

碩士學位論文

新世代 將兵들의 스트레스가 自殺意圖에
미치는 影響에 관한 研究

2007年

漢城大學校 經營大學院

經營學科

國防經營專攻

李 相 祚

碩 士 學 位 論 文
指 導 教 授 金 善 浩

新世代 將兵들의 스트레스가 自殺意圖에
미치는 影響에 관한 研究

A Study on the Effects of New-Generation Soldiers'
Stress on Their Suicide Impulse

2007年 月 日

漢城大學校 經營大學院
經 營 學 科
國防經營專攻
李 相 祚

碩 士 學 位 論 文
指 導 教 授 金 善 浩

新世代 將兵들의 스트레스가 自殺意圖에

미치는 影響에 관한 研究

A Study on the Effects of New-Generation Soldiers'
Stress on Their Suicide Impulse

위 論文을 經營學 碩士學位論文으로 提出함

2007年 月 日

漢城大學校 經營大學院

經 營 學 科

國防經營專攻

李 相 祚

李相祚의 經營學 碩士學位 論文을 認定함

2007年 6月 日

審査委員長 _____ 印

審査委員 _____ 印

審査委員 _____ 印

목 차

제 1 장 서 론	1
제 1 절 연구의 필요성 및 목적	1
제 2 절 연구문제와 범위	3
제 2 장 이론적 배경	4
제 1 절 군조직 특성	4
1. 군조직의 구성	4
2. 군조직의 기능	6
3. 신세대 장병의 이해	8
제 2 절 군조직의 스트레스	12
1. 스트레스의 개념	12
2. 스트레스의 요인	16
3. 스트레스 유발	20
제 3 절 자살사고	22
1. 자살의 의의	22
2. 자살자들과 일반인의 마음	24
3. 자살실태	26
4. 자살예방	28
제 3 장 설문조사 및 연구결과	35
제 1 절 연구대상	35

제 2 절 조사대상자의 일반적 특성	36
제 3 절 군생활 스트레스	37
제 4 절 군생활과 자살	40
제 5 절 군생활 만족도	43
제 6 절 요약	43
 제 4 장 결론 및 연구의 한계점	48
제 1 절 요약 및 결론	48
제 2 절 연구의 한계점	49
 참고문헌	50
 설문지	53
 ABSTRACT	59

표 목 차

<표 2-1> 신세대의 가치관과 의식성향	11
<표 2-2> 스트레스 요인 우선순위	21
<표 2-3> 스트레스 해소 우선순위	22
<표 2-4> 자살자들의 심리적 경험	24
<표 2-5> '06년도 자살사고 원인별 현황	28
<표 3-1> 설문결과	35
<표 3-2> 조사대상자의 일반적 특성	37
<표 3-3> 군생활 스트레스 현황	38
<표 3-4> 당면한 스트레스	39
<표 3-5> 군생활 스트레스 인식수준 현황	40
<표 3-6> 군생활 자살의도수준	41
<표 3-7> 년도별 자살사고 원인별 현황	42
<표 3-8> 자살사고 원인 중 부대관계와 개인관계 비교	42
<표 3-9> 군생활 만족도	43

제 1 장 서 론

제 1 절 연구의 필요성 및 목적

인간은 조직에서 태어나 조직 속에서 대부분의 시간을 보내며 또한 조직 속에서 죽어간다. 특히 현대 산업사회는 과학의 급속한 발달로 다양해지고 복잡해지고 있다. 이러한 복잡 다양한 사회조직생활에서 스트레스라는 용어는 이제 일상적으로 사용되어지고 있다. 또한 현대인들이 직무수행과정에서 받는 스트레스는 매우 다양하며 그 영향력과 정도도 날로 커지고 있다.

일반적으로 스트레스에 대해서는 현대사회를 살아가는 직장인은 직장에서의 직무수행을 가계활동을 영위하기 위한 경제적인 수입이 원천이라기보다 자기발전이나 자아실현을 위한 고도화 될수록 직무환경과 직무내용은 점차 복잡해지고 있다.

따라서 조직구성원들은 급격한 환경변화에 대처할 능력이 필요할 뿐 아니라 개인이 욕구와 환경과의 불일치로 인한 감당하기 어려운 스트레스에 직면하게 되었다. 이와 같이 스트레스는 막대한 사회적 손상을 초래하기 때문에 스트레스 관리를 통한 조직성과의 증대와 개인의 삶의 질을 향상시키기 위하여 기업과 학계에서 꾸준히 연구되어 오고 있다.

현대사회는 수많은 조직으로 구성되어 있으며 그 조직 중이 하나가 군조직이다. 군조직 그 존재이유, 목적 그리고 그에 따른 특성 때문에 일반적인 사회조직과 비교할 때 특이한 속성을 지닌 조직이라 할 수 있다.

이러한 스트레스는 우리가 살고 있는 모든 곳에서 발생하고 있으며, 또한 현재 구성원의 대부분이 소위 '신세대'로 구성되어 있는 군대생활에서의 스트레스 유발은 극히 정상적이고 필연적인 현상으로 인식되고 있다. 입대 전 소속되어 있는 사회 혹은 가정 등에서 경험했던 크고 작은 스트레스가 군대라는 새로운 조직사회의 폐쇄된 생활에 적응해야만

하는 신세대 장병들에게 있어서 더 큰 스트레스로 잠재, 또는 표출되고 있다.

상명하달, 명령과 복종, 나라의 애국심과 정신교육 등 군의 존재 이유와 직접 관련되어 있는 군집단의 특수성과 지휘권을 강조하는 입장에서 원인을 찾고, 반면 자유로운 발상과 얽매이지 않는 성격에 길들여진 ‘붉은 악마’ 세대인 신세대가 사회와 격리된 채 새롭게 시작해야 하는 군생활 자체를 두렵게 하는 군대문화의 속성과 군인 인권을 강조하는 입장에서 찾는다. 이렇게 그 원인을 찾는 입장은 비록 다르지만 한 가지 분명한 사실은 현재의 군조직과 병사 관리상에 문제가 있으며, 빨리 대처하지 않으면 안 된다는 점이다.

오늘날 군 장교의 수준도 사병의 수준도 과거와는 비교할 수 없을 정도로 올라갔다. 군 장교가 사병에게 글을 가르쳐 주던 시대는 벌써 오래 전에 끝났다. 과거에 비해 내 자식만큼은 최고로 키우겠다는 교육열 과다가 가져다준 당연한 결과다. 10년 전 등장한 신세대라는 단어는 말 그대로 세상이 바뀌어 그 당시 10대들이 오늘날 청년이 되어 군에 입대하고 있다.

우리 사회에서 해병대와 특전사처럼 가장 힘든 군부대에 애써 문을 두드리려 고된 훈련과 강한 규율을 이겨내 자기발전의 기회를 갖고자 하는 신세대들이 매년 증가하고 있음도 사실이다. 이들은 군 조직이 갖는 구성원의 협동 단결과 믿음, 그리고 전우애 등을 강조하는 군 조직 관리와 기강을 오히려 매력으로 느낀다.

그러나 선진국의 경우 대부분 지원제이기 때문에 사전에 군인으로서 가져야 할 인성과 능력을 파악한 후 적격자를 뽑는다.

군의 특수성에도 불구하고 오늘의 군 내부 현실에 미루어 볼 때 우리 군은 조직구성원이 단결력을 저해하는 많은 문제와 취약점을 안고 있으며, 그 중 하나가 신세대 장병들이 받는 스트레스에 대한 문제이다. 그러나 이러한 연구는 거의 전무한 상태이며, 논의조차 되고 있지 않다.

이와 같이 특수한 조직문화의 분위기로 인한 신세대 장병들의 의식을 억누르는 것으로만은 근본적인 치유를 할 수 없다. 이른바 현재에도

미래에도 발생할 수 있는 여러 가지 병영생활의 일탈행위 즉, 군무이탈, 충기탈취 및 인질극, 구타, 각종 군대 및 생활관사고, 자살 등을 통해 알 수 있다.

하여튼 구타사고, 강력사고 등은 모두가 크든 작든 직무스트레스에 의한 결과이며 이로 인한 군 이미지의 실추, 군 사기저하 등은 군의 전력증강의 저해요소로 작용하고 있다. 그러므로 그 어느 때 보다는 군조직에서의 직무스트레스에 대한 이해와 효과적인 예방관리전략이 요구되고 있다.

이러한 상황에도 불구하고 군조직내에 지휘 통솔에 관한 연구가 대부분이며, 이에 대한 연구는 부족한 실정이다.

본 연구에서는 군조직 생활에서의 신세대 장병들의 스트레스 인식수준에 따른 만족도와 자살의도 수준의 차이를 실증적으로 살펴봄으로써, 날로 심각해지는 군조직 체계에서의 효율적인 부대 적응과 더 나은 병영생활 여건 조성 및 그 대책 마련을 위한 기초 자료를 제공하는데 그 목적이 있다.

제 2 절 연구문제와 범위

본 연구에서는 군장병들의 스트레스가 병영생활에 어떠한 영향을 주고 있는지를 살펴보기 위해 군장병들을 대상으로, 군조직 생활 스트레스의 원인을 밝히고 스트레스가 군생활 적응력과 자살의도에 어떠한 영향을 미치는지를 알아봄으로써, 군장병들의 올바른 부대적응력을 키워가고 더 나아가 효율적인 조직관리를 위한 대처방안을 모색하여 군생활 여건개선을 위한 기초 자료를 제공하는데 목적이 있다.

본 연구의 목적을 달성하기 위한 구체적인 연구내용은 군장병들의 군생활 스트레스 인식수준과, 군생활 만족도 수준, 군생활을 함으로써의 자살의도 수준을 알아본다

제 2 장 이론적 배경

제 1 절 군조직 특성

1. 군조직의 구성

군조직이란 특수한 목적을 위해 특수한 상황에서 특수한 방법으로 수행해 나가는 조직이고 전통적인 집단이며, 계급과 직책 및 권위를 바탕으로 하는 위계적 조직이라고 정의 될 수 있다¹⁾

먼저, 일반적인 면에서 군조직은 대규모 조직이며, 군의 목적인 국가 안보를 달성하기 위하여 다른 조직에 비해 매우 강제적이고 조직 구성원의 이익을 추구하는 영리 단체와는 달리 국가보위라는 규범적 가치 추구를 하는 규범적인 조직이다. 집단적인 면에서는 명령에 따라서 움직이고 계급별로 주어진 임무에 따라서 행동하는 단체로 군조직의 지속적인 규범 습득, 훈련과정, 공동적 유대 속에서 강한 연대의식형성을 갖는 집단성이 매우 강한 조직이다²⁾

또한, 상하 및 동료간에 정신적 유대가 형성되어야 하고 국가의 이념과 주의에 절대 신봉해야 하며, 효율적인 목적 달성을 위해서 지휘계통을 엄격히 확립, 명령체계 준수를 강조하는 매우 권위적인 구조를 지닌 위계조직이다.

이러한 군대는 국가를 보위하기 위해 모든 조직 활동을 국가와 국민의 생존을 위한 경쟁에서의 권리에 집중하고 있다. 그러므로 군대조직은 구조상으로 사회조직과 공통되는 점도 있지만 여러 가지 면에서 다른 특성을 지니고 있다.

1) 권익혁, 「신세대 장병의 의식성향과 군조직 스트레스 적응에 관한 연구」, 한남대학교, 사회문과과학대학원 석사학위 논문, 2004

2) 이정수, 「군조직 구성원의 욕구속성과 직무특성이 조직유효성에 미치는 영향 연구」, 『직무몰입, 조직전념도, 직무성과를 중심으로』, 연세대학교 대학원, 석사학위논문, 2001

1) 조직 목적의 절대성

군대는 사회내에 어느 조직보다도 가치, 명예, 규범의 중요성이 강조되는 단합적이고 내부적으로 높은 결속력을 갖게 되는 것이다. 또한 군대는 항상 전투에 대비하고 있거나 또는 전투를 실제로 수행하고 있기 때문에 군대조직의 궁극적 목표는 경쟁에서의 승리에 있으며, 이를 위해 조직의 모든 활동이 집중되어 진다.

2) 권위주의적 위계조직

군대조직은 강력하고도 철저한 권위주의적 위계조직에 의한 명령체계이다. 그러므로 계급과 직위에 따라 그에 상응하는 권한이 부여되고 이를 바탕으로 엄격한 지휘체통이 수립되어 직무할당이 명확히 되어 있다. 이러한 위계질서는 규정에 의해 뒷받침되고 있을 뿐 아니라 훈련, 상관에 대한 존경 등의 방법으로 끊임없이 강조되고 있다. 따라서 지휘 층과의 따뜻한 인관관계유지는 어렵다는 선입관을 갖기 쉽다.

3) 조직의 집단성

군대가 갖는 집단성은 그 구성원들이 조직적 일체감을 공유하며, 그들 스스로 보통 사람들과의 다른 한 집단으로 의식하게 되는 것을 의미한다. 군대 조직에서의 집단정신이 매우 중요한 것으로 통일된 가치세계를 형성시켜 주며, 새로 충원되는 성원을 융합시키고 강한 단결심을 불러일으키게 하는 것이다. 또한 이러한 집단정신은 국가의 권익과 일치됨으로써 합리화되고 정당화되기도 한다.

4) 조직의 강제적, 규범적 특성

강제적 조직이라 함은 조직의 권력이 강제적 힘에 의한 것일 경우, 하위 참여자의 참여는 마지못해서 적대적 감정을 품은 채 이루어지는 참여이며, 이때의 승복은 강제적 승복이라고 보았다. 공리적 조직이라 함은 조직의 권력이 금전과 재화에 의한 것일 경우 하위 참여자들은 금전적, 물질적 이익을 구하려는 타산에 참여하게 되며, 이 경우 승복은 공리적이라고 할 수 있다. 소득을 목적으로 참여하는 모든 직업조직

이 이에 해당된다. 규범적 조직이라 함은 조직의 권력이 존경, 명예, 동료의 인정과 호의적 반응 등 비물질적, 비폭력적인 규범적 가치에 연유하는 경우 사람들은 도덕규범에 입각하여 이에 참여하는 승복의 유형은 규범적 승복이 된다.

이런 차원에서 볼 때 군대는 본질적인 면에서 규범적 승복에 의존하는 집단이지만 전투와 훈련을 위해서는 상당한 정도의 강제력이 요구되므로 강제적 승복도 필수적이다. 즉, 군대조직의 목표와 가치는 규범적 조직의 성격을 띠지만 목표 달성을 위한 부대 운영과 통제 있어서는 강제적 성격을 갖는다고 할 수 있다. 또한 하위참여자인 병은 강제적 승복의 성격이 강하고 장교는 규범적 승복형태가 지배적이다. 이러한 이중적 성격을 지닌 군대조직이 근본 목적을 성취하기 위해서는 조직의 참여자들이 초기에는 어떠한 형태의 승복이었던 간에 궁극적으로 규범적 승복형태로 전환시키는 방향으로 교육되고 지도되어야 한다.

2. 군조직의 기능

군대의 조직기능면에서 특성을 보면 크게 두 가지로 구분할 수 있으며, 첫째는 국토를 방위하고 국가질서를 유지하여 조국의 통일과 민족의 번영을 뒷받침하기 위한 국가보위기능이며, 둘째는 군구성원에 대한 교육기능이다.

1) 국가보위기능

인간의 문명과 더불어 발생한 군대의 존재 의미나 가치는 군대발생의 태고성이나 보편성보다는 역사를 일괄하여 존재해 온 확고한 기능에 있다고 보여 진다. 물론 부대의 성격이 시대나 지역에 무관하게 일정부분 변했던 것은 아니다. 그러나 그 발상부터 오늘날까지 군대는 내외의 적으로부터 국가의 존재권을 보호하고 국민의 복지를 보장케 하기 위한 조직이라는 점에서는 변화가 없다. 군대의 기본기능도 내외의 적으로부터 국토를 방위하고 자유민주 질서를 수호하며 조국의 통일과 민족의 번영을 뒷받침하는 것에 두고 있다.

2) 조직구성원에 대한 교육기능³⁾

군대는 본래 국토를 방위하고 국민의 생명과 자산을 보호함을 그 사명으로 하고 있지만 전쟁이 없는 평화 시에는 군을 일종의 교육훈련기구로 변하고 상당한 시간을 교육과 훈련에 전력하게 된다. 그러므로 평상시 군대사회에 대한 교육적 기능을 살펴보면, 첫째, 민주 시민적 자질에 필요한 기본지식 터득이라는 측면에서 지식교육 기능, 둘째, 산업화에 요구되는 기술훈련의 측면에서 기술교육기능, 셋째, 바람직한 가치 및 태도형성이라는 측면에서의 국민정신 교육기능으로 분류할 수 있다.

군대는 가정이나 학교와 달리 비교적 이질적 경험이나 사회문화적 배경이 다른 사람들로 구성된 집단으로서 상호 인간관계를 통해서 바람직한 가치 및 태도가 형성되기도 하며, 성숙단계에 있는 젊은이들이 처음으로 가정을 떠나 위기나 고뇌의 경험을 하게 됨으로써 정신적 성숙을 하기도 한다. 그리하여 사회에서 흔히 “군대갔다 오더니 사람이 달라졌다”고 하는 말을 하듯이 군 생활은 민주 시민적 자질의 습득이나 인간적 성숙을 꾀하는 한 과정으로서 일반사회 조직 기능과는 다른 교육적 기능을 행사하며, 이러한 군생활을 통한 교육적 기능은 한 개인의 삶에 있어서 중요한 교육적 의미를 지닌다는 사실을 주목할 필요가 있다. 군지휘자는 국민의 교사라는 책임을 깨닫고 교육자적 자질 함양에 힘써야 됨은 물론 올바른 생활태도와 건전한 가치관을 부하들에게 습득시킬 수 있는 자세확립에 노력을 게을리 해서는 안 될 것이다.

3) 육군본부, 군인복무규율 제2장 제4조 7항 교육훈련 p.4.

교육훈련은 전투력 배양의 필수요소로서 그 목적은 적과 싸워 이길 수 있는 개인 및 부대를 육성하는데 있다. 그러므로 군인은 투철한 국가관과 확고한 사상무장을 바탕으로 군인정신을 기르고, 직무수행에 필요한 지식과 기술을 익히며 필승의 전기전술을 연마하고 강인한 체력을 단련하며 부대훈련에 힘써야 한다.

3. 新世代 장병의 이해

1) 'X'⁴⁾세대

신세대는 세대론적 시각에서 볼 때 새로운 세대로서의 '신세대'라는 용어의 기원은 미국의 X세대에서 비롯된다. X세대는 미국의 더글라스 코플랜드(Douglas Coupland)가 1991년 출간한 팝아트 스타일의 소설 'X'세대(Generation X)에서 등장한 것이다. X세대는 미국에서도 '93년도부터 가시화되기 시작하였고 '베이비붐 시대'의 뒤를 이었다.

미국에서도 X세대란 용어가 나오기 전까지 'Show Me Generation, Ley Generation, Twenty Something, Slackers, Baby Buster, Job' 등이 신세대를 지칭하는 용어로 쓰였다. 하지만 신세대를 포괄하는 용어는 정하지 못했는데 미국의 사회학자 마케티는 경영자들은 너무도 다양하고 기성세대와 다른 그들을 미지를 뜻하는 X를 따서 'X'세대라 부르기 시작하였다.

미국에서의 X세대는 베이비붐 세대(1946-1964년 사이에 출생)에 이어 1965-1975년 사이에 출생한 젊은이들을 일컫는다.

한국에서의 신세대의 등장은 '한국일보'에서 1990년에 젊은 세대를 '신세대'로 포장하여 르뽀 형식의 기획을 "신세대 그들은 누구인가"를 16개월에 걸쳐 연재함으로써 신세대 용어의 사용이 본격적으로 이루어지게 되었다. 우리나라에서는 신세대와 X세대는 같은 뜻을 지닌 단어로 특별한 구분 없이 사용되고 있다.

신세대는 고도의 경제성장, 풍요로운 생활환경, 핵가족시대, 도시화 환경, 대중문화의 범람, 탈 이념시대, 탈권위주의, 자유주의의 확산, 지식정보사회, 입시 위주교육환경 등의 사회적 변혁기를 경험하면서 성장했기 때문에 기성세대와는 판이하게 구별되는 성장배경과 의식성향을 갖고 있으며 이들 신세대간에도 시대적 상황과 경험에 따라 많은 차이를 보이고 있다.

이들이 성장한 시대적 상황을 좀더 구체적으로 살펴보면 70년대 한

4) 배홍준, 「마케팅원론」, 동국대학교 전자상거래학과, 2005, pp.3-4

국사회의 신세대들은 물질적 풍요로 인한 소비풍조의 확산과 더불어 전통적인 가치관과 윤리관이 급변하는 시대적 상황에서 독특한 의식성향을 갖게 되었으며 80년대 신세대들은 기성세대와 사회적 모순에 대해 불만이 고조되었던 시대상황에서 자라면서 이 시대의 특징을 나타내는 의식성향을 지니게 되었다.

우리나라에서 신세대라는 개념이 본격적으로 사용된 것은 그리 오랜 일이 아니다. 아마도 일본의 '신인류' 론에 자극 받아 일부 매스컴에서부터 사용되기 시작했을 이 용어는 이제 일반인들에게 별다른 저항 없이 받아들여지고 있을 만큼 하나의 일상용어로서의 시민권을 얻었다고 볼 수 있다. 하지만 구체적으로는 '신세대'라는 개념이 정확히 지칭하는 바는 완전히 정리되어 있다고 보기는 어렵다. 단순히 사전적인 의미로서만 생각한다면 '신세대'는 말 그대로 새로운 세대로서 10대부터 30대 초반에 이르기까지의 청소년 및 청년층을 포괄하는 중립적인 개념이다. 그러나 다른 한편으로는 매스컴에서 굳이 '청소년'이나 '청년'이라는 개념을 마다하고 이 생소한 개념을 만들어 낸 이면에는 그들만이 갖고 있는 독특한 사고나 행동 양식을 두드러지게 표현하기 위한 것이다.

신세대를 이른바 '구세대'와 구분 짓는 가장 결정적인 지표는 그들이 아마도 우리 역사상 처음으로 물질적인 결핍을 모르고 자라난 세대일 것이라는 점이다. 이들에게는 자신들에게 주어지는 것을 부담 없이 향유하고 즐기는 것은, 그것이 남에게 해가 되지 않는 한 당연한 권리일뿐더러 자신의 능력을 나타내는 지표이기도 하다. 따라서 이와 같은 이질적인 시대적 배경 아래에서 성장한 신세대들의 의식과 행동 양태가 구세대들의 기대에 그대로 부응되기를 바라는 것은 기성세대들의 지나친 과욕일 수가 있다.

2) 'N'세대

'N'세대란 'Net Generation'을 뜻하는 말로 미국의 사회학자 돈 탭

5) 배홍준, 전게서, p.7.

스롯이 'N'세대의 무서운 아이들이란 책에서 처음 사용됐다고 한다.

흔히 1977년 이후 태어난 세대로 인지능력이 생길 때부터 컴퓨터와 친숙한 젊은층을 가리킨다. 이전의 세대가 TV를 통해 일방적인 지식이나 정보를 전달받는 세대였다면 N세대는 쌍방향통신으로 논쟁을 벌이는 등 적극적으로 의견을 말하는 능동적인 특징을 지녔다고 말할 수 있다.

N세대는 강요를 싫어하며 자유로운 선택권을 원한다. 맞춤형 서비스와 제품을 원한다. 마음에 안 들면 단한번의 클릭으로 언제든지 다른 페이지로 이동된다.

또 네트워크를 자유자재로 드나드는 세대 '네트워크에서 생활하는 세대'보다는 더욱 포괄적인 관점에서 '디지털시대로 새롭게 진입하는 10대와 20대 초반의 새로운 세대'라는 New'의 개념으로 N세대를 보기도 한다.

3) P6)세대

P세대는 참여(Participation), 열정(Passion), 사회 패러다임의 변화 주도(Paradigm-shifter)에 적극적인 세대로, 지난 월드컵과 광화문 촛불 시위, 대통령선거 과정에서 앞장섰던 우리 사회의 젊은층을 지칭하고 있다. P세대의 특징⁷⁾을 갖고 있는 전국 5대 도시 17-39세의 남녀 1천600명을 대상으로 심층 인터뷰를 실시하고 그 결과 P세대의 가장 중요한 특징은 사회 변화를 주도할 수 있다는 자신감으로, 응답자의 80%가 내가 우리 사회를 변화시킬 수 있다고 답했고 70%가 최근의 사회 변화를 바람직하게 생각한다고 밝혔다. 이들은 사회, 경제, 정치, 문화, 스포츠 순으로 관심을 갖고 있었으며 컴퓨터 게임, 영화로 여가 생활을 하면서도 여행, 운동 등 동적인 여가 생활을 희망하고 있다. 소비생활에서 이들은 정보 획득에 중요한 비중을 두고 있어 절반가량이 구매 전 정보를 탐색한다고 답했고, 인터넷쇼핑몰 경험률도 36%로 2000년에 비해 4배로 늘어났다. 응답자의 80%는 하루라도 인터넷 없이는 살 수 없으며, TV와 인터넷에 하루 평균 6시간을 투자하는 것으로 나타났다.

6) 해피캠퍼스, 「P세대의 성장배경」, 2004

7) 제일기획, 우리사회의 젊은 세대를 심층분석한 마케팅해부학보고서인 「대한민국 변화의 태풍-‘젊은 그들’을 말한다」를 2005. 10. 9일 발표

4) 신세대의 의식성향

이들은 태어나면서부터 경제성장의 과실인 물질적 풍요의 혜택을 누리면서 자라온 세대로 갖고 싶은 것, 원하는 것, 무엇이든 어렵지 않게 손에 넣을 수 있었던 우리의 첫 세대이다⁸⁾. 신세대는 대다수가 먹는 것을 걱정하지 않아도 되는 세대이며, 특징은 자유로운 표현과 다원주의, 소비지향, 지나친 서구화를 들 수 있다.

입대 후 군 적응 방법을 터득하고 생활하는 시기에는 자신의 애로 및 건의사항이 조치되지 않으면 상관이나 동료들에게 욕구 불만을 터트리는 공격적 성향을 보이기도 한다.

군 조직에서 신세대에 대한 가치관과 의식성향을 파악한 자료를 정리해보면 아래와 같다.

<표 2-1> 신세대의 가치관과 의식성향(3야전군사령부, 1996)

가 치 관	의 식 성 향
개인주의/ 자기 중심주의	• ‘우리’라는 소속감, 집단보다는 ‘나’를 중시 • 보편적 논리보다 자기식 편의주의로 자기합리화 경향 • 자기에 대한 강한 자부심, 자기에게 충실 • 인내심이 부족하고 자기 개발에 관심이 높다
합리주의/현 실주의	• 정에 의한 인간관계의 퇴조 • 원인과 이유를 따지기 좋아하고 무조건 하라는 식에 대한 강한 거부감 • 명예, 보수, 안정성보다는 자기만족을 중시 • 현실적 이해타산과 득실에 민감
수평적 가치관 중시	• 민주화교육의 결과 수평적 인간관계를 수직적 인간관계에 우선하여 생각하며 일방적 결정에 비순종적 • 권위주의에 대한 거부감 표시
다원주의	• 획일적, 전체적 가치를 거부하며 자유분방 • 제도적 습관을 거부하며 자기식 합리주의에 입각하여 사물을 판단

5) 신세대 병사가 군 생활을 유난히 힘들어하는 원인은 자유의 제한으로 각종 규범 속에서 통제된 생활이 가장 힘들다는 것이고 수평

8) 최영조, 「신세대장병의 의식성향과 지휘통솔에 관한 연구」, 해군대학, 1999, p.22.

사회에서 갑자기 수직사회로 환경이 바뀐데 대한 갈등이 있기 때문이고, 사적인 것보다 공적인 것, 임무수행 우선과 조직목표달성의 우선이 자기분위와 극심한 이기주의 사고의 신세대 병사를 힘들게 한다는 것이며, 군 생활이 너무나 많은 인원이 함께 하는 공동생활이기 때문이며, 군인이 되면서 처음 책임과 의무의 중요성을 느끼게 되기 때문이다⁹⁾

제 2 절 군조직의 스트레스

1. 스트레스의 개념

사회가 날로 과학화, 전문화되어 감에 따라 현대를 살아가고 있는 우리는 일상생활 속에서 다양한 요인으로부터 스트레스를 받으며 살고 있다.

스트레스란 태어나면서부터 죽을 때까지 계속되는 삶의 일부라고 본 것과 같이 이 스트레스는 현대사회에 있어서 어느 특정인에게만 해당 하는 것이 아닌 일상생활 속에서 누구에게나 경험할 수 있는 보편적인 현상이 되어 버렸다. 따라서 하루가 다르게 변화하는 시대에 살고 있는 현대인들은 그 무엇보다도 스트레스에 대한 인식과 관심이 높은 실정이다¹⁰⁾

스트레스(Stress)는 원래 라틴어의 'Stringer'에서 유래된 말로, '팽팽하게 죄다'라는 뜻으로 14세기경에는 경험이나 행동을 기술하는 일상적 용어으로써 어려움, 곤란, 역경 또는 고생을 의미하였다. 이러한 스트레스는 19세기 이전까지 힘이나 압력을 뜻하는 물리적 용어로 사용되다가 19세기말에 이르러서야 신체의 어떤 구조적, 화학적 구성 요소의 독특한 변화로 인해 과학적으로 분석할 수 있고 객관적으로 평가할 수 있다는 것으로 인식하게 되었다¹¹⁾

9) 김종옥, 「변화하고 있는 젊은이들의 의식성향에 따라 변화하는 우리군의 리더십」, 육군대학, 1994

10) 최혜란, 「고등학생의 자아존중감에 따른 스트레스 정도와 스트레스 대처 방식분석」, 전주대학교 대학원, 석사학위논문, 2002

11) 민귀식, 「청소년의 스트레스 대처와 공격성과의 관계」, 경산대학교 대학

1) 폐쇄체제로서의 스트레스 개념

(1) 자극으로서의 스트레스(Stimulus based Model of Stress : Stressor)

환경 내의 자극 특징을 스트레스로 보는 개념으로, 외적인 환경적 조건으로부터 내적인 생리적 현상까지 다양한 자극들이 포함되며, Selye(1985)는 이를 반응으로서의 스트레스와 구별하기 위해 스트레스를 유발할 수 있는 물리적, 환경적 자극을 <스트레스 원(Stressor)>이라고 정의했다. 자극에 근거한 접근은 스트레스를 어느 정도의 객관적인 물리적 위협이나 심리적 위협이 존재하는 환경조건으로 정의하려는 입장이며 이 정의는 외연적으로 위협이 존재해야 하는 것이 스트레스의 유발 조건이 된다. 스트레스 원이 존재하면 위협, 긴장, 불안 등의 심리적 반응, 생리적 변화 반응이 뒤따른다고 본다.

자극으로서의 스트레스를 그 지속 시간에 따라서 세 유형으로 구분하면 다음과 같다¹²⁾

첫째, 다수인에게 격변을 일으키거나 영향을 주는 중대한 변화로, 여기에는 천재지변, 전쟁, 투옥과 같이 어느 누구도 통제할 수 없는 사건들이다.

둘째, 일부 사람들에게 영향을 주는 중요한 변화로, 사랑하는 사람의 죽음, 생명을 위협하거나 무력하게 하는 질병, 직장에서의 해고, 이혼, 출산, 중대한 시험과 같이 해롭거나 위협을 줄 수 있는 부정적인 경험들이 포함된다.

셋째, 일상생활의 혼돈, 문제 거리(Daily Hassles)로서 일상적인 생활을 통하여 경험하는 사건들이다. 일상생활의 혼돈이나 문제 거리는 앞의 두 경우보다는 덜 자극적이고 심리적인 부담을 덜 주는 경험들이지만 이러한 사건들은 인생의 중대 변화보다도 적응과 건강 면에서 더 중요할 수 있다.

원, 석사학위논문, 2001

12) 서승연, 「일상적 스트레스, 몰두성향, 사회적 지지와 병리적인 인터넷사용」, 카톨릭대학교 대학원 석사학위논문, 2001

(2) 반응으로서의 스트레스(Response based Model of Stress)

어떤 특정한 반응 또는 반응군을 스트레스로 보거나 스트레스 개념의 변수로 보는 관점으로 이전의 항상성(Homeostasis)¹³⁾유지로부터의 변화 즉 적응을 요구하는 모든 스트레스 원(Stressor)에 대한 반응이 스트레스라고 하였다¹⁴⁾

반응에 근거한 접근의 가장 대표적인 사람은 Selye이다. 그는 1956년 “The Stress of Life”에서 스트레스란 스트레스 원(Stressor)에 대응하는 개인의 신체적, 정신적 행동 반응을 말하며 물리적, 환경적 자극뿐만 아니라 정서적 반응을 포함한 포괄적인 개념으로 긴장을 일으키며, 긴장이 지속되거나 강도가 심해지면 정신질환을 일으킬 수도 있는 상태를 말한다고 하였다. 그리고 스트레스로 인한 신체적, 정신적 반응의 결과 긍정적 스트레스를 ‘유 스트레스(eustress)¹⁵⁾’, 심리적 손상 등 부정적 스트레스를 ‘디 스트레스(distress)’라고 명명했으며 긍정적, 부정적 사건 모두가 스트레스를 야기할 수 있다고 하였다.

그러나 스트레스를 신체적 반응으로 정의하고자 한다면, 생활의 모든 측면에서 항상성(Homeostasis)유지는 늘 도전 받게 되므로 아주 심한 경우를 제외하고는 스트레스 반응과 일상생활에서의 반응을 구별하기 어렵다는 단점이 있기 때문이다. 또한 동일한 스트레스 반응이라 할지라도 서로 다른 자극에 의해 유발되었을 가능성을 배제할 수 없는데 반응으로서의 스트레스를 정의할 때 스트레스 원이 되는 것과 되지 못하는 것의 구분에 대한 근거가 명확하지 않다. 즉, 스트레스는 반응의 관점에서만 정의 될 수 없으므로 어떤 조건하에서 자극들이 스트레스가 되는가 하는 자극으로서의 스트레스나 사람과 환경 사이의 관계, 즉 개인에게 경험되고 해석되는 스트레스에 관심을 기울여야 할 것이다.

13) 치료해야 할 병과 같은 증세를 일으키는 약을 극소량 투여하는 치료법

14) 이재연, 「청소년의 스트레스에 관한연구」, 명지대학교 대학원, 석사학위논문, 1999

15) 힘차게 살기위한 원동력, 자신의 최적한 목표를 향한 노력등 상쾌한 스트레스

(3) 역동적 상호작용으로서의 스트레스

단지 자극이나 반응으로서의 스트레스에 대한 접근은 일방적이고 기계적인 성격을 띠고 있어 스트레스 작용에 있어 개인의 심리적 과정이 배제되고 환경과의 관계에서 개인의 능동적인 역할과 개인차를 적절하게 다루지 못한다는 점을 지적하고 있다. 또한 순수한 환경적 조건으로서의 생활 사건이 실제로는 모든 사람에게 같은 의미로 해석되지 않기 때문에 자극으로서의 스트레스라는 입장에서 스트레스를 측정하여 파악하려는 시도도 여러 가지 문제점이 있다고 지적하고 있다. 다시 말해 위의 두 관점은 스트레스 적응과정에 수반되는 심리적, 인지적, 사회적 요소를 포함하지 않다는 점에서 여러 학자들의 비판을 받기도 하였다¹⁶⁾

따라서 스트레스를 환경과 사람 사이의 복잡하고 역동적인 상호작용으로 보고 그 상호작용이 일어나는 심리적 과정, 즉 개인의 지각적, 인지적, 정서적 매개 과정은 환경에서 오는 요구에 작용하여 상황은 끊임없이 변화하며, 어떤 환경적 사건도 개인의 지각이나 평가와 독립되어 스트레스 긴장 원인으로 작용할 수 없다는 관계론적 입장이 대두되었다.

2) 개방체제로서의 스트레스의 개념

개인이 가치를 부여하는 목표, 개인특성, 조건 또는 에너지를 자원이라 하는데 이러한 자원은 이와 같은 목표, 개인특성, 조건 및 에너지를 획득하기 위한 수단으로 활용된다. 이 개념에 의하면 스트레스에 직면할 경우에 개인은 자원의 순수상실을 최소화하기 위해서 노력할 것으로 기대한다. 상실에 대한 지각, 실제상실, 또는 획득 부족은 모두 스트레스를 유발시키는데 충분한 조건이 된다. 즉, 스트레스를 이해하기 위해서는 ‘자원’의 개념을 이해하면 된다. 그래서 그의 개념을 자원보존으로서의 스트레스(stress as a conservation of resources)개념이라 부른다¹⁷⁾

16) 서정주, 「스트레스, 가상공간에서의 현실지각 및 충동성이 인터넷 중독에 미치는 영향」, 한양대학교 대학원 석사학위논문, 2002

17) 박성자, 「스트레스, 자기통제력, 사회적 불편감 및 부모태도와 인터넷 중독에 미치는 영향」, 한양대학교 대학원, 석사학위논문, 2002

스트레스 이론가들은 스트레스에 직면하지 않는 기간의 심리적, 행동적 행위에 대해서는 아무 것도 예상하지 않고 있으나, 이 개념은 이러한 기간에도 앞으로의 상실가능성을 최소화하기 위해서 자원 보충 방안을 개발하려고 노력하는 행위를 예상하고 있다. 사람들이 자원을 보충하는 동안에는 긍정적 안정감(enstress)을 경험하게 되고, 자원획득을 위한 준비를 제대로 하지 않게 되면 매우 취약해진다. 자원획득 준비를 잘 하지 못한 사람은 자원 상실의 예방책에 비중을 두게 되거나, 자아, 보호형(self-protective style)이라 부르는 사람이 되기 쉽다.

2. 스트레스의 요인

스트레스란 어떤 상황에 적응하지 못하는 데서 오는 정신적, 신체적 긴장, 즉, 위협, 좌절, 갈등과 불안상태에 직면하게 하는 원인적 행동의 모든 것을 포함하는 총체적 개념이라고 할 수 있다. 이러한 스트레스를 유발하는 요인을 Girdano, D.A. 와 Everly, G.S(1979)는 세 가지로 구분하였다.

사회 심리적 요인, 생물생태학적 요인, 성격요인을 들 수 있는데 구체적으로 살펴보면 다음과 같다¹⁸⁾

1) 사회 심리적 요인 (psychosocial cuses)

(1) 적응(adaptation)

변화란 그것이 바람직한 방향이든 바람직하지 못한 방향이든 간에 적응의 과정을 요청하게 된다. 변화는 균형을 깨트리고 일시적으로나마 항상성을 허물어뜨린다. 이러한 불균형에 대해서 항상성을 회복하려는 것이 바로 적응이다. 적응과정에서 우리 신체의 균형을 회복하려는 노력이 요청되기 때문에 스트레스가 유발된다고 하였다. 이 때 스트레스는 변화가 긍정적 혹은 부정적이냐에 달려있기 보다는 그 변화가

18) 이진영, 전계서

완만하나 급격하나에 달려있고, 급격한 변화가 커다란 스트레스 유발의 요인이 된다고 하였다.

(2) 좌절(frustration)

좌절이란 우리가 기대했던 행위나 목표가 위협이나 방해로 받아 박탈당하는 것을 말한다. 좌절에 직면하여 우리는 분노나 공격적인 정서적 반응을 수반하게 된다. 좌절의 요인으로는 과밀, 차별대우, 경제여건 및 관료제 등을 든다.

(3) 과잉부담(overload)

우리에게 주어진 자극이나 요구수준이 감당하지 못할 정도로 많거나 큰 경우를 말한다. 과잉부담의 요인들로는 시간적 압박, 과도한 책임감이나 사명감, 자원의 부족, 자신과 주위 사람들의 지나친 기대 등을 든다.

(4) 상실감(deprivation)

과잉부담이 정신적, 정서적 과정에서 받는 과도한 자극으로 생긴 스트레스라 한다면, 상실감은 이와는 반대로 지나치게 자극이 없는 과정에서 생기는 스트레스를 말한다. 즉 과소 자극에 대한 내적 신체반응으로 정의되는 것으로 지루함과 외로움으로 인해 생기는 정신적, 생리적 스트레스를 말한다. 발달된 산업사회의 자동화 기술이 낳은 물질적 풍족함은 사람들로 하여금 여러 가지 일에서 벗어날 수 있게 해 주지만, 그 일에 몰두했던 시간과 흥미는 종종 기계가 일하는 것을 들여다보는 지루함으로 대체된다. 그러한 장애는 자존심을 상실하게 하고 때로는 약물남용과 심지어는 자살 같은 자기 파괴적 행동으로 나타나기도 한다.

2) 생물생태학적 요인

(1) 생체리듬(biorhythm)

인간의 신체는 시간에 맞추어 반응한다. 예를 들어 수면시간, 배설시간, 식사시간, 시간에 따른 온도 변화, 신진대사 시간, 호르몬 분비 시간 등이다. 산업사회의 생활변화 때문에 현대인은 이 생체시간을 무시하고 있다. 그런데 몸무게, 근육상태, 에너지, 힘, 배고픔, 수면, 배서요구 등의 파장을 이해할 수 있다면 스트레스는 훨씬 감소될 수 있다는 것이다. 생체리듬은 신경계와 호르몬계에 의하여 지배되는 생체활동이 반복적으로 일어나는 것이다. 에너지가 소모되는 시기와 에너지 회복시기, 즉 에너지가 충전되는 휴식시기가 번갈아 반복됨으로써 신체를 존립해 나갈 수 있게 해주는 신체의 자연적 율동이다.

(2) 영양섭취(nutrition)

좋은 영양의 섭취는 건강한 삶에 이바지 하지만 나쁜 식사 버릇은 오히려 고통을 초래한다. 어떤 음식은 일상생활에 직접적으로 정신적 스트레스를 유발시키는 경우도 있고, 피로감이나 권태감 등 신경의 흥분을 촉발시켜 스트레스를 유발시키는 경우도 있는 것이다. 스트레스 유발과 관계있는 식사버릇으로는 다음과 같은 것이 있다¹⁹⁾

교감신경을 자극하는 음식은 우리들의 체내에서 스트레스 반응을 일으킨다. 대표적인 것이 카페인으로 체내에서 호르몬 분비를 증가시켜 혈압을 올라가게 한다.

비타민 결핍을 수반하는 음식 섭취는 스트레스를 유발시킨다. 비타민은 스트레스가 촉발될 때 신경계나 내분비계의 기능을 적정 수준으로 조절해 주는 역할을 하기 때문이다.

저혈당증을 초래하는 식사버릇이다. 저혈당증은 인간에게 불안감, 두통, 현기증, 경련을 일으키고 심장활동을 증진시켜 준다.

과다, 과소한 염분 섭취는 스트레스를 유발한다. 염분은 체내의 수분을 조절하는 광물질로서 과다하면 수분 함유량이 많아져 일반신경조직이나 대뇌의 신경조직을 긴장시킴으로써 혈압이 높아지고 고소한 염

19) 박용수, 「고등학생의 스트레스 요인과 대처양식분석」, 영남대학교 대학원, 석사학위논문, 2000

분 섭취는 빈혈을 일으켜 스트레스 자극 결과를 초래하게 된다.

(3) 소음(noise)

소음은 그 자체가 기분을 상하게 하는 스트레스 요인일 뿐만 아니라 교감신경계를 자극하고 하는 일을 방해함으로써 스트레스를 일으킨다. 소음은 생리적 요소와 심리적 요소가 복합적으로 나타나는 스트레스 유발 요인이다.

3) 성격요인 (personality cuses)

(1) 자아지각(self-perception)

자기 자신에 대한 무력감 혹은 자기비하 의식이 크면 스트레스가 커질 뿐만 아니라 여러 가지 질병에도 그 원인이 되며 특히 암과는 관련성이 높다고 한다. 하지만 자기통제능력을 믿거나 가치관이 확립되어 있을 때 스트레스는 줄어든다는 것이다.

(2) 행동유형 (patter of behavior)

인간의 특수한 행동유형과 스트레스와의 관련성 연구는 Rosenman, R. H.와 Friedman, M. 그리고 Strauss, R.의 연구에서 비롯되었다. 그들은 심장질환자들과의 접촉을 통해 관상동맥혈전증에 잘 걸리는 사람을 구체적으로 설명할 수 있는 행위-정서 행동유형이란 구조적 개념을 공식화하였다. 그들은 이러한 행위유형을 A유형이라 불렀으며, 이 A유형에는 극단적으로 경쟁 지향적, 성취 추구적, 서두름, 참지 못함, 불안감, 초긴장, 폭발적 발언, 얼굴이 일그러질 정도의 긴장, 시간이 쫓기는 듯하고 책임의식에 젖어 있는 듯한 생활방식이나 성격의 징후가 포함되었다. A유형의 행위는 스트레스 적 반응도 아니고 스트레스 적 상황도 아니다. 다만 끊임없이 스트레스 적 반응을 불러일으키는 행동유형인 것이다.

(3) 불안반작용 성격(anxious reactive personality)

지나친 만성적 스트레스를 일으키는 성격유형을 불안반작용 성격이라 한다.²⁰⁾ 이와 같은 성격은 보통사람들보다 불안 그 자체를 영속화시킨다. 따라서 이러한 성격은 불안반작용에 내포된 피드백 메커니즘이 보통사람들과 다르다.

3. 스트레스 유발

스트레스 유발은 여러 가지가 있겠으나 군대의 특수한 환경이 사회 환경과 다르기 때문에 겪는 충격과 갈등이 크고, 부대의 임무에서 오는 스트레스 상급자와 동료 전우들간 스트레스 등 곳곳에 산재해 있다. 이러한 스트레스에 관한 구체적인 원인과 해소방안이 강구되지 않는다면 각종 사고를 예방하고 방지하려는 노력이 허사로 돌아갈 것이다.

장병 164명을 대상으로 ‘스트레스 우선순위’와 ‘병사들 개개인의 스트레스 해소책은 무엇인지’를 알고자 설문²¹⁾을 실시하였는데 그 결과는 표<2-2>와 같다.

표<2-2>에 나타난 스트레스 모두가 병사들의 자살 또는 사고에 영향을 주는 것은 아니다. 병사들의 자살 행동에 영향을 주는 요인은 사례에 나타났던 경우를 볼 때 ③은 인격적 모독이나 무시를 당할 때, ⑤는 휴가가 갑자기 연기될 때, ⑨는 대화할 상대도 없고 소외감을 느낄 때 등이다. 이러한 환경적, 심리적 스트레스 촉발요인들이 병사들의 자살에 영향을 주는 것으로 보였지만 스트레스 사건 자체가 자살을 일으키는 경우는 많지 않다.

병사들의 심리적, 정신적, 신체적 불안감, 고통 등이나 좌절경험 등이 병사들의 내부에 쌓이게 된다. 이렇게 되면 내적인 긴장이나 공격적 충동은 자신에게 스트레스로 작용하는 촉발적인 사건이 발생되면 심한 좌절감으로 이어져 삶을 포기한 자살로 이어지게 된다.

20) 이윤정, 「청소년의 인터넷 이용실태와 그 영향에 관한 연구」, 한남대학교 대학원, 석사학위논문, 2001

21) 국방부, 「지휘성공사례집(10)」, 1996

<표 2-2> 스트레스 요인 우선순위

순위	내 용	비율(%)
1	설명없이 일과 후나 휴일에 작업을 시킬 때	14.8
2	계획성 없는 작업지시로 동일한 일을 되풀이 할 때	12.9
3	인격적 모독이나 무시를 당할 때	12.4
4	간부들이 사생활(내무생활)까지 무리하게 간섭할 때	11.3
5	휴가가 갑자기 연기될 때	6.8
6	상급부대 검열준비와 검열을 받을 때	6.2
7	교육간 상급자에게 지적을 받고 폭언, 욕설을 들었을 때	5.0
8	개인의 능력을 고려하지 않고 너무 많은 것을 강조할 때	4.6
9	대화할 상대가 없고 소외감을 느낄 때	3.7
10	사적인 일에도 하급자에게 무조건 명령조로 시킬 때	3.4
11	잘해 주려는 마음을 후임병이 이해 못할 때	3.3
12	후임병들이 따르지 않고 따지거나 대들 때	2.4
13	상급자는 열심히 일하는데 하급자가 요령을 피울 때	2.3
14	한사람의 잘못으로 전체가 욕을 먹고 질책을 받을 때	2.2
15	타부대 후임병이 소속부대 선임병에게 불손한 행동을 할 때	2.2
16	여러명의 상급자가 자기말을 들어라고 강요할 때	2.0
17	하급자가 우월감을 과시하거나 예의없는 행동을 할 때	1.8
18	임무를 주면 곧바로 다른 하급자에게 재 지시를 할 때	1.5
19	근무로 인해 종교행사에 참석하지 못할 때	1.5
20	교육훈련시 능동적인 자세와 협동심이 부족 할 때	1.2
21	이성관계 등 사적인 사항을 계속해 캐물을 때	1.2
22	전입시 하는 일없이 계속 대기할 때	0.9

※ 국방부, ‘지휘성공사집(10)’, 1996

<표2-3>은 병사들이 스트레스를 받았을 때 어떻게 해소하는를 나타낸 것이며 스트레스 해소 방안이 주로 ‘담배를 피우거나’(24.4%), ‘동기생들과 대화를 나눈다’(17.3%), ‘운동을 하거나, 친구나 애인에게 편지나 전화를 한다’(10.6%)로 나타났다.

전입신병이거나 이등병과 같은 경우 동기생과 대화를 하거나, 운동, 편지 쓰거나 애인에게 전화하기 등의 행동은 선임병과 동행하거나 허락을 받아야 하기 때문에 화장실에서 혼자 담배를 피우면서 스트레스를 해소하려고 노력하는 것이 전부일 것이다.

<표2-3> 스트레스 해소 우선순위

순위	내 용	비율(%)
1	담배를 피운다	24.4
2	동기생과 대화를 나눈다	17.3
3	운동을 한다	10.6
4	친구나 애인에게 편지나 전화를 한다	10.6
5	자판기 커피를 뽑아 마신다	9.8
6	아무일도 하지 않고 가만히 있거나 TV를 본다	8.3
7	무조건 참고 인내한다	8.1
8	영내 노래방에 가사 스트레스를 푼다	4.3
9	고함을 질러본다	3.9
10	독서를 한다	3.5
11	P.X에 가서 음식을 사먹는다	2.8
12	간담회나 면담시 이야기를 한다	0.4

제3절 자살사고

1. 자살의 의의

자살이란 “자신에게 위해를 가하여 생명을 끊고자 하는 인간의 자발적인 행동, 즉 자신을 향한 살인이다.” 자살의도(Suicidal attcmpt), 자살미수, 자살, 자살의욕, 자살위험 및 만성자살 등의 용어가 있다.²²⁾

우리나라에서도 신체는 부모로부터 물려받은 몸이라 하여 함부로 다치거나 죽는 것을 금기시하는 경향이 높았고, 자살의 절충성을 한(恨)이라는 말로 표현하며 왜곡된 현실에 저항하는 무언의 반항으로 이해하였다.

대체로 죽은 자에 대한 책임추궁이 무의미하다는 것을 알고 있었기 때문에 인류는 자살을 피동적으로 허용하는 태도를 보여 왔으나, 자살을 예찬하거나 중용하지는 않았지만 그렇다고 자살자를 처벌하지도 않았다. 유럽 사회에서는 자살에 대한 절대불가의 태도를 고수했다. 불교

22) 최승자 역, 알프레드 알바레즈 저, 「자살의 연구」, 서울청아, 1982, pp.11-13

와 힌두교 그리고 유교 문화권에서도 이러한 견해를 찾아 볼 수 있다. 물론 이러한 절대불가 사회 속에서도 사정여하에 따라 절충적인 자살(예:심청의 자살, 로미오와 줄리엣의 자살 등)이 없었던 것이 아니다.²³⁾

1) 자살을 금기시했던 문화

자살을 금기시하고 자살자나 미수자들을 처벌한 흔적은 고대 그리스와 로마의 문헌에서 발견할 수 있다. 그리스의 한 문헌에서는 당국의 허가를 받지 않고 자살한 사람은 정식 장례를 치를 수 없었으며, 당국은 그의 손을 잘라 따로 매장했다는 기록이 있다. 또 로마에서는 빗을 갚지 않고 자살한 사람에게는 그에 상응하는 죄를 물었다. 그러나 그리스와 로마인들의 자살에 대한 태도는 중세 유럽에 비하면 훨씬 개방적이었다.

2) 자살을 피동적으로 허용했던 문화

고대 그리스에서는 자살을 인간이 견딜 수 없는 상황을 해결하는 하나의 방법으로 생각했던 흔적이 있다. 로마 시대에도 자살을 공식적으로 인정하지는 않았지만 관용적인 태도를 보였다. 역사가인 바레리우스는 마세리에스라는 도시에서는 자살을 원하는 사람이 타당한 이유를 대면 행정관이 적당한 양의 독약을 지급했다고 기술하고 있다. 그러나 자살행위가 국가의 이익에 위배되거나 타인의 이익을 침해하는 경우는 처벌하였다.

3) 자살을 적극적으로 허용하는 문화

유사이래 국가적인 차원에서 자살을 종용하고 장례했던 적은 없었다. 그러나 특수한 목적을 가진 집단이 자살을 공식적으로 권유한 경우는 많이 있었다. 이들은 집단의 물리적 혹은 이데올로기적 생존을 위해서 집단자살을 종용했다. 이때 자살은 종교의식을 치르는 것처럼 집단적으로 행해졌다. 한 예로 1944년 사이판 마차에서 일본인들의 집단자살,

23) 이강석, 「자살위험요소에 관한 연구」 해군대학교 석사학위논문, 2000

서기 74년경 유대 마사다 서의 집단자살 등을 들 수 있다.

2. 자살자들과 일반인의 마음

1) 자살에 실패한 사람들의 심리적 경험

슈나이드만은 자살자의 마음을 알 수 있는 방법으로 자살에 실패한 사람들을 연구하여 관찰의 눈에는 쉽게 보이지 않는 자살자들의 10가지 일반적인 심리상태를 아래와 같이 분석하고 있다.

<표 2-4> 자살자들의 심리적 경험

심 리 적 경 험	내 용
참을 수 없는 심리적 고통	모든 것이 혼란스럽고 절망적이라는 자살자들의 고통스러운 유서 내용에서 볼때, 자살은 참을 수 없는 심리적 고통을 피하기 위한 행위이다
심리적 욕구 불만	인간의 성취욕구와 좋은 인간관계를 맺지 못해 기본적인 심리적인 욕구가 충족되지 못한 것이다
해답을 찾음	자살은 아무런 목적없이 일어나는 사건이 아니다. 참을 수 없는 상황, 즉 위기로부터 벗어나는 방법이다
의식을 단절하려는 시도	자살은 고통으로부터 벗어나려는 행동일 뿐 아니라 끊임없이 자신을 괴롭히는 의식단절 행위이다
무기력과 절망	자살자들의 죄책감과 수치심 배후에는 절망감과 무능력감 보다는 근원적인 요인이 숨겨져 있다
선택의 폭 제한	자살자들의 문제해결 방법은 완전한 해결이 아니면 자살을 결심한다. 사고와 지각의 폭이 제한한다
양가성	자살은 죽고 싶은 마음과 살고 싶은 마음이 공존한다. 자살은 시도하면서도 누군가 나타나서 자신을 도와주기를 기대하는 감정이 교차한다
자살의도의 표출	자살 전 자신의 절망을 표현하거나 상황반전의 가능성을 찾는다. 말, 행동, 상황으로 표현한다
탈출	자살은 고통과 지옥 같은 삶에서 뛰쳐나오는 최고의 탈출구이다
과거의 대처 방식	지속적인 심적 고통에서 이것 아니면 저것이라는 과거의 경험을 찾는다

※ 박상철, 「자살, 예방할 수 있다」, 서울학지사, 1999

2) 일반인의 자살에 대한 이해

자살학자 르날스는 반세기 동안의 자살현상 연구에도 불구하고 아직까지 인간이 자살하는 이유에 대해서 명확한 답을 할 수 없다고 말하고 있다. 그런데도 많은 이들은 인간이 자살하는 이유를 모두 다 아는 것처럼 말한다.

인간의 지각 및 인지행위에 대한 연구에 의하면 모든 인간이 타인의 행동을 이해하고 예측한다고 믿지만 실제로는 비합리적인 편견을 가지고 타인을 대하고 있다고 말한다. 자살문제도 마찬가지로 자살자 주변에 있는 사람들은 자살의 원인을 지나치게 단순화시키는 경향이 많다. 예를 들어 자살자는 내성적이고 소심하다고 생각하기도 하며 적응에 실패한 부적응자라는 등식을 만들어놓는다. 또 자살위기에 처한 사람을 보면 피병을 부리는 것이라고 생각하여 이들의 조기 치료의 기회를 박탈하곤 한다.

자살위기자들의 경우 처음 몇 번은 괴로움을 말할 사람을 찾는 경우가 많다. 그러나 아무도 자신의 말을 들어줄 사람이 없다는 것을 발견한다. 지휘관, 동료, 군의관까지도 자신을 의심하며 도와줄 의사가 없다고 판단한다.

3) 자살이 군에 미치는 영향²⁴⁾

자살이 군에 미치는 영향은 여러 가지로 분류할 수 있으나 크게 네 가지로 나눌 수 있다.

첫째 비전투손실을 초래하며, 병력은 전투력의 기본요소로서 전투, 비전투를 막론하고 병력의 손실은 최대한 억제되어야 한다. 특히 자살사고 발생시 자살자의 손실은 물론 사고원인 규명 및 사건처리 등으로 인해 부대 기본업무 수행에 막대한 지장을 초래하게 된다.

둘째 부대의 사기를 저하시키고, 자살사고가 발생하게 되면 병사들은 동료의 자살로 인한 심한 충격이 크고, 부대 분위기가 급격히 침체되어 오랫동안 사기를 저하시키고, 부대전체가 오명을 쓰게 되는 등 혼란스

24) 차승천, 「군인의 자살사고 원인과 예방대책에 관한 연구」, 공군대학, 2001, pp.37-39

러움을 초래하게 된다.

셋째 군기저해 행위로서 군기질서를 문란 시킨다. 군인의 신분은 자기 자신이 개인의 몫이기 이전에 국가에 귀속된 몸으로서 군의 구성원이기 때문에 자신의 의사로 처신을 함부로 할 수 없는 특수한 위치에 있다.

넷째 대군 불신감을 초래하며, 특히 최근에는 자식이 한 명만 있는 가정이 많아 대가 끊기는 가정 파탄의 경지에 달하게 된다.

3. 자살의 실태

연예인과 유명인들이 자살을 하게 되면 자살이 확대 재생산되면서 병리현상으로까지 발전할 수 있으며, 일반인들의 잠재의식 속에 자살충동이 이를 계기로 깨어나게 된다. 저렇게 유명한 사람도 자살하는데 나라고 못할까 하며 용기를 내어 실천에 옮기게 되는 것이다.

한국자살예방협회에 따르면 2004년 11,523명이 자살, 매일평균 32명이 자살하는 것으로 나타났다. 2000년 국정감사 국방위 자료를 보면 군에서의 자살 인원도 연간 100여명 가까운 것으로 조사됐다. 2005. 3. 11일 한 조사에 의하면 지난해 군 생활 부적응 자가 8,000명(자살 우려자 1,000명)이었으며, 1000명은 군의 특별 심리치료에도 불구하고 악화돼 전역한 것으로 밝혀졌다.

가족관계, 성장과정, 애인관계 등 사회에서 있었던 모든 문제가 군 생활에 미치는 영향이 크다. 자살원인은 복잡하고 파악하기 어려운데 통계에 의하면 신경쇠약, 실언, 병고, 생활고, 가정불화, 장래에 대한 고민, 사업실패, 염세 등 여러 가지가 있으며 전체 자살의 60-80%는 우울증으로 나타났다.

자살자의 70-80%가 정신질환 증상을 보였는데 70%는 심한 우울증상, 10%는 정신질환을 앓고 있었으며 1986-1992년 사이에 홍콩에서 자살한 사람을 조사한 결과 70.3%가 정신질환을 30% 정도는 우울증 증상을 보였고, 15%정도는 두 개 이상의 정신질환을 가지고 있었으며

자살기도자의 경우 7-10% 정도가 결국은 자살하는 것으로 밝혀졌다.

Andrews와 Lewisohn은 1710명의 자살기도자들 중 1년 내에 10% 정도가 다시 시도, Mehr의 연구에 의하면 51%가 2-8년에 재시도한 것으로 나타났다. 자살방법으로는 약물을 가장 많이 사용하였으며 자살에 성공한 사람들은 충기를 사용하거나 목을 매었다.²⁵⁾

자살은 인명경시 풍조와 이기주의 만연에서 나타나는 사회 병리적 현상이지만 특히 군에서는 생명존중과 전투력 보존 측면과 사기에 미치는 영향을 생각할 때 반드시 예방되어야 한다. 이러한 자살은 욕구 좌절로 인한 불안감, 소외감, 자신감 상실, 고립감 등으로 현실의 참담한 상황에만 몰입되어 정상적인 생각과 판단을 못함으로써 야기된다.

군에서의 자살의 원인으로는 우울하고 자신의 문제를 해결할 수 없다고 느끼며, 희망이 없기 때문에 자살이 아픔과 고통에서 벗어나는 유일한 출구로 인식하고, 가정의 불안정, 가족들이 자신을 이해하지 못한다고 느끼는 것과 친구, 가족으로부터 멀어짐과 애인 변심 등으로 인해 소외감과 소중한 것의 상실에서 오는 허탈감과 신체적 갈등, 관심, 칭찬, 사랑, 결핍등과 성공에 대한 부담감 및 자기 존중의식의 결여가 있을 것이다.²⁶⁾

사람들이 삶을 끝내려는 이유는 가지각색이다. 두려움과 외로움, 삶에 대한 염증, 우울증과 절망, 삶에 대한 불만과 불안, 실업이나 경제적 빈곤, 직장에서 불만과 스트레스, 질병과 나이, 배우자 상실, 정치적 동기나 삶을 계속 영위하고 싶은 욕구의 결여, 왕따, 부모 형제 친구와 갈등, 자존심 손상, 가정의 위기와 해체, 심지어 모방 자살 등이 자살의 이유가 된다.

자살은 군, 부대, 가정에 커다란 상처를 남기기 때문에 자살 우려자에 대한 신상관리를 철저히 함으로써 사회를 위해 공헌할 수 있는 능력을 가진 젊은 병사의 생명을 구할 수가 있다.

해마다 상당수의 병사들이 병영 내에서 스스로 목숨을 끊고 있다. 그러나 자살에는 반드시 본인 나름대로의 이유가 있고 따라서 본인도

25) 육군본부, 「자살 예방할 수 있다」, 『자살예방 지침서』, 1997

26) 육군본부, 「부대관리훈」, 『Know-How 200』, 2000

모르게 사전에 반드시 자살징후를 나타내므로 지휘관 및 간부는 이를 구원(救援)신호로 알고 적시에 포착하여 대처해야 한다.

자살 우려자가 자살을 시도하기 전 주변 동료들에게 자살징후를 표출하였음에도 불구하고 동료 및 간부들이 이를 알아채지 못하거나 무시하여 자살을 예방하지 못한 것은 죽음을 방치하는 행위이다.

우리 군에도 매년 자살사고가 발생하여 대군 불신요인과 군 전투력 유지에도 지장을 초래하고 있는 실정이며 '06년도 자살사고 원인을 분석하면 아래와 같다.

<표 2-5> '06년도 자살사고 원인별 현황

계	100(%)		계	업무부담	선임병 횡포	복무 부적응
부대관계	42		100(%)	12	41	47
개인관계	58					

※국방일보 병상호간 명령금지 '명문화'참조('07. 1. 24일자)

2006년도 부대관계 자살 사건 중 41%가 선임병 횡포가 자살원인으로 조사됐다.

군에서 실시한 조사에 따르면 병사들이 부대환경이 힘든 이유로 선임병과의 갈등문제를 꼽는 경우가 80%이상이라고 나왔다.

사적인 사유로 행해지는 명령, 지시, 간섭이 후임병에 대한 인격모독과 인격유린으로 연결, 결국 군내 각종사고를 불러오고 있다는 것을 알 수 있다.

선임병에 의해 조성되는 강압적인 군대악습을 개선하지 않고서는 선진 병영문화 구현이 불가능하다고 판단된다.

4. 자살예방

1) 자살우려자 식별방법

(1) 자살, 죽음에 대한 의사를 표시하는데 죽음을 동경하거나 예찬하는 말을 하며 누군가에게 유서를 남기며 수첩, 노트 등에 삶을 비

관하는 그림이나 글을 남긴다.

(2) 행동의 변화에 있어서 식사를 잘하지 않으며 한밤중에 앉아 있거나 초조하여 잠을 못 이룬다거나, 대화를 회피하며 혼자 앉아 있는 횟수가 많고, 매사에 의욕이 없어지고 자신감이 없으며 우울증 현상이 나타나는 것 등이 있다.

또한 사물함이나 빌린 돈 등 주변을 정리하고 비정상적인 행동(폭언, 과격한 행동)을 하며 오랫동안 우울하던 사람이 갑작스럽게 행복해 하고 빈번한 사고와 과잉활동, 공격적 성향과 문란한 성관계 등을 들 수 있다.

(3) 아끼던 물건을 누군가에게 양도 한다든지, 색다른 물건(면도날, 밧줄, 약 등)을 구입하여 보관 한다.

(4) 죽음을 합리화하고 죽어버리면 그만이다. 죽고만 싶어, 나 같은 놈은 없는 것이 훨씬 나을 거야 등 말로 위협한다.

(5) 신체질환에 대한 불평, 빈번한 사고, 상관이나 동료에게 고문 관 노릇 등으로 오랫동안 지속되는 마음의 상처로 상실감이 지속된다.

2) 자살우려자 식별체계

과학적 기법 중에 KMPI²⁷⁾, 육군표준인성검사²⁸⁾는 집단구성원 각자

27) 이동원, 「군인성검사와 KMPI의 상관관계 및 감별에 관한 연구」, 건양대학교 보건복지대학원 석사학위논문, 2005

KMPI(Koera Military Personality Inventory)는 383개 항목으로 구성되어 있고 개인 및 개인의 주변 인물들과 면접, 개인에 대한 행동관찰과 개인의 다양한 생활사적 정보와 함께 심리학적 평가과정의 일부를 이루고 군에서는 논산육군훈련소에 실시하고 있다

28) ‘육군본부인사참모부’와 ‘한국무형자원연구소’가 공동 연구한 상호인식검사 프로그램으로 SMART(Self Mutual Awareness Recognition Test : 자기, 상호인식종합검사) I 은 개인용으로 인성 및 사회적 윤리의식을 II는 지휘자용으로 소대원들의 인성, 사회적 윤리의식을 분석하고 III은 지휘관용으로 사회적 윤리의식을 IV는 지휘관용으로 집단 구성원들 간의 상호작용에 의한 교감, 조화정도를 집단화하기 위해 3인이상 집단화하여 조사를 V는 지휘관용으로 윤리관에 대하여 평가를 실시함

가 자기 자신을 바라보고 느낀 감정의 이해정도를 객관화하고 내가 나를 바라보는 관점과 내가 전우들을 바라보는 관점이 파악가능하며 집중대상자 파악이 가능하다.

교우도우식(Scocigram)²⁹⁾은 내가 아닌 전우들을 대상으로 하기 때문에 어려움을 겪고 있는 것을 알 수 있고 또한 문제점을 어느 정도 감지가능하다.

SCL-90R³⁰⁾은 70점 이상자는 특별관리 병사로 분류하여 주기적인 면담과 상담을 통해서 현재 고민과 어려움을 해결하고, 가정통신문³¹⁾과 자살징후표³²⁾를 통해서도 해결이 가능하다.

입체적 기법 중 생활지도기록부는 상담확인표, 나의 성장기, 신상명세서 내용을 확인만 잘 한다면 사고요소를 미연에 방지하는데 결정적 요소를 많이 감지할 수 있다.

신병들이 부대에 전입오기 전에 생활기록부 내용을 고의로 허위로 작성하는 경우는 거의 없으며 현 실정을 그대로 작성하는 경향이 많기 때문이다. 분대장은 분대원들과 24시간 같이 있기 때문에 분대원 신상

29) 육군본부, 부대관리훈 200 전게서, p.90.

중, 소대에서의 인간관계나 비공식적 집단이 성격, 역학관계를 알아내는 방법으로 부대 구성원 상호평가를 통한 好, 不好를 조사하여 실질적인 리더와 문제병사를 도출할 수 있는 것이다.

30) 감원정, 「완벽주의 성향자들의 정신건강 및 성격유형」, 숙명여대 교육대학원 석사학위논문, 2004

SCL-90R(Symptom Checklist 90 Revision)은 병사들 자신의 정신상태와 마음가짐과 현재 어려움을 겪고 있는 내용을 설문지화 하여 T-Score방식에 의해서 70점 이상이면 부대에서 중점관리하여 사고를 미연에 방지하고자 하는 프로그램임(신체화, 강박증, 대민예민증, 우울, 불안, 적대감, 공포/불안, 편집증, 정신증, 장애등의 항목이 있음)

31) 육군본부, 부대관리훈 200, 전게서 p.92.

각개병사의 실질적인 신상을 파악하기 위해서는 부모, 친지에 대한 가정통신문을 활용하는 방법이며 병사들의 성장환경, 교육적 배경, 개인특성을 파악함으로써 현재 당면하고 있는 제반문제점 등을 해결할 수 있는 방법이며 개인적으로 하는 것보다 부대공동명의로 하는 것이 효과적이다.

32) 육군본부, 「병영생활교범」, 2004, p.266.

7개의 행동변화와 20가지의 징후표에 의거 자살징후를 파악

과 애로사항을 잘 알고 있으므로 분대장이 세심한 관찰과 관심을 가지고 간부들과 의사소통이 원활하면 인명사고를 미연에 방지할 수 있다.

설문은 마음의 편지는 불특정 시간과 장소를 선택함이 타당하며 마음의 편지함은 주기적으로 확인, 조치하고, 면담과 간담회는 자연스러운 분위기 조성이 중요하며, 계급별 간담회를 통해서 전우들의 애로사항 확인. 조치할 수 있다.

수양록, 수첩은 불 특정시간에 점검하여야 하며 e-mail과 개인 홈페이지를 통해서도 자살가능자 색출이 가능하다.

자살가능자는 애로사항과 고충내용을 가까운 사람에게 알리는데 특히 부모와 여자친구, 친구에게 알리는 경우가 많다.

자살징후자는 몇 가지 자료만을 가지고 일시적으로 파악하지 말고 다양한 방법을 가지고 입체적으로 지속적으로 파악해야지만 식별이 가능할 것이라 판단된다.³³⁾

3) 자살우려 자 선정 시 고려요소

자살우려자는 삶을 비관하며 죽음에 대한 동경, 예찬을 말이나 글로 표시하고, 매사에 의욕이 없고 우울증 증상을 보이며, 한밤중에도 잠을 이루지 못하고 뒤척이거나 일어나 앉아서 깊은 생각에 잠기는 경우가 많다.

식사를 지나치게 적게 하거나 많이 먹고, 말이 많아지거나 모든 것에 무관심해져 말이 없어지며, 업무수행 능력이 급격하게 떨어지고, 과격한 언행을 하며 비정상적인 성격으로 변화한다.

평소 내성적인 성격의 병사가 “죽고 싶다”는 말을 했을 때와 유언장을 쓰거나 자신이 평소 아끼던 물건이나 돈을 누군가에게 넘겨줄 때 자살우려자를 의심해 볼 필요가 있다.

그리고 평소 복용하지 않는 약을 가지고 다닐 때, 마지막을 암시하는 말을 동료에게 할 때, 평소 특별히 좋아하거나 미워하던 동료들과

33) 육군본부, 「부대관리 Konw-How123」, 2006

인간관계를 정리할 때도 주의가 요망된다.

4) 자살예방 교육과 여건을 없애라

(1) 모든 간부가 혼자 있는 병사나 문제병사를 만날 때마다 악수하면서 “너 죽지마라”라는 말을 습관화하는 경우 자살을 생각하는 병사는 당황하거나 행동이 어색해지지만, 문제가 없는 병사는 자연스럽게 웃거나 농담으로 받아들인다.

(2) 자살방지 교육을 공개적으로 반복해서 실시하여 자살을 생각하는 병사가 노출된 것으로 오인할 수 있도록 하며, 자살은 다른 사람 모르게 시도하려 하기 때문에 자살시기 지연 또는 포기 가능토록 해야 한다

(3) 부대 환경 작업 시(제초작업, 구충, 구서 작업 등) 맹독성 독극물 반입을 금지하되 필요시 사용 후에는 반드시 폐기 시 처분하라

(4) 창고관리 및 시건 장치는 필히 실시하고, 부대 주변 정리정돈을 철저히 하고, 자살 충동을 유발하는 물질을 없앤다. 즉 건물 옥상으로 올라가는 출입문의 시건장치를 철저히 관리하고, 각종 끈 종류는 창고에 시건장치 된 상태에서 보관한다.

총기. 탄약은 철저히 관리하고, 부대 주변 웅덩이, 하천지역의 출입을 제한하며, 부대 주변 큰 나무는 베어서 취약지역을 최소화한다.

5) 환경별 자살원인과 대책

(1) 가정환경 중 가족관계에 문제가 있는 경우

① 원인으로는 군입대로 가정의 안정이 위협받고, 가족 중 한 사람이 죽거나 큰 사고를 당한 경우가 해당된다.

그 징후로는 계모, 계부 슬하의 동생들을 걱정하고, 우울하며 불안해하고 청원휴가를 자주 신청하며 동료나 상급자에게 의존적인 태도를 보이며, 휴가. 외박 귀대 후 우울증에 빠진다.

② 조치로는 병사에게 직접 애로 사항을 듣거나 가정 통신문

을 발송하며, 간부들이 관심을 가지고 있음을 보여주고 가족과의 서신 왕래와 면회, 외출, 외박, 휴가 등의 기회를 적절히 이용하며, 가능한 문제 해결 방법을 법적 관련 사항의 경우 관계관의 조언을 받도록 한다. 누구에게나 고민이 있을 수 있으며 어떻게 극복하느냐가 인생의 성패를 좌우한다는 것을 주지시켜 주면서 전우나 상관이 지속적으로 대화 한다.

(2) 가정 형편이 어려운 경우

① 원인으로는 편모, 편부슬하에서 생활, 노부모와 동생을 위해 본인이 가사를 돕다가 입대, 입대 후 가정의 우환·재난으로 생계 유지가 곤란한 경우가 있으며, 그 증상으로는 가정에 대한 걱정으로 업무 능력이 저조하고 의가사 전역을 원하거나 청원휴가를 자주 신청하는 것 등이 있다.

② 조치는 경제적인 문제의 원인을 정확히 파악하여 관계관과 협조하여 조언을 듣고 지속적인 관심 표명과 심각한 경우 모금 운동 등을 벌여 온정이 있음을 보여 준다

(3) 이성관계로 고민하는 경우

① 원인으로는 입대 후 애인이 변신, 보고 싶은 애인이 자주 면회를 오지 않거나 성관계를 한 여자가 임신을 한 경우이며, 그 증상으로는 마음의 평정을 잃고 탈영하고 싶다고 하거나 자포자기하는 상태에서 사고를 일으킬 것 같다고 토로하는 것 등이 있다.

② 조치는 직접 만나게 하기보다는 우회적인 방법을 택하여 원인을 파악하고, 탈선, 범법행위는 자신을 파멸로 이르게 함으로 주지시키고 문제점 해결을 위해 최선의 지원을 아끼지 않아야 한다.

기일이 경과되면 감정이 해소되므로 지속적인 관심 표명이 중요하다.

(4) 군 생활에 회의를 느끼고 적응하지 못하는 경우

① 원인으로는 삶에 대한 회의적인 경우 군대생활의 의의를 깨닫지 못하고 주위 동료들과의 관계가 원만하지 못하거나 군대 조직

의 특성에 육체적, 정신적 이유로 적응하지 못하는 경우가 있다.

그 증상으로는 근무를 태만히 하고 동료들에게 군대가 힘들다고 호소하며 전우 관계를 적극적으로 이끌어 나가지 못하고 매사에 불평과 불만이 많으며 다투기를 좋아 하는 것 등이 있다.

② 조치는 군대 사회의 특성인 규율 준수와 명령에 절대 복종해야 함을 주지시키고 공적인 임무 달성과 군 생활의 의의와 중요성을 인식시킨다. 군 생활 부적응 원인을 정확히 파악 해결해 주며 획일적 통제를 지양하고 참여 의식을 고취시켜 부대 분위기를 건전하게 한다.

(5) 새로 전입되어 적응이 어려운 경우

① 원인으로는 부모의 과잉보호 하에서 성장한 병사가 급격한 생활환경의 변화에 적응하지 못하는 경우가 있다.

증상으로는 자신의 위치와 역할에 대해 인식을 못하고, 정서적으로 불안한 경우가 되겠으며 의존적이고 미성숙한 태도를 보이고 대인관계 기술이 부족하고 자기중심적이다

② 조치로는 선인병과 분대장의 초년병 지도 요령을 숙지시키고 관심과 애정을 표시한다.

새롭고 자신 있는 과업을 맡겨 적응력을 향상시키고 업무미숙 시 꾸준보다는 효과적인 수행방법을 지도하고 자신감을 갖도록 한다.

(6) 지병 및 건강 문제를 호소하는 경우

① 원인으로는 지병으로 고통 받고 있거나 치료를 받고 있거나 건강상의 이유로 동료들과 어울리지 못하고 소외감을 느끼는 경우이다.

증상으로는 아무도 자신의 고통을 이해 못한다고 우울 증세를 보이고 상급자에게 계속 고통을 호소하며 의존적인 태도를 보이고 적절한 치료를 받지 못해 고통이 계속되면 자포자기 한다

② 조치로는 군의관의 정밀진단과 신속한 치료를 받을 수 있도록 조치하고 필요시 치료를 위한 외진. 청원휴가를 조치, 임무 수행의 미숙함을 탓하지 않게 주위 병사들을 교육, 지나치게 의존적인 경우

“인생에서 성실한 자는 삶을 소중하게 생각하며 역경과 난관을 성공적으로 극복하는 사람”이라는 사실을 인식시킨다.

제 3 장 설문조사 및 연구결과

제 1 절 연구대상

본 연구는 신세대 장병들을 조사대상으로 한다. 이러한 집단을 조사 대상으로 한 이유는 최근 신세대 장병들이 군대에서의 스트레스로 인한 사후적인 사고들이 자주 발생하기 때문이다. 따라서 스트레스의 원인을 밝히고 어떤 원인으로 인해 군조직 생활을 제대로 영위해 나갈 수 없는지를 실증적으로 분석하여 군조직에서의 장병들을 위한 예방관리 전략방안을 수립하기 위한 기초 자료를 제시하고자 이 집단을 조사 대상으로 설정한다.

본 조사는 2006년 9월 1일부터 9월 30일까지 실시하였으며 그 결과는 아래 표와 같다.

<표3-1> 설문결과

조사대상	강원도 철원군 소재 00부대 25개 제대				
대 상	계 급	이 병	일 병	상 병	병 장
	행정병(50%)	25	25	25	25
	전투병(50%)	25	25	25	25
설문결과	배포	회수	최종분석자료		
			자료활용	미활용(부실기재)	
	450	240	224	16	

제 2 절 조사대상자의 일반적 특성

조사대상자의 일반적 특성을 살펴본 결과는 <표 3-2>와 같다. 먼저, 연령은 평균 22세였으며, 이성친구 유무에서는 71.5%가 없는 것으로 나타났으며, 가족 수는 평균 4명이었다,

남자형제는 1.46명 여자형제는 1.26명이며 대부분이 혼자이거나 누나나 여동생이 한명 있는 것으로 나타났다.

남자형제가 여자형제보다 0.2명이 더 있는 것으로 나타났으며, 남자형제는 첫째가 60.9%, 여자형제의 첫째는 79.1%로 첫째에 있어서는 여자가 18.2%가 더 높은 것으로 나타났다.

<표 3-2> 조사대상자의 일반적 특성

변 수	집 단		대상인원	%	평균
연령	20세 이하		15	6.8	21.74세
	21세		84	38.4	
	22세		81	37.0	
	23세 이상		39	17.8	
학력	고졸		35	15.91	4년제
	2년제		70	31.82	
	4년제		105	47.73	
	대학원		5	2.27	
	기타		5	2.27	
주요 군대업무	전투병		114	62.6	
	일반행정병		31	17.0	
	근무지원병		12	6.6	
	기타		24	13.7	
이성친구 유무	예		63	28.5	
	아니오		158	71.5	
가족관계	남자형제수	1명	134	60.9	1.46명
		2명	71	32.3	
		3명	15	6.8	
	여자형제수	1명	91	79.1	1.26명
		2명	20	17.4	
		3명 이상	4	3.5	
	순위	첫째	104	51.5	
		둘째	72	35.6	
		셋째 이상	26	12.9	

제3절 군생활 스트레스

1. 군생활 스트레스 현황

군생활에서의 스트레스 현황을 살펴본 결과는 <표 3-3>과 같다.

먼저 군입대 전 문제에서는 이성문제가 27.7%로 가장 많았고, 그 다음은 경제문제, 건강문제의 순으로 나타났다. 군입대 후 문제에서는 경제문제가 27.1%로 가장 많았고, 그 다음은 가정문제, 건강문제의 순으로 나타났으나 경제문제는 군입대전과 입대후에도 비슷하게 나타난 것으로 볼때 경제문제는 직접적인 영향이 없는 것으로 나타났다.

군입대 전에 가장 문제시 되었던 이성문제는 군입대 후에는 다소 낮은 문제성향을 보였다. 군입대 전 대인관계는 원만 하였으나, 군입대 후 대인관계는 군입대 전보다는 약간 낮은 대인관계를 유지하는 성향을 나타냈다.

<표 3-3> 군생활 스트레스 현황/총대상인원:224명

변 수	집 단	대상인원	%
군입대 전 문제	이성문제	51	27.7
	건강문제	28	15.2
	가정문제	34	18.5
	경제문제	50	27.2
	기타	21	11.4
군입대 후 문제	이성문제	34	19.2
	건강문제	36	20.3
	가정문제	41	23.2
	경제문제	48	27.1
	기타	18	10.2
군입대 전 대인관계	매우나쁨	2	0.9
	원만치않음	1	0.5
	보통	41	18.7
	다소 좋음	83	37.9
	매우좋음	92	42.0
군입대 후 대인관계	매우나쁨	0	0.0
	원만치않음	10	4.6
	보통	70	32.0
	다소 좋음	81	37.0
	매우좋음	58	26.5

2. 스트레스 인식수준

군생활에서의 스트레스 인식수준을 살펴본 결과는 2002년도의 경우 <표3-4>와 같다.

당면한 스트레스 요인으로서 제일 비중이 큰 것은 훈련문제이고, 다음으로는 이성문제, 가정문제, 보직문제 순으로 각각 나타난 것을 볼 수 있다.

2006년도의 경우는 <표 3-5>와 같으며 만족도 측정 시 측정기준은 매우불만족은 1점, 불만족은 2점, 보통은 3점, 만족은 4점, 매우만족은 5점으로 5점 만점에 만족의 척도를 두었다.

스트레스 인식수준에서 제일 큰 불만족을 나타낸 것은 동료들과 어울리는 시간부족이며, 다음은 상급자로부터 신뢰, 개인복지에서의 불만족, 비상훈련, 훈련의 위험, 사생활 침해, 상급자의 비인격적인 행동 등이 있다.

불만족의 주요원인으로 근무환경이 좋지 않은 것, 동료간에 친숙치 못함, 생활관 분위기 경직, 상급자로부터 신뢰받지 못함, 사생활침해가 각각 나타 난 것으로 볼 때 병사들의 존중과 배려심이 적고 병영내 이기주의가 팽배해 있다고 볼 수 있다.

스트레스 인식수준에 있어서 병사들의 전체적인 만족도는 43.33%로 낮은 성향을 나타냈다

<표3-4> 당면한 스트레스

변 수	인원	비율(%)
가정문제	59	15.6
이성문제	71	18.8
윗사람과 갈등(선임병과 갈등)	4	1.1
건강문제	24	6.3
훈련문제	133	35.1
보직문제	36	9.5
능력문제	20	5.3
대인관계	15	4.0
군생활전반	6	1.6
진로문제	6	1.6
경제문제	3	0.8
비만	1	0.3
전체	378	100

※ 2002년도 군대 자살의 원인 및 예방프로그램 p4참조

<표3-5> 군생활 스트레스 인식수준 현황

변 수	인원	불만족		보통	만 족		만족도 (100%)
		매우불만족	불만족		만족	매우만족	
동료들과 어울리는 시간	224	69	90	41	19	5	42.23
	100(%)	30.80	40.19	18.30	8.48	2.23	
상급자로부터 신뢰	222	80	97	39	5	1	37.48
	100(%)	36.05	43.69	17.58	2.23	0.45	
일과시간이후 업무	224	56	67	51	25	25	50.71
	100(%)	25.00	29.91	22.77	11.16	11.16	
개인발전 기회	223	44	67	48	44	20	53.63
	100(%)	19.74	30.04	21.52	19.74	8.96	
개인적인 복지에 무관심	224	76	92	28	21	7	41.34
	100(%)	33.93	41.07	12.50	9.37	3.13	
비상훈련으로 인한 것	224	65	100	53	5	1	40.09
	100(%)	29.02	44.64	23.66	2.23	0.45	
휴식, 휴가여건 미 보장	224	54	60	48	37	25	52.77
	100(%)	24.11	26.79	21.43	16.52	11.15	
근무환경 좋지 않다	223	46	81	60	26	10	32.47
	100(%)	20.63	36.33	26.92	11.66	4.46	
휴일 각종작업	224	46	57	56	37	28	55.00
	100(%)	20.54	25.44	25.00	16.52	12.50	
종교활동	223	78	56	27	26	36	49.78
	100(%)	34.98	25.11	12.11	11.66	16.14	
훈련의 위험	223	69	100	40	10	4	40.27
	100(%)	30.95	44.84	17.95	4.46	1.80	
사생활 침해	217	78	104	24	6	5	37.51
	100(%)	35.94	47.93	11.06	2.76	2.40	
상급자의 비인격적 행동	217	77	77	31	20	12	42.76
	100(%)	35.48	35.48	14.29	9.22	5.53	
편의시설 불편	217	65	74	45	27	6	44.79
	100(%)	29.96	34.10	20.74	12.44	2.76	
보급품의 품질 기대이하	216	65	69	58	17	7	44.44
	100(%)	30.09	31.95	26.85	7.87	3.24	
운동부족	217	67	88	35	20	7	42.67
	100(%)	30.88	40.55	16.13	9.21	3.23	
병사들간 충돌	217	68	85	35	17	12	43.41
	100(%)	31.34	39.17	16.13	7.83	5.53	
동료간에 친숙지 못함	220	93	104	19	4	0	34.00
	100(%)	42.27	47.27	8.64	1.82	0	
지휘관의 불신임	216	66	79	42	18	11	44.17
	100(%)	30.57	36.57	19.44	8.33	5.09	
생활관 분위기 경직	218	92	81	33	8	4	37.16
	100(%)	42.20	37.16	15.14	3.67	1.83	

※ 2006년도 설문조사에 의한 자료임

제 4 절 군생활과 자살

1. 자살의도 수준

2006년도의 설문에 의하면 군생활 자살의도수준에 있어서 자살의도를 종종 느낀다가 5.5%, 보통이 12.7%, 느끼지 못한다가 81.8%를 보였으나, 군생활을 함으로써 자살의도에 직접적인 영향은 거의 없는 것으로 나타났다.

2002년도 조사에 의하면 자살에 대한 생각이 없다는 대상인원 전부였으며 2005년도 국방부 자살예방대책에 따르면 2000년부터 2004년까지 자살사고 현황을 분석한 결과 계속해서 줄고 있으며 비정상적인 병영생활에서 발생하는 스트레스와 개인 및 가정변화가 주요 원인이며, 병사들의 자살의도를 100% 없앨 수 있도록 하여야하나 실제로는 자살의도 요인들이 군입대를 함으로써 더욱 발생된다고 볼 수 있다.

<표 3-6> 군생활 자살의도수준

변 수	2006			2002		
	집단	인원	%	집단	인원	%
군 생활 자살의도	전혀 느끼지 못했다	130	59.1	자살에 대한 생각이 있다	0	0
	거의 느끼지 못했다	50	22.7			
	보통이다	28	12.7	자살에 대한 생각이 없다	170	100
	종종 그렇게 느낀다	12	5.5			
	매우 자주 그렇게 느낀다	0	0.0			
	계	220	100		170	100

※ 2006년 자료는 설문결과에 의한 것임

※ 2002년 자료는 군대 자살의 원인 및 예방프로그램 p6 참조

2. 자살사고 원인별 비교분석

일반인들이 삶을 살아가면서 스트레스가 쌓이지 않는 사람은 거의 없을 것이며 이를 어떻게 극복하느냐가 문제인 것이다.

1970년대부터 2006년까지 자살사고 원인을 분석한 결과 부대관계가 35.76% 개인관계가 64.24%가 나타난 것은 부대관계보다 개인관계에 의한 자살사고가 많이 발생한 것을 알 수 있다.

부대관계에 의한 자살사고는 1970년대 29.6%에서 점차 올라가다가 1990년대는 43.4%로 가장 많았고, 1996년도에는 내려가다가 2002

년과 2006년에는 1990년대와 비슷한 것을 볼 수 있다.

개인관계에 의한 자살사고는 1970년대 70.4%에서 점차 내려가다가 1990년대에는 56.6%로 가장 낮았고, 1996년도에는 올라가다가 2002년과 2006년에는 1990년대와 비슷한 것을 볼 수 있다.

< 표 3-7 > 년도별 자살사고 원인별 현황

구분	부대관계			개인관계				
	복무 부적응	처벌 우려	사적 제재	가정 사정	임세 비관	신병 비관	여자 관계	기타
1970년대	29.6%			70.4%				
1980년대	36.1%			63.9%				
1990년대	43.4%			56.6%				
1996	27.7%			72.3%				
	72.7%	16.6%	11.2%	40.2%		16%	23.2%	19.7%
2002	43.9%			56.1%				
2006	42%			58%				
	업무부담 12%			선임병횡포 41%		복무부적응 47%		

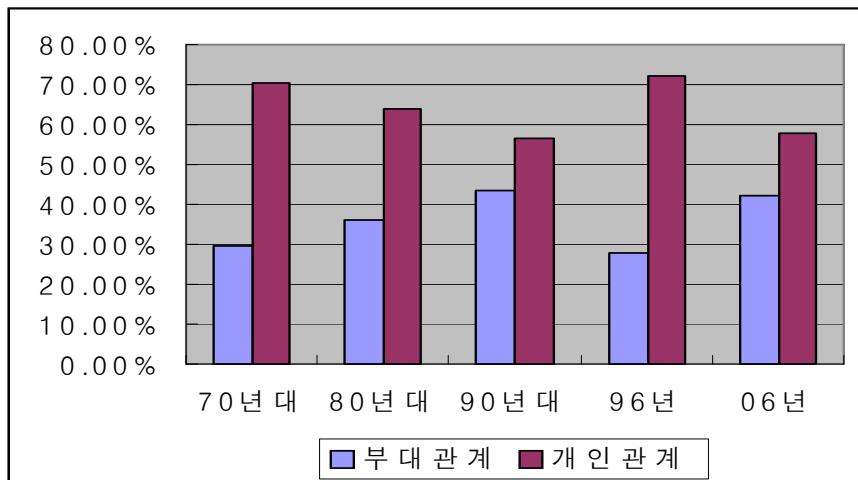
※1970, 1980, 1990년 자료는 2003년도 국정감사자료(6) p23참조

※1996년 자료는 군내 자살의 원인 및 예방 프로그램 p3참조

※2002년 자료는 군내 자살사고 실태 및 예방대책 p3참조

※2006년 자료는 국방일보 병상호간 명령금지 ‘명문화’ 참조(‘07.1.24일자)

< 표 3-8 > 자살사고 원인 중 부대관계와 개인관계 비교



제 5 절 군생활 만족도

군생활 만족도 수준을 살펴본 결과는 <표 3-6>과 같다. 만족도 측정 시 측정기준은 매우불만족은 1점, 불만족은 2점, 보통은 3점, 만족은 4점, 매우만족은 5점으로 5점 만점에 만족의 척도를 두었다.

먼저 조직구조에서의 만족도는 65.67%, 부대업무에 있어서는 만족도는 72.75%, 부대환경의 만족도는 67.78%, 대인관계 만족도는 65.91%로 각각 나타났으며, 집단별 전체 만족도는 68.03%로 나타났고, 4개의 집단별 만족도는 비슷하며 군생활 만족도가 낮은 것을 볼 수 있으며 이는 군생활 자체가 스트레스 주요 원인으로 작용하고 있음을 알 수 있다.

<표3-9> 군생활 만족도

변 수	집 단	구분	불만족		보통	만 족		만족도 (100%)
			매우불만족	불만족		만족	매우만족	
군생활 만족도	조직구조	218명	9	26	104	52	27	65.67
		100(%)	4.13	11.92	47.71	23.85	12.39	
	부대업무	218명	2	13	87	76	40	72.75
		100(%)	0.92	5.96	39.91	34.86	18.35	
	부대환경	214명	6	26	90	63	29	67.78
		100(%)	2.80	12.15	42.06	29.44	13.55	
	대인관계	220명	12	19	87	73	29	65.91
		100(%)	5.45	8.64	39.55	33.18	13.18	

※부실기재자는 제외하였음

제 6 절 요약

1. 군생활 스트레스

1) 군생활 스트레스

현대인들은 누구나 할 것 없이 스트레스로 하루를 시작하고 끝내고 있다고 하지만 병사들은 군 입대 자체가 스트레스로 작용하고 있으며 아래와 같은 변수들을 해결할 수 있는 방법을 모색해야 할 것이다.

(1) 스트레스 해결방법

① 이성문제는 과거경험, 관심 있는 일을 시키고, 단체운동, 여권 마련

② 건강문제는 구보의 차별화, 패스트푸드 음식 차단, 주변의 관심과 병원진료, 자신감 부여

③ 가정문제는 애로사항 청취, 가정통신문 발송, 간부들의 관심, 법적문제는 관계관의 조언 등이다

(2) 부대 노력으로 스트레스를 최소화

① 면담 시 연장자(행정보급관, 주임원사)

② 평소 대화의 시간을 충분히 부여

③ 지휘관의 지속적인 관심과 필요시에는 외출/외박과 휴가조치 등이다.

(3) 개인적인 노력

긍정적으로 평가, 행동하기 전에 생각하고, 충분한 대화, 규칙적인 운동, 균형된 식사와 충분한 수면과 휴식, 약물에 의존하지 말고, 시간을 효율적으로 관리, 대인관계에 대한 기술을 자발적으로 습득할 수 있도록 한다.

2) 스트레스 인식수준

(1) 신바람 나는 병영생활

쾌적한 부대환경 조성 및 휴식 공간 마련, 생활관 분위기는 자기의 집안과 같은 아늑하고 포근한 분위기를 조성한다.

PC방, 화장실, 샤워장, 이발소, 정비실 등 시설을 개선하여 병사들 수준에 맞는 방식으로 개선한다.

다양한 체육기구와 세탁기, 탈수기 등 편의품을 충분히 확보하고, 주기적인 신체검사 및 외진을 실시하고 개인위생관리 철저, 단체경기

장려, 동아리활동 여건 보장과 활성화를 하여야 하겠다.

(2) 병사들의 인격존중

인격모독·자존심에 상처를 주는 행위를 하지 말아야 하며, 칼로 벤 상처보다 말로 입은 상처가 더 오래 간다는 것을 명심하고, 욕설·폭언 하지 말고, 휴식시간, 자유시간, 취침시간 등 기본권을 최대한 보장해 주어야 한다.

(3) 무리한 부대운영을 하지 말아야 한다

예정된 부대활동을 미리 알려주어 불안감을 해소시키고, 일과표 준수, 불필요한 집합과 통제를 지양, 자율 활동 시간 철저하게 보장, 부대활동은 우선순위 판단, 무조건 좋은 결과 획득 강요 지양, 자발적으로 노력할 수 있도록 동기를 부여해 주어야 한다.

(4) 운동 및 취미활동을 활성화

운동기구를 준비해 주고 스트레스가 쌓일 때 마음껏 해소할 수 있도록 해 주며, 개인 및 단체운동을 할 수 있는 여건을 보장, 오락기구, 도서 등을 준비, 취미활동 및 자기계발, 특히 후임병들이 소외되지 않도록 하여야 한다.

2. 군생활과 자살

1) 자살의도수준 최소화 또는 없애기

- (1) 폭력은 전염 된다는 것을 명심하면서 구타나 가혹행위 금지
- (2) 언어폭력, 시선폭력, 따돌림, 찌려보거나 멸시하는 행위 금지
- (3) 말하기 전 3초만 먼저 생각
- (4) 고운말·바른말 쓰기
- (5) 정감 있는 시선하나가 절망감에 빠진 병사에게 희망과 용기를 주고 자신감과 활력을 주고 상급자를 신뢰한다는 것을 명심
- (6) 신상필벌과 입체적인 신상관리 등이다.

2) 자살사고 비교분석

자살원인은 부대관계의 원인보다 개인관계의 원인으로 인한 자살사고 발생이 많이 나타난 것은 병사들이 군 생활 자체에 대한 압박감과 사회에서는 겪어보지 못했던 엄격한 규율과 상. 하급자가 균형적인 관계에서 종속적인 관계유지를 함으로써 발생한다고 볼 수 있다.

(1) 자살사고 원인별

① 부대관계 : 복무부적응, 처벌우려, 사적제재

② 개인관계 : 가정사정, 염세비관, 신병비관, 여자관계, 선임병 횡포 등이다.

(2) 자살우려자 보호, 관리요령

식별되는 모든 자살징후 무시하지 말고 즉시 대처, 교육을 시키고, 우선 조치, 관찰임무를 부여, 자살우려자의 행동관찰, 자살도구 없애고, 심각한 경우에는 병원 및 치료를 한다.

장기적인 보호대책을 강구, 주기적인 면담, 자살우려자의 이야기를 들어주고 이해하고 동정과 대화, 면담은 시간과 장소·형식에 얽매이지 말고 가능한 한 자연스러운 분위기를 연출한다.

부모, 애인, 친구들과 연계하여 관리, 행복을 스스로 느낄 수 있도록 세심한 배려와 평소 잘 따르는 간부나 병사와 목욕을 하는 것도 효과적이다.

(3) 자살우려자 면담시 유의사항

자살에 대한 토론을 두려워하지 말 것, 직접 물어보는 것은 자살의도를 파악하는데 도움이 되며 자살하려는 병사에게 직접적인 고통을 감소시켜 주는 효과가 있다.

대화에 적극적으로 임하고, 말을 많이 하는 것이 좋다. 좋은 상담자는 좋은 청취자, 좋은 친구가 되어야 한다.

훈시하려 들거나 상황을 가볍게 만들거나, 일반적인 또는 자신의 도덕적인 판단에 기초해서 훈시하려 하면 안된다.

자살우려자의 슬픔에 동참하는 것으로 상담자는 자살우려자의 말에

긍정하고 똑같이 슬픔감정을 갖기 위해 노력해야 한다.

자살우려자에게 상담자가 돌보고 있음을 느끼게 하는 것으로 실제로 도움을 주어야 하고 큰 도움이 아니더라도 괜찮다.

혼자 해결하려 하지 말고 적당한 시기에 전문가와 상담. 치료를 받도록 격려하고 도와주어야 한다.

(4) 입체적 신상관리기법 적용

면담, 병영생활지도기록부, KMPI, SCL-90R, 육군표준인성검사, 우울증진단표, 스트레스 체크리스트, 자살징후표, 과거 자살시도자, 군중장교 및 군중병, 병고충상담원, 설문지, 교우도우식, 고충처리함, 싸이월드, E-mail, 분대장 관찰일지 등이다.

제 4 장 결론 및 연구의 한계점

제 1 절 요약 및 결론

본 연구의 목적은 여러 조직 중에서도 가장 많은 직무스트레스가 잠재되어 있으면서도 아직 이에 대한 연구가 많이 부족한 실정하기에 군생활 내에 신세대장병들에게 발생되고 있는 직무스트레스를 조사, 분석하여, 이로 인해 발생할 수 있는 각종 사고 중 가장 극단적이라고 할 수 있는 자살충동을 미연에 방지할 수 있는 예방책을 제시하고자 하는데 있다.

이와 같은 연구목적을 달성하기 위한 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 군생활 스트레스 인식은 조직구조, 부대업무, 부대환경, 대인관계로 유형화되었으며, 부대업무에 대한 스트레스가 가장 높았고 그 다음은 부대환경, 대인관계, 조직구조의 순으로 나타났다.

둘째, 군생활 스트레스 현황에서는 군입대 전 문제로는 이성문제나 경제문제가 가장 큰 비중을 차지하였으며, 군입대 후 문제로는 경제문제와 가정문제가 가장 큰 문제로 나타났으나 경제문제는 군입대를 함으로써 차이가 발생되지 않았음을 알수 있었고, 군입대 후 보다는 군입대 전 대인관계가 다소 좋은 것을 알 수 있었다.

셋째, 군생활 만족도 수준은 대인관계, 부대환경, 조직구조, 부대업무의 순으로 높게 나타났으며, 전반적인 군생활 만족도는 68.03%로 다소 높게 나타났다.

네째, 자살의도는 다소 낮은 분포를 보였으나, 종종 느낀다가 5.5%인 것은 방관하여서는 안될 것이다.

마지막으로 자살의도에 미치는 제변수들의 상대적 영향력에서는 부대업무 스트레스, 군입대 후 경제문제, 부대환경 스트레스, 군입대 전 대인관계의 순으로 영향을 미쳤다.

이와 같이 군생활을 하고 있는 장병의 개인적인 요인뿐 아니라 군생활 관련 요인들에 의해 영향을 많이 받고 있다는 것을 알 수 있었

다. 그러므로 오늘날 신세대 장병들이 부대에 잘 적응하도록 하기 위해서는 현재 정립되어 있는 군대문화를 올바르게 이해하고 앞으로 나아가야 할 군대문화 정립에 방향을 제시해야 할 것이다. 결국, 군이 지향하고 할 군대문화는 시대적 흐름과 환경에 적합해야 하며, 구성된 모두에게 활력을 주고 공감대를 형성할 수 있어야 한다. 이에 현재의 부정적인 요소를 개선하여 군생활에서의 사고를 미연에 방지하고 올바른 군대문화가 이루어지도록 노력을 기울여야 한다.

제 2 절 연구의 한계점

본 연구의 한계점은 첫째, 조사대상에 있어서 신세대 장병만으로 제한하여 다른 부사관이나 연관 집단과의 비교분석이 수행되지 못하였다.

둘째, 조사방법에 있어서 설문조사에만 한정하였기 때문에, 군생활 스트레스에 대한 심리적이고 정신적인 심층 분석을 실시하지 못하였다는 점이다.

따라서 향후 연구에서는 이러한 한계점을 보완한 추후 연구가 필요할 뿐만 아니라, 신세대 장병들에게서 나타난 군생활 스트레스의 실증적 연구결과를 바탕으로 군생활 지휘자들의 관심이 촉구된다. 그리고 본 연구를 토대로 하여 향후 군조직에서의 스트레스 극복방안을 마련할 수 있으며, 더 나아가 자살예방대책의 기초적인 자료로서 활용할 수 있을 것이다.

참고문헌

1. 국내자료

1) 단행본

- 김광인, 「누구나 한번은 자살을 생각한다」, 샘터사, 1991
김시업 외, 「청소년 자살, 예방할 수 있다」, 예솔, 1999
박상철 외, 「자살, 예방할 수 있다」, 학지사, 1999
생명의전화 자살예방센터, 「청소년 자살 어떻게 예방할 것인가」, 2003
최성자 역, 알프레드 알바레즈 저, 「자살의 연구」, 청아, 1982,
pp11-13
해피캠퍼스, 「P세대의 성장배경」, 2004

2) 연구논문

- 구분영, “조직의 특수성과 신세대 장병에 관한 지휘통솔의 이론적 고찰”, 건국대학교 행정대학원, 연구논총(27), 2000.
권인혁, “신세대 장병의 의식성향과 군조직 스트레스 적응에 관한 연구”, 한남대학교, 사회문과과학대학원 석사학위논문, 2004.
김중옥, 「변화하고 있는 젊은이들의 의식성향에 따라 변화하는 우리군의 리더십」, 육군대학, 1994
김한석, “병영스트레스 원인과 대책”, 육군본부, 1999.
김혁동, “신세대병사들의 의식변화와 효과적인 지휘통솔 방안”, 경기대학교 석사학위논문, 2002.
민귀식, “청소년의 스트레스 대처와 공격성과의 관계“, 경산대학교 대학원, 석사학위논문, 2001.
박성자, “스트레스, 자기통제력, 사회적 불편감 및 부모태도가 인터넷 중독에 미치는 영향”, 한양대학교 대학원, 석사학위논문, 2002
박용수, “고등학생의 스트레스 요인과 대처양식분석”, 영남대학교 대학원, 석사학위논문, 2000.
배홍준, 「마케팅원론」, 동국대학교, 2005
서승연, “일상적 스트레스, 몰두성향, 사회적 지지와 병리적인 인터넷사

- 용”, 가톨릭대학교 대학원, 석사학위논문, 2001.
- 서정주, “스트레스, 가상공간에서의 현실지각 및 충동성이 인터넷 중독에 미치는 영향”, 한양대학교 대학원, 석사학위논문, 2002.
- 손희락, “신세대 장병의 스트레스가 부대 적응도에 미치는 영향에 관한 연구”, 연세대학교 관리과학대학원 석사학위논문, 2002.
- 엄경원, “신세대 장병에 대한 효율적 리더쉽에 관한 연구”, 수원대학교 석사학위논문, 2002.
- 오길현, “군조직구성원의 직무스트레스에 관한 실증적 연구”, 경희대학교 경영대학원, 석사학위논문, 1992.
- 이강석, 「자살위험 요소에 관한연구」, 해군대학교 석사학위 논문, 2001
- 이상대, “신세대장병 지휘통소향상을 위한 임무형 지휘 적용방안에 관한 연구”, 한남대학교 석사학위논문, 2003.
- 이윤정, “청소년의 인터넷 이용실태와 그 영향에 관한 연구”, 한남대학교 대학원, 석사학위논문, 2002.
- 이은석, “방어기제 수준과의 관계연구”, 한남대학교 대학원, 석사학위논문, 2001.
- 이재연, “청소년의 스트레스에 관한 연구”, 명지대학교 대학원, 석사학위논문, 1999
- 이정수, “군조직 구성원의 욕구속성과 직무특성이 조직유효성에 미치는 영향 연구 : 직무몰입, 조직전념도, 직무성과를 중심으로” 연세대학교 대학원, 석사학위논문, 2001.
- 이진영, “청소년의 인터넷 의존적 사용과 일상적 스트레스 및 대처방식, 충동성의 관계연구”, 서울여자대학교 대학원, 석사학위논문, 2000.
- 이충무·심상용, 『군대문화의 정립에 관한 연구』, 국군정신전력학교, 1987.
- 차승천, 「군인의 자살사고 원인과 예방대책에 관한 연구」, 공군대학, 2001, pp37-39
- 최록하, “정보화 시대 한국군 리더쉽 발전방향”, 경희대학교 석사학위

논문, 2002.

최영조, 「신세대장병의 의식성향과 지휘통솔에 관한 연구」, 해군대학, 1999

최혜란, “고등학생의 자아존중감에 따른 스트레스 정도와 스트레스 대처방식 분석”, 전주대학교 대학원, 석사학위논문, 2002.

황동규, “신세대 장병 이렇게 달라지고 있다”, 한국논단 제 86권 제 1호, 1996.

3) 기타문헌

육군본부, 「병영생활교범」, 2004

육군본부, 「부대관리훈 Know-How200」, 2000

육군본부, 「부대관리훈 Know-How123」, 2006

육군본부, 「자살예방 할 수 있다」, 1997

2. 외국문헌

Baron, R. A., "Bhavior in Organization Understanding and Managing the Human Side of Work", Alley and Bacon, 1983.

Carrel, M. R. and Dittrich, J. E., "Equity of Theory of The Recent Literature: Methodological Considerations and New Directions", Academy of Management Review, 1978.

Parker, D. F and T. A. Decotiis, "Organizational Determinants of Job stress", *Organizational Behavior and Human Performance*, Vol. 3, 1983.

Suler, j., "Why this thing eating my life? Computer and Cyberspace Addiction at the Place", *Computer Education* Vol 11, No 3, pp. 43-50.

설문지

안녕하십니까?

본 설문지는 신세대 장병들의 스트레스가 자살의도에 미치는 영향에 관하여 알아보고자 하는 것입니다. 이를 통해 장병들의 스트레스 해소방안과 여러분의 더 나은 병영생활을 위한 조사연구입니다.

어느 문항이든 정답은 없으니, 모든 문항에 빠짐없이 솔직하게 응답하여 주시기 바랍니다.

본 설문에 응답한 내용은 절대로 비밀을 보장하며, 결과는 연구 목적을 위해서만 사용될 것입니다.

성심 성의껏 답하여 주시면 감사하겠습니다.

2006년 10월

漢城大學校 經營大學院

研究者：李相祚

指導教授：김선희

♣ 다음은 스트레스 인식수준에 관한 문항입니다. 다음 항목은 생활 속에서 느낀 자신의 경험에 관한 질문입니다. 자신의 경험과 가장 가까운 난에 V표를 해 주십시오.

번호	항 목	전혀 아니다	아니다	보통 이다	그렇다	정말 그렇다
1	나는 부대의 조직구조로 인해 상당히 스트레스를 받는다.	①	②	③	④	⑤
2	나는 동료들과 어울리는 시간이 적은것 같아 스트레스를 받는다.	①	②	③	④	⑤
3	나는 부대에서 부하나 상급자로 부터 신뢰를 받지 못해 스트레스를 받는다.	①	②	③	④	⑤
4	나는 일과시간 이후에도 업무를 해야하기 때문에 스트레스를 받는다.	①	②	③	④	⑤
5	개인발전을 위한 기회가 거의 없기 때문에 스트레스 받는다.	①	②	③	④	⑤
6	나의 상급자는 나의 개인적인 복지에 전혀 관심이 없기 때문에 스트레스 받는다.	①	②	③	④	⑤
7	언제 어디서나 발생하는 비상훈련으로 인해 스트레스 받는다.	①	②	③	④	⑤
8	휴식여건이나 휴가가 보장되지 않아 스트레스 받는다.	①	②	③	④	⑤
9	근무환경이 그다지 좋지 못해서 스트레스 받는다.	①	②	③	④	⑤
10	휴일의 각종 작업으로 인해 스트레스를 받는다.	①	②	③	④	⑤

번 호	항 목	전혀 아니다	아니다	보통 이다	그렇다	정말 그렇다
11	종교활동에 대해 스트레스를 받는다.	①	②	③	④	⑤
12	훈련의 위험에 대해 스트레스를 받는다.	①	②	③	④	⑤
13	사생활 침해로 인해 스트레스를 받는다.	①	②	③	④	⑤
14	상급자의 비인격적 행동에 대해 스트레스를 받는다.	①	②	③	④	⑤
15	편의시설 불편으로 인해 스트레스를 받는다.	①	②	③	④	⑤
16	보급품의 기대품질 이하로 인해 스트레스를 받는다.	①	②	③	④	⑤
17	운동부족으로 인해 스트레스를 받는다.	①	②	③	④	⑤
18	병사간의 충돌로 인해 스트레스를 받는다	①	②	③	④	⑤
19	동료들간의 친숙지 못함에 대해 스트레스를 받는다	①	②	③	④	⑤
20	지휘관의 불신임에 대해 스트레스를 받는다.	①	②	③	④	⑤
21	내무반의 분위기 경직으로 인해 스트레스 받는다.	①	②	③	④	⑤

※ 권인혁(2004), 오길현(1992)의 스트레스에 관한 문항을 토대로 수정, 보완하였음

♣ 다음은 스트레스 현황에 관한 문항입니다. 해당란에 V표를 해 주십시오.

22. 귀하가 군입대전 가장 큰 문제가 되는 부분이었던 것은?

① 이성문제 ② 건강문제 ③ 가정문제 ④ 경제문제 ⑤ 기타()

23. 귀하가 군입대 후 가장 큰 문제가 되는 부분은?

① 이성문제 ② 건강문제 ③ 가정문제 ④ 경제문제 ⑤ 기타()

24. 귀하의 군입대 전 대인관계는 어떠하였는지?

① 매우 나쁨 ② 원만치 않음 ③ 보통 ④ 다소 좋음 ⑤ 매우 좋음

25. 귀하가 군입대 후 대인관계는?

① 매우 나쁨 ② 원만치 않음 ③ 보통 ④ 다소 좋음 ⑤ 매우 좋음

♣ 다음은 군생활에 대한 적응력에 관한 문항입니다. 다음 항목은 생활 속에서 느낀 자신의 경험에 관한 질문입니다. 자신의 경험과 가장 가까운 난에 V표를 해 주십시오.(조직구조, 대인관계, 부대환경, 부대업무)

번호	항목	전혀 아니다	아니다	보통 이다	그렇다	정말 그렇다
26	나는 부대의 조직구조에 대해 만족한다.	①	②	③	④	⑤
27	나는 동료들이나 상사와의 관계가 원만하다.	①	②	③	④	⑤
28	나는 우리부대의 부대환경에 만족한다.	①	②	③	④	⑤
29	나는 부대업무에 대해 만족한다.	①	②	③	④	⑤
30	나는 전반적으로 나의 군생활에 대해 만족한다.	①	②	③	④	⑤

※ 임성현(2003) 연구를 토대로 수정, 보완하였음

31. 귀하는 군입대 후, 자살충동을 느낀적이 있는지?

- ① 전혀 느끼지 못했다
- ② 거의 느끼지 못했다
- ③ 보통이다
- ④ 종종 그렇게 느낀다
- ⑤ 매우 자주 그렇게 느낀다

♣ 다음은 일반적 특성 관한 문항입니다. 해당란에 V표하거나 직접 기입해 주십시오.

32. 귀하의 연령은? _____ 세

33. 귀하의 학력은?

- ① 고졸 ② 2년제(재학 및 졸업) ③ 4년제(재학 및 졸업)
④ 대학원(재학 및 졸업) ⑤ 기타()

34. 귀하의 주요업무는?

- ① 전투병 ② 일반 행정병 ③ 교육 ④ 근무지원병 ⑤ 기타()

35. 이성친구가 있습니까?

- ① 예 ② 아니요

36. 귀하 가정의 경제적 수준은?

- ① 상 ② 중상 ③ 보통 ④ 중하 ⑤ 하

37. 귀하의 가족 수는? _____ 명

38. 귀하의 가족관계는? (남) (여) 중 (짝)

39. 귀하의 거주지역은(군입대전)?

- ① 서울 ② 경기도 ③ 수도권 ④ 지방 ⑤ 기타()

응답해 주셔서 감사합니다.

ABSTRACT

A Study on the Effects of New-Generation Soldiers' Stress on Their Suicide Impulse

Lee, Sang Jo

Major in Division of National Defence Management

Department of Business Administration

Graduate School of Business Administration

Hansung University

There have been few studies about soldiers' job stress, even though the military organization is most susceptible to stress. In such a circumstance, this study was aimed at surveying and analyzing new-generation soldiers' job stress and thereupon, suggesting the ways to prevent their suicide impulse or the most extreme side effect of such stress.

The results of this study can be summarized as follows;

First, our soldiers' perceptions of their job stress could be categorized into those from military organization itself, jobs, environment of the military camp and human relationship. They were found to be stressed most by jobs, followed by environment of the military camp, human relationship and military organization itself in their order.

Second, the pre-service problems troubling our soldiers most

were relationship with girl friends and financial conditions, while the in-service problems they were suffering most were financial conditions and family problems. Namely, the financial problems could not be resolved even after they were drafted for their military services. However, our soldiers' human relationships were improved a little after they began to serve the military.

Third, our soldiers were found most satisfied with human relationship, followed by environment of the military camp, military organization itself and jobs in their order. Their satisfaction with their overall military life scored a little higher or 68.03%.

Fourth, the absolute majority of our soldiers did not felt any suicide impulse, but since 5.5% of them had often felt a suicide impulse, our military organization is deemed obliged not to dismiss such soldiers.

Lastly, in terms of relative influence, the variable affecting our soldiers' suicide impulse was the stress caused by job followed by in-service financial conditions, environment of the military camp and pre-service human relationship in their order.

As discussed above, our soldiers' suicide impulse was found to be influenced by not only their personal variables but also other factors related with their military life. Hence, in order to help our new-generation soldiers adapt themselves to their military life, our military organization should make efforts to help them understand the military culture correctly and thereby, suggest a proper direction for establishment of an adequate military culture. After all, the military culture pursued by our military organization should ride the current of the time as well as befit its environment, while serving

to invigorate every military member and form a consensus among them. In this context, our military organization is requested to improve the current negative factors of the military culture and thereby, prevent the accidents during the military service and establish a proper military culture.

감사의 글

이 논문이 나오기까지 정성어린 지도와 격려를 아끼지 않았던 김선호 지도교수님께 진심으로 감사드립니다. 또한 논문을 심사하시면서 미흡한 분야를 지적해 주시고 가르쳐 주신 심사위원장 최용식 교수님과 조윤기 교수님께 깊은 감사를 드립니다.

늦었지만 아직도 시간이 많다는 마음으로 도전을 하였고, 저에게는 모험이 되었던 것입니다. 학문의 길을 정진하면서 제자신이 너무나 부족한 것이 많음을 인식하였고, 국가와 사회에 봉사하기 위해서는 계속적으로 더욱 노력하고 연마하겠다는 굳은 다짐을 하는 계기가 되었습니다.

끝으로 집안의 경제적 어려움을 무릅쓰고 만학의 기회를 마칠 수 있도록 배려하고 용기를 준 사랑하는 아내 김경애와 자랑스러운 딸 아림이와 보림이에게 그리고 큰형님이신 상부, 둘째형인 상록, 동생 상동에게, 팔순의 부모님이 결실을 맺을 때 꼭 참석하여 자리를 빛내주신다고 하였으나 어머니가 먼저 불의의 사고로 고인이 되셨고 돌아가신 어머니의 영전에 이 작은 결실을 바칩니다.

2007년 6월

이상조