

## 대학생 대상 진로탐색 교과목 운영의 효과

황매향(黃梅香)\* · 손만익(孫萬益)\*\* · 강혜영(康兮瑛)\*\*\*

### 논문 요약

이 연구의 목적은 대학교에서 개설하고 있는 진로탐색 교과목(진로 및 경력개발) 수강여부에 따라 진로결정수준, 진로정체감, 진로준비행동 및 대학생활적응도에 어떤 차이가 있는지 밝힘으로써 기존의 개인 또는 집단 진로상담 및 진로지도 방법 외에 교과목을 통한 진로지도가 대학생의 진로발달에 도움이 되는지를 확인하기 위한 것이다. 연구대상은 충남지역 4년제 대학에서 2005학년도 1학기에 교직선택 과목으로 개설된 '진로탐색 교과목(진로 및 경력개발)'을 수강한 학생 109명과 수강하지 않은 학생 74명, 총 183명(남자 104명, 여자 79명)이다. 연구도구로는 진로정체감검사, 진로결정수준검사, 진로준비행동검사, 대학생활적응도검사를 사용하였다. 두 집단의 동질성을 확인하기 위해 수업실시 전의 두 집단 차이를 분석한 결과, 모든 변인에서 통계적으로 유의미한 차이를 보이지 않았다. 수업실시 후의 두 집단 차이를 분석한 결과, 진로교과목의 수강여부에 따라 진로정체감, 진로결정수준, 진로준비행동은 통계적으로 유의미한 차이를 나타내었으나 대학생활적응도는 통계적으로 유의미한 차이를 보이지 않았다. 이 연구의 결과는 진로교과목 수강이 대학생들의 진로결정수준, 진로정체감, 진로준비행동에 긍정적인 영향을 미칠 수 있음을 보여주는 것으로, 진로교과목을 통한 진로지도 개입방법의 필요성을 시사하고 있다.

■ 주요어 : 진로탐색 교과목, 대학생, 진로결정, 진로정체감, 진로준비행동

\* 경인교육대학교 교육학과 교수

\*\* 대전종합고용지원센터 전임상담원

\*\*\* 한국기술교육대학교 테크노인력개발전문대학원 전임강사

## I. 서론

대학생들에게 있어 진로결정이라는 과제는 매우 절실하고 중요한 과업이다. 대학생 시기는 자아정체감을 확립하고, 부모로부터 심리적 독립을 이루며, 장래의 교육적·직업적 진로를 결정하고 이를 위한 구체적이고 실제적인 준비를 해나가는 시기이다. Erikson(1963)은 이 시기에 대다수 학생들의 정체감이 형성되어있지 않거나, 아니면 나름대로 자아정체감을 형성하고 있다하더라도 확고한 사회적 역할이 제공되지 않아 불안정한 시기라고 보았다. 우리나라 대학생들의 경우, 자신의 적성이나 진로에 대한 탐색의 기회도 없이 대학에 진학한 경우가 대부분으로 대학시기에 자아정체감의 혼란을 경험하는 사례가 많다. 즉, 대학 입학 이후 고등학교와 다른 대학생활에 대한 부적응, 전공 선택에 대한 회의, 진로에 대한 고민 등으로 많은 갈등을 경험하고 있다. 이러한 어려움을 해결하기 위해 최근 대학생들에 대한 진로발달 촉진 및 취업에 대한 관심과 지원이 확대되고 있고, 이 연구는 이러한 필요성에 발맞추어 시작되었다.

### 1. 대학생 진로지도의 필요성

대학생은 발달적으로 후기 청소년기에 속한다. 인간발달의 측면에서 볼 때, 후기 청소년기의 주요한 과제는 자아정체감 형성이며, 개인이 앞으로 어떤 일을 하며 살 것인가 하는 진로결정은 자아정체감 형성에 중요한 영향을 미치는 요인이다(Erikson, 1963). 이러한 점에서 대학생 진로지도는 단순히 이 시기에 국한된 중요성을 넘어 대학생 시기의 주요한 발달과업인 자아정체감 형성을 돕고, 나아가 이후 성인기를 건강하게 살아갈 수 있도록 돕는 방법이라는 차원에서 그 중요성이 강조된다. 최초로 진로발달이론을 제안했던 Ginzberg 등(1951)에 따르면, 진로발달은 환상기, 잠정기, 현실기의 세 시기를 거치면서 이루어진다. 17세 이후부터 성인 초기에 이르는 대학생 시기는 진로발달의 마지막 단계인 현실기로서 자신의 흥미, 능력, 가치관 등을 현실적으로 고려하여 구체적인 직업선택이 이루어지는 시기다. 현실기는 또한 세 하위 단계들, 즉 몇 개의 대안을 만드는 탐색단계, 특정 진로분야를 선택하는 구체화단계, 그리고 특정한 진로분야에 맞는 직업이나 훈련과정을 선택하는 특수화단계로 세분화되는데, 대학생들은 이 기간 동안에 이런 단계들을 거치면서 자신의 직업적 목표를 구체화하고 그에 맞는 훈련과정을 거쳐 그 직업에 입문하는 과업을 갖게 된다. 그러므로 시기적으로 대학생활에서 진로정체감 형성 및 탐색과정을 거친 직업선택은 가장 중요한 발달과업이다.

이러한 발달과업을 수행해 나가는 과정에서 여러 가지 어려움에 봉착하게 되고, 결국 대

학생회에 제대로 적응하지 못하게 된다. 이는 최근 대학생들이 특히 많이 호소하는 문제가 진로 및 취업관련 문제라는 점을 보아도 알 수 있다. 2004년 통계청에서 발표한 사회지표를 보면 대학생의 기대 교육 목적은 「좋은 직업을 갖기 위해」가 44.2%, 「소질개발」이 28.0%로 각각 1,2위를 차지했다. 이전 지표인 2000년도에서도 「좋은 직업을 갖기 위해」가 39.3%, 「소질개발」이 36.9%로 대학생의 기대 교육 목적의 순위는 바뀌지 않았지만, 1위와 2위의 차이는 2.4%에서 16.2%로 무려 13.8%나 증가한 것으로 나타났다. 이는 우리 사회의 경기침체, 복잡성의 증가, 다양한 직업의 출현 및 변화의 불확실성 등과 무관하지 않을 것이다. 이러한 기대에도 불구하고 대학 졸업자의 취업률은 낮고, 학교교육 종료 후 첫 취업 때까지 소요기간은 평균 11개월이 소요되고 있으며, 동일 전공분야 취업률이 45%에 불과하다(통계청, 2004). 그렇기 때문에 많은 대학생들이 진로 및 취업문제로 고민하고 있는 것이다. 대학생들이 단순히 성공적인 취업에 도달하기 위한 연결고리 역할만을 하는 것은 아니지만 대학생의 기대 교육 목적에서도 「좋은 직업을 갖기 위해」가 가장 중요한 목적으로 나타났고, 가장 큰 고민도 진로라는 사실을 간과할 수 없다.

## 2. 대학생 진로지도 실태

대학을 통해 앞으로의 진로를 준비하고 현실적인 취업이라는 어려움을 헤쳐 나가기 위해서는 개인의 진로발달이 선행되어야 한다. 그러나 우리나라 청소년 및 대학생 집단에서 나타나는 진로발달의 지체현상은 관련 연구에서 일관되게 발견되고 있다(예, 김순정, 2000; 김은진, 2001; 양승민, 2003; 장경문, 2005; 황매향·김지현·유정이, 2004). 이에 따라 이러한 진로 발달의 지체를 극복하고, 앞으로의 진로를 준비하며, 최종적으로 성공적인 취업을 이끌어주기 위한 조력체제의 구축에 많은 관심이 모아지고 있다. 대학생의 진로발달을 지원하기 위한 진로지도는 각 대학마다 설치된 취업 및 진로지도 서비스 기관을 중심으로 이루어지고 있는데, 대학 내에서는 종합인력개발센터, 취업정보센터, 학생생활연구소와 같은 기관이 주도하고, 대학 외에서는 한국직업능력개발원과 한국정보고용원이 대학생 대상의 정보 및 프로그램을 개발하여 지원하고 있다(임언·장홍근·윤영한, 2005). 특히, 2005년 종합인력개발센터 제도가 도입되면서 대학에서의 진로 및 취업지도 프로그램은 급속하게 확대되고 있다. 대학에서 제공하는 진로 및 취업지도 프로그램은 취업관련 정보제공, 취업관련 특강, 모의면접 및 회사설명회, 구직기술 훈련 등 졸업생의 취업률을 향상시키기 위한 프로그램과 진로탐색 집단상담 프로그램, 진로탐색 교과목, 진로 개인상담 등 전체 학생들의 진로발달을 촉진하기 위한 프로그램으로 크게 나누어볼 수 있다.

이 가운데 특별히, 대학생들의 진로 및 취업을 지원하기 위한 개입방법으로 진로탐색 교과목을 수강하도록 하는 방안은 기존의 개인 및 집단 상담에 의한 진로지도, 취업관련 프로그램 및 대학에서 제공하는 취업관련 서비스 등과 비교해 볼 때, 짧은 시간에 많은 학생을 대상으로 진행할 수 있고, 학점과 연관되어 있어 대학생들의 적극적인 참여가 가능하다는 장점이 있어 주목을 받고 있다. 임언·장홍근·윤희한(2005)에 따르면, 약 50여개의 대학에서 취업강좌를 운영하고 있으나 아직 많은 대학에서는 취업강좌를 정규 강좌로 개설하기 보다는 일회성 특별강좌 형태와 주제별 인력풀을 민간업체로부터 제공받아 운영하고 있어, 교과목 운영을 통한 진로지도가 체계적이지 않다는 문제가 제기되고 있다. 진로 및 취업관련 교과목을 개설하고 있는 4년제 일반대학의 경우 국·공립 대학은 6개 대학, 사립대학은 36개 대학으로, 총 42개의 대학에서 운영되고 있으나 대부분 교과목들은 교양 선택 또는 일반 선택으로 제공되고 있으며, 취업관련 강좌를 운영하는데 있어서 대학의 취업담당자나 대학 내의 취업 비전문 교수가 취업관련서류 작성법과 면접요령 등 직접 취업에 대한 강의를 실시하고 있는 것으로 나타나 전문성이 부족하다는 지적도 있다(강무섭·전도근, 2004). 이러한 문제점이 지적되면서 진로탐색 교과목을 정규 강좌로 운영하는 대학이 나타나기 시작하였으며, 최근 급속도로 확대되고 있는 추세에 있다.

그러나 아직까지 이러한 진로탐색 교과목 운영 효과에 대한 경험적인 검증은 이루어지지 않고 있다. 학생들을 위한 진로탐색 교과목 운영이 보다 체계적으로 이루어지기 위해서는 이에 대한 평가가 수반되어야 한다. 진로탐색 교과목 운영이 실제로 학생들에게 얼마나 도움이 되는지, 도움이 된다면 어떤 측면에서 도움이 되는지, 특히 어떤 요소들이 중요한 효과를 나타내는지 등에 대한 경험적 연구가 이루어져야 할 것이며 이 연구는 이와 같은 문제의 식에서 출발되었다.

### 3. 대학생 대상 진로탐색 교과목 운영의 효과에 관한 선행연구

우리나라에서는 최근에는 대학생의 진로발달을 촉진하고 취업을 준비시키기 위한 진로탐색 교과목의 개설이 활발히 진행되고 있지만, 미국의 경우 1911년에 이미 진로탐색 교과목이 대학에 개설되어 운영되기 시작했다(Folsom & Reardon, 2003). 진로탐색 교과목이 대학에서 오랜 역사를 두고 운영되어온 만큼 미국의 경우 그 효과에 대한 경험적 연구도 많이 축적되었다. 2003년 Folsom과 Reardon은 1920년대부터 발표된 진로교과목에 대한 효과검증 연구 46편을 분석하여, 진로교과목 구성의 발달, 효과 측정의 발달, 검증된 효과 등을 정리하였다. 46편의 논문 가운데 38편이 진로교과목 수강 직후의 효과를 보고하였는데, 진로성숙

도, 진로의사결정수준, 진로정체감, 내외통제성 등에서 교과목 수강의 즉시적 효과가 입증되었다. 또한 15편의 논문에서는 학교만족도, 졸업까지 소요된 시간, 학점 등 후속 효과에 있어서도 긍정적인 효과를 보임을 확인하였다. 모든 발달영역이 사회문화적 영향을 받지만 진로발달의 영역은 특히 그 사회의 영향을 크게 받는 영역으로, 미국의 연구결과들을 그대로 받아들이기에는 무리가 있지만, 좋은 참고자료가 될 것이다.

우리나라에서는 아직 진로관련 교과목 수강이 대학생들의 진로발달에 미치는 영향에 대하여는 거의 연구가 이루어지지 않은 실정이다. 대학에서 진로서비스의 한 방법으로 진로관련 교과목 운영이 제대로 자리매김 되기 위해서는 이에 대한 효과 검증이 이루어져야 할 것이다. 이러한 필요성에 근거하여 이 연구는 진로탐색 교과목을 수강한 학생들과 수강하지 않은 학생들의 진로발달 차이와 나아가 전반적인 대학생활 적응에서의 차이를 비교하여, 진로 교과목의 효과를 확인해 보고자 하였다. 진로교과목의 효과를 확인할 수 있는 지표를 선정하기 위해, Folson과 Readon(2003)의 연구에서 밝힌 진로교과목의 효과변인들과 연구대상들이 수강한 '진로 및 경력개발' 과목의 세부목표들을 동시에 고려하였다. Folson과 Readon은 선행연구들이 가장 빈번하게 선택한 효과변인을 진로성숙도, 진로의사결정, 진로정체감, 내외통제성 등을 즉시적 효과변인으로, 학교만족도, 졸업까지 소요된 시간, 학점 등을 후속 효과변인으로 요약하여 제시하고 있다. 이 연구의 대상인 '진로 및 경력개발'의 교과내용 중 '자신이 살고 싶은 삶'과 '자기이해'는 자신과 진로의 관계에 대한 탐색을 통해, 자신의 목표, 흥미, 성격, 재능 등에 관해 보다 명료화함으로써 진로정체감을 향상시킨다. '직업세계 이해'는 '생애 계획하기'는 자신의 특성에 맞는 직업세계에 대한 정보를 찾아보고 실제 어떤 삶을 살 것인가를 구체화함으로써 진로의사결정 수준을 높여줄 것이다. 마지막으로 '목표성취하기'와 '취업에 성공하기'는 자신이 정한 진로를 향해 나아가는 과정을 조력함으로써 구체적인 진로준비행동을 촉진한다. 이를 근거로 진로발달의 지표로 진로정체감, 진로결정수준, 진로준비행동을 선정하였고, 진로교과목의 후속효과로 대표적인 학교적응 지표로는 대학생생활 적응도를 선정하였다.

이 연구의 효과검증 대상인 진로탐색 교과목은 충남의 4년제 종합대학에서 2005년 1학기에 전 학년을 대상으로 교직 선택과목으로 개설된 '진로 및 경력개발' 강좌를 의미한다. '진로 및 경력개발' 과목의 개발과정을 간단히 살펴보면, 2002년 2학기부터 개설된 과목으로 첫 학기에는 Blocher, Heppner 및 Johnston이 2001에 발간한 「Career Planning for the 21 Century」를 주교재로 삼아, 우리나라 대학생들에게 맞는 것과 맞지 않는 것을 취사선택하여 교과내용을 구성하였다. 진로전문가 5명과 수강생들의 의견을 토대로 다음 학기 교과내용을 개편하였고, 이 일을 도와준 진로전문가 5명과 함께 교재 집필을 시작하였다. 매 학기 진로전문가와 수강생들의 의견을 토대로 교과내용을 재구성하여, 2004년 교과내용을 확정하

였다. 교과내용은 ‘자신이 살고 싶은 삶’, ‘자기이해’, ‘직업세계 이해’, ‘생애 계획하기’, ‘목표 성취하기’, ‘취업에 성공하기’의 여섯 가지 주제로 구성하였다. 교과운영은 쓰기활동, 자신에 대한 객관적 피드백, 정보탐색, 역할모델, 관계망 형성 등 진로개입의 효과적인 방법으로 제안된 활동(Brown & Ryan Krane, 2000)을 가능한 골고루 포함할 수 있도록 하였다. 2005년 1학기에는 2년간의 교과개발 과정을 거쳐 확정된 교과내용과 동시에 준비된 교재 ‘진로탐색 및 생애설계’(황매향 편, 2005)의 초고로 운영되었다. 한 학기 동안 15주로 구성되어 매주 2시간씩 진행되는 수업은 주제별로 구성된 강사 인력풀을 이용하지 않고 진로전문가 한 사람에 의해 진행되었다.

요약하면, 이 연구의 목적은 대학생의 진로탐색 교과목(진로 및 경력개발) 수강 여부에 따라 학생들의 진로정체감, 진로결정수준, 진로준비 행동, 대학생활적응도에 차이가 있는지를 알아봄으로써 대학교 정규과목으로서 진로탐색 교과목 운영이 대학생의 진로발달 촉진에 유용한 대안이 될 수 있는가를 확인하고자 하였다. 이를 위해 진로탐색 교과목(진로 및 경력개발)을 수강하는 학생들을 처치집단으로 진로탐색 교과목을 수강하지 않는 학생들을 통제집단으로 선정하였다. 처치집단과 통제집단의 동질성을 확보하기 위해, 진로탐색 교과목이 주로 2, 3학년을 대상으로 하는 교직선택 과목임을 감안하여 유사한 교직선택 과목을 수강하는 학생들을 통제집단으로 선정하였고, 사전점사를 통해 진로발달의 수준과 대학생활적응도의 수준에서 통계적으로 유의미한 차이가 나지 않음을 확인하였다. 구체적인 연구문제는 “진로탐색 교과목(진로 및 경력개발) 수강여부에 따라 진로정체감, 진로결정수준, 진로준비행동 및 대학생활적응도에 차이가 나타나는가?” 하는 것이다.

## II. 연구 방법

### 1. 연구 대상

이 연구의 대상은 충남지역 한 대학에서 2005년도 1학기에 ‘진로 및 경력개발’을 수강한 2개 강좌 수강생 109명과 같은 시기에 ‘진로 및 경력개발’을 수강하지 않은 2개 강좌 수강생 74명으로 총 183명이며 구체적인 연구대상의 특성은 <표 1>과 같다.

<표 1> 연구대상의 학년별 · 성별 분포

구분		수강자		비수강자		합계	
		빈도(명)	비율(%)	빈도(명)	비율(%)	빈도(명)	비율(%)
학년	1학년	11	10.1	3	4.0	14	7.6
	2학년	32	29.3	39	52.7	71	38.8
	3학년	50	45.9	27	36.5	77	42.1
	4학년	16	14.7	5	6.8	21	11.5
성별	남	64	58.7	40	54.1	104	56.8
	여	45	41.3	34	45.9	79	43.2
전체		109	100	74	100	183	100

## 2. 연구 도구

### 가. 진로정체감검사

진로정체감이란 자신의 목표, 흥미, 성격, 재능 등에 관하여 개인이 가지고 있는 심상 (picture)을 의미한다. 이 연구에서는 Holland, Daiger 및 Power(1980)가 개발한 MVS(My Vocational Situation)의 정체감 척도(Identity Scale)를 김봉환(1997)이 번안과 타당화 과정을 거친 진로정체감검사를 사용하였다. 높은 점수를 얻을수록 진로에 대한 정체감이 보다 확고함을 나타내고 있는 것으로 보았다. 김봉환(1997)이 사범대학생 293명을 대상으로 예비검사를 실시한 결과 Cronbach  $\alpha$  .89, 반분신뢰도 .86, 거트만 반분계수 .85등으로 각각 나타났다. 이 연구에서 대학생 183명을 대상으로 검사한 결과 학기초 검사에서 Cronbach  $\alpha$ 는 .80, 학기말 검사에서 Cronbach  $\alpha$ 는 .89로 나타났다.

### 나. 진로결정수준검사

진로결정수준이란 대학생들이 향후 자신의 진로·직업 등에 대한 확신의 정도로서 진로미결정과 확고한 진로결정을 양극단으로 하는 연속선상의 어느 한 지점을 지칭하는 것이다. 이 연구에서는 Osipow 등(1980)이 개발한 진로결정검사(Career Decision Scale)를 고향자(1992)가 번안한 것을 사용하였고, 3번~18번 문항은 역채점하여 전체 점수가 높을수록 진로결정 수준이 높으며 진로결정을 확신하고 있는 것으로 보았다. Osipow 등(1980)이 보고한 본 검사의 검사-재검사신뢰도는 .90 및 .82로 밝혀진 바 있으며, 고향자(1992)는 번역본의 신뢰도 검증 결과 Cronbach  $\alpha$  .86, 반분신뢰도 .80, 검사-재검사신뢰도 .79 등으로 보고하였다. 이 연구에서 183명의 대학생을 대상으로 검사한 결과 학기 초 검사에서 Cronbach  $\alpha$ 는 .85, 학기말 검사에서 Cronbach  $\alpha$ 는 .88로 나타났다.

## 다. 진로준비행동검사

진로준비행동은 자신의 진로와 관련한 인지나 태도적인 차원이 아닌 실제적이고 구체적인 행위의 차원을 의미한다. 즉, 합리적이고 올바른 진로결정을 위해서 수행해야 하는 행동 및 진로결정이 이루어진 이후에 그 결정사항을 실행하기 위한 행위 등을 의미한다. 이에 포함되는 실질적인 예로는 자기 자신 및 직업세계를 이해하기 위한 정보수집활동, 진로목표 달성에 필요한 도구를 갖추는 활동 및 설정된 진로목표 달성을 위해서 시간과 노력을 투자하는 기타의 활동 등이 있다. 이 연구에서는 김봉환(1997)이 개발한 진로준비행동 검사를 통하여 개인의 점수를 대상자의 진로준비행동의 정도를 측정하였다. 김봉환(1997)의 연구에서 사범대 293명을 대상으로 신뢰도를 산출한 결과는 Cronbach  $\alpha$  .84, 반분신뢰도 .74, 검사-재검사 신뢰도 .82 (2주)로 나타났다. 이 연구에서 대학생 183명을 대상으로 검사한 결과 학기 초 검사에서는 Cronbach  $\alpha$  .82, 학기말 검사에서는 Cronbach  $\alpha$  .87로 나타났다.

## 라. 대학생활적응도검사

대학생활적응도검사는 2001년 민경화와 김계현이 개발한 것으로 SACQ(김은정, 1992; 김은정 외, 1993)와 Mt(강연욱·이민희, 1995; 김정기·김동민, 1994; 김정기·강연욱·최명식, 1998)의 문항들을 고려하고, 실제 한국대학생들에 대한 관찰 내용을 토대로 문항을 구성하였다. 이 척도는 총 54문항으로 학교생활(11문항), 대인관계(10문항), 심리(11문항), 신체적 건강(10문항), 위기요소(12문항)등의 5개 하위척도로 구성되어 있다. 대학생활적응도는 타당화 및 표준화 과정을 거쳐 규준이 설정되어 있고(서수균·김계현, 2002; 이지영·김계현, 2002) 개발 이후 실제 상담실에서 꾸준히 활용되고 있어 그 임상적 유용성에서 장점을 가지고 있으나, 규준이 이 검사를 개발한 대학에서만 사용할 수 있는 제한점이 있었다.

이에 김은하와 황매향(2005)은 이 연구대상의 대학교 444명의 학생들을 대상으로 검증한 결과 반분신뢰도는 전체문항의 .86, 각 하위척도들의 반분신뢰도는 .60에서 .79사이를 보였으며, 내적합치도는 .89, 각 하위척도별 내적합치도는 .55에서 .77사이로 적절한 수준을 보였다. 타당도 분석결과 각 문항들은 각 하위영역별로 적응 또는 부적응 양상을 나타내고 변별하는데 의미가 있는 것으로 판단되어 문항의 수정 또는 추가, 삭제 없이 대학생활적응도 검사를 본교 학생들에게 활용할 수 있다고 제안하였다(김은하·황매향, 2005). 대학생활적응도검사는 역채점하여 점수가 높을수록 대학생활에 잘 적응하는 것으로 보았고 성별에 따라 전체점수와 하위점수를 적응집단과 부적응집단으로 구분하였다. 적응집단의 기준 점수는 남학생의 경우 전체점수가 75점 이상이며, 여학생의 경우 69점 이상이다.



### 3. 자료처리 및 분석

이 연구를 위해 사용된 검사 도구는 모두 수강집단과 비 수강집단에서 각 과목의 첫 시간과 마지막 시간에 두 번 실시되었다. 수집된 자료 분석은 SPSS 10.00 for Win을 사용하였으며, 진로탐색 교과목(진로 및 경력개발) 수강집단과 비 수강 집단의 동질성 검증을 위하여 수강 전(학기 초) 실시한 검사결과에 대해 독립표본 t 검증을 실시하였다. 진로교과목 수강집단과 비 수강 집단의 집단 간 진로결정수준, 진로정체감, 진로준비행동 및 대학생활적응도의 차이를 알아보기 위하여 빈도, 백분율, 평균, 표준편차를 산출하고, 독립표본 t 검증과 대응표본 t 검증을 실시하였다.

## III. 결과 및 해석

### 1. 집단 간 동질성 검증

진로교과목 수강집단과 비 수강집단에서의 진로발달 및 대학생활적응을 비교하기 위해, 이 두 집단이 비교하고자 하는 변인에 있어서 수강 이전에 두 집단이 서로 동질적인가를 확인해야 할 것이다. 수강집단과 비 수강집단에서 수강 전(학기 초) 실시한 진로결정수준, 진로정체감, 진로준비행동 및 대학생활적응도 측정치에 대하여 독립표본 t 검증을 실시하였고, 그 결과는 <표 2>과 같다. <표 2>에서 볼 수 있듯이 수강집단과 비 수강집단의 진로결정수준, 진로정체감, 대학생활적응도는 유의미한 차이가 나타나지 않았으며 이로써 두 집단의 동질성을 가정할 수 있었다. 그러나 진로준비행동에서는 비 수강집단이 높게 나타나 두 집단 간에 동질성은 가정할 수 없었다. 이 점은 추후 연구결과 해석에서 고려되었다.

<표 2> 수강 집단과 비 수강집단의 동질성 검증을 위한 t 검증

집단		사례수	평균(표준편차)	t
진로결정수준	비 수강집단	74	46.99 (8.69)	0.88
	수강 집단	109	45.85 (8.39)	
진로정체감	비 수강집단	74	43.74 (7.77)	0.42
	수강 집단	109	43.21 (8.86)	
진로준비행동	비 수강집단	74	45.81 (10.34)	2.16*
	수강 집단	109	42.73 (8.80)	
대학생활적응도	비 수강집단	74	88.93 (12.80)	1.65
	수강 집단	109	85.96 (11.27)	

\*  $p < .05$

## 2. 진로교과목 수강여부에 따른 진로정체감의 차이

진로교과목의 수강여부에 따라 진로정체감 수준에 차이가 있는지 알아보기 위하여 수강집단과 비 수강집단 간 진로정체감 검사 점수를 비교한 결과, 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. <표 3>에 제시된 바와 같이 진로교과목을 수강한 집단의 진로정체감이 진로교과목을 수강하지 않은 집단의 진로정체감보다 높았다.

<표 3> 학기말 진로정체감에 대한 *t* 검증

집단	평균(표준편차)	<i>t</i>
수강 집단 (n=109)	49.02 (9.00)	-3.15**
비 수강집단 (n=74)	44.62 (9.62)	

\*\*  $p < .01$

## 3. 진로교과목 수강여부에 따른 진로결정수준 차이

진로교과목의 수강여부에 따라 진로결정수준에 차이가 있는지 알아보기 위하여 수강집단과 비 수강집단 간 진로결정수준검사 점수를 비교한 결과, 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. <표 4>에 제시된 바와 같이 진로교과목을 수강한 집단의 진로결정수준이 진로교과목을 수강하지 않은 집단의 진로결정수준보다 높았다.

<표 4> 학기말 진로결정수준에 대한 *t* 검증

집단	평균(표준편차)	<i>t</i>
수강 집단 (n=109)	52.37 (8.01)	-4.42**
비 수강집단 (n=74)	46.92 (8.42)	

\*\*  $p < .01$

## 4. 진로교과목의 수강여부에 따른 진로준비행동 차이

진로교과목의 수강여부에 따라 진로준비행동 수준에 차이가 있는지 알아보기 위하여 수강집단과 비 수강집단 간 진로준비행동 검사 점수를 비교한 결과, 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. <표 5>에 제시된 바와 같이 진로교과목을 수강한 집단의 진로준비행동이 진로교과목을 수강하지 않은 집단의 진로준비행동보다 높았다.

<표 5> 학기말 진로준비행동에 대한 t 검증

집단	평균(표준편차)	t
수강 집단 (n=109)	50.90 (9.42)	-4.45**
비 수강집단 (n=74)	44.73 (8.87)	

\*\* p < .01

#### 4. 진로교과목의 수강여부에 따른 대학생활적응도의 차이

진로교과목의 수강여부에 따라 대학생활적응도 수준에 차이가 있는지 알아보기 위하여 수강집단과 비 수강집단 간 대학생활적응도 검사 점수를 비교한 결과, 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 결과는 <표 6>과 같다.

<표 6> 학기말 대학생활적응도에 대한 t 검증

집단	평균(표준편차)	t
수강 집단 (n=109)	91.44 (9.88)	-0.14
비 수강집단 (n=74)	91.20 (12.52)	

### IV. 논의

이 연구는 대학생의 진로교과목(진로 및 경력개발) 수강여부에 따라 진로정체감, 진로결정 수준, 진로준비행동 및 대학생활적응도에 어떤 차이가 있는지 밝힘으로써, 대학생의 진로발달 및 진로지도에 진로교과목 수강의 효과성을 제시하고자 하였다. 이 연구의 결과를 중심으로 몇 가지 논의점을 정리해보면 다음과 같다.

첫째, 진로교과목의 수강은 대학생의 진로발달을 촉진할 수 있음을 확인할 수 있었다. 이 연구에서 진로발달의 지표로 삼았던 진로정체감, 진로결정수준, 진로준비행동 세 영역에서 모두 진로교과목 수강생들의 점수가 진로탐색 교과목을 수강하지 않은 학생들의 점수보다 높았다. 즉, 진로탐색 교과목의 진로발달 촉진 효과를 이 연구를 통해 확인할 수 있었다. 특히, 진로준비행동의 경우, 학기 초 검사에서는 비 수강집단의 진로준비행동이 더 높은 점수를 보였으나 학기말에 와서는 진로탐색 교과목을 수강한 학생들의 진로준비행동보다 낮았다. 이러한 비 수강집단의 진로준비행동 감소의 원인이 무엇인지를 이 연구에서는 밝히지 못하였다. 일반적으로 진로준비행동은 학년에 따라서는 점차 증가하는데(예, 김봉환, 1997; 김순

정, 2000; 김형균, 2003; 유희정, 2004; 이제경, 1997), 한 학기 중 학기 초와 학기 말 사이에 어떤 변화를 보이는지를 분석한 선행연구는 드물기 때문에 후속 연구를 통해 검토되기를 기대한다.

둘째, 진로탐색 교과목 수강여부는 대학생활적응도의 향상을 가져오긴 했지만, 그 차이가 통계적으로 유의미하지 않았다. 구체적으로 살펴보면, 수강집단과 비 수강집단에 모두 대학생활적응도의 증가를 보였다. 진로탐색 교과목이 대학생활적응도를 향상시켜 줄 수 있을 것이라는 가설은 두 가지 선행연구 결과에 근거하고 있다. 먼저, 미국의 진로탐색 교과목 효과에 대한 동향분석 결과에서 진로탐색 교과목은 진로발달의 촉진과 더불어, 학교적응의 향상, 학점의 향상, 중도탈락의 감소, 취업률 제고 등의 효과를 나타낸다고 결론을 내리고 있다 (Folsom & Reardon, 2003). 그리고 우리나라 대학생을 대상으로 한 연구에서 진로발달과 대학생활적응도의 정적 상관관계가 확인되어 대학생들의 학교적응을 조력하기 위해 진로발달 촉진 프로그램의 실시를 제안하고 있다(예, 장경문, 2005; 황매향·박혜영, 2005). 이 연구에서는 수강집단에서 대학생활적응도의 향상을 보이기는 했지만, 비 수강집단에서도 대학생활적응도의 향상을 보였기 때문에, 수강집단의 대학생활적응도 향상이 진로탐색 교과목의 효과인지 단순한 시간의 경과 등 다른 변인에 의한 변화인지를 확인하기 어렵다. 또한 대학생활적응도는 진로발달과 달리 진로탐색 교과목의 즉시적 효과보다는 후속 효과로 나타날 가능성이 높은 변인으로 추수검사를 통해 보다 명확한 증가를 확인하게 될 가능성도 있다. 따라서 이 부분도 후속 연구가 필요한 부분이다.

셋째, 이 연구에서 살펴본 진로탐색 교과목(진로 및 경력개발) 수강의 효과성에 대한 결과를 토대로 보면, 대학이 학생들의 진로결정, 진로준비, 진로탐색을 지원하는 체계적 진로지도 개입의 방법으로 진로탐색 교과목을 개설하거나 또는 개설된 교과목을 교양필수과목으로 지정하는 방법을 통해 학교 졸업 후 취업으로의 연계과정을 촉진시킬 필요성이 있음을 알 수 있다. 즉, 이 연구의 결과는 진로관련 과목을 수강함으로써 진로결정에 도움을 주는 첫 단계인 자기이해의 폭을 넓혀 진로정체감을 높여줄 수 있고, 자기이해와 직업세계 탐색을 통해 진로선택에 대한 진로결정수준을 높여 주며, 생애설계, 목표성취, 장애극복 등의 과정을 통해 선택된 진로에 대한 진로준비행동을 높여줄 수 있음을 시사한다.

이 연구는 진로탐색 교과목에 대한 효과검증 연구의 초기 단계 연구로 그 결과를 일반화하는 데 많은 한계를 가지고 있다. 먼저, 이 연구에서 분석 대상으로 한 진로탐색 교과목은 1개 대학에서 개발되고 운영된 것으로 그 대학의 특성을 반영하고 있다. 따라서 이 연구의 결과를 모든 대학의 진로탐색 교과목에 적용하는 것에는 무리가 있을 것이다. 이 연구를 출발점으로 하여 각 대학별 개설된 여러 가지 진로관련 강좌에 대한 효과성 검증 연구가 활발히 진행되기를 기대한다. 마찬가지로 이 연구는 1개 학기 2개 반의 강의의 효과만을 분석하

였으므로 전공별, 성별, 학년별, 강사별 차이에 대한 정확한 연구로는 미흡하다. 대학생들의 진로발달 요구는 전공별, 성별, 학년별, 강사별로 차이가 나기 때문에, 향후 개발되는 진로관련 교과목도 전공별, 성별, 학년별, 강사별로 특화될 필요가 있고, 이에 따라 교과목의 효과도 세분화하여 검증해야 할 것이다.

연구결과의 일반화의 한계만이 아니라 진로탐색 교과목의 효과 측정에 있어서도 한계를 가지고 있다. 먼저, 진로탐색 교과목의 효과와 성장에 따른 효과를 구분하기 위해, 진로탐색 교과목을 수강하지 않는 학생들을 통제집단으로 설정하였는데, 두 집단의 동질성이 충분히 확보되지 못하였다. 이것은 이미 수강신청이 완료된 자연 집단에서 편의 표집을 하면서 발생된 문제라고 할 수 있다. 또한 효과의 지표로 진로정체감, 진로결정수준, 진로준비행동, 대학생활적응도를 설정하였으나, 수강생의 만족도, 학점의 변화, 진로에 대한 태도의 변화 등을 확인하지 못했다. 나아가 진로탐색 교과목을 수강한 학생들이 향후 취업에 얼마나 성공하게 되는지에 대한 종단적 자료가 확보된다면 더욱 바람직할 것이다.

이러한 여러 가지 한계점에도 불구하고, 이 연구는 대학에서 실시하고 있는 진로탐색 교과목이 대학생들의 진로발달을 촉진하고 나아가 대학생활에 잘 적응할 수 있도록 도와줄 가능성이 있음을 보여주었다는 점에서 의의가 있다. 이 연구의 효과검증 대상인 진로탐색 교과목(진로 및 경력개발)은 '자신이 살고 싶은 삶', '자기이해', '직업세계 이해', '생애 계획하기', '목표 성취하기', '취업에 성공하기' 등의 여섯 가지 주제가 쓰기활동, 자신에 대한 객관적 피드백, 정보탐색, 역할모델, 관계망 형성 등의 방식으로 전달된 교육과정으로, 자신에 대한 탐색과 직업세계에 대한 탐색이 내면화될 수 있도록 이끈 점이 진로발달에 긍정적인 효과를 미친 것으로 사료된다. 이 점을 향후 진로교과 개발 및 운영자들이 반영하기 바라며, 보다 많은 진로상담 전문가들이 이러한 진로교과 개발, 운영 및 평가와 관련된 연구와 실제에 관심 갖게 되기를 기대한다.

## 참고문헌

- 강무섭·전도근 (2004). 청년실업문제해결을 위한 대학생 직업능력개발방안. 서울: 한국직업능력개발원.
- 강연옥, 이민희 (1995). 대학생 불적응척도(Mt)의 타당도 및 유용성에 관한 연구. 학생생활연구, 20, 1-13. 충북대학교 학생생활연구소.
- 고향자 (1992). 한국 대학생의 의사결정유형과 진로결정수준의 분석 및 진로결정 상담의 효과. 박사학위논문, 숙명여자대학교.
- 김봉환 (1997). 대학생의 진로결정수준과 진로준비행동의 발달 및 이차원적 유형화. 박사학위논문, 서울대학교.
- 김순정 (2000). 대학생의 진로발달유형과 심리적 독립관계. 석사학위논문, 서울대학교.
- 김은정 (1992). 대학생들의 학업적 적응과 심리적 적응. 연세상담연구, 8, 85-114. 연세대학교 학생생활연구소.
- 김은정, 이정운, 윤소연, 오경자, 조신권 (1993). 대학생들의 학업적·심리적 적응: 1년간 추적연구 I. 연세상담연구, 9, 87-127. 연세대학교 학생생활연구소.
- 김은진 (2001). 부모에 대한 심리적 독립과 애착이 대학생의 진로 결정 수준에 미치는 영향: 자아정체감 수준을 매개로. 석사학위논문, 연세대학교.
- 김은하, 황매향 (2005). 대학생활 적응도 검사의 표준화 연구. 학생생활연구, 9, 29-42. 한국기술교육대학교 학생생활연구소.
- 김정기·강영옥·최명식 (1998). 대학생활 부적응 척도의 타당도 및 변별력에 관한 연구. 한국심리학회지: 건강, 3(1), 179-188.
- 김정기·김동민 (1994). 포항공대생의 정신건강 및 적응에 관한 연구. 대학생활연구, 8, 23-39. 포항공과대학교 학생생활연구소.
- 김형균 (2003). 대학생의 진로성숙도와 진로준비행동의 성별, 학년별 관계분석. 석사학위논문, 전주대학교.
- 민경화·김계현 (2001). 대학생활적응도테스트 개발. 미발표 보고서. 서울대학교 대학생활문화원.
- 서수균·김계현 (2002). 대학생활적응도테스트 타당화 연구. 학생연구, 36(1), 1-12. 서울대학교 대학생활문화원.
- 양승민 (2003). 대학생이 지각한 가족 상호작용양식과 진로결정 효능감간의 관계. 석사학위논문, 연세대학교.

- 유희정 (2004). 전문대학생의 자아분화정도에 따른 대학생활적응 및 진로준비행동. 석사학위논문, 전주대학교.
- 이제경 (1997). 진로결정수준과 진로준비행동 발달의 대학전공분야별 비교. 석사학위논문, 서울대학교.
- 이지영 · 김계현 (2002). 대학생생활적응도 온라인 검사의 표준화 연구. *학생연구*, 36(1), 13-23. 서울대학교 대학생활문화원.
- 임언 · 장홍근 · 윤형한 (2005). 직업진로교육의 실태 및 과제. 서울: 한국직업능력개발원.
- 장경문 (2005). 대학생의 진로결정수준과 학업적 자기효능감이 대학생활적응에 미치는 영향. *상담학연구*, 6(1), 186-196.
- 통계청 (2004). 경제활동인구 청년층 부가조사. 서울: 통계청.
- 황매향 편 (2005). 진로탐색과 생애설계. 서울: 학지사.
- 황매향 · 김지현 · 유정이 (2004). 대학생의 직업인식 발달연구. *아시아교육연구*, 5(1), 127-143.
- 황매향 · 박혜영 (2005). 대학생의 진로발달과 학교적응도와의 관계. *직업능력개발연구*, 8(2), 157-176.
- Blocher, D., Heppner, M. J., & Johnston, J. J. (2001). *Career planning for the 21 century*. Columbia, MI: University of Missouri.
- Brown, S. D. & Ryan Krane, N. E. (2000). Four (or five) sessions and a cloud of dust: Old assumptions and new observations about career counseling. In S. D. Brown & P. W. Lent (Eds.), *Handbook of counseling psychology* (3rd ed.) (pp.740-766). New York: Wiley.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society*, New York: Norton.
- Folsom, B. & Reardon, R. (2003). College career courses: Design and accountability. *Journal of Career Assessment*, 11(4), 421-450.
- Ginzberg, E., Ginsberg, S. W, Axelrad, S., & Herma, J. L. (1951). *Occupational choice: An approach to a general theory*. New York : Columbia University Press.
- Holland, J. L, Daiger, D. C., & Power, P. G. (1980). *My Vocational Situation*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Osipow, S. H., Carney, C. G., Winer, J., Yanico, B., & Koschier, M. (1980). *The Career Decision Scale* (3rd ed.). Columbus, OH: Marsthor Consulting and Press.

\* 논문접수 2006년 8월 27일 / 1차 심사 2006년 11월 28일 / 2차 심사 2007년 3월 7일

\* 황매향: 서울대학교 약학대학 약학과와 사범대학 교육학과를 졸업하고, 동 대학원 교육학과에서 교육상담으로 석사학위와 박사학위를 취득하였다. 현재 경인교육대학교 교육학과 교수로 재직 중이며, 주요저서로는 "청소년 발달문제와 상담", "청소년 학업상담", "상담과 심리검사", "진로탐색과 생애설계", "사례로 배우는 진로 및 직업상담" 등이 있다.

\* e-mail: maehyang@ginue.ac.kr

\* 손만익: 배재대학교 유전공학과를 졸업하고, 한국기술교육대학교 대학원에서 인력개발학과에서 진로 및 직업상담 석사학위를 취득하였으며, 현재 대전지방노동청 대전종합고용지원센터에 재직 중으로 취업알선, 고용안정사업, 실업급여, 중·고등학생 및 대학생에 대한 직업진로지도 등의 업무를 수행하고 있다.

\* e-mail: ultra-son@hanmail.net

\* 강혜영: 이화여자대학교 교육심리학과를 졸업하고 서울대학교에서 교육학 석사와 박사학위(교육상담전공)을 취득하였다. 현재 한국기술교육대학교 테크노인력개발전문대학원(진로 및 직업상담 전공) 전임강사로 있으며 주 관심분야는 진로 및 직업상담, 학업상담이다. 주요저서 및 논문으로 「상담속제 부여방법에 따른 숙제순응도의 차이」, 「상담기법으로서의 숙제부여방법 활용실태」, 「대학생 진로집단상담프로그램 내용분석: 진로탐색 및 취업면접훈련 프로그램을 중심으로」 등이 있다.

\* e-mail: hy9kang@kut.ac.kr



## Abstract

## The Effectiveness of A College Career Course

Hwang, Mae-Hyang\* · Son, Man-Ick\*\* · Kang, Hey-Young\*\*\*

The purpose of this study was to examine the effectiveness of the college career course which was developed and delivered at one university in Choongnam province. The differences in the levels of career identity, career decision, career preparation behavior and college adjustment before and after the career course were analysed. The participants of this study were recruited at the beginning of the semester among the students enrolled in the 2005 spring term. The participants were 109 students who took the 'Career Development' course and 74 students who did not take that course. The major findings of this study are as follows. Firstly, the levels of career decision, career identity and career preparation behavior were significantly different between the two groups after taking the course. Secondary, there were no significant differences in the college adjustment between two groups. This study indicates that the students who took a career course have more beneficial effects in the levels of career decision, career identity, and career preparation behavior than those who did not take a career course. The implications and limitations of this study were discussed.

Key words: college career course, career identity, career decision, career preparation behavior

---

\* Gyeongin National University of Education

\*\* Deajeon Job Center

\*\*\* Korea University of Technology & Education

## 부록: 진로탐색 교과목의 수업 내용

○○대학교의 학생들을 대상으로 하여 진행한 “진로 및 경력개발” 강좌는 전체 15주로 구성되었고, 매주 2시간씩 진행되었다. 수업의 구체적인 내용은 다음과 같다.

	학습 내용	목표	수업 방식	과제
1주	강의 소개	진로정체감 증진*	강의계획서 배포	
2주	영상물 상영		영화 옥도버 스카이	
3주	내 꿈의 변천사		자유형식 에세이	
4주	1장 내 삶의 주인되기		1장 연습문제	
5주	3장 가능성, 잠재성, 선택에 대한 탐색	진로결정수준 증진	Holland 검사 해석, 3장 연습문제	
6주	직업정보찾기 연습		on-line 이용 정보찾기 자율실습(4층 실습실 이용)	
7주	2장 일의 세계		정보찾기 결과에 대한 조별 활동 및 feedback 변화하는 직업세계 12개 주제 학습	정보찾기 결과물 제출
8주	중간고사 대체 과제		정보찾기 피드백 중심 재정보 찾기	
9주	4장 일생을 통한 계획세우기	진로준비행동 촉진	4장 연습문제 생애곡선그리기와 조별활동	중간고사 대체 과제 제출
10주	과제처리일			
11주	영상물 상영		영화 "제리 맥과이어" or "어바우트 슈미트"	"나의 강점찾기" 제출
12주	6장 목표설정 7장 수행촉진, 현실검증, 자원동원		6장 연습문제, 7장 연습문제	5장 소감문(1장) 제출
13주	8장 일을 잘 할 수 있도록 스스로를 돌보기 9장 진로장벽 뛰어넘기	8장 연습문제, 9장 연습문제, 조별활동	"목표점검표" 제출	
14주	10장 취업준비하기	구직기술 특강 및 실습		
15주	강의평가 기말고사 대체 과제 제출		나의 인생계획서(제공된 양식)	기말고사 대체 과제 제출

\* 진로정체감, 진로결정수준, 진로준비행동의 증진에 따른 효과로 대학생활적응도도 높아질 것이라고 기대할 수 있음.

## 제1장 내 삶의 주인되기

이 장에서는 인간 행복의 특성이 무엇인지 검토하면서, 삶의 질을 이루는 주요 구성요소인 통제와 몰입에 대해 수업하였다. 그리고 발달적 변화를 자기성장과 성공의 기회로 바꿀 수 있는 핵심 요소로 자기인식과 자아정체감을 소개 하였다. 진로실현과 생애설계의 기본개념을 논의하면서, 생애설계에 힘을 불어 넣고 방향성을 제시하는 발달적 동기의 역할에 대해 수업하였다.

## 제2장 일의 세계

이 장에서는 일의 세계의 변화의 여러 측면들에 대해 생각해 보았다. 진로계획에서 고려해야 할 12가지 중요한 주제들에 걸쳐 살펴볼 것이다. 그러나 여기에서 가장 어려운 점은 회사의 조직이 너무 다양하다는 것이다. 대부분의 업무환경이 일의 세계의 변화를 반영하지만 그렇지 않은 경우도 적지 않다. 어떤 회사들은 구세대와 동일한 방식으로 지금까지 운영해 오고 있지만 계속 좋은 성과를 내고 있다. 따라서 이 장에서 소개된 주제들은 회사들이 제공하는 기회와 도전을 보는 하나의 관점을 제공해 주는 것이다.

## 제3장 가능성, 잠재성, 그리고 선택에 대하여 탐색하기

이 장에서는 복잡하면서도 매력적인 진로 탐색과정과 진행과정에 대하여 이야기하고자 한다. 꿈, 흥미, 성격, 능력 등이 탐색 방향을 결정하는 데 어떤 영향을 줄 수 있는지를 살펴보고, 결정을 내리는데 도움을 줄 수 있는 일련의 연습문제를 제공하였다. 이 연습문제를 통해 이미 선택하였거나 앞으로 결정을 내리는 데 영향을 주는 요인들을 평가하고, 진로탐색을 촉진시킬 수 있도록 몇 가지 제안을 할 것이다.

## 제4장 일생을 통한 계획 세우기

이 장에서 우리는 사람들이 살아가면서 우연히 부딪치는 변화, 도전, 이행을 좀더 자세히 살펴볼 것이다. 우리는 성인의 생애계획 세우기에 중요한 기본 과제들을 기술하고, 예측 가능하거나 예측 불가능한 문제와 기회들을 모두 포함하는 인생의 계획세우기의 필요성에 대해 논의한다. ‘생애곡선 그리기’ 연습문제는 생활에서 중요한 사건들을 조사하여 일생을 조망하는 것과 미래를 위해 계획을 세우는 것을 지원하기 위해 제공된다.

## 제5장 성역할과 진로선택하기

이 장은 성역할이라는 맥락 속에서 여러분 자신을 탐색해 볼 수 있는 기회를 제공한다. 소년 또는 소녀로서 어떻게 자라왔는지가 여러분의 진로선택에 많은 영향을 미쳤을 것이고

지금도 영향을 미치고 있을 것이다. 이 장에서는 자신의 성역할, 사회화 과정과 진로선택 과정에서 성역할의 중요성에 관한 인터뷰 내용이 포함되어 있다. 이러한 성역할 과정의 결과 남성과 여성이 각각 경험하게 되는 문제나 어려움은 무엇인지 살펴보고, 성역할의 긍정적 측면에 대해서도 생각해 볼 것이다.

## 제6장 목표설정하기

이 장에서는 삶을 한 곳으로 집중시키고 삶의 방향을 제시해 주는 목표설정 과정과 목표설정의 힘에 대해 다룰 것이다. 목표를 설정하는 데 중요한 증거를 제시하고 자신의 목표설정 스타일을 점검할 수 있도록 할 것이다. 또한 목표설정에서 자신의 강점을 정확하게 평가하는 것이 얼마나 중요한지 알아볼 것이다. 연습문제는 자신만의 스타일을 확인하고, 자신의 강점을 평가하고, 에너지를 집중시킬 우선순위를 정할 수 있게 해주는 구체적 목표설정을 도울 것이다.

## 제7장 수행촉진, 현실검증, 자원동원

이 장에서는 자신이 세운 목표를 현실화하는 하나의 과정으로서 수행촉진을 다룰 것이다. 또한 많은 어려움을 이겨내고 자신이 세운 목표에 몰입하여 행동하도록 도와주는 기본적인 자세인 성취동기, 자기통제감, 낙관성의 중요성에 대해 살펴볼 것이다. 이러한 논의는 자신의 목표를 달성하는 데 필요한 전략을 실천계획으로 바꾸어 놓을 것이다.

## 제8장 일을 잘 할 수 있도록 스스로를 돌보기

이 장에서는 진로실현 과정에서 경험하는 스트레스를 어떻게 받아들이고 대처할 것인가를 살펴볼 것이다. 또한 자기 돌봄, 사회적 지지라는 매우 밀접하게 관련된 두 개념에 대해 알아볼 것이다. 나아가 스스로를 더 잘 돌보고 적절한 친구를 사귀도록 하는 구체적 전략을 세우는 것을 도울 것이다. 그리고 이 과정에서 한 가지 과업에만 자신을 온통 빼앗기지 않고 여러 가지 일을 균형 있게 처리할 수 있는 방법을 배울 것이다.

## 제9장 진로장벽 뛰어넘기

이 장에서는 진로목표를 달성하고 직업을 선택하는 과정에서 매순간 필연적으로 만나게 되는 진로장벽을 이해하고 극복하는 방법에 대해 논의할 것이다. 그리고 진로목표를 향해 나아가는 데 필요한 효과적인 문제해결 과정을 단계별로 소개하고, 문제에 대처하는 능력이 향상될 수 있도록 도울 것이다.

## 제10장 취업준비하기

이 장에서는 지금까지의 학습내용을 종합하여 실제적인 진로선택 과정에 필요한 구직기술에 대해 알아볼 것이다. 이제부터 자기 내면에 대한 관심에서 잠시 눈을 돌려, 여러분이 원하는 일자리를 제공해 줄 고용주들에게 어떻게 자신을 잘 소개할 것인가에 초점을 두기 바란다. 이력서와 자기소개서, 면접방식에 대한 지침은 큰 꿈을 위해 도전하는 여러분의 첫 발걸음을 도와 줄 것이다.