



저작자표시-동일조건변경허락 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.
- 이차적 저작물을 작성할 수 있습니다.
- 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



동일조건변경허락. 귀하가 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공했을 경우에는, 이 저작물과 동일한 이용허락조건하에서만 배포할 수 있습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

김정규 교수지도
석사학위 청구논문

성격특성, 사회적 지지,
스트레스 대처방식이
병사의 군 적응에 미치는 영향

2008

성신여자대학교 대학원
심리학과
이주희

성격특성, 사회적 지지,
스트레스 대처방식이
병사의 군 적응에 미치는 영향

김정규 교수지도

이 논문을 석사학위 논문으로 제출함

2007년 11월

성신여자대학교 대학원
심리학과
이주희

인 준 서

이주희의 석사학위 논문으로 인준함.

심사위원 _____인

심사위원 _____인

심사위원 _____인

성신여자대학교 대학원

논문개요

본 연구는 군 적응에 영향을 미치는 것으로 알려진 성격 특성, 사회적 지지, 스트레스 대처 방식의 요인들의 관련성을 살펴보고 구조모형을 검증함으로써 군 적응에 대한 이해를 증진시키고자 하였다.

본 연구의 대상은 강원도 소재 육군 소속 이병에서 병장까지의 현역 병사 477명이었다.

본 연구에서 사용된 측정도구는 다음과 같다. 자기보고식 질문지를 통해서 자아 존중감, 통제소재, 사회적 지지, 스트레스 대처방식, 군 적응, 우울이 측정되었다.

신뢰도 검사를 통해 각 척도의 신뢰도를 측정하였고, 변인간의 상관관계분석을 실시하였으며 연구모형 검증을 위해 구조방정식 모형 검증을 사용 하였다. 수집된 자료는 SPSS 15.0 통계 프로그램과 AMOS 7.0 프로그램을 통해 분석되었다.

본 연구의 결과를 다음 두 가지로 요약할 수 있다.

첫째, 내적 통제, 자아존중감 같은 성격특성이 사회적 지지와 적극적 대처에 유의미한 영향을 준다. 즉 개인의 성격적 특성이 사회적 지지를 추구하게 하며 상황에 대해 적극적 대처를 하게끔 한다.

둘째, 성격 특성이 사회적 지지와 적극적 대처를 통해 군 적응에 영향을 미친다. 이는 사회적 지지와 적극적 대처방식이 성격특성과 적응 사이의 매개변인의 역할을 함을 밝힌 것이다.

본 연구는 성격특성과 적응간의 연구들에 제한점을 주는 것으로서 사회적 지지 체계의 확립이나 대처 행동 훈련과 같은 개입의 중요성을 강조 한다. 일부지역의 육군 부대를 편의 추출하였으므로 본 연구결과를 전 육군부대 병사들에게 일반화하여 해석하기 어렵다는 제한점이 있으며, 자기 보고식 설문을 통해 측정하였기 때문에 사회적 바람직성에 영향을 받아 반응 왜곡 가능성이 있을 수 있다. 이러한 방법론적 제한점을 개선하기 위한 방법론의 개발이 필요할 것으로 생각된다.

목 차

논문 개요

I. 서론

- 1. 연구의 필요성 및 목적 1
- 2. 연구문제 및 가설 4

II. 이론적 배경 6

- 1. 군 생활 적응 6
- 2. 적응관련 요인 7
 - 1) 성격특성 8
 - 2) 사회적 지지 12
 - 3) 대처방식 14
 - 4) 성격특성, 사회적 지지, 대처방식의 관계 16

III. 연구방법 19

- 1. 연구대상 및 자료의 수집 19
- 2. 측정도구 20
 - 1) 성격특성 20
 - 2) 사회적 지지 21
 - 3) 스트레스 대처방식 척도 22
 - 4) 군 적응 23
- 3. 통계처리 및 자료 분석 24

IV. 연구결과 25

- 1. 병사들의 인구사회학적 특성 25
- 2. 측정척도의 신뢰도 분석 27
- 3. 가설검증 30
 - 1) 상관관계검증 30
 - 2) 모형검증 31

V. 논의 38

- 1. 결론 및 논의 38
- 2. 연구의 제한점 및 의의 40

참고문헌

ABSTRACT

부록

표 목 차

표 1 사회적 지지 체계의 기능적, 구조적 영역	21
표 2 스트레스 대처 척도	22
표 3 연구대상의 인구통계학적 특징	26
표 4 각 척도들에 대한 신뢰도 분석 결과	27
표 5 균적응 척도 문항별 분석 결과	28
표 6 연구에서 포함된 변인들 간의 상관계수	30
표 7 가설검증을 위한 2개 모형의 적합도 분석 결과	34
표 8 연구의 가설검증결과	37

그 립 목 차

그림 1 스트레스와 대처방식의 모델	16
그림 2 Holahan Moos의 구조모형	18
그림 3 제안모형	32
그림 4 대안모형	32
그림 5 성격특성, 적극적 대처 사회적 지지, 균 적응 관계모형	35

I. 서론

1. 연구의 필요성

우리나라의 병역 제도는 의무병 제도로 우리나라 20대 초반의 젊은이들은 일정 기간 자신의 의지와 무관하게 군대에서 국방의 의무를 수행해야 한다. 이들이 속한 청년기는 아동기에서 성인기로 넘어가는 불안정한 과도기적 시기로 급격한 신체적·생리적 성장과 함께 정체성을 형성해야 하는 중요한 시기이다. 이와 같은 시기에 국방의 의무를 수행하기 위해서 군에 입대하는 것은 익숙한 학교, 친구, 가족으로부터 유리되어 새로운 환경으로 진입하는 것이며, 그 강제성에 의해 국방의 의무와 개인의 욕구들이 상충하면서 이는 그 자체로서 새로운 적응을 요하는 스트레스 상황이 된다고 할 수 있다(김선옥, 1999).

또한 군 조직은 일반 사회와는 달리 환경적으로 특수한 성질을 가지는데, 통제된 계급사회로서 다른 조직에 비해 매우 강제적이고 폐쇄적이며 공동체 유대 속에 집단성을 병사들에게 강요하게 되고, 이는 상하 계급간의 갈등, 업무에 따른 갈등, 단체 생활과 억압된 자유에서 오는 갈등 등의 여러 형태의 갈등을 유발시킨다. 더욱이 현재 군에 입대하는 병사들은 풍요로운 사회적 조건과 핵가족화로 인해, 개인의 삶을 가꿀 수 있는 질적으로 향상된 삶에 더 큰 관심을 가지고 있으며, 개별성과 다양성을 추구함으로써 군 조직의 획일적이고 폐쇄적인 특징과 상충된 가치관을 가진다고 볼 수 있다(구승진, 2004).

이러한 군 조직의 특수성과 소속된 병사들의 개인적인 특성의 상충점은 스트레스를 발생시키고, 이러한 스트레스는 훈련 중 이탈 행위, 자살이나 대인관계 갈등으로 인한 타살 등 여러 가지 부적응의 문제를 야기 시키고 있다.

부적응의 문제가 사회적으로 이슈화되면서 병사들의 환경 개선을 위한 노력과 적응과 관련된 요인에 대한 연구들이 시행되었다.

병사들의 군 생활 적응에 관련된 초기의 선행연구들은 적응에 영향을 미치는 스트레스원에 대한 연구들을 중심으로 진행되어 왔다 (김상훈, 1987; 김윤희, 1991; 김홍수, 1990). 이러한 연구들은 군 생활 적응과 관련된 기초 자료에 대한 연구들로서의 의미를 가진다.

그러나 많은 스트레스-적응 연구들에 의하면 스트레스 자극이나 상황에 직면한

다고 해서 모든 사람들이 심리적 고통이나 부적응의 문제를 겪지는 않는다고 한다. 생활사건 스트레스 요인과 적응간의 상관계수는 .30을 넘지 않으며, 그 설명량은 10% 미만 밖에는 갖지 않는다는 것이다 (Kobasa, Maddi, & Kahn, 1982; Kessler, Price, & Wortman 1985; 이전아, 2002 재인용). 이러한 점에서 연구자들은 적응의 필요충분조건으로써 스트레스 자극 뿐 아니라 스트레스와 적응 간의 완충 작용을 하는 개인적, 사회적 매개 변인에 대한 관심을 기울이기 시작했다.

이러한 맥락에서 군 적응에서도 스트레스와 적응을 매개하는 다양한 요인들에 대한 연구가 시행되었고, 이러한 연구들에서 군 적응에 영향을 주는 개인적 사회적 요인들이 밝혀졌다.

자아존중감, 내적통제성 같은 개인의 성격적 요인들이 군 적응이나 적응 유연성과 정적인 관련성이 있는 것으로 나타났으며(김윤근, 2007; 김혜정, 2006) 사회적 지지가 높을수록 군 적응 수준이 높으며, 우울과 분노와 같은 부적 감정의 수준은 낮은 것으로 나타났다(김혜정, 2006; 권승미, 2003; 박현철, 2001). 정희정(2007)은 스트레스 대처유형에 따른 군적응 연구를 통해 적극적 대처를 많이 할수록 군적응 정도가 높다고 하였다.

지금까지의 연구들은 스트레스 적응에 영향을 주는 것으로 알려진 개인적 사회적 요인들이 군이라는 특수한 집단에서는 어떠한지에 대해 알아보는 것이 대부분이었다.

최근 스트레스 적응과 관련된 연구들은 스트레스와 적응 사이에서 완충작용을 하는 매개변인들 사이의 상호 관련성에 대한 연구들이 이루어지고 있다. 이러한 접근은 스트레스에 의해 발생하는 적응의 문제나 정신건강의 문제에 대한 이해의 폭을 넓혀 주며 어려움이 있을시 적절한 차원에서의 개입을 도울 수 있다.

스트레스와 적응의 통합적 모형에 대한 연구에서 Lazarus와 Folkman은 성격특성이나 사회적지지와 같은 개인적 자원은 스트레스 대처방식에 선행하여 영향을 주고 차례로 스트레스를 매개한다고 주장했다. 이러한 결과에 따르면 개인적 자원들은 위협적인 경험을 성공적으로 다루려는 자신의 능력에 관한 긍정적인 평가를 통하여 긍정적 대처방식을 증가시킬 수 있다. 사회적 지지는 선택될 대처방식을 탐색하고 대처 효율성에 관한 건설적인 피드백을 얻는 맥락을 제공함으로써 접근적 대처를 증가시킬 수 있다. (이전아, 2002. 재인용) Holahan 과 Moos(1991)

은 구조방정식 모형을 통하여 이러한 관련성을 검증한 결과 높은 스트레스 하에서는 자원들은 보다 접근적인 대처방략을 통하여 미래의 심리적 건강과 간접적으로 관련되고, 낮은 스트레스 하에서 자원들은 심리적 건강과 직접적으로 관련되었다.

이러한 구조모형을 바탕으로 한 이전아(2002)의 연구에서는 높은 경제적 스트레스 하에서는 성격특성이 사회적지지와 적극적 대처방식을 통해 적응에 영향을 미치며, 낮은 스트레스 하에서는 성격특성이 직접적으로 적응에 영향을 준다고 하였다.

따라서 본 연구에서는 이들 결과에 기초하여 선행연구들에서 밝혀진 군 적응에서의 긍정적인 성격 특성과 사회적 지지, 대처방식이 적응에 미치는 영향성에 대한 모형을 설정하고 이를 검증하고자 한다.

2. 연구문제 및 가설

1. 연구목적

본 연구는 선행 연구들을 통해 군 생활 적응에 영향을 미치는 것으로 알려진 성격특성, 사회적 지지, 스트레스 대처의 관련성을 알아보고 군 적응에 관한 구조모형을 검증해 보고자 한다.

이를 통해 군 적응 문제의 이해를 확대하고 실질적 방안을 모색하는데 그 목적이 있다.

2. 연구문제

연구가설 1. 성격특성은 사회적 지지에 정적 영향을 미칠 것이다.

연구가설 2. 성격특성은 적극적 대처에 정적 영향을 미칠 것이다.

연구가설 3. 적극적 대처는 군 적응에 정적 영향을 미칠 것이다.

연구가설 4. 사회적 지지는 군 적응에 정적 영향을 미칠 것이다.

연구가설 5. 성격특성은 사회적 지지를 통해 군 적응에 영향을 미칠 것이다.

연구가설 6. 성격특성은 적극적 대처를 통해 군 적응에 영향을 미칠 것이다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 군 생활 적응

1) 군 적응

군 입대는 급격한 환경의 변화를 겪게 하며 적응을 요하는 스트레스 상황으로 작용한다.

적응이란 유기체가 환경과 상호 교섭적이며 역학적 관계를 맺음으로써 사회적 요구나 문제를 적극적으로 해결하려는 창조의 과정을 통하여 환경과 만족한 관계를 맺어가는 과정을 뜻한다. 그러므로 적응이란 사회의 요구, 질서 등에 수동적으로 순응하는 것뿐만 아니라 유기체의 욕구의 해소 과정이며 욕구를 만족시키기 위해 장애를 극복하려는 노력을 포함하는 적극적인 과정이기도 하다 (박미연, 1992).

신태수(1981)에 의하면 군 생활에서의 적응이란 병사들이 군조직문화의 한 부분이 되고 그에 흡수되는 과정으로서 이는 병사들이 군 조직 성원으로 활동하게 하기 위한 사회화와 병사들 스스로 군 조직 내에서의 역할에 자신을 귀속시키는 역할개인화의 두 부분으로 나눌 수 있다고 말한다. 물론 사회화와 역할 개인화는

서로 독립적인 과정이 아니어서 우선 조직 사회화가 이루어지면 자연스럽게 조직 내에서 개인이 맡은 바 임무와 책임을 스스로 담당하게 되는 개인화가 뒤따른다. 조직사회화란 개인이 조직성원으로 활동하기 위해 요구되는 가치, 규범, 그리고 행동양식을 습득하도록 교화되고 훈련되는 과정이고, 역할개인화는 조직 내에서 개인의 위치와 조직이 개인에게 기대하는 역할의 본질을 인식하고 실제로 자신이 맡은 바 임무를 수행하는 것을 말한다 (김현수, 1995). 요컨대, 적응상태에서는 군대 생활에 행복함을 느끼고, 군대 임무에 대하여 사명감을 가지며, 직무와 지위에 만족하며 조직을 수용하는 태도를 가지게 되는 것이다.

2) 우울

우울(depression)이란 말은 다양한 부정적인 행동을 의미한다. 어떤 우울한 기분은 정상적인 기분변화이고 어떤 것은 임상적 진단기준을 충족시키는 수준에 이른다. 기분의 변화는 일시적일 수도 있고 오래 지속될 수도 있다. 이는 비교적 경미한 정도의 침울한 기분에서 심하게는 세상에 대해 부정적인 생각과 효율적으로 기능할 수 없는 수준에까지 이른다.

우울증의 사전적 정의를 살펴보면 “억압된 행위, 울적해진 정서상태, 또는 슬픔, 부적절감, 자기비하, 자살시도 등으로 특징 지워진 정신, 신체적 또는 정서적인 부분을 갖는 정신질환”으로 정의된다(최지영, 2004). 또 우울이라는 용어는 “참기 힘든 불행한 기분의 경험” 이라고 말할 수 있는데 이는 우리 일상생활에서 자주 경험할 수 있는 일반적인 현상이라고 볼 수 있다.

Beck(1967)에 의하면 우울은 자신과 생활경험, 미래에 대한 부정적인 인지체계에 의해 일어난다고 하였으며, 우울을 경험하는 사람은 자신과 환경 및 미래를 왜곡되게 지각하며, 충분한 증거 없이 임의적으로 추론을 하여 결론을 내린다고 한다.

우울증은 반응성 우울증과 내인성 우울증으로 구분하기도 하는데 이는 외부적 촉발사건의 유무에 따라 결정한다. 내인성 우울증은 환경적 사건이 확인되지 않으며, 흔히 유전적 요인 또는 호르몬 분비나 생리적 리듬 등과 같은 내부적인 생리적 요인에 의해서 우울 증상이 나타나는 것을 의미한다. 반면에 반응성 우울증

은 가족과의 사별, 실연, 실적, 중요한 시험에서의 실패, 가족 불화와 같이 비교적 분명한 환경적 스트레스가 계기가 되어 우울증상이 나타나는 경우이다(권석만, 2002; 32-35).

또 우울증의 원인과 발생과정을 설명하기 위해 여러 가지 이론이 제기되어 왔다. 우울증을 설명하는 대부분의 심리학적 이론은 부정적인 생활사건이 우울증의 발생에 중요한 역할을 한다고 본다(Kessler et al., 1997; Mazure, 1998; 권석만, 2003 재인용). 즉, 생활사건은 생활 속의 변화를 의미하며, 우리로 하여금 새로운 변화에 적응해야 하는 심리적 부담인 스트레스를 주는 사건들을 뜻한다(권석만, 2003:204).

2. 적응관련 요인

스트레스와 적응 연구들에 따르면, 스트레스 사건과 적응 간의 상관이 낮은 경우가 대부분이며 동일한 스트레스 인에 대해서도 개인에 따라 반응이 서로 다른 경우가 많았다. 그러므로 스트레스에 관한 연구자들은 스트레스와 적응 간의 관계를 매개하는 변인들에 대해 관심을 갖게 되었다. 이러한 맥락에서 적응에 영향을 주는 것으로 밝혀진 요인들이 개인적 자원으로서의 성격 특성, 사회적 자원으로서의 사회적 지지, 대처방식들이다.

스트레스 연구들에서 밝혀진 이러한 요인들과 적응과의 관련성과 이러한 관점에서 연구된 균적응 선행연구들을 살펴보고자 한다.

1) 성격특성

① 통제소재

통제소재(Locus of Control)는 내외통제, 내적-외적 통제 등과 같은 개념이다. 내-외 통제 성격은 사회적 학습이론을 통해 소개한 인간의 성격 변인 중 하나로 자신의 행동과 이에 따르는 강화간의 인과적 관계를 개인이 어떻게 지각하느냐의 문제와 관련되는 것이다.

내적통제 성격의 사람은 자신에게 일어난 여러 가지 사건이 자신의 행동에 따라 일어난다고 자각하고 자신이 그 사건을 결정할 수 있다고 믿는 반면, 외적 통제 성격의 사람은 자신과 사건이 전혀 무관하며 운명, 행운, 우연과 같이 사람의 개인적 통제와 이해력을 넘어선 외적 힘에 의해 달려 있다고 생각한다.

이러한 외적- 내적 통제 성격은 Rotter(1962)의 소개 이후 환경을 통제하려는 동기, 과업수행 및 정보추구 행동, 사회적 압력에 대한 동조성 및 저항성, 성취행동, 대안행동, 적응불안, 정신질환 등과의 관련 연구를 통해 내-외적 성격 요인이 인간의 다양한 행동을 예측하게 하는 하나의 중요한 요인임을 입증하였다.

적응과 관련된 통제소재에 관한 연구들을 살펴보면, Parkes(1984)는 개인이 어려운 문제에 닥치거나 힘든 환경에 노출되었을 때 개인의 통제 소재에 따라 이를 지각하는 방식이 다르고 받아들여서 문제를 해결하는 방식도 다르다고 하였다. Nowicki와 Brissett(1973)는 내적 통제 성격 자 보다 건설적으로 반응하며 의사결정에 있어서 신중하고 난관 극복의 경향이 보인다고 하였다.

Core와 Rotter, Strickland(1963)는 적응능력에 있어 많은 제한점을 보이는 정신병자 집단은 외적통제 점수가 높다고 하였다. 또한 내적통제 성격자의 특징 중 하나는 정보를 처리하고 환경을 지배하는 뛰어난 능력에 있고 결과적으로 고도의 대처기술과 생활에 대한 통제 능력을 보여주는 것이며(Seeman & Evans, 1962) 내적 통제자는 자신을 더 활동적이고 강력하며 독립적, 효과적이라고 여기는 경향이 있고 (Hersch & Scheibe, 1967) 내적 통제자는 자기 통제를 잘하며 성취 지향적이며 적응에 관해 훨씬 바람직하게 대처한다는(Phares, Ritchie & Davis, 1968) 연구들에서도 비슷한 결론들을 제시하고 있다. 즉 자신에게 일어나는 일들을 통제할 수 있다는 개인 신념은 그 자체로서 자신과 환경의 지배능력을 확대하

는데 중요한 효과가 있다는 것이다.

Parkes(1984)는 내적통제자의 대처가 외적 통제자보다 더 적응적이라고 하였으며 특정한 문제에 대한 대처가 전략적이라고 설명했다. 즉 상황이 어느 정도 다를만 해서 자신이 통제에 의해 변화가능하다고 지각되는 경우에는 문제 중심적 대처로 행동하고 그렇지 못하고 받아들여야 하는 상황이라면 정서중심의 대처로 행동한다고 하였다. 이와 같은 사실은 내적 통제 성격자들이 상황에 대해 더욱 구체적인 평가를 하고 그에 적합한 전략을 선택적으로 사용함을 보여준다고 하겠다. 즉 내적 통제자들은 사건에 대한 통제력이 스스로에게 있다고 느끼므로 대처에 더욱 적극적이고 사건결과에 대해 스스로에게 귀인 하는 성향이 강하며 문제 해결 방안 모색에 있어서도 도전적으로 대응함으로써 성장변화에 따른 스트레스 수준을 완화시킬 수 있다는 것이다.

박선하(1997)는 병사들의 적응과 관련된 변인 연구에서 내적통제성이 적응을 예언하는 개인의 중요한 성격적 요인임을 밝힌바 있다.

② 자아존중감

자아존중감이란 매우 광범위한 개념이며 학자에 따라 서로 다른 의미로 정의하는 개념이다. 자아존중감과 혼용되어 사용되는 용어로는 자기에, 자기수용, 긍정적 자기개념, 자아이상 일치, 자기 유능감 등이 있고 특히 긍정적 자아개념을 같은 의미로 묶어 사용한다.

자아존중감이란 개인이 보유하고 있는 자신에 대한 평가적·감정적 태도를 의미한다. Coopersmith(1967)은 자아 존중감을 개인이 자기 자신에 대해 형성하고 유지하는 평가로서 긍정적이거나 부정적인 태도로 표현되며, 자신이 중요하고 유능하며 성공적이고 가치가 있다고 믿는 정도를 나타낸다고 하였다. 즉 자아존중감을 개인이 자신에 대해 갖는 태도에서 나타나는 자신에 대한 가치판단으로 보았으며 자아존중감에 대한 주요 기준을 중요성(significance), 능력(competance), 미덕,(virtue), 영향력(power) 으로 나누어 파악하고 있다(홍정은, 2006 .재인용).

자아개념 형성에 관한 연구들을 크게 두 가지로 나누어 볼 수 있는데 첫째는 연령과의 함수 관계에서 자연스럽게 발달된다는 (Erickson, 1959) 의견이고 또 다른 하나는 외부 환경과의 상호작용에 의해 형성 발달된다는(Rogers, 1951; Loevinger,1966) 의견이다. Erickson의 발달론의 8단계 중 우리나라 청년들의 군 생활 시작 시기는 어느 정도 자아개념의 형성이 이루어진 시기로 볼 수 있다. 개인적으로는 군이라는 특수한 환경에의 적응 및 군 입대후의 재사회화라는 측면에서 외부환경과의 상호작용 과정이 등한시 되어서는 안 된다. 외부와의 관계 형성의 어려움으로 인해 올바르게 자아개념이 확립되지 못하면 긴장과 불안, 대인관계 부적응 등의 문제가 발생되리라는 것을 선행연구를 통해 알 수 있다.

자아존중감이 긍정적인 정신건강에 이점이 있다는 연구들은 자기 자신에 대한 신뢰를 바탕으로 한 자아존중감이 강한 사람은 대인적 스트레스나 업무와 관련된 스트레스에 더 잘 대처할 수 있다고 밝힌바 있다 (Wiedenfeld, O'Leary, Bandura, Brown, Leviene & Raska, 1990).

20대 초반의 청년기의 자아존중감에 관한 연구를 살펴보면, 양현정(2002)의 20대 초반의 대학생들을 대상으로 한 대학생활 적응에 영향을 미치는 스트레스와 자아존중감의 상호작용효과 연구에서 자아존중감의 수준이 높고 안정적인수록 대학생활 적응의 수준이 높아진다고 하였으며, 개인의 적응정도를 결정하는 데에는 일상적 스트레스 그 자체보다는 스트레스로부터 개인을 보호해 줄 수 있는 자아존중감의 수준이 더 중요함을 보고하였다.

병사들을 대상으로 한 연구들에서 신태수(1981), 박선하(2002) 등은 자아존중감과 적응 사이의 정적인 상관성이 있음을 밝혔으며, 김성식(2003)은 자아존중감과 군 생활동안 불안수준의 부적 상관을 보고하였다. 또한 김윤근(2007)의 연구에서 자아존중감이 적응과 부적응 병사를 나누는데 가장 중요한 요인으로 밝혀졌다.

2) 사회적 지지

사회적 지지란 일반적으로 사회적 관계를 통해서 개인이 타인들로부터 얻을 수 있는 모든 긍정적인 자원을 의미하는 것으로, 여기에는 사랑, 존중, 인정, 상징적 또는 물질적 도움이 포함된다. 사회적 지지는 스트레스에 대한 효과적인 완충제로서 인간의 기본적인 욕구인 사회적 욕구를 충족시켜 개인의 심리적 적응을 돕고 좌절을 극복하게 하며 문제 해결의 도전을 강화하는 측면에서 강조되고 있다.

Caplan(1983)에 의하면, 사회적 지지는 개인 간 또는 개인과 집단 간에 지속적으로 상호작용하는 사회적 집합체에 의해 제공되며 이것은 정서적 제어력을 증진시키고 지침을 제공하며, 정체감과 수행에 관한 환류를 제공하는 데 기여한다고 하였다. 즉, 의미 있는 타자는 위기 시에 심리적 자원을 동원하고 정서적 부담을 경감하도록 돕고, 과업을 분담해주며, 나아가서 금전, 물질, 도구, 기술 및 인식적 지도를 제공하는데 기여한다고 한다. 병사들에게 있어서의 사회적 지지는 병사들 개인과 그들이 소속된 군 조직 내의 집단내외에서 병사들로 하여금 정서적인 제어력을 증진시키고 그들의 정체감과 복무수행에 피드백을 제공함에 기여한다고 볼 수 있다.

House(1981)는 사회지지체계의 목적을 다음의 세 가지로 열거했다, 첫째, 지지가 증가함에 따라 바람직하지 못한 영향들은 감소되며— 긍정적인 상호작용과 원조가 증가함에 따라 스트레스적인 상황과 자극을 주는 힘이 약화된다. 둘째, 다른 사람들의 관심과 지지로 인해 자기 자신을 더 잘 보살피게 됨에 따라 전반적인 건강이 증진된다, 마지막으로 사회적 지지는 스트레스 효과에 대한 완충역할을 함으로써 자책, 죄책감과 같은 심리적 과잉반응으로부터, 그리고 무력감, 졸음, 섭식장애, 알코올과 약물중독과 같은 신체적 반응으로부터 사람들을 보호한다 (장인협·오세란, 1996 재인용).

사회적 지지에 대한 국내의 연구로 박지원(1985)은 사회적 지지란 사회적 지지망의 기능적 속성과 구조의 속성을 통해 실제 상황에서 제공받은 지지정도와 사회망의 구성원을 통해 정서적, 정보적 물질적, 자존감 지지를 제공받을 수 있다고 보고 사회적 지지의 지각하는 정도 및 지지욕구의 충족정도를 반영해 주는 자신의 사회관계의 유대감, 자신감, 신뢰감에 대한 지각정도를 말한다고 하였다.

사회적 지지를 군 조직에 적용한 연구로 권승미(2003)는 병사들의 사회적 지지가 높을수록 우울, 분노, 불안의 정도는 감소함을 보고하였다. 이는 스트레스를 느끼더라도 사회적 지지가 유지되면 이 체계를 통해 스트레스를 해소함으로써 우울, 분노, 불안과 같은 정서적 불균형을 조절할 수 있음을 시사하였으며, 최용성·최광선(2000)은 병사의 사회적 지원 척도 개발을 위한 예비연구에서 House(1981)가 제시한 사회적 지지의 4가지 유형을 정보적 지지, 정서적 지지, 도구적 지지의 3가지 유형으로 명명하였다. 박현철(2000)은 House((1981)가 제시한 사회적 지지의 4가지 차원의 측면을 채택하여 사회적 지지의 원천을 부대 내 원천과 부대 외 원천으로 구분하여 파악하였으며, 사회적 지지가 삶의 질에 대하여 주효과와 완충효과를 가진다고 하였다. 군 생활 스트레스와 심리적 적응과의 관계에 관하여 전·의경을 대상으로 한 연구에서 김효영(1999)의 연구에서 사회적 지지를 많이 받을수록 우울증상을 낮추며, 군 생활 만족도와 직무수행능력을 높이는 것으로 나타났다. 사회적 지지의 기능을 정서적 지지, 정보적 지지, 도구적 지지, 그리고 평가적 지지로 구분한 House(1981)는 정서적 지지란 타인으로부터 신뢰와 애정과 친밀감 등을 느끼는 것을 의미하고, 정보적 지지란 문제나 어려움이 발생할 경우 문제 해결에 필요한 조언이나 정보를 제공하는 것이고, 도구적 지지란 실제적인 도움을 교환하거나, 그 개인의 욕구를 충족시켜주는 효과를 가진 실제적인 도움을 주는 것을 의미한다. 또한 평가적 지지는 자신의 존재가치가 수용되고 긍정적으로 평가를 받는 것을 의미한다.

3) 대처방식

Lazarus와 Folkman(1984)에 의하면, 대처(coping)란 개인의 적응자원을 초과한 과잉 소모 또는 부담으로 평가되는 내적·외적 요구를 관리하기 위하여 끊임없이 변화하는 인지적·행동적 노력으로 정의된다. 즉, 스트레스 상황으로 간주되는 인간과 환경사이에서의 요구와 발생하는 감정을 조정하는 과정을 말한다. 이는 스트레스 상황을 통제하거나 변화시키기 위하여 개인적으로 사용하는 모든 유형의 노력이라고 할 수 있다. 이러한 대처 노력은 당면한 사건의 인지적 평가에 대한 반응으로 이루어지고, 이 반응에 의해서 상황이 변하거나 상황에 대한 느낌이 변하여 사람과 환경사이의 관계를 바꾼다면 새로운 평가 즉, 재평가가 이루어져 다

시 이에 대한 대처 노력을 하게 된다고 하였다.

대처의 기능을 좀 더 이해하고자 Lazarus와 Folkman(1984)은 대처를 몇 가지 하위 유형으로 나누고 있는데 스트레스 상황에 대한 인지적 평가에 따라 2가지 방식으로 구분하여 제시하였다. 첫째는 문제 중심 대처 방식으로 개인이 문제되는 행동을 변화시키든지 또는 환경적 조건을 변화시켜 스트레스의 근원에 작용하려는 노력으로 문제해결이나 환경간의 갈등적 관계를 변화시키려는 것이다. 둘째는 정서중심 대처 방식으로 스트레스와 관련되거나 스트레스로부터 초래되는 정서 상태를 통제하려는 노력으로 스트레스 원인을 회피하거나 스트레스 상황을 인지적으로 재구성하거나 자아와 상황의 긍정적 측면에만 선별적으로 주의를 기울여 이루어지는 대처행위를 말한다.(정희정, 2007 재인용)

김정희와 이장호(1985)는 심리학과 대학생을 대상으로 한 연구에서 대처 방식을 구분하는 하부 요인으로 문제 집중, 분리, 소망적 사고, 사회적 지지의 추구, 기분 전환, 타협, 모험시도, 분노의 표출 등을 언급하였다.

김정희(1987)는 대처란 단지 문제 해결적이거나 정서 완화적인 것 뿐 아니라 사회적 지지의 추구하고 소망적 사고가 포함되어야 한다고 하였다. 대처하는 노력이 외부로 투여되는 문제 중심적 대처와 사회적 지지의 추구를 적극적 대처로, 이 노력이 자신의 감정이나 사고 등 내부로 투여되는 정서 중심적 대처와 소망적 사고를 소극적 대처로 구분하였다. 즉, 적극적 대처는 보다 긍정적이면서 그 문제에 초점을 맞추어 대처하려는 태도와 사회적 지지를 추구하려는 적극적 태도를 갖고 좌절이나 장애요소를 극복하고 문제를 해결하는 행동을 말한다. 반면, 소극적 대처는 문제 자체로부터 회피하면서 체념하거나 소망적 사고를 하거나 관심을 다른 곳으로 돌리는 수동적 자세를 갖는 방어적인 행동이다.

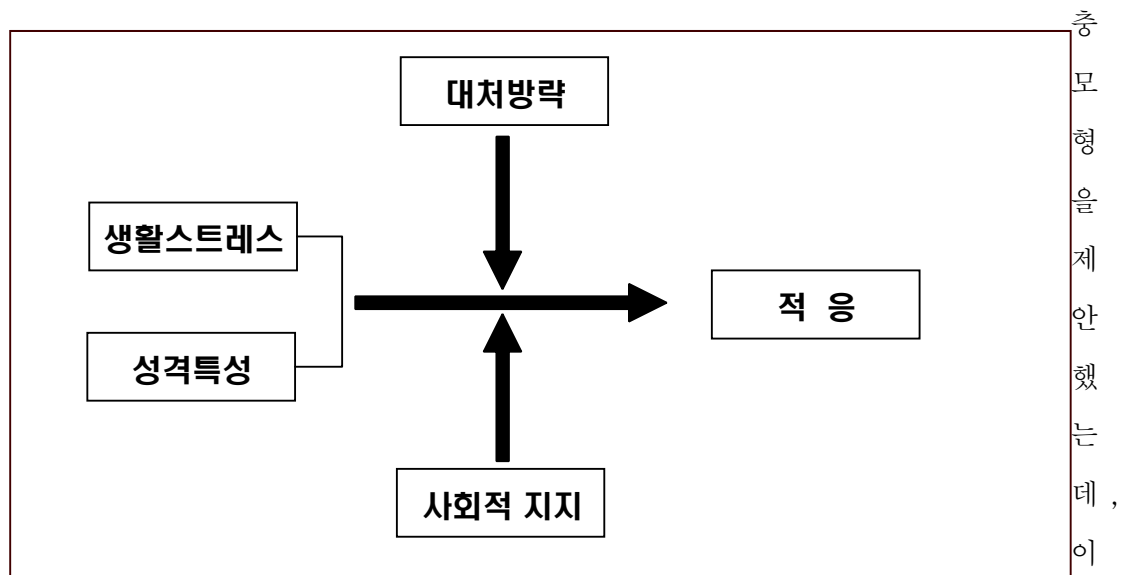
스트레스의 원인이 무엇이든 간에 스트레스 대처가 목표하는 바는 적응이라고 할 수 있으며, 대처 방식의 성공여부에 따라서 적응반응이나 심리적 반응이나 문제행동 같은 부적응 반응이 나타나게 된다. 전통적인 대처 이론가들은 스트레스 대처를 더 효과적인 또는 덜 효과적인 대처로 구분하였는데, 일반적으로 문제 중심적 대처가 정서 완화적 대처와 같은 소극적 대처보다 더 좋은 적응결과를 가져오는 기능적인 대처로 간주한다(김명자,1991). 이러한 결과는 많은 대상군을 통해 검증되어 왔지만 최근에는 스트레스 상황에 따라 적응적인 대처양식의 차이가 있다는 연구들이 발표되고 있다.

군 생활 적응과 관련해서, 정희정(2007)은 문제 중심적 대처, 사회적 지지추구 대처, 소망적 대처는 적응과 정적 상관이 있으나 정서 중심적 대처의 경우 적응과 부적상관을 보임을 밝혔다.

4) 성격특성, 사회적 지지, 대처방식의 관계

최근 스트레스와 적응에 관한 연구들은 적응에 영향을 미치는 개인적 사회적 자원, 대처, 정신건강의 관련성을 통합적으로 이해하고자 한다.

Lazarus와 Folkman(1984) 그리고 Lazarus(1990)는 스트레스와 대처에 대한 절



모형을 통해 생활 스트레스는 적응에 영향을 미치나 성격 특성, 대처방식, 사회적 지지가 매개변인이 되어 스트레스와 적응간의 관계를 조정한다고 하였다. <그림 1>

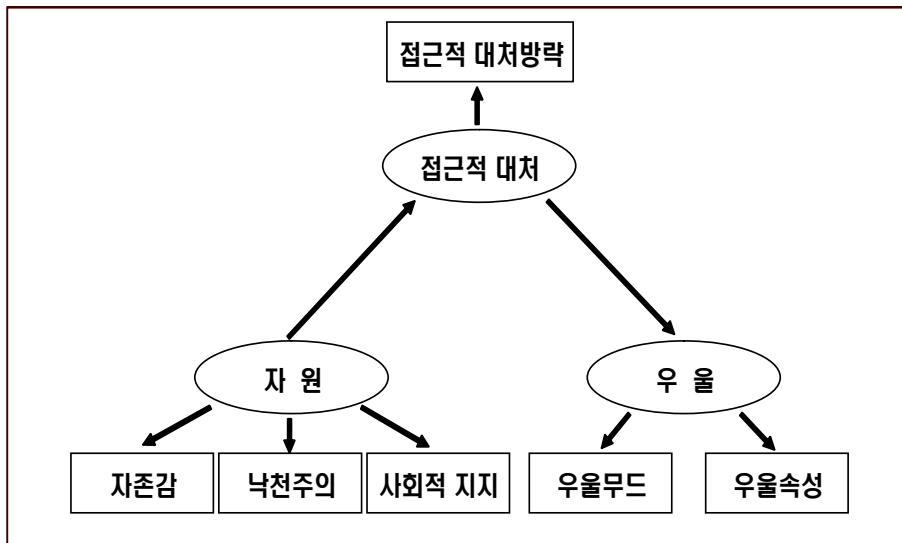
<그림1> 스트레스와 대처방식의 모델

Holahan & Moos(1987)은 다양한 개인적 사회적 스트레스-저항 자원들을 종단적으로 조사하였다. 그 결과 자신감과 태평한 성격 특성의 경향이 강하고 가족지지가 높고 회피적 대처방식을 적게 사용할수록 1년 후의 낮은 우울을 예언하였다. 예언변인들 사이의 관련성을 조사한 결과 개인적 사회적 자원을 많이 가진 사람들이 적극적 대처방식에 의존할 가능성이 높고 회피적 대처방식을 덜 사용한다는 것을 발견하였다.

이와 같은 결과에 기초해서 적응과 대처반응을 예언하는 초기의 결과를 통합하는 하나의 예언모형이 제안되었다(Holahan & Moos, 1990). 그 결과 개인적, 사회적 자원들은 접근적 대처방식을 통하여 직접적으로나 간접적으로 이후의 우울과 관련된다는 사실이 제기되었다. <그림 2>

또한 Lazarus와 Folkman(1984)은 자원은 대처에 선행하여 영향을 주고 차례로 스트레스를 매개한다고 주장하였다.

Holahan과 Moos(1990)는 구조모형을 통하여 이러한 관련성을 400명 이상의 표집을 대상으로 4년간에 걸쳐 검증한 결과 개인적 자원과 사회적 지지가 대처반응을 통해 심리적 건강에 영향을 주며, 스트레스 정도가 높을 경우 대처 방식을 통한 간접적 효과성이 더 크다는 것을 밝혀냈다.



<그림 2> Holahan Moos 의 구조모형(1991)

이전아, 김영환(2001)은 이러한 구조모형을 토대로 스트레스 정도에 따른 성격특성, 사회적 지지, 적응간의 모형을 검증한 결과 스트레스가 높은 집단의 경우 성격변인이 사회적 지지와 대처방략에 영향을 주고 이러한 변인을 통해 간접적으로 적응에 영향을 주었다. 그러나 사회적 지지는 대처에는 별 영향을 주지 않는 것으로 나타났다. 스트레스가 낮은 경우에는 성격특성이 대처에 직접적인 영향을 주었지만 대처가 적응에 미치는 영향은 유의하지 않았다. 그리고 성격특성과 사회적 지지는 적응에 유의한 영향을 주지만 사회적 지지는 대처와 적응에는 영향을 주지 않는 것으로 나타났다.

이영진(2003)은 아동을 대상으로 한 연구에서 성격특성과 사회적 지지가 대처행동에 영향을 미치는데 성격특성이 미치는 영향력의 설명력이 더 큰 것으로 보고되었다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상 및 자료의 수집

본 연구의 연구대상은 장교, 부사관 등 직업군인을 제외한 이등병에서 병장까지의 병사들이었다. 연구 대상을 선정하는데 있어 군대의 보안과 기밀누설 규정으로 인하여 설문조사가 허락된 강원도 소재 부대의 병사 500명을 조사대상으로 선정하였다.

부대내부로의 접근이 어려워 부대의 지휘관을 통해 설명한 후 배포 실시하게 하고 수거하는 방법을 사용하였다. 이 경우 응답에 부정적인 영향을 미칠 수 있어 사전에 지휘관에게 설문지의 목적과 비밀보장에 대해 설명하였다.

배포된 500부 중 500부가 모두 회수 되었으며, 이 중 응답의 누락률이 많거나 중심화 경향이 심한 자료를 제외하고 477부를 자료 분석에 사용하였다.

2. 측정도구

1) 성격특성

① 통제부위 신념검사

본 연구에서는 Rotter(1966)가 제작한 검사를 박영신(1995)이 번안하여 사용한 척도를 사용했다. 통제 부위는 내적통제와 외적 통제라는 두 개의 하위 변인으로 구성되어 있다. 내적 통제 변인은 삶에서 발생하는 일들이 개인의 태도와 행동에 의해 결정된다는 신념의 강도를 측정하며, 외적 통제변인은 생활 사건들이 운명, 행운, 타인과 같은 외적인 힘에 의해 결정된다고 믿는 정도를 측정한다. 내적, 외적 통제변인은 각 10문항씩이고 각 문항은 리커트식 4점 척도로 되어있다.

본 연구에서의 신뢰도는 전체 Cronbach's α =.704 내적통제 Cronbach's α =.909

외적통제 Cronbach's α =.849 로 나타났다.

② 자아존중감 척도

개인이 자신을 유능하고, 중요하고, 가치 있다고 믿는 정도를 가리키는 자아존중감을 측정하기 위해 Rosenberg(1965)가 개발하고 이영호가(1993)가 번안한 자아존중감 척도를 사용했다.

이 척도는 총 10개의 문항으로 구성되어 있으며, 역채점 문항은 1,3,4,7,10번에 해당하며 “매우 그렇다”에서 “전혀 그렇지 않다”까지 4점 척도로 구성되어 있고 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것으로 측정된다. 본 연구에서의 신뢰도 계수는 Cronbach's α =.57 이다.

2) 사회적 지지

군인의 사회적 지지체계의 특성과 사회적 지지의 정도를 측정하기 위해 Elizabeth M. Tracy & James K. Whittaker(1990)가 개발한 The Social Network Map과 박지원이(1985) 개발한 사회 지지 척도를 혼합하여 사용한 박현철(2001)의 측정도구를 선택적으로 사용했다.

본 척도를 이용하여 사회적 지지의 구조적 측면, 기능적 측면 그리고 사회적 지지의 정도를 파악하였으며 각 원천과의 접촉빈도를 측정함으로써 지지의 양을 측정하였다<표 1>. 총 25문항으로 Likert 식 5점 척도로 구성되어 있고, 빈도를 측정하는 5, 10, 15, 20, 25번 문항의 경우 역으로 채점되며 점수가 높을수록 사회적 지지의 정도가 높은 것으로 측정된다.

본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach's α =.828이었다.

<표 1> 사회적 지지 체계의 기능적, 구조적 영역

영역	문항		
구조적 측면	지지체계의 유형(원천)	간부	1,2,3,4,5
		병	6,7,8,9,10
		가족	11,12,13,14,15
		친척	16,17,18,19,20

	사회친구	21,22,23,24,25
	접촉빈도	5,10,15,20,25
기능적 측면	정보적지지	1,6,11,16,21
	정서적지지	2,7,12,17,22
	도구적 지지	3,8,13,18,23
	평가적 지지	4,9,14,19,24

3) 스트레스 대처방식 척도

대처방식 척도는 Folkman과 Lazarus(1985)가 개발한 69개 문항으로 이루어진 대처방식 척도를 토대로 하여 김정희(1987)가 요인 분석 과정을 거쳐서 만든 62개의 문항으로 구성된 척도를 사용했다. 하위 유형은 문제 중심적 대처, 사회적 지지 추구 대처, 정서 중심적 대처와 소망적 사고 대처 등 4개 이다.

문제 중심적 대처와 사회적 지지 추구 요인을 합하여 적극적 대처로, 정서 완화적 대처와 소망적 사고 요인을 묶어서 소극적 대처로 구분하여 측정된다.

척도는 각각 Likert식 4점 척도로 구성되어 있으며 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .923$ 이었다.

<표 2> 스트레스 대처 척도

요인		관련문항	문항수
적극적 대처	문제중심적 대처	1,2,5,6,9,19,22,25,28,29,33,34, 35,37,39,46,48,50,53,39,62,	21
	사회적지지 추구	8,17,21,30,42,45	6
소극적 대처	정서완화적 대처	3,4,7,10,11,12,13,14,15,16,18,20, 23,24,27,31,32,36,40,41,43,44,47	23
	소망적사고	26,38,49,51,52,54,55,56,57,	12
		58,60,61	
합계			62

4) 군 적응

① 군적응 척도

군 생활에서의 적응을 측정하기 위해 Stauffer(1956)가 제작한 군 생활 적응 검사를 신태수(1981)가 한국군 실정에 맞게 번안한 것을 수정·보안하여 사용하였다. 각 하위척도는 다음과 같다.

1. 심신의 상태: 정신적, 육체적 건강과 정신적 생활상태 등을 의미한다.
2. 임무 수행 의지 : 군인의 사명감을 측정하는 것으로 역할면, 자발성, 자신감, 임무수행, 소속집단 등을 의미한다.
3. 직책과 직무만족: 직책만족, 능력 발휘 인식여부, 업무의 중요성, 업무의 가치여부, 업무에 대한 관심도, 타 보직 희망정도, 직무관여도 등을 의미한다.
4. 군 조직 환경에 대한 태도: 조직 운영면, 대우의 공정성, 조직의 활동면, 훈련정도 및 군기상태, 하사관의 능력, 하사관의 일체감, 간부에 대한 인식, 장교의 리더쉽, 진급제도면, 후생복지면, 명령의 수용도, 군에 대한 인상을 의미한다.

신태수의 척도의 경우 총 26문항으로 구성되어 있었으나, 안면 타당도가 낮은 문항을 수정·보안 한 후 문항 분석을 실시하여 상관이 낮은 문항을 제거하고 신뢰도를 측정하여 사용하였다. 상관이 낮은 한 문항을 제외하고 총 29문항을 사용하였다. 척도는 Likert 식 5점 척도 점수가 높을수록 적응이 잘된 것으로 측정된다. 본 연구에서 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .92$ 였다.

② 우울 척도 (BDI; Beck Depression Inventory)

임상적 우울증상을 토대로 만든 것으로서 우울증의 정도를 특정하였다. 본 연구에서는 Beck 등(1967)의 우울증 척도 한국판을 사용하였다. 정서적, 인지적, 동기적, 생리적 증후군을 나타내는 21개의 문항으로 되어있으며, 점수 범위는 0~63점까지 있을 수 있다. 점수 해석은 0~9는 우울하지 않은 상태, 16~23은 경미한 우울 상태, 24~63는 심각한 우울상태로 해석된다. 점수가 높을수록 우울증적 경향이 강한 것이다.

본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .90$ 이었다.

3. 통계처리 및 자료 분석

본 연구에서는 측정도구의 신뢰도 분석과 연구문제 해결을 위해 SPSS 15.0 과 AMOS 7.0 통계 프로그램을 사용하였다. 본 연구에서 사용한 통계기법은 다음과 같다.

첫째, 인구 통계변수 처리를 위해 빈도 분석 등의 기술 통계방법을 사용했다.

둘째, 각 척도의 신뢰도 검증을 위해 내적 일관성을 측정하는 Cronbach's Alpha를 이용한 신뢰도 검사를 실시하였다.

셋째, 연구 모형과 가설을 검증하기 위한 과정에서 각 변인간의 상관분석을 실시하였다.

넷째, 병사의 성격특성, 사회적 지지, 스트레스 대처방식과 군 생활 적응간의 관계를 나타내는 연구모형을 검증하기 위해 구조방정식 모형을 검증하였다.

IV. 연구결과

1. 병사들의 인구사회학적 특성

인구통계학적 변인들의 특성을 탐색하기 위하여 빈도분석을 실시하였으며, 그 결과는 다음 표와 같다. <표 3>

조사대상 병사들의 연령은 만 19세~만 27세로 분포되었으며, 만 20세~만 22세가 전체의 85.4%를 차지하고 있다.

계급은 병장이 14.8%, 상병이 23.3%, 일병이 42.5%, 이병이 19.5%로 나타났다. 병과를 보면 전투분야의 임무를 수행하는 전투병과가 69.8%로 가장 높게 나타났으며, 전투력 유지를 위한 장비의 운용에 관련된 기술병과가 13.9%, 행정지원을 담당하는 행정병과가 9.6%, 그 외의 기타 병과가 6.7%의 분포를 보였다.

학력을 보면, 고졸이 20.1%이며, 대학 재학 중이 77.2%로 가장 높게 나타났으며, 대학졸업 2%, 대학원 재학 이상이 0.7%로 나타났다. 종교유형은 기독교가 34.2%, 불교 15.9%, 카톨릭 10.1%, 무교 38.7%로 분포하였으며, 가정의 월수입은 100만원 미만이 5.6%, 100만원 이상~150만원 미만 16.6%, 150만원 이상~200만원 미만이 26.2%, 200만원 이상~250만원 미만이 24.2%, 300만원 이상이 27.5%로 나타났다.

<표 3> 연구대상의 인구통계학적 특징

특성	구분	사례수(명)	비율(%)
계급	병장	66	14.8
	상병	104	23.3
	일병	190	42.5

	이병	87	19.5
병과	전투병과	312	69.8
	기술병과	62	13.9
	행정병과	43	9.6
	기타	30	6.7
연령	만19세	30	6.7
	만20세	147	32.9
	만21세	157	35.1
	만22세	78	17.4
	만23세	22	4.9
	만24세	6	1.3
	만25세	4	0.9
학력	만27세	3	0.7
	고졸	90	20.1
	대학(전문대)재학중	345	77.2
	대학(전문대)졸업	9	2
종교	대학원 재학중	3	0.7
	기독교	153	34.2
	불교	71	15.9
	카톨릭	45	10.1
	무교	173	38.7
수입	기타	5	1.1
	100만원미만	25	5.6
	100만원이상-150만원미만	74	16.6
	150만원이상-200만원미만	117	26.2
	200만원이상-300만원미만	108	24.2
	300만원이상	123	27.5

2. 측정척도의 신뢰도 분석

본 연구에서는 측정도구의 신뢰성을 측정하기 위해 내적일관성을 보여주는 Cronbach's Alpha(α) 값을 사용하였다. <표 4>에 자존감, 내적통제, 사회적 지지, 적극적 대처, 우울에 대한 신뢰도 분석결과가 제시되어 있다.

<표 4> 각 척도들에 대한 신뢰도 분석 결과

개념	신뢰도(α)
----	-----------------

내적통제		0.909
자존감		0.570
사회적지지	도구적지지	0.692
	평가적지지	0.668
	정서적지지	0.706
	정보적지지	0.692
적극적 대처	문제중심적대처	0.896
	사회적지지추구	0.734
우울		0.904
균적응척도		0.925

균적응 척도의 경우 기존의 신태수의 균적응 척도를 수정 보완하여 사용하였기 때문에 신뢰도 외에 각 문항에 대한 상관분석을 실시하였으며, <표 5 >에 제시하였다.

대부분의 문항이 유의한 수준의 상관을 보였으나 27번 문항의 경우 유의하지 않은 낮은 상관($r=-0.09$)을 보였으므로 27번 문항을 제외시켰으며, 27번 문항을 제외시킨 신뢰도는 $\alpha=.925$ 로 나타났다.

<표 5> 균적응 척도 문항별 분석 결과

번호	문항내용	M(SD)	문항	
			전체상관	제거시 α
1	일반적으로 부대에서의 일상생활이 명랑하다	3.36(1.00)	0.54	0.91
2	일반적으로 부대 업무 외에 틈나는 시간은 나의 개인적 발전을 위해 보람 있게 쓰려고 애쓴다.	3.50(1.00)	0.40	0.92
3	요즘 신체적 컨디션은 좋다.	3.03(1.13)	0.57	0.91
4	나는 일과시간이 끝나더라도 주어진 임무를 성실히 끝낼 것이다.	3.43(0.98)	0.51	0.91
5	내동료가 작업을 하고 있을 경우 기꺼이 도와준다.	3.77(0.84)	0.48	0.92
6	나는 내 개인정비 시간에 주특기 공부를 꾸준히 한다.	2.54(0.99)	0.37	0.92
7	나는 개인 주특기 훈련시간이나 병 기본	3.36(0.92)	0.46	0.92

교육에 적극적으로 임하고 있다.

8	일반적으로 군대에서는 나의 능력을 발휘 할 수 있는 기회가 많다.	2.91(1.11)	0.61	0.91
9	현재 나의 직책은 다른 직책에 비하여 만족스럽다	3.35(1.12)	0.60	0.91
10	군대에서 전투임무를 수행하는데 있어 나의 직책이 중요하다고 본다.	3.82(1.00)	0.49	0.92
11	군대에서 내가 맡고 있는 일은 가치 있다고 생각한다.	3.28(1.14)	0.69	0.91
12	군대에서 내가 맡고 있는 일은 가치 있다고 생각한다.	3.48(1.15)	0.65	0.91
13	만일 나에게 직책을 바꿀 수 있는 기회가 주어진다 해도 바꾸지 않겠다.	3.24(1.31)	0.48	0.92
14	나는 군대에서 맡은 일에 최선을 다한다고 생각한다.	3.61(0.90)	0.56	0.91
15	나는 임무수행에 크게 부담을 느끼지 않는다.	3.17(1.07)	0.40	0.92
16	대체로 나는 상급자들로 부터 공정한 대우를 받는다고 생각한다.	3.28(1.05)	0.58	0.91
17	대체로 나는 후임들로부터 존중 받는다고 생각한다.	3.40(0.92)	0.51	0.91
18	작업, 훈련, 근무 시간 등이 의미 있게 쓰인다고 생각한다.	2.94(1.12)	0.64	0.91
19	우리 부대 훈련정도 와 근무상태는 대체로 양호하다고 생각한다.	3.38(1.02)	0.54	0.91
20	나는 간부들의 임무수행 능력을 신뢰한다.	3.05(1.09)	0.55	0.91
21	우리 중대의 간부들은 부하들에게 개인적 관심을 가지고 있다.	3.13(1.10)	0.54	0.91
22	우리 중대의 간부들은 부하들에게 한번 약속했던 일은 끝까지 지킨다.	2.92(1.14)	0.51	0.91
23	우리 부대는 사병복지를 위해 최선을 다하고 있다고 생각한다.	2.91(1.04)	0.52	0.91
24	상관으로부터 부당한 명령이나 지시를 받았을 때도 나의 심정은 별로 괴롭지 않다.	2.56(1.04)	0.36	0.92
25	나는 휴가를 나갔을 때 우리 부대원들과 어울리고 싶다.	3.38(1.05)	0.46	0.92
26	나는 후임이 실수를 하더라도 친절하게 가르쳐 줄 수 있다.	3.62(0.96)	0.35	0.92
27	나는 바깥 사회에서의 문제 때문에 가슴이 답답할 때가 많다.	2.80(1.20)	-0.09	0.92
28	나는 전역 후 사회 진출했을 때 군대 생활이 도움이 많이 될 것이라고 생각한다.	3.42(1.10)	0.61	0.91

29	제대하고 나의 군대에 대한 인상은 아주 좋을 것이다	3.09(1.09)	0.67	0.91
30	제대 후 전후들이 그리울 것 같다.	3.72(1.04)	0.49	0.92

신뢰도 분석 결과 대부분의 개념들의 신뢰도는 양호한 편으로 나타났고, Nunnally(1967)가 제시한 최소 신뢰도 수준인 0.5를 모두 확보하였다.

3. 가설검증

(1) 상관관계검증

본 연구의 가설에 대한 검증에 앞서 연구에 사용된 변인들간의 관련성을 확인하기 위해서 Pearson 상관분석을 실시하였으며, 그 결과를 <표 6>에 제시하였다.

결과를 살펴보면, 성격특성인 자존감과 내적통제는 결과변인인 군적응 척도와 유의미한 정적상관을 보이고 있으며 내적통제와 우울은 유의미한 부적상관을 보였지만 자존감의 경우 그 상관 정도가 유의미하지 않았다.

매개요인인 사회적 지지와 적극적 대처는 성격특성 요인인 자존감, 내적통제와 유의미한 정적상관을 보였으며, 결과요인인 군적응 척도와는 유의미한 정적상관, 우울과는 부적 상관을 보였다.

<표 6> 연구에 포함된 변인들 간의 상관계수

	평균	표준 편차	1	2	3	4	5	6
1	24.23	3.05	1					
2	80.01	10.58	.292**	1				
3	84.51	11.66	.236**	.421**	1			
4	69.73	12.81	.255**	.385**	.398**	1		
5	94.72	17.30	.204**	.371**	.501**	.388**	1	

6	8.15	7.98	-0.069	-.363**	-.393**	-.265**	-.504**	1
---	------	------	--------	---------	---------	---------	---------	---

** p<.01

1. 자존감 2. 내적통제 3. 사회적지지 4. 적극적대처 5. 균적응척도 6. 우울

(2) 모형검증

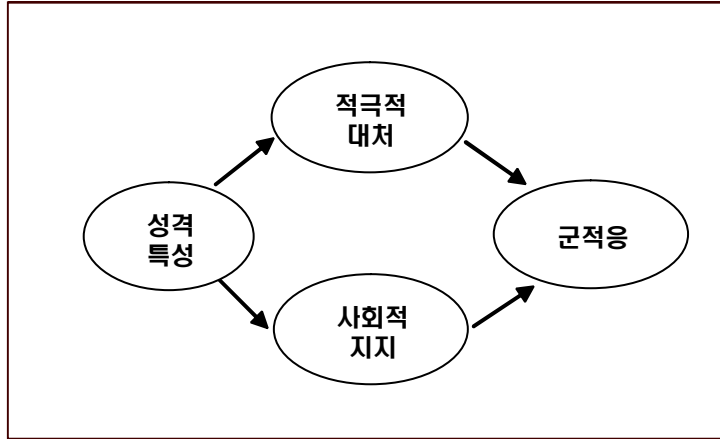
구조 방정식 모형은 4개의 잠재변인을 포함하고 있다. 외생변인과 내생변인은 관찰변인에 의해 측정되었다. 본 연구에서 포함된 구성개념은 성격특성, 사회적 지지, 대처방식, 적응 세 가지로 구성되었는데, 사회적 지지는 4개의 측정변인으로 구성되어 있고, 성격은 2개의 측정변인, 대처방식은 2개의 측정변인, 균 적응은 2개의 측정변인으로 구성되어 있다.

구조 방정식 모형을 분석 할 때 하나의 모델만을 추정하는 경우는 드물며, 실제로 제안모델에 비해 대안 모델을 선택하는 경우가 많다. 구조방정식 모델은 관련 이론과 사전 연구를 토대로 제안 모델을 구축하고 이러한 모델을 다른 이론적 명제, 기타 문헌에서의 반박주장 및 간명도의 원리에 따라 여태 경쟁 모델과의 비교를 통해 검증하는 경쟁 모델 접근법이 바람직하다(김계수, 2004). 이에 본 연구에서는 이론적 배경 및 선행 연구들을 바탕으로 설정된 변인들의 관계성에 대한 검증을 위해 두 개의 모형을 설정하여 분석하였다.

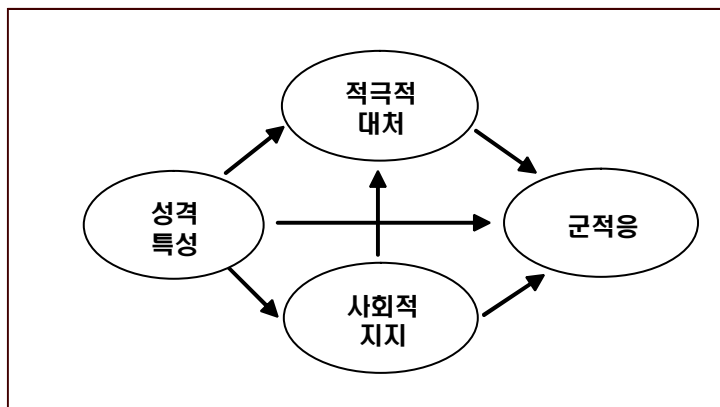
제안 모형은 성격 특성이 적극적 대처와 사회적 지지를 통해 균 적응에 영향을 주는 것으로 설정하였으며, 대안 모형은 성격 특성이 사회적 지지와 적극적 대처방식을 통해 직 간접적으로 균적응에 영향을 주며, 사회적 지지도 적극적 대처를 통해 직 간접적으로 균 적응에 영향을 주는 것으로 설정하였다.

본 연구에서 설정한 두 개의 모형을 표현하면 다음과 같다.

<그림 3> 제안모형



<그림 4> 대안모형



이론에 근거한 이론모형을 검증하기 위하여, AMOS(Analysis of Moment Structure) 7.0 의 최대우도법(Maximum Likelihood)을 사용하여 구조모형 방정식 검증을 실시하였다. 구조 방정식 모형의 적합도는 χ^2 , GFI(Goodness of fit),

CFI(Comparative fit index), RMSES(Root mean square error of approximation), TLI(Tucker-Lewis index)을 함께 사용하였다.

GFI는 주어진 모형이 전체 자료를 얼마나 잘 설명하는지를 나타내는 지표로 다변량 정규분포의 위반에 별 영향을 받지 않으며, 표본 크기의 영향을 받지 않는다. GFI는 0~1의 값을 갖는데 0.9이상의 값을 가질 때 그 모형의 적합도가 좋은 것으로 간주한다.

CFI는 “전집에서 모형오류는 0이다” 라는 χ^2 의 기준을 보다 현실적인 가정에 기초한 비중심적 χ^2 분포를 바탕으로 계산되는 것으로 대략 0.9 이상이면 그 모형의 적합도를 좋은 것으로 간주한다.

RMSEA는 표본크기가 상당히 큰 제안모형을 기각시키는 χ^2 통계량의 한계를 극복하기 위해 개발된 적합지수로 표본크기의 영향을 받지 않을 뿐 아니라 모형의 간병성도 고려하여 측정된다. 0.05이하일 때 매우 좋은 적합도로 간주되며 0.05~1사이일 때 자료에 적합한 것으로 간주된다.

TLI은 제안 모형과 기초모형의 비교와 간명도를 결합하여 측정한 것으로 일반적으로 0~1의 범위를 가지며 0.9이상이면 적합도가 좋은 것으로 간주한다.

모형의 적합도를 위의 적합도 지수에 의해 분석한 결과는 다음 <표 7> 와 같다.

<표 7> 가설검증을 위한 2개 모형의 적합도 분석 결과

모형	χ^2	df	GFI	TLI	CFI	RMSEA
제안모형	102.488	31	0.957	0.952	0.967	0.72
대안모형	94.681	29	0.96	0.953	0.97	0.71

모형

들의 비교를 통해 최종적인 모형을 선택하는데 있어, 대안모형과 제안모형이 서로 내포되어 있을 경우 χ^2 차이 검증을 통해 통계적인 기준과 간명도의 원리에 따라 모형을 선택하는 것이 가능하다. 즉, 모형들이 서로 내포되어 있을 때 두 모형의 χ^2 의 차이는 또 하나의 χ^2 이며 이 χ^2 차이의 자유도는 두 모형의 자유도 차이와 같은데, 이 때 두 모형간의 χ^2 차이가 유의미하면 계수가 더 적은 모형이 유의

미하게 열등하다는 것을 의미하기 때문에 자유도가 작은 모형을 선택하게 된다. 반면, 두 모형의 χ^2 차이가 유의하지 않으면 두 모형의 합치도가 유사하다는 것을 의미하고, 이렇게 두 모형간 합치도 차이가 없을 때에는 “간결의 원칙 (principle of parsimony)”에 의하여 더 간단한 모형 즉, 계수가 더 작은 모형(자유도가 더 큰 모형)이 선호된다(박광배, 2000). 또한 각 변인들 간의 통계적인 유의미성이 고려되어야 한다.

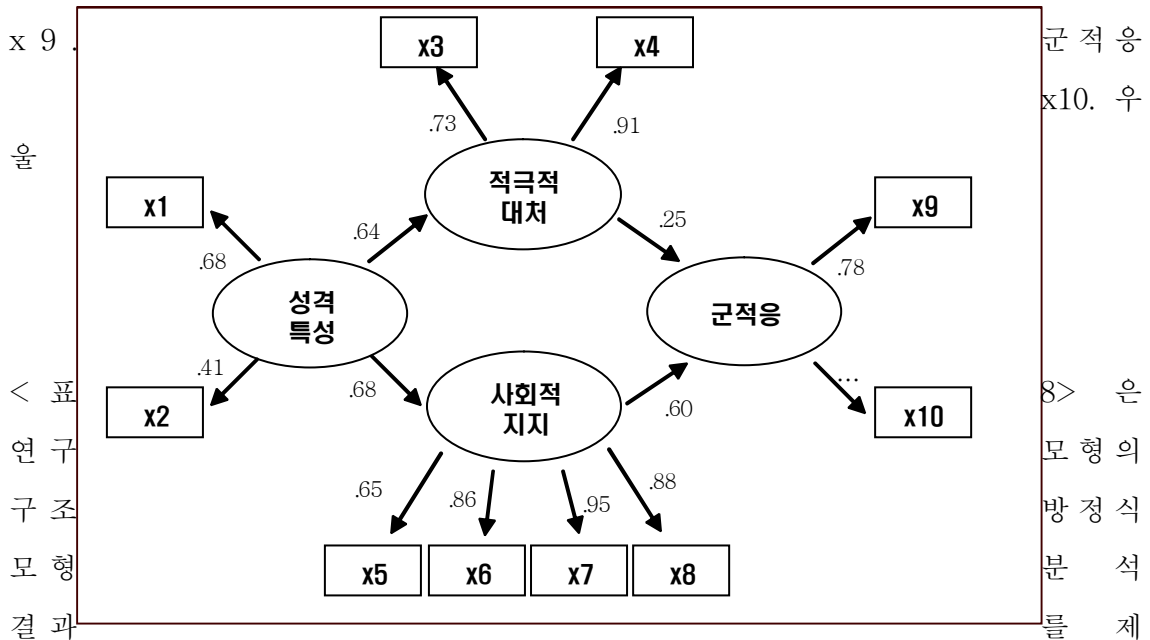
각 모형에 대한 적합도 검증을 제시한 <표 5>를 살펴보면, 우선 모형1과 제안모형을 비교해 볼 때, 제안모형의 적합도 지수들은 GFI, TLI, CFI 모두에서 .90 이상으로 수용 준거를 만족하고 있으며, RMSEA도 수용 준거인 .05~.1.0 사이의 값을 나타내고 있기 때문에 적절한 모형으로 볼 수 있다. 또 대안모형 역시 GFI, TLI, CFI 모두에서 .90이상, RMSEA .05~.08 사이의 적합도 지수를 보여주고 있기 때문에 자료의 적합도 지수상의 차이가 만족할 만큼 크지 않았다. 이에 제안모형과 대안모형간의 차이를 체계적으로 규명하기 위해 χ^2 차이검증을 실시하였다. 제안모형과 대안모형의 $\Delta\chi^2$ 값은 7.801 (df=2)으로 유의하지 않은 것으로 나타났다.

또한 각 모형의 경로계수를 확인한 결과 대안모형의 경우 사회적지지에서 적극적 대처로의 경로계수와 성격 특성에서 군 적응으로의 경로계수가 유의하지 않은 것으로 나타났다. 이처럼 제안모형과 대안모형간 합치도 차이가 유의하지 않기 때문에, 간결의 원칙과 경로계수의 유의미 여부에 따라 제안모형을 수용하는 것이 바람직하다고 할 수 있다.

즉, 성격특성이 사회적 지지와 적극적 대처를 통해 군 적응에 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 최종적으로 선택된 모형의 표준화된 경로계수는 다음 <그림 5>에 제시되어있다.

<그림 5> 성격특성, 적극적 대처, 사회적 지지, 군적응의 관계모형

x1. 내적통제 x2. 자아존중감 x3. 사회적지지 추구 x4. 문제중심적 대처
 x5. 도구적지지 x6. 평가적지지 x7. 정서적지지 x8. 정보적지지



시한 것으로, 각 경로계수의 유의미성을 바탕으로 해서 본 연구에서 제안된 가설의 채택 여부에 대한 결과를 나타낸다.

먼저, 성격특성과 적극적 대처와의 관계를 살펴보면 성격특성에서 적극적 가는 경로계수는 0.642로 $p < 0.001$ 수준에서 유의미 하였고, 성격특성에서 사회적지지로 가는 경로계수는 $p < 0.001$ 수준에서 유의미 하였다. 따라서 성격 특성이 적극적 대처와 사회적 지지에 영향을 줄 것이라는 가설1이 채택되었다.

군적응에 영향을 주는 사회적 지지와 적극적 대처와의 관계를 살펴보면, 사회적 지지에서 군적응으로 가는 경로계수는 0.605로 $p < 0.001$ 수준에서 유의미 하였고, 적극적 대처에서 군적응으로 가는 경로계수는 0.254로 $p < 0.001$ 수준에서 유의미한 것으로 나타났다. 따라서 사회적 지지가 군적응에 영향을 미치고, 적극적 대처가

군적응에 영향을 미칠 것이라는 가설은 채택되었다.

세 번째로, 사회적 지지와 적극적 대처의 매개 역할을 살펴보면, 앞서 제시된 모형의 적합도 검증결과와 제안모형 경로계수의 유의미한 결과를 봤을 때, 성격특성과 군적응과의 관계에 있어서 사회적 지지와 적극적 대처의 매개 효과를 가정하는 가설이 채택되었다.

<표 8> 연구의 가설검증 결과

가설	경로	표준화된 경로계수	S.E.	C.R.	p	가설 검증
가설 1	성격 -----> 사회적 지지	0.680	0.255	6.543	***	채택
가설 2	성격 -----> 적극적 대처	0.642	0.736	6.426	***	채택
가설 3	적극적 대처 -----> 군적응	0.254	0.086	4.277	***	채택
가설 4	사회적 지지 -----> 군적응	0.605	0.255	10.36	***	채택
가설 5	성격 -----> 사회적 지지 -----> 군적응					채택
가설 6	성격 -----> 적극적 대처 -----> 군적응					채택

*** p<.001

V. 논의

1. 결론 및 논의

본 연구에서는 현재 복무중인 병사들을 대상으로 선행연구들을 통해 군 적응에 영향을 미치는 것으로 보고된 성격 특성, 사회적 지지, 스트레스 대처 방식의 요인들의 관련성을 살펴보고 구조모형을 검증함으로써 군적응에 대한 이해를 증진시키고자 하였다. 또한 이러한 연구결과를 바탕으로 군적응력을 높이기 위한 실질적 방안을 모색에 기여하고자 하였다.

본 연구에서 실시한 분석의 과정과 그 결과는 다음과 같다.

첫째, 변인간 관계를 검증하기 앞서 각 측정도구에 대한 신뢰성을 검증하기 위해 내적일관성을 나타내는 Cronbach's Alpha값을 구하였다. 신뢰도 측정 결과 모든 개념 척도의 신뢰도는 $\alpha = .50$ 이상으로 양호한 것으로 나타났다. 또한 군적응 척도의 경우 기존의 척도를 수정·보완하였기 때문에 문항 분석을 실시하였으며, 상관이 낮은 문항을 제외함으로써 적절한 신뢰수준을 확보하였다 ($\alpha = .925$).

분석의 두 번째 단계에서는 상관검증을 통해 전체 변인들 간의 관계를 살펴보았다. 성격특성인 자존감과 내적통제는 결과변인인 군적응과 유의미한 정적상관을 보이고 있으며 내적통제와 우울은 유의미한 부적상관을 보였지만 자존감의 경우 그 상관 정도가 유의미하지 않았다. 이와 같은 상관 연구의 결과는 자아존중감이 높을수록 군적응 수준이 높다는 김혜정(2006)의 연구 결과와 일치한다. 그러나 자아존중감과 우울간의 상관이 유의미하지 않았는데 이는 자아존중감척도의 다른 척도들에 비해 낮은 수준의 신뢰도의 영향이 있었을 것으로 생각된다. 내적통제성과 적응과의 상관은 내적통제성을 병사들의 적응을 예언하는 요인으로 밝힌 박선하(1997)의 결과와 일치한다.

매개요인인 사회적 지지와 적극적 대처는 성격특성 요인인 자존감, 내적통제와 유의미한 정적상관을 보였으며, 결과요인인 군적응 척도와는 유의미한 정적상관,

우울과는 부적 상관을 보였다.

셋째, 본 연구의 연구모형과 가설을 검증하기 위해 구조방정식 모형 검증 및 경로분석을 실시하였다. 성격특성이 사회적 지지와 적극적 대처를 통해 적응에 영향을 미치는 대안모형의 모델링 결과, GFI, TLI, CFI가 모두 허용 수준인 .90에 포함되었고, RMSEA 지수 역시 1.0 이하로 허용수준에 포함되었다. 또한 모든 경로계수가 $p < .001$ 수준에서 유의미하였기 때문에 대안모형을 채택하였다. 연구자가 설정한 가설 검증 결과 성격 특성이 사회적 지지와 적극적 대처에 영향을 미친다는 가설 1이 채택되었으며, 적극적 대처와 사회적 지지의 매개역할을 가정한 모형에서 모든 적합도 지수가 허용 수준에 포함되었기 때문에 가설 2도 채택되었다. 즉, 성격 특성이 사회적 지지와 적극적 대처의 매개효과를 통해 군적응에 영향 미친다고 볼 수 있다.

이는 Holanhan & Moos(1991)의 구조방정식 모형을 기반으로 한 이전아의 연구에서 높은 스트레스 하에서 성격특성이 사회적 지지와 스트레스 대처방식을 매개로 정신건강에 영향을 미친다는 연구 결과와 일치된다. 또한 아동을 대상으로 한 여영진(2003)의 성격특성이 사회적지지에 영향을 미치며, 스트레스 대처행동에 영향을 미친다는 결과와도 일치되는 것이다.

본 연구는 다음과 같은 시사점을 갖는다.

첫째, 병사들의 군 적응과 관련된 선행 연구들이 군 적응에 영향을 미치는 성격 특성, 사회적 지지, 대처방식과 같은 요인들이 각각 적응에 미치는 영향에 대해 알아본 것과 달리 각 요인들 간의 관련성과 경로를 구조 모형을 통해 검증함으로써 그 이해를 확장시켰다고 할 수 있다.

둘째, 성격 요인이 군적응에 직접적 영향을 주는 것이 아니라 적극적 대처나 사회적 지지를 통해 간접적으로 군적응에 영향을 준다는 본 연구의 결과는 성격 특성과 적응 간의 관련성에 대한 연구에 제한적 가치를 시사하는 것이다.

즉, 적응의 어려움을 겪는 경우 개인의 안정적인 측면인 성격 특성에 초점을 맞추기 보다 군 내부에서의 사회적 지지 체계를 확보하고 스트레스에 대한 반응으로 사용할 수 있는 적극적 대처방안을 훈련하는 등으로의 개입이 도움이 될 것으

로 생각된다.

2. 연구의 제한점 및 제언

본 연구의 제한점과 후속 연구에 대한 제언은 다음과 같다.

첫째, 연구방법상의 한계로 횡단연구방법을 사용함으로써, 군 적응에 영향을 미치는 요인들을 선명하는데 시간적으로 선행하는 전후 관계를 확인하지 못했다는 점이다.

둘째, 자기보고식 설문을 통해 측정하였기 때문에 설문 내용에 대한 비밀성 보장의 언급에도 불구하고 군조직의 특성에 의해 사회적 바람직성에 영향을 받아 반응왜곡 가능성이 있고, 공통방법으로 인한 편향의 영향역시 배제할 수 없다. 따라서 추후 연구에서는 자기 보고식 설문 방법 이외의 다양한 측정방법을 개발하고 사용할 필요가 있다.

셋째, 본 연구는 일부지역의 육군부대를 편의 추출하였으므로 본 연구결과를 전 육군부대 병사들에게 일반화하여 해석하기 어려운 제한점이 있다.

넷째, 성격 특성의 요인으로 강인성이나 정서성 내향성·외향성과 같은 안정적인 성격특성을 잘 구현하는 요인들을 추가하여 연구할 것이 제안된다.

다섯째, 군대에서도 지각하는 스트레스의 수준이 다를 수 있으므로, 스트레스의 수준을 나누어 적응에 영향을 미치는 요인들의 상관성을 알아보는 것이 필요할 것으로 생각된다.

참고문헌

- 구승신(2004). 신세대 병사의 군 생활 적응에 관한 연구. 이화여자대학교 박사학위 논문.
- 권석만(2007). 우울증. 학지사.
- 권승미(2003). 병사들의 스트레스와 사회적 지지가 정서적 상태에 미치는 영향. 경북대학교 석사학위 청구논문.
- 김계수(2006). Amos 구조방정식 모형분석. 한나래.
- 김상훈(1987). 병사들의 스트레스 해소방안에 관한 실증적 연구. 전남대학교 석사학위 청구논문.
- 김선옥(1991). 일부 청년기 대상자의 스트레스에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위 청구논문.
- 김윤근(2007). 병사들의 군 적응유연성에 영향을 주는 보호요인과 위험요인의 관계. 서울대학교 석사학위 청구논문.
- 김윤희(1991). 병사들의 스트레스 관리에 관한 연구. 전남대학교 석사학위 청구논문.
- 김정희(1995). 스트레스 평가와 대처의 정서적 경험에 대한 관계. 한국심리학회지: 상담과 심리치료, Vol 7(1), page 44~69.
- 김정희, 이장호(1985). 스트레스 대처방식의 구성요인 및 우울과의 관계. 고려대학교 행동과학연구소: 행동과학연구 7
- 김정희(1987). 지각된 스트레스, 인지세트 및 대처방식의 영향에 대한 작용. 서울대학교 박사학위 청구논문.
- 김혜정(2006). 병사들의 사회적 지지와 자아존중감이 임파워먼트 및 군생활 적응에 미치는 영향. 경북대학교 석사학위 청구논문.
- 김홍수(1990). 군 조직에서의 병사들의 스트레스 관리에 관한 연구. 고려대학교 석사학위 청구논문.
- 나원대(2006). 부적응 병사 조기 적응을 위한 사회복지사 활용방안. 고려대학교 석사학위 청구논문.
- 박광배(2000). 다변량 분석. 학지사.

- 박선하(1997). 병사들의 적응과 관련된 변인 연구. 고려대학교 석사학위 청구 논문.
- 박현철(2000). 군인의 삶의 질 향상에 관한 연구.
- 배병렬(2005). 구조방정식모델 이해와 활용. 도서출판 청람.
- 손희락(2001). 신세대 장병의 스트레스가 부대적응도에 미치는 영향에 관한 연구. 연세대학교 석사학위 청구논문.
- 신응섭(1998). 군복무 부적응자의 심리적 특성 분석, 서울: 육군사관학교 화랑대연구소.
- 신태수(1981). 군대조직 구성원의 자아정체감과 군대생활에의 적응과의 연계 연구. 연세대학교 석사학위 청구 논문.
- 여영진(2003). 아동의 성격특성 및 사회적지지 지각과 스트레스 대처행동과의 관계. 숙명여자대학교 석사학위 청구논문.
- 유병국(2006). 적응장애로 입원한 병사와 일반병사의 정신병리 비교분석. 아주대학교 석사학위 청구논문.
- 유성경, 홍세희, 최보운(2004). 가정의 위험요소와 적응의 관계에서 자아 탄력성, 애착, 실존적 영성의 매개효과 검증. 한국교육심리학회지. Vol. 18, No. 1, page 393~408.
- 육군 제 3사관학교 (1998). 군대생활과 심리학. 서울: 공학사.
- 윤기현(2004). 군 병사의 자살사고 원인분석과 예방대책: 육군 현역을 중심으로. 성균관대학교 석사학위 청구논문.
- 이경아·정현희(1998). 스트레스, 자아존중감 및 사회적 지지가 청소년의 학교 적응에 미치는 영향. 한국심리학회지. 연차대회 학술발표논문집, page 693~704.
- 이옥주(2003). 성격특성과 스트레스 대처양식이 학교 적응에 미치는 영향. 사회·성격심리학회지. Vol.17, No. 3, page 77~85.
- 이전아, 김영환(2002). 스트레스 적응에서 성격특성, 사회적지지, 대처방략의 구조 모형적접근. 한국심리학회지. 연차학술발표대회 논문집, Vol.2002, No.0 page 549~561.
- 정희정, 경북대학교 대학원 (2007). 군 장병의 스트레스 대처유형과 군 생활 적응. 경북대학교 석사학위 청구논문.

조순영(2003). 병사들의 건강증진 행위, 정신건강, 군 생활 적응과의 관계. 연세대학교 석사학위 청구논문.

현혜순(2007). 병사의 지각된 스트레스와 스트레스 반응에 대한 연구. 서울대학교 석사학위 청구논문.

홍세희(2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. 한국임상심리학회지. Vol. 19, No.1, page 161~177.

홍세희(2000). 문항반응 이론과 요인분석을 이용한 척도 개발 및 타당화. 한국임상심리학회, 3차 workshop.

Fisher, S.(1986) Stress and strategy. Lodon: LEA.

Fischer, J. D., & Baron, R. M. (1982), An equity-based model of vandalism, *PopulationandEnviornments*,182-200.

Fischer, K. W., & Tangney, J. P. (1995). Self-conscious emotions and the affect revolution: Framework and overview. In J. P. Tangney & K. W. Fisher (Eds.), Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride (pp. 3 - 22). New York: Guilford Press.

Folkman, S.(1984) Personality characteristics and coping pattern. *Journal of Health and Social Behavior*, 25, 229-224.

Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Personality and Psychology*,46, 839-852.

Holahan. C. J., & Moos, R. h. (1987). Interaction of cognitive appraisals of stressful events and coping: Testing the goodness of fit hypothesis: *Cognitive Therapy and Research*, 11, 473-485.

Holahan. C. J., & Moos, R. h. (1990). Life stressor, resistance factor, and psychological health: An extension of the stress-resistance paradigm. *Journal of personality and social psychology*, 58, 909-917.

Holahan. C. J., & Moos, R. h. (1991). Life stressors, personal and social resources, and depression: A 4-year structural model.

Journal of abnormal Psychology, 100, page 31~38.

Lazarus R. S.. & Folkman. s (1991). 스트레스와 평가 그리고 대처, 대광
문화사 page182-192.

Thoist. P.A. (1995). Stress, coping and social support process :
Where are we? What next?. *Journal of Health society behavior,*
page 55~79.

ABSTRACT

Effects of Personality Traits, Social Support and Coping Strategies on Soldiers Adjusting to Military Life

Joo Hee, Lee

Department of psychology

The Graduate School of

Sungshin Women's University

This study examines correlations among three factors that reportedly affect adjustment to military life: personality traits, social support and stress management. The study also attempts to validate the structural model to enhance understanding of the process of adjusting to the military life.

The subjects of the study were 477 listed soldiers from private to sergeant

currently stationed and serving in an army post in Gangwon-Do, Korea.

The following tools were used for this study. Based on self-inventory questionnaires, evaluations were made regarding self esteem, locus of control, social support, coping strategies, adaptation to military life and depression.

Reliability of each criterion was evaluated based on reliability examination, correlations among parameters were analyzed, and the structural equation model was validated to verify the research model. The compiled data were analyzed with statistics programs SPSS 15.0 and AMOS 7.0.

The results of the study can be summarized as follows.

First, personality traits such as internal control and self respect have significant influence on social support and taking proactive actions. In other words, personality traits encourage individuals to seek social support and take active measures according to circumstances.

Second, personality traits affect adjusting to military life through social support and active measures, two factors indicated in this study to act as parameters between personality traits and adaptation.

This study emphasizes intervention such as establishment of a social support system and training for taking necessary actions as limitations of studies dealing with personality traits and adaptation. Since the subjects of this study were chosen from an army based in a single location for convenience' sake, it may be difficult to generalize the results to analyze the entire military. Furthermore, evaluations made based on self-inventory questionnaires may have been affected by social desirability and the reactions could have been subject to distortion. It is therefore necessary to make developments to overcome such limitations in methodology.

부 록

1. 인구통계학적 변인
2. 자아존중감 척도
3. 통제부위 신념검사
4. 우울척도 (BDI)
5. 사회적 지지 척도
6. 스트레스 대처방식 척도
7. 균적응 척도

[설문지]

군 생활에 관한 설문

안녕하십니까?

귀하의 소중한 시간을 내 주셔서 감사합니다.

이 설문은 여러분이 군 생활 중 느끼신 점을 종합하여 군 생활 적응의 도움 체계를 모색하는데 필요한 자료로 활용하기 위해 마련되었습니다.

본 설문은 무기명으로 응답하므로 **개인적 비밀은 절대 보장되며 부대별 비교를 하지 않을 것이며 학술적 목적 외에는 절대 사용되지 않습니다.**

각 문항에 대한 옳고 그른 기준이 없으므로 떠오르는 생각을 솔직하게 답변해 주시면 됩니다. 여러분의 솔직하고 성의 있는 응답이 우리 군의 발전을 위한 소중한 자료가 된다는 점을 생각하시어 한 문항도 빠짐없이 성실히 응답해 주시기 바랍니다.

설문에 응해 주셔서 감사합니다.



성신여자 대학교 심리학과 대학원

지도교수: 김정규

박사과정 연구자: 김주희

석사과정 연구자: 이주희

I. 다음은 귀하의 일반적인 사항입니다. 해당하는 곳에 V표를 해주시기 바랍니다.

1. 귀하의 나이는? 만 () 세

2. 귀하의 복무기간은? () 년 () 개월

3. 귀하의 계급은? _____

① 병장 ② 상병 ③ 일병 ④ 이병

4. 귀하의 병과는? ① 전투병과 ② 기술병과 ③ 행정병과 ⑤ 기타

5. 귀하의 가족의 한 달 평균 수입은 어느 정도입니까?

① 100만원 미만 ② 100-150만원 ③ 150-200만원
④ 200만원-300만원 ⑤ 300만원 이상

6. 귀하의 학력은?

① 고졸 이하 ② 대학(전문대 포함) 재학 중
③ 대학(전문대 포함) 졸업 ④ 대학원 재학 이상

7. 귀하의 현재 종교는?

① 기독교 ② 불교 ③ 가톨릭 ④ 무교 ⑤ 기타

II. 아래 문항들은 ‘여러분이 자신을 어떻게 보느냐’ 하는 자신에 대한 생각을 나타내는 문항입니다. 여러분의 생각을 잘 나타내 주는 란에 V표 해 주시기 바랍니다.

No	문항	대체로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	항상 그렇다.
1	나는 내가 다른 사람들처럼 가치 있는 사람이라고 생각한다.	①	②	③	④
2	나는 좋은 성품을 가졌다고 생각한다.	①	②	③	④
3	나는 대체적으로 실패한 사람이라는 느낌이 든다.	①	②	③	④
4	나는 대부분의 다른 사람들과 같이 일을 잘할 수가 있다.	①	②	③	④
5	나는 자랑할 것이 별로 없다.	①	②	③	④
6	나는 내 자신에 대하여 긍정적인 태도를 가지고 있다.	①	②	③	④
7	나는 내 자신에 대하여 대체로 만족한다.	①	②	③	④
8	나는 내 자신을 좀 더 존경할 수 있었으면 좋겠다.	①	②	③	④
9	나는 가끔 내 자신이 쓸모없는 사람이라고 느낌이 든다.	①	②	③	④
10	나는 때때로 내가 좋지 않은 사람이라고 생각한다.	①	②	③	④

Ⅲ. 아래 문항들은 당신이 평소 일상생활에서 일어나는 일들에 대해 어떻게 생각하는지를 알아보기 위한 것입니다. 여러분의 생각을 잘 나타내 주는 란에 V표 해 주시기 바랍니다.

No	문항	전혀 그렇지 않다	약한 그렇지 않다	보통 이다	약간 그렇 다	매우 그렇 다
1	목표 의식이 분명하면 성공한다.	①	②	③	④	⑤
2	노력하면 안되는 일이 없다	①	②	③	④	⑤
3	인간은 자기의 환경을 변화시킬 수 있다.	①	②	③	④	⑤
4	마음먹기에 따라서는 자기의 성격도 바꿀 수 있다.	①	②	③	④	⑤
5	인간의 능력은 노력에 따라 얼마든지 개발 된다.	①	②	③	④	⑤
6	운명이란 사람이 만들어 나가는 것이다.	①	②	③	④	⑤
7	긍정적인 태도를 가지면 어떤 어려움도 극복할 수 있다.	①	②	③	④	⑤
8	어떤 일이든 사람이 생각하기 나름이다.	①	②	③	④	⑤
9	선한 사람에게는 복이 있기 마련이다.	①	②	③	④	⑤
10	하늘은 스스로 돕는자를 돕는다.	①	②	③	④	⑤
11	모든 결과는 자기 탓이다.	①	②	③	④	⑤
12	최선을 다하는 사람은 뜻을 이룰 수 있	①	②	③	④	⑤

	다.					
13	자기의 인생은 자기에게 책임이 있다.	①	②	③	④	⑤
14	뜻이 있는 곳에 길이 있다.	①	②	③	④	⑤
15	노력은 성공의 어머니이다.	①	②	③	④	⑤
16	문을 두드리는 자에게 문은 열릴 것이다.	①	②	③	④	⑤
17	일의 실패를 개인의 탓으로 돌리는 것은 어리석다.	①	②	③	④	⑤
18	행복은 스스로 만들어 가는 것이다.	①	②	③	④	⑤
19	기쁜 마음으로 살아가면 기쁜 일이 더 많이 생긴다.	①	②	③	④	⑤
20	모든 일은 마음먹기 달렸다.	①	②	③	④	⑤
21	노력한다고 다 되는 것은 아니다.	①	②	③	④	⑤
22	세상일이란 그렇게 간단하지가 않다.	①	②	③	④	⑤
23	천운이 따르지 않으면 매사가 안 된다.	①	②	③	④	⑤
24	모든 사람에게는 어쩔 수 없는 운명이 있다.	①	②	③	④	⑤
25	사람들은 결국 팔자대로 산다.	①	②	③	④	⑤
26	자연의 섭리를 따라 살 수 밖에 없다.	①	②	③	④	⑤
27	세상일은 노력한다고 되는 것은 아니다.	①	②	③	④	⑤
28	지독하게도 운이 안 따르는 사람이 있다.	①	②	③	④	⑤

29	도대체 사람 마음대로 되는 일이 없다.	①	②	③	④	⑤
30	불행한 환경을 타고 나면 극복하기 어렵다.	①	②	③	④	⑤
31	주위 환경이 항상 걸림돌이 된다.	①	②	③	④	⑤
32	조물주의 뜻대로 살 뿐이다.	①	②	③	④	⑤
33	다른 사람의 도움 없이는 성공하기 어렵다.	①	②	③	④	⑤
34	매사의 운을 무시할 수 없다.	①	②	③	④	⑤
35	사람의 운명을 바꿀 수는 없다.	①	②	③	④	⑤
36	인간은 환경의 영향을 피할 수 없다.	①	②	③	④	⑤
37	부모의 경제력과 사회적 지위에 따라 자식의 인생은 거의 결정된다.	①	②	③	④	⑤
38	조상의 묘지 위치나 집터가 자손에게 영향을 미친다.	①	②	③	④	⑤
39	사주 관상을 무시할 수 없다.	①	②	③	④	⑤
40	타고난 대로 사는 것이 속 편하다.	①	②	③	④	⑤

IV. 다음 문항을 잘 읽어보시고 4개의 문항 중 최근의 자신에게 가장 적합하다고 생각되는 문항 1개만 선택하여 V표 해주십시오. (V표를 하기 전에 4문항을 전부 읽어보시고 1문항을 골라 주십시오)

1. 0) 나는 슬프지 않다.
 - 1) 나는 슬프다.
 - 2) 나는 항상 슬프고 기운을 낼 수 없다.
 - 3) 나는 너무나 슬프고 불행해서 도저히 견딜 수 없다.

2. 0) 나는 앞날에 대해서 별로 낙심하지 않는다.
 - 1) 나는 앞날에 대해서 용기가 나지 않는다.
 - 2) 나는 앞날에 대해 기대할 것이 아무것도 없다고 느낀다.
 - 3) 나의 앞날은 아주 절망적이고 나아질 가망이 없다고 느낀다.

3. 0) 나는 실패자라고 느끼지 않는다.
 - 1) 나는 보통 사람들보다 더 많이 실패할 것 같다.
 - 2) 내가 살아온 과거를 되돌아보면 실패투성이인 것 같다.
 - 3) 나는 인간으로 완전한 실패자라고 느낀다.

4. 0) 나는 전과 같이 일상생활에 만족하고 있다.
 - 1) 나의 일상생활은 예전처럼 즐겁지 않다.
 - 2) 나는 요즘에는 어떤 것에서도 별로 만족을 얻지 못한다.
 - 3) 나는 모든 것이 다 불만스럽고 싫증난다.

5. 0) 나는 특별히 죄책감을 느끼지 않는다.
 - 1) 나는 죄책감을 느낄 때가 있다.
 - 2) 나는 죄책감을 느낄 때가 아주 많다.
 - 3) 나는 항상 죄책감에 시달리고 있다.

6. 0) 나는 벌을 받고 있다고 느끼지 않는다.
 - 1) 나는 어쩌면 벌을 받을지도 모른다는 느낌이 든다.
 - 2) 나는 벌을 받을 것 같다.
 - 3) 나는 지금 벌을 받고 있다고 느낀다.

7. 0) 나는 나 자신에게 실망하지 않는다.
 - 1) 나는 나 자신에게 실망하고 있다.
 - 2) 나는 나 자신에게 화가 난다.
 - 3) 나는 나 자신을 증오했다.

8. 0) 내가 다른 사람보다 못한 것 같지는 않다.
 - 1) 나는 나의 약점이나 실수에 대해서 나 자신을 탓하는 편이다.
 - 2) 내가 한 일이 잘못되었을 때는 언제나 나를 탓한다.
 - 3) 일어나는 모든 나쁜 일들은 다 내 탓이다.

9. 0) 나는 자살 같은 것을 생각하지 않는다.
- 1) 나는 자살할 생각을 가끔 하지만, 실제로 하지는 않을 것이다.
 - 2) 자살하고 싶은 생각이 자주 든다.
 - 3) 나는 기회만 있으면 자살하겠다.
10. 0) 나는 평소보다 더 울지는 않는다.
- 1) 나는 전보다 더 많이 운다.
 - 2) 나는 요즈음 항상 운다.
 - 3) 나는 전에는 울고 싶을 때 울 수 있었지만, 요즈음은 울래야 울 기력조차 없다.
11. 0) 나는 요즈음 평소보다 더 짜증을 내는 편은 아니다.
- 1) 나는 전보다 더 쉽게 짜증이 나고 귀찮아진다.
 - 2) 나는 요즈음 항상 짜증을 내고 있다.
 - 3) 전에는 짜증스럽던 일에 요즘은 너무 지쳐서 짜증조차 나지 않는다.
12. 0) 나는 다른 사람들에 대한 관심을 잃지 않고 있다.
- 1) 나는 전보다 다른 사람에게 대한 관심이 줄었다.
 - 2) 나는 다른 사람들에 대한 관심이 거의 없어졌다.
 - 3) 나는 다른 사람들에 대한 관심이 완전히 없어졌다.
13. 0) 나는 평소처럼 결정을 잘 내린다.
- 1) 나는 결정을 미루는 때가 전보다 더 많다.
 - 2) 나는 전에 비해 결정 내리는 데에 더 큰 어려움을 느낀다.
 - 3) 나는 더 이상 아무 결정도 내릴 수가 없다.
14. 0) 나는 전보다 내 모습이 더 나빠졌다고 느끼고 있다.
- 1) 나는 나이 들어 보이거나 매력 없이 보일까봐 걱정한다.
 - 2) 나는 내 모습이 매력 없게 변해버린 것 같은 느낌이 든다.
 - 3) 나는 내가 추하게 보인다고 믿는다.
15. 0) 나는 전처럼 일을 할 수 있다.
- 1) 어떤 일을 시작하는 데에 전보다 많은 노력이 든다.

- 2) 무슨 일이든 하려면 나 자신을 매우 심하게 채찍질해야만 한다.
 - 3) 나는 전혀 아무 일도 할 수 없다.
16. 0) 나는 평소처럼 잠을 잘 잔다.
- 1) 나는 전에 만큼 잠을 자지는 못한다.
 - 2) 나는 전보다 한 두시간 일찍 깨고 다시 잠들기 어렵다.
 - 3) 나는 평소보다 몇 시간씩 일찍 깨고, 한번 깨면 다시 잠들 수 없다.
17. 0) 나는 평소보다 더 피곤하지는 않다.
- 1) 나는 전보다 더 쉽게 피곤해진다.
 - 2) 나는 무엇을 해도 피곤해진다.
 - 3) 나는 너무나 피곤해서 아무 일도 할 수 없다.
18. 0) 내 식욕은 평소와 다름없다.
- 1) 나는 요즈음 전보다 식욕이 좋지 않다.
 - 2) 나는 요즈음 식욕이 많이 떨어졌다.
 - 3) 요즈음에는 전혀 식욕이 없다.
19. 0) 요즈음 체중이 별로 줄지 않았다.
- 1) 전보다 몸무게가 1kg 가량 줄었다.
 - 2) 전보다 몸무게가 5kg 가량 줄었다.
 - 3) 전보다 몸무게가 7kg 가량 줄었다.
20. 0) 나는 건강에 대해 전보다 다 염려하고 있지는 않다.
- 1) 나는 여러 가지 통증, 소화불량, 변비 등과 같은 신체적 문제로 걱정하고 있다.
 - 2) 나는 건강이 염려되고 다른 일은 생각하기 힘들다.
 - 3) 나는 건강이 너무 염려되어 다른 일은 아무것도 생각할 수 없다.
21. 0) 나는 요즈음 성(sex)에 대한 관심에 별다른 변화가 없다고 생각한다.
- 1) 나는 전보다 성(sex)에 대한 관심이 줄었다.
 - 2) 나는 전보다 성(sex)에 대한 관심이 상당히 줄었다.
 - 3) 나는 성(sex)에 대한 관심을 완전히 잃었다.

V. 다음은 당신의 군 생활에서 관련을 맺고 있는 집단에 대한 질문입니다. 우선 각 집단별로 먼저 생각나는 한 사람을 생각하십시오. 그리고 다음 질문에 대한 여러분의 생각을 잘 나타내 주는 란에 V표 해 주시기 바랍니다.

간부가 나에게	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1. 내가 군 생활을 잘할 수 있도록 충고와 조언을 해준다.					
2. 내가 정서적으로 사랑을 받고 있다고 느끼게 해준다.					
3. 내가 필요할 때 물질적(음식, 돈 등)으로 도움을 준다.					
4. 나는 능력이나 자질에 대해 가치를 부여하고 존중해 준다.					
5. 접촉하는 빈도는? ①매일 ②일주일에 몇 번 ③ 한달에 몇 번 ④ 일년에 몇 번 ⑤ 없다.					

병이 나에게	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
6. 내가 군 생활을 잘할 수 있도록 충고와 조언을 해준다.					
7. 내가 정서적으로 사랑을 받고 있다고 느끼게 해준다.					
8. 내가 필요할 때 물질적(음식, 돈 등)으로 도움을 준다.					
9. 나는 능력이나 자질에 대해 가치를 부여하고 존중해 준다.					
10. 접촉하는 빈도는? ①매일 ②일주일에 몇 번 ③ 한달에 몇 번 ④ 일년에 몇 번 ⑤ 없다.					

친척이 나에게	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
16. 내가 군 생활을 잘할 수 있도록 충고와 조언을 해준다.					
17. 내가 정서적으로 사랑을 받고 있 다고 느끼게 해준다.					
18. 내가 필요할 때 물질적(음식, 돈 등) 으로 도움을 준다.					
19. 나는 능력이나 자질에 대해 가치 를 부여하고 존중해 준다.					
20. 접촉하는 빈도는? ①매일 ②일주일에 몇 번 ③ 한달에 몇 번 ④ 일년에 몇 번 ⑤ 없다.					

가족이 나에게	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
11. 내가 군 생활을 잘할 수 있도록 충고와 조언을 해준다.					
12. 내가 정서적으로 사랑을 받고 있 다고 느끼게 해준다.					
13. 내가 필요할 때 물질적(음식, 돈 등) 으로 도움을 준다.					
14. 나는 능력이나 자질에 대해 가치 를 부여하고 존중해 준다.					
15. 접촉하는 빈도는? ①매일 ②일주일에 몇 번 ③ 한달에 몇 번 ④ 일년에 몇 번 ⑤ 없다.					

사회친구가 나에게	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
21. 내가 군 생활을 잘할 수 있도록 충고와 조언을 해준다.					
22. 내가 정서적으로 사랑을 받고 있 다고 느끼게 해준다.					
23. 내가 필요할 때 물질적(음식, 돈 등) 으로 도움을 준다.					
24. 나는 능력이나 자질에 대해 가치 를 부여하고 존중해 준다.					
25. 접촉하는 빈도는? ①매일 ②일주일에 몇 번 ③ 한달에 몇 번 ④ 일년에 몇 번 ⑤ 없다.					

VI. 다음은 군 생활 중 스트레스 받은 사건을 생각하면서, 이 일을 다루어 나
가기 위하여 지금까지 어떠한 방법들을 사용해 왔는지를 해당되는 곳에 V
표 해주시기 바랍니다.

NO	문항	사용 하지 않음	약간 사용	어느 정도 사용	아주 많이 사용
1	다음에는 어떻게 해야 할 것인지에 대하여 전념한다.(다음단계의 준비)	①	②	③	④
2	그 문제를 더 잘 이해하기 위하여 그것을 자세히 분석해본다.	①	②	③	④
3	그 일을 잊기 위하여 다른 일을 하거나 다 른 활동을 한다.	①	②	③	④
4	시간이 지나면 달라질 것이라고 생각한다. -할 수 있는 일은 단지 기다리는 것 뿐이	①	②	③	④

	다.				
5	그 일에서 무엇인가 바람직한 것을 얻어 내려고 협상하거나 타협한다.	①	②	③	④
6	잘 안되리라 생각하지만, 적어도 무엇인가 해보기로 한다.	①	②	③	④
7	상대방이 마음을 바꾸도록 시도해 본다.	①	②	③	④
8	그 일에 대해 좀 더 알아보려고 누군가와 이야기 한다.	①	②	③	④
9	자신을 반성하거나 교훈을 얻는다.	①	②	③	④
10	최후의 수단을 쓰기 보다는 어느 정도 여지를 남겨둔다.	①	②	③	④
11	기적이 일어나기를 바란다.	①	②	③	④
12	운으로 돌린다. 때로는 운이 나쁠 때도 있으니까.	①	②	③	④
13	아무 일도 안 일어난 것처럼 군다.	①	②	③	④
14	내 감정을 아무에게도 알리지 않으려고 노력한다.	①	②	③	④
15	보통 때보다 더 오래 잔다.	①	②	③	④
16	그 문제를 일으킨 사람이나 물건에 대하여 화를 낸다.	①	②	③	④
17	다른 사람들의 동정과 이해를 받아들인다.	①	②	③	④
18	기분전환이 될 수 있을 만한 말을 자신에게 한다.	①	②	③	④
19	그 일에서 무엇인가 창조적인 일을 할 수 있는 단서를 얻는다.	①	②	③	④
20	모든 것을 잊어버리려고 노력한다.	①	②	③	④
21	전문적인 도움을 요청한다.	①	②	③	④
22	인간적으로 꽤 변모하거나 성장하게 된다.	①	②	③	④

23	어떤 대책을 시도해 보기 전에, 우선 무슨 일이 일어날 것인지를 기다려 본다.	①	②	③	④
24	사과를 하거나, 보상을 하기 위해 어떤 일을 한다.	①	②	③	④
25	활동계획을 세우고 그것에 따른다.	①	②	③	④
26	그 일이 지금보다 더 나쁠 수고 있었음을 스스로 일깨운다.	①	②	③	④
27	어떻게든 기분을 풀어버린다.	①	②	③	④
28	내 스스로 문제를 일으켰음을 깨닫는다.	①	②	③	④
29	시작 때보다 좋은 경험을 얻고 끝낸다.	①	②	③	④
30	문제를 구체화 시킬 수 있는 사람과 이야기를 한다.	①	②	③	④
31	잠시 거기에서 물러나 있다.	①	②	③	④
32	무엇을 먹거나, 담배를 피우거나, 약을 복용하는 등으로 기분을 전환한다.	①	②	③	④
33	되든 안되든 한번 시도해 보거나 매우 위험부담이 큰 일을 한다.	①	②	③	④
34	조급히 굴거나 욕감에 따르지 않으려고 한다.	①	②	③	④
35	새로움 신념을 얻는다.	①	②	③	④
36	술을 마신다.	①	②	③	④
37	공지를 가지고 곳곳이 버티어 나간다.	①	②	③	④
38	일어난 일(또는 상황)이나, 나의 느낌을 바꿀 수 있기를 바란다.	①	②	③	④
39	일이 잘 되어 나갈 수 있도록 무엇인가를 변화시킨다.	①	②	③	④
40	대체로 사람들과 어울리기를 피하고 혼자 있으려 한다.	①	②	③	④

41	그 일에 사로잡히지 않는다. : 그것에 대하여 너무 깊이 생각하지 않으려고 한다.	①	②	③	④
42	존경하는 친척이나 친구에게 조언을 구한다.	①	②	③	④
43	이 일이 얼마나 잘못되었는지를 사람들이 눈치 채지 못하도록 한다.	①	②	③	④
44	그 일을 무시해 버린다.: 그것을 너무 심각하게 받아들이지 않는다.	①	②	③	④
45	자신이 느끼고 있는 바를 누구에게 말한다.	①	②	③	④
46	내 입장을 지키면서, 바라는 바를 말한다.	①	②	③	④
47	다른 사람에게 분풀이를 한다.	①	②	③	④
48	과거의 경험에 의존한다.: 전에도 비슷한 일(또는 상황)이 있었다.	①	②	③	④
49	다음에는 일이 좀 더 다를 것이라고 자신에게 다짐한다.	①	②	③	④
50	문제 해결을 위해 몇 가지 대책을 세운다.	①	②	③	④
51	내가 한 말이나 생각을 속으로 되풀이한다.	①	②	③	④
52	내 감정 때문에 다른 일들이 너무 방해받지 않도록 애쓴다.	①	②	③	④
53	인생에 있어서 중요한 것이 무엇인가 재발견한다.	①	②	③	④
54	자신이 처한 지금의 상황보다 더 좋은 경우를 상상하거나 공상한다.	①	②	③	④
55	그 일이 사라지거나 끝나버리기를 바란다.	①	②	③	④
56	일이 어떻게 되었으면 좋겠다는 공상이나 소망을 한다.	①	②	③	④
57	그 일이 잘 되게 해달라고 기도를 한다.	①	②	③	④

58	최악의 경우를 각오한다.	①	②	③	④
59	무엇을 해야 할지를 알기 때문에, 일이 잘 되도록 더 열심히 노력한다.	①	②	③	④
60	내가 존경하는 사람은 이런 때 어떻게 했을 까를 생각해보고, 그대로 따른다.	①	②	③	④
61	다른 사람의 입장에서 그 문제를 생각해 보려고 노력한다.	①	②	③	④
62	내가 가장 바라던 것이 안되면 그 다음 차선책이라도 받아들인다.	①	②	③	④

VII. 귀하가 군 생활 중 느낀 정도를 알아보고자 합니다. 해당하는 곳에 V표를 하여 주십시오.

No	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇 다	매우 그렇 다
1	일반적으로 부대에서의 일상생활이 명랑하다.	①	②	③	④	⑤
2	일반적으로 부대 업무 외에 틈나는 시간은 나의 개인적 발전을 위해 보람 있게 쓰려고 애쓴다.	①	②	③	④	⑤
3	요즘 신체적 컨디션은 좋다.	①	②	③	④	⑤
4	나는 일과시간이 끝나더라도 주어진 임무를 성실히 끝낼 것이다.	①	②	③	④	⑤
5	내 동료가 작업을 하고 있을 경우 기꺼이 도와준다.	①	②	③	④	⑤
6	나는 내 개인정비 시간에 주특기 공부를 꾸준히 한다.	①	②	③	④	⑤
7	나는 개인 주특기 훈련시간이나 병 기본	①	②	③	④	⑤

	교육에 적극적으로 임하고 있다.					
8	일반적으로 군대에서는 나의 능력을 발휘할 수 있는 기회가 많다.	①	②	③	④	⑤
9	현재 나의 직책은 다른 직책에 비하여 만족스럽다.	①	②	③	④	⑤
10	군대에서 전투임무를 수행하는데 있어 나의 직책이 중요하다고 본다.	①	②	③	④	⑤
11	군대에서 내가 맡고 있는 일은 재미있다.	①	②	③	④	⑤
12	군대에서 내가 맡고 있는 일은 가치 있다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
13	만일 나에게 직책을 바꿀 수 있는 기회가 주어진다 해도 바꾸지 않겠다.	①	②	③	④	⑤
14	나는 군대에서 맡은 일에 최선을 다한다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
15	나는 임무수행에 크게 부담을 느끼지 않는다.	①	②	③	④	⑤
16	대체로 나는 상급자들로 부터 공정한 대우를 받는다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
17	대체로 나는 후임들로부터 존중 받는다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
18	작업, 훈련, 근무 시간 등이 의미 있게 쓰인다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
19	우리 부대 훈련정도와 군기상태는 대체로 양호하다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
20	나는 간부들의 임무수행 능력을 신뢰한다.	①	②	③	④	⑤
21	우리 중대의 간부들은 부하들에게 개인적 관심을 가지고 있다.	①	②	③	④	⑤
22	우리 중대의 간부들은 부하들에게 한번	①	②	③	④	⑤

	약속했던 일은 끝까지 지킨다.					
23	우리 부대는 사병복지를 위해 최선을 다하고 있다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
24	상관으로부터 부당한 명령이나 지시를 받았을 때도 나의 심정은 별로 괴롭지 않다.	①	②	③	④	⑤
25	나는 휴가를 나갔을 때 우리 부대원들과 어울리고 싶다.	①	②	③	④	⑤
26	나는 후임이 실수를 하더라도 친절하게 가르쳐 줄 수 있다.	①	②	③	④	⑤
27	나는 바깥 사회에서의 문제 때문에 가슴이 답답할 때가 많다.	①	②	③	④	⑤
28	나는 전역 후 사회에 진출했을 때 군대 생활이 도움이 많이 될 것이라고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
29	제대하고 나의 군대에 대한 인상은 아주 좋을 것이다.	①	②	③	④	⑤
30	제대 후 전우들이 그리울 것 같다.	①	②	③	④	⑤

감사의 글

마지막 한 학기를 보내며 논문을 완성하는 과정이 가늠하기 힘든 높은 산을 오르는 것만 같았습니다. 때론 어둠 속에서 길을 찾지 못해 헤매기도 했고, 발을 헛딛고 미끄러져 처음부터 다시 오르기도 했습니다. 지쳐서 포기하고 싶었던 순간들에 제 손을 잡아주시고 북을 밝혀 주신 분들께 짧게나마 감사의 마음을 전하고 싶습니다.

늘 열정으로 소중한 가르침과 감동을 주시고, 언제나 제자들의 든든한 버팀목이 되어 주시는 김정규 교수님, 정말 존경하고 감사드립니다. 교수님께 배우고 느낀 것들은 늘 마음에 품고 가겠습니다. 바쁘신 와중에도 문장 하나하나까지 세심히 봐주시고 조언을 아끼지 않으신 김명선 교수님, 장재윤 교수님께도 감사드립니다. 학부 때 부터 늘 제자들에게 긍정의 힘을 불어 넣어 주신 채규만 교수님께도 감사드립니다.

군 대상의 연구를 할 수 있도록 큰 도움을 주신 이재곤 선생님, 김주희 선생님, 그리고 힘들고 귀찮기도 했을 긴 설문에 성실히 답해주신 이름 모를 국군 장병 여러분께도 정말 감사드리며 힘든 시간들이 앞으로의 삶에 양분이 되기를 기원합니다.

나의 삶에서 가장 빛나던 순간들을 함께하고, 그 어디에서도 경험할 수 없었던 따뜻함과 진솔한 마음을 나눴던 동기들, 현주언니, 유경언니, 성훈오빠, 현욱언니, 윤미언니, 은영언니, 혜영언니, 승하언니, 묘정, 진영, 윤희, 선화, 현아 그대들이 있어 정말 삶이 풍요로웠습니다.

매주 금요일 함께 하는 것만으로도 큰 힘이 되어 주신 박주연, 임자성 선생님 마음을 주고 받았던 동기들과 희정언니, 자영, 소라에게도 감사를 전함

니다.

늘 후배들을 아끼시더니 드디어 복을 받으신 정민 선배, 언제나 열정적인 모습으로 후배들을 이끌어주고 힘들때 정말 괜찮아지도록 토닥여주는 희성 언니, 늘 가까이 있는 듯한 은이언니, 귀찮았을 질문들에도 늘 성심성의껏 도와주었던 지은에게도 감사의 마음을 전합니다. 선배를 부끄럽게 하는 뛰어난 열심하인 후배님들께도 감사를 전합니다.

세월이 흘러도 서로의 발걸음을 맞추며 함께해주는 나의 사랑하는 친구들, 새롬, 재영, 윤숙, 진연 고맙습니다. 늘 가까이에서 많은 일들을 기꺼이 도와준 나의 길동무 수연양, 컴퓨터와 족히 3일밤은 더 씨름 했어야 할 저를 구원해주신 지기님 감사합니다.

힘들고 지친 순간들에 나를 웃게 만드는 능력을 가진 나의 가장 친한 친구인 양균, 고생 많았습니다. 감사합니다.

마지막으로, 언제나 나를 믿고 지지해 주시는 부모님, 언니의 박한 애정 표현에 투덜거리면서도 언니를 믿고 따라주는 동생 세희양, 감사하고 사랑합니다.

2008년 1월

이주희 드림