지역사회 정신보건기관과 관할지역의 부대가 협약을 체결하여 병사들의 정신건강을 돕고자 시도하는데 있어 근거자료로 활용할 수 있겠다.

따라서 본 연구는 후방지역에 있는 공군 병사들을 대상으로 군 적응에 영향을 미치는 요인을 파악하여 공군 병사의 군 적응을 돕기 위한 프로그램 개발에 기초자료로 활용하고자 한다.

## 1.2 연구의 목적

본 연구의 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 후방지역 공군 병사의 군 적응, 의사소통, 회복탄력성 및 정신건강 정도를 파악한다.
- 후방지역 공군 병사의 일반적 특성에 따른 군 적응의 차이를 파악한다.
- 후방지역 공군 병사의 군 적응, 의사소통, 회복탄력성 및 정신건강의 상관관계를 파악한다.
- 후방지역 공군 병사의 군 적응에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

## 2. 본론

### 2.1 연구 설계

본 연구는 N 지역 소재 1개 공군 병사를 대상으로 군 생활에 영향을 미치는 요인을 파악하여 군 적응 프로그램

램 개발의 기초 자료로 활용하고자 한 서술적 조사연구이다.

## 2.2 연구 대상

본 연구는 N 지역 소재 1개 공군 병사를 대상으로 하였으며, 본 연구의 대상자는 연구에 참여할 것을 동의한 160명이었으며, 다중회귀분석에 필요한 표본 수에 대해 G\*power 3.1.7을 이용해서 유의수준 .05, 검정력 .80, 중간효과크기 .15로 했을 때 필요한 대상자 수는 144명 이상이 요구된다고 하여 충분하다고 보았다.

## 2.3 연구 도구

### 2.3.1 군 적응

군 적응 척도는 공군 생활 적응 척도를 위해 Yoo [18]가 개발하였으며 6개의 하위요인으로 신체적, 부대 환경, 가정환경, 이성 관계, 동료 및 상하관계, 성격 및 심리요인으로 구성되었다. 이 도구는 총 38문항으로 ‘전혀 그렇지 않다.’ 1점에서 ‘매우 그렇다.’ 5점까지의 5점 Likert식 척도로 측정되었으며, 점수가 클수록 군 적응이 어렵다는 것을 의미한다. 개발 당시 하위영역의 Cronbach's  $\alpha=.90\sim.97$ , 전체 Cronbach's  $\alpha=.98$ 이었으며, 본 연구에서 하위영역의 Cronbach'  $\alpha=.65\sim.84$ 이며, 전체 Cronbach's  $\alpha=.94$ 이었다.

### 2.3.2 의사소통

의사소통 척도는 Satir [19]의 이론을 바탕으로 Kim [20]이 개발하였으며 5개의 하위영역으로 회유형, 비난형, 초이성형, 산만형, 일치형으로 구성되어 있다. 이 도구는 총 40문항으로 ‘전혀 그렇지 않다.’ 1점에서 ‘매우 그렇다.’ 5점까지의 5점 Likert식 척도로 측정되었으며, 점수가 클수록 각 영역의 의사소통 유형을 많이 사용하는 것을 의미한다. 본 연구에서는 각 하위영역 간에 점수 차이가 크지 않아서 특정한 유형으로 구분하기가 쉽지 않고 또한 한 개인은 한 가지 의사소통 유형만 사용하는 것이 아니기 때문에 각 영역의 평균 점수로 분석하였다. 개발 당시 하위영역의 Cronbach's  $\alpha=.69\sim.89$ , 전체 Cronbach's  $\alpha=.82$ 이었으며, 본 연구에서 하위 영역의 Cronbach's  $\alpha=.67\sim.75$ , 전체 Cronbach's  $\alpha=.87$ 이었다.

### 2.3.3 회복 탄력성

회복탄력성은 Sin 등[21]이 개발한 것으로 3개 하위

영역으로 통제성, 긍정성, 사회성으로 구성되어 있다. 이 도구는 총 27문항으로 ‘전혀 그렇지 않다.’ 1점에서 ‘매우 그렇다.’ 5점까지의 Likert식 5점 척도로 측정되었으며, 점수가 높을수록 회복탄력성이 높다는 것을 의미한다. 개발 당시 하위영역에서의 Cronbach's  $\alpha=.85\sim.91$ , 전체 Cronbach's  $\alpha=.78$ 이었으며, 본 연구에서 하위 영역의 Cronbach's  $\alpha=.87\sim.91$ , 전체 Cronbach's  $\alpha=.96$ 이었다.

### 2.3.4 정신건강

정신건강 척도는 Lim 등[22]이 개발한 자기 평가식 척도로써 한국형 정신건강척도(Korea Mental Health Continuum short-form:K-MHC-SF) 14문항과 한국형 정신장애 척도(Korea Mental Disorder Inventory:K-MDI) 13문항으로 구성되어 있다. 한국형 정신건강 척도는 최근 한 달 동안에 정서적, 심리적, 사회적으로 건강한 상태를 의미하며, 본 연구에서는 용어상 혼돈을 피하기 위해 ‘정신적 웰빙’이라고 표기하였다. 이 도구는 ‘전혀 없음’ 0점에서 ‘매일’ 5점까지의 Likert식 6점 척도이며, 점수가 높을수록 정신적으로 건강함을 의미한다. 개발 당시 Cronbach's  $\alpha=.95$ 이었으며, 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha=.90$ 이었다. 한국형 정신장애 척도는 최근 한 달 동안 신체적, 심리적, 사회적 어려움을 나타내며, ‘전혀 없음’ 1점에서 ‘매우 그렇다.’ 5점까지의 Likert식 5점 척도로 점수가 높을수록 정신장애가 심한 것을 의미한다. 개발 당시 Cronbach's  $\alpha=.84$ 이었으며, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha=.96$ 이었다.

## 2.4 자료 수집

본 연구는 D 대학교 연구윤리위원회로부터 2015년 10월 30일 승인(IRB No : 1040708-201-510-SB-002-01)을 받고 2015년 11월 16일부터 2015년 12월 11일까지 N 지역에 소재한 일개 공군 병사를 대상으로 자가 보고 식 설문지를 통해 수집되었다. 자료 수집을 위해 먼저 N 지역 정신건강증진센터의 협조로 N 지역 후방지역에 소재한 공군 부대를 방문하여 부대관계자와 연구팀이 논의 후 설문지를 수정·보완하여 군으로부터 최종 승인을 받았다. 본 연구에 대한 목적과 참여 방법을 설명한 후 연구에 참여하기로 동의한 대상으로 자료를 수집하였다.

## 2.5 자료 분석

본 연구의 통계처리는 IBM SPSS WIN 21 프로그램

을 이용하여 통계처리 및 분석을 하였다. 측정도구의 신뢰성 검증을 위하여 Cronbach's  $\alpha$ 를 구하였다. 일반적 특성과 관련 변수는 빈도와 백분율 혹은 평균과 표준편차를 구하였다. 일반적 특성에 따른 군 적응의 차이는 t-test, ANOVA, Welch로 분석하고 Dunnett T3로 사후검정하였다. 군 적응, 의사소통, 회복탄력성 및 정신건강의 상관관계는 Pearson's correlation coefficients, 군 적응에 영향을 미치는 요인은 Stepwise multiple regression으로 분석하였다.

## 2.6 연구 결과

### 2.6.1 대상자의 일반적 특성

본 연구대상자의 일반적 특성은 21-25세가 50.6%, 대학교 재학 및 졸업이 74.4%, 자신이 인식하는 주관적 건강상태는 건강하다고 인식하는 경우가 65%였고, 자신의 진로에 대해서는 비교적 희망적이다가 47.5%를 차지하였다. 입대 전 조직생활 경험에서는 한군데 경험이 40%, 현재 계급은 일병과 병장이 각각 30.4%, 병과는 전투병과가 51.6%를 차지하였다. 군내에서 고민이 있을 때 주상담원은 군내 동료가 27.7% 가장 많았고 군 적응이 힘든 원인에 대해서는 군내 상·하 인간관계가 49.4%로 가장 많았다[Table 1].

Table 1. General Characteristics of the Subjects

(N=160)			
Characteristics	Categories	n	%
Age	≤ 20	62	39.2
	21-25	80	50.6
	≥ 26	16	10.1
Education	≤ high school	37	23.2
	University	119	74.4
	≥ graduate school	4	2.5
Perceived health	Very healthy	104	65.0
	Normal	53	33.1
	Very ill	3	1.9
Future career	Very hopefully	36	22.5
	Relatively hopefully	76	47.5
	Usually	44	27.5
	Desperate	4	2.5
Number of organization life experience before enlistment	One	64	40.0
	Two	52	32.5
	Three	36	22.5
	Four more than	8	5.0
Rank	Airman basic	7	4.3
	Airman first class	49	30.4
	Senior airman	31	19.3
	Staff sergeant	49	30.4
	Air force officer	25	15.5

Branch of service	Combat arms	82	51.6
	Technical service	43	27.0
	Administrative branch	18	11.3
	Others	16	10.1
Counselor	Supervisor and senior soldier	13	8.2
	Peers in the army	44	27.7
	Peers out of army	25	15.7
	Family	39	24.5
	Alone	12	7.5
	Unspecified	26	16.4
Cause of maladjustment	Physical environment	14	8.8
	Psychological state	61	38.1
	Vertical relationship	79	49.4
	Family relationship & others	6	3.8

Missing cases are excluded

### 2.6.2 군 적응, 의사소통, 회복탄력성, 정신건강 정도

군 적응 전체 평균과 표준편차는 1.25±0.33, 군 적응 하위영역 중 부대환경이 1.29±0.45로 가장 높았고, 성격 및 심리가 1.20±0.37로 가장 낮았다. 회복탄력성은 전체가 3.69±0.56이었고 하위영역으로 사회성이 3.83±0.58로 가장 높았다. 의사소통은 일치형이 3.19±0.62로 가장 높았고 비난형과 산만형이 1.71±0.49, 1.71±0.04로 낮았다. 정신적 웰빙은 2.98±0.94, 정신장애는 1.24±0.36으로 나타났다[Table 2].

Table 2. Descriptive Data of Major Variables

(N=160)					
Variables	n	Min	Max	M	SD
Total military adjustment	160	1.00	2.97	1.25	.33
Physical factors	160	1.00	3.13	1.21	.36
Army environment	160	1.00	3.00	1.29	.45
Home environment	160	1.00	2.80	1.27	.41
Relationships with the opposite sex	159	1.00	3.33	1.27	.50
Peers and superiors	160	1.00	3.00	1.23	.36
Personality and psychology state	160	1.00	3.00	1.20	.37
Type of communication					
Placating	160	1.00	3.88	2.61	.60
Blaming	160	1.00	3.13	1.71	.49
Super-reasonable	160	1.00	4.63	2.55	.59
Irrelevant	160	1.00	3.13	1.71	.04
Congruent	160	1.00	4.75	3.19	.62
Total resilience	158	2.00	5.00	3.69	.56
Controllability	158	2.00	5.00	3.63	.58
Positivity	158	1.56	5.00	3.63	.62
Sociability	158	1.89	5.00	3.83	.58
Mental health					
Mental well-being	159	.86	5.00	2.98	.94
Mental disorder	159	1.00	3.00	1.24	.36

Missing cases are excluded

2.6.3 일반적 특성에 따른 군 적응의 차이

일반적 특성 중 나이, 주관적 건강상태, 진로에 대한 생각에서 군 적응에 유의한 차이가 있었고, 그 외 특성은 차이가 없었다. 나이는 26세 이상보다 21~25세 (Welch=5.05,  $p=.010$ )가, 주관적 건강상태는 건강한 경우보다 보통(Welch=7.90,  $p=.026$ )이, 자신의 진로는 매우 희망적인 경우보다 비교적 희망적이거나 보통인 경우 (Welch=4.55,  $p=.020$ )가 군 적응에 유의한 차이가 있었다[Table 3].

2.6.4 군 적응, 의사소통, 회복탄력성, 정신건강간의 상관관계

군 적응에서의 의사소통은 비난형( $r=.43, p<.001$ ), 회유형( $r=.28, p<.001$ ), 산만형( $r=.28, p<.001$ )순으로 유의한 양의 상관관계가 나타났으며, 회복탄력성은 긍정성 ( $r=-.35, p<.001$ ), 회복탄력성 전체( $r=-.34, p<.001$ ), 사회성( $r=-.33, p<.001$ ), 통제성( $r=-.27, p=.001$ )순으로 유의한 음의 상관관계가 나타났다. 그리고 정신적 웰빙( $r=-.29, p<.001$ )은 음의 상관관계 정신장애( $r=.61, p<.001$ )는 양의 상관관계가 있었다[Table 4].

Table 3. Comparison of Military Adjustment according to General Characteristics (N=160)

Characteristics	Categories	n	M	SD	t/F/Welch	p
Age	≤ 20 <sup>a</sup>	62	1.23	.27	5.05 c<b	.010
	21-25 <sup>b</sup>	80	1.30	.38		
	≥ 26 <sup>c</sup>	16	1.09	.19		
Education	≤ high school	37	1.29	.39	.78	.459
	University	119	1.24	.31		
	≥ graduate school	4	1.11	.13		
Perceived health	Very healthy <sup>a</sup>	104	1.16	.23	7.90 a<b	.026
	Normal <sup>b</sup>	53	1.41	.41		
	Very ill <sup>c</sup>	3	1.36	.53		
Future career	Very hopefully <sup>a</sup>	36	1.12	.16	4.55 a<b, c	.020
	Relatively hopefully <sup>b</sup>	76	1.25	.30		
	Usually <sup>c</sup>	44	1.30	.35		
	Desperate <sup>d</sup>	4	1.76	.89		
Number of organization life experience before enlistment	One	64	1.28	.40	1.31	.274
	Two	52	1.24	.29		
	Three	36	1.25	.27		
	Four more than	8	1.04	.08		
Rank	Airman basic	7	1.14	.11	.94	.442
	Airman first class	49	1.30	.34		
	Senior airman	31	1.23	.28		
	Staff sergeant	49	1.26	.38		
	Air force officer	25	1.17	.28		
Branch of service	Combat arms	82	1.27	.36	.19	.902
	Technical service	43	1.24	.27		
	Administrative branch	18	1.22	.31		
	Others	16	1.21	.34		
Counselor	Supervisor and senior soldier	13	1.22	.33	.64	.673
	Peers in the army	44	1.24	.33		
	Peers out of army	25	1.35	.42		
	Family	39	1.22	.33		
	Alone	12	1.27	.28		
	Unspecified	26	1.20	.25		
Cause of maladjustment	Physical environment	14	1.34	.53	.60	.665
	Psychological state	61	1.25	.32		
	Vertical relationship	79	1.25	.30		
	Family relationship	3	1.04	.06		
	Others	3	1.25	.34		

\* Welch Statistics Value Ex-post Analysis Dunnett T3  
Missing cases are excluded

Table 4. Correlations among Major Variables (N=160)

Variables	MA	PC	BC	SRC	IC	CC	R-C	R-P	R-S	T-R	MW
PC	.28*										
	<.001										
BC	.43*	.52*									
	<.001	<.001									
SRC	.19	.56*	.51*								
	.018	<.001	<.001								
IC	.28*	.54*	.56*	.42*							
	<.001	<.001	<.001	<.001							
CC	-.16	.22*	.01	.47*	.25*						
	.048	.005	.959	<.001	<.001						
R-C	-.27*	-.17	-.29*	.04	-.04	.34*					
	.001	.033	<.001	.636	.633	<.001					
R-P	-.35*	-.15	-.33*	.08	-.11	.36*	.84*				
	<.001	.059	<.001	.349	.170	<.001	<.001				
R-S	-.33*	-.07	-.29*	.07	-.10	.34*	.84*	.89*			
	<.001	.357	<.001	.393	.211	<.001	<.001	<.001			
T-R	-.34*	-.14	-.32*	.06	-.09	.36*	.94*	.96*	.96*		
	<.001	.083	<.001	.425	.274	<.001	<.001	<.001	<.001		
MW	-.29*	-.12	-.25*	-.10	-.11	.15	.60*	.58*	.59*	.62*	
	<.001	.122	.002	.199	.189	.055	<.001	<.001	<.001	<.001	
MD	.61*	.37*	.48*	.33*	.32*	-.13	-.29*	-.34*	-.35*	-.34*	-.26*
	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	.106	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001

MA: Military Adjustment, C: Communication, PC: Placating C, BC: Blaming C, SRC: Super-reasonable C.  
 IC: Irrelevant C, CC: Congruent C, R: Resilience, R-C: R- Controllability, R-P: R-Positivity, R-S: R-Sociability  
 T-R: total-R, MW: Mental Well-being, MD: Mental Disorder  
 \* P<.01

2.6.5 군 적응에 미치는 요인

독립변수 간 상관분석을 한 결과 상관계수가 0.8 미만으로 나타난 모든 요인을 stepwise 방식을 이용하여 분석하였다. 먼저 회귀분석의 가정을 검정한 결과 모두 충족하는 것으로 나타났다. 회귀 분석에 앞서 Durbin-Watson을 이용하여 오차의 자기상관을 검정한 결과 1.96으로 검정 통계량 1.69보다 크기 때문에 자기상관이 없다. 다음으로 공차 한계와 VIF 값을 이용하여 다중 공선성을 검정한 결과 공차 한계가 0.1이하이거나 VIF 값이 10보다 크지 않으므로 모든 변수는 다중 공선성의 문제는 없는 것으로 나타났다. 잔차 분석 결과 모형의 선형성, 오차항의 정규성, 등분산성이 확인되었다. 회귀모형을 분석한 결과 회귀모형은 유의한 것으로 나타났으며 (F=54.81, p<.001), 모형의 설명력을 나타내는 수정된 R<sup>2</sup>는 41로 나타났다. 군 적응에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 정신장애(.53)와, 비난형 의사소통(.18)으로 나타났다[Table 5].

Table 5. Influencing Factors on Military Adjustment (N=160)

Variables	B	S.E.	$\beta$	t	Adj. R <sup>2</sup>	F
Constant	.43	.08			.41	54.81*
MD	.49	.07	.53	7.62		
BC	.12	.05	.18	2.62		

MA: Military Adjustment, BC: Blaming Communication MD: Mental Disorder  
 \* p<.05

2.7 논의

군내에 다양한 사회복지제도 및 장병 병영생활 도움 제도의 도입으로 도움과 배려그룹으로 분류하여 관리하고 있지만, 정신건강과 관련된 군내 사고는 지속되고 있다. 본 연구는 후방지역 공군 병사의 의사소통, 회복탄력성 그리고 정신건강이 군 적응에 영향을 미치는 요인을 파악하여 군 적응을 돕기 위한 체계화된 프로그램 개발 및 지역사회 정신건강증진사업의 기초 자료로 활용하고자 한다.

본 연구에서 대상자들은 군 적응이 힘든 원인을 49% 이상이 군내 상·하 인간관계라고 보았으며 주 상담원을

동기들이라고 하였다. 군 적응을 어렵게 하는 것이 인간 관계라는 것은 선행연구[2,10,11,17]와도 같다. 군에서의 인간관계는 명령과 복종이며 이때 상관이나 선임은 비난형의 의사소통으로 통제하게 된다. 비난형의 의사소통은 역기능적인 의사소통 유형으로 건강하지 못한 인간관계를 형성하게 되고 군 생활을 어렵게 한다. 군내의 상하 인간관계를 개선하기 위해서는 상호 존중하는 일치형 의사소통을 사용해야 하지만 군 조직의 특성상 비난형의 의사소통을 사용할 수밖에 없다는 것은 딜레마가 아닐 수 없다. 이러한 결과를 토대로 상관과 선임을 대상으로 의사소통에 대한 교육과 기능적이고 효과적인 의사소통 훈련 프로그램을 제공하고 주 상담원이 동기인 만큼 또래 상담원을 양성할 수 있는 프로그램 개발을 제안한다.

본 연구에서 회복탄력성의 평균은 3.69점으로 공군을 대상으로 한 선행연구[14]의 3.11점보다 높았으며, 정신건강과도 밀접한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이는 회복탄력성이 높은 집단은 스트레스 상황에서도 저항력이 높으며, 더 효율적인 스트레스 대처 전략을 사용하며[8,23,24]. 회복탄력성이 군 스트레스에 직접적인 영향을 미치지 않지만 정적·부적 정서를 매개로 했을 때 간접적 영향을 미쳐, 군에서 스트레스가 높아도 회복탄력성이 높은 경우 조절 효과가 있어 잘 적응할 수 있도록 돕는 것으로 나타났다[25].

즉, 회복탄력성은 외적인 환경과 내적인 어려움 속에서도 저항력과 문제 해결력을 높여 군 적응을 돕는다는 선행연구[8,23-25]를 지지하였다.

본 연구에서 정신적 웰빙이 높은 병사들이 군 적응을 잘하는 반면, 정신장애가 있는 병사들은 군 적응이 어려운 것으로 나타났다. 이는 군 조직의 특성으로 하급자들은 더욱 긴장하고 경직되어 심리적 위축을 경험하게 되는데, 특히 이러한 특징은 계급이 낮고 내향적인 병사의 경우 불안이 높고 군 생활에 회의와 무의미, 무력감, 우울증, 강박증, 대인 예민증과 같은 정신적인 문제를 경험하여 군 적응을 더욱 어렵게 한다는 선행연구[5,7,16] 결과를 지지하고 있다. 정신장애 중에서도 우울증을 겪는 병사가 군 복무 중 스트레스를 적절하게 해소하지 못하면 개인뿐만 아니라 군부대 동료들의 목숨까지 위협하게 할 수 있다고 지적하였다[5,16,25]. 따라서 군과 정신건강증진센터는 이러한 특징을 가진 병사들에 대한 도움과 배려로 좀 더 적극적인 상호 중재와 집중적인 관리가 있어야 할 것이다.

군 적응의 전체 평균은 1.25점으로 비교적 양호한 편이며, 군 적응 요인 중에서는 부대환경에 대한 적응이 가장 어렵다고 지적하였다. 이는 육군과 해군을 대상으로 한 선행연구[26]와 같았으며 병사들의 성향을 고려하여 개인적 시간과 공간을 확보하여 휴식과 여가 활동을 통해 신체적·정신적 건강을 향상시킬 수 있는 제도가 필요할 것으로 사료된다. 일반적인 특성에 따른 군 적응에서는 나이, 주관적 건강상태, 자신의 진로는 유의한 차이가 있었으나, 그 외에는 유의한 차이가 없었다. 본 연구에서는 나이가 많은 집단이 군 적응이 양호했는데, 후방지역을 대상으로 한 선행 연구[16]에서는 나이가 어린 경우가 대부분 병영생활 초기로 낯선 환경 적응으로 스트레스가 높아 군 적응이 어렵다고 하여 본 연구와 일치하였다. 그러나 나이에 따라서 유의한 차이가 있다는 선행연구[16,27]와 유의한 차이가 없다는 선행연구[3,7] 결과가 있어 추후 반복 연구가 필요하다. 본 연구에서는 주관적 건강상태가 보통이라고 지각한 경우가 군 적응이 양호하였으며, 이는 선행연구[5,26]들과 일치하였다. 실제 군에서 신체적 건강상태와 건강증진행위를 실천하는 군인이 군 적응이 양호한 것으로 나타났다[7,10]. 따라서 군은 병사들이 호소하는 신체적 불편함에 좀 더 민감하게 대처할 필요가 있으며 또한 신체화의 가능성을 염두에 두고 심리적 접근을 하게 되면 더 효과적인 개입과 중재가 이루어질 것이다. 그리고 제대 후 진로에 대한 생각이 구체적이고 긍정적인 집단이 군 적응이 양호하다는 본 연구 결과는 선행연구[1,11,26]와 일치하였다. 공군은 자신의 적성과 특기를 살려 입대한다[13] 만큼 타 군에 비해 진로에 대한 관심이 높고 요구가 크다고 할 수 있어, 진로 및 취업에 대한 관련 적성 검사 및 상담을 통해 교육과 자격 취득의 여건을 제공한다면 군 적응에 도움이 될 것으로 사료된다.

후방지역 공군 병사의 군 적응에 영향을 미치는 요인은 정신장애와 비난형의 의사소통이 41%의 설명력을 가졌다. 이는 군에서의 인간관계와 의사소통 문제의 심각성을 나타내고 있으며 특히 의사소통 중에서도 비난형의 의사소통을 사용하고 있는 사람들이 더 어렵다는 것을 알 수 있다. 본 연구 결과에서도 비난형의 의사소통을 사용하는 경우 정신장애와의 상관관계 계수( $r=.48$ )가 가장 높았다. 비난형 의사소통의 특징은 다른 사람이 자신을 힘 있고 강한 사람으로 인식하게 하려고 노력하며, 타인의 말이나 행동을 비난하며 통제하는 말투를 사용하여

외면적으로는 공격적인 행동을 보여 강하게 보일 수 있지만, 내면적으로는 외로운 실패자라고 느끼며 자존감이 낮다[28]고 하였다. 그러나 군의 특성상 내면적인 분노를 억압할 수밖에 없거나 비난형의 말투를 사용하고 있는 상사나 선임을 만났을 때는 내면적인 공격성은 더 커질 수 있어 군 적응이 어렵다고 생각해볼 수 있다. 또한 비난형은 역기능적 의사소통으로 자기분화수준과 자아존중감 그리고 응집력이 낮고[29], 군 적응에 있어서도 심신 상태, 임무수행 의지, 직책과 직무만족 등에 부정적인 영향을 미친다고 하였다[8]. 따라서 군에서는 비난형의 의사소통과 정신장애가 있는 병사를 파악하여 집중적으로 타인 공감능력과 자기표현 능력을 함양할 필요가 있겠다.

이러한 결과를 토대로 다음과 같은 제언을 하고자 한다. 첫째, 후방지역 공군 병사의 군 적응을 돕기 위해서는 비난형의 의사소통을 개선하고 기능적인 의사소통을 할 수 있는 군 문화 형성을 제언한다. 둘째, 공군 부대는 정신전문요원 확보 또는 지역사회 정신보건기관과 밀접한 연계를 통해 정신적으로 취약한 병사를 조기에 발견하고 개입할 것을 제언한다. 셋째, 병사들의 주 상담원이 동기이므로 또래 상담원을 양성할 수 있는 프로그램을 제언한다. 넷째, 병사들의 신체적 건강문제 호소에 대해서 적극적인 조기 개입과 간호 중재를 제언한다. 다섯째, 본 연구는 일개 군을 대상으로 하였기에 일반화하기에는 한계가 있어 추후에 공군의 특성을 고려한 연구를 제언한다.

### 3. 결론

본 연구는 후방지역 공군 병사들의 의사소통, 회복탄력성, 정신건강이 군 적응에 미치는 영향 요인을 파악하였다. 후방지역 공군 병사들은 군 적응을 힘들게 하는 요인으로 상-하 인간관계라고 하였으며 주 상담원은 군내에서는 동기가 많았다. 독립변수인 회복탄력성, 정신건강은 비교적 양호한 것으로 나타났다. 군 적응에 영향을 미치는 요인으로는 정신장애와 비난형의 의사소통이 41%의 설명력을 나타냈다. 따라서 지역사회 정신보건사업은 병사들의 정신질환 예방과 관리 및 기능적인 의사소통에 초점을 맞춘 개별 간호 상담과 프로그램이 필요 하겠다.

### References

- [1] S. S. Koo, Study on adjustment in military life of the new generation soldier. *The Quarterly journal of defense policy studies*, vol. 68, pp. 199-217, 2005.
- [2] S. S. Koo, Study on mental health of new generation soldiers. *Mental Health & Social Work*, vol. 24, pp. 64-93, 2006.
- [3] M. S. Hyun, H. I. Chung, & H. S. Kan, Influencing factors on military adaptation among Korean soldiers. *Journal of Korean Academy Psychiatric Mental Health Nurse*, vol. 18, no. 3, pp. 305-312, 2009.
- [4] Williams R. A., Hagerty B. M., Brasington S. J., Clem J. B., Williams D. A., Stress gym: feasibility of deploying a web-enhanced behavioral self-management program for stress in a military setting, *Mil Med*, vol. 175, no. 7, pp. 487-493, 2010.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.7205/MILMED-D-09-00216>
- [5] Y. Y. Yoo, The affecting factors on the military life satisfaction. *Korea Academy of Military Social Welfare*, vol. 5, no. 2, pp. 5-30, 2012.
- [6] Ministry of National Defense. Defense white paper. pp. 292, *South Korea. MND*, 2014.
- [7] S. Y. Jo, Relations of health promoting behaviors, mental health, and military life adjustments of soldiers. *Journal of Korean Academy Psychiatric Mental Health Nurse*, vol. 12, no. 2, pp. 164-71, 2003
- [8] G. S. Kim, & J. A. Choi, Effects of communication type, stress coping method, and ego resilience on adjustment to the military service among primary grade executives. *Korea Association of Parent Counseling and Play Therapy*, vol. 4, pp. 5-18, 2013
- [9] O. R. Kim, & W. I. Kim, Relationship between self-complexity and adjustment to military life among military soldiers: mediating effects of mattering and perspective taking. *Korea Journal of Counseling Psychotherapy*, vol. 27, no. 1, pp. 159-81, 2015
- [10] W. J. Park, Impact of relational self psychology and community attitudes toward mentally ill persons on adjustment during army life. *Journal of Korean Academy Psychiatric Mental Health Nurse*, vol. 22, no. 3, pp. 147-158, 2013.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.12934/jkpmhn.2013.22.3.147>
- [11] Y. J. Park, & W. C. Jung, *A study on factors in military adjustment of generation soldiers*. Social Science Research Institute Kyungsoong University, vol. 22, no. 2, pp. 73-93, 2006.
- [12] Air Force 27th reserve corps. *Air force special introduction: soldiers*. South Korea, pp. 146, ROKAF Education & Training Common, 2014.
- [13] W. C. Jeong, & Y. I. Park, Overview of research trends in military service adjustment of soldiers in Korea. *Korea Journal of Youth Studies*, vol. 18, no. 1, 4pp. 9-71, 2011.
- [14] E. S. Kim, & J. H. Gong, The influence of ego-resilience, positive affect, negative affect on military life stress in ROK air force soldiers. *The Korea Academia-Industrial cooperation Society*, vol. 15, no. 4, pp. 2235-2243, 2014.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2014.15.4.2235>

[15] M. K. Seo, K. W. Park, & K. H. Lee, Changes in growth, resilience and interpersonal relationship of soldier through military service; focus on the comparison between military hierarchy. *Korea Academy of Mental Health Social Work*, vol. 41, no. 4, pp. 5-34, 2013.

[16] H. J. An, S. C. Kwon, & H. M. Kim, Factors that influence non-combat military soldiers' suicidal ideation. *Journal of Korean Academy Psychiatric Mental Health Nurse*, vol. 19, no. 3, 2pp. 99-306, 2010.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.12934/jkpmhn.2010.19.3.299>

[17] S. A. Kim, H. L. Kim, C. H. Woo, S. I. Park, R. Keum, Communication abilities, interpersonal relationship, anxiety, and depression in Korean soldiers. *Journal of Korean Academy Psychiatric Mental Health Nurse*, vol. 20, no. 1, pp. 81-90, 2013.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.12934/jkpmhn.2011.20.1.81>

[18] S. Y. Yoo, *A study on the adjustment of soldiers in the military service scale Graduate School*, Unpublished master's thesis, Daegu Kyungpook National University, 2012.

[19] Stair V. *People making*, pp. 304, Palo Alto, Calif.: Science and behavior books, 1972.

[20] Y. A. Kim, *Satir's systemic training program for communication skills*, pp. 182, Seoul: Korea Satir Institute, 2006.

[21] W. Y. Shin, M. G. Kim, & J. H. Kim, Developing measures of resilience for Korean adolescents and testing cross, convergent, and discriminant validity. *Korea Youth Research Association*, vol. 20, no. 4, pp. 105-131, 2009.

[22] Y. J. Lim, Y. G. Go, H. C. Sin, Y. R. Jo, Korean mental health. *Korea Journal Psychology: General*, vol. 1, pp. 33-57, 2010.

[23] J. A. Song, J. S. Jang, & H. N. Lee, The mediating effects of resilience in relations between family function and military. *Korea Academy of Military Social Welfare*, vol. 7, no. 1, pp. 63-95, 2014.

[24] Luthar S. S., Cicchetti D., Becker B., The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, vol. 71, no. 3, pp. 543-62, 2000.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1111/1467-8624.00164>

[25] Larson G. E., Booth-Kewley S, Ryan MAK. Predictors of navy attrition. II. A demonstration of potential usefulness for screening. *Mil Med*, vol. 167, no. 9, pp. 770-776, 2002.

[26] H. S. Seo, & J. E. Kim, The study on influence of army and navy soldiers' career development on their adjustment in military. *Korean journal of youth studies*, vol. 16, no. 6, pp. 25-43, 2009.

[27] Hourani L. L., Williams T. V., Kress A. M., Stress, Mental health, and job performance among active duty military personnel: findings from the 2002 department of defense health-related behaviors survey. *Mil Med*, vol. 171, no. 9, pp. 849-856, 2006.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.7205/MILMED.171.9.84928>.

[28] Stair V, Banmen J, Gerber J, Gomori M, Korea Satir Institute. *Stair model: family therapy and beyond*. pp. 413, Seoul: Korea Satir Institute, 2000.

[29] Ying L., Ma F., Huang H., Guo X., Chen C., Xu F., Parental monitoring, parent adolescent communication, and adolescents' trust in their parents in China. *PLOS ONE*. 2015 Aug 13;10(8):e0134730.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0134730>

**안 효 자(Hyo-Ja AN)**

**[정회원]**



- 2006년 8월 : 경북대학교 대학원 간호학과 (간호학박사)
- 2008년 3월 ~ 현재 : 동신대학교 간호학과 교수

<관심분야>

청소년 및 성인 정신건강과 정신질환

**배 영 주(Yeong-Ju Bae)**

**[종신회원]**



- 2016년 6월 ~ 현재 : 동신대학교 일반대학원 간호학과 (박사과정)
- 2015년 3월 ~ 현재 : 청암대학교 간호학과 초빙교수

<관심분야>

정신보건, 간호 통계

**조 명 속(Myeong-Suk Cho)**

**[정회원]**



- 2011년 2월 : 동신대학교 일반대학원 상담심리학과(상담심리학석사)
- 2016년 6월 ~ 현재 : 동신대학교 일반대학원 간호학과 (박사과정)
- 2010년 10월 ~ 현재 : 광주다사랑병원 알코올상담사

<관심분야>

정신보건, 알코올 중독, 상담심리

**김 은 하(Eun-Ha Kim)**

[정회원]



- 1991년 2월 : 조선대학교 대학원 간호학 (간호학사)
- 1995년 9월 ~ 2015년 2월 : 국립 나주병원 간호과장
- 2016년 2월 : 동신대학교 일반대학원 간호학과(간호학박사 수료)
- 2015년 2월 ~ 현재 : 국립목포병원 간호과장

<관심분야>  
정신보건, 간호관리

**김 정(Jeong Kim)**

[정회원]



- 2007년 2월 : 목포가톨릭대학교간호학과(간호학사)
- 2013년 4월 ~ 현재 : 나주시 정신건강증진센터 자살예방사업

<관심분야>  
지역사회 정신보건과 간호

**김 영 옥(Young-Ok Kim)**

[정회원]



- 1985년 7월 ~ 2010년 2월 : 구례보건의료원
- 2012년 6월 ~ 2015년 8월 : 광주광역정신건강증진센터
- 2016년 6월 ~ 현재 : 동신대학교 일반대학원 간호학과 (석사과정)
- 2015년 9월 ~ 현재 : 조선대학교 병원 광주급연지원센터

<관심분야>  
지역사회 정신보건, 금연

**이 영 레(Young-Lye Lee)**

[정회원]



- 2016년 6월 ~ 현재 : 동신대학교 일반대학원 간호학과 (석사과정)
- 2009년 10월 ~ 현재 : 정신요양원 소화누리 정신보건간호사

<관심분야>  
지역사회 정신보건, 정신장애