

## 자기존중감 및 통제소재가 병사의 군 적응에 미치는 영향: 사회적 지지와 스트레스 대처 방식의 매개 효과

이 주 회<sup>†</sup>

김 정 규

성신여자대학교 심리학과

본 연구는 군 적응에 영향을 미치는 것으로 연구된 자기존중감, 통제소재, 사회적 지지, 스트레스 대처 방식의 요인들의 관련성을 살펴보고 구조 모형을 검증함으로써 군 적응에 대한 이해를 증진하고자 하였다. 본 연구의 대상은 강원도 소재 육군 소속 이병에서 병장까지의 현역 병사 447명이었다. 본 연구에서 사용된 측정도구는 다음과 같다. 자기 보고식 질문지를 통해서 자기존중감, 통제소재, 사회적 지지, 스트레스 대처 방식, 군 적응이 측정되었다. 신뢰도 검사를 통해 각 척도의 신뢰도를 측정하였고, 변인 간의 상관관계분석을 시행하였으며 연구모형 검증을 위해 구조방정식 모형 검증을 사용하였다. 본 연구의 결과를 다음 두 가지로 요약할 수 있다. 첫째, 자기존중감, 내적 통제와 같은 내적 특성이 각각 사회적 지지와 적극적 대처에 정적 영향을 미치며, 적극적 대처, 사회적 지지가 군 적응에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 내적 통제, 자기존중감이 사회적 지지와 적극적 대처를 통해 군 적응에 영향을 미친다. 이는 사회적 지지와 적극적 대처 방식이 내적 특성과 군 적응 사이의 매개 변인의 역할을 함을 밝힌 것이다. 본 연구는 개인의 내적 특성과 적응 간의 연구들에 제한점을 주는 것으로 사회적 지지 체계의 확립이나 대처 행동 훈련과 같은 개입의 중요성을 강조한다.

주요어 : 군 적응, 자기존중감, 통제소재, 사회적 지지, 스트레스 대처 방식

<sup>†</sup> 교신저자 : 이주희, 성신여자대학교 심리학과

E-mail : crom0311@naver.com

우리나라의 병역 제도는 의무병 제도로 일 정 연령이 되면 자신의 의지와 무관하게 징집 이라는 강제적 동원을 받게 된다. 이들이 속 한 청년기는 아동기에서 성인기로 넘어가는 불안정한 과도기적 시기로 급격한 신체적·생 리적 성장과 함께 자신만의 정체성을 형성해 야 하는 중요한 시기이다. 이와 같은 시기에 국방의 의무를 수행하기 위해서 군에 입대하 는 것은 익숙한 환경으로부터 유리되어 새로 운 환경으로 진입하는 것이며, 그 강제성에 의해 국방의 의무와 개인의 욕구들이 상충하 면서 이는 그 자체로 새로운 적응을 요하는 높은 수준의 스트레스 상황이 된다고 할 수 있다(김선옥, 1999). 또한, 군 조직은 일반 사 회와는 달리 환경적으로 특수한 성질을 가지 는데, 통제된 계급사회로서 다른 조직에 비해 매우 강제적이고 폐쇄적이며 공동체 유대 속 에 집단성을 병사들에게 강요하게 되고, 이는 상하 계급 간의 갈등, 업무에 따른 갈등, 단체 생활과 억압된 자유에서 오는 갈등 등의 여러 형태의 갈등을 유발한다. 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 상충하는 가치관을 가진다고 볼 수 있다(구승신, 2004). 이러한 군 조직의 특수성과 소속된 병사들의 개인적인 특성의 상충점은 높은 수준의 스트 레스를 발생시키고, 이러한 스트레스는 다양 한 부적응 문제를 일으키고 있다.

부적응 문제가 근무지 이탈이나 타살 등의 사고로 이어지면서 이는 개인이나 군내부의 문제에만 국한되지 않고 사회적인 문제로 대 두되고 있는 상황이다.

부적응의 문제가 사회적으로 이슈화되면서 병사들의 환경 개선을 위한 노력과 적응과 관 련된 요인에 대한 연구들이 시행되었다. 병사 들의 군 적응에 관련된 초기의 선행연구들은 적응에 영향을 미치는 스트레스원에 대한 연 구들을 중심으로 진행되었다(김상훈, 1987; 김 윤희, 1991; 김홍수, 1990). 이러한 연구들은 군 생활 적응과 관련된 기초 자료에 대한 연 구들로서의 의미를 가진다.

그러나 많은 스트레스-적응 연구들에 의하 면 스트레스 자극이나 상황에 직면한다고 해서 모든 사람이 심리적 고통이나 부적응의 문 제를 겪지는 않는다고 한다. 생활사건 스트레 스 요인과 적응 간의 상관계수는 .30을 넘지 않으며, 그 설명량은 10% 미만 밖에는 갖지 않는다는 것이다 (Kessler, Price, & Wortman, 1985; Kobasa, Maddi, & Kahn, 1982; 이전아, 김 영환, 2002에서 재인용). 이러한 점에서 연구 자들은 적응의 필요충분조건으로 스트레스 자 극뿐 아니라 스트레스와 적응 간의 완충 작용 을 하는 개인적, 사회적 변인에 대한 관심을 기울이기 시작했다.

이러한 맥락에서 군 적응에서도 스트레스와 적응을 매개하는 다양한 요인들에 대한 연구 가 시행되었고, 이러한 연구들에서 군 적응에 영향을 주는 개인적, 사회적 요인들이 밝혀졌 다.

#### 적응 관련 요인

적응 관련 요인 중 개인의 내적 요인을 살 펴보면, 긍정적인 자기개념을 나타내는 자기 존중감이 중요 요인으로 연구되고 있다. 군대 에 입영하게 되는 연령인 20대 초반의 청년들 을 대상으로 한 양현정(2003)의 연구를 보면,

자기존중감 수준이 높고 안정적인수록 대학 적응 수준이 높다고 하였으며, 개인의 적응 정도를 결정하는 데 있어 일상적인 스트레스 자체보다 스트레스로부터 개인을 보호해 줄 수 있는 자기존중감의 수준이 더 중요함을 보고하고 있다. 또한 병사들의 군 적응에 관한 연구들에서도 자기존중감과 군 적응 사이의 정적인 상관이 있음이 밝혀졌으며, 김윤근(2007)의 연구에서는 자기존중감이 적응과 부적응 병사를 나누는데 가장 중요한 역할을 하는 요인으로 연구되었다. 개인의 내적 변인 중 하나인 통제소재도 적응에 영향을 주는 주요 요인으로 연구됐다. 통제소재에 관한 연구들을 살펴보면, 내적 통제자가 보다 건설적으로 반응하며 의사결정에 있어서 신중하고 난관 극복의 경향이 보인다고 하였으며(Brissett, Nowicki, 1973; 박선하, 1997에서 재인용.) 또한, 내적 통제자의 특징 중 하나는 정보를 처리하고 환경을 지배하는 뛰어난 능력에 있고 결과적으로 고도의 대처기술과 생활에 대한 통제능력을 보여주는 것이며, 내적 통제자는 자기 통제를 잘하며 성취 지향적이며 적응에 관해 훨씬 바람직하게 대처한다고 한다(Davis, Phares, & Ritchie, 1968; 김윤근, 2007에서 재인용.). 즉 자신에게 일어나는 일들을 통제할 수 있다는 개인 신념은 그 자체로 자신과 환경의 지배능력을 확대하는 데 중요한 효과가 있다는 것이다. 군 적응에서 통제소재와 관련된 선행연구에서 박선하(1997)는 병사들의 적응과 관련된 변인 연구에서 내적 통제를 적응을 예언하는 개인의 중요한 성격적 요인임을 밝힌 바 있으며, 김윤근(2007)의 연구에서도 내적 통제가 적응 유연성을 높이는 적응의 보호 요인으로 밝혀진 바 있다.

이러한 선행연구들을 바탕으로 자기존중감

과 내적 통제를 적응에 긍정적 영향을 미치는 개인의 내적 요인의 하나로 설정하고 이러한 특성이 적응에 직간접적으로 미치는 영향성을 알아보고자 한다.

한편, 연구 모형 중 주요 변인으로 선정된 사회적 지지는 스트레스에 대한 효과적인 완충제로 인간의 기본적인 욕구인 사회적 욕구를 충족시켜 개인의 심리적 적응을 돕고 좌절을 극복하게 하며 문제 해결의 도전을 강화하는 측면에서 강조되고 있다. House(1981)는 사회적 지지가 스트레스 효과에 대한 완충 역할을 함으로써 자책, 죄책감과 같은 심리적 과잉 반응으로부터 그리고 무력감, 섭식장애, 알코올과 약물중독과 같은 신체적 반응으로부터 사람들을 보호한다고 밝힌 바 있다(장인협, 오세란, 1996에서 재인용). 사회적 지지를 군 조직에 적용한 연구로 권승미(2003)는 병사들의 사회적 지지가 높을수록 우울, 분노, 불안의 정도는 감소함을 보고하였으며, 김윤근(2007)의 연구에서도 가족과 친구, 군 구성원의 지지가 군 생활 적응의 보호 요인으로 작용한다고 하였다. 박현철(2000)은 사회적 지지가 삶의 질에 대하여 주 효과와 완충 효과를 가진다고 하였으며, 군 생활 스트레스와 심리적 적응과의 관계에 관하여 전·의경을 대상으로 한 김효영(1999)의 연구에서도 사회적 지지를 많이 받을수록 우울 증상을 낮추며, 군 생활 만족도와 직무수행능력을 높이는 것으로 나타났다. 이는 스트레스를 느끼더라도 사회적 지지가 유지되면 이 체계를 통해 스트레스를 해소함으로써 정서적 불균형이나 적응의 위험성을 조절할 수 있음을 시사하는 것이라 할 수 있겠다.

스트레스와 적응의 관계에서 스트레스 대처 방식 또한 주요한 요인으로 다뤄지고 있다.

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 간주하는 인간과 환경사이에서의 요구와 발생되는 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 반응 때문에 상황이 변하거나 상황에 대한 느낌을 변화시켜 구체적인 노력으로 이어진다.

김정희(1987)는 대처를 단지 문제 해결 적이거나 정서 완화적인 것뿐 아니라 사회적 지지의 추구하고 소망적 사고가 포함된 개념으로 재정의하였다. 대처하는 노력이 외부로 투여되는 문제 중심적 대처와 사회적 지지의 추구를 포함하여 적극적 대처로, 이 노력이 자신의 감정이나 사고 등 내부로 투여되는 정서 중심적 대처와 소망적 사고를 소극적 대처로 구분하였다. 즉, 적극적 대처는 더욱 긍정적이면서 그 문제에 초점을 맞추어 대처하려는 태도이며, 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 성공 여부에 따라서 적응 반응이나 심리적 반응, 문제행동 같은 부적응 반응이 나타나게 된다. 전통적인 대처 이론가들은 스트레스 대처를 더 효과적인 또는 덜 효과적인 대처로 구분하였는데, 일반적으로

적극적 대처가 소극적 대처보다 더 좋은 적응 결과를 가져오는 기능적인 대처로 연구되었다.

군 적응과 관련해서, 정희정(2007)의 연구에서는 스트레스 대처유형에 따른 군 적응 연구를 통해 적극적 대처를 많이 할수록 군 적응 정도가 높다고 하였다.

#### 군 적응 관련 요인들의 관계성

최근 스트레스와 심리적 적응 간의 관계에 대한 연구들에서는 변인 간의 통합적인 모형을 검증함으로써 그 영향성을 구체화하려는 노력이 이어져 왔다. Lazarus와 Folkman(1984) 그리고 Lazarus(1990)는 스트레스와 대처에 대한 절충 모형을 제안했는데, 이 모형을 통해 생활 스트레스는 적응에 영향을 미치나 성격 특성, 대처 방략, 사회적 지지가 매개 변인으로 작용한다고 하였다. 또한, Holahan, Moos(1987)는 다양한 개인적 사회적 스트레스-저항 자원들을 종단적으로 조사하였는데, 그 결과 자기존중감과 태평한 성격 특성의 경향이 강하고 가족지지가 높고 회피적 대처 방식을 적게 사용할수록 1년 후의 낮은 우울을 예언하였다. 예언 변인들 사이의 관련성을 조사한 결과 개인적 사회적 자원을 많이 가진 사람들이 적극적 대처 방식에 의존할 가능성이 높고 회피적 대처 방식을 덜 사용한다는 것을 발견하였다.

이와 같은 결과에 기초해서 적응과 대처반응을 예언하는 초기의 결과를 통합하는 하나의 예언 모형이 제안되었으며(Holahan, Moos, 1990), 그 결과 개인적, 사회적 자원들은 접근적 대처를 통하여 직접적으로나 간접적으로 이후의 우울과 관련된다는 사실이 그림1과 같이 제기되었다.

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

Lazarus와 Folkman(1984)의 연구에서도 자원은 대처에 선행하여 영향을 주고 차례로 스트레스를 매개한다고 주장하는 등 스트레스와 적응 사이에서 적극적인 대처 방식의 매개 효과들이 나타났다. 김은정, 이정윤과 오경자(1992)의 대학생활 적응 연구에서도 6개월간 추적 연구를 한 결과, 긍정적인 자기지각이 적극적인 대처를 매개로 적응에 정적인 영향을 주고 있음이 밝혀졌다. 위 연구들의 경우 개인의 내적 특성과 사회적인 지지를 개인적 자원이라는 하나의 구성 개념으로 하여 연구가 진행되었지만, 최근에는 개인의 내적 자원과 사회적인 지지 또는 스트레스 대처 방식 간 인과적인 관계에 대한 연구들이 진행되고 있다. Leary와 McDonald(2003)에 의하면 자기존중감이 높은 사람이 사회적인 관계가 더 활발하다고 하였으며, Leary와 Baumeister(2000)에 의하면 높은 자기존중감은 타인과의 상호작용에서 긍정적인 기능을 한다고 한다. 대학생을 대상으로 한 이전아와 김영환(2001)의 연구에서 스트레스-적응 모델을 토대로 성격 특성, 사회적 지지, 적응 간의 모형을 검증한 결과 스트레스가 높은 상황에서는 자기존중감, 낙관성, 내적 통제로 구성된 성격 요인들이 적응에 직접적으로 주는 영향성은 유의미하지 않았으나, 성격 특성이 대처 방식 및 사회적인 지지를 경유하여 적응에 영향을 미친다고 보고되었다.

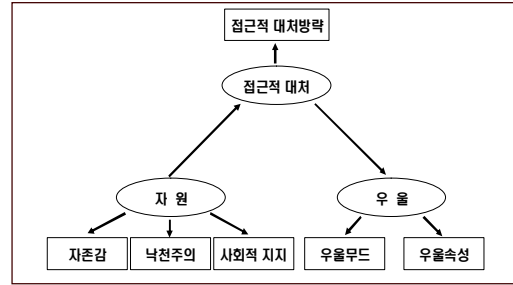


그림 1. Holahan, Moos의 구조모형(1991)

군 적응과 관련하여 스트레스에 대한 적응과 관련된 요인들의 관계성을 본 연구들을 살펴보면, 병사들의 자아탄력성과 사회적 지지 수준에 따라 군 적응에 차이가 나타났다는 결과가 있었으며, 자기존중감 및 사회적 지지가 군 적응과 정적 연관성이 있다는 연구가 있었다(장정기, 고재량, 김경순, 2014). 그러나 스트레스-적응 모델에서 주요한 변인으로 여겨지는 개인의 내적 자원 및 사회적 지지, 대처 방식에 대해 군 적응과 관련하여 통합적으로 이해하려는 연구는 부족한 실정이다.

특히, 내적 통제나 자기존중감과 같은 개인적인 요인들은 오랜 시간에 걸쳐 형성되는 것으로 변화가 쉽지 않고, 특히 군과 같이 제한적이 환경에서는 자발적인 노력 이외에는 개인의 성격적인 특성의 변화를 위한 도움을 받기도 힘든 상태이다. 이러한 특성을 고려할 때, 이전아 등(2002)의 연구에서 나타난 높은 스트레스 하에서의 성격 변인의 간접적인 효과성은 군 적응과 다양한 요인들을 이해하는데 적용할 수 있는 주요한 결과로 판단된다.

따라서 본 연구에서는 이러한 선행연구의 결과에 근거하여 개인의 내적 특성 중 군 적응 연구들에서 주요한 보호 요인으로 밝혀진 자기존중감, 내적 통제와 군 적응과의 관계에서 사회적 지지, 긍정적인 대처 방식인 적극

적 대처의 관계성을 나타내는 제안모형과 경쟁 모형을 제시하고 이를 검증함으로써 군 적응 이해의 폭을 넓히고자 한다.

#### 연구문제

본 연구는 선행연구들을 통해 군 생활 적응에 영향을 미치는 것으로 알려진 개인내적인 요인인 자기존중감, 내적 통제와 군 적응 간의 관계에서 사회적 지지, 스트레스 대처의 매개 효과를 알아봄으로써 군 적응에 관한 통합적인 구조 모형을 검증해 보고자 한다. 이를 통해 군 적응 문제에 이해를 확대하고 실질적 방안을 모색하는 데 그 목적이 있다. 가설은 다음과 같다.

**가설 1.** 사회적 지지 및 적극적 대처가 자기존중감과 군 적응 사이에서 매개 역할을 할 것이다.

**가설 2.** 사회적 지지 및 적극적 대처가 내적통제와 군 적응 사이에서 매개 역할을 할 것이다.

## 방 법

#### 연구대상

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

부대 내부로의 접근이 어려워 부대의 지휘관을 통해 설명한 후 배포 실행하게 하고 수

거하는 방법을 사용하였다. 이 경우 응답에 부정적인 영향을 미칠 수 있어 사전에 지휘관에게 설문지의 목적과 비밀보장에 관해 설명하였다.

배부된 500부 중 500부가 모두 회수되었으며, 이 중 응답의 누락률이 높거나 중심화 경향이 심한 자료를 제외하고 447부를 자료 분석에 사용하였다.

#### 측정도구

##### 통제소재 신념검사

본 연구에서는 Rotter(1966)가 제작한 검사를 박영신(1995)이 번안하여 사용한 척도를 사용했다. 통제소재는 내적 통제와 외적 통제라는 두 개의 하위 변인으로 구성되어 있다. 내적 통제 변인은 삶에서 발생하는 일들이 개인의 태도와 행동 때문에 결정된다는 신념의 강도를 측정하며, 외적 통제 변인은 생활 사건들이 운명, 행운, 타인과 같은 외적인 힘으로 결정된다고 믿는 정도를 측정한다. 내적, 외적 통제 변인은 각 20문항씩이고 각 문항은 Likert 식 5점 척도로 되어있다. 1번에서 20번 문항의 점수를 합한 값은 내적 통제 변인 점수이며, 21번에서 40번 문항의 점수는 합한 것은 외적 통제 변인 점수이다. 합한 점수가 높을수록 내적 통제 변인의 경우 내적 통제 신념이 높고, 외적 통제 변인의 경우는 외적 통제 신념의 정도가 높은 것으로 해석한다.

본 연구에서의 신뢰도는 전체 Cronbach's  $\alpha = .804$  내적 통제 Cronbach's  $\alpha = .921$  외적 통제 Cronbach's  $\alpha = .857$ 로 나타났으며, 선행연구에서 보호 요인으로 연구된 내적 통제 요인을 구조 모형에 포함해 측정하였다.

### 자기존중감 척도

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

이 척도는 총 10개의 문항으로 구성되어 있으며, “매우 그렇다”에서 “전혀 그렇지 않다”까지 4점 척도로 구성되어 있고 점수가 높을수록 자기존중감이 높은 것으로 측정된다. 본 연구에서의 신뢰도 계수는 Cronbach's  $\alpha = .732$ 이다.

### 사회적 지지 척도

군인의 사회적 지지 체계의 특성과 사회적 지지의 정도를 측정하기 위해 박현철(2001)이 Tracy와 Whittaker(1990)가 개발한 사회 연결망 지도(The Social Network Map)와 박지원이(1985) 개발한 사회적 지지 척도를 혼합하여 만든 측정 도구를 사용하였다. 총 25문항으로 Likert식 5점 척도로 구성되어 있으며, 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha = .828$ 로 나타났다.

### 스트레스 대처 방식 척도

스트레스 대처 방식 척도는 Folkman과 Lazarus(1985)가 개발한 69개 문항으로 이루어진 대처 방식 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 소망적사고 대처 등 4개이다.

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

구분하여 측정된다.

척도는 각각 4점 척도로 구성되어 있으며 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha = .923$ 이었다. 대처 방법 중 선행연구를 통해 적응의 긍정적인 요인으로 밝혀진 적극적인 대처를 구조 모형에서 포함해 측정하였다.

### 군 적응 척도

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

1. 심신의 상태: 정신적, 육체적 건강과 신체적 생활상태 등을 의미한다.
2. 임무 수행 의지: 군인의 사명감을 측정하는 것으로 역할 면, 자발성, 자신감, 임무수행, 소속집단 등을 의미한다.
3. 직책과 직무만족: 직책만족, 능력 발휘 인식 여부, 업무의 중요성, 업무의 가치 여부, 업무에 대한 관심도, 타 보직 희망 정도, 직무 관련도 등을 의미한다.
4. 군 조직 환경에 대한 태도: 조직 운영 면, 대우의 공정성, 조직의 활동 면, 훈련 정도 및 군기 상태, 부사관의 능력, 부사관의 일체감, 간부에 대한 인식, 장교의 리더쉽, 진급 제도 면, 후생복지 면, 명령의 수용도, 군에 대한 인상을 의미한다.

신태수의 척도(1981)의 경우 총 26문항으로 구성되어 있었으나, 안면 타당도가 낮은 문항을 수정하였으며, 군 조직과 환경에 대한 태도와 관련하여 4문항을 추가하였다. 문항 분석을 시행하여 상관이 낮은 문항을 제거하고 신뢰도를 측정하여 사용하였다. 상관이 낮은

한 문항을 제외하고 총 29문항을 사용하였다. 척도는 Likert 식 5점 척도로 점수가 높을수록 적응이 잘된 것으로 측정된다. 본 연구에서 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha = .910$ 이었다.

#### 측정척도의 신뢰도 분석

본 연구에서는 측정도구의 신뢰성을 측정하기 위해 내적 일관성을 보여주는 Cronbach' Alpha( $\alpha$ ) 값을 사용하였다.

#### 통계처리 및 자료 분석

본 연구에서는 측정도구의 신뢰도 분석과 연구문제 해결을 위해 SPSS 22.0과 AMOS 21.0 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  $\alpha$ 를 이용한 신뢰도 검사를 실시하였다.

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

넷째, 병사의 성격 특성, 사회적 지지, 스트레스 대처 방식과 군 생활 적응 간의 관계를 나타내는 연구모형을 검증하기 위해 구조방정식 모형을 검증하였다.

## 결 과

### 가설검증

#### 상관관계검증

본 연구의 가설에 대한 검증에 앞서 연구에 사용된 변인 간의 관련성을 확인하기 위해서 Pearson 상관분석을 실시하였으며, 그 결과를 표 1에 제시하였다.

결과를 살펴보면, 자기존중감과 내적 통제 는 결과 변인인 군 적응과 유의미한 정적상관을 보이고 있으며 매개 요인인 사회적 지지와 적극적 대처는 자기존중감, 내적 통제와 유의미한 정적상관을 보였으며, 결과요인인 군 적응 척도와는 유의미한 정적상관을 보였다.

#### 모형검증

구조 방정식 모형은 여러 개의 잠재 변인을 포함하고 있다.

표 1. 연구에 포함된 변인들 간의 상관계수

	1	2	3	4	5
1. 자기존중감	1				
2. 내적 통제	.295**	1			
3. 사회적 지지	.234**	.421**	1		
4. 적극적 대처	.237**	.385**	.398**	1	
5. 군 적응	.213**	.366**	.493**	.388**	1

\*\*  $p < .01$



외생 변인과 내생 변인은 관찰 변인에 의해 측정되었다. 본 연구에서 포함된 구성개념은 자기존중감, 내적 통제, 사회적 지지, 적극적 대처, 군 적응 다섯 가지로 구성되었는데, 자기존중감과 내적 통제는 단일항목으로 측정되었으며, 사회적 지지는 4개의 측정 변인으로 구성되어 있고, 적극적 대처는 2개의 측정 변인, 군 적응은 4개의 측정변인으로 구성되어 있다.

구조 방정식 모형을 분석할 때 하나의 모형만을 평가할 경우 그 모형의 적합도가 좋으면 최종 모형으로 선택하기 때문에 더 나은 대안 모형 선택의 가능성이 없어진다. 또한, 단일 모형의 적합도가 좋지 않을 경우 수정지수를 이용하여 모형을 수정하는데, 수정지수는 단순히 특정한 자료(연구자가 현재 분석한 자료)를 바탕으로 하므로 수정된 모형을 일반화하는데 문제가 있다고 한다(김주환, 김민규, 홍세희, 2009). 구조방정식 모델은 관련 이론과 사전 연구를 토대로 제안 모델을 구축하고 이러한 모델을 다른 이론적 명제, 기타 문헌에서의 반박 주장 및 간명도의 원리에 따라 경

쟁 모델과의 비교를 통해 검증하는 경쟁 모델 접근법이 바람직하다(김계수, 2006). 이에 본 연구에서는 이론적 배경 및 선행 연구들을 바탕으로 설정된 변인들의 관계성에 대한 검증을 위해 두 개의 모형을 설정하여 분석하였다. 제안 모형은 자기존중감과 내적 통제가 적극적 대처와 사회적 지지를 매개로 군 적응에 영향을 주는 것으로 설정하였으며, 경쟁 모형은 자기존중감, 내적 통제가 사회적 지지와 적극적 대처 방식을 통해 직간접적으로 군 적응에 영향을 주며, 사회적 지지도 적극적 대처를 통해 직간접적으로 군 적응에 영향을 주는 것으로 설정하였다.

이론에 근거한 이론모형을 검증하기 위하여, AMOS(Analysis of Moment Structure) 21.0의 최대우도법(Maximum Likelihood)을 사용하여 구조 모형 방정식 검증을 실시하였다. 구조 방정식 모형의 적합도는  $\chi^2$ , GFI(Goodness of fit), CFI(Comparative fit index), RMSEA(Root mean square error of approximation), TLI(Tucker-Lewis index)을 함께 사용하였다. GFI는 주어진 모형이 전체 자료를 얼마나 잘 설명하는지를 나타

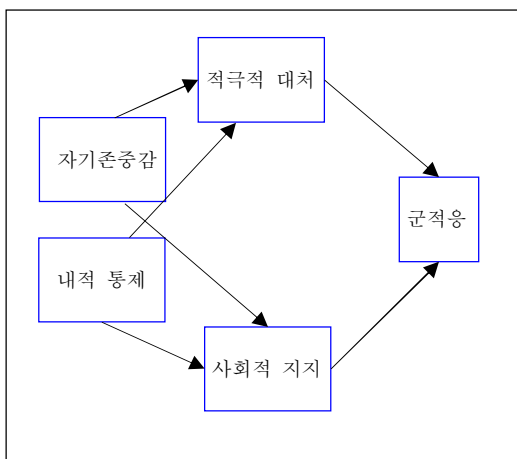


그림 2. 제안 모형

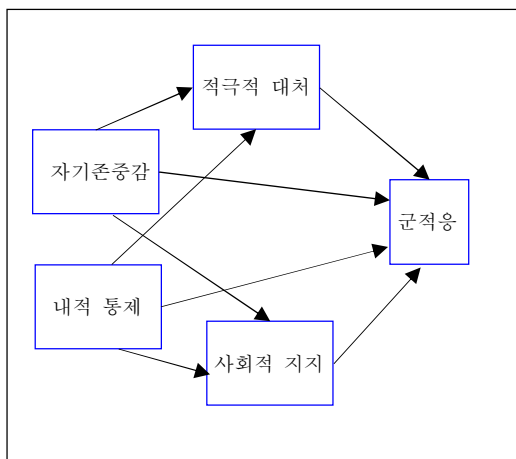


그림 3. 경쟁 모형

내는 지표로 다변량 정규분포의 위반에 별 영향을 받지 않으며, 표본 크기의 영향을 받지 않는다. GFI는 0~1의 값을 갖는데 0.9 이상의 값을 가질 때 그 모형의 적합도가 좋은 것으로 간주한다. CFI는 “전집에서 모형 오류를 0이다.” 라는  $\chi^2$ 의 기준을 보다 현실적인 가정에 기초한 비중심적  $\chi^2$ 분포를 바탕으로 계산되는 것으로 대략 0.9 이상이면 그 모형의 적합도를 좋은 것으로 간주한다. RMSEA는 표본 크기가 상당히 큰 제안 모형을 기각시키는  $\chi^2$  통계량의 한계를 극복하기 위해 개발된 적합 지수로 표본 크기의 영향을 받지 않을 뿐 아니라 모형의 간명성도 고려하여 측정된다. 0.05 이하일 때 매우 좋은 적합도로 간주되며 0.05~1 사이일 때 자료에 적합한 것으로 간주된다. TLI는 제안 모형과 기초 모형의 비교와 간명도를 결합하여 측정한 것으로 일반적으로 0~1의 범위를 가지며 0.9 이상이면 적합도가 좋은 것으로 간주한다. 모형의 적합도를 위의 적합도 지수에 의해 분석한 결과는 표 2와 같다.

모형들의 비교를 통해 최종적인 모형을 선택하는 데 있어, 경쟁 모형과 제안 모형이 서로 내포되어 있을 때  $\chi^2$  차이 검증을 통해 통계적인 기준과 간명도의 원리에 따라 모형을 선택하는 것이 가능하다. 즉, 모형들이 서로 내포되어 있을 때 두 모형의  $\chi^2$ 의 차이는 또 하나의  $\chi^2$ 이며 이  $\chi^2$  차이의 자유도는 두 모형의 자유도 차이와 같은데, 이때 두 모형 간

의  $\chi^2$  차이가 유의미하면 계수가 더 적은 모형이 유의미하게 열등하다는 것을 의미하기 때문에 자유도가 작은 모형을 선택하게 된다. 반면, 두 모형의  $\chi^2$  차이가 유의미하지 않으면 두 모형의 합치도가 유사하다는 것을 의미하고, 이렇게 두 모형 간 합치도 차이가 없을 때에는 “간결의 원칙(principle of parsimony)”에 의하여 더 간단한 모형 즉, 계수가 더 적은 모형(자유도가 더 큰 모형)이 선호된다(홍세희, 2000). 또한, 각 변인 간의 통계적인 유의미성이 고려되어야 한다. 각 모형에 대한 적합도 검증을 제시한 표 2를 살펴보면, 제안 모형의 적합도 지수들은 GFI, TLI, CFI 모두에서 .90 이상으로 수용 준거를 만족하고 있으며, RMSEA도 수용 준거인 .05~1.0 사이의 값을 나타내고 있으므로 적절한 모형으로 볼 수 있다. 또 경쟁 모형 역시 GFI, TLI, CFI 모두에서 .90 이상, RMSEA .05~.08 사이의 적합도 지수를 보여주고 있기 때문에 자료의 적합도 지수상의 차이가 만족할 만큼 크지 않았다. 이에 제안 모형과 경쟁 모형 간의 차이를 체계적으로 규명하기 위해  $\chi^2$  차이 검증을 시행하였다. 제안 모형과 경쟁 모형의  $\Delta\chi^2$  값은 36.184 (df=3)로 유의미한 것으로 나타나 경쟁 모형이 최종적으로 채택되었다. 즉, 자기존중감 및 내적 통제가 사회적 지지와 적극적 대처를 통해 군 적응에 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 최종적으로 선택된 모형은 그림 4에 제시가 되어있으며, 경로계수는 표 3에 제시되어

표 2. 가설검증을 위한 두 개의 모형의 적합도

모형	$\chi^2$	df	GFI	TLI	CFI	RMSEA
제안 모형	157.143	49	0.945	0.952	0.961	0.070
경쟁 모형	120.959	46	0.956	0.961	0.961	0.060

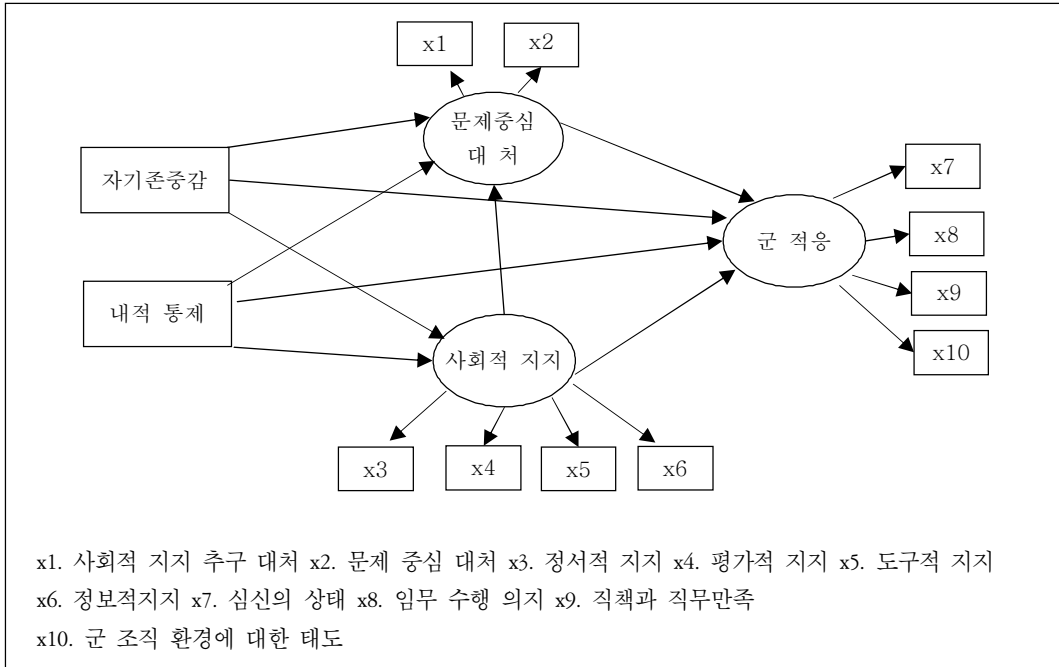


그림 4. 최종 선택된 경쟁 모형

표 3. 경쟁 모형의 경로 계수

경로	표준화된 경로 계수	S.E	C.R	P
자기존중감 → 사회적 지지	.128	.044	2.818	**
자기존중감 → 적극적 대처	.107	.041	2.223	*
자기존중감 → 군 적응	.025	.026	.568	.570
내적 통제 → 사회적 지지	.423	.013	9.043	***
내적 통제 → 적극적 대처	.243	.013	4.395	***
내적 통제 → 군 적응	.113	.008	2.264	*
적극적 대처 → 군 적응	.207	.038	3.754	***
사회적 지지 → 적극적 대처	.304	.051	5.16	***
사회적 지지 → 군 적응	.455	.034	7.851	***

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

있다.

연구 모형의 적합성이 검증되었기 때문에

연구 모형을 통해 측정된 경로계수를 통해 본

연구의 가설을 검증하였다.

먼저, 자기존중감이 사회적 지지와 정적인 관계에 있음을 알 수 있었으며(경로계수 .128,  $**p < .01$ ), 자기존중감의 적극적 대처로의 정적 관계(경로계수 .107,  $*p < .05$ )도 확인되었다.

내적 통제와 사회적 지지 사이의 정적관계(경로계수 .423,  $***p < .001$ ) 및 내적 통제와 적극적 대처 사이의 정적관계(경로 계수 .234,  $***p < .001$ ) 가 확인되었다. 이로써 자기존중감과 군 적응의 관계에서 사회적 지지 및 적극적 대처가 매개한다는 가설 1이 채택되었으며, 내적 통제와 군 적응 관계에서 사회적 지지와 적극적 대처가 매개할 것이라는 가설 2도 지지되었다. 군 적응과 관련된 요인들의 관계를 통합적으로 모형화하는 과정에서 자기존중감의 군 적응으로의 직접적인 영향성을 알아보았는데 이는 유의미하지 않은 것으로 나타났다(경로계수 .025,  $p = .570$ ). 반면 내적 통제와 군 적응 사이의 직접적인 효과의 경우 유의미한 것으로 나타났다(경로계수 .113,  $p < .05$ ). 사회적 지지가 적극적인 대처에 정적 영향을 미친다는 것도 알 수 있었다(경로 계수 .304,  $p < .001$ ).

표 4를 살펴보면, 자기존중감이 군 적응으로의 직접 효과와 간접 효과가 존재하나 간접 효과가 큰 것으로 나타났으며, 내적 통제의 경우에도 군 적응으로의 효과 분해에서 직접 효과보다 간접 효과가 더 큰 것으로 나타난바, 자기존중감 및 내적 통제와 군 적응 간의 관계에서 사회적 지지 및 적극적 대처의 매개변인으로서의 중요성이 확인되었다고 할 수 있겠다.

## 논 의

본 연구에서는 현재 복무 중인 병사들을 대상으로 선행연구들을 통해 군 적응에 영향을 미치는 것으로 보고된 자기존중감, 내적 통제, 사회적 지지, 스트레스 대처 방식의 요인들의 관련성을 살펴보고 구조 모형을 검증함으로써 군 적응에 대한 이해를 증진하고자 하였다. 또한, 이러한 연구결과를 바탕으로 군 적응력을 높이기 위한 실질적 방안 모색에 기여하고자 하였다.

표 4. 주요 변인들의 직접, 간접 및 총 효과

독립 변인	종속 변인	직접 효과	간접 효과	총 효과
자기존중감	사회적 지지	.128	.000	.128
	적극적 대처	.107	.039	.146
	군 적응	.025	.089	.114
내적 통제	사회적 지지	.423	.000	.423
	적극적 대처	.243	.129	.372
	군 적응	.113	.269	.383
사회적 지지	적극적 대처	.304	.000	.304
	군 적응	.455	.063	.518
적극적 대처	군 적응	.207	.000	.207

본 연구에서 시행한 분석의 과정과 그 결과는 다음과 같다.

첫째, 변인 간 관계를 검증하기에 앞서 각 측정도구에 대한 신뢰성을 검증하기 위해 내적 일관성을 나타내는 Cronbach's Alpha값을 구하였다. 신뢰도 측정 결과 모든 개념 척도의 신뢰도는  $\alpha=0.60$  이상으로 양호한 것으로 나타났다. 또한 군 적응 척도의 경우 기존의 척도를 수정 및 보완하였기 때문에 문항 분석을 실시하였으며, 상관이 낮은 문항을 제외함으로써 적절한 신뢰 수준을 확보하였다 ( $\alpha=0.910$ ).

분석의 두 번째 단계에서는 상관검증을 통해 전체 변인 간의 관계를 살펴보았다. 자기존중감 및 내적 통제는 결과 변인인 군 적응과 유의미한 정적상관을 보였다. 이와 같은 상관 연구의 결과는 자기존중감이 높을수록 군 적응 수준이 높다는 김혜정(2006)의 연구 결과와 일치한다. 내적 통제와 적응과의 상관은 내적 통제를 병사들의 적응을 예언하는 요인으로 밝힌 박선하(1997)의 결과와 일치한다.

매개 요인인 사회적 지지와 적극적 대처는 자기존중감, 내적 통제와 유의미한 정적상관을 보였으며, 군 적응 척도와는 유의미한 정적상관을 보였다.

셋째, 요인들의 관련성을 알아보기 위해 제안 모형과 경쟁 모형을 구성하여 검증하였다. 제안 모형은 자기존중감과 내적 통제와 같은 내적 요인이 사회적 지지와 적극적 대처를 통해 간접적으로 군 적응에 영향을 미친다는 것이었으며, 경쟁 모형은 자기존중감 및 내적 통제가 군 적응에 매개 변인을 통해 간접적으로 영향을 미치는 것과 동시에 직접적인 영향도 있다는 것이었다. 모형검증 결과 GFI, TLI, CFI가 모두 허용 수준이 .90에 포함되었고,

RMSEA 지수 역시 1.0 이하로 허용수준에 포함되었으나,  $\chi^2$  차이 검증 결과 경쟁 모형이 채택되었다. 경로 분석 결과 자기존중감에서 군 적응으로의 직접적인 경로 이외의 모든 경로가 유의미한 것으로 나타났다. 내적 통제의 경우 군 적응과 직접적인 경로가 유의미한 것으로 나타나긴 하였으나, 효과 분해의 결과 직접적인 효과에 비해 간접적인 효과가 큰 것으로 나타났다. 이는 Holanhan과 Moos(1991)의 구조방정식 모형을 기반으로 한 이전의 연구에서 높은 스트레스 하에서 자기존중감, 내적 통제 및 낙관성으로 구성된 성격 특성이 사회적 지지와 스트레스 대처 방식을 매개로 정신건강에 영향을 미친다는 연구 결과와 맥을 같이 하는 것으로 볼 수 있겠다. 또한 아동을 대상으로 한 여영진(2003)의 성격 특성이 사회적 지지에 영향을 미치며, 스트레스 대처 행동에 영향을 미친다는 결과와도 일치되는 것으로 군 적응에서 개인의 내적인 특성과 군 적응 사이에서 사회적 지지 및 적극적 대처의 매개 효과의 중요성이 시사되는 바이다.

본 연구는 병사들의 군 적응과 관련된 선행 연구들이 군 적응에 영향을 미치는 변인들의 어느 일면만을 본 것과 달리 스트레스-적응 모델상에서 중요시되는 개인 내적인 요인, 사회적 요인, 스트레스 대처 방법식과 관련하여 각 요인들 간의 관련성과 경로를 구조 모형을 통해 검증함으로써 그 이해를 확장했다고 할 수 있다. 또한, 자기존중감 및 내적 통제와 같은 개인 내적 요인들이 적극적 대처나 사회적 지지를 통해 간접적으로 군 적응에 미치는 영향성이 크다는 본 연구의 결과는 성격 특성과 적응 간의 관련성에 대한 연구에 제한적 가치를 시사하는 것이다. 즉, 군 적응의 어려움에 대한 개입에 있어 개인 내적 요인에 대한 개

입과 동시에 동료 및 가족관계 등의 사회적 지지 체계 확고하게 하는 개입이나 스트레스에 대한 반응으로 사용할 수 있는 적극적 대처 방식을 훈련하는 등으로의 개입이 도움이 효과적일 수 있을 것이다. 부적응적인 병사의 경우 대처 방식이나 사회적인 지지 면에서 비효율적인 부분을 확인하고, 이에 대한 구체적인 측면을 구분하고, 훈련시킬 수 있는 개입이 가능하므로 보다 효율적으로 적응 문제의 해결이 가능할 것으로 생각된다. 또한, 부적응 문제를 겪은 후의 후속 조치에서 벗어나 예방 차원에서의 프로그램을 계획하는 데에도 도움이 될 수 있을 것으로 생각된다.

#### 연구의 제한점 및 제언

본 연구의 제한점과 후속 연구에 대한 제언은 다음과 같다.

첫째, 연구 방법의 한계로 횡단 연구 방법을 사용함으로써, 군 적응에 영향을 미치는 요인들을 설명하는데 시간상으로 선행하는 전후 관계를 확인하지 못했다는 점이다.

둘째, 자기 보고식 설문을 통해 측정하였기 때문에 설문 내용에 대한 비밀성 보장의 언급에도 불구하고 군 조직의 특성에 의해 사회적 바람직성에 영향을 받아 반응 왜곡 가능성이 있고, 공통 방법으로 인한 편향의 영향 역시 배제할 수 없다. 또한, 많은 문항 수로 인한 문항에 대한 일관성이 저하되었을 가능성이 있다. 따라서 추후 연구에서는 자기 보고식 설문 방법 이외의 다양한 측정 방법을 개발하고 사용할 필요가 있다.

셋째, 본 연구는 일부 지역의 육군부대를 편의 추출하였으므로 본 연구 결과를 전 육군부대 병사들에게 일반화하여 해석하기 어려운

제한점이 있다.

넷째, 선행연구들을 통해 개인의 내적 요인 중 군 적응에 중요 요인으로 연구된 자기존중감 및 내적 통제를 독립 변인으로 구성하였으나, 내적 요인을 포괄적으로 다루지 못한 제한점이 있다고 하겠다. 따라서 개인의 성격을 다양한 측면을 다루는 아이젠크 성격검사나 현재 군에서 스크리닝으로 사용되고 있는 인성검사의 다면적인 요인들을 내적 요인으로 구성한 연구가 제언되는 바이다. 또한, 우리나라 군의 특성상 동기가 군 적응에 있어 내적 측면의 중요한 요인으로 연구되고 있는바, 내적 요인 중 동기의 측면에 대한 고려가 필요해 보인다(송경재, 한민, 배준성, 한성렬, 2010).

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 석사학위 청구논문.
- 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 청구

- 논문.
- 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, 7(1), 44-69.
- 김정희, 이장호 (1985). 스트레스 대처방식의 구성요인 및 우울과의 관계. 고려대학교 행동과학연구소: 행동과학 연구 7.
- 김정희 (1987). 지각된 스트레스, 인지세트 및 대처방식의 영향에 대한 작용. 서울대학교 박사학위 청구논문.
- 김주환, 김민규, 홍세희 (2009). 구조방정식 모형으로 논문쓰기. 커뮤니케이션북스. 150-152.
- 김은정, 이정윤, 오경자 (1992). 자가지각, 사회적 지지 및 대처 행동이 대학 생활 적응에 미치는 영향: 6개월간의 추적 연구. 한국심리학회 '92연차대회 학술발표논문집. 525-534.
- 김혜정 (2006). 병사들의 사회적 지지와 자아존중감이 임파워먼트 및 군생활 적응에 미치는 영향. 경북대학교 석사학위 청구논문.
- 김효영 (1999). 군인의 삶의 질 향상에 관한 연구: 스트레스원, 사회적 지지를 중심으로. 연세대학교 석사학위 청구논문.
- 김홍수 (1990). 군 조직에서의 병사들의 스트레스 관리에 관한 연구. 고려대학교 석사학위 청구논문.
- 나원대 (2006). 부적응 병사 조기 적응을 위한 사회 복지사 활용 방안. 고려대학교 석사학위 청구논문.
- 박광배 (2000). 다변량 분석. 학지사.
- 박선하 (1997). 병사들의 적응과 관련된 변인 연구. 고려대학교 석사학위 청구 논문.
- 배병렬 (2005). 구조방정식모델 이해와 활용. 도서출판 청람.
- 손희락 (2001). 신세대 장병의 스트레스가 부대적응도에 미치는 영향에 관한 연구. 연세대학교 석사학위 청구논문.
- 송경재, 한 민, 배준성, 한성열 (2010). 입대 동기가 육군 병사와 해병대원의 군 생활과 미래인식에 미치는 영향. 한국심리학회지: 사회문제, 16(4), 468-485
- 신응섭 (1998). 군복무 부적응자의 심리적 특성 분석. 육군사관학교 화랑대 연구소.
- 신태수 (1981). 군대조직 구성원의 자아정 체감과 군대 생활에의 적응과의 연계 연구. 연세대학교 석사학위 청구논문.
- 양현정 (2003). 대학생 생활 적응에 영향을 미치는 일상적 스트레스와 자아존중감의 안정성 및 수준을 중심으로. 연세대학교 석사학위 청구논문.
- 여영진 (2003). 아동의 성격특성 및 사회적 지지 지각과 스트레스 대처행동과의 관계. 숙명여자대학교 석사학위 청구논문
- 유병국 (2006). 적응장애로 입원한 병사와 일반병사의 정신병리 비교분석. 아주대학교 석사학위 청구논문.
- 유성경, 홍세희, 최보운 (2004). 가정의 위 험 요소와 적응의 관계에서 자아 탄력성, 애착, 실존적 영성의 매개효과 검증. 한국교육심리학회지, 18(1), 398-408.
- 윤기현 (2004). 군 병사의 자살사고 원인분석과 예방대책: 육군 현역을 중심으로. 성균관대학교 석사학위 청구논문.
- 이경아, 정현희 (1998). 스트레스, 자아존중 감 및 사회적 지지가 청소년의 학교 적응에

- 미치는 영향. 한국심리학회지 연차대회 학술 발표논문집. 693-704.
- 이수림 (2013). 외상유형이 외상후성장 및 지혜에 미치는 영향: 사회적 지지와 대처의 매개효과. 한국심리학회지: 문화 및 사회문제, 19(3), 319-341.
- 이옥주 (2003). 성격특성과 스트레스 대처 양식이 학교 적응에 미치는 영향. 한국심리학회지: 사회·성격, 17(3), 77-85.
- 이전아, 김영환 (2002). 스트레스 적응에서 성격특성, 사회적 지지, 대처 전략의 구조모형적 접근. 한국심리학회지, 연차 학술대회 발표 논문집, 2002(0), 549-561.
- 장인협, 오세란 (1996). 사회적 지지체계론: 기초이론과 실천사례. 사회복지 연구소. 123-125.
- 장정기, 고재량, 김경순 (2014). 해병대 병사가 지각하는 가족건강성, 자아존중감, 사회적 지지와 군생활 적응간의 구조관계적 분석. 한국군사회복지학회, 7(1), 97-125.
- 정희정 (2007). 군 장병의 스트레스 대처유형과 군 생활 적응. 경북대학교 석사학위 청구논문.
- 조순영 (2003). 병사들의 건강증진 행위, 정신건강, 군생활 적응과의 관계. 연세대학교 석사학위 청구논문.
- 현혜순 (2007). 병사의 지각된 스트레스와 스트레스 반응에 대한 연구. 서울대학교 석사학위 청구논문.
- 홍세희 (2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정 기준과 그 근거. 한국심리학회지: 임상, 19(1), 161-177.
- Folkman, S. & Lazarus, R. S. (1980). A n analysis of coping in a middle-age d community sample. *Journal of Personality and Psychology*, 46, 839-852.
- Folkman, S. (1984). Personality character istics and coping pattern. *Journal of Health and Social Behavior*, 25, 229-244.
- Holahan, C. J., & Moos, R. H. (1987). In teraction of cognitive appraisals of s tressful events and coping: Testing t he 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 t he 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, 31-38.
- Leary, M. R., & Baumeister, R. F. (2000). The nurture and function of self-esteem: Sociometer theory. *Advances in Experimental Social Psychology*, 32, 1-62.
- Thoist, P. A. (1995). Stress, coping and social support process: Where are we? What next?. *Journal of Health and Society Behavior*, 35, 53-79.

논문 투고일 : 2014. 10. 13  
1 차 심사일 : 2014. 12. 04  
게재 확정일 : 2015. 05. 07



## **Effects of Self-esteem, Locus of Control to Military Life on Soldiers Adjusting: Mediating effect of Social Support and Stress Coping Strategies**

**Joo Hee Lee**

**Jung Kyu Kim**

Department of psychology, Sungshin Women's University

This study examines correlations among factors that reportedly affect adjustment to military life: self esteem, locus of control, social support and stress coping strategies. 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 447 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, stress management, adaptation to military life. 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 results of the study can be summarized as follows. First, internal control and self esteem have significant positive influence on social support and stress coping. Second, internal control and self esteem affect adjusting to military life through social support and active coping, two factors mediated in this study to act as parameters between self-esteem and internal control and military adaption. This study emphasizes intervention such as establishment of a social support system and training for taking necessary actions as limitations of studies dealing with internal traits and military 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.

*Key words : Soldiers Adjusting to Military Life, self esteem, Locus of control, Social Support, Stress Coping Strategies*