



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 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](#)

간호학석사 학위논문

자아탄력성, 사회적 지지,  
군 생활 만족도가  
군 경험 후 성장에 미치는 영향

2014년 2월

서울대학교 대학원  
간호학과 간호학 전공  
정은경



자아탄력성, 사회적지지,  
군 생활 만족도가  
군 경험 후 성장에 미치는 영향

지도교수 하 양 숙




이 논문을 간호학 석사학위논문으로 제출함

2013년 10월

서울대학교 대학원  
간호학과 간호학 전공  
정 은 경

정은경의 간호학 석사학위논문을 인준함

2013년 12월

위 원 장	<u>최 희 승</u>	
부 위 원 장	<u>이 지 영</u>	
위 원	<u>하 양 숙</u>	



## 국문초록

본 연구는 병사로서 군 의무복무를 마친 제대 군인들을 대상으로 그들의 군 경험 후 성장에 대해 파악하고, 이에 영향을 미치는 요인들을 확인하기 위한 서술적 조사 연구이다.

군 경험 후 성장이란 역경 후 성장(Posttraumatic Growth) 개념을 우리나라 남성의 특징적인 역경 경험인 군 복무에 적용한 것으로, 군 복무를 경험하며 개인이 얻게 되는 긍정적인 심리변화를 뜻한다. 본 연구의 목적은 군 복무 후 개인이 어떠한 성장을 경험 하는지 확인하고, 이 과정에 자아탄력성, 사회적 지지, 군 생활 만족도가 미치는 영향이 무엇인지 분석하는 것이다.

연구의 대상자는 전역 후 현재 4년제 대학교에 재학 중인 대학생으로 자료 수집은 2013년 9월~10월 중 시행된 학생 예비군 훈련 기간 동안 훈련 중인 부대에 연구자가 방문하여 연구에 대해 설명 한 후 진행되었다. 연구에는 구조화된 설문지를 이용하였으며, 연구를 위해 배포된 450부의 설문 중 자료가 불충분하게 기입되어 있거나 병사로 근무하지 않은 자, 전역 후 5년 이상 경과한 자, 군 생활을 역경으로 생각하지 않는 자 등 본 연구에 적합하지 않은 자료를 제외하여 총 317부를 분석하였다. 자료 분석은 SPSS 19.0 프로그램을 이용하였으며 기술 통계 및 t-test, ANOVA, 상관분석, 다중 회귀 분석의 방법이 사용되었다.

본 연구의 결과는 다음과 같다.

1. 대상자들의 군 경험 후 성장 점수는 3.09점으로 중간보다 높은 수준이었으며, 가장 큰 성장을 보인 하위요인은 ‘개인 내적인 힘의 성장’이었다.
2. 군 경험 후 성장은 자아탄력성( $r=.39$ ,  $p<0.01$ ), 사회적 지지( $r=.43$ ,  $p<0.01$ ), 군 생활 만족( $r=.52$ ,  $p<0.01$ )과 모두 양의 상관관계를 보였으며 그 중에서도 군 생활 만족의 하위요인인 의미만족과 높은 상관을 보였다

( $r=.56, p<0.01$ ).

3. 자아탄력성 중 낙관성( $\beta=.21, p<0.001$ ), 사회적 지지 중 정보적 지지( $\beta=.23, p<0.001$ ), 군 생활 만족 중 의미만족( $\beta=.43, p<0.001$ ), 정서적 역경 정도( $\beta=.16, p<0.001$ )는 군 경험 후 성장에 영향을 미치는 변수로 이 모형의 설명력은 43%였다.

이상의 결과를 종합하여 볼 때, 대상자들은 군 경험을 통해 긍정적인 성장을 경험한 것으로 보인다. 특히, 낙관적인 성향과 군 생활에 대해 충분한 충고와 조언을 받으며 군 복무에 대해 명예와 자부심을 느끼는 것이 성장에 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 또한 군 생활의 의미, 환경, 관계, 업무에 대한 만족감이 성장과 관련이 높음을 확인 할 수 있었다. 따라서 이러한 결과를 바탕으로 장병들이 군 생활을 통해 긍정적인 성장을 많이 경험하도록 하기 위한 환경이 필요하며, 성장을 촉진시키기 위한 체계적인 프로그램의 마련이 요구된다. 이를 위해 군 생활 만족과 높은 상관을 보인 군 내부지원의 지지를 상승시키며, 군 생활 만족도를 높이기 위해 다각도로 연구하고 노력해야 할 것이다.

**주요어** : 군 복무, 역경, 자아탄력성, 사회적 지지, 군 생활 만족도,  
군 경험 후 성장

**학 번** : 2012-22525

# 목 차

국문초록 .....	i
<b>I. 서론 .....</b>	<b>1</b>
1. 연구의 필요성 .....	1
2. 연구의 목적 .....	3
3. 용어의 정의 .....	3
<b>II. 문헌고찰 .....</b>	<b>5</b>
1. 군 경험 .....	5
1) 군 복무와 역경 .....	5
2) 군 생활 만족 .....	6
2. 역경 후 성장 .....	7
3. 성장 관련요인 .....	10
1) 자아탄력성 .....	11
2) 사회적 지지 .....	12
<b>III. 이론적 기틀 .....</b>	<b>15</b>
<b>IV. 연구방법 .....</b>	<b>17</b>
1. 연구설계 .....	17
2. 연구대상자 .....	17
3. 연구도구 .....	17
4. 자료수집 .....	19
5. 자료분석 .....	20



V. 연구결과 .....	21
1. 연구변수의 기술통계 .....	21
2. 일반적 특성과 역경 정도에 따른 차이 .....	27
3. 각 변수간의 상관분석 .....	30
4. 각 변수가 군 경험 후 성장에 미치는 영향 .....	32
VI. 논의 .....	34
1. 군 경험 후 성장 .....	34
2. 성장 관련 요인 .....	36
3. 연구의 의의와 제한점 .....	39
VII. 결론 및 제언 .....	41
참고문헌 .....	44
부록 .....	51
Abstract .....	59

## List of Tables

Table 1. General characteristics of subjects .....	22
Table 2. Degree of Trauma about military service .....	23
Table 3. Ego-resiliency of subjects .....	24
Table 4. Social Support of subjects .....	25
Table 5. Military life satisfaction of subjects .....	25
Table 6. Growth related Military service of subjects .....	26
Table 7. The difference of variables according to general characteristics .....	27
Table 8. Degree of Trauma during Military service and difference of variables .....	28
Table 9. Correlations among variables .....	31
Table 10. Predictors on Growth related Military service .....	33

## List of Figures

Figure 1. Theoretical framework .....	15
---------------------------------------	----

## 부록 목차

부록 1. 연구참여 동의서 .....	51
부록 2. 일반적 특성 및 역경 정도 질문지 .....	52
부록 3. 자아탄력성 측정도구 .....	54
부록 4. 사회적지지 측정도구 .....	55
부록 5. 군 생활 만족도 척도 .....	56
부록 6. 역경 후 성장 측정도구 .....	57
부록 7. IBR 승인서 .....	58

# I. 서론

## 1. 연구의 필요성

인생을 살아가며 어떤 경험을 했는가는 개인의 성격과 대인관계, 행복, 그리고 성장에 큰 영향을 미친다. 특히 현대 사회는 빠르게 변하고 있으며, 주변 환경에 의해 받는 자극이 다양해져, 각자가 경험하는 크고 작은 역경 또한 다양해지고 있다. 그 중에서 우리나라의 남성 대부분이 함께 공유하고 있는 대표적이고 특징적인 경험이 있는데, 그것은 바로 군 복무 경험이다.

우리나라는 6.25 한국전쟁 이후 60여년이 지난 현재까지도 휴전상태로, 대한민국 남성이라면 헌법 제 39조 1항에 의해 국방의 의무를 지니고 있다. 군 생활은 자신이 속해 있던 사회 문화적 집단을 떠나서 완전히 다른 체계에 적응하는 과정으로, 환경적 변화와 이로 인한 지속적인 긴장상태를 유발한다(신미옥, 1999). 특히 최근의 입대병사들은 개인주의적 성향이 강하고 자유분방하여, 권위적이며 단체생활이 필요한 군에 적응하는데 어려움을 느낀다고 하였다(구승신, 2005). 이러한 군 복무 경험은 우리나라 남성들의 특별한 경험으로 자부심과 동시에 심리적 외상으로 공유되고 있다(송경재 등, 2010). 즉, 군 복무는 대한민국의 인생에 하나의 역경으로 자리잡고 있다. 하지만 우리는 흔히 ‘군대 다녀와서 철들었다.’, ‘군대 다녀와서 사람 되었다.’ 라는 말을 듣게 되고 또 자주 사용하고는 한다. 이는 군 생활이 쉽지 않지만 결과적으로 개인에게 성장의 계기가 되었음을 표현하는 말이다. 지금까지의 군에 대한 연구는 주로 스트레스 상황으로 인한 역기능적인 반응, 혹은 적응 및 부적응 요인에 대한 연구들이 다수이어서, 이와 같이 군이 개인에게 주는 긍정적인 영향에 대한 연구는 매우 부족한 실정이다. 따라서 군 복무를 경험한 개인이 지각하는 긍정적인 변화, 즉 군 복무를 통한 성장에 대한 연구가 필요하다.

최근에는 이러한 역경이라 할 수 있는 경험 후에 그 결과로서 나타나는 ‘성장’에 대해 많은 연구들이 진행되고 있는데, 그 중 하나가 ‘Posttraumatic growth(이하 PTG)’이다(Tedeschi & Calhoun, 1996). 이는 국내에서 주로 ‘외상 후 성장’이라는 용어로 번역되어 사용되고 있으며, 도전적인 삶의 위기, 심리적 고통을 유발하는 사건을 처리하기 위해 노력한 결과로 나타나는 긍정적인 심리변화를 의미한다(Tedeschi & Calhoun, 1996, 2004).

여기서 ‘삶의 위기, 심리적 고통을 유발하는 사건’으로 표현되는 trauma는 PTSD에서 의미하는 것보다 더 포괄적인 개념으로, 개인이 지각하는 주관적인 측면에 더 초점을 맞춘다(Tedeschi & Calhoun, 2004). 임선영(2012)의 PTG에 대한 연구에서는 trauma가 고통을 야기하면서도 이를 극복하고 성장시키는 경험이기 때문에 ‘외상’이라는 표현보다는 ‘역경’이 적절하다고 판단하여 ‘역경 후 성장’이라는 용어를 사용하였으며, 본 연구자 또한 ‘외상’이라는 단어가 주는 병리적이며 부정적인 느낌에 대해 동의하여 Posttraumatic growth의 개념에서 의미하는 trauma에 대해 ‘역경’이라는 용어를 사용하였다.

본 연구에서는 ‘역경 후 성장’의 개념을 기반으로 군 경험이 개인에게 주는 성장과 그 관련요인에 대해 알아 보고자 하였다. 따라서 역경 후 성장 척도(Posttraumatic Growth Inventory-PTGI)를 이용하여 측정된 군 복무 이후 개인이 경험한 긍정적인 변화에 대해 ‘군 경험 후 성장’이라 명명하여 연구하였다.

이를 통해 군을 개인에게 스트레스와 부적응 증상을 유발하는 것으로 생각하던 기존의 시각에서 벗어나 군에서의 경험이 성장의 계기가 될 수 있음을 밝히고자 하였다. 또한 연구결과를 바탕으로 군에서 심리적인 어려움을 겪는 병사들에게 의미 발견의 기회를 제공하고, 정신건강 증진의 기초자료로 활용하는 것에 연구의 의의를 두었다. 특히 간호 현장에서 부적응, 우울, 불안, 분노 등 역기능적인 반응을 완화시키는 간호 중재를 넘어, 이러한 역경을 통해 개인의 성장이 촉진 될 수 있음을 인식하고 이에 도움을 줄 수 있는 간호를 제공하는데 기초자료로 활용하고자 한다.

## 2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 다음과 같다.

- 1) 연구 대상자의 일반적 특성과 역경 정도, 자아탄력성, 군 복무 당시 사회적 지지, 군 생활 만족도, 군 경험 후 성장 수준을 파악한다.
- 2) 연구 대상자의 일반적 특성과 역경 정도에 따른 자아탄력성, 군 복무 당시 사회적 지지, 군 생활 만족도, 군 경험 후 성장의 차이를 파악한다.
- 3) 자아탄력성, 군 복무 당시 사회적 지지, 군 생활 만족도, 군 경험 후 성장간의 상관관계를 파악한다.
- 4) 일반적 특성과 역경 정도, 자아탄력성, 군 복무 당시 사회적 지지, 군 생활 만족도가 군 경험 후 성장에 미치는 영향을 확인한다.

## 3. 용어의 정의

### 1) 자아탄력성

자아탄력성이란 ‘고위험 상황과 만성적인 스트레스, 지속되거나 심각한 외상에도 불구하고 성공적으로 적응하며, 긍정적으로 기능하는 능력’으로 정의되며(Egeland, Carlson, & Sroufe, 1993), 본 연구에서는 Block과 Kremen(1996)이 개발한 도구를 유성경과 심혜원(2002)이 번안하여 수정·보완한 척도로 측정된 점수를 의미한다.

### 2) 사회적 지지

사회적 지지는 ‘타인과의 관계를 통해서 제공되는 긍정적인 자원과 도움으로 개인이 상황을 이겨나갈 수 있게 하는 요인’을 의미하며(Caplan, 1974), 본 연구에서는 Whittaker와 Tracy(1990)의 도구와 박현철(2001)의 도구를 현혜순과 이인숙(2008)이 한국군에 맞게 재구성한 사회적 지지

측정도구로 측정된 점수를 의미한다.

### 3) 군 생활 만족도

군 생활 만족도란 ‘개인이 자아와 밀접히 관련된 군 생활 조건, 군 생활 사건에 대해 주관적으로 어느 정도 만족하게 느끼는가 하는 정도’를 의미하며(유연웅, 2012), 본 연구에서는 손봉기(2009)가 개발한 군 생활 만족도 척도로 측정된 점수를 의미한다.

### 4) 군 경험 후 성장

군 경험 후 성장이란 ‘인간이 살면서 경험하게 되는 매우 도전적인 상황에 투쟁한 결과로 얻게 되는 긍정적인 개인의 심리 변화’를 뜻하는 (Tedeschi & Calhoun, 1996) 역경 후 성장(Posttraumatic Growth)의 개념을 군 복무에 적용하여 ‘군 복무를 경험하며 개인이 얻게 되는 긍정적인 심리변화’를 뜻하며, 본 연구에서는 Tedeschi와 Calhoun이 개발한 역경 후 성장척도(Posttraumatic Growth Inventory-PTGI)를 송승훈 등(2009)이 한국어로 번안하여 최종 선별한 문항인 K-PTGI로 측정된 측정 점수를 의미한다.

## II. 문헌고찰

### 1. 군 경험

#### 1) 군 복무와 역경

군 복무 동안 개인은 입대 이전의 생활환경과 완전히 다른 체계에 적응해야 하고 계급이 존재하는 단체생활을 해야 하는데, 이러한 상황 속에서 병사들은 이전에는 쉽게 경험해 보지 못한 크고 작은 사건을 경험한다. 또한 대부분의 병사들이 입대하는 20대 초반 시기는 발달 단계상 후기 청소년기에 해당되며, 이는 성인기로 넘어가는 과도기적 단계로 아직 효과적인 스트레스 반응체계가 완전히 정립되지 않은 시기이다(신회덕, 2006). 따라서 낮은 환경에서의 익숙하지 않은 경험으로 인해 병사들은 스트레스와 역경, 외상사건에 효과적으로 반응하지 못할 수 있다(구승신, 2006).

군에서 발생 가능한 역경들을 살펴보면, 교통사고나 추락사고와 같은 안전사고, 구타나 가혹행위 같은 폭행사고 뿐 아니라 자연재해 발생 시 대민 지원을 하며 발생하는 사고, 훈련 중 폭탄, 총기 등의 위험물질을 사용하며 생기는 사고 등 민간에서는 경험하기 힘든 다양한 사고가 발생 할 위험이 높다(한인영 등, 2009). 또한 병사들의 사생활 제한은 군 생활 스트레스에 가장 많은 영향을 미치는 것으로 나타났는데(구승신, 2006), 이를 보면 기존의 지지 집단과의 분리, 사회로부터의 단절, 활동의 제약 등이 병사들에게 스트레스를 유발하는 역경으로 경험되고 있다는 것을 알 수 있다. 이러한 상황에서 애인과의 이별이나 지인과의 사별과 같은 관계 상실을 경험할 시 민간에서보다 더 높은 스트레스를 경험할 것으로 예상할 수 있다.

한편 군에 적응하는 과정에서 많은 병사들이 적응 문제를 호소하고 있는데, 2007년 군 정신질환 역학조사 결과에 따르면 적응장애 유병율은 약 4.1%로, 이들은 니코틴 장애, 불안장애, 기분장애 등 다른 정신장애를 함께 경험하고 있는 것으로 나타났다(국방부, 2007). 또한 군 생활 잘 적응하지



못하는 병사들은 우울증, 강박증, 대인예민성과 같은 정신증상이 많다는 연구 결과도 있었다(조순영, 2003).

군 내 PTSD의 일년 유병률은 사회보다 4배 정도 높고 자살사고와도 연관이 많은 것으로 조사되었는데(국방부, 2007), 이는 군에서의 외상관리가 매우 중요한 사안임을 나타내 준다. 한인영 등(2009)이 병사들의 외상 사건에 대해 조사한 연구에 따르면 외상을 보고한 대상자 중 17.2%가 PTSD 임상 집단으로 나타났으며, 교통사고 등 사고와 관련된 경험은 PTSD와 유의한 관계가 없었던 반면, 30%의 비율로 보고된 정서적, 신체적, 성적 폭력 경험은 PTSD에 유의미한 영향이 있는 것으로 조사되었다. 이와 같은 결과를 통해 병사들이 경험하는 정서적, 신체적, 성적 외상이 정신건강에 더 심각한 영향을 주고 있음을 예상 할 수 있으며, 외상에 대한 관리를 특별한 사건, 사고에 국한할 것이 아니라 평소 생활 중 일어나는 사건으로 인한 심리·정서적인 면에 대한 관리가 필요함을 알 수 있다.

## 2) 군 생활 만족

군 생활 만족이란 ‘개인이 자아와 밀접히 관련된 군 생활 조건이나 군 생활 사건에 대해 어느 정도 만족하게 느끼는가 하는 주관적 정도’를 의미한다(유연웅, 2012). 군 생활에 대해 만족의 관점에서 접근한 연구는 직업군인에 해당하는 장교와 부사관에 대한 연구가 몇편 있을 뿐, 의무복무를 하며 24시간 내무생활을 하는 병사들을 대상으로 한 연구는 많지 않다. 윤문수(1993)는 군 생활 만족도가 병사들의 사고 및 입원 발생과 유의한 관계가 있다고 밝히며 군 생활 만족도가 적은 병사가 사고를 일으킬 우려가 많다고 하였다. 유연웅(2012)은 계급이 높을수록, 건강 상태가 좋을수록, 보직이 행정병일수록 군 생활 만족이 높다고 하였으며, 심리적 요인으로는 스트레스 증상과 자아탄력성이 군 생활 만족을 잘 설명하는 요소로 스트레스가 적고 자아탄력성이 높을수록 만족도가 높다고 하였다. 또한 대인관계가 좋고 부대 내에서 집단 갈등과 역할 갈등으로 인한 스트레스가 적을 때 만족도가

높다고 하였다.

손봉기(2009)는 병사들의 주관적 안녕감 향상을 위해 군 생활 만족도를 측정하기 위한 연구도구를 개발하고 성격강점의 활용이 만족도에 미치는 영향을 알아보려고 하였다. 군 생활 만족도 측정도구는 군 생활을 통해 부여된 업무에 대한 관심, 흥미, 중요성에 대한 인식을 묻는 ‘업무만족’, 군 생활에 대한 평가 및 의미에 관한 내용을 묻는 ‘의미만족’, 생활 및 복지시설에 대해 묻는 ‘환경만족’, 전반적인 전우애에 대해 묻는 ‘관계만족’ 등 4가지 하부요인으로 구성되었다. 이 도구를 이용하여 성격강점에 따른 군 생활 만족도의 차이에 대해 조사한 결과, 사회적 책임감, 친절, 활력, 공정성, 호기심이 군 생활 만족과 관련이 있는 성격 강점으로 조사되었다. 또한 성격강점을 활용한 집단에서 군 생활 만족도 총점이 유의미하게 상승하고 우울 정도가 감소하였다고 하였다. 이러한 연구결과들을 토대로 살펴 볼 때, 군 생활 만족은 긍정적인 심리결과를 유발하여 개인이 역경을 겪는 상황에서도 성장을 할 수 있는 환경적 요인이 될 수 있음을 가정할 수 있다.

하지만 단순히 군 생활 자체에 대한 만족도가 아니라 군 생활이 개인에게 긍정적 영향에 대한 연구는 부족한데, 송경재 등(2010)의 연구에서 내재적 동기, 즉 군 복무 자체에 흥미와 만족을 느껴 입대한 병사들은 군 생활이 미래에 긍정적인 영향을 줄 것으로 인식한다는 보고 외에는 다른 연구를 찾아 보기가 힘들었다.

## 2. 역경 후 성장

개인에게 충격을 주는 사건에 대한 연구는 현재까지 주로 외상 후 스트레스 장애(Post Traumatic Stress Disorder, 이하 PTSD)를 중심으로 이루어져 왔다. PTSD는 1980년부터 현재의 진단명으로 DSM-III(APA, 1980)에 수록되었는데 여기에서는 trauma를 ‘자신 혹은 타인에게 실제적이거나 위협적인 죽음, 혹은 심각한 상해, 또는 신체적 안녕에 위협을 가져다주는

사건'으로 정의한다. 은헌정 등(2001)의 연구에 따르면 평생동안 한번 이상의 외상 사건에 노출될 확률은 약 79%에 이르지만 PTSD의 유병율은 5% 정도라고 하였는데, 이는 trauma 이후 PTSD로 진행되는 확률이 높은 수준이 아님을 의미하며, PTSD로 진행되지 않는 사람들이 어떠한 과정을 거치고 회복되는가에 대한 연구점을 제공한다고 할 수 있다. 또한 새로이 개정되어 발표된 DSM-5(APA, 2013)에서는 PTSD가 불안장애 분류에서 분리되어 'trauma and stressor related disorder'라는 새로운 분류로 독립되었는데, 이는 trauma외에도 stress와 같은 생활 사건으로 인한 반응과 개인의 주관적인 반응 또한 임상에서 중요하게 다루어야 함을 보여 주는 것이라 할 수 있다.

이러한 trauma에 대한 정의는 학자들마다 다양한데 Breslau와 Davis (1987)는 사건의 유형보다 그 사건으로 인한 개인의 충격 정도가 더 중요하다고 주장 하였다. 마찬가지로 PTG에서도 trauma로 인한 개인의 주관적 반응으로 중요시 하고 있다. 역경 후 성장에서 정의하는 역경, 즉 trauma는 전쟁이나 재난, 테러와 같이 매우 예외적이고 강력한 사건뿐만 아니라 주관적으로 지각한 삶의 위기나 삶을 뒤흔드는 사건, 부정적인 심리적 결과를 유발하는 높은 수준의 스트레스를 만들어내는 사건을 의미한다. 이들은 trauma를 개인의 지각과 반응, 보고에 더 큰 비중을 둔 포괄적이고 주관적인 개념으로 사용하며, 중대한 인생의 위기와 투쟁한 결과 의미심장한 긍정적인 심리변화를 경험하는 것을 '역경 후 성장(Posttraumatic Growth)'이라고 정의하였다(Tedeschi & Calhoun, 1996, 2004).

이러한 역경 후 성장은 긍정심리학의 관점에서 시작된 개념이다. 긍정심리학은 인간의 긍정적인 심리적 측면을 과학적으로 연구하고 성장과 행복을 지원하는 학문으로, 긍정적·적응적·창조적이고 자기 실현적인 인간의 모습을 이해하고 증진하기 위한 학문이다(권석만, 2008). 긍정심리학에서는 인간의 한계나 부적응, 고통 등에 맞추어져 있던 기존의 시각에서 벗어나 행복을 추구하는 길이 단순히 고통을 완화시키는데 그치는 것이 아님을 주

장하고 있다. 이와 같은 맥락에서 역경으로 인한 반응 또한 고통을 완화시켜 적응하게 하는 것에서 그치지 않고, 이전보다 더 성숙한 개인을 만들어 주는 성장의 계기가 될 수 있음을 보여 주고 있다. 이 개념은 Tedeschi & Calhoun의 Posttraumatic Growth(1996) 외에도 스트레스 관련 성장(stress related disorder; Park et al., 1998), 이익발견(Benefit findings; Antoni et al, 2001), 상실과 역경을 통한 성장(Growth through loss and adversity: GTLA, Fazio & Fazio, 2005), 역경 후의 긍정적 변화(Positive Changes Following Adversity; Joseph & Butler, 2010) 등의 유사한 개념으로 여러 학자들에 의해 연구 되고 있다(이양자와 정남운, 2008).

역경 후 성장에서는 역경으로 인한 개인의 반응이 다음 세 가지 영역에서 관찰될 수 있다고 보았다(Tedeschi & Calhoun, 1996). 첫 째는 자기지각의 변화로, 자신의 새로운 힘과 강점을 발견하고 이를 통해 극복을 위한 내적 힘의 확신을 가지는 것을 말한다. 둘째는 대인관계의 변화로, 역경을 극복해 가는 과정에서 자기노출을 통해 주변사람들에게 고마움과 친밀함을 느끼고 대인관계의 깊이가 증가하며 타인의 중요성을 인정하게 되는 것이다. 셋째는 인생관의 변화로, 삶의 우선순위가 바뀌고 감사를 느끼며 새로운 가능성을 발견하고 영적인 믿음이 공고해 지는 것을 말한다(Tedeschi & Calhoun, 1996; 송승훈 등, 2009; 임선영과 권석만, 2012).

국내에서 심리적 trauma에 대한 연구는 94년과 95년, 성수대교 붕괴사고와 삼풍백화점 붕괴사고가 연이어 발생하면서 관심이 증가하기 시작하여(김승태 등, 1997), 2003년 192명의 사망자를 낸 대구 지하철 참사를 비롯, 자연재해 등을 겪으며 더욱 활발히 연구되었다(이인숙 등, 2003; 최남희 등, 2005, 2007). 최근에는 대형 재해를 경험한 사람 뿐 아니라 소방공무원(이호진 등, 2009), 기관사(허수연 등, 2006), 군인(Lee et al, 2012), 경찰(이옥정과 지영환, 2010), 탈북자(노인숙과 원정숙, 2009)에 이르기까지 점차 연구 대상자가 확대되어 가고 있다. 이러한 연구들은 우리 삶에서 역경 경험이 주는 중요성을 반증하는 것이라고 해석 할 수 있겠다.

역경 후 성장에 대한 연구도 활발히 진행되고 있는데 일반인을 대상으로 한 연구(박혜원과 안현의, 2006; 김보라와 신희천, 2010; 신선영과 정남운, 2012;)부터 암 환자(김희정 등, 2008; 이숙과 김연정, 2012), 관계상실 혹은 실연을 경험한 대학생(임선영과 권석만, 2012; 임지준, 2012), 아동기 성폭력 경험자(한노을, 2008), 소방공무원(정인명, 2009), 소아암 환자 부모(송주연과 이희경, 2010), 참전군인(유효정, 2012) 등 매우 다양한 집단을 대상으로 연구가 계속되고 있다.

### 3. 성장 관련요인

선행연구에서는 역경 후 성장과 관련이 있는 변인으로 역경의 특성, 사회인구학적 특성, 개인적 특성, 환경적 요인, 인지적 과정 및 대처, 사회·문화적 요소 등을 들고 있다(Linely & Joseph, 2004).

먼저 역경의 특성으로는 역경의 종류, 충격 심각도, 경과된 시간 등을 고려할 수 있는데(임선영, 2013), 비대인외상이 대인외상 보다 외상 정도는 낮지만 더 높은 성장을 보인 연구결과가 있으며(이수림, 2013), 역경의 심각도가 높을수록 성장 수준이 높다는 결과(Tedeschi & Calhoun, 2004)와 PTSD 증상이 높을 수록 역경 후 성장이 높다는 결과(Morris et al, 2005; 박혜원과 안현의, 2006)가 있었다. 또한 역경 후 성장은 역경이 2년 지난 시점에서 적응적 결과와 높은 상관을 나타낸다는 연구도 있었다(이양자와 정남운, 2008).

한편, 역경 후 성장과 관련된 요인 중 여러 연구에서 개인적 특성과 사회·문화적 요소로 다수 거론되고 있는 것이 자아탄력성과 사회적 지지이다.

## 1) 자아탄력성

역경 후 성장에 영향을 미치는 개인적 특성에 대한 연구를 살펴보면 외향성, 경험에 대한 개방성, 낙관성(Tedeschi & Calhoun, 1996)등이 주요 관련 요인으로 주목받았다. 이러한 개인 특성을 포괄하여 나타낼 수 있는 대표적인 지표 중 하나가 자아탄력성(resilience)이다. 자아탄력성은 많은 연구자들에 의해서 연구되고 발전되어 온 개념으로 Egeland 등(2003)은 ‘고위험 상황과 만성적인 스트레스, 지속되거나 심각한 역경에도 불구하고 성공적으로 적응하며, 긍정적으로 기능하는 능력’이라고 하였으며, Block과 Block(1980)은 ‘환경적 변화와 갑작스레 일어난 사건에 잘 대처하여 적응하는 능력’이라고 정의하였다. 특히 이들은 적응이 필요한 스트레스의 영향으로부터 다시 그 이전의 자아통제 수준으로 되돌아갈 수 있는 역동적인 능력을 탄력성과 구별하여 ‘자아탄력성(ego-resilience)’이라고 하였다.

Tedeschi & Calhoun(2004)은 자아탄력성을 ‘삶의 역경과 고난을 헤쳐나가는 능력, 혹은 고난과 역경을 경험한 뒤에도 계속 의미 있는 삶을 사는 능력’이라고 정의했다. 이는 역경 후 성장과 유사해 보이지만 역경 후 성장은 단순히 역경을 견디거나 이로 인해 해를 입지 않는 수준을 넘어 질적인 기능의 변화를 이루는 것이라고 차별화 하였다. 많은 연구에서 자아탄력성을 역경 후 성장의 개인적 특성 변인으로 보고 있는데, 9.11 유족들을 중심으로 진행된 상실과 역경을 통한 성장(growth through loss and adversity)의 개념을 보면 성장을 촉진하는 핵심적 자원 9가지 중 하나로 탄력성을 제시하며 ‘역경과 상실, 조건에 대해 적응하고 회복하며 강점으로 반응하는 능력’이라고 하였다(Fazio & Fazio, 2005).

Block과 Block(1980)의 연구에서는 사회적 적응력, 대인관계, 심리적 안정성 등을 자아탄력성의 구성요소로 보았으며, Klohnen(1996)의 연구에서는 낙천성, 활동성, 대인관계나 사회적 유능성, 능숙한 자기표현 기술 등을 자아탄력성의 구성요소로 보았다. 박은희(1997)는 선행연구를 바탕으로 하여 자아탄력성의 5가지 요소에 대해 정의하였는데, ‘대인관계’는 다른 사람

의 긍정적인 관심을 얻는 능력을 말하고, ‘활력성’은 삶의 문제를 해결하는데 활동적인 접근을 말한다. ‘감정통제’는 고통 속에서도 그들의 경험을 구성적으로 인식하는 능력을 말하며, ‘호기심’은 새로운 것을 알고자 하는 능력이고 ‘낙관성’은 삶의 의미에서 긍정적인 신념을 유지하는 능력이라고 정의하였다.

역경 후 성장에 영향을 미치는 개인의 특성으로 자아탄력성을 측정한 몇몇 논문들을 살펴보면 김보라와 신희천(2010)의 연구에서는 자아탄력성이 삶의 의미를 추구하고 발견하는 과정을 매개하여 역경 후 성장에 유의미한 영향을 준다고 하였고, 윤명숙과 박은아(2011)의 연구에서는 역경 후 성장에 가장 큰 영향을 미치는 변인이 자아탄력성 인 것으로 조사되었다. 또한 오현철(2012), 이해영(2011)의 연구에서는 자아탄력성이 군 생활 적응에 직접적인 효과를 준다고 하였다.

이와 같은 결과를 볼 때 자아탄력성은 군 생활의 적응을 높여주는 요인임과 동시에, 역경 후 성장에 긍정적 영향을 미치는 요인이 될 것임을 가정할 수 있다.

## 2) 사회적 지지

Caplan(1974)은 사회적 지지를 ‘타인과의 관계를 통해서 제공되는 긍정적인 자원과 도움으로 개인이 상황을 이겨나갈 수 있게 하는 요인’으로 정의하였다. 이는 지속적으로 상호작용하는 개인, 혹은 개인과 집단 간의 사회적 집합체에 의해 제공되는 것으로, 정서적 통제력을 증진시키고 물질적, 도구적, 기술적 지침과 자원을 제공하여 상황을 이겨내는 인식적 안내를 하는데 기여한다고 하였다. 박현철(2001)은 사회적 지지가 스트레스의 충격을 감소시키거나 완충 시키는 속성을 가지고 있다고 하였으며, Cobb(1976)는 사람들로 부터 사랑받고 존중되며, 자신이 가치 있는 구성원이라는 믿음을 가지게 하는 정보라고 하였다. 박지원(1986)은 이러한 선행연구들을 바탕으로 사회적 지지를 ‘사회적 지지망의 기능적·구조적 속성을 통해 실제상

황에서 제공받은 지지 정도와 사회 구성원을 통해 지지를 제공 받을 것으로 지각하는 정도 및 지지욕구의 충족 정도를 반영하는 것으로, 자신의 사회관계에 있어 유대감, 자신감, 신뢰감에 대한 지각 정도'라고 정의하였다.

Cobb(1976)는 사회적 지지의 구성요소를 돌봄을 받고 있다는 정서적 지지, 존중을 받고 있다는 존중적 지지, 구성원으로 소속되어 있는 지지망의 정보 등의 3가지로 나누었다. 박지원(1986)은 가족, 친척, 친구, 이웃, 전문가 등 개인을 둘러싼 집단으로부터 제공받는 사회적 지지의 하위요인을 존경, 신뢰, 애정, 관심, 경험의 행위를 포함하는 정서적 지지, 문제를 대처하는데 이용 가능한 정보적 지지, 물건을 제공하는 등 직접적인 도움을 주는 물질적 지지, 행위를 인정해 주거나 부정하는 등 평가와 관련된 정보를 전달하는 평가적 지지의 4가지로 제시하였다.

군인들을 대상으로 한 여러 연구에서 사회적 지지가 군 생활에 영향을 미치는 요인으로 조사 되었는데(박현철, 2001; 현혜순과 이인숙, 2008; 한인영 외, 2009; 김선영, 2011; 이해영, 2011; 오현철, 2012), 박현철(2001)은 장교, 부사관, 동료 등 군 내부 자원에 의한 사회적 지지가 유의하게 군 생활에 긍정적인 영향을 미친다고 하였으며, 사회적 지지가 군 생활의 스트레스를 조절할 수 있는 요인이라고 하였다. 현혜순과 이인숙(2008)의 연구에서는 군 생활을 잘 할 수 있도록 충고와 조언을 제공해 주는 정보적 지지와 사랑받고 있다고 느끼게 해 주는 정서적 지지가 스트레스 반응과 유의한 음의 상관관계가 있다고 하였으며, 정보적 지지와 정서적 지지를 제공하여 스트레스 반응을 경감 할 수 있을 것이라고 하였다. 또한 김선영(2011)의 연구에서는 사회적 지지의 유형 중 정서적 지지가 지각된 스트레스에 유의한 요인으로 확인되었으며, 장교 및 부사관이 가장 지지 순위가 낮은 자원임에도 불구하고, 유일하게 지각된 스트레스에 영향을 미친다고 하였다. 이해영(2011)은 자아탄력성과 사회적지지 수준이 높은 병사가 가장 군 적응을 잘하고, 자아탄력성은 낮지만 사회적 지지를 많이 받는 병사가 그 다음으로 군 생활 적응을 잘 한다고 하였다.

사회적 지지는 역경 후 성장에 영향을 미치는 사회 문화적 요소로 볼 수



있는데, Tedeschi와 Calhoun(1996)은 사회적 지지를 통해 정신적인 지지와 격려가 제공되어 성장을 높일 수 있다고 하였으며, Park 등(1996)은 역경 이후 사회적 지지를 안정적, 지속적으로 받게 되면 성장으로 발전할 수 있다고 하였다. 사회적 지지는 역경 후 성장을 연구한 논문에서 다수 채택하고 있는 변수로 김희정 등(2008)의 연구를 보면 유방암 생존자에게서 지각된 사회적 지지와 역경 후 성장이 강한 상관을 가지고 있다고 하였다. 또한 신선영(2009)의 연구에서도 역경 당시에 받은 사회적 지지가 높을 때 역경 후 성장이 더 높다는 결과를 나타내었다. 베트남 참전 군인들을 대상으로 한 연구(유효정, 2012)에서도 사회적 지지가 역경 후 성장에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이와 같은 연구결과로 볼 때 사회적지지 또한 군 생활 뿐 아니라 역경 후 성장에 긍정적인 영향을 미치는 변수임을 가정할 수 있다.

### Ⅲ. 이론적 기틀

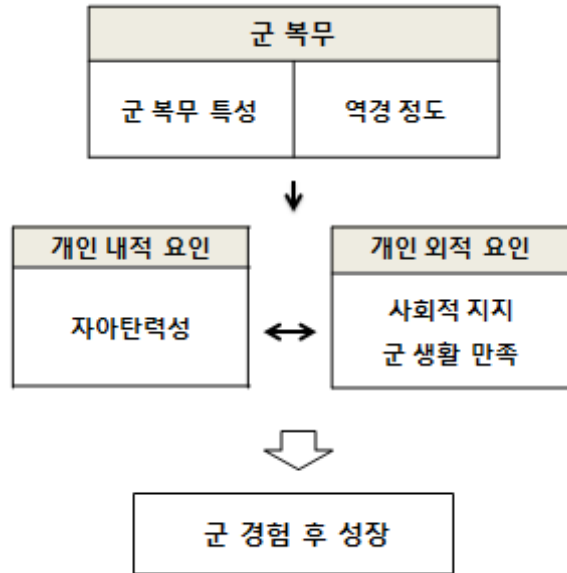


Figure 1. Theoretical framework

본 연구의 모델은 Figure 1과 같다.

Tedeschi와 Calhoun(1996)은 역경 사건으로 인해 인생에 도전이 야기 되면 이를 극복하기 위해 다양한 자원들이 서로 영향을 주고받으며 적절히 활용되어, 긍정적인 측면의 결과로 대인관계, 새로운 가능성, 개인 내적인 힘, 영적 관심, 삶에 대한 감사의 5가지 영역에서 성장을 이루게 된다고 하였다.

이러한 이론을 기초로 하여 본 연구에서는 역경 사건을 군 복무로 규정하고, 군 복무의 특성과 군 복무 동안의 역경 정도를 파악하였으며, 이와 같은 역경을 처리하고 극복하는 과정을 개인 내적 요인과 개인 외적 요인으로 나누었다. 개인 내적으로는 본인의 낙관성, 활력, 호기심, 감정통제, 대인관계 등의 자아탄력성을 활용하여 군 복무에 적응하고 긍정적으로 기능하려 노

력한다고 보았다. 개인 외적으로는 군 내외의 자원들로부터 여러가지 유형의 사회적 지지를 받으며, 군 생활의 의미, 환경, 관계, 업무 등에서 만족을 느껴 최종적으로 군 경험 후 성장에 이른다고 보았다.

## IV. 연구방법

### 1. 연구설계

본 연구는 군 복무를 마친 대학생들의 군 경험 후의 성장과 그 영향요인을 파악하기 위한 서술적 연구이다.

### 2. 연구대상자

본 연구에서는 국군 병사로서 의무복무를 마치고 전역한 4년제 대학생을 대상으로 하였다. 연구자가 임의로 선정한 4개의 4년제 대학 재학생 중 학생예비군 훈련에 참석하는 예비군이 대상이었으며, 연구의 목적과 절차에 대한 설명에 동의한 대상자의 자료를 이용하였다. 표본 수는 G-power에 의거 검정 유의수준 .05, Power .80, 효과크기 .20로 설정하여 200명이 산출되었으며 탈락률을 고려하여 300명 이상을 목표로 하였고, 분석에는 317명의 자료를 사용하였다.

### 3. 연구도구

#### 1) 자아탄력성

본 연구에서는 자아탄력성을 측정하기 위한 도구로 Block과 Kremen (1996)이 개발한 것을 유성경과 심혜원(2002)이 번안하여 수정·보완한 척도를 사용 하였다. 자가보고식 전체 14문항에 ‘아니다(1점)’부터 ‘매우 그렇다(4점)’까지 4점 척도이며, 하위 요인은 대인관계, 활력성, 감정통제, 호기심, 낙관성의 5가지이다. 점수가 높을수록 자아탄력성이 높음을 의미하며 개발자가 보고한 Cronbach's  $\alpha$  값은 .76이었고, 본 연구에서는 .83이었다.

## 2) 사회적 지지

군 복무 당시의 사회적 지지는 Whittaker와 Tracy(1990)가 개발한 도구와 박지원(1985)이 개발한 도구를 혼합하여 박현철(2001)이 사용한 도구를 현혜순과 이인숙(2008)이 한국군에 맞게 재구성한 사회적 지지 측정도구를 사용하였다. 본 도구는 정보적, 정서적, 도구적, 평가적 지지의 4가지 하위요인으로 구성된 지지 유형과 장교/부사관, 군 동료, 가족/친척, 사회친구의 4가지 하위요인으로 구성된 지지자원에 의한 사회적 지지의 정도를 측정하도록 되어 있다. 총 16문항으로 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’, ‘매우 그렇다(5점)’까지 5점 척도로 구성되어 있으며, 평균점수가 높을수록 지지 정도가 높은 것을 의미한다. 현혜순과 이인숙의 연구에서 도구의 Cronbach's  $\alpha$  값은 .86이었으며, 본 연구에서는 .85로 조사되었다.

## 3) 군 생활 만족도

본 연구에서는 손봉기(2009)가 개발한 도구를 사용하여 군 생활 만족도(Military life satisfaction scale, MLSS)를 측정하였다. 이 도구는 전체 18문항에 ‘전혀 아니다(0점)’에서 ‘매우 그렇다(3점)’까지 4점 척도로 구성되어 있으며 점수가 높을수록 군 생활 만족도가 높음을 의미한다. 하위요인으로서는 업무만족, 의미만족, 환경만족, 관계만족의 4가지 요인을 가진다. 개발자의 Cronbach's  $\alpha$  값은 .93이었으며, 본 연구에서는 .89였다.

## 4) 군 경험 후 성장

군 경험 후 성장은 Tedeschi와 Calhoun(1996)이 개발한 역경 후 성장 척도(Posttraumatic Growth Inventory, PTGI)를 송승훈 등(2009)이 한국어로 번안한 척도를 사용하였다. 이는 전체 21문항으로 ‘경험하지 못하였다(0점)’에서 ‘매우 많이 경험하였다(5점)’까지 6점 척도로 구성되어 있으며,

점수가 높을수록 성장의 정도가 높음을 의미한다. 5가지 하위요인은 대인 관계 깊이 증가, 개인 내적인 힘의 발견, 새로운 가능성의 발견, 영적 관심의 증가, 삶에 대한 감사이다. 개발자의 Cronbach's  $\alpha$  값은 .90, 변안자의 Cronbach's  $\alpha$  값은 .83이며, 본 연구에서는 .94였다.

## 4. 자료수집

### 1) 예비조사

본 연구를 위한 준비단계에서 구조화된 질문지를 작성하여 4년제 대학교에 재학 중인 대학생 10명을 대상으로 예비조사를 실시하였고, 그 결과를 참고하여 설문지를 최종 완성하였다.

### 2) 본조사

자료수집에 앞서 서울대학교 간호대학의 연구윤리 심의위원회의 승인을 마치고, 학생군사학교로부터 보안성 검토를 받은 후 육군본부의 허가를 받아 진행하였다. 자료 수집은 2013년 9월과 10월, 학생 예비군 훈련 기간 동안 훈련부대 및 학교를 방문하여 연구의 목적과 필요성에 대해 설명한 후 동의를 받아 시행하였다. 총 4개 대학에서 설문을 실시하여 전체 450부가 배포되고 수거되었으며, 연구 참여에 동의하지 않거나 불충분하게 작성한 자료는 분석에서 제외하였다. 또한 집단의 동질성을 높이기 위해 전역 후 5년 이상 경과한 대상자와 장교·부사관, 공익근무, 경찰 등 일반적인 병사로 근무하지 않은 자의 자료를 제외하여 총 339부의 자료를 얻었다. 마지막으로 이들 중 군 생활을 역경으로 생각하지 않는다고 응답한 자료 22부를 제외하여 총 317부를 최종 분석하였다.

## 5. 자료분석

본 연구의 자료분석 방법은 다음과 같다.

- 1) 일반적 특성 및 주요 변수의 특성을 파악하기 위해 서술통계를 사용하였다.
- 2) 일반적 특성과 역경 정도에 따른 자아탄력성, 사회적지지, 군 생활 만족도, 군 경험 후 성장의 차이를 보기위해 t-test와 ANOVA로 분석하였다.
- 3) 각 변수의 상관관계는 Pearson's correlation을 사용하여 분석하였다.
- 4) 군 경험 후 성장에 유의한 영향을 미치는 변수들의 영향력을 확인하기 위해 다중회귀분석을 이용하였다.

## V. 연구결과

### 1. 연구변수의 기술통계

#### 1) 대상자의 일반적 특성

연구 대상자는 모두 남성이며, 병사로서 의무복무를 마치고 전역한 4년제 대학생이었다. 대상자의 일반적 특성을 살펴보면 연령은 평균  $25.24 \pm 1.25$  세로 22세부터 28세까지 있었으며, 종교는 종교가 있는 경우가 150명(47.3%), 무교인 경우가 167명(52.7%)이었다. 또한 전역 이후 경과한 기간은 평균적으로 약 30개월, 즉 2년 6개월 정도였으며 5개월부터 56개월까지 있었고, 구간으로 분류하였을 때 1년 이하가 38명(12%), 1년~2년 이하가 83명(26.2%), 2년~3년 이하가 92명(29%), 3년~4년 이하가 83명(26.2%), 4년~5년 이하 대상자가 21명(6.6%)이었다. 근무한 부대는 육군 전방부대가 164명(51.7%)으로 가장 많았으며, 육군 후방부대가 108명(34.1%), 공군이 21명(6.6%), 해병대가 17명(5.4%), 해군이 7명(2.2%) 순이었다. 주요 업무는 업무성격에 따라 전투와 지원으로 구분하였으며 전투 업무가 183명(57.7%), 지원업무가 134명(42.3%)이었다(Table 1).



Table 1. General characteristics of subjects

(N=317)

Characteristics	Classification	Frequency	Mean±SD (Range)
		N(%)	
Age(years)			25.24±1.25 (22~28)
Presence of Religion	Yes	150(47.3)	
	No	167(52.7)	
Period of after retirement (month)	≤ 12	38(12.0)	29.97±12.39 (5~56)
	13~24	83(26.2)	
	25~36	92(29.0)	
	37~48	83(26.2)	
	49~60	21(6.6)	
Military Unit	Army(forward)	164(51.7)	
	Army(rearguard)	108(34.1)	
	Navy	7(2.2)	
	Marine	17(5.4)	
	Air Force	21(6.6)	
Task	Combat	183(57.7)	
	Support	134(42.3)	
<b>Total</b>		<b>317(100)</b>	

## 2) 군 복무에 대한 역경 정도

대상자가 군 생활 전반에 대해 지각하는 역경의 정도를 신체적/정서적 역경의 정도, 인생의 다른 역경과 비교로 나누어 질문하였다. 군에서 경험한 신체적 역경이 어느 수준이었던지 묻는 질문에 ‘하’라고 대답한 대상자가 61명(19.2%), ‘중’이라고 대답한 대상자는 179명(56.5%)이었으며, ‘상’이라고 대답한 대상자는 77명(24.3%)이었다. 정서적 역경에 대해서는 ‘하’가 43명(13.6%), ‘중’이 169 (53.3%), ‘상’이 105명(33.1%)이었다. 군에서의 생활이 인생의 다른 경험들과 비교하였을 때 어느 정도 수준의 역경이었던지 묻는 질문에 ‘조금’이 45명(14.2%), ‘보통’이 133명(42%), ‘꽤’라는 대답이 115명(36.3%), ‘매우’라는 대답이 24명(7.6%)으로 나타났다(Table 2).

Table 2. Degree of Trauma about military service (N=317)

Characteristic	Classification	Frequency
		N(%)
Physical trauma	Low	61(19.2)
	Middle	179(56.5)
	High	77(24.3)
Emotional trauma	Low	43(13.6)
	Middle	169(53.3)
	High	105(33.1)
Compared to other traumatic experience	Little hard	45(14.2)
	Middle hard	133(42.0)
	Quite hard	115(36.3)
	Very quite hard	24( 7.6)

### 3) 자아탄력성

대상자의 자아탄력성과 각 하위 요인의 평균은 다음과 같다. 1점~4점까지 4점 척도로 구성된 본 연구도구의 문항 평균 점수는  $2.71\pm 0.47$ 점이었다. 각 하위요인의 평균 점수는 대인관계 3.12점, 활력성 2.72점, 감정통제 2.66점, 낙관성 2.56점, 호기심 2.55점 순으로 나타났다(Table 3).

Table 3. Ego-resiliency of subjects (N=317)

Classification	Mean $\pm$ SD	Range
Relationship	3.12 $\pm$ 0.47	1.67~4.00
Vitality	2.72 $\pm$ 0.65	1.00~4.00
Emotion Control	2.66 $\pm$ 0.66	1.00~4.00
Optimism	2.56 $\pm$ 0.68	1.00~4.00
Curiosity	2.55 $\pm$ 0.70	1.00~4.00
<b>Total</b>	<b>2.71<math>\pm</math>0.47</b>	<b>1.57~4.0</b>

### 4) 사회적 지지

대상자의 사회적 지지 평균과 하위요인은 다음과 같다. 5점 척도로 구성된 본 연구도구의 문항 평균은  $3.52\pm 0.53$ 점으로 나타났다. 하위요인은 사회적 지지의 유형과 자원으로 나누어 볼 수 있는데 먼저 유형별로는 평가적 지지가 3.68점으로 가장 높았으며, 자원별로는 가족/친척의 지지가 평균 4.14점으로 가장 높았다(Table 4).

Table 4. Social Support of subjects

(N=317)

	Classification	Mean±SD	Range
Type of Support	Informational	3.52±0.62	1.75~5.00
	Emotional	3.48±0.61	1.75~5.00
	Instrumental	3.42±0.60	1.00~5.00
	Appraisal	3.68±0.62	1.75~5.00
Source of Support	Officer & NCO	2.90±0.85	1.00~5.00
	Co-workers	3.55±0.75	1.00~5.00
	Family & Relative	4.14±0.69	1.00~5.00
	Freind(before enlist)	3.51±0.83	1.00~5.00
<b>Total</b>		<b>3.52±0.53</b>	<b>2.25~5.00</b>

### 5) 군 생활 만족도

대상자의 군 생활 만족도 평균과 그 하위요인은 다음과 같다. 0점에서 3점까지 평정하게 되어있는 본 연구도구의 문항 평균은  $1.73 \pm 0.55$ 점이었으며, 하위요인별로는 의미만족이 2.11점으로 가장 높았고, 관계만족 1.71점, 환경만족 1.58점, 업무만족 1.46점 순이었다(Table 5).

Table 5. Military life satisfaction of subjects

(N=317)

Classification	Mean±SD	Range
Meaning	2.11±0.67	0.00~3.00
Relationship	1.71±0.68	0.00~3.00
Environment	1.58±0.71	0.00~3.00
Task	1.46±0.69	0.00~3.00
<b>Total</b>	<b>1.73±0.55</b>	<b>0.22~3.00</b>

## 6) 군 경험 후 성장

군 경험 후 성장과 하위요인의 평균점수는 다음과 같다. 0점에서 5점까지 6점 척도로 이루어져 있는 도구의 문항평균은  $3.09 \pm 0.87$ 점이었다. 하위요인들을 살펴보면 가장 큰 성장을 이룬 요인은 ‘개인 내적인 힘의 발견’으로 3.52점이었으며, ‘대인관계의 깊이 증가’가 3.21점, ‘새로운 가능성의 발견’이 3.14점, ‘삶에 대한 감사’가 2.93점, ‘영적 관심의 증가’가 1.91점 순으로 조사되었다(Table 6).

Table 6. Growth related Military service of subjects

Classification	Mean $\pm$ SD	Range
Personal Strength(PS)	3.52 $\pm$ 1.00	0.00~5.00
Relate to Other(RO)	3.21 $\pm$ 0.90	0.14~5.00
New Possibility(NP)	3.14 $\pm$ 1.01	0.00~5.00
Appreciate Life(AL)	2.93 $\pm$ 1.07	0.00~5.00
Spiritual Change(SC)	1.91 $\pm$ 1.38	0.00~5.00
<b>Total</b>	<b>3.09<math>\pm</math>0.87</b>	<b>0.24~5.00</b>

## 2. 일반적 특성과 역경 정도에 따른 차이

일반적 특성인 나이, 종교, 전역 이후 경과 기간, 근무부대, 업무에 따라서는 각 변수의 전체 평균에 유의한 차이를 보이는 변수가 없었다. 하지만 각 변수의 하위요인을 나누어 일반적 특성에 따른 차이를 분석하였을 때는 업무와 종교에서 유의한 차이를 보이는 하위변수가 있었는데, 결과는 다음과 같다(Table 7).

Table 7. The difference of variables according to general characteristics (N=317)

Variables -sub factor	Characteristics Classification		M±SD	t
Military satisfaction -Task	Task	Combat	1.36±0.71	-3.08**
		Support	1.60±0.64	
Growth related Military service -Spiritual Change	Presence of Religion	Yes	2.35±1.48	5.62***
		No	1.52±1.16	

\*p<0.05, \*\*p<0.01, \*\*\*p<0.001

군 생활동안 수행한 업무에 따라 군 생활 만족도의 하위요인인 ‘업무만족’에 유의한 차이가 있었는데, 군 생활 동안 지원 업무를 수행한 그룹이 전투업무 수행 그룹보다 업무 만족도가 더 높았다.

또한 종교의 유무에 따라 군 경험 후 성장의 하위 요인 중 ‘영적 관심의 증가’에 유의한 차이가 있었는데, 종교가 있는 경우 영적인 부분의 성장이 더 높은 것으로 나타났다.

다음으로 역량 정도에 따른 각 변수들의 차이는 다음과 같다(Table 8).

Table 8. Degree of Trauma during Military service and difference of variables (N=317)

Characteristics	Classification(N)	Ego-resiliency			Social support			Military Life satisfaction			Growth related Military service		
		Mean±SD	F	Mean±SD	F	Mean±SD	F	Mean±SD	F	Mean±SD	F		
Physical trauma	Low (61)	2.67±0.45		3.56±0.54		1.81±0.60a		2.84±0.88a					
	Middle (179)	2.69±0.47	1.78	3.51±0.48	0.25	1.65±0.52b	3.13*	3.09±0.83b	3.13*	4.25*			
	High (77)	2.80±0.46		3.53±0.64		1.79±0.56c	a,c>b	3.27±0.92c	a,c>b	a<c			
Emotional trauma	Low (43)	2.80±0.57		3.62±0.57		1.95±0.62a		2.82±0.90					
	Middle (169)	2.66±0.44	2.40	3.54±0.51	1.70	1.70±0.54b	5.49**	3.09±0.88	a>b,c	2.70			
	High (105)	2.76±0.45		3.46±0.54		1.63±0.51c		3.19±0.84					
Compared to other traumatic experience	little hard (45)	2.73±0.48		3.54±0.51		1.89±0.53		2.80±0.80a					
	middle hard(133)	2.70±0.45	0.18	3.55±0.50	0.31	1.72±0.53	2.14	3.15±0.77b		3.18*			
	quite hard (115)	2.70±0.47		3.51±0.58		1.65±0.50		3.06±0.95c		a<d			
very quite hard(24)	2.77±0.54		3.44±0.51		1.67±0.50		3.42±0.81d						

\*p<0.05, \*\*p<0.01, \*\*\*p<0.001

결과를 살펴보면 신체적 역경이 낮거나 높은 수준이라고 대답한 경우 중간 수준의 응답 보다 군 생활 만족도가 유의하게 높았다. 하지만 신체적 역경이 높았다고 한 그룹에서 낮은 수준이라고 응답한 그룹보다 성장이 유의하게 높았다.

정서적 역경의 경우에는 낮은 수준이라고 응답한 집단이 다른 두 집단에 비해 군 생활 만족도가 유의하게 높았지만, 성장은 유의한 차이를 보이지 않았다.

군 생활을 인생의 다른 역경과 비교한 역경 정도의 경우 군 생활이 매우 힘들었다고 보고한 집단이 조금 힘들었다고 보고한 집단보다 더 높은 성장을 경험한 것으로 나타났다.



### 3. 각 변수간의 상관분석

본 연구의 연구변수인 자아탄력성, 사회적지지, 군 생활 만족도, 군 경험 후 성장의 상관관계를 분석한 결과는 다음과 같다(Table 9).

자아탄력성은 군 생활 만족과 가장 높은 상관을 보였으며( $r=.40$ ), 하위요인들을 나누어 보았을 때는 낙관성과 성장이 가장 높은 상관을 보이는 것으로 나타났다( $r=.39$ ).

사회적 지지 또한 군 생활 만족과 가장 높은 상관을 보였고( $r=.50$ ), 특히 간부( $r=.44$ ), 군 동료( $r=.42$ )의 지지와 정서적( $r=.46$ ), 평가적( $r=.49$ ) 지지가 군 생활 만족과 높은 상관을 보이는 것으로 나타났다.

군 생활 만족은 성장과 가장 높은 상관이 있었으며( $r=.52$ ), 그 중에서도 의미만족과 성장간에 높은 상관( $r=.56$ )이 있었다.

성장의 하위요인들과 다른 변수와의 상관에서는 ‘대인관계의 깊이 증가’와 군 생활 만족간의 상관관계가 높은 것으로 나타났다( $r=.50$ ).

Table 9. Correlations among variables

	Ego-resiliency	Social support	Military satisfaction	Growth
<b>Ego-resiliency</b>	<b>1</b>	<b>.25**</b>	<b>.40**</b>	<b>.39**</b>
Relationship	.24*		.35**	.31**
Vitality	.20**		.31**	.32**
Emotion Control	.17**		.20**	.24**
Curiosity	.12*		.25**	.23**
Optimism	.26**		.36**	.39**
<b>Social support</b>	<b>1</b>	<b>.50**</b>		<b>.43**</b>
Officer, NCO	.14*		.44**	.26**
Co-workers	.16**		.42**	.28**
Family, Relative	.16**		.25**	.33**
Freind	.20**		.25**	.29**
Informational	.21**		.38**	.39**
Emotional	.20**		.46**	.36**
Instrumental	.17**		.40**	.31**
Appraisal	.26**		.49**	.39**
<b>Military satisfaction</b>			<b>1</b>	<b>.52**</b>
Task	.34**		.41**	.42**
Relationship	.29**		.49**	.32**
Environment	.25**		.37**	.32**
Meaning	.36**		.37**	.56**
<b>Growth related Military service</b>				<b>1</b>
Appreciate Life	.27**		.33**	.42**
New Possibility	.36**		.37**	.46**
Personal Strength	.41**		.37**	.46**
Spiritual Change	.21**		.18**	.25**
Relate to Other	.33**		.44**	.50**

\*p<0.05, \*\*p<0.01, \*\*\*p<0.001

#### 4. 각 변수가 군 경험 후 성장에 미치는 영향

군 경험 후 성장에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 일반적 특성과 역경 정도, 자아탄력성, 사회적지지, 군 생활 만족도를 독립변수로 하여 회귀모형을 분석하였다.

먼저 성장과 가장 큰 상관관계를 가지고 있는 군 생활 만족의 하위요인인 의미만족과 성장간의 상관관계수 값은  $r=.56$ 로 모든 상관관계가 0.8미만으로 나타나 모든 변수를 분석할 수 있었다. 공차한계와 VIF 값을 이용하여 다중공선성을 검정한 결과 공차한계는 0.852~0.995로 다중공선성이 존재한다고 할 수 있는 0.1이하인 값이 없었으며, VIF 값은 1.00~1.17로 10보다 크지 않으므로 모든 변수는 다중공선성에 문제가 없는 것으로 나타났다(한상숙과 이상철, 2011).

단계적 회귀 분석을 통해 선별된 성장에 유의한 영향을 미치는 변수는 다음과 같다(Table 10). 군 생활 만족의 하위요인인 의미만족( $\beta=.43$ ), 사회적 지지의 하위요인인 정보적 지지( $\beta=.23$ ), 자아탄력성의 하위요인인 낙관성( $\beta=.21$ ), 역경 정도의 하위요인인 정서적 역경정도( $\beta=.16$ )가 성장에 영향력이 있는 요인으로 나타났으며, 이 모델의 설명력은 43%였다.

Table 10. Predictors on Growth related Military service

Classification	Model 1			Model 2			Model 3			Model 4		
	B	$\beta$	t	B	$\beta$	t	B	$\beta$	t	B	$\beta$	t
Meaning satisfaction	.73	.56	11.94***	.63	.48	10.30***	.56	.43	9.10***	.56	.43	9.36***
Informational support		.35	.25	5.31***	.31	.22	4.84***	.32	.23	.23	.23	5.15***
Optimism					.27	.21	4.59***	.27	.21	.21	.21	4.73***
Emotional trauma							.21	.16	3.75***			
R <sup>2</sup>		.31		.37		.41		.43				

\*p<0.05, \*\*p<0.01, \*\*\*p<0.001

## VI. 논의

본 장에서는 이 연구를 통해 밝혀진 대학생들의 군 경험 후 성장과 관련 요인으로 자아탄력성, 사회적 지지, 군 생활 만족도에 대해 논하고자 한다.

### 1. 군 경험 후 성장

역경 후 성장 척도로 알아본 연구 대상자의 군 경험 후 성장은 평균 3.09 점으로 나타났다. 이는 다양한 역경 이후의 성장을 보고한 동일 연령대 남성 대상자들의 역경 후 성장 점수인 송승훈 등(2009)의 2.81보다 높았지만, 김보라와 신희천(2010)의 3.73과 Tedeschi와 Calhoun(1996) 3.23보다는 낮은 점수였다. 또한 임선영과 권석만(2012)이 실연을 경험한 대학생에게 조사한 성장 평균인 2.68보다도 높았고, 이숙과 김연정(2012)의 유방암 생존자 대상 연구 결과인 2.98보다 높았지만, 유방암 생존자를 대상으로 한 김희정 등(2008)의 연구에서 3.63이 나온 것 보다는 낮았다. 이러한 결과들은 동일한 척도를 사용하였다 하더라도 성장에 미치는 영향요인이 다양하므로 점수로만으로는 성장을 비교할 수는 없으나, 군 생활로 인해 대상자들이 중간 수준 이상의 성장을 경험하는 것으로 판단된다.

세부적으로는 하위요인 중 ‘개인 내적인 힘의 발견’이 가장 높은 점수를 보였는데 다른 연구에서 ‘대인관계의 깊이 증가’가 가장 높았던 것과는 차이가 있었다(김희정 등, 2008; 임선영과 권석만, 2012). 한편, 가장 평균 점수가 낮았던 것은 ‘영적 관심의 증가’ 였는데 이는 대부분의 다른 국내 연구와 유사한 결과였다. 임선영(2012)은 이에 대해 Taku(2011)의 연구를 인용하여 영적변화에 대한 문항이 성장을 설명 하는가에 문화적 차이에 의한 이견이 있다며, 이를 하위요인으로 보는 것에 대한 논의가 필요하다고 하였다. 다만, 종교가 있는 경우 영적 관심의 증가에서 유의하게 높은 성장을 보였는데, 종교가 있는 병사들은 군 생활을 통해 본인 종교의 믿음을 더욱 공고히 하는 것으로 보인다.

역경 정도에 따른 차이를 보면, 신체적 역경이 높았다고 보고한 집단이 그렇지 않은 집단보다 더 높은 성장을 보였다. 또한 군 생활의 역경 정도를 다른 인생의 역경들과 비교한 점수에서도 역경 정도가 강하다고 보고한 경우 더 높은 성장을 보였다. 선행연구에서도 역경 정도가 강할수록, 혹은 외상 후 스트레스 증상이 있을수록 더 높은 성장을 보고한 연구들이 있었는데 (Tedeschi & Calhoun, 2004; 박혜원과 안현의, 2006), 본 연구에서도 역경에 대해 강하게 인지할수록 더 높은 성장을 보고하는 것으로 밝혀져 이를 지지하였다. 하지만 이 결과를 군 생활을 힘들게 느낄수록 더 많은 성장을 경험한다고 단순히 해석하기에는 역경정도가 구조화된 척도에 의해 측정되지 않은 점과 다른 외생변수들의 개입으로 인한 효과로 인해 주의가 필요하다고 생각된다. 다만, 개인이 지각하는 역경이 일정 수준을 넘는다면 그 정도보다는 이를 처리하는 과정이 성장에 더 영향을 줄 것으로 해석되는 점에서, 자아탄력성과 사회적 지지, 군 생활 만족이 성장에 미치는 영향력에 해석의 주안점을 두어야 할 것이다.

자아탄력성, 사회적 지지, 군 생활 만족도는 모두 군 경험 후 성장과 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자아탄력성과 역경 후 성장의 정적 상관관계를 보고한 김보라와 신희천(2010)의 연구와, 사회적 지지와 역경 후 성장의 정적 상관관계를 보고한 신선영과 정남운(2012)의 연구, 자아탄력성과 사회적 지지 모두 역경 후 성장과 정적 상관관계를 보인 윤명숙과 박은아(2011)의 연구와 동일한 맥락이었다.

여러 변수들 중 단계적 회귀분석을 통해 성장에 영향력 있는 것으로 나타난 변수는 의미만족, 정보적 지지, 낙관성, 정서적 역경정도로 이 모형은 43%의 설명력을 보였다. 즉, 군 복무를 정서적으로 힘들다고 느끼는 것은 성장을 경험하는데 도움이 되었으며, 군 복무로 인한 역경을 극복하고 성장하는 과정에서 개인이 지니고 있는 낙관성을 활용하고, 군 생활에 대해 충분한 충고와 조언을 받으며, 군 복무에 명예와 자부심을 느끼는 것이 군 경험 후 성장에 많은 영향을 미친다는 것으로 해석할 수 있다.

특히, 군 생활 만족은 성장과 가장 상관이 높았는데, 송경재 등(2010)의 연구에서 내재적 동기, 즉 군 자체에 매력을 느껴 입대한 경우 군 생활 만족도가 높고 자신의 미래에 군 경험이 긍정적으로 작용 할 것이라고 생각한다는 결과와 유사하였다. 따라서 군 생활 만족이 높을수록 군을 긍정적으로 받아들여 성장이 촉진될 것으로 생각할 수 있다. 특히 군 생활 만족의 하위 요인 중 군 복무에 대한 자부심, 명예 등과 관련된 의미만족은 성장과 가장 큰 상관과 영향력을 보여 그 중요성이 강조되었다. 군에서는 병사들이 스스로 군 복무에 자부심을 가지도록 정신교육 등을 통해 이를 촉진시키고 있으나, 군 외 우리 사회가 이를 뒷받침하는 것도 매우 중요할 것이다. 최근 한 TV 프로그램에서 연예인들의 군 생활 체험을 보여줌으로 기존의 폐쇄적인 시각에서 탈피하여 국민들이 군을 더욱 가깝게 느끼도록 하는 것이 매우 좋은 예로 이러한 과정을 통해 군을 존중하는 문화가 더욱 확산된다면, 군인들의 의미만족에 도움이 될 것으로 생각된다.

## 2. 성장 관련 요인

군 생활 전반에 대해 대상자가 지각하는 역경 정도에는 신체적, 정서적 역경 모두 중간 수준으로 대답한 대상자가 많았으나 정서적 역경에 ‘상’이라고 대답한 비율(33.1%)이 신체적 역경에 ‘상’이라고 대답한 비율(24.3%)에 비해 높은 수준을 차지하였는데, 이를 통해 대상자들이 군 생활 동안 정서적인 부분을 더 힘들게 받아들였을 것으로 생각할 수 있다.

현재 군에서는 관심병사 관별을 위한 인성검사나 부대 간부들에 의한 장병 면담, 상담관의 배치, 생명의 전화, 비전 캠프 등을 통해 병사들의 정서적 안정을 도모하고 있지만, 이것은 몇몇 부적응 병사에게 집중되어 있으며 사고 방지를 위한 노력이 더 큰 비중을 차지하고 있다. 따라서 외관상 부대에 잘 적응하여 생활하고 있는 병사들의 정서적인 안정을 위한 노력은 상대적으로 경시되고 있다. 비록, 간부의 정기적 면담이 이루어진다고 하더라도, 연구 결과 간부 및 군 동료에게 받는 지지가 군 외에 있는 가족, 사회친

구 보다 높지 않은 것을 보면 큰 효과를 내고 있다고 보기 힘들다. 따라서 부적응 집단 뿐 아니라 일반적인 병사 집단을 위해서도 보다 체계적인 관리가 필요하며, 생활 스트레스 해소를 위한 프로그램이나 긍정심리학의 개념을 이용한 행복 증진 프로그램, 자기 성찰 프로그램 등 단순한 면담에 의존하지 않은 교육을 정기적으로 시행할 수 있다면 병사들의 정서적 안정으로 인해 자아탄력성과 군 생활 만족도가 증진되고 나아가 더 높은 성장을 경험할 것으로 기대할 수 있다.

대상자들의 자아탄력성은 2.71점으로 동일한 척도를 사용하여 청소년을 연구한 유성경과 심혜원(2001)의 2.74점, 청소년과 대학생 남성에게 연구한 김보라 등(2010)의 2.65점과 유사한 수준이었다. 하위요인 중에서는 ‘대인관계’의 탄력성이 가장 높은 것으로 나타났으며 이 또한 선행연구와 유사하였다. 자아탄력성의 하위 요인 중에서는 낙관성이 사회적 지지( $r=.26$ )와 군 생활 만족( $r=.36$ ), 성장( $r=.39$ )과 높은 정적 상관을 보였는데, 이는 본 연구가 자가 보고식 설문으로 이루어져 있어 낙관적인 성향이 강한 개인이 사회적 지지의 지각과 군 생활 및 성장에 대해 긍정적으로 응답하였을 가능성 때문으로 생각된다. 또한 유성경과 심혜원(2001)의 연구에서 적응 유연한 집단에서 자아탄력성이 높다고 한 것과 유효정(2012)이 성장을 촉진시키기 위해 개인의 탄력성을 평가하여 수준을 높이는 것이 필요하다고 한 결과를 보면, 자아탄력성이 높은 집단이 군에 잘 적응하고 이로써 더 높은 만족과 성장을 보일 것으로 예상할 수 있으며, 더 높은 성장을 도모하기 위해서는 자아탄력성을 높여 주는 것이 도움이 될 것임을 유추할 수 있다.

사회적 지지는 전체 평균 3.52점으로 군인들을 대상으로 동일한 척도를 사용한 김선영(2011)의 3.69점, 현혜순과 이인숙(2008)의 3.35점의 중간 정도에 위치하였다. 하위요인 중 지지 유형별로는 평가적 지지가 가장 높았고 도구적 지지가 가장 낮았으며, 지지 자원별로는 가족/친척의 지지가 가장 높고 간부의 지지가 가장 낮았는데, 이는 김선영(2011)의 연구와 일치하였다.



사회적 지지의 경우 군 생활 만족과 높은 상관을 보였는데, 그 중에서 눈에 띄는 것은 간부( $r=.44$ )와 군 동료( $r=.42$ )의 지지가 다른 지지 자원에 비해 군 생활 만족도와 높은 정적 상관을 보였다는 것이다. 이는 유연웅(2012)의 연구에서 상급자와의 갈등이 유의하게 군 생활 만족도에 영향을 미치는 것으로 나타난 결과와 유사하였다. 또한 김선영(2011)의 연구에서 간부의 지지가 지지자원 중 유일하게 지각된 스트레스에 영향을 미친다고 한 것과, 군과 같이 사회와 단절된 상황에서는 군 내부 자원의 지지가 중요하다 한 박현철(2001)의 연구결과를 보면, 간부와 동료들의 긍정적인 지지가 많을수록 군 생활 만족도가 높아지고 스트레스 또한 감소할 것으로 생각할 수 있다. 군에서는 장교들이 지휘관 업무를 하기 전 교육 기간을 마련하고 있는데, 이러한 기간 동안 정신건강에 대해 강조하고 관련된 프로그램들을 교육하여 각자의 부대에서 활용하도록 한다면, 긍정적인 과급력이 클 것으로 생각된다.

지지 유형 중에서 군 생활 만족과 가장 상관이 높았던 것은 평가적 지지( $r=.49$ )로 자신의 능력에 대해 존중 받는다고 느낄 경우 만족도가 높은 것으로 나타났다. 이를 보면, 병사 개개인의 가치와 능력을 존중하고 칭찬할수록, 병사들이 군 생활에 대해 더 만족하게 느끼며 결과적으로 더 높은 성장을 경험할 것으로 기대할 수 있다. 또한 정서적 지지는 지각된 스트레스 수준을 감소 시켜 군 생활 만족도와 삶의 질을 높인다는 김선영(2011)의 연구와 유사하게 본 연구에서도 정서적 지지와 군 생활 만족의 상관( $r=.46$ )이 높게 측정되어 그 중요성이 다시 한 번 강조되었다.

군 생활 만족도의 평균은 1.73점으로 이 척도를 만든 손봉기(2009)의 연구 결과인 1.72와 매우 유사하였으며, 하위요인 중 ‘의미만족’의 점수가 가장 높은 것 또한 일치하였다. 일반적 특성에 따른 차이를 보았을 때, 손봉기(2009)의 연구에서는 종교와 부대 위치에 따라 군 생활 만족에 유의한 차이가 있었으나, 본 연구에서는 차이를 보이지 않았다. 하지만 군 생활 동안 수행한 업무에 따라 ‘업무만족’ 요인에서 유의한 차이가 관찰되었는데 지원업무를 한 경우 전투업무보다 업무만족이 높았다. 이는 ‘업무를 통해 자기개

받을 수 있었다’, ‘업무는 관심이 가는 분야의 일이었다’ 등의 문항으로 업무만족을 측정하여, 군 외에서 쓰일 일이 상대적으로 적은 전투분야 업무에 비해, 자신의 관심이나 전공분야를 활용 할 수 있는 기회가 많았기 때문이라고 생각된다. 손봉기(2009)는 Argyle(2001)의 연구를 인용하여 업무만족은 업무 자체보다도 업무와 개인의 부합성이 더 중요하다고 하였는데, 입대 전 관심분야나 전공을 활용 할 수 있도록 보직 배치가 좀 더 세부적으로 이루어진다면, 군 내에서의 업무 만족과 함께 효율성 또한 증가 할 것으로 생각된다. 또한 전투업무를 수행하는 병사들을 대상으로 업무나 훈련의 필요성과 중요성을 강조하여 동기를 부여하고, 하나의 수단으로 병사를 활용하는 것이 아니라 개개인의 가치에 의미를 부여한다면, 업무 만족이 더 향상 될 것으로 생각된다.

### 3. 연구의 의의와 제한점

본 연구에서는 군 복무를 마치고 전역한 대학생들을 대상으로 군 경험 이후 성장에 대해 알아보고자 하였다. 이 결과를 바탕으로 병사 개개인의 인생에 군 복무 기간에 대한 긍정적인 의미를 증진시키고자 하는데 연구의 의의가 있으며, 군 생활이 그들의 인생에 성장의 기회가 되도록 하기 위한 환경 마련의 기초 자료를 제공하고자 한다.

본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째로 의무복무를 택하는 우리나라에서 군 복무의 긍정적인 영향을 측정하기 위해 성장의 개념에서 접근한 연구라는 점이다. 그 결과 실제 연구 대상자들에게 군 경험으로 인한 성장이 이루어지고 있음을 밝혀내었으며, 이에 영향을 미치는 요인들과 영향력 등을 제시하여 그동안 다소 추상적인 개념으로만 여겨지던 군 생활이 개인의 성장에 기여한 긍정적인 면을 가시화 하였다.

둘째로 군에 대한 연구이지만 대상자를 현역 군인이 아닌 제대 군인으로

하였다는 것에 의의가 있다. 본 연구에서는 성장의 결과적인 측면에서 접근하여 이미 군 생활을 마친 제대 군인을 대상으로 하였는데, 이로 인해 현역 군인을 대상으로 하였을 때 발생 할 수 있는 부정적 응답의 회피와 같은 문제점을 일부 극복 할 수 있었던 것으로 보인다. 또한 전국의 여러 부대에서 다양한 군 경험을 한 대상자들이 그들의 군 생활에 대해 보고하였다는 것에도 의의가 있다.

셋째로 역경이 개인의 인생에 부정적인 영향을 미치는 것으로 인식되던 기존의 사고에서 벗어나 성장의 계기가 될 수 있음을 밝혀내어, 역경으로 인해 힘들어 하는 대상자들에게 보다 다차원적이고 긍정적인 면에 집중한 치료적 중재 제공의 초석을 마련하였다.

본 연구의 제한점은 다음과 같다.

첫째로 본 연구는 횡단연구이면서도 과거의 경험을 떠올려 연구에 참여하도록 하였기 때문에 당시의 상황을 정확하게 반영하지 못하였거나, 다른 개입들이 있었을 가능성이 크다.

둘째로 대상자를 편의 표집한 4년제 대학생으로 제한하여 이를 전체 군인에게 일반화 하는 것에 오류가 있을 수 있다.

셋째로 군 생활 동안의 사회적 지지와 군 생활 만족도는 이전의 경험을 떠올려 측정하였지만, 자아탄력성 척도는 현재의 시점에서 응답하도록 되어있어 성장을 통해 긍정적인 변화를 경험한 응답자의 자아탄력성이 군 복무 당시보다 상승되었을 가능성이 크며 사회적 지지나 군 생활 만족에도 보다 긍정적으로 응답했을 가능성 또한 배제할 수 없다. 따라서 추후 연구에서는 이러한 시점에 대한 고려가 면밀히 이루어 져야 할 것으로 보인다.

## VII. 결론 및 제언

본 연구는 군 복무 이후의 긍정적인 심리적 변화로서 군 경험 후 성장을 파악하고 이와 관련된 요인을 규명하기 위해 수행되었다. 성장을 측정하기 위해 Tedeschi와 Calhoun(1996)의 역경 후 성장(Posttraumatic Growth) 이론을 배경으로 하였으며, 이 모델에 기반하여 일반적 특성과 역경 정도, 자아탄력성, 사회적 지지, 군 생활 만족이 군 경험 후 성장에 미치는 영향에 대해 확인하고자 하였다.

본 연구의 대상자는 군 의무복무를 병사로서 마치고 전역한 4년제 대학생들로 총 4개 학교에 재학 중인 학생들이 포함되었다. 자료 수집은 학생 예비군 훈련 기간에 맞추어 연구자가 직접 학교를 방문하여 시행하였으며, 구조화된 설문을 사용하였다. 연구 참여에 동의한 대상자 중 총 317부를 분석에 사용하였으며, 자료 분석은 SPSS 19.0 프로그램을 이용하였다.

연구 결과 대상자의 연령은 평균 25.2세였으며, 전역 후 경과한 기간은 4년 이내가 93.4%로 대부분을 차지하였다. 종교는 무교가 52.7%, 종교가 있는 대상자가 47.3%였으며, 근무부대는 병력이 집중되어 있는 육군 전방부대가 가장 많았고 수행한 업무는 전투업무가 57.7%, 지원업무가 42.3%의 비율로 나타났다.

대상자가 군 생활 전반에 대해 지각하는 신체적, 정서적 역경 정도는 ‘중간’ 수준이라는 응답이 가장 많았으나, 신체적 역경보다 정서적 역경에 ‘높은’ 수준이었다는 응답이 많았다. 군 생활이 인생의 다른 경험과 비교하여 어느 정도 역경이었는데에 대한 질문에는 85.8%가 보통 이상 수준이라고 대답하였다.

대상자들의 군 경험 후 성장을 측정하기 위해 역경 후 성장 척도를 사용하였으며 본 연구에서의 평균 점수는 3.09점으로 중간값 2.5점 이상의 점수를 보였고, 하위요인 중에서는 ‘개인 힘의 성장’이 가장 높은 성장을 보였다. 자아탄력성은 평균 2.71점으로 동일한 연령대와 유사한 수준으로 나타났다. 군 생활 동안의 사회적 지지는 3.52점, 군 생활 만족도는 1.73점으

로 군인을 대상으로 한 이전의 연구와 비슷하였다.

일반적 특성과 역경 정도에 따른 각 변수의 차이 중 주요 결과를 보면, 지원 업무를 수행한 경우 전투업무보다 업무만족이 유의하게 높았으며, 종교가 있는 경우 더 많은 영적성장을 경험하는 것으로 나타났다. 또한 신체적 역경이 높은 수준일 때, 군 생활의 역경정도가 다른 인생의 역경보다 높은 수준일 때 성장이 유의하게 높았다.

각 변수의 상관분석 결과 자아탄력성이 높을수록, 사회적 지지가 높을수록, 군 생활 만족이 높을수록 군 경험 후 성장이 높아지는 것으로 나타났다. 특히 군 생활 만족도가 성장과 가장 높은 상관이 있어 군 생활에 만족 할수록 더 많은 성장을 경험하는 것을 알 수 있었으며, 그 중에서도 군 생활의 자부심, 명예 등에 대한 만족을 뜻하는 ‘의미만족’이 가장 상관이 높았다. 또한 간부와 군 동료의 지지가 높을수록 군 생활 만족이 유의하게 높은 것으로 나타났다.

군 경험 후 성장에 영향력이 높은 하위요인은 의미만족과 정보적지지, 낙관성, 정서적 역경 정도로 이는 43%의 설명력을 가지는 것으로 나타났다.

이를 종합하여 군 복무를 마친 대학생들의 군 경험 후 성장에 대해 설명하자면 다음과 같다. 군 생활에 대해 지각하는 역경의 정도가 높을수록 더 높은 성장을 보이는 것으로 나타났으며, 정서적 역경 정도가 성장에 영향력이 있는 것으로 나타났다. 자아탄력성이 높을수록 더 높은 성장을 경험하고, 특히 낙관성은 성장에 미치는 영향력이 컸다. 사회적 지지가 좋을수록 더 많은 성장이 있었으며, 그 중에서도 정보적 지지가 미치는 영향력이 컸다. 군 생활 만족은 군 경험 후 성장을 가장 잘 설명하는 변수로 나타났으며 의미만족이 성장에 미치는 영향력이 큰 것으로 조사되었다.

본 연구를 통해 다음과 같은 제언을 한다.

첫째, 성장과 관련요인을 밝혀내는데 설문을 이용한 횡단적 조사연구는 한계가 있을 수 있으므로, 질적 연구를 통해 이를 다각적으로 밝혀내는 것이 필요하다.

둘째, 역경 후 성장만을 측정하는 것 보다는 성장을 통해 어떤 긍정적인 변화들이 일어났는지를 파악하는 것이 의미가 있으므로(Zoellner 등, 2011), 군 경험으로 인한 성장이 결과적으로 개인의 행복이나 삶의 만족도, 우울 등에 어떤 영향을 미쳤는지에 대한 추후 연구가 필요하다.

셋째, 본 연구 결과를 활용하여 병사들이 군 생활 동안 높은 성장을 경험할 수 있도록 격려하는 체계적인 성장 촉진 프로그램을 군전반에 확산하여 그 효과를 검증 할 수 있는 연구가 필요하다.

## 참 고 문 헌

- 구승신. (2005). 신세대 병사의 군 생활 적응에 영향을 주는 요인. *국방정책 연구*, 68, 199-217.
- 구승신. (2006). 신세대 병사의 정신건강 실태와 영향요인에 관한 연구. *정신보건과 사회사업*, 24, 64-93.
- 국방부. (2007) 군 정신질환 역학조사.
- 권석만. (2008). *긍정심리학, 행복의 과학적 탐구*. 서울: 학지사.
- 김보라, & 신희천. (2010). 자아탄력성과 삶의 의미가 외상 후 성장에 미치는 영향: 의미추구와 의미발견의 매개효과. *한국심리학회지 상담 및 심리치료*, 22(1), 117-136.
- 김선영. (2011). *육군 병사의 지각된 스트레스 및 정신건강 영향 요인*. 석사학위논문, 서울대학교 대학원, 서울.
- 김승태, 김병로, 홍경수, 정유숙, 유범희, & 김도관. (1997). 삼풍사고 생존자들에서의 급성 외상후스트레스장애. *신경정신의학*, 36(3), 475-487.
- 김희정, 권정혜, 김종남, 이란, & 이진숙. (2008). 유방암 생존자의 외상후 성장 관련 요인 탐색. *한국심리학회지 건강*, 13(3), 781-799.
- 노인숙, & 원정숙. (2009). 새터민의 우울, 불안, 외상 후 스트레스, 자아존중감 및 사회적응 간의 관계. *정신간호학회지*, 18(1), 69-77.
- 민성길. (2006). *최신 정신 의학 제 4판*. 서울: 일조각
- 박은희. (1997). *자아탄력성(Ego-Resiliency), 지능 및 학업성취도와의 관계연구*. 석사학위논문, 충남대학교, 대전.
- 박지원. (1985). *사회적 지지척도 개발을 위한 일 연구*. 박사학위논문, 연세대학교 대학원, 서울.
- 박현철. (2001). *군인의 삶의 질 향상에 관한 연구*. 석사학위논문, 연세대학교 대학원, 서울.
- 박혜원, & 안현의. (2006). 외상 후 스트레스 증상, 영성 및 외상관련 반추

- 가 외상 후 성장에 미치는 영향. *상담학연구*, 7(1), 201-214.
- 보건복지부. (2012) 2011년도 정신질환실태 역학조사. 242-251. 서울대학교 의과대학: 서울.
- 손봉기. (2009). *성격적 강점이 군 생활 만족도에 미치는 영향*. 석사학위논문, 서울대학교 대학원, 서울.
- 송경재, 한민, 배준성, 한성열. (2010). 입대 동기가 육군 병사와 해병대원의 군 생활과 미래 인식에 미치는 영향. *한국심리학회지: 사회문제*, 16(4), 469-485.
- 송승훈, 이홍석, 박준호, 김교현. (2009). 경험한국판 외상후 성장 척도의 타당도 및 신뢰도 연구. *한국심리학회지 건강*, 14(1), 193-214.
- 송주연, & 이희경. (2010). 소아암 환자 어머니의 희망이 외상 후 성장에 미치는 영향. *상담학연구*, 11(4), 1501-1517.
- 신미옥. (1999). *신병교육훈련이 훈련병들의 정신건강에 미치는 영향 연구*. 석사학위논문, 이화여자대학교, 서울.
- 신선영, 정남운. (2012). 삶의 의미와 사회적 지지가 외상 후 성장에 미치는 영향: 성장적 반추를 매개 변인으로. *인간이해*, 33(2), 217-235.
- 신희덕. (2007). *대학생의 자기효능감이 스트레스 대처방식과 사회적 문제 해결 능력에 미치는 영향*. 석사학위논문, 광운대학교 대학원, 서울.
- 오현철. (2012). *사회적 지지가 자기효능감, 자아탄력성을 매개로 공군 병사의 군 생활 적응에 미치는 영향*. 석사학위논문, 서울대학교 대학원, 서울.
- 유성경, & 심혜원. (2002). 적응 유연한 청소년들의 심리적 보호요소 탐색. *교육심리연구*, 16(4), 189-206.
- 유연용. (2012). 병사들의 군생활 만족에 미치는 영향요인 연구. *한국군사회복지학*, 5(2), 5-30.
- 유효정. (2012). *만성화 된 외상 후 스트레스 장애를 가진 참전군인의 사회적 적응과 외상 후 성장에 미치는 심리적 요인*. 석사학위논문, 덕성여자대학교 일반대학원, 서울.



- 윤명숙, 박은아. (2011). 정신보건사회복지사의 외상 후 성장관련 요인 연구. *정신보건과 사회사업*, 39, 61-89.
- 윤문수. (1993). *일부 사병들의 사고입원 위험요인에 관한 환자-대조군 연구*. 석사학위논문, 연세대학교 대학원, 서울
- 은헌정, 이선미, 김태형. (2001). 일 도시 지역의 외상 후 스트레스 장애 역학 조사. *Journal of the Korean Neuropsychiatric Association*, 40(4), 581-591.
- 이숙, & 김연정. (2012). 기혼 유방암 환자의 외상 후 성장. *대한간호학회지*, 42(6), 907-915.
- 이수림. (2013). 외상 유형이 외상후성장 및 지혜에 미치는 영향; 사회적 지지와 대처의 매개효과. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 19(3), 319-341.
- 이양자, & 정남운. (2008). 외상후 성장에 대한 연구 개관: 적응과의 관계 및 치료적 적용을 중심으로. *한국심리학회지 건강*, 13(1), 1-23.
- 이옥정, & 지영환. (2010). 일반논문 : 경찰의 직무스트레스 해소 프로그램 적용을 위한 외근 경찰관의 외상후 스트레스 장애(PTSD) 증상 분석. *한국경찰학회보*, 26, 173-203.
- 이용재. (2010). 우리나라 제대군인 보훈복지정책의 실태 및 활성화 방안. *한국군사회복지학*, 3(2), 47-68.
- 이인숙, 하양숙, 김기정, 김정희, 권용희, 박진경, & 이나윤. (2003). 일개 지역사회 재해 주민의 외상 후 스트레스 장애 정도와 관련요인 분석. *대한간호학회지*, 33(6), 829-838.
- 이혜영. (2011). *병사들의 자아탄력성과 사회적 지지 수준에 따른 군 생활 적응의 차이*. 석사학위논문, 숙명여자대학교 대학원, 서울.
- 이호진, 김희숙, & 박상연. (2011). 소방공무원의 직무스트레스 지각과 스트레스 대처방식이 정신건강에 미치는 영향. *정신간호학회지*, 20(3), 315-324.
- 임선영. (2013). *외상후 성장에 이르는 의미재구성 과정*. 박사학위논문, 서

- 울대학교 대학원, 서울.
- 임선영, & 권석만. (2012). 관계상실을 통한 성장이 성격적 성숙과 정신건강에 미치는 영향. *한국심리학회지 임상*, 31(2), 427-447.
- 임선영, & 권석만. (2012). 대학생의 관계상실을 통한 성장에 관한 연구: 인지적 유연성과 인지적 정서조절 전략을 중심으로. *한국심리학회지 일반*, 31(2), 261-281.
- 임지준. (2012). *성인에착과 실연 스트레스 및 실연 후 성장의 관계*. 석사학위논문, 서울대학교 대학원, 서울.
- 조순영. (2003) 병사들의 건강증진 행위, 정신건강, 군 생활 적응과의 관계. *정신간호학회지*, 12(2), 164-171
- 정인명. (2009). *의도적 반추와 낙관성이 외상후 성장에 미치는 영향*. 석사학위논문, 계명대학교 대학원, 대구.
- 최남희. (2005). 재난 생존자 경험의 내러티브 분석 -재난 간호를 위한 제언-. *대한간호학회지*, 35(2), 407-418.
- 최남희, 변주훈, 한동일, & 임숙빈. (2007). 재난 집중호우 피해자의 심리적 충격과 우울. *정신간호학회지*, 16(2), 139-149.
- 한노을. (2008). *외상 후 성장에 관한 현상학적 연구*. (국내석사학위논문), 서울여자대학교 특수치료전문대학원,
- 한상숙, 이상철. (2011). *간호·보건 통계분석(2판)*. 서울:포널스 출판사
- 한인영, 이지영, & 구승신. (2009). 군 병사들이 복무 중 경험한 외상적 사건과 PTSD 증상,우울 및 사회적 지지의 관계. *한국군사회복지학*, 2(2), 25-51.
- 허수연, 이정은, 이종은, 홍혜영, 유호선, 최은희, & 염병수. (2006). 사고노출을 경험한 철도기관사의 직무만족에 관한 연구: PTSD와 사회적 지지 영향을 중심으로. *한국사회복지조사연구*, 15, 99-120.
- 현혜순, & 이인숙. (2008). 병사의 지각된 스트레스와 스트레스 반응에 관한 연구. *대한간호학회지*, 38(2), 238-247.
- American Psychiatric Association. (1980). *DSM-III*. Washington D. C.

- ; American Psychiatric Association.
- American Psychiatric Association. (2013). *DSM-5*. Washington D. C.
- ; American Psychiatric Association.
- Antoni, Michael H., Lehman, Jessica M., Klibourn, Kristin M., Boyers, Amy E., Culver, Jenifer L., Alferi, Susan M., . . . Carver, Charles S. (2001). Cognitive-behavioral stress management intervention decreases the prevalence of depression and enhances benefit finding among women under treatment for early-stage breast cancer. *Health Psychology, 20*(1), 20-32.
- Argyle. M. (2001). *The psychology of happiness*. East Sussex, England: Routledge.
- Block, J. H., & Block, H. (1980). The role of ego-control and ego-resilient in the organization of behavior. *Minnesota Symposia on child psychology, 13*, 39-101
- Block, Jack, & Kremen. Adam, M. (1996). IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of personality and social psychology, 70*(2), 349.
- Breslau, N., & Davis, G. C. (1987). Posttraumatic Stress Disorder: The stress criterion, *Journal of nervous and mental disease, 175*(5), 255-264.
- Caplan, G. (1974). *Support systems and community mental health: Lectures on concept development*. New York: Behavioral Publication
- Cobb, S. (1976). Social support as a mediator of life stress. *Psychosomatic Medicine, 38*, 300-314.
- Egeland, B., Carlson, C., & Sroufe. L. (1993). Resilience as process, *Development and Psychopathology, 5*, 517-528.
- Fazio, R. J., & Fazio, L. M. (2005). *Growth Through Loss: Promoting*

- Healing and Growth in the Face of Trauma, Crisis, and Loss. *JOURNAL OF LOSS AND TRAUMA*, 10(3), 221-252.
- Klohn, Eva, C. (1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of. *Journal of personality and social psychology*, 70(5), 1067.
- Lee, D. Y., Lee, C. S., Park, C. S., Kim, B. J., Cha, B. S., Lee, S. J., & Bhang, S. Y. (2012). Effect of symptoms of adult attention deficit hyperactivity disorder on symptoms of post traumatic stress disorder in Korean conscripts. *Psychiatry Investig*, 9(2), 154-160.
- Lee, S., & Kim, Y. J. (2012). Posttraumatic growth of patients with breast cancer. *J Korean Acad Nurs*, 42(6), 907-915.
- Levine, S. Z., Laufer, A., Stein, E., Hamama-Raz, Y., & Solomon, Z. (2009). Examining the relationship between resilience and posttraumatic growth. *J Trauma Stress*, 22(4), 282-286.
- Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Positive Change Following Trauma and Adversity A Review. *JOURNAL OF TRAUMATIC STRESS*, 17(1), 11-21.
- Lopez, Shane J., Aronson, Joshua, 권석만, 박선영, & 하현주. (2011). *외상을 통해 성장하기*. 서울: 학지사.
- Morris, B. A., Shakespeare-Finch, J., Rieck, M., & Newbery, J. (2005). Multidimensional nature of posttraumatic growth in an Australian population. *J Trauma Stress*, 18(5), 575-585.
- Joseph, S. & Butler, L. D. (2010) Positive Changes Following Adversity. *PTSD Research Quarterly*, 21(3)
- Park, C. L., Cohen, L. H., & Murch, R. L. (1996). Assessment and Prediction of Stress-Related Growth. *Journal of personality*, 64(1), 71-106.

- Rutter, M. (1987). Psychosocial Resilience and Protective Mechanisms. *Amer. J. Orthopsychiat.* 57(3).
- Taku, K. (2011). Commonly-defined and individually-defined posttraumatic growth in the US and Japan. *Personality and Individual Differences*, 51, 188-193
- Tedeschi, Richard G., & Calhoun, Lawrence G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the Positive Legacy of Trauma. *Journal of Traumatic stress*, 9(3), 455-471.
- Tedeschi, Richard G., & Calhoun, Lawrence G. (2004). TARGET ARTICLE: "Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence". *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- Zoellner, L. A., Rothbaum, B. O., & Feeny, N. C. (2011). PTSD not an anxiety disorder? DSM committee proposal turns back the hands of time. *Depress Anxiety*, 28(10), 853-856.

## 부록 1. 연구참여 동의서

### 연구 제목: 제대 군인의 군 경험 후 성장 관련 요인

안녕하세요. 연구에 참여하여 주셔서 감사 드립니다. 저는 서울대학교 간호대학원에서 정신간호학을 전공하고 있는 정은경입니다.

본 연구는 제대 군인들을 대상으로, 군에서 경험한 역경을 조사하고, 이러한 역경을 통해 군 입대 이전과 비교하였을 때 어떠한 성장을 경험하였는지에 대해 알아보고자 하는 것입니다. 또한 이러한 성장에 자아탄력성, 군 생활 동안의 사회적 지지, 군 생활에 대한 만족도가 어떠한 영향을 미쳤는지 알아보려고 합니다. 본 연구는 그 동안 다소 추상적인 개념으로 존재하였던 군에서의 성장 경험을 연구를 통해 밝힌다는 것에 의의가 있으며, 이 연구결과는 향후 군에서 심리적인 어려움을 겪는 병사들의 정신건강 증진 및 간호중재의 기초자료로 활용 될 것입니다.

본 연구는 연구 참여자가 설문지를 통해 자가보고한 내용을 분석하여 결과를 도출해 내는 방식으로 진행되며 설문은 자발적으로 참여 의사를 밝히신 분에 한하여 수행될 것입니다. 또한 설문 도중 원하지 않으실 때는 언제든지 중단할 수 있으며, 설문을 마친 후에도 참여를 거부하실 경우 연구 자료로 사용되지 않습니다. 연구에 참여하는 동안 일어날 수 있는 위험은 거의 없으며, 연구에 소요되는 시간은 10~15분 정도입니다.

연구 참여자의 신분이 노출될 만한 개인정보는 일절 수집하지 않으며, 연구의 목적을 위해 수집되는 정보는 연구자만이 알 수 있도록 처리하여 잠금장치가 있는 곳에 보관하고 연구 논문이 출판된 후에는 모두 파쇄 할 것입니다. 본 연구 참여에 동의하시는 경우 동의하신 날짜와 서명을 해 주시면 됩니다.

기타 궁금한 사항이 있으시면 아래 연구자의 메일로 연락 주시기 바랍니다.  
설문에 참여해 주셔서 다시 한번 감사 드립니다.

본 연구에 대해 충분히 설명을 들었으며 내용을 이해하였습니다.

이 연구에 참여할 것을 동의합니다.

날짜: 2013년      월      일      서명 \_\_\_\_\_

2013년 9월 서울대학교 간호대학 정은경  
연구자 E-mail : silver9262@naver.com

## 부록 2.

### I. 일반적 특성 및 역경 정도 질문지

1. 귀하의 나이는 몇 살입니까?

2. 귀하의 최종학력은 무엇입니까?

- ① 고등학교 졸업 이하
- ② 전문대학 졸업 및 재학
- ③ 4년제 대학 졸업 및 재학
- ④ 대학원 이상

3. 귀하의 종교는 무엇입니까?

- ① 기독교
- ② 불교
- ③ 천주교
- ④ 무교
- ⑤ 기타 (                      )

4. 귀하의 전역일은 언제였습니까? (            )년 (            )월

5. 귀하가 근무했던 부대는 다음 중 어디에 속합니까?

- ① 육군 전방부대(한강 이북)
- ② 육군 후방부대(한강 이남)
- ③ 해군
- ④ 해병대
- ⑤ 공군

5-1. 주요 업무는 무엇이였습니까? \_\_\_\_\_(ex-전투, 지원 등)

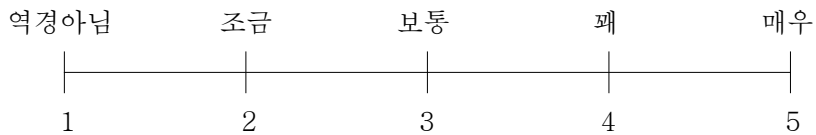
6. 귀하가 군 생활 동안 경험한 신체적 역경은 다음 중 어디에 해당된다고  
생각합니까?

- ① 상                      ② 중                      ③ 하

7. 귀하가 군 생활 동안 경험한 정서적 역경은 다음 중 어디에 해당된다고  
생각합니까?

- ① 상                      ② 중                      ③ 하

8. 귀하는 귀하의 군 생활이 인생의 다른 경험들과 비교하였을 때 어느 정  
도 수준의 역경이었다고 생각합니까?(숫자에 표시해 주세요)



9. 귀하는 귀하의 군 생활이 인생에 도움이 되었다고 생각하십니까?

- ① 예                      ② 아니오                      ③ 잘 모르겠다.



### 부록 3.

#### II. 자아탄력성 측정도구

다음 문항은 여러분 자신의 일상적 감정이나 태도, 성격을 나타내는 질문입니다.

문항을 읽고 당신과 가장 가깝다고 생각되는 것에 (O)표 하세요.

	문항	아니다	조금 그렇다	그렇다	매우 그렇다
1	나는 친구들을 너그럽게 대한다.	1	2	3	4
2	나는 당황하더라도 빨리 안정을 되찾는다.	1	2	3	4
3	나는 새롭고 낯선 상황을 다루는 것을 즐긴다.	1	2	3	4
4	나는 남들에게 좋은 인상을 심어주는 편이다.	1	2	3	4
5	나는 생전 처음 보는 음식을 맛보는 걸 즐긴다.	1	2	3	4
6	남들은 나를 매우 활기찬 사람이라고 생각한다.	1	2	3	4
7	나는 잘 아는 곳이라고 해도 매번 다른 길로 가보는 걸 좋아한다.	1	2	3	4
8	나는 남들보다 호기심이 많다.	1	2	3	4
9	나와 알고 지내는 사람들은 대부분 호감이 간다.	1	2	3	4
10	나는 신중하게 생각해 보고서 행동에 옮기는 편이다.	1	2	3	4
11	나는 새롭고 색다른 일을 하기 좋아한다.	1	2	3	4
12	내 일상생활은 흥미로운 것들로 가득하다.	1	2	3	4
13	나는 내가 매우 강한 성격의 소유자라고 말할 수 있다.	1	2	3	4
14	나는 누군가에게 화가 나도 곧 풀어버린다.	1	2	3	4

## 부록 4.

### Ⅲ. 사회적지지 측정도구

자신의 군 생활을 떠올려 보고, 다음의 사람들에게 군 생활 동안 받은 지지에 대해 생각하며 질문에 답해 주세요.

	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통	그렇다	매우 그렇다
장교 부사관	군 생활을 잘 할 수 있도록 충고와 조언을 주었다.	1	2	3	4	5
	정서적으로 사랑을 받고 있다고 느끼게 해 주었다.	1	2	3	4	5
	내가 필요할 때 물질적(음식, 돈 등)으로 도움을 주었다.	1	2	3	4	5
	나의 능력이나 자질에 대해 가치를 부여하고 존중해 주었다.	1	2	3	4	5
동료	군 생활을 잘 할 수 있도록 충고와 조언을 주었다.	1	2	3	4	5
	정서적으로 사랑을 받고 있다고 느끼게 해 주었다.	1	2	3	4	5
	내가 필요할 때 물질적(음식, 돈 등)으로 도움을 주었다.	1	2	3	4	5
	나의 능력이나 자질에 대해 가치를 부여하고 존중해 주었다.	1	2	3	4	5
가족 친척	군 생활을 잘 할 수 있도록 충고와 조언을 주었다.	1	2	3	4	5
	정서적으로 사랑을 받고 있다고 느끼게 해 주었다.	1	2	3	4	5
	내가 필요할 때 물질적(음식, 돈 등)으로 도움을 주었다.	1	2	3	4	5
	나의 능력이나 자질에 대해 가치를 부여하고 존중해 주었다.	1	2	3	4	5
사회 친구	군 생활을 잘 할 수 있도록 충고와 조언을 주었다.	1	2	3	4	5
	정서적으로 사랑을 받고 있다고 느끼게 해 주었다.	1	2	3	4	5
	내가 필요할 때 물질적(음식, 돈 등)으로 도움을 주었다.	1	2	3	4	5
	나의 능력이나 자질에 대해 가치를 부여하고 존중해 주었다.	1	2	3	4	5

부록 5.

IV. 군 생활 만족도 척도

자신의 군 생활을 떠올려 보고 다음 질문에 답해 주세요.

	문항	전혀 아니다	약간 그렇다	상당히 그렇다	매우 그렇다
1	나는 생활관 전우들에게서 깊은 전우애를 느꼈다.	0	1	2	3
2	나에게 주어진 업무/임무는 참 재미있었다.	0	1	2	3
3	부대의 생활환경은 잘 정리정돈 되어있어 쾌적하였다.	0	1	2	3
4	나는 나의 군복무를 자랑스럽게 생각한다.	0	1	2	3
5	나는 선임병들에 대해 대체적으로 만족하였다.	0	1	2	3
6	나는 나에게 매일 주어지는 업무/임무의 양에 만족하였다.	0	1	2	3
7	나에게 배정된 개인적 공간(수납공간, 취침공간 등)의 크기는 충분했다.	0	1	2	3
8	군에서 배운 공동체 생활은 내 인생에 도움이 된다.	0	1	2	3
9	우리 부대의 분위기는 화목하고 온정적이었다.	0	1	2	3
10	나에게 주어진 업무/임무는 반드시 필요한 일이었다.	0	1	2	3
11	나는 부대의 다양한 위생시설(샤워실, 화장실 등)에 대해서 만족하였다.	0	1	2	3
12	나는 동생이나 후배들에게 현역근무가 명예롭다고 말할 수 있다.	0	1	2	3
13	주어진 업무/임무를 통해 자기개발을 할 수 있었다.	0	1	2	3
14	나는 내가 필요로 하는 물품을 자유롭게 구할 수 있었다.	0	1	2	3
15	나는 군 생활을 통해 새로운 경험을 하는 것에 만족하였다.	0	1	2	3
16	나에게 주어진 업무/임무는 관심이 가는 분야의 일이었다.	0	1	2	3
17	나는 군에서 몸이 아플 때 충분한 치료와 휴식기회를 가졌다.	0	1	2	3
18	나는 나의 자식들도 현역으로 군 복무 하도록 할 것이다.	0	1	2	3

## 부록 6.

### V. 역경 후 성장 측정도구

앞서 대답한 역경 혹은 사건을 포함하여, 2년간 군 복무를 하고 제대한 후에 군 복무 이전과 비교하였을 때 다음 문항에 제시하는 것을 얼마나 경험하였는지 표시해 주시기 바랍니다.

	문항	경험 못함	매우 적게	조금 경험	보통 경험	많이 경험	매우 많이
1	인생에서 중요하게 생각하는 우선순위가 바뀌었다.	0	1	2	3	4	5
2	내 삶이 가치 있음에 감사하게 되었다	0	1	2	3	4	5
3	이전과는 다른 새로운 관심사가 생겼다.	0	1	2	3	4	5
4	나 자신에 대한 신뢰감이 더 커졌다.	0	1	2	3	4	5
5	영적·정신적 세계에 대한 이해가 더 깊어졌다.	0	1	2	3	4	5
6	어려운 일이 생겼을 때, 다른 사람들에게게도 의지할 수 있게 되었다.	0	1	2	3	4	5
7	내 삶에 대한 새로운 계획이 생겼다.	0	1	2	3	4	5
8	타인과의 관계에서 더욱 친밀감을 느끼게 되었다.	0	1	2	3	4	5
9	내 감정을 더욱 적극적으로 표현하게 되었다.	0	1	2	3	4	5
10	어려움을 극복할 수 있다는 확신을 갖게 되었다.	0	1	2	3	4	5
11	인생에서 더욱 가치 있는 일들을 더 잘 받아들일 수 있게 되었다.	0	1	2	3	4	5
12	나는 살면서 일어나는 일들을 더 잘 받아들일 수 있게 되었다.	0	1	2	3	4	5
13	하루 하루 감사하는 마음을 가지고 살아가고 있다.	0	1	2	3	4	5
14	이전에 생각하지 못했던 새로운 가능성을 접하게 되었다.	0	1	2	3	4	5
15	내 주변 사람들에 대한 정이 더 깊어지게 되었다.	0	1	2	3	4	5
16	나는 사람들과의 관계에 더 정성을 기울이게 되었다.	0	1	2	3	4	5
17	변화가 필요한 일들을 실제로 변화시키기 위해 더 노력하게 되었다.	0	1	2	3	4	5
18	나는 종교적인 믿음이 더 깊어졌다.	0	1	2	3	4	5
19	나는 생각했던 것보다 내 자신이 더 강하다는 것을 알게 되었다.	0	1	2	3	4	5
20	나는 사람이 얼마나 위대한 존재인가에 대해 깨닫게 되었다.	0	1	2	3	4	5
21	나는 타인의 필요성을 이전보다 더 인정하게 되었다.	0	1	2	3	4	5

## 부록 7. IBR 승인서

### 연구대상자보호심의결과 통보서

승인번호: 2013-46

연구제목: 제대 군인의 군 경험 후 성장 관련 요인

책임 연구자: 정은경

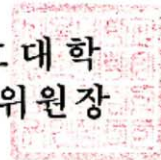
연구 기간: 2013년 7월 1일 ~ 2013년 10월 15일

위 연구는 연구 대상자 선정과 연구 절차에 있어서 연구 대상자에게 위험성(또는 번거로움)을 최소화 했으며 연구 대상자 신원보호와 연구 참여 동의서 양식이 명확하게 제시되어있어 연구 시행이 가능한 것으로 통과 되었습니다. 본 위원회에서는 연구자가 연구참여차(환자, 간호사)에게 연구과정 중에 참여를 중단할 수 있는 권리를 충분히 알려주도록 권고합니다.

단, 연구과정에서 발생하는 모든 문제는 연구자의 책임임을 알려 드립니다.

2013년 7월 1일

서울대학교 간호대학  
연구대상자보호심의위원장



## Abstract

The effect of ego-resiliency, social support,  
military life satisfaction  
on Growth related military service.

**Jeong, Eun kyung**

Department of Nursing

The Graduate school

Seoul National University

**Directed by Professor, Hah, Yang Sook, PhD., R. N.**

This study is descriptive study to identify veterans' psychological growth after discharge from Korean men's mandatory military service and determines factors which affect the psychological growth. The concept of the 'Growth related Military Service' is based on the 'Posttraumatic Growth' due to the fact that the mandatory military service is one of Korean men's distinguishing traumatic experiences; moreover, it means positive psychological changes from mandatory military service. The aims of this study are to verify an individual's growth on the psychological factors after discharge from mandatory military service; to analysis effects of ego-resiliency, social support, and military life satisfaction on the growth related military service.

The subjects were 317 university students who discharged the mandatory military service as enlisted men in the past five years and considered the military service as one of traumatic experiences in one's life. Data was collected during 'Reserve Forces Training for

University Students' from September to October in 2013 by completing self-report questionnaire. The SPSS WIN 19.0 with applications of the descriptive statistics, t-test, ANOVA, Pearson's correlation, and the multiple regression analysis was used for collected data analysis.

The results of this study are as follows:

1. The mean score of growth related military service was 3.09 which was higher than middle level. 'Personal strength' was the biggest improved sub-factor of the growth.

2. There were positive correlations between the growth related military service and ego-resiliency( $r=.39$ ,  $p<0.01$ ), social support ( $r=.43$ ,  $p<0.01$ ), and military life satisfaction( $r=.52$ ,  $p<0.01$ ). 'Meaning satisfaction', a sub-factor of military life satisfaction, had the greatest correlation with growth related military service( $r=.56$ ,  $p<0.01$ ).

3. The predictive factors in growth related military service were optimism as sub-factor of ego-resiliency ( $\beta=.21$ ,  $p<0.001$ ), informational support as sub-factor of social support ( $\beta=.23$ ,  $p<0.001$ ), meaning satisfaction as sub-factor of military life satisfaction ( $\beta=.43$ ,  $p<0.001$ ), and degree of emotional trauma about military service ( $\beta=.16$ ,  $p<0.001$ ).

The findings of this study found that subjects of the study experienced positive psychological growth with the mandatory military service. Especially, subjects who had higher optimistic tendency, enough advice about military life, honor and pride from military service showed larger growth related military service than others. In addition, meaning of military life, environment of military

life, relationship with co-workers in military life, and job satisfaction had strong influences on the growth related military service. Consequently, based on the results of this study, it is necessary to organize programs for promoting supportive environment which encourages having positive psychological growth through the mandatory military service. To achieve this suggestion, inner resources within Korean military which showed larger correlations with military life satisfaction should be increased; furthermore, the military ought to do its endeavors for positive growth of military life satisfaction in multidimensional aspects.

**Key word** : Military service, Degree of trauma, Ego-resilency,  
Social support, Military life satisfaction, Growth related  
military service

**Student number** : 2012-22525





## 감사의 글

인생에는 결정적인 성장의 순간들이 있는 것 같습니다. 군에 들어온 지 10년, 그간 믿을 수 없는 충격적 사고도 있었고 제 인생을 돌아보게 하는 충고와 격려도 있었습니다. 모든 성장의 순간에 감사드립니다. 또한 2년간의 대학원 생활을 통해 더 큰 성장을 경험 할 수 있는 기회를 주심에 감사를 드립니다.

먼저 항상 따뜻한 격려와 신뢰로 저를 지도하여 주신 하양숙 지도 교수님께 깊은 감사를 드립니다. 멀리 대전에서 열과 성을 다해 논문을 지도 해주신 스승님이시자 선배님인 이지영 교수님과, 2년간의 대학원 생활동안 이 학문을 더욱 사랑하도록 해주셨던 최희승 교수님께도 감사를 드립니다.

제가 이곳에서 공부 할 수 있도록 기회를 주시고 격려해 주신 신혜경 예비역 준장님, 박명화 예비역 준장님, 최경혜 학교장님을 비롯하여 육군본부와 간호병과, 간호사관학교의 모든 분들과 선배 교수님들께도 깊은 감사를 드립니다. 또한 간호장교로 근무하는 동안 저를 이끌어 주시고 신뢰를 보여 주셨던 양해자 중령님, 박영숙 중령님, 권영훈 중령님, 김은숙 중령님과 배희순 소령님, 함은희 소령님, 엄태호 소령님, 문인숙 소령님, 강인순 소령님, 그리고 함께 근무하며 추억을 나누었던 모든 선·후배 간호장교님들과 동료들의 노고에 박수를 보내며 감사드립니다. 특히 2003년부터 제 군 생활에 비옥한 토양분이 되어주고 있는 간호사관학교 47기 동기들에게 고마움을 전합니다.

자료 수집에 협조해 주신 양준석 연대장님을 비롯하여 부대 관계자 분들과 연구 대상자가 되어주신 학생들에게도 다시 한번 감사드립니다.

대학원 생활을 하며 큰 힘이 되어주신 김혜원 선배님과 함께 하면 즐거운 동기 유미, 혜리, 은영이, 그리고 든든한 후배 계영이, 주영이, 명인이와 앞으로 인생을 함께 하며 의지하고 싶은 다은이에게 고마움을 전합니다. 또한 대학원 생활동안 즐겁게 공부 할 수 있도록 도와 주시고 칭찬으로 격려해 주신 정신간호학 교실 여러 선생님들께도 감사드립니다.

부족한 며느리를 사랑으로 감싸 주신 시부모님께 말로 다할 수 없는 감사를 드립니다. 또한 바쁜 중에도 누나의 논문을 도와준 세상 어디에도 없는 착한 남자 동생 세영이에게 고마움과 화이팅을 전합니다. 마지막으로 어떤 말로도, 어떤 행동으로도 갚을 수 없는 사랑을 보여주고 계신 부모님, 제 인생의 영원한 아군이자 기쁨인 남편 차태경 소령, 그리고 엄마의 공부를 이해해 주고 누구보다 격려해 주며 사랑을 보여준 우리 차남매 유나, 유신에게 이 논문을 바칩니다.