

# 대학 신입생의 진로자기이해, 그릿, 진로불안의 관계

이숙정  
숙명여자대학교 기초교양학부  
leesjeong@sookmyung.ac.kr

## The Analysis of the Relationships among Career Self-understanding, Grit, and Career anxiety in College Freshman

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

### 요약

본 논문에서는 대학 신입생의 진로자기이해와 그릿 및 진로불안의 관계를 분석하였다. 연구실행을 위해 수도권에 재학 중인 신입생 221명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 연구 변인을 측정하기 위해 진로자기이해, 그릿, 진로불안 척도를 사용하였다. 수집된 자료는 SPSS WIN 25.0 프로그램을 사용하였으며, 기술통계, 상관분석, 회귀분석, 매개분석 등을 실시하였다. 주요 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 진로자기이해, 그릿, 진로불안은 각각 통계적으로 유의한 상관관계가 있었다. 둘째, 진로자기이해는 그릿과 진로불안에 각각 유의한 영향을 미쳤으며, 셋째, 진로자기이해와 진로불안의 관계에서 그릿은 부분매개효과가 있었다. 결론적으로 진로와 관련한 자기자신의 심리적 특성 및 환경적 특성에 대한 이해 수준이 높을수록 그릿 성향이 높았으며, 진로불안도 낮은 것으로 나타났다. 연구결과를 토대로 시사점을 논의하였다.

**Key Words:** Career Self-understanding, Grit, Career Anxiety, College Freshman

### 1. 서론

일반적으로 자기관련 개념들이 인간의 태도와 행동에 의미 있는 영향을 주는 것으로 알려져 있지만, 진로결정의 어려움 관련 정서인 진로불안은 진로의 과정과 결과의 책임에 대한 불안, 그리고 애매모호함과 불확실성에 대한 불안 등을 포함하는 복합적인 개념이다[1]. 따라서 구체적인 진로불안의 형태를 확인하고 이러한 불안의 상태가 상당 기간 지속되지 않도록 체계적이고 효과적인 빠른 개입이 필요하다. 이에 따라 본 연구에서는 진로자기이해에 초점을 두고 진로불안과의 관계를 알아보하고자 한다.

그릿은 진로준비 과정에서 겪는 방해요소 및 스트레스 대처에 중요한 역할을 하는 성격차원으로[2], 단순히 개인의 직업적 성공 뿐 아니라 행복, 심리적인 건강 등을 포괄적으로 예측하는 다양한 영향력을 가진 변인이라고 할 수 있다. 따라서 장기적인 관점에서 진로불안을 감소시키는데 긍정적 변인으로 작용할 수 있을 곳이다. 진로는 지속적으로 발달하는 변화의 개념이고[3], 그릿은 후천적인 환경에 따라 변화 가능하다고 보고있기 때문에[4], 만일 진로자기이해와 진로불안의

관계 사이에서 그릿의 유의한 매개역할이 확인된다면, 대학생일 그릿을 향상시킬 수 있는 교육환경을 제공함으로써 진로불안을 완화시킬 수 있는 교육프로그램의 제공도 가능할 것이다. 따라서 본 연구에서는 진로자기이해와 그릿, 진로불안의 관계를 알아보고, 그릿의 매개효과도 검증하고자 한다.

### 2. 연구방법

서울과 수도권에 소재한 4년제 대학에 재학 중인 신입생을 대상으로 설문조사를 실시하여, 최종 221명(여: 116명, 남: 105명)의 자료를 분석하였다.

진로자기이해를 측정하기 위해 최윤경과 김성희[5]가 개발하고 타당화한 진로자기이해 척도를 사용하였다. 총 10문항, 5점 리커트 척도이며 본 연구에서 산출한 문항의 내적합치도는 Cronbach alpha는 0.84이다. 그릿을 측정하기 위해 Duckworth,와 Quinn이 개발한 척도를 국내에서 타당화한 척도를 사용하였다[6]. 총 8문항, 5점 리커트 척도이며 본 연구에서 산출한 문항의 내적합치도는 Cronbach alpha는 0.80이다. 진로불안은 진로결정의 어려움 관련 정서 및 성격척도의 대학생용 한국 축소판 도구[7]를 사용하였다. 총 10문항, 5

점 리커르트 척도이며 본 연구에서 산출한 문항의 내적합치도는 Cronbach alpha는 0.91이다. 수집된 자료의 모든 분석은 SPSS WIN 25.0 프로그램을 사용하였으며, 기술통계, 상관분석, 회귀분석, 매개분석을 실시하였다.

### 3. 연구결과

#### 3.1 기술통계 및 상관관계

본 연구에서 사용한 측정 변인들의 기술통계 및 상관분석 결과를 제시하였다. 변인들 간 상관관계는 모두 통계적으로 유의하였다.

[표 1] 기술통계 및 상관관계

변인	1	2	3
1. 진로자기이해	-		
2. 그릿	-.41***	-	
3. 진로불안	.52***	-.48***	
M	3.57	3.22	3.03
SD	.59	.62	.85

\*\*\*p<.001

#### 3.2 그릿의 매개효과 분석

진로자기이해와 진로불안의 관계에서 그릿의 매개효과를 알아보기 위해, 3단계 회귀분석을 실시하였다. 매개분석을 실시하기 전에 진로자기이해가 진로불안에 미치는 영향을 분석한 결과, -.52였고 이러한 회귀값은 통계적으로 유의하였다(p<.001). 다음 단계로 이 두 변인의 관계에서 그릿의 매개효과를 분석한 결과, -.39로 감소했다. 동시에 매개변인으로 설정한 그릿의 진로불안에 대한 영향은 -.32로 나타났으며, 계수값은 통계적으로 유의하였다(p<.001). 이러한 결과는 독립변인의 종속변인에 대한 직접효과 및 매개변인을 통한 간접효과 역시 유의함을 보여준다.

[표 2] 진로자기이해와 진로불안의 관계에서 그릿의 매개효과

	B	SE	beta	t	p
상수	6.46	.32		20.46	
진로자기이해	-.57	.09	-.39	-6.57	<.001
그릿	-.43	.08	-.32	-6.57	
종속변인: 진로불안					
R=.597, R <sup>2</sup> =.357, SE=.685, p<.001, F=60.439,					

### 4. 논의

본 연구에서는 대학 신입생들의 진로자기이해와 진로불안

의 관계에서 그릿의 매개효과를 분석하였다. 주요 검증 결과에 대한 요약과 논의는 다음과 같다. 첫째, 대학생의 진로자기이해, 그릿, 진로불안의 상관관계는 -.42에서 .52로 나타났고 상관계수는 통계적으로도 유의하였다. 이는 진로자기이해와 진로계획의 관련성을 검증한 선행연구들과 유사한 결과이며, 변인들 간의 관계를 유의미하게 추론할 수 있는 상관 강도를 보여주고 있다. 둘째, 대학생의 진로자기이해는 진로불안에 유의한 영향을 미쳤으며, 그 관계에서 그릿은 부분매개 효과가 있는 것으로 나타났다. 이는 진로관련 변인들 간의 관계에서 그릿의 매개효과를 검증한 선행연구들을 지지해 주는 결과이다.

최근 대학 차원에서도 일반적인 진로지도 외에 진로 로드맵에 따라 전문적인 진로와 취업교육의 중요성이 부각되고 있다[7]. 따라서 교양수업을 많이 수강하는 신입생들이니만큼 교양 대학을 중심으로 대학 신입생들의 심리적 건강 상태를 초기에 확인하고 지속적이고 적극적인 진로 개발을 할 수 있도록 프로그램을 개발하고 적용해야 할 것이다. 또한 학년이 높아지면서 세부전공과 진로계획이 정해지고 그 요구수준에 적합한 차별화된 진로지도가 제공된다면 성숙한 자기이해와 높은 수준의 그릿을 토대로 진로성숙도 향상될 수 있을 것이다.

#### 참고문헌

- [1] 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.
- [2] S. Heo, *The Relationship among Resilience, Career Indecision and Career Maturity of University Students*, Sookmyung Women's University, Master's thesis, Seoul, Korea, 2013.
- [3] D. E. Super, A life-span, life-space approach to career development, *Journal of Vocational Behavior*, Vol.16, No.3, pp.282-298, Jun. 1980. DOI:
- [4] J. E. Kim, Y. J. Cho, J. I. Jung, "Effects of grit improvement career group counseling program on grit and career anxiety of college students", *The Journal of the Convergence on Culture Technology*, Vol.8, No.2, pp.157-162, Mar. 2022.
- [5] 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.
- [6] H, J. Lim, "An Exploratory study on grit's factor structure and its validity", *Asian Journal of Education*, Vol.18, No.2 pp. 169-192, Jun, 2017.
- [7] K. Kim, "The relationship between the preparation behavior, career decision level, and grit of undergraduate students", *Culture and Convergence*, Vol.43, No.12, Dec. 2021.