

일 지역 육군 군인들의 의사소통능력, 대인관계수준, 불안, 우울

김선아¹ · 김현례² · 우정희³ · 박수인⁴ · 김 란⁵

연세대학교 간호대학 교수¹, 연구교수², 박사과정³, 석사과정⁴, 고양시정신보건센터 센터장⁵

Communication abilities, Interpersonal Relationship, Anxiety, and Depression in Korean Soldiers

Sunah Kim¹ · Hyun Lye Kim² · Chunghee Woo³ · Suin Park⁴ · Ran Keum⁵

¹Professor, ²Research Professor, ³Doctoral Student, ⁴Master's Student, College of Nursing, Yonsei University,
⁵Director, Goyang Community Mental Health Center

Purpose: The purpose of this study was to explore status and level of communication ability, interpersonal relationships, anxiety, and depression in Korean soldiers and identify factors that influence depression. **Methods:** A cross sectional study design was employed. The instruments were PCI (Primary Communication Inventory), RCS (Relationship Change Scale), STAI (State-Trait Anxiety Inventory), and CES-D (The Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale). Data were collected from 961 soldiers from Gyeong-gi Province and analyzed using SPSS/WIN 17.0 program. **Results:** The mean score for PCS, RCS were 87.0 ± 11.43 ; and 98.8 ± 14.17 respectfully and for STAI-I (state-anxiety), and STAI-II (trait-anxiety), 34.7 ± 10.36 ; and 36.6 ± 9.64 respectfully, and for CES-D, 11.2 ± 7.0 . Of the participants 22.2% were in the clinical group for depression. Major variables showing significant correlations were family intimacy, intimacy with friends or colleague, and inconvenience in not being able to use computer or internet. STAI-II, intimacy with friends or colleague, STAI-I accounted for 44.2% of the variance in depression. **Conclusion:** The study results suggest that a systemic approach needed to relieve soldiers' anxiety and depression. Development of program for communication training, activities for leisure and interpersonal relationship during military life could contribute to lessening depression and anxiety in soldier.

Key Words: Communication abilities, Interpersonal relationship, Anxiety, Depression, Soldiers

서 론

1. 연구의 필요성

군 생활 내에서 발생하는 폭력, 탈영, 자살과 같은 사건/사고들은 개인의 문제를 넘어서 국가와 전 국민의 안전과 관련되므로 국가적으로도 중대한 사안이라고 할 수 있다.

그러나 군 생활 내에서의 부적응과 정신건강 관련 문제들은 군 정보의 보안상 기밀성과 연관되어 있기 때문에, 정확한 발생 빈도와 범위를 파악하기 어려울 뿐 아니라 정신건강 전문가들의 적절한 중재전략이 개입되기도 어려운 상황이다. 이러한 문제들, 즉 우리나라 군인들의 정신건강 문제, 특히 적응장애로 인한 각종 사건/사고, 폭행, 음주, 자살, 가족 갈등과 같은 여러 가지 정신건강 문제에 대하여 정

주요어: 의사소통능력, 대인관계, 불안, 우울, 군인

Address reprint requests to: Keum, Ran, 2nd floor, Goyang Community Mental Health Center, 33-28 Wondang-ro, Deogyang-gu, Goyang 412-812, Korea. Tel: 82-31-969-2333, Fax: 82-31-968-2334, E-mail: keumran@yahoo.co.kr

- 이 논문은 고양시정신보건센터 군정신건강사업비에 의해 지원되었음.

- This research was supported by the Goyang Community Mental Health Center's Military Mental Health Project Fund.

투고일 2011년 1월 16일 / 수정일 1차: 2011년 3월 12일, 2차: 2011년 3월 14일 / 게재확정일 2011년 3월 18일

신보건 전문가들의 관심과 개입이 필요함이 이미 오래 전부터 지적되고 있다(Han, 1999). 그러나 그 동안 국내에서 군인들의 정신건강상태 파악 및 증진에 관한 연구가 활발하게 보고되지 못하였을 뿐 아니라, 군인들의 정신건강과 관련된 복지정책이나 인력지원과 같은 전문적 정신건강관리 시스템을 체계적으로 마련하지 못한 실정이다.

우리 사회의 여러 가지 변화와 발전에 따라 군인들에게도 많은 정신건강 문제가 예상된다. 자기중심적이고 자유로운 개성적인 삶을 추구하는 신세대들 입장에서 보면 집단주의, 권위주의적인 군 생활에 2년여 이상의 기간을 적용한다는 것이 매우 힘들고, 여러 가지 부작용 및 정신건강문제를 야기할 수 있는 상황으로 이해될 것이다(Koo, 2006). 더욱이 최근 군 생활을 처음 시작하게 되는 군인들의 신체적인 연령은 성인기에 해당되나, 심리사회적인 발달단계는 정규 교육기간이 계속 늘어남에 따라 대부분 사회적, 경제적인 독립이 아직 완성되지 않았을 뿐 아니라, 스트레스에 대한 대처능력도 미숙한 후기 청소년기에 해당된다고 볼 수 있다(Hyun, Chung, & Kang, 2009). 그러므로 명령과 복종의 엄격한 규율에 따라 움직이고 개인보다 집단을 중시하는 군 조직의 특성은 자신의 의지와 상관없이 군에 입대한 젊은이들에게 더욱 낮설고 적응하기 어려운 환경으로 작용할 수 있다.

그 동안 군인들을 대상으로 한 연구들은 대부분 군 생활 부작용에 초점을 두었기 때문에 우울과 불안, 스트레스 수준과 관련요인들을 밝히는데 관심을 가져왔다. 군인들을 대상으로 보고된 연구에 따르면 일반적으로 군인들은 지지체계의 부족, 충격적인 생활사건, 자기조절능력 박탈 등으로 인해 외상 후 스트레스장애, 불안장애, 우울증과 같은 정신병리적 문제에 매우 취약한 것으로 알려져 있다(Rodriguez, Quiones-Maldonado, & Alvarado-Pomales, 2009). 특히 우리나라 군인의 경우, 남북휴전상황, 지원병이 아닌 의무병제, 일반 사회와 군 사회 간의 문화 격차 등으로 인하여 정체성 혼란이나 불안, 자존감 관련 정신건강 문제가 더욱 심각하다고 이미 보고된 바 있다. 이러한 내용들을 구체적으로 살펴보면, 경기도 내 212명의 군인들을 대상으로 한 Koo (2006)의 연구에서는 연구에 참여했던 군인들의 절반 이상이 우울 증상을 보고하였고, 불안이나 군 생활 스트레스가 평균 수준 이상의 점수를 나타내고 있었다. 또 대상자들 중에서 15.4%의 군인들이 자살생각을 하고 있었으며, 44.3%는 타살생각을 한다고 보고하였다. 군인들의 불안 수준이 계급과 군복무 기간과 관련 있음이 보고되

고 있는데, 군복무 기간이 짧은 군인일수록 불안수준이 높게 나타났으며(Kim, 2003), 입대 후 훈련 2주 시점에서 불안수준이 가장 높았고, 시간이 지날수록 감소하다가 다시 증가하는 추이 변화를 보였다(Kim, 2007). 스트레스로 인해 가장 일반적으로 나타날 수 있는 증상은 우울인데, 사회적 고립, 약물남용 혹은 알코올 중독 등 여러 가지 부작용을 초래하여 심각한 경우 자살로 이어질 수 있다(Koo, 2006). 전체 군 사망사고 중 자살로 인한 사망이 40~60%를 차지할 정도로 높은 비중을 차지하는 것으로 보고되고 있는데(Ministry of National Defense, 2009), 우울은 자살사고의 주요 요인이며(Rodriguez et al., 2009), 군 생활 적응에 주요 영향 요인으로(Hyun et al., 2009) 군인들의 정신건강을 파악하는 데 빼놓을 수 없는 변인으로 파악되고 있다.

선행연구들을 고찰해 보았을 때, 군인의 전반적인 부적응으로 인한 정신건강 문제를 중심 변수로 다루는 것은 한계가 있는 것으로 보인다. 오히려 정신전문가들은 엄격한 복종과 규율의 폐쇄적인 집단 내에서 군인들의 적응력을 향상시키기 위한 간호중재 개발과 효과에 좀 더 관심을 가져야 할 것이다. 이를 위해서는 사회문화적 요소로서 의사소통 및 대인관계 특성을 구체적으로 파악하는 것이 필요하다고 본다. 그 동안 군 생활 적응에 있어 좌절감의 가장 중요한 요인으로 군인과 동료들 간의 대인관계적 유대를 구축하는 문제가 지적되었고(Dedic & Kostic, 2001), 군인과 지휘자와의 관계는 성공적인 군생활 적응의 주요 조건으로서 입대하기 전 권력관계에서의 의사소통에 문제가 있었던 경우 군 지휘자와의 관계에서도 문제가 있는 것으로 나타났다(Dedic, 2001).

국내 연구에 의하면, 최근 들어 군생활의 물리적, 사회적 환경이 예전에 비해 크게 개선된 것으로 알려져 있으나 신세대 군인의 정신건강에 대한 주요 영향 요인으로 신체구타 및 인격도둑, 세대차, 사생활 제한, 의사소통 만족도인 것으로 나타나(Koo, 2006) 규율 밖에서 여전히 군대 내 의사소통 및 대인관계적인 부정적 요소가 존재함을 알 수 있었다. 군복무 부작용 집단에서 군 생활 적응을 어렵게 하는 요인으로 '선임병과의 갈등'이 가장 많았고, '비합리적 군대 문화', '고된 훈련', '부당 명령 및 처벌' 순으로 나타난 결과에서도(National Human Rights Commission, 2006) 명령과 복종의 군대 문화 내에서 유발되는 상하 대인관계가 군인의 정신건강에 악영향을 미치는 요인임을 알 수 있다. 이와 같이 군인들의 의사소통 및 대인관계 특성을 파악하는 것이 정신건강 문제를 보다 포괄적으로 이해하는데, 많은

도움을 줄 수 있다고 본다. 이와 관련된 연구들을 살펴보면 Joe (2003)가 군 생활 적응과 건강증진행위에 대하여 보고하였고, Hyun 등(2009)은 군인들의 군 생활 적응에 영향을 미치는 요인으로 스트레스, 우울, 자존감, 교육 수준이라고 보고하였다.

따라서 본 연구는 경기 지역 내의 군인들을 대상으로 의사소통 능력과 대인관계 수준, 불안, 우울 정도를 파악하고 변수들 간에 어떠한 관계가 있는지를 알아봄으로써 군인들의 의사소통능력, 대인관계수준, 불안, 우울에 대한 이해를 높이고 군인의 정신건강 증진 프로그램 개발의 기초자료를 제공하고자 하였다.

2. 연구목적

본 연구의 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 군인들의 의사소통 능력, 대인관계 수준, 불안, 우울 정도를 파악한다.
- 군인들의 의사소통 능력, 대인관계 수준, 불안, 우울 사이의 관계를 파악한다.
- 군인들의 우울에 영향을 미치는 요인들을 파악한다.

연구방법

1. 연구설계

본 연구는 일 지역 육군 군인의 의사소통 능력, 대인관계 수준, 불안, 우울의 정도를 파악하고, 각 변인들 간의 관련성과 우울에 대한 영향요인을 규명하기 위한 서술적 조사 연구이다.

2. 연구대상

연구대상은 국내 일개 지역 내 정신보건센터에서 추진하는 군부대 정신건강강좌를 신청한 관내 4개 사단 중 연구참여에 동의한 부대의 군인, 부사관, 초급 지휘관(하사 및 소위 이상)으로 총 961명이었다. 본 연구의 대상에 포함되는 기준은 경기도 내 육군 소속 병사 및 부사관, 초급지휘관으로 본 연구참여에 자발적으로 동의한 자로 규정하였다. 본 연구의 모집단은 경기도 내 육군으로서 4개 군단, 12개 사단으로 구성되어 있고 1개 사단은 일반적으로 10,000명이므로 전체 모집단의 크기는 약 120,000명으로 추산되어, 그

중 약 1%인 1,000명을 표본으로 추출하였다. 한편 통계적 검정력을 점검하기 위해 G*power 3.0으로 95% 검정력 수준에서 multiple regression에 필요한 최소 표본수를 산정한 결과 88명으로 계산되었다(유의수준 .05, medium 정도의 effect size $r=.30$, 독립변수 9개). 따라서 본 연구에서 208명(22.2%)을 대상으로 다중회귀분석을 실시한 것은 충분한 표본수라 할 수 있다.

3. 자료수집

자료수집방법은 설문지 작성으로 약 3개월에 걸쳐 진행되었고, 사전에 책임자가 소속된 대학의 연구윤리위원회의 심의(간호대 IRB 2010-0002)를 통과하였다. 본 연구의 대상자는 정신건강 강좌서비스를 신청한 부대 중 연구참여에 동의한 병사, 부사관 및 초급간부를 편의 표집하였다. 연구자가 군 정신건강 강좌계획 단계에서 사전에 군 방문 또는 전화상으로 관계자에게 연구의 목적을 설명하고 승인을 받았으며, 정신건강 강좌 당일에는 군부대를 방문하여 강좌에 참석한 군인을 대상으로 연구의 목적을 설명하였다. 강좌가 끝난 후 서면으로 연구참여에 동의한 군인을 대상으로 자료를 수집하였다. 총 1,073부의 설문지를 회수하였고 불성실한 응답 92부와 관심병사 20부를 제외한 961부를 분석에 이용하였다.

4. 연구도구

1) 의사소통 척도

의사소통 능력은 부부 의사소통 검사를 위해 Navran (1967)이 개발한 Primary Communication Inventory (PCI)를 Mo와 Kim (2002)이 번역하고 Ju (2006)가 대학생에게 적용한 도구로 측정하였다. 2개의 역문항(8, 16번)을 포함한 총 25문항의 도구로 '전혀 그렇지 않다'의 1점에서 '항상 그렇다'의 5점까지 5점 Likert식 척도이며 자기보고형식으로 되어 있다. 하위영역 언어적, 비언어적 의사소통으로 구성되어 있으며, 25~125점의 범위로 점수가 높을수록 의사소통의 효율성이 높은 것으로 평가된다. 도구의 신뢰도는 Ju (2006)의 연구에서 Cronbach' $\alpha=.81$ 이었고, 본 연구에서도 .81이었다.

2) 대인관계 척도

대인관계 수준은 Schlein, Guerney와 Stover (1971)의

Relationship Change Scale을 Moon (1980)이 우리 실정에 맞게 번역하고 Jeon (1995)이 사용한 도구를 이용하였다. 이 도구는 상호의존성의 원리에 입각하여 두 사람 혹은 그 이상의 사람들 사이의 역동적이고 지속적인 복합적 상호작용을 측정하는 도구로서, 하위영역은 만족감, 의사소통, 신뢰감, 친근감, 민감성, 개방성, 이해성 등 7가지로 구성되어 있다(Jeon, 1995). 본 도구는 총 25개 문항이 5점 Likert 척도로 되어 있으며 점수가 높을수록 대인관계가 원만한 것을 의미한다. 신뢰도는 Jeon (1995)의 연구에서 Cronbach' α = .88이었고, 본 연구에서는 .94였다.

3) 불안 척도

불안은 Spielberger, Gorsuch와 Lushene (1970)이 개발한 상태-특성 불안 척도(State-Trait Anxiety Inventory, STAI)를 Kim과 Shin (1978)이 한국어로 표준화하여 Kim (2003)이 사용한 도구로 측정하였다. 총 40개 문항으로 현재 느끼는 정도에 대한 상태불안(STAI-I) 20문항과 사람들이 일반적으로 느끼는 정도에 대한 특성불안(STAI-II) 20문항으로 구성되어 있다. '전혀 그렇지 않다'의 1점에서부터 '대단히 그렇다'의 4점까지 선택할 수 있는 4점 Likert식 척도로서 가능한 총점의 범위는 20~80점이고, 긍정형의 문항(특성불안: 1, 6, 7, 10, 13, 16, 19 / 상태불안: 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20)은 역으로 계산되어 채점되며, 점수가 높을수록 불안 정도가 높다고 해석한다. 도구의 신뢰도는 Kim (2003)의 연구에서 Cronbach' α 가 상태불안 .92, 특성불안 .89였고, 본 연구에서는 상태불안 .93, 특성불안 .91이었다.

4) 우울 척도

우울은 일반인을 대상으로 가장 널리 사용되는 도구 중의 하나로 Radloff (1977)의 우울 척도(The Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale, CES-D)를 Kim (1993)이 번안한 도구를 사용하였다. 총 20문항의 자가보고식 척도로서 0~3점까지의 4점 Likert식 척도이고 가능한 총점의 범위는 0~60점이다. 20개 문항 중 긍정형 문항인 '4, 8, 12, 16번'의 4문항은 역으로 계산되어 채점되며, 총점이 높을수록 우울 정도가 높다고 해석한다. CES-D 척도에서 절단점(cut-off score)인 16점을 분류기준점으로 하여(Radloff, 1977) 총점이 16점 이상이면 경도 이상의 우울 증상을 나타내는 것으로 본다. 신뢰도는 Kim (1993)의 연구에서 Cronbach' α = .85였고, 본 연구에서도 .85였다.

5) 일반적 특성

일반적 특성으로 연령, 학력, 종교, 계급, 군복무기간, 가족의 경제상태와 가족과의 친밀감, 친구나 동료와의 친밀감, 컴퓨터나 인터넷을 사용하지 못하는 불편감을 포함하였다. 가족의 경제상태, 가족과의 친밀감, 친구나 동료와의 친밀감, 컴퓨터나 인터넷을 사용하지 못하는 불편감을 각각 5점 만점의 visual analogue scale (VAS)로 측정하였다. 점수가 높을수록 가족 경제상태, 가족과의 친밀감과 친구나 동료와의 친밀감, 컴퓨터나 인터넷을 사용하지 못하는 불편감이 높은 것을 의미한다.

5. 자료분석

수집된 자료는 연구목적에 따라 SPSS/WIN 17.0 프로그램을 이용하여 분석하였으며, 구체적인 분석방법은 다음과 같다.

- 대상자의 일반적 특성은 빈도와 백분율 혹은 평균과 표준편차를 구하였다.
- 대상자의 우울, 특성불안, 상태불안, 의사소통 능력, 대인관계 수준에 대하여는 평균과 표준편차를 구하였다.
- 대상자의 특성불안, 상태불안, 의사소통 능력, 대인관계 수준, 우울을 포함한 변인들 간의 상관관계를 파악하기 위해서는 Pearson's correlation coefficients로 분석하였다.
- 전체 대상자 중 임상적 우울 집단에서 우울에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 stepwise multiple regression을 사용하였다.

연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 연령은 만 20~21세가 680명(71.2%)으로 가장 많았으며, 만 19세 이하가 138명(14.5%), 만 22~24세가 120명(12.6%), 만 25세 이상이 17명(1.8%)으로 나타났고, 연령의 평균은 20.6 ± 1.69 세였으며 범위는 18세에서 45세였다. 과반수의 대상자가 고등학교 졸업의 학력을 가지고 있으며(53.8%), 그 다음으로 대학교 재학 또는 졸업이 35.4%로 많았고, 중졸이나 고등학교 중퇴 등의 기타 응답자는 4.0%를 차지했다. 종교가 없다고 응답한 대상자는 44.0%로 가장 많았으며, 기독교는 30.3%, 불교는 17.3%,

천주교는 8.1% 순이었다. 계급은 이등병이 20.0%, 일등병이 41.3%, 상병이 22.8%, 병장이 12.8%, 하사 이상의 계급은 3.1%이었다. 군복무기간은 평균 16.3±12.93개월이었으며, 범위는 1개월에서 305개월이었다. 가족의 경제 상태는 평균 3.1±0.76점이었고, 범위는 1점에서 5점이었다. 가족 친밀감은 평균 4.4±0.71점이었고 범위는 2점에서 5점이었다. 친구나 동료와의 친밀감은 평균 4.3±0.75점이었고, 범위는 1점에서 5점이었다. 컴퓨터나 인터넷을 사용하지 못하는 불편감은 평균 2.2±0.97점이었고, 범위는 1점에서 5점이었다(Table 1).

2. 대상자의 의사소통 능력, 대인관계 수준, 상태불안, 특성 불안, 우울 정도

주요 변인의 기술적 통계 결과는 다음과 같다(Table 2). 의사소통 능력은 평균 87.0±11.43점이었고, 2개의 하위영역

역을 문항수로 나눈 평균값(각 5점 만점)은 언어적 의사소통이 3.1점, 비언어적 의사소통이 3.6점으로 나타났다. 대인관계 수준은 평균 98.8±14.17점이었으며 7개의 하위영역을 문항수로 나눈 평균값(각 5점 만점)은 가장 높은 영역이 만족감 4.1점, 가장 낮은 영역은 개방성 3.8점이었다. 상태불안 평균은 34.7±10.36점, 특성불안은 36.6±9.64점으로 나타났다. 우울은 평균 11.2±7.00점이었고, 총점이 16점 이상으로 ‘경도 이상의 우울’에 해당하는 대상자는 전체의 22.2% (208명)로 나타났다.

3. 변인들 간의 상관관계

대상자의 일반적 특성과 의사소통 능력, 대인관계 수준, 불안, 우울간의 관계를 알아보기 위하여 상관관계 검정 (Pearson's correlation)을 실시하였고, 결과는 다음과 같다 (Table 3).

Table 1. General Characteristics (N=961)

Characteristics	Categories	n (%)	M±SD	Range
Age (year)	≤ 19	138 (14.5)	20.6±1.69	18~45
	20~21	680 (71.2)		
	22~24	120 (12.6)		
	≥ 25	17 (1.8)		
Education	High school	505 (53.8)		
	College	61 (6.5)		
	University	332 (35.4)		
	≥ Graduate	3 (0.3)		
	Others	38 (4.0)		
Religion	None	422 (44.0)		
	Protestant	291 (30.3)		
	Buddhist	166 (17.3)		
	Catholic	78 (8.1)		
	Others	3 (0.3)		
Military class	Private second class	192 (20.0)		
	Private first class	396 (41.3)		
	Corporal	219 (22.8)		
	Sergeant	123 (12.8)		
	≥ Staff sergeant	30 (3.1)		
Duration of military service (month)			16.3±12.93	1~305
Economic status of family			3.1±0.76	1~5
Family intimacy			4.4±0.72	2~5
Friends of colleague intimacy			4.3±0.75	1~5
Inconvenience not using computer or internet			2.2±0.97	1~5

Table 2. Descriptive Data of Major Variables

(N=961)

Variable	Min	Max	M±SD	Reliability of scales (Cronbach' α)
Communication ability	38	123	87.0±11.43	.81
Verbal [†]	1.0	5.0	3.1±0.58	
Nonverbal [†]	1.6	4.9	3.6±0.48	
Interpersonal relations level	35	125	98.8±14.17	.94
Satisfaction [†]	1.5	5.0	4.1±0.66	
Communication [†]	1.2	9.0	3.8±0.64	
Trust [†]	1.0	5.0	3.9±0.73	
Intimacy [†]	1.0	5.0	4.1±0.69	
Sensitivity [†]	1.0	5.0	3.9±0.73	
Openness [†]	1.0	5.0	3.8±0.69	
Understanding [†]	1.5	5.0	4.1±0.66	
State anxiety	20	77	34.7±10.36	.93
Trait anxiety	20	73	36.6±9.64	.91
Depression	0	46	11.2±7.00	.85

[†]Mean of each item.

의사소통 능력은 가족의 경제상태($r=.11, p=.001$), 가족 친밀감($r=.32, p<.001$), 친구나 동료와의 친밀감($r=.45, p<.001$), 대인관계 수준($r=.60, p<.001$)과 유의한 정적 상관이 있는 것으로 나타났고, 컴퓨터나 인터넷을 사용하지 못하는 불편감($r=-.19, p<.001$), 상태불안($r=-.47, p<.001$), 특성불안($r=-.47, p<.001$)과는 유의한 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 대인관계 수준은 가족의 경제상태($r=.13, p<.001$), 가족과의 친밀감($r=.35, p<.001$), 친구나 동료와의 친밀감($r=.56, p<.001$)과 유의한 정적 상관이, 컴퓨터나 인터넷을 사용하지 못하는 불편감($r=-.23, p<.001$), 상태불안($r=-.64, p<.001$), 특성불안($r=-.65, p<.001$)과 유의한 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 상태불안은 컴퓨터나 인터넷을 사용하지 못하는 불편감($r=.28, p<.001$)과 유의한 정적 상관이, 가족의 경제상태($r=-.09, p=.007$), 가족과의 친밀감($r=-.30, p<.001$), 친구나 동료와의 친밀감($r=-.42, p<.001$)과 유의한 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 특성불안은 컴퓨터나 인터넷을 사용하지 못하는 불편감($r=.31, p<.001$), 상태불안($r=.87, p<.001$)과 유의한 정적 상관이 있는 것으로 나타났고, 가족의 경제상태($r=-.12, p<.001$), 가족과의 친밀감($r=-.31, p<.001$), 친구나 동료와의 친밀감($r=-.41, p<.001$)과는 유의한 부적 상관이 있었다. 우울은 컴퓨터나 인터넷을 사용하지 못하는 불편감($r=.32, p<.001$), 상태불안($r=.79, p<.001$), 특성불안($r=.82, p<.001$)과 유의한 정적 상관

이, 가족의 경제상태($r=-.08, p=.013$), 가족과의 친밀감($r=-.26, p<.001$), 친구나 동료와의 친밀감($r=-.42, p<.001$), 의사소통 능력($r=-.38, p<.001$), 대인관계 수준($r=-.57, p<.001$)과 유의한 부적 상관이 있는 것으로 나타났다.

4. 우울에 영향을 미치는 요인

우울 척도의 기준에 의한 임상적 우울 집단은 전체 대상자의 22.2%로 나타났는데, 이들만을 대상으로 하여 우울에 영향을 미치는 요인을 파악한 결과는 다음과 같다. 독립변수에는 단순상관관계 분석이나 단순변량분석에서 유의한 상관성을 보인 변수인 계급, 가족의 경제상태, 가족과의 친밀감, 친구나 동료와의 친밀감, 컴퓨터나 인터넷을 하지 못하는 불편감, 의사소통 능력, 대인관계 수준, 상태불안, 특성불안 등의 변수를 포함하여 단계적 다중회귀분석을 실시하였다(Table 4). 독립변수들 간의 다중공선성을 분석한 결과, 공차한계의 범위가 .437~.923, 분산팽창인자가 1.083~2.289로 나타나 다중공선성의 문제가 없는 것으로 파악되었다. 다중회귀분석 결과, 본 연구 대상자의 우울에 영향을 미치는 변인은 특성불안($\beta=.40, t=4.89, p<.001$), 친구나 동료와의 친밀감($\beta=-.19, t=-3.44, p=.001$), 상태불안($\beta=.23, t=2.92, p=.004$)이었으며 이들 변인들은 우울에 대하여 44.2%의 설명력이 있는 것으로 나타났다.

Table 3. Correlations among Variables

(N=961)

Variables	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10
	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)
X1	1									
X2	-.04 (.216)	1								
X3	-.04 (.181)	.23 (<.001)	1							
X4	-.02 (.601)	.13 (<.001)	.47 (<.001)	1						
X5	-.03 (.409)	-.03 (.372)	-.14 (<.001)	-.16 (<.001)	1					
X6	-.03 (.393)	.11 (.001)	.32 (<.001)	.45 (<.001)	-.19 (<.001)	1				
X7	.05 (.124)	.13 (<.001)	.35 (<.001)	.56 (<.001)	-.23 (<.001)	.60 (<.001)	1			
X8	-.05 (.116)	-.12 (<.001)	-.31 (<.001)	-.41 (<.001)	.31 (<.001)	-.47 (<.001)	-.65 (<.001)	1		
X9	-.05 (.152)	-.09 (.007)	-.30 (<.001)	-.42 (<.001)	.28 (<.001)	-.47 (<.001)	-.64 (<.001)	.87 (<.001)	1	
X10	.01 (.862)	-.08 (.013)	-.26 (<.001)	-.42 (<.001)	.32 (<.001)	-.38 (<.001)	-.57 (<.001)	.82 (<.001)	.79 (<.001)	1

X1=duration of military service; X2=economic status of family; X3=family intimacy; X4=friends of colleague intimacy; X5=inconvenience not using computer or internet; X6=communication ability; X7=interpersonal relations level; X8=trait anxiety; X9=state anxiety, X10=depression.

Table 4. Influencing Factors on Depression in Clinical Group by CES-D (N=208)

Variables	β	t	p
Trait anxiety	.40	4.89	<.001
Friends or colleagues intimacy	-.19	-3.44	.001
State anxiety	.23	2.92	.004
Adj. R ² =.44, F=51.66, p<.001			

논 의

본 연구는 의사소통능력, 대인관계수준, 불안과 일반적 특성의 변인들을 중심으로 우울에 영향을 미치는 변인을 파악하기 위해 시도되었다.

본 연구의 우울정도는 평균 11.2±7.00, 정도 이상의 우울에 해당하는 16~24점 대상자는 154명으로 전체의 16.4% 이었고, 25점 이상의 임상적인 치료를 요하는 주요우울 대상자는 전체의 5.8% (54명)로 나타났다. 정도 우울 이상 대

상자 비율은 24.0%인 Hyun 등(2009)의 연구결과와 유사하며 Koo (2006)의 연구에서 나타난 52.4%의 절반 수준이다. 대체로 군인들은 입대초기와 전역 즈음에 불안과 우울정도가 높는데(Hyun & Kim, 2007; Kim, 2003), 이는 군인의 정신건강과 복무기간이 관계있음을 시사하는 것이라 본다. 본 연구대상자들의 평균 복무기간은 16.3개월로, 60~70% 이상이 12개월 이내에 집중되어 있는 두 연구(Hyun et al., 2009; Koo, 2006)와 비교하여 어느 정도 안정기라 볼 수 있는 시기라고 생각된다. 임상적 치료를 요하는 주요 우울대상자는 위 연구들(4.8%, 6.3%)과 비슷하지만 우울은 현재까지 가장 비중 있는 자살의 위험요인이므로 적은 수라 하더라도 우울양상을 보이는 군인은 그들이 특히 군내 취약계층이라는 점을 고려하여 보다 적극적인 관리를 할 필요가 있다.

본 연구대상자 의사소통 능력의 평균값은 87.0점이었으며, 공군 대위급장교의 81.7점(Kim, 2007)보다 높은 수준이다. 현재 복무중인 군인들은 핵가족과 민주사회에서 물질적 풍요와 소통의 자유, 관계적 평등을 누리던 상태에서

군에 입대하는 소위 신세대이므로 의사 표현에 큰 어려움이 없음을 의미하는 것일 수도 있다. 하지만 일반적으로 군의 명확한 계층구조는 그 특성상 의사소통이 원만하지 못하는 현상이 발생되므로(Kim & Jin, 2010) 상급자와 하급자 사이의 수직적 의사소통 뿐 만아니라 동료들 사이의 수평적 의사소통에 대한 추가적인 세부 연구와 신중한 해석이 요구된다.

본 연구의 대인관계 수준은 98.8점으로, Seo (2008)의 병사 대인관계향상 프로그램 효과 검정을 위한 연구에서 실험 전 측정 점수인 90.7보다 높고, 8회기의 프로그램 운영 후 측정된 101.4보다는 다소 낮은 수준이었다. Seo (2008)의 연구는 유사 실험설계의 적은 인원(각 집단 7명)으로 비교에 제한은 있을 수 있지만, 본 연구에서 의사소통능력과 대인관계수준이 더 높게 나타난 것은 복무기간이 다소 안정적이라는 점과 가족과의 친밀감 정도(4.4)나 친구, 동료들과의 친밀감(4.3)이 비교적 높은 집단이기 때문인 것으로 생각된다.

본 연구의 특성불안과 상태불안의 평균은 각각 36.6점, 34.7점으로 나타났다. Kim (2007)의 공군 신병의 불안수준(45.4점, 43.2점)을 비롯하여, 군인대상의 선행연구(Kim, 2003; Koo, 2006)보다 낮은 수준이다. 불안 또한 일반적으로는 군 복무기간이 짧을수록 불안수준이 높게 나타나므로(Hyun et al., 2009; Kim, 2003), 본 연구대상이 신병보다 불안정도가 낮은 것은 당연한 결과일 수 있다. 하지만 불안은 누적되기도 하고 성취를 방해하고 심신장애를 일으키는 요인이므로 비록 평균 불안수준은 다른 연구보다 낮게 나왔지만 일부 불안성향이 높은 범위의 군인에 대한 관리방안은 여전히 필요할 것으로 보인다.

변인들 간의 상관관계를 살펴보면, 먼저 의사소통능력 및 대인관계 수준은 가족의 경제상태, 가족친밀감, 친구나 동료와의 친밀감에서 정적 상관관계를, 컴퓨터나 인터넷을 사용하지 못하는 불편감, 특성불안, 상태불안과 부적 상관관계를 보였다. 이는 의사소통이 사람 사이의 경계선, 친밀감 등을 표현하는 통로(Park, 2007)로서 관계의 상태에 영향을 주는 반면, 관계 역시 의사소통에 영향을 줄 수 있기 때문인 것으로 보인다.

의사소통능력과 대인관계 수준이 특성불안과 상태불안에 유의한 부적 상관을 보이는 결과는 Koo (2006)의 연구에서 의사소통만족도에 우울과 불안이 부적 상관관계를 보이는 것과 유사하다. 신 프로이드 학파는 대인관계의 주된 동기는 불안의 감소 내지는 불안으로부터 도피함으로써 안

전 상태에 이르고자 하는 것이라 하였다. 부적절한 의사소통 양식을 배운 아동들은 대인관계를 회피하며 친밀감을 갖지 못하고 의존적이며 타인의 영향을 쉽게 받고 불안감, 위기감, 고립감을 자주 느껴 성격형성에 나쁜 영향을 미친다는 Rosenberg (Nam, 2008에 인용됨)의 주장처럼 본 연구에서도 의사소통, 대인관계수준은 정신건강의 지표인 불안과 관계가 높았다.

컴퓨터나 인터넷 사용제한의 불편감은 우울($r=.32$), 특성불안($r=.31$), 상태불안($r=.28$)과 같은 정신건강 주요 변인에 모두 유의한 정적 상관을, 의사소통능력과 대인관계 수준에는 부적 상관을 나타냈다. 휴대폰 미소지가 군인의 정신건강에 별 영향을 주지 않았던 Koo (2006)의 연구와 다른 결과이지만, 이는 일상에서의 정보통신 의존도는 빠르게 변하고 있으므로 연구 시점이나 휴대폰과 인터넷이라는 통신수단의 차이 때문일 수도 있다. 이는 영상세대의 물리적 환경 개선에 최우선 고려요소가 무엇인지를 보여주는 결과라 할 수 있다.

불안은 이외에도 가족의 경제 상태나 가족의 친밀감, 친구나 동료와의 친밀감과 부적 상관관계를 나타냈다. 통계적으로 유의한 수준은 아니지만 저소득가정 군인의 불안수준이 제일 높았다는 결과(Kim, 2003)와 일치했다. 친밀감에 대한 결과는 생활관(내무반) 분위기를 포함한 만족도가 불안과 부적 상관관계가 있다는 Koo (2006)의 연구결과와 같은 맥락이라 할 수 있다.

본 연구에서 우울과 높은 정적 상관성을 보인 불안은 그것이 정상적인 정서 상태이든 부적응적인 심리상태이든, 서로 매우 밀접한 관계가 있음을 보여주었다. 우울과 유의한 부적 상관관계에 있는 요인들은 가족의 경제상태, 가족과의 친밀감, 친구나 동료와의 친밀감, 의사소통능력, 대인관계수준으로, 내무반 분위기를 포함한 내무반 만족도가 높을수록 정신건강이 좋다는 결과(Koo, 2006), 군인들의 대인관계문제와 군 적응과의 부적 상관성을 보여준 결과(Kim & Lee, 2008)와 부분적으로 일치하고 있다. 따라서 조직 구성원의 개방적인 의사소통을 높이는 전략은 상호 친밀감을 높이고 대인관계수준을 향상시킴으로써 구성원들의 정신건강을 증진시키며 군 적응에도 도움을 줄 수 있을 것으로 판단된다.

군인들의 각종 사고 주요 위험요인으로 보고된 우울에 대한 구체적이고 실질적인 증재방안을 제시하기 위해서는 우울증상을 가진 대상자들을 중심으로 우울에 미치는 요인을 파악하는 것이 의미가 있을 것이다. 그러므로 본 연구에

서는 CES-D의 임상적 기준인 16점 이상인 대상자들의 우울에 미치는 영향요인을 분석하였다. 이들의 우울에 영향을 미치는 변인은 특성불안($\beta=.40$), 친구나 동료와의 친밀감($\beta=-.19$), 상태불안($\beta=.23$) 순이었고, 우울에 대한 설명력은 44.2%이었다.

군 환경이나 생활의 특정상황을 위협적인 것으로 지각한 상태에서 개인이 반응하려는 선천적 성향과 군에 입대하여 접하는 환경에 대한 주관적이고 의식적으로 느끼는 일시적인 반응이 어우러지는 불안과 친구나 동료의 친밀감은 군인들이 가지는 우울의 주요 영향요인으로 본 연구에서도 나타났다. 특히 친구나 동료의 친밀감의 경우 사회적 지지가 우울과 상관관계가 있다는 연구(Choi & Lee, 2010)와 같은 결과라고 볼 수 있다. 따라서 향후 친구나 동료 군인들 간의 친밀감은 군복무 적응력을 향상시키기 위한 실질적인 요인으로 군인들의 우울감 해소를 위한 중재방안 개발 시 중요하게 고려되어야 할 것이다.

본 연구대상자들은 일부 선행연구들(Hyun et al., 2009; Koo, 2006; Seo, 2008)과 비교해서 의사소통능력, 대인관계수준, 불안, 우울 정도가 비슷하거나 양호한 상태인 것으로 나타났다. 본 연구대상자 절반이 고교졸업자(53.8%)인 것은 Hyun 등(2009)의 연구에서 중·고교 졸업자가 대학 재학 이상자보다 군 적응점수가 높았고, 성공적인 미 해군 복무유지 요인에서 고교 졸업이 우수요인으로 본(Larson, Booth-Kewley, & Ryan, 2002) 것과 일맥상통하는 것으로 생각된다. 그러나 교육수준이 높을수록 정신건강이 좋다는 상반된 연구(Smith et al., 2007)도 있으므로 신중한 해석이 요구된다. 한편 이병(20.0%)보다는 일등병(41.3%), 상병(22.8%)이 상대적으로 많았던 본 연구의 대상자들은 비교적 가장 힘든 시기를 극복하고 다소 적응이 이루어진 상태인 일병과 상병들이 많았던 것 또한 정신건강에 긍정적인 작용한 것으로 보여진다. 그 외 본 연구에서 파악되지는 않았지만 지휘관의 리더십 또는 복무 부적응에 대한 관심도, 선임병과 동료들의 태도, 지리적인 여건 등이 정신건강 제반에 긍정적인 영향을 주었을 수 있다.

하지만 여전히 군생활은 통제와 생소한 환경에서 오는 우울, 불안, 대인관계 갈등 등이 발생할 수 있다. 특히 우울은 군내 자살사고와 같은 위험한 행동으로 이어질 수 있으므로 본 연구에서 경도 이상의 우울감을 겪는 대상자들의 우울 영향요인으로 제시한 불안, 친구나 동료와의 친밀감 등은 시사하는 바가 있다고 본다. 따라서 군인의 우울감과 군생활 부적응을 해소하기 위해서는 해당 군인의 1:1 집중

관리는 물론 주위 동료들과의 친밀감을 높이기 위한 전략적 접근 또한 필요할 것이다. 특히 친밀감과 정적상관관계를 보인 대인관계 기술, 의사소통능력 향상을 위한 체계화된 프로그램 운영을 통하여 부적응 군인을 이해하고 도움으로써 부적응 정도를 줄여나가고, 더 나아가 군의 사기진작과 전투력 향상에도 기여할 수 있을 것이다. 또한 대인관계 기술이나 의사소통능력은 군 생활 동안 뿐 아니라 일반 대학생이나 성인들의 정신건강에도 매우 중요하므로 군에서 이들을 강화시키는 기회를 마련한다면 전역 후 학교나 직장으로 복귀하게 되는 군인들에게 군은 더 이상 시간을 낭비하게 되는 곳이 아니라 건강한 사회생활을 위해 필요한 인성교육의 장으로 신뢰받게 되어 군복무에 대한 이미 지 제고에도 커다란 도움이 될 수 있을 것이다.

결론

본 연구는 군인들의 중요한 정신건강지표인 불안과 우울을 비롯하여 군인들을 대상으로 많이 연구된 바 없는 사회문화적 요소로서의 의사소통능력 및 대인관계수준을 파악하고, 각 변수 간의 관계와 자살과 같은 극단적 상황에 중요한 위험요소인 우울에 미치는 요인을 파악하고자 하였다.

본 연구결과 우울성향을 가진 군인들의 우울에 영향을 미치는 변인들은 불안과 친구나 동료와의 친밀감이었다. 군인들은 간혹 흡연과 같은 방법으로 자신들의 정신건강을 다스리고자(Kim, 2003; Kim, 2007)할 수도 있지만, 불안감 감소 등을 위해 흡연을 하도록 방치하는 것은 바람직하지 못하다. 군은 군인의 불안과 우울을 완화시키는데 유용한 의사소통훈련, 여가활동 및 대인관계활동(Joe, 2003) 등을 통해 신체적 건강은 물론 정신건강까지 향상시킬 수 있는 제도적인 뒷받침도 필요할 것으로 생각된다. 아울러 친구와 군 동료들의 사회적 지지 자원은 여전히 중요한 요소이다. 군 환경에 적합한 사회적 지지체계를 구축하고 지속적인 중재가 이루어져야 하며, 이병과 같은 신병들에게는 더 많은 관심과 관리가 요구된다.

REFERENCES

- Choi, M. K., & Lee, Y. H. (2010). Depression, powerlessness, social support, and socioeconomic status in middle aged community residents. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 19, 196-204.
- Dedic, G. (2001). The soldier-senior officer relationship.

- Vojnosanitetski Pregled*, 58, 39-46.
- Dedic, G., & Kostic, P. (2001). Causes of frustration in soldiers during the period of adaptation to the military environment. *Vojnosanitetski Pregled*, 58, 621-630.
- Han, I. Y. (1999). Mental health of Korean soldiers and their need for social service. *Mental Health & Social Work*, 8, 199-219.
- Hyun, J. H., & Kim, H. G. (2007). The effect of anger management program for adjustments of soldiers. *Mental Health & Social Work*, 27, 5-27.
- Hyun, M. S., Chung, H. I., & Kang, H. S. (2009). Influencing factors on military adaptation among Korean soldiers. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 18, 305-312.
- Jeon, S. K. (1995). *A study on the effectiveness of social skills training program for rehabilitation of the schizophrenic patients*. Unpublished doctoral dissertation, Sungsil University, Seoul.
- Joe, S. Y. (2003). Relations of health promoting behaviors, mental health, and military life adjustments of soldiers. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 12, 164-171.
- Ju, J. S. (2006). *The effects of the communication training program for university students' communication and human relationship*. Unpublished master's thesis, Kyungpook National University, Daegu.
- Kim, C. H., & Jin, J. S. (2010). The study on communication in military organizations. *Korean Review of Organizational Studies*, 7(2), 207-226.
- Kim, I. Y. (2007). *The effect of communication program for air university students' self-efficacy and communication*. Unpublished master's thesis, Kyungpook National University, Daegu.
- Kim, J. H., & Lee, J. H. (2008). The relationship between gestalt contact boundary disturbance, interpersonal problems, and adjustment to military life. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 27, 749-766.
- Kim, S. A. (1993). *Ethnic identity, role integration, quality of life, and mental health in Korean-American women*. Unpublished doctoral dissertation, The University of Texas, Austin.
- Kim, S. S. (2003). *A study on the level of soldiers' anxiety and anxiety-related factors*. Unpublished master's thesis, Yonsei University, Seoul.
- Koo, S. S. (2006). A study on mental health of new generation soldiers. *Mental Health & Social Work*, 24, 64-93.
- Larson, G. E., Booth-Kewley, S., & Ryan, M. A. (2002). Predictors of navy attribution II: A demonstration of potential usefulness for screening. *Military Medicine*, 167, 770-776.
- Ministry of National Defense (2009). *The present state of military death accident*. Seoul: Author.
- Mo, E. H., & Kim, J. H. (2002). The mediating effects of couples' self-esteem on the relationship between couple communication and marital adjustment. *Journal of Counseling and Psychotherapy*, 14, 887-900.
- Moon, S. M. (1980). A study on the effect of human relations training of university students. *Journal of Gyeongsang National University*, 19, 195-204.
- Nam, Y. H. (2008). *A study on the correlation among communication with parents' self-differentiation and interpersonal relations disposition in adolescents*. Unpublished master's thesis, Kangwon National University, Chuncheon.
- National Human Rights Commission (2006). *Survey of human right conditions of maladapted in military service*. Seoul: Author.
- Navran, L. (1967). Communication and adjustment in marriage. *Family Process*, 6, 173-184.
- Park, I. K. (2007). The relationship between internet age of adolescents and Korean parents-adolescents communication style. *Journal of Christian Education & Information Technology*, 16, 207-230.
- Radloff, L. (1977). The CES-D scale: A self report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement*, 1, 385-401.
- Rodriguez, J. R., Quiones-Maldonado, R., & Alvarado-Pomales, A. (2009). Military suicide: Factors that need to be taken into consideration to understand the phenomena. *Boletin de la Asociacion Medica de Puerto Rico*, 101(3), 33-41.
- Schlein, S., Guernsey, B., & Stover, L. (1971). *The interpersonal relationship scale*. Unpublished doctoral dissertation, Pennsylvania State University, Pennsylvania.
- Seo, H. S. (2008). The effect of group program to improve interpersonal relations by the new generation soldier in military. *Journal of Welfare for The Correction*, 11, 97-116.
- Smith, T. C., Zamorski, M., Smith, B., Riddle, J. R., LeardMann, C. A., Wells, T. S., et al. (2007). The physical and mental health of a large military cohort: Baseline functional health status of the millennium cohort. *BMC Public Health*, 340(7), 1-13.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. (1970). *Manual for the state-trait anxiety inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.