
신세대 병사의 자아존중감 및 대인관계 향상을 위한 집단프로그램의 효과성 연구

서혜석¹⁾

I. 서론

최근 들어 충격적인 사건인 총기사고로 인해 신세대 병사들에 대한 심각한 군내 인권상황이 부실함이 여실히 드러내고 있고, 하급자의 인권을 인정하고 존중해야만 하는 것들에 대한 많은 사람들이 관심을 집중하고 있다. 신세대 장병들의 군부대 적응문제가 여론화되면서 사회적 관심이 확대 되고 있다. 이러한 의미에서 한국 군인들에게 사회복지 실천서비스에 대한 당위성과 군사회복지사 제도가 필수적임을 설명하고 있다(한인영, 1999, 2000 ; 박미은, 2005 ; 조홍식, 2005 ; 이홍윤, 2005 ; 류홍위, 2005 등 다수).

군이 필요로 하는 우수인력의 확보와 유지를 위해서라도 군 복지에 대한 관심과 투자는 매우 중요한 의미를 준다. 한동안 군 생활과 사회생활과의 가치관 차이에서 오는 혼란과 현실감의 괴리현상 등으로 불안감이 표출되고 이로 인하여 각종 복무 부적응현상이 표출되어 군내의 대인관계가 어려워지며 자살(이창훈, 2004 ; 김동하, 2004), 탈영 등으로 연계되어지는 경우가 흔히 있는 실정이다. 이들의 군 생활 적응을 촉진시키기 위해서는 병사 개개인에 대한 개별상담 또는 다양한 프로그램 개입이 절실히 요구되고 있는 실정이다. 이러한 신세대 병사의 군 생활 스트레스는 자아존중감과 대인관계로 어려움을 겪고 있으며 동료들 간의 응집력 강화 및 지지와 칭찬 등을 제공할 수 있는 집단상담개입이 필요하다고 본다(서혜석, 2005). 신세대 병사들의 자기존재와 확인을 통해 자기를 긍정적으로 바라볼 수 있는 프로그램 또는 군내의 동료나 상사간의 관계 속에서 원활하기 위한 인간관계나 대인관계에 관련된 프로그램이 필요함에도 불구하고 기존문헌에는 거의 없는 실정이다.

따라서 본 연구의 목적은 신세대 병사를 대상으로 집단프로그램을 실시하여 자아존중감 및 대인관계 향상을 목적으로 연구 해 보고자한다.

1) 정신건강 상담연구소 소장, 중부대학교 사회복지학과 겸임교수

II. 이론적 배경

1. 신세대 병사들의 특성

신세대들의 의식성향을 긍정적인 측면과 부정적인 측면을 구승선(2004)의 연구에서 재정리해 보면 먼저 긍정적인 측면에서는 감정의 솔직한 표현, 종합적 판단력은 부족하나 도전적, 수용적 자세, 재치, 개성, 창의성, 유우며 풍부, 계산의 정확성, 탈 권위주의, 여유와 자신감이고 부정적인 측면에서는 자기중심적 사고, 나약한 정신력, 가치관의 혼란, 무절제한 생활, 무기력과 무관심, 무책임으로 설명할 수 있다.

2. 자아존중감과 대인관계

Coopersmith(1967)는 심리적 문제를 가진 사람은 그들의 무능감 및 무가치감에 고민하고 있다고 하였으며, 이것은 자기 자신에 대한 부정적 개념이 자기 자신과 대인관계에 문제를 야기하는 것으로 보았다.

3. 대인관계 집단프로그램

4. 신세대 병사의 집단프로그램

< 표 2 > 집단 프로그램 진행절차 개요

진행단계	회기	주요주제	시간	활동목표
준비단계	11월17일	불안감 완화 프로그램 계획 및 이해	18:00~ 20:00	접수(등록) 집단 규칙과 개인목표 설정
오리엔테이션단계	1회기	자기소개 및	18:00~ 20:00	별칭 짓기를 통해 자신의 특징들이 무엇인지 확인해 볼 수 있는 기회를 갖게 되며 자신과 집단원들 간의 이해 및 신뢰감의 발달을 돕는다
	11월24일	인간관계 훈련		
탐색과 시험단계	2회기	나는 어떤 사람인가?	18:00~ 20:00	자기 자신에 대하여 구체적으로 기술해 보고, 집단 앞에서 발표해 봄으로써 자신을 이해, 수용, 개방하는 학습경험을 한다.
	12월1일			
	3회기	나의 장점과 단점	18:00~ 20:00	자신의 장점과 단점을 탐색하고 이해할 수 있는 기회를 경험하게 한다
	12월8일			
	4회기	내 인생의 성공과 실패 (대인관계 이해)	18:00~ 20:00	삶의 과정에서 성공적이었던 일, 성공의 원동력, 어려웠던 장애물을 극복하고 이끈 경험을 나누고 나의 강점이 미친 영향 등을 경험한다
	12월15일			
5회기	가족여행 (매듭과 시슬)	18:00~ 20:00	심상을 통해 어린시절과 현재의 가정 비교 후 차이점 및 나의 역할 변화를 중심으로 기술한다. 가족 상호연계성 및 자기위치와 역할을 인식하고 변화가능성 탐색(한성원이 나머지 가족에게 미치는 영향, 적절한 관계, 대화, 문제해결, 협력 등)	
12월22일				
문제해결 단계	6회기	자기각성 및 자기노출	18:00~ 20:00	순간적 심신의 상태에 대한 보다 정확한 각성을 통하여 자기 이해를 증진시킨다. 사적인 사실들을 남에게 내어 보이는 행동을 통하여 내면의 자유화 참 만남의 경험을 한다.
	12월29일			
	7회기	새로운 대인관계의 발견	18:00~ 20:00	자신이 대인관계에 변화해야 할 부분이 무엇이며 직면하기 싫어하는 모습이 무엇 인지를 경험하게 한다. 변화의 주체가 자신임을 알게 하고 선택과 책임을 알게 한다. 자신의 대인관계의 중요한 특성에 대해 정리하는 경험을 한다
	1월5일			
종결단계	8회기	피드백 주고받기 (선물주기, 마무리)	18:00~ 20:00	남에게 비쳐진 자신의 모습이 어떠한 것인지 알아보는 기회를 가지며 바람직한 피드백의 방법을 학습경험을 한다.
	1월12일			

III. 연구방법

1. 대상자 표집방법 및 절차

연구대상의 표집방법은 D시에 위치한 OO부대에서 군복부하는 명단 14명을 수집하였다. 실험집단에 속한 7명은 모두 프로그램의 전 과정에 참여하였으며 양 집단 모두 사전 사후조사에 응하였다.

2. 실험설계 모형
3. 측정도구
 - 1) 자아존중감 척도
 - 2) 대인관계변화 척도

4. 분석방법

객관적 자료 분석은 프로그램의 실시가 사후검사에 영향을 미치는지 알아보기 위하여 실험집단과 통제집단의 사전검사를 공변량으로 하여 공분산분석(ANCOVA)을 실시하였다.

주관적 자료 분석을 위해서는 프로그램의 전 과정을 녹취하고 축어록을 작성하는 사실적 자료의 수집을 하였다.

IV. 연구결과

1. 자아존중감에 대한 사전, 사후 비교 분석

실험집단과 통제집단의 자아존중감에 대한 사전-사후 검사 결과는 자기존중감의 모든 하위요인은 실험집단과 통제집단간에 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다

2. 대인관계변화에 대한 사전 사후 비교 분석

실험집단과 통제집단의 대인관계변화 척도에 대한 사전사후 검사 결과는 대인관계변화 척도 하위요인 중 만족도는 사전 값과 그룹 간에 교호작용이 존재해 사전 사후 값의 변화량을 비교한 결과 유의한 차이를 보이지 않았다. 민감성과 이해성은 실험집단과 통제집단간에 통계적으로 유의한 차이를 보였다.

3. 개인별 관찰분석

프로그램 1회기를 기준으로 해서 8회기를 살펴 본 결과 자아존중감과 대인관계 변화가 각각 긍정적으로 향상되는 점수변화를 보였다.

V. 결론 및 함의

본 연구에서는 신세대 병사를 대상으로 집단프로그램을 실시하여 자아존중감 및 대인관계 향상을 위한 프로그램의 효과를 알아보고자 하였다.

통계자료분석 결과 자아존중감의 모든 하위요인은 실험집단과 통제집단 간에 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다. 주관적 자료분석과는 상반되는 결과로 나타났다 프로그램 1회

기부터 마지막 회기까지 매회기 소감문과 피드백을 살펴보면 통계적으로 확인되지 않았지만 감정자각으로 표현되어지는 것을 알 수 있었다. 또한 자아존중감이 전체적으로 비교적 높음을 알 수 있었다. 따라서 객관적 평가에서 놓치기 쉬운 부분을 연구자와 관찰자 중심기법으로 보완함으로써 실제프로그램 수행 중에 나타날 수 있는 지금 여기에서 집단성원들 간의 상호작용, 상호동일시, 협동적 활동 등 강하게 감정의 자각을 평가할 수 있었고 통계적 분석에서와는 다르게 자아존중감은 점점 긍정적으로 향상됨을 알 수 있다.

대인관계변화에 대한 결과는 통계자료분석에는 대인관계변화 척도 하위요인 중 만족도는 사전 값과 그룹 간에 교호작용이 존재해 사전 사후 값의 변화량을 비교한 결과 유의한 차이를 보이지 않았고 민감성과 이해성은 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 주관적 자료 분석에서는 집단프로그램이 신세대 병사의 대인관계를 향상시키는데 효과가 있음을 알 수 있었다. 프로그램 참여자의 소감문에 매회기마다 프로그램 시작 전 보다 시작 후의 대인관계변화가 긍정적으로 나타남에 대한 행복감을 표현했고, 자신감을 표현함을 통해 알 수 있는 것은 프로그램 이후의 군 생활에 잘 적응할 수 있다는 확신감이다.

따라서 현존 군사회의 추세를 볼 때, 군 조직에서 정신전력이 더욱 요구되고 군의 사기진작이 필요한 만큼 군 사회복지를 통하여 사기진작과 정신전력을 높여서 군 전력을 강화하는 일이 시급한 과제로 생각된다. 그러므로 군 사회복지는 규범적이고 물리적인 훈육과 훈련 못지않게 실질적인 서비스를 통해 그들이 필요로 하는 문제해결과 군의 사기 및 정신전력이 증진 될 수 있어야 한다(이제성, 2002). 신세대 병사들이 군생활의 대인관계 문제로 인한 스트레스, 군생활의 어려움을 가져오는 것을 자유롭게 해소할 수 있는 군사회복지사의 필요성을 절실히 요구할 수 있는 것은 시의적절하다고 사료된다. 또한 군내의 사회복지를 제도화하여 군사회복지사가 병사들의 대한 군대 내부·외부의 프로그램개입을 지원함으로써 그들의 욕구를 충족시키기 위한 사회복지적 노력이 병사들의 군 생활 적응을 도모할 수 있을 것으로 함의를 말할 수 있다.

본 연구결과에서 알 수 있듯이 신세대 병사의 군 생활적응에 영향을 미치는 대인관계 변화향상에 효과가 나타났다는 것은 앞으로의 신세대 병사들 대상으로 프로그램의 필요성을 제시하는 기초 자료로서 활용되기를 바라며, 군 사회복지현장에서 종합적인 서비스를 제공하는 측면에서도 신세대 병사들을 관리하는 실천가들에게 활용가능성을 제시했다는데 큰 성과라 할 수 있다.

참 고 문 헌

- 김동하(2004). 군 조직 내 복지사 필요성과 역할에 관한 연구. 목원대학교 석사학위논문.
- 구승신(2004). 신세대 병사의 군 생활 적응에 관한 연구. 이화여자대학교 박사학위논문.
- 류홍위(2005). 고령사회에 대비하는 사회복지정책의 쟁점과 방향. 군사회복지제도 도입의 대내·외적 환경과 추진방향. 한국사회복지정책학회. pp. 307-320.
- 박미은(2005). 군 사회복지사제도의 입법화 방향과 쟁점. 군 사회복지사 도입을 위한 공청회 자료집. pp. 5-20.
- 서혜석(2005). 대학생의 대인관계변화 향상을 위한 자아성장 집단상담 프로그램 효과. 청소년보호지도연구. 제7호. pp. 35-56.
- 이제성(2002). 신세대 병사들의 병영생활과 군 복지향상 방안연구. 동국대학교 석사학위논문
- 이창훈(2004). 군 내 자살사고 예방을 위한 프로그램개발에 관한 연구. 경희대 석사학위논문
- 이홍윤(2005). 군 사회복지 도입에 대한 제언. 한국사회복지사협회. Social Worker 3월호
- 조홍식(2005). 국가복지정책 방향에 따른 군 복지 체계정립의 필요성. 열린 군 복지체계정립을 위한 법, 제도 개성방안 토론회 자료집.
- 한인영(1999). 군인의 정신건강문제와 군 사회사업실천의 필요성. 한국 정신보건사회사업학회지. 정신보건과 사회사업 제8집. pp 199-219.
- 한인영(2000). 군 사회복지사 도입의 필요성 고찰-미군의 군 사회복지사활동 내용을 중심으로- 국방정책연구, 2000년(가을).
- Coopersmith, S. (1967). The antecedents of self-esteem, san francisco : Freeman.