군 병사들의 불안 및
그 관련 요인에 관한 연구

연세대학교 대학원

보 건 학 과

김 성 식

군 병사들의 불안과 그 관련 요인에 관한 연구

지도 오 희 철 교수

이 논문을 석사 학위논문으로 제출함

2003년 12월 일

연세대학교 대학원

보 건 학 과

김 성 식

김성식의 석사 학위논문을 인준함

심사위원 _____ 인

심사위원 _____ 인

심사위원 _____ 인

연세대학교 대학원

2003년 12월 일

감사의 글

주어진 상황에 상관없이 항상 나자신에게 가혹하고, 누가 주기를 기다리지말고, 무엇이든 스스로 찾아 노력하자는 나 자신과의 약속과 함께 출발한 지난 2년간의 대학원 생활을 마무리하는 지금, 뒤돌아보면 조금은 후회와 미련, 아쉬움들이 남지만, 이것이 끝이 아닌 또 다른 삶의 시작이라는 생각에 위안을 삼습니다.

부족한 연구를 따뜻한 보살핌과 세심한 지도로 이끌어 주신 오희철 교수님과 입학시부터 지금까지 자상하신 배려로 많은 도움을 주시고, 새로운 지식을 심어주신 남정모 교수님, 그리고 바쁘신 와중에서도 지도해주신 이상욱 선생님께도 진심으로 감사드립니다.

병과에 조금이나마 이바지할 수 있도록 석사학위 공부를 할 수 있는 기회를 주신 이대식 처장님, 이철 과장님께 감사를 드립니다. 그리고 논문 자료 수집과정에서 바쁜 와중에도 많은 도움을 준 최진석 소령(진), 김용선, 이용규, 노정헌, 김삼호 대위님께 감사를 드립니다.

대학원 생활을 잘 적응할 수 있도록 도움을 주신 신선미 선생님, 이민 선생님, 하현욱 소령님, 김태욱 대위님, 허남욱 선생님, 우은경 선생님, 그리고 나의 친구 김성민에게 감사드립니다. 특히 공적, 사적 어려운 문제에서 도움을 요청할 때 언제나 웃으며 도와주었던 신선미 선생님, 허남욱 선생님과 단 하나뿐인 동기 이민 선생님께 감사드립니다. 또한 교실에서 함께 생활했던, 강대룡 선생님, 설재웅 선생님, 홍재석 선생님, 조어린 선생님, 주성은 선생님, 김성아 선생님, 문연옥 선생님, 서정민 대위님께 감사드립니다.

항상 저를 걱정하고 격려해주셨던 부모님, 장인/장모님, 형님/형수님께 감사의 마음을 전하고, 특히 지금 몸이 불편하신 형수님께서 하루속히 완쾌하시길 하느님께 기도드립니다.

끝으로 제 삶의 영원한 후원자이자 인생의 동반자인 아내 김선경과 딸 수진, 아들 형석에게 부족하지만 이 논문을 바칩니다.

차 례

표차례 ····· iii
그림차례 ····· iv
국문요약 ····· v

Ⅰ. 서론 ····· 1
1. 연구배경 ····· 1
2. 연구목적 ····· 2
3. 용어의 정의 ····· 3

Ⅱ. 이론적 배경 ····· 4
1. 불안 ····· 4
가. 불안의 개념 ····· 4
나. 불안 관련 연구 ····· 6
2. 자아 존중감 ····· 8
가. 자아 존중감의 개념 ····· 8
나. 자아 존중감과 불안 ····· 9
3. 군 생활 만족도 ····· 11
4. 신세대 군 병사의 특징 ····· 12

Ⅲ. 연구 방법 ····· 14
1. 연구의 틀 ····· 14
2. 연구대상 및 자료수집 방법 ····· 15
가. 사전 조사 ····· 15
나. 본 조사 ····· 16

3. 연구 도구 ····· 17
가. 불안 ····· 17
나. 자아 존중감 ····· 17
다. 군 생활 만족도 ····· 18
4. 분석 방법 ····· 19
가. 연구에 사용된 변수 ····· 19
나. 통계 분석 방법 ····· 21

Ⅳ. 연구 결과 ····· 22

Ⅴ. 고찰 ····· 45

Ⅵ. 결론 및 제언 ····· 52

참 고 문 헌 ····· 54

부 록 ····· 57

영 문 초 록 ····· 65

표 차례

표 1. 연구에 사용된 변수 ····· 20
표 2. 대상자의 일반적 특성 ····· 23
표 3. 대상자의 불안, 자아 존중감, 만족도의 평균, 표준편차, 범위 ····· 25
표 4. 계급, 군복무기간, 연령, 교육수준과 불안지표의 평균값 ····· 27
표 5. 종교와 불안지표의 평균값 ····· 29
표 6. 신앙심 수준별 종교행사 횟수와 불안지표의 평균값 ····· 30
표 7. 입대전 직업과 불안지표의 평균값 ····· 31
표 8. 형제자매 순서, 부모결혼, 조부모 부양과 불안지표의 평균값 ····· 32
표 9. 경제 수준, 정신과적 질환(가족), 성장지역과 불안지표의 평균값 ····· 34
표 10. 음주 및 과음(만취)횟수와 불안지표의 평균값 ····· 35
표 11. 전역후 진로의 불확실성, 공인 무도 단수와 불안지표의 평균값 ····· 36
표 12. 초등학교 입교전 육아상태와 불안지표의 평균값 ····· 37
표 13. 여자친구(애인)상태 및 결혼 여부와 불안지표의 평균값 ····· 38
표 14. 흡연 및 커피 섭취량과 불안지표의 평균값 ····· 39
표 15. 특성불안과 상태불안의 상관관계 ····· 40
표 16. 불안, 자아 존중감, 흡연의 상관관계 ····· 41
표 17. 다중회귀분석을 통한 불안 지표와 개입 불가능 변수간
관련성 ····· 42
표 18. 다중회귀분석을 통한 불안 지표와 개입 가능 변수간
관련성 ····· 43
표 19. 불안 지표와 주요 변수간 관련성 ····· 44

그림차례

표 1. 연구의 틀 ····· 14

국 문 요 약

군 병사들의 불안과 그 관련 요인에 관한 연구

이 연구의 목적은 Spielberger의 자가평가 불안척도(STAI)를 이용하여 병사들이 군 생활에서 느끼는 불안의 정도를 측정하여 정신 건강 수준을 평가하고 그 관련 요인을 분석하여 장차 병사관리 및 사고예방에 효율적인 방향을 제시하고자 하였다. 수도권에 위치한 6개 대대급 부대 병사 350명을 대상으로 조사표를 활용하여 Self-Administration방식으로 조사하였다. 자료 분석은 SAS(statistical analysis system)를 이용 하였고 분석방법은 t-test, ANOVA, 상관분석, 회귀분석을 사용하였다. 연구의 주요 결과는 다음과 같다.

1. 연구에서 STAI로 측정한 대상자의 불안 점수는 상태불안(STAI-S)이 20-78(가능점수 : 20-80), 특성불안(STAI-T)이 20-77(가능점수 : 20-80)이었고 평균점수는 40.90(STAI-S), 40.14(STAI-T)이었다. 또 자아 존중감의 범위는 13-40(가능점수 : 10-40)이었고 평균점수는 16.75였으며, 군 생활 만족도의 범위는 4-28(가능점수 : 4-28), 평균점수는 16.75이였다.

2. 병사들의 불안 수준과 관련이 있는 변수로 계급, 군복무 기간, 신앙심, 종교행사 참여, 가족중 정신과적 질환 유무, 음주, 과음, 전역후 진로, 무도, 교육수준 변수가 통계적으로 유의하였다. 그러나 연령, 종교별, 입대전 직업, 출생순서, 부모 결혼 상태, 조부모 부양, 성장지역, 월수입, 육아 상태, 이성친구, 결혼, 흡연, 커피 음용 변수는 통계적으로 유의한 관련성이 없었다.

3. 특성불안(STAI-T)이 높을수록 상태불안(STAI-S)이 높았고 통계학적으로도 유의성이 있었다.

4. 상관 분석결과 특성불안과 통계적으로 유의한 변수는 군 생활 만족도, 자아 존중감, 과음, 군복무 기간, 무도(武道), 종교행사 참여횟수이었고 상관 계수는 각각 -0.5104, -0.6921, 0.1301, -0.1312, -0.1673, -0.2960이었다. 즉 선형적으로 유의한 관련성이 있었고, 특히 군 생활 만족도, 자아 존중감 변수와 통계적으로 매우 유의(p=0.0001)하였다.

반면에 흡연, 음주, 신앙심, 커피 변수는 특성 불안 변수와 통계적으로 유의한 상관관계가 없었다.

5. 불안을 제외한 독립 변수간 상관분석에서 음주횟수와 흡연, 과음횟수와 흡연, 과음횟수와 음주횟수, 신앙심과 종교행사 참여 변수는 통계학적으로 매우 유의(p=0.0001)하였다.

6. 다중회귀분석 결과 자아존중감이 낮을수록, 군 생활 만족도가 낮을수록, 군복무 기간이 짧을수록, 과음 횟수가 많을수록 불안수준이 높아지는 경향을 보였고 통계적으로도 유의하였다.

따라서 본 연구 결과로만 설명한다면 군 생활 만족도가 불안수준과 관련이 있다는 사실이 밝혀졌기 때문에 밝혀진 불안 요인을 제거 또는 적절히 관리한다면 군 사고 예방 및 효율적인 병사 관리에 기여할 수 있을 것으로 기대되고, 더 나아가 향후 군(軍)내 불안 및 사고예방 관련 연구 또는 계획수립시 참고 자료로 활용될 수도 있을 것으로 생각된다.

핵심되는말 : 특성불안, 상태불안, 자아 존중감, 군 생활 만족도

I. 서 론

1. 연구배경

급속한 산업화와 경제발전으로 인한 물질적 풍요 속에서 향상된 생활여건과 적은 자녀출산 및 핵가족화로 기인한 개인주의가 만연된 80년대 이후의 출생자들이 병사들의 대부분을 차지하고 있는 군의 현시점에서, 편의시설이 비교적 잘 갖추어진 가정에서의 생활과 다소 불편한 생활 여건과 획일적 통제 및 고도의 단체생활이 요구되는 군 생활과의 이질감으로 인하여 군 생활 부적응자는 증가하고 있다. 또한 이에 따른 안전사고, 군기사고 등으로 인해 지휘관은 지휘부담을 느끼고, 병사들 상호간에도 불신요인이 되고 있다.

불안이란 특수한 환경에 적응하기 위한 생체의 가장 기본적인 반응양상이다. 따라서 불안은 정상인에게도 얼마든지 있고 또 살아가는데 필요한 하나의 방어기재이기도 하다. 위험이나 고통이 예상되는 상황에서, 혹은 특별한 노력이 예상되는 상황에서 미리 긴장이 되고 불쾌해지는데 이런 현상은 닥쳐올 일에 대한 효과적인 대책을 세우는데 도움이 된다. 따라서 자아가 건강하면 무의식적 생각이나 충동을 충분히 억압하여 불안은 사라지지만 그렇지 못한 경우 불균형이 일어나고 만성불안이 나타난다. 이렇게 되면 사소한 스트레스도 극복하지 못하고 쉽게 좌절하고 만다(이정균, 1981). 따라서 사고의 중요한 요인으로서 불안의 개념을 생각할 때 장차 사고예방과 군 전투력 유지에 도움이 될 수 있도록 병사들이 느끼는 불안의 정도를 확인하고 또 그 관련 요인이 무엇인지 관심을 가지고 연구할 필요성이 제기되었다.

2. 연구목적

이 연구의 목적은 Spielberg의 자가 평가 불안척도를 이용하여 병사들이 군 생활에서 느끼는 불안의 정도를 측정하여 정신건강 수준을 평가하고 관련 요인을 분석하여 장차 병사관리에 효과적인 방향을 제시하고자하는 것이며 구체적인 목적은 다음과 같은 가설을 검정하는 것이다.

첫째, 불안 수준은 계급이 높을수록, 군 복무기간이 길수록, 종교행사에 자주 참여 할수록, 생활수준이 높을수록, 가족중 정신질환 경험자가 없을 경우에, 음주/과음을 적게 할수록, 전역후 진로가 정해진 경우에, 무도(武道) 단(段)이 없는 경우에, 흡연량이 적을수록, 커피섭취량이 적을수록 더 낮을 것이다.

둘째, 특성 불안(STAI-T)과 상태불안(STAI-S)은 양(positive)의 상관관계가 있을 것이다.

셋째, 불안, 군 생활 만족도, 자아 존중감, 음주, 흡연, 복무기간 등의 변수는 상호 상관관계가 있을 것이다.

넷째, 주요 관심 변수인 군 생활 만족도와 자아 존중감, 음주, 과음, 흡연, 군 복무 기간, 무도, 종교행사 참여 변수는 불안 수준에 영향을 미치거나 관련이 있을 것이다.

3. 용어의 정의

가. 불안(Anxiety)

Spielberg(1965)는 불안을 특성 불안(trait)과 상태 불안(state)으로 정의하였다. 특성불안은 시간과 상태에 따라 비교적 안정되어 있어서 특성 불안이 높은 사람은 낮은 사람에 비해서 상황에 상관없이 더 불안해질 가능성이 큰 경향이 있다. 특성 불안이 높은 사람은 객관적으로 더 적은 스트레스에 대해서도 쉽게 스트레스 반응을 일으킨다. 상태불안은 자율 신경계의 활성화 혹은 흥분 유발에 의한 긴장, 우려, 초조 및 걱정의 주관적 상태이다. 즉 상태불안이란 특정한 순간에 일정한 수준의 강도로 경험되는 한 정서 상태이다.

나. 자아 존중감(Self-Esteem)

자아 존중감은 하나의 특별한 객체 즉 자아에 대한 긍정적인 태도와 자기존경의 정도, 그리고 자신을 가치 있는 사람으로 생각하는 정도를 의미한다. 자아 존중감의 수준이 낮은 사람은 높은 사람보다 불안이 강하며 대인 관계가 좋지 않아 독립적이며, 의존적 대인관계가 고립되어 있어 자신감과 지도력이 결여되어 있다 (Rosenberg, 1965).

다. 군 생활 만족도

군 생활 만족도란 개인이 자아와 밀접히 관련된 군 생활조건이나 군 생활 사건에 대해 어느 정도 만족하게 느끼는가 하는 정도를 의미하며 이는 주관적 개념이다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 불안

가. 불안의 개념

추상적 개념인 불안의 특성에 의해 많은 이론가들은 여러 측면에서 이것을 설명하고, 다른 정서적 반응(공포, 분노, 우울, 좌절)으로부터 이것을 구별하려고 노력해 왔다(E. G. Sobol, 1978).

불안의 개념은 Freud(1936)에 의해 최초로 소개되었으며 그는 불안을 본능의 충동, 외부적 위험, 초자아의 금지로부터 자극을 취급하는 자아 부적응의 증상이라고 하였다(G. C. Davison, 1978).

또한 아펠바움(Appelbaum)은 불안은 누구에게나 나타나는 것으로 어떤 의미에서는 정상적이라 할 수 있다. 어떤 순간, 어떤 사람에게는 적응적인 현상일 수도 있고 그렇지 않을 수도 있다. 때로는 지나치게 강렬할 수도 있고 아주 약할 수도 있다. 그리고 본래의 무서운 대상에 대해서라기보다는 대치된 다른 대상에 대하여 불안해질 수도 있다. 또한 존재론적 불확실성의 한 측면일 수도 있고 신경증적 증상의 일부일 수도 있다고 하였다(이용승, 2000).

비슷하게 오동재(2002)는 불안은 정상인에게도 얼마든지 나타날 수 있는 현상으로, 환경에 적응하기 위해 필요한 현상이라고 할 수 있다. 즉, 인간은 위험이나 고통이 예상되는 상황에서 미리 긴장과 불안을 느끼게 되는데, 이런 현상은 닥쳐오는 일에 미리 대비하고 대책을 세우는데 도움이 된다고 하였다. 그러나 정상적으로는 불안을 느끼지 않을 상황에서 불안을 느끼거나 사소한 자극에도 쉽게 불안해질 경우, 또는 불안의 정도가 지나쳐서 불안에 압도되어버리는 경우에는 불안장애를 의심해 보게 되며 흔히 볼 수 있는 불안장애로는 사회공포증, 공황장애, 강박장애, 범불안 장애, 외상후 스트레스 장애 등이 있다고 하였다.

또 민성길(1993)은 불안이란 광범위하고 매우 불쾌한, 그리고 막연히 불안한 느낌으로 관련된 신체증상(가슴 두근댐, 진땀 등)과 행동 증상(과민성, 서성댐) 등을 동반하고 다양한 환경적 요인 및 스트레스에 의해 강화되거나 재발 급성 혹은 만

성 불안으로 나타나며 더 나아가서 이들 불안은 여러 가지 정신질환의 중심요소가 된다고 하였고, Cohen. J(1969)는 불안은 누구나 느낄 수 있는 감정, 정서 혹은 기분으로 표현되는 정신적인 현상으로 일찍이 고대 이집트의 상형문자에서도 그 흔적을 찾아볼 수 있다고 하였으며, Kolb. L(1982)은 불안 현상은 특수한 환경에 적응하기 위한 생체의 가장 기본적인 반응 양상이고 정상인에게 있을 수 있으며 살아가는 데 필요한 하나의 방어기재이기도 하다고 하였다. 그리고 통상적으로 이런 불안 현상은 불안이 요구되는 상황에 한하여 일어나는데 불안 가운데는 현실적으로 평가할 수 있는 실제 위험이 있고, 또 그 위협의 정도를 벗어나지 않는 불안을 정상 불안이라 하였으며 실제 위험이 없거나 있어도 그 정도를 벗어난 심한 불안을 신경증적 불안이라고 하였다. 일반집단에서 신경증적 불안 장애로 진단될 수 있는 유병률은 약 2~4%로 추정된다(American Psychiatric Association, 1982).

이러한 불안은 일반적으로 가장 정의하기 어려운 심리학적 구성개념 가운데 하나로 여겨진다. Spielberg는 불안을 특성불안과 상태불안 두 형태로 나누었는데 상태불안은 시간의 경과에 따라 그 강도가 변화하는 인간의 정서상태 또는 조건으로 규정된다. 이 상태 불안은 주관적이고 긴장이나 염려가 의식적으로 지각된 감정이며 자율신경계통의 활동을 일으킨다. 객관적 위험과는 상관없이 어떤 환경을 객체가 위협적인 것으로 지각하면 상태 불안 수준은 높아진다. 반면에 스트레스 상황이거나 위험이 내재된 환경이라도 객체가 그 상황을 위협적인 것으로 지각하지 않을 때는 상태불안의 강도는 비교적 낮아진다. 특성 불안은 불안경향에 있어 비교적으로 변화하지 않는 개인차를 지닌 동기나, 획득된 행동성향으로 설명된다. 즉 광범위한 상황을 위험한 것이나 위협적인 것으로 지각하는 성향이 개인에 따라 다르며 그러한 위협에 대해 상태 불안반응을 일으키는 경향 역시 다름을 의미한다. 특성 불안은 과거에 나타났던 상태 불안 정도나 강도와 미래에 그러한 상태를 겪게 될 확률에 있어서 개인차를 반영하는 것으로 간주될 수도 있다고 하였다(한덕웅, 1996).

또한, 특성불안이 높은 사람은 낮은 사람보다 어떤 상황에서 더 많은 위험성이나 위협을 지각하게 되고, 그들은 또한 위협적인 상황에서는 더 강한 상태 불안을 일으켜 반응한다고 하였다(김정택, 1978).

나. 불안 관련 연구

Sayar K, Ebrinc S, AKl(2001)은 반사회적(불안)성향을 갖는 군인들을 대상으로 한 연구에서 낮은 교육수준, 사회 경제적 상태(지위), 자해, 자살, 마약 등을 불안 관련 요인으로 제시하였고, Mehlum L(1999)은 UN 평화 유지군에 참여한 노르웨이 병사를 대상으로 한 알코올과 불안(스트레스)에 관한 연구에서 불안수준이 알코올 소비의 증가와 관련 있음을 보고하였다.

또한 lancu l, Dolberg OT, Zohar j(1996)은 미국 군인들을 대상으로 한 연구에서 커피가 다양한 불안 반응의 발생을 증가시킬 수 있다고 보고하였다.

우리 나라에서, 김준승(1984)은 군 병사들이 군 생활에서 느끼는 스트레스에 의한 불안의 정도를 평가 하였고 불안관련 요인으로서 계급 및 나이를 불안 관련 요인으로서 제시하였다. 그러나 관련 요인이 한정되어 전반적인 불안 요인을 찾기에는 한계가 있었다. 또 박호선(1993)은 군 적응장애의 유발요인을 밝히기 위하여 군 병원 정신과에 적응장애로 입원한 환자를 대상으로 한 연구에서 입대전 입원을 경험한 경우, 이성교제가 없는 경우, 사회에 부적응한 경우, 군에 대한 부정적 태도를 취한 경우가 군 적응장애를 유발시키는 요인이라고 하였다.

또한 윤문수(1994)는 일부 사병들의 사고 입원 위험요인에 관한 환자-대조군 연구에서 종교 실천의지와 흡연, 군대 생활에 대한 적응도 및 만족도가 사고 입원 발생과 유의한 관계에 있다고 제시하였다.

이후 군 병원에 입원한 병사들을 대상(안대현, 1984 / 권남련, 2002)으로 한 불안연구나 군 태권도 선수(조성준, 1996)를 대상으로 한 불안 연구가 있었으나 건강한 일반 병사 집단에 대한 불안 연구는 더 이상 없었다.

한편 일반인을 대상을 한 불안 연구에서 김옥수(2001)는 미혼 흡연 여성들의 불안, 우울 및 자아 존중감이 흡연양 및 니코틴 의존도에 미치는 영향에서 불안의 정도가 낮을수록 니코틴 의존도가 높고 자아 존중감이 높을수록 흡연양이 많았다고 보고하였고, 박형배(1986)는 불안척도에 의한 대학 신입생의 정신건강 평가에서 가정환경, 자신의 소속 학과나 대학에 불만이 있는 경우, 과거, 현재 및 미래의

자아상이 비관적인 경우, 부모와의 친숙도에 대해서 불만이 있는 경우에 불안 수준이 높았다고 하였다. 또 한덕웅(1996)은 Spiel berger의 상태-특성 불안 검사 Y형의 개발에서 한국 남자가 미국 남자에 비해 불안 수준이 높았고 ,한국에서 전체 규준의 제작에 사용된 1000명의 표본가운데 20대 남자의 상태 불안은 43.17, 특성 불안은 43.29이었다. 기타 스포츠 경쟁상태 불안(심정택, 2002), 유아의 정서불안(주경민, 2000), 천식이 있는 학령기 아동의 불안(김경희, 2001), 또래의 괴롭힘(문예신, 2001), 비행청소년(홍경자, 1983)등 다양한 주제 및 대상에서 불안관련 연구가 진행되었다.

2. 자아 존중감

가. 자아 존중감의 개념

자아 존중감(self-esteem)이란 개인이 자기 자신에 대해 형성하고 유지하는 평가로서, 긍정적이거나 부정적인 태도로 표현되며, 자신이 중요하고 유능하며 성공적이고 가치 있다고 보는 정도를 나타낸다. 즉 자아 존중감은 개인이 자신에 대해 갖는 태도 속에 나타나는 자신에 대한 가치의 판단이다(Coopersmith, 1981). 자아 존중감을 정의하는데 있어서 고려해야 할 특징은 우선 첫째로, 자아 존중감은 지속적으로 유지되는 전반적인 자아 존중감의 평가에 중점을 둔다는 것과 두 번째로, 자아 존중감은 다양한 경험영역, 성, 연령, 상황 등에 따라 달라 질 수 있다는 것 그리고 셋째로 자아평가는 개인의 기준과 가치에 따라 자신의 수행능력, 태도를 검토하고 자신에 대한 가치감을 결정하게 되는 판단 과정이다(Coopersmith, 1981).

또 자아 존중감의 특징으로 Rosenberg(1965)는 자아 존중감의 수준이 낮은 사람은 높은 사람보다 불안이 강하며, 대인 관계가 좋지 않고 자신감, 지도력이 결여되어있다고 했다. 또 이상은 높으나 실패를 두려워하는 등의 특징을 가지고 있다고 했다. 자아 존중감이 높은 사람은 자기 자신에 대해서 긍정적이고 자기가 가치 있고 보람있는 삶을 영위한다고 생각하며 자신감을 가지고 행동하게 되는 반면에 자신감이 낮은 사람은 자기평가에 대하여 회의적이며 자기를 무가치한 인물로 보며 자주 불안을 느끼고 자기 자신에 대해서는 확신을 느끼지 못하며 행동도 불안정하고 소극적이다고 하였다.

또한 Maslow(1954)는 내적 자아 존중감과 외적 자아 존중감으로 나누어 외적 자아 존중감은 타인이 자신을 소중하게 대해주는데서 형성되며 내적 자아 존중감은 스스로가 자신을 높이 평가하는 것으로 자신이 가치 있는 존재이고 적절한 존재라고 생각하는 것이라고 하였고 Gordenn(1969)은 자신의 잠재적 행동과 중요한 타인의 평가를 반영하는 개개인의 평가지향이라하였으며, Elkind와 Weiner(19780

는 개인이 스스로에 대해 인정하는 가치이며 자신이 하는 일에 성공을 기대하는 정도라고 하였다.

Erikson을 비롯하여 Allport, Rogers, Foam, Maslow, Jung, Perls 등은 한 인간이 심리적으로 건강하고 성숙한 인격으로 성장하기 위한 필요조건으로 높은 수준의 자아존중감이 전제되어야 한다고 하였다(이태인, 1995).

학자마다 약간의 견해차는 있으나 자아 존중감은 개인이 자신이 중요하고 가치 있다고 보는 정도로 볼 수 있고 높은 사람보다 낮은 사람에게서 부정적인 반응이 나온다고 볼 수 있다.

나. 자아 존중감과 불안

불안을 설명하는 인지적 입장에 따르면, 불안장애를 가진 사람들은 내적, 외적 자극을 잘못 지각(misperception)하거나 오해하는 경향이 있다(Clark, 1988). 사건이 실제로 위협적이지 않음에도 불구하고 위협적인 것으로 해석하여 결과적으로 불안을 야기하게 된다는 것이다. 또한 불안장애를 가진 사람들은 유쾌한 자극이나 중성적인 자극보다는 위협적인 자극에 더 주의를 기울이는 경향이 있다(Moog, Mathews, & Weinman, 1989). 즉, 위협적인 자극에 대한 선택적 주의 집중을 한다는 것이다. 한편 자아 존중감에 관한 연구들은 앞에서 살펴보았듯이 부정적 결과에 대하여 내적인 요인에 귀인하는 사람들이 낮은 자아 존중감을 갖는다는 것을 보고하였다. 자아 존중감이 낮은 사람들은 실패에 대한 피드백을 받을 때 자아 존중감이 높은 사람들보다 후속되는 동기화나 수행에 상당한 부정적 영향을 받는다(Brockner, 1979; Brocker, Derr, & Laing, 1987). 이러한 이유를 Kernis, Brokner와 Frankel(1989)은 자아존중감이 낮은 사람들은 특정 영역에서 부정적인 피이드백을 받을 때 그것을 자신의 다른 영역에까지 과잉 일반화하기 때문이라고 설명한다. 이상과 같은 불안에 대한 인지적 입장의 설명과 낮은 자아 존중감에 대한 귀인이론의 설명은 각기 상황과 자기 자신에 대하여 부정적인 면에 주의를 기울이고 부정적으로 지각한다는 점에서 공통점을 찾아볼 수 있다. 따라서 불안한 사

람과 자아 존중감이 낮은 사람은 지각의 대상이 다를 뿐 부정적인 지각을 갖는 것은 동일한 현상이라고 볼 수 있다.

자아 존중감과 불안이 서로 관련이 있다는 사실을 Greenberg등(1992)은 그들의 공포 관리 이론(terror management theory)에서 자세히 언급하고 있다. 그들은 이 이론에서, 자아 존중감은 의미 있는 세계가운데서 자신이 우선적으로 가치 있는 대상이라고 느끼는 감정이며, 사람들은 이 자아 존중감을 유지하려고 하는데, 자아 존중감은 바로 인간의 취약성과 죽음의 필연성을 지각하는 불안으로부터 개인을 보호하는 심리적인 기재이기 때문이라는 것이다. 사람들은 자아 존중감이 위협받을 때, 자아 존중감을 방어하거나 회복하기 위한 책략을 사용하는 것을 Greenberg 등(1986)은 경험적 연구를 통하여 확인하였다. 그들의 가정은 자아 존중감은 개인을 불안으로부터 보호하며, 자아 존중감이 낮은 사람은 걱정하는 경향이 있고, 자아 존중감을 위협하는 것은 불안을 야기하며, 자아 존중감의 방어는 불안을 감소시킨다는 것이다. 이러한 가정을 그들은 실험적 연구와 상관연구를 통하여 입증하였다.

3. 군 생활(삶) 만족도

삶의 만족도(life satisfaction)는 개인이 자아와 밀접히 관련된 생활조건이나 사건에 대해 어느 정도 만족하게 느끼는가 하는 정도로 정의한다(황정규, 1997).

윤문수(1994)는 심리적 특성중 군생활에대한 만족도 즉 적응도가 병사들의 사고 입원 발생과 통계적으로 유의한 관계가 있다고 보고하였다. 즉 군 생활 만족도가 적은 병사에게서 사고를 일으킬 우려가 많다는 것이다. 따라서 만약 군 생활 만족도와 불안 수준이 관련이 있다는 것을 밝혀낸다면 불안 요인을 제거 또는 적절히 관리함으로써 군 사고예방에 기여할 수 있다.

한편 Medley(1976)는 삶의 만족도를 개인의 정신건강을 결정짓는 중요한 요소로 파악하고, 개인은 다른 사람과의 상호 작용을 통해 기대가 형성되며 이러한 기대는 다른 사람과의 비교를 통해 자신을 평가하는 근거가 되며 따라서 삶의 만족도란 개인의 기대수준이 합리적으로 충족되었는가에 대한 평가라고 보았다.

삶의 만족도는 개인이 만족한다고 판단하는 데 있어 합리적 판단(rationality)을 한다는 전제에서 출발한다. 또한 개인의 포부수준(aspiration level)이 생활 만족도 결정의 중요한 기준이 된다. 각 개인이 기대한 포부수준을 만족시키고 있다고 판단할 때 불만족을 경험하게 된다. 따라서 삶의 만족도는 많은 사람들이 보면 타당하다고 보는 객관적 지표나 수준을 지칭하는 외형적 만족을 의미하기 보다는 그러한 지표와 관계없이 개인이 지각한 심리적 만족상태를 말한다(황정규, 1997).

삶의 만족도와 관련된 심리적 변인으로는 주로 자아 존중감, 실패경험에대한 부정적 귀인, 내적 통제성, 사회적지지, 사회적 기술, 사회적 관계에 대한 만족도 등이 연구되어 왔다(박경민, 1994). 김명자(1997)는 생활 만족도를 생활 전반에 대한 행복과 만족의 주관적인 감정이며 일종의 태도라고 보고, 이는 실제 생활과 기대간의 일치에서 오는 개인의 관점에 따른 주관적·개인적 현상으로 개인의 심리적 요인과 주변의 환경적 요인에 의해 영향을 받는다고 보고하였다.

4. 신세대 군 병사들의 특성

신세대(new generation)라는 말은 1920년대에 미국에서 생겨났는데, 그 당시 제 1차 세계대전에서 복귀한 젊은이들이 과거의 행동 규범을 거부함으로써 기성세대들의 눈에 특이하게 보여 붙여진 이름이다(국방대학원, 1995). 흔히 “X세대”라고도 부르는데, 이는 1990년 캐나다의 커플랜드라는 소설가가 지은<X generation>에서 유래되었다. 그러나 이 용어가 전 세계적으로 통용된 것은 미국 대기업의 마케팅 종사자들이 소비시장의 전면에 새로 등장한 신세대를 지칭하는 용어로 사용함으로써 시작되었다.

신세대를 미국에서는 “X"세대, 프랑스에서는 데드부졸(불평불만주의자), 일본에서는 ”신인류“로 불리고 있다. 신세대라는 말은 학문적으로 정의된 용어가 아니라 단순히 기성세대와 특히, 사고방식에 결부하여 구별하는 낱말에 불과하다. 또한 정확한 정의를 내릴 수 없다는 뜻의 미지수 개념이 포함된 예측 불가능한 18세에서 25세의 성장 세대를 의미하기도 한다(한국 청소년 단체 협의회, 1994).

또한 최근에는 X세대의 연장선에서 나온 미국 베이비붐세대의 2세들을 지칭하는 Y세대 와 의미는 비슷하지만 문화적 구분 개념이 들어간 인터넷으로 대표되는 네트워크 세대의 약어인 N세대 등이 신세대를 지칭하는 용어로 혼용되어 사용되고 있다(문화일보, 1999).

임광진(1994)은 신세대들에게 보이는 특성을 다음과 같이 말했다.

첫째, 획일주의, 권위주의, 전체주의를 배격하고 자기만족 추구와 개성 추구, 탈권위주의로 스스로 소신껏 행동하며 생활한다.

둘째, 사고의 단순화로 O, X 적 논리로서 좋고 싫음을 명확하게 표현하지만 문제 해결의 고민보다는 정답만을 추구하며 무조건적이고 맹목적인 도전과 비판 정신이 강하다.

셋째, 자기중심의 개인주의 성향이 이기주의적 성격을 형성, 비합리적인 희생을 요구하는 공동체적 삶보다 합리적이고 편안한 개인 생활을 추구한다.

넷째, 생활의 틀을 거부하고 극한 체험을 통해 새로운 자아를 발견하면서 해방감을 얻는다.

다섯째, 쉽게 일탈행위를 하곤 하는데 이러한 행위는 지성, 감성, 행동이 서로 조화를 이루지 못하고 생활 속의 각종 압력을 제대로 참고 견디지 못해 피해의식에 빠지면서 비정상적으로 보상을 추구하려는 경향을 나타낸다.

여섯째, 새로운 소비성향을 보이며 멋을 부리는 행위의 표현으로 인식하고 보이기 위한 소비, 자아 표현 수단으로서의 소비 등 소비지상주의의 성향을 보이고 있다.

마지막으로 이중성을 이야기 할 수 있다. 자신들은 예법이나 규칙, 질서는 잘 모르고 설령 안다해도 지키지 않으면서 후배나 다른 사람들에게 엄격하게 요구하는 이중성을 가지고 있다.

반면에, 그들의 장점을 살리면 신세대는 군에 얼마든지 좋은 영향을 미칠 수 있다. 자기 성취욕구 및 개인적 자부심이 강하기 때문에 군 생활에 보람을 느끼게만 해주면 큰 성과를 볼 수 있다. 개방적인 솔직한 태도와 의사표현은 밝은 병영문화를 이루고 자유로운 의사소통을 가능하게 하며 아이디어를 제공해주고 조직내 잘못된 점을 쉽게 찾아 낼 수 있다. 또한 공평성과 합리성을 중시하기 때문에 합리적으로 동기가 유발되면 참여도나 책임의식이 강하게 표출되어 업무의 효율성과 교육훈련에 적극적으로 참여하게 되며, 후임병들에게도 공정하고 합리적으로 대해준다.

오늘날 군에 들어오는 병사들 대부분은 앞에서 이야기한 의식구조와 가치관을 지니고 있는 전형적인 20대 초반의 신세대이다.

신세대를 수용하고 국가 안보를 담당할 정예군인으로 양성해야하는 군대에서는 관심과 이해를 바탕으로 이런 신세대 병사들을 포용하고 그들의 장점을 승화시켜 군 전투력 극대화에 노력해야 할 것이다.

II. 연구방법

1. 연구의 틀

수집된 자료인 불안, 자아 존중감, 군 생활 만족도와 일반적인 특성에 대해서 빈도와 평균 등 기본적인 기술적 자료를 통계분석 하였고 관심 있는 종속변수인 불안 수준과 일반적 특성 변수, 군 생활 특성 변수와의 관계를 알아보기 위해 t-test. ANOVA 등을 하였고, 마지막으로 주요 관심 변수인 군 생활 만족도, 자아 존중감, 군 복무 기간, 종교행사 참여 변수가 불안 변수에 미치는 관련성(영향)을 확인하기 위하여 다중 회귀분석을 하였다.

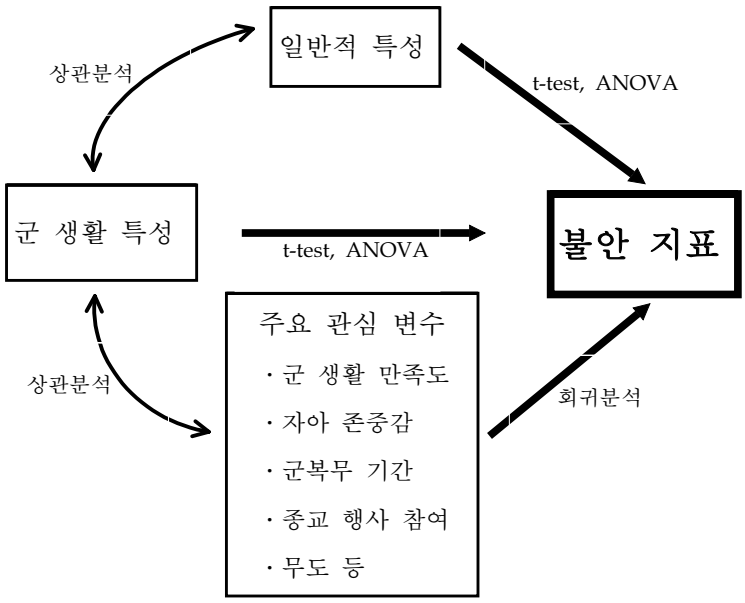

그림 1. 연구의 틀

2. 연구대상 및 자료수집 방법

가. 사전 조사

Spielberg의 상태-특성 불안도구와 Rosenberg의 자존감 도구, Campbell의 주관적 삶의 질 측정 설문지 도구를 참고하였고 일부는 본 연구에 맞도록 수정하였다.

도구 제작을 위해 수도권 소재 부대에 복무중인 병사 42명을 대상으로 2002년 9월 5일부터 9월 10일 사이에 사전 조사를 실시하였으며, 본 연구 설문지의 조사 도구로써의 신뢰도를 확인하기 위하여 Cronbach's α coefficient를 구하였다.

측정 변수는 상태 불안, 특성 불안 측정 문항 각 20문항, 자아 존중감 측정도구로 10문항, 군 생활 만족도 5문항, 기타 인구 통계학적 변수 30문항등 총 85문항이다.

사전 조사결과, 각 요인에 대한 Cronbach's α계수는 .87~.90의 높은 신뢰도를 보였다. 각 요인별로는 상태불안 .89, 특성불안 .89, 자아 존중감 .87, 군 생활 만족도 .90이었다.

이밖에 무응답, 불성실한 응답 등 특이한 문제는 없었으나 마지막 페이지를 누락한 응답자가 3명이 발생하여 본 조사에서는 설문 형식을 일부 변경하여 명확한 확인이 가능토록 재조정 하였다.

나. 본 조사

본 연구는 수도권에 위치한 6개 대대급 부대 병사 352명을 대상으로 실시하였다.

설문에 응한 병사는 총 352명으로 회수된 설문지는 352건이었으며 응답에 충실하지 못했다고 판단된 2건을 제외한 총 350건을 연구에 사용하였다.

각 부대별로 조사 가능한 일시를 사전 협조하였으며 설문 장소는 부대 편의시설(내무반, 식당)을 이용하였다. 설문지는 자기 기입식 설문 방식으로 실시하였다. 설문 대상 병사에게 연구 목적과 질문지에 관한 주의 사항, 기재 요령을 명확히 설명한 후, 연구자가 직접 질문지를 배부하고 회수 하였다. 특히 민감한 성격의 변수(부모님 상태, 월수입, 정신질환 가족력등)에대한 솔직한 응답을 위해 익명성 보장 강조 및 분위기를 유도하였다. 조사는 2003년 1월 1일부터 3월 30일 까지 실시하였다.

3. 연구도구

가. 불안(Anxiety)

Spielberg(1975)가 개발한 자가보고형 불안 측정도구인 STAI(State Trait Anxiety Inventory)를 Kim과 Shin(1978)이 한국어로 번안한 도구 중 4점척도의 20개 문항으로 이루어진 특성불안척도를 사용하였다. 이 도구는 보편적 일상생활에서 불안을 느끼는지의 질문에 대해 대상자들이 거의 그렇지 않다(1점), 가끔 그렇다(2점), 자주 그렇다(3점), 항상 그런 편이다(4점)로 응답하게 되어 있다. 긍정형의 문항(상태불안 : 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20 / 특성불안 : 1, 6, 7, 10, 13, 16, 19)은 역으로 점수를 환산하였으며, 가능한 총점수는 20~80점이고 점수가 높을수록 불안의 정도가 높은 것을 의미한다. 본 연구의 Cronbach's α값은 상태불안 부분은 .92, 특성불안 부분은 .89이었다.

나. 자아 존중감(Self-Esteem)

Rosenberg(1965)가 개발하고 Jon(1974)이 번역한 Self-Esteem Scale을 사용하였다. 이 도구는 자아에 대한 대상자들의 태도를 측정하는 4점척도(전혀 그렇지 않다, 조금 그렇다, 보통으로 그렇다, 대단히 그렇다)의 총 10개 문항 질문지로 긍정형, 부정형 문항이 각 5개씩으로 구성되어 있다. 부정형문장은 역으로 점수를 환산하였으며, 가능한 총 점수는 10~40으로 점수가 높을수록 자아 존중감의 정도가 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 Cronbach's α는 .84이었다.

다. 군 생활 만족도

Campbell. A.(1981)가 개발한 주관적 삶의 질 척도(Index of Well-Being)를 이명신(1988)이 수정한 것을 사용하였다. 이 척도는 최근의 경험에 대한 감정(삶에 대한 느낌)을 재는 8문항과 전반적인 삶의 만족도를 재는 단일 문항의 2가지로 구성되어 있다. 삶에대한 느낌은 총 8문항으로 2개의 형용사를 짝지워 제시하였다. 삶에 대한 느낌 응답은 7점척도로 이루어진 각각 두 개로 짝지워진 형용사의 어느 한 곳에 표시하며 8문항의 점수를 모두 합하여 평균을 낸다.

그러나 사전 연구에서 제기된 의미가 명확하지 않은 문항 4개를 제외한 4문항만을 본 연구에서는 사용하였다. 또한 이명신(1998)은 생활 전반에 대한 만족도에서, 본래 7점 척도를 응답자가 좀더 쉽게 응답할 수 있도록 퍼센트 개념을 사용하였는데 본 연구에서도 이를 적용하여, 다른 척도와 맞추어 11점 척도를 사용하여 측정하였다.

Campbell(1981)은 두 요소를 합하여 전반적인 주관적 삶의 질을 측정하며 이때 삶의 만족도에 1.1의 가중치를 두어 합산했다. 이 척도의 신뢰도는 Cronbach's α값은 .90이고, 본 연구에서 조사된 질문의 Cronbach's α값은 .93이다.

4. 분석 방법

가. 연구에 사용된 변수

종속변수인 병사들의 불안 수준과 연관이 있을것으로 기대되는 독립변수를 일반적 특성(나이, 형제 순서, 학력, 종교, 입대전 직업, 결혼, 부모님 생존, 부모님 결혼상태, 조부모 동거, 경제수준, 가족중 정신질환, 성장지역, 흡연, 음주 등)과 군 생활 특성(계급, 군복무기간, 종교행사 참여, 무도, 군 생활 만족도)이 포함되도록 선정하였고 특히 주요 관심변수로 군 생활 만족도, 자아 존중감, 과음, 음주, 군복무기간, 종교행사 참여, 무도 등을 선정하였다.

연구 변수들에 대하여 정리하면 다음과 같다(표 1).

표 1. 연구에 사용된 변수와 내용

구 분	변 수 명	내 용
독립변수	• 계급	병장, 상병, 일병, 이병
	• 군복무기간	복무 개월 수
	• 나이	연속변수
	• 형제순서	장남, 중간, 막내, 독자
	• 학력	고졸, 2년재 재학 또는 졸업, 4년재 재학 또는 졸업, 대학원 재학 또는 졸업
	• 종교	기독교, 천주교, 불교, 없음, 기타
	• 입대전 직업	학생, 대입준비중, 회사원, 개인사업, 취업준비중, 기타
	• 결혼(본인)	기혼, 미혼
	• 부모님 생존	양친 모두 생존, 부친만 생존, 모친만 생존, 양친모두 사망
	• 부모님 결혼 상태	정상혼인, 별거, 이혼, 사별, 재혼
	• 조부모 동거	부양, 미부양
	• 경제수준	100만원 미만, 100-200만원 미만, 200-300만원 미만, 300-400만원 미만, 400-500만원 미만, 500만 원 이상
	• 가족 중 정신질환	있음, 없음
	• 성장지역	대도시(특별시/광역시), 중소도시, 어촌, 농촌, 산촌, 기타
	• 흡연	일일 평균 흡연량
	• 음주	전혀 마시지 않음, 마시다가 끊음, 일년에 1-3번, 한달에 1-3번, 일주일에 1-2번, 일주일에 3-4번, 일주일에 5-7번
	• 전역후 구체적 진로	불확실함, 입대전과 다른 일을 할 예정, 입대전 하던 일을 계속 할 예정
	• 자아 존중감	Rosenberg의 척도 10문항(max:40, min:10)
	• 상태 불안	4점 척도 특성불안 20문항의 점수 총합
	• 무도(武道)	총 공인 단수 : 무도 종류(태권도, 유도등)불문
	• 기타 변수	주 성장 지역(행정구역상), 일일커피 섭취량, 종교행사 참가횟수, 신앙심, 여자친구(애인), 입학전(1-6세), 양육 상태(부모, 조모, 친척 등)
	• 군 생활 만족도	7점 척도 4문항, 11점 척도 1문항
종속변수	• 특성 불안	4점 척도 특성불안 20문항의 점수총합

나. 통계 분석 방법

자료분석은 SAS(Statistical Analysis System 6.12)를 사용하였다.

1. 불안, 자아 존중감, 군 생활 만족도를 측정하기 위해 개발한 조사표의 신뢰도 측정을 위해서 Cronbach α Coefficient를 구하였다.

2. 조사 대상자의 인구 사회학적 특성과 불안수준과 관련한 특성에 대해서 기술 통계량을 확인하였으며, 주요 관심 변수(불안, 군 생활 만족도, 자아 존중감, 음주, 흡연 등)간 상관성을 확인하기 위해 correlation analysis를 하였다.

3. 계급, 학력, 종교, 입대전 직업, 부모님 생존/결혼상태, 생활수준, 성장지역, 음주횟수, 과음횟수, 전역후 진로, 무도(武道), 흡연, 커피, 이성친구, 육아상태와 불안과의 관련성 분석은 ANOVA분석를 하였다. 또한 가족 중 정신질환 경험유무, 본인 결혼, 조부모와의 동거, 이성친구 유무와 불안과의 관련성을 알아보기 위해 t-test분석을 하였다.

4. 종속변수인 불안과 관련 가능성이 있는 독립 변수를 개입 가능 변수와 불가능 변수로 구분, 모형을 구축하여 불안수준에 미치는 관련성 확인을 위해 다중 회귀분석을 하였다.

III. 연구결과

1. 일반적 특성

설문에 응한 대상자의 일반적 특성은 다음과 같다.

조사 대상자의 연령 평균은 22.1세 이었으며 계급별 분포를 살펴보면, 병장, 상병, 일병, 이병이 각각 29.2%, 28.9%, 27.2%, 14.6%로 병장이 제일 많았다. 교육정도는 대학원 재학/졸업(1.7%)은 극히 적었고, 4년재 대재/졸업(47.1%), 2년재 대재/졸업(35.9%), 고졸(15.2%)순으로 4년재 대재/졸업이 가장 많았다. 종교는 기독교(34.9%)가 제일 많았고 무교(28.6%), 불교(25.7%), 천주교(10.3%) 순이었으며 입대전 직업은 학생(79.0%)이 제일 많았다.

주 성장지역은 대도시(55.8%)와 중소도시(28.8%)가 제일 많았고 형제자매 순서는 의외로 막내가 50.9%로 제일 많았으며, 장남(28.8%), 중간(12.1%), 독자(8.2%)순이었다. 또한 6명(1.7%)를 제외한 전 병사가 미혼이었으며 부모님 혼인상태는 정상혼인(85.0%), 사별(6.6%), 이혼(4.0%), 별거(2.3%), 재혼(2.0%)순이었다. 월수입은 100-200만원이 34.8%로 가장 높았고, 200-300만원(30.4%), 300-400만원(13.2%)순이었고 100만원 미만도 11.1%나 되었다.

전역후 진로는 입대전과 같은 일을 하겠다고 한 경우(56.4%)가 제일 많았고, 입대전과 다른 일을 할 예정(24.0%), 불확실한 경우(19.7%)순 이었다(표 2).

조사 대상자의 일반적 특성은 다음과 같다(표 2).

표 2. 대상자의 일반적 특성

특 성	분 포	명(%)
계 급	병 장	102(29.2)
	상 병	101(28.9)
	일 병	95(27.2)
	이 병	51(14.6)
	계	349(100.0)
교육정도	고졸	53(15.2)
	2년 대재/졸	125(35.9)
	4년 대재/졸	164(47.1)
	대학원 재/졸	6(1.7)
	계	348(100.0)
종 교	기독교	122(34.9)
	천주교	36(10.3)
	불 교	90(25.7)
	없 음	100(28.6)
	기 타	2(0.6)
	계	350(100.0)
입대 전 직업	학 생	275(79.0)
	대입준비중	3(0.9)
	회사원	11(3.2)
	개인사업	7(2.0)
	취업준비중	14(4.0)
	기 타	38(10.9)
	계	348(100.0)
성장지역 (지역별)	대도시(특별시/광역시)	192(55.8)
	중소도시	99(28.8)
	어 촌	2(0.6)
	농 촌	47(13.7)
	광산촌(산촌)	4(1.2)
	계	344(100.0)
성장지역 (행정구역)	서 울 시	44(22.2)
	경 기 도	35(17.7)
	충 청 도	21(10.6)
	전 라 도	25(12.6)
	경 상 도	65(32.8)
	강 원 도	6(3.0)
	제 주 도	2(1.0)
	계	
출생순서	장 남	98(28.8)
	중 간	41(12.1)
	막 내	173(50.9)
	독 자	28(8.2)
	계	340(100.0)

표 2. 대상자의 일반적 특성(계속)

특 성	분 포	명(%)
결혼유무(본인)	기 혼	6(1.7)
	미 혼	342(98.3)
	계	348(100.0)
부모님 생존 상태	양친 모두 생존	307(87.7)
	부친만 생존	11(3.1)
	모친만 생존	31(8.9)
	양친 모두 사망	1(0.3)
	계	350(100.0)
부모님 혼인 상태	정상 혼인	294(85.0)
	별 거	8(2.3)
	이 혼	14(4.0)
	사 별	23(6.6)
	재 혼	7(2.0)
	계	346(100.0)
조부모 부양(동거)	동 거	55(16.0)
	비동거	289(84.0)
	계	344(100.0)
경제수준	100만원 미만	38(11.1)
	100-200만원 미만	119(34.8)
	200-300만원 미만	104(30.4)
	300-400만원 미만	45(13.2)
	400-500만원 미만	21(6.1)
	500만 원 이상	15(4.4)
	계	342(100.0)
전역후 진로	불확실	68(19.7)
	입대전과 다른일	83(24.0)
	입대전과 같은일	195(56.4)
	계	346(100.0)
무 도	무단(無段)	131(43.1)
	1	120(39.5)
	2	34(11.2)
	3	10(3.3)
	4	7(2.3)
	5단 이상	2(0.7)
	계	304(100.0)

2. 대상자의 불안, 자아 존중감, 만족도 정도

본 연구에서 STAI로 측정한 대상자의 불안 점수의 범위는 상태불안(STAI-S)이 20-78(가능점수 : 20-80), 특성불안(STAI-T)이 20-77(가능점수 : 20-80)이었고, 평균점수는 40.90(STAI-S), 40.14(STAI-T)이었으며 점수가 높을수록 불안수준이 높은 것을 의미한다.

자아 존중감의 범위는 13-40(가능점수 : 10-40)이었으며, 평균점수는 30.82였는데 점수가 높을수록 자신의 가치를 긍정적으로 보는 것을 의미한다.

만족도의 점수 범위는 4-28(가능점수 : 4-28)이었으며 평균 점수는 16.75이었다(표 3).

표 3. 대상자의 불안, 자아 존중감, 만족도의 평균, 표준편차, 범위

		평균점수±표준편차	가능점수	실제 획득 점수
불안	상 태(state)	40.90 ±10.16	20-80	20-78
	특 성(trait)	40.14 ±10.15	20-80	20-77
자아 존중감		30.82 ± 5.25	10-40	13-40
만족도		16.75 ± 5.78	4-28	4-28

3. 불안 수준과 관련 요인과의 관계

3.1. 계급

군 병사들의 계급에 따라 불안 수준에 차이가 있는지 알아보고자 하였다.

계급별로 불안(특성불안) 수준의 평균총점을 살펴보면 일병이 42.25로 가장 높았고 이병, 상병 순이었으며 병장이 37.45로 가장 낮은 평균 총점을 보였다. 선임병, 후임병으로 기준하여 볼 때 후임병(이병/일병)에서 불안수준이 더 높았다. ANOVA 결과, F값이 4.04이고 유의 확률 p값이 0.0066으로 유의수준 0.05에서 통계적으로 유의 하였다. 따라서 군 병사들의 계급과 불안수준사이에는 관련성이 있었다(표 4).

3.2. 군복무 기간

ANOVA 결과 F값이 4.91이고 유의확률 p값이 0.0002로 유의수준 0.05하에서 집단간 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 구체적으로 내용을 보면 군복무 기간이 길어질수록 불안 수준이 낮아지는 경향을 보이다가 전역을 바로 앞둔 병사에게서 불안 수준이 높아지는 것을 볼수 있는데 이것은 전역을 바로 앞두고 전역후 불확실한 미래에대한 불안감으로 불안 수준이 높아진 것으로 생각된다. 투키방법에 의한 다중 비교 결과 25개월 이상 군복무를 한 대상자의 불안 수준이 더 적게 군복무를 한집단과 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알수있다(표 4).

3.3. 연령

나이별로 불안(특성불안) 수준의 평균총점을 살펴보면 평균 연령(22.1세)에서 멀어질수록 즉 나이가 아주 많거나 적은 병사가 불안 수준이 높은 평균 총점을 보였다. ANOVA 결과, F값이 1.72이고 유의 확률 p값이 0.1570으로 유의수준 0.05에서 군 병사들의 연령과 불안수준사이에는 통계적으로 유의한 관련성이 없었다(표 4).

3.4. 교육수준

교육수준에 따라 불안 수준에 차이가 있는지 알아본 결과 교육 수준별로 불안(특성불안) 수준의 평균총점을 살펴 보면 대학원이상 학력에서 제일 높고 나머지 집단은 교육수준이 낮을수록 불안 수준이 미세하게 높은 평균 총점을 보였다. ANOVA 결과, F값이 3.83이고 유의 확률 p값이 0.0101로 α=0.05에서 통계적으로 유의하였다. 따라서 군 병사들의 군 복무기간과 불안수준사이에는 관련성이 있었다(표 4).

표 4. 계급, 군복무기간, 연령, 교육수준과 불안 지표(점수)의 평균값

구 분		명(%)	평균점수	표준편차	p
계 급	병 장	102(29.2)	37.45	9.65	0.0066***
	상 병	101(28.9)	40.05	9.11	
	일 병	95(27.2)	42.25	10.05	
	이 병	51(14.6)	42.10	10.26	
	계	349(100.0)			
군복무 기간	0-5	43(12.3)	42.79 B	11.06	0.0002****
	6-10	57(16.3)	42.34 B	11.32	
	11-15	64(18.3)	42.03 B	9.29	
	16-20	84(24.0)	38.05 B	10.01	
	21-24	79(22.6)	36.82 B	10.54	
	25이상	21(6.6)	45.34 A	9.31	
	계	350(100.0)			
연 령	31	1(0.3)	50.00	.	0.1045
	28	1(0.3)	42.00	.	
	25	2(0.6)	40.50	9.19	
	24	7(2.0)	39.00	8.14	
	23	59(17.2)	37.78	8.55	
	22	158(46.1)	39.29	9.31	
	21	94(27.4)	42.59	11.08	
	20	20(5.8)	42.45	11.86	
	계	342(100.0)			
교육수준	고 졸	53(15.2)	41.23	11.29	0.0101**
	2년재 대재/졸	125(35.9)	40.52	10.26	
	4년재 대재/졸	164(47.1)	39.09	8.51	
	대학원 재학/졸	6(1.7)	53.17	13.70	
	계	348(100.0)			

A, B : A집단과 B집단은 Tukey의 다중 비교에 의해 통계적으로 유의한 차이가 있음
p**<0.05, p***<0.01, p****<0.001

3.5. 종교별 / 신앙정도 / 종교의식 참여 횟수

종교에 따라 불안 수준에 차이가 있는지 알아본 결과 종교별로 불안(특성불안) 수준의 평균총점을 살펴 보면 기타종교에서 불안 수준이 제일 높았으며 기독교, 불교, 천주교에서는 불안수준의 차이는 거의 없었다. 기타 종교에서 불안수준이 월등이 높은 것은 군에서 3가지 종교(기독교, 불교, 천주교)외에는 종교행사 보장이 어렵기 때문일 것으로 판단된다. ANOVA 결과, F값이 1.71이고 유의 확률 p값이 0.1477로 유의수준 α=0.05에서 집단간 차이가 없었다.

또 보유 종교는 형식적일 가능성이 많기 때문에 신앙심정도에 따라 불안 수준에 차이가 있는지 알아보았는데 믿음 정도(신앙심)가 높은 집단의 불안 수준이 다른 집단에 비해 매우 낮았고 유의확률 p값이 0.0012로 유의수준 α=0.05에서 통계적으로 유의하였다. 또한 의무적으로라도 종교 행사에 보내는 것이 군 생활 적응에 효과가 있는지를 확인하기 위해 월간 종교행사 참여 횟수에 따른 신앙정도를 확인한 결과 월 5회 이상 참여한 집단이 그렇지 않은 집단에 비해 불안 수준이 매우 낮은 것을 볼 수 있었고 통계적으로도 유의(p=0.0001)하였다(표 5).

또한 신앙심이 종교 행사 참여 횟수에 따른 불안 수준의 차이에 영향을 미칠 수 있으므로 신앙심 정도에 따라 층화하여 불안 수준을 알아보았다. 신에 대한 믿음이 전혀 없는 집단 내에서 종교 행사 참여 횟수에 따른 불안 수준를 살펴보면 월 한번도 참석하지 않은 집단의 불안 수준이 제일 높고 전체적으로 참여 횟수가 많아질수록 불안 수준이 높았다. ANOVA결과 p값이 0.100으로 유의수준 α=0.1에서 통계적으로 유의하였다. 신에 대한 믿음이 조금, 그리고 보통 정도 있는 집단 내에서는 종교 횟수에 따라 dose-response관계는 없었으나 종교 행사에 자주 참여할수록 불안 수준은 낮아지는 경향을 보였다. 마지막으로 신에 대한 절대적인 믿음을 가지고 있는 집단 내에서는 종교 횟수에 따른 불안 수준에서 dose-response 관계를 잘 보여주고 있고 ANOVA결과도 p값이 0.0082로 통계적으로 매우 유의하였다(표 6).

요약하면 군 병사들의 종교별 그리고 종교 유무와 불안수준사이에는 통계적으로 유의한 관련성이 없었고 신앙심 정도에 따라서는 유의수준 0.05에서 통계적으

로 유의하였으며 종교행사 참여 횟수에 따른 불안 수준의 차이도 유의수준 0.05에서 통계적으로 매우 유의하였다. 그리고 신앙심정도에 따라 층화한 후에도 전반적으로 종교 행사 횟수 증가에 따라 불안수준이 감소하는 경향을 보여 자의적이 아니더라도 종교행사에 자주 참여할수록 불안 수준이 낮아짐을 알 수 있다.

표 5. 종교와 불안지표(점수)의 평균값

구 분		명	평균점수	표준편차	p
종교별	기독교	122(34.9)	40.04	9.92	0.3179
	천주교	36(10.3)	38.29	10.73	
	불 교	40(25.7)	39.86	9.79	
	없 음	100(28.6)	40.80	9.42	
	기 타	2(0.6)	57.50	6.36	
	계	350(100.0)			
신앙심	전혀 없음	52(26.5)	40.76	9.08	0.0012***
	조금 있음	69(39.2)	42.12	10.45	
	보통 정도 있음	47(24.0)	43.11	10.27	
	대단히 있음	28(14.3)	33.32	11.67	
	계	196(100.0)			
종교 행사 횟수(월)	0	51(25.6)	42.31	8.75	0.0001****
	1-4	104(52.3)	43.02	10.36	
	5-8	34(17.1)	34.88	8.54	
	9회 이상	10(5.0)	30.00	9.89	
	계	199(100.0)			

p***<0.01, p****<0.001

표 6. 신앙심 정도별 종교행사 횟수와 불안지표(점수)의 평균값

신앙심	종교행사 참석횟수	명	평균점수	표준편차	p
전혀 없음	0	25	42.92	10.56	0.1000*
	1-4	24	39.50	8.76	
	5-8	2	29.00	5.66	
	9회 이상	.	.	.	
	계	51			
조금 있음	0	17	40.82	7.50	0.0854*
	1-4	37	44.65	12.01	
	5-8	13	36.62	13.38	
	9회 이상	.	.	.	
	계	67			
보통 있음	0	7	41.29	9.18	0.1361
	1-4	27	46.26	11.21	
	5-8	11	37.09	9.29	
	9회 이상	2	40.00	24.04	
	계	47			
대단히 많음	0	.	.	.	0.0082***
	1-4	14	38.50	9.40	
	5-8	7	29.14	5.87	
	9회 이상	7	27.14	6.82	
	계	28			

p*<0.1, p***<0.01

3.6. 입대전 직업

입대전 직업에 따라 불안 수준에 차이가 있는지 직업별로 불안(특성불안) 수준의 평균총점을 살펴보면 취업 준비중(47.36)에서 제일 높으며 회사원, 학생, 개인사업순으로 불안 수준이 낮았다. ANOVA 결과, F값이 1.4이고 유의 확률 p값이 0.2250으로 유의수준 0.05에서 군 병사들의 입대전 직업과 불안수준사이는 통계적으로 유의하지 않았다. 그러나 변수 분류를 입대전 직업을 가지고 있는 집단과 구체적 직업이 없이 준비 중에 있는 집단으로 구분하여 t-test한 결과 p=0.0161로 통계적으로 유의하였다(표 7).

표 7. 입대전 직업별 불안 지표의 평균값

구 분	명	평균점수	표준편차	p
학 생	273(79.0)	39.97	9.94	
대입 준비중	3(0.9)	38.67	11.93	
회 사 원	11(3.2)	40.45	12.24	
개인사업	7(2.0)	39.14	11.32	0.2250
취업 준비중	14(4.0)	47.36	6.86	
기 타	38(10.9)	39.13	8.66	
계	348(100.0)			
취업/대입 준비중	17(5.0)	45.82	8.03	
구체적 직업보유	329(95.0)	39.84	9.86	0.0161**
계	346(100.0)			

p**<0.05

3.7. 형제자매

형제자매 순서에 따라 불안 수준에 차이가 있는지 불안(특성불안) 수준의 평균총점을 살펴보면 형제가 있는 경우 막내, 중간 ,장남 순으로 불안 수준이 높았으나 차이가 거의 없었다. ANOVA 결과, F값이 0.00이고 유의 확률 p값이 0.9999로 5% 유의수준에서 집단간 차이가 없었다. 따라서 군 병사들의 출생 순서와 불안수준사이에는 통계적으로 유의한 관련성이 없었다(표 8).

3.8. 부모

부모님의 결혼 상태에 따라 불안 수준에 차이가 있는지 상태별로 불안(특성불안) 수준의 평균총점을 살펴보면 별거 상태(49.13)에서 제일 높았고 재혼(41.86), 이혼(41.57) 순으로 불안 수준이 낮았으며 사별에서 제일 낮았다. ANOVA 결과, F값이 1.86이고 유의 확률 p값이 0.1175로 5% 유의수준에서 집단 간 차이를 관찰할 수 없었으나 현재 부모 별거 집단의 불안 수준이 타 집단에 비해 월등이 높은 것은 주목 할만하다(표 8).

3.9. 조부모 부양

조부모를 부양하는 가정에서 자란 군 병사들과 그렇지 않은 병사들에 있어서 불안 수준에 차이가 있는지 알아보고자 하였다. 그러나 두집단의 평균 총점은 차이가 거의 없었다. t-test결과, 검정통계량은 -0.4031이었고 p값이 0.6881로 유의수준 0.05하에서 군 병사들의 불안 수준과 관련하여 통계적으로 유의하지 않았다(표 8).

표 8. 형제자매 순서, 부모결혼, 조부모 부양과 불안 지표(점수)의 평균값

구 분		명	평균	표준편차	p
형제자매 순서	장 남	98(28.8)	40.04	9.90	0.9999
	중 간	41(12.1)	39.93	11.42	
	막 내	173(50.9)	40.07	9.68	
	독 자	28(8.2)	40.00	9.46	
	계	340(100.0)			
부모 결혼	정상혼인	294(85.0)	39.97	10.09	0.1175
	별 거	8(2.3)	49.13	8.93	
	이 혼	14(4.0)	41.43	8.98	
	사 별	23(6.6)	37.65	8.35	
	재 혼	7(2.0)	42.00	4.06	
	계	346(100.0)			
조부모 부양	비동거	289(84.0)	40.02	9.48	0.6881
	동 거	55(16.0)	40.72	11.80	
	계	344(100.0)			

3.10. 경제 수준

경제 수준에 따른 불안 수준을 살펴보면 월수입 100만원 미만의 저소득 가정 출신 병사의 불안 수준(43.68)이 제일 높았고 다른 집단에서는 뚜렷한 차이는 없었다. ANOVA 결과, F값이 1.76이고 유의 확률 p값이 0.1215으로 유의수준 0.05에서 경제수준과 불안수준사이에 통계적으로 유의한 관련성은 없었다(표 9).

3.11. 정신과적 질환

가족 중 정신과적 질환(불안, 우울 등)으로 병원에 치료나 입원을 한 적이 있는 병사와 그렇지 않은 병사들에 있어서 불안 수준에 차이가 있는지 알아보고자 하였다. 두 집단의 평균 총점은 큰 차이가 있었다. t-test결과, p값이 0.0001로 유의수준 0.05하에서 군 병사들의 불안 수준과 관련하여 통계적으로 매우 유의하였다(표 9).

3.12. 성장지역

성장지역에 따라 불안 수준에 차이가 있는지 지역별로 불안(특성불안) 수준의 평균총점을 살펴보면 산촌에서 불안수준이 제일 높았고 농촌, 중소도시 순으로 낮았다. ANOVA 결과, F값이 1.05이고 유의 확률 p값이 0.3884로 95% 유의수준에서 성장지역과 불안수준사이에 통계적으로 유의한 관련성은 관찰할 수 없었다.

또한 행정구역별 불안 수준의 차이가 있는지 확인한 결과 강원도(47.33)가 제일 높았고 제주도(37.00)가 제일 낮았으나 이 역시 통계적으로 유의하지는 않았다(표 9).

표 9. 경제수준, 정신과적 질환(가족), 성장지역과 불안 지표의 평균값

구 분		명	평균	표준편차	p
월수입	100만원 미만	38(11.1)	43.68	9.93	0.1215
	100-200만원 미만	119(34.8)	40.80	9.68	
	200-300만원 미만	104(30.4)	38.83	10.21	
	300-400만원 미만	45(13.2)	39.87	10.38	
	400-500만원 미만	21(6.1)	36.43	8.48	
	500만 원 이상	15(4.4)	39.62	8.91	
	계	342(100.0)			
정신과적 질환(가족)	없 다	333(96.2)	39.74	9.88	0.0001****
	있 다	13(3.8)	49.31	5.82	
	계	346(100.0)			
성장지역	대도시	192(55.8)	39.92	9.65	0.3884
	중소도시	99(28.8)	39.68	9.63	
	어 촌	2(0.6)	38.50	10.61	
	농 촌	47(13.7)	40.76	10.72	
	산 촌	4(1.2)	50.25	18.12	
	계	344(100.0)			
성장지역 (행정구역)	서 울	44(22.2)	40.86	7.55	0.8209
	경기도	35(17.7)	41.20	11.75	
	충청도	21(10.6)	41.67	8.69	
	전라도	25(12.6)	39.72	10.92	
	경상도	65(32.8)	40.10	11.06	
	강원도	6(3.0)	47.33	13.97	
	제주도	2(1.0)	37.00	13.14	
	계				

p****<0.001

3.13. 음주횟수와 과음(만취) 횟수

분석 결과 F값이 6.16고 유의확률 p값이 0.0001로 유의수준 0.05하에서 음주횟수에 따라 구분된 집단간에 차이가 있음을 알 수 있다. 음주를 마시다가 끊은 대상자에서 불안수준이 제일 높았고 뒤를 이어 음주를 가장 많이 하는 대상자(일주일에 5-7회)에서 높았다. 전체적으로 중간정도의 음주 습관을 갖는 대상자(한달에 1-3회)에 비해 전체적으로 음주횟수가 많을수록(일주일에 3-7회) 또는 적을수록(일년에 1-3회, 마시다가 끊음) 불안 수준이 높은 것을 알 수 있다. Tukey방법에 의한 다중 비교 결과 음주를 한달에 1-3회하는 집단과 일년에 3회이하 마시는 집단(low-drinker) / 일주일에 3회 이상 마시는 집단(heavy-drinker)간 차이가 통계적으로 유의하였다(표 10).

또 만취 횟수에 따라 불안 수준에 차이가 있는지 횟수별로 불안(특성불안) 수준의 평균총점을 살펴보았는데 주 1회 이상에서 불안수준이 제일 높았고 기타 집단은 차이가 없었다. ANOVA 결과, F값이 3.82이고 유의 확률 p값이 0.0022으로 유의수준 0.05에서 통계적으로 유의한 관련성이 있었다. 투키방법에 의한 다중 비교 결과 주 1회 이상 과음을 하는 집단과 나머지 집단간 불안 수준의 차이가 통계적으로 유의하였다(표 10).

표 10. 음주 및 과음(만취)횟수와 불안 지표의 평균값

구 분		명	평균		표준편차	p
음주 횟수	전혀 마시지 않음	21(6.1)	40.86	B	11.76	0.0001****
	마시다가 끊음	4(1.2)	58.50	B	16.99	
	일년에 1-3회	27(7.8)	42.22		10.66	
	한달에 1-3회	99(28.7)	36.36	A	8.11	
	일주일에 1-2회	100(1.9)	39.51		9.31	
	일주일에 3-4회	56(16.2)	42.81	B	9.17	
	일주일에 5-7회	28(8.1)	44.50	B	9.87	
	계	345(100.0)				
과음(만취) 횟수	전혀 하지 않음	85(24.6)	38.79	B	10.34	0.0022***
	일년에 3회	93(26.9)	39.75	B	8.68	
	3개월에 1-3회	64(18.5)	39.41	B	10.10	
	1개월에 1-3회	66(19.1)	39.08	B	10.00	
	주 1회 이상	38(11.0)	46.18	A	10.86	
	계	346(100.0)				

A, B : A집단과 B집단은 Tukey의 다중 비교에 의해 통계적으로 유의한 차이가 있음
p***<0.01, p****<0.001

3.14. 전역후 진로

분석 결과 F값이 9.93이고 유의확률 p값이 0.0002로 유의수준 0.05하에서 집단 간에 차이가 있음을 알 수 있다. 전역후 진로가 불확실한 집단이 입대전과 동일한 일을 하든지 아니면 입대전과 다른 일을 하든지 진로가 정해진 집단에 비해 불안 수준이 유의하게 높으며 투키방법에 의한 다중 비교 결과 전역후 진로가 불확실한 집단은 입대전과 다른 일을 할 예정인 집단과 하던 일을 그대로 할 예정인 집단에 각각 통계적으로 유의한 차이가 있었다(표 11).

3.15. 무도

ANOVA 결과 F값이 3.01이고 유의확률 p값이 0.0115로 유의수준 0.05하에서 집단 간에 차이가 있음을 알 수 있다. 무단자의 불안수준이 유단자에 비해 상당히 높고, 유단자 중에서도 고단자 집단으로 갈수록 불안 수준이 낮아지는 경향을 볼 수 있다. 투키방법에 의한 다중 비교 결과 무단자와 공인 2단 유단자 집단과 0.05 유의수준 하에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다(표 11).

표 11. 전역후 진로 불확실성별과 불안 지표의 평균값

구 분		명	평균		표준편차	p
전역후 진로	불확실	168(19.7)	45.26	A	8.59	0.0002****
	입대전과 다른일	83(24.0)	40.23	B	9.63	
	입대전에 하던일	195(56.4)	39.63	B	10.01	
	계	346(100.0)				
무도	무단(無段)	131(43.1)	42.14	A	10.34	0.0115**
	1	120(39.5)	38.82		10.80	
	2	34(11.2)	36.00	B	10.94	
	3	10(3.3)	40.70		10.15	
	4	7(2.3)	35.57		12.89	
	5 단 이상	2(0.7)	28.05		7.78	
	계	304(100.0)				

A, B : A와 B집단은 Tukey의 다중 비교에 의해 통계적으로 유의한 차이가 있음
p**<0.05, p****<0.001

3.16. 육아 상태

육아상태에 따른 불안 수준을 살펴보면 조부모를 제외한 친척에게서 성장한 병사의 불안 수준이 제일 높았고 다른 집단에서는 뚜렷한 차이는 없었다. ANOVA 결과, F값이 0.35이고 유의 확률 p값이 0.8443으로 유의수준 0.05에서 육아상태와 불안수준사이에 통계적으로 유의한 관련성은 없었으나 조부모를 제외한 친척에서 불안 수준이 제일 높은 것은 조부모가 쏟는 정성과 사랑이 그외 친척보다 더 높기 때문일 것으로 판단된다(표 12).

표 12. 초등학교 입교전 육아상태와 불안 지표의 평균값

구 분		명	평균	표준편차	p
육아상태	전업주부	142(72.8)	40.68	10.54	0.8443
	보육시설(주)/가정(야)	16(8.2)	41.25	10.49	
	조부모	23(11.8)	40.57	8.95	
	친척(조부모 제외)	2(1.0)	49.50	0.71	
	기타	12(6.2)	42.08	11.72	
	계	195(100.0)			

3.17. 이성친구(애인)

이성친구(애인) 교제 상태에 따른 불안 수준을 살펴보면 교제했으나 입대후 헤어진 집단에서 불안 수준이 제일 높았고 군 입대후 새로 교제 집단에서 제일 낮았으나 뚜렷한 차이가 없었으며 통계적으로도 p값이 0.9131로 유의하지 않았다.

또 이분법적으로 현재 이성친구 유무에 따른 불안수준과의 관계를 t-test로 확인한 결과 역시 통계적으로 유의(p=0.9022)한 관련성은 없었다(표 13).

3.18. 결혼(본인)

본인 결혼 유무에 따른 불안 수준을 살펴본 결과 기혼자의 불안 수준이 미혼자보다 높은 것을 볼 수 있다. t-test 결과, 검정 통계량의 값이 1.37이고 유의 확률 p값이 0.2435로 유의수준 α=0.05에서 본인결혼 유무와 불안수준사이에 통계적으로 유의한 관련성은 없었다(표 13).

표 13. 여자친구(애인)상태 및 결혼 여부와 불안 지표의 평균값

구 분		명	평 균	표준편차	p
이성친구 (애인)	없 다	140(70.3)	41.00	10.19	0.9022
	있 다	59(29.6)	40.47	10.80	
	계	199(100.0)			
이성친구 (교제상태)	교제경험 없음	38(19.2)	40.89	12.00	0.9131
	교제했으나 입대전 헤어짐	66(33.3)	40.52	8.63	
	교제했으나 입대후 헤어짐	35(17.7)	42.03	9.50	
	입대 전부터 현재까지 계속 교재중	36(18.2)	40.12	10.70	
	군입대후 새로 교제	23(11.6)	39.39	11.34	
	계	198(100.0)			
결혼유무	미 혼	342(98.3)	40.03	9.87	0.2435
	기 혼	6(1.7)	45.17	8.52	
	계	348(100.0)			

3.19. 흡연 / 커피

최근 금연 운동 열풍과 관련하여 흡연량에 따른 불안 수준을 살펴보았는데 1일 30개피 이상 흡연한 집단의 불안 수준이 가장 높고 다른 집단에서는 뚜렷한 차이가 없었다. ANOVA 결과, F값이 0.92이고 유의 확률 p값이 0.4534로 유의수준 0.05에서 흡연과 불안수준사이는 통계적으로 유의하지는 않았으나 heavy-smoker(30개피 이상)집단의 불안 수준이 타 집단에 매우 높음을 알 수 있다(표 14).

또 커피 섭취량에 따른 불안 수준을 보면 매일 3잔 이상의 커피를 마시는 집단의 불안수준이 가장 낮았고 다른 집단에서는 거의 차이가 없었다. ANOVA결과 p값이 0.8576으로 역시 통계적으로 유의하지는 않았다(표 14).

표 14. 흡연 및 커피와 불안 지표 점수와의 관계

구 분		명	평균	표준편차	p
1일 흡연량	전혀 피우지 않음	133(38.0)	39.77	10.65	0.4534
	1-9	43(12.5)	41.53	7.68	
	10-19	125(36.3)	39.44	8.47	
	20-29	38(11.0)	40.66	11.33	
	30 이상	5(1.5)	47.20	8.77	
	계	344(100.0)			
1일 커피량	전혀 마시지 않음	58(29.3)	40.37	10.88	0.8576
	1잔 이하	96(48.5)	41.17	9.87	
	1잔 초과 - 3잔 이하	37(18.7)	41.00	9.03	
	3잔 초과 5잔 이하	7(3.5)	37.57	13.10	
	계	198(100.0)			

3. 대상자의 상태불안과 특성불안의 상관관계

특성불안과 상태불안의 피어슨 상관 계수(Pearson correlation coefficient)는 0.8459로 강한 양의 상관을 나타내고 있으며 이 값으로부터 계산된 유의확률이 p=0.0001로서 통계학적으로 매우 유의하였다. 즉 특성불안과 상태불안은 선형적으로 유의한 관련성이 있다(표 15).

표 15. 상태 불안 지표와 특성 불안 지표의 Pearson 상관계수

	특성불안(trait)	상태불안(state)
특성불안(trait)	1.0000	
상태불안(state)	0.8165****	1.0000

P****<0.001

4. 주요 변수간 상관관계

상관 분석결과 특성불안과 통계적으로 유의한 변수는 군 생활 만족도, 자아 존중감, 과음, 군복무 기간, 무도(武道), 종교 행사 참여 변수였고 상관 계수는 각각 -0.5104, -0.6921, 0.1301, -0.1312, -0.1673, -0.2960이었다. 즉 선형적으로 유의한 관련성이 있었다. 특히 군 생활 만족도와 자아 존중감 변수는 통계적으로 매우 유의(p=0.0001)하였다.

반면에 흡연, 음주횟수, 신앙심, 커피 변수는 특성 불안 변수와 통계적으로 유의한 상관 관계가 없었다.

기타 음주횟수와 흡연, 과음횟수와 흡연 / 음주횟수, 신앙심과 종교행사 참여횟수 변수 등도 통계학적으로 매우 유의(p=0.0001)하였다(표 16).

표 16. 주요 관심 변수간 Pearson 상관계수

	불안	만족도	자아 존중감	흡연	음주 횟수	과음 횟수	복무 기간	무도	종교행사 참여횟수	신앙심	커피
불안	1.0000										
만족도	-0.5104 ****	1.0000									
자아 존중감	-0.6921 ****	0.3121 ****	1.0000								
흡연	0.0524	-0.0511	-0.0231	1.0000							
음주 횟수	0.0602	-0.0879	0.0666	0.3377 ****	1.0000						
과음 횟수	0.1301 **	-0.0975	-0.0172	0.2691 ****	0.5534 ****	1.0000					
복무 기간	-0.1312 **	0.0521	0.0451	0.0854	-0.0262	0.0458	1.0000				
무도	-0.1673 ***	0.0495 ***	0.1015	0.0090	-0.0590	-0.0514	0.1768 ***	1.0000			
종교행사 참여횟수	-0.2959 ****	0.2021 ***	0.2906 ****	-0.2571 ****	-0.0902	-0.0471	-0.0278	0.1998 ***	1.0000		
신앙심	-0.1203 *	0.1069	0.1886 ***	-0.0274	-0.0848	0.0458	-0.0823	0.2250 ***	0.4782 ****	1.0000	
커피	-0.0310	0.1405 **	-0.0620	0.1878* **	-0.0894	0.0720	0.0085	0.1852 ***	-0.0003	0.040	1.0000

p*<0.1, p**<0.05, p***<0.01, p****<0.001

5. 불안 지표와 개입 불가능 변수간 관련성

개입(intervention)이 불가능한 변수로 모형을 구축하여 다중회귀분석을 시행한 결과 유의확률이 0.0001로 통계적으로 유의하였다. 종속변수인 불안지표의 변동은 7개 설명변수에 의해서 61.30% 설명 되었고 수정 결정계수도 59.72%로서 높은 설명력을 보였다. 유의성 검정결과 자아 존중감, 군 생활 만족도, 군복무 기간 변수는 모두 불안수준과 관련성이 매우 높으며 월소득 변수는 유의확률 값이 0.05보다 약간 높아 경계선 상에 있었다. 회귀계수를 해석하면 자아 존중감, 군 생활 만족도가 낮을수록, 군 복무 기간이 짧을수록 불안수준이 통계학적으로 유의하게 높았다(표 17).

표 17. 다중회귀분석을 통한 불안 지표와 개입 불가능 변수간 관련성

변 수	회귀계수	p-value
자아 존중감	-1.2335	0.0001****
군 생활 만족도	-0.5999	0.0001****
월 소 득	-0.8386	0.0632*
연 령	0.5146	0.4201
군 복무 기간	0.2202	0.0145**
신 앙 심	0.5311	0.8888
교 육 수 준	0.7131	0.7449

R^2 값(%) = 61.30% Adj R^2 값(%) = 59.72%

p*<o.1, p**<0.05, p****< 0.001

6. 불안 지표와 개입 가능 변수와의 관련성

개입(intervention)이 가능한 변수를 대상으로 모형을 구축하여 다중회귀분석결과 유의확률이 0.0003으로 통계적으로 유의하였다. 종속변수인 불안지표의 변동은 6개 설명변수에 의해서 12.60% 설명 되었으며, 유의성 검정결과 종교 행사 참여, 과음 횟수 변수가 불안수준과 관련성이 있었다. 회귀계수를 해석하면 종교 행사에 자주 참여 하지 않을수록, 입대전 과음을 많이 했을수록 불안수준이 통계학적으로 유의하게 높았다(표 18).

표 18. 다중 회귀분석을 통한 불안 지표와 개입 가능 변수와의 관련성

변 수	회귀계수	p-value
흡 연(개/일)	-0.0020	0.9857
무 도(武道)	-1.1124	0.1557
종교 행사 참여(회/월)	-0.9750	0.0004****
커 피(잔/일)	-0.1585	0.7778
음주 횟수	-0.1216	0.8473
과음(만취) 횟수	1.4524	0.0337**

R^2 값(%) = 12.60% Adj R^2 값(%) = 9.80%

p**<0.05, p****< 0.001

7. 불안 지표와 주요 변수간 관련성

개입(intervention)에 상관없이 가능한 모든 관련 변수로 최적 모형을 구축하여 다중 회귀분석결과 유의확률이 0.0001로 통계적으로 유의하였다. 종속변수인 불안 지표의 변동은 5개 설명변수에 의해서 59.21% 설명 되었고 수정 결정계수도 58.57%로서 높은 설명력을 보였다. 유의성 검정결과 자아 존중감, 군 생활 만족도, 군복무 기간, 과음 변수는 불안수준과 관련성이 있었고 월소득 변수는 관련성이 없었다. 회귀계수를 해석하면 자아 존중감, 군 생활 만족도가 낮을수록, 군 복무 기간이 짧을수록, 자주 과음 할수록 불안수준이 통계학적으로 유의하게 높았다 (표 19).

표 19. 다중 회귀분석을 통한 불안 지표와 주요 변수와의 관련성

변 수	회귀계수	p-value
자아 존중감	-1.1649	0.0001****
군 생활 만족도	-0.5778	0.0001****
군 복무 기간	-0.1556	0.0048***
월 소 득	-0.3159	0.2822
과음 횟수	0.7737	0.0075***

R^2 값(%) = 59.21% Adj R^2 값(%) = 58.57%

p***<0.01, p****< 0.001

IV. 고 찰

본 연구는 20대 초반의 군 병사들의 불안 관련 정신 건강 수준과 그 관련요인을 확인하기 위하여 수행되었다. 연구에서 STAI로 측정한 대상자의 불안 점수의 범위는 상태불안(STAI-S)이 20-78(가능점수 : 20-80)점, 특성불안(STAI-T)이 20-77(가능점수 : 20-80)점이었으며, 평균 점수는 40.90(STAI-S), 40.14(STAI-T)이었다. 한덕웅(1996)의 연령과 성별에 따른 상태-특성 불안 점수에서 20대 남성의 평균 상태불안과 특성불안은 각각 43.17과 43.29였는데 비교 대상에서 다소 차이가 있지만 일반인 20대 남성보다 군 병사들의 불안 수준이 더 낮았다. 이는 실제 불안 수준이 군 병사에게서 낮은 것이 아니라 나이차에 의한 것일 것이라고 생각된다. 즉 한덕웅의 연구에서 20대는 20-29세이지만 본 연구 병사들 평균 연령이 22.1세로 20대 초반에 주로 분포되어 있다.

자아 존중감의 범위는 13-40(가능점수 : 10-40)이었으며, 평균점수는 30.82였는데 최명식(1996)이 연구한 남성 성역할 도움 추구 태도에 미치는 영향에서 대학생(평균 21.9세)을 대상으로 한 자아 존중감의 평균점수 29보다 조금 높았다.

만족도의 범위는 4-28(가능점수 : 4-28)이었으며 평균 점수는 16.75이었다. 만족도의 척도는 연구자가 임의적으로 문항을 변경하였기 때문에 다른 집단과의 비교는 불가능하였다(표 3).

가설 1의 병사들의 불안 수준과 관련 요인 분석 결과에서 불안 수준과 관련이 있어 가설을 만족하는 변수로는 계급, 군 복무 기간, 신앙심, 종교 행사 참여, 정신과적 질환, 음주, 과음, 전역후 진로, 무도, 교육수준이었고 연령, 종교, 입대전 직업, 출생순서, 부모 결혼 상태, 월소득, 조부모 부양, 성장지역, 육아상태, 이성친구, 결혼, 흡연, 커피는 불안수준과 관련이 없어 가설 1을 기각 하였다.

계급별로 가장 많은 계급은 병장(102명, 29.2%)이었고 상병(101명, 28.9%), 일병(95명, 27.2%), 이병(51명, 14.6%)순이었으며 나이는 22(46.1%)세가 가장 많고 대부분 21-23세에 속하였다. ANOVA결과 계급은 불안 수준과 통계적으로 유의한 관련이 있었지만 연령은 유의한 관련이 없었다. 한편 계급은 편차가 크기 때문에 복무

기간을 5개월 단위로 묶어 분산분석을 한 결과 역시 불안 수준과 통계적으로 유의한 관련이 있었다. 자세히 살펴보면 군복무기간이 늘어날수록(5개월/42.79점, 10개월/42.34, 15개월/42.03, 20개월/38.05점, 24개월/36.82점) 불안 수준이 낮아지다가 가장 오랜 군 생활을 한 병사에게서 가장 높은 것(25개월 이상, 45.34점)을 볼 수 있는데 이것은 전역을 앞두고 사회로 다시 진출해야하는 시점에서 불확실한 미래에 대한 반영일 것으로 사료되고 김준승(1984)의 연구 결과와도 정확히 일치하였다. 또한 교육수준에 따른 불안 수준의 결과는 학력이 높아질수록 불안 수준이 낮아지는 경향(고졸:41.23 → 2년재・졸:40.52 → 4년재・졸:39.09)을 보이다가 대학원 이상(53.17)에서 불안수준이 월등이 높은 것을 볼 수 있는데 이것은 단지 학력의 문제가 아니라 나이(대학원 이상이 나이가 많아 나이 어린 선임병과 생활하는데 따른 문제)등 다른 변수의 영향이 있었을 것으로 판단된다. ANOVA 결과, 유의 확률 p값이 0.0101로 유의수준 0.05에 통계적으로 유의하였다. 또 이것은 교육수준과 관련이 있다는 김준승(1984)과 Sayar K(2001)의 연구와도 일치하였다(표 4).

종교와 불안 수준과의 관계에서는 기독교, 불교 ,천주교에서는 차이가 없었고 기타 종교에서 불안수준(57.50)이 월등히 높았는데 기타 종교에서 불안수준이 월등히 높은 것은 군에서 3가지 주 종교(기독교, 불교, 천주교)외에는 종교 행사 보장이 어렵기 때문일 것으로 판단되며 통계적으로 유의하지는 않았다. 또 무늬만 신자의 영향을 제거하기 위해 신앙심 정도에 따른 불안 수준을 알아보았는데 믿음 정도(신앙심)가 매우 높은 집단일수록 불안수준이 다른 집단에 비해 매우 낮았고 예상한 것처럼 통계적으로도 유의(p=0.0012)하였다. 또 의무적으로라도 종교행사에 보내는 것이 군 생활 적응에 효과가 있는지 확인하기 위해 월간 종교행사 참여 횟수에 따른 신앙정도를 확인한 결과 월 5회 이상 참여한 집단이 그렇지 않은 집단에 비해 불안 수준이 매우 낮은 것을 볼 수 있었고 통계적으로도 매우 유의(p=0.0001)하였다(표 5). 추가하여 종교행사 횟수와 불안수준간에 신앙심이 영향을 미칠 수 있으므로 신앙심 정도에 따라 층화하여 불안수준을 알아보았다. 신에 대한 믿음이 전혀 없는 집단 내에서 종교 행사 참여 횟수에 따른 불안 수준를 살펴보면 월 한번도 참석하지 않은 집단의 불안 수준이 제일 높고 전체적으로 참여 횟수가 많아질수록 불안 수준이 높았다. ANOVA결과 p값이 0.100으로 유의수준

0.05에서 통계적으로 유의하지는 않았다. 신에 대한 믿음이 조금, 그리고 보통 정도 있는 집단 내에서는 종교 횟수에 따라 dose-response관계는 없었으나 종교 행사에 자주 참여 할수록 불안 수준은 낮아지는 경향을 보였다. 마지막으로 신에 대한 절대적인 믿음을 가지고 있는 집단 내에서는 종교 횟수에 따른 불안 수준에서 dose-response관계를 잘 보여주고 있고 ANOVA결과도 p값이 0.0082로 통계적으로 매우 유의하였다(표 6). 요약하면 군 병사들의 종교별 그리고 종교 유무와 불안 수준사이에는 통계적으로 유의한 관련성이 없었고 신앙심 정도에 따라서는 유의수준 0.05에서 통계적으로 유의하였으며 종교행사 참여 횟수에 따른 불안 수준의 차이는 유의수준 0.05에서 통계적으로 매우 유의하였다. 그리고 신앙심정도에 따라 층화한 후에도 전반적으로 종교 행사 횟수 증가에 따라 불안수준이 감소하는 경향을 보여 자의적이 아니더라도 종교행사에 자주 참여할수록 불안 수준이 낮아질 가능성이 있음을 알 수 있다. 이 결과는 기존의 연구에서 단지 종교별로만 분석한 것에 비해 신앙심, 종교행사 횟수 등의 변수를 추가하여 더 심층적인 분석이 되도록 하였고 논란이있는 의무 종교 행사와 불안 감소(적응)의 관련 가능성을 밝혔다.

불안수준과 가족 구성원과의 관련성에대해 알아보았는데 불안수준과 출생순서와는 관련이 없었고 부모의 결혼 상태에 따라서는 별거 상태(49.13)에서 제일 높았고 재혼(41.86), 이혼(41.57), 사별(37.65)순으로 낮았는데 현재 부모 별거 집단의 불안 수준이 타 집단에 비해 월등히 높은 것은 주목할만하며 통계적으로 유의(p=0.1175)하지는 않았다. 또한 조부모를 부양하는 가정에서 자란 군 병사들과 그렇지 않은 병사들에 있어서 불안 수준에 차이가 있는지 알아보고자 하였으나 차이가 거의 없었고 통계적으로도 유의(p=0.6881)하지도 않았다(표 8).

정신과적 질환 유무에서는 사전 조사결과 드러난 무응답이나 허위응답이 많을 것으로 판단하여 익명과 노출방지에 대한 신뢰를 주기 위해 최대한 노력하였다. 연구 결과 가족 중 정신과적 질환(불안, 우울등)으로 병원에 치료나 입원을 한 적이 있는 병사의 불안수준(평균 49.31점)이 그렇지 않은 병사에(평균 39.74점)비해 월등히 높았고 통계학적으로도 유의(p=0.0001)하였다. 즉 가족의 정신과적 질환 유무와 병사의 불안수준과는 관련이 있었다(표 9).

월소득 측면에서 불안 수준은 월수입 100만원 미만의 저소득 가정 출신 병사의 불안 수준(43.68)이 제일 높았고 다른 집단에서는 뚜렷한 차이는 없었다. ANOVA 결과, 유의 확률 p값이 0.1215로 유의수준 0.05에서 경제수준과 불안 수준사이에 통계적으로 유의한 관련성은 없었다(표 9).

성장지역에 따라 불안 수준에 차이가 있는지 확인결과 산촌에서 불안수준이 제일 높았고 농촌, 중소도시 순으로 낮았다. ANOVA 결과, F값이 1.05이고 유의 확률 p값이 0.3884로 95% 유의수준에서 성장지역과 불안수준사이에 통계적으로 유의한 관련성은 관찰할 수 없었다. 또한 행정구역별 불안 수준의 차이가 있는지 확인한 결과 강원도(47.33)가 제일 높았고 제주도(37.00)가 제일 낮았으나 이 역시 통계적으로 유의하지는 않았다(표 9).

음주와의 관련성을 알아보기 위해 음주횟수와 과음(만취)횟수를 독립변수로 하여 분산분석을 실시한 결과 F값이 6.16고 유의확률 p값이 0.0002로 유의수준 0.05 하에서 음주횟수에 따라 구분된 집단간에 차이가 있음을 알 수 있다. 음주를 마시다가 끊은 대상자에서 불안수준이 제일 높았고 뒤를 이어 음주를 가장 많이 하는 대상자(일주일에 5-7회)에서 높았다. 전반적으로 중간정도의 음주 습관을 갖는 대상자(한달에 1-3회)에 비해 전체적으로 음주횟수가 많을수록(일주일에 3-7회) 또는 적을수록(일년에 1-3회, 마시다가 끊음) 불안 수준이 높았고 Tukey방법에 의한 다중 비교 결과 음주를 한달에 1-3회하는 집단과 일년에 3회이하 마시는 집단(low-drinker), 또 음주를 한달에 1-3회하는 집단과 일주일에 3회 이상 하는 집단(heavy-drinker)간 차이가 통계적으로 유의하였다. 또 과음(만취) 횟수에 따라서는 주 1회 이상에서 불안수준(46.18)이 제일 높았고 기타 집단은 차이가 없었다. ANOVA 결과, p값이 0.0022로 통계적으로 유의한 관련성이 있었다. Tukey방법에 의한 다중 비교 결과 주 1회 이상 과음을 하는 집단과 나머지 집단간 불안 수준의 차이가 통계적으로 유의하였다. 요약하면 음주 횟수에서는 적당히 마시는 집단에 비해 아주 적게 마시는 집단 또는 아주 자주 마시는 집단에서 불안 수준이 높았고 만취 횟수에 있어서는 자주 폭음을 하는 집단이 기타 집단에 비해 불안 수준이 높았고 음주/과음횟수 둘 다 통계적으로 유의하였다(표 9).

전역후 진로에 관한 연구 결과에서 전역후 진로가 불확실한 집단(평균 45.26점)이 입대전과 동일한 일을 하든지(평균 39.63점) 아니면 입대전과 다른 일을 하든지(평균 40.23점) 진로가 정해진 집단에 비해 불안 수준이 높은 것을 볼 수 있으며 통계적으로도 유의하였다(p=0.0002). 이는 할 일이 정해져 있는 집단이 미래가 불확실한 집단에 비해 잠재의식속 마음이 안정되어있기 때문에 불안 수준이 낮은 것으로 생각되며 군복무기간에서 전역전 병사(25개월 이상)의 불안수준이 높은 것과 일관성이 있었다(표 11).

한편, 전역후 불확실한 진로뿐만 아니라 입대전 직업에 있어서도 확실한 직업이 없이 준비 중에 있던 집단에서 불안 수준이 더 높다는 것이 확인되었다. 즉 6개 입대전 직업별로 분석해본결과 취업 준비중(47.36)에서 제일 높으며 회사원, 학생 순으로 불안 수준이 낮았고 ANOVA 결과, 유의확률 p값이 0.4422로 통계적으로 유의하지 않았다. 그러나 변수 분류를 입대전 직업을 갖고 있는 집단과 구체적 직업이 없이 준비중에 있었던 집단(미취업집단)으로 구분하여 t-test결과 p=0.0161로 통계적으로 유의 하였다(표 7).

무도(격투기)에대한 연구 결과에서는 무단자의 불안수준(42.14)이 유단자(1단/38.82, 2단/36.00, 3단/40. 70, 4단/35.57, 5단 이상/28.05)에 비해 높고, 유단자 중에서도 고단자집단으로 갈수록 불안 수준이 낮아지는 경향을 볼 수 있었고 통계적으로도 유의하였다(p=0.0115). 이는 유단자가 됨으로써 남성세계에서 자신감을 갖게 되고 이 자신감이 불안 수준에 반영되었을 것으로 사료되고 군에서 추진하고 있는 태권도 교육을 통한 유단자화에 관심을 갖고 지속적으로 추진한다면 하나의 불안 수준을 낮출수 있는 좋은 가능성 있는 방법이 될 수 있을것으로 생각된다. 아쉬운 점으로 군 입대후 취득한 단과 입대전(사회 단)에 취득한 단수와 불안수준 사이에 차이가 있는지는 확인을 못하였는데 확인해보는 것도 의미가 있을 것 같다(표 11).

육아상태에 따라 불안 수준에 차이가 있는지 확인한 결과 조부모를 제외한 친척에게서 성장한 병사의 불안 수준(49.50)이 제일 높았고 다른 집단(40.57～42.08)에서는 뚜렷한 차이는 없었다. 통계적으로 유의한 관련성은 없었으나 부모/조부모에게서 성장하지 않고 친척에게서 성장한 병사의 불안 수준이 제일 높은 것은 부

모/조부모가 쏟는 정성과 사랑이 그 외 친척보다 더 높기 때문일 것으로 판단된다(표 12).

군 생활을 하는 병사에 있어 가장 큰 사고 위험 요인이 바로 이성문제이다. 따라서 이것을 확인하는 변수로 이성친구(애인) 유무, 교제 상태, 입대전 본인 결혼 유무를 확인하였는데 3가지 변수 모두 차이가 크지 않았고 통계적으로도 유의하지 않았다. 다만 기혼자의 불안수준이 미혼자에 비해 상당히 높은 것을 볼 수 있었다. 실질적인면(동거여부, 교제 횟수, 면회수, 낙태등)을 포함하여 재연구가 요구된다.

흡연량에 따른 불안 수준을 살펴보았는데 1일 30개비 이상 흡연한 집단의 불안 수준(47.20)이 가장 높고 다른 집단에서는 뚜렷한 차이가 없었다. ANOVA 결과, 흡연과 불안수준사이는 통계적으로 유의하지는 않았으나 heavy-smoker(30개비 이상)집단의 불안 수준이 타 집단에 비해 매우 높음을 알 수 있다(표 14).

또 커피 섭취량에 따른 불안 수준을 보면 매일 3잔 이상의 커피를 마시는 집단의 불안수준(37.57)이 가장 낮았고 다른 집단에서는 거의 차이가 없었으며 통계적으로도 유의하지 않았다(표 14).

제 2가설의 특성불안과 상태불안의 상관관계를 알아본 결과 특성불안과 상태불안의 피어슨 상관 계수(Pearson correlation coefficient)는 0.8165로 강한 양의 상관을 나타내었고 이 값으로부터 계산된 유의확률도 0.0001로서 통계학적으로 매우 유의하였다. 즉 특성불안과 상태불안은 선형적으로 유의한 관련성이 있어 제 2가설은 인정되었다(표 15).

제 3가설의 주요 관심 변수간 상관 관계 분석결과 특성불안과 통계적으로 유의한 변수는 군 생활 만족도, 자아 존중감, 과음, 군복무 기간, 무도(武道), 종교행사 참여 변수였고 상관 계수는 각각 -0.5104, -0.6921, 0.1301, -0.1312, -0.1673, -0.2960이었다. 즉 선형적으로 유의한 관련성이 있었고, 특히 군 생활 만족도와 자아 존중감 변수는 통계적으로 매우 유의($p=0.0001$)하였다. 반면에 흡연, 음주, 신앙심, 커피 변수는 특성 불안 변수와 통계적으로 유의한 상관 관계가 없었다(표 16).

제 4가설에서 주요 관심 변수로 모형을 구축하여 다중회귀분석결과 군 생활 만족도(β=-0.5778, p=0.0001), 자아 존중감(β=-1.1649, p=0.0001), 군 복무 기간(β=-0.1556, p=0.0048), 과음 변수(β=0.7737, p=0.0075)는 불안수준과 관련성이 있는 것으로 나타났다. 즉 군 생활 만족도와 자아존중감이 낮을수록, 복무기간이 짧을수록, 입대전 과음을 자주한 경우에 불안 지표가 높은 것이 관찰되었다(표 19).

따라서 군 생활 만족도가 불안수준과 관련이 있다는 사실이 밝혀졌기 때문에 밝혀진 불안 요인을 제거 또는 적절히 관리 한다면 군 사고 예방 및 효율적 병사 관리에 기여할 수 있을 것으로 기대된다.

이 연구는 병사들의 불안 측면의 정신건강 수준을 평가하고 그 관련 요인을 분석하고자 하였다. 그러나 군 병사에 대한 불안 관련 연구가 많지 않아 본 연구의 결과를 선행연구들과 비교하는 데에는 한계가 있었다. 또한 솔직한 응답을 유도하기위해 익명성, 독립된 분위기유도를 위해 노력하였으나 민감한 질문에는 다소 bias가 포함될 수 있고, 또한 본 연구가 수도권 일부 부대 병사들을 대상으로 하였기 때문에 전군에 연구결과를 적용하기에는 무리가 있을 수 있다. 그러나 향후 군 내 불안 및 사고예방 관련 연구나 계획 수립시 참고 자료로 활용될 수 있을 것이다.

V. 결론

이 연구의 목적은 Spielberg의 자가 평가 불안척도(STAI)를 이용하여 병사들이 군 생활에서 느끼는 불안의 정도를 측정하여 정신건강 수준 및 관련 요인을 분석하여 장차 병사관리 및 사고예방에 효율적인 방향을 제시하고자 하였다. 수도권에 위치한 부대중 6개 대대급 부대에서 선정된 병사 350명을 대상으로 조사표를 활용하여 Self-Administration방식으로 조사하였다. 자료 분석은 SAS(statistical analysis system)를 이용 하였고 분석방법은 t-test, ANOVA, 상관분석, 회귀분석을 사용하였다. 연구의 주요 결과는 다음과 같다.

1. 연구에서 STAI로 측정한 대상자의 불안 점수는 최소 20, 최대 80점의 범위에서 상태불안(STAI-S)이 20-78, 특성불안(STAI-T)이 20-77이었고 평균점수는 40.90(STAI-S), 40.14(STAI-T)이었다. 또 자아 존중감의 범위는 13-40(가능점수 : 10-40)이었고 평균점수는 16.75였으며, 군 생활 만족도의 범위는 4-28(가능점수 : 4-28), 평균점수는 16.75이였다.

2. 병사들의 불안 수준과 관련이 있는 변수로 계급, 군복무 기간, 신앙심, 종교행사 횟수, 가족 중 정신과적 질환 유무, 음주횟수, 과음횟수, 전역후 진로, 무도, 교육수준 변수가 통계적으로 유의하였다. 그러나 연령, 종교별, 입대전 직업, 출생순서, 부모 결혼 상태, 조부모 부양, 월수입, 성장지역, 육아 상태, 이성친구, 결혼, 흡연, 커피 음용 변수는 통계적으로 유의한 관련성을 볼 수 없었다.

3. 특성불안(STAI-T)이 높을수록 상태불안(STAI-S)이 높았고 통계학적으로도 유의성이 있었다.

4. 상관 분석결과 특성불안과 통계적으로 유의한 변수는 군 생활 만족도, 자아 존중감, 과음, 군복무 기간, 무도(武道), 종교행사 참여횟수이었다. 즉 선형적으로 유의한 관련성이 있었고, 특히 군 생활 만족도와 자아 존중감 변수는 통계적으로 매우 유의(p=0.0001)하였다.

반면에 흡연, 음주, 신앙심, 커피 변수는 특성 불안 변수와 통계적으로 유의한 상관관계가 없었다.

5. 불안을 제외한 독립 변수간 상관분석에서 음주와 흡연, 과음과 흡연, 과음과 음주, 신앙심과 종교행사 참여 변수는 통계학적으로 매우 유의(p=0.0001)하였다.

6. 주요 관심 변수로 모형을 구축하여 다중회귀분석을 시행한 결과 자아존중감과 군 생활 만족도가 낮을수록, 군 복무 기간이 짧을수록, 자주 과음할수록 불안 수준이 높아지는 경향을 보였고 통계적으로도 유의하였다.

본 연구에서는 불안 척도를 통해 병사 개개인이 갖고 있는 내적 요인을 분석해 보았는데 향후 군(軍)내 관련연구에 있어 기초 자료로 활용될 수 있을 것으로 생각된다. 또 병 신상 파악시 본 연구결과를 통하여 확인된 불안 요인이 누락되지 않도록 관심을 가진다면 지휘관(관리자)의 병사 관리에 도움이 될 것으로 생각된다.

앞으로의 연구에서는 불안의 내적 요인뿐만 아니라 병사들이 실제 군 생활에서 스트레스를 느끼는 외적 요인을 규명하고 객관화 시킬 수 있는 연구가 계속되어 병사들의 불안 요인을 해소해 줌으로써 명랑한 병영생활이 될 수 있도록 유도하고 불안 요인이 있는 관심 병사를 사전에 인지하여 집중 관리함으로써 지휘 부담을 경감하고 사고를 예방하여 궁극적으로 군 전투력을 보존 및 유지하고 군 위상을 확립하는데 기여할 수 있기를 기대한다.

참고 문헌

권남련. 음악요법이 수술환자 불안 과 활력 증후에 미치는 영향. 연세대학교 대학원. 2002

김경희. 천식이 있는 학령기 아동의 가족기능, 불안, 문제기능. 연세대학교 대학원. 2001

김명자. 입원한 암환자와 재가 암환자의 가족지지, 희망, 삶의 질 정도에 관한 연구. 성인간호학회지. 1997;27(2):353-363

김옥수, 김애정, 김선화, 백성희. 미혼 흡연 여성들의 불안, 우울 및 자아 존중감이 흡연양 및 니코틴 의존도에 미치는 영향. 성인간호학회지. 2001;13(4):509-516

김정택. 특성불안과 사회성과의 관계-Spielberger의 STAI를 중심으로. 고려대학교 대학원 석사학위 논문. 1978

김준승, 윤정섭, 민태영. 불안 척도에 의한 사병들의 정신건강 평가. 군진의학지. 1984

문예신. 또래의 괴롭힘이 청소년 시기 사회 불안에 영향을 미치는 기재. 연세대학교 대학원. 2001

민성길. 최신정신의학, 일조각 1993;200-17

박인준. 문제사병에 관한 사회정신의학적 연구. 순천향대학교 대학원 석사학위 논문. 1994

박형배, 이종범, 정성덕, 박병탁. 불안 척도에 의한 대학신입생의 정신건강평가. 영남 의대 학술지. 1986;3(1):139-9

박호선. 군 적응 장애 환자의 유발 요인 분석. 연세대학교 보건대학원. 1993

서혜수, 이종범, 정성덕. 여성근로자의 불안에 관한 조사. 경북대학교 의과대학 신경정신의학교실. 1985;2(2):13-23

성백선. 산업재해 사고의 원인 분석에 관한 심리학적 연구. 행동과학 연구 1971; 2:1-27

심정택. 스포츠 자신감, 경쟁상태 불안, 자기 효능감이 볼링상태에 미치는 영향. 연세대학교 대학원. 2002

오세중. 문신을 소유한 장정들에 대한 정신의학적 연구. 순천향대학교 대학원 석사학위 논문. 1993

왕성근. 정신과 외래환자의 Self-Rating Anxiety Scale에 의한 불안에 관한 연구. 신경정신의학 1978;17(2):371-9

윤문수. 일부 사병들의사고 입원 요인에 관한 연구. 연세대학교 보건대학원. 1994

이규환, 이정태, 박홍수. 육군 범법자들에 대한 정신의학적 특성 분석. 신경정신의학 1989;28(2):347-51

이명신. 근로자의 주관적 삶의 질과 그 영향 요인. 연세대학교 .대학원. 1988

이영자. 스트레스, 사회적지지, 자아 존중감 과 우울 및 불안과의 관계. 서울여자대학교 대학원. 1994

이인섭, 박영숙, 김정기. 불량행위 청소년에 관한 사회정신의학적 고찰. 신경정신의학 1993;32(3):360-72

이정현. 입원환자의 자아개념과 불안과의 관계연구. 연세대학교 대학원. 1980

이재광. 근로청소년의 불안성향과 산업재해와의 상관관계. 신경정신의학 1980;19(2):69-84

이종범, 정성덕. 노인의 불안과 우울에 관한 연구. 신경정신의학 1985;24(3):431-44

이중훈, 박병탁, 정성덕, 강복수, 정종학. 불안척도에 의한 노인들의 정신건강. 영남의대학술지 1984;1(1):121-8

이용승. 범불안장애. 학지사. 2000

이정균. 정신의학. 일조각. 1981;235-257

전병제. Self-esteem :A test of its mesurability. 연세 논총. 1974

정규한. 한국 해군 및 해병의 범법자들에 대한 조사연구-특히 군무이탈을 대상으로. 신경정신의학 1974;13(2):247-52

정성덕, 민성길, 유계준, 김주덕, 유준. 나환자의 불안과 우울에 관한 연구. 대한나학회지 1982;15(1):73-82

정성덕. 여성근로자와 여대생의 불안과 우울에 관한 조사. 신경정신의학. 1983;22(2):265-74

조성준. 군 선수의 경쟁상태불안에 관한 연구:태권도 선수를 중심으로. 연세대학교 대학원. 1996

주경민. 부모의 양육 태도와 유아의 정서 불안정간의 관계. 연세대학원. 2000
채영래. 정신감정이 의뢰된 군 범법자들에 대한 정신의학적 검토. 신경정신의학. 1986;25(1):114-20
한덕웅. Spielberger의 상태-특성 불안검사 Y형의 개발. 한국심리학회지. 1996;1: 1-14
한선호, 이병윤. 비행청소년의 사회정신의학적 연구. 고려대학교 의과대학 논문집. 1979;16(1):147-65
American Psychatric Association. Diagnosis and Statistical Manual of Mental Disoders. American Psychiatric Association, Washington, D.C. 1980
Cohen J. Personality Dynamics. Chicago, Illinois, Hand McNally. 1969
Edward DJ, Schwartz AH. Accident Proneness. Comprehensive Textbook of Psychiatry. Vol 1. Freedman. Baltimore, Williams &Wilkins Co.1975
Kaplan HI, Sadock BJ. Synopsis of psychiatry.6th ed. 1991;14-6, 155-70
Kolb L. C. Noyes' Morden Clinical Psychiatry, 7th ed. W.B.Saunders. 1968
Kolb L, Brodie H. Modern Clinical Psychiatry, 10th ed. W.B.Saunders Company, Philadelphia. 1982
Kritzeck J. Philosophers of Anxiety. 573. Commonweal. 1956
Laidlaw J, Richers A. Textbook of epilepsy. 179. Edinburgh, London & New York Churchill, livingstone. 1976
Lancu L, Dolberg OT. mil med. 1996;161(4):230-32
Rosenberg M. Society and the Adolescent self image. Princeton University Press. 1965
Sayar K. lsr j Psychiatry Relat Sci. 2001;38(2)-7
Spielberger CD. Manual for the State-Trait Anxiety inventory. Consulting Psychologists Press Inc.1970
Zung W. A rating instrument for anxiety disorder. Psychosomatics. 1971; 12: 371-9

<부록>설 문 지

불안수준(Ⅰ,Ⅱ), 자아 존중감(Ⅲ), 군 생활 만족도(Ⅳ) 조사

안녕하십니까?

저는 연세대학교 대학원에서 석사과정중인 김성식입니다.

본 설문지는 병사 여러분의 불안 수준을 평가하고, 불안수준, 자아 존중감 과 군 생활 만족도의 관련성을 알아보고자 제작되었습니다.
제가 묻는 질문에서 맞고 틀리는 정답이 없으며, 여러분의 응답은 이런 의견을 갖고 있는 사람이 몇 %라는 식의 통계를 내는데**(순수 학문적목적)만 사용되고, 그 외의 다른 목적에는 절대로 사용되지 않으며, 비밀이 유지 되오니** 평소 생각하시는대로 솔직히 응답해 주시면 감사하겠습니다.

여러분의 참여에 감사 드리며 남은 군 생활 여러분의 건승을 기원합니다.

☞시작하겠습니다. 페이지를 넘겨 주세요.
(본 설문지는 8페이지로 구성되어 있습니다)

8 - 1

Ⅰ. 다음은 상태 불안 수준을 측정하는 문항입니다.
적절하다고 생각하는 **번호를 골라서 'O'표**를 해주시기 바랍니다.

문 항	전혀 그렇지 않다 1	조금 그렇다 2	보통으로 그렇다 3	대단히 그렇다 4
1. 나는 마음이 **차분하다.**	1	2	3	4
2. 나는 마음이 **든든하다.**	1	2	3	4
3. 나는 **긴장되어 있다.**	1	2	3	4
4. 나는 **후회스럽고 서운하다.**	1	2	3	4
5. 나는 마음이 **편하다.**	1	2	3	4
6. 나는 **당황해서 어찌할 바를 모르겠다.**	1	2	3	4
7. 나는 **앞으로 불행이 있을까봐 걱정하고 있다.**	1	2	3	4
8. 나는 **마음이 놓인다.**	1	2	3	4
9. 나는 **불안하다.**	1	2	3	4
10.나는 **편안하게 느낀다.**	1	2	3	4
11.나는 **자신감**이 있다.	1	2	3	4
12.나는 **짜증스럽다.**	1	2	3	4
13.나는 **마음이 조마조마하다.**	1	2	3	4
14.나는 극도로 **긴장되어 있다.**	1	2	3	4
15.내 마음은 **긴장이 풀려 푸근하다.**	1	2	3	4
16.나는 **만족스럽다.**	1	2	3	4
17.나는 **걱정하고 있다.**	1	2	3	4
18.나는 **흥분되어 어쩔줄 모르겠다.**	1	2	3	4
19.나는 **즐겁다.**	1	2	3	4
20.나는 **기분이 좋다.**	1	2	3	4

Ⅱ. 다음은 귀하가 일반적으로 느끼는 특질 불안 수준을 측정하는 문항입니다.
자신의 생각이 어디에 해당하는지 [ ]에 'O'표를 해주십시요.

문 항	전혀 그렇지 않다	조금 그렇다	보통으로 그렇다	대단히 그렇다
1. 나는 **기분이 좋다.**	[ ]	[ ]	[ ]	[ ]
2. 나는 **쉽게 피로해진다.**	[ ]	[ ]	[ ]	[ ]
3. 나는 **울고 싶은 심정이다.**	[ ]	[ ]	[ ]	[ ]
4. 나도 **다른사람들처럼 행복했으면 좋겠다.**	[ ]	[ ]	[ ]	[ ]
5. 나는 **마음을 빨리 정하지 못해서 실패를 한다.**	[ ]	[ ]	[ ]	[ ]
6. 나는 **마음이 놓인다.**	[ ]	[ ]	[ ]	[ ]
7. 나는 **차분하고 침착하다.**	[ ]	[ ]	[ ]	[ ]
8. 나는 너무 많은 어려운 문제가 밀어 닥쳐서 **극복할수 없을 것 같다.**	[ ]	[ ]	[ ]	[ ]
9. 나는 **하찮은 일에 너무 걱정을 한다.**	[ ]	[ ]	[ ]	[ ]
10. 나는 **행복하다.**	[ ]	[ ]	[ ]	[ ]
11. 나는 무슨일이건 **힘들게 생각한다.**	[ ]	[ ]	[ ]	[ ]
12. 나는 **자신감이 부족하다.**	[ ]	[ ]	[ ]	[ ]
13. 나는 **마음이 든든하다.**	[ ]	[ ]	[ ]	[ ]
14. 나는 **위기나 어려움을 피하려고 애쓴다.**	[ ]	[ ]	[ ]	[ ]
15. 나는 **울적하다.**	[ ]	[ ]	[ ]	[ ]
16. 나는 **만족스럽다.**	[ ]	[ ]	[ ]	[ ]
17. **사소한 생각이 나를 괴롭힌다.**	[ ]	[ ]	[ ]	[ ]
18. 나는 **실망**을 지나치게 예민하게 받아들이기때문에 **머리속에서 지워 버릴 수가 없다.**	[ ]	[ ]	[ ]	[ ]
19. 나는 **착실한 사람이다.**	[ ]	[ ]	[ ]	[ ]
20. 나는 요즈음의 걱정거리나 관심거리를 생각만하면 **긴장되거나 어찌할 바를 모른다.**	[ ]	[ ]	[ ]	[ ]

Ⅲ. 아래의 문항들은 '여러분이 자신을 스스로 어떻게 보느냐'하는 자신에 대한 생각을 나타내는 문항입니다.

자신의 생각이 어디에 해당하는지 ( )에 'ㅇ'표를 해주십시요.

문 항	전혀 그렇지 않다	조금 그렇다	보통으로 그렇다	대단히 그렇다
1. 나는 내가 다른 사람들처럼 **가치있는 사람**이라고 생각한다.	( )	( )	( )	( )
2. 나는 **좋은 성품**을 가졌다고 생각한다.	( )	( )	( )	( )
3. 나는 대체적으로 **실패한 사람**이라는 느낌이든다.	( )	( )	( )	( )
4. 나는 대부분의 **다른 사람들과 같이 일을 잘할 수 있다.**	( )	( )	( )	( )
5. 나는 **자랑할 것이 별로 없다.**	( )	( )	( )	( )
6. 나는 내 자신에 대하여 **긍정적인 태도**를 가지고 있다.	( )	( )	( )	( )
7. 나는 **내 자신에 대하여 대체로 만족**한다.	( )	( )	( )	( )
8. 나는 **내 자신을 좀더 존경할수 있으면 좋겠다.**	( )	( )	( )	( )
9. 나는 가끔 내 자신이 **쓸모 없는 사람**이라는 느낌이 든다.	( )	( )	( )	( )
10.나는 때때로 내가 **좋지 않은 사람**이라고 생각한다.	( )	( )	( )	( )

Ⅳ. 아래문항은 개인적 군 생활 만족도를 측정하는 내용입니다.
자신의 생각이 어디에 해당하는지 **해당란에 'O'표를 해주십시요.**

1. 귀하는 **지난 몇 달 동안 군생활에 어떻게 느끼셨습니까?**

보기 ◦군생활이 재미있지도 지루하지도 않았다면 중간점수인 4점에 (○)표 해주십시오.
◦군생활이 매우 재미가 있었다면 1점에 (○)표 해주십시오.
◦군생활이 재미가 없고 매우 지루하였다면 7점에 (○)표 ,
그리고 약간 지루하였다면 5점 또는 6점에 (○)표 해주십시요.

※ 중간점수 4점을 기준으로 **점수가 낮아질수록 더 재미가 있는 것을, 높아질수록 더 지루한 것**을나타냅니다.

(1) ~ (4)번까지 4문항에 모두 (○)표 해주십시요.

	1	2	3	4	5	6	7	
(1)재미 있는	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	**지루한**
(2)가치 있는	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	**쓸모 없는**
(3)희망 적인	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	**비관 적인**
(4)보람 있는	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	**실망 스러운**

2. **모든점을 고려해 볼 때, 귀하는 자신의 군생활에 어느 정도 만족하십니까?**

전혀 만족 하지 않는다	0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100 %	**아주 만족한다**

Ⅴ. 해당란에 기재 또는 'ㅇ'표 해주십시오

1. 귀하의 **계급**은?
①□ 병장 ②□ 상병 ③□ 일병 ④□ 이병

2. 귀하의 **주특기**는?
①□ 전투분야 ②□ 행정분야 ③□ 기타(기재요망) _____

3. 귀하가 **군복무한 기간**은?(기재요망) _____ 개월

4. 귀하의 **생년월일**은?(기재요망) _____년 _____월(만 _____세)

5. 귀하의 형제자매중 **출생순서**는?(기재요망) _____명중 _____번째

6. 귀하의 **최종 학력**은?
①□ 고졸 ②□ 2년재 재학 또는 졸업 ③□ 4년재 재학 또는 졸업
④□ 대학원 재학 또는 졸업

7. 귀하의 **종교**는?
①□ 기독교 ②□ 천주교 ③□ 불교 ④□ 없음
⑤□ 기타 다른 종교(기재요망) _____

8. 귀하의 **입대전 직업**은 무었입니까?
①□ 학생 ②□ 대입 준비중 ③□ 회사원
④□ 개인사업 ⑤□ 취업준비중 ⑥□ 기타(기재요망) _____

9. 귀하는 현재 **결혼**을 하셨습니까?
①□ 아니오 ②□ 예

10. 현재 귀하 **부모님의 생존**상태는?
①□ 부모 모두 생존 ②□ 부친만 생존 ③□ 모친만 생존
④□ 두분 모두 돌아가심

11. 현재 귀하 **부모님의 결혼**상태는?
①□ 정상혼인 ②□ 별거 ③□ 이혼 ④□ 사별 ⑤□ 재혼

12. 귀하의 **가족 구성원(동거가족) 수**는 총 몇명입니까?(기재요망) _____명

13. 부모님이 **할아버지, 할머님을 모시고** 함께 살고 계십니까?
①□ 아니오 ②□ 예

14. 귀하 가정의 월평균 **총 수입정도**는(가족 구성원 합산)?
①□ 100만원 미만 ②□ 100~200만원 미만 ③□ 200~300만원 미만
④□ 300~400만원 미만 ⑤□ 400~500만원 미만 ⑥ 500만원 이상

15. 가족이나 친척중 **심리·정신적 문제**(불안 또는 우울 증세)로 치료나 입원을 한적이있는 인원이 있습니까?
①□ 없다 ②□ 있다

16. 귀하가 성장한 지역(**가장 오래 거주한 지역**)은 어떠한 곳입니까?
①□ 대도시(특별시/광역시) ②□ 중소도시 ③□ 어촌 ④□ 농촌
⑤□ 광산촌(산골) ⑥□ 기타(기재요망) _____

17. 귀하의 **일일 평균 흡연량**은 어느정도 입니까?(기재요망) _____개피

18. 귀하의 **입대전 음주관련** 질문입니다.

가. **음주 횟수**는? (음주 기준 : 1잔 이상 마시면 음주한 것으로 간주)
①□ 전혀 마시지 않음 ②□ 마시다가 끊음 ③□ 일년에 1~3번
④□ 한달에 1~3번 ⑤□ 일주일에 1~2번 ⑥□ 일주일에 3~4번
⑦□ 일주일에 5~7번

나. 입대전 연평균 **과음**(만취하도록 마심) 횟수는?
①□ 전혀 하지 않는다 ②□ 1년에 3회 이내 ③□ 3개월에 1~3회 이내
④□ 1개월에 1~3회 이내 ⑤□ 주 1회 이상

19. **전역후 할 일**이 정해져 있습니까?
①□ 불확실하다 ②□ 입대전과 다른 일을 할 예정이다
③□ 입대전 하던일을 계속 할것이다

20. 귀하는 무도(태권도, 유도등) 공인 몇 단 이십니까?
※무도의 종류에대한 고려 없이 총 단수만 기록 할 것
①□ 무(無)단 ②□ 1단 ③□ 2단 ④□ 3단
⑤□ 4단 ⑥□ 5단 이상

21. 귀하가 성장한 지역(**가장 오래 거주한 지역**)은 어떠한 곳입니까?
①□ 서울 ②□ 경기도 ③□ 충청도 ④□ 전라도
⑤□ 경상도 ⑥□ 강원도 ⑦□ 제주도 ⑧□ 국외

22. 입대전 귀하의 일일 평균 커피(디카페인 제외) 섭취량은
어느정도 입니까? _____ 잔(종이컵 기준)

23. 귀하는 한달 평균 종교행사에 몇 회나 참가하십니까? _____ 회
※전혀 가지 않으면 "0"회라고 기입하십시요

24. 귀하가 다니는 종교의 신에대한 절대적인 믿음을 가지고 있습니까?
①□ 전혀 그렇지 않다 ②□ 조금 그렇다 ③□ 보통으로 그렇다
④□ 대단히 그렇다

25. 귀하는 현재 교제하는 여자친구(애인)가 있습니까?
①□ 없다 ②□ 있다

26. 이성 친구(애인)에대한 질문입니다. 해당되는 번호를 고르세요
①□ 전혀 교제해본적이 없다
②□ 교제했었으나 입대전 헤어졌다
③□ 교제했었으나 입대후 헤어졌다
④□ 입대전에 교제하던 여자친구와 계속 사귀고 있다
⑤□ 군 입대후 새로운 여자친구와 사귀고 있다

27. 귀하는 현재 펜팔을 하고 계십니까?
①□ 아니다 ②□ 그렇다

28. 초등학교 입학전(1-6세) 귀하의 육아 상태는?
①□ 전업 주부인 모친 밑에서 성장
②□ 부모의 맞벌이로 주간에는 보육시설(놀이방, 어린이집, 학원 등), 야간에 집
③□ 부모와 떨어져 조부모(할머니) 밑에서 성장
④□ 부모와 떨어져 조부모를 제외한 친척 밑에서 성장
⑤□ 전문 보육시설(보육원, 고아원 등) : 주, 야간 지속 기거
⑥□ 기타 (기재 요망) _____

29. 군생활중 가장 불안(스트레스)을 많이 느끼는 때는 언제입니까?(기재요망)
( )

☺수고 하셨습니다. 설문에 응해 주셔서 감사합니다.

ABSTRACT

A Study on the Level of Soldiers' Anxiety and Anxiety-Related Factors

Kim, Sung Sik
Dept.of Public health
The Graduate School
Yonsei University

The purpose of this research is to propose an efficient way to manage soldiers and prevent military accidents in the future by measuring the degree of anxiety of soldiers in their military life using Spielberg's STAI and analyzing its effect on mental health, its related factors, its relation to anxiety focusing on the degree of military life satisfaction and self-esteem. With a sample of 350 soldiers selected from 6 battalion-level troops located in Seoul and nearby, we did the research using a special method in a Self-Administration manner. Using the statistical package, SAS(statistical analysis system), we analyzed the data through t-test, ANOVA, correlation analysis, and Regression analysis. The results of the research are as follows;

1. According to the anxiety scores measured by STAI in the research, state-anxiety(STAI-S) ranges between 20-78 points, trait-anxiety(STAI-T) ranges between 20-77 points, and their averages are 40.90 for STAI-S and 40.14 for STAI-T respectively. In addition, self-efficacy ranges between 13-40 points with

the average of 16.75 and military life satisfaction ranges between 4 to 28 with the average of 16.75

2. Statistically significant factors related to soldiers' anxiety are rank, the duration of the military service, religious faith, numbers of religious rituals, past mental disease of family members, frequency of drinking, frequency of intemperate drinking, future career after discharge, martial arts and educational level. Factors like age, religion, career before the military service, birth order, marital status of parents, grandparent support, monthly wage, growth area, childhood state, girl friend, marriage, smoking, coffee, and drinking turn out to be statistically insignificant.

3. State-anxiety(STAI-S) and trait-anxiety(STAI-T) have a statistically significant positive correlation with each other.

4. The trait-anxiety(STAI-T) has a statistically significant positive correlation with satisfaction of life in military, self-esteem, frequency of intemperate drinking, duration of the military service, martial arts.

5. The trait-anxiety(STAI-T) has a statistically significant negative correlation with smoking, frequency of drinking, religious faith, coffee.

6. As a result of multi-regression analysis, factors related to or influencing on the level of anxiety were satisfaction of life in military, self-esteem, duration of the military service, frequency of intemperate drinking.

Therefore, judging solely by the result of this research, we can conclude that satisfaction in military life is related to degree of anxiety, thus by eliminating those statistically revealed significant anxiety factors, will help enhance safety in military and prevent accidents. In addition, furthermore it may be a good reference for the further research on anxiety in military and accident prevention.

Key words : trait-anxiety, state-anxiety, satisfaction in military life, self-esteem