

http://dx.doi.org/10.17703/JCCT.2022.8.2.83

JCCT 2022-3-12

군인들의 의사소통 향상을 위한 가상현실 활용 방안 -다시점 관계 경험 프로그램 사례 연구-

A Case study for Multi-Perspective Relationship Experience(MPRE) to Improve Social Communication of Soldiers

이윤수*, 이종호**

Youn-Soo Lee*, Joong Ho Lee**

요약 개인의 자유로운 표현을 중요시하는 신세대들은 상대와의 직접 대화보다 문자, 이모티콘, 가명 등을 통해 소통하는 것을 선호한다. 이러한 신세대들의 소통 문화는 상명하복의 군 집단생활에서의 의사소통에 장애가 될 수 있어 이를 보완할 기술이 연구되고 있다. 본 연구에서는 타자의 관점으로 자신을 되돌아보며 올바른 사회관계를 스스로 체득하도록 돕는 VR 콘텐츠 서비스를 제안한다. VR기반 다시점관계경험(MPRE) 프로그램은 360 카메라와 VR헤드셋을 이용해 군 생활에서 일어나는 여러 상황을 VR로 제작하고 체험한다. 이를 통해 사회적 관계의 부담감을 줄인 상태에서 바람직한 집단생활 상황극을 효과적으로 경험하게 한다. 직업군인 5명과 군 복무중인 22명의 병사들을 대상으로 실시한 시범서비스 실험 결과 실제 상황에 준하는 현실감을 느끼면서 대인 긴장감 및 사회적 거리감이 현저히 감소되었고 실제로 하기 어려웠던 의사소통이 자연스럽게 이루어졌다. 그리고, 참여자 전원에게서 소속감 및 리더십에 긍정적 효과가 확인되었다. 본 연구는 급속히 변화해가는 사회적 상호작용 방식에 맞추어 군인들의 집단응집력을 향상시키고 군 내 환경의 적응 유연성을 지원하는 인력관리 정책에 효과적으로 활용될 것이다.

주요어 : 가상현실(VR), 다시점관계경험(MPRE) 프로그램, 의사소통, 집단응집력

Abstract Recently, the military needs to apply various technologies for the improvement of teamwork. The government should take the non-face-to-face system due to the social interest of young military members. In this study we investigated collective cohesion by helping soldiers who have difficulty expressing their feelings and delivering messages while living in groups, or who are unable to adapt to group life due to psychological disorders such as relationship anxiety. We proposed the Multi-perspective Relationship Experience program as a new VR application. We showed feeling a sense of reality equivalent to the actual situation, interpersonal tension and social distance were significantly reduced, and communication, which was difficult to actually do, was naturally achieved. In addition, positive effects were confirmed on the sense of belonging and leadership among all participants. We will be effectively used in manpower management policies that improve the collective cohesion of soldiers and support the adaptability of the military environment in line with the rapidly changing social interaction method.

Key words : Virtual Reality(VR), Multi-perspective Relationship Experience (MPRE) Programmes, Communication and Collective Cohesion

*정회원, 부산외국어대학교 사회복지학과 조교수 (제1저자)

Received: January 21, 2022 / Revised: March 1, 2022

**정회원, 계명대학교 게임모바일공학전공 조교수 (교신저자)

Accepted: March 8, 2022

(영산대학교 로봇공학과 조교수, 실감교류인체감응출력연구단
선임연구원, 한국과학기술연구원 연구원)

*Corresponding Author: k28753969@kmu.ac.kr

Dept. of Game Mobile Engineering, Keimyung Univ, Korea

접수일: 2022년 1월 21일, 수정완료일: 2022년 3월 1일

게재확정일: 2022년 3월 8일

I. 서 론

현재 20대 군인들은 대규모 공동체보다 개인 취향에 따른 ‘퍼스널 커뮤니티(Personal Community)’에 친숙하다. 개인주의 속성을 가지고 입대하는 청년들의 집단생활 적응은 쉽지 않다. 군에서는 사회에서와 같은 자유로운 인간적인 관계나 정서적 표현을 통해 슬픔, 분노, 불안 등을 해소하기 어렵고 서로를 이해하기 위한 사적인 소통이 힘들다. 이 때문에 고립감, 외로움 등이 심각해질 수 있다. 여기에 간부들의 무관심, 정서적 거리감, 동료들의 따돌림, 비난 등이 더해지면 여러 위기 상황이 발생할 수 있다. 2018년 군내 사망자 86명 중 56명(65.1%)명이 군생활 부적응 자살로 나타나고 있다[1].

군에서는 장병 상호 간 존중하고 배려하는 병영문화를 위해 여러 행동지침을 마련하고 있으나 위계적이고 통제적인 군대 환경과 더불어 병사들의 미숙한 대인관계 및 의사소통 능력으로 인해 군 이탈 행위는 빈번하게 발생한다[2]. 군의 노력에도 불구하고 이러한 갈등 해결이 어려운 이유는 구성원 간 이해를 전제로 하여 관계를 발전시키고 효과적으로 문제를 해결할 수 있는 의사소통의 방법과 경로가 부족하기 때문이다. 관련된 연구에 따르면 간부로부터 지지를 많이 받을수록 병사의 ‘임무 수행 의지력’, ‘심신 상태 적응력’, ‘직책 및 직무 만족도’가 높아졌다[3]. 지금까지 군 내 이탈을 방지하기 위한 연구에도 불구하고 지휘관의 마인드와 군 내부 상황에 따른 프로그램 격차, 시스템의 단발성과 개인 낙인화 등에 따른 군 내 소통에 대한 문제는 계속 제기되었다.

가상현실(Virtual Reality, VR)은 360도 전체 시야에 구현된 영상과 입체적인 음향을 통해 실제와 거의 같은 가상환경을 경험하게 함으로써 그 실재감과 몰입감이 높은 것이 특징이며 외부기기를 통해 가상현실에서 이루어지는 상황 또는 인물과 상호작용을 할 수 있다[4]. 게임이나 오락물로만 인식되던 가상현실 콘텐츠는 다양한 경험과 치매 및 공포, 불안 치료, 위험한 교육과 반복 훈련 등 ‘디지털치료제’로서 인간의 정서, 감정, 행동 등을 긍정적으로 변화시키는 데 활용되고 있다. 본 연구는 집단생활의 부적응, 대인관계에 어려움을 가지는 군인들의 효과적인 의사소통을 돕는 새로운 방법을 제시한다. VR을 활용하여 자신의 메시지 전달 방법을 스스로 피드백할 수 있는 1인칭 시점과 직접적으로 소통

하기 어려운 상황에서 2인칭 시점을 통해 자신의 메시지를 전달할 수 있는 다시점 관계 경험(Multi-Perspective Relationship Experience, 이하 MPRE) 프로그램 적용 사례를 소개한다.

II. 이론 고찰

1. 군 내 의사소통 향상에 대한 선행 연구

MZ세대는 개인의 결정권과 선택의 자유가 무엇보다 중요한 세대로서, 과거의 정과 끈끈한 결속을 바탕으로 한 공동체 중심 소통을 개인 취향을 존중하는 형식의 소통과 개인의 의사 존중을 중요시한다. 전통이나 권위를 내세우던 기존의 상명하복 조직문화 방식은 이들을 흡수시키기 어렵다. MZ세대의 특성에 맞춰 개인을 중시할 수 있도록 조직문화를 재구성하고 조직과 개인을 연결할 수 있는 스토리를 제공하고 스스로 동기부여를 할 수 있도록 해야 한다. 휴대폰 자율화 이후 군인들의 소통여건 개선과 심리적 안정 등 다양한 측면에서 긍정적인 것으로 평가되었다. 하지만, 부대원 간 단합에 대한 간부들의 부정적 인식도 나타났다[5].

병영 생활 스트레스는 군 생활 중 겪는 스트레스를 의미하는데 심리적 스트레스, 조직 및 업무 관련 스트레스, 환경적 스트레스, 부대원 신상 관련 스트레스 요인, 군대조직 외부 스트레스 요인으로 나눌 수 있다[6]. 기존 연구에서 장병들의 군 생활 적응을 위한 방안으로 개인 역량과 사회 관계망, 대인 존중감, 자아 존중감을 보호 요인으로 제시했다. 긍정적인 감정을 높여줄 수 있는 융통성과 다양성이 존중될 수 있는 상황극으로 타인의 입장을 이해할 수 있는 방안도 제안되었다. 간부들의 사회적 지지가 증가할수록 병사들은 군 생활에 더 잘 적응하고 대인관계에 긍정적으로 대처하는 것으로 나타났다[7]. 즉, 군 생활 적응을 위해서는 군복무 기간을 자신의 성장 기회로 갖도록 해야 한다.

2. 가상현실 MPRE 시스템

가상현실기법은 2000년대 중반부터 해외에서 본격적으로 연구가 진행되었다. 가상현실은 현실감과 몰입감 중대라는 특성으로 게임, 군 내 전투 시뮬레이션, 조종사들의 비행 교육을 위한 시뮬레이션 등으로 먼저 시작되었고 실습과 반복 학습의 효과를 주는 교육 시스템에서 활용되고 있다[8]. 가상현실의 적용 분야로는 불안장애,

섭식 장애, 발달장애, 정신장애, 뇌졸중과 외상성 뇌손상 환자의 인지 재활, 치매, 강박 등에서 사용된다 [9-10]. 2020년 CES(국제전자제품박람회)에서는 ‘디지털치료제’로 명명하며 다양한 로봇, 인공지능, 가상현실이 휴먼서비스에 활용될 수 있는 실용성을 보여주었다. 발표불안을 가진 사람들은 발표(또는 불안 상황)라는 상황에 놓일 때 타인에게 부정적 평가 또는 관심을 받지 못할 것이란 생각으로, 말을 더듬거나 말문이 막혀 발표 및 소통을 지속하지 못한다. 회피행동으로 말을 짧게 하거나 가능한 말을 하지 않으며 자신의 말을 계속 확인하는 등의 행동과 상대방 시선을 피하고 반응을 무시하는 등의 안전 태도를 보인다[11]. 공포 장애 연구에서는 환자에게 공포를 유발시키는 적절한 자극을 제공하고, 치료자의 의도대로 공포 현상이 체계적으로 노출됨으로써 공포증 극복할 수 있도록 하였다. 몰입감이 좋을수록 공포증 인지 치료 효과가 높게 나타났다 [12-13]. 심리치료의 사례로 1997년 베트남 참전 군인들의 외상 후 스트레스 장애 치료를 목적으로 만든 ‘가상 베트남’은 VR 환경으로 베트남 전지상황을 노출시켜 치료하는 방법으로 참가자 전원에서 효과성을 입증하였다[14]. 이 밖에 문화 체험, 학생들의 비대면 수업에서의 활용 등 코로나 시대에서 집단 활동의 어려움과 경험의 제한성을 보완하고 있다[16].

III. 연구 방법

1. 연구 내용

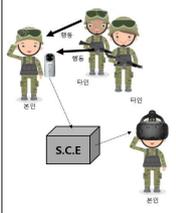
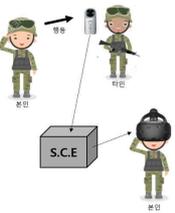
MPRE는 본 연구에서 제안하는 VRET 응용기법으로서 일반 사회 조직에서 활용가능하도록 VR 노출의 대상을 실제 사회조직의 구성원으로 연출하는 가상관계 노출 치료이다. MPRE는 타인의 시각으로 자신을 되돌아보며 올바른 사회관계를 스스로 체득하도록 돕는 VR 역할극이다. VR의 몰입성을 활용한 타자 시점 경험과 역지사지의 실제 체험 제공 효과가 있다.

MPRE는 세가지 주요 특징을 가지고 있다. 첫째, 다수의 사용자가 동일한 VR을 체험하는 멀티미디어 제어 시스템이다. 둘째, 특정 사회조직 내 상호 이해를 돕는 맞춤형 VR 시나리오를 기획하고 제작하는 과정을 포함한다. 이 때 구성원들이 참여하여 바람직한 사회관계의 본질적 요소를 탐색하여 이를 VR 콘텐츠에 담는다. 셋째, 현장에서 이루어지는 참여형, 체험형 교육 서비스이다.

특히 군에서는 이동에 제약이 있으므로 부대원들이 생활하는 생활공간 내에서 VR 콘텐츠를 제작하여 현실감을 높이고 콘텐츠 제작 경비와 시간을 줄일 수 있다.

본 연구는 타인의 시각으로 자신을 되돌아보며 올바른 사회관계를 스스로 체득하도록 돕는 VR 역할극을 시도하여 효과성을 검증하였다. VR의 몰입성을 활용한 타자 시점을 경험하게 하여 역지사지의 실제 체험을 제공할 수 있다. 의미 있는 소통을 하는데 도움을 줄 뿐 아니라 집단 문화를 향상시킬 수 있는 도구로 다양하게 활용될 수 있다. 본 연구는 다음의 과정을 포함하고 있다. 첫째, 다수의 사용자가 동일한 VR을 체험하는 멀티미디어 제어 시스템(Synchronizing) 둘째, 군 조직 내 상호 이해를 돕는 맞춤형 VR 시나리오 기획/제작 (Customized) 셋째, 현장에서 이루어지는 참여형/체험형 교육 서비스(Experience)이다.

표 1. MPRE 관점별 특징
 Table 1. Features by MPRE Perspective

구분	본인관점 행동노출	타인관점 행동노출	3인칭 관점 행동노출
도식화			
특징	-바람직한 사회적 상호작용 간접 경험 -모범적 대인 관계 (상관, 부하, 동료) 동기부여 -타자의 이해의 폭 증대	-타인에게 보이는 본인 행동 관찰 -당시의 본인의 심리 상태 인지 -올바른 대인 관계 훈련(CBT 병행) : 공격적 행동 자가진단	-모범적인 사회적 상호작용 체험 -바람직하지 못한 상황의 관찰자 시점 관조, 조직 관계의 객관화 -협력적 대인 관계 동기 부여
제작 절차	-노출 대상에게 전할 메시지 협의 -영상촬영 -노출 대상자 시청 및 브리핑	-타인에게 전달할 메시지 준비 -상대방이 앞에 있듯이 연기 -본인 VR 시청	-모범적인 상황 또는 비합리적인 상황 시나리오 설정 -시나리오 촬영 -그룹 VR 시청

MPRE는 시청 관점에 따라 표 1과 같이 정리될 수 있다. 본인관점 행동노출은 바람직한 사회적 상호작용 간접 경험, 모범적 대인관계 (상관, 부하, 동료) 동기 부여, 타자의 이해의 폭을 증대 등을 기대할 수 있다. 타인관점 행동노출은 타인에게 보여지는 본인의 행동은

관찰하여 당시의 본인의 심리상태를 리마인딩하고 이를 토대로 올바른 대인관계를 훈련할 수 있다. 이는 인지행동치료와 병행으로 실시 할 경우 더욱 높은 사회관계 개선 효과를 기대할 수 있다. 3인칭 관점 행동노출은 모범적인 사회적 상호작용 체험 사례를 보여주고 바람직하지 못한 상황을 관찰자 시점으로 관조하게 함으로써 조직 관계의 객관화를 훈련한다. 조하게 함으로써 조직 관계의 객관화를 훈련한다.

2. 연구 과정

본 연구는 육군교육사령부의 병영 이탈 방지와 개인 상담에 대한 고충을 위해 진행된 VR 활용 전문가 초점 집단면접 과정을 통해 진행되었다. 연구참여자는 경기도 소재 00사단 군인으로 선정하였다. 본 연구는 참여 행위연구로 진행되었고 프로그램에 참여한 연구참여자 전체의 행동과 반응, 연구에 대한 의견을 개방적으로 질문하고 녹화하였다. 시나리오는 사전에 간부와 선임의 의견을 듣고 군 생활의 의사소통에서 많은 갈등을 가져오는 대표적인 사례를 함께 선정하였다. 본 연구는 선행 연구가 없어 질적 연구를 통해 프로그램의 효율성을 검증하였다. 본인 관점 행동 노출의 실제 사례를 보면, 신병인 00이병을 위해 내무반 선임들이 VR 영상을 촬영하기로 협의한 후, 앞으로의 올바른 병영생활을 응원하는 친화적인 메시지를 각 구성원들이 순서대로 촬영하였다. 촬영시 발화자는 360 카메라 전면으로 다가와 마치 일대일 대화를 하듯이 연출하였다. 마지막에는 구성원 전원이 함께 어깨동무를 하고 응원하는 메시지와 구호를 외치고 촬영을 마쳤다. 촬영 중 일부 군인들은 다소 쑥스러워하는 모습을 보였으나 모두 표정이 밝고 재미있게 촬영에 임하였다. 촬영은 3개 대대에 걸쳐 총 15회 진행되었으며 영상은 당일 즉시 해당 노출 대상으로 하여금 시청하도록 하였다. 사용된 360 카메라는 Ricoh Theta v로서 해상도는 H.264 포맷으로 3840×1920 프레임율 29.97fps, 비트 전송율 56Mbps로 촬영하였다. VR 시청을 위한 헤드셋은 ‘오쿨러스 고(Oculus go)’를 사용하였다.

1인칭 본인 시점 연구에서는 00대대 상사 2명, 대위 1명, **대대 대위 1명, 소위 1명, 일병 1명, 힐링 캠프 병사 9명을 대상으로 진행되었다. 2인칭 다시점 연구에서는 00대대 병사 6명, **대대 분대장, 병장, 일병 6명을 대상으로 진행하였다. 분대원들이 새로 들어온 병사

에게 하고 싶은 이야기를 360 카메라(새로 들어온 병사라고 생각될 정도의 높이와 사람의 사진을 부착한)에 하도록 하고 그 모습을 바로 촬영을 하였다. 1인칭 리더십 진행 시나리오는 탄피분실 지도와 격려, 지시 불이행 지도와 격려, 신입 병사 병영생활지도, 분대장으로 빠른 진급 병사 응원, 분대장으로 후임병 다툼 이견 조율과 지도, 영상 편지에 관련된 것이었으며, 2인칭 병영상담 진행 시나리오에서는 분대원들이 한명씩 응원과 격려를 하는 모습을 담았다.



그림 1. 본인관점 행동노출의 실제 운영 과정 (조직원 사전 회의, VR 촬영, 노출대상자 시청 및 브리핑)

Figure 1. Actual operation process of behavioral exposure from the first person point of view

그림 1과 같이 연구참여자는 스스로 대상을 선정하였으며 인터뷰는 본인이 촬영한 모습을 모니터링하고 이루어졌다. 영상 메시지 대상이 있는 경우는 대상이 모니터링을 하였다. 촬영 영상을 새로 들어온 병사에게 보여주고 반응을 심층 인터뷰하였다.

IV. 연구 결과

연구참여자들은 대면으로 소통하기 어려운 이야기들을 자연스럽게 표현하고 전달할 수 있었으며, 이러한 과정속에서 더 깊은 소속감을 느꼈다. 또한, 자신의 지시나 전달사항을 상대방이 어떻게 받아들이고 생각하게 될지 자신을 분석하여 동료나 상하 관계에서 오해나 갈등을 유발하는 자신의 말투나 억양, 분위기, 전달 내용에 대해 수정할 수 있도록 동기 및 기회를 제공하였다. 다음은 정성적 결과로서 1인칭 및 2인칭 MPRE 노출 후 심층면접에 대한 인터뷰 결과이다.

1. 1인칭시점 MPRE 사례 연구

시나리오: 두발 정리가 안된 이유가 뭐야?... 그게 이유야?

O 대위: 아니라고 생각하는 부분에 대해서는 명확하게 그 것을 어느 정도 지키려고 하고 있습니다. 그래서 병사들이 느낄 때 좀 답답함을 많이 느낄 수 있습니다.

연구자: 타인의 시각과 본인의 이미지 일치하나요?

O 대위: 평소에 스스로 없이 대화를 하려고 노력하는데 제 모습을 보니까 감정이 너무 없는 상태로 느껴졌습니다.

시나리오: 00아 분대장 쉽지 않지? 내가 부탁하고 싶은 건 병사들이 아무리 부족해도 너가 이해하고(생략)..

O 소위: 일반적인 군인은 경직되어 있고 잘못을 딱 지적하는 스타일인데 저 같은 경우에 유하고 타일르는 방식이라 좋아하는 면도 있을 수 있고.. ‘어? 저런 식으로 하셔도 되나?’ 이렇게 생각할 수도 있을 것 같습니다.

시나리오: 감정적으로 격해져서 말이 공격적으로 나온 것 같다. 조금만 더 서로에 대해 생각해 보자...교육 시간에 늦을 수 있어 누구나 실수하니까..점점 발전해 나가면 돼. 너무 기죽어 있지 말고 기운 내 앞으로 잘 할 수 있지?

O 일병: 병영생활 갈등을 주제로 제가 그 갈등을 중재해주는 역할이거나, 후임병이 실수했을 때 다독여주는 선임의 두가지 역할을 맡고 있습니다. 제 모습을 타인의 관점에서 바라보니 평소 중대장님 모습하고 굉장히 비슷합니다.

시나리오: 탄피 잃어버렸다며, 소대장으로 해주고 싶은 말은 분대장도 이런 실수할 수 있겠지만..(생략)

O 상사: ‘별일 아닌가 보구나’라고 생각들 것 같고, 무표정으로 보여요. 도움을 주려고 하고 있다는 것이 느껴졌을 것 같아요. 무래도 더 이 친구한테는 좋은 이야기가 되지 않을까. 자연스럽지 못하고 딱딱해 보였어요.

시나리오: 머리 자르라고 했어? 안 했어?~다 스트레스야..

O 상사: ‘일단 저 사람이 화가 났구나~ 짜증을 내고 있구나~’라는 느낌을 많이 받았을 것 같았습니다. 무섭게 보이진 않았고 ‘기분이 많이 상했을 것 같다’라고 느꼈을 겁니다.

시나리오: 국가안보관 철저 및 편지함에 대한 지시.

O 대위: 눈이 어색한 것 같고...미리 정리를 좀 했으면 정갈했을 텐데 메시지 전달은 잘 되었다고 생각합니다. 아무래도 무표정이라도 온화함이 표정에 항상 있었고, 예로사항 있으면 카톡하자 했을 때 웃고 있는 모습 보여줘서 충분히 이해는 했겠구나. 본인이 봤을 때와 일치하는 것 같아요.

2. 2인칭시점 MPRE 사례 연구

영상 내용: 입대 동기에게 격려 및 응고 (안아주기)

연구자 : 시청 후 어떤 하실 말씀이라도 있으신가요?

***상병 :** 제가 생각할 때는 이런 게 군생활에 많이 적용이

된다면 좀 평소에 동기라 해도 약간 면전에 대고 하지 못할 말들이 있는데 그런 것도 자유롭게 할 수 있을 것 같고 촬영을 하면서도 약간 애들이랑 재밌게 촬영을 했는데 촬영을 하면서 다 같이 팀워크도 좀 올라가는 것 같고 좀 더 분위기가 좋아진 느낌을 받았습니다. VR이다 보니까 아까 봤는데 정말 포옹하는 느낌도 들고 친숙하다 해야되나? 약간 그렇게 좀 다가왔던 것 같아요.

영상 내용: 우리가 전역도 입대도 같은데 앞으로도 군 생활 열심히 해서 같이 전역하자. (안아주기)

*** 일병:** 리얼해서 너무 깜짝 놀랐어요. 군 생활에 많은 도움이 될 것 같습니다.

영상 내용: 아들~ 아빠야~(웃음) 여기 와서 넘 고맙고, 너무 달라 붙어서 미안해~ 너가 좋아서 그런거니까 이해해주고 앞으로..

*** 일병:** 실감나요. 신기하고 진짜 같고 재밌었어요. 포옹할 때 진짜 포옹하는 느낌이었어요. 그냥 군대에서 이런 체험을 할 수 있는 것도 신기한 것 같습니다. 이런 프로그램이 정기적으로 하면 진짜 좋을 것 같습니다. 팀워크 향상, 애정 애착에 도움이 되었습니다.

영상 내용: 분대원 전원..화이팅~

*** 일병:** 평소에 들을 수 없었던 애기 실감나게 들어서 좋고 평소에 하고 싶었는데 하기 부담스러워서 못했던 말들 쳐다보는데 부담 없어서 좋고, 정기적 프로그램으로 유대감 향상에 정말 좋을 거 같습니다. 하고 싶었던 말들을 그런 말들을 영상으로 통해서 그냥 2D로 보는 것보다 더 현실감 있게 보면 더 마음에 와 닿을 수 있다고 생각합니다. 평소에 섭섭했던, 사과하고 싶은데 얘기를 못 했던지 그럴 때 많은 도움이 될 것 같아요.

영상 내용: 최고 선임자 세명이야. 좀 있으면 가게 될 건데, 그래도 남은 군 생활 중에 앞으로 3일 동안 잘 챙겨 줄테니까 걱정하지 말고, 운동하고 싶으면 나에게 와, 앞으로 남은 군생활 잘 해보자.

연구자 : 영상처럼 남은 군 생활 잘 할 수 있었습니까?

***일병:** 네. 용기가 생깁니다. 감동적입니다.(눈물)

영상 내용: 분대원들의 영상편지 상황극

*** 분대장:** 진짜 같아서 너무 놀랐고요. 다 좋은 말 들려줘 너무 고맙고, 잘 챙겨 줘야겠다는 생각도 들고, 너무 리얼해서 너무 깜짝 놀랐어요...평소에 사람도 많고 부대껴 지내니까 하고 싶은 말도 잘 못하거든요. 리얼함도 있고 껴안는 장면에서도 그런 제스처까지 다 표현이 되어서 화해할 때나 평소 고마웠던 일 얘기할 때 좋을 것 같다는 생각이..

연구자: 그럼 우리 병사들이 군 생활에 적응을 하는 데에

어떻게 도움이 많이 될 것 같나요?

***분대장:** 새로운 친구들도 음...처음에 와서 주눅이 많이 들어있고 그런데 아무래도 일병으로서도 그렇고 앞에서 하기 힘든 말이 또 있으니까 '화이팅해라' 이런 식으로 한 마디 해주기 좋은 프로그램인 것 같아요. 되게 좋았어요. 부정적인 부분은 없고, 잘 활용되었으면 좋겠어요.

영상 내용: 안녕~정말 열심히 하고, 정말 잘한다고 생각했는데 이번 훈련 마치면서 잘 해줘서 너무 기쁘다.

***일병:** 기분이 약간 썩스럽고 앞으로는 그냥 잘 챙겨주고 열심히 해야겠다는 생각이 들어요. 이런 체험으로 군대의 분위기를 어떻게 더 하면 좋겠다 이런 말, 이런 생각도 듣고 선후임간에 더 잘 챙겨주고 더 잘 지내고 싶습니다.

3. 사례 연구 분석

1인칭 시점 경험 분석 결과, 첫째, 리더나 중재자로 부하들에게 지시나 격려, 훈육, 정보 전달, 갈등 조정, 거절, 사과, 섭섭한 부분을 이야기할 때 자신을 객관적으로 분석할 수 있다. 둘째, 자신의 감정을 그대로 볼 수 있고, 말하는 스타일에 대해 자신이 생각하는 것과 다른 사람이 보는 관점이 일치하는지에 대해 스스로 평가할 수 있다. 셋째, 자신이 자신에게 하는 말과 행동으로 감동받을 수 있고 스스로 격려 받을 수 있다. 넷째, 교육이나 힐링 프로그램(자연과 문화, 새로운 지역체험)과 대면이 부담스러운 사람에게 메시지 전달과 같은 다양한 상황에 활용되면 집단응집력과 소통, 군생활 적응에 많은 도움이 된다. 다섯째, 다른 사람에게 솔직하고 구체적으로 자신의 생각이나 입장을 전달할 수 있다.

표 2. 사례 연구 분석에 의거한 MPRE 효용성
Table 2. Summary of MPRE Effect Based on the Case Study Analysis

효용성	구체적 활용
동료, 상하 관계 소통	대면 소통보다 부담감 줄고 구체적이고 진지하게 소통할 수 있음
집단 문화, 레크레이션	영상촬영 및 모니터를 통한 집단 전체 분위기 개선. 힐링 프로그램으로 교육, 관찰, 체험의 다양한 레크레이션으로 활용 가능
대인 및 관계불안, 사회불안	진솔한 이야기와 포용 등의 행동 모션의 실제감과 몰입감으로 격려와 칭찬, 솔직한 이야기 등에 더 큰 감동과 피드백 효과
훈육	교육이나 지시, 거절 등 대면 소통에서 상대방이 느끼는 부정적 부분 완화, 비대면시 실제 활용
자아 성찰	자신의 행동과 말투를 모니터링 할 수 있어 자아성찰과 발전에 도움

표 2에서 나타나듯이 2인칭 시점 경험에 따른 분석 결과는 다음과 같다. 첫째, 진지한 이야기를 할 수 있으며 대면에 대한 부담감이 줄었다는 것을 알 수 있었다. 둘째, 일반 영상 통화나 대면 소통보다 더 집중하게 되고 본인이 느끼는 감동이 크다고 보고하였다. 셋째, 실제 하기 힘든 포용과 행동에 가상으로나마 현실적 느낌을 받았다는 것을 알 수 있었다. 넷째, 신기하고 재미있어 함께 촬영하면서 팀 협력과 집단에 대한 애정과 애착이 높아졌음을 알 수 있었다.

V. 결 론

MPRE 실험 결과 밝혀진 군 조직 내 의사소통 향상에 유용한 활용 방안들은 다음과 같다.

첫째, MPRE는 대면 소통이 불편한 상황에서 활용될 수 있다. 꼭 해야 할 말이 있는데 대면으로 말하기 쉽지 않은 내용, 오해나 갈등의 여지가 있을 때, 사과를 하거나 격려, 진지한 이야기를 하고 싶을 때 활용할 수 있다. 직업군인 경우에도 중요한 군 임무수행 중에 리더로서 자신의 목소리를 내는 것을 두려워할 때, 결과에 대한 피해의 두려움으로 침묵하게 될 때, 리더와 부하 간 소통 증진을 위한 프로그램으로 활용될 수 있다.

둘째, MPRE는 자신의 말과 행동에 대한 역지사지의 자아성찰을 할 수 있다. 군에서 발생하는 소통의 문제는 다양하다. 세대 간의 차이와 계급에서 오는 위압, 처음 만나게 된 사람들에 대한 경계, 집단생활의 불편함 등 다양한 문제들이 서로 악영향을 줄 수 있다. 소통이 잘 안되면 집단응집력이 약화되며, 소통에서 오는 오해나 갈등은 군의 임무수행에 큰 악영향을 미치게 된다. 특히 신병 시절부터 소통이 되지 않으면 군생활에 적응하기 힘들게 된다. 이런 경우 다시점 관계 경험은 1인칭, 2인칭 모두 긍정적 소통에 도움을 줄 수 있다.

셋째, MPRE는 실제감을 활용할 수 있다. 실제감은 대인관계에 따른 소통과 사회성 불안, 행동 문제, 분노장애 노출치료에 효과적이다. MPRE를 심리 및 정서 치료, 상담 도구로 활용할 경우 주관적인 평가 뿐 아니라 눈 맞춤, 거리, 반응시간, 대화의 양과 시간, 목소리 톤 등 변화 전도를 객관적으로 평가하고 측정할 수 있는 기회를 가질 수 있다. 코로나 19와 여러 환경에 의해 비대면 생활이 일상이 될 때 군 내 환경도 똑같이 영향을 받을 수밖에 없다. 이러한 비대면 생활 수칙이

군 내 생활 속에 들어올 때 군 내 상담과 심리 및 정서 치료 등에서 신세대 군인들의 개인화 특성과 함께 다양한 콘텐츠를 활용한 상담 및 치료가 가능하다.

References

- [1] Hwang Yong-gwan. "A study on the impact of changes in barracks life in the use of military cell phones on the local community-centered on Internet news comments and on-site interviews." *Korean Military Social Welfare Studies*, 12(2) pp. 117-153. 2019.
- [2] Seo Hyunsook, Jang Mikyung. "The moderating effect of the emotional regulation style in the relationship between soldiers' sense of wit and interpersonal relationship harmony." *Military social welfare*, 9(1) pp.141-161. 2016.
- [3] Lee Hye-joo. "A study on the improvement of soldiers' adaptability to military life based on the theory of social support system." *Defense Policy Research*, 34(3) 121호. pp. 213-239. 2018.
- [4] Kim Jeong-gyu and Kim Jong-guk, "Discourse on ICT-based Virtual Reality(VR) Media:Focusing on immersion space and communication theory," *JCCT*, 7(2) pp. 331-338. 2021
- [5] Ministry of National Defense press release. "Analyzing the results of pilot operation of disease and mobile phone use", 2019, 7.16.
- [6] Lee Youn-soo. "Recognition of the effectiveness of soldiers on social welfare practice and welfare counseling in the county," a collection of data from the Autumn Conference of the Korean Social Welfare Association. 2016.
- [7] Lee Youn-soo. "Necessity of Military Work to Promote Communication in Military Life," a thesis with a master's degree at Pusan National University. 2000.
- [8] Kim Hyo-yong. "Realization of public welfare through VR/AR technology and contents," Information and Communication Planning and Evaluation Agency, 2019. pp, 14-24.
- [9] Cho,Y and Telch,M. J. "Testing the cognitive content-specificity hypothesis of social anxiety and depression: Application of structural equation modeling", *Cognitive Therapy and Research*, 2005.
- [10]Laforest,M, Bouchard,S. , Bosse,J. and Mesly,O. "Effectiveness of in virtual exposure and respose prevention treatment using cognitive-behavioral therapy for obsessive-compulsive disorder: A study based on a single-case studyprotocol". *Frontiers in Psychiatry*, Vol 7. pp. 99 .2016.
- [11]Harris,S. R. ,Kemmerling,R. L. and North,M. M. "Brief virtual reality therapy for public speaking anxiety", *cyberpsychology and behavior*, Vol. 5, No. 6, pp. 543-550. 2002.
- [12]Anderson,P. L. ,Zimand,E. ,Hodges,L. F. and Rothbaum, B. O. "cognitivebehavioral therapy for public-speaking anxiety using virtual reality for exposure". *Depression and anxiety*, Vol. 22, No. 3, pp. 156-158. 2005.
- [13]Chambless,D. L. and Hope,D. A. "Cognitive approaches to the psychopathology and treatment of social phobia". In P. Salkovskis(ED), *Frontiers of cognitive therapy*. pp. 45-382. 1996.
- [14]Rothbaum, B. O., Hodges, L. F., Alarcon, R., Ready, D., Shahar, F., Graap, K., Pair, J. Hebert, P., Gotz, D., Wills, B. and Baltzell, D. "Virtual Reality Exposure Therapy for PTSD Vietnam Veterans: A Case Study". *Journal of Traumatic Stress*. 1999.
- [15]G. Y. Lee, and S. H. Lee, "Virtual Reality Based Cultural Tourist Attractions converging with Souvenir", *Journal of Convergence for Information Technology*, Vol. 7, 3, pp. 111-116. 2017.

※ 이 논문은 2021학년도 부산외국어대학교
학술연구조성비에 의해 연구되었음.