

진로 의사결정 과정에서 정서의 역할에 대한 탐색적 논의*

공윤정(孔允貞)**

논문 요약

이 연구에서는 진로 의사결정 과정에서 정서의 역할을 이론적, 경험적인 연구 결과를 토대로 탐색하고, 진로 상담에서 정서를 통합하여 활용할 수 있는 방안을 논의하였다. 진로 상담의 이론 중 진로구성이론과 맥락적행동이론에 근거하여 개인의 정서와 정서적 맥락이 진로이야기를 구성하고 진로를 선택하는데 어떤 역할을 하는지를 탐색하였고, 정서지능의 이론을 토대로 정서와 진로 의사결정의 관련성을 살펴보았다. 경험적인 연구들은 대학생과 성인 대상의 정서와 진로 의사결정과의 관련성을 탐색한 연구결과들을 리뷰하였다. 문헌 연구의 결과 진로구성이론에서는 진로선택에 영향을 미치는 중요한 진로경험은 많은 경우 정서적 각성을 동반한 경험이라고 보고 있으며, 정서는 진로 주제를 찾고 진로이야기를 구성하는 데 중요한 단서로 활용되었다. 맥락적행동이론에서는 개인의 진로행동은 배경이 되는 정서적 맥락을 파악했을 때 잘 이해할 수 있으며, 정서는 개인의 동기, 진로관련 행동의 조절 및 통제에 영향을 주는 것으로 간주하였다. 경험적 연구결과에 따르면, 진로 의사결정의 어려움은 우울 및 불안과 같은 정서적 문제와 공존하는 경우가 많았으며, 진로 의사결정 과정에서 경험하는 정서는 정보로 활용되어 진로정보탐색 및 진로선택에 영향을 줄 수 있는 것으로 나타났다. 진로 의사결정을 위한 상담에서 정서를 통합하여 다루기 위한 방법에 대한 논의가 이루어졌으며, 진로 상담에서 정서를 효과적으로 활용하기 위한 후속 연구과제가 제안되었다.

주요어 : 진로 의사결정, 정서, 진로미결정, 진로구성이론, 맥락적행동이론, 정서지능

진로 상담에서는 오랫동안 자신의 인식과 직업세계의 인식, 합리적인 의사결정에 의한 개인과 직업의 매칭 등 인지적인 이해와 합리성이 중요한 주제로 다루어져 온 데 반해, 최근에는 진로이론 및 진로 상담에서 정서의 역할이 과소평가되어 왔으며 앞으로의 진로 상담에서 보다 중요하게 다루어져야 한다는 점이 논의되고 있다(Hartung, 2011; Kidd, 1998; Puffer, 2011). 최근의 직업세

* 이 논문은 2012학년도 경인교육대학교 교내 학술연구비 지원을 받아 작성된 것임

** 경인교육대학교 교육학과 교수

계는 다양한 직업의 생성과 소멸, 국제화와 세계화, 고용의 불안정성 등 이전과 비교되는 빠른 변화가 일어나고 있고(Bluestein, 2006), 고용의 불안정성이 커지면서 개인은 대학 전공의 결정에서부터 초기 직업선택, 이직 및 실직 등에 따른 진로전환 등 진로의사결정을 일생동안 여러 번 거치는 것이 자연스러운 일이 되었다.

진로의사결정에서는 개인과 직업환경의 특성에 대한 객관적인 정보를 수집하고 이에 기반한 합리적인 의사결정이 중요하게 다루어지면서(Harren, 1979) 정서의 관여방식과 역할은 크게 주목받지 못하였다. 그런데 진로의사결정 과정은 인지적 과정인 동시에 정서적인 과정이며(Kidd, 1998; Sampson, Peterson, Reardon, & Lenz, 2000), 합리성을 강조한 모델만으로는 진로의사결정 과정의 복잡성을 충분히 이해하고 조력하지 못한다는 논의(Emmerling, & Cherniss, 2003; Hartung, 2011)가 비교적 꾸준히 이루어지고 있다. 정서는 고려하는 대안의 수, 진로탐색에 들이는 시간과 노력, 정보를 통합하는 방식 등 진로의사결정의 전 과정에 영향을 준다는 것이다(Emmerling, & Cherniss, 2003). 실제 진로의사결정 과정에서 개인은 합리적 선택을 내리는 데 필요한 충분한 정보를 갖고 있지 않거나, 충분한 정보를 갖고 있다고 하더라도 그러한 정보를 적절하게 사용할 수 있는 충분한 인지적 능력을 갖고 있지 않은 경우도 많다(Krieshok, Black, & McKay, 2009). 이때 진로의사결정은 주어진 정보를 이용해 최적의 선택을 하기보다는, 우리가 만족할 만한 선택을 하는 방향으로 일어난다고 간주된다(Krieshok et al., 2009).

진로의사결정에서 인지적 측면에 대한 강조는 진로상담에도 반영되어, 일반적인 심리상담에서 정서의 인식과 처리가 핵심적인 과제로 중요하게 다루어져 온데 반해(Greenberg, & Paivio, 1997) 진로상담에서는 정서경험이 중요하게 통합되어 다루어지지 못하였다. 전통적인 진로상담에서 정서는 인지적인 특성에 비해 주변적으로 받아들여지거나 간과되었으며(Puffer, 2011), 불안 문제와 결부되어 부정적인 측면 위주로 다루어지기도 하였다(Gati, Gadassi, Saka et al., 2011). 이에 반해서 Hartung(2011)은 정서는 우리가 특정한 진로행동을 왜 하는지에 대한 답을 제시해 줄 수 있다는 면에서 그 중요성을 강조하였다. 진로행동에서 정서의 동기적 측면을 강조한 Hartung의 견해는 Lazarus(1991)의 정서에 대한 견해에 근거하는데, Lazarus는 정서가 개인의 내재된 성향 중 성격의 일부로 환경에 대한 반응을 결정하기도 하고, 또한 환경 자극에 대한 반응 결과로 나타나기도 하는 두 가지 측면을 가진다고 보았다. 환경에 대한 반응으로 생성되는 정서는 이후 우리의 대처행동에 영향을 미치는 중요한 동기 요인이 되는데, 분노나 불안을 느낄 때 이러한 감정을 줄이기 위한 행동을 취하는 것이 그 예이다.

진로의사결정을 위해 상담을 신청하는 내담자들은 진로문제로 인해 스트레스를 경험하고 있을 가능성이 높으며(Gati, Krausz, & Osipow, 1996), 스트레스는 우울과 같은 정서적 어려움을 동반하는 경우가 많다. 대학생들이 선택한 전공과 진로에서 원하는 만큼의 성취를 얻지 못하거나 원하는 직업에 진입하기 위한 노력이 실패로 돌아간다면, 이후의 진로의사결정 과정은 그만

끔 불안을 동반한 힘든 과정일 수 있다. 성인들은 현재 직장에서의 불만으로 인한 이직의 고려, 실직, 해고 등을 경험한 후 진로상담을 찾는 경우가 많은데 이런 경험은 흔히 좌절감, 분노, 우울감, 불안 등의 감정과 관련된다(Joseph, 2003). 정서가 일반적으로 주의, 기억, 일반적인 정보처리 과정에 영향을 미친다는 것을 고려하면(Rottinghaus, Jenkins, & Jantzer, 2009), 상담에 오는 내담자들의 우울, 불안, 분노를 포함한 다양한 정서는 이들의 진로의사결정에 영향을 미칠 것으로 가정할 수 있다. 진로상담에 관한 최근 연구에서는 인간중심상담이론 등 정서 중심의 개인상담 이론들을 진로집단상담에서 활용하기도 하지만(손은령, 이순희, 2011), 실제 상담에서 개인상담의 이론들이 진로의사결정 과정에 어떻게 적용되고 있는지는 분명하지 않다. 정서를 진로상담에 통합하는 데 있어서의 어려움은 직업상담자를 대상으로 한 요구조사에서도 나타나는데, 직업상담자들은 정서적 어려움이 있는 내담자들의 진로의사결정을 돕기 어렵다고 하면서 도움이 필요한 영역으로 지목하였다(탁진국, 이상희, 공윤정, 은혜경, 2011).

따라서 이 연구에서는 진로의사결정 과정에 나타나는 정서의 역할을 이론적, 경험적인 연구를 통해 탐색하고, 진로의사결정을 위한 상담에서 정서를 어떻게 통합하여 활용할 수 있을 것인지를 살펴보려고 한다. 구체적인 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 개인의 정서는 진로의사결정과 어떻게 관련되는가? 둘째, 진로의사결정을 위한 상담에서 정서를 어떻게 통합하여 다룰 수 있는가? 이러한 질문에 답하기 위하여 정서가 진로의사결정과 어떻게 관련되는지를 이론적, 경험적인 연구들을 중심으로 리뷰하였고, 진로상담에서 정서를 통합해서 다루기 위한 방안을 논의하였다.

I. 정서와 진로의사결정: 이론적 탐색

Hartung(2011, p.297)은 정서가 우리가 특정한 행동을 왜 하는지에 대한 설명을 제공함으로써 “사람들이 세상에 의미를 부여하는 통로”가 되며, 정서의 이런 측면은 진로구성이론(career construction theory) 혹은 사회구성주의 이론(social construction theory)(Savickas, 2013)의 “의도적인 의미 구성과정”을 중시하는 측면과 맞아 있다고 보았다. 주관적으로 경험하는 정서가 상담에서 중요하게 다루어지는 것처럼, 진로구성이론에서도 진로 경험에 대한 객관적인 평가보다 내담자의 주관적인 경험과 의미부여가 진로선택에서 중요한 역할을 하는 것으로 여긴다. 이에 따라 Hartung은 진로상담에서 정서를 활용하는 이론적인 근거로 진로구성이론을 제안한 바 있는데, 이 연구에서도 이런 맥락에서 정서와 진로의사결정의 관련성을 설명하는 이론적 근거로 진로구성이론을 포함한 사회구성주의 진로이론을 제시하였다. 사회구성주의 진로이론들 중 맥락적행동이론(contextual action theory)(Young, & Popadiuk, 2012; Young, Valach, & Collin,

2002)에서는 진로행동이 일어나는 맥락 중 정서적 맥락을 중요하게 간주하며, 이에 따라 진로행동의 정서적 맥락을 탐색한 일련의 연구들을 발표하였다. 따라서 맥락적 행동이론에서 정서와 진로행동과의 관련성을 보는 견해도 함께 탐색하였다. 진로이론은 아니지만 정서지능의 이론도 최근에 진로발달과 관련해 다양하게 적용되고 있는데, 여기에서는 정서지능 이론에 기반해 정서가 진로의사결정과 어떻게 상호작용할 수 있는지를 함께 제시하였다.

사회구성주의 진로상담이론들(Savickas, 2013; Young et al., 2002)에서는 이론에 따라 초점이 약간씩 다르기는 하지만 개인의 삶의 이야기에 포함되어 있는 패턴을 발견하고 개인의 경험에 의미를 부여하며, 이를 통해 내담자가 자신의 삶의 이야기를 찾고 재구성해나가는 과정을 중요하게 여긴다. 진로상담에서는 내담자가 자신의 경험을 이야기하고 경험에 의미를 부여하며, 발견한 의미와 패턴에 기반해 미래에 대한 이야기를 만들어나가면서 진로를 찾아나가도록 돕는 과정을 취한다. 내담자가 진로이야기를 재구성하는 과정에서 정서의 역할이 중요한 한 부분으로 다루어진다.

진로구성이론(career construction theory)(Savickas, 2013)에서 개인은 진로관련 행동에 의미를 부여함으로써 스스로 자신의 진로를 구성해 나간다고 여긴다. 내담자는 자신의 진로에 대해서 고유한 이야기(narrative)를 만들어 나가는데, 내담자의 이야기에는 직업성격, 발달과업, 진로적응성, 생애 주제의 네 가지 주된 영역이 포함되어 있다. 네 가지 영역에서 내담자의 삶의 주제를 찾아나가는 과정은 진로양식면접(career style interview)을 통해서 이루어진다. 진로양식면접에서 상담자는 내담자의 어린 시절부터 진로경험을 회상하도록 하면서, 여기에서 드러나는 삶의 주제를 찾아 내담자의 생애초상화(life portrait)를 그려나가도록 돕는다. 생애초상화는 내담자의 정서적 현실과 주제(emotional realities and themes)를 분명하게 끌어내기 위해 사용하는 방법이며, 내담자의 삶의 이야기에서 드러나는 열정을 발견하기 위한 것이다(Savickas, 2013; Sharf, 2013). 내담자가 회상하는 특정 시점의 진로경험에는 흔히 정서경험이 동반되는데, 이런 정서수반이야기(emotion-laden narrative)는 내담자가 삶에서 중요하게 생각하는 열정, 삶의 방향, 동기나 목표 등이 무엇인지 말해주는 단서가 된다. 이 과정에서 내담자에 대한 상담자 자신의 반응과 감정도 내담자를 이해하는 데 도움이 되는 자료로 중요하게 다루어진다. Savickas(2013)는 생애초상화를 통해 내담자의 현재의 삶이 내담자의 열정과 일치하거나 불일치하는지 통찰해보도록 돕고, 이를 통해 변화에 대한 결심 즉 진로선택을 도울 수 있다고 하였다.

Young과 Popadiuk(2012; Young et al., 2002)의 맥락적행동이론에서는 인간 행동의 목적성을 중요하게 여기며 행동의 의미를 이해하기 위해서는 행동 그 자체 뿐만 아니라 행동이 이루어지는 맥락을 중요하게 고려해야 한다고 주장한다. 인간의 모든 행동은 의도성을 가지고 이루어지는데, 의도를 가진 가장 기본적인 수준의 행동이 타인과의 대화라고 보았다. 의도를 가지고 수행하는 가장 작은 활동 단위가 행동(action), 같은 목적을 가지고 일정한 시간동안 지속적으로 이루

어지는 몇 가지 행동들로 구성되는 과제(project), 과제가 좀 더 오랜 기간 동안 축적되어 이루어지는 일련의 과정을 진로(career) 라고 본다. Young과 Popadiuk(2012)은 행동이 이루어지는 맥락(관계, 문화 등) 중 정서적인 맥락(부정적-긍정적, 긴장, 방어 등)과 정서적 의사소통의 중요성을 강조했는데, 이는 정서적 맥락에 따라서 같은 내용이라도 다르게 받아들여질 수 있고, 대화의 지속 여부나 대화 내용의 수용 정도가 영향을 받는다는 가정에 따른 것이다(Young, Paseluikho, & Valach, 1997).

맥락적행동이론에서 정서는 심리내적인 면에서 다음과 같은 세가지 수준에서 개인에게 영향을 미치는 것으로 간주된다(Young et al., 2002). 첫째, 목표 수준에서 정서는 개인의 진로행동을 동기화하여, 진로관련 행동이 힘들거나 지루할 때라도 계속 해나갈 수 있는 동기를 부여한다고 보았다. 둘째, 행동전략 수준에서 진로와 관련해 개인이 어떻게 행동할 지에 영향을 주어 전반적인 진로관련 행동을 조절하고 통제하는 역할을 하게 된다. 셋째, 정서는 전반적인 진로이야기의 핵심이 된다. 개인의 진로관련 이야기에서 정서는 타인과의 상호작용의 바탕에 스며들어 있기도 하고, 어떤 말을 해서 이야기를 끌어내갈지의 목적성에도 영향을 주어 진로이야기를 구성하고 발달시켜 나가는 데 핵심적으로 활용되는 요소로 작용한다.

맥락적행동이론에 기반한 상담(Young, & Popadiuk, 2012)에서는 내담자가 자신의 과거와 현재, 미래가 연결되어 있다는 것을 통찰하고, 과거와 현재 행동을 분석해 미래의 진로를 위한 이야기를 만들어가도록 돕는다. 미래의 진로이야기가 만들어지면 만들어진 이야기가 내담자에게 목표를 부여하고(즉, 진로의사결정이 이루어지고), 이를 통해 현재의 진로행동을 계획하고 실행해 나갈 수 있도록 돕는다. 예를 들어 정서에 대한 이해와 표현이 부족한 내담자에게 정서경험을 반영하고 표현할 수 있도록 도와서, 적절한 정서적 통로가 있는 이야기를 구성할 수 있도록 돕는 것도 맥락적행동이론에 따른 상담의 한 예가 된다(Young, & Popadiuk, 2012).

진로이론은 아니지만 최근에는 정서지능 이론을 진로의사결정에 적용하려는 시도도 꾸준히 진행되고 있다(김중운, 박성실, 2011; Emmerling, & Cherniss, 2003). 정서지능이론은 Mayer와 Salovey(1997)의 이론이 광범위하게 활용되는데, 이들은 정서지능이 정서의 지각과 표현, 정서와 인지의 통합, 정서 이해, 정서 조절의 네 범주로 구성된다고 보았다. 정서와 의사결정에 관한 연구결과들과 정서지능 관련 연구들을 리뷰한 후 Emmerling와 Cherniss(2003)는 정서지능이 크게 다음의 두가지 측면에서 진로의사결정에 영향을 줄 수 있을 것으로 기술하였다. 첫째, 정서지능이 높은 사람은 특정한 상황에서 자신의 정서경험이 어떤 결과를 낳을 지 예측할 수 있기 때문에, 자신의 정서에 근거해 진로의사결정에 내재된 위험을 어느 정도는 예측가능하게 평가할 수 있다. 따라서 정서지능이 높은 사람은 의사결정과정에서 느끼는 자신의 정서를 지각하고, 정서를 활용하여 자신이 보다 만족스러운 결과를 얻을 수 있는 진로를 선택할 수 있다는 것이다. 둘째, 개인은 진로의사결정 과정에서 다양한 정서를 경험하는데, 이때 구체적인 정서에 내재된 행

동경향성으로 인해 특정한 사고방식과 문제해결 접근을 취하게 된다고 보았다. 예를 들어, 분노는 충동적인 진로의사결정과 관련되고, 두려움(불안)은 불만족스럽지만 현재의 진로에 머무르게 하는 등 개별적인 정서는 고유한 의사결정 패턴과 관련될 것이라고 보았다(Emmerling, & Cherniss, 2003). 대학생의 정서지능과 진로의사결정과의 관련성을 탐색한 국내연구에서 정서지능 중 정서인식, 정서와 인지의 통합, 정서조절은 진로결정과 관련되었고(김종운, 박성실, 2011), 정서지능의 하위요인 모두는 진로탐색자기효능감과 상관이 있는 것으로 나타났다(정승현, 김금미, 2010). 진로탐색자기효능감이 높으면 결국 활발한 진로 탐색을 통해 진로의사결정에 기여하는 것으로 볼 수 있다.

개인의 진로이야기에 포함된 정서는 중요한 진로경험을 찾아내고 의미화하며, 진로목표를 설정하게 하는 하나의 단서로 중요하게 다루어진다. 진로의사결정에 영향을 미치는 정서는 개인의 심리내적 경험일 수도 있고 진로행동이 이루어지는 정서적 맥락일 수도 있다. 이상의 이론들은 진로와 관련한 현상을 탐색하고 그것을 기반으로 정서와 진로의사결정간의 관계에 대해서 제시하고 있지만(Young et al., 1997), 이론적 입장에서 진로상담을 진행하고 개입의 효과를 탐색한 연구는 거의 이루어지지 않았다. 이에 반해서 다음에서 다루고 있는 정서와 진로의사결정의 관계에 관한 경험적인 연구들은 상당부분 탈이론적으로 진행되어 왔다.

II. 정서와 진로의사결정: 경험적 연구결과

경험적인 연구결과는 대학생 대상의 정서와 진로의사결정의 관련성에 대한 연구들, 성인기의 진로전환과정에서 관련되는 정서들, 그리고 정서와 일반적인 의사결정과의 관계에 대한 연구들을 중심으로 기술되었다. 정서와 일반적인 의사결정의 관련성에 대해서는 진로와 별개로 오랫동안 연구가 진행되어 왔는데, 이 연구들의 결과는 정서와 진로의사결정의 관계에도 시사하는 바가 있다.

정서와 일반적인 의사결정과의 관련성에 관한 연구들은 긍정적 정서 혹은 부정적 정서가 의사결정에 미치는 영향을 탐색한 연구와(Schwarz, 2000), 이를 더욱 세분화하여 구체적인 정서가 의사결정에 미치는 영향을 탐색한 연구들(Lerner, & Keltner, 2000; Lerner, & Keltner, 2001)로 구분해 볼 수 있다. 부정적 정서 상태는 주어진 상황의 세부적인 요소에 주의를 기울이게 하고 현재 상황이 문제가 있을 수도 있다는 정보를 주는데 반해, 긍정적 정서는 현재 환경을 보다 괜찮은 것으로 지각하게 하고 편안한 상태에서 세부적인 정보보다는 기존의 지식에 의존해 의사결정을 하도록 하는 경향이 있다(Schwarz, 2000). 이때 정서는 의사결정을 위한 하나의 정보의 역할을 한다. 이에 반해 같은 부정적 정서라 하더라도 이를 개별 정서로 세분해서 보면, 두려운

감정일 때에는 주어진 상황에서의 위험을 높게 평가하는데 반해 분노를 느낄 때에는 실제보다 위험 정도를 낮게 평가하는 것으로 나타났다(Lerner, & Keltner, 2000). 그 결과 같은 상황에서 분노를 느낄 때 위험한 행동을 선택할 가능성이 커지는 반면, 두려움을 느낄 때에는 위험을 크게 지각함으로써 회피하는 선택을 할 가능성이 높아진다(Lerner, & Keltner, 2001). 이 연구의 결과는 정서의 긍정성, 부정성 보다는 개별 정서가 가진 속성이 이후의 의사결정과 관련될 수 있음을 보여준다. 의사결정에는 현재의 정서뿐만 아니라 의사결정을 했을 때 어떤 감정이 생길지에 대한 기대, 즉 기대정서도 의사결정에 영향을 주는 것으로 나타나는데(Loewenstein, & Lerner, 2003), 의사결정을 한 이후에 후회나 실망을 할 가능성이 있으면 이런 감정을 피하는 방향으로 의사결정을 하기도 한다는 것이다(Schwarz, 2000).

두려운 상태에서 위험의 과다지각 및 이에 따른 회피 행동의 선택과 관련된 부분은 진로의사결정과도 밀접하게 관련된다. 정서와 진로의사결정의 관계를 다루는 연구들은 주로 대학생들의 진로미결정에 영향을 주는 정서적, 성격적 변인을 함께 탐색하였는데, 그 중 신경증과 부정적 정서성, 상태 불안 및 특성 불안, 우울 등은 진로미결정과 관련되는 주요 정서 변인으로 다루어져 왔다(Brown, Hacker, Abrams et al., 2012; Gati et al., 2011; Kelly, & Lee, 2002; Meldahl, & Muchinsky, 1997; Saka, Gati, & Kelly, 2008). 진로미결정과 관련해 밝혀진 정서적 요인들을 종합해 보면 다음과 같다.

첫째, 신경증 및 부정적 정서성 요인이다(Brown et al, 2012; Gati et al, 2011; Meldahl, & Muchinsky, 1997; Saka et al., 2008). 신경증과 부정적 정서성이 높은 사람은 가능한 진로대안들의 부정적인 측면에 초점을 기울이는 경향성 때문에 진로대안들에 대한 불만이 커지고, 결국 좋은 선택이라고 여길 수 있는 진로대안이 없는 상태가 된다는 것이다(Brown et al., 2012). Brown 등은 신경증이 높은 사람들은 이러한 이유로 진로의사결정 과정에서 높은 스트레스를 경험하며, 관련 스트레스를 피하기 위해 회피적 행동을 선택하기 쉽고 이로 인해 유실 foreclosure)과 유사한 선택을 할 가능성이 높아진다고 보았다. 신경증이 높은 사람들은 진로탐색의 과정과 결과에 대한 부정적인 기대를 하고, 이러한 부정적 기대는 선택불안을 낳으면서 결과적으로 진로 정보 부족에도 영향을 주는 것으로 나타난다(Kelly, & Shin, 2009). 상태불안이 높은 대학생들도 불안이 낮은 비교집단에 비해서 진로탐색행동을 덜 하는 것으로 나타났다(이현주, 2009).

둘째, 진로 선택 및 선택한 진로에 대한 헌신(commitment)과 관련한 불안감이다(Brown et al, 2012; Gati et al, 2011; Kelly, & Lee, 2002; Saka et al., 2008). 선택 및 헌신에 대한 불안이 높은 사람들은 자신이 우유부단하고 결정을 잘 못 내린다고 생각하면서, 현실적으로 선택가능한 몇 가지 대안을 놓고도 혹시 더 나은 대안을 제외하거나 혹은 나중에 후회할 것에 대한 두려움 때문에 선택과 헌신을 어려워한다(Saka et al., 2008). Brown 등(2012)은 이들이 상담에 대한 동기도 높고 고려하는 진로 대안에 대한 정보도 상대적으로 많이 가지고 있지만, 더 많은 정보를 원

하고 상담에서 변화도 별로 없기 때문에 상담자가 좌절하기 쉬운 내담자라고 보았다. 혹시 모르는 상황 때문에 모든 대안을 열어두길 원하기 때문에 가능한 늦게까지 선택을 미룰 수 있다는 것이다.

셋째, 연구자에 따라서 개별적으로 보고되는 요인으로 중요한 타인이 자신의 선택에 동의하지 않아서 일어나는 대인관계 관련 갈등(Brown et al., 2012), 미래가 확실하지 않고 모호한 데서 오는 불안감(Saka et al., 2008), 선택한 진로에서 실패할까봐 걱정하는 선택의 결과에 대한 불안감(Gati et al., 2011; Saka et al., 2008) 등이 진로미결정과 관련되는 정서 요인으로 보고되었다. 국내 연구에서도 우울이나 실수에 대한 염려, 자신의 수행에 대한 의심 등은 여대생의 진로미결정과 관련되었으며(송지은, 이정윤, 2013), 대학생들은 진로를 구체적으로 결정해나가는 과정에서 자신감 부족과 혼란, 실패에 대한 두려움 등을 광범위하게 경험하는 것으로 나타난다(임은미, 2011). 실패에 대한 불안은 전공전환을 고려하는 대학생에게서도 핵심적인 경험으로 보고되었는데(이수진, 임은미, 2012), 진로 및 직업에의 진입장벽이 높은 국내 상황에서는 선택한 진로에 진입하지 못할 것에 대한 두려움, 즉 실패에 대한 두려움이 진로의사결정과 관련해 좀 더 연구될 필요가 있을 것이다.

한편 진로의사결정을 한 대학생들은 미결정 상태의 또래들보다 덜 우울하기는 하였지만, 긍정적 혹은 부정적 정서성의 면에서는 진로결정 상태에 따른 집단간 차이가 없어(Rottinghaus et al., 2009) 진로미결정자들이 진로결정자에 비해 평균적으로 더 부정적인 기질을 가졌다고 볼 수는 없었다. 이러한 결과는 진로미결정에 영향을 주는 정서적 요소 중 하나로 부정적 정서성을 꼽은 것(Brown et al., 2012; Gati et al., 2011)과 상충되는 것으로 보이기도 하는데, 이는 신경증이나 부정적 정서성이 진로미결정자 전체가 아니라 일부 집단에 해당되는 요인이기 때문으로 추측해 볼 수 있다. 실제로 대학신입생 중 미결정 정도가 높고 신경증 정도가 높은 집단은 전체 신입생의 20% 정도에 해당하였으며, 이 집단은 진로 미결정자 중 신경증 정도가 낮은 집단과는 구분되는 것으로 나타났다(Feldt, Ferry, & Bullock et al., 2011). 진로미결정 상태의 대학생들은 진로문제에 의한 다양한 이차적인 증상을 경험하기도 하였는데, 여기에는 의욕상실, 불안 및 초조함, 자신감 하락, 정체성의 혼란 등(선혜연, 이제경, 김선경, 2011)의 부정적인 내적 경험이 포함되었다.

정서와 진로의사결정의 관계는 진로전환을 경험한 성인 대상의 연구에서도 보고되고 있다. 성인의 진로전환은 승진에서의 좌절, 현재 직장에서의 실망(양안나, 2010), 비자발적 실직 등으로 인해 생기기도 하지만, 현재보다 좋은 직장으로의 이직도 포함한다(손유미, 2000). Bluestein(2006)은 기업들이 일터를 제3세계로 옮기면서 실직의 위험은 누구에게나 있으며, 이러한 위험을 감지할 때 개인은 강한 불안과 분노를 경험한다고 보았다. 실직했을 때 개인은 일반적으로 충격과 부인, 분노, 우울감(Joseph, 2003), 실패에 대한 두려움 및 막연한 두려움(Newman,

1995) 등을 경험하며, 이런 감정은 40대 이상에서 더 강하게 나타난다고 하였다(Newman, 1995). 전역군인은 직업전환과정에서 전직관련 스트레스, 부부관계의 위기, 빨리 직업을 찾아 생계를 이어야 한다는 초조감 등 다양한 정서경험을 하는 것으로 나타났다(양안나, 2010). Hopson과 Adams(1977, Sharf, 2013에서 재인용)의 성인기 진로전환 모델에 따르면, 실직자는 초기에 충격과 실직에 대한 부인, 회사에 대한 분노감, 새로운 직장을 구하는 과정에 대한 불안감 등을 경험하며, 이 시기가 어느 정도 지나야 분노와 긴장감, 좌절 등의 감정들을 떠나보내고 진로에서의 다른 가능성을 찾기 시작할 수 있다고 보았다. 따라서 실직자를 대상으로 한 상담에서 상담자는 진로탐색 및 진로의사결정에 선행하여 내담자가 실직 후 어떤 단계를 거치고 있는지 평가하고 이에 따라 정서적인 부분에 초점을 두어 감정의 탐색과 수용, 감정 떠나보내기 등의 작업에 먼저 초점을 두어 진행할 수 있다.

내담자의 삶과 진로 주제를 이해하는데 정서와 정서적 맥락을 중요한 요소로 받아들이면서 정서를 비교적 중립적으로(긍정적이거나 부정적이 아닌) 다루는 진로이론들(Savickas, 2013; Young et al., 2002)과는 달리, 정서와 진로의사결정의 관련성에 관한 경험적인 연구들은 주로 우울, 불안, 부정적 정서성 등의 부정적 정서와 진로의사결정의 관련성에 초점을 두고 탐색해 왔다. 경험적인 연구들이 주로 부정적인 정서와 진로의사결정 혹은 진로미결정과의 관련성을 검증하기는 하였으나, 진로결정을 어렵게 하는 정서적 특성들이 진로 대안의 선택이나 진로탐색 과정, 진로의사결정 과정과 어떻게 상호작용하는지에 대해서는 대부분 연구자의 추론에 근거해 기술하고 있었다. 일반적인 의사결정과 정서의 관계에 관한 연구들(Lerner, & Keltner, 2000; Schwarz, 2000)에서 정서와 의사결정 과정의 직접적인 영향 관계가 탐색되고 있는 바, 이러한 연구결과들을 진로의사결정에 적용하는 부분에서 지속적인 연구가 필요한 것으로 보인다. 또한 경험적인 연구들은 주로 변인간의 관계에 초점을 두어 탐색하면서 이러한 문제에 대해서 진로 상담에서 어떻게 개입하는 것이 바람직한지에 대해서는 제한적으로만 다루었다. Brown과 Hirschi(2013)도 성격적, 정서적 요소가 진로상담의 실제에서 어떻게 다루어지는 것이 효과적인지에 대한 연구가 거의 없음을 지적하면서 이 영역에서의 연구를 촉구한 바 있다.

Ⅲ. 진로의사결정 상담에서 정서 통합하기

이 연구에서는 개인의 정서와 진로의사결정의 관련성을 이론적, 경험적인 연구결과를 토대로 탐색하였다. 지금까지의 논의를 기반으로 진로상담에서 내담자의 정서를 포함해서 평가, 진단 및 개입하는 것이 필요하다고 한다면, 정서적인 요소를 진로상담에서 통합해서 다룰 수 있는 방법은 다음의 측면에서 생각해 볼 수 있다.

먼저 효과적인 진로상담이 진행되기 위해서는 상담자와 내담자가 정서적 유대관계를 형성하고 협조관계를 맺는 것이 전제되어야 한다. 진로상담의 대가들은 진정성 있는 공감적 관계 형성 및 작업동맹 형성을 상담 초기의 중요한 과제로 보았으며, 이를 위해 내담자를 격려하고 지지하며, 내담자의 진로문제를 있는 그대로 받아주고 내담자를 편안하게 느낄 수 있게 반응하는 등의 노력을 하는 것으로 나타났다(Whiston, Lindeman, Rahardja, & Reed, 2005). 진로상담에서 작업동맹을 높게 지각한 내담자는 진로개입에 대한 만족도와 전반적인 삶의 만족도를 높게 지각하였으며, 작업동맹이 잘 형성되었을 때 상담종결 시점에서 진로의사결정의 어려움이 낮아지는 것으로 나타났다(Masdonati, Massoudi, & Rossier, 2009). Masdonati 등은 작업동맹과 진로상담 성과와의 이러한 관련성으로 인해, 컴퓨터 기반의 진로개입에 비해 면대면의 진로상담의 효과가 전반적으로 더 높게 평가되는 것으로 가정하였다. Rochlen, Milburn과 Hill(2004)은 정서적 안정성이 낮고 진로불안이 높은 내담자는 첫회 상담에 대한 만족도가 상대적으로 낮다고 하였는데, 특히 이러한 내담자와의 첫회상담에서는 관계 형성에 주의를 기울일 필요가 있다.

우울 및 불안 등의 정신건강의 문제와 진로전환, 진로미결정이 공존하는 경우가 많다는 결과(이현주, 2009; Rottinghaus et al., 2009)를 고려한다면, 진로상담 초기에 내담자의 진로관련 특성뿐만 아니라 정신건강을 포함하는 광범위한 평가를 실시하고(탁진국 외, 2011), 필요한 경우 진로문제와 정신건강 문제를 상담에서 함께 다루어줄 수 있다. 만성적인 신경증이나 부정적 정서성이 높은 미결정 집단(Brown et al, 2012)이나 개인적 문제 관련 스트레스와 진로스트레스가 동시에 높은 집단(Rochlen et al, 2004)이 심리적인 문제와 진로문제가 함께 다루어질 수 있는 집단일 것이다. Rochlen 등은 정서적 안정성이 낮고, 진로불안이 높으며, 스트레스가 높은 진로상담 내담자들은 개인상담의 내담자와 그 특성이 유사한 것으로 보았고, 개인상담에 비해 진로상담이 더 접근하기가 쉽기 때문에 진로상담을 신청한 것으로 유추하였다. 따라서 진로상담의 내담자도 진로문제에만 한정되지 않고 전반적인 생활의 문제 및 개인의 기능 수준의 문제와 연관해서 진로문제를 다룰 필요가 있다고 보았다. 진로의사결정의 어려움과 우울을 함께 호소한 여대생 내담자들에 대한 상담의 진행과정 및 상담 성과를 분석한 결과를 보면, 두 가지 문제가 공존하는 내담자들과의 상담에서는 자율적인 진로의사결정, 진로관련 부모와의 갈등 등 진로관련 문제뿐만 아니라 우울, 강박, 타인에 대한 신뢰 문제 등의 심리적인 문제가 폭넓게 다루어졌으며, 그 결과 진로영역에서도 자신에 대한 인식과 자신감의 증가, 진로 선택 등이 이루어진 것으로 나타났다(Lucas, Skokowski, & Ancis, 2000). Lucas 등의 연구는 진로문제와 얽혀 있는 정서적 문제를 상담에서 함께 다루면서, 결국 진로의사결정이라는 성과를 끌어내고 있다는 점에서 주목할 만하다.

한편 정서가 전체적인 진로경험의 일부이며, 진로의사결정이 매순간 정서와 서로 영향을 주고받으며 이루어지는 것으로 이해한다면(Emmerling, & Cherniss, 2003; Kidd, 2008), 진로의사

결정을 돕는 과정에서 의사결정에 영향을 주는 정서적인 요소를 동시에 다루는 것이 바람직하다. 사회구성주의 진로이론들(Savickas, 2013; Young et al., 2002)의 가정처럼 정서적 각성을 동반한 내담자의 이야기가 내담자의 삶의 열정, 방향, 동기나 목표를 말해주고, 결국 내담자가 삶의 목표에 부합하는 진로결정을 내리도록 하는데 도움이 된다면, 상담자는 내담자가 자신의 진로경험 중 정서적인 부분에 주의를 기울일 수 있게 도와주어야 한다. 또한 정서지능과 진로의사결정과의 관련성에서 논의되었던 바와 같이, 내담자가 정서를 경험하고, 지각하고, 명료화하는 능력이 떨어진다면 정서를 진로의사결정에 활용하는 능력이 떨어질 수 있다. 이때 진로상담의 과정은 내담자가 자신의 정서경험에 접근하여 정서를 명료화하며, 정서가 진로의사결정과 관련한 자신의 행동-즉 위험 회피, 충동적인 의사결정, 정보를 처리하는 방식 등-과 어떻게 관련되는지를 통찰하고, 이를 활용해 진로의사결정을 내릴 수 있도록 도와주는 과정이 된다(Emmerling, & Cherniss, 2003).

특히 내담자의 부정적 정서성과 불안 등으로 진로탐색이 제한되고, 결과적으로 진로정보의 부족과 진로미결정이 초래되고 있다면(Kelly, & Shin, 2009), 내담자의 정서와 진로행동의 관련성이 상담에서 직접 다루어질 수 있다. 자신들의 상담경험에 근거하여 Brown과 Hirschi(2013)는 이런 내담자들은 자신의 성격적, 정서적 특성에 따른 전형적인 행동에서 벗어나 좀 더 적응적인 방식으로 환경에 대처하는 방법을 배울 필요가 있다고 주장하였다. 진로탐색 및 진로의사결정에 도움이 되는 성격특성으로 정서적 안정성, 외향성, 성실성을 들 수 있는데, 이런 특성은 진로정보를 더 집중적으로 탐색하게 하고, 다른 사람과의 네트워크를 활용해 필요한 정보를 수월하게 얻을 수 있도록 하여 결국 진로의사결정이 효율적으로 이루어질 수 있도록 한다는 것이다(Brown, & Hirschi, 2013). 이에 반해서 부정적 정서성과 불안이 높은 내담자는 자기 자신, 가능한 진로대안, 자신이 처한 환경 등의 부정적인 측면에 초점을 두기 쉽고, 불안할 때 회피적인 대처방식을 사용하며(Brown et al., 2012), 자신의 감정과 진로행동 및 진로선택 간의 관련성을 파악하고 이를 진로의사결정에 활용할 수 있는 능력이 떨어질 수 있다. 이런 내담자들은 자신의 성격적, 정서적 특성이 진로관련 지각, 진로행동의 선택, 진로의사결정에 어떻게 영향을 주고 있는지를 통찰하고, 이를 토대로 상담이라는 안전한 환경을 통해 자신의 전형적인 방법과는 다른 방식으로 행동하는 방법을 배우고 일상생활에서 연습해 보면서 진로의사결정에 도움을 받을 수 있다(Brown, & Hirschi, 2013). Brown과 Hirschi는 성격과 관련된 행동특성이 변하기 어려운 것이기는 하지만, 진로탐색이나 의사결정과 관련되는 몇 가지 바람직한 행동특성-목표설정, 집중적인 직업 탐색 등-은 학습 가능한 것으로 간주하였다.

예를 들어 부정적 정서성, 불안이 높으면서 현재 자신의 전공에 만족하지 않는 대학생이 있다고 할 때, 이 학생은 현재 전공의 부정적인 측면-취업과 직접 연결되지 않는다거나, 강의가 너무 이론에만 치우쳐 있어 취업에 도움이 되지 않는다거나-에 초점을 두면서도, 자신의 전공에 좀

더 적응해보려는 노력이나 새로운 전공을 탐색하려는 노력 없이 수동적으로 수업을 듣고 불만족스럽게 대학생활을 하는 방식으로 행동할 수 있다. 이때 내담자는 가능한 진로 대안들- 다른 전공으로의 전과나 부전공을 선택하는 것-을 적극적으로 탐색하는 대신, 실패할 가능성에 대한 불안 때문에 진로탐색을 회피하고 있을 가능성이 높다. 이런 경우에 상담자는 우선 내담자가 상담에서 진로관련 정서를 자유롭게 표현할 수 있도록 격려하면서, 진로와 관련한 내담자의 주된 생각과 느낌을 파악할 수 있다. 또한 부정적 측면에 대한 과도한 초점과 실패에 대한 불안감이 진로탐색을 어떻게 제한하고 있는지 통찰해 보도록 도울 수 있다. 부정적 정서성이 높은 내담자는 진로결정 과정에서 오는 스트레스를 피하기 위해 유실 foreclosure)에 가까운 의사결정을 할 수 있다고 하였는데(Brown et al., 2012), 현재의 전공 선택이 어떤 과정을 통해 이루어졌는지를 탐색해보는 것도 내담자의 의사결정 패턴을 파악하는 데 도움이 될 것이다. 의사결정 과정에 대한 이와 같은 탐색을 기반으로 현재 전공에 대한 적응을 높일 수 있는 방법을 찾아나가거나, 필요하다면 현재 전공의 단점을 보완할 수 있는 부전공, 혹은 전공 전환에 대한 적극적인 탐색과 의사결정 등이 이루어지도록 도울 수 있다. 내담자의 정서적 특성을 진로의사결정 문제와 연계해서 진로상담에서 다루려고 할 때, 진로상담자는 직업세계에 대한 이해와 개인의 성격역동에 대한 이해를 기반으로, 내담자의 정서 및 성격적인 역동이 진로문제와 어떻게 상호작용하여 나타나는지를 평가하고 개입할 수 있는 능력이 요청된다(Blustein, 2006, Imbimbo, 1994).

이 연구에서는 정서와 진로의사결정과 관계의 이론적, 경험적 연구결과를 통하여 탐색하였고 그 결과 정서가 진로의사결정에 영향을 주는 중요한 한 요소이며, 진로상담에서 정서를 통합하여 다루는 것이 바람직하다고 결론지었다. 그런데 이론적 탐색에서 제시한 진로구성이론과 맥락적행동이론의 정서 부분에 대한 가정은 경험적으로 검증되지는 못하였다. 따라서 정서와 진로의사결정의 관계에 관한 경험적 연구에 대한 검토는 사회구성주의 진로이론과는 무관하게 탈이론적으로 진행된 연구결과들을 중심으로 이루어졌고, 정서를 진로의사결정 상담에서 포함해서 다룰 때 실제 진로상담의 성과는 어떠한지도 관련 자료의 부족으로 포함해서 논의하지 못하였다. 이러한 부분은 이 연구의 제한점으로 남았다.

내담자의 정서를 진로의사결정 상담에서 보다 효과적으로 통합해서 다루기 위해서는 다음의 영역에서 후속 연구가 요청된다. 즉 진로의사결정을 촉진하거나 저해하는 정서경험에 대한 다각적 탐색, 정서가 진로탐색 및 탐색한 진로정보를 처리하는 과정에 어떤 영향을 미치는지에 대한 보다 구체적인 연구, 정서와 진로의사결정의 관련성에 대한 경험적 연구결과를 진로상담이론 및 기법에 통합하는 문제, 진로의사결정 상담에서 정서를 포함해서 다룰 때 진로상담의 성과 연구 등이 그것이다.

참고문헌

- 김종운, 박성실(2011). 대학생의 정서지능, 진로장벽, 진로결정 자기효능감이 진로결정에 미치는 영향. **진로교육연구**, 24(4), 209-229.
- 선혜연, 이제경, 김선경(2012). 진로미결정 대학생의 진로고민 내용 및 원인과 결과: 합의적 질적 분석을 중심으로. **아시아교육연구**, 13(2), 1-24.
- 손유미(2000). 실직자 직업전환 과정 연구. 박사학위 논문, 서울대학교.
- 손은령, 이순희(2011). 국내 진로 집단지도 및 집단프로그램의 연구동향과 후속연구과제: 2011년 이후 논문을 중심으로. **교육연구논총**, 32(2), 129-147.
- 송지은, 이정운(2013). 진로미결정 여대생 집단의 하위유형 연구. **상담학연구**, 14(4), 2107-2123.
- 양안나(2010). 장기복무 제대군인의 직업전환 과정 연구. 박사학위 논문, 서울대학교.
- 이수진, 임은미(2012). 대학생 전공전환 경험의 내용과 과정 및 유형에 대한 질적 분석. **아시아교육연구**, 13(3), 171-202.
- 이현주(2009). 비합리적 신념과 상태불안의 진로탐색활동에 미치는 영향. **진로교육연구**, 22(2), 101-116.
- 임은미(2011). 대학생의 진로결정 과정과 개입요인 탐색. **상담학연구**, 12(2), 447-466.
- 정승헌, 김금미(2010). 정서지능이 진로준비행동에 미치는 영향: 진로탐색자기효능감의 매개효과를 중심으로. **상담학연구**, 11(2), 739-753.
- 탁진국, 이상희, 공윤정, 은혜경(2011). **노사발전재단 전직지원 서비스 표준모델 개발 최종보고서**. 서울: 노사발전재단.
- Blustein, D. L. (2006). *The psychology of working: A new perspective for career development, counseling, and public policy*. Mahwah, NJ; Lawrence Erlbaum.
- Brown, S., & Hirschi, A. (2013). Personality, career development, and occupational attainment. In S. D. Brown & R. W. Lent (2013). *Career development and counseling: Putting theory and research to work* (2nd ed., pp. 299-328). Hoboken, NJ: Wiley.
- Brown, S. D., Hacker, J., Abrams, M., Carr, A., Rector, C., Lamp, K., Telander K., & Siena, A. (2012). Validation of a four factor model of career indecision. *Journal of Career Assessment*, 20, 3-21.
- Emmerling, R. J., & Cherniss, C. (2003). Emotional intelligence and the career choice process. *Journal of Career Assessment*, 11, 153-167.
- Feldt, R. C., Ferry, A., Bullock, M., Camarotti-Carvalho, A., Collingwood, M., Eilers, S.,

- Meyer, L., & Nurre, E. (2011). Personality, career indecision, and college adjustment in the first semester. *Individual Differences Research, 9*(2), 107-114.
- Gati, I., Krausz, M., & Osipow, S. H. (1996). A taxonomy of difficulties in career decision making. *Journal of Counseling Psychology, 43*, 510-526.
- Gati, I., Gadassi, R., Saka, N., Hadadi, Y., Ansenberg, N., Friedmann, R., & Asulin-Peretz, L. (2011). Emotional and personality-related aspects of career decision-making difficulties: Facets of career indecisiveness. *Journal of Career Assessment, 19*(1), 3-20.
- Greenberg, L. S., & Paivio, S. C. (1997). *Working with emotions in psychotherapy*. New York, NY: The Guilford Press.
- Harren, V. A. (1979). A model of career decision making for college students. *Journal of Vocational Behavior, 14*, 119-133.
- Hartung, P. J. (2011). Barriers or benefit?: Emotion in life-career design. *Journal of Career Assessment, 19*(3), 296-305.
- Hopson, B., & Adams, J. D. (1977). Towards an understanding of transitions: Defining some boundaries of transition. In J. Adams, J. Hayes, & B. Hopson (Eds.), *Transition: Understanding and managing personal change* (pp. 1-19). Montclair, NJ: Allenheld & Osmun.
- Imbimbo, P. V. (1994). Integrating personal and career counseling: A challenge for counselors. *Journal of Employment Counseling, 31*, 50-59.
- Joseph, L. (2003). *The job-loss recovery guide*. Oakland, CA: New Harbinger.
- Kelly, K. R., & Lee, W-C. (2002). Mapping the domain of career decision problems. *Journal of Vocational Behavior, 61*, 302-326.
- Kelly, K. R., & Shin, Y-J. (2009). Relation of neuroticism and negative career thoughts and feelings to lack of information. *Journal of Career Assessment, 17*(2), 201-213.
- Kidd, J. M. (1998). Emotion: An absent presence in career theory. *Journal of Vocational Behavior, 52*, 275-288.
- Kidd, J. M. (2008). Exploring the components of career well-being and the emotions associated with significant career experiences. *Journal of Career Development, 35*(2), 166-186.
- Krieshok, T. S., Black, M. D., & McKay, R. A. (2009). Career decision making: The limits of rationality and the abundance of non-conscious processes. *Journal of Vocational Behavior, 75*, 275-290.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York, NY: Oxford University Press.
- Lerner, J. S., & Keltner, D. (2000). Beyond valence: Toward a model of emotion-specific

- influences on judgment and choice. *Cognition and Emotion*, 14, 473-493.
- Lerner, J. S., & Keltner, D. (2001). Fear, anger, and risk. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 146-159.
- Loewenstein, G., & Lerner, J. S. (2003). The role of affect in decision making. In R. Davidson, K. Scherer, & H. Goldsmith (Eds.), *Handbook of affective science* New York: Oxford University Press.
- Lucas, M. S., Skokowski, C. T., & Ancis, J. R. (2000). Contextual themes in career decision making of female clients who indicate depression. *Journal of Counseling and Development*, 78, 316-325.
- Masdonati, J., Massoudi, K., & Rossier, J. (2009). Effectiveness of career counseling and the impact of the working alliance. *Journal of Career Development*, 36, 183-203.
- Meldahl, J. M., & Muchinsky, P. M. (1997). The neurotic dimension of vocational indecision: Gender comparability? *Journal of Career Assessment*, 5, 317-331.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators* (pp. 3-34). New York: Basic Books.
- Newman, B. K. (1995). Career change for those over 40: Critical issues and insights. *The Career Development Quarterly*, 44, 64-66.
- Puffer, K. A. (2011). Emotional intelligence as a salient predictor for collegian's career decision making. *Journal of Career Assessment*, 19(2), 130-150.
- Rochlen, A. B., Milburn, L., & Hill, C. E. (2004). Examining the process and outcome of career counseling for different types of career counseling clients. *Journal of Career Development*, 30, 263-275.
- Rottinghaus, P. J., Jenkins, N., & Jantzer, A. M. (2009). Relation of depression and affectivity to career decision status and self-efficacy in college students. *Journal of Career Assessment*, 17(3), 271-285.
- Saka, N., Gati, I., & Kelly, K. R. (2008). Emotional and personality-related aspects of career-decision-making difficulties. *Journal of Career Assessment*, 16, 403-424.
- Sampson, J. P., Peterson, G. W., Reardon, R. C., & Lenz, J. G. (2000). Using readiness assessment to improve career services: A cognitive information-processing approach. *The Career Development Quarterly*, 49, 146-174.
- Savickas, M. L. (2013). Career construction theory and practice. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career development and counseling: Putting theory and research to work* (2nd ed.,

- pp. 147-183). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Schwarz, N. (2000). Emotion, cognition, and decision making. *Cognition and Emotion, 14*, 433-440.
- Sharf, R. S. (2013). *Applying career development theory to counseling* (6th ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Whiston, S. C., Lindeman, D., Rahardja, D., & Reed., J. H. (2005). Career counseling process: A qualitative analysis of experts' cases. *Journal of Career Assessment, 13*(2), 169-187.
- Young, R. A., & Popadiuk, N. E. (2012). Social constructionist theories in vocational psychology. In P. McIlveen & D. E. Schultheiss (Eds.), *Social constructionism in vocational psychology and career development* (pp. 9-28). Rotterdam, Netherlands; Sense Publishers.
- Young, R. A., Paseluikho, M. A., & Valach, L. (1997). The role of emotion in the construction of career in parent-adolescent conversation. *Journal of Counseling and Development, 76*, 36-44.
- Young, R. A., Valach, L., & Collin, A. (2002). A contextualist explanation of career. In D. Brown and Associates (Eds.), *Career choice and development* (4th ed., pp. 206-252). San Francisco, CA: Jossey-Bass.

* 논문접수 2013년 11월 4일 / 1차 심사 2013년 12월 2일 / 2차 심사 2014년 2월 7일 / 게재승인 2014년 3월 10일

* 공운정: 서울대학교 생물교육학과를 졸업하고 서울대학교 교육상담전공 석사, Purdue 대학교 상담심리학 박사학위를 취득하였다. 현재 경인교육대학교 교육학과 부교수로 재직중이다. 관심분야는 아동, 청소년 상담, 진로상담, 상담자 윤리 등이다.

* E-mail: gongy@ginue.ac.kr

Abstract

The Role of Emotion in Career Decision Making Process*

Gong, Younn Jung**

In this study, the role of emotion in career decision making process was examined, based on the literature review on theoretical and empirical studies. The perspectives of career construction theory, contextual action theory, and emotional intelligence were used as theoretical bases of the current study. In addition, the results of the empirical studies were reviewed on affective factors related to career indecision of college students as well as the emotional experiences of adults in career transition. The results are as follows. First, according to the career construction theory, a client's passion and motivation can be found in emotion-laden narratives, which is ultimately related to career decision making. Thus, the emotional experiences are considered as a significant part of an individual's career narratives. Second, the contextual action theory assumes that a client's career behaviors can be best understood by incorporating and understanding emotional contexts. Emotions are considered to influence on regulation and control of career related behaviors, as well as a client's motivation. Third, the results of empirical studies show that the emotions at the career decision making situations can be incorporated in the decision making process as an information. In addition, emotions can lead impulsive or avoidant behaviors due to the action tendencies inherent to emotions, which eventually influence on career decision making. Future research is suggested to effectively incorporate and intervene emotional aspects of client's experiences in career counseling.

Key words: career decision making, emotion, career construction theory, contextual action theory, career indecision

* This study was supported by the 2012 research fund from Gyeongin National University of Education

** Associate Professor, Gyeongin National University of Education