

병사의 군생활 스트레스와 군생활 만족도의 관계:
좌절된 소속감을 통한 자기효능감의 조절된 매개효과
The Relationship Between Soldiers' Military Life Stress and
Satisfaction: The Moderated Mediation Effect of Self-Efficacy
Through Thwarted Belongingness

이 선 민

계명대학교 일반대학원 교육학 박사

Lee, Sunmin

Doctor of Education, Graduate School of General Studies,
Keimyung University

병사의 군생활 스트레스와 군생활 만족도의 관계:
좌절된 소속감을 통한 자기효능감의 조절된 매개효과
The Relationship Between Soldiers' Military Life Stress and
Satisfaction: The Moderated Mediation Effect of Self-Efficacy
Through Thwarted Belongingness

이 선 민)
Lee, Sunmin

국 문 요 약

본 연구의 목적은 병사의 군생활 스트레스와 군생활 만족도의 관계에서 좌절된 소속감이 매개역할을 하는지 검증하고 나아가 이러한 매개효과를 자기효능감이 조절하는 조절된 매개효과를 나타내는지 살펴보는데 있다. 연구를 위해 2019년 D 지역에 소재한 육군의 연대급 부대 두 곳의 병사 323명을 대상으로 수집한 자료를 사용하였다. 자료는 SPSS 27과 PROCESS Macro 3.4 version 사용하여 분석되었으며 결과는 다음과 같다. 첫째, 군생활 스트레스와 군생활 만족도의 관계에서 좌절된 소속감이 부분매개하는 것으로 나타났다. 둘째, 군생활 스트레스와 군생활 만족도의 관계, 군생활 스트레스와 좌절된 소속감의 관계에서 자기효능감이 조절하는 것으로 확인되었다. 셋째, 군생활 스트레스, 좌절된 소속감, 군생활 만족도 간의 관계에서 자기효능감의 조절된 매개효과가 확인되었다. 이는 군생활 스트레스가 좌절된 소속감을 매개로 군생활 만족도에 영향을 미치지만 자기효능감을 증진시킴으로써 군생활 스트레스가 좌절된 소속감에 미치는 영향과 군생활 만족도에 미치는 영향이 감소될 수 있음을 의미한다. 마지막으로 시사점에 대해 논의되었다.

주제어: 군생활 스트레스, 좌절된 소속감, 군생활 만족도, 자기효능감, 조절된 매개효과

1) 계명대학교 일반대학원 교육학 박사

I. 서론

대부분의 병사는 20대 초반으로 후기청소년기에 해당되며 자아정체성 확립이라는 과업이 요구된다. 이 시기에는 신체 및 의식의 변화, 성적 충동 등을 겪게 되고(정옥분, 2004), 과도기 단계에서는 자신의 위치와 역할을 어떻게 해야 하는지 고민하며 혼란을 경험하게 된다(한상철, 2009). 이러한 시기에 이들은 개인의 의사와 상관없이 수직적인 관계, 기계적인 업무, 통제된 환경에서 의무적인 군복무를 해야 한다는 생각으로 인해 입대하기 이전부터 군복무에 대한 스트레스를 경험하게 된다(구승신, 2004; 최성봉, 2016; Polusny, Erbes, Mudoch & Thuras, 2011).

병사는 입대 이후 지지체계와 단절되고 군조직의 특수성을 강요받는 환경에서 강력한 통제와 자유의 상실 등으로 다양한 군생활 스트레스를 경험한다(이숙, 2016). 구체적으로 살펴보면 집단생활로 인해 사생활이 보장되지 않는 문제(김세원, 신창식, 2015), 간부와의 갈등 및 부정정서 증가로 인한 흡연 문제(유연웅, 2012), 경계근무로 인한 수면 부족과 감정 조절의 어려움(이상현, 2017), 대인관계 갈등으로 인한 소외감 및 고립감(심태경, 2017; 조민호, 2010; Shwalb, 2007) 등 다양한 심리적 어려움을 겪게 되는데 이러한 요인은 군생활 스트레스를 증가시키게 된다. 선행연구에 따르면 소속된 조직에서 경험하는 스트레스는 생활스트레스에 비해 조절하기 힘들고 방치하면 심각한 스트레스로 발전하는 것으로 나타났다(김병숙, 안윤정, 이보비, 2009). 또한 스트레스가 많은 환경에 오랜 기간 노출된 사람은 상황을 조절할 수 있는 능력이 감소되어 스트레스 상황을 더욱 심각하게 인지하게 된다(하나선 등, 2002). 이러한 관점에서 살펴보면 병사는 군복무를 수행하면서 다양한 스트레스를 경험하게 되지만 일정 기간 동안 이러한 환경에서 벗어날 수 없다는 좌절감을 경험할 가능성이 높다.

군은 24시간 집단생활을 하는 조직이다. 군조직에서 병사의 대인관계는 군생활에 많은 영향을 미칠 수 있다. 선행연구에 따르면 병사는 대인관계로 인한 스트레스가 가장 높고 조절하기 힘든 것으로 나타났다(유연웅, 2012; 하나선 등, 2002). 조범석(2009)은 입대 초반 지지체계와 분리되어 계급 중심의 수직적인 환경에서 병사의 대인관계 어려움이 시작된다고 보고하였다. 군조직에서 대인관계 어려움을 겪는 병사는 소속감을 느끼지 못해 소외감, 고립감, 우울을 경험하게 된다(홍점동, 양난미, 2013). Shwalb(2007)는 이러한 부정정서를 좌절된 소속감과 유사한 것으로 보았으며 군생활에 영향을 미칠 수 있으므로 세심한 관심이 요구된다고 강조하였다. 좌절된 소속감(thwarted belongingness)은 소속된 집단에서 경험하는 사회적 고립상태를 의미하며 자살과 관련이 깊다(Joiner, 2005). 병사의 대인관계 어려움은 좌절된 소속감을 증가시키고 지속될 경우 자살 행동을 촉발할 수 있다(조민호, 2010; Joiner,

Van Orden, et al., 2009). 이처럼 병사가 군조직에서 경험하는 좌절된 소속감은 개인과 군조직 전체에 부정적인 영향을 미칠 수 있으므로 예방적인 개입이 필요하다. 따라서 본 연구에서는 스트레스 대처모델의 관점에서 병사의 군생활 스트레스와 좌절된 소속감의 대처전략에 대해 살펴보고자 한다.

Lazarus와 Folkman은 1984년 스트레스 대처모델을 발표하였다. 이들은 인지 중재적인 관점에서 스트레스 대처 과정을 이해하는 것이 중요하다고 밝혔으며 정서중심적 대처와 문제중심적 대처로 구분하였다. 정서중심적 대처는 개인이 스트레스를 경험하는 상황에서 스스로 문제를 해결할 수 없다고 평가하여 상황을 회피하거나 자신의 행동을 철회하는 특징이 있다(한건환, 장휘숙, 안권순, 2004). 선행연구에 따르면 이러한 정서중심적 대처는 결과적으로 낮은 수행 능력과 우울을 증가시키며(이장호, 김정희, 1988), 이로 인해 집단에서 고립감을 경험하는 것으로 보고되었다(Gilbar, Ben-Zur & Lubin, 2010). 반면 문제중심적 대처는 다양한 관점에서 주도적으로 문제를 해결하고자 노력하는 특징이 있고, 이러한 행동은 자기효능감을 증진시켜 스트레스를 중재하는 것으로 나타났다(노해림 등, 2015). 서영란, 홍혜영(2010)은 개인이 스트레스 상황에서 어떠한 방식으로 대처하는지에 따라 개인 삶의 만족도가 결정된다고 강조하였다. 특히 김효영(2006)은 스트레스를 경험하는 상황보다 그 상황을 어떻게 인식하고 대처하는지에 따라 정서적인 문제가 발생한다고 밝혔다. 즉 스트레스를 경험하는 상황보다 그 상황을 인식하고 대처하는 과정에서 우울, 불안, 무기력과 같은 정서적인 문제가 발생할 수 있다는 것이다.

병사를 대상으로 한 연구에 따르면 대처전략 교육을 통해 군생활 스트레스와 정서적인 문제를 예방하고 나아가 군생활 만족도를 높이는 것이 중요하다고 밝혔다(Hourani, Williams & Kress, 2006). 이전에는 병사의 군생활 스트레스 감소를 위해 사회적 지지가 중요한 대처전략으로 강조되어 동료의 지지, 간부의 지지, 가족의 지지 등 환경적인 개입이 중요성을 보고하였다(구승신, 2004; 박현철, 2001; 이대식 등, 2016). 그러나 일부 연구자는 환경적인 개입보다 병사 개인의 대처 능력을 개발하여 스트레스 상황에서 스스로 문제를 해결할 수 있도록 돕는 것이 효과적이라고 강조하였다(이경수, 조민아, 2015; Boxer, Sloan-Power, Mercado, & Schappell, 2012). 군은 많은 병사가 집단생활을 하는 곳으로 이들을 관리하는 간부는 병사에 비해 부족한 실정이다. 이러한 측면에서 본다면 병사의 군생활 스트레스에 대한 환경적인 개입보다 개인의 대처 능력 증진을 위한 개입이 장기적으로는 더 효율적이라고 할 수 있다.

연구자들은 병사의 군생활 스트레스 대처 능력 중에서 자기효능감이 중요한 변인임을 밝히고 있다(김정은, 2013; 김효영, 2008; 서혜석, 2008; 이선민, 정현희, 2021; 조은영, 김완일,

2016). 자기효능감이 높은 사람은 우울, 불안과 같은 부정정서를 잘 다루었고(김효영, 2008), 높은 적응력을 보였으며(선관수, 2019), 적극적인 방법으로 스트레스에 대처하였다(김정은, 2013). 또한 자기효능감이 높은 병사는 집단생활에서 유대감이 높고(서혜석, 2008), 공동체의 문제 해결에도 적극적인 태도를 취하는 것으로 나타났다(조은영, 김완일, 2016). 이선민, 정현희(2021)의 연구에서는 병사의 좌절된 소속감과 군생활 스트레스의 관계에서 자기효능감이 좌절된 소속감을 완충시키는 것으로 나타났다. 그러나 병사의 자기효능감과 좌절된 소속감에 대한 연구는 소수의 연구에 불과하다. 병사를 대상으로 한 연구는 주로 군생활 스트레스와 적응에 대한 연구가 대부분이다. 따라서 고립된 군조직에서 병사가 경험하는 좌절된 소속감을 이해하고 개인적인 대처 능력을 증진하기 위해서는 병사의 군생활 스트레스와 좌절된 소속감 그리고 군생활 만족도의 관계를 살펴볼 필요가 있다. 이러한 변인 간 인과관계를 검증하는 효과적인 방법으로 Hayes(2013)는 매개효과와 조절효과를 통합적인 관점에서 살펴볼 수 있는 조절된 매개효과 검증을 제안하였다.

이상에서 살펴본 바와 같이 병사의 자기효능감은 군생활 스트레스 상황에서 효과적인 대처 능력으로 확인되었다. 병사의 경우 고립된 군조직에서 좌절된 소속감을 오랜 기간 경험하게 되면 자살 행동으로 이어질 수 있다. 이러한 상황을 예방하기 위해서는 스트레스 상황에 적절하게 대처할 수 있는 개인적인 능력이 요구된다. 따라서 본 연구에서는 군생활 스트레스와 군생활 만족도의 관계에서 좌절된 소속감의 매개효과와 이러한 관계에서 자기효능감의 조절된 매개효과를 검증해 보고자 한다. 본 연구의 결과는 고립된 군조직에서 경험하는 병사의 좌절된 소속감에 대한 이해를 높이고 예방 및 치료적 개입에 대한 기초자료를 제공할 수 있을 것이다. 연구문제를 제시하면 다음과 같다. 첫째, 병사의 좌절된 소속감은 군생활 스트레스와 군생활 만족도의 관계를 매개하는가? 둘째, 병사의 자기효능감은 군생활 스트레스와 군생활 만족도, 군생활 스트레스와 좌절된 소속감의 관계를 조절하는가? 셋째, 병사의 자기효능감은 군생활 스트레스, 좌절된 소속감, 군생활 만족도의 매개관계를 조절하는 조절된 매개효과를 갖는가?

II. 이론적 배경

1. 군생활 스트레스와 군생활 만족도

병사는 자신의 꿈과 계획을 뒤로한 채 친밀했던 주변 환경 및 지지체계와 단절되는 동시에

적응 기간 없이 군복무를 하게 된다. 이들은 입대 후 강력한 통제와 군기 유지 및 확고한 조직의 특수성을 강요받게 되고(이숙, 2016), 입대 초반부터 맡겨진 업무 수행을 능숙하게 할 것을 요구받는 과정에서 다양한 심리적 어려움을 겪게 된다(구승신, 2004). 이러한 군조직의 특수성은 병사의 군생활 스트레스를 증진시킨다. 특히, 군조직에서 경험하는 낮은 사회적 지지체계와 무관심으로 인해 병사는 우울함과 소외감을 경험하게 된다(서혜석, 유흥위, 2008). 이러하듯 병사가 제한된 환경에서 느끼는 정서적인 어려움은 일반적인 사람들이 생활 속에서 느끼는 정서적인 어려움과는 차이가 있다(Shwalb, 2007). 이상현(2017)은 병사의 스트레스 수준이 높을수록 불안, 초조 등 부정정서로 인해 관계갈등이 고조되고 이는 자살사고로 이어질 수 있다고 밝혔다. 또한 많은 연구자는 병사의 군생활 스트레스가 증가할수록 군사기를 떨어트리고 군생활 만족도를 감소시켜 조직 전체에 부정적인 영향을 미칠 수 있다고 보고하였다(김혜영, 2014; 천세구, 채성기, 이재창, 2016). 국방부는 병사의 군생활 스트레스를 감소시키기 위해 각 부대마다 병영생활전문상담관을 배치하여 상담서비스를 제공하고 있으며 캠프형식의 프로그램을 운영하고 있다(정성모, 2016). 그러나 병사들의 군생활 만족도 향상을 위해서는 시대적인 흐름을 반영한 제도적인 변화가 요구된다.

병사의 군생활 만족 경험이 중요한 이유는 군의 전투력을 결정하고(조은영, 김완일, 2016), 전역 이후 사회복귀와 성인으로서 삶의 태도에 많은 영향을 미치기 때문이다(김혜영, 2014; 정은경, 하양숙, 2014). 선행연구에서는 군생활 만족도 향상을 위한 개인적인 요인으로 자기 존중감, 자기효능감, 회복 탄력성 등을 제시하였고 환경적인 요인으로는 간부들의 리더십, 사회적지지, 진로준비에 대한 보장, 동아리 활동, 대인관계를 통한 소속감 등의 중요성을 제시하였다(구남웅, 최태선, 2009; 김효영, 2008; 박현철, 2001; 서혜석, 2008; 연미선, 문재우, 2018; 유연웅, 2012 등). 이에 국방부는 병사의 군생활 만족도를 증진시키기 위해 새로운 정책을 반영하고 있다.

2017년부터 국방부는 선진병영문화형성과 병사의 삶의 질 향상을 위해 급여인상, 일과 후 휴대폰 사용과 외출을 허용하였으며 병사는 이러한 제도를 통해 전우 간 단결 활동, 개인 용무 해결과 문화 활동을 할 수 있게 되었다. 또한 어머니 모니터링단을 구성하여 군 급식과 피복 등 개선사항을 파악하여 반영하고 있다(국방일보, 2019. 11. 28.). 국방부는 추가적으로 4차산업혁명에 맞추어 특수기능자격을 갖춘 신병 모집병을 통해 취업 맞춤 특기병제도와 청년고용 활성화에 기여하고자 병사의 욕구에 충족되는 다양한 방법을 계획하고 있다(국방일보, 2019. 8. 29).

2. 군생활 스트레스와 좌절된 소속감

병사의 군생활 스트레스는 기존 친밀했던 집단과 환경에서 분리되어 새로운 조직에 적응해야 한다는 상황으로부터 시작된다(Rodrguez, Quiones-Maldonado, & Alvarado-Pomales, 2009). 군조직은 병사의 입대 이전의 상황 즉 나이, 학력, 경제적인 능력 등이 무시된 채 수직적인 계급으로만 관계가 형성되는데 이로 인해 병사는 상대적 박탈감과 관계의 어려움 등 군생활 전반에 걸쳐 부정적인 경험을 하는 것으로 확인되었다(최성봉, 2016; Gilbar, Ben-Zur & Lubin, 2010). 병사의 스트레스는 계급과 근무지, 근무환경에 따라 스트레스의 강도와 종류가 다양하였다(김효영, 2008). 또한 병사는 업무역량 및 자신감이 결여된 상태에서 업무압박감을 느끼고 역할 모호성과 군내부 관계로 인한 어려움, 정보 소외감으로 인해 좌절된 소속감을 경험하게 된다(구승신, 2004). 선행연구에 따르면 병사의 경우 업무와 대인관계로 인한 스트레스가 가장 높고 다른 종류의 스트레스에 비해 조절하기 힘든 것으로 확인되었다(유연웅, 2012; 하나선 등, 2002). 또 다른 연구자들은 병사의 군적응에 부정적인 요인이 되며 자살에 영향을 미치는 요인으로 심리적 부담감을 꼽았다(오명자, 박희현, 이주의, 권재환, 2013; 이대식, 서혜석, 변상해, 2016; 천세구 등, 2016). 이러한 연구를 통해 군조직의 특수성과 병사 개인적인 요인이 복합적으로 작용할 경우 군생활 스트레스를 증가시키고 이는 좌절된 소속감에 영향을 미칠 수 있음을 보여주고 있다.

좌절된 소속감은 대인관계심리모형에서 자살과 관련 있는 요인으로 설명된다(Joiner, Van Orden, et al., 2009). 좌절된 소속감은 자신이 속한 집단에서 구성원들과 통합되지 못하여 사회적 고립을 경험하게 되고 그 집단에서 자신의 가치에 대해 왜곡된 생각을 하게 되어 자살에 영향을 미치게 되는 요인이다(Joiner, 2005). 홍나미(2011)는 자신이 속한 조직에서 소외되고 자신을 쓸데없는 존재로 인식하게 되는 좌절감이 자살 생각을 유발할 수 있다고 밝히며 Joiner(2005)의 대인관계심리모형을 뒷받침하였다. 병사를 대상으로 한 연구에서도 병사가 소속부대에서 친밀한 관계를 형성하지 못하고 대인관계 갈등을 겪으며 지지적인 대상이 없는 경우 소속감이 좌절되어 높은 소외감, 고립감, 우울을 경험하게 되고 이는 군생활 만족도를 감소시켜 자살 행동에 영향을 미치게 된다고 밝히고 있다(조민호, 2010; 조범석, 2009; 홍점동, 양난미, 2013). Shwalb(2007)는 사회에서 경험하는 개인의 좌절된 소속감에 비해 고립된 군조직에서 경험하는 병사의 좌절된 소속감의 고통이 더 크다고 강조하며 병사의 좌절된 소속감에 대한 세심한 관심이 필요하다고 밝혔다. 또한 Erikson(1968)은 집단에서 경험하는 소속감을 통해 개인의 정체성이 형성될 수 있으므로 소속된 집단에서 경험하는 소속감이 중요하다고 주장하였다. 김옥희, 차주환(2015)의 연구에서도 군복무 중 경험하는 긍정적인

소속감은 전역 이후 삶의 만족도를 결정하는 중요한 요인이 된다고 밝혔다. 이와 같이 병사의 좌절된 소속감은 자살사고의 원인과 관련이 있고 병사의 자살은 조직 전체에 부정적인 영향을 미칠 수 있으므로 중요하게 다루어져야 할 필요가 있다(Joiner, Van Orden, et al., 2009).

3. 군생활 만족도와 자기효능감

군생활 만족도는 병사가 복무기간 동안 경험하는 군에 대한 주관적인 느낌이다. 유연웅(2012)은 군생활에 대해 만족감을 느끼지 못하거나 만족감이 비교적 낮을 때 스트레스로 작용하여 군 사고에 영향을 미친다고 밝혔다. 또한 군생활에 대한 만족 여부는 군의 전투력에 영향을 미치는 중요한 요인으로 보고되었다(조은영, 김완일, 2016). 병사들은 복무 중 자발적인 신체활동이 가능하고(Odom, 2016), 긍정적인 대인관계가 이루어지며(Kennedy & Zillmer, 2006), 진로준비의 기회가 주어지고(서혜석, 2008), 상급자와 소통이 원활할수록 군생활 만족도가 높은 것으로 나타났다(구남웅, 최태선, 2009). 또한 연구자들은 병사의 삶의 질 향상을 위한 스트레스 대처자원으로 사회적 지지의 영향력이 확인되어 제도적인 뒷받침이 필요하다고 제시하였다(구승신, 2004; 박현철, 2001; 이대식 등, 2016 등). 그러나 또 다른 연구자들은 병사 스스로 군생활 스트레스를 해소할 수 있는 대처 능력을 높이는 것이 문제해결의 중요한 핵심이라고 밝히고 있다(이경수, 조민아, 2015; Boxer, Sloan-Power, Mercado, & Schappell, 2012). 군조직 차원에서는 사회적 지지와 같은 환경적인 개입보다 병사 개인의 자기효능감을 증진시켜 군생활 만족도를 증진하는 것이 효과적인 개입이 될 수 있다.

Bandura(1977)는 자신이 어떤 일을 성공적으로 할 수 있다는 자신에 대한 믿음이나 신념을 자기효능감으로 정의하였다. 선행연구에 따르면 자기효능감이 높은 사람은 동일한 환경에서도 긍정적인 영향력을 발휘하여 높은 적응력을 보였고(선관수, 2019; Zimmerman, 2000), 스트레스와 우울을 경험하는 상황에서는 자신의 부정적인 정서를 잘 다루는 것으로 보고되었다(김효영, 2008; Bandura, 1977). 또한 자기효능감이 높을수록 집단생활에서 협조적인 관계를 형성할 뿐만 아니라 유대감이 높고 집단의 문제해결 능력도 높은 것으로 나타났다(서혜석, 2008; 조은영, 김완일, 2016). 전역 병사를 대상으로 한 연구를 살펴보면 병사가 군복무를 수행하는 동안 경험하는 다양한 성취 경험과 소속감은 군조직에 대한 자부심을 높이고 전역 후 사회활동에 적극적인 자세로 임하는 등 긍정적인 영향을 미칠 수 있다고 밝혔다(김옥희, 차주환, 2015; 정은경, 하양숙, 2014; 최지영, 2018). 이와 같이 선행연구에서는 병사의 군생활 스트레스 대처 능력으로 자기효능감 증진의 중요성과 군생활 만족 경험이 전역

이후 삶에 중요한 요인임을 밝히고 있다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상 및 자료 수집 방법

본 연구에서는 2019년 D 지역에 소재한 육군의 연대급 부대 두 곳의 병사 348명을 대상으로 수집된 자료를 사용하였다. 일부 문항에 응답하지 않았거나 중복응답하여 사용하기 어려운 25명의 자료를 제외하여 총 323명의 자료를 분석하였다. 연구 참여자의 연령을 살펴보면 20세 이하 (5%), 21세(44.3%), 22세(35.6%), 23세(7.4%) 24세 이상(7.7%) 이었고 계급별로는 이병(15%), 일병(54%), 상병(22%), 병장(9%) 순이었다.

2. 측정 도구

1) 군생활 스트레스 척도

본 연구에서는 박현철(2001)이 개발한 군생활 스트레스 척도를 사용하였다. 이 척도는 “근무시간 이외에도 일 걱정을 한다”, “나는 너무 많은 일을 해야 한다”, “부대에서 나의 신념과 반대되는 것을 해야 한다” 등 총 20문항으로 구성되었다. 각 문항은 5점 Likert 척도이며 점수가 높을수록 병사의 스트레스가 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 척도의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .93으로 나타났다.

2) 좌절된 소속감 척도

본 연구에서는 Joiner, Van Orden 등(2009)이 개발하고 조민호(2010)가 번안한 좌절된 소속감 척도를 홍나미(2011)가 수정한 것을 사용하였다. 이 척도는 대인관계이론에 기반하여 좌절된 소속감, 짐이되는 느낌의 두 척도로 구성되어 자살을 예측하는 대인관계심리모형으로 설명된다(Joiner, 2005). 본 연구에서는 소속감의 좌절 정도를 확인하기 위해 좌절된 소속감 척도만을 사용하였다. 이 척도는 “요즈음 내 주변 사람들은 내가 없으면 더 잘 살 것 같다”, “요즈음 나는 다른 내 주변 사람들의 상황을 악화시키고 있는 것 같다”, “요즈음 나는 내게 관심을 가져주는 사람들과 거의 교류하지 않는다.” 등 총 10문항으로 구성되었다. 각 문항은 7점 Likert 척도이며 점수가 높을수록 조직에서 병사의 소속감이 좌절된

것을 의미한다. 본 연구에서 척도의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .87로 나타났다.

3) 자기효능감 척도

본 연구에서는 김아영, 차정은(1996)이 개발한 자기효능감 척도를 사용하였다. 이 척도는 Bandura(1977)의 이론을 근거로 하였으며 “나는 어려운 상황을 극복할 수 있는 능력이 있다”, “나는 어떤 일을 시작하려고 할 때 실패한 것 같은 느낌이 들곤 한다”, “어떤 일이 처음에 잘 안되더라도 나는 될 때까지 해 본다” 등 총 24문항으로 구성되었다. 각 문항은 5점 Likert 척도이며 점수가 높을수록 병사의 자기효능감이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 척도의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .89로 나타났다.

4) 군생활 만족도 척도

본 연구에서는 손봉기(2009)가 개발한 군생활 만족도 척도를 사용하였다. 이 척도는 “나에게 주어진 업무/임무는 참 재미있다”, “나에게 주어진 업무/임무는 반드시 필요한 일이다”, “나는 동생이나 후배들에게 현역 복무가 명예롭다고 말할 수 있다” “나는 선임, 간부들에 대해 대체로 만족한다” 등 총 18문항으로 구성되었다. 각 문항은 4점 Likert 척도이며 점수가 높을수록 군생활에 대한 병사의 만족도가 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .94로 나타났다.

3. 자료 분석

수집된 자료는 SPSS 27과 PROCESS Macro 3.4 version을 이용하여 분석되었다. 첫째, 기술통계와 변인의 상관관계를 알아보기 위하여 상관분석을 실시하였다. 둘째, 군생활 스트레스와 군생활 만족도의 관계에서 좌절된 소속감의 매개효과를 검증하였다. 셋째, 병사의 군생활 스트레스와 군생활 만족도, 군생활 스트레스와 좌절된 소속감의 관계에서 자기효능감의 조절효과를 검증하였다. 마지막으로 PROCESS Macro의 통합모형 Model 8을 사용하여 조절된 매개효과를 검증하였다. 조절된 매개효과 검증은 Bootstrap을 활용하였으며, 샘플수는 5,000개로 지정하고 신뢰구간은 95%로 하였다.

IV. 연구 결과

1. 기술통계 및 상관분석

본 연구의 측정 변인에 대한 기술통계치와 상관계수는 <표 1>에 제시하였다. 상관관계 분석 결과, 군생활 스트레스와 좌절된 소속감 관계는 정적상관을 보였고, 군생활 스트레스와 군생활 만족도 관계는 부적상관을 보였다. 자기효능감은 군생활 스트레스와 좌절된 소속감의 관계에서 부적상관을 나타내었고 군생활 만족도의 관계에서는 정적상관을 나타내었다.

<표 1> 변인의 기술통계 및 상관관계

	1	2	3	4
1. 군생활 스트레스	1			
2. 좌절된 소속감	.530**	1		
3. 자기효능감	-.470**	-.497**	1	
4. 군생활 만족도	-.587**	-.470**	.434**	1
평균	2.14	2.50	3.21	2.79
표준편차	.77	.97	.53	.68
왜도	.43	.71	.02	.03
첨도	-.19	.12	.15	-.63

** $p < .01$.

2. 좌절된 소속감의 매개효과

본 연구에서는 군생활 스트레스와 군생활 만족도의 관계에서 좌절된 소속감의 매개효과를 검증하기 위해 분석되었다. 분석 결과, 군생활 스트레스와 좌절된 소속감은 군생활 만족도에 유의한 영향력을 미치는 것으로 나타났다. 이는 군생활 스트레스가 군생활 만족도에 유의한 영향을 미치고, 군생활 스트레스가 좌절된 소속감을 매개로 군생활 만족도에 유의한 영향을 미치고 있어 이러한 관계에서 부분매개 효과가 확인되었다. 분석 결과는 <표 2>에 제시되었다. 간접효과 검증은 95% 신뢰구간에서 하한값과 상한값 사이에서 0의 값을 포함하지 않아 좌절된 소속감의 간접효과는 유의한 것으로 나타났으며 <표 3>에 제시되어 있다.

<표 2> 군생활 스트레스와 군생활 만족도의 관계에서 좌절된 소속감의 매개효과

변수	β	se	t값	P	LLCI*	ULCI**
매개변수 모형(종속변수: 좌절된 소속감)						
상수	1.065	.136	7.809	.000	.797	1.333
군생활 스트레스	.672	.060	11.206	.000	.554	.789
종속변수 모형(종속변수: 군생활 만족도)						
상수	4.080	.098	41.704	.000	3.888	4.273
군생활 스트레스	-.421	.046	-9.053	.000	-.512	-.329
좌절된 소속감	-.156	.037	-4.240	.000	-.228	-.083

*LLCI=boot, **ULCI=boot 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서의 하한값, 상한값.

<표 3> 군생활 스트레스와 군생활 만족도 사이에서 좌절된 소속감의 간접효과 검증

효과	β	se	LLCI*	ULCI**
총효과	-.525	.040	-.605	-.446
직접효과	-.421	.046	-.512	-.329
간접효과	-.105	.030	-.163	-.042

*LLCI=boot, **ULCI=boot 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서의 하한값, 상한값.

3. 자기효능감의 조절효과

1) 군생활 스트레스와 군생활 만족도의 관계에서 자기효능감의 조절효과

본 연구에서는 군생활 스트레스와 군생활 만족도의 관계에서 자기효능감의 조절효과를 검증하기 위해 분석되었다. 분석 결과, 군생활 스트레스가 군생활 만족도에 유의한 부적영향을 미치고, 군생활 스트레스와 자기효능감의 상호작용은 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 군생활 스트레스와 자기효능감의 상호작용에 따른 R^2 의 증가량은 $p < .005$ 로 확인되었다. 이는 군생활 스트레스가 군생활 만족도에 미치는 영향력이 자기효능감의 수준에 따라 변화되는 것을 의미한다. 자기효능감의 조절효과는 <표 4>에 제시되었다. 본 연구에서 나타난 자기효능감의 조건부효과 분석은 모든 수준에서 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며 <표 5>에 제시되어 있다.

<표 4> 군생활 스트레스와 군생활 만족도의 관계에서 자기효능감의 조절효과 분석

변수	β	se	t값	P	LLCI*	ULCI**
상수	2.753	.032	84.986	.000	2.689	2.817
군생활 스트레스	-.446	.044	-10.060	.000	-.533	-.359
자기효능감	.259	.064	4.036	.000	.133	.385
군생활 스트레스 x 자기효능감	-.187	.066	-2.821	.005	-.317	-.057
상호작용에 따른 R ² 증가		R^2		F		p
		.015		7.958		.005

<표 5> 군생활 스트레스와 군생활 만족도의 관계에서 자기효능감의 조건부효과 분석

자기효능감	Effect	se	t값	P	LLCI*	ULCI**
-1SD(-.529)	-.347	.055	-6.294	.000	-.456	-.239
Mean(.000)	-.446	.044	-10.060	.000	-.533	-.359
+1SD(.529)	-.545	.058	-9.419	.000	-.659	-.431

*LLCI=boot, **ULCI=boot 간접효과 95% 신뢰구간 내에서의 하한값, 상한값.

2) 군생활 스트레스와 좌절된 소속감의 관계에서 자기효능감의 조절효과

본 연구에서는 군생활 스트레스와 좌절된 소속감의 관계에서 자기효능감의 조절효과를 검증하기 위해 분석되었다. 분석 결과, 군생활 스트레스가 좌절된 소속감에 유의한 정적영향을 미치는 것으로 확인되었으며 군생활 스트레스와 자기효능감의 상호작용이 좌절된 소속감에 미치는 영향력은 유의한 것으로 나타났다. 군생활 스트레스와 자기효능감의 상호작용에 따른 R²의 증가량은 $p < .008$ 로 확인되었다. 이는 군생활 스트레스가 좌절된 소속감에 미치는 영향이 자기효능감의 수준에 따라 변화되는 것을 의미한다. 자기효능감의 조절효과는 표 6에 제시되어 있다. 자기효능감의 조건부효과 분석은 모든 수준에서 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며 <표 7>에 제시되어 있다.

<표 6> 군생활 스트레스와 좌절된 소속감의 관계에서 자기효능감의 조절효과 분석

변수	β	se	t값	P	LLCI*	ULCI**
상수	2.456	.047	52.825	.000	2.365	2.548
군생활 스트레스	.474	.064	7.442	.000	.348	.599
자기효능감	-.590	.092	-6.413	.000	-.771	-.409
군생활 스트레스 x 자기효능감	-.254	.095	-2.672	.007	-.441	-.067
상호작용에 따른 R ² 증가			R^2	F	p	
			.014	7.140	.008	

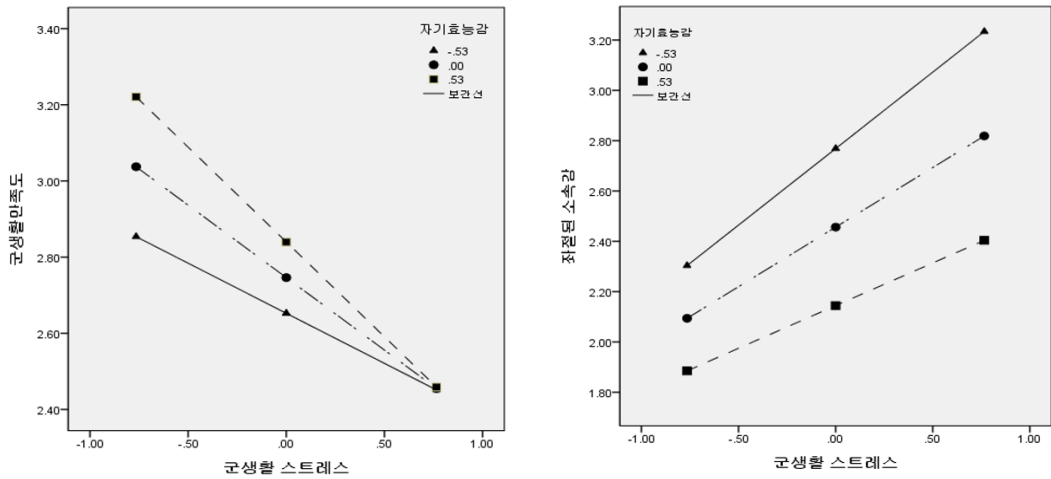
<표 7> 군생활 스트레스와 좌절된 소속감의 관계에서 자기효능감의 조건부효과 분석

자기효능감	Effect	se	t값	P	LLCI*	ULCI**
-1SD(-.529)	.608	.079	7.681	.000	.452	.764
Mean(.000)	.474	.064	7.442	.000	.358	.599
+1SD(.529)	.339	.083	4.084	.000	.176	.502

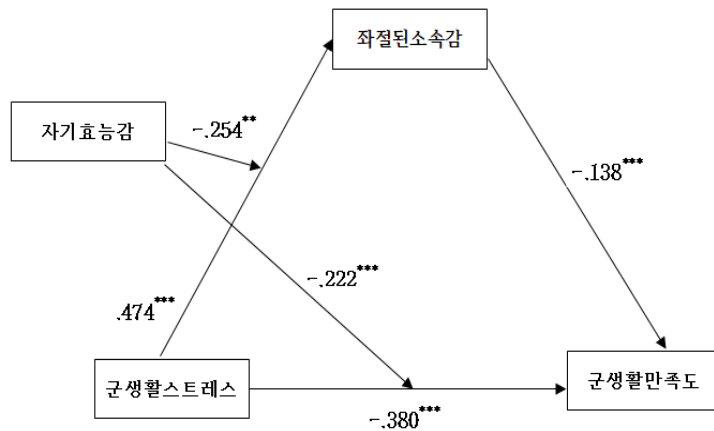
*LLCI=boot, **ULCI=boot 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서의 하한값, 상한값.

4. 자기효능감의 조절된 매개효과 검증

조절된 매개효과 검증은 먼저 매개효과 검증과 조절효과 검증을 마친 후 Hayes(2013)의 조절된 매개효과 Model 8을 이용하여 분석되었다. 분석 결과, 군생활 스트레스가 군생활 만족도에 부적영향을 미치는 것으로 나타났으며, 좌절된 소속감 또한 군생활 만족도에 부적영향을 미치는 것으로 나타났다. 자기효능감은 군생활 만족도에 정적영향을 미치는 것으로 확인되었으며, 군생활 스트레스와 자기효능감의 상호작용 또한 군생활 만족도에 미치는 영향력은 유의하였다. 군생활 스트레스와 자기효능감의 상호작용은 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며 결과는 <그림 1>에 제시되어 있다. 군생활 스트레스가 높을수록 좌절된 소속감이 증가하였고 이로 인해 군생활 만족도가 낮아지는 매개효과는 자기효능감의 수준에 따라 확인되었다. 병사의 군생활 스트레스가 좌절된 소속감을 매개로 군생활 만족도에 이르는 경로에서 자기효능감의 조건부간접 효과가 확인되었고 결과는 <표 8>에 제시되어 있다. 자기효능감은 모든 수준에서 군생활 스트레스가 좌절된 소속감을 매개로 군생활 만족도에 이르는 경로에서 간접효과가 유의한 것으로 확인되었다. 자기효능감의 조절된 매개효과의 통계 모형은 <그림 2>에 제시되어 있다.



<그림 1> 자기효능감의 조절효과



<그림 2> 자기효능감의 조절된 매개효과 통계모형

<표 8> 자기효능감 값에 따른 간접효과의 유의성 검증

	<i>SD</i>	β	se	Boot LLCI*	Boot ULCI**
자기효능감	-1 <i>SD</i> (-.530)	-.084	.030	-.142	-.025
	<i>Mean</i> (.000)	-.065	.023	-.112	-.020
	+1 <i>SD</i> (.530)	-.047	.019	-.086	-.012

*LLCI=boot, **ULCI=boot 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서의 하한값, 상한값.

V. 논의 및 결론

본 연구의 목적은 병사의 군생활 스트레스와 군생활 만족도의 관계에서 좌절된 소속감의 매개효과를 살펴보고 나아가 이러한 매개효과를 자기효능감이 조절된 매개효과를 갖는지 검증해 보는 것이었다. 연구를 위해 2019년 D 지역에 소재한 육군의 연대급 부대 두 곳의 병사 323명을 대상으로 수집된 자료를 사용하였으며 분석 결과는 다음과 같았다.

첫째, 본 연구에서는 좌절된 소속감이 군생활 스트레스와 군생활 만족도 간의 관계를 부분매개하는 것으로 나타났다. 이는 군생활 스트레스가 좌절된 소속감을 매개로 군생활 만족도에 직·간접적인 영향을 미치고 있음을 의미한다. 이러한 결과는 군생활 스트레스가 좌절된 소속감을 매개로 소외감, 고립감, 우울을 경험하게 되고 나아가 자신이 소속된 조직에서 스스로 불필요한 존재라고 인식하게 되어 군생활 만족도에 영향을 미친다(이선민, 정현희, 2021; Joiner, 2005; Shwalb, 2007)는 선행연구의 결과와 유사하다. 또한 군생활 스트레스가 좌절된 소속감을 매개로 자살사고에 영향을 미칠 수 있다(조민호, 2010; 조범석, 2009; Brenner, et al., 2008; Joiner, Van Orden, et al., 2009)는 선행연구의 결과를 뒷받침한다. 이러한 본 연구의 결과를 통해 Erikson(1968)과 Joiner(2005)가 제시한 소속감의 중요성이 입증되었다고 할 수 있다. 이러한 결과는 조직 내 긍정적인 소속감 형성이 군생활 스트레스를 감소시키고 좌절된 소속감 예방에 긍정적인 도움이 될 수 있다. 따라서 군에 소속된 상담관은 군생활 스트레스와 소외감 및 고립감 등 정서적인 어려움을 호소하는 병사를 대상으로 소속감을 형성할 수 있도록 개인 및 집단상담 개입에 대해 검토해 보아야 한다. 상담적 개입은 소속감을 경험하지 못하는 자신에 대한 이해를 돕고 대인관계 형성에 대한 구체적인 도움이 될 수 있을 것이다. 이러한 본 연구의 결과는 전입 초반 병사의 소속감 형성을 위한 개입의 중요성을 시사하고 있다.

둘째, 본 연구에서는 군생활 스트레스와 군생활 만족도의 관계, 군생활 스트레스와 좌절된 소속감의 관계에서 자기효능감이 조절하는 효과가 있는 것으로 확인되었다. 이는 군생활 스트레스와 자기효능감의 상호작용이 좌절된 소속감을 완충하여 군생활 만족도에 긍정적인 효과를 가진다는 것을 의미한다. 자기효능감의 이러한 결과는 스트레스 상황에서 부정적인 정서를 조절하여 긍정적인 영향력과 적응력을 높이고 스트레스를 중재하여(Gruber, Kilcullen & Iso-Ahola, 2009; Judge & Bono, 2011; Zimmerman, 2000), 군생활 만족도를 증진시킨다(김정은, 2013; 노해림 등, 2015)는 선행연구와 유사하다. 이러한 본 연구의 결과는 문제중심적 대처 즉 자기효능감의 심리적 자원이 스트레스 상황에서 적극적으로 문제를 해결한다고 주장한 Lazarus와 Folkman(1984)의 이론을 뒷받침한다. 또한 Hourani, Williams와 Kress(2006)는

입대 초반 병사의 스트레스 관리기법과 대처전략에 대한 교육 및 상담적 개입의 중요성에 대해 제시하였는데 본 연구는 이러한 선행연구의 결과를 지지하는 바이다. 따라서 군생활 초반에 병사의 자기효능감 증진을 위한 개입은 군생활 스트레스 대처 능력을 증진시킬 수 있기 때문에 예방적인 차원에서 유용한 방법이 될 수 있다.

셋째, 본 연구에서는 군생활 스트레스, 좌절된 소속감, 군생활 만족도에 이르는 경로에서 좌절된 소속감의 매개효과와 자기효능감의 조절효과를 포함하는 조절된 매개효과를 검증하였다. 조절된 매개효과란 목적은 병사의 군생활 스트레스가 군생활 만족도를 감소시키는 과정에서 좌절된 소속감의 매개효과에 주목하기 위한 것이다. 병사는 군조직에서 경험하는 군생활 스트레스로 인해 좌절된 소속감을 경험할 가능성이 높다. 그러나 군생활 만족도를 증진시키기 위해서는 좌절된 소속감을 적절히 조절할 필요가 있다. 좌절된 소속감을 어떻게 조절하는 것이 바람직한 결과를 가져오는 것인지를 확인하기 위해 본 연구에서는 Hayes(2013)가 제안한 조절된 매개분석을 실시하였다. 분석 결과, 군생활 스트레스가 높은 병사는 좌절된 소속감을 높게 지각하게 되고 이로 인하여 군생활 만족도가 낮아지게 되는데, 자기효능감의 수준이 높을수록 군생활 스트레스가 좌절된 소속감에 미치는 영향력을 완충시키는 역할을 하는 것으로 확인되었다. 결과적으로 자기효능감은 군생활 스트레스가 좌절된 소속감을 매개로 군생활 만족도에 미치는 간접효과의 영향력을 감소시키는 것이다. 선행연구에서 밝혀진 바와 같이 자기효능감이 높은 병사는 군생활 스트레스를 경험하는 상황에서 문제중심적 대처전략을 사용하여 적극적으로 자신의 문제를 해결하게 된다. 이러한 대처 능력은 좌절된 소속감을 경험하는 상황에서도 자신의 부정정서를 잘 다룰 뿐만 아니라 다른 병사들과 유대감을 형성하여 군생활 만족도에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다. 따라서 본 연구는 병사의 군생활 스트레스가 좌절된 소속감을 매개로 군생활 만족도에 부정적인 영향을 미칠 때 자기효능감의 수준을 증진할 수 있다면 이러한 매개효과를 감소시켜 적응적인 방향으로 이끌어갈 수 있다는 자기효능감의 중요성을 보여주고 있다.

이상의 결과를 종합해 보면 군생활 스트레스가 좌절된 소속감을 매개로 군생활 만족도에 영향을 미치지만 자기효능감을 증진시킴으로써 군생활 스트레스가 좌절된 소속감에 미치는 영향과 군생활 만족도에 미치는 영향이 감소될 수 있다. 특히, 병사가 군복무 기간 동안 겪게 되는 군생활 스트레스와 좌절된 소속감은 자신의 정체성을 부정적으로 인식하게 되어 우울과 같은 정서적인 부분에 영향을 미치고 이는 군생활 만족도의 감소에 영향을 미치게 된다(이선민, 정현희, 2021; Joiner, 2005; Shwalb, 2007)는 선행연구의 주장이 확인되었다. 이러한 본 연구의 결과는 병사의 성취 경험, 긍정적인 대인관계 형성과 소속감 및 스트레스 대처 능력으로 자기효능감의 중요성을 밝힌(이경수, 조민아, 2015; Boxer, Sloan-Power,

Mercado, & Schappell, 2012) 선행연구와 유사하다. 그러나 일부 병사는 자신의 스트레스 대처 능력 부족으로 인해 군생활 스트레스를 겪고 있다고 인식하기보다 군의 특수성으로 인해 문제를 해결할 수 없다고 인식하는 경우가 많다. 이러한 인식은 군조직에 대한 불신과 과업 부담 및 간부, 전우와의 신뢰로운 관계 형성에 영향을 미치고 스스로 조직에 불필요한 존재로 느낄 수 있다(조민호, 2010; Joiner, 2005). 따라서 병사의 긍정적인 소속감과 군생활 만족도를 증진하기 위해서는 형식적인 교육에서 벗어나 전입 초반 병사를 대상으로 편안하고 유연한 분위기를 조성하여 군조직에 대한 인식 변화와 자기효능감 증진을 위한 교육 및 상담적인 개입이 필요하다.

본 연구에서는 병사의 군생활 스트레스와 군생활 만족도 간의 관계에서 좌절된 소속감의 매개효과와 자기효능감의 조절효과를 포함한 조절된 매개효과를 살펴봄으로써 소속된 조직에서 소속감의 중요성과 자기효능감이 대처자원으로 중요한 요인임이 확인되었다. 또한 병사의 군생활 스트레스와 좌절된 소속감을 예방할 수 있는 긍정적인 시사점을 도출하였다는 데 의의가 있다. 마지막으로 본 연구의 결과는 고려되어야 할 한계점이 있다. 먼저 본 연구의 참여자는 육군의 일부 연대급 부대에 소속된 병사로 한정되어 연구결과를 일반화하기에는 한계가 있다. 따라서 후속연구에서는 육군뿐만 아니라 공군, 해군 등 부대의 특성에 따른 변화를 살펴볼 필요가 있다. 또한 본 연구의 참여자는 모든 설문을 자기 보고식으로 응답하여 연구결과에 영향을 미쳤을 가능성이 있다. 따라서 후속연구에서는 이러한 문제점을 보완할 수 있는 질적 연구 또는 혼합연구 등 다각적인 접근이 요구된다. 다음으로 본 연구에서는 병사의 인구학적 통계에 대한 자기효능감의 효과를 살펴보지 못하였다. 따라서 후속 연구에서는 병사의 개인적인 요인 측면에서 구체적인 변화를 살펴볼 필요성이 있다.

■ 참고 문헌

- 구남웅, 최태선 (2009). 부하가 지각하는 직속상관의 유머감각 및 유머스타일과 부하의 군생활 적응과의 관계. *상담학연구*, 10(3), 1757-1768.
- 구승신 (2004). 신세대 병사의 군 생활 적응에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 박사 학위논문.
- 국방일보 (2019. 8. 29). 병무청, 모집병제도 신설개선. <http://www.mnd.go.kr> (2019. 11.29)
- 국방일보 (2019. 11. 28). 장병 복지 분야. 2019년 11월 29일 검색: <http://www.mnd.go.kr>
- 김병숙, 안윤정, 이보비 (2009). 직무스트레스 요인 및 반응에 대한 성차분석. *페미니즘연구*, 9(2), 157-196.
- 김세원, 신창식 (2015). 군 병사의 군 생활스트레스와 군 생활적응과의 관계에서 대인관계능력의 조절효과. *한국콘텐츠학회*, 15(7), 216-227.
- 김아영, 차정은 (1996). 자기효능감의 측정. *산업 및 조직심리학회 동계 학술발표대회 논문집*, 51-64.
- 김옥희, 차주환 (2015). 전역자의 군복무경험의 인식과 행복과의 관계에서 진로성숙의 매개효과. *상담학연구*, 16(2), 309-324.
- 김정은 (2013). 병사의 군생활 적응을 위한 스트레스대처모델 연구. *한국군사회복지학*, 6(2), 5-38.
- 김혜영 (2014). 한국군과 독일군의 군 생활만족도가 전역 후 리더십에 미치는 영향. *대한군상담학회*, 3(2), 17-27.
- 김효영 (2008). 군복무 스트레스에 따른 군생활 적응: 자기효능감, 사회적지지, 스트레스 대처방식을 중심으로. 연세대학교 대학원 석사학위논문
- 노해림, 김희경, 박승희, 양지연, 이우재, 전지혜, 조민경, 심은정 (2015). 군 복무 후 복학생들의 대학생활 적응 경험에 대한 혼합적 연구: 학업 대인관계, 진로를 중심으로. *상담학연구*, 16(4), 621-642.
- 박현철 (2001). 군인의 삶의 질 향상에 관한연구 -스트레스원 사회적지지를 중심으로-. 연세대학교 대학원 사회복지학과 석사학위논문,
- 서영란, 홍혜영 (2010). 사회적 관심의 정도와 활동 수준에 따른 중학생의 생활양식과 스트레스 대처방식, 삶의 만족도의 관계 연구. *청소년상담연구*. 18(2), 85-100.
- 서혜석 (2008). 신세대 병사의 진로결정 수준과 자기효능감이 군 생활적응에 미치는 영향. *청소년학연구*, 15(5), 109-131.

- 서혜석, 유홍위 (2008). 군사회복지 이론과 실천. 서울: 양서원.
- 선관수 (2019). 청소년의 생활스트레스, 자아역량, 사회적역량, 자기효능감의 구조적관계 분석. 청주대학교 대학원 박사학위논문.
- 손봉기 (2009). 성격적 강점이 군 생활만족도에 미치는 영향. 서울대학교 대학원 석사학위논문
- 심태경 (2017). 군병사의 대인민감성, 좌절된 소속감, 부정적자기초점화, 우울이 자살생각에 미치는 영향과 수용-전념을 기반으로 한 치료프로그램효과. 경상대학교 대학원 박사학위논문,
- 연미선, 문재우 (2018). 병사의 회복탄력성과 사회적지지가 군 생활적응에 미치는 영향: 회복탄력성과 사회적지지의 조절중재효과를 중심으로. 한국군사회복지학, 11(2), 5-24.
- 오명자, 박희현, 이주희, 권재환 (2013). 병사의 군 생활스트레스와 군 생활적응의 관계에서 낙관성의 중재효과. 상담학연구, 14(2), 1051-1065.
- 유연웅 (2012). 병사들의 군 생활 만족에 미치는 영향요인 연구. 한국군사회복지학, 5(2), 5-30.
- 이경수, 조민아 (2015). 병사의 불안 및 회피애착이 군 생활 만족에 미치는 영향: 사회적 지지의 매개효과. 청소년학연구, 22(5), 161-190.
- 이대식, 서혜석, 변상해 (2016). 육군병사의 군 생활스트레스, 자살생각이 군 생활적응에 미치는 영향: 사회적지지의 매개효과 중심으로. 한국군사회복지학, 9(1), 5-31.
- 이상현 (2017). 군 병사들의 수면과 정신건강의 상관성연구 -우울, 스트레스, 자살생각을 중심으로-. 대전대학교 대학원 박사학위논문
- 이숙 (2016). 병사의 자살 예방을 위한 통합 방안. 성결대학교 대학원 박사학위논문
- 이장호, 김정희 (1988). 지각된 스트레스, 인지세트 및 대처방식의 우울에 대한 작용 대학 신입생의 스트레스 경험을 중심으로. 한국심리학회, 상담 및 심리치료, 1(1), 25-45.
- 정옥분 (2004). 발달심리학 전 생애 인간발달. 서울: 학지사.
- 정은경, 하양숙 (2014). 자아탄력성, 사회적지지, 군 생활만족도가 제대 군인의 군 경험 후 성장에 미치는 영향. 군진간호연구, 32(1), 53-65.
- 정성모 (2016). 현역복무 부적합전역장병의 군복무 부적응에 관한 현상학적 연구. 명지대학교 대학원 박사학위논문.
- 조민호 (2010). 대인관계 심리학적 모형을 통해서 본 한국군의 자살. 고려대학교 대학원 석사학위논문
- 조범석 (2009). 군인 자살사고 예방에 관한연구. 동국대학교 대학원 석사학위논문
- 조은영, 김완일 (2016). 병사의 자기효능감과 군 생활만족의 관계 -공동체 의식의 매개효과-. 청소년학연구, 23(9), 433-452.
- 천세구, 채성기, 이재창 (2016). 병사들의 군 생활 스트레스와 적응간의 관계에서 사회적 지지의 조절효과. 인문사회과학연구, 17(2). 31-57.

- 최성봉 (2016). 병사들의 입대 전 가정생활과 학교생활만족도 차이가 병영생활 만족도에 미치는 영향에 관한 연구. 경희대학교 대학원 석사학위논문
- 최지영 (2018). 사회적 지지가 의무복무 제대군인의 군생활 만족도에 미치는 영향-자기효능감 매개효과를 중심으로-. 충남대학교 대학원 석사학위논문.
- 하나선, 최정, 이용미, 임미영, 이규은, 김숙영, 고명숙 (2002). 스트레스 관리 프로그램이 간호사의 스트레스 지각, 대처유형, 스트레스 반응에 미치는 효과. 간호행정학회, 8(1), 31-44.
- 한건환, 장휘숙, 안권순 (2004). 청소년들의 스트레스경험, 대처방식 및 문제행동에서 자기 존중감의 역할. 청소년학연구, 11(3), 385-402.
- 한상철 (2009). 청소년학 청소년이해와 지도. 서울: 학지사.
- 홍나미 (2011). 부모학대와 또래 괴롭힘이 청소년 자살생각에 미치는 영향: 대인관계내재화와 절망감의 매개경로를 중심으로. 이화여자대학교 박사학위논문.
- 홍점동, 양난미 (2013). 군 생활스트레스가 자살생각에 미치는 영향: 자아존중감, 소외감, 욕구좌절의 매개효과. 상담학연구, 14(2), 1423-1441.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191.
- Boxer, P., Sloan-Power, E., Mercado, I., & Schappell, A. (2012). Coping with stress, coping with violence: Links to mental health outcomes among at-risk youth. *Journal of Psychopathology of Behavioral Assessment*, 34(3), 405-414.
- Brenner, L. A., Gutierrez, P. M., Cornette, M. M., Betthausen, L. M., Bahraini, N., & Steves, P. J. (2008). A qualitative study of potential suicide risk factors in returning combat veterans. *Journal of Mental Health Counseling*, 30, 211-225.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. NY: W. W. Norton & Company.
- Gilbar, O., Ben-Zur, H., & Lubin, G. (2010). Coping, mastery, stress appraisals, mental preparation and unit cohesion predicting distress and performance: A longitudinal study of soldiers undertaking evacuation tasks. *Anxiety, Stress and Coping*, 23(5), 547-562.
- Gruber, K. A., Kilcullen, R. N., & Iso-Ahola, S. E. (2009). Effects of psychosocial resources on elite soldiers' completion of a demanding military selection program. *Military Psychology*, 21(4), 427-444.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford Press.

- Hourani, L. L., Williams, T. V., & Kress, A. M. (2006). Stress, mental health, and job performance among active duty military personnel: Findings from the 2002 department of defense health-related behaviors survey. *Military Medicine*, 17(9), 849-856.
- Joiner, T. E. (2005). *Why people die by suicide*. Harvard University Press.
- Joiner, T. E., Van Orden, K. A., Witte, T. K., Selby, E. A., Ribeiro, J. D., Lewis, R., & Rudd, M. D. (2009). Main predictions of the interpersonal-psychological theory of suicidal behavior: Empirical tests in two samples of young adults. *Journal of Abnormal Psychology*, 118(3), 634.
- Judge, T. A., & Bono, J. E. (2011). Relationship of core self evaluations traits—self-esteem, generalized self-efficacy, locus of control, and emotional stability—with job satisfaction and job performance: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology*, 86, 80-92.
- Kennedy, C. H., & Zillmer, E. A. (2006). *Military psychology. Clinical and Operational Applications*. New York: Guilford.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and Coping*. NewYork: Springer publishing company.
- Odom, K. (2016). Combating the suicide epidemic: The effects of leisure engagement on the incidence of depression and poor life satisfaction in soldiers. *Occupational Therapy in Mental Health*, 32(1), 70-85.
- Polusny, M. A., Erbes, C. R., Murdoch, M., Arbisi, P. A., Thuras, P., & Rath, M. B. (2011). Prospective risk factors for new-onset post-traumatic stress disorder in National Guard soldiers deployed to Iraq. *Psychological medicine*, 41(4), 687-698.
- 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.
- Shwalb, D. A. (2007). *Loneliness and use of coping mechanisms among us military personnel deployed to the middle east*. Doctoral Dissertation, Brigham Young University.
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-efficacy: An Essential Motive to Learn. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 82-91.

The Relationship Between Soldiers' Military Life Stress and Satisfaction: The Moderated Mediation Effect of Self-Efficacy Through Thwarted Belongingness

Lee, Sunmin²⁾

Abstract

The purpose of this study was conducted to examine whether a feeling of thwarted belongingness plays a mediating role in the relationship between the soldier's military life stress and military life satisfaction, and to confirm whether self-efficacy has a moderated mediation effect that regulates these mediating effects. For the study, we used the data collected from 323 soldiers from two regiment-level units of the Army located in the D area in 2019. Data were analyzed using SPSS 27 and PROCESS Macro 3.4 version, and the results are as follows. First, the thwarted belongingness in the relationship between military life stress and military life satisfaction is partially mediating. Second, self-efficacy is controlled in the relationship between military life stress and military life satisfaction, and the relationship between military life stress and thwarted belongingness. Third, the moderated mediating effect of self-efficacy was verified in the relationship between military life stress, thwarted belongingness, and military life satisfaction. Finally, implications were discussed.

Key word: Military Life Stress, Thwarted Belongingness, Military Life Satisfaction, Self - Efficacy, Moderated Mediation.

2023. 05. 21 투고

2023. 06. 21 심사완료

2023. 06. 26 게재확정

2) Doctor of Education, Graduate School of General Studies, Keimyung University