

의경의 건강증진행위, 정신건강 부대적응과의 관계

김영진¹⁾, 박경민²⁾

Relation of Health Promoting Behaviors, Mental Health and Military Life Adjustments of Conscripted Policemen

Young-Jin Kim¹⁾, Kyung-Min Park²⁾

요 약

1970년에 제정된 ‘전투경찰대설치법’은 병역복무를 의경 의무복무로 대체하는 제도로써 의경들은 자신의 의지와 상관없이 징집되어 부대라는 새로운 환경적응에 어려움을 겪고 있다. 이에 본 연구에서는 의경들의 부대적응에 영향을 주는 요인들 중 중재 가능한 신체적 자원과 심리적 자원을 건강증진행위와 정신건강에 대한 자료수집을 통해 관련성을 규명하여 향후 의경들의 부대적응에 도움이 되는 건강증진프로그램 개발을 위한 자료를 제공하고자 시도된 조사연구이다. 연구대상자는 K지역 부대에서 근무하는 의경 250명이었으며, 연구도구는 건강증진행위, 정신건강, 부대적응을 이용하였다. 건강증진 행위와 부대 생활 적응은 유의한 양의 상관관계($r=0.423$, $p=.000$)가 있었고 정신건강과 부대 생활 적응은 유의한 음의 상관관계($r=-.383$, $p=.000$)가 있었으며, 건강증진 행위의 하위영역인 건강과 책임, 영양, 운동, 스트레스관리, 대인관계지지, 자아실현과 정신건강의 하위영역인 강박증, 대인예민성, 우울증, 적대감은 부대 생활 적응과 유의한 상관관계가 있었으며 설명력은 45.7%으로 나타났다. 이상의 연구결과에 따르면 의경은 부대적응을 원만히 하기 위하여 건강증진행위 중 많은 영향을 주는 자아실현, 대인관계, 영양을 수행하는데 주력하고 우울증, 적대감, 강박증과 같은 정신증상이 발생되지 않도록 건강증진행위 향상과 정신건강향상을 위한 건강증진 프로그램 개발연구가 필요하다.

핵심어 : 의경, 건강증진행위, 정신건강, 부대적응, 건강증진프로그램

Abstract

According to the Act of Establishment of Riot Police Units in 1970, the conscripted police service can replaces the obligatory military service. Since the life as conscripted policemen is similar to that of military, they may experience difficulties in their adjustment to barrack life.

Against this backdrop, this study tries to examine the instruments used for this study were health promoting behaviors, mental health and adjustment to barrack life.

Whereas the relation between health promoting behaviors and adjustment to barrack life yielded a positive correlation($r=0.423$, $p=.000$), that between mental health and adjustment to barrack life showed a negative correlation($r=-.383$, $p=.000$).

Received(December 02, 2015), Review request(December 03, 2015), Review Result(1st: December 14, 2015, 2nd: January 07, 2016)

Accepted(January 15, 2016), Published(January 31, 2016)

¹36930 Munkyeong College, Dept. Nursing, 161, Dahak-daero, Munkyeong-si, Kyungpook Korea.
email : gtt70@naver.com.

²(Corresponding Author) 42601 Keimyung University, Dept. Nursing, 161, Dalgubeol-daero, Dalseo-Gu, Daegu, Korea.
email : kmp@kmu.ac.kr.

The relation between Health, responsibility, nutrition, sports, stress management, interpersonal support and self-realization as a subordinate scope of health promoting behaviors, and obsessive compulsive neurosis, interpersonal sensitivity, depression and hostility as a subordin relationship between a health promoting behaviors and mental health, that can be intervened. The purpose of this research it to provide data being useful for the development of health promotion programs that will contribute to the living adjustment of conscripted policemen.

From August 3, 2015 to August 7, this survey was conducted and the total number of subjects was 250. The questionnaire were collected from conscripted policemen in K province. The ate scope of mental health, and adjustment to barrack life yielded a positive correlation.

Consequently, this study suggest the introduction of health promotion programmes for the increase of adjustment to barrack life, that will improve self-realization, personal relationship and nutrition, and restrain from mental symptoms such as depression, hostility and obsessive compulsive neurosis at the same time.

Keywords : Conscripted Policemen, Health Promoting Behaviors, Mental Health, Military Life Adjustments, Health Promoting program

1. 서론

1.1. 연구의 필요성

1970년 12월에 제정된 ‘전투경찰대설치법’에 따라 도입된 의경은 병역복무를 대체하는 제도로써 청소년 후기와 성인기에 해당되는 19~24세 남자들이 일정기간 부대생활을 하며 의경이라는 특수 조직의 구성원이 되어야 한다. 의경은 근무의 특성상 100명 내외의 소규모 중대단위로 숙식을 하며 경찰활동의 보조업무를 수행하는 역할로 제한되어 사회적으로 관심을 받지 못하고 지금까지 외면당해 왔다.

그러나 강원도 모 전경부대에서 발생한 집단탈영사건(이경6명)으로 의경들의 부대부적응과 가혹행위에 대한 관심이 집중되었다. 의경들의 부대부적응의 문제는 확일적 통제 및 단체생활로 오는 부대생활의 이질감과 구타 및 가혹행위(경찰청 안전행정위원회, 2013년 15건)로 집단탈영자(경찰청 안전행정위원회, 2012년 13건)가 속출하고 있다

적응을 잘하는 사람은 안정되고 보람된 삶을 영위하고 원만한 대인관계를 유지하며, 자신의 직무를 효과적으로 수행한다[1]. 부대에서의 적응은 구성원이 부대생활에 행복감을 느끼고 사명감을 가지고 임무를 충실히 이행하며, 부대생활에 만족하는 행위를 하는 것을 말한다[2]. 부대생활의 부적응행위로는 자살과 같은 극단적인 선택을 내리는 것으로 이를 뒷받침하는 내용으로 최근 5년간 의무경찰 평균 자살의 원인이 적응장애 37%로 가장 높은 것으로 나타났다[3].

적응에 영향을 미치는 요인들에 대한 선행연구를 살펴보면, 군 병사들의 입대 전 인터넷 중독과 군 생활 적응의 관계에서 심리적 취약성의 매개효과[4], 군 생활 적응에 영향을 미치는 요인들에 관한 연구: 수도권지역 육군 병사들을 대상으로[5], 병사의 정신건강과 스트레스 대처가 군 생활 적응에 미치는 영향[6]가 있다. 선행연구에서는 전반적으로 정신건강상태가 좋은 군인이 군생활 적응을 잘 하는 것으로 나타났으나, 개인의 안녕수준과 만족감을 유지, 증진시키고 자아실현을 하는

방향으로 취해지는 활동인 건강증진행위와 관련된 적응에 관한 연구는 단편적이며, 의경을 대상으로 한 연구는 거의 찾아볼 수 없었다.

의경을 대상으로 한 연구를 살펴보면, 국외에는 의경 복무제도가 없어 선행된 연구가 없으며, 국내연구에서는 의무경찰의 부대생활 스트레스와 부대적응의 관계에서 탄력성의 매개효과[7], 의경의 건강증진행위와 자기효능감에 관한 연구[8], 전의경이 겪는 스트레스 요인에 관한 연구[9], 전의경의 스포츠 손상에 관한 연구[10]가 있다.

이러한 배경 하에 본 연구에서는 의경들의 부대적응에 영향을 주는 요인들 중에서 중재프로그램이 가능한 신체적 요인과 정신적 요인에 중점을 두고 의경들의 건강증진행위, 정신건강, 부대적응과의 관련성을 파악하고 규명하여 지역사회 특수집단인 의경들의 부대적응을 위한 건강증진프로그램을 개발하는데 기초적 자료를 제공하여 의경 관리에 활용토록 함으로써 국가치안업무의 효과적인 수행에 기여하도록 하고자 한다.

2. 연구방법

2.1 연구 목적

본 연구의 목적은 의경들의 건강증진행위와 정신건강을 파악하고 부대적응과의 관련성을 규명하여 의경의 행위변화와 정신건강에 초점을 둔 건강증진프로그램 개발을 위한 기초자료를 제공하고 궁극적으로 의병들의 부대적응을 돕고자 한다.

본 연구의 구체적인 목표는 다음과 같다.

- 1) 의경의 건강증진 행위 실천 정도와 정신건강 수준을 파악한다.
- 2) 의경의 부대적응 정도를 파악한다.
- 3) 의경의 건강증진 행위와 정신건강, 부대적응간의 관련성을 파악한다.

2.2 연구 설계

본 연구는 의경의 건강증진행위와 정신건강을 파악하고 부대적응과의 관련성을 규명하기 위한 서술적 상관관계연구(descriptive correlation study)이다.

2.3 연구 대상

본 연구는 계명대학교 기관생명윤리심의위원회(Institutional Review Board)의 승인(승인번호 40525-201506-HR-51-02)을 받은 후 K지역의 3개 대대 의경 소대원을 대상으로 2015년 8월 3일부터 8월 7일까지 5일간 본 연구자가 연구의 취지와 목적을 설명 후 다과를 제공하고 고지된 동의서를 받았다. 표본의 크기는 G-power 3.1.7 program을 이용하여 산출하여 일원분산분석에서 유의수준 α

는 .05, 효과크기(fz)는 중간크기인 .25, 검정력($1-\beta$)은 0.8로 설정한 결과 200명이었다. 설문지는 탈락률을 고려하여 250부가 배부되었고 모두 회수되었다.

2.4 연구도구

연구 도구는 구조화된 설문지를 사용하여 자료를 수집하였으며, 일반적인 특성 5문항, 건강증진 생활양식 37문항, 정신건강 38문항, 부대 생활 적응 26문항으로 총 106문항으로 이루어져 있으며, 각 도구의 측정 방법은 다음과 같다.

2.4.1 건강증진 행위 측정도구

건강증진 행위는 Walker, Sechrist & Pender(1987)가 개발한 Health Promoting Lifestyle Profile II를 Na(1998)이 수정한 것을 연구자가 의경들에게 맞게 보완하여 측정하였다. 영양 4문항, 운동 4문항, 스트레스 관리 7문항, 건강책임 5문항, 대인관계 지지 5문항, 자아실현 12문항으로 총 37문항으로 4점 척도로 측정하여 점수가 높을수록 건강증진 행위 이행정도가 높은 것을 의미한다. 개발 당시의 Cronbach's α = .92였고, Na(1998)의 연구에서 Cronbach's α = .90 이었다. 본 연구에 대한 신뢰도 분석 결과 Cronbach's α = .77 이었다.

2.4.2 정신건강 측정도구

정신건강은 Derogatis(1974)가 개발하고 Kim, Kim, Won(1989)이 번안하여 표준화된 한국판간이 정신진단검사(Symptom Check List-90-Revision)를 사용하여 측정하였다. SCL-90-R의 각 문항은 각각 1개의 심리적인 증상을 대표하며, 9개 증상 차원의 90개 문항으로 구성되어 있으나, 본 연구에서는 Jin(2001)연구에서 9개 증상차원 중 강박증 10문항, 대인예민성 9문항, 우울증 13문항, 적대감 6문항의 Likert식 5점 척도로 총 38문항으로 측정하였다. 평균평점을 이용하여 점수가 낮을수록 정신건강 수준이 높은것을 의미하며, 본 연구에 대한 신뢰도 분석 결과 Cronbach's α = .83 이었다.

2.4.3 부대 생활 적응 측정도구

부대생활에서의 적응을 측정하기 위하여 Stauffer(1949)가 제작한 부대 생활 적응검사를 한국부대 실정에 맞게 Shin(1982)가 수정 보완한 것을 사용하였다. 심신의 상태 3문항, 임무수행 의지 4문항, 직책과 직무만족 7문항, 부대 조직 환경에 대한 태도 12문항으로 총 26문항으로 구성되어 있으며, Likert식 4점 척도로 점수가 높을수록 부대 생활에 적응을 잘 하고 있는 것을 의미한다.

Jo(2002)의 연구에서 이 도구의 신뢰도는 Cronbach's α = .92이었고, 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach's α = .75이었다.

2.5 분석 방법

자료 분석은 SPSS version 18.0 통계프로그램을 이용하여 전산통계 처리하였으며, 자료 분석 방법은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 일반적 특성은 실수와 백분율 및 평균과 표준편차로 산출하였다.
- 2) 대상자의 건강증진 행위, 정신건강과 부대적응 정도는 평균과 표준편차로 산출하였다.
- 3) 대상자의 일반적 특성에 따른 건강증진 행위와 정신건강과 부대적응의 차이는 t-test, 분산분석(ANOVA)로 분석하였다.
- 4) 대상자의 건강증진 행위, 정신건강과 부대적응의 상관관계를 파악하기 위하여 피어슨 적률상관계수(Pearson's Correlation Coefficient)로 분석하였다.
- 5) 대상자의 부대적응에 영향을 미치는 요인은 다중회귀분석(multiple regression)으로 분석하였다.

3. 연구 결과

3.1 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성의 결과는 표 1과 같다. 대상자의 일반적 특성으로 나이, 계급, 음주여부, 흡연 여부, 종교유무, 자살시도경험 유무를 조사하였다. 대상자의 나이는 19세에서 27세로 21세에서 22세가 가장 많았으며, 계급은 이경 40명(16.0%), 일경 96명(38.4%), 상경 107명(42.8%), 수경 7명(2.8%)로 복무기간이 10개월 이상인 상경이 가장 많았다. 음주는 한다가 219명(87.6%)로 많았고, 흡연은 안한다가 156명(63.6%)로 나타났다. 종교는 없음이 178명(71.2%)로 많았고 자살시도 경험은 없음이 242명(96.8%), 있음이 8명(3.2%)로 나타났다(Table 1).

3.2 대상자의 건강증진행위

대상자의 건강증진행위를 구성하고 있는 6개의 하위척도는 건강책임, 영양, 운동,스트레스관리, 대인관계지지, 자아실현이며 결과는 <표2>와 같다. 건강증진 실천 행위를 살펴보면 자아실현 27.89(±4.94)이 가장 높았으며, 그 다음으로 스트레스 관리11.89(±3.56)와 대인관계 지지11.10(±2.77)가 높은 순으로 나타났다. 운동8.10(±2.54), 건강책임7.15(±3.08), 영양4.48(±2.96)에 대한 건강증진행위는 낮게 나타났다(Table 2).

3.3 대상자의 정신건강 수준

의경의 정신건강은 4개의 하위영역으로 강박증, 대인예민성, 우울증, 적대감으로 측정하였다. 구체적인 결과는 <표3>과 같다. 하위 영역별 점수를 살펴보면 강박증7.62(±5.04)로 가장 높았으며, 우

울증6.71(± 5.72), 대인예민성 5.81(± 4.58), 적대감2.41(± 3.31)순으로 나타났다. 문항별 정신건강을 보면 ‘다른 사람들이 나를 이해 못하는 것 같다’가 (17.6)으로 가장 높았고 그 다음으로 ‘걸잡을 수 없이 울화가 터진다’와 ‘매사가 힘들다’가 각각 (11.3)로 높게 조사 되어 이 항목들의 정신건강 수준이 낮은 것으로 나타났다(Table 3).

[표 1] 대상자의 일반적 특성

[Table 1] Descriptive Statistics

(N=250)

variables	classification	score(%)	mean $\pm$ std. deviation
age	19-20	9(3.6)	2.43 $\pm$.63
	21-22	136(54.4)	
	23-24	94(37.6)	
	25-27	11(4.4)	
rank	private	40(16)	2.32 $\pm$.77
	private first class	96(38.4)	
	corporal	107(42.8)	
	sergeant	7(2.8)	
drinking	no	31(12.4)	1.88 $\pm$.33
	yes	219(87.6)	
smoking	no	156(63.6)	1.36 $\pm$.48
	yes	91(36.4)	
religion	not have	178(71.2)	1.29 $\pm$.45
	have	72(28.8)	
experience suicide attempt	no	242(96.8)	1.03 $\pm$.17
	yes	8(3.2)	

[표 2] 대상자의 건강증진행위

[Table 2] Health promotion Behaviors

(N=250)

variables	mean $\pm$ std. deviation	grades mean $\pm$ std. deviation
health responsibility	7.15 $\pm$ 3.08	1.43 $\pm$ 0.62
nutrition	4.48 $\pm$ 2.96	1.12 $\pm$ 0.74
exercise	8.10 $\pm$ 2.54	2.03 $\pm$ 0.64
stress management	11.89 $\pm$ 3.56	1.70 $\pm$ 0.51
interpersonal support	11.10 $\pm$ 2.77	2.22 $\pm$ 0.56
self-actualization	27.89 $\pm$ 4.94	2.33 $\pm$ 0.42
Total	70.63 $\pm$ 14.09	1.91 $\pm$ 0.38

[표 3] 대상자의 정신건강

[Table 3] Mental Health

(N=250)

variables	mean±std. deviation	grades mean±std. deviation
obesessive compulsive	7.62±5.04	0.77±0.51
interpersonal-Sensitivity	5.81±4.58	0.65±0.51
depression	6.71±5.72	0.52±0.44
hostility	2.41±3.31	0.41±0.56
Total	22.57±16.22	0.60±0.43

3.4 대상자의 부대적응정도

대상자의 부대생활 적응은 4개 하위영역으로, 심신상태, 임무수행의지, 부대환경태도, 직책직무만족으로 조사하여 결과는 <표4>와 같다. 하위 영역별 점수를 살펴보면 부대환경태도 21.02(±5.95)가 가장 높은점수로 적응을 잘하고 있으며, 직책직무만족 12.31(±3.47), 심신상태 6.07(±1.48), 임무수행의지 5.96(±3.19)순으로 나타났으며, 문항에서는 '데모 진압 시 나는 전방에서 임무를 수행하고 싶다'가 (1.2)로 가장 낮은 점수로 나타났다.(Table 4).

[표 4] 대상자의 부대적응

[Table 4] Military Life Adjustments

(N=250)

variables	mean±std. deviation	grades mean±std. deviation
personal esprit	6.07±1.48	2.03±0.50
personal commitment	5.96±3.19	1.49±0.80
attitude to military enviroment	21.02±5.95	3.01±0.85
satisfaction with status and job	12.31±3.47	1.03±0.29
Total	45.38±9.99	1.75±0.39

3.5 일반적 특성과 제 변수와의 관계

3.5.1 일반적 특성에 따른 건강증진행위

대상자의 일반적 특성에 따른 건강증진행위는 <표5>와 같다. 나이에서는 19세에서 21세 67.33(7.21)대상자보다 25세 이상 74.36(13.82)으로 나타나 나이가 많을수록 건강증진행위를 잘 실천하는 것으로 나타났다(F=.503, p=0.680). 계급에 따라서는 가장 낮은 계급인 이경이 66.10(8.98)이

건강증진행위가 가장 낮았으며($F=1.785$ $p=.151$), 음주 유무에 따라 건강증진행위는 차이가 없는 것으로 나타났다. 흡연은 안하는 대상자보다 한다가 건강증진행위를 더 실천하는 것으로 나타났다($t=-1.545$ $p=.124$). 종교는 있는 대상자 76.59(15.87)가 건강증진행위를 더 잘 실천하였으며($t=-4.412$ $p=.000$), 자살경험은 있는 경우 87.00(16.03) 건강증진행위를 더 실천하는 것으로 나타났다($t=-3.410$ $p=.000$). (Table 5)

[표 5-1] 일반적 특성에 따른 건강증진행위

[Table 5-1] General characteristics of health promoting behaviors

(N=250)

variables	category	health responsibility		nutrition		exercise		stress management	
		M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)
age	19-20	6.66 (2.78)	1.710 (.165)	5.66 (2.78)	1.030 (.380)	8.00 (.00)	.419 (.740)	10.00 (2.59)	.875 (.455)
	21-22	7.53 (3.08)		4.36 (3.27)		8.16 (2.59)		11.97 (3.42)	
	23-24	6.62 (3.11)		4.42 (2.59)		8.11 (2.70)		11.94 (3.90)	
	25-27	7.27 (2.49)		5.54 (1.69)		7.27 (1.00)		12.00 (2.89)	
rank	private	6.82 (2.44)	2.301 (.078)	4.22 (2.39)	1.312 (.271)	7.92 (1.68)	.905 (.439)	10.25 (3.60)	4.115 (.007)
	private first class	7.50 (3.29)		4.78 (3.45)		7.89 (2.74)		11.84 (4.01)	
	corporal	6.81 (3.11)		4.22 (2.73)		8.39 (2.68)		12.50 (3.04)	
	sergeant	9.42 (.53)		6.00 (.00)		7.42 (.53)		12.57 (0.53)	
drinking	no	7.29 (3.74)	.267 (.790)	4.48 (2.61)	-.008 (.993)	9.06 (2.39)	2.278 (.024)	12.48 (3.69)	.987 (.325)
	yes	7.13 (2.98)		4.48 (3.01)		7.96 (2.53)		11.80 (3.55)	
smoking	no	7.66 (2.76)	2.33 (.128)	4.52 (2.53)	.239 (.811)	7.66 (2.53)	-3.653 (.000)	11.62 (3.33)	-1.545 (.124)
	yes	6.26 (3.40)		4.42 (3.61)		8.85 (2.36)		12.35 (3.92)	
religion	not have	6.85 (2.84)	-2.429 (.016)	3.91 (2.66)	-5.027 (.000)	7.88 (2.45)	-2.149 (.033)	11.41 (3.38)	-3.429 (.001)
	have	7.88 (3.50)		5.90 (3.19)		8.63 (2.67)		13.08 (3.75)	
Experience suicide attempt	no	7.04 (2.95)	-3.182 (.002)	4.45 (2.83)	-.981 (.327)	8.05 (2.56)	-1.589 (.113)	11.80 (3.58)	-2.116 (.035)
	yes	10.50 (4.81)		5.50 (5.87)		9.50 (.53)		14.50 (1.60)	

[표 5-2] 일반적 특성에 따른 건강증진행위

[Table 5-2] General characteristics of health promoting behaviors (N=250)

variables	category	interpersonal support		self-actualization		health promoting behaviors	
		M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)
age	19-20	10.00 (1.73)	.573 (.633)	27.00 (3.12)	1.340 (.262)	67.33 (7.21)	.503 (.680)
	21-22	11.13 (3.11)		27.80 (5.34)		70.97 (14.01)	
	23-24	11.12 (2.36)		27.77 (4.28)		70.02 (14.77)	
	25-27	11.54 (2.11)		30.72 (5.88)		74.36 (13.82)	
rank	private	10.52 (1.78)	4.457 (.005)	28.31 (4.87)	1.684 (.171)	66.10 (8.98)	1.785 (.151)
	private first class	11.8 (2.65)		28.14 (5.39)		72.13 (16.82)	
	corporal	10.84 (3.09)		27.14 (1.06)		70.91 (13.15)	
	sergeant	9.00 (.00)		27.89 (4.94)		71.57 (.53)	
drinking	no	9.83 (4.51)	-2.761 (.006)	27.16 (6.43)	-.878 (.381)	70.32 (18.61)	-.130 (.896)
	yes	11.28 (2.38)		27.99 (4.70)		70.67 (13.38)	
smoking	no	10.66 (2.97)	-3.449 (.001)	27.08 (4.64)	-3.471 (.001)	69.22 (13.21)	-2.099 (.037)
	yes	11.89 (2.17)		29.29 (5.43)		73.08 (15.27)	
religion	not have	10.74 (2.77)	-3.354 (.001)	27.41 (4.65)	-2.417 (.016)	68.21 (12.56)	-4.412 (.000)
	have	12.01 (2.56)		29.06 (5.47)		76.59 (15.87)	
Experience suicide attempt	no	10.99 (2.74)	-3.603 (.000)	27.73 (4.91)	-2.712 (.007)	70.09 (13.7)	-3.410 (.001)
	yes	14.50 (.53)		32.50 (3.74)		87.00 (16.03)	

3.5.2 일반적 특성에 따른 정신건강

대상자의 일반적 특성에 따른 정신건강 결과는 <표6>과 같다. 대상자의 나이($F=2.031$ $p=.022$), 계급($F=2.744$ $p=.044$), 자살경험이 있는 경우($t=-6.117$ $p=.000$)에 따라 적대감에 유의한 차이가 나타났다. 음주를 하는 경우보다 안하는 경우 강박증($t=3.851$ $p=.000$), 대인예민성($t=5.524$ $p=.000$), 우울증($t=3.817$ $p=.000$)이 정신건강이 낮은 것으로 나타났다. 흡연도 하는 경우보다 안하는 경우 대인예민성($t=4.090$ $p=.000$), 우울증($t=2.122$ $p=.035$)에서 정신건강상태가 낮은 것으로 나타났다(Table 6).

[표 6] 일반적 특성에 따른 정신건강

[Table 6] General characteristics of Mental Health

(N=250)

variables	category	Obsessive-compulsive		Interpersonal-Sensitivity		Depression		Hostility		Mental Health	
		M±SD	t/F (p)	M±SD	t/F (p)	M±SD	t/F (p)	M±SD	t/F (p)	M±SD	t/F (p)
age	19-20	9.33 (3.50)	.866 (.787)	4.00 (1.50)	1.016 (.136)	7.33 (2.78)	.172 (.339)	1.66 (1.32)	2.031 (.022)	22.33 (7.56)	.693 (.557)
	21-22	7.91 (5.31)		6.20 (4.61)		6.88 (5.91)		2.87 (3.98)		23.87 (16.98)	
	23-24	7.07 (4.80)		5.43 (4.68)		6.39 (5.83)		1.82 (2.18)		20.73 (15.70)	
	25-27	7.45 (4.56)		5.72 (4.75)		6.81 (4.55)		2.36 (2.50)		22.57 (16.25)	
rank	private	7.30 (5.96)	.574 (.633)	5.45 (3.91)	1.083 (.357)	6.65 (5.21)	1.917 (.127)	2.10 (2.97)	2.744 (.044)	21.50 (17.16)	1.024 (.382)
	private first class	7.66 (5.04)		5.89 (4.81)		7.17 (5.98)		1.79 (1.96)		22.53 (15.84)	
	corporal	7.85 (4.84)		6.06 (4.71)		6.63 (5.75)		3.07 (4.25)		23.63 (16.64)	
	sergeant	5.42 (5.34)		3.00 (.00)		1.85 (1.06)		2.71 (1.60)		13.00 (.00)	
drinking	no	10.80 (4.81)	3.851 (.000)	9.83 (5.69)	5.524 (.000)	10.29 (6.19)	3.817 (.000)	2.16 (2.00)	-.457 (.648)	33.09 (17.75)	3.972 (.000)
	yes	7.17 (4.92)		5.24 (4.11)		6.20 (5.48)		2.45 (3.46)		21.08 (15.46)	
smoking	no	7.72 (4.96)	.420 (.675)	6.68 (4.92)	4.090 (.000)	7.28 (5.82)	2.122 (.035)	1.96 (2.29)	-2.863 (.005)	23.67 (16.31)	1.421 (.156)
	yes	7.45 (5.21)		4.29 (3.43)		5.70 (5.42)		3.19 (4.48)		20.64 (15.96)	
religion	not have	7.66 (5.53)	.172 (.864)	6.05 (4.99)	1.274 (.204)	6.48 (6.26)	-.993 (.321)	2.23 (3.18)	-1.353 (.177)	22.43 (17.66)	-.213 (.831)
	have	7.54 (3.60)		5.23 (3.29)		4.09 (.48)		2.86 (3.58)		22.91 (12.04)	
Experience suicide attempt	no	7.54 (5.05)	-1.354 (.177)	5.82 (4.58)	.198 (.843)	6.58 (5.77)	-1.912 (.057)	2.19 (2.77)	-6.117 (.000)	22.16 (16.26)	-2.220 (.027)
	yes	10.00 (4.27)		5.50 (4.81)		10.50 (.53)		9.00 (8.55)		35.00 (8.55)	

[표 7] 일반적 특성에 따른 부대적응

[Table 7] General characteristics of Military Life Adjustments

(N=250)

variables	category	personal esprit		personal commitment		satisfaction with status and job		attitude to military enviroment		military life adjustments	
		M±S D	t/F (p)	M±S D	t/F (p)	M±S D	t/F (p)	M±S D	t/F (p)	M±SD	t/F (p)
age	19-20	6.00 (.86)	1.311 (.271)	7.33 (1.00)	2.719 (.045)	12.66 (2.17)	2.503 (.060)	29.00 (3.00)	10.310 (.000)	55.00 (6.06)	6.92 (.000)
	21-22	5.97 (1.54)		6.36 (3.49)		12.65 (3.49)		21.83 (5.94)		46.83 (10.26)	
	23-24	6.28 (1.34)		5.36 (2.71)		11.60 (3.42)		19.18 (5.34)		42.43 (8.31)	
	25-27	5.54 (2.11)		5.09 (3.38)		13.81 (3.73)		20.36 (5.81)		44.81 (14.12)	
rank	private	5.02 (1.25)	15.713 (.000)	5.40 (3.75)	2.239 (.084)	10.77 (2.48)	7.004 (.000)	22.42 (4.26)	9.014 (.000)	43.62 (8.29)	.596 (.618)
	private first class	6.31 (1.28)		5.61 (2.91)		12.10 (3.52)		21.98 (5.38)		46.02 (10.17)	
	corporal	6.10 (1.51)		6.37 (3.23)		12.81 (3.52)		20.27 (6.42)		45.56 (10.68)	
	sergeant	8.42 (.53)		7.85 (1.06)		16.28 (2.13)		11.42 (4.27)		44.00 (3.74)	
drinking	no	5.90 (1.44)	-.691 (.490)	6.96 (3.26)	1.872 (.062)	11.09 (2.16)	-2.097 (.037)	20.74 (7.08)	-.285 (.776)	44.70 (7.92)	-.401 (.689)
	yes	6.10 (1.49)		5.82 (3.16)		12.48 (3.58)		21.06 (5.78)		45.47 (10.26)	
smoking	no	6.11 (1.41)	.523 (.602)	6.05 (3.15)	.579 (.563)	12.44 (3.44)	.772 (.441)	20.89 (5.53)	-.473 (.637)	45.50 (9.79)	.249 (.804)
	yes	6.01 (1.60)		5.81 (3.27)		12.08 (3.51)		21.26 (6.63)		45.17 (10.39)	
religion	not have	5.99 (1.45)	-1.368 (.172)	5.64 (3.01)	-2.533 (.012)	11.98 (2.96)	-2.336 (.020)	20.99 (5.74)	-.140 (.889)	44.62 (8.39)	-1.901 (.058)
	have	6.27 (1.54)		6.76 (3.49)		13.11 (4.41)		21.11 (6.46)		47.26 (13.02)	
Experienc e suicide attempt	no	6.06 (1.43)	-.820 (.413)	5.96 (3.16)	-.029 (.977)	12.37 (3.41)	1.505 (.134)	20.94 (5.94)	-1.195 (.233)	45.34 (9.70)	-.320 (.749)
	yes	6.50 (2.67)		6.00 (4.27)		10.50 (4.81)		23.50 (5.87)		46.50 (17.63)	

3.5.3 일반적 특성에 따른 부대적응

대상자의 일반적 특성에 따른 부대적응 결과는 <표7>과 같다. 대상자의 나이가 적을수록 임무수행의지(F=2.719 p=.045), 환경의 태도(F=10.310 p=.045)가 높은 것으로 나타났으며, 계급이 높을수록

심신의 상태($F=15.713$ $p=.000$), 직책, 직무만족($F=7.004$ $p=.000$), 환경의 태도($F=9.014$ $p=.000$)에서 $p=.000$). 하부영역을 보면 건강과 책임($r=0.336$, $p=.000$), 영양($r=0.336$, $p=.000$), 운동($r=0.083$, $p=.000$), 스트레스관리($r=0.139$, $p=.000$), 대인관계지지($r=0.372$, $p=.000$), 자아실현($r=0.429$, $p=.000$)으로 매우 유의한 상관관계를 나타내며 건강증진행위를 잘 할수록 부대적응을 잘 하는 것으로 나타났다(Table 7).

3.6 건강증진 행위, 정신건강, 부대적응간의 관계

3.6.1 건강증진행위와 부대적응간의 관계

대상자의 건강증진행위와 부대적응간의 관계를 알아보기 위해 Pearson's Correlation Coefficient로 분석한 결과, 건강증진행위는 전체적으로 부대적응과 유의한 상관관계를 나타내었다($r=0.423$, $p=.000$). 하부영역을 보면 건강과 책임($r=0.336$, $p=.000$), 영양($r=0.336$, $p=.000$), 운동($r=0.083$, $p=.000$), 스트레스관리($r=0.139$, $p=.000$), 대인관계지지($r=0.372$, $p=.000$), 자아실현($r=0.429$, $p=.000$)으로 매우 유의한 상관관계를 나타내며 건강증진행위를 잘 할수록 부대적응을 잘 하는 것으로 나타났다(Table 8).

[표 8] 건강증진행위와 부대적응간의 관계

[Table 8] Pearson's correlation between health promotion behavior and military life adjustments

	health respon- sibility	nutrition	exercise	stress management	interpersonal support	self- actualization	health promotion behavior
military life adjustments	0.336 (.000)	0.336 (.000)	0.083 (.000)	0.139 (.000)	0.372 (.000)	0.429 (.000)	0.423 (.000)

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

3.6.2 정신건강과 부대적응간의 관계

대상자의 정신건강과 부대적응간의 관계를 알아보기 위해 Pearson's Correlation Coefficient로 분석한 결과, 정신건강은 전체적으로 부대적응과 유의한 상관관계를 나타내었다($r=-.383$, $p=.000$). 하부영역을 보면 강박증($r=-.332$, $p=.000$), 대인예민성($r=-.250$, $p=.000$), 우울증($r=-.391$, $p=.000$), 적대감($r=-.346$, $p=.000$)으로 매우 유의한 상관관계를 나타내며 정신건강이 좋을수록 부대적응을 잘 하는 것으로 나타났다(Table 9).

부대적응에 대한 독립변수들의 설명력을 파악하기 위해 다중회귀분석을 이용하였다.

분석결과, 건강증진행위의 하위영역인 건강과 책임, 영양, 운동, 스트레스관리, 대인관계지지, 자아실현과 정신건강의 하위영역인 강박증, 대인예민성, 우울증, 적대감의 상관관계수 $R=.676$ 으로 나타났다, 부대적응은 약 45.7%의 설명력으로 나타났다(Table 10).

[표 9] 정신건강과 부대적응간의 관계

[Table 9] Pearson's correlation between mental health and military life adjustments

	obesessive compulsive	interpersonal- Sensitivity	depression	hostility	mental health
military life adjustments	-.332 (.000)	-.250 (.000)	-.391 (.000)	-.346 (.000)	-.383 (.000)

[표 10] 모델 요약

[Table 10] Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R square	Std. Error of the Estimate	F	sig.
1	.676	.457	.434	7.517	20.128	.000

4. 논의

본 연구는 의경들의 건강증진행위, 정신건강, 부대적응간의 관계를 알아보고 연구의 제한점을 파악하여 의경들의 부대적응을 위한 건강증진프로그램개발에 대한 기초자료를 제공하기위하여 시도하였다.

의경의 건강증진행위 정도는 평균평점 4점 만점에 2.33점으로 나타났다. 이결과는 해군 군인의 2.83점보다도 낮으며[11], 육군 특수지역 근무군인의 2.49점보다도 낮게 나타났다[12]. 일반인을 대상으로 한 선행연구에서는 고등학생의 2.76점[13], 노인 2.9점[14], 남자대학생 2.69점[15]보다도 낮게 나타났다.

따라서 의경들은 타 집단에 비하여 낮은 수준의 건강증진행위를 나타내는 것으로 확인되었다. 이는 의경의 하위 영역별 건강증진행위 수행정도를 살펴보면, 자아실현 2.33점, 대인관계지지 2.22점, 이 가장 높았는데 이는[12]의 특수환경(GOP, GP)에서 근무하는 군인을 대상으로 한 결과 자아실현2.89, 대인관계지지 2.78보다도 낮게 나타났다. 특히 영양 1.12점이 가장 낮은 실천정도를 나타내었는데, [12]의 특수환경(GOP, GP)에서 근무하는 군인의 영양 2.43보다 낮은 이유는 의경의 비상시 근무 중 버스에서의 식사, 잦은 도시락식사와 규칙적이지 못한 식사시간이라고 생각되며 이는 의경의 특성을 반영한 건강증진프로그램을 통하여 영양을 증진시킬 수 있는 중재방안이 필요하리라 생각된다.

의경의 정신건강 하위영역을 구체적으로 군인과 비교해보면, 의경의 강박증이 7.62, 대인예민성이 5.81, 우울증이 6.71, 적대감이 2.41로 나타났으며, 공군을 대상으로 한 선행연구[13]에서는 강박증이 13.0, 대인예민성이 11.6, 우울증이 15.5, 적대감이 5.4로 공군보다 의경의 점수가 낮게 측정되

었다. 정신건강 점수는 낮을수록 건강이 좋은 상태이므로 이는 근무지의 위치가 군인과 비교했을 때, 대부분 시내에 있고 사회와 가족과의 교류가 가깝기 때문이라고 생각된다. 그럼에도 불구하고 2013년 경찰청(국정감사요구자료)조사에 따르면 2012년 자살2명, 복무이탈 13명, 자해1명과 2013년 구타 및 가혹행위 17건등이 발생하였다. 이러한 사건들은 부대환경에서 오는 스트레스에 대한 대처 및 관리가 적절하게 이루어지지 못하여 부정적 조건 속에서 만성적으로 스트레스가 누적되어 의경들의 부대적응에 문제가 발생하는 것으로 생각된다. 이에 적절한 스트레스 대처 및 관리를 위한 요구도 조사가 우선되어 의경들의 정신건강증진을 위한 노력이 시급하다고 사료된다.

의경의 부대적응은 대상자의 나이가 적을수록 ($F=2.719$ $p=.045$), 부대환경에 대한 태도($F=10.310$ $p=.045$)가 좋은 것으로 나타났으며, 계급이 높을수록 심신의 상태($F=15.713$ $p=.000$), 직책, 직무만족 ($F=7.004$ $p=.000$), 부대환경에 대한 태도($F=9.014$ $p=.000$)가 높은 점수로 나타나 부대적응을 잘하는 것으로 나타났다. 의경의 계급에 따라 일경, 상경, 수경, 이경 순으로 낮은 계급에서 적응을 하기 힘들어하는 것으로 나타났다. 의경을 대상으로 같은 도구를 사용한 [7]의 연구에서는 일경, 이경, 상경, 수경 순으로 나타나 결과적으로 근무연한이 3개월 이상인 일경이 부대적응을 가장 잘하고 있는 것으로 나타났다. 음주는 안하는 경우 보다 하는 경우가 부대적응을 잘 하는 것으로 나타났는데, 음주는 스트레스 해소 방안 선호도에 포함되어[16], 적당한 음주는 스트레스해소에 영향을 주고, 결과적으로 부대적응에 효과가 있는 것으로 생각된다.

의경의 건강증진행위와 부대적응과의 관계는 Pearson's Correlation Coefficient로 분석한 결과, 건강증진행위는 전체적으로 부대적응과 유의한 상관관계를 나타내었다($r=0.423$). 특히, 자아실현($r=0.429$, $p=.000$), 대인관계지지($r=0.372$, $p=.000$), 건강과 책임($r=0.336$, $p=.000$), 영양($r=0.336$, $p=.000$)순으로 매우 유의한 상관관계가 있어 건강증진행위를 잘 할수록 부대적응을 잘 하는 것으로 나타났다.

정신건강과 부대적응과의 상관관계는 Pearson's Correlation Coefficient로 산출하였다. 각 변인간의 상관도도는 <표9>에 제시하였다. 정신건강은 전체적으로 부대적응과 유의한 상관관계를 나타내었다($r=-.383$, $p=.000$). 하부영역을 보면 강박증($r=-.332$, $p=.000$), 대인예민성($r=-.250$, $p=.000$), 우울증($r=-.391$, $p=.000$), 적대감($r=-.346$, $p=.000$)으로 매우 유의한 상관관계를 나타내며 정신건강이 좋을수록 부대적응을 잘 하는 것으로 나타났다. 특히, 우울이 가장 높은 상관관계를 나타내었는데 이는 병사를 대상으로 연구한 [9]의 결과에서 우울증($r=-.45$)이 군 생활적응에 가장 유의한 관계를 나타낸 결과와 맥락을 같이한다. 우울증상은 근무지 이탈, 구타 및 가혹행위 등 많은 비행으로 이어질 가능성이 있으므로[17], 부대부적응자의 문제는 전체 의경의 문제로 까지 확대되므로 특히, 우울증상이 있는 의경의 부대적응을 돕는 것이 매우 중요하다고 생각된다.

부대적응에 대한 독립변수들의 설명력을 파악하기 위해 다중회귀분석을 이용하여 분석한 결과, 건강증진행위의 하위영역인 건강과 책임, 영양, 운동, 스트레스관리, 대인관계지지, 자아실현은 유의한 양의 상관관계를 보였고, 정신건강의 하위영역인 강박증, 대인예민성, 우울증, 적대감은 유의한 음의 상관관계를 보였다($p<.001$). 또한 건강증진행위와 정신건강의 변수는 약 45.7%의 설명력이

있는 것으로 나타났다. 이는 청소년을 대상으로 한 연구[8]이지만, 정신건강이 환경/일반적응에 유의한 상관관계가 있다고 나타나 본 연구와 동일한 결과임을 확인할 수 있다.

의경의 건강증진행위가 다른 대상자들에 비해 낮고, 정신건강은 우울이 부대적응에 가장 영향을 주는 변인으로 나타나 의경의 부대적응 도모를 위해 건강증진행위 개선과 우울증과 같은 정신증상 감소를 위해 체계적인 건강증진프로그램 운영이 필요하다.

본 연구의 제한점은 다음과 같다.

첫째, 일 지역 의경만을 대상으로 하였으므로 모든 의경의 건강증진행위, 정신건강, 부대적응의 관계로 일반화하여 해석할 수 없다.

둘째, 본 연구에서 다룬 건강증진행위, 정신건강, 군 생활적응은 대상자의 주관적 판단을 자가 보고식 질문에 표현한 것에 국한된 것이다.

5. 결론

본 연구는 한국에서 복무중인 의경의 건강증진행위, 정신건강, 부대적응과의 관련성을 확인하고, 그 관련요인을 확인한 연구이다. 연구결과와 다르게 군 복무보다 편하다는 잘못된 인식으로 사회적 관심으로부터 소외되어있는 의경의 건강증진행위 및 정신건강과 부대적응과의 관계를 연구한 점에 의의를 두고, 향후 의경의 부대적응을 위해 많은 영향을 주는 우울증, 적대감, 강박증과 같은 정신건강 문제를 미리 발견하고 건강증진행위를 파악하여 의경의 부대특성에 맞는 적절한 프로그램 개발을 위한 기초자료를 제시한 조사연구이다.

본 연구결과는 의경의 원만한 부대적응을 위하여 부대적응과 상관관계가 높은 요인인 건강증진 행위 중 특히, 자아실현과 대인관계지지를 잘 수행하도록 중재하고, 복무기간 동안 우울증, 적대감, 강박증상이 나타나지 않도록 환경 조성을 위한 교육과 지지 프로그램을 개발하여 중재한다면 의경의 부대부적응의 문제를 줄이고, 부적응 해결방안을 모색하는데 유용하게 적용 할 수 있으며, 또한 의경 관리에 활용토록 함으로써 국가치안업무의 효과적인 수행에 기여할 수 있다고 사료된다.

References

- [1] Oh, Y. H. Adjustment States of Students of Duksung Women's University and Variables which Influence Them. Duksung Women's University's Theses (1994), Vol 32, pp.97-117.
- [2] Stouffer, S. A., Suchman, E. A., Devinney, L. C., Star, S. A., & Williams, R. M. Jr. THE AMERICAN SOLDIER : Adjustment During Army Life : military affairs/aerospace historian publishing manhattan, kansas, 66506, (1949).
- [3] Kim, S. G. The Study on the Improvement and Some Problems of the Combat Police and Auxiliary Police Policy. Wonkwang University. The Institute of Police Science (2011), Vol 6, No.1, pp.265-283.
- [4] Han, I. Y., Koo, S. S. Mediating Effects of Psychological Weakness between the Soldiers Internet Addiction and Their Military Adjustment. Journal of the Korea Contents Association (2012), Vol 1. No.7, pp.314-322.
- [5] Um, D. H. A Study on the Factors Affecting Adjustment of Soldiers in the Military Service. Social Work Practice (2012), Vol 1. No.0, pp.31-61.
- [6] Jung, S. A. Study about the stress factors of Military and Auxiliary Police. The Journal of Police Science Korea National Police University (2012), Vol 12, No.1. pp.175-196.
- [7] Yang, Y. J. The Mediating Effect of Resilience in the Relationship between Unit Life Stress and Adaptation of Auxiliary Policeman. Jeju University a master's thesis (2012).
- [8] Kim, K. M. The Effect of Mental Health on School Adjustment of North Korean Refugee Youth. Wonkwang University a master's thesis (2013).
- [9] Jung, E. J. The effects of soldier's mental health and stress coping behaviors on military adaptation, Master's thesis. Dongshin University a master's thesis (2012).
- [10] Kim, S. Y. A Study on the sports injury of auxiliary police. Kyungwon University a master's thesis (2007).
- [11] Lee, J. Y., Kim, K. M. The Factors Related to Health Promotion Behavior of the Korean Navy. Journal of the Korean Data Analysis Society (2015). Vol 17, No.3, pp.1653-1666.
- [12] Lee, J. Y., Park Y. H. A Soldier stress and health promotion behavior of soldiers in specific environment(GOP, GP), Journal of Militry Nursing Research (2012). Vol 30, No. 2, pp.44-59.
- [13] Han, S. U. Family Function and Health Promoting Behavior Perceived by High school students, Ajou University a master's thesis (2010).
- [14] Lee, S. M. Depression and life satisfaction of elderly health impact of actions. Kwangshin University a master's thesis (2014).
- [15] Woo, C. H., Kim, S. A., Jang, J. S. The Influence of Characteristics of Intranet U sage and Interpersonal Relation Dispositionon Mental Health among Air Force Soldiers. Journal of militry nursing research (2011). Vol 29, No.1, pp.110-123.
- [16] Park, Y. M. A Study on Policy to Relieve Fire-fighting Officers' Occupational Stress. Kyonggi University a master's thesis (2012).
- [17] Jung, E. J. The effects of soldier's mental health and stress coping behaviors on military adaptation, Master's thesis. Dongshin University a master's thesis (2012).