

진로 교육 프로그램이 여대생의 진로 자기 이해와 진로 불안에 미치는 영향

이숙정
숙명여자대학교 기초교양학부

The Effects of Career Education Programs on Female College Students' Career Self-Understanding and Career Anxiety

Sook-Jeong Lee
Department of General Education, Sookmyung Women's University

요약 본 연구는 대학의 진로 교육 프로그램이 여대생의 진로 자기 이해와 진로 불안에 미치는 영향을 알아보기 위해서 수행되었다. 본 연구의 목적을 달성하기 위해, 연구참여자들을 대조집단과 실험집단으로 구분하고 준 실험 연구를 실시하였다. 연구의 최종 참여자는 총 70명으로 대조집단과 실험집단에 각각 35명씩 할당하였으며, 진로 교육 프로그램은 8주간 2시간씩 진행되었다. 수집된 정량적 자료는 SPSS(Statistical Package for the Social Science) 25.0 프로그램을 사용하여 기술통계, 집단별 차이 분석을 수행하였고, 개방형 질문에 대한 응답은 빈도분석과 내용 분석을 실시하였다. 주요 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 진로 교육 프로그램은 진로 자기 이해와 진로 불안에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 대학 입학 후 진로 불안에 대한 서술 의견으로는 자신의 정체성과 진로 적성에 대한 모호함과 불안 및 불확실성이 크다는 의견이 가장 많았다. 대학에 요구하는 진로 관련 프로그램으로는 진로 및 적성탐색 프로그램의 제공에 대한 요구가 가장 많은 의견인 것으로 나타났다. 본 연구 결과는 대학 진로 교육 프로그램의 질적인 내실화 및 세밀한 정책의 필요성을 제기한다. 따라서 대학생의 생애 지속 가능한 진로 개발이 가능하도록 대학 입학 초기부터 대학 차원의 적극적이고 개별적인 심리적 개입 프로그램들이 다양하게 제공되어야 할 것이다.

Abstract This study investigated the effects of career education programs on career self-understanding and career anxiety of female college students. For this purpose, a quasi-experimental study was conducted, after dividing the research participants into contrast and experimental groups. Of the total of 70 participants, 35 participants were assigned to each of the contrast and experimental groups. The career education program was conducted for 2 hours a week for a total of 8 weeks. Using the collected quantitative data, descriptive statistics and analysis of group differences were performed using the SPSS (Statistical Package for the Social Science) 25.0 program. Frequency and content analyses were conducted for responses to open-ended questions. The results demonstrated that: (1) The career education program had a significant effect on career self-understanding and career anxiety, and (2) With respect to career anxiety, the participants were most worried about ambiguity and were anxious about their identity and career aptitude. Among the career-related programs, there was a high demand for career and aptitude exploration programs. These results raise the need for qualitative internalization and detailed policies for college career education programs. Thus, a variety of active and individual psychological intervention programs at the university level should be provided upon initiation of college studies to enable college students to develop sustainable careers.

Keywords : Career Self-Understanding, Career Program, Career Anxiety, Female College Students, Quasi-Experimental Study

본 논문은 2023년도 추계 학술대회 발표 논문을 수정 보완한 것임.

*Corresponding Author : Sook-Jeong Lee(Sookmyung Women's Univ.)
email: leesjeong4194@gmail.com

Received December 26, 2023

Revised January 22, 2024

Accepted March 8, 2024

Published March 31, 2024

1. 서론

인공지능, 디지털 정보화, Chat-GPT 등 과학기술이 급속하게 발달하고 있는 현대사회에서는 대학생들에게 단편적인 전문성이 아니라, 융합적인 창의 인재를 요구하고 있다. 대학 생활 시기는 사회로 진출하기 전에 자신의 관심과 적성을 바탕으로 다양한 직업(또는 직무)의 세계를 탐색하고 준비하는 단계로, 진로 발달의 결정적인 시기로 볼 수 있다. 그런데, 불경기가 지속되고 글로벌 경기침체가 가속화되는 현실 속에서 청년들의 취업난은 더욱 심각한 상황에 놓이게 되었고, 이에 따라 대학생들의 진로에 대한 고민은 더욱 높아지고 있다. 최근 한국경제연구원의 연구 보고에 따르면, 2020년 기준 한국 청년 대졸자의 고용률이 낮고 비경제활동인구의 비율은 20.3%로 나타나 OECD 37개국 중 세 번째로 높아 청년 대졸자의 노동력 유희화가 심각한 상태이다. 더구나 전공과 직업 간의 미스 매치율이 50.0%로 OECD 22개국 중 1위이며, 고학력을 요구하는 일자리 증가 속도가 대졸자의 증가 속도를 따라가지 못하는 노동시장 수급 불균형도 심각한 상황이다[1].

2022년 한국직업능력개발원에서 대학생에 대상으로 한 대학 진로 교육 현황 조사를 살펴보면, '졸업 후 진로'에 대한 고민이 압도적이며, 학업적·경제적 어려움의 고민이 있는 것으로 나타났고, 대학 졸업 후 진로 계획이 없는 학생들은 '구체적으로 어떻게 준비해야 하는지 몰라서', '나의 흥미와 적성을 몰라서', '하고 싶은 게 있거나 확신이 들지 않아서' 등의 응답이 다수였으며, 대학 졸업 후 진로 결정을 위하여 대학 차원의 개별화된 프로그램을 희망하는 것으로 나타났다. 반면, 대학 운영 본부를 대상으로 대학 진로 및 취·창업지원 프로그램과 서비스 운영의 어려움을 조사한 결과를 살펴보면, '학생의 관심 및 참여 부족'을 가장 큰 어려움으로 보고 있었다[2]. 이러한 결과는 대학생들의 심리 사회적 발달 특성을 고려하지 않은 채, 취업 지원에 편중된 진로 개입에 문제가 있음을 시사한다[3].

이러한 환경 속에서 대학 신입생들의 진로 전반에 대한 불안은 커질 수밖에 없다. 불안은 진로 결정 과정에서 스트레스를 유발하여 진로 결정에 중요한 영향을 미치는 것으로 알려져 있다[4]. 진로 불안은 진로 결정 이전과 그 과정에 잠재적 영향을 미치는 것으로, 과정에 대한 불안, 불확실성에 대한 불안, 선택 과정과 결과에 대한 불안을 포함한다[5,6]. 과정에 대한 불안은 의사결정 이전에 일어나는 스트레스를 의미하며, 완벽주의 성향에 의

해 환기되는 불안을 나타낸다. 불확실성에 대한 불안은 미래, 미 결정상태에 대한 불안, 모호성에 대한 인내심 결여와 같은 특성을 의미한다. 선택 과정과 결과에 대한 불안은 완벽한 선택을 해야 한다는 비합리적인 신념, 선택권을 상실하는 데에 대한 두려움, 자신에게 적합하지 않은 직업을 선택할지도 모른다는 두려움 등을 포함하고 있다. 선행연구[7]에 따르면, 불확실성이나 애매모호함을 견디는 능력이 낮고 실패에 대한 불안, 자신의 진로 결정에 대한 불확신과 상실감 등을 가질 경우, 진로 선택에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났기에, 대학 신입생들의 진로 불안을 측정하고 불안에 영향을 미치는 개인적 요인들을 파악하여 그 내용과 유형별로 대학 생활 초기부터 개입을 시도하는 것이 그들의 심리적 안정과 진로 선택 과정에 실질적인 도움이 될 수 있을 것이다.

특히 진로와 관련하여 우유부단한 유형은 불안과 좌절, 낮은 수준의 자신감과 자아존중감을 지니고 있어서 [5], 진로 탐색을 시작하는 대학 신입생의 진로와 관련된 자기 이해의 수준과 불안의 강도가 어느 정도인지, 그리고 어떤 문제들이 진로와 관련하여 가장 걱정되고 불안한지 등에 초점을 두고 이를 해결할 수 있는 구체적인 방법의 제안이 필요할 것으로 보인다. 이를 위해, 본 연구에서는 진로 자기 이해에 초점을 두고 진로 교육 프로그램의 효과를 검증하고자 한다. 자기 이해와 관련한 개념 중 자아존중감은 일반적인 생활 양식 뿐 아니라 진로와 관련된 생활 양식 모두 진로 미결정에 영향을 주는 것으로 알려져 있으나[4,5,8], 자아존중감의 형성과 변화는 상당한 기간이 필요하므로 단기기간의 교육으로 자아존중감의 변화를 기대하는 것은 한계가 있다. 따라서 본 연구에서는 진로 자기 이해로 범위를 좁혀서 대학생들의 진로 적성 및 자기 역량과 강점에 대한 이해 정도를 알아보고자 한다. 진로 자기 이해는 한 개인이 일과 관련되는 바를 행동으로 옮기는 데 있어서 진로와 관련된 자기 자신의 심리적·환경적 특성에 대한 자기 이해로[9], 자신의 인지적 능력과 흥미에 대해서 스스로 인식하는 정도를 의미하는 개념으로 알려져 있다[10]. 진로에 대한 자신의 목표를 잘 알고, 직업 적성과 진로 분야에 대한 성찰을 통해 자신의 강점 및 한계점까지도 잘 파악하고 있기 때문에, 미래에 대한 막연한 진로 불안을 감소시키고 진로 및 직업 선택 과정에 적절한 정보를 제공하여 진로 선택에 대한 확신과 진로 계획 및 준비를 가능하게 할 수 있다. 하지만, 명확한 자기 이해가 부족한 경우 진로 탐색에 어려움을 겪을 수 있어서 진로 로드맵을 구체화 하는데 방해 요소로 작용할 수 있다[11].

대학에서 교양필수로 지정하여 운영하는 교과는 일반적으로 대학 차원의 인재 양성에 부합하는 내용과 목표를 달성하기 위함이지만, 궁극적으로 진로 관련 교과들의 경우 입학부터 졸업 전까지 오랜 시간 동안 대학생들의 진로 발달과 결정에 도움을 주고자 개설된다. 그러나 이러한 진로 관련 교양 교과가 급변하는 현대사회에 시의 적절한 진로 교육 프로그램을 제공하고 있는 것인지, Z세대인 신입생들의 심리·사회적 특성과 진로에 대한 새로운 니즈를 반영하고 있는 것인지, 궁극적으로 그들이 생각하는 진로 준비에 현실적인 도움이 되고 있는지에 대한 점검과 이에 대한 후속 조치가 적절한지에 대한 평가와 환류가 필요하다고 판단된다. 따라서 본 연구에서는 서울 소재 S대학에서 교양필수 교과로 운영되고 있는 진로 교육 프로그램이 신입생들의 진로 자기 이해와 진로 불안에 긍정적인 효과를 미치는지 분석하고 신입생들을 대상으로 개방형 설문을 실시하여 그들의 당면한 진로 고민과 대학 본부에 바라는 구체적인 니즈도 함께 알아보고자 한다. 구체적인 연구 문제는 다음과 같다.

첫째, 진로 교육 프로그램은 대학 신입생의 진로 자기 이해와 진로 불안에 효과적인가?

둘째, 대학 신입생이 지각하는 진로 관련 이슈와 필요 프로그램 등은 무엇인가?

2. 연구 방법

2.1 연구 대상 및 수집 절차

본 연구는 준 실험연구로 진로 교육 프로그램의 효과를 측정하기 위해 실험 처치의 사전과 사후의 결과를 비교 분석하는 것을 주요 내용으로 한다. 따라서 프로그램의 효과검증을 위해 서울 소재 S대학에서 진로 교육 관련 교양 교과를 수강하는 1학년 재학생들을 대상으로 편의 표집하였다. 대조집단과 실험집단에 각각 35명씩 할당하였고 총 70명이 연구 대상이 되었으며, 연령 범위는 18세~21세(M=19.40 SD=0.81)이다. 표본이 여자대사이므로 연구참여자의 성별은 모두 여성이며, 교양 교과 특성상 인문 사회 계열, 자연 과학 계열, 공학계열, 예술 체육 계열 등 다양한 전공이 포함되어 있다. 자료 수집은 2023년 2학기에 진행되었다. 진로 자기 이해와 진로 불안의 변화를 측정하기 위해 한 학기 분량의 수업을 진행하고 학기 초와 학기 말에 사전-사후검사를 실시하였다.

2.2 측정 도구 및 분석 방법

대학 신입생의 진로 자기 이해를 측정하기 위해, 선행 연구[9]에서 타당화 한 진로 준비 행동 척도의 하위요인 중 하나인 진로 자기 이해 척도를 사용하였다. 본 척도는 한 개인의 일과 관련되는 바를 행동으로 옮기는 데 있어서 진로와 관련한 자기 자신의 심리적 특성 및 환경적 상황에 대한 이해를 측정한다(예, 나는 진로와 관련하여 나의 강점을 잘 알고 있다). 총 10문항, 5점 Likert 척도로, 본 연구에서 산출한 문항 내적 합치도 Cronbach alpha는 대조집단의 경우, 사전 0.75, 사후 0.74, 실험집단의 경우, 사전 0.75, 사후 0.70 이다.

진로 결정 과정에서 경험하는 불안을 측정하기 위해서 진로 결정의 어려움 관련 정서 및 성격 척도의 대학생용 한국 축소판 도구[6]의 하위변인 중 진로 불안에 해당하는 척도를 사용하였다. 진로 선택, 과정, 결과에 대한 불안과 미래 및 자신의 선호도에 대한 불확실성의 하위요인으로 구성된 척도로 총 10문항이다(예, 나는 이미 특정 직업을 고려하고 있지만 내 선호에 맞지 않을까 봐 두렵다). 본 연구에서 산출한 문항 내적 합치도 Cronbach alpha는 대조집단의 경우, 사전 0.88, 사후 0.83, 실험집단의 경우, 사전 0.86, 사후 0.84이다.

수집된 정량적 자료는 '통계 분석 및 데이터 관리를 위한 소프트웨어 패키지' SPSS(Statistical Package for the Social Science) 25.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 연구참여자의 일반적 특성을 알아보기 위해 기술 통계를 실시하였으며, 사전-사후검사 결과의 비교를 위해 대응 표본 *t*-검증, 효과 크기를 알아보기 위해 *Cohen's d* 수치를 산출하였다. 마지막으로 신입생이 지각하는 진로 불안과 대학에 요구하는 진로 프로그램에 대한 서술 의견은 빈도분석과 내용 분석을 실시하였다.

또한 선행연구에서 제시한 기준을 토대로 효과 크기 (*Cohen's d*)도 함께 검증하였다[12]. 효과 크기는 비교하려는 집단들 사이의 차이 혹은 관계를 나타내는 표준화된 지표를 의미한다. *Cohen's d* = 0.2-0.4는 낮은 수준, *Cohen's d* = 0.5-0.7은 중간 수준, *Cohen's d* = 0.8 이상은 높은 수준으로 판단한다. 일반적으로 사용하는 *p* 값은 통계적 유의성에 대한 이분법적인 판단만을 제공하며 표본 수에 영향을 받는 한계가 있지만, 이에 비해 효과 크기는 실제 차이를 파악하여 수치화할 수 있다는 장점이 있다[13]. 따라서 *p* 값과 효과 크기를 함께 고려하여 집단 간의 평균 차이를 비교 분석하고자 한다.

2.3 연구 과정

S대학의 진로 교육 프로그램은 신입생을 대상으로 교양필수 교과로 운영되고 있다. 한 학기에 약 1,200여명의 학생들을 35개 내외의 분반으로 구분하여 분반별로 35~36명의 학급 크기로 운영한다. 본 교과는 학과 및 전공별 세부 진로 설계와 전문 역량 강화에 앞서 미래 사회에 대한 이해와 더불어 폭넓은 진로 및 직업의 세계를 탐색하는 기초 과정이다. 모든 전공을 대상으로 전반적인 진로와 직업에 대한 이해, 미래 사회변화와 직업 세계에 대한 내용을 주로 다룬다. 교과의 특성상 학습자와 교수가 함께 토론하고 진로 관련 자기 이해 및 진로 탐색에서 중요한 이슈들을 함께 고민하는 진로 관련 입문 수업으로 볼 수 있다.

15주 1학점 매주 1시간으로 구성되어 있으나 교과 운영의 효율성을 높이기 위해, 8주 2시간씩 집중 수업으로 진행한다. Table 1에 제시된 바와 같이, 주차 별 주요 수업 주제는 진로/직업/역량에 대한 이해, 비전과 목표설계, 직업정보탐색과 미래 직업 등으로 구성되어 있다. 평가 방법은 Pass/Fail이며, 평가 내용과 기준은 진로 로드맵에 대한 토론과 발표 등으로 이루어진다. 교양필수 교과 특성상 분반별 수업내용과 평가의 격차를 최소화하며, 교수자의 자율성은 20~30% 내외에서 고려된다.

Table 1. Lecture Contents of Career Exploration and Competence Development

Week	Contents	Activities
1	Introduction	50 Minute Lecture+Discussion+Activities+Feedback
	Understanding of Career/Job/Competency	
2	Career & Job	
3	Self-understanding for Career	
4	Vision & Life Goal Design	
5	Job Information & Future Job	
6	Presentation of Career Road map & Discussion	
7	Presentation of Career Road map & Discussion	
8	Self-management & Competency	

3. 연구 결과

3.1 대조집단과 실험집단의 동질성 검증

진로 교육 프로그램의 효과를 검증하기 전에 대조집단과 실험집단의 사전 동질성을 확인하기 위하여, 본 연구

에서 검증하고자 하는 두 변인, 진로 자기 이해와 진로 불안 검사를 실시하고 두 집단에서 통계적으로 유의미한 차이가 있는지 검증하였다. 우선 Levene의 등 분산성 검증을 통해 등 분산성 가정이 충족되었는지를 확인한 후, t-검증을 통해 두 집단 간의 평균 차이를 검증하였다.

Levene의 등 분산성 검증 결과, 진로 자기 이해($F = .119, p > .05$)와 진로 불안($F = .756, p > .05$) 모두 등 분산성 가정이 충족되는 것으로 나타났다. 평균의 동일성을 검증하는 t-검증 결과에서도 진로 자기 이해($t = .419, p > .05$)와 진로 불안($t = -1.011, p > .05$) 모두 대조집단과 실험집단 간 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 따라서 두 집단이 동질하다고 가정하고 이후 본 실험 및 분석을 수행하였다.

3.2 대조집단과 실험집단의 사전-사후 분석

다음으로 진로 교육 프로그램의 운영 전후의 비교를 위해 진로 자기 이해와 진로 불안에 대한 사전검사와 사후검사를 실시하고 Table 2에 제시하였다.

Table 2. Pre-Post Test of Career Self-understanding and Career Anxiety of Contrast Group and Experimental Group

Variables	Group	Pre-Post	M	SD	t	p	Cohen' d
Career Self-understanding	C	Pre	3.54	0.49	-0.89	.38	0.22
		Post	3.65	0.52			
	E	Pre	3.59	0.54	-10.75	.000	1.17
		Post	4.13	0.37			
Anxiety of choice/process/outcome	C	Pre	3.02	0.70	1.06	.30	0.28
		Post	2.80	0.88			
	E	Pre	2.84	0.77	7.00	.000	0.53
		Post	2.48	0.56			
Anxiety of Uncertainty	C	Pre	3.46	1.00	.14	.89	0.04
		Post	3.42	1.02			
	E	Pre	3.26	0.96	8.28	.000	0.72
		Post	2.65	0.71			
Total of Career Anxiety	C	Pre	3.19	0.73	.72	.47	0.18
		Post	3.05	0.85			
	E	Pre	3.01	0.78	8.98	.000	0.67
		Post	2.55	0.57			

C(Contrast Group), E(Experimental Group)

진로 자기 이해의 대조집단과 실험집단의 사전-사후 검사 결과를 살펴보면, 대조집단의 경우, 진로 자기 이해의 사전평균(3.54)과 사후평균(3.65)의 차이는 통계적으로

유의하지 않았으며($p > .05$), 실험집단의 사전평균(3.59)과 사후평균(4.13)의 차이는 통계적으로 유의하였다($p < .001$).

진로 불안의 경우, 진로 선택, 과정, 결과 불안과 불확실성에 대한 불안의 하위요인으로 구분되어 있어서 하위요인별 차이와 진로 불안 총합의 차이를 모두 분석하였다. 대조집단의 경우, 진로 선택, 과정, 결과 불안의 사전평균(3.02)과 사후평균(2.80), 불확실성의 사전평균(3.46)과 사후평균(3.42), 진로 불안 총합의 사전평균(3.19)과 사후평균(3.05)의 차이 모두 통계적으로 유의하지 않았다($p > .05$). 실험집단의 경우, 진로 선택, 과정, 결과 불안의 사전평균(2.84)과 사후평균(2.48), 불확실성의 사전평균(3.26)과 사후평균(2.65), 진로 불안 총합의 사전평균(3.01)과 사후평균(2.55)의 차이 모두 통계적으로 유의한 것으로 나타났다($p < .001$). 효과 크기를 분석한 결과, 대조집단의 *Cohen's d* = 0.04 ~ 0.28로 낮은 수준이었으나, 실험집단의 *Cohen's d* = 0.53 ~ 1.17로 중간 수준과 높은 수준으로 나타났다.

3.3 진로 관련 서술 의견 분석

대학 신입생들이 지각하는 진로 관련 이슈와 관련하여 학교에 요구하는 교육이나 프로그램들이 무엇인가에 대한 서술 응답을 공통 내용들로 묶은 후, 빈도분석을 실시하였다. 두 개 이상의 내용이 포함된 응답이 있으므로 전체 빈도는 연구참여자 수와 상이하다.

Table 3. Frequency Analysis of Responses

Issues		Frequency(%)
Career Anxiety	Identity, Vagueness and Anxiety about Aptitude	28(30.1)
	Major Suitability & Uncertainty	21(22.6)
	Anxiety about Career and Employment Information	15(16.1)
	Mismatch between Major and Employment	11(11.8)
	Low Confidence in Abilities and Competencies	7(7.5)
	Desired Job and Economic Reward	6(6.5)
	etc	5(5.4)
	Total	93(100.0)
Program	Career and Aptitude Exploration Counseling	36(34.3)
	Alumni Special Lecture and Network	21(20.0)
	Detailed Career Roadmap for Majors	19(18.1)
	Major (Public)Corporate Information	12(11.4)
	Extracurricular(including graduate) Activity	8(7.6)
	Startup and Employment (career experience) Counseling Program	6(5.7)
	etc	3(2.9)
	Total	105(100.0)

Table 3에 제시된 바와 같이, 진로와 관련된 내용으로는 자신의 정체성과 적성에 대한 막연함과 불안감이 가장 많은 응답을 보였으며, 다음으로 전공 적합성과 전공선택에 대한 불확실성, 진로 및 취업 준비에 대한 두려움, 전공과 취업의 미스매치, 자신의 능력과 역량에 대한 낮은 신뢰, 원하는 직업과 경제적 보상에 대한 갈등 순으로 나타났다. 기타 의견으로는 학점과 체험활동의 중요도에 대한 문제, 복수전공 선택의 기준과 장점, 가슴 뛰는 일을 하고 싶은데 가능할지, 본가가 서울이 아닐 경우, 직장 문제 등이었다. 불안하지 않다는 의견도 있었다.

학교에 바라는 진로 관련 프로그램에 대한 의견으로는 진로 및 적성탐색 프로그램이 가장 많은 응답을 보였으며, 선배 특강 및 네트워크(취업 성공 사례), 전공 관련 구체적인 진로 로드맵, 주요 기업 정보 프로그램, 대외활동(대학원 포함) 프로그램, 스타트업 및 취업 가능한 회사에 대한 구체적인 소개 프로그램, 관련 전공 및 직무 분야의 선배 특강, 스타트업 및 취업 상담 프로그램 순으로 나타났다. 기타 의견으로는 예술전공 다양한 진로 프로그램, 직업교육, 휴식법 및 휴식이론에 대한 소개 등이었다.

4. 논의 및 제언

본 연구의 주요 분석 결과에 대한 시사점은 다음과 같다. 첫째, 진로 교육 프로그램은 대학 신입생들의 진로 자기 이해 수준을 높이고 진로 불안을 낮추는 데 효과적인 것으로 나타났다. 본 교과는 자기 이해를 바탕으로 미래 사회에 대비하면서 자신에게 맞는 진로계획과 개발 및 선택의 기반을 마련하는 도움을 주는 것을 목표로 하고 있다. 비록 1학점 신입생 대상의 교양 교과이지만, 신입생 전체를 대상으로 한다는 점에서 진로 개발 초기에 체계적인 진로 교육이 필요하다는 점을 시사하고 있다. 대학생의 진로 탐색 활동을 지원하고 학점으로 인정하는 대학 진로 탐색 학점제가 20%를 넘지 못하는 상황에서 [2], 대학 본부에서는 더 적극적인 진로 탐색 활동에 대한 지원과 학점인정의 확대가 필요할 것으로 사료 된다.

둘째, 대학 신입생들이 지각하는 진로 관련 문제들은 자신의 정체성과 적성에 대한 불확실성과 불안, 전공 적합성 및 불확실성에 대한 걱정과 불안, 진로 및 취업 준비에 대한 정보 부족이 큰 것으로 나타났다. 이는 대학생들이 진로에 대해 자신의 능력과 적성, 진로 결정에 대한 확신의 어려움에 대한 불안이 가장 높다는 선행연구 조

사와도 일치한다[2]. 따라서 미래 사회변화에 따른 직업의 변화 및 취업 관련 정보의 제공도 중요하지만, 대학생 자신의 진로 적성과 역량에 대한 이해에 초점을 둔 진로 교육이 우선하여야 미래에 대한 진로 불안을 줄이고 지속 가능한 진로 개발이 가능할 것으로 보인다.

셋째, 학생들이 원하는 대학 차원의 진로 관련 프로그램으로는 진로와 적성 탐구 프로그램, 선배 특강 및 네트워크(취업 성공 사례 포함), 전공에 대한 구체적인 진로 로드맵, 주요 기업(공기업 포함) 정보 프로그램 등을 적극적으로 요구하는 것으로 나타났다. 진로를 결정하지 못하거나 탐색 단계에 있는 이러한 학생들의 니즈는 그들의 진로 불안에 대한 응답과 관련이 높다. 학생들에게 대학에서 제공하는 다양한 취업 지원센터의 다양한 정보와 프로그램들과 진로 관련 워크숍 등은 일부 학생들에게는 실질적인 도움이 되지 않는 사례들이 많다. 그들은 진로 결정의 어려움과 관련된 근본적인 심리적 문제들을 가지고 있기 때문에[6], 학교에서 제공하는 프로그램들이 학생들의 니즈와 불일치하거나 현실적인 문제해결에 한계가 있기 때문이다. 따라서 대학 생활을 시작하는 초기부터 학생들이 겪는 진로에 대한 막연한 두려움과 불안을 해소하기 위한 대학 차원의 적극적이고 개별적인 심리적 개입 프로그램들이 다양하게 제공되어야 할 것이다. 더불어 대학 진로 교육이 외형적, 양적 성장과 함께 질적으로 내실화될 수 있는 보다 세밀한 정책 방향을 설정해야 하며[2], 이를 위해서는 대학생의 진로 개발이 노동시장의 이행이라는 당면 과제뿐 아니라 생애 지속 가능한 진로 개발이 가능하도록 진로 역량을 강화해야 할 것이다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 준 실험연구의 특성상, 프로그램을 진행하고 그 전과 후의 변화를 비교 분석하는 방법이기 때문에 표집과 실험 기간의 한계가 있다. 여대생만을 실험 대상으로 선정했다는 것과 8주라는 비교적 짧은 실험 기간의 결과를 분석하였으므로 본 연구 결과를 일반화하는데 한계가 있다. 따라서 표집의 용이함과 실험 조건이 가능하다면, 추후 연구에서는 성별 구분 없이 실험 대상으로 선정하고 진로 교육 프로그램의 기간도 12주 이상 진행된다면, 일반화 가능한 연구 결과를 기대할 수 있을 것이다. 둘째, 본 연구는 신입생을 대상으로 진로 관련 변인들을 분석하였기 때문에, 진로에 대한 깊은 고민이 아직 생성되기 이전이라 막연한 진로 불안이 측정되었을 가능성이 있다. 따라서 추후 연구에서 다양한 학년과 연령을 포함한다면, 학년별 비교 분석과 학교에서 제공하는 진로 관련

프로그램의 이용 형태 등에 대한 구체적인 분석도 가능할 것이다.

References

- [1] Korea Economic Research Institute, Employment Rate of Young College Graduates 75.2%, 31st out of 37 OECD Countries, Press Release, Nov. 18, 2021, Available From: <https://www.keri.org/post/%EC%B2%AD%EB%85%84-%EB%8C%80%EC%A1%B8%EC%9E%90-%EA%B3%A0%EC%9A%A9%EB%A5%A0-75-2-oecd-37%EA%B0%9C%EA%B5%AD-%EC%A4%91-31%EC%9C%84> (accessed Mar. 23, 2023)
- [2] Korea Research Institute for Vocational Education & Training, University Career Education Status Survey, Korea, 2022. Available From: <https://www.krivet.re.kr/ku/da/kuBAAVw.jsp?gn=E1-E120230148>
- [3] H. S. Song, Y. J. Choi, "Mediation effect of Grit in the relationship between career decision-making autonomy and career preparation behaviors of college students", *The Journal of Career Education Research*, Vol.33, No.1, pp.65-83, Mar. 2020. DOI: <https://doi.org/10.32341/JCER.2020.03.33.1.65>
- [4] P. J. Santos, "Predictors of generalized indecision among Portuguese secondary school students", *Journal of Career Assessment*, Vol.9, No.4, Fall, pp.381-396, 2001. DOI: <https://doi.org/10.1177/106907270100900405>
- [5] K. Min, B. Kim, "A validation study of emotional and personality career difficulties scale for college students", *The Journal of Career Education Research*, Vol.27, No.2, pp.109-131, Jun. 2014. Available from: <https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ARTO01886070>
- [6] M. S. Kim, K. J. Yon, "Development and validation of a Korean Short Version of the emotional and personality-related career decision making difficulties scale with college students", *The Journal of Career Education Research*, Vol.27, No.3, pp.65-94, Sep. 2014. Available from: <https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ARTO01915456>
- [7] V. M. DeRoma, K. M. Martin, M. L. Kessler, "The relationship between tolerance for ambiguity and need for course structure", *Journal of Instructional Psychology*, Vol.30, No.2, pp.104-109, Jun. 2003. Available From: <https://psycnet.apa.org/record/2003-06550-003>
- [8] O. K. Back, The Effect of Undergraduates' Separation-Individuation and Self-esteem on Indecision, Master's thesis, Kookmin University, Seoul, Korea, 2010.

- [9] Y. K. Choi, S. H. Kim, "Development and validation of the Career preparation behavior scale for university students", *Korean Journal of Counseling*, Vol.13, No.5, Oct. pp.2085-2097, 2012.
DOI: <https://doi.org/10.15703/kjc.13.5.201210.2085>
- [10] E. Lim, Y. K. Jung, C. G. Youn, "The effects of the vocational aptitude inventory on self-knowledge and career decision", *The Journal of Career Education Research*, Vol.16, No.1, pp.1-16, May, 2003. Available from: <https://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE02410517>
- [11] S. Kim, J. Lee, "The effect of career barriers and career decision-making self-efficacy on the career preparation behavior: For middle school and high school and specialized high school students", *The Korean Journal of Rehabilitation Psychology*, Vol.20 No.1, pp.119-136, Apr. 2013. Available from: https://www.kci.go.kr/kciportal/landing/article.kci?arti_id=ART001766940
- [12] J. Cohen, "Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences", 2nd(ed.). Hillsdale, New York: Lawrence Erlbaum, p.25, 1988.
- [13] F. S. Nahm, "Understanding effect size review", *Hanyang Medical Review*, Vol.35, No.1, pp.40-43, Mar. 2015.
DOI: <http://dx.doi.org/10.7599/hmr.2015.35.1.40>

이 숙 정(Sook-Jeong Lee)

[정회원]



- 2005년 8월 : 숙명여자대학교 일반대학원 교육학과 (교육학박사)
- 2010년 2월 : 숙명여자대학교 아시아여성연구소 책임연구원
- 2011년 3월 ~ 현재 : 숙명여자대학교 기초교양학부 교수

〈관심분야〉

교양교육, 진로교육, 교육심리