

접경지역 군부대의 일반 용사와 군기교육대 입소 용사 간 회복탄력성 차이에 대한 연구

진종구 (대진대 석좌교수)

- I. 서론
- II. 표본집단과 방법
- III. 결과
- IV. 고찰
- V. 결론

국문요약

본 연구는 접경지역에 주둔하는 A사단 일반 용사들과 군기교육대 입소 용사들 간의 회복탄력성 차이를 규명하여 군기교육대가 필요한 이유에 대해 서술하였다. 서베이는 2023년 1월부터 5개월간 실시되었으며, 군기교육대 입소 인원이 적어 통계에 어려움이 있었다. 그리하여 SPSS의 t-test는 모수 통계의 기본 가정을 만족하지 못하였으므로 모수 통계 방법인 t-test 대신 모집단의 모수를 가정하지 않는 비모수적 방법인 Wilcoxon rank sum test를 사용해 중앙값을 비교하였다. 통계결과 정상적인 병영생활을 영위하는 용사들은 회복탄력성 점수가 213.00 ± 23.29 였던 데 반해, 군기교육대 입소 용사들은 178.00 ± 28.95 로써 $P < 0.01$ 조건 하에서 유의하게 차이가 났다. 이러한 결과는 군기교육대 입소 용사들은 자기조절 능력은 물론, 대인관계에서도 주변과 융화되지 못하고 부적응을 초래하고 있다는 사실을 입증한 것이다.

결론적으로 정상적인 병영생활을 영위하고 있는 용사들의 회복탄력성은 한국의 평균적인 성인보다 월등히 높은 점수를 기록함으로써 어려움과 고난에 직면했을 경우 효과적으로 이를 극복할 수 있는 것으로 나타났다. 반면 군기교육대 입소 용사들은 한국 성인 평균점수보다 회복탄력성 점수가 월등히 낮은 것으로 나타나 역경에 직면했을 경우 곧바로 좌절할 수 있다는 여지를 남겼다. 그러므로 군기교육대에서는 부적응 용사들에 대해 회복탄력성을 높일 수 있는 프로그램을 개발하여 정신적 육체적 교육을 실시할 필요성이 높아졌다고 추정해 볼 수 있을 것이다.

▮ 주제어: 회복탄력성, 군기교육대, 접경지역 용사, 용사회복탄력성

I. 서론

1. 문제 제기 및 연구 목적

사회적 신분에 관계없이 청년 남성이라면 동등하게 병역의 의무가 부과되는 오늘날의 징병 제도는 프랑스 대혁명을 기원으로 삼는다. 1789년, 프랑스 대혁명이 터지면서 봉건제가 무너진 프랑스는 구 왕정 체제를 복구하기 위해 침공해 온 주변 국가들의 대대적인 위협을 받게 된다. 이에 새롭게 구성된 프랑스 공화국 정부는 최초로 국민개병제(國民皆兵制, levee en masse)를 도입했으며, 이에 따라 미혼의 건강한 18세~25세 사이의 남성은 모두 병역의 의무를 부과 받았다.¹⁾

대한민국은 1948년 8월 15일 정부 수립 이후 의무 복무제를 채택, 1950년 6.25전쟁을 겪은 이래 군사분계선을 방어하고 국민을 보호하기 위한 병력 충원 필요성이 상존하고 있음은 물론, 상시적으로 110만 명 이상의 병력을 유지하고 있는 북한군의 직접적인 위협에 대처하기 위해 서라도 징병제를 통해 지속적으로 병력을 유지해야 할 당연성이 상존하고 있다. 그러나 지속적인 인구감소로 인해 병력자원도 점차 줄어가고 있는 실정이다. 이러한 가운데 용사들의 전투력 향상에 축이 될 정신전력이 중요한 요소로 떠오르고 있다.

과거와 달리 군 복무기간이 3년에서 1년 6개월로 단축된 이후 용사들의 정신전력이 더 해이됐다는 지적도 나온다. 불과 30~40여 년 전만 하더라도 3년에 가까운 세월을 복무해야 하기 때문에 어려운 일이 있어도 참고 견디며 묵묵히 맡은 바 임무를 충실히 수행했었지만, 이제는 복무기간이 상대적으로 줄어든 탓에 조금만 버티면 전역한다는 생각으로 정신전력 강화를 대수롭지 않게 여긴다는 말이 나돌 정도다. 단지 추정에 불과하지만 과거에 비해 정신전력이 약화되었다는 말은 군 간부들 사이에서 공공연히 나돌고 있는 실정이다.

이러한 시기에 용사들이 어려움에 처하거나 심적으로 부담가는 일에 노출되었을 때 이를 극복하고 다시 일어설 수 있는 능력이 어느 정도인가에 관심이 집중되고 있다. 군에 입대하기 전 가정이라는 울타리 안에서 부모의 보호 속에서 살아왔던 대부분의 용사들은 새로운 환경에 접하게 될 때 부적응의 문제가 발생하기도 한다. 이러한 부적응을 얼마만큼 효율적으로 극복하

1) 유용원의 군사세계, 검색어: 징병제도의 역사: https://bemil.chosun.com/site/data/html_dir/2018/09/03/2018090301721.html(검색일: 23.06.03.).

고 병영생활에 필요한 규율과 질서에 순응하며 지낼 수 있는지가 관건이다. 최근 언론에서 지적하는 군 기강 등의 보도에 의하면 일반 용사들이 육체적 강인함은 차치하고라도 심적으로 적응을 하지 못해 각종 사건사고에 노출되는 것도 사실이다.

군에 적응하지 못한 용사들의 조기 제대, 정신적으로 심약한 용사들의 그린캠프 수용, 행동 부적응자들의 군기교육대 교육 등 많은 조치가 군 당국에 의해 시행되고 있다. 병영생활 부적응에 의한 각종 사건 사고의 증가는 용사들이 군 생활에 적절히 적응할 수 있는가에 대한 관심의 증가로 이어지고 있다. 부적응에 대한 원인으로는 양육환경, 스트레스, 자아존중감, 성격 등의 요인이 있겠으나 이를 효율적으로 극복할 수 있는 방법은 회복탄력성 제고라 할 수 있다.

그리하여 이번 연구에서는 용사들 사이의 회복탄력성에 대한 가설을 시작점으로 삼기로 했다. 귀무가설은 군기교육대에 수용 중인 용사들의 회복탄력성이 정상적인 병영생활을 영위하는 용사들보다 낮다는 것이다. 그러므로 정상적인 생활을 영위하는 일반용사, 행동의 부적응 등으로 인한 군기교육대 수용 용사를 대상으로 회복탄력성의 차이를 검토해 보는 것이 추후 용사들의 회복탄력성을 제고시키는 데 기여할 것으로 기대된다. 회복탄력성은 일반 용사들의 정신무장 강화 및 어려움을 극복하는 데 도움이 되기 때문에 용사들의 정신전력 강화에 중요한 요소가 될 것이다.

2. 용어정리 및 선행 연구 검토

1) 회복탄력성

고무공을 바닥에 힘껏 내던졌을 때 고무공은 하방 압력에 비례하여 다시 튀어 오른다. 쉽게 말하자면 고난과 역경이 닥쳤을 때 그 곤란함의 강도만큼 다시 극복하려는 의지가 강하고 이를 행동에 옮겨 어려움을 헤쳐 나가려는 정신적인 능력을 가리켜 회복탄력성이라 부른다. 심리학에서는 정신적인 저항력을 의미하기도 하는데 Rutter(1985)는 스트레스나 역경에 대한 정신적인 면역성을 회복탄력성이라 정의했으며²⁾, Waters와 Sroufe(1983)는 내적 외적 자원을 효과적으로 활용할 수 있는 능력³⁾, 또는 Polk(1997)는 역경을 성숙한 경험으로 바꾸는 능력⁴⁾ 등

2) Rutter, M. (1985). Resilience in face of adversity: Protective factors and resilience to psychiatric disorder. *British Journal of psychiatry*, 147, 598-611.

3) Waters, E., & Sroufe, L. A. (1983). Social Competence as developmental construct. *Developmental Review*, 3, 79-97.

으로 정의한다. Dyer 및 McGuinness(1996)는 회복탄력성은 어느 정도 유전적인 요인에 의해 결정되기도 하지만, 매우 역동적이어서 시간의 흐름에 따라 변하며, 환경 요인과 문화, 교육, 개인의 노력 등 다양한 요인에 의해 결정되는 것으로 지적했다.⁵⁾

결론적으로 ‘회복탄력성은 어려운 상황에 직면했을 때 유전적으로 타고난 긍정적 마음으로 이를 대처하고 극복하기도 하지만, 일반적으로는 被교육과 자신의 노력 등을 통해 긍정성을 향상시켜 주변 환경에 적절히 적응함으로써 정신과 마음을 한 단계 더 성장시키는 동력원이다’ 라고 정의할 수 있을 것이다. 또한 회복탄력성의 원천은 유전적 요인이 50%를 좌우하고, 주변 환경이나 지지가 10%이지만 나머지 40%는 순전히 개인이 교육과 학습을 통해 자신의 긍정적인 마음을 키워나갈 수 있다. 그런데 중요한 점은 학습에 의한 40%의 자기 노력이 유전적 요인과 환경적 요인까지도 모두 좌우할 수 있다는 것이다. 그러므로 학습을 통한 개인의 노력과 긍정적 마음을 가지려는 태도가 회복탄력성을 높이는 데 최고의 도구가 된다.⁶⁾

한 마디로 회복탄력성은 극도의 어려움에 봉착하는 등 변화하는 환경에 자신을 적응시켜 그 환경을 자기 자신에게 유리하도록 역용하는 인간의 능력이 총합된 것이라고 할 수 있다. 물론 회복탄력성에도 단점과 약점이 존재한다. 그럼에도 불구하고 급변하는 주변 환경에 긍정적인 마음 상태에서 유연하면서도 능동적으로 대처할 수 있는 개개의 능력이 회복탄력성의 핵심 중의 핵심인 것이다.

회복탄력성이 심리학의 전면에 등장한 연유는 1955년 출생한 아이들을 대상으로 시작된 카우아이 섬 종단연구에서 심리학자인 에미 워너 박사의 불우한 어린 시절에 겪었던 주변 환경과 특정 경험이 훗날 아이들에게 문제를 일으킬 것이라는 귀무가설에서 시작되었다. 에미 워너 박사의 가설처럼 최악의 환경에서 불우하게 자란 어린이들 2/3는 18년 후 소년원을 들락거리거나 알코올 중독에 빠져 있었지만 나머지 1/3의 학생들은 예상과 달리 아주 건실하게 문제를 일으키지 않고 사회생활을 무난하게 영위하고 있었다. 이들을 대상으로 심층연구를 진행한 결과 건실한 학생들은 부모나 주변의 지지와 관심으로 긍정성을 향상시켜 사회에 적응해 나간 것이라는 결론에 도달했다.

에미 워너 박사는 40년의 연구결과를 바탕으로 회복탄력성(resilience)이라는 개념을 정립했

4) Polk, L. V. (1997). Toward a middle-range theory of resilience, *Advances in Nursing Science*, 19, 1-13.

5) Dyer, J. G., & McGuinness, T. M. (1996). Resilience: Analysis of the concept. *Archives of Psychiatric Nursing*, 10, 276-282

6) 진중구. (2022). 아름다운 행복 매거진(한국인성지도상담학회지). 제1권 1호. 23.

다. 회복탄력성이 높아진 학생들은 예외없이 자신을 무조건적으로 지지해 주고 이해해 주는 어른이 한 명 이상 있었으며, 특히 가족 덕분에 회복탄력성이 높아진 학생들은 엄마 쪽이 유머 감각을 지닌 쾌활한 사람들이었다는 것을 밝혀냈다.

우리나라에서 회복탄력성이 빛을 발하기 시작한 것은 연세대학교의 김주환 교수에 의해서였다. 김 교수는 회복탄력성의 수치를 외국의 척도와 비교하여 중·고생, 대학생, 60세 이상 일반성인에 이르기까지 2,000명 이상의 표본을 대상으로 여러 차례 조사를 반복하고 엄밀한 통계분석 기법을 사용하여 53개 문항으로 이뤄진 한국형 회복탄력성 지수 KRQ-53을 완성하였다.⁷⁾ 회복탄력성의 개념이 대중화된 결정적 요인은 2009년 2월 14일 방영된 SBS ‘그것이 알고 싶다’에서 회복탄력성이 소개된 이후였다. 전파를 타고 난 이후 회복탄력성에 대해서 알고 싶어하는 사람들이 대거 늘어나면서 학계에서도 회복탄력성에 대한 연구가 점차 늘어가고 있는 실정이다.

2) 선행연구 검토

회복탄력성과 관련된 연구논문을 제한적으로 검토해 본 결과, 보육교사와 같은 사회 일반인들의 회복탄력성과 직무스트레스 사이의 연관관계 등을 파악한 연구사례는 다수가 발견되고 있는 반면, 접경지역 군부대 장병들을 대상으로 한 회복탄력성은 석사 학위논문 수편을 제외하고는 거의 없사피 할 정도로 미미한 수준이었다.

이군 그린캠프 입소 용사들의 회복탄력성에 대한 연구에서 김양오(2022)는 그린캠프⁸⁾에 입소한 용사 50명을 대상으로 김주환 박사가 산출해 낸 한국인 평균 회복탄력성 수치와 비교하였다. 한국 성인 평균이 194.70(약 195점)인데 반해, 그린캠프 입소 용사들의 평균 회복탄력성은 고작 145.20에 불과함으로써 그린캠프 수용 용사들이 시련에 노출됐을 때 이를 극복하는 능력이 평균치 이하임을 지적하였다.⁹⁾

문현정(2022)은 특정 공병부대원의 회복탄력성 제고 방안에 대한 연구에서 공병부대원 50명

7) 김주환. (2019). 회복탄력성, 시련을 행운으로 바꾸는 마음 근육의 힘. 고양: 위즈덤하우스. 68.

8) 육군규정_육구 942-육군 생명존중업무규정 제5장 그린캠프 교육대 운영: 그린캠프 입소대상자는 심리치유 후 자대 원복 가능한 사람을 기준으로 다음 각 호의 어느 하나에 해당하는 사람으로 한다. 1) 군 복무 간 분노, 우울, 불안 등과 같은 부정적인 정서로 어려움을 겪는 병사. 다만, 정신·심리적 부적응(정신질환, 자살우려자) 병사는 병역심사관리반 입소 조치. 2) 자살 생각이나 스트레스 문제로 어려움을 겪고 있으나 극복할 수 있는 강점이나 긍정적 요인이 많은 병사. 3) 정신과적 문제는 없지만 대인관계 능력이 부족한 병사.

9) 김양오. (2022). 군 그린캠프 입소 용사들의 회복탄력성에 대한 연구. 대전대 통일대학원 석사 학위논문.

을 대상으로 최초 회복탄력성을 측정된 뒤 3개월 간격으로 동일 표본을 대상으로 회복탄력성을 측정하여 비교하였다. 최초 측정 뒤 단체 체육활동, 긍정성을 키우기 위한 미소짓기 등등을 시행하고 다시 2차 측정을 시도한 결과 약간이지만 0.48점이 상승함으로써 긍정성을 키우면 군 생활의 어려움을 극복하는 데 도움이 된다는 사실을 기술하였다.¹⁰⁾ 물론 전체 총점도 한국성인 평균인 약 195점보다 높은 200점대를 기록했다.

남성과 여성 부사관의 회복탄력성에 관한 연구에서 김종필(2023)은 남녀 부사관 각각 55명씩의 표본을 선정, 회복탄력성을 비교하였다. 이 비교에서 자기조절능력, 대인관계능력, 긍정성 등 3개 분야 모두에서 남성 부사관이 여성 부사관보다 회복탄력성이 높았으며, 한국 성인평균인 약 195점보다는 남녀 부사관 모두 높은 분포를 보여, 남성 부사관은 235.87점이었고, 여성 부사관은 222.42점을 기록하였다.¹¹⁾

군부대 장병들을 대상으로 실시된 회복탄력성 연구는 결론적으로 정상적인 군인들은 모두 한국 성인 평균을 상회하는 건전한 마음근력을 지니고 있었다. 그러나 정신적으로 심약한 그린캠프 수용 용사들은 한국 성인 평균을 훨씬 하회하는 분포를 보임으로써 병영생활에서 노출된 시련을 극복하지 못하고 쉽게 좌절하는 양상을 보이는 것으로 나타났다.

II. 표본집단과 방법

1. 연구대상 및 자료수집의 한계

표본집단은 <표 1>과 같이 경기북부에 주둔 중인 A사단에 한정하여 2023년 1월부터 5월까지의 군기교육대 입소용사¹²⁾들을 대상으로 서베이를 실시하였다. 그리고 병영생활을 원만하게

10) 문현정. (2022). 특정 공병부대원의 회복탄력성 제고방안에 대한 연구. 대전대 통일대학원 석사 학위논문.

11) 김종필. (2023). 남성과 여성부사관의 회복탄력성에 관한 연구. 대전대 통일대학원 석사 학위논문.

12) 군 인사법 제57조 2항에 현역병에 대한 징계의 종류로, 강등, 군기교육, 감봉, 휴가단축, 근신, 견책이 있는데 그 중 군기교육은 '군인의 지위 및 복무에 관한 기본법 제38조의 2 제1~3항'에서 확인 가능하다. 군기훈련에 대한 규칙은 아래와 같다.

○ 지휘관은 군기의 확립을 위해 필요한 경우 현역에 복무하는 군인을 대상으로 군기훈련을 실시할 수 있으며, 이 경우 군기훈련은 공개된 장소에서 훈련대상자의 신체상태를 고려하여 체력을 증진시키거나 정신을 수양하는 등의 방법으로 실시해야 한다.

- 인권침해의 소지가 없어야 하고 훈련대상자가 정신수양 및 체력단련의 성취감을 느낄 수 있도록 해야 함.

영위하고 있는 일반 용사 55명에게도 설문지를 배포하여 이를 회수하는 형식으로 조사를 진행하였다. 설문지를 배포하는 데 있어 정상적인 일반 용사는 별 문제 없이 무난한 설문지 회수를 보인 반면, 군기교육대에 입소하는 용사는 그 수가 적어 5개월여 간 수집했음에도 불과 29명에게 설문지를 받는데 그치는 한계를 보였다. 군기교육대 입소자의 수가 적었다는 것은 그만큼 해당 군부대에서 병사들에 대한 격려와 지지 등을 통해 문제 발생소지를 줄였을 것이라는 추정이 가능하다.

또한 표집 대상이 극도의 보안을 요하는 군부대이다 보니 설문지를 배포하는 데 일반인들을 대상으로 하는 것보다 훨씬 강도가 높은 어려움이 따라 표본을 선정, 협조하는 데 제한적일 수밖에 없었다. 표본집단의 수가 적으면 신뢰도에 약간의 문제가 따르지만 통계적 방법을 동원하여 극복하는 이외 별다른 대책이 없었다. 그래도 특수성과 보안성이 요구되는 군 부대원을 대상으로 회복탄력성을 비교 분석한다는 자체가 아직은 대중화되지 않은 주제이기 때문에 관심도는 높을 것으로 판단된다.

표 1 표본집단 개요

구분	표본 수	설문 기간	비고
정상근무 용사	55	2023. 1 ~ 5월	
군기교육 입소 용사	29	2023. 1 ~ 5월	입소자에 한정
계	84		

2. 측정 도구 및 자료의 통계처리 분석 방법

1) 연구도구

일반 용사와 군기교육대 입소용사 간 회복탄력성을 측정하기 위해 국내에서 신뢰도를 인정 받은 <표 2> KRQ-53 세부 구성도의 53개 문항을 활용하였다. 회복탄력성 도구는 자기조절능력

- 군기훈련은 정신수양교육과 체력단련으로 구분하여 시행함.
- 1일 군기훈련은 2시간 이내로 실시하되 1시간 초과 시 중간 휴식시간을 부여해야 함.

(감정조절력, 충동통제력, 원인분석력), 대인관계능력(소통능력, 공감능력, 자아확장력), 긍정성(자아낙관성, 생활만족도, 감사하기)의 대분류 3가지와 소분류 9가지로 구별된다. 각 소분류 영역별로는 감정조절력 1~6번 문항, 충동통제력 7~12번 문항, 원인분석력 13~18번 문항, 소통능력 19~24번 문항, 공감능력 25~30번 문항, 자아확장력 31~36번 문항, 자아낙관성 37~42번 문항, 생활만족도 43~47번 문항, 감사하기 48~53번 문항 등 총 53문항이다.

모든 문항은 ‘전혀 아니다’ (1점)에서 ‘매우 그렇다’ (5점)까지의 1~5점 Likert 척도로 구성되어 있다. 평가결과 점수가 낮을수록 회복탄력성이 낮고, 점수가 높으면 회복탄력성이 그만큼 높다. 각 문항을 채점하는 데 있어 역산문항(4, 5, 6, 10, 11, 12, 16, 17, 18, 22, 23, 24, 28, 29, 30, 34, 35, 36, 40, 41, 42, 51, 52, 53번)에 한해서는 6점에서 획득된 점수를 빼는 방식이다. 회복탄력성 측정문항의 Cronbach's $\alpha = .93$ 이다.

표 2 KRQ-53 세부 구성도

분류	하위 소분류	문항별	역산문항	Cronbach α
자기조절능력	감정조절력	1~6	4, 5, 6	.84
	충동통제력	7~12	10, 11, 12	
	원인분석력	13~18	16, 17, 18	
대인관계능력	소통능력	19~24	22, 23, 24	.79
	공감능력	25~30	28, 29, 30	
	자아확장력	31~36	34, 35, 36	
긍정성	자아낙관성	37~42	40, 41, 42	.86
	생활만족도	43~47		
	감사하기	48~53	51, 52, 53	
합계		53문항		.93

2) 통계처리 방법

본 연구의 설문 결과는 Python 3.10.12의 Pandas 라이브러리와 Scipy 라이브러리를 이용하여 통계처리하였다. Shapiro-wilk test를 사용해 $p > 0.05$ 수준에서 정규성을 검정한 결과, 정규성 가정을 만족한다고 보기 어려워 independent t-test 대신 비모수 통계 방법인 Wilcoxon

Rank Sum Test를 사용하였다. Wilcoxon Rank Sum Test는 유의수준 $p < 0.05$ 에서 집단 간 중앙값의 유의적인 차이를 양측 검정하였다.

모수통계의 주요 가정은 정규성, 독립성, 등분산성이다. 세 가지 기본 가정을 만족하지 않으면 모수통계를 사용할 수 없다. 독립성은 집단 내 관측치와 집단 간 관측치가 독립적이라는 뜻으로, 이를 충족하지 않으면 편향된 결과를 낳을 수 있다. 이를 충족시키기 위해서는 단순 데이터 검정만으로는 부족하며 데이터 수집 단계부터 주의가 필요하다.

정규성은 데이터의 분포가 정규분포와 비슷한 종 모양을 따른다는 뜻이다. 데이터의 수가 20개에서 50개 사이이므로 정규성 검정은 shapiro-wilk's test를 통해 유의수준 $p > 0.05$ 에서 수행되었다. 정규성 검정 결과 데이터의 분포가 정규분포와 비슷하지 않았으며, normal test를 사용해 교차 검정을 수행했을 때도 비슷한 결과가 나타났으며, 샘플 데이터가 적어, 최종적으로 정규성 가정을 기각하였다.

등분산성은 각각의 모집단에서 추출된 샘플 간의 분산이 동일하다는 가정이다. 단변량 분석에서는 주로 Bartlett's test나 Levene's test를 사용하나, 정규성 가정이 만족되지 않았기에 본 연구에서는 수행되지 않았다.

모수 통계의 기본 가정을 만족하지 못하였으므로 모수 통계 방법인 t-test 대신 모집단의 모수를 가정하지 않는 비모수적 방법인 Wilcoxon rank sum test를 사용해 중앙값을 비교하였다. Wilcoxon rank sum test는 독립적으로 추출된 두 표본 집단의 순위합 통계량 T분포를 이용하여 비교하는 방법으로, independent t-test를 대신해 사용되었다.

III. 결과

연구기간 중 군기교육대 입소 인원은 총 29명에 불과하여 이들 전원을 표본으로 선정, 설문 조사를 진행했다. 이에 비해 정상적인 병영생활을 영위하는 용사들은 표본집단으로 선정하기가 힘들 정도로 많은 인원분포를 보여 55명으로 한정하였다. 표본집단의 평균 연령은 22 ± 4 세였으며 성비는 남성 100%였다. 이에 대한 전체 통계를 산정해 본 결과 $p < 0.001$ 에서 유의한 차이를 보임으로써 정상적인 용사들과 군기교육대 입소 용사들 사이에는 회복탄력성이 의미 있는 차이가 있었다. 이는 곧 군기교육대 입소 용사들의 병영생활 적응 훈련이 필요하다는 것을 입증한 결과다. 그렇다면 각 분야별로 그 차이를 살펴보기로 한다.

1. 자기조절능력

shapiro-wilks test 결과, 정규성 가정을 만족하지 못하여 Wilcoxon Rank Sum Test를 실시해 그룹 간 중앙값을 비교하였다. 비모수적 통계 방법을 사용했기 때문에 등분산 검정은 수행되지 않았다.

표 3 자기조절능력의 3개 소분야별 유의성

	자기조절능력			
	감정조절력	충동통제력	원인분석력	합계
정상용사	27.00±3.21	27.00±3.45	29.00±3.06	82.00±8.73
군기교육대 입소용사	22.00±4.81	23.00±4.20	23.00±4.79	64.00±11.91
Statistic	3.91***	4.21***	4.52***	4.36***

2) Median±S.D.***p<0.001,

〈표 3〉에서 나타나는 바대로 감정조절력의 경우, 정상적인 용사가 27점, 군기교육대 입소용사가 22점으로 집단 간 유의한 차이를 보였다(p<0.001). 충동통제력의 경우에도 정상용사가 27점, 군기교육대 입소용사가 23점으로 집단 간 유의한 차이를 보였다(p<0.001). 또한 원인분석력의 경우에도 정상용사가 29점, 군기교육대 입소용사가 23점으로 집단 간 유의한 차이를 보였다(p<0.001).

결과적으로 세 가지 소분야 점수를 합쳐 측정하는 자기조절능력의 경우, 정상용사가 82점, 군기교육대 입소용사가 62점으로 나타나 집단 간 유의한 차이를 보였다(p<0.001). 이러한 결과는 군기교육대 입소용사들의 자기조절능력이 현저히 뒤떨어짐을 증명한 것이다.

2. 대인관계능력

shapiro-wilks test 결과, 정규성 가정을 만족하지 못하여 Wilcoxon Rank Sum Test를 실시해 그룹 간 중앙값을 비교하였다. 비모수적 통계 방법을 사용했기 때문에 등분산 검정은 수행되지 않았다.

	대인관계 능력			
	소통 능력	공감 능력	자아 확장력	합계
정상용사	27.00±3.71	27.00±3.33	29.00±3.13	54.00±6.53
군기교육대 입소용사	23.00±5.14	23.00±3.74	28.00±2.56	45.00±7.79
Statistic	2.87**	3.21**	0.84NS	3.33**

2) Median±S.D.**p<0.01, NS: non-significant

〈표 4〉에서 보여주는 소통 능력의 경우, 정상적인 용사가 27점, 군기교육대 입소용사가 23점으로 집단 간 유의한 차이를 보였다($p<0.01$). 공감 능력의 경우에도 정상적인 용사가 27점, 군기교육대 입소용사가 23점으로 집단 간 유의한 차이를 보였다($p<0.01$). 반면 자아 확장력의 경우에는 정상 용사가 29점, 군기교육대 입소용사가 28점으로 집단 간 유의한 차이는 보이지 않았다. 결론적으로 세 가지 점수를 합쳐 측정하는 대인관계 능력의 경우, 정상용사가 54점, 군기교육대 입소용사가 45점으로 나타나 집단 간 유의한 차이를 보였다($p<0.01$). 이러한 결과는 군기교육대 입소용사들의 대인관계 능력이 떨어져 병영생활에서 여타 용사들과 제대로 어울리지 못한다는 것을 의미한다.

3. 긍정성

〈표 5〉에 나타나는 shapiro-wilks test 결과, 정규성 가정을 만족하지 못하여 Wilcoxon Rank Sum Test를 실시해 그룹 간 중앙값을 비교하였다. 비모수적 통계 방법을 사용했기 때문에 등분산 검정은 수행되지 않았다.

긍정성의 소분야 중의 하나인 자아낙관성의 경우, 정상용사가 27점, 군기교육대 입소용사가 22점으로 집단 간 유의한 차이를 보였다($p<0.05$). 생활만족도의 경우에는 정상용사가 27점, 군기교육대 입소용사가 23점으로 집단 간 유의한 차이가 나타나지 않았다. 감사하기의 경우에도 정상용사가 29점, 군기교육대 입소용사가 23점으로 집단 간 유의한 차이가 나타나지는 않았다. 결론적으로 긍정성의 경우에는 세 가지 점수를 합쳐 측정해 본 결과 정상용사가 82점, 군기교육대 입소용사가 64점으로 나타나 집단 간 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

표 5

긍정성의 3개 소분야별 유의성

	긍정성			
	자아낙관성	생활만족도	감사하기	합계
0	27.00±3.58	27.00±4.65	29.00±3.47	82.00±10.45
1	22.00±4.92	23.00±3.97	23.00±3.47	64.00±11.90
Statistic	2.5*	1.34NS	1.70NS	1.77NS

2) Median±S.D.*p<0.05, NS: non-significant

4. 분야별 점수 통계

표 6

2개 집단 간 회복탄력성 비교

	합계
정상용사	213.00±23.29
군기교육대 입소용사	178.00±28.95
Statistic	3.56***

2) Median±S.D.***p<0.001,

정상적인 병영생활을 영위하는 정상 용사들과 각종 복무규정 위반 등등의 사유로 군기교육대에 입소한 용사들 사이의 회복탄력성을 통합적으로 통계를 내 본 결과 <표 6>에서 보여주는 바대로 정상용사가 213점, 군기교육대 입소용사가 178점으로 $p<0.001$ 조건 하에서 유의한 차이를 보였다. 자기조절능력과 대인관계능력에서 현저한 차이를 보였고, 단지 긍정성 분야에서만 현저한 차이를 보이지 않았다. 긍정성이 높다면 자기조절능력과 대인관계능력을 향상시킬 수 있으므로 결론적으로 군기교육대의 교육을 통해 회복탄력성을 높이는 계기가 될 수 있을 것으로 추정된다.

김주환(2019)은 자기조절능력, 대인관계능력, 긍정성 등 세 가지 요소에 대해 최우선적으로 긍정성을 강화하면 자기조절능력과 대인관계능력을 동시에 높일 수 있다고 주장하며, 긍정성을 습관화하여 뇌를 긍정적으로 변화시키면 회복탄력성이 증가된다고 강조했다.¹⁵⁾ 그렇다면

군기교육대에 입소한 용사들의 긍정성이 정상적인 용사와 별 차이가 없다는 것은 교육을 통해 정상적인 병영생활을 영위하도록 할 수 있다는 데 상당히 희망적이라고 볼 수 있을 것이다. 그럼에도 불구하고 정상적인 용사들과 군기교육대 입소용사들 간에는 유의한 차이가 있었다는 사실이 중요하다 할 것이다.

IV. 고찰

김주환(2019)은 그의 저서 회복탄력성에서 우리나라 사람들의 평균 회복탄력성은 약 195점이라고 밝히고 각 분야별로는 자기조절능력은 63.5, 대인관계능력은 67.8, 긍정성은 63.4라고 발표했다.¹⁴⁾ 그렇다면 정상용사는 각 분야별로 82, 54, 82점으로 자기조절능력과 긍정성은 한국 성인 평균보다 월등히 높았다. 이는 곧 군의 특성상 자기를 통제해야 하고 상명하복의 원칙에 따라 행동해야 되기 때문에 자기조절능력이 상시적으로 훈련되어 있음을 의미하며, 안 되면 되게 하라는 군인정신의 신조로 인해 긍정성 분야도 높은 것으로 평가된다. 반면 대인관계능력은 한국 성인 평균보다 낮는데, 이는 병영이라는 한정된 공간에서 상명하복의 원칙을 지키다보니 폭넓은 인간관계보다는 군 내부 인사들과의 제한된 접촉 때문인 것으로 추정된다. 또한 입대 전 개인주의적 생활과 컴퓨터나 스마트폰과의 사이버 세상에서 방황한 탓에 입대 후에도 폭넓은 인간관계를 가지지 못한 것으로 생각된다.

한편, 군기교육대 입소용사들의 경우에는 자기조절능력 64, 대인관계능력 45, 긍정성 64점을 보였는데 이는 한국 성인 평균과 유사하지만 대인관계능력만 아주 현저한 차이를 보이고 있다. 군기교육대 입소용사들의 경우도 위의 사례와 마찬가지로 입대 전 개인주의적 생활에 젖어 있다 보니 입대 후에도 사회성이 현격하게 떨어져 주위 용사들과 적절히 적응하지 못하는 것으로 추정된다.

결과적으로 정상적인 병영생활을 영위하는 용사들과 군기교육대에 입소하는 용사들 사이에는 <표 7>에 나타나는 수치만큼 회복탄력성의 차이가 유의하게 존재한다. 정상용사들이 군기교육대 입소용사들보다 역경을 극복하는 마음의 근력인 회복탄력성이 유의미하게 높았다. 그

13) 김주환. (2019). 회복탄력성, 시련을 행운으로 바꾸는 마음 근력의 힘. 경기: 위즈덤하우스. 75

14) 김주환. (2019). 회복탄력성, 시련을 행운으로 바꾸는 마음 근력의 힘. 경기: 위즈덤하우스. 74

표 7

한국성인 평균과 군부대 용사들 간 회복탄력성 비교

구분	정상용사	군기교육대 입소용사	한국성인 평균
점수	213	178	195

*한국성인 평균점수는 김주환(2019)의 저서 회복탄력성의 수치를 인용

러나 희망적인 것은 그나마 긍정성 분야에서 만큼은 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다는 사실이다. 이러한 통계 결과는 군기교육대의 존속 필요성에 힘을 더한다. 군기교육대의 정신적, 육체적 트레이닝을 통해 회복탄력성을 높인다면, 원대 복귀한 후에는 군부대의 특수성에 의한 고난과 역경을 이겨내고 원만한 병영생활을 유지할 수 있기 때문이다.

V. 결론

군기교육대 입소 용사들이 정상적인 병영생활을 영위하는 용사들보다 회복탄력성이 떨어질 것이라는 귀무가설이 채택되었다. 이는 개인주의적 생활과 배치되는 단체 생활이라는 병영의 특성에 제대로 적응하지 못하거나 자기를 적절히 통제하지 못해 발생하는 것이라고 판단된다.

원칙적으로 행복은 제 하기 나름이다. 즉 행복해지려거든 긍정적인 정서를 함양하여 자신이 원하는 방향으로 자기를 조절하여 인간관계를 넓혀가야 한다. 행복은 훈련이자 습관이기 때문에¹⁵⁾ 병영생활도 마찬가지다. 병영 내에서 자신을 통제하여 사회성을 키운다면 저절로 행복해지며 회복탄력성이 높아진다. 그렇다면 훈련을 통해 습관을 기르고 그 습관에 따라 행동한다면 병영생활이 행복해질 수 있다는 결론이 나온다.

그렇다면 행복해지기 위한 회복탄력성을 높이는 방법은 무엇일까?라는 명제가 던져진다. 군기교육대에서는 문제를 야기하거나 야기할 소지가 있는 용사들에게 회복탄력성을 높일 수 있는 교육을 실시하면 될 것이다. 회복탄력성을 높이는 가장 좋은 방법은 ‘감사하기’와 ‘규칙적인 운동’이다. 군기교육대 입소 용사들을 대상으로 그날 하루에 있었던 일 중에서 감사한 일을 찾아 회상하도록 한 뒤 취침에 들게 하면 기억의 고착화가 수면시간 동안에 일어난다. 또한 일

15) 진중구. (2016). 행복도 제 하기 나름 행복실천론. 서울: 동문사. 28.

과 중에는 유산소 운동, 근력 운동 등을 재미있을 정도로 적당히 시키는 것이 좋다. 이러한 두 가지 습관화를 통해 회복탄력성을 높이는 방법이 효율적일 것으로 추정된다.

회복탄력성은 삶을 살아가는 동안 겪게 되는 각종 고난과 시련, 역경 속에서도 결코 좌절하지 않고 그 고난을 발판 삼아 다시 일어서는 능력이다. 군은 우리 국가를 지탱하는 힘이자 안전을 보장하는 최후의 보루다. 이러한 군의 정신전력이 무너지면 우리 국민은 어느 곳에도 기댈 곳이 없다. 최근 군 입대 자원이 줄어가는 가운데 정신전력마저 미흡해진다면 병력의 양적 공백을 메울 여지가 그만큼 줄어들 것이라는 것을 의미한다. 양적 공백을 질적으로 채우기 위해서라도 우리 군의 회복탄력성을 높일 필요가 상존하고 있다.

본 연구는 군에 제대로 적용하지 못하고 사소하지만 문제를 야기함으로써 군기교육대에 입소하는 용사들을 대상으로 회복탄력성을 측정해 본 것이다. 연구를 시작하기 전 예상했던 바와 같이 군기교육대 입소용사들의 회복탄력성이 일정 부분 유의미하게 낮게 나타났다. 향후 군 당국에서는 정신전력 강화를 위한 회복탄력성 제고를 중요한 과제로 삼아 군기교육대의 훈련과 교육을 좀 더 내실있게 편성해야 할 것이다. 회복탄력성이 높아지면 군에서 중시하는 인성교육도 저절로 시행되기 때문에 군에서는 교육훈련을 통해 일석이조의 효과를 거둘 수 있는 방안을 좀 더 심도 있게 논의해야 할 것이다.

참고문헌

- 김양오. (2022). 군 그린캠프 입소 용사들의 회복탄력성에 대한 연구. 대진대 통일대학원 석사 학위논문.
- 김종필. (2023). 남성과 여성부사관의 회복탄력성에 관한 연구. 대진대 통일대학원 석사 학위논문.
- 김주환. (2019). 회복탄력성, 시련을 행운으로 바꾸는 마음 근력의 힘(고양: 위즈덤하우스).
- 문현정. (2022). 특정 공병부대원의 회복탄력성 제고방안에 대한 연구. 대진대 통일대학원 석사 학위논문.
- 진종구. (2022). 아름다운 행복 매거진(한국인성지도상담학회지). 제1권 1호.
- _____. (2016). 행복도 제 하기 나름 행복실천론(서울: 동문사).
- 유용원의 군사세계, 검색어: 징병제도의 역사: https://bemil.chosun.com/site/data/html_dir/2018/09/03/2018090301721.html(검색일: 2023.06.03.).
- Rutter, M. (1985). Resilience in face of adversity: Protective factors and resilience to psychiatric disorder. *British Journal of psychiatry*.
- Waters, E., & Sroufe, L. A. (1983). Social Competence as developmental construct. *Developmental Review*, 3.
- Polk, L. V. (1997). Toward a middle-range theory of resilience, *Advances in Nursing Science*, 19.
- Dyer, J. G., & McGuiness, T. M. (1996). Resilience: Analysis of the concept. *Archives of Psychiatric Nursing*, 10.

A study on the difference in resilience between normal soldiers of military units in the border area and soldiers admitted to the military discipline education unit

Jin, Jonggu (Daejin University, Chair Professor)

This study identified the difference in resilience between general soldiers of the A Division stationed in the border area and those admitted to the Military Discipline Education Unit, explaining why the Military Discipline Education Unit is needed. The survey was conducted for five months from January 2023, and statistics were difficult due to the small number of people admitted to the Military Discipline Education Unit.

The lack of the number of people admitted to the Military Discipline Education Unit did not satisfy the basic assumption of parameter statistics in the t-test of SPSS did not satisfy the basic assumption of parameter statistics. Therefore, instead of the parameter statistical method, the t-test, the median value was compared using the Wilcoxonrank sum test, a nonparametric method that does not assume the parameters of the population.

According to statistics, the resilience score of soldiers living in normal barracks was 213.00 ± 23.29 , while that of soldiers admitted to the Military Discipline Education Unit was 178.00 ± 28.95 , which was significantly different under the conditions of $P < 0.01$. These results demonstrate that soldiers admitted to the Military Discipline Education Unit do not integrate with their surroundings in terms of self-regulation

and interpersonal relationships, resulting in maladjustment.

In conclusion, it was found that the resilience of warriors living a normal barracks life was much higher than that of the average adult in Korea, effectively overcoming difficulties and hardships in barracks life. On the other hand, soldiers admitted to the Military Discipline Education Unit had a much lower resilience score than the average adult score in Korea, leaving room for immediate frustration if they faced hardship.

Therefore, it can be assumed that the Military Discipline Education Unit has increased the need to provide mental and physical education by developing a program that can increase resilience for soldiers who are not well adapted to military life.

▮ Key Words: Resilience, Military Discipline Education Unit, Border Region Soldiers, Resilience of Soldiers

- 투 고 일: 2023. 6. 16.
- 심 사 일: 2023. 6. 24.
- 심사완료일: 2023. 6. 24.