

훈련병들의 자기인식과 타인인식 및 심리적위기감의 관계에서 대인관계유연성의 매개효과

이정원*

서울사이버대학교 군경상담학과

이정화

APL연구소

본 연구는 병사들의 위기발생이 주로 군입대 초기에 발생하며, 주로 인간관계문제로 발생한다는 조사들에 기초하여, 위기와 대인관계에 영향을 미치는 변인으로서 자기인식과 타인인식을 살펴보는 데 목적을 두었다. 이를 위해 병역판정검사를 받고 현역병으로 훈련소에 입소하는 훈련병들의 심리적위기감이 자기인식, 타인인식, 대인관계유연성과 어떤 관계를 가지고 있는지 알아보고자 하였다. 본 연구를 위해, 육군훈련소에 입소한 훈련병 901명을 대상으로 본 연구의 가설적 모형에 포함되는 변수인 자기인식, 타인인식, 대인관계유연성, 심리적위기감 검사를 실시하여 이를 분석하였다. 가설적 모형의 분석결과 자기인식은 대인관계유연성과 심리적위기감에 영향을 미쳤고, 타인인식도 대인관계유연성과 심리적위기감에 영향을 미쳤다. 또한 대인관계유연성이 심리적 위기감에 영향을 미쳤다. 매개효과분석에서는 자기인식과 심리적위기감 간에 매개효과가 있음을 확인하였다. 이러한 결과들은 훈련병들의 심리적위기감이 자기인식과 타인인식 변인들과 관련이 있음을 시사하며, 대인관계유연성 증대가 심리적 위기감을 증폭시키는데 더 긍정적 영향을 줄 수 있음을 시사한다. 끝으로 본 연구의 제한점과 추후 연구를 위해 고려할 점을 제시하였다.

주요어 : 자기인식, 타인인식, 대인관계유연성

* 교신 저자 : 이정원, 서울사이버대학교 군경상담학과 교수, (01133) 서울시 강북구 숭매로49길 60,
Tel: 02-944-5162, E-mail: leejw@iscu.ac.kr

1. 서론

국가인원위원회(2017) 보고에 따르면 복무 부적응자 수는 2014년에 3,132명, 15년도 3,310명, 16년도 3,493명으로 해마다 복무 부적합 인원이 증가하는 추세여서 위기병사들의 문제원인과 대책의 시급함이 지속적으로 제기되고 있는 실정이다. 이들은 훈련소나 신병교육대에서의 신병교육단계에서 또는 자대배치 단계에서 검사 및 행동관찰 등의 식별과정을 통해 위기 관심병사들로 선별되고 이들의 교육 및 상담을 지원하는 그린캠프 교육대에 입소하여 복무부적응자, 위기 및 자살우려자 관리 및 치료에 참여하고 있다.

병사들의 위기 및 부적응을 초래하는 요인들 중 하나로, 여러 연구들은 상사나 동료들의 갈등이 가장 높은 요인으로 보고되어 왔다(정현주 등 2014; 류진혜, 2009; 이상엽, 2009; 이용석, 2012; 장보선, 2010). 그린캠프 입소자들을 대상으로 한 조사에서도 76%가 부적응 원인을 대인관계 갈등으로 보고하였으며(유종훈, 2010), 국가인권위원회(2017)조사에서도 폭행사건의 65%가 인간관계의 갈등으로 인해 발생된다고 보고하였다. 병사들이 위기가 초래되는 시점에 대한 연구에서 정현주 등(2014)은 부적응 병사의 85%가 입대 1년 미만의 병사들로 보고하였다. 신병들은 자대전입 후 적응기를 갖게 되며, 새로운 부대 구성원들과의 적응 문제를 겪게 된다. 훈련소 입대 전 자유로운 환경에서 생활하던 개성과 개인 사생활을 중시했던 신세대 병사들은 군 조직의 통제된 단체생활로 인해 군 입대 후 다소 적응기를 겪게 된다(류진혜, 2009). 홍명기(2001)는 신병들이 입대 초기에 불안과 두려움을 가

장 많이 보고하며, 주로 입대 환경에 직면하여 동료 및 계급적 관계, 군의 규정과 상관이 있는 것으로 나타났다. 이러한 보고들은 입대간신병들의 부적응과 관련하여 병역 내 대인관계 문제에 대한 조명과 함께, 입대 후 1년 미만의 병사들의 대한 위기개입전략에 대한 조명이 필요함을 시사한다. 즉, 가능한 한 입대 초기에 위기 및 부적응 변인을 사전에 감소시키려는 노력으로 대인관계향상이 조명될 필요가 있음을 말해주고 있다.

현재 군에서는 신병들이 주관적으로 느끼는 심리적 위기를 완화하기 위한 프로그램으로 육군리더십센터에서는 신병들을 위한 지휘관 병영상담 교육을 시행하고 있으며, 2009년부터 병영생활전문상담관이 배치되어 병사들의 적응을 지원하기 시작하였다. 또한 위기 및 부적응 병사들을 위한 그린캠프를 통해 다양한 프로그램이 실험되고 있다. 그러나 현재 진행되고 있는 교육과 프로그램들은 보다 더 위기에 효율적으로 대처할 수 있는 다양한 경험 및 실험연구들의 지속적인 뒷받침이 여전히 필요한 실정이다

여러 실험연구들은 부적응 병사들의 대인관계향상에 목적을 두고 수정 개발하여 활용한 집단상담, 미술치료, 음악치료 등의 다양한 치료적 개입으로 병사들의 대인관계가 향상되었을 때 군적응에 유의미한 영향이 있었음을 보고(정윤경, 2011; 최혜란, 2011; 임덕희, 2010)하고 있어, 대인관계향상이 군 위기 및 적응에 중요한 개입영역임을 나타내고 있다.

신병들은 초기에 적절하고 안정적인 적응교육과 훈련을 통해 군의 조직원들과 이해와 공감속에 안정된 병영생활을 시작하는 것이 바람직하지만, 군의 가치나 규범을 부정적으로 받아들

이거나 유연하게 수용하지 못하는 경우, 군 부적응이 야기된다(이홍철, 2009). 이것은 병사들의 대인관계유연성의 차이가 위기 및 적응에 영향을 미칠 수 있음을 시사한다. 군이라는 환경은 국가안보를 목표로 하며 규율과 질서 및 명령과 복종의 상하관계가 명시된 특수 조직으로, 개인은 계급과 명령이 존재하는 특수한 조직 환경을 수용할 수 있는 심리적 유연성이 요구될 수 있다. 그러나 경직된 사고는 자신과 환경 간을 융합하지 못함으로써 간부나 선임들의 행동을 수용하지 못하게 되어 갈등 및 폭행과 같은 문제들을 발생시키기도 하며, 우울, 심리적 혼란, 군무이탈, 자해 및 자살 등의 위기와 사고로 나타나기도 한다(정윤경, 2011).

Rigby와 Cox(1996)는 대인관계부적응이 높을수록 자기중심적이고 유연성이 낮은 심리적 특성을 보이는 경향이 높고, 자신의 내적 특성을 인식하고 타인의 입장과 상황을 인식하는 능력이 낮은 경향이 있음을 보고하였다. 자신의 내적 사고 및 특성을 제대로 인식하지 못하는 경우에 자신에 대해 지나치게 민감하거나 타인의 행동에 과민한 반응함으로써 대인관계에 심리적위기 및 부적응을 초래하는 역기능을 가져올 수 있다(Olweus, 1994). 유연성이란 다양한 환경의 변화로부터 회복하거나 조절하는 능력으로 위기상황에서 성공적으로 적응하는 능력이라고 정의된다(Masten, Best & Garmezy, 1990). 즉, 유연성은 위기에 노출된 개인이 위기환경을 극복하고 다시 적응수준으로 돌아오는 능력이다(Garmezy, 1993; Rutter, 1990). 대인관계유연성은 대인관계 속에서 상황에 맞게 개인의 행동을 조절할 수 있는 능력으로써, 광범위한 대인관계에 적응적으로 반응하도록 하여 위기를 최소화할 수 있도록 돕

는다(Leary, 1957). 따라서 대인관계유연성이 증가할 때 통제가 어려운 심각한 위기상황에도 적응적 기능을 더 잘 유지할 수 있으며, 외부의 위기나 도전에 저항 및 기저선으로의 회복이 신속할 수 있다(Walsh, 1998).

개인은 무의식적 경험으로 인한 자기중심적 사고와 잠재되어 있는 자신만의 성격특성으로 모든 변화하는 다양한 관계에 반응한다(Rigby & Cox, 1996). 따라서 자신의 무의식적 행동 특성을 통찰하거나 인식하지 못할 때 타인의 특정행동에 대해 왜곡하여 받아들임으로서 대인관계유연성이 저하되어 상호작용이 원활하지 못한 위기 및 부적응적 방식으로 반응하게 된다(Rigby & Cox, 1996).

자기와 타인에 대한 인식이란 심리 내적 과정 뿐 아니라 행동 및 성격특성을 인식하는 것을 포함한다(Fenigstein, 1979). 김정택 등(1997)은 자신과 타인의 성격특성의 유형에 따른 개인의 심리적 에너지의 방향과 판단 및 태도에 대한 이해 역시, 자신과 타인을 이해하고 수용하는데 유용하며, 대인관계위기 감소에 긍정적 영향을 미칠 수 있음을 시사하였다. Hayes 등(2004)은 자기 및 타인을 향한 지각과 수용이 스트레스상황에서 심리적 위기감 감소에 긍정적 영향을 미칠 수 있으며, 자기와 타인에 대한 인식적 자각이 심리적 공간을 더욱 확대함으로써 심리적 유연성을 확보하는데 기여하는 중요한 변수임을 제안하였다. Kabat-Zin(1987)은 자신과 타인에 대한 자각적 인식은 유연성에 확보에 필수적이며, 이는 위기를 초래하는 스트레스 환경에 직면했을 때, 경직된 방식으로 반사적 반응을 하거나, 역기능적 심리상태에 몰입하기보다 더 유연하게 기능적으로 대처할 수 있도록 돕는다고 하였다. 즉,

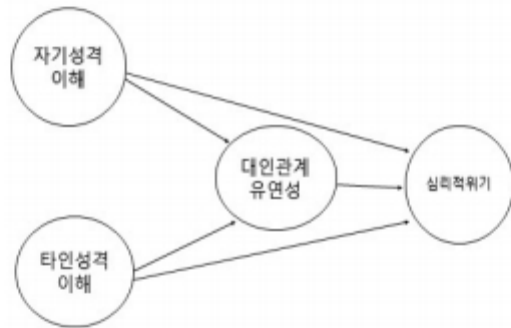
자기와 타인에 대한 자각적 인식은 대인관계 유연성을 더욱 증가시킴으로 심리적위기감 감소에 기여할 수 있음을 시사한다. Brannon과 Knoblauch(1982)는 대인관계유연성이 높은 사람일수록 자신을 있는 그대로 이해 및 수용력을 증가시키고 타인에게 자신을 개방할 수 있는 태도를 높일 수 있는 자기이해가 수반되며 반면에, 자기이해가 수반되지 않을 때 자기은폐와 왜곡 등으로 자기분열과 위기에 접근할 수 있다고 하였다. 또한 사람은 타인과 감정, 생각, 의도 등을 서로 교환하며 살아간다. 대인관계유연성이 높은 사람일수록 타인에 대한 이해와 수용 수준이 높고 타인의 대한 정보가 많을수록 대인관계에 긍정적인 개인의 태도변화가 이루어지기 용이해질 수 있다(지용근, 1997). 이는 대인관계유연성과 심리적위기가 자기이해와 타인이해에 의해 영향을 받을 수 있으며, 대인관계유연성이 자기 및 타인이해와 심리적 위기 간에 간접영향을 미칠 수 있음을 시사한다.

현재 병사들의 위기발생이 주로 군입대 초기에 발생하며, 주로 인간관계문제로 발생한다는 조사들에 기초하여, 병사들의 대인관계향상을 목적으로 다양한 프로그램들이 실험되고 있고 그 효과들이 제시되고 있지만, 여전히 독립변인과 종속변인 간의 명료한 관계와 영향방식에 대한 근거가 미흡한 실정이다. 이러한 점은 대인관계향상 프로그램을 구성할 때, 종속변인에 영향을 미치는 독립변인들의 근거가 불분명하거나 지나치게 임의적인 면이 우려될 수 있다.

본 연구는 위기와 대인관계에 영향을 주는 변인들을 살펴봄으로써 이후, 위기개입을 위한 프로그램개발 시, 독립변인과 종속변인의

이론적 근거를 제시하는데 목적을 두었다. 이를 위해 선행연구에서 자기인식, 타인인식이 심리적위기감 감소에 긍정적일 수 있으며, 자기인식과 타인인식이 대인관계유연성을 더욱 증가시킴으로 심리적위기감 감소에 기여할 수 있다는 제안들에 기초하여 다음과 같은 모형을 설정하여, 훈련병들을 대상으로 얻은 경험적 자료를 통해 자기인식과 타인인식이 심리적위기감과 대인관계유연성에 미치는 영향과 함께 그 관계들을 확인하고자 하였다.

본 연구의 모형은 <그림 1>과 같다.



<그림 1> 연구모형

본 연구의 가설은 다음과 같다:

- 가설1. 자기인식과 타인인식이 대인관계유연성에 영향을 미칠 것이다.
- 가설2. 자기인식과 타인인식이 심리적위기감에 영향을 미칠 것이다.
- 가설3. 자기인식과 타인인식이 대인관계유연성을 통해 심리적위기감에 영향을 미칠 것이다.

2. 방법

연구대상

N소재 육군훈련소에 입소한 훈련병 901명을 대상으로 하였다. 대상자의 평균연령은 21.8세였다.

측정도구

대인관계유연성척도

대인관계유연성을 측정하기 위하여 홍숙지(2005)가 개발한 자기보고식 척도를 수정, 보완하여 사용하였다. 본 척도는 11문항으로 2개의 하위척도인 대인관계적응성과 문화적적응성으로 구분되어있다. 5점 Likert 척도로 평정된다. 본 연구에서 문항의 내적 합치도 계수는 .82로 나타났다.

심리적위기감척도

심리적위기감을 측정하기 위해 김애순 등(1991)이 개발한 척도를 본 연구 취지에 맞게 수정, 보완하여 사용하였다. 본 척도는 7점 척도이나 본 연구에서는 참여자 집단의 규모가 커서 실시의 편리성을 위해 5점 Likert 척도로 평정하였다. 본 연구에서 문항의 내적 합치도 계수는 .75로 나타났다.

자기인식척도

자기인식을 측정하기 위해 은혁기(2000)가 청소년들을 대상으로 개발한 문항의 자기보고식 척도로 본 연구에서는 사적 자기인식척도를 수정, 보완하여 사용하였다. 본 연구에서는 5점 Likert 척도로 평정하였다. 본 연구에서 문항의 내적 합치도 계수는 .79로 나타났다.

타인인식척도

타인인식을 측정하기 위해 은혁기(2000)가 청소년을 대상으로 개발한 문항의 자기보고식 척도를 수정, 보완하여 사용하였다. 5점 Likert 척도로 평정하였다. 본 연구에서 문항의 내적 합치도 계수는 .78로 나타났다.

절차

N시 소재 육군훈련소에 입소한 훈련병 926명을 대상으로 대인관계유연성, 심리적위기감, 자기인식, 타인인식 검사를 실시하였다. 총 926명 중 1/3이상 응답하지 않은 자료(21명), 한 가지 반응으로만 일관해서 타당성이 의심되는 자료(4명)들은 분석에서 제외하였다. 소수의 결측치외 대체로 성실하게 응답한 901명의 설문만 분석 대상이 되었다.

분석

각 변인들 간의 관계를 살펴보기 위해 Amos를 사용하였고, 부트스트래핑(bootstrapping)을 실시하여 매개효과가 통계적으로 유의한지 확인하였다.

3. 결과

1. 변인들의 상관계수

〈표 1〉은 각 변인들 간의 관계를 살펴보기 위한 상관계수 값과 평균, 표준편차를 계산하였다. 척도들은 점도가 0보다 작고, 왜도가 0보다 크므로 평균보다 높은 점수 분포를 보이고, 정규분포모양이 넓게 퍼져있을 것으로 여겨진다. 자기인식과 타인인식은 대인관계유연성과는 정적상관을, 심리적위기감과는 부적상

〈표 1〉 변인의 기술통계 및 상관계수

	1	2	3	4
1. 자기인식	1			
2. 타인인식	.255**	1		
3. 대인관계유연성	.169*	.159*	1	
4. 심리적위기감	-.240**	-.150*	-.705**	1
왜도	.322	.118	.460	.439
첨도	-.699	-.467	-.122	-.100
M	22.22	13.46	64.30	11.55
SD	3.678	3.555	9.716	1.800

*p<.05, **p<.01

관을 보였다. 대인관계유연성은 심리적위기감과 부적상관을 보였다.

2. 측정모형의 적합도

위의 연구모형을 검증하기 위해서 〈표 2〉에서 보듯이 우선 측정모형의 적합도를 살펴보았다. 모든 문항을 사용해서 측정모형을 검증했을 때 모형적합도가 적합한 수준이 아니어서, 표준화계수가 상대적으로 낮은 자기인식 척도의 1,6,8문항과 심리적위기감의 3번문항을 제거한 후 측정모형의 적합도를 살펴본 결과 $X^2=277.299$, TLI=.914,

CFI=.922, RMSEA=.066으로 나타났다. TLI와 IFI는 .90이상으로 적합하였으므로 최종 측정모형으로 선택하였다.

〈표 2〉 측정모형의 적합도

모형	$X^2(df)$	TLI	CFI	RMSEA
측정모형	277.299 (126)	0.914	0.922	0.066

3. 측정모형 결과

〈표 3〉 측정모형 결과

요인	문항	비표준화 계수	표준 오차	표준화 계수	
자기인식	문항2	1.000		0.721**	
	문항3	1.160	0.110	0.720**	
	문항4	1.311	0.105	0.870**	
	문항5	1.090	0.097	0.760**	
	문항7	0.863	0.097	0.684**	
	문항9	0.865	0.093	0.628**	
	타인인식	내적 타인인식 (12문항:1,5,6,7,8,11,12,16,17,18,19,21)	1.020		0.751**
		외적 타인인식 (5문항: 34,9,13,20)	0.912	0.098	0.766**
		공상적 타인인식 (4문항, 2,10,14,15)	0.625	0.081	0.580**
대인관계유연성	대인관계적응성 (문항1,2,3,4,5)	1.000		0.713**	
	문화적적응성 (문항6,7,8,9,10,11)	1.708	0.188	0.706**	
심리적위기감	문항1	1.000		0.901**	
	문항2	1.002	0.061	0.859**	
	문항4	0.756	0.064	0.671**	

4. 구조모형 적합도

구조모형으로 연구모형과 자기인식, 타인인식, 대인관계유연성, 심리적위기감 간의 직접효과를 제외한 모형을 살펴보았다. 연구모형은 〈표 4〉에서 보듯이, 모형 1과 직접효과를 제거한 모형2의 모형적합도가 차이 나게 달라지지 않았으므로, 대인관계유연성의 매개효과를 살펴보기 위해서 자기인식과 심리적위기감, 타인인식과 심리적위기감 간의 직접효과를 포함하고 있는 모형 1을 선택하였다.

〈표 4〉 구조모형(Structural model)

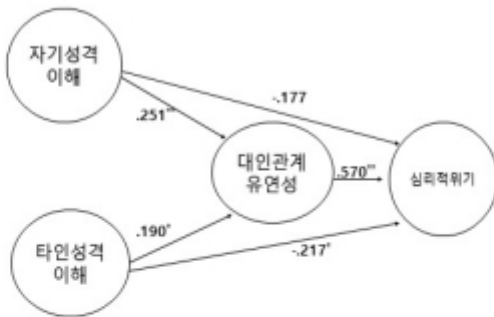
모형	$X^2(df)$	$\frac{\Delta}{X^2}$	TLI	CFI	RMSEA
모형1	277.299 (126)		0.914	0.922	0.066
모형2	270.111 (131)	1.699	0.921	0.916	0.065

〈표 5〉 구조모형(Structural model)

경로 (간접효과)	β	BC 95% CI
자기인식 → 심리적유연성	-.101	(-.355 -.179)
타인인식 → 심리적유연성	.167	(-.309 .247)

4. 구조모형

모형 1을 통해서 경로계수를 추정된 결과, 자기인식에서 대인관계유연성은 .251로, 심리적위기감도 .177로 통계적으로 유의미한 영향을 나타냈다. 타인인식에서 대인관계유연성은 .190으로 심리적위기감에서 .217로 유의미한 영향을 나타냈다. 대인관계유연성과 심리적위기감 간의 관계에서 .570의 유의미한 영향을 보여주었다. 그림 2와 같이 구조모형의 결과를 보여준다.



〈그림 2〉 구조모형

5. 간접효과

다음으로 대인관계유연성이 자기인식과 심리적위기감, 타인인식과 심리적위기감의 관계

에서 매개효과가 있는지 살펴보았다. 대인관계유연성의 매개효과를 살펴보기 위해서 부트스트래핑 방법으로 간접효과를 살펴보았다. 검증결과, 〈표 5〉와 같이, 자기인식과 심리적위기감 간에 대인관계유연성은 매개효과를 보이지만, 타인인식과 심리적위기감 간의 관계에서 대인관계유연성은 매개효과를 갖지 않는 것으로 나타났다.

4. 논의

본 연구에서는 군입대 초기에 병사들의 위기발생이 가장 높고, 주로 인간관계문제로 발생한다는 보고들에 기초하여 위기와 대인관계에 영향을 주는 변인들을 살펴보고자 하였다. 이를 위해 901명의 훈련병들을 대상으로 심리적위기감이 자기인식, 타인인식, 대인관계유연성과 어떤 관계를 가지고 있는지, 어떤 방식으로 영향을 미치는지를 알아보려고 하였다. 본 연구의 가설1은 자기인식, 타인인식과 대인관계유연성 간의 관계, 가설2는 자기인식, 타인인식과 심리적위기감 간의 관계, 가설3은 자기인식, 타인인식이 대인관계유연성을 통해 심리적위기감에 미치는 매개효과

확인으로 설정하였다. 본 연구의 결과와 논의는 다음과 같다.

첫째, 심리적위기감, 자기인식, 타인인식, 대인관계유연성 간의 상관관계를 알아본 결과, 자기인식과 타인인식은 대인관계유연성과는 정적상관, 심리적위기감과는 부적상관을 보였고, 대인관계유연성은 심리적위기감과 부적상관을 보였다. 이러한 결과는 가설1을 지지하며, 이러한 결과는 자기와 타인인식을 통해 위기적 스트레스 상태가 유연성과 관련이 있다는 선행 연구들을 주장들을 지지한다 (Hayes et. al., 2004.; Kabat-Zin, 1987; Rigby & Cox, 1996).

둘째, 경로계수 추정을 통해 살펴본 결과, 자기인식과 타인인식이 대인관계유연성과 심리적위기감과 유의미한 영향을 나타냈고, 대인관계유연성과 심리적위기감 간의 관계에서도 유의미한 영향이 나타났다. 이러한 결과는 가설2를 지지하는 결과로, 이는 자각적 자기인식과 타인인식이 유연성 확보와 심리적 위기대처에 긍정적일 수 있다는 제안을 지지한다(Kabat-Zinn, 1987). 나아가 훈련병들의 심리적위기감을 낮추기 위한 개입으로, 대인관계유연성, 자기성격 및 타인성격 인식의 증가를 위한 개입이 필요할 수 있음을 시사한다.

셋째, 매개효과 분석을 통해, 높은 자기인식이 대인관계유연성을 통해 심리적위기감을 증가시킬 수 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 본 연구의 가설3을 지지하는 것으로, 대인관계유연성이 높을 수록 자기이해가 높고 심리적위기의 대처능력도 증가될 수 있다 (Knoblauch(1982)는 연구결과를 지지한다. 그러나 타인인식과 심리적 유연성 간에 대인관계유연성은 매개효과가 나타나지 않았다. 즉 타인인식은 대인관계유연성을 매개하지 않고

직접 심리적위기에 영향을 미치고 있음을 의미한다. 이러한 결과들은 입대병사들의 심리적 위기가 대인관계유연성과 자기 및 타인인식과 관련이 있으며, 나아가 자살과 같은 심리적 위기를 개선 및 예방하기 위해서 대인관계유연성을 높일 수 있는 자기 및 타인인식을 증대시킬 필요가 있음을 의미한다.

본 연구의 제한점으로는 훈련소 신병교육대에 입대한 훈련병을 대상으로 하였다는 점이다. 이후 연구는 분기별 기간 마다 표집하여 병역기간에 따른 위기 변인의 변화 탐색과 함께 개선 개입 및 보완 전략을 탐색 할 필요가 있다. 또한 새로운 군 환경에서 적응을 잘하는 집단에 대한 적응변인을 탐색하는 연구도 필요할 것으로 여겨진다.

그럼에도 불구하고 본 연구의 의의는 첫째, 병사들의 심리적 위기감 감소를 위한 앞으로의 프로그램 개발을 위한 기초 근거를 제시한다는 점에 의의가 있다. 즉, 병사들의 대인관계향상을 위해 활용될 수 있는 대인관계향상 프로그램을 구성 시, 종속변인에 영향을 미치는 독립변인들에 대한 근거를 제시하였다는 점에 의의가 있다.

둘째, 최근 자기인식이 대인관계유연성확대에 관여하며, 유연성은 스트레스 및 위기관리에 유용할 수 있다는 이론들이 소개되면서 유연성확보가 다양한 대인관계 부적응 행동에 적용될 수 있는 변인일 수 있음을 제시되고 있다(Hayes et al., 2004; Jensen et.al., 2012; Teasdale et al., 2002). 본 연구는 이러한 연구들에 근거하여, 병사들의 위기감 감소를 위한 변인으로 대인관계유연성, 자기인식 및 타인인식을 탐색하였다는 점에 의의가 있다. 이는 군의 위기 및 부적응 감소를 위해 병사들을 대상으로 적용될 수 있는 대인관계향상 프로그램

램에 유연성과 자기와 타인에 대한 인식 및 이해가 필요할 수 있음에 대한 근거를 경험적 연구로 제시하였다는 점에 의의가 있다.

미래의 연구는 본 연구의 경험적 탐색 결과를 근거하여 자기와 타인에 대한 인식 및 이해로 프로그램을 구성하여 개발하고, 실제 입대 병사들을 대상으로 실험을 하여 위기감소 및 대인관계 증대에 효과가 있는지 효과검증을 위한 연구가 필요할 수 있을 것이다.

참고문헌

국가인권위원회 (2017). 군 적응교육 프로그램 인권상황 실태조사.

김애순, 윤진 (1991). 중년기 위기감 척도 제작에 관한 연구. *한국심리학회지*, 4(1), 73-87.

김정택, 심혜숙 (1997). 비행청소년을 위한 MBTI성장 프로그램 개발 및 효과검증. *한국심리유형학회지*, 4, 52-78.

류진혜 (2009). 능력육성 상담교육. 국방부, 97-99.

유종훈 (2010). 상시 비전캠프 제도가 복무 부 적응 병사의 군 생활 적응 및 자아존중감에 미치는 효과. *상지대학교 석사학위논문*.

은혁기 (2000). 청소년들의 자기인식, 타인인식, 대인기술 및 대인관계 만족에 관한 연구. *청소년 상담연구*, 9, 136-157.

이상엽 (2009). GP총기난사 사건 관련 프레임 분석: 진보와 보수신문을 중심으로. *고려대학교 석사학위논문*.

이용석 (2012). 군 부적응 병사의 군 적응을 위한 관계성 향상 음악치료 프로그램의 효과. *이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문*.

이홍철 (2009). 군 부적응 사병과 일반 사병의

충동성과 스트레스 대처방식 사회성의 차이에 관한 연구. *가톨릭대학교 석사학위논문*.

임덕희 (2010). 군 생활 적응에 영향을 미치는 요인들에 관한 연구. *덕성여자대학교 석사학위논문*.

장보선 (2010). 군 장병의 스트레스 실태와 사고예방 대책에 관한 연구. *동국대학교 석사학위논문*.

정윤경 (2011). 현역 병사들의 자아존중감, 스트레스, 사회적 지지가 병영생활 적응에 미치는 영향에 관한 연구. *건국대학교 석사학위논문*.

정현주, 권재철, 전은령, 차영은, 민경옥 (2014). 한국적 의사소통 집단상담 프로그램이 전입신병의 인간관계와 군 적응에 미치는 효과. *군진간호연구*, 32, 82-89

지용근(1997). 인간관계훈련이 대인관계 성향에 미치는 효과. *울산대학교 석사학위논문*.

최혜란 (2011). 군 생활 적응에 영향을 주는 위험요인과 보호요인 연구. *우석대학교 박사학위논문*.

홍명기 (2001). 군 전입신병의 효율적 동화 방안에 관한 연구. *한남대학교 석사학위논문*.

홍숙지 (2005). 개인 유연성척도 개발과 타당화 연구. *성균관대학교 석사학위논문*.

Brannon, L., & Knoblauch, C. H. (1982). On student's rights to their own texts: A Model of teacher's response, *College Composition and Communication*, 33(2), 157-166.

Fenigstein, M. P. (1979). Self-disclosure and expressed self esteem, social distance, and areas of the self-revealed. *Journal of psychology*, 56, 405-414.

- Garnezy, N. (1993). Children in Poverty: Resilience Despite Risk, *Psychiatry: Interpersonal & Biological Processes*, 56(1), 127-342.
- Hayes, S. C., Strosahl, K., Wilson, K. G., & Bissett, R. T. (2004). Measuring experiential avoidance: A preliminary test of a working mode. *The psychological record*, 54(4), 553.
- Jensen, C. G., Vangkilde, S., Frokjaer, V., & Hasselbalch, S. G. (2012). Mindfulness training affects attention? Or is it attentional effort? *Journal of Experimental Psychology: General*, 141(1), 106-123.
- Kabat-zin, A. E. (1987). Treatment of antisocial behavior in children: Current status and future directions. *Psychological Bulletin*, 102, 187-203.
- Leary, T. (1957). *Interpersonal diagnosis of personality*. New York: Ronald press.
- Masten, A. S., Best, K. M., & Garnezy, N., (1990). Resilience and Development: Contribution from the study of children Who Overcome Adversity, *Development and psychopathology*, 2, 425-444.
- Olweus, D. (1994). Annotation: Bullying at school: Basic facts and effect of a school based intervention program. *Journal of child Psychology and psychiatry*, 35, 1171-1190.
- Rigby, K., & Cox, I. (1996). The contribution of bullying at school and low self-esteem to acts of delinquency among australian teenagers personality and individual differences, 21(4), 609-612.
- Rutter, M., (1990). *Psychosocial Resilience and Protective Mechanism*, In J. Rolf, A. Master, D. Cicchetti, K. Neuchterlein, & S. Weintreub (EDs.), *Risk and Protective Factors in the Development of Psychopathology*. New York: Cambridge University Press, 181-184.
- Teasdale, J. D., Moore, R. G., Hayhurst, H., Pope, M., Williams, S., & Segal, A. V. (2002). Meta-cognitive awareness and prevention of relapse in depression: Empirical evidence, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 70, 275-287.
- Walsh, F. (1998). *Strengthening Family Resilience*, NY: The Guilford Press

투고일자: 2019. 10. 15.

심사일자: 2019. 11. 13.

게재확정일자: 2019. 11. 28.

The Mediating Effect of the Interpersonal Flexibility on the Psychological Crisis of Trainee Soldiers

Jungwon Lee

Seoul Cyber University

Jungwha Lee

APL Institute

This study is aimed at examining self-awareness and other-awareness as affective variables in crisis and interpersonal relationship of trainee soldiers, based on the research showing that most of the crises among soldiers occur in the early stage of their military service because of the problems in relationship with others. For the aim, this study set a goal to examine the relation of psychological crisis of trainee soldiers to self-awareness, other-awareness and interpersonal flexibility. The test of self-awareness, other-awareness, flexibility of relationships, and psychological crisis were administered to 901 trainee soldiers who were admitted to the Army Training Center. Results showed that the self-awareness and other-awareness affected the interpersonal flexibility and the psychological crisis. Also, interpersonal flexibility confirmed the mediating effect between self-awareness and psychological crisis. These results suggest that the psychological crisis of trainee soldiers is related to interpersonal flexibility and that self-awareness and other-awareness may have a positive effect on increasing interpersonal flexibility. Finally, the limitations of this study and the points to consider for further studies were proposed.

Keywords : *Self-awareness, Other-awareness, Interpersonal flexibility*

