https://doi.org/10.21186/IPR.2024.9.3.241

진로스트레스가 진로준비행동에 미치는 영향: 진로결정 자기효능감 및 진로동기의 순차적 매개 효과

이혜란*, 김현**, 현병환***
대전대학교 경영컨설팅학 박사과정*, 배재대학교 경영학 강사**, 대전대학교 경영컨설팅학 교수***

Effect of Career Stress on Career Preparation Behavior: Sequential Mediating Effects of Career Decision Self-efficacy and Career Motivation

Hye-Ran Lee*, Hyun Kim, Byung-Hwan Hyun*****
Ph. D. Course, Daejeon University*
Instructor, Paichai University**
Professor, Daejeon University***

요 약 본 연구는 대학생 자신과 대학교 진로 관계자가 성공적으로 진로 준비를 할 수 있도록, 진로준비행동에 긍정적인 영향을 주는 요인을 찾고자 했다. 선행 연구 고찰을 통해, 대학생이 성공적으로 진로 목표를 설정하고, 목표를 달성하기 위한 계획을 세우고, 구체적으로 실천하는 행동에 영향을 주는 개인 변인을 도출했고, 변인 간 관계의 유의미성을 확인하고자 했다. 전국 4년제 대학생 300명을 대상으로 설문조사를 통해 진로스트레스, 진로결정자기효능감, 진로동기, 진로준비행동의 관계를 분석한 결과, 진로스트레스는 진로자기효능감에 부적 영향를 미쳤고, 진로결정자기효능감은 진로동기에 정적 영향을 미쳤으며, 진로동기는 진로준비행동에 정적 영향을 미쳤다. 그리고 진로스트레스와 진로준비행동 사이에 진로결정자기효능감과 진로동기가 순차적으로 매개했다. 본 연구결과를 통해 대학생이 성공적으로 진로를 준비하는 데 필요한 개인적 변인을 찾고, 변인 간 관계를 확인했다는 데 그 의의가 있다. 아울러 대학교 진로 관계자는 진로결정자기효능감과 진로동기를 높일 수 있는 진로 프로그램을 개발할 필요성이 있음을 제시했다.

주제어 : 대학생, 진로스트레스, 진로결정자기효능감, 진로동기, 진로준비행동

Abstract The purpose of this study was to investigate the individual variables that influence the behavior of college students who successfully set career goals, plan for achieving goals, and specifically practice them. As a result of analyzing the relationship between career stress, career decision-making self-efficacy, career motivation, and career preparation behavior through a survey of 300 four-year college students nationwide, career stress negatively affected career self-efficacy, career decision-making self-efficacy had a positive effect on career motivation, and career motivation had a positive effect on career preparation behavior. In addition, career decision-making self-efficacy and career motivation sequentially mediated between career stress and career preparation behavior. It is significant that college students found personal variables necessary to successfully prepare for career and confirmed the relationship between the variables through the results of this study.

Key Words : colleague students, career stress, career decision self-efficacy, career motivation, career preparation behavior

Received 07 May 2024, Revised 11 Jun 2024
Accepted 18 Jun 2024
Corresponding Author: Byung-Hwan Hyun
(Daejeon University)
Email: bhhyun@dju.kr
ISSN: 2466-1139(Print)
ISSN: 2714-013X(Online)

□ Industrial Promotion Institute. All rights reserved. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

1. 서론

대학생은 졸업 후 취업을 해야 하기 때문에, 스스로 자신의 진로를 탐색하고, 결정하고, 실행하는 진로준비행동을 개발해야 한다. 그러나 진로에 관련된 선행연구에 의하면, 국내 대학생들은 진로에 관한 관심과 고민은 많지만 구체적으로 진로를 준비하는 것은 부족하고, 진로 탐색, 목표 설정, 준비 행동 등의 수준이 낮다[1][2]. 국내의 경우, 성장 과정에서 진로를 탐색하고 경험할 기회가 부족하다. 또한 개인의 적성, 흥미, 재능 등을 고려하지 않고 성적을 기준으로 전공을 선택한다. 다시 말해, 취업에 유리한 학과를 선택하는 것이 더욱 이러한 문제를 심화시키고 있다[1][2]. 대학생은 진로를 준비하는 과정에서 다양한 불확실함 때문에, 진로를 결정할 수 없는 상황에 직면하거나 경쟁 때문에 심한 압박감을 받는 등 진로스트레스에 노출되어 있다[3]. 특히 최근 경제 침체에 따라 취업이 점점 어려워져 대학생의 진로스트레스는 더욱 심화되고 있다.

따라서 대학생이 이러한 진로스트레스를 극복하고 효과적인 진로준비행동을 할 수 있도록 하기 위해, 진로스트레스 및 진로준비행동 사이에서 영향을 미치는 선행요인이 무엇인지 파악할 필요가 있다. 본 연구에서는 진로준비행동에 영향을 미치는 개인적 선행 변인들을 도출하고, 변인들 사이의 인과관계를 확인하고자 한다. 선행연구 고찰을 통해, 진로스트레스를 극복하고 성공적으로 진로준비행동을 하도록 하는 데 유효한 변인일 것으로 보이는 진로결정자기효능감, 진로동기가 순차적으로 매개하는지 확인하고자 한다. 무엇보다 진로결정자기효능감은 진로스트레스를 대처하고 진로준비행동을 하도록 동기화하는 변인으로 효과적인지 확인하고자 한다[11][12][13].

2. 이론적 배경

2.1 진로 스트레스

진로스트레스는 대학생이 진로를 탐색하고 결정하고 준비하는 과정에서 받는 스트레스이다[3]. 하정혜・한천우(2023)[3]에 의하면, 대학생의 진로스트레스는 5 가지 요인으로 구성된다. 첫째, 진로를 선택하는 과정에서 스트레스가 유발되는 것으로, 낮은 자신감 같은 개인적인 특성에 영향을 받는다. 둘째, 진로를 준비하는 과정에서 스트레스가 유발되는 것으로, 학점이나 자격증 취득 같은 전공 특성에 의해 영향을 받는다. 셋째, 대학생이 소속한 가족에 의해 스트레스가 유발되는 것으로, 경제적 문제와 같은 가정 환경 특성에 의해 영향을 받는다. 넷째, 대학생이 소속한 학과와 학교 구성원에 의해 스트레스가 유발되는 것으로, 학교 수준 같은 사회적 환경에 의해 영향을 받는다. 그리고 마지막으로, 모든 진로 결정 과정에서 스트레스가 유발되는 것으로, 불안과 같은 심리적 특성에 의해 영향을 받는다.

2.2 진로결정자기효능감

진로결정자기효능감은 진로에 관련된 다양한 문제 해결과 과업 수행을 성공적으로 수행할 수 있다고 스스로 자신하는 정도이다[4][5]. 진로결정자기효능감은 진로에 관련된 과업을 성공적으로 수행하게 하는 데 있어 중요한 선행 요인이고[6], 진로 발달 과정을 평가하고 예측할 수 있는 개념이다[7]. 선행 연구에[5]에 의하면, 진로결정자기효능감은 5 가지 요인으로 구성된다. 첫째, 진로 관련 정보를 구체적으로 탐색할 수 있다는 자신감이다. 둘째, 진로 결정을 잘할 수 있다는 자신감이다. 셋째, 진로 관련 계획을 잘 수립하고 실행할 수 있다는 자신감이다. 넷째, 진로 관련 문제 해결을 잘할 수 있다는 자신감이다. 마지막으로, 자신을 잘 평가해서 자신에게 적합한 진로를 찾을 수 있다는 자신감이다.

2.3 진로동기

진로동기는 진로 목표를 달성하고자 지속적으로 자신과 환경의 상호작용을 이해하고 문제를 해결하고자 스스로에게 진로를 개발하고 추구하도록 하는 내적 힘이다. 따라서 진로동기는 진로와 관련된 개인 특성과 상황 특성에 관한 평가로 미래 진로 관련 결정과 행동에 영향을 미친다[8]. 이러한 진로동기는 3 가지 요인으로 구성된다 첫째, 진로정체감으로 진로에 관한 자신을 규정하는 범위이다. 둘째, 진로통찰력으로 명확하게 진로 목표를 설정하고 조정하고 활용할 수 있는 능력이다. 셋째, 진로탄력성은 부정적인 상황에서도 적응하고 인내하는 능력이다.

2.4 진로준비행동

진로준비행동은 진로 목표를 설정하고, 효율적이고 주도적으로 실행하는 것이다[9]. 즉 진로 탐색, 정보 수집을 통해 진로를 결정하고, 목표 달성을 위해 구체적으로 수행하는 행동이다. 다시 말해, 진로준비행동은 자신에게 적합한 진로를 결정하기 위한 노력과 결정한 진로 목표를 달성하기 위한 행동을 의미하는데, 이러한 진로준비행동은 3 가지 요인으로 구성된다[9]. 첫째, 진로에 관련된 정보를 구체적으로 수집하는 행동으로, 진로적성검사를 받거나 진로 현황, 전망, 진입 방법 등의 정보를 수집하는 것이다. 둘째, 진로 목표를 달성하기 위해 필요한 도구를 갖추는 활동으로, 진로 목표 분야에서 요구하는 조건을 충족하기 위해 준비하는 행동으로, 시험 합격이나 자격증 취득을 위해 준비하는 것이다. 셋째, 목표를 달성하기 위해 실행하는 활동으로, 앞에서 갖춘 도구를 활용해서 목표 진로를 달성하기 위해 활동하는 것이다.

3. 선행연구

진로스트레스에 관한 선행연구를 고찰해 보면, 진로스트레스는 진로에 관련된 다양한 요인에 부적인 영향을 미친다. 진로스트레스가 증가할수록 진로준비행동은 감소하기 때문에, 진로스트레스를 대처하는 전략이 필요하고 긍정적으로 방향으로 바꿀 필요가 있다[10]. 진로스트레스가 진로준비행동에 부적인 영향을 미치지만 다른 요인에 의해 진로스트레스 수준을 낮추거나 긍정적인 방향으로 바뀔 수 있다. 선행연구 결과에 의하면[3], 진로스트레스가 진로준비행동에 부적인 영향을 미치지만, 진로결정자기효능감이 매개하면 정적인 영향으로 바뀌는 것으로 나타났다. 진로결정자기효능감은 자신을 평가하는 인지적 요소이기 때문에 진로준비행동을 실행하기 위해 진로동기를 동기화할 수 있다. 국내 선행연구 결과에 의하면[11], 진로결정자기효능감은 진로동기에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 선행연구 결과에 의하면[12], 진로동기가 증가하면 진로준비행동도 증가한다. 이 연구결과를 통해 진로동기는 진로준비행동에 영향을 미치는 중요한 선행요인임을 알 수 있다. 그러나 진로준비행동에 영향을 미치는 다양한 선행 변인과의 관계 연구에 비해 진로동기와의 관계 연구는 충분하게 많지 않은 편이다. 따라서 진로동기가 진로준비행동에 미치는 영향을 실증하는 것은 매우 중요하다[13].

진로스트레스와 진로결정자기효능감의 관계에 관한 선행연구의 연구결과에 의하면[3], 국내 대학생의 진로스트레스와 진로결정자기효능감의 관계에 관하여 연구한 결과, 진로스트레스가 높으면 진로결정자기효능감이 낮아진다. 진로결정자기효능감과 진로동기의 관계에 관한 선행연구의 연구결과에 의하면[11], 진로결정자기효능감이 진로동기에 통계적으로 유의미하게 정적 영향을 미침을 확인했다. 진로동기와 진로준비행동의 관계에 관한 선행연구의 연구결과에 의하면[14], 진로동기가 높은 사람은 진로준비행동에 유의미한 영향을 미치는 것을 확인했다.

이상의 선행연구를 고찰한 결과, 다음의 가설을 도출할 수 있다.

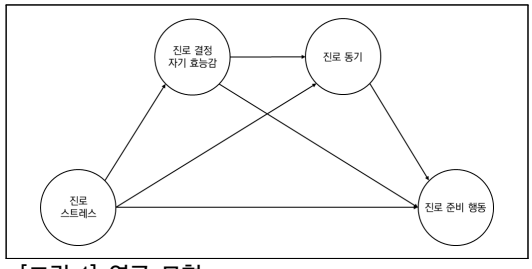
가설 1: 진로스트레스는 진로결정자기효능감에 부(-)의 영향을 미칠 것이다.

가설 2: 진로결정자기효능감은 진로동기에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

가설 3: 진로동기는 진로준비행동에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

가설 4: 진로스트레스는 진로결정자기효능감 및 진로동기를 순차적으로 매개해서 진로준비행동에 영향을 미칠 것이다.

본 연구에서는 선행연구 고찰을 통해 다음과 같이 연구 모형을 제시하고 이를 검증하고자 한다.



[그림 1] 연구 모형

4. 연구의 방법 및 절차

본 연구의 연구 대상은 전국의 4년제 대학교 대학생이다. 재학생 및 휴학생 모두 포함한다. 서베이 전문 기관을 통해 2024년 3월 1일부터 3월 31일까지 한 달동안 전국의 4년제 대학교 대학생을 대상으로 온라인 설문 조사를 실시했다. 총 312명의 응답지가 수집됐고, 그 중 응답에 누락이 있는 응답지를 제외한 300명의 응답지를 표본으로 사용했다.

진로스트레스는 대학생들이 졸업 후 어디로 진출할 것인지 탐색하고 결정하고 준비하는 과정에서 받게 되는 스트레스이다. 진로스트레스를 측정하기 위해 김동조(2003)[15]의 스트레스 척도 중 대학생 진로 및 취업 관련 스트레스를 측정하는 문항을 사용했다. 5점 리커트 척도이며, 총 11개의 문항으로 구성돼 있다.

진로결정자기효능감은 진로에 관련된 다양한 문제 해결과 과업 수행을 성공적으로 수행할 수 있다고 스스로 자신하는 정도이다[4][5]. 진로결정자기효능감을 측정하기 위해, 박금남(2018)[16] 척도를 사용했다. 진로 결정에 관련된 과제 수행 능력에 대한 자기 평가식으로 구성되어 있다. 5점 리커트 척도이며, 총 6개의 문항으로 구성돼 있다.

진로동기는 자신 및 자신이 속한 환경을 이해하고, 문제에 잘 대처하도록 스스로에게 동기를 부여해서 지속적으로 진로를 개척하도록 하는 개인 내적 힘을 말한다. 본 연구에서는 진로동기를 측정하기 위해 김보경・정철영(2012)[8]가 개발하고 타당화한 것을 사용했다. 5점 리커트 척도이며, 총 9개 문항으로 구성돼 있다.

진로준비행동은 진로를 결정하기 위해 수반되는 행동을 하고, 진로를 결정한 후에 결정을 실행하는 구체적인 행동을 하는 것이다. 본 연구에서는 진로준비행동을 측정하기 위해 김봉환(1997)[9]이 개발한 대학생용 진로준비행동 척도를 사용했다. 진로준비행동 척도의 문항은 목표 달성 행동 등으로 구성된다. 5점 리커트 척도이며, 총 8개 문항으로 구성돼 있다.

본 연구는 표본 특성 분석에 SPSS 25의 빈도 분석을 실시했다. 각 변인과 해당 문항의 신뢰도와 타당도 확보 여부를 확인하기 위해 smartPLS 4를 사용해서 요인 분석, 크롬바흐 알파 분석, 합성 신뢰도 분석, 평균 분산 추출 분석, 그리고 판별 타당도 분석을 실시했다. 가설 중 직접 효과 검증을 위해 smartPLS 4의 경로 분석을 실시했다. 가설 중 순차적 매개 효과 검증을 위해 smartPLS 4로 프로세스 매크로 분석을 실시했다.

5. 연구결과의 분석 및 해석

5.1 조사대상자의 일반적 특성

설문 조사에 응답했던 표본의 특성을 파악하기 위해 빈도 분석을 실시했고, 그 결과는 다음과 같다.

〈표 1〉 응답자 특성

(N=300)

분류		수	비율
성별	남성	150	50.0
	여성	150	50.0
연령	19-23	229	76.4
	24-28	71	23.6
전공	인문 / 사회과학	132	44.0
	자연과학 / 공학	110	36.6
	의학 / 보건	36	12.0
	예술 / 체육	22	7.4
학년	1	75	25.0
	2	75	25.0
	3	75	25.0
	4	75	25.0
소재지	서울	81	27.0
	광역시	55	18.3
	강원도	12	4.0
	충청도	32	10.7
	경상도	47	15.7
	전라도	24	8.0
	세종	1	0.3
	제주도	48	16.0

5.2 신뢰도 및 타당도 분석

변인 측정을 위해 사용한 설문항의 신뢰도 및 타당도가 적합했는지 확인하기 위해, 신뢰도 및 타당도 분석을 실시했다. 신뢰도 및 타당도 분석 방법 항목은 확인적 요인 분석, 크롬바흐 알파 분석, 합성 신뢰도 분석, 평균 분산 추출 분석, 그리고 판별 타당도 분석이다.

확인적 요인 분석, 크로바흐 알파 분석, 합성 신뢰도 분석, 그리고 평균 분산 추출 분석 결과는 다음과 같다.

〈표 2〉 신뢰도 및 타당도 분석 결과

변인	문항	요인 적재치	크롬바흐 α	복합신뢰도	평균 분산추출
진로 스트레스	1	0.829	0.892	0.892	0.649
	2	0.817			
	3	0.831			
	4	0.775			
	5	0.792			
	6	0.787			
진로결정 자기효능감	1	0.824	0.850	0.851	0.625
	2	0.763			
	3	0.803			
	4	0.799			
	5	0.762			
진로동기	1	0.803	0.892	0.893	0.650
	2	0.826			
	3	0.777			
	4	0.801			
	5	0.794			
	6	0.835			
진로 준비행동	1	0.791	0.893	0.893	0.651
	2	0.841			
	3	0.809			
	4	0.793			
	5	0.820			
	6	0.785			
신뢰도 및 타당도 충족 기준 FCA≧0.7(Hair et al., 2011)[17] Cronbach Alpha≧0.7(Cronbach, 1951)[18] CR ≧0.7(Lai, 2021)[19] AVE≧0.5(Fornell & Larcker, 1981)[20]					

확인적 요인 분석의 경우, 요인 적재치가 0.7 이상이 바람직하다[17]. 분석 결과, 본 연구 변인을 구성하는 설문항의 요인 적재치는 모두 0.7 이상인 것으로 나타났다. 크롬바흐 알파 분석의 경우, 크롬바흐 알파 계수가 0.7 이상이 바람직하다[18]. 분석 결과, 본 연구 변인의 크롬바흐 알파 계수는 모두 0.7 이상인 것으로 나타났다. 합성신뢰도 분석의 경우, 신뢰도 계수가 0.7 이상이 바람직하다[19]. 분석 결과, 본 연구 변인의 합성 신뢰도 계수는 모두 0.7 이상인 것으로 나타났다. 평균 분산 추출 분석의 경우, 추출 값이 0.5 이상이 바람직하다[20]. 분석 결과, 본 연구 변인의 평균 분산 추출 값은 모두 0.5 이상인 것으로 나타났다.

또한 판별 타당도 분석을 실시했고, 그 결과는 다음과 같다.

〈표 3〉 판별 타당도 분석 결과

변인	계수			
	a	b	c	d
진로스트레스(a)	0.805			
진로결정자기효능감(b)	-0.469	0.791		
진로동기(c)	-0.474	0.766	0.806	
진로준비행동r(d)	-0.326	0.474	0.586	0.807

※ 대각선 상의 값은 AVE의 제곱근

대각선 상에 있는 평균 분산 추출의 제곱근 값이 하위 변인과의 상관 계수보다 높으면, 판별 타당도가 충족되는 것이다[20]. 분석 결과, 본 연구 각 변인의 평균 분산 추출 값이 하위 변인과의 상관 계수보다 높은 것으로 나타났다.

이상의 모든 신뢰도 및 타당도 분석 결과 기준을 충족했기 때문에 신뢰도 및 타당도가 확보됐다.

5.3 직접 효과 분석

본 연구에서 제시한 가설의 직접 효과를 확인하기 위해, 부분 최소 자승화 경로 분석을 실시했다. 부분 최소 자승화는 표본이 400개 미만일 때, 변인과 변인의 인과관계를 예측하는 통계 분석 방법이다[21]. 본 연구의 표본은 300개이기 때문에, 부분 최소 자승화의 부트스트래핑 분석 방법을 사용해서 직접 효과를 검증했다. 분석 결과는 다음과 같다.

〈표 4〉 직접 효과 분석 결과

경로	β	S.D.	T	신뢰 수준	
				5.0%	95.0%
CS → CDSE	-0.336	0.039	8.704 ***	-0.400	-0.272
CDSE → CD	0.791	0.048	16.648 ***	0.710	0.867
CD → CPB	0.667	0.089	7.499 ***	0.519	0.812

***p<.001

※ CS: 진로스트레스, CDSE: 진로결정자기효능감,
CD: 진로동기, CPB: 진리준비행동

진로스트레스는 진로결정자기효능감에 통계적으로 유의미하게 부(-) 영향을 미치는 것으로 나타났다(β

=-0.336, p<.001). 즉 진로스트레스가 증가하면 진로결정 자기효능감은 감소한다. 따라서 가설 1이 지지됐다.

진로결정자기효능감은 진로동기에 통계적으로 유의미하게 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다(β=0.791, p<.001). 즉 진로결정자기효능감이 증가하면 진로동기도 증가한다. 따라서 가설 2가 지지됐다.

마지막으로, 진로동기는 진로준비행동에 통계적으로 유의미하게 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다(β=0.667, p<.001). 즉 진로동기가 증가하면 진로준비행동도 증가한다. 따라서 가설 3이 지지됐다.

5.4 순차적 매개 분석

진로스트레스와 진로준비행동 사이에 진로결정자기효능감과 진로동기가 순차적으로 매개하는지 확인하기 위해 Hayes(2012)의 프로세스 매크로 분석을 실시했다. 프로세스 매크로 분석 방법은 두 개 이상의 변인이 순차적으로 매개하는지 확인할 때 적합하다[22]. 분석 결과는 다음과 같다.

〈표 5〉 순차적 매개 효과 검증 결과

경로	β	S.D.	T	신뢰 수준	
				5.0%	95.0%
CS → CPB	-0.050	0.060	0.828	-0.151	0.047
CS → CM → CDSE → CPB	-0.018	0.025	0.709	-0.060	0.023
CS → CDSE → CM → CPB	-0.178	0.034	5.160 ***	-0.240	-0.127

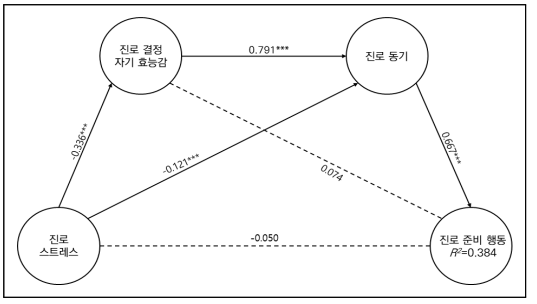
***p<.001

※ CS: 진로스트레스, CDSE: 진로결정자기효능감, CD: 진로동기, CPB: 진리준비행동

분석 결과, 진로스트레스는 진로준비행동에 직접적으로 통계적으로 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다(β=-0.050, p=.204). 또한 진로스트레스가 진로동기와 진로결정자기효능감을 순차적으로 매개해서 진로준비행동에 영향을 주는지 확인한 결과, 통계적으로 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다(β=-0.018, p=0.239). 그러나 진로스트레스가 진로결정자기효능감과 진로동기를 순차적으로 매개해서 진로준비행동에 통계적으로 유의미한 영향을 주는지 확인한 결과, 경로계수는 -0.178(p<.001)이고, 신뢰 구간의 하한계(5.0%)와 상한계(95.0%) 사이에 0을 지나지 않는 것으로 나타났다. 따라서 진로 결정 자기 효능과 진로동기는 진로스트레스와 진로준비행동 사이를 순차적으로 매개하는 것으로 나타났다. 따라서 가설 4가 지지되었다.

5.5 연구 모형

이상의 분석 결과를 종합해서 연구 모형으로 제시하면 다음과 같다.



[그림 2] 연구 모형 검증 결과

Chin(1998)[21]은 부분 최소 자승화를 통해 모형의 적합도를 추정할 때, 최종 변인의 예측 영향력(R^2)이 10% 이상이 된다면 연구 모형이 적합하다고 했다. 본 연구 모형의 최종 변인인 진로준비행동의 예측 영향력(R^2)은 38.4%인 것으로 나타나, 연구 모형이 적합하다고 할 수 있다.

6. 결론

본 연구는 대학생이 성공적으로 진로 관련 목표를 설정하고, 목표를 달성하기 위한 계획을 세우고, 이를 달성하도록 실천하는 행동에 영향을 주는 개인 변인을 알아보고자 했다. 선행연구 고찰을 통해 진로준비행동에 영향을 줄 것으로 예상하는 진로스트레스, 진로결정자기효능감, 진로동기를 선행변인으로 선정하고, 이 변인들과 진로준비행동의 관계를 탐색했다. 특히 다른 변인에 비해 연구가 충분히 많지 않은 진로결정자기효능감, 진로동기가 순차적으로 진로준비행동에 영향을 미치는지에 관해 실증해보고자 했다.

본 연구를 위해 전국 4년제 대학생 300명을 대상으로

설문조사를 통해, 진로스트레스, 진로결정자기효능감, 진로동기, 진로준비행동을 측정했다. 각 변인의 영향 관계를 분석했으며, 그 결과는 다음과 같다.

첫째, 진로스트레스는 진로결정자기효능감에 유의미하게 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 진로스트레스가 증가하면 진로결정자기효능감은 감소한다. 이러한 결과는 앞에서 기술한 선행연구[3]의 결과와도 일치한다. 따라서 본 연구의 가설 1이 지지됐다.

둘째, 진로결정자기효능감은 진로동기에 유의미하게 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 진로결정자기효능감이 증가하면 진로동기도 증가한다. 이러한 결과는 앞에서 기술한 선행연구[11]의 연구 결과와 일치한다. 따라서 본 연구의 가설 2가 지지됐다.

셋째, 진로동기는 진로준비행동에 유의미하게 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 앞에서 기술한 선행연구[12]의 연구 결과와 일치한다. 따라서 본 연구의 가설 3이 지지됐다.

넷째, 진로스트레스와 진로준비행동 사이에서 진로결정자기효능감과 진로동기가 순차적으로 매개하는지 검증한 결과, 순차적으로 매개함을 확인했다. 즉 진로스트레스는 진로준비행동에 직접 영향을 미치지 않으나, 진로결정자기효능감과 진로동기를 통해 진로준비행동에 영향을 미친다. 진로스트레스가 증가하면 진로결정자기효능감은 감소하지만 진로동기를 증가시키고 결과적으로 진로준비행동을 증가시킨다. 본 검증 결과는 본 연구에서 제시한 가설을 지지한다.

본 연구결과를 통해 다음의 이론적 시사점을 도출할 수 있다. 첫째, 선행연구의 경우, 진로결정자기효능감이 진로동기의 선행요인으로 보고 이를 검증한 연구가 충분히 많지 않았다. 강영숙・박관성(2022)[11]은 진로결정자기효능감이 목표를 설정하고, 계획하고, 문제를 해결하는 인지적 요소를 가지고 있는 반면 진로동기는 진로를 탐색하고, 진로 관련 정체성을 행동적으로 수행하는 행동적 측면을 가지고 있기 때문에, 진로결정자기효능감이 진로동기에 선행되는 것이 타당하다고 주장했다. 본 연구의 결과는 진로결정자기효능감이 진로동기에 유의미하게 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 진로결정자기효능감이라는 인지적 요인이 동기라는 행동 유발 요인에 선행한다는 주장을 뒷받침한다. 따라서 진로결정자기효능감이 진로동기의 선행요인이 될 수 있다는 가능성을 시사한다. 둘째, 본 연구에서는 진로결정자기효능감과 진로동기가 진로스트레스와 진로준비행동 사이를 순차적으로 매개할 것이라고 가정했고, 검증 결과 유의미하게 매개함을 확인했다. 즉 진로스트레스는 직접적으로 진로준비행동에 유의미한 영향을 미치지 않으나, 진로결정자기효능감, 진로동기를 통해 유의미한 영향을 미친다. 본 연구에서는 탐색적으로 이 변인들의 관계를 살펴보았고, 연구결과를 바탕으로 이 변인들의 구조 관계를 도출할 수 있다는 가능성을 시사한다. 진로스트레스와 진로준비행동 사이에서 다른 변인, 진로결정자기효능감 및 진로동기가 이 두 변인의 사이를 순차적으로 매개할 수 있다는 가능성을 발견했다는 점에서 시사하는 바가 크다.

본 연구결과를 통해 다음의 실무적 시사점을 도출할 수 있다. 선행연구와 마찬가지로, 진로스트레스는 진로결정자기효능감을 유의미하게 감소시킨다는 것을 확인했다. 이는 진로스트레스가 진로 관련 개인의 다양한 자원과 역량을 소모한다는 것이다. 이러한 연구결과는 진로스트레스를 대처하는 다양한 변인, 전략과 방안을 찾는 것이 중요함을 시사한다. 본 연구에서는 진로결정자기효능감이 진로스트레스의 부정적인 영향을 전환하여 진로동기 및 진로준비행동에 긍정적인 영향을 주는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 볼 때, 진로결정자기효능감을 높일 필요가 있음을 시사한다. 따라서 대학생 및 진로 관계자는 대학생의 진로결정자기효능감을 증진시킬 진로프로그램을 개발하고 실시할 필요가 있다.

본 연구의 제한점을 바탕으로 추후 연구를 제안하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 진로결정자기효능감과 진로동기 사이의 인과관계를 확인했으나, 여전히 이를 지지하는 연구가 충분히 많지는 않은 편이다. 따라서 이에 대한 더 많은 연구가 필요할 것이다. 더 많은 표본, 더 다양한 표본, 변인, 측정 방법을 사용해서 검증하면 좋을 것이다.

둘째, 본 연구에서는 진로스트레스, 진로결정자기효능감, 진로동기, 진로준비행동의 인과관계를 탐색적으로 살펴보았다. 추후 연구에서는 지속적으로 이를 확인하는 연구를 할 필요가 있다. 이 변인들의 구조적 관계를 확인함으로써 대학생의 성공적인 진로준비행동에 영향을 미치는 연구 모형을 도출할 필요가 있다.

셋째, 진로스트레스의 부정적인 영향력을 긍정적인 영향으로 전환시키는 진로결정자기효능감을 높여 주는 선

행변인이 무엇인지 살펴볼 필요가 있다.

참고문헌

[1] Hee-Jung Seo · Myung-Hee Yun, "The Development of Career Preparation Behavior Scale of College Students and Analysis of Career Preparation Behavior", The Journal of Career Education Research, 24(3), pp. 117-134, 2011.

[2] Kyoung-A Kim, "Mediating effect of Ocuupational Value in the relationship between University Students Major Selection Motivation and career preparation behavior", The Journal of Korean Career · Entrepreneurship & Business Association, 7(6), pp.151-169, 2023.

[3] Jeong-hye Ha · Cheon-woo Han, "Structural Relations among Junior College Student's Career Stress, Career Decision Self-Efficacy, Department Satisfaction and Career Preparation Behavior", The Journal of Career Education Research, 36(1), pp.207-225, 2023.

[4] G. Hackett, & N. E. Betz, "A self-efficacy approach to the career development of woman", Journal of Vocational Behavior, 18(3), pp.326-339. 1981.

[5] K. M. Taylor, & N. E. Betz, "Applications of Self-Efficacy Theory to the Understanding and Treatment of Career Indecision", Journal of Vocational Behavior, 22(1), pp.63-81, 1983.

[6] A. E. Abele, & D. Spurk, "The longitudinal impact of self-efficacy and career goals on objective and subjective career success", Journal of Vocational Behavior, 74(1), pp.53-62, 2009.

[7] K. A. Gainor, "Twenty-five years of self-efficacy in career assessment and practice", Journal of Career Assessment, 14(1), pp.161-178, 2006.

[8] Bo-Kyung Kim · Chyul-Young Jyung, "The Casual Relationship among Career Decision-Making Self-Efficacy, Self-Leadership, Problem Solving Ability, and Career Motivation", Journal of Agricultural Education and Human Resource Development, 44(2), pp.49-71, 2021.

[9] Bong-Hwang Kim, "Career decision level and career preparation behavior of the college students", Graduated School of Seoul National University, Doctorial Thesis, 1997.

[10] Min-Jeong Kim · Jin Uhm, "The Effects of Career Barrier and Career Stress on Career Preparation

Behavior of Female College Students: Mediation Effects of Career Resilience ", Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction, 22(15), pp.259-273, 2022.

[11] Young-Sook Kang · Gwang-Sung Park, "The Relationship among Career Calling, Career Decision-Making Self-Efficacy, Career Motivation and Career Decision-Level of College students", Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction, 22(12), pp.429-441, 2022.

[12] Hae-Jin Shin, "The Latent Profile Analysis of College Students' Career Stress and Career Preparation Behavior: Testing the Effects of Career Motivation", The Korean Journal of School Psychology, 13(2), pp.349-373, 2016.

[13] Hyo-Sik Park, "The Effects of Career Decision-Making Self-Efficacy, Major Flow, Career Motivation, and Career Attitude Maturity on Career Preparation Behaviors of University Students", Graduated School of Dong-A University, Doctorial Thesis.

[14] Yeon-Hee So, "Structure Relationship between Career Motivation, Major Class Engagement, and Career Preparation Behavior: Multi-Group Analysis of Students in College of Engineering and College of Education", The Journal of Career Education Research, 35(2), pp.23-41, 2022.

[15] Dong-Jo Kim, "Study on the Theological

Students' Stress : Mainly school life and job-seeking", Graudated School of Myung-Ji University, Master's Thesis.

[16] Geum-Nam Park, "The Effects of Self-Esteem on Career Decision-Making Self-Efficacy and Career Preparation Behavior of College Students", Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction, 18(19), pp.1143-1162, 2018.

[17] J. F. Hair, C. M. Ringle, & M. Sarstedt, "PLS-SEM: Indeed a silver bullet", Journal of Marketing Theory and Practice, 19(2), pp.139-152, 2011.

[18] L. J. Cronbach, "Coefficient alpha and the internal structure of tests", Psychometrika, 16(3), pp.297-334, 1951.

[19] M. H., Lai, "Composite reliability of multilevel data: It's about observed scores and construct meanings", Psychological Methods, 26(1), pp.90-99, 2021.

[20] C., Fornell & D. F., Larcker, "Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error", Journal of Marketing Research, 18(1), pp.39-50, 1981.

[21] W. W. Chin, "The partial least squares approach to structural equation modeling", Modern methods for business research, 295(2), pp.295-336, 1998.

[22] A. F. Hayes, "PROCESS: A versatile computational tool for observed variable mediation, moderation, and conditional process modeling", 2012

이 혜 란 (Lee, Hye-Ran)

.2018년 9월 ~현재: 대전대학교 융합컨설팅학과 박사과정 재학
.2017년 3월 ~ 현재: 진로진학 컨설팅
.관심 분야: 교육, 상담심리, 마케팅, 경영
.E-Mail: bluerose2023@naver,com

김 현 (Kim, Hyun)

.2024년 3월 ~ 현재: 배재대학교 경영학과 강사
.2018년 8월 ~ 2023년 2월: 대전대학교 경영컨설팅학 박사
.2014년 2월 ~ 2017년 8월: 충남대학교 경영학 석사
.관심 분야: 경영, HR, 진로, 심리
.E-Mail: companion@pcu.ac.kr

현 병 환 (Hyun, Byung-Hwan)

.2015년 3월 ~ 현재: 대전대학교 융합컨설팅학과 교수
.2022년 10월 ~ 현재 :바이오 헬스 창업 연구소 소장
.2004년 1월 ~ 2013년 12월: 국가 생명공학 정책 연구 센터 센터장
.1992년 3월 ~ 1996년 2월: 충남대학교 농업경제학 박사
.관심 분야: 기술경영, 연구전략기획, 기술사업화
.E-Mail: bhhyun@dju.kr