

대학생의 긍정심리자본, 진로적응성, 진로준비행동과의 관련성

정경화

국제뇌교육종합대학원 동양학과

Relationship with Positive Psychological Capital, Career Adaptability, and Career Preparation Behavior of University Students

Kyung Hwa Jung

Dept. of Oriental Study, University of Brain Education

요약 이 연구는 서울과 수도권(경기, 인천)의 4년제 대학교에 재학 중인 대학생 249명을 연구표본으로 대학생의 긍정심리자본, 진로적응성, 진로준비행동과의 관련성을 검증하기 위한 양적연구이다. SPSS 19.0 통계프로그램을 사용하여 기술통계와 측정도구의 타당도 및 신뢰도 분석을 위해 요인검사와 신뢰도검사를 실시하였고, 가설검증을 위해 회귀분석을 이용하여 변인과의 관련성을 검증하였다. 3개의 가설을 세워 가설검증을 통해 변인들의 관련성 검증을 진행하였다. 그 결과 첫째, 긍정심리자본은 진로적응성에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 긍정적인 사고는 진로에 대한 관심, 호기심, 자신감 등에 영향을 미쳐 복원력, 효능감 등 긍정심리자본이 높은 학생들은 진로에 대한 적응력도 높은 것으로 나타났다. 둘째, 긍정심리자본은 진로준비행동에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 자신에 대한 긍정적인 사고는 진로에 대한 준비에 영향을 미쳐, 긍정심리자본이 높은 학생들은 진로에 대한 준비성도 높은 것으로 나타났다. 셋째, 진로적응성은 진로준비행동에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 진로에 대한 자신감, 관심, 호기심은 진로 준비에 영향을 미쳐, 진로적응성이 높은 학생들은 진로에 대한 준비성도 높은 것으로 나타났다. 이 연구결과로 대학생의 긍정심리자본, 진로적응성, 진로준비행동은 서로 관련성이 높다는 것과 긍정심리자본과 진로적응성에 대한 중요성이 검증되었다.

Abstract This study aimed to verify the relationship between positive psychological capital, career adaptability, and career preparation behavior, based on a sample of 249 university students in Seoul and the metropolitan area. Using the SPSS 19.0 statistical program, the validity and reliability of the measurement tool were analyzed, and the hypothesis was verified using regression analysis. Three hypotheses were established and the relevance of the variables was verified through hypothesis testing. As a result, first, positive psychological capital was found to have a significant effect on career adaptability. Positive thinking affects career interest, curiosity, and confidence, and it was found that students with a high positive psychological capital also had high career adaptability. Second, positive psychological capital was found to have a significant effect on career preparation behavior. Positive thinking about oneself affected career preparation, and it was found that students with high positive psychological capital also showed a higher preparation for a career. Third, career adaptability was found to have a significant effect on career preparation behavior. Interest in one's career path affects career preparation, and it was found that students with high career adaptability also had higher career readiness. As a result of this study, it was verified that positive psychological capital, career adaptability, and career preparation behavior of college students were highly correlated.

Keywords : Positive Psychological Capital, Career Adaptability, Career Preparation Behavior, Relationship, University Students

*Corresponding Author : Kyung-Hwa Jung(University of Brain Education)

email: swithom66@naver.com

Received May 10, 2021

Accepted September 3, 2021

Revised June 3, 2021

Published September 30, 2021

1. 서론

현재 우리 사회는 4차 산업혁명시대 속으로 들어와 있다. 사회는 빠르게 변화하고 있어, 사람의 일자리를 AI가 점점 잠식해가고 있다. 점점 똑똑해 지고 사람과 같아지고 있는 AI지능의 로봇은 우리 생활 구석구석에 자리 잡고 있어, 점차 없어지는 직업과 새로운 직업의 등장이 빠른 속도로 진행되고 있다. 더구나 코로나 19바이러스로 인한 팬데믹으로 사회 변화의 속도에 가속도가 더해지면서 그동안 겪어보지 못했던 환경 속에서 살고 있다. 이로 인한 사회의 변화 속에서 청년들은 그 이전보다 양질의 일자리에 진입하기가 더 어려워지고 있고, 일자리 변화와 일자리의 양극화가 더 빠르게 심화되고 있다. 자신의 진로에 대한 방향을 미리 설정하고 그에 대응하는 준비를 사전에 준비한 학생들은 졸업을 전후로 관련 분야로의 진입이 순조로운 반면, 무방비 상태로 시간을 보내다가 졸업을 유예하거나 졸업 후 진로준비를 포기하는 경우도 있다. 이런 경우 개인적으로나 사회적으로 볼 때 경제적으로 큰 손실이 아닐 수 없다.

진로 결정은 최대한 정확하고 빠를수록 좋다. 비록 남들보다 결정이 늦었더라도, 자신의 전공을 최대한 살려 최고가 아니라도 최선의 선택을 할 수 있어야 하겠다. 준비 없이 4년의 대학시간을 보내고 졸업을 유예시키며 남들이 가는 길에 생각 없이 편승하여 소중한 시간을 보내는 경우를 많이 봐 왔다. 요즘같이 사회가 빠르게 변화고 직업의 변화가 빠른 시기에 진로에 대한 준비는 더 중요한 요소라고 할 수 있다. 진로적응성이 높은 학생일수록 진로에 대한 준비를 잘 하며 긍정심리자본이 매개역할을 한다는 것이 선행연구를 통해 검증되었다[1]. 대학생의 긍정심리자본은 진로적응성과 진로준비행동에 영향을 주어 긍정심리자본이 높은 학생이 진로적응력도 높고 진로준비에 대한 행동도 높다는 것이 확인되었다[2,3].

자신에 대한 긍정적인 사고나 진로선택에 대한 유연한 사고 및 탄력성은 진로선택 뿐 아니라 대인관계 및 삶을 살아가는 데 중요한 요소라고 할 수 있다. 늘 잘 될 것이라는 희망 및 긍정적인 사고와 잘못 되었을 때 언제라도 바로 일어서 되돌아갈 수 있는 높은 복원력 및 효능감은 자신이 선택한 진로 및 직업에 진입하기 위한 준비를 함에 있어 큰 무기가 될 수 있을 것이다.

연구자는 대학생들이 진로에 대한 긍정적인 사고와 빠른 변화에 대응할 수 있는 자신감과 적응력이 진로를 준비하는 데 꼭 필요한 요소임을 현장에서 많이 경험하게 되었다. 체육전공 대학생들을 대상으로 진행된 연구[4]에

서도 긍정심리자본은 진로준비행동에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타나 긍정심리자본이 높은 체육대생 학생일수록 자기이해행동, 직업능력향상행동, 직업세계탐색행동, 직업관련자격취득 등 진로준비행동의 하위요인에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이에 이 연구에서는 긍정심리자본, 진로적응성, 진로준비행동과의 관련성을 검증하여 진로에 대한 긍정적인 사고와 졸업 전 진로 준비의 중요성을 입증하고자 한다. 긍정심리자본이 진로적응성과 진로준비행동에 유의미한 영향을 미치는지 여부와 진로적응성이 진로준비행동에 유의미한 영향을 미치는지 여부를 검증하기 위해 3개의 가설을 세워 가설검증을 진행하려고 한다.

긍정심리자본, 진로적응성, 진로준비행동과의 관련성을 검증하여 대학생의 진로결정에 있어서 긍정심리자본과 진로적응성 및 진로준비행동의 중요성을 확인하는데 이 연구의 목적이 있다.

〈가설 1〉 대학생들의 긍정심리자본은 진로적응성에 유의미한 영향을 미칠 것이다.

〈가설 2〉 대학생들의 긍정심리자본은 진로준비행동에 유의미한 영향을 미칠 것이다.

〈가설 3〉 대학생들의 진로적응성은 진로준비행동에 유의미한 영향을 미칠 것이다.

2. 이론적 배경

2.1 긍정심리자본

긍정심리자본이란 자신이 수행해야 할 과업들을 성공적으로 이루기 위한 자신감과 성공에 대한 희망을 갖고 과업을 진행하면서 상황에 맞게 목표를 수정 또는 재조정하며 수행 중 문제에 봉착했을 땐 원래 상태로 돌아오는 과정으로 복합적이고 긍정적인 인지상태를 말한다[5]. 긍정심리자본의 하위개념으로 자기효능감, 낙관주의, 희망, 복원력이 있는데, 각기 개념을 살펴보면 첫째 자기효능감은 특정 상황에서 과업을 성공적으로 수행하기 위해 필요한 동기부여, 인지적 자원, 일련의 행동을 포함하며, 자신의 환경을 관리하고 개인적 목적을 달성할 수 있도록 하는 그들의 능력에 대한 믿음을 갖는다는 것을 의미한다. 둘째, 낙관주의는 난관과 좌절이 있을 때도 미래의 삶이 좋아질 것이라고 긍정적으로 강력하게 믿는 신념을 의미한다. 셋째, 희망은 개인에게 어렵기는 하지만 성취 가능성이 있는 목표를 달성할 수 있도록 만들며, 개개인

의 관점에 의한 목표에 따라 결심, 열정, 상황에 대한 통제력을 하게 하는 개인의 인지적 상태이다. 넷째, 복원력은 역경, 실망, 실패, 애매함으로부터 돌아올 수 있는 능력을 말하며, 심리적 역량으로 사람들이 일상에서 겪는 어려움을 극복하고 더 나은 상황으로 진전할 수 있도록 만드는 힘이다[6].

2.2 진로적응성

Super와 Knasel(1981)[7]은 진로적응성이란 전 생애 동안 발생하는 다양한 직업과 직업 환경 변화에 유연하게 대처하고 성공적인 직업생활로의 적응과 이를 위한 준비도의 개념으로 정의하였다. 즉, 불확실한 미래를 대비하여 긍정적이고 보다 적극적으로 사전에 대책을 마련하는 준비지향적인 능력이며 미래지향적 경향성을 의미하는 것으로 변화하는 환경과 상호작용을 강조한다[8]. 이후 Savickas(1997)[9]에 의해 진로적응성이란 미래 직업으로의 순조로운 전환을 위해 예측 가능한 과제에 대한 준비성과 미래 직업 환경의 변화로 생길 수 있는 예측 불가능한 상황에 대한 대처능력의 개념으로 좀 더 명확히 정의되었다.

진로적응성의 구성요소는 연구자들에 따라 다양하게 구분되지만, Savickas(2005)[10]는 이를 종합하여 4가지로 분류하였다. 진로적응성을 조절 기능을 하는 구인으로 보았으며, 구성 요인으로 진로에 대한 관심을 나타내는 관심, 진로를 결정하고 관련하여 조절할 수 있는 기능인 통제, 외적인 경험에 대한 개방성을 나타내는 호기심, 자신의 진로에 대한 확신을 보이는 자신감으로 구성하였다[11].

2.3 진로준비행동

김봉환·김계현[12]은 진로준비행동을 '진로에 대한 준비', 또는 '진로에 대한 탐색 및 직업준비'라고 개념화하였다. 그는 진로준비행동이 자신의 진로와 관련한 인지나 태도라기보다는 구체적인 실제 행위라는 점을 강조하였고, 자신에게 알맞은 진로를 결정하고 그 결정사항을 구체적으로 실행하기 위한 실제적인 행동이라고 보았다. 진로준비행동의 하위요인으로 정보수집활동, 필요한 도구를 갖추는 활동, 설정된 목표를 달성하기 위한 노력 등 3개의 요인으로 설명된다[13]. 진로준비행동의 3개의 하위요인 중 정보수집활동은 먼저 자신을 정확히 알고, 자신이 희망하는 분야의 직업에 대한 정보를 수집할 수 있는 능력을 말하고, 필요한 도구구비활동은 자신이 희망

하는 곳에 취업하기 위해 준비하는 과정에서 필요한 교재, 기자재 등을 구입하거나 관련된 자격증 준비를 하는 등의 활동을 말하며, 목표달성활동은 자신의 진로목표를 위해 실제적으로 시간과 노력을 투자하여 관련 기관에 직접 방문하거나 관련 직업훈련을 받거나 진로 상담을 받는 등 직접적인 활동을 의미한다[1].

3. 연구방법

3.1 연구대상

이 연구는 현재 서울과 수도권(경기, 인천) 4년제 대학교에 재학 중인 대학생들을 대상으로 긍정심리자본, 진로적응성, 진로준비행동과의 관련성을 검증하는 양적연구이다. 서울과 수도권(경기, 인천)의 4년제 대학교에 재학 중인 대학생들을 대상으로 설문문을 진행하였고, 설문 진행방식은 모바일 웹으로 진행하였다. 회수된 설문은 260부였고, 그 중 무응답을 포함하여 연구에 부적합한 설문지 11부를 제외한 총 249부를 연구표본으로 사용하였다.

연구대상자들의 인구통계학적 특성을 살펴보면 Table1과 같다.

Table 1. Frequency Analysis

Variable		N	%
Gender	Man	111	44.6
	Woman	136	55.4
Area	Seoul	123	49.4
	Kyonggi	107	43.0
	Incheon	19	7.6
Grade	1 Grade	36	14.5
	2 Grade	58	23.3
	3 Grade	78	31.3
	4 Grade	77	30.9
Major	Humanities	65	26.1
	Social	76	30.5
	Nature	47	18.9
Hope Path	Engineering	61	24.5
	Employment	167	67.1
	founded	12	4.8
	Graduate School	17	6.8
	Official	41	16.5
Major Match	Undefined	12	4.8
	Same	160	64.3
	Inconsistency	89	35.7
Certificate	Have	73	29.3
	None	176	70.7
Total		244	100

3.2 연구모형

대학생의 긍정심리자본, 진로적응성, 진로준비행동과의 관련성을 검증하기 위해 다음 [Fig.1.]과 같이 연구모형을 설정하였다.

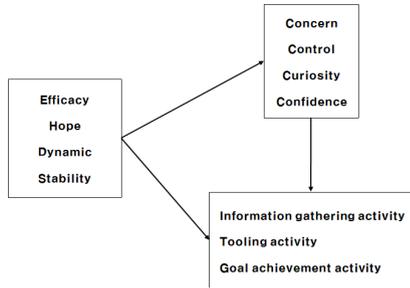


Fig. 1. Research Model

3.3 측정도구

이 연구의 긍정심리자본, 진로적응성, 진로준비행동의 변인들을 측정하기 위해 요인분석을 실시하여 요인의 타당도를 검증하였고 신뢰도 검사를 실시하여 변인들의 높은 Cronbach's α 값으로 신뢰도 역시 검증되었다.

첫째, 긍정심리자본은 한국 사회 맥락에 맞게 수정 보완한 유현숙[14]의 도구를 [15,16]연구에서 수정 변환하여 사용한 도구를 이 연구에 맞게 총 17개 문항 3개의 요인(복원력:8문항, 희망:2문항, 효능감:7문항)으로 수정하여 사용했다. Table 2와 같이 KMO>.5, Bartlett의 $p<.05$ 를 만족하므로, 요인분석의 적절함이 증명되었고, 요인별 신뢰도인Cronbach's α 는 복원력(.851), 희망(.727), 효능감(.839)로 높은 신뢰도를 나타냈다.

Table 2. Validity and Reliability of Positive Psychological Capital

Variable	Positive Psychological Capital			Cronbach Alpha
Dynamic stability	.849	.017	-.042	.851
	.662	.023	.031	
	.632	.001	.066	
	.579	-.009	.179	
	.536	-.192	-.036	
	.494	-.011	.168	
	.397	-.006	.301	
	.251	-.189	.162	
Hope	.213	-.749	-.047	.727
	-.119	-.508	.485	
Efficacy	-.070	-.085	.768	.839
	.033	-.044	.681	

	.075	-.049	.598	
	.076	.113	.556	
	.142	.055	.539	
	.294	-.014	.480	
	.127	-.086	.358	
KMO(Kaiser-Meyer-Olkin)				.922
Bartlett		Chi-Square	1804.729	
(Bartlett' Test of Sphericity)		df(p)	136(.000)	

둘째, 진로적응성은 Savickas와 Porfeli(2012)가 개발한 CAAS(Career Adapt-Ability Scale)를 Tak[17]이 번안한 도구를 [18]연구에서 사용된 척도를 이 연구에 맞게 총 24개 문항 4개의 요인(자신감:7문항, 관심:5문항, 호기심:6문항, 통제:6문항)으로 수정 변환시켜 사용하였다.

Table 3과 같이 KMO>.5, Bartlett의 $p<.05$ 를 만족하므로, 요인분석의 적절함이 증명되었고, 요인별 신뢰도인Cronbach's α 는 자신감(.828), 관심(.870), 호기심(.791), 통제(.899)로 높은 신뢰도를 나타냈다.

Table 3. Validity and Reliability of Career Adaptability

Variable	Career Adaptability				Cronbach Alpha
Confidence	.784	.067	-.033	-.100	.828
	.722	.036	.099	-.071	
	.720	.145	-.021	.002	
	.676	-.048	.066	-.070	
	.657	.110	.068	-.106	
	.553	.148	-.115	-.247	
Concern	.377	.047	.147	-.104	.870
	.125	.776	-.088	-.043	
	.048	.744	-.040	-.116	
	.050	.706	.065	.008	
	.168	.391	.257	-.083	
Curiosity	-.105	.313	.282	-.186	.791
	.301	-.033	.504	-.065	
	.193	.225	.480	.058	
	.243	-.079	.472	-.075	
	.182	.110	.471	-.070	
	-.271	.155	.470	-.196	
Control	.046	.385	.417	-.031	.899
	.064	-.012	-.097	-.841	
	.060	.192	-.132	-.593	
	.079	.240	-.001	-.591	
	.152	-.104	.268	-.547	
	.149	-.009	.209	-.527	
	.094	.029	.210	-.454	
	KMO(Kaiser-Meyer-Olkin)				
Bartlett		Chi-Square	3417.038		
(Bartlett' Test of Sphericity)		df(p)	276(.000)		

셋째, 진로준비행동은 이명숙[19]의 연구에서 사용된 18개 문항 3개 요인의 측정도구를 이 연구에 맞게 4개 문항을 제외한 총 14개 문항 3개의 요인(정보수집활동:8 문항, 도구구비활동:2문항, 목표달성활동:4문항)으로 수정 변환하여 사용하였다.

Table 4와 같이 KMO>.5, Bartlett의 $p<.05$ 를 만족하므로, 요인분석의 적절함이 증명되었고, 요인별 신뢰도인 Cronbach's α 는 정보수집활동(.845), 도구구비활동(.835), 목표달성활동(.793)으로 높은 신뢰도를 나타냈다.

Table 4. Validity and Reliability of Career Preparation Behavior

Variable	Career Preparation Behavior			Cronbach Alpha
Information Gathering Activity	.768	.063	.076	.845
	.714	-.034	.081	
	.633	-.105	-.050	
	.555	-.114	-.010	
	.522	.055	-.182	
	.498	.072	-.087	
	.457	-.314	-.059	
Tooling Activity	-.023	-.930	-.044	.835
	.023	-.757	.008	
	-.058	.044	-.937	
Goal Achievement Activity	-.007	-.034	-.798	.793
	.115	-.085	-.426	
	.313	-.042	-.375	
KMO(Kaiser-Meyer-Olkin)				.854
Bartlett (Bartlett's Test of Sphericity)		Chi-Square	df(p)	1533.982 91(.000)

4. 연구결과

3개의 가설검증을 위해 선형회귀분석(Liner Regression Analysis)을 사용하였고, 독립변인이 종속변인에 대해 유의미한 수준에서 영향을 미치는지 여부를 검증하였다. 검증결과 유의미한 결과 값만 표에 나타냈다.

4.1 긍정심리자본이 진로적응성 미치는 영향

〈가설 1〉 대학생의 긍정심리자본은 진로적응성에 유의미한 영향을 미칠 것이다. 라는 가설을 세워 가설검증을 진행했다. 검증결과 Table 5와 같이 진로적응성의 자신감($F=87.011, p<.001$), 관심($F=94.048, p<.001$), 호기심($F=48.214, p<.001$), 통제($F=122.458, p<.001$)등 모든 하위변인에 유의미한 결과가 나타났다.

Table 5. The effect of Positive Psychological Capital on Career Adaptability

Dependent Variable	Independent Variable	Non-Standardized		β	t(p)	
		B	SE			
Career Adaptability	Confidence	Constant	.843	.187		4.509
		Dynamic stability	.440	.074	.413	5.974***
		Efficacy	.399	.074	.380	5.386***
		$R^2 = .516, F = 87.011***$				
	Concern	Constant	.586	.191		3.067
		Dynamic stability	.282	.075	.254	3.753***
		Efficacy	.569	.076	.519	7.512***
		$R^2 = .535, F = 94.048***$				
	Curiosity	Constant	1.821	.178		10.204
		Efficacy	.432	.071	.491	6.112***
		$R^2 = .371, F = 48.214***$				
		Control	Constant	.562	.178	
Dynamic stability	.444		.070	.398	6.336***	
Efficacy	.521		.071	.473	7.380***	
$R^2 = .600, F = 122.458***$						

*** $p<.001$

첫째, 진로적응성의 자신감은 긍정심리자본의 복원력($t=5.974, p<.001$)과 효능감($t=5.386, p<.001$)이 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회귀식에 대한 설명력은 51.6%($R^2=.516$)로 높게 나타났다.

둘째, 진로적응성의 관심은 긍정심리자본의 복원력($t=3.753, p<.001$)과 효능감($t=7.512, p<.001$)이 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회귀식에 대한 설명력은 53.5%($R^2=.535$)로 높게 나타났다.

셋째, 진로적응성의 호기심은 긍정심리자본의 복원력($t=6.112, p<.001$)만 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회귀식에 대한 설명력은 37.1%($R^2=.371$)로 높게 나타났다.

넷째, 진로적응성의 통제는 긍정심리자본의 복원력($t=6.336, p<.001$)과 효능감($t=7.380, p<.001$)이 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회귀식에 대한 설명력은 60.0%($R^2=.600$)로 높게 나타났다.

긍정심리자본의 복원력은 진로적응성의 호기심을 제외한 자신감, 관심, 통제에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 긍정심리자본의 효능감은 진로적응성의 모든 하위요인에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 긍정심리자본의 희망은 진로적응성에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

4.2 긍정심리자본이 진로준비행동에 미치는 영향

〈가설 2〉 대학생의 긍정심리자본은 진로준비행동에 유의미한 영향을 미칠 것이다. 라는 가설을 세워 가설검증을 진행했다. 검증결과 Table 6과 같이 진로준비행동의 정보수집활동($F=34.649, p<.001$), 도구구비활동($F=10.005, p<.001$), 목표달성활동($F=19.998, p<.001$) 등 모든 하위변인에 유의미한 결과가 나타났다.

Table 6. The effect of Positive Psychological Capital on Career Preparation Behavior

Dependent Variable	Independent Variable	Non-Standardized		β	t(p)		
		B	SE				
Career Preparation Behavior	Information Gathering Activity	Constant	.997	.257		3.887	
		Dynamic stability	.377	.101	.310	3.728***	
		Hope	-.172	.066	-.173	-2.625**	
		Efficacy	.431	.102	.360	4.239***	
			$R^2 = .298, F = 34.649***$				
	Tooling Activity	Constant	1.133	.417		2.717	
		Dynamic stability	.406	.164	.232	2.470***	
				$R^2 = .109, F = 10.005***$			
		Constant	.378	.348		1.085	
	Goal Achievement Activity	Dynamic stability	.551	.137	.358	4.024***	
				$R^2 = .197, F = 19.998***$			

p<.01, *p<.001

첫째, 진로준비행동의 정보수집활동은 긍정심리자본의 복원력($t=3.728, p<.001$), 희망($t=-2.625, p<.01$), 효능감($t=4.239, p<.001$)이 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회귀식에 대한 설명력은 29.8%($R^2=.298$)로 나타났다.

둘째, 진로준비행동의 도구구비활동은 긍정심리자본의 복원력($t=2.470, p<.001$)만 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회귀식에 대한 설명력은 10.9%($R^2=.109$)로 나타났다.

셋째, 진로준비행동의 목표달성활동은 긍정심리자본의 복원력($t=4.024, p<.001$)만 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회귀식에 대한 설명력은 19.7%($R^2=.197$)로 나타났다.

긍정심리자본의 복원력은 진로준비행동의 모든 하위요인에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 긍정심리자본의 희망은 진로준비행동의 정보수집활동에 유

미한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 긍정심리자본의 효능감은 진로준비행동의 목표달성활동에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

4.3 진로적응성이 진로준비행동에 미치는 영향

〈가설 3〉 대학생의 진로적응성이 진로준비행동에 유의미한 영향을 미칠 것이다. 라는 가설을 세워 가설검증을 진행했다. 검증결과 Table 7과 같이 진로준비행동의 정보수집활동($F=43.010, p<.001$), 도구구비활동($F=18.306, p<.001$), 목표달성활동($F=17.133, p<.001$) 등 모든 하위변인에 유의미한 결과가 나타났다.

Table 7. The effect of Career Adaptability on Career Preparation Behavior

Dependent Variable	Independent Variable	Non-Standardized		β	t(p)		
		B	SE				
Career Preparation Behavior	Information Gathering Activity	Constant	.422	.269		1.570	
		Confidence	.207	.082	.182	2.533*	
		Concern	.617	.080	.565	7.686***	
				$R^2 = .414, F = 43.010***$			
	Tooling Activity	Constant	.712	.444		1.605	
		Concern	.836	.133	.531	6.305***	
				$R^2 = .231, F = 18.306***$			
		Constant	.773	.393		1.968	
	Goal Achievement Activity	Concern	.656	.117	.474	5.590***	
		Curiosity	-.302	.142	-.175	-2.131*	
				$R^2 = .219, F = 17.133***$			

*p<.05, ***p<.001

첫째, 진로준비행동의 정보수집활동은 진로적응성의 자신감($t=2.533, p<.05$)과 관심($t=7.686, p<.001$)이 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회귀식에 대한 설명력은 41.4%($R^2=.414$)로 높게 나타났다.

둘째, 진로준비행동의 도구구비활동은 진로적응성의 관심($t=6.305, p<.001$)만이 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회귀식에 대한 설명력은 23.1%($R^2=.231$)로 나타났다.

셋째, 진로준비행동의 목표달성활동은 진로적응성의 관심($t=5.590, p<.001$)과 호기심($t=-2.131, p<.05$)이 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회귀식에 대한 설명력은 21.9%($R^2=.219$)로 나타났다.

진로적응성의 자신감은 진로준비행동의 정보수집활동에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 진로적응

성의 관심은 진로준비행동의 모든 하위변인에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 진로적응성의 호기심은 진로준비행동의 목표달성활동에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 진로적응성의 통제능는 진로준비행동에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

5. 결론

이 연구는 서울과 수도권(경기, 인천)의 4년제 대학교에 재학 중인 학생을 대상으로 모바일 앱을 통한 설문조사를 진행하였다. 최종적으로 연구에 사용된 표본은 총 249명으로 연구주체는 대학생의 긍정심리자본, 진로적응성, 진로준비행동과의 관련성을 검증하는 양적연구이다. 3개의 변인들 간에 관련성을 검증하기 위해 3개의 가설을 세워 검증을 실시하였다. 그 결과 긍정심리자본, 진로적응성, 진로준비행동과의 관련성이 검증되었다. 긍정심리자본은 진로적응성과 진로준비행동에 유의미한 영향을 미쳤고, 진로적응성은 진로준비행동에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이 검증결과는 관련 선행연구[1-4]의 결과와 같은 결과를 보여주었다.

가설1과 가설2의 검증을 통해 긍정심리자본의 중요성이 확인되었다. 어려운 일을 당했을 때 좌절하지 않고 원래의 상태로 돌아올 수 있는 힘인 복원력은 진로적응성과 진로준비행동에 큰 영향을 미치는 것으로 나타나 복원력이 큰 학생일수록 진로에 대한 적응과 진로에 대한 준비가 커지는 것을 알 수 있었다. 또한 자신의 능력을 믿고 잘 해낼 수 있다고 믿는 효능감도 복원력 다음으로 진로적응성과 진로준비행동에 영향을 미치는 것으로 나타나, 자신에 대한 긍정적인 자세의 중요성을 확인 할 수 있었다. 다만, 긍정심리자본의 희망은 진로적응성과 진로준비행동에 큰 영향을 미치지 않는 것으로 나타나 연구[1]의 결과와 거의 같은 결과를 보여주었다. 복원력과 효능감과 달리 희망은 진로적응성과 진로준비행동에 영향을 주는 요인이 아니라는 것이 확인되었다.

가설3 검증을 통해 진로적응성이 진로준비행동에 영향을 미친다는 것을 확인할 수 있었다. 진로에 대한 관심은 진로에 대한 준비성으로 이어져 진로에 대한 관심이 많은 학생일수록 자신의 진로에 대한 준비가 정보수집에서부터 목표달성을 위한 활동까지 광범위하게 움직이고 있다는 것을 알 수 있었다. 진로에 대한 자신감과 호기심은 관심에 이어 진로에 대한 정보수집이나 진로관련 도구를 준비하는 활동에 적극적인 것을 알 수 있었다. 진로

에 대한 관심과 자신감 그리고 호기심은 자신의 진로성공에 한 걸음 더 앞으로 다가갈 수 있는 기반이 되는 요인임을 알 수 있다. 다만, 진로에 대한 통제능는 진로를 준비하는데 큰 영향을 미치지 않는다는 것이 확인되어, 정보수집활동에만 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타난 연구[1]의 결과와 크게 다르지 않게 나타났다.

대학생의 긍정심리자본의 중요성과 진로에 대한 관심과 자신감 및 호기심이 진로준비행동으로 이어진다는 것이 이 연구를 통해 다시 확인되었다. 자신의 진로에 대한 깊이는 관심과 어떠한 위기나 상황에 몰리더라도 잘 헤낼 수 있다는 믿음과 언제라도 원래의 자리로 돌아올 수 있는 힘을 길러야 할 것 같다. 그리하여 진로가 정해지지 않아 무작정 졸업을 유예하거나 자신의 길이 아닌 남들이 간다고 생각 없이 그 행렬에 섞여서 많은 시간을 보내는 일은 없어야 할 것이다. 결국, 진로에 대한 긍정적인 심리작용과 진로적응력은 진로를 준비하는데 영향을 미치기 때문에 긍정적인 사고와 진로에 대한 적응력은 많은 연습이 필요한 부분이라 할 수 있다. 학생 스스로의 노력도 필요하지만, 학교에서 긍정적인 사고를 길러주는 활동이나 진로에 대한 관심과 호기심 및 자신감을 심어 줄 수 있는 다양한 진로프로그램들이 지금보다 더 많이 계획되고 진행되어야 한다고 본다.

4년의 대학생활 동안 긍정적인 사고와 진로에 대한 적응력이 높아진다면, 그에 따른 준비도 어려움 없이 진행할 수 있다고 본다. 이 연구 결과가 대학생들의 4년간 대학생활에서 진로와 관련된 문제해결에 긍정적인 요소가 되길 바란다.

마지막으로 이 연구의 한계와 후속연구에 대한 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 이 연구의 대상 학생들을 서울과 수도권(경기, 인천)으로 제한했기 때문에, 전국의 대학생으로 일반화시키는 데 한계가 있다.

둘째, 연구표본이 249부로 통계결과의 한계를 들 수 있다.

셋째, 이 연구에서는 3개의 변인간의 관련성을 연구하였는데, 후속연구에서는 3개의 변인 간의 인과관계를 검증하는 연구를 제언해 본다.

References

- [1] J. H. Yun, *Effects of Career Preparation Behavior and Career Adaptability on Career Decision-Making*

- Self-Efficacy of University Students: Mediating Effect of Positive Psychological Capital*, Ph.D dissertation, Department of Oriental Studies University of Brain Education, Chungnam, 2020.
<http://www.riss.kr/link?id=T13420766>
- [2] J. Y. Lee, *The Mediating Effect of Career Adaptability on the Relationships between Positive Psychological Capital and Occupational Engagement in College Students*, Master's thesis, Major of Department of Counseling, Graduate School of Dankook University, Kyonggi, 2017.
<http://www.riss.kr/link?id=T14754100>
- [3] L. C. Meng, *The Mediating Effects of Positive Psychological Capital and between Career Preparation Behavior: Career decision-making self-efficacy and Social Support of Chinese sports University*, Ph.D dissertation, Major of Physical Education, Graduate School of Gachon University, Kyonggi, 2021.
<http://www.riss.kr/link?id=T15780165>
- [4] S. Y. Jo, *The Effects of Positive Psychological Capital of Physical Education College Students on Career Preparation Behavior as a Mediating Effect Of Grit*, Master's thesis, Major of Physical Education, Graduate School of Kookmin University, Seoul, 2020.
<http://www.riss.kr/link?id=T15652141>
- [5] J. Y. Jung, *A study on the impact of positive psychological capital on creativity: Mediating Effect of Job Stress in the center*, Master's thesis, Graduate School of Industrial & Entrepreneurial Management Chung-Ang University, Seoul, 2005.
<http://www.riss.kr/link?id=T14021041>
- [6] J. Y. Kim, *The Effects of Positive Psychological Capital and Job Engagement on Customer-Oriented Employees*, Ph.D dissertation, Major in Personnel & Organization Management Graduate School of Gachon University, Seoul, 2018.
<http://www.riss.kr/link?id=T14760179>
- [7] Super, D. E., & Knasel, E. G, "Career development in adulthood: Some theoretical problem", *British journal of Guidance and Counseling*, No9, pp.194-201, 1981.
- [8] M. H. Na, *Theoretical Consideration of the Concept of Career Adaptation and Application to Career Counseling*, Master's thesis, Major in Counseling Psychology Education Graduate School of Education Korea University, Seoul, 2018.
<http://www.riss.kr/link?id=T14924995>
- [9] Savickas, M. L, *Adaptability: An integrative construct for life-span, life-sapce theory*, *Career Development Quarterly*, 45, 247-259, 1997.
- [10] Savickas, M. L, "The theory and practice of career construction, In S. D, Brown & R. w. Lent(Eds.), *Career development and counseling: Putting theory and research to work*(pp. 42-70), Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, 2005.
- [11] J. E. Jeong, *The Casual Relationship of Undergraduate Students' Career Adaptability, Social Support, Self-Esteem and Self-Directed Learning*, Master's thesis, Science in Education Graduate school of Seoul National University, Seoul, 2013.
<http://www.riss.kr/link?id=T13293262>
- [12] B. W. Kim, K. H. Kim, *Career Decision Level and Career Preparation Behavior of the College Students*, *Korea Journal of Counseling And Psychotherapy*, Vol.9 NO.1, 1997.
<http://www.riss.kr/link?id=A100630978>
- [13] S. R. Kim, *The Effect of career seekers: Career Decision-Making Self Efficacy, Career Maturity, Career Barrier and Employment Preparation Behavior on thir Psychological Well-being*, Ph.D dissertation, Department of Education The Graduate School Kagnam University, Seoul, 2018.
<http://www.riss.kr/link?id=T15068358>
- [14] H. S. Yoo, *Focusing on Women's Human, Social and Psychological Capital=A Study on the Actual Conditions and Utilization of Women's Capital*, Research Center For Asian Women Sook Myung Women's University, Seoul, 2005.
<http://www.riss.kr/link?id=A340933>
- [15] D. H. Ryoo, *Investigating the Structural Relationship among Psychological Capital, Creative Personality, Learning Orientation, and Perceived Innovative Behavior*, Master's thesis, Department of Education Technology, The Graduate School of Ewha Women University, Seoul, 2015.
- [16] J. Y. Park, *Prediction of Students' Self-leadership on Learning Satisfaction: Focused on Mediating Effects of Positive Psychological Capital and Learning Flow*, Master's thesis, Department of Education Engineering, The Graduate School of Ewha Women University, Seoul, 2017.
<http://www.riss.kr/link?id=T14567804>
- [17] Tok, J, "Career Adapt-Abilities Scale-Korea Form: Psychometric properties and construct validity", *Journal of vocational behavior*, Vol.80 No.3, 2012.
<http://www.riss.kr/link?id=O58296931>
- [18] J. E. Jeong, *The Casual Relationship of Undergraduate Students' Career Adaptability, Social Support, Self-Esteem and Self-Directed Learning*, Master's thesis, Science of Education in the Graduate school of Seoul National University, Seoul, 2013.
<http://www.riss.kr/link?id=T13293262>
- [19] M. S. Lee, *Analyses of Relationship among Career Self-Efficacy, Career Barriers Perception, and Career Preparation Behavior of College Students*, Master's thesis, Department of Vocation & Career Counseling The International Graduate School of Counseling Jeonju University, Junbuk, 2003.
<http://www.riss.kr/link?id=T9050995>

정 경 화(Kyung-Hwa Jung)

[정회원]



- 2012년 2월 : 경기대학교 대학원
직업학과 (직업학석사)
- 2020년 2월 : 국제뇌교육종합대학
원대학교 동양학과 (동양학박사)
- 2009년 2월 ~ 2013년 6월 : 성동
구청 일자리정책과 직업상담사

- 2013년 7월 ~ 2018년 6월 : 서울고용노동청 직업상담사
- 2020년 9월 ~ 현재 : 국제뇌교육종합대학원 동양학과 겸
임교수

<관심분야>

진로&직업상담, 직업정보, 선천적성, 성격심리