

군 장병의 그릿 및 주관적 안녕감이 자기결정성에 미치는 영향에 있어 회복탄력성의 매개효과

배동훈*

서울벤처대학원대학교 사회복지상담학과 박사과정

변상해**

서울벤처대학원대학교 사회복지상담학과 교수

국 문 요 약

본 연구는 군 장병들의 자기결정성에 영향을 미치는 변인을 선정하고 회복탄력성의 매개효과를 알아보려고 한 박사학위논문의 요약본이다.

연구를 위해 전국 육군 8개 부대 장병 898명을 대상으로 자기결정성의 관련 변인을 측정하기 위한 설문을 실시하였다. 설문 결과는 통계분석을 시행하였는데, 매개효과 검증에 독립변인으로 그릿과 주관적 안녕감을, 종속변인으로 자기결정성, 매개변인을 회복탄력성으로 하는 3단계 회귀분석을 실시하였다.

연구 결과, 군 장병들의 일반적인 특징에서 성별과 회복탄력성 교육참여 여부는 각 변인에 유의한 차이를 보이지 않았고, 연령은 27세 이상, 계급은 부사관이 모든 변인에서 높은 수치를 보였다. 그릿과 주관적 안녕감의 하위요인들은 자기결정성에 모든 하위요인에 다소 높은 정적 상관관계와 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 그릿과 주관적 안녕감의 하위요인들은 회복탄력성의 모든 하위요인보다 전반적으로 높은 정적 상관관계를 보였고, 전반적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회복탄력성의 하위요인들은 자기결정성의 하위요인 전반에 상관관계를 가졌으며, 부분매개효과를 확인했으나 일부요인은 기준을 충족하지 못하였다.

결론적으로 군 장병들에게 지속적인 관심과 꾸준한 노력을 기울일만한 동기부여가 무엇보다 필요하며, 군 장병들의 성공적인 자기결정력 성장을 위해서는 자율성 증진과 원활한 대인관계 환경 제공을 통한 그릿과 주관적 안녕감의 요인들의 충족이 필요함을 알 수 있었다. 또한 장병들의 회복탄력성 능력 향상을 위한 그릿과 주관적 안녕감 증진은 장병들의 자기결정성 증진에 기여할 주요 수단임을 알 수 있었고, 장병들의 주관적, 긍정적 심리상태와 자신 삶의 만족을 위한 주관적인 능력 증진을 위해서는 그릿 및 주관적 안녕감과 회복탄력성이 주요한 에너지로 활용될 수 있음을 추론할 수 있었다.

핵심어: 후기청소년, 그릿, 주관적 안녕감, 자기결정성, 회복탄력성

1. 서론

군에 입대한 장병들은 상대적으로 자유롭던 사회생활과 비교되면서 낯선 환경의 군 생활로 인해 적지 않은 혼란과 부적응 문제를 경험하게 된다. 하지만 대부분은 그 기간을 잘 견뎌낸다. 그렇게 대한민국의 헌법 제39조 1항과 병역법 제3조에 의거하여 주로 후기청소년, 성인 초기에 해당하는 남성들은 국방의 의무를 감당하고 있다.

최근 군에서는 이러한 군 복무 중인 후기청소년들의 내면을 다스릴 필요를 공감하고 군 인성교육 강조와 인성함

양 프로그램의 개발과 교육에 주목하고 있다(김남석, 2021). 하지만 아직까지 군 인성교육의 중요성만 강조되고 있고, 교육대상에 부합되는 차별화된 교육내용과 교육효과 측정 및 환류를 위한 객관화된 평가와 진단도구 준비는 미흡한 실정이다(이중문, 2019).

후기청소년들은 독립된 성인으로서의 진입을 앞두고 정신적으로 예민해진 시기적 특성이 반영된 결과들을 보인다(Amett, 2015). 한국청소년상담복지개발원(2017)은, 우리나라 후기청소년은 불확실한 자아정체감과 가족·친구·이성관계의 문제를 가지고 있다고 하였다. 또한 경제 불황, 청년

* pulnmaum@naver.com

** jm9004@svu.ac.kr

실업과 같은 구조적 현상으로 생기는 취업 및 진로문제와 알코올과 인터넷 중독 같은 심리적 불안정감과 스트레스 문제도 가지고 있다고 하였다.

병무청(2020)의 자료에 따르면, 군 복무 중인 후기청소년 중 심리적·육체적 요인으로 현역복무 부적합 심사가 건의된 병사가 2016년부터 2020년 8월까지 27,937명이었는데, 대상자 중 27,274명이 현역복무 부적합 판정으로 조기 전역하였다. 그 중 78%인 21,274명이 군 생활 적응 곤란과 심리적 요인으로 전역하였는데, 그 수가 매년 증가하는 추세라고 하였다.

2020 청소년종합실태조사에서는, 9-24세의 청소년들에게 코로나19 이후의 변화에 대해 설문을 통해 다양한 응답을 취합하였다(여성가족부, 2021). 부정적인 변화를 경험했다는 응답이 전반적인 생활에서는 36.7%, 학교관계에서는 49.8% 사회신포 부분은 48.4% 진로·취업 전망에 대해서는 50.3%, 친구관계 26.2%, 가족관계는 10.8%로 집계되었다. 이러한 결과는 코로나19로 인해 후기청소년들에게 부정적 사고가 증가하였고, 지난 3년 간 후기청소년들의 주관적 안녕감 정도 혹은 행복한 삶의 정도가 지속적으로 감소한 것으로 볼 수 있다.

그릿(Grit)은 뚜렷한 목표를 일관되게 유지하고 장기간 노력해야 하는 후기청소년들에게 자신의 목표에 알맞은 방법을 선택하고 달성하는 데 긍정적인 영향력을 미치는 요인이다. 미국의 덕워쓰 등(Duckworth et al., 2007)에 의해서 소개되었다. 그들은 개인의 선천적 지능과 재능이 비슷함에도 남들보다 뛰어난 성공을 이룬 사람에게 공통적 특징으로 ‘그릿’을 개념화하였다.

그릿에 관한 선행연구들을 보면, 그릿은 육군사관학교 학생의 사관학교에서의 유지율(retention)에 높은 상관을 보인 것으로 나타났다(Duckworth et al., 2007). 덕워쓰와 퀸(Duckworth & Quinn, 2009)은 그릿이 탁월한 수준의 성취를 낸 사람들에게 나타나는 특성으로 사관학교의 지옥 훈련의 완수, 전국 철자법 대회에서의 우승 등과 높은 상관이 있다고 하였다. 이를 통해 성공한 사람들의 공통점으로 그릿을 강조하며 주어진 환경에 적응하고 성과를 내는 요인 즉, 지속적이고 꾸준한 노력인 그릿에 관심을 가지게 되었다(Ray & Brown, 2015). 이와 같은 연구에서 중요한 군 생활 적응의 예측요인으로 확인된 그릿은 성공을 미리 예측하는 변인으로써 긍정적 적응 관련 요인으로 고려할 수 있다(김정은, 2017).

김주환(2013)은 그릿을 자신이 세운 목표를 성취하기 위하여 열정을 가지고 어려움을 극복하며 지속적인 노력을 기울일 수 있는 마음의 근력이라고 하였다. 김정은(2013)은 “장기적인 목표를 위한 노력과 열정”이라고 그릿을 정

의하면서, 병사가 전역 후 자신의 진로 선택을 위해 수행해야 하는 행동은 실질적인 노력, 목표를 달성하기 위해 개인이 갖는 열정을 통해 합리적인 진로를 선택할 수 있다고 하였다.

레이와 브라운(Ray & Brown, 2015)은 성공한 사람들의 공통점으로 그릿을 강조하면서, 지속적이고 꾸준한 노력이 주어진 환경에 적응하고 성과를 내는 요인이라 하였다. 그릿이 성공을 예측하는 개인의 중요한 특성으로 확인되면서 그릿과 각 분야의 성취의 관계에 대한 연구가 진행되고 있다.

그릿과 함께 군과 관련해서 연구가 증가하는 분야는 주관적 안녕감(Subjective Well-Being)이다. 자기결정성 이론을 연구하는 Ryan & Deci(2000b)에 의하면 모든 삶의 영역에서 자율성, 유능성, 관계성을 체험하는 기회를 갖는 것이 삶의 질 혹은 웰빙(well-being)을 향상시키는데 필수적이라고 주장하였다. 주관적 안녕감(Subjective Well-being)은 행복에 관한 연구에서 발전한, 자신의 삶을 긍정적으로 인식하는 주관적 심리상태를 의미하는 것으로 후기청소년의 심리적 안정에 영향력이 큰 요인이다. 이 주관적 안녕감은 인지적 요인인 삶의 만족도(life satisfaction)와 정서적(affective) 요인인 긍정 정서(positive affection)와 부정 정서(negative affection)로 이루어진다(Diener et al., 1999; Diener & Lucas, 2004).

선행연구자들은 주관적 안녕감과 관련하여 ‘행복한’ 사람들은 더 건강하고 오래 살며 사회적 관계가 더 좋고, 업무 성과가 더 낫다는 결과를 확인하였다. 즉 주관적 안녕감이 높은 사람들은 만성적으로 스트레스를 받고, 억압되거나 화난 사람들에 비해 더 건강하고 효율적으로 기능을 한다는 것이다(Cowen et al., 1977).

최근 군에서는 자기결정성(Self-determination)이 장병들의 군 생활에 미치는 영향력에 대한 관심이 증가하고 있다. 권준영(2022)은 그의 연구에서 개인이 무엇을 어떻게 할 것인지를 결정해야 할 때 누군가의 통제를 받아서 하는 경우에는 자율성 욕구가 좌절 되어진다고 하였는데, 자율성 욕구는 자기결정성 이론의 주요한 하위요인 중의 하나이다. Ryan & Deci(2000)는 자기결정성을 자율성, 유능성, 관계성에 근거한 인간의 동기모형으로, 이 요인들의 유기적 통합은 자기결정을 강조하는 동기과정에서 중요한 역할을 하고 있다고 하였다.

자기결정성(Self-Determination)은 후기청소년들이 외부의 영향과 간섭없이 자율적으로 선택하는 성인이 되기 위한 성장에 매우 중요한 요인이다. 데시(Deci, 1980)는 자율적인 의지와 통제된 의지를 구분하기 위해 ‘자기결정성’이라는 용어를 사용하였다. 즉, 자신의 행동에 대해 스스로

조절 및 통제할 수 있다고 느끼는 정도를 자기결정성이라고 하였다.

심재명(2016)은 자기 결정성이란 외적 압력에 대하여 자기 내면에서 스스로 선택하고 지각하여 결정하는 능력이라고 하였고, 황혜원·김봉환(2019)은 자신이 일하고 있는 환경에서 어떠한 압력이 아닌 스스로의 의지에 의해 선택하여 결정하는 행위라고 하였다.

군 장병들의 인성함양을 위한 다양한 프로그램에서 활용되고 있는 것이 회복탄력성(Resilience)이다. 군 간부를 대상으로 한 연구에서도, 군 간부의 회복탄력성은 개인의 다양한 노력으로 충분히 변화할 수 있는 변인으로 밝혀졌다(이주영, 2014). 연미선·문재우(2018)은 장병들이 군 생활에 있어 자신이 가지고 있는 회복탄력성을 적절하게 발휘하고 개발할 수 있다면 군대에서 받는 스트레스를 줄이는데 활용이 가능할 것이라 하였다.

회복탄력성에 대한 연구는 1970년대 이후 서구의 심리학자나 정신질환 연구자들에 의해 역경과 심리적 스트레스에 노출되었음에도 불구하고 정서적, 심리적으로 건강한 성인으로 성장한 사람들에 대한 관심에서 시작되었다(이나영, 2014). 회복탄력성은 연구의 방향성에 따라 ‘자아탄력성’(Block & Kremen, 1996), ‘적응유연성’이라고도 한다(김봉환, 2010; 최진용, 2017).

회복탄력성은 주로 심리적으로 부정적인 영향을 주는 사건이나 군 생활 등 환경적인 어려움을 경험하게 된 사람들의 부적응 완화 매개요인 연구(송정애 외, 2014; 신현숙, 2014; 안진희, 2016)와 다양한 회복탄력성 향상 프로그램 개발 연구(오현숙, 2019; 김은희, 2021)가 이루어지고 있다.

본 연구는 자기 진로 결정에 어려움을 느끼고 있는 군 복무 중인 후기청소년들에게 주목하였다. 회복탄력성이라는 매개를 통하여 그릿과 주관적 안녕감이 가진 긍정적 영향력이 효과적으로 자기결정성 증진에 영향을 미칠 것을 가정하였다. 선행연구에는 회복탄력성을 매개로 하는 연구는 다수 있지만, 후기청소년을 대상으로 하여 자기결정성의 향상을 목적으로 그릿과 주관적 안녕감, 회복탄력성의 관계를 통합적으로 분석한 연구는 미비한 실정이다.

본 연구는 군 복무 중인 후기청소년의 내면적 건강성을 살펴볼 수 있는 그릿 및 주관적 안녕감이 자기결정성 향상에 미치는 영향을 밝히고, 회복탄력성의 매개효과를 검증하고자 한다. 이 과정에서 후기청소년들이 경험하고 있는 심리·정서적 문제들에 대한 이해를 높이고 자기결정성의 향상에 있어 그릿 및 주관적 안녕감과 회복탄력성의 중요성을 밝히고자 한다.

본 연구의 결과는 군 복무 중인 후기청소년의 심리적 자원에 관련된 정보를 구체적으로 제공하고, 병영문화를 개

선하기 위한 정책 수립과 군 복무 중인 후기청소년 대상 상담 및 교육프로그램에 대한 개발 및 정책적 제안과 실행에 기여할 것으로 사료된다.

II. 이론적 배경

2.1. 그릿

그릿(GRIT)은 덕워스 등(Duckworth et al., 2007)에 의해서 처음 소개된 개념이며 ‘장기적인 목적을 달성하기 위한 지속성과 열정’을 의미한다(Duckworth & Gross, 2014). 성장(Growth), 회복탄력성(Resilience), 내재적 동기(Intrinsic Motivation), 끈기(Tenacity)의 앞글자를 따서 만든 단어로 장기적 목적에 대한 관심과 노력은 개인 차원(Duckworth et al., 2007; Eskreis-Winkler et al., 2014; 정현 외, 2018)과 조직 차원(Thomas et al., 2018)으로 나뉘고 있다.

덕워스 등(Duckworth et al., 2007)이 그릿을 ‘기적인 목적을 달성하기 위한 지속성과 열정’으로 정의한 이후 다수의 연구자들은 덕워스(Duckworth)가 제시한 정의를 지지하고 있다. 그릿에 대한 학자들의 정의를 살펴보면, 그릿이란 힘든 환경 속에서도 고군분투하고 기꺼이 위험을 감수하는 강한 투지, 목표를 향한 끊임없는 노력, 도전을 당연하게 받아들이며 어려운 일을 성취하기 위해 열정과 인내를 갖는 것의 결과로 보았다(Thaler & Koval, 2015). 또한 계속하고자 하는 능력, 성장에 대한 헌신, 일관성, 투지, 성공을 향해 전진하기, 탁월함에 대한 열정, 개인적 전념 등과 연관이 있는 것으로 정의하기도 하였다. 이들은 지능과 기회가 같더라도 다른 동료보다 상대적으로 더 높은 성취를 하는 사람들이 가진 일반적인 특성에서 ‘그릿’이라는 개념을 찾아냈다(De Vera, et al., 2015).

김주환(2013)은 그릿이 목표로 하는 일에 열정을 다하고 많은 어려움을 극복하면서도 지속적으로 노력이 가능할 마음의 근력이며 자신이 설정한 목표를 지속해서 노력할 수 있는 능력이라고 하였다. 김성철(2019)은 그릿을 ‘장기적이며 도전적인 목표에 대한 관심과 흥미를 지속적으로 유지하면서 어렵거나 도전적인 상황이 주어지더라도 포기하지 않고 끝까지 노력을 하여 목표를 성취하는 것’으로 정의할 수 있다고 하였다.

릿에 관한 초기 연구는 사관학교에서의 고되고 힘든 훈련의 완수, 전미철자법 대회에서 우승 등 전문가들이 보여주는 탁월한 수준의 성취들처럼 대부분이 성공적 수행과의 관계에 대한 연구가 주를 이루었다(Duckworth et al., 2007). 이후 아동과 청소년들의 학업성취(Rojas, et al.,

2012), 대학생들의 학점 평균(Akos & Kretchmar, 2017; Duckworth & Quinn, 2009; Strayhorn, 2014), 성인들의 교육 연한(Duckworth et al., 2007) 등이 그릿과 유의한 상관성이 있음이 지속적으로 보고되었다.

국내 선행연구의 경우에는 대부분의 연구가 덕워스(Duckworth)의 구분을 활용하고 있는데, 김윤섭(2019)과 오은희(2020)는 그릿의 구성요인으로 관심의 일관성, 노력의 꾸준함을 구분하였다. 이분려(2020)는 지속적 관심의 열정, 꾸준한 노력의 끈기, 흥미의 지속성으로 구분하였고, 김성철(2019)과 이선영(2020)은 흥미유지, 노력지속으로 구분하였다.

덕워스 등(Duckworth et al., 2007)이 재능있는 생도후보생 임에도 웨스트포인트(미육군사관학교) 정식으로 이전의 하계훈련에서 오래 견디지 못하는 이유에 대한 연구에서, IQ 나 고교성적보다 하계훈련 통과 여부를 알려주는 중요한 예측요인이 그릿이었음이 판명되었다. 이는 그릿이 군을 연구하는 데에 매우 적합한 요인임을 말해주고 있지만, 우리나라에서는 본 연구와 같이 그 대상을 군 복무 중인 후기청소년으로 한정된 연구는 아직 미비하다.

이수란(2015)이 그의 연구에서 군사훈련 수료와 그릿이 높은 정적 상관성이 있음을 보고하였고, 김정은(2017)이 그릿은 병사의 군생활 적응과 높은 정적상관을 보인다고 하였다. 김윤섭(2019)의 연구에서는 공군비행훈련에서 수료예정 학생조종사의 그릿 평균이 중도탈락자보다 훨씬 높이나 나타나 수료예정자와 중도탈락자 간의 비인지적 특질에서 유의미한 차이가 있음이 검증하였다. 백충렬(2020)은 그릿은 군 생활 적응에 정적인 영향을 미치며, 그릿의 하위요인인 꾸준한 노력은 정적인 상관관계가 있다고 하였다. 군과 관련된 그릿에 대한 연구는 조금씩 증가하고 있는 것으로 보인다.

본 연구에서는 장기적인 목표를 위한 노력과 열정으로 표현하는 그릿이 군 복무 중인 후기청소년들에게 군 생활 적응 여러 부분에 있어 예측 가능한 변인이 될 수 있기 때문에 이에 대한 연구가 필요하다

2.2. 주관적 안녕감

주관적 안녕감(Subjective Well-Being)은 개인이 자신의 삶에 스스로 내리는 심리적이고 주관적인 평가를 의미한다(Diener, 2000). 주관적 안녕감은 주어진 삶의 정황에 대한 생각과 경험으로부터 느껴지는 정서적 요인(affective)과 개인의 삶에 대한 만족으로 나타나는 인지적 요인(cognitive)으로 구성되어 있다. 인지적 요인인 삶의 만족도는 자신의

현재 상황과 적절한 기준으로 여겨지는 상황을 비교하여 평가하는 것으로 개인의 생활에 대한 만족을 평가하는데 기본이 된다(Diener, 1984). 정서적 요인은 다시 긍정정서와 부정정서로 구분되는데, 긍정정서는 개인의 전반적인 생활에서 느껴지는 기쁨, 즐거움, 만족감, 행복감 등의 하위요인으로 구성되어 있다. 부정정서는 슬픔, 우울, 분노감 같은 신경이 곤두선 상태가 포함된 감정을 의미한다(Diener, 1984, 1994). 따라서 어떤 사람이 자신의 삶이 만족스럽다고 평가하고, 긍정적 정서를 자주 경험하고 있고, 부정적 정서를 드물게 경험하고 있다고 지각한다면, 그 사람은 높은 주관적 안녕감을 가지고 있다고 말할 수 있다(Diener et al. 2003).

주관적 안녕감 용어는 학자들마다 상이하게 사용하고 있지만 일반적으로는 행복감, 심리적 안녕감, 안녕감, 삶의 만족, 긍정정서 등이 활용되고 있는데, 대체로 개인이 자신의 삶을 긍정적으로 경험하는 주관적인 심리상태를 의미하고 있다(심체은, 2012). 권석만(2015)은 주관적 안녕감에 대해 개인이 자신의 삶을 만족스럽게 느끼는 주관적인 상태로서, 즉각적인 만족을 중시하면서 고통을 최소화하는 것이라고 하였다. 주관적 안녕감이 높은 사람은 낮은 사람보다 성장과 발전에 필요한 개인적 자원을 많이 형성하여 이후 삶에서 더 큰 성공을 보일 가능성이 높다(구재선·서은국, 2016). 또한 주관적 안녕감은 개인의 삶 가운데 얼마나 의미 있는 경험을 많이 하느냐에 따라 달려 있으며, 개인이 접하는 긍정 경험의 총합으로 판단할 수 있다(남승규, 2017). 즉 개인이 주관적으로 경험하는 긍정적인 심리상태와 자신의 삶에 대해 만족스럽게 느끼는 주관적인 삶의 개념을 의미하는 것이다(홍혜선, 2017).

백혜영(2018)은 긍정·부정의 정서는 객관적인 상황들에 대한 개인의 정서적인 반응을 의미하고, 개인의 정서적 반응은 인지 내적인 과정보다 그 결과로 유발되는 정서적 반응에 초점을 둔다고 하였다. 즉 즐거움이나 기쁨, 유쾌함, 편안함과 같은 긍정 정서와 슬픔이나 우울, 분노, 수치심 등의 부정정서와 비교하여 얻어지는 전반적인 평가로 설명한다는 것이다. 심명자(2019)는 주관적 안녕감은 사회·경제적 요인과 같은 객관적 조건에 의해 판단되기보다 자신의 주관적 판단에 의해 삶의 만족도가 결정되어진다고 하였다.

개인이 자신의 삶에 대해 만족하고 일상생활에서 부정적 정서보다 긍정적 정서를 더 많이 경험한다면 주관적 안녕감이 높다는 차원에서, 긍정정서를 많이 경험하고 부정정서를 거의 경험하지 않는다면 행복한 사람이라고 명명할 수 있다. 이러한 의미에서 주관적 안녕감은 삶에 대한 의식적이고 인지적인 판단을 수반하는 삶의 만족도이며, 행

복감 정도를 나타내는 것이라고 할 수 있다.

장병들과 관련된 주관적 안녕감에 대한 연구는 매우 적은 편이지만, 윤혜선(2012)의 전투경찰 및 의무경찰로 복무 중인 장병들을 대상으로 Happy Art Therapy(HAT)가 그들의 주관적 안녕감과 군 생활 스트레스 및 적응 등에 미치는 영향에 대한 연구와 Burrell(2003)이 미군을 대상으로 수행한 연구에서 군 조직에서 개인이 부대에 통합되는 정도가 주관적 안녕감과 군에 계속 복무하려는 의도에 긍정적인 영향을 미친다는 연구, 그리고 Caroline(2004)이 격리된 지역에서 작전을 수행하는 영국군을 대상으로 수행한 연구에서 개인 차원에서는 스트레스 대처능력이 심리적 안녕감을 증진시켰고, 조직 차원에서는 부대원들에게 받는 사회적 지지가 심리적 안녕감을 증진하게 한다고 한 연구는 주관적 안녕감이 장병들의 적응과 임무수행 능력에까지 영향을 미친다는 것을 증명하고 있다고 할 수 있다.

2.3. 자기결정성

자기결정성 이론(Self-Determination Theory: SDT)은 Deci(1975)의 유기적 통합이론(Organismic Integration Theory)과 인지평가이론(Cognitive Evaluation Theory)을 통합 및 체계화함으로써 시작되었다. 자기결정성은 동기(motivation)와 관계된 핵심적인 이론인데, 동기관 인간이 행위를 일으키게 하는 심리적인 요인을 말한다. 동기를 유발하는 요인에 따라, 인간이 행위를 실행하게 하는 요인이 이익이나 보상과 같이 개인 외부에 있는 것으로 보는 외적 동기와 자신의 즐거움과 흥미와 같이 개인 내부에 있는 것으로 보는 내적 동기로 구분된다.

자기결정성의 기본 가정은 ‘자기’라는 개념을 중심으로 하는 이 내적동기가 핵심이 된다. Ryan & Connell(1989)은 자기결정성이란 개인의 행위에 있어 선택의 자율성이 얼마나 있는지를 의미한다고 하였고, Vallerand et al.(1997)는 스스로의 행동에 대한 자율적인 동기의 높고 낮음이 성취도의 높고 낮음을 결정한다고 하였다. Ryan & Deci(2000)는 자기결정성을 인간의 본능적인 욕구와 관련하여 발생하는 행동들을 동기적인 측면에서 접근하는 이론이라고 하였다. 김아영(2002)은 개인이 얼마나 자신의 자율성이 보장된다고 지각하는지, 얼마나 행동을 조절 및 통제할 수 있다고 생각하는지에 따라 내적동기의 수준이 결정된다고 하였다. 또한 장유정(2015)은 자기결정성은 외적인 강요, 힘과 압력에 의해서가 아닌 스스로 선택하고 그 선택에 따라 결정하는 능력이라고 하였고, 권영순(2019)도 개인 스스로에게 중요한 가치를 부여하며 스스로 자신의 행동

을 결정하게 하는 능력이라고 하였다.

Ryan & Deci(2007)가 정립해 온 자기결정성 이론(SDT)에는, 인지평가이론(Cognitive Evaluation Theory: CET), 유기체통합이론(Organismic Integration Theory: OIT), 인과지향성이론(Causality Orientations Theory: COT), 기본욕구이론(Basic Needs Theory: BNT), 목표내용이론(Goal Content Theory: GCT), 관계동기이론(Relational Motivation Theory: RMT)이라는 여섯 가지 미니이론을 포함하고 있다(Ailly & Blokhuis, 2018). 그중 가장 바탕이 되는 이론이 ‘기본욕구이론’이라고 하였다. 기본욕구이론은 인간의 기본욕구를 세 가지로 보았는데, 자율성(autonomy)에 대한 욕구, 유능성(competence)에 대한 욕구 그리고 관계성(relatedness)에 대한 욕구로 구성되었다고 하였다. 김아영(2010)은 기본욕구가 개인의 성장과 발달을 지원하거나 방해하는 환경적 특성을 이해하는 데도 필수적이라고 하였고, 박세연(2016)은 인간이 자유롭게 자기결정적인 행동을 하기 위해서는 이 세 가지 욕구가 필수적으로 충족되어야 한다고 하였다. 이성택(2018)도 이 욕구가 다른 사람 내지는 환경과의 상호작용을 하는 융통성을 의미하며, 내적 동기를 촉진하거나 저해하는 사회적 요인과 환경적 요인에 초점을 둔다고 하였다.

자율성은, 인간이 외부의 억압이 있을 때에도 자신의 가치와 흥미를 위하여 스스로 자신의 행동을 조절하는 조절자로서, 스스로 행동의 주체자로 생각하고 결정하고 행동하기를 원하는 욕구를 의미한다(Ryan & Deci, 2000b). 자율성은 수많은 연구에서 다루어지는 핵심 심리변인이다(정연규, 2012). 유능성은 사회적 환경과 상호작용 속에서 개인의 능력을 발휘하여 효율적으로 주어진 임무를 수행하려고 하는 욕구를 뜻한다(Deci & Ryan, 1985). 관계성은 타인과 관계를 맺으면서 산다는 느낌을 말하는데, 사람은 타인이 자신을 배려한다고 느끼며, 타인과 관련되어 있다고 느끼고, 타인에게 관심을 갖고 자신이 어떤 사회에 소속감을 느끼고 싶어하는 욕구를 갖고 있다(Ryan & Deci, 2000a). 이 관계의 정도에 따라서 개인의 행복의 질이 결정될 수도 있다(Amorose & Anderson-Butcher, 2007).

군 장병들은 상급자의 명령을 따라야 하는 특수한 환경 가운데 있어, 개인의 자율성과 유능성 그리고 관계성이 충분히 간과될 여지가 있다(김옥란 외, 2013). 그러나 상급자의 명령이지만 자신이 주체적으로 행동을 결정하는 자율성, 잘 수행해낼 능력인 유능성, 그리고 다른 사람을 고려해 행동하는 관계성을 포함하는 자기결정성은 군 장병들에게 주요한 심리·정서적 자원이 분명하다.

2.4. 회복탄력성

삶의 스트레스나 역경에 대한 대처뿐만 아니라 그 가운데서 힘을 비축하여 더 나은 모습으로 회복하고 주도적으로 자신의 삶을 살아갈 수 있는 능력을 회복탄력성(Resilience)이라고 한다. 회복탄력성이라는 단어는 라틴어 동사 *resilire*(도약하기)에서 유래하였다. 옥스퍼드 영어사전(Soanes & Stevenson, 2006)에서는 ‘어려운 조건으로부터 버티거나 빨리 회복할 수 있는 것’으로 정의된다.

Werner & Smith(1892, 1992)는 하와이의 카우아이 지역 아동들을 대상으로 1955년부터 30년이 넘는 기간 동안 추적연구를 통해 회복탄력성이라는 개념을 처음 제시했다. 이 연구자들은 회복탄력성을 위협한 상황이나 역경, 충격적인 경험을 하였음에도 성공적으로 적응하며, 건강하게 발달하는 성장의 힘이며, 불행이나 충격으로부터 급속히 회복하여 성공적으로 적응하는 수준이라고 정의하였다. Anthony(1987)는 곤란에 직면했을 때에 이를 극복하고 환경에 잘 적응하여 정신적으로 성장하는 능력이라 하였다. Luthar & Zigler(1991)는 스트레스 및 역경에 대한 정신적인 면역력이라 하였고, Wolin & Wolin(1993)은 역경의 극복과정을 통해 성장하며 더욱 강해질 수 있는 역량이라고 하였다. 또한 Garmezy(1993)는 부정적인 사건들로부터 이전의 상태로 돌아올 수 있는 회복력이라 하였고, Wagnild & Young(1993)는 오직 역경을 극복하는 힘이 아니라 생동감 있고, 즐겁고, 활력 있고, 진정성 있는 삶을 누릴 수 있는 능력을 뜻한다고 하였다. Grotberg(1995)는 역경에 대한 환경의 극복을 위한 사람과 집단, 지역사회의 능력으로 보았고, Polk(1997)는 역경에 대해 성장의 경험으로 전환하고, 더 나아갈 수 있는 역량, 역경을 성장의 발판으로 삼아 역경 전환을 통해 약진하는 능력이라고 정의하였다. Wustmann(2005)은 정신세계의 면역체계라 정의하였다

권수현(2010)은 회복탄력성이 인간이 신체적, 심리적으로 위협에 처했을 때 역경을 극복하고 환경에 효과적으로 적응하는 능력이라 말할 수 있다 하였다. 김주환(2011)도 개인의 심리적인 내적 자원으로 위기상황이 닥쳤을 때 스트레스를 낮게 지각할 수 있게 하는 자원이며, 장병들의 적절한 대응능력으로 이어질 수 있게 하는 변수로서 반복적인 훈련과 노력으로 높아질 수 있는 특징을 가지고 있다고 하였다. 이종현, 최강현(2015)은 회복탄력성은 스트레스와 역경을 겪는 상황에서 좌절하거나 포기하지 않고 극복함으로써 본연의 정신건강 상태를 회복하고 본연의 임무를 성공적으로 수행할 수 있는 심리적 대응력이라고 하였고,

최근에는 이병근(2019)이 회복탄력성을 개인의 타고난 성격적 특질과 환경 사이의 역동적인 상호작용을 통해 형성되며 스트레스 및 역경에 대응하여 적응적 상태로 돌아올 수 있게 하는 개인 내적 능력이라 정의할 수 있다고 하였다. Masten(2019)도 회복탄력성을 개인의 실행 가능성, 기능 또는 발전을 위협하는 장애에 성공적으로 적응할 수 있는 개인의 역량이라 하였다. 김주환(2019)은 회복탄력성의 구성요소를 자기조절능력(자율성)과 대인관계 능력(사회성), 긍정성으로 나누어 제시하였다. 자기조절 능력은 감정조절력, 충동통제력, 원인분석력으로, 대인관계 능력은 소통능력, 공감능력, 자아확장력으로, 긍정성은 자아낙관성, 생활만족도, 감사하기로 이루어졌다고 보았다.

오현철(2012)과 이용일(2013)이 회복탄력성을 향상시킬 수 있는 요인이 낙관성이며, 개인이 인지한 회복탄력성을 높게 지각할수록 군 생활 적응에 긍정적인 영향을 미친다고 제시한 연구결과와 이종현, 최강현(2015)이 회복탄력성을 군 생활 적응에 필요한 기본 요소로 보고, 회복탄력성이 스트레스와 역경을 겪는 상황에서 좌절하거나 포기하지 않고 극복하게 함으로써 본연의 정신건강 상태를 회복하고 임무를 성공적으로 수행할 수 있도록 하는 심리적 대응력이 된다고 보고한 연구결과는 회복탄력성의 군 장병들과 관련해서 다양하게 활용될 수 있는 가능성을 보여주었다고 할 수 있다.

2.5. 그릿, 주관적 안녕감, 회복탄력성, 자기결정성의 관계

자기결정성이론을 기반으로 한 연구를 보면 동기부여에 가장 필요한것이 자율성으로 확인되었다. 개인이 어떠한 일에 대해 스스로 결정을 내릴 때 삶의 주인임을 느끼기 때문에 자율성 수준이 높은 사람일수록 어떤 일을 하든 자기결정성을 발휘할 가능성이 높다고 할 수 있다(Deci & Ryan, 2000). 이를 통해 기본심리욕구의 요인 중 하나인 자율성이 그릿의 흥미에 핵심적인 영향을 미치는 요인임을 추정할 수 있다. 이는 내재동기와 관련해서 생각해 볼 수 있는데, 자기결정성이 높아질수록 내재동기가 증가한다는 연구(Deci & Ryan, 1995)는 자기결정성과 내재동기의 정적인 관계를 설명해준다. 그리고 그릿은 동기의 여러 차원 중에서도 내재동기와 관련이 높다고 알려져 있다(김미숙 외, 2015). 이를 통해 내재동기 차원의 자기결정성을 가질수록 개인의 내재동기가 향상되고 이는 그릿의 하위요인인 흥미를 충족시키는 데 중요한 선행요인이 될 수 있음을 알 수 있다.

자기결정성은 인간이 보편적으로 타고나는 기본욕구이며, 이 기본욕구의 충족을 통해 개인의 건설적인 발달과 내적인 주관적 안녕감이 함께 성장하고 통합하는 자연적 성향을 촉진할 수 있다(Ryan & Deci, 2002). 이 기본욕구를 방해받거나 충족시키지 못한 경우 인격 성장과 안녕감에 문제를 발생시켜 궁극적으로 성격과 인지구조에까지 영향을 끼치는 것으로 보고 있다(Deci & Ryan, 2000).

자기결정성과 주관적 안녕감의 관계에 대한 선행연구를 살펴보면, Levesque et al.(2004)은 삶의 만족 혹은 주관적 안녕감을 향상시키기 위해 자율성, 유능성, 관계성은 필수 요소라고 하였다. 김경희(2011)는 자기결정성의 세 가지 하위요인들이 충족되면 인간의 심리적 건강과 안녕감이 증진된다고 하였는데, 김주희(2012)는 네 직종의 방송인의 커뮤니케이션 능력에 대한 연구에서, 자기결정성의 세 가지 하위요인 중 유능성과 관계성은 보다 높은 생활만족도에 직접적인 영향을 주는 것으로 나타났다고 하였다. 김성수(2015)는 자기결정성의 기본욕구가 충족되면 주관적 안녕감이 증가한다고 하였고, 김원태(2019)는 그의 연구에서 자기결정성의 하위요인이 주관적 안녕감의 하위요인인 삶의 만족도에 유능성, 자율성, 관계성의 순으로 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다고 보고하였다.

자기결정성은 회복탄력성과도 상관관계가 있다. 자기결정성이론을 바탕으로 한 연구를 살펴보면 동기부여에 가장 요구되는 것이 자율성이라고 하였다. 개인이 어떠한 일에 대해 스스로 결정을 할 때 삶의 주인임을 느끼므로 자율성 수준이 높은 사람일 경우 어떤 일에서든 자기결정성을 발휘할 가능성이 높다는 것이다(Ryan & Deci, 2000). 이를 통해 자기결정성의 하위요인 중 하나인 자율성이 회복탄력성과 핵심적인 영향을 주고받는 요인임을 추정할 수 있다.

자기결정성과 회복탄력성의 관계에 대한 선행연구를 살펴보면, Deci & Ryan(1992)은 자기결정성은 내재적 동기에 따라 행위를 유발시키는 힘의 원천이 개인 내부에서 일어나는 것으로 긍정적인 정서, 개인의 회복 능력과 같은 역할에 의해 나타나고 있다고 하였다. 류재준(2018)은 내적 동기의 향상을 위해서는 개인의 행동이 자기결정적이어야 하는데, 이를 위해 내재동기 이론가들은 자율성이라는 설명을 위해 회복탄력성의 통제성에 관심을 갖는다고 하였다. 오은희, 최인선·정철상(2020)의 연구에서는 회복탄력성이 성취 지향적인 행동을 위해 뚜렷한 생애 목적을 가지고 긍정적인 가치를 내재화하며, 이를 위한 적절한 대처기술과 책임감을 나타낼 수 있는 보편적인 적응기제인 것으로 자기결정성에 대해 상관관계가 있음을 알 수 있다고 하였다.

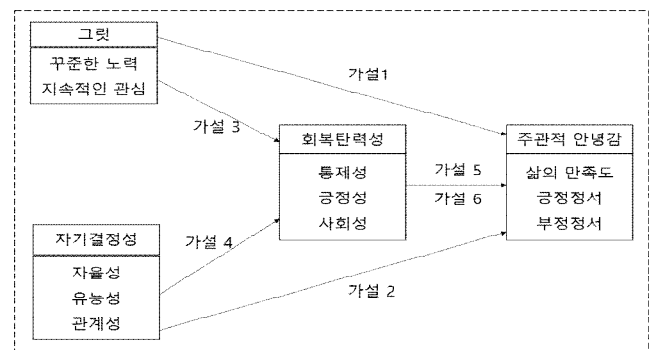
회복탄력성과 주관적 안녕감에 대한 선행연구를 보면, Abolghasemi & Varaniyab(2010)은 그의 연구에서 회복탄력성이 고등학생들의 높은 삶의 만족감을 예측한다는 것을 보고하였다. 김나미·김신섭(2013)은 내적요인으로 작용하는 어려움을 극복하는 회복탄력성은 심리적 안녕감과 깊은 관계를 가지고 직접적인 영향을 미친다고 보고하였다. Kirkland(2015)는 성취에 초점을 맞추고 과제를 해결하는 자기조절 수준이 높은 사람의 경우, 역경을 극복하는 회복탄력성도 높아 행복을 느끼는 경향이 높다고 하였다. 이정례·안귀여루(2021)은 그의 연구에서, 회복탄력성의 하위요인들은 모두 심리적 안녕감에 유의한 정적 영향을 주는 요소로 나타났는데 그 영향력은 긍정성, 통제성, 사회성 순이라 하였다. 이러한 선행연구 결과들은 회복탄력성이 주관적 안녕감에 영향을 미치는 주요 요인임을 시사한다.

전역 후의 미래에 대한 불안감을 가지고 있는 군 장병들에게는 자신의 의지에 따라 자율적인 판단으로 진로를 결정함을 통한 삶의 만족감을 높이는 것은 매우 의미있는 과업이기 때문에 두 변인 사이의 회복탄력성의 매개효과가 중요한 의미를 가진다고 판단된다.

III. 연구방법

3.1. 가설설정 및 연구모형

본 연구는 육군 부대에 복무 중인 장병들의 그릿 및 주관적 안녕감이 자기결정성에 미치는 영향에 있어서 회복탄력성의 매개효과 여부를 파악하기 위한 것이다. 본 연구의 연구모형은 <그림 1>과 같다.



<그림 1> 연구모형

본 연구의 가설은 다음과 같다.

가설 1: 인구사회학적 특성에 따라 군 복무 중인 후기청소년의 그릿, 주관적 안녕감, 자기결정성, 회복탄력성에 차이가 있을 것이다.

가설 2: 군 복무 중인 후기청소년이 가진 그릿은 자기결정성에 영향을 미칠 것이다.

가설 3: 군 복무 중인 후기청소년이 가진 주관적 안녕감은 자기결정성에 영향을 미칠 것이다.

가설 4: 군 복무 중인 후기청소년이 가진 그릿은 회복탄력성에 영향을 미칠 것이다.

가설 5: 군 복무 중인 후기청소년이 가진 주관적 안녕감은 회복탄력성에 영향을 미칠 것이다.

가설 6: 회복탄력성은 군 복무 중인 후기청소년들의 그릿과 자기결정성과의 관계에서 매개역할을 할 것이다.

가설 7: 회복탄력성은 군 복무 중인 후기청소년들의 주관적 안녕감과 자기결정성과의 관계에서 매개역할을 할 것이다.

3.2. 연구대상 및 자료분석

본 연구의 자료 수집은 전국 각지에 소재한 육군 8개 부대에서 근무하는 장병을 대상으로 실시하였다. 표본의 공정한 수집을 위해 무작위로 부대를 선정하고 부대 인원의 선별 없이 가용한 인원 전체에 대한 설문작성을 요청하였다. 수집 기간은 2021년 10월 21일에서 30일 사이였으며, 무선 표집한 898명을 대상으로 자기보고식 설문을 실시하였다. 최종 분석에는 불성실 응답이나, 답변에 오류가 있는 응답, 설문 문항의 50% 이상 미응답하여 분석 자료로 활용하기 부적합하다고 판단된 설문지 15명을 제외하고 총 883명의 응답만을 사용하였다.

연구를 위한 참고사항으로 조사대상자의 일반적 특징을 계급, 나이, 성별, 회복탄력성 교육참여 여부로 구분하여 조사하고, 이에 따른 각 변인별 차이 여부를 확인해보았다. 성별과 회복탄력성 교육참여 여부를 독립표본 t-검정을 통해 분석한 결과, 그릿, 주관적 안녕감, 자기결정성, 회복탄력성의 등분산 검정에서 모두 ‘등분산이 가정됨’을 기준으로, t값의 유의확률이 .05보다 크게 나타나 성별과 회복탄력성 교육참여 여부에 따른 차이는 유의하지 않았다. 큰

차이를 보인 표본의 수가 결과에 영향이 있다고 판단된다. 연령과 계급에 따른 각 변인별 차이는 연령에서는 27세 이상이, 계급에서는 전반적으로 부사관이 모두 높게 나타났다. 21-23세(일부 24-26세)와 이병(일부 상병)이 가장 낮게 나타나 유의한 차이가 나타났다. 그러나 표본의 수가 전체 883명 중 27세 이상은 73명에 불과하고, 부사관은 69명에 불과하여, 21-23세가 699명, 일병, 상병이 654명인 그룹과 표본의 수가 크게 차이가 있어 추가적인 연구를 통해 보완할 필요가 있다.

수집된 자료의 분석은 SPSS v.23을 이용하여 분석하였는데, 조사대상자의 빈도분석(Frequency Analysis), 측정도구의 신뢰도 및 타당도 분석을 위한 요인분석(Factor Analysis), 독립표본 t-검정(Independent sample t-test), 일원배치분산분석(one-way ANOVA)을 실시하였다. 변인 간의 관계를 검증하기 위하여는 상관관계분석(Pearson’s Correlation Analysis) 및 다중회귀분석(Multiple Linear Regression Analysis)을 실시하였고, 매개효과 검증을 위하여 3단계 회귀분석(3-step Regression Analysis)을 실시하였다.

3.3. 조사도구

이 연구에서는 주관적 안녕감과 영향 관계에 있는 변인과 이를 측정하기 위하여 그릿, 주관적 안녕감, 자기결정성과 회복탄력성 검사 도구를 선정하였는데, 그릿과 주관적 안녕감을 독립변수로, 자기결정성을 종속변수로, 회복탄력성을 매개변수로 설정하였다.

3.3.1. 그릿

본군 복무 중인 후기청소년들의 그릿 수준을 평가하기 위하여 덕워스와 퀴(Duckworth & Quinn, 2009)이 개발한 그릿-S척도에 수록된 그릿-O척도를 이수란(2015)의 연구에서 한국 실정에 맞게 수정·보완한 설문지를 사용하였다.

그릿 척도의 하위요인은 목표 달성을 위한 장애와 어려움을 인내하며 계속적으로 노력하는 정도를 말하는 ‘꾸준한 노력’(6문항)과 하나의 분명한 목표를 얼마나 오랫동안 추구하는지를 의미하는 ‘지속적인 관심’(6문항)의 총 12문항으로 구성되었다. 본 연구에서 나타난 전체 신뢰도는 Cronbach’s $\alpha = .825$ 이다. 하위요인별 신뢰도는 <표 1>과 같다.

<표 1> 그릿의 하위요인별 신뢰도

하위요인	문항번호	문항 수	Cronbach's α
꾸준한 노력	1, 2, 3, 4, 5, 6	6	.837
지속적인 관심	7*, 8*, 9*, 10*, 11*, 12*	6	.775
전체		12	.825

* 역채점 문항

3.3.2. 주관적 안녕감

군 장병의 주관적 안녕감을 측정하기 위하여 Diener, et al.(1985)이 개발한 삶의 만족감 척도(SWLS)를 안신능(2006)이 번안한 척도를 수정하여 활용하였다. 긍정정서와 부정정서는 구재선·서은국(2011)이 개발한 척도를 수정, 활용하여 측정하였다. 모든 문항은 5단계 리커트 척도의 자기보고식 설문으로 구성되어 있다. 총 문항은 11문항으로, 각 하위변인은 삶의 만족감 5문항, 긍정정서 3문항, 부정정서 3문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서 산출된 신뢰도(Cronbach's α)는 .925이었다. 하위요인별 신뢰도는 <표 2>와 같다.

<표 2> 주관적 안녕감의 하위요인별 신뢰도

하위요인	문항번호	문항 수	Cronbach's α
삶의 만족감	1, 2, 3, 4, 5	5	.863
긍정정서	6, 7, 8	3	.942
부정정서	9*, 10*, 11*	3	.895
전체		11	.925

* 역채점 문항

3.3.3. 회복탄력성

군 장병의 회복탄력성을 측정하기 위하여 Wiemann(1977), Duran(1983), Seligman(2002)이 사용했던 다양한 문항들을 참고하여 신우열 외(2009)가 어색한 부분이나 잘못된 번역들을 수정하여 선행연구를 바탕으로 개발하고 한국의 중학생, 고등학생, 대학생에 대상으로 타당화한 회복탄력성 척도 YKRQ-27을 사용하였다. 원 문항은 27문항이었지만 요인분석 결과 공통성이 떨어지는 1문항을 제외하고 26문항을 선정하였다. 모든 문항은 5단계 리커트 척도의 자기보고식 설문으로 구성되어 있다.

<표 4> 회복탄력성의 하위요인별 신뢰도

하위요인	문항번호	문항 수	Cronbach's α
통제성	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9*	6	.811
긍정성	19, 20*, 21, 22, 23, 24*, 25, 26, 27	6	.875
사회성	10*, 11, 12, 13*, 14, 15, 16*, 17, 18	6	.885
전체		18	.940

* 역채점 문항

각 하위변인은 통제성 9문항, 긍정성 9문항, 사회성 8문항으로 구성되어 있다. 도구의 내용은 <표 4>와 같고, 산출된 신뢰도(Cronbach's α)는 .942이었다.

3.3.4. 자기결정성

군 복무 중인 후기청소년들의 자기결정성 수준을 평가하기 위하여 Deci & Ryan(2000)의 개인이 자기결정성을 측정하는 기본심리욕구척도(Basic Psychological Need Scale: BPNS)를 이명희·김아영(2008)이 번안, 타당화 한 것을 참고하여 사용하였다. 본 연구에서 나타난 전체 신뢰도는 Cronbach's α=.912이다. 도구의 내용은 <표 5>와 같다.

<표 5> 자기결정성의 하위요인별 신뢰도

하위요인	문항번호	문항 수	Cronbach's α
자율성	1*, 2*, 3*, 4, 5, 6*	6	.811
유능성	7, 8, 9, 10, 11, 12	6	.885
관계성	13, 14*, 15, 16, 17, 18	6	.875
전체		18	.912

* 역채점 문항

3.3.5. 조사대상자의 일반적 특징

조사대상자의 성별 분석 결과, 일반 군 장병의 성별 구성 특성 상 남성 99.1%(875명), 여성 0.9%(8명)로 나타났으며, 계급으로는 이병 5.4%(48명), 일병 41.4%(366명), 상병 32.6%(288명), 병장 8.2%(72명), 부사관 7.8%(69명), 장교 4.5%(40명)로 나타났다. 조사대상자의 연령으로는 20세 이하 2.4%(21명), 21-23세가 79.2%(699명), 24-26세 10.2%(90명), 27세 이상이 8.3%(73명)로 나타났고, 부가적으로 군에서 실시하고 있는 회복탄력성 교육이나 캠프에 참여해본 경험 여부의 질문에는 28.1%(248명)가 경험이 있다고 응답했고, 다수인 71.9%(635명)는 경험이 없다고 응답한 것으로 나타났다.

IV. 결론

본 연구는 군 장병들을 대상으로 그들이 인지하는 그릿 및 주관적 안녕감과 자기결정성 간 회복탄력성의 매개효과를 살펴보고 이를 분석하고자 하였다.

분석결과, 군장병들의 인구사회학적 특성에 따라 그릿, 주관적 안녕감, 자기결정성, 회복탄력성에서는 일부 차이가 있는 것으로 나타났다. 둘째, 그릿의 꾸준한 노력과 지속적인 관심은 자기결정성의 자율성, 유능성, 관계성에 통계적으로 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 주관적 안녕감의 모든 요인은 자기결정성의 자율성, 관계성, 유능성에 통계적으로 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 넷째, 그릿의 꾸준한 노력과 지속적인 관심은 회복탄력성의 통제성, 긍정성, 사회성에 모두 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 다섯째, 주관적 안녕감의 하위요인인 삶의 만족감, 긍정정서와 부정정서는 회복탄력성의 하위요인인 통제성, 긍정성, 사회성과 모두 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 여섯째, 그릿과 자기결정성의 관계에서 회복탄력성(전체)과 회복탄력성의 하위요인 통제성, 긍정성, 사회성은 모두 정(+)적 매개효과를 가지는 것으로 나타났다. 일곱째, 주관적 안녕감과 자기결정성의 관계에서 회복탄력성(전체)과 회복탄력성의 하위요인인 통제성, 긍정성, 사회성은 모두 정(+)적 매개효과를 갖는 것으로 나타났다. 여덟째, 군 복무 중인 후기청소년들에게 코로나 팬데믹 환경이 어떠한 영향을 주었는지에 대한 설문은 74%의 부정적인 응답을 통해 군 복무 중인 후기청소년들의 부정적인 감정이 증가한 것으로 나타났다.

군 장병들은 위기 상황에 대처하는 비상 인력일 뿐이 아니라 그들도 국민으로서 보호하고 관리해야 하는 대상이라는 인식을 가져야 할 것이다. 이를 위해 상시 위기 상담 프로그램 및 효과적인 일과 휴식의 양립을 위한 규정 개선 등을 통해 군 복무 중인 후기청소년들의 정신건강에도 지속적인 관심을 가져야 할 것이다. 이에 본 연구가 군 복무 중인 후기청소년의 잠재 능력의 인식과 개발에 도움이 되어 개인적이고 환경적인 어려움들을 삶의 양분으로, 한 단계 성장할 수 있는 기회로 삼을 수 있도록, 군 복무 중인 후기청소년 대상 교육 및 정책적 지원을 위한 구체적인 방향을 제시하는 연구가 되길 기대한다.

참고문헌

- 구재선·서은국(2011). 한국인, 누가 언제 행복한가?. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 25(2), 143-166.
- 구재선·서은국(2016). 주관적 안녕감과 소수집단에 대한 태도. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 22(2), 183-202.
- 권석만(2008). *긍정심리학 행복의 과학적 탐구*, 서울: 학지사.
- 권석만(2015). *긍정심리학 행복의 과학적 탐구*, 서울: 학지사.
- 권수현(2010). *유치원교사의 회복탄력성 분석*. 이화여자대학교 대학원 유아교육학과 석사학위논문.
- 김경량(2019). *고등학생과 대학생의 주관적 안녕감과 대인관계 부모애착, 낙관성 간의 관계*. 박사학위논문, 목포대학교 대학원 교육학과.
- 김나미·김신섭(2013). 대학생 생활 스트레스가 심리적 안녕감에 미치는 영향: 사회적 지지와 회복탄력성의 매개효과. *상담학연구*, 14(2), 1125-1144.
- 김남석(2021). *軍 장병 인성수준 진단을 통한 인성교육 프로그램 개선방안: 육군 향토사단을 중심으로* 박사학위논문, 청주대학교 대학원 국방안보학과.
- 김성철(2019). *일터 내 그릿의 효과성: 끈기와 열정의 영향성을 중심으로* 박사학위논문, 국민대학교 일반대학원 경영학과.
- 김원태(2019). *생활체육 참여자들의 기본심리교육, 운동몰입, 주관적 안녕감의 관계* 석사학위논문, 단국대학교 교육대학원 교육학과.
- 김옥란·김완일·장동원(2013). 군 병사의 자기복잡성과 우울 간의 관계: 자기결정성의 매개효과. *상담학연구*, 14(5), 2715-2733.
- 김은혜·김민정·김지혜(2020). 대학생의 그릿 군집 유형에 따른 성격 5요인, 학업적응 및 심리적 안녕감의 차이. *한국학교지역보건교육학회지*, 21(1), 75-89.
- 김정은(2017). 병사의 그릿과 가족탄력성, 군생활 적응의 구조적 관계와 진로확신의 잠재평균분석. *한국군사회복지학*, 10(2), 5-27.
- 김주환(2011). *회복탄력성: 시련을 행운으로 바꾸는 유쾌한 비밀* 서울: 위즈덤하우스
- 김주환(2019). *회복탄력성: 시련을 행운으로 바꾸는 유쾌한 비밀* 서울: 위즈덤하우스
- 김주환(2013). *그릿 파주: 샘앤파커스*.
- 김태형(2019). *청소년의 주관적 안녕감에 영향을 미치는 요인과 경로에 관한 연구* 박사학위논문, 연세대학교 사회복지대학원 사회복지학 전공.
- 김현주(2015). 대학생의 생활 스트레스와 안녕감의 관계: 회복탄력성의 매개효과 검증. *교육종합연구*, 13(4), 23-41.
- 남승규(2017). *행복심리학*. 서울: 양서원.
- 노수림·양성빈(2019). 대학생의 낙관성과 주관적 안녕감의 관계에서 회복탄력성의 매개효과. *청소년학연구*, 26(5), 513-539.
- 백옥경(2014). *대학생들의 성격적 강점, 자기결정성, 삶의 만족도 간의 구조적 관계 분석* 박사학위논문, 상명대학교 대학원 교육학과.
- 백혜영(2018). *다문화가정 아동과 비다문화가정 아동의 가족 내 사회적 자본이 진로성숙도에 미치는 영향: 자기효능감과*

- 주관적 안녕감의 매개효과. 박사학위논문, 숙명여자대학교 대학원 아동복지학과.
- 변상해·박수경(2020). 증독. 고양: 한국청소년보호재단.
- 송정애·장순순·이하나(2014). 병사들의 가족기능과 군생활적응의 관계에서 회복탄력성의 매개효과. *한국군사회복지학*, 7(1), 63-95.
- 수원시청소년재단(2020). *코로나-19로 인한 수원시 청소년 생활 실태조사*. 수원: 청소년희망재단.
- 신우열·김민규·김주환(2009). 회복탄력성 검사 지수의 개발 및 타당도 검증. *한국청소년연구*, 20(4), 105-131.
- 심명자(2019). *내담자의 정서인식 명확성이 주관적 안녕감에 미치는 영향: 수치심과 자기수용의 매개효과와 영성의 조절효과 연구*. 박사학위논문, 칼빈대학교 대학원 상담심리학과.
- 심제은(2012). *민간경비업체 종사자의 자아정체성, 열정, 조직몰입과 주관적 안녕감 간의 구조모형검증*. 박사학위논문, 경기대학교 대학원 경호안전학과.
- 심재규·양병선(2020). 장병의 스트레스 원인 및 영향에 관한 연구. *휴양및경관연구*, 14(4), 11-21.
- 심재명(2016). 자기결정이론에 근거한 대학생의 학습동기와 여가동기: 동기프로파일과 동기의 영향. *관광연구논총*, 28(1), 51-82.
- 안도희·신민(2015). 영재와 평재 고등학생들의 성공에 대한 인식, Grit, 열망 및 성취취적 비교. *영재교육연구*, 25(4), 379.
- 안신능(2006). *자기 개념에 따른 자기 불일치의 삶의 만족도의 인과적 관계*. 석사학위논문, 연세대학교 대학원 심리학과.
- 연미선(2018). *병사의 회복탄력성과 사회적 지지가 군 생활 적응에 미치는 영향: 스트레스의 매개효과와 리더십의 조절효과*. 박사학위논문, 한세대학교 대학원 사회복지학전공.
- 연미선·문재우(2018). 병사의 스트레스가 군 생활 적응에 미치는 영향: 회복탄력성과 사회적 지지의 조절효과를 중심으로. *한국군사회복지학*, 11(2), 5-24.
- 오은희·최인선·정철상(2020). 대학생의 그릿이 자기결정성에 미치는 영향: 회복탄력성의 매개효과를 중심으로. *한국산학기술학회논문지*, 21(1), 258-267.
- 오현철(2012). *사회적지지가 자기효능감, 자아탄력성을 매개로 공군병사의 군생활 적응에 미치는 영향*. 석사학위논문, 서울대학교 대학원 교육학과.
- 윤혜선(2012). *해피아트테라피 프로그램 참여경험이 전·의경의 심리적 안녕감, 군 생활 스트레스, 군 생활 적응, 자기효능감에 미치는 영향*. *한국무용과학회지*, 28(1), 47-68.
- 이미란·이혜원·탁정화(2017). 예비유아교사의 자기효능감과 그릿의 관계에서 회복탄력성의 매개효과. *학습자중심교과교육연구*, 17(2), 491-512.
- 이병근(2019). *회복탄력성 증진 프로그램이 다문화가정 아동의 학교생활적응에 미치는 효과*. 석사학위논문, 서울교육대학원 상담교육전공.
- 이성희(2020). *대학생의 사회적 지지, 그릿, 진로결정수준, 진로 탐색행동 간의 구조적 관계*. 박사학위논문, 원광대학교 대학원 교육학과.
- 이수란(2015). *투지와 신중하게 계획된 연습, 자존감의 수반성이 학업성취에 미치는 영향*. 박사학위논문, 연세대학교 대학원 심리학과.
- 이순례(2020). *대학생의 자기결정성 요인이 주관적 안녕감에 미치는 영향: 스마트폰 과의존의 매개효과 및 역량요인의 조절효과를 중심으로*. 박사학위논문, 조선대학교 대학원 증독재활복지학과.
- 이용일(2013). *부모와의 대상관계가 군 생활 적응에 미치는 영향*. 박사학위논문, 건국대학교 대학원 사회복지학과.
- 이정례·안귀여루(2021). 청소년의 가족건강성이 심리적 안녕감에 미치는 영향: 회복탄력성의 매개효과를 중심으로. *청소년학연구*, 28(10), 525-548.
- 이종문(2019). *군 인성수준 진단도구 개발과 장병 인성교육 발전방향에 관한 연구: 육군 장병 인성교육을 중심으로*. 박사학위논문, 대전대학교 대학원 군사학과 국방정책·전략전공.
- 이종현·최강현(2015). *정신전력 평가모형 및 지침 정립*. 한국국방연구원 연구보고서.
- 이주영(2014). *군 간부상담자의 회복탄력성에 관한 연구*. 석사학위논문, 배재대학교 교육대학원 상담심리교육학과.
- 이한샘(2014). *대학생이 인식하는 주요 발달과업과 대학생의 적응에 대한 연구*. 박사학위논문, 연세대학교 대학원 교육학과.
- 정경희(2015). *청소년의 자아탄력성이 주관적 안녕감에 미치는 영향*. 석사학위논문, 공주대학교 교육대학원 상담심리전공.
- 정연규(2012). *체육수업에서의 한국형 기본적 심리육구 만족 척도 개발*. *한국스포츠심리학회지*, 23(4), 179-194.
- 정현·장성배·탁진국(2018). 그릿(Grit)과 직무개선(Job Crafting)의 관계에서 긍정정서의 매개효과. *인적자원개발연구*, 21(1), 0331-0351.
- 조혜영(2012). *후기청소년 세대 생활의식 실태조사 및 정책과제 연구 I-대학 재학 후기청소년들을 중심으로*. 한국청소년정책연구원.
- 주은선·김경하(2016). *대학생의 주관적 안녕감에 관한 국내 연구의 동향분석*. *미래청소년학회지*, 13, 69-89.
- 한상춘(2017). *대학생의 그릿(Grit)과 학업성취와의 관계에서 학업적 자기효능감의 매개효과*. 석사학위논문, 전북대학교 교육대학원, 교육학(교육심리).
- 한주원(2018). *전문대학 비서학전공 대학생의 그릿(Grit)과 회복탄력성이 진로적응성에 미치는 영향*. *비서사무경영연구*, 21(4), 2-27.
- 홍민성·이수란(2019). *그릿과 성실성이 학업 수행에 미치는 영향: 자기결정성 동기의 매개효과*. *한국융합학회논문지*, 10(10), 143-151.
- 홍성철(2021). *밀레니얼 세대의 그릿(Grit) 직무자율성 회복탄력성과 잡 크래프팅 간의 구조적 관계: 호텔기업을 중심으로*. 박사학위논문, 경희대학교 대학원 호텔경영학과.
- 홍혜선(2017). *음악치료사의 주관적 안녕감이 치료적 유대감 형성에 미치는 영향: 인지적 정서조절전략의 매개효과*. 석사학위논문, 숙명여자대학교 음악치료대학원 임상음악치료전공.
- 황광원(2017). *그릿(Grit)의 인성교육 적용 방안 연구*. 석사학위논문, 서울대학교 대학원 윤리교육과.
- 황미혜(2020). *후기 청소년이 지각한 부모-자녀 의사소통이 스마트폰 과의존에 미치는 영향: 정서지능과 회복탄력성의 매개효과*. 박사학위논문, 서울벤처대학원대학교 사회복지상담학과.
- Abolghasemi, A., & Taklavi Varaniyab, S.(2010).

- Resilience and Perceived Stress: Predictors of Life Satisfaction in Students of Success and Failure. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 748-752.
- Anthony, E. J.(1987). *The invulnerable child*. New York: Guilford Press.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R.(1995). The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological bulletin*, 117(3), 497.
- Burrell, L., Durand, D. B., & Fortado, J.(2003). Military community integration and its effect on well-being and retention. *Armed Forces & Society*, 30(1), 7-24.
- Caroline, L.(2004). Psychological Well-being and job satisfaction among military personnel on unaccompanied tours: The impact of perceived social support and coping strategies. *Military Psychology*, 16(1), 37-51.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R.(2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82.
- Credé, M., Tynan, M. C., & Harms, P. D.(2017). Much ado about grit: A meta-analytic synthesis of grit literature. *Journal of Personality and Social Psychology*, 113, 492-511.
- Deci, E. L.(1975). *Intrinsic motivation of Behavior*. NY: Plenum.
- Diener, E.(1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E.(1994). Assessing subjective well-being: progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31, 103-157.
- Diener, E.(2000). Subjective well-being: The science of happiness, and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Diener, E., Emmoms, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S.(1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*. 49(1), 71-75.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E.(2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annal Review of Psychology*, 54(3), 403-425.
- Duckworth, A.(2016). *Grit; The Power of passion and perseverance*. Simon and Schuster.
- Duckworth A. L., Peterson C., Matthews M. D., & Kelly D. R.(2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087-1101
- Duckworth, A, L., & Quinn, P, D.(2009). Development and validation of the Short Grit Scale (Grit-S). *Journal of Personality Assessment*, 91(2), 166-174
- Duran, R. L.(1983). Communicative Adaptability: A Measure of Social Communicative Competence. *Communication quarterly*. 31(4). 320-326.
- Garnezy, N.(1985). Stress-resistant children: The search for protective factors. In J. E. Stevenson(Eds.), Recent research in developmental psychopathology. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 4, 213-233.
- Garnezy, N.(1993). Vulnerability and resilience, In D. C. Funder, R. D. Parke, C. Tomlinson-Keasey, & K. Widaman(Eds.), *Studying lives through time: Approaches to personality and development*. Washington, DC: American Psychological Association, 1993.
- Grotberg, E.(1995). *A Guide to Promoting Resilience in Children: Strengthening the Human Spirit. Early Childhood Development: Practice and Reflections*, v. 8. The Hague-NO: Bernard Van Leer Foundation.
- Hong, S., Malik, M. L., & Lee, M. K.(2003). Testing configural, metric, scalar, and latent mean invariance across genders in sociotropy and autonomy using a non-Western sample. *Educational and Psychological Measurement*, 63(4), 636-654.
- Ivcevic, Z., & Brackett, M.(2014). Predicting school success:Comparing conscientiousness, Grit, and emotion regulation ability. *Journal of Research in Personality*, 52, 29-36.
- Luthar, S. S., & Zigler. E.(1991). Vulnerability and competence: Review of research on resilience in childhood. *American Journal of Orthopsychiatry*, 61(1), 6-22.
- Masten, A. S.(2019). Resilience from a developmental systems perspective. *World Psychiatry*, 18(1), 101.
- Polk, L. V.(1997). Toward a middle-range theory of resilience. *Advances in Nursing Science*, 19(3), 1-13.
- Ray, R., & Brown, J.(2015) Reassessing student potential for medical school success: Distance traveled, grit, and hardiness. *Military Medicine*, 180(4S), 138-141.
- Cornum, R., Matthews, M. D., & Seligman, M. E.(2011). Comprehensive Soldier Fitness Building Resilience in a Challenging Institutional Context. *American Psychologist*, 66(1), 4-9.
- Salles, A., Cohen, G. L., & Mueller, C. M.(2014). The relationship between grit and resident well-being. *The American Journal of Surgery*, 207(2), 251-254.
- Seligman, M. E. P.(2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Free Press.
- Soanes, C., & Stevenson, A.(2006). *Concise Oxford English dictionary*. New York: Oxford University Press.
- Stoltz, P. G.(2015). *Grit: the new science of what it takes to persevere, flourish, succeed*. Climb strong press.
- Szalai, A.(1980). *The meaning of comparative research on the quality of life. Comparative Studies*. London: Sage.
- Thaler, L. K., & Koval, R.(2015). *Grit to great*. NY: Crown Business.

- Veenhoven, R.(1991). Is happiness relative?. *Social Indicators Research*, 24(1), 1-34.
- Wagnild, G. M., & Young, H. M.(1993). Development and psychometric evaluation of the resilience scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 168-178.
- Werner, E. E., & Smith, R. S.(1982). *Vulnerable but invincible: A longitudinal study of resilient children and youth*. New York: McGraw Hill.
- Werner, E. E., & Smith, R. S.(1992). *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. New York: Cornell University Press.
- Wiemann, J. M.(1977). Explication and test of a model of communicative competence. *Human Communication Research*, 3(3), 195-213
- Wolin, S. J., & Wolin, S.(1993). *The resilient self*. New York: Villard.
- Wustmann, C.(2005). Die Blickrichtung der neueren Resilienzforschung. Wie Kinder Lebensbelastungen bewältigen. *Zeitschrift für Pädagogik* 51(2), S. 192-206.