

대학생의 진로 불확실성 감소가 진로결정 자기효능감에 미치는 영향 : 진로집단상담 프로그램 참여를 중심으로

최민서*

[국문요약]

시시각각 변하는 현대 사회의 복잡성과 불확실성은 이 시대를 살아가는 개인의 삶과 진로에 지대한 영향력을 행사하게 되는데 특히 팬데믹, 4차 산업혁명 등으로 인한 직업 사회 구조의 큰 변화는 진로에 대한 불확실성을 가중시키고 있다. 이러한 상황에서 대학생이 경험하게 되는 진로에 대한 불확실성을 어떻게 다뤄내는지가 진로결정에 중요한 요소로 작용하게 되기 때문에 본 연구는 대학생의 진로 불확실성 감소가 진로결정 자기효능감에 미치는 영향을 검증하고자 한다.

진로 불확실성을 감소시키기 위해 대학생의 진로 불확실성 감소에 대한 효과성이 검증된 진로집단상담 프로그램을 실시하였다. 연구목적에 따라 진로집단상담 프로그램에 참여한 충청남도 소재 S대학교 저학년(1·2학년) 대학생을 연구 대상으로 실험집단 163명과 통제집단 159명을 모집하였다. 실험집단에는 회기 당 50분씩 소요되는 총 11회기의 프로그램을 매주 1-2회 실시하였으며, 통제집단은 별다른 프로그램을 시행하지 않았다. 프로그램 사전-사후에 설문조사를 실시하였고, 연구 분석은 SPSS Win 23.0 프로그램을 사용하여 대응표본 t-검정과 공분산분석을 실시하였다.

연구 결과, 실험집단은 진로 불확실성의 모든 하위요인에서 감소 효과가 나타났고 통제 집단은 통계적으로 유의미하지 않았다. 진로결정 자기효능감은 진로 불확실성의 감소 효과가 나타난 실험 집단에서 통계적으로 유의미한 증가를 보인 반면, 통제 집단은 유의미한 변화가 나타나지 않았다. 본 연구는 개인의 진로 불확실성에 대한 첫 번째 대처로서 진로 불확실성을 감소시키는 것이 진로결정 자기효능감 향상에 긍정적인 효과가 있음을 밝혀 진로 불확실성 감소와 진로결정 자기효능감의 인과관계를 명확히 밝혔다는데 의의가 있다. 이는 미래의 불확실성으로 진로결정에 어려움을 겪고 있는 대학생의 심리적인 요인 간의 관계를 파악하여 보다 효과적인 진로결정에 대한 상담이 이어질 수 있는 방안을 모색하는 근거로 활용될 것으로 기대된다.

핵심주제어 : 진로 불확실성, 진로결정 자기효능감, 진로 결정

* 제1저자, 선문대학교 교양학부 교수, hyekong@sunmoon.ac.kr

I. 서 론

대학생 시기는 생애주기로 볼 때 학령기의 종료와 함께 직업세계로의 진입을 앞두고 있는 시기로서 ‘나는 어떤 직업을 선택할 것인가?’에 대해 합리적인 진로 의사결정을 내려야 하는 진로발달의 중요한 전환기이다. 그러나 현대 사회의 불확실성과 직업세계의 급속한 변화는 진로를 준비하고 결정해야 하는 대학생에게 진로탐색과정에 내재된 불확실성을 더욱 증가시키고 있다. 시시각각 변하는 현대 사회의 복잡성과 불확실성은 이 시대를 살아가는 개인의 삶과 진로에 지대한 영향력을 행사하게 된다(Arnold & Jackson, 1997). 특히 팬데믹, 4차 산업혁명 등으로 인한 기존 직무의 변화, 노동 특성에 따른 일자리 양극화 심화 등 직업 사회 구조의 큰 변화는 진로에 대한 불확실성을 가중시키고 있다. 불확실성은 특히 중요한 의사결정을 할 때 더욱 크게 경험되는데(Sully de Luque & Javidan, 2004), Saka et al.(2008)는 대학생들이 진로결정에 있어서 불확실함을 경험하며 이로 인한 두려움과 불안이 미결정의 중요한 요인이 될 수 있다고 하였다. 이에 진로상담 전문가들은 개인이 진로상황에서 경험하는 불확실성에 어떻게 대처하는지가 진로결정에 중요한 역할을 할 수 있다는 점을 강조하였다(Trevor-Roberts, 2006).

불확실성을 다루는 대처 전략으로는 첫 번째 불확실성 감소, 두 번째 불확실성 수용과 인정, 세 번째 불확실성 역제로 구분할 수가 있다(Lipshitz & Strauss, 1997). 여기서 첫 번째 전략인 불확실성 감소는 의사결정에 긍정적인 영향을 미치고(Lipshitz & Strauss, 1997) 진로에서 불확실성이 높은 대학생의 경우 진로에 대한 결정성이 낮아지기 때문에(Orndorff & Herr, 1996) 진로 불확실성 감소를 통해 대학생의 진로결정에 도움을 줄 필요가 있다. 이에 국내 연구에서 진로 불확실성을 감소시키기 위한 진로집단상담 프로그램이 개발되어 진로 불확실성 감소 효과는 검증되었으나(최민서, 2022) 진로 의사결정에 미치는 영향에 대한 연구는 아직 이뤄지지 않았다.

불확실성 감소라는 첫 번째 전략이 더 이상 가능하지 않을 때 그 다음 전략을 선택할 수 있는데 국내에서 진로 불확실성을 다루는 두 번째와 세 번째 대처 전략으로서 진로 불확실성 수용 및 회피 반응에 대한 연구가 수행된 바 있다. 고등학생을 대상으로 한 진로 불확실성 수용과 진로 의사결정을 위한 수용전념 상담 프로그램이 개발되었고 진로결정과 진로 의사결정에 긍정적인 효과를 검증하였다(류미경·김재철, 2016). 또한 진로결정과정에서 진로 불확실성에 내포된 부정적 결과에 대한 수용-기반 집단과 회피-기반 집단에 대한 반응을 비교 분석함으로써 수용-회피 기반 처치가 진로탐색 과정에 미치는 긍정적인 영향이 밝혀졌고(이아라, 2013) 장혜미(2017)의 연구에서는 진로상담 장면에서 내담자의 진로 불확실성에 대한 상담자의 타당화 개입의 효과성이 입증되었다. 그러나 이들 연구에서는 실제 진로상담의 내담자가 아닌 시나리오에 이입한 피험자라는 점, 그리고 단지 언어 반응을 통한 연구이기에 실제 상담 장면에서의 효과를 확인할 수 없다는 한계를 갖는다. 불확실성의 수용과 회피에 중점을 두고 있어 진로 불확실성 감소 전략과도 구별된다.

진로 불확실성을 감소시켰을 때 진로를 결정하는 자신의 능력에 대한 자신감, 즉 진로결정 자기효능감이 달라질 것으로 예측되지만 아직 밝혀진 바 없어 이에 대한 실증적인 연구가 요구된다. 진로 불확실성 감소를 제외한 내적 통제 소재와 진로결정 자기효능감과 정적 상관은 꾸준히 보고되어 왔으며(Kim & Lee, 2018) 진로결정 자기효능감과 구직행동과의 정적 상관관계(오현주·오성욱, 2022; Eden & Aviram, 1993), 진로결정 자기효능감이 취업불안에 부적인 영향 등이 검증되었다(박윤희, 2017). 팽정옥(2017)은 REBT 진로집단상담 프로그램 참여자의 진로결정 자기효능감 향상을 확인하고 허은영(2009)은 연구를 통해 진로지도 교과목을 수강한 대학생은 그렇지 않은 대학생에 비해 진로결정 자기효능감의 유의미한 차이를 밝힘으로서 진로 상담은 진로결정 자기효능감 향상에 긍정적인 영향을 미칠 수 있음을 검증하였다.

진로결정 자기효능감은 진로결정을 위한 적극적인 실천 행동을 지원하는데 있어 직접적인 역할을 하고(유지

선, 2014) 진로결정 자기효능감은 후천적인 경험과 노력을 통해서 얼마든지 개발이 가능하기 때문에(Talyor & Betz, 1983) 진로 상담사는 진로 미결정 내담자로 하여금 불확실성과 모호성을 수용할 수 있도록 도와줄 필요가 있다(손은령, 2009).

결정과정에서 불확실성이 중심이 되는 개념임에도 불구하고 이에 대한 직접적인 연구는 많지 않다(Lipshitz & Strauss, 1997). 지금까지 진행된 불확실성에 대한 현상과 개입 연구는 진로 불확실성으로 인한 인내심 부족이나 정서 장애에 초점을 두고 있고 불확실성 수용 및 회피라는 제한적인 연구가 진행되어 왔다. 이에 본 연구는 대학생의 진로결정에 도움을 줄 수 있는 진로 불확실성 감소가 진로결정 자기효능감에 미치는 영향을 규명해보고자 한다. 선행 연구의 한계를 보완하고자 실험 피험자가 아닌 실제 진로가 불확실한 대학생을 대상으로 선정하고 진로 불확실성 감소가 검증된 진로집단상담 프로그램을(최민서, 2022) 진로상담 전문가가 대면으로 실시하여 이전과 차별점을 갖는다.

본 연구는 진로 불확실성 감소와 진로결정 자기효능감과의 실증적인 적용 연구를 통해 진로상담 및 교육 장면에서 진로 불확실성 감소를 위한 프로그램 도입에 대한 근거 마련과 함께 진로 프로그램의 다양화에 기여하였다는 실용적인 함의를 갖는다.

II. 이론적 배경

2.1 진로 불확실성

불확실성(Uncertainty)은 수학, 의학, 경영학, 심리학, 인공지능, 행정학, 의사결정 등 다양한 학분 분야에서 다루어 온 개념으로 다루지는 영역에 따라 그 정의와 접근 방법이 다르다. 진로 분야에서 다루는 불확실성은 특히 의사결정 연구에서의 불확실성 개념을 많은 부분 수용하고 있다. 의사결정 연구에서의 불확실성은 의사결정자가 선택의 대상과 상황에 대해 완전하지 않은 정보를 가진 상태로 결정한 선택이 미래에 어떤 결과를 이끌어 낼 것인지에 대한 결과예측이 불안정한 상태를 의미한다.(최도영, 2015). 진로 분야의 불확실성에 대해 박재춘·김주섭(2017)은 대학생들이 자기의 장래 진로와 관련된 불안정성과 명확한 정보, 지식의 부족으로 자신의 진로에 대한 예측이 불확실한 상태라 정의하였고, 이아라(2013)는 진로결정 상황 중에서 발생이 가능한 사건과 결정 결과에 대해 예측할 수 없는 환경과 심리상태로 보았다. 진로 분야와 의사결정 연구에서 다루는 개념의 공통점은 대상과 결과에 대한 부정확한 정보 혹은 지식/정보의 부족, 미래 예측에 대한 불안정성 등을 내포하고 있다는 점이다.

두 분야 모두 복잡성, 모호성, 불확실성이 동반되며 불확실한 미래에서 합리적인 진로의사결정을 하기 위해 적합한 정보와 지식, 미래 예측이 요구된다. 최근에는 진로분야로 영역을 특정한 불확실성에 대한 연구가 주목받고 있다. 의사결정자가 경험하는 불확실성과 이로부터 발생하는 두려움이 진로미결정에 영향을 줄 수 있기 때문에 불확실성을 어떻게 받아들이고 반응하는지가 개인의 미래 진로상황에 핵심 역할을 하게 된다는 것이다(Gelatt, 1989 ; Germeijs & DeBoeck, 2003 ; Trevor-Roberts, 2006).

Kahneman et al.(1982)은 불확실성과 관련하여 위험감수 또는 모호성 등의 변인이 진로의사결정 상황에서 중요한 요소임을 밝히며, 진로결정과정에서 개인의 불확실성에 대한 대처방법을 보다 구체적으로 연구하였다. Lipshitz & Strauss(1997)는 행동결정이론(Behavioral Decision Theory)에 근거하여 의사결정자가 불확실성을 마주하게 되면 다음 세 가지 방법으로 대처한다고 설명하였다. 불확실성을 감소시키고자 노력하는 것, 불확실성을 수용하고 스스로 인정하는 것, 불확실성을 억제하는 것이 대처방법이다. 오을림·김구(2002)는 불확실성

을 다루는 명백한 전략은 불확실성을 줄이거나 모두 제거하는 것이라 하였으며, 그 방법으로는 가능성 있는 미래 발전을 구상하기 위한 시나리오 구축(Schoemaker, 1995), 가정(assumption)에 기초한 추론에서 또 다른 가정 설정 방법 등이 있다고 하였다(Cohen, 1989). 이는 불확실성의 첫 번째 대처 전략인 불확실성을 감소시키고자 노력하는 것과 관련되며 불확실성 감소의 대표적인 방법으로는 현실에서 많은 대안들에 대해 불확실성을 모두 감소할 수 있을 정도의 충분한 정보를 모으는 방법이 있다(Lipshitz & Strauss, 1997). 선행연구들은 불확실성에 대한 반응 및 대처가 진로선택에 대한 인식, 자신감, 수행에 지대한 영향을 줄 것으로 예상하고(Krumboltz, 2009), 결정 과정에서 정보를 얻는 것, 정보를 다루는 것, 정보를 사용하는 것과 서로 긴밀한 관련이 있을 것으로 예측하였다(Hogan & Brashers, 2009). 그러나 넘치는 정보의 홍수 속에서 나에게 적합한 정보를 선별하여 모으기가 쉽지만은 않을 것이기 때문에 전문가의 도움이 필요할 것으로 보인다.

불확실성의 두 번째 대처 전략은 불확실성의 수용과 인정, 세 번째는 불확실성을 억제하는 것으로 원치 않는 정보를 무시 또는 부인하는 것과 상황 회피를 포함하는 개념으로 불확실성을 감소시키려는 전략이 더 이상 소용없게 되었을 때 불확실성을 인정하거나 억제 및 회피하는 반응이 오게 된다.

진로 불확실성을 감소시키려는 전략은 개인이 실제로 의사결정을 하는데 긍정적이 영향을 미치기 때문에 다른 두 가지에 우선시되는 전략으로서 지속적인 연구가 필요하다. 현재 대학생을 대상으로 하는 진로 불확실성 감소 프로그램이 개발되어 감소 효과가 검증되었고(최민서, 2022) 이에 대한 후속 연구로서 진로 불확실성 감소가 진로결정 자기효능감에 미치는 영향을 분석하여 관계성을 파악해보고자 한다.

진로 불확실성 유발요인(Cause of Career Uncertainty)은 개인이 진로장면에서 불확실성을 경험하도록 유발시키는 요인을 의미하는데 사회·환경적인 요인과 개인 내적 특성 등 다양성을 동반하게 된다. Tien et al.(2005)은 근거이론방법으로 진로 불확실성 유발요인을 탐색하였고 내적요인(internal/personal), 외적요인(external/environmental), 내적/외적요인 간의 상호작용(the interactions between personal and environmental factors)으로 구분하였다. 진로 불확실성 유발요인 3가지를 장리경(2019)이 한국 대학생에게 적합하도록 총 23개 문항으로 수정하였다. 내적요인에는 성적, 흥미 변화, 건강, 전공 능력, 불분명한 목표, 장기적인 안목, 흥미 영역, 종교적 신념 등을 포함하고, 외적요인에는 예상하지 못했던 일, 노동시장의 빠른 변화, 실업률, 가족 기대, 직업 선택의 어려움, 교육 시스템의 변화, 미래사회 직업 정보 부족, 타인과 경쟁 등이 해당된다. 내적·외적요인 간의 상호작용은 중요한 사람이 미치는 영향, 과거의 경험, 진로 정보 습득, 직업 세계의 오해, 역할 모델 변화, 역할 갈등 등이 있다. 진로 불확실성을 유발하는 요인을 많이 지각할수록 불확실성은 커지고 진로과정에 부정적인 영향을 주는 것으로 밝혀졌다(Tien et al., 2005). 즉, 진로 불확실성은 학생들의 진로 계획과 성공적인 진로 결정을 방해하며(Lopez & Ann-Yi, 2003 ; Kelly & Lee, 2002), 진로미결정의 중요한 요인으로(Germeijs & DeBeock, 2003) 자기결정성에 부정적인 영향을 주는 것이다(박재춘·김성환, 2017).

2.2 진로집단상담 프로그램

지속되는 취업난과 4차 산업혁명에 따른 직업세계의 빠른 변화는 사회진출을 앞둔 대학생에게 자신의 적성과 흥미에 대한 이해 그리고 미래 유망한 직업 정보를 바탕으로 자신에게 적합한 직업을 선택하여 직무 역량을 갖춰나가는 등 입직 전략 수립에 있어 어려움을 가중시키고 있다. 그렇기 때문에 대학에서는 진로와 관련된 문제를 해결하는 유용한 방법으로서 집단상담을 널리 사용하고 있다. 진로상담은 현실 속의 나 자신을 검토하여 만족하게 함으로서 자신의 역할이나 존재 가치에 대한 자아상을 수용하여 발전시키고 더 나아가 사회에 이익이 되게끔 전환을 돕는 과정이다(Super, 1953). 집단상담은 비교적 정상 범주의 적응 수준에 속하는 사람들을 대상으로 하며 개인의 정상적인 발달상 과업 문제 또는 태도와 행동 변화를 강조하고 꼭 치료보다는 성장 및 적

응에 초점을 맞춘다는 면에서 진로탐색은 집단상담이 적합하다(이형득 외, 1978). 따라서 대학에서는 진로상담을 개인상담 뿐만 아니라 집단상담 방식을 채택하여 효율적으로 운영하고 있는데 저학년을 대상으로 한 진로탐색 집단상담 프로그램, 고학년을 대상으로 한 취업역량 강화 프로그램 등 세부적으로 분류하여 진로 고민 유형에 적합한 진로집단상담 프로그램을 실시하고 있다.

대학생의 진로결정 어려움을 극복시키고 합리적인 진로의사결정을 위해 진로 불확실성을 어떻게 다루는가가 중요한 이슈가 되고 있는 시점에서 대학생이 갖고 있는 진로 불확실성을 감소시키기 위한 진로집단상담 프로그램이 개발되었고 프로그램 참여자의 진로 불확실성이 감소되었음을 확인하여 프로그램의 효과성이 검증된 바 있다(최민서, 2022).

진로 불확실성 감소를 위한 진로집단상담 프로그램은 의사결정자가 불확실성을 다루는 세 가지 전략 요소 중 에서(Lipshitz & Strauss, 1997) 불확실성 감소 전략에 해당하는 행동 양상을 고려하여 프로그램이 설계되었으며 자세한 내용은 아래 <표 1>과 같다. 선행 연구에서는 이 R.Q.P 자기발견법을 불확실성에 대한 연구에서 중요한 토대를 제공해주는 이론으로 제시하고 있다(Camerer & Weber, 1992).

<표 1> 측정도구

전략	전술	정의
감소전략	1. 추가정보 수집	실제 정보를 찾는 행위
	2. 지연시키는 행동	추가 수집된 정보가 결정할 문제를 확실히 할 때까지 의사결정이나 행동개시의 지연
	3. 충고와 권유	전문가, 감독자, 친구 혹은 동료의 의견/충고를 받아들임
	4. SOP, 규범에 따름	공식적 행동규칙과 비공식적 행동 규칙에 의거하여 행동
	5. 가정에 기초한 추리	확실히 알고 있는 것에 의한 강요된 믿음에 토대를 둔 상황에 대한 정신적 모델의 구조화

출처: 오을임·김구(2002), 불확실성 상황에서의 의사결정 양상에 관한 실증적 연구

대학생의 진로 불확실성 감소를 위한 진로집단상담 프로그램(2022)은 교수체계개발(ISD : instructional system design)에서 기본모형(ADDIE)에 의거하여 체계적으로 개발하였으며 프로그램의 구성을 살펴보면, 1회기에서는 프로그램의 목적 소개, 게임으로 상호 간에 라포 형성을 한다. 2회기와 3회기에서는 ‘진로 불확실 요인 마주하기’라는 주제로 참여자는 21장의 진로 불확실 요인카드와 진로 고민 사례를 통해 자신의 진로 불확실성 원인을 찾아보고 극복방안에 대한 의견을 서로 간에 나누도록 구성되어 있다(최민서, 2022). 불확실성에 대한 반응행동으로 제시한 R.Q.P 자기발견법에서도 정보탐색은 불확실성을 감소시키는 중요한 행동 요인으로 보았듯이(오을임·김구, 2002) 4회기와 5회기에서는 진로 결정 시 필요한 정보를 습득하여 현재 스스로가 관심 있는 진로 분야의 진출 가능 여부를 확인하고 진입할 수 있는 방법을 모색함으로써 진로 불확실성을 감소시키는 내용으로 구성된다. 마지막인 6회기에서는 참여자의 진로 불확실성 요인을 인지하여 원인과 극복방안을 최종 모색하고 관심 가는 직업 정보를 종합하여 진로목표 설정 후 생애 단계마다 관통하는 가치를 의미화 하는 과정을 거쳐서 진로 불확실성 감소를 공고히 해내는 과정으로 마무리가 된다(최민서, 2022). 본 연구에서 실시될 진로집단상담 프로그램으로서 진로 불확실성 감소를 위한 프로그램의 회기별 주요 활동과 소요시간은 아래 <표 2>와 같다.

<표 2> 진로 불확실성 감소를 위한 프로그램의 구성

회기	회기제목	주요활동	소요시간(분)
1	자기 소개	1. 프로그램의 전체적인 내용 안내 2. 프로그램 참가를 위한 십계명 함께 읽기 3. 참여자 간에 부를 별칭 서로 정하기 4. 진진가게임으로 라포 형성하기 5. 칭찬 릴레이 법칙 안내	50

회기	회기제목	주요활동	소요시간(분)
2(1) 2(2)	진로 불확실 요인 마주하기 (1)	1. 생애 단계 측면에서 대학 시기 특성 이해해 보기 2. '진로 고민 사례' 다 같이 읽고 각자 진로 고민 생각하기 3. '진로불확실 요인 카드' 21장 중 나에게 해당하는 카드 5장 고르기	50 50
3(1) 3(2)	진로불확실요인 마주하기 (2)	1. '진로 고민 사례'와 '진로불확실 요인 카드'를 매칭해보고 내가 가진 진로불확실 원인을 파악하기 2. '진로 고민 사례'의 '진로불확실 요인'에 따라 원인과 극복 방법을 서로 의견 나누기 3. 나의 진로불확실 요인을 확인하고 극복 위한 방법 찾기 4. 칭찬 릴레이하기	50 50
4(1) 4(2)	직업정보 탐색	1. 관심 직업 2개 선택 2. 다양한 직업정보 플랫폼으로 직업정보 수집하기 3. 현직자 인터뷰 자료로 직업정보 수집 4. 발표와 칭찬 릴레이하기	50 50
5(1) 5(2)	역량개발을 위한 솔루션	1. 채용포털을 통한 채용공고문 조사 2. 직무역량파악을 위한 역량 로드맵 작성 3. 역량 개발을 위한 정보 탐색 실시 4. 학년별 역량개발 계획세우기 5. 발표와 칭찬 릴레이하기	50 50
6(1) 6(2)	삶의 이정표 세우기	1. 자기분석과 직업정보를 모두 종합해서 진로 목표 설정하기 2. 생애 단계별로 관통하는 가치 의미화하기	50 50

출처: 최민서(2022), 대학생의 진로 불확실성 감소를 위한 프로그램 개발 및 효과성 분석

2.3 진로결정 자기효능감

자기효능감은 Bandura(1977)가 처음 소개한 개념으로 진로의사결정 및 진로행동 등과 매우 긴밀한 관련이 있다. Hackett & Betz(1981)에 의해 진로장면에서의 자기효능감이 적용되기 시작하면서 진로선택과 관련된 개인적인 효능감을 '진로 자기효능감(career self-efficacy)'라고 정의 내려졌다. 이후 많은 학자들에 의해 진로 관련 변인과 진로 자기효능감의 관계에 대한 연구가 진행되었다. Taylor & Betz(1983)는 이전의 수학, 과학, 공학 분야처럼 특정한 진로에 대한 자기효능감과 차별화된 개념으로서 진로결정과 관련된 '진로결정 자기효능감(Career Decision-Making Self-Efficacy; CDMSE)'을 제안하였고 개인이 진로의사결정과정에서 필요한 과업을 스스로가 성공적으로 해결할 수 있다고 느끼는 개인적 능력에 대한 믿음이라 하였다. 진로결정 자기효능감에 대하여 Solberg et al.(1995)은 다양하게 진로 탐색활동을 수행할 때 개인이 갖게 되는 자신감의 정도라 정의하였고, Mazurek & Shoemaker(1997)는 개인이 자기 스스로 진로목표를 잘 성취할 수 있을 것인지에 대한 신념 또는 유능감이라 정의하였다.

대학생 스스로 진로결정 자기효능감을 갖고 주도적으로 진로를 결정하여 진로 및 취업을 준비 해나가는 것은 대학생들이 사회에 진출하기 전에 반드시 준비해야 할 선행사항이다(이종찬, 2013). 진로결정 자기효능감은 선천적으로 타고나기보다는 후천적인 경험 및 노력에 의해서 개발되는 요인으로서 진로에 대한 주도성과 자신감을 바탕으로 하여 진로 과제들을 해결해 나가는 출발점이기 때문에 진로 교육을 통해 진로결정 자기효능감을 향상시키도록 하는 것이 중요하다(이종찬, 2013 ; 이현주, 2018).

많은 연구를 통해 진로 불확실성과 진로결정 자기효능감은 진로결정과 진로미결정을 예측하는 주요변인으로 밝혀졌다(김빛나, 2010; 유지선, 2014; Taylor & Popma, 1990; Betz & Luzzo, 1996; Betz & Voyten, 1997). 진로결정 자기효능감은 진로준비행동에 직접적인 영향을 미치고(Blustein et al., 1989; Gushue et al., 2006) 진로결정에 긍정적인 영향을 줄뿐만 아니라, 관련된 변인들과 진로결정 관계를 매개하는 역할을 한다

(유지선, 2004 ; 홍혜영·안혜선, 2009). 구체적으로 살펴보면 진로결정 자기효능감은 진로탐색에 부적인 영향을 미치는 변인인 진로스트레스, 진로장벽, 진로 불확실성, 불안(오은주, 2014; Bandura, 1986; Spielberger, 1975)과 진로준비행동에서 매개역할을 하는 것으로 나타났으며(오은주 2014) 대학생의 진로준비행동과 진로 불확실성의 관계에서는 완전매개효과를 보였다(곽미선, 2018). 또한 다수의 연구를 통해 진로 교육 및 진로 상담이 진로결정 자기효능감에 미치는 효과가 검증되기도 하였다(문윤경·오은주·김미경, 2021; 허정철, 2012; 조성연·문미란, 2006; 전은화, 2013 등). 이렇듯 진로결정 자기효능감에 대한 수많은 연구가 이루어졌다는 점은 진로발달모델에 매우 중요한 요인이라는 점뿐만 아니라 진로결정 자기효능감에 영향을 미치는 더욱 다양한 변인 검토가 요구된다는 점을 시사한다.

진로결정 자기효능감을 측정하기 위한 검사도구로는 Taylor & Betz(1983)가 개발한 Career Decision-Making Self-Efficacy Scale: CDMSES로 50개의 문항으로 이를 Betz et al.(1996)가 25개 문항으로 축소·개정하였다. 직업정보수집, 자기평가, 미래계획, 목표선택, 문제해결의 5개 하위요인으로 구성되며 최근까지 거의 유일한 검사 도구로서 활용되어 본 연구에서도 이를 활용하였다.

III. 연구 방법

3.1 연구문제

본 연구는 대학생의 진로 불확실성 감소가 진로결정 자기효능감에 미치는 영향을 규명하는데 그 목적이 있으며 진로 불확실성 감소를 위한 방법으로서 대학생의 진로 불확실성 감소에 효과가 검증된 진로집단상담 프로그램(최민서, 2022)을 운영하고자 한다.

위 연구 목적을 달성하기 위한 연구 문제는 다음과 같다.

연구 문제. 대학생의 진로 불확실성 감소는 진로결정 자기효능감에 영향을 미칠 것이다.

위 연구 문제를 검증하기 위하여 다음과 같은 가설을 설정하였다.

연구 가설. 대학생의 진로 불확실성 감소를 위한 진로집단상담 프로그램은 참여자의 진로 불확실성 감소에 긍정적인 영향(+)을 미칠 것이다.

진로 불확실성 감소를 위한 진로집단상담 프로그램의 효과성 분석 연구에서는(최민서, 2022) 연구 참여자 수가 약 20명으로 그 효과성을 일반화하기에는 한계가 있었기 때문에 후속 연구에 대한 제언에 따라 본 연구 참여자 수를 확대하고 추가 검증 과정을 거쳐 이를 보완하고자 한다.

3.2 연구대상

본 연구 참여자는 저학년(1·2학년) 대학생을 대상으로 선정하였다. 손은령(2001)은 비슷한 진로 발달 과업을 수행해야하는 단계의 개인들이라 하더라도, 그 결정의 시급성이나 그 결정의 심각도에 따라 연구 대상과 시기를 구분할 필요성을 제시하였다. 박용두·이기학(2007)은 정서지능이 내적 장애를 매개로 진로결정 자기효능감에 영향을 미치지만 외적 장애는 유의미한 영향을 미치지 못하는 요인으로서 연구 표집 집단의 구성 비율이 고학년(3·4학년)보다 저학년(1·2학년)이 대다수를 차지한다는 점을 들어 설명하였다. 그러나 연구 대상을 저학년(1·2학년)과 고학년(3·4학년)으로 구분하여 수행하지 못했다는 한계점을 가졌다. 그 외 구직역량 현재 수준의 인식, 대학생 핵심역량, 취업 불안 수준이 고학년(3·4학년)보다 저학년(1·2학년)이 더욱 낮게 나타났다는 연구

를 통해 저학년(1·2학년)과 고학년(3·4학년)의 특성이 다르다는 것을 알 수 있다(이건남, 2012 ; 이장익, 2012 ; 김다인·안도희, 2018). 저학년(1·2학년)은 진로 결정까지 어느 정도 탐색 기간을 갖고 있는 반면 고학년(3·4학년)은 사회진출을 앞둔 압박함으로 진로결정의 시급성이나 심각도가 다르기 때문에 진로 불확실성을 유발하는 요인 즉 내적요인, 외적요인, 내적/외적 요인간의 상호작용에 차이가 존재할 것이다. 그렇다면 진로 불확실성을 감소시키기 위해 프로그램 순서와 회기별 소요 시간을 다르게 배정하는 등의 차별적 접근이 필요하기 때문에 본 연구의 오차 변인을 줄이기 위해 참여 대상자는 저학년으로 특정하였다.

본 연구 대상은 충청남도 소재의 S대학교에 재학 중인 저학년(1·2학년) 대학생을 대상으로 진로 불확실성으로 진로 결정에 고민이 있으며 자발적 참여를 희망하는 학생들을 모집하였다. 모집 방법은 대학 내의 공지 게시판을 이용하였으며 모집 후 연구자는 참여 희망자를 대상으로 프로그램의 목적과 방법 등을 설명한 후 프로그램 참여 의사를 확인하고 연구동의를 구하였다.

집단상담 프로그램에서는 한 번에 많은 대상을 다루기에 한계가 있어 프로그램 운영 시기를 2023년 1학기과 2023년 2학기, 2회 시행하였으며 참여자 모집도 2회 실시하여 총 163명이 모집되었다. 진로 불확실성 감소 효과를 측정하기 위해 프로그램 비참여 집단으로서 통제집단을 모집하였으며 실험 집단과 유사한 특성을 가진 동 대학생으로 자세한 인구학적 특성은 아래 <표 3>과 같다.

<표 3> 참여자의 인구학적 특성

집단구분	인원 수				계(%)
	1학년		2학년		
	남(%)	여(%)	남(%)	여(%)	
실험집단	63(39)	83(51)	12(7)	4(3)	163(100)
통제집단	57(36)	87(55)	13(8)	2(1)	159(100)
계	120(37)	170(53)	25(8)	6(2)	322(100)

3.3 연구 설계

실험집단의 프로그램 운영은 2023년 4월 27일부터 6월 2일까지, 2023년 9월 4일부터 10월 14일까지 2회에 걸쳐 각 6주 동안 진행하였으며, 처음 1회기 이후 진행부터는 일주일에 2회기씩 총 11회, 1회기 참여 시간은 50분으로 시행하였다. 프로그램 운영은 연구자를 포함하여 경력 10년 이상의 연구자와 동일한 박사학위 전문가 4인, 유사한 박사학위 전문가 2인, 경력 15년 이상의 박사수료 전문가 1인이 함께 하였다. 진로 불확실성 감소 프로그램의 효과를 검증하기 위해 <표 4>와 같이 실험집단에서 프로그램을 실시하였고 그 동안에 통제집단은 아무런 처치도 하지 않았다. 프로그램의 마지막 회기를 종결하면서 사전 검사지와 동일한 질문지를 사용해서 사후검사에 응답하도록 하여 자료를 수집하였다.

<표 4> 실험설계

집단	사후검사	처치	사후검사
실험집단	O	X	O
통제집단	O		O

O: 진로 불확실성, 진로결정 자기효능감, X: 진로 불확실성 감소 프로그램

3.4 측정도구

3.4.1 진로 불확실성 척도

본 연구에서 대학생의 진로 불확실성을 측정하기 위해 Tien et al.(2005)이 개발한 진로 불확실성 요인을 장리경(2019)이 국내 대학생을 대상으로 한국 문화에 적합하도록 수정한 척도를 활용하였다. 진로 불확실성 요인은 내적 요인, 외적 요인, 내적/외적요인 간의 상호작용으로 구분하며 내적 요인 중 ‘건강’과 ‘종교’로 인한 진로 불확실성 유발 요인에 대한 문항은 진로집단상담 프로그램에서 다루기가 적합하지 않아 삭제하여 내적 요인 6문항, 외적 요인 8문항, 내적/외적요인 간의 상호작용 요인 7총 문항으로 총 21개의 측정문항으로 구성하였다. 모든 문항은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’의 Likert 5점 척도로서 점수가 높을수록 진로 불확실성을 느끼는 정도가 크다는 것을 의미한다. 본 연구에서 전체 진로 불확실성 유발요인의 Cronbach's α 는 .828이며, 내적요인 .633, 외적요인 .722, 내·외적 요인 간의 상호작용 .725로 나타났다.

3.4.2 진로결정 자기효능감 척도

본 연구에서는 진로결정 자기효능감을 측정하기 위해서 Betz, Klein & Taylor(1996)이 구성한 진로결정 자기효능감 단축형 척도를 이기학·이학주(2000)가 번안한 것을 활용하였다. 본 연구는 대학교 저학년을 대상으로 한 진로집단상담 프로그램을 실시하기 때문에 프로그램 구성 내용에 입사서류작성 방법 및 면접 교육이 포함되어 있지 않다. 따라서 ‘나는 나의 이력서를 멋지게 쓸 수 있다.’, ‘취업면접에 필요한 절차들을 잘 해낼 수 있다.’ 등의 취업 스킬과 관련된 문항을 삭제하였다. 하위 요인은 자기평가 5문항, 직업정보 5문항, 목표설정 5문항, 계획수립 3문항, 문제해결 5문항 등 총 5개 영역 23문항으로 구성되어있다. 모든 문항은 전혀 그렇지 않다(1점)부터 매우 그렇다(5점)까지 5점 Likert 척도로 구성되어 있으며, 응답한 점수가 높을수록 진로결정 자기효능감의 수준이 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 전체 진로결정 자기효능감의 Cronbach's α 는 .784로 나타났고, 자기평가 .670, 직업정보수집 .631, 목표설정 .670, 계획수립 .609, 문제해결능력 .622 으로 나타나 연구의 측정도구로서 신뢰성이 확보되었다.

3.5 자료분석

본 연구의 가설을 검정하기 위하여 SPSS Win 23.0 프로그램을 이용하였으며 다음과 같은 과정을 거쳐 분석하였다. 첫째, 실험집단과 통제집단의 동질성 검증을 위해 독립표본 t-검증을 실시하였다. 둘째, 두 집단의 진로 불확실성 감소와 진로결정 자기효능감 변화를 측정하기 위해 대응표본 t-검증을 실시하여 사전-사후 점수 변화를 비교하였다. 마지막으로, 실험집단과 통제집단의 사후 점수 차이가 진로 불확실성 감소에 따른 순수한 효과인지를 알아보기 위해 사전검사를 공변량으로 하여 공분산분석(ANCOVA)를 실시하였다. 본 연구에서 사용된 모든 통계치의 유의수준은 $\alpha=0.001$ 로 설정하였다.

IV. 분석 결과

4.1 실험집단과 통제집단의 동질성 분석

실험집단과 통제집단의 동질성을 확보하기 위하여 독립표본 t-검정을 실시한 결과는 <표 5>와 같다. 두 집단의 진로 불확실성의 하위요인인 내적요인, 외적요인, 내적/외적 상호작용의 평균에서 통계적으로 유의미한 차이를 보이지 않았으며, 진로결정 자기효능감에서도 유의미한 차이가 없어 두 집단은 동질집단임을 알 수 있다. 검사 결과를 통해 진로 불확실성 유발요인의 크기는 내적요인, 외적요인, 내적/외적 상호작용 순으로 크다는 점을 확인할 수 있다.

<표 5> 실험집단과 통제집단의 사전 동질성 검사

측정요인	집단	N	M	SD	t	p
진로 불확실성	실험	163	3.197	.489	-.401	.689
	통제	159	3.217	.366		
내적요인	실험	163	3.456	.613	.163	.871
	통제	159	3.445	.544		
외적요인	실험	163	3.218	.603	-.369	.713
	통제	159	3.239	.409		
내적/외적 상호작용	실험	163	2.952	.629	-.676	.500
	통제	159	2.995	.498		
진로결정 자기효능감	실험	163	3.094	.387	.780	.436
	통제	159	3.059	.342		
자기평가	실험	163	3.158	.512	.352	.725
	통제	159	3.139	.433		
직업정보수집	실험	163	3.028	.578	-.115	.908
	통제	159	2.96	.482		
목표설정	실험	163	3.121	.510	.908	.364
	통제	159	3.070	.497		
계획수립	실험	163	2.924	.598	.682	.496
	통제	159	2.876	.664		
문제해결능력	실험	163	3.230	.470	.914	.361
	통제	159	3.182	.477		

4.2 진로 불확실성 감소 효과

실험집단과 통제집단의 사전-사후 검사결과로 진로 불확실성의 감소 효과를 검증하기 위해 대응표본 t-검정을 실시하였으며 결과는 <표 5>와 같다. 실험집단의 사전-사후 검사결과는 실험 집단의 내적요인($t=17.119$, $p<0.001$), 외적요인($t=15.709$, $p<0.001$), 내적/외적 상호작용($t=14.167$, $p<0.001$)으로 진로 불확실성의 모든 하위요인이 통계적으로 유의미한 감소 변화를 나타내었다. 반면 통제집단의 경우 유의미한 변화가 없었지만 전체적으로 진로 불확실성이 증가하지는 않았다. 사전-사후 검사 기간이 약 6주간으로 길지 않은 기간이지만 진로집단상담 프로그램 참여자의 진로 불확실성 감소 효과를 명확하게 확인할 수 있다.

<표 6> 진로 불확실성 사전-사후 검사를 통한 감소 효과 검증

측정요인	집단	검사	N	M	SD	t	p
진로 불확실성	실험	사전	163	3.197	.489	19.044*	.000
		사후		2.177	.575		
	통제	사전	159	3.226	.370	1.217	.226
		사후		3.219	.332		
내적요인	실험	사전	163	3.456	.613	17.119*	.000
		사후		2.379	.713		
	통제	사전	159	3.445	.544	.954	.341
		사후		3.432	.466		
외적요인	실험	사전	163	3.218	.603	15.709*	.000
		사후		2.162	.674		
	통제	사전	159	3.239	.409	.350	.727
		사후		3.236	.368		
내적/외적 상호작용	실험	사전	163	3.197	.489	14.167*	.000
		사후		2.177	.575		
	통제	사전	159	2.995	.498	1.117	.266
		사후		2.987	.459		

*p<0.001

4.3 진로결정 자기효능감 사전-사후 검사 비교

대학생의 진로 불확실성 감소가 진로결정 자기효능감에 영향을 미칠 것이라는 연구문제를 검증하기 위해 실험집단과 통제집단 간의 대응표본 t-검정을 실시하였으며 결과는 <표 6>과 같다. 실험집단의 진로결정 자기효능감 사전-사후 검사 결과는 실험집단은 유의미한 차이($t=-19.014$, $p<0.001$)를 보인 반면, 통제집단은 유의미한 차이($t=-0.409$)가 없었다. 실험집단의 진로결정 자기효능감 하위요인별 사전-사후 검사 결과, 자기평가($t=-14.102$, $p<0.001$), 직업정보수집($t=-13.128$, $p<0.001$), 목표설정($t=-14.924$, $p<0.001$), 계획수립($t=-15.021$, $p<0.001$), 문제해결능력($t=-11.776$, $p<0.001$)으로 진로결정 자기효능감의 모든 하위요인이 통계적으로 유의미한 증가를 보인 반면, 통제집단에서는 유의미한 변화가 나타나지 않았다. 따라서 대학생의 진로집단상담 프로그램 참여를 통한 진로 불확실성 감소가 진로결정 자기효능감 향상에 긍정적인 영향(+)을 미친다고 할 수 있다.

<표 7> 진로결정 자기효능감 사전-사후 비교

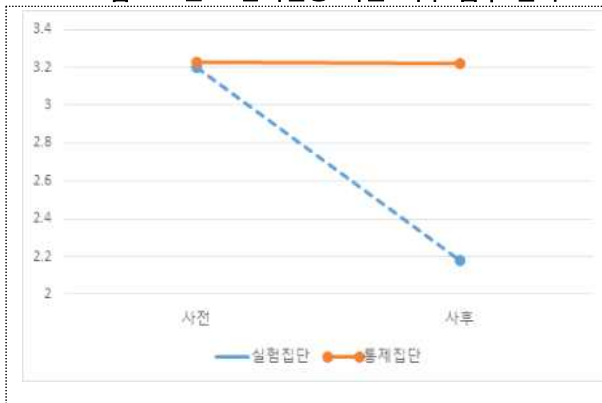
측정요인	집단	검사	N	M	SD	t	p
진로결정 자기효능감	실험	사전	163	3.091	.387	-19.014*	.000
		사후		3.768	.385		
	통제	사전	159	3.059	.342	-.409	.683
		사후		3.061	.310		
자기평가	실험	사전	163	3.158	.512	-14.102*	.000
		사후		3.809	.515		
	통제	사전	159	3.139	.433	.787	.433
		사후		3.132	.407		

측정요인	집단	검사	N	M	SD	t	p
직업정보수집	실험	사전	163	3.022	.578	-13.128*	.000
		사후		3.694	.536		
	통제	사전	159	3.028	.482	-1.905	.059
		사후		3.054	.436		
목표설정	실험	사전	163	3.121	.510	-14.924*	.000
		사후		3.819	.479		
	통제	사전	159	3.070	.497	.821	.413
		사후		3.064	.473		
계획수립	실험	사전	163	2.924	.598	-15.021*	.000
		사후		3.775	.481		
	통제	사전	159	2.876	.605	-1.437	.153
		사후		2.899	.605		
문제해결능력	실험	사전	163	3.230	.470	-11.776*	.000
		사후		3.742	.505		
	통제	사전	159	3.182	.477	1.958	.052
		사후		3.159	.441		

*p<0.001

〈그림 1〉과 〈그림 2〉와 같이 실험집단과 통제집단의 사전-사후 점수 변화를 통해 진로집단상담 프로그램 참여를 통한 진로 불확실성 감소 효과와 진로결정 자기효능감 향상을 확인할 수 있다.

〈그림 1〉 진로 불확실성 사전-사후 점수 변화



〈그림 2〉 진로결정 자기효능감 사전-사후 점수 변화



4.4 진로 불확실성 감소가 진로결정 자기효능감에 미치는 영향

진로 불확실성 감소를 위한 진로집단상담 프로그램에 참여한 실험집단이 통제집단에 비해 진로결정 자기효능감의 유의미한 상승을 보였으며 이에 대한 집단 처치 효과 여부를 확인하기 위해 공분산분석(ANCOVA)을 실시하였다. 앞서 실시한 실험집단과 통제집단의 동질성 검사를 통해 두 집단의 동질성이 확인되었으나 모집 시기에 따른 편차 등 연구자가 직접 통제하는 것이 불가능한 요소 등이 존재한다. 이러한 오차변인의 효과를 간접적으로 통제하여 보다 정확한 영향력을 알아보고자 사전검사를 공변량으로 처리하는 공분산분석(ANCOVA)을 실시하였다. 실험집단과 통제집단의 진로결정 자기효능감의 사전점수를 통제한 교정 점수의 평균과 표준편차는 〈표 8〉과 같다.

<표 8> 실험집단과 통제집단의 사전-사후 교정된 기술통계

검사 (기술통계)	실험집단	통제집단
사전 M(SD)	3.091(0.387)	3.059(0.342)
사후 M(SD)	3.768(0.385)	3.061(0.310)
교정 사후M(SE)	3.803(0.022)	3.115(0.032)

<표 9>와 같이 사전 검사를 통제한 상태에서 진로결정 자기효능감 향상에 통계적으로 매우 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다($F=2.177$, $p<0.001$). 이는 진로결정 자기효능감의 향상은 진로 불확실성 감소를 위한 진로집단상담 프로그램의 순수한 처치 효과임을 의미한다.

<표 9> 실험집단과 통제집단의 사전-사후 교정된 기술통계

분산원	제곱합	df	평균제곱	F	유의확률
공분산	12.414	1	163	476.143*	.000
집단별	38.056	2	476.143		
오차	25.496	319	.080		
합계	79.536	322			

* $p<0.001$

V. 결론 및 논의

본 연구에서는 대학생의 진로 불확실성 감소가 진로결정 자기효능감에 미치는 영향을 검증하기 위해 진로 불확실성 감소의 효과성이 검증된 진로집단상담 프로그램을 실시하였다. 프로그램에 참여한 실험 집단과 통제집단의 사전, 사후 평균점수의 비교 분석하였고 보다 정확한 인과관계를 검증하고자 공분산분석(ANCOVA)을 실시하였다. 그 결과 진로 불확실성 감소는 진로결정 자기효능감을 향상시키는 것으로 나타났으며 구체적인 연구 결과를 논의하면 다음과 같다.

첫째, 진로 불확실성 감소를 위한 진로집단상담 프로그램 실시 후 실험집단과 통제 집단 간의 진로 불확실성의 사전-사후 검사를 비교하였다. 그 결과 진로집단상담 프로그램에 참여한 실험집단은 진로 불확실성의 하위 요인인 내적요인, 외적요인, 내적/외적 상호작용에 유의미한 감소 효과($t=17.82$, $p<0.001$)가 나타났고 통제 집단은 내적요인, 외적요인, 내적/외적 상호작용에는 변화($t=-1.49$)가 없었다. 이는 대학생의 진로 불확실성 감소를 위한 진로집단상담 프로그램의 효과성을 입증한 결과(최민서, 2022)와 일치한다. 진로의 한 속성으로서의 불확실성을 개인이 인지하고 있다면, 진로 상황에서 드러나는 불확실성에 대해 직면하고 대처하는 데에 더 편안해진다는 연구결과와(Tien et al., 2005) 동일한 맥락이다. 진로 불확실성 감소를 위한 진로집단상담 프로그램의 효과성을 검증한 바 있으나(최민서, 2022) 사례 수가 적어 일반화의 한계를 가졌고 본 연구를 통해 이를 보완하였다. 연구 결과에서 진로 불확실성을 유발하는 하위요인의 크기는 내적요인, 외적요인, 내적/외적 상호작용 순으로 나타났는데 진로 결정을 위해 자기탐색을 하게 되는 대학생 저학년(1·2학년)시기의 특징을 반영한 결과인지 후속 연구를 통한 검증이 필요할 것으로 보인다.

둘째, 대학생의 진로 불확실성 감소가 진로결정 자기효능감에 미치는 영향을 검증하기 위해 두 집단의 진로결정 자기효능감 사전-사후 검사를 비교하였다. 그 결과 자기평가, 직업정보수집, 목표설정, 계획수립, 문제해결능력 등 5개의 모든 하위요인이 통계적으로 유의미한 증가를 보인 반면 통제집단은 모든 하위요인에서 유의미한 변화가 나타나지 않았다. 또한 사전검사를 공변량으로 처리하는 공분산분석(ANCOVA)을 실시하여 대학생의 진

로 불확실성 감소가 진로결정 자기효능감 향상에 긍정적(+)인 영향을 미친다는 것이 검증되었다. 이는 진로 불확실성 유발요인을 많이 지각할수록 진로결정 자기효능감이 낮아지며(장리경, 2017), 대학생의 진로 불확실성과 진로준비행동에서 진로결정 자기효능감이 완전매개효과를 보인다는(곽미선, 2018) 연구결과와 부합한다. 대학생의 중요한 과업인 진로결정을 위해서는 선택의 과정에 놓이게 되고 그 과정에서 진로에 대한 불확실성을 경험하게 되는데 이때 진로 불확실성을 어떻게 다뤄내는지가 진로 결정에 중요해진다. 진로결정과정에서 개인의 불확실성에 대한 대처반응 세 가지로서 불확실성 감소, 불확실성 수용과 인정, 불확실성 억제(Lipshitz & Strauss, 1997)로 구분되는데 본 연구는 개인의 진로 불확실성에 대한 첫 번째 대처로서 진로 불확실성을 감소시키는 것이 진로결정에 주요 변인인 진로결정 자기효능감 향상에 유의미한 효과가 있음을 밝혔다. 최근 대학에서는 대학생이 진로결정의 어려움을 최소화하고 대학 입학 시 목표했던 바를 이룰 수 있도록 적극적인 지원하고 있으며 그 일환으로서 진로에 관련된 다양한 프로그램을 기획, 운영하고 있다. 대학생이 진로결정과정에서 당면하는 문제는 다양하기 때문에 획일적인 진로 프로그램을 운영하기 보다는 개인별 진로 진단 후 차별적 처치가 필요하다. 진단별로 선택 가능한 다양한 진로 프로그램이 개발되어할 것이며 각 대학에서는 이를 적극적으로 적용할 수 있어야 한다. 본 연구는 미래의 불확실성으로 진로결정에 어려움을 겪고 있는 대학생의 심리적인 요인 간의 관계를 파악하여 진로 불확실성이 큰 대학생에게 보다 효과적인 진로결정에 대한 상담이 이어질 수 있는 실용적 방안을 제시하였다는데 의의가 있다.

마지막으로 본 연구의 한계점과 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 실험집단과 통제집단을 비교 검증하여 진로 불확실성 감소가 진로결정 자기효능감에 미치는 긍정적인 영향을 검증하였다. 유사 프로그램에 참여한 비교집단을 활용하였다면 진로집단상담 프로그램 간의 진로 불확실성 감소 크기와 진로결정 자기효능감에 미치는 영향의 비교 검증 등 여러 측면에서 유의미한 연구가 되었을 것이기에 이에 대한 한계를 가진다. 둘째, 본 연구에서는 대학생 저학년의 진로 불확실성 유발요인의 크기는 내적요인, 외적요인, 내적/외적 상호작용 순으로 나타남을 확인하였을 뿐 인구학적 변인 간 차이는 알 수 없었다. 그렇기 때문에 진로 불확실성을 유발하는 하위요인에 대한 인구학적 변인 즉, 성별, 학년, 단과대학별 차이 검증, 특히 인문·사회계열과 이공계열의 차이 검증을 통해 대학생의 진로결정에 맞춤형 처치와 개입의 세부 방향성을 정립해볼 필요가 있다. 셋째, 진로집단상담 프로그램의 진로 불확실성 감소를 최대화하고 프로그램 확산을 위한 지속적인 개선 연구가 필요하다. 이를 위해 프로그램 참여자의 사전 사후 면담 등 질적 연구를 통한 고도화를 제언한다. 넷째, 진로 불확실성 감소 효과가 검증된 진로집단상담 프로그램은 진로결정 자기효능감 외에 진로준비행동, 진로장벽 등의 진로 발달 변인에 미치는 영향을 고려해 볼 수 있다. 이에 다양한 진로 발달 변인과의 관계성 검증 등 의미 있는 후속 연구가 필요하다.

참고문헌

- 곽미선(2018). 대학생의 진로준비행동과 진로 불확실성, 자기개념명확성, 진로결정자기효능감, 진로통찰력 간의 구조적 관계. **한국농·산업교육학회**, 50(1), 151-177.
- 김빛나(2010). *대학생의 진로미결정과 부적응적 완벽주의와의 관계에서 진로결정 자기효능감의 매개효과*. 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 류미경·김재철(2016). 고등학생의 진로 불확실성 수용과 진로의사결정을 위한 수용전념 상담프로그램의 개발 및 효과성 검증. **한국청소년학회**, 123(1), 1-28.
- 문윤경·오현주·김미경(2021). 대학생의 진로역량 기반 교과 개발 및 효과. **한국진로창업경영학회**, 5(1), 76-96.
- 박용두·이기학(2007). 정서지능, 지각된 진로장벽, 진로결정 자기효능감의 관계 모형 검증. **한국심리학회지**, 19(4), 1041-1056.
- 박윤희(2017). 대학생의 진로결정 자기효능감과 진로성숙도가 취업불안에 미치는 영향. **한국진로교육학회**, 30(2), 41-61.
- 박재춘·김성환(2017). 예비창업자의 진로 불확실성과 진로교육이 기업가 정신 및 창업의지에 미치는 영향. **벤처창업연구**, 12(1), 73-85.
- 박재춘·김주섭(2017). 진로 불확실성이 진로준비행동에 미치는 영향: 진로결정 자기효능감의 매개효과와 자기개념 명형성의 조절효과를 중심으로. **학습자중심교과교육**, 17(16), 201-225.
- 손은령(2009). 진로선택과정에서 우연 혹은 기회의 역할 고찰. **한국상담학회**, 10(1), 385-397.
- 손은령(2001). 진로 장벽연구의 동향과 후속 연구 과제. **학생생활연구**, 28, 81-97.
- 오영아·정남운(2022). *대학생의 정당한 세상에 대한 개인적인 믿음과 진로불안의 관계: 진로결정 자기효능감에 의해 조절된 불확실성에 대한 인내력 부족의 매개효과*. **한국상담심리학회**, 34(3), 851-874.
- 오은주(2014). 대학생의 특성불안이 진로준비행동에 미치는 영향: 진로결정자기효능감의 매개효과. **진로교육연구**, 27(2), 85-107.
- 오을임·김구(2002). 불확실성 상황에서의 의사결정 양상에 관한 실증적 연구: 의사결정나무분석(Answer Tree)을 이용하여. **한국행정학회**, 36(3), 77-99.
- 오현주·오성욱(2022). 미취업 청년층의 진로탄력성이 진로결정자기효능감과 구직태도 및 구직행동에 미치는 영향. **한국진로창업경영학회**, 6(2), 47-72.
- 유지선(2004). *여대생의 진로미결정과 애착 및 자기효능감의 관계 연구*. 박사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 이건남(2012). 대학생이 구직역량 개발을 위한 교육요구도 분석. **한국직업교육학회**, 31(3), 199-225.
- 이기학·이학주(2000). 대학생의 진로 태도 성숙 정도에 대한 예언 변인으로서의 자기-효능감 효과 검증에 대한 연구. **한국심리학회지**, 12(1), 127-136.
- 이아라(2013). *진로 불확실성에 내포된 부정적 결과에 대한 수용-회피 기반 처치가 한국 대학생의 진로탐색과정에 미치는 영향*. 박사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 이장익(2012). 대학입학 전형제도 유형과 대학생 핵심역량에 대한 연구. **한국 농·산업교육학회**, 44(2), 73-96.
- 이종찬(2013). 대학생의 진로결정자기효능감에 관한 이론적 고찰 및 연구성과의 비교분석. **취업진로연구**, 3(1), 49-66.
- 이현주(2018). *외식조리전공 대학생의 전공선택동기 및 진로의사결정이 진로준비행동에 미치는 영향: 진로결정자기효능감을 매개효과로*. 박사학위논문, 경기대학교 대학원.
- 장리경(2019). *진로 불확실성 유발요인과 불확실성에 대한 인내력 부족의 군집에 따른 진로결정 자기효능감 및 진로결정 상태의 차이*. 석사학위논문, 건국대학교 대학원.
- 장혜미(2017). *진로 불확실성에 대한 타당화 개입이 불안, 우울, 및 수용행동에 미치는 영향*. 석사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 전은화(2013). 대학 신입생 진로교육 프로그램의 설계 기반 연구: 진로결정자기효능감과 대학생활적응도에 미치는 효과를 중심으로. **한국진로교육학회**, 26(3), 103-122.
- 조성연·문미란(2006). 성인대학생의 진로결정자기효능감 증진 프로그램 개발 및 효과. **한국심리학회지**, 18(4), 731-748.

- 최도영(2015). 불확실성과 감성 하에서 의사결정자의 의사결정 프로세스 및 성과에 관한 실증 연구: 뉴로사이언스 방법을 중심으로, 박사학위논문, 성균관대학교 대학원.
- 최민서(2022). 대학생의 진로 불확실성 감소를 위한진로집단상담 프로그램 개발 및 효과성 분석. **인문사회** 21, 13(2), 1223-1238.
- 팽정옥(2017). *REBT 이론에 근거한 진로집단상담프로그램이 대학생의 진로정체감, 진로결정수준, 진로결정자기효능감에 미치는 효과*. 박사학위논문, 경남대학교 대학원.
- 허은영(2009). 대학생 대상 진로지도 교과목 운영의 효과. **한국직업교육학회**, 28(4), 77-94.
- 홍혜영·안혜선(2009). 고등학생의 완벽주의, 불안과 진로미결정간의 관계: 진로결정 자기효능감의 매개효과 연구. **한국청소년학회**, 16(7), 149-175.
- 김다인·안도희(2018). 대학생이 지각한 전공에 대한 상향적 사후가정 사고, 전공 만족, 취업불안 및 행복감 간의 구조적 관계: 학년 간 차이를 중심으로. **한국교육심리학회**, 32(3), 355-377.
- Bandura, A.(1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215.
- Bandura, A.(1986). The explanatory and scope of self-efficacy theory. **Journal of Social and Clinical Psychology**, 4, 359-373.
- Betz, N. E., Klein, K. L., & Taylor, K. M.(1996). Evaluation of short form of the career decision-making self-efficacy scale. **Journal of Career Assessment**, 4(1), 47-57.
- Betz, N. E., & Luzzo, D.(1996). Career assesment and the career decision-making self-efficacy scale. **Journal of Career Assessment**, 4, 413-428.
- Betz, N. E., & Vuyten, K. K.(1997). Efficacy and outcome expectations influence career exploration and decidedness. **Journal of Career Development Quarterly**, 46, 179-189.
- Blustein, D. L.(1989). The role of career exploration in the career decision making of college student. **Journal of College student Development**, 30, 111-17.
- Bubany, S. T., Krieshok, T. S., Black, M. D., & McKay, R. A.(2008). College students' perspectives on their career decision making. **Journal of Career Assessment**, 16(2), 177-197.
- Camerer, Colin and Martin Weber(1992). Recent Developments in Modeling Preferences: Uncertainty and Ambiguity. **Journal of Risk and Uncertainty**, 5(4), 325-370.
- Eden, D., & Aviram, A.(1993). Self-efficacy training to speed reemployment: Helping people to help themselves. **Journal of Applied Psychology**, 78(3), 352-360.
- Gati, I.(1990). why, when, and how to take into account the uncertainty involved in career decision. **Journal of Career Counseling**, 37(3), 277-280.
- Gati, I., Krausz, M., & Osipow, S. H.(1973).(1996). A taxonomy of difficulties in career decision making. **Journal of Counseling Psychology**, 43, 510-526.
- Gelatt, H. B.(1989). Positive uncertainty: A new decision making framework for counseling. **Journal of Counseling Psychology**, 36, 252-256.
- Germeijs, V., & DeBoeck, P.(2003). Career indecision: Three factors from decision theory. **Journal of Vocational Behavior**, 62, 11-25.
- Gushue, G. V., Scanlan, K. R., Pantzer, K. M., & Clarke, C. P.(2006). The relationship of career decision-making self efficacy, vocational identity, and career exploration behavior in African American high school students. **Journal of Career Development**, 33, 19-28.
- Hartung, P. J., & Blustein, D. L.(2002). Reason, intuition, and social justice: Elaborating on person's career decision-making model. **Journal of Counseling & Development**, 80(1), 41-47.
- Jordaan, Y., Smithard, C., & Burger, E.(2009). *Comparing levels of career indecision among selected*

- honours degree students at the University of Pretoria. Meditari Accountancy Research*, 17(2), 85-100.
- Kahneman, D., Slovic, P., & Tversky, A.(1982). *In Judgment under uncertainty: Heuristics and biases*. Cambridge University Press.
- Kelly, K. R. & W. C. Lee.(2002). Mapping the domain of career decision problems. *Journal of Vocational Behavior*, 61(2), 302-326.
- Kim, N. R., & Lee, K. H.(2018). The effect of internal locus of control on career adaptability: The mediating role of career decision-making self-efficacy and occupational engagement. *Journal of Employment Counseling*, 55(1), 2-15.
- Lipshitz, R., & Strauss, O.(1997). *Coping with uncertainty: A naturalistic decision-making analysis. Organizational behavior and human decision processes*, 69(2), 149-163.
- Luzzo, D. A.(1995). The relative contributions of self-efficacy and locus of control to the prediction of career maturity. *Journal of College Student Development*. 36(1), 61-66.
- Mazurek, N. & Shoemaker, A.(1997). *Career Self-efficacy in college students with disabilities: Implications for secondary and post-secondary service providers. Educational Resources Information Center(ERIC)*.
- Mitchell, K. E., Levin, A. S., & Krumboltz, J. D.(1999). Planned happenstance: Constructing unexpected career opportunities. *Journal of Counseling and Development*, 77, 115-124.
- Orndorff, R. M., & Herr, E. L.(1996). A Comparative Study of Declared and Undeclared College Students on Career Uncertainty and Involvement in Career Development Activities. *Journal of Counseling and Development*, 74(6), 632-639.
- Savickas, M. L.(2011). New Questions for Vocational Psychology: Premises, Paradigms, and Practices. *Journal of Career Assessment*, 19(3), 251-258.
- Solberg, V. S., Good, G. E., Fischer, A. R., Brown, S. D., & Nord, D.(1995). Career decision-making and career search activities: Relative effects of career search self-efficacy and human agency. *Journal of Counseling Psychology*, 42(4), 448-455.
- Spielberger, C. D. (1975). *Anxiety as an emotional state*. In C. D. Spielberger(Ed), *Anxiety: Current Trends in Theory and Research*. 1. New York: Academic Press.
- Super, D. E. (1953). A Theory of vocational development. *American Psychologist*, 8, 185-190.
- Taylor, K. M., & Betz, N. E.(1983). Applications of self-efficacy theory to the understanding and treatment of career indecision. *Journal of Vocational Behavior*, 22(1), 63-81.
- Taylor, K. M., & Popma, J.(1990). An examination of the relationships among career decision making self-efficacy, career salience, locus of control, and vocational indecision. *Journal of Vocational Behavior*, 37, 17-31.
- Tien, H. L. S., Lin, C. H., & Chen, S. C.(2005). A grounded analysis of career uncertainty perceived by college students in Taiwan. *The Career Development Quarterly*, 54(2), 162-174.
- Trevor-Roberts, E.(2006). Are you sure? The role of uncertainty in career. *Journal of Employment Counseling*, 43, 98-116.

[abstract]

The Effects of Reduced Career Uncertainty of College Students on Their Career Decision-Making Self-Efficacy : Focused on participation in career group counseling program

Minseo Choi*

The complexity and uncertainty of modern society changing every minute have enormous impacts on the lives and careers of individuals living in this era. The major changes to the structure of the occupational society driven by the COVID-19 pandemic and the Fourth Industrial Revolution are increasing uncertainty about careers. In this situation, how college students deal with the career uncertainty they experience works as an important element in their career decisions. This study thus sets out to verify the effects of reduced career uncertainty of college students on their career decision-making self-efficacy.

In order to reduce career uncertainty, the investigator implemented a group counseling program for careers whose effectiveness on the reduced career uncertainty of college students was verified. The study selected college students in lower graders(freshmen and sophomores) to participate in the program for the research purpose at S University in Chungcheongnam Province. They were divided into 163 experimental groups and 159 control groups. While the experiment group participated in an 11-session program with a 50-minute session once or twice per week, the control group participated in no programs. A survey was conducted before and after the program, and collected data was put into the paired-sample t-test and covariance analysis with the SPSS Win 23.0 program.

The findings show that the experiment group had reduction effects in all the subfactors of career uncertainty and that the control group showed no statistically significant effects. The experiment group that had reduction effects for career uncertainty made a statistically significant increase in career decision-making self-efficacy, but there were no significant changes to that of the control group. The present study demonstrated that the reduction of career uncertainty as the first measure for the career uncertainty of individuals had positive effects on the enhancement of career decision-making self-efficacy and shed light on causal relations between the reduction of career uncertainty and career decision-making self-efficacy, thus holding its significance. The findings of the study are expected to serve as grounds for plans to provide more effective career decision counseling by examining the relations of psychological factors in college students that have difficulties with their career decisions due to the uncertainty of their future.

KeyWord: Career Uncertainty, Career Decision-Making Self-Efficacy, Career Decision

* First Author & Corresponding Author, SunMoon University, hyekong@sunmoon.ac.kr