

대학생의 진로스트레스가 진로결정 자기효능감, 전공만족도와 진로준비행동에 미치는 영향에 관한 연구

문학선 (경희대학교) · 김양균(경희대학교)**

국문요약

대학생들은 미래의 자신의 직업에 따라 본인의 생활양식과 태도, 가치관까지 변화될 수 있다는 점을 인지하기 때문에 만족스러운 직업을 갖기 위해 노력하게 된다. 하지만 대학생들은 진학 및 취업을 준비하는 과정에서 미결정 상황에 직면하거나 과도한 경쟁 등과 같은 어려움을 겪게 되면서 진로준비행동과 함께 진로스트레스에 노출되어 있는 상황이다. 스트레스는 같은 스트레스를 경험하더라도 사람에 따라 좌절하는 경우도 있지만 주어진 상황에서 성장하고 극복하는 긍정적인 요인으로 작용하기도 하기 때문에 개인의 내적 변수가 중요하다고 할 수 있다.

대학생의 경우 개인의 행동이나 하나의 특성으로 설명되지 못하고 인지적·정서적·행동적 특성들이 복합적으로 작용하여 나타나기 때문에 심리적 특성에 대한 개인차 연구는 여러 가지 요인을 통합하여 차별적 진단을 내리는 것이 중요하다고 할 수 있다. 이처럼 대학생들은 대학생활을 하면서 다양한 경험을 통해 희망하는 직종을 구체화하고 진로를 준비하는 과정에서 매우 열악하고 스스로 진로에 대한 자신의 부족함을 느끼게 된다. 따라서 불안한 현실 속에서 극심한 취업난을 겪고 있는 대학생들에게는 진로를 준비하는 과정에서 겪게 되는 진로스트레스를 극복하고 스스로 긍정적인 의미를 부여할 수 있는 심리적 요인과 행동적 요인과 관련된 연구가 필요하다고 본다.

이에 본 연구에서는 대학생의 진로스트레스, 진로결정 자기효능감, 전공만족도, 진로준비행동에 대한 상관성을 이해할 필요가 있을 것으로 판단되어 각각의 변수가 어느정도로 영향을 미치는지를 파악하고 상관관계를 이해하고자 연구를 진행하였다. 연구결과, 진로스트레스, 진로결정 자기효능감, 전공만족도와 진로준비행동은 상관성이 있으며, 각각의 변수간에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

주제어 : 진로스트레스, 진로결정 자기효능감, 전공만족도, 진로준비행동.

* 제1저자, 경희대학교 경영학과 박사과정; E-mail: hanksun_moon@pharmaessentia.com.

** 교신저자, 경희대학교 경영학과 교수, 서울특별시 동대문구 경희대로 26 경희대학교; E-mail: lukelim@khu.ac.kr; Tel: 02-961-0748; Fax: 02-961-0515.

1. 서론

청년들에게 대학생활 시기는 경제적 독립과 직업선택을 위한 준비기간으로 다양한 역할들의 경험을 통해 진로를 결정하는 시기이기 때문에 중요한 발달과업 과정이라 할 수 있다. 대학생들은 취업에 필요한 스펙을 준비하기 위해 어학연수, 유학, 봉사활동, 자격증 준비 등과 같은 과정을 거치면서 좁은 취업문을 심각하게 받아들이고 있다(천만봉·이종구, 2013; 류정희 2014).

대학생들은 이러한 과정을 거치면서 미래의 자신의 직업에 따라 본인의 생활양식과 태도, 가치관까지 변화될 수 있다는 점을 인지하기 때문에 만족스러운 직업을 갖기 위해 노력하게 된다. 하지만 대학생들은 진학 및 취업을 준비하는 과정에서 미결정 상황에 직면하거나 과도한 경쟁 등과 같은 어려움을 겪게 되면서 진로준비활동과 함께 진로스트레스에 노출되어 있는 상황이다(김경옥·조윤희, 2011; 전찰열, 2013; 김윤경, 2015; 방한승·김영현, 2017).

특히, 취업난이 심해질 경우 진로스트레스에 대한 고통을 호소하는 대학생들이 늘어나게 되는데, 최근 우리나라의 경우 급격한 경제성장과 과학발전의 후유증으로 심각한 경제적 침체기로 들어서면서 취업이 나날히 어려워지고 있는 실정이다. 정부에서도 청년층 취업률을 높이기 위하여 대통령 직속 일자리 위원회를 설치하는 등 청년층의 취업률을 높이기 위한 다양한 방안을 모색하고 있다(김민정·김봉환, 2007; 장계영·김봉환, 2011; 김상식, 2019).

스트레스는 같은 스트레스를 경험하더라도 사람에 따라 좌절하는 경우도 있지만 주어진 상황에서 성장하고 극복하는 긍정적인 요인으로 작용하기도 하기 때문에 개인의 내적 변수가 중요하다고 할 수 있다(Lazarus & Folkman, 1984). 스트레스를 경험한 후 행동에 영향을 많이 미치는 개인의 내적 변수 중 대표적인 요인이 바로 진로결정 자기효능감, 전공만족도와 진로준비행동이라 할 수 있다. 진로결정 자기효능감, 전공만족도와 진로준비행동 높은 사람이 낮은 사람에 비해 진로에 대한 스트레스를 심각하게 여기지 않고 자신의 믿고 적극적인 대처방법을 사용하여 성공적인 결과를 이룰 수 있다(Taylor & Betz, 1983; 김희기·이준재, 2011; 이숙정, 2012; 이미라, 2015; 이정희, 2017; 김상식, 2019).

대학생의 경우 개인의 행동이나 하나의 특성으로 설명되지 못하고 인지적·정서적·행동적 특성들이 복합적으로 작용하여 나타나기 때문에 심리적 특성에 대한 개인차 연구는 여러 가지 요인을 통합하여 차별적 진단을 내리는 것이 중요하다고 할 수 있다(Fuqua et al., 1988; 김봉환·김계현, 1997; 장선철, 2004; 박민지·김계현, 2015; 이호남, 2015).

이처럼 대학생들은 대학생활을 하면서 다양한 경험을 통해 희망하는 직종을 구체화하고 진로를 준비하는 과정에서 매우 열악하고 스스로 진로에 대한 자신의 부족함을 느끼게 된다. 따라서 불안한 현실 속에서 극심한 취업난을 겪고 있는 대학생들에게는 진로를 준비하는 과정에서 겪게 되는 진로스트레스를 극복하고 스스로 긍정적인 의미를 부여할 수 있는 심리적 요인과 행동적 요인과 관련된 연구가 필요하다고 본다.

이에 본 연구에서는 대학생의 진로스트레스, 진로결정 자기효능감, 전공만족도, 진로준비행동

에 대한 상관성을 이해할 필요가 있을 것으로 판단되어 각각의 변수가 어느정도로 영향을 미치는지를 파악하고 상관관계를 이해하는 것을 연구의 주목적으로 하고자 한다. 이와 같은 실증적 연구결과를 바탕으로 대학생들에게 필요한 진로교육 및 상담의 기초 자료로 본 연구의 결과를 제시하고자 한다.

II. 이론적 배경

2.1 진로스트레스(career stress)

대학생과 같은 청년시기는 급속히 변화하는 환경 속에서 자아정체성 확립 및 부모님으로부터의 심리적·경제적 독립 등 다양한 스트레스 경험하는 시기라 할 수 있다. 특히, 진로 또는 취업 문제는 자신의 장래 및 경제적 문제 등 자신의 삶과 직결되는 가장 큰 고민으로 대학생들은 진로를 탐색하고 준비하는 여러 과업을 통하여 스트레스를 경험하게 된다. 더불어 사회적 상황으로 장기간에 걸친 경제 침체로 인한 취업률 감소와 경제시장의 급속한 변화로 불확실한 미래와 무한 경쟁 속에서 높은 진로관련 스트레스를 경험하고 있다(서유진, 2007; 이숙정·유지현, 2008; 이현림 등, 2008; 조민제, 2010; 김민정·양현정, 2015).

진로스트레스란 대학과정 및 졸업생들이 최초 취업준비를 하는 과정에서 경험하게 되는 주관적 스트레스로 취업 실패에 대한 두려움이나 취업 실패가 반복됨에 따라 장기간의 실업상태가 유지되면서 나타나는 정신적·육체적 고통이라 할 수 있다(정의석·노안영, 2001; 김현아, 2006).

진로스트레스에 대한 연구자들에 대한 선행연구를 살펴보면, 다음과 같다.

김동조(2003)는 진로스트레스를 대학생들이 취업에 대한 진로를 탐색하고 결정하며 준비하는 과정에서 받는 스트레스의 정도라 정의하였고, 서유진(2007)은 진로스트레스를 진로를 탐색하고 선택하는 과정과 취업에 따른 준비를 하는 데에 있어서 발생하는 스트레스라 정의하였다.

이현림(2007)은 진로스트레스를 학생들이 진로를 준비하는 과정에서 어려움을 경험하고 다양한 상황을 맞닥뜨리면서 발생한 스트레스라고 정의하였고, Saka et al.(2008)는 진로스트레스를 개인이 진로탐색 및 진로결정 하는 과정에서 경험하는 불안정감과 심리적 긴장상태라 정의하였다.

박희락(2009)은 진로스트레스를 진로와 관련된 내·외적 자원의 부족으로 인하여 개인의 안녕을 위협받는 것이라 정의하였고, 주홍석·정철영(2012)은 진로스트레스를 졸업 후 취업과 진학에 연관된 문제로 인해서 학교생활의 심리적·신체적인 평형상태가 무너지고 위기, 불안 또는 긴장감을 느끼는 상태라 정의하였다.

서정희(2012)는 진로스트레스를 취업을 준비하는 과정에서 진로 미결정으로 인하여 발생하는 정서적 불안을 동반한 심리상태라 정의하였고, 방한승·김영현(2017)은 진로스트레스를 취업준비로 인해 심리적·신체적 부조화를 이루어 불안, 두려움, 걱정 등을 느끼는 상태라 정의하였으

며, 김완기·배기철(2019)는 진로스트레스를 진로를 탐색하고 선택하는 과정과 취업에 따른 준비를 하는 데에 있어서 어려움을 경험하고 다양한 상황을 맞닥뜨리면서 발생하는 불안정감과 심리적 긴장에 의해 발생하는 스트레스라 정의하였다.

대학생들의 진로스트레스는 다섯 가지 하위요인으로 분류되는데, 구체적인 하위요인으로는 진로모호성 스트레스(career ambiguity), 취업압박 스트레스(employment pressure), 진로정보부족(lacking information), 외적갈등(external conflict), 내적갈등(internal conflict)이라 할 수 있다. 요인에 관한 설명은 다음과 같다. 첫째, 진로모호성 스트레스란 대학생 자신의 진로와 적성 간의 갈등이나 미래 직업에 대한 불확실성 때문에 발생하는 스트레스로 미래에 하고 싶은 일이 무엇인지 잘 알지 못하거나 현재 계획하고 있는 진로가 자신이 원하는 것인지에 확신이 없어 받게 되는 스트레스라 할 수 있다. 둘째, 취업압박 스트레스란 취업 준비 과정에 수반되는 어려움에 대한 걱정과 연관된 스트레스로 경쟁률이 높고, 취업 시험에 한번에 통과할 수 있을지에 대한 걱정과 같이 취업준비를 위해 해야 할 일이 너무 많다는 것을 이해할 때 받게 되는 스트레스라 할 수 있다. 셋째, 진로정보부족이란 대학생 자신이 원하는 직업에 대한 정보가 부족하고 타인으로부터 도움을 적절히 얻지 못함으로써 발생하는 스트레스로 직업을 가지기 위해 필요한 자격 등과 같이 무엇이 필요한지에 대한 정보가 부족할 때 받게 되는 스트레스라 할 수 있다. 넷째, 외적갈등이란 부모님을 포함한 주변사람들과의 갈등으로 인해 야기되는 스트레스로 자신의 진로계획에 대하여 부적절하다고 생각할 때 받게 되는 혼란스러움이라 할 수 있다. 마지막으로 내적갈등이란 직업 결정 과정에서 개인이 내적으로 경험하는 갈등으로 안정적인 진로나 불안정한 진로, 또는 진학과 취업 등과 같이 미래의 진로에 대하여 가지게 되는 갈등이라 할 수 있다(김혜정·강유리, 2008; 박희락, 2009; 김정아, 2014; 방한승·김영현, 2017).

2.2 진로결정 자기효능감(career decision making self-efficacy:CDMSE)

진로결정 자기효능감은 Bandura(1977)에 의해 개발된 자기효능감을 Hackett & Betz(1981)가 진로선택상의 제한을 설명하고자 진로부분에 적용하기 시작하면서 발달된 개념이다. 진로결정 자기효능감이란 개인이 진로결정과 관련된 의사결정에서 필요한 과업들을 성공적으로 해결할 수 있다고 느끼는 개인적 능력에 대한 믿음이라 할 수 있다(Hackett & Betz, 1981; Taylor & Betz, 1983). 진로결정 자기효능감은 선천적으로 타고나기보다 후천적인 경험과 노력에 의해 개발되는 요인으로 진로에 대한 주도성 및 자신감을 바탕으로 진로에 대한 과제들을 해결해 나갈 수 있는 출발점이기 때문에 진로의 교육을 통해 진로결정 자기효능감을 증진시키도록 하는 것이 중요하다 할 수 있다(이종찬, 2013; 이현주, 2018).

진로결정 자기효능감에 대한 연구자들에 대한 선행연구를 살펴보면, 다음과 같다.

Solberg et al.(1995)은 진로결정 자기효능감을 다양한 진로 탐색활동을 수행하는데 있어 개인이 갖는 자신감의 정도라 정의하였고, Mazurek & Shoemaker(1997)은 진로결정 자기효능감을 개인이 자신의 진로목표를 성취할 수 있을 것인지에 대한 신념 혹은 유능감이라 정의하였다.

이은경(2001)은 진로결정 자기효능감을 진로결정 관련 행동들과 관련되어 측정할 수 있는 자신감 혹은 확신의 정도라 정의하였고, 이희영(2003)은 진로결정 자기효능감을 개인이 진로결정과 관련된 과제들을 성공적으로 해결할 수 있다고 느끼는 자신의 능력에 대한 자신감 정도라 정의하였다.

이현림(2003)은 진로결정 자기효능감을 개인이 자신이 설정한 목표를 성취할 수 있을 것인지에 대한 신념이라 정의하였고, 김민순(2011)은 진로결정 자기효능감을 자신의 미래직업 세계에 대한 확신이나 결정과 관련된 행동에서 개인 스스로 지각한 성취에 관한 능력이라 정의하였다.

유미정(2008)은 진로결정 자기효능감을 미래에 대해 긍정적 기대를 가능하게 하는 심리적 기제로서, 개인이 진로를 결정해야할 때 필수적 자격요건이라 정의하였고, 허형원·손은령(2011)은 진로결정 자기효능감을 자신이 이루고자 하는 진로목표를 위하여 행동과정을 조직화하고 실행할 수 있다는 자신의 능력에 대한 신념이라 정의하였다.

이종찬(2013)은 진로결정 자기효능감을 진로선택 과정에서 진로결정과 관련된 과제들을 성공적으로 수행할 수 있다고 개인적인 확신성이라 정의하였고, 천태중·이결재(2015)은 진로결정 자기효능감을 개인이 진로결정과 관련된 과제들을 성공적으로 수행할 수 있다고 느끼는 자신감의 정도라 정의하였다.

이정희(2017)는 진로결정 자기효능감을 진로결정과 관련된 과업들을 성공적으로 수행할 수 있다는 개인의 능력에 대한 신념이라 정의하였고, 박선희·전주성(2018)는 진로결정 자기효능감을 갖는 학생들은 본인 스스로 진로결정을 할 수 있는 능력이라 정의하였다.

대학생들의 진로결정 자기효능감은 다섯 가지 하위요인으로 분류되는데, 구체적인 하위요인으로는 자기평가, 정보수집, 목표설정, 진로계획, 문제해결이라 할 수 있다(Taylor & Betz, 1983; 이기학·이학주, 2000; 이은진, 2001; 이종찬, 2013; 전순희·홍지현, 2014; 이현주, 2018). 요인에 관한 설명은 다음과 같다. 첫째, 자기평가란 자신의 능력과 가치 등을 평가하고 평가된 근거를 바탕으로 적성에 맞는 직업을 평가할 수 있는 자기신념을 나타내는 것이라 할 수 있고, 둘째, 정보수집이란 자신의 흥미와 적성에 맞는 직종과 관련된 정보 및 구체적인 조건 등을 탐색할 수 있는 자기신념을 나타내는 것이라 할 수 있다. 셋째, 목표설정이란 자신이 희망하는 진학 및 취업 등에 대하여 합리적으로 선택하고 목표를 설정하는 등에 대한 계획을 설정하고 실천할 수 있다는 자기신념을 나타내는 것이라 할 수 있고, 넷째, 진로계획이란 자신의 미래에 대한 구체적인 계획을 갖고 진학 및 취업 등에 대한 계획을 설정하고 실천할 수 있다는 자기신념을 나타내는 것이라 할 수 있다. 마지막으로 문제해결이란 자신이 희망하는 진학 및 취업을 준비하는 과정에서 난관에 부딪혔을 때 스스로 해결해나갈 수 있다는 자기신념을 나타내는 것이라 할 수 있다.

2.3 전공만족도(major satisfaction)

대학생들의 전공선택은 일반적으로 학업성적이나 적성, 흥미 등과 같은 개인적 요인과 부모 또는 교수와 같은 주변인들에 대한 사회적 인식 등과 같은 환경적 요인들에 의해 선택되어진다. 이처럼 개인적·환경적 요인들의 의해 선택한 학생들의 전공만족도는 진로나 직업을 선택하고

결정하는데 가장 중요한 비중을 차지하는 요인이라 할 수 있다(한예정·이종호, 2013). 또한, 전공만족도는 대학교육의 질을 평가하는 중요한 잣대로 전공교육에 관한 학생들의 만족도를 평가하는 것이라 할 수 있다. 대학교에서는 전공만족도에 관한 연구 및 분석을 통해 교육에 대한 시스템 구축 및 개선에 필요한 기초자료로 활용되어지고 있다(이정희, 2017).

전공만족도란 개인이 설정한 진로나 직업에 대한 기준과 비교하여 현재 자신이 소속한 학과를 평가하는 판단과정의 산물로 전공에 대해 느끼는 학생의 주관적 경험이라 할 수 있으며, 전공만족도는 개인적 특성과 전공을 둘러싼 환경과의 상호작용에 의해 개인마다 다르게 형성되는 것이라 할 수 있다(김계현·하혜숙, 2000).

전공만족도에 대한 연구자들에 대한 선행연구를 살펴보면, 다음과 같다.

Astin(1993)은 전공만족도를 학생들이 해당 전공에 대해 어떻게 느끼는가에 대한 반응이라 정의하였고, 김태희·장경로(2007)는 전공만족도를 전공분야를 선택한 후 학습경험에 대한 평가로 나타나는 감정적 반응이라 정의하였다.

백정희(2007)는 전공만족도를 전공교과를 공부하면서 느끼는 주관적 즐거움과 개인의 미래와 진로에 대한 긍정적 사고가 결합되어 나타나는 결과라 정의하였고, Nauta(2007)는 전공만족도를 전공분야를 공부하면서 느끼게 되는 만족으로 직업인의 직업만족과 같은 의미라 정의하였다.

서민화(2011)는 전공만족도를 자신의 전공에 대한 긍정적 태도로 현재 자신들이 전공하고 있는 전공과목 그 자체와 전공 관련 미래 전망 등에 대하여 얼마나 만족하고 지각하고 있는가에 대한 정도라 정의하였고, 한예정·이종호(2013)은 전공만족도를 개인이 설정한 진로나 직업에 대한 기준과 비교하여 현재 자신이 소속한 학과를 평가하는 판단과정의 산물이라 정의하였다.

Milsom & Coughlin(2015)는 전공만족도를 전공 교육과정에서 마주치게 되는 다양한 활동 및 상황, 대인관계, 경험 등을 통하여 느끼게 되는 학과에 대한 감정의 정도라 정의하였고, 송윤정·조규관(2015)은 전공만족도를 학생이 전공 교육과정에서 개인적으로 느끼게 되는 주관적인 즐거움과 졸업 후의 진로에 대한 긍정적인 사고가 함께 형성되어 나타나는 결과물이라 정의하였으며, 오은영(2019)은 전공만족도를 자신이 소속한 전공에 대해 일반적으로 견지하고 있는 긍정적 또는 부정적인 평가의 정도라 정의하였다.

대학생들의 전공만족도는 세 가지 하위요인으로 분류되는데, 구체적인 하위요인으로는 교과 및 수업만족, 관계만족, 사회인식만족이라 할 수 있다(김계현·하혜숙, 2000; 방효진·박정신, 2014; 정민주·박인혜, 2015; 김혜진·윤혜현, 2016; 황정희 등, 2018). 요인에 관한 설명은 다음과 같다. 첫째, 교과 및 수업만족이란 교수의 커리큘럼 및 수업 분위기 등 전공과목에 대한 습득에 대한 심리상태라 할 수 있다. 둘째, 관계만족이란 교수와 학생 사이에 만남이 용이하고 원활한 의사소통을 통한 전공 및 진로지도에 대한 심리상태라 할 수 있다. 마지막으로 사회인식만족이란 사회나 주변사람들에게 보여지는 전공에 대한 인식으로 전공에 대한 선호도 및 가치에 대한 심리상태라 할 수 있다.

2.4 진로준비행동(career preparation behavior)

진로준비행동은 장기간동안 구체적이고 실제적으로 진로에 대하여 준비하는 행동으로 대학생이 진로성숙이 이루어졌다고 하여도 실제로 행동으로 옮겨지지 않을 경우에는 합리적이고 효율적인 진로목표를 달성하기 어렵기 때문에 진로교육에서 성과 기준점이 되는 요인이라 할 수 있다(김봉환, 1997; 김수리, 2004; 박정희·김홍석, 2009; 김명옥·박영숙, 2012).

진로준비행동은 김봉환·김계현(1997)에 의해 국내에 처음으로 도입된 개념으로 진로준비행동은 진로를 올바르게 결정하고 선택한 진로목표를 실현하기 위해 다양한 진로활동과 진로수행에 필요한 능력을 준비하고 개발하는 행동이라 할 수 있다(Phillips & Pазienza, 1998; 문승태·박미하, 2013; 최윤경·김성희, 2015).

진로준비행동에 대한 연구자들에 대한 선행연구를 살펴보면, 다음과 같다.

Speas(1979)는 진로준비행동을 진로와 관련된 인지과정이 실제 행동으로 전환되는 과정에 관심을 가지는 실제적이고 구체적인 행위의 차원이라 정의하였고, Stumpf et al.(1983)은 진로준비행동을 진로결정이나 진로발달을 목적으로 자기 자신과 직업세계를 이해하기 위하여 직업에 관련된 정보에 접근하려는 인지적·행동적인 활동이라 정의하였다. 김수리(2004)는 진로준비행동을 개인이 선택한 진로목표를 달성하기 위해 구체적으로 행위의 차원이라 정의하였고, 이계경·김동일(2004)은 진로준비행동을 대학 졸업 후 자신이 원하는 회사나 분야에 취업을 목표로 준비해 나가는 일련의 구체적 행위라 정의하였다. 이승구·이계경(2008)은 진로준비행동을 직업탐색 행동과 진로준비행동의 중간활동에 해당하는 개념이라 정의하였고, 서희정·윤명희(2011)은 진로준비행동을 태도적·인지적 차원을 넘어 행동적인 차원의 개념으로 설정된 계획을 수행하는 등 진로 목표를 성취하기 위해 노력하는 실질적인 행동이라 정의하였다.

한예정·이종호(2013)은 진로준비행동을 대학생들이 대학생활 중 취업 가능성을 높이기 위해 직업세계에서 필요한 역량을 준비해 나가는 과정 및 행동이라 정의하였고, 이종찬(2013)은 진로준비행동을 자신에게 적합한 진로분야를 결정하기 위한 준비활동과 탐색 등을 포함하는 일련의 과정이라 정의하였다. 지계웅·한진영(2016)은 진로준비행동을 희망하는 직업의 세계에 종사할 수 있는 능력을 갖추는 준비과정이라 정의하였고, 조영아(2017)는 진로준비행동을 보다 포괄적인 의미에서 진로결정과 준비과정을 포함한 개념이라 정의하였다. 임희정(2018)은 진로준비행동을 정서나 인지적 차원이 아닌 실제적이고 구체적인 행동으로 합리적이고 올바른 진로결정을 위해 수반되어야 하는 행동과 진로결정이 선행된 후에 그 결정사항을 실행하기 위한 구체적인 행위 등이라 정의하였다.

대학생들의 진로준비행동은 세 가지 하위요인으로 분류되는데, 구체적인 하위요인으로는 정보수집활동, 도구준비활동, 목표달성활동이라 할 수 있다(김봉환·김계현, 1997; 유수복, 2013; 이종찬, 2013; 장현지·홍아정, 2014; 강혜순, 2015; 이현주, 2018). 요인에 관한 설명은 다음과 같다. 첫째, 정보수집활동이란 자기 자신의 적성, 성격, 흥미, 능력 등과 같은 자신에 관한 정보와 자신이 관심을 가지고 있는 직업 세계에 대한 현황, 전망, 입사방법, 필수요건, 승진경로, 작업환경 등

과 같은 관심 있는 직업 세계에 관한 정보를 포함하고 있는 정보를 합리적이고 효율적으로 수집하기 위한 행동이라 할 수 있다. 둘째, 도구준비활동이란 자기 자신이 원하는 직업에 도달하기 위해 필요한 장비나 기자재 혹은 교재 등을 구입 등 도구를 갖추는 행동이라 할 수 있다. 셋째, 목표달성활동이란 자기 자신이 원하는 목표를 달성하기 위한 노력으로 목표달성에 필요한 도구와 상호과정으로 필요한 시간과 노력에 투자하는 실제 행동이라 할 수 있다.

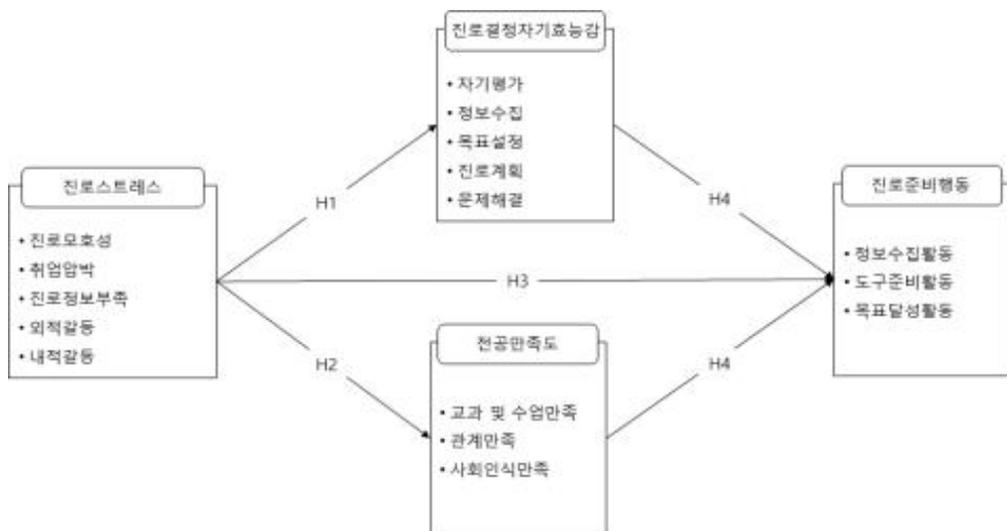
III. 실증연구

3.1 연구방법

본 연구는 2020년 6월 1일~30일까지 30일 동안 전공 대학생을 중심으로 자료를 수집하였다. 첫째, 대학생들의 인구통계학적 특성을 살펴보기 위해 빈도분석(Frequency analysis)을 실시하였다. 둘째, 대학생의 진로스트레스, 진로결정 자기효능감, 전공만족도 및 진로준비행동 측정항목의 신뢰성과 타당성을 검증하기 위하여 신뢰도분석(Reliability analysis)과 요인분석(Factor analysis)을 실시하였다. 셋째, 대학생의 진로스트레스가 진로결정자기효능감, 전공만족도와 진로준비행동에 미치는 영향관계를 살펴보기 위해서 다중 회귀분석을 사용하였다.

3.2 연구과제 및 절차

<그림 1> 연구모형



대학생의 진로스트레스가 진로결정 자기효능감, 전공만족도와 진로준비행동에 미치는 영향 관계를 살펴보기 위해 <그림 1>과 같은 연구모형을 작성하였다.

3.3 연구가설 설정

3.3.1 대학생의 진로스트레스와 진로결정 자기효능감과의 영향관계

진로스트레스와 진로결정 자기효능감과의 관계에 대한 선행연구를 살펴보면 다음과 같다.

Gore & Eckenrode(1994)는 스트레스가 개인의 적응에 직접적으로 영향을 주거나 단일요인에 의해 중재되는 것이 아니라 자기효능감과 같은 조절변수에 의해 완충된다고 주장하였고, Jimmieson(2000)는 고객서비스 담당 직원들을 대상으로 스트레스와 직무적응 간에 미치는 영향에 관한 연구에서 스트레스가 직무적응 간에 자기효능감이 완충작용을 하는 것으로 나타났다고 주장하였다.

이용길·강경희(2011)는 대학생의 취업스트레스와 진로결정효능감 분석에 관한 연구에서 진로결정 자기효능감을 강화시키는 전략을 통하여 취업스트레스를 완화시킬 수 있다고 주장하였고, 이미라(2015)는 대학생의 진로스트레스, 진로선택몰입 및 진로결정 자기효능감과의 관계에 관한 연구에서 진로스트레스가 높을 경우, 진로에 대한 목표를 성공적으로 성취하고 수행할 수 있다는 진로결정 자기효능감을 낮추게 되기 때문에 진로스트레스를 덜 심각하게 인식하고 적극적인 대처 방법을 활용하여야 한다고 주장하였다.

이정희(2017)는 학점은행제 직업전문학교 패션전공 학생을 대상으로 진로스트레스와 진로결정 자기효능감, 학습만족도 및 학습지속의향의 구조적 관계에 관한 연구에서 진로스트레스를 많이 받은 학생일수록 진로결정 자기효능감이 감소되는 것으로 나타났다. 이에 본 연구에서는 선행연구의 결과를 바탕으로 다음과 같이 가설을 설정하였다.

가설 1. 진로스트레스가 진로결정 자기효능감에 부정적(-)인 영향을 미칠 것이다.

3.3.2 대학생의 진로스트레스와 전공만족도와의 영향관계

진로스트레스와 전공만족도와의 관계에 대한 선행연구를 살펴보면 다음과 같다.

강승호(2010)는 대학생의 학업성취와 중도탈락 생각에 영향을 미치는 변인 분석에 관한 연구에서 장래 진로의 불투명성과 전공에 대한 적성의 부적합 문제가 대학생활 만족도를 하락시키는 중요한 요인인 것으로 나타났다고 주장하였고, 유은영·양유정(2013)은 연구에서 진로스트레스와 학과만족도 간에 부정(-)적인 상관관계가 있는 것으로 나타났다고 주장하였다.

윤갑정·차정주(2015)는 예비유아교사를 대상으로 소명감, 진로스트레스, 진로결정 자기효능감

이 학과만족도에 미치는 영향에 관한 연구에서 진로스트레스가 낮을수록 학과에 더욱 만족하는 것으로 나타났다고 주장하였고, 정영희·양진희(2013)는 유아교육전공 졸업예정자를 대상으로 취업스트레스와 전공만족도 및 진로결정 자기효능감에 관한 연구에서 취업스트레스가 학습만족도에 영향을 미치기보다는 전공만족도와 진로결정 자기효능감이 취업스트레스에 영향을 미치는 것으로 나타나기 때문에 자신의 진로를 먼저 결정하고 확고한 목표가 설정되어야 전공만족도가 높고 취업스트레스가 낮게 나타난다고 주장하였다.

이정희(2017)는 학점은행제 직업전문학교 패션전공 학생을 대상으로 진로스트레스와 진로결정 자기효능감, 학습만족도 및 학습지속의향의 구조적 관계에 관한 연구에서 진로스트레스가 높을수록 학습만족도가 더 감소되는 것으로 나타났으며, 졸업예정자를 대상으로 학생들과 교수진이 충분히 상담하고, 면접 시뮬레이션과 같은 실제 도움이 될 수 있는 취업특강을 실시하여 진로스트레스를 낮추는 전략을 수립하여야 한다고 주장하였다. 이에 본 연구에서는 선행연구의 결과를 바탕으로 다음과 같이 가설을 설정하였다.

가설 2. 진로스트레스가 전공만족도에 부정적(-)인 영향을 미칠 것이다.

3.3.3 대학생의 진로스트레스와 진로준비행동과의 영향관계

진로스트레스와 진로준비행동과의 관계에 대한 선행연구를 살펴보면 다음과 같다.

고경필·심미영(2014)은 대학생의 자기효능감, 취업스트레스, 진로성숙 및 진로준비행동의 구조관계 분석에 관한 연구에서 적당한 취업스트레스는 진로준비행동에 도움이 된다고 주장하였고, 최현주(2017)는 성별에 따른 진로동기와 진로준비행동의 관계에서 진로스트레스의 조절효과에 관한 연구에서 높은 수준을 경험한 학생일 경우 제대로 준비를 이행하지 못하는 학생이 있는가 하면, 적절한 수준의 스트레스가 오히려 동기를 촉진하여 진로준비를 열심히 실행하는 효과가 있는 것으로 나타났다고 주장하였다.

임희정(2018)은 대구광역시와 경상북도에 재학하고 있는 대학생을 대상으로 진로장벽이 진로준비행동에 미치는 영향에 관한 연구에서 진로스트레스 요인인 진로보호성, 정보부족과 직업정보에 대한 스트레스가 높을수록 진로준비행동이 낮아지게 된다고 주장하였고, 정윤경·김동심(2018)은 취업스트레스에 대한 진로준비행동과 진로고정신념의 상승효과에 관한 연구에서 취업을 준비하는 개인의 성향에 따라 취업스트레스가 다르게 인식되기 때문에 취업준비행동에 관여할수록 취업스트레스를 높이 지각하는 집단도 있는 반면에 진로에 대한 확신이 강하고 그 확신에 대해 편안하게 인식하는 집단에서는 취업준비행동이 오히려 취업스트레스가 감소하는 것으로 나타났다. 이에 본 연구에서는 선행연구의 결과를 바탕으로 다음과 같이 가설을 설정하였다.

가설 3. 진로스트레스가 진로준비행동에 부정적(-)인 영향을 미칠 것이다.

3.3.4 대학생의 진로결정 자기효능감과 진로준비행동과의 영향관계

진로결정 자기효능감과 진로준비행동과의 관계에 대한 선행연구를 살펴보면 다음과 같다.

김수리(2004)는 부모지지 진로결정 자기효능감 및 역기능적 진로사고가 청소년의 진로발달에 미치는 영향에 관한 연구에서 진로결정 자기효능감이 진로준비행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다 주장하였고, 김선중(2005)은 진로장벽, 희망, 진로결정 자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향에 관한 연구에서 진로결정 자기효능감은 진로준비행동에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다고 주장하였다.

박지은(2005)은 여대생을 대상으로 사회적지지, 진로장벽, 자아정체감 및 진로결정수준의 구조 모형 분석에 관한 연구에서 자기효능감을 높게 지각할수록 자신이 진로를 결정하고 준비하는데 긍정적이고 능동적인 것으로 나타났다고 주장하였고, 조명실(2007)은 청소년을 대상을 자아정체감, 사회적지지, 진로결정 자기효능감이 진로성숙과 진로준비행동에 미치는 영향에 관한 연구에서 진로결정 자기효능감이 높을수록 진로준비행동에 높은 영향을 미치는 것으로 나타났다.

송현심·홍혜영(2010)은 사회적지지, 진로결정 자율성이 진로준비행동에 미치는 영향에 관한 연구에서 진로결정 자기효능감이 높을수록 진로준비행동이 증가하는 것으로 나타났다고 주장하였고, 백사인·김경미(2011)은 대학 졸업반 학생을 대상으로 취업장애 인식에 따른 진로준비행동에 관한 연구에서 남학생보다 여학생이 진로결정 자기효능감이 진로준비행동에 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다고 주장하였으며, 김명옥·박영숙(2012)은 대학생의 진로준비행동과 취업스트레스의 관계에서 진로결정 자기효능감의 조절효과에 관한 연구에서 진로결정 자기효능감이 높고 역기능적 진로 사고가 낮은 청소년들이 진로와 관련된 준비행동을 보다 용이하게 하는 것으로 나타났다고 주장하였다. 이에 본 연구에서는 선행연구의 결과를 바탕으로 다음과 같이 가설을 설정하였다.

가설 4. 진로결정 자기효능감이 진로준비행동에 긍정적(+인 영향을 미칠 것이다.

3.3.5 대학생의 전공만족도와 진로준비행동과의 영향관계

전공만족도와 진로준비행동과의 관계에 대한 선행연구를 살펴보면 다음과 같다.

백경화·유경호(2011)은 경호학 전공 대학생을 대상으로 연구에서 전공이 적성과 잘 부합할 때 더 적극적으로 진로준비행동을 하게 되는 것으로 나타났다고 주장하였고, 정민주·박인혜(2015)는 항공서비스 전공 대학생을 대상으로 전공만족도와 진로성숙도가 취업불안 및 취업준비행동에 미치는 영향에 관한 연구에서 전공만족도 요인 중 사회인식만족과 교과만족이 취업준비행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다고 주장하였다.

송윤정·조규관(2015)는 전공만족도와 학습몰입이 진로결정 자기효능감과 진로준비행동에 미치는 영향에 관한 연구에서 전공만족도 요인 중 일반만족과 사회인식만족이 진로준비행동에 영

향을 미치는 것으로 나타났다고 주장하였고, 황정희 등(2018)은 항공서비스 전공 대학생을 대상으로 전공만족이 취업준비행동에 미치는 영향에 관한 연구에서 전공만족도가 취업준비행동에 부분적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다고 주장하였다. 이에 본 연구에서는 선행연구의 결과를 바탕으로 다음과 같이 가설을 설정하였다.

가설 5. 전공만족도가 진로준비행동에 긍정적(+인 영향을 미칠 것이다.

3.4 주요변수의 설문지 구성

<표 1> 설문지의 구성

설문 항목	문항수	출처	측정척도	
진로스트레스	진로모호성	3	김혜정 · 강유리, 2008; 박희락, 2009; 김정아, 2014; 임희정, 2018	Likert 5점 척도
	취업압박	3		
	진로정보부족	3		
	외적갈등	3		
	내적갈등	3		
진로결정 자기효능감	자기평가	3	Taylor & Betz, 1983; 이기학 · 이학주, 2000; 이은진, 2001; 이종찬, 2013; 전순희 · 홍지현, 2014; 이현주, 2018	Likert 5점 척도
	정보수집	3		
	목표설정	3		
	진로계획	3		
	문제해결	3		
전공만족도	교과 및 수업만족	4	김계현 · 하혜숙, 2000; 방효진 · 박정신, 2014; 정민주 · 박인혜, 2015; 김혜진 · 윤혜현, 2016; 황정희 등, 2018	Likert 5점 척도
	관계만족	4		
	사회인식만족	4		
진로준비행동	정보수집활동	3	김봉환 · 김계현, 1997; 유수복, 2013; 이종찬, 2013; 장현지 · 홍아정, 2014; 강혜순, 2015; 이현주, 2018	Likert 5점 척도
	도구준비활동	3		
	목표달성활동	3		
일반사항	10	성별, 연령, 종교, 학년, 전공, 대학 유형, 소재지, 자격증 보유여부, 성적, 취업 희망여부	명목척도	

IV. 실증분석 결과

4.1 응답자의 인구통계학적 특성

응답자의 인구통계학적 특성을 살펴보면 응답자 대부분이 경영 관련전공자 313명(100.0%)을 대상으로 연구하였다. 성별의 경우 남성 161명(51.4%), 여성 152명(48.6%)으로 어느 정도 비슷한 수준을 유지하려고 노력하였고, 연령의 경우 20~25세 313명(100.0%)으로 취업과 진로에 관심이 높은 학생들이 대부분이었다. 종교의 경우 기독교 73명(23.3%), 무교 175명(55.9%), 불교 31명(9.9%), 천주교 34명(10.9%)으로 나타났고, 성적수준은 상 95명(30.4%), 중 163명(52.1%), 하 55명(17.6%)으로 골고루 반영하도록 노력하였다. 학년의 경우에는 2학년 57명(18.2%), 3학년 65명(20.8%), 4학년 191명(61.0%)으로 학년수준이 높은 응답자를 많이 반영하였고, 전공과 관련된 자격증 보유여부의 경우에는 없음 135명(43.1%), 있음 178명(56.9%)으로 나타났고, 대학소재지의 경우에는 경기도 57명(18.2%), 경상도 12명(3.8%), 서울 186명(59.4%), 충청도 58명(18.5%)으로 나타났다.

<표 2> 응답자의 인구통계학적 특성

항목		빈도	%	항목		빈도	%
전공	경영 관련전공	313	100.0	연령	20~25세	313	100.0
성별	남성	161	51.4	학년	2학년	57	18.2
	여성	152	48.6		3학년	65	20.8
	합계	313	100.0		4학년	191	61.0
종교	기독교	73	23.3		합계	313	100.0
	무교	175	55.9	전공과 관련된 자격증 보유여부	없음	135	43.1
	불교	31	9.9		있음	178	56.9
	천주교	34	10.9		합계	313	100.0
	성적	합계	313	100.0	대학소재지	경기도	57
상		95	30.4	경상도		12	3.8
중		163	52.1	서울		186	59.4
하		55	17.6	충청도		58	18.5
합계		313	100.0	합계		313	100.0

4.2 측정항목의 신뢰성과 타당성 검정결과

4.2.1 진로스트레스 측정항목의 신뢰성과 타당성 검정결과

진로스트레스 측정항목의 신뢰성과 타당성을 검정해 본 결과 진로스트레스 측정항목의 경우 진로보호성, 취업압박, 진로정보부족, 외적갈등, 내적갈등이란 5개 요인으로 묶이고 분류되었다. 77.53%의 설명력을 보이고 KMO와 Bartlett의 검정결과도 유의수준(α) 0.01에서 통계적으로 유

의하기 때문에 타당성이 검정됨을 알 수 있다. 진로스트레스 측정항목의 신뢰성을 검정하기 위한 진로보호성의 Cronbach의 알파 값이 0.92, 취업압박 0.77, 진로정보부족 0.83, 외적갈등의 0.83, 내적갈등 0.78로 0.7이상이기 때문에 신뢰성이 검정됨을 알 수 있다.

<표 3> 진로스트레스 측정항목의 신뢰성과 타당성 검정결과

진로스트레스	외적갈등	진로정보부족	진로보호성	취업압박	내적갈등	공통성	Cronbach의 알파
계획하고 있는 진로(직업)에 대해 주변 사람(부모/친구/교수)들이 부정적으로 생각하고 있어서 고민이다.	0.79					0.76	0.83
계획하고 있는 진로(직업)이 경제적으로 안정적이지 못하여 여러 가지로 갈등을 겪는다.	0.79					0.74	
계획하고 있는 진로(직업)에 대해 부모님과 서로 의견이 달라서 갈등을 겪는다.	0.73					0.73	
진로(직업)과 관련하여 주위에 도움을 받을 사람이 별로 없어서 막막하다.		0.86				0.83	0.87
진로(직업)과 관련하여 필요한 자격 및 대비할 사항에 대하여 잘 몰라서 답답하다.		0.80				0.82	
진로(직업)를 준비하는데 무엇이 필요한지 정보가 부족해서 막막하다.		0.80				0.76	
현재 계획 중인 진로가 내가 원하는 길인지 적성에 맞는지에 대하여 확신이 없어 답답하다.			0.83			0.85	0.92
미래에 무슨 일을 하고 싶은지 잘 몰라 진로를 확실히 정하지 않아 불안하다.			0.82			0.87	
진로를 확실히 정하지 않아 불안하다.			0.77			0.87	
원하는 곳에 취업을 할 수 있을지 걱정이다.				0.86		0.77	0.77
치열한 취업경쟁률이 걱정이다.				0.85		0.75	
학교생활과 취업준비를 같이 병행하다보니 할일이 너무 많아 스트레스이다.				0.76		0.67	
다양한 길이 아닌 한 가지 진로를 정해서 집중해야 한다는 것이 부담이다.					0.78	0.76	0.78
하고 싶은 일이 너무 많아서 진로(직업)을 결정하기 힘들어 스트레스이다.					0.74	0.75	
안정적인 진로(직업)을 선택할지, 불안정하지만 도전적인 진로(직업)을 선택할지가 고민된다.					0.71	0.71	
고유치	2.49	2.48	2.43	2.19	2.04		

4.2.2 진로결정 자기효능감 측정항목의 신뢰성과 타당성 검정결과

진로결정 자기효능감 측정항목의 신뢰성과 타당성을 검정해 본 결과 진로결정 자기효능감 측정항목의 경우 자기평가, 정보수집, 목표설정, 진로계획, 문제해결이란 5개 요인으로 묶이고 분류되었다. 76.29%의 설명력을 보이고 KMO와 Bartlett의 검정결과도 유의수준(α) 0.01에서 통계적으로 유의하기 때문에 타당성이 검정됨을 알 수 있다. 진로결정 자기효능감 측정항목의 신뢰성을 검정하기 위한 자기평가의 Cronbach의 알파 값이 0.80, 정보수집 0.81, 목표설정 0.74, 진로계획 0.73, 문제해결 0.71로 0.7이상이기 때문에 신뢰성이 검정됨을 알 수 있다.

<표 4> 진로결정 자기효능감 측정항목의 신뢰성과 타당성 검정결과

진로결정 자기효능감	자기평가	정보수집	진로계획	목표설정	문제해결	공통성	Cronbach의 알파
직업선택과 관련된 여러 가지 가치들에 대해 우선 순위를 정할 수 있다.	0.79					0.78	0.80
원하는 생활방식이 무엇인지 알 수 있다.	0.78					0.70	
능력을 정확히 평가할 수 있고, 나에게 적합한 직업이 무엇인지 알 수 있다.	0.69					0.64	
관심 있는 직업에 대한 정보를 도서관이나 인터넷에서 찾을 수 있다.		0.87				0.85	0.81
생각하고 있는 직업의 평균 수입과 연봉을 알아 볼 수 있다.		0.84				0.82	
앞으로 5년간의 계획을 세울 수 있다.			0.81			0.79	0.73
선택한 전공을 이수하는데 어떤 교육과정이 필요한지 알 수 있다.			0.76			0.77	
일단 진로 결정을 하고 나면 그것이 잘한 것인지 못한 것인지에 대해 걱정하지 않을 것이다.				0.82		0.76	0.74
여러 가지 진로(직업) 목록들 중에서 내가 원하는 진로(직업) 목표를 선택할 수 있다.				0.64		0.70	
선호하는 나의 생활방식에 맞는 진로를 결정할 수 있다.				0.57		0.77	0.71
처음 선택한 진로(직업)가 만족스럽지 않거나 불가능하다 판단되면 다른 대안들을 생각해 볼 수 있다.					0.90	0.87	

% 누적	20.70	35.88	50.08	63.97	76.29		
KMO와 Bartlett의 검정							
표준형성 적절성의 Kaiser-Meyer-Olkin 측도.	0.89						
Bartlett의 구형성 검정	근사 카이제곱=1693.13, 자유도=66, 유의확률=0.000						

4.2.3 전공만족도 측정항목의 신뢰성과 타당성 검정결과

전공만족도 측정항목의 신뢰성과 타당성을 검정해 본 결과 전공만족도 측정항목의 경우 교과 및 수업만족, 관계만족, 사회인식만족이란 3개 요인으로 묶이고 분류되었다. 78.93%의 설명력을 보이고 KMO와 Bartlett의 검정결과도 유의수준(α) 0.01에서 통계적으로 유의하기 때문에 타당성이 검정됨을 알 수 있다. 전공만족도 측정항목의 신뢰성을 검정하기 위한 교과 및 수업만족의 Cronbach의 알파 값이 0.91, 관계만족 0.93, 사회인식만족 0.84로 0.7이상이기 때문에 신뢰성이 검정됨을 알 수 있다.

<표 5> 전공만족도 측정항목의 신뢰성과 타당성 검정결과

전공만족도	관계만족	사회인식만족	교과 및 수업만족	공통성	Cronbach의 알파
학과는 내가 원하면 언제든지 교수님을 만날 수 있다.	0.88			0.84	0.93
학과는 교수-학생간의 의사소통이 원활하다.	0.83			0.85	
학과는 공부하는 방법이나 내용에 대해 교수님의 조언을 들을 수 있다.	0.81			0.81	
학과는 진로지도가 잘 이루어지고 있다.	0.77			0.80	
학과를 부모님은 멋있게 생각하고 있다.		0.84		0.77	0.84
학과는 많은 사람들이 오고 싶어하는 인기학과이다.		0.78		0.64	
학과를 졸업했다는 배경이 사회생활에서 유리하게 작용할 것이다.		0.77		0.71	
학과에서는 가치 있는 것을 배울 수 있다.		0.63		0.73	
학과는 이론 과목과 실습과목의 비중이 적당하다.			0.84	0.87	0.91
학과의 교과목 편성 및 교과 내용이 만족스럽다.			0.81	0.83	
학과의 수업진행 방식과 학년별 교과목간의 연계성이 만족스럽다.			0.80	0.85	
고유치	3.39	2.68	2.61		
% 분산	30.84	24.40	23.70		

4.2.4 진로준비행동 측정항목의 신뢰성과 타당성 검정결과

진로준비행동 측정항목의 신뢰성과 타당성을 검정해 본 결과 진로준비행동 측정항목의 경우 정보수집활동, 도구준비활동, 목표달성활동이란 3개 요인으로 묶이고 분류되었다. 72.71%의 설명력을 보이고 KMO와 Bartlett의 검정결과도 유의수준(α) 0.01에서 통계적으로 유의하기 때문에 타당성이 검정됨을 알 수 있다. 진로준비행동 측정항목의 신뢰성을 검정하기 위한 정보수집활동의 Cronbach의 알파 값이 0.78, 도구준비활동 0.71, 목표달성활동 0.76으로 0.7이상이기 때문에 신뢰성이 검정됨을 알 수 있다.

<표 6> 진로준비행동 측정항목의 신뢰성과 타당성 검정결과

진로준비행동	목표 달성 활동	정보 수집 활동	도구 준비 활동	공통 성	Cronbach의 알파
앞으로 내가 관심을 가지고 있는 직업(진로)에 입문하기 위해 학원에 다니면서 그 준비를 하고 있다.	0.83			0.69	0.76
깊이 관심을 갖고 있는 업체에 대해 여러 가지 정보(취업방법, 보수, 승진, 전망)를 수집했거나 혹은 그 같은 계획을 세우고 있다.	0.79			0.76	
설정된 진로목표(취업, 진로)을 달성하기 위하여 수행한 일들을 항상 체크하고 있으며, 향후 할 일들에 대해서 구체적으로 계획을 세우고 있다.	0.73			0.71	
관심을 가지고 있는 직업과 진로와 관련된 교육기관 혹은 교육훈련 프로그램 등에 대한 안내책자 및 팸플릿 등을 구입하거나 혹은 읽어 본 적이 있다.		0.88		0.82	0.78
관심을 가지고 있는 직업이나 진로와 관련된 기관을 방문해 보았거나 방문계획은 세운 적이 있다.		0.77		0.71	
주변사람(친구/부모님/교수님)과 나의 적성과 향후 진로(취업) 등에 관해 이야기를 나눈 적이 있다.		0.54		0.58	
적성과 흥미 및 성격 등을 정확히 알아보기 위해 검사를 받아본 적이 있다.			0.87	0.82	0.71
앞으로 내가 관심을 갖고 있는 직업(진로)에 입문하기 위해 준비에 필요한 교재, 참고서적, 기타 등 필요한 기자재 등을 구입하였다.			0.73	0.72	
고유치	2.25	2.08	1.48		
% 분산	28.13	26.06	18.52		
% 누적	28.13	54.19	72.71		
KMO와 Bartlett의 검정					

4.3 가설검정 결과

4.3.1 진로스트레스, 진로결정 자기효능감, 전공만족도가 진로준비행동에 미치는 영향관계

진로스트레스가 진로결정 자기효능감, 전공만족도와 진로준비행동에 미치는 영향관계를 살펴 보기 위해 다중 회귀분석(Multiple regression analysis)을 실시하였다.

가설 1인 진로스트레스가 진로결정 자기효능감에 미치는 영향관계($\beta=-0.35$, $t_{값}=-6.63$, $p_{값}=0.000^{***}$)를 살펴본 결과 유의수준(α) 0.01에서 통계적으로 유의하기 때문에 가설이 채택됨을 알 수 있다. 따라서 진로스트레스가 높아질수록 자기효능감이 감소함을 알 수 있다.

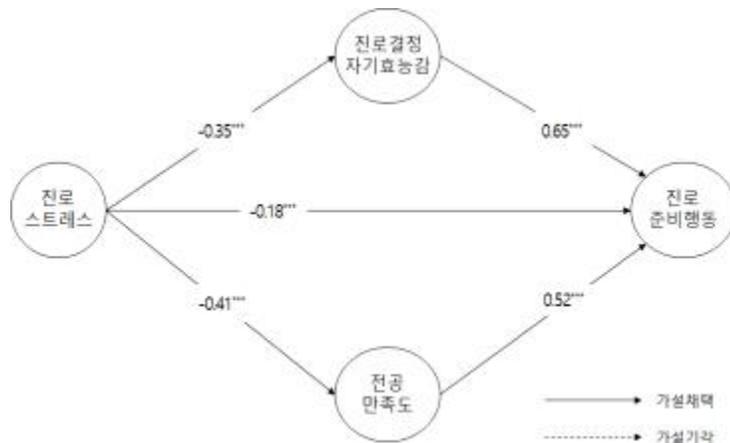
가설 2인 진로스트레스가 진로준비행동에 미치는 영향관계($\beta=-0.18$, $t_{값}=-3.31$, $p_{값}=0.001^{***}$)를 살펴본 결과 유의수준(α) 0.01에서 통계적으로 유의하기 때문에 가설이 채택됨을 알 수 있다. 따라서 진로스트레스가 높아질수록 진로준비행동이 감소함을 알 수 있다.

가설 3인 진로스트레스가 전공만족도에 미치는 영향관계($\beta=-0.41$, $t_{값}=-7.89$, $p_{값}=0.000^{***}$)를 살펴본 결과 유의수준(α) 0.01에서 통계적으로 유의하기 때문에 가설이 채택됨을 알 수 있다. 따라서 진로스트레스가 높아질수록 전공만족도가 감소함을 알 수 있다.

가설 4인 진로결정 자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향관계($\beta=0.65$, $t_{값}=15.12$, $p_{값}=0.000^{***}$)를 살펴본 결과 유의수준(α) 0.01에서 통계적으로 유의하기 때문에 가설이 채택됨을 알 수 있다. 따라서 진로결정 자기효능감이 높아질수록 진로준비행동이 증가함을 알 수 있다.

가설 5인 전공만족도가 진로준비행동에 미치는 영향관계($\beta=0.52$, $t_{값}=10.60$, $p_{값}=0.000^{***}$)를 살펴본 결과 유의수준(α) 0.01에서 통계적으로 유의하기 때문에 가설이 채택됨을 알 수 있다. 따라서 전공만족도가 높아질수록 진로준비행동이 감소함을 알 수 있다.

<그림 2> 진로스트레스, 진로결정 자기효능감, 전공만족도가 진로준비행동에 미치는 영향관계



<표 7> 진로스트레스, 진로결정 자기효능감, 전공만족도가 진로준비행동에 미치는 영향관계

모형	비표준화 계수		표준화 계수 베타	t값	유의확률(p값)	F값	유의확률(p값)	R 제곱	Durbin-Watson
	B	표준오차							
(상수)	4.81	0.11		44.77	0.000	43.96	0.000***	0.12	1.86
진로스트레스	-0.27	0.04	-0.35	-6.63	0.000***				
※ 종속변수 : 진로결정 자기효능감									
(상수)	4.37	0.14		32.11	0.000	10.94	0.001***	0.03	1.76
진로스트레스	-0.17	0.05	-0.18	-3.31	0.001***				
※ 종속변수 : 진로준비행동									
(상수)	5.21	0.13		38.62	0.000	62.25	0.000***	0.17	1.86
진로스트레스	-0.40	0.05	-0.41	-7.89	0.000***				
※ 종속변수 : 전공만족도									
(상수)	0.70	0.22		3.23	0.001	228.73	0.000***	0.42	1.94
진로결정 자기효능감	0.79	0.05	0.65	15.12	0.000***				
※ 종속변수 : 진로준비행동									
(상수)	1.92	0.19		9.92	0.000	112.31	0.000***	0.27	1.85
전공만족도	0.48	0.05	0.52	10.60	0.000***				
※ 종속변수 : 진로준비행동									

※ * : p<0.1, ** : p<0.05, *** : p<0.01

4.3.2 진로스트레스가 진로결정 자기효능감, 전공만족도, 진로준비행동에 미치는 영향관계

진로스트레스인 진로모호성($\beta=-0.16$, p 값=0.039**), 취업압박($\beta=-0.10$, p 값=0.078*), 진로정보부족($\beta=-0.23$, p 값=0.001***), 외적갈등($\beta=-0.06$, p 값=0.434), 내적갈등($\beta=-0.05$, p 값=0.471)이 진로결정 자기효능감에 미치는 영향관계를 살펴본 결과 진로스트레스 중에서 외적갈등과 내적갈등을 제외한 진로모호성, 취업압박, 진로정보부족의 경우가 진로결정 자기효능감에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

진로스트레스인 진로모호성($\beta=-0.14$, p 값=0.088*), 취업압박($\beta=-0.16$, p 값=0.006***), 진로정보부족($\beta=-0.26$, p 값=0.000***), 외적갈등($\beta=0.06$, p 값=0.408), 내적갈등($\beta=0.01$, p 값=0.886)이 진로준비행동에 미치는 영향관계를 살펴본 결과 진로스트레스 중에서 외적갈등과 내적갈등을 제외한 진로모호성, 취업압박, 진로정보부족의 경우가 진로준비행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

진로스트레스인 진로모호성($\beta=-0.23$, p 값=0.003***), 취업압박($\beta=0.05$, p 값=0.358), 진로정보부족($\beta=-0.13$, p 값=0.051*), 외적갈등($\beta=0.00$, p 값=0.963), 내적갈등($\beta=-0.17$, p 값=0.013**)이 전공만족도에 미치는 영향관계를 살펴본 결과 진로스트레스 중에서 취업압박과 외적갈등을 제외한 진로모호성, 진로정보부족, 내적갈등의 경우가 전공만족도에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

<표 8> 진로스트레스가 진로결정 자기효능감, 전공만족도, 진로준비행동에 미치는 영향관계

	표준화 계수	t값	p값	공선성 통계량	
	베타			공차	VIF
진로모호성	-0.16	-2.08	0.039**	0.46	2.17
취업압박	-0.10	-1.77	0.078*	0.83	1.20
진로정보부족	-0.23	-3.41	0.001***	0.59	1.70
외적갈등	-0.06	-0.78	0.434	0.51	1.96
내적갈등	-0.05	-0.72	0.471	0.55	1.82
F값=11.94, 유의확률(p값)=0.000***, R제곱=0.16, Durbin-Watson=1.90					
※ 종속변수 : 진로결정 자기효능감, * : p<0.1, ** : p<0.05, *** : p<0.01					
진로모호성	-0.14	-1.71	0.088*	0.46	2.17
취업압박	-0.16	-2.77	0.006***	0.83	1.20
진로정보부족	-0.26	-3.71	0.000***	0.59	1.70
외적갈등	0.06	0.83	0.408	0.51	1.96
내적갈등	0.01	0.14	0.886	0.55	1.82
F값=6.45, 유의확률(p값)=0.000***, R제곱=0.10, Durbin-Watson=1.75					
※ 종속변수 : 진로준비행동, * : p<0.1, ** : p<0.05, *** : p<0.01					
진로모호성	-0.23	-3.00	0.003***	0.46	2.17
취업압박	0.05	0.92	0.358	0.83	1.20
진로정보부족	-0.13	-1.96	0.051*	0.59	1.70
외적갈등	0.00	0.05	0.963	0.51	1.96
내적갈등	-0.17	-2.50	0.013**	0.55	1.82
F값=14.22, 유의확률(p값)=0.000***, R제곱=0.19, Durbin-Watson=1.82					
※ 종속변수 : 전공만족도, * : p<0.1, ** : p<0.05, *** : p<0.01					

4.3.3 진로결정 자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향관계

진로결정 자기효능감인 자기평가($\beta=0.30$, p 값=0.000***), 정보수집($\beta=0.14$, p 값=0.006***), 목표설정($\beta=0.09$, p 값=0.152), 진로계획($\beta=0.12$, p 값=0.042**), 문제해결($\beta=0.18$, p 값=0.002***)이 진로준비행동에 미치는 영향관계를 살펴본 결과 진로결정 자기효능감 중에서 목표설정을 제외한 자기평가, 정보수집, 진로계획, 문제해결의 경우가 진로준비행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

<표 9> 진로결정 자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향관계

	표준화 계수	t값	p값	공선성 통계량	
	베타			공차	VIF
자기평가	0.30	4.95	0.000***	0.49	2.04
정보수집	0.14	2.77	0.006***	0.67	1.48
목표설정	0.09	1.44	0.152	0.51	1.98

4.3.4 전공만족도가 진로준비행동에 미치는 영향관계

전공만족도인 교과 및 수업만족($\beta=0.08$, $p\text{값}=0.250$), 관계만족($\beta=0.29$, $p\text{값}=0.000^{***}$), 사회인식만족($\beta=0.23$, $p\text{값}=0.000^{***}$)이 진로준비행동에 미치는 영향관계를 살펴본 결과 전공만족도 중에서 수업만족을 제외한 관계만족과 사회인식만족의 경우가 진로준비행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

<표 10> 전공만족도가 진로준비행동에 미치는 영향관계

	표준화 계수	t값	p값	공선성 통계량	
	베타			공차	VIF
교과 및 수업만족	0.08	1.15	0.250	0.47	2.13
관계만족	0.29	4.35	0.000 ^{***}	0.52	1.91
사회인식만족	0.23	3.74	0.000 ^{***}	0.60	1.66

F값=38.92, 유의확률(p값)=0.000^{***}, R제곱=0.27, Durbin-Watson=1.84

※ 종속변수 : 진로준비행동, * : $p<0.1$, ** : $p<0.05$, *** : $p<0.01$

V. 결론 및 시사점

본 연구에서는 대학생의 진로스트레스가 진로결정 자기효능감, 전공만족도, 진로준비행동에 미치는 영향관계를 살펴보고 진로결정 자기효능감과 전공만족도가 진로준비행동에 미치는 영향관계를 살펴보았다.

첫째, 진로스트레스가 진로결정 자기효능감, 진로준비행동, 전공만족도에 미치는 영향관계를 살펴본 결과 부정적(-)인 영향을 미치기 때문에 진로스트레스가 높아지면 진로결정 자기효능감, 진로준비행동, 전공만족도가 모두 감소한다는 것을 알 수 있다. 또한 진로스트레스가 전공만족도가 미치는 영향력이 가장 크고, 진로결정 자기효능감과 진로준비행동 순으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

둘째, 진로결정 자기효능감과 전공만족도가 진로준비행동에 미치는 영향관계를 살펴본 결과 진로결정 자기효능감과 전공만족도가 높아질수록 진로준비행동이 높아짐을 알 수 있다. 또한 진로준비행동에 미치는 영향력은 진로결정 자기효능감이 전공만족도 보다 더 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다.

셋째, 진로스트레스(진로모호성, 취업압박, 진로정보부족, 외적갈등, 내적갈등)가 진로결정 자기효능감에 미치는 영향관계를 살펴본 결과 진로정보부족, 진로모호성, 취업압박 순서대로 진로결정 자기효능감에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 진로정보부족현상이 높아질수록 진로결정 자기효능감이 가장 크게 감소함을 알 수 있다.

넷째, 진로스트레스(진로모호성, 취업압박, 진로정보부족, 외적갈등, 내적갈등)가 진로준비행동에 미치는 영향관계를 살펴본 결과 진로정보부족, 취업압박, 진로모호성 순서대로 진로준비행동

에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서, 진로정보부족현상이 높아질수록 진로준비행동이 가장 크게 감소함을 알 수 있다.

다섯째, 진로스트레스(진로모호성, 취업압박, 진로정보부족, 외적갈등, 내적갈등)가 전공만족도에 미치는 영향관계를 살펴본 결과 진로모호성, 내적갈등, 진로정보부족 순서대로 전공만족도에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서, 진로모호성이 높아질수록 전공만족도가 가장 크게 감소함을 알 수 있다.

여섯째, 진로결정 자기효능감(자기평가, 정보수집, 목표설정, 진로계획, 문제해결)이 진로준비행동에 미치는 영향관계를 살펴본 결과 자기평가, 문제해결, 정보수집, 진로계획 순서대로 진로준비행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서, 자기평가가 높아질수록 진로준비행동이 가장 크게 증가함을 알 수 있다.

일곱째, 전공만족도(교과 및 수업만족, 관계만족, 사회인식만족)가 진로준비행동에 미치는 영향관계를 살펴본 결과 관계만족과 사회인식만족 순서대로 진로준비행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 관계만족이 높아질수록 진로준비행동이 가장 크게 증가함을 알 수 있다.

본 연구의 결과를 바탕으로 다음과 같은 시사점 및 향후 연구방향을 도출하였다.

첫째, 본 연구는 진로스트레스와 진로준비행동의 관계에서 행동적인 측면만을 강조하지 않고 진로결정 자기효능감과 전공만족도와 같은 심리적인 측면도 같이 연구하였다는데 학문적 시사점을 제기하였다고 판단된다. 이를 통해 고등학교와 다른 새로운 학습 환경에 놓인 대학생이 대학생활을 원만하게 적응하기 위해 높은 자기조절학습 활용이 필요한 것으로 사료된다.

둘째, 진로스트레스가 진로결정 자기효능감, 전공만족도, 진로준비행동에 미치는 영향에 관한 선행연구들은 기존에도 있었지만 본 연구에서는 대학생의 진로스트레스, 진로결정 자기효능감, 전공만족도, 진로준비행동 간의 상관관계를 파악함으로써 기존 국내외 선행연구들의 결과와 비교하여 연구를 진행하였다. 그 결과, 대학생들이 진로스트레스를 줄이고 적극적으로 진로 및 취업을 준비하는지를 설명하는 구체적인 연구결과를 제시하였다는데 학문적 시사점을 제기하였다고 판단된다.

셋째, 본 연구의 결과, 진로스트레스가 진로결정 자기효능감, 전공만족도, 진로준비행동에 부정적(-)인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 진로스트레스가 진로결정 자기효능감, 전공만족도, 진로준비행동과 밀접한 관련은 있으나 부정적인 관계에 놓여 있기 때문에 진로스트레스를 조정하면 진로결정 자기효능감, 전공만족도 및 진로준비행동을 한꺼번에 상향 조정이 가능할 것으로 판단된다. 이를 통해 진로스트레스 감소 및 진로준비행동을 높이는데 활용할 수 있는 기초자료를 제공하였다는데 실무적 시사점을 제기하였다고 판단된다.

넷째, 진로스트레스와 진로결정 자기효능감, 전공만족도의 관계에 대한 진로준비행동의 매개효과가 검증된 것은 진로스트레스는 진로준비행동을 감소시킴으로써 진로준비행동을 감소시키는 결과를 초래함을 알 수 있었다.

다섯째, 본 연구는 각 변인들을 측정하기 위해 자기보고식 설문을 진행하였다. 자기보고식 설문은 설문자의 심리상태 및 주관적 성향에 따른 오류가 발생할 수 있기 때문에 향후 연구에서는

심층 인터뷰 또는 관찰을 통한 연구가 필요할 것으로 판단된다.

여섯째, 대학생들은 자신의 성적에 따라 목표설정이나 정보수집호라동 분야에서 차이가 있을 수 있기 때문에 수도권과 지역의 대학교 학생들 간의 특성이 다를 수 있다. 향후 연구에서는 각 지역별 특성을 고려한 연구가 필요할 것으로 판단된다.

일곱째, 본 연구는 특정 학교를 대상으로 설문조사가 이루어지지 않았기 때문에 각 학교의 특성 및 학과, 학년 등과 같은 상태에 따른 차이가 있을 수 있기 때문에 향후 연구에서는 각 학과별, 각 학년별 등의 세부조건을 포함한 연구가 필요할 것으로 판단된다.

참고문헌(References)

- 강승호(2010), “대학생의 학업성취와 중도탈락 생각에 영향을 미치는 변인 분석”, **교육평가연구**, 23(1), 31-33.
- 강혜순(2015), **항공·관광서비스 전공자의 진로장벽이 진로준비행동 유형에 미치는 영향 분석: 학년의 조절효과를 중심으로**, 세종대학교 대학원 박사학위논문.
- 고정필·심미영(2014), “대학생의 자기효능감, 취업스트레스, 진로성숙 및 진로준비행동의 구조관계 분석”, **진로교육연구**, 27(1), 19-38.
- 김경옥·조윤희(2011), “대학신입생의 진로스트레스와 대학생활적응과의 관계에서 자기효능감의 매개 및 조절효과”, **청소년학연구**, 18(4), 197-218.
- 김계현·하혜숙(2000), “대학생의 학과(학부)만족의 요인에 관한 연구”, **상담학연구**, 1(1), 7-20.
- 김동조(2003), **신학학생의 스트레스에 관한 연구: 학교생활, 진로와 취업을 중심으로**, 서강대학교 대학원 석사학위논문.
- 김명옥·박영숙(2012), “대학생의 진로준비행동과 취업스트레스의 관계에서 진로결정 자기효능감의 조절효과”, **청소년학연구**, 19(11), 69-90.
- 김민순(2011), “Holland 진로집단 상담프로그램이 대학생의 진로성숙도 및 진로결정 자기효능감에 미치는 효과”, **지역사회연구**, 19(2), 123-138.
- 김민정·김봉환(2007), “불안과 진로결정자기효능감이 진로결정 수준에 미치는 영향”, **진로교육연구**, 20(1), 13-25.
- 김민정·양현정(2015), “진로준비행동, 취업스트레스, 진로결정수준에 따른 진로준비 유형 탐색”, **상담학연구**, 16(1), 95-110.
- 김봉환·김계현(1997), “대학생의 진로결정수준과 진로준비행동의 발달 및 이차원적 유형화”, **한국심리학회지: 상담과 심리치료**, 9(1), 311-333.
- 김상식(2019), **농업계 특성화고와 마이스티고 학생의 취업스트레스, 셀프리더십, 진로정체감 및 취업준비행동의 구조적 관계**, 순천향대학교 대학원 박사학위논문.
- 김선중(2005), **진로장벽, 희망, 진로결정 자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향**, 홍익대학교 대학원 박사학위논문.
- 김수리(2004), **부모지지 진로결정 자기효능감 및 역기능적 진로사고가 청소년의 진로발달에 미치는 영향**, 홍익대학교 대학원 박사학위논문.
- 김완기·배기철(2019), “진로소명이 자기주도학습능력에 미치는 영향에 있어 진로스트레스의 조절효과에 대한 연구: 환대산업 전공 대학생을 중심으로”, **Tourism Research**, 44(4), 103-128.

- 김윤경(2015), **디자인 전공자의 진로성숙도를 중심으로 한 취업스트레스 영향요인 연구**, 홍익대학교 대학원 박사학위논문.
- 김정아(2014), “비서학 전공생의 진로결정 자기효능감, 취업준비행동, 스트레스 대처방식이 취업스트레스에 미치는 영향”, **비서학논총**, 23(1), 141-164.
- 김태희·장정로(2007), “체육계열 전공 대학생들의 전공 및 학과만족 그리고 대학 및 직업위상에 대한 인식이 전공 관련 직업선택에 미치는 영향”, **한국사회체육학회**, 31, 69-78.
- 김현아(2006), “균형발전특별회계 현황과 발전 방안”, **재정포럼**.
- 김혜정·강유리(2006), “무용전공대학생의 취업스트레스와 진로성숙도의 관계”, **한국무용학회지**, 8(2), 57-64.
- 김혜진·윤혜현(2016), “조리 전공 대학생의 전공만족도가 진로준비행동에 미치는 영향”, **동아시아식생활학회 학술발표대회논문집**, 2016(10), 178.
- 김희기·이준재(2011), “호텔외식조리 전공 대학생의 진로의사결정유형과 자기효능감, 취업기대감, 진로준비행동 연구”, **관광레저연구**, 23(6), 233-251.
- 류정희(2014), “전문대학생들의 진로장벽과 대학생활적응과의 관계: 교수친밀감의 매개효과 및 교수 전문성의 조절효과”, **취업진로연구**, 4(2), 21-37.
- 문승태·박미하(2013), “대학생의 학업적 자기효능감과 진로준비행동과의 관계”, **진로교육연구**, 26(3), 185-204.
- 박민지·김계현(2015), “대학생의 진로발달 변인에 기초한 군집유형별 진로서비스 요구의 차이”, **상담학연구**, 16(4), 193-208.
- 박선희·전주성(2018), “초등학생 자신이 지각하는 경제수준, 진로결정 자기효능감, 부모지지, 진로성숙에 기초한 군집유형별 진로준비행동에서의 차이”, **교원교육**, 34(1), 1-17.
- 박정희·김홍석(2009), “진로장벽이 진로준비행동과 대학생활적응에 미치는 영향”, **청소년학연구**, 16(11), 125-144.
- 박지은(2005), **여대생의 사회적지지, 진로장벽, 자아정체감 및 진로결정수준의 구조모형 분석**, 영남대학교 대학원 박사학위논문.
- 박희락(2009), **대학생의 부적응적 완벽주의를 통한 진로태도성숙의 예측: 진로스트레스 및 스트레스 대처 전략을 중심으로**, 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 방한승·김영현(2017), “진로장벽이 취업스트레스에 미치는 영향에 있어 회복탄력성의 조절효과에 대한 연구”, **Tourism Research**, 42(3), 111-140.
- 방효진·박정신(2014), “미용전공 대학생의 전공만족도가 진로결정효능감에 미치는 영향”, **한국미용학회지**, 20(1), 101-109.
- 백경화·유경호(2011), “경호학전공대학생의 진로장벽과 전공만족도가 진로준비행동에 미치는 영향”, **시큐리티연구**, 2011(29), 117-137.
- 백사인·김경미(2011), “대학 졸업반 학생의 취업장애 인식에 따른 진로준비행동에 관한 연구-진로결정 자기효능감의 매개효과를 중심으로”, **취업진로연구**, 1(2), 91-109.
- 백정희(2007), **대학무용전공자의 신체자신감과 학습태도 및 전공만족의 관계**, 한국체육대학교 대학원 박사학위논문.
- 서민화(2011), **고등학생의 전공 학업성취도 및 전공만족도 상하집단 판별요인 탐색**, 충남대학교 대학원 박사학위논문.
- 서유진(2007), **진로장애와 낙관성이 대학생의 진로결정수준, 진로준비행동, 진로스트레스에 미치는 영향**, 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.

- 서정희(2012), **대학생의 취업스트레스와 자아탄력성이 대학생활적응에 미치는 영향**, 동아대학교 대학원 석사학위논문.
- 서희정·윤명희(2011), “대학생용 진로준비행동검사의 개발 및 진로행동 분석”, **진로교육연구**, 24(3), 117-134.
- 송윤정·조규관(2015), “대학생의 전공만족도와 학습몰입이 진로결정자기효능감 및 진로준비행동에 미치는 영향”, **학습자중심교과교육연구**, 15(4), 355-374.
- 송현심·홍혜영(2010), “사회적지지, 진로결정 자율성이 진로준비행동에 미치는 영향: 진로결정 자기효능감의 매개효과”, **상담학연구**, 11(3), 1325-1350.
- 오은영(2019), **항공서비스전공 대학생들의 전공선택동기가 전공만족과 취업준비행동에 미치는 영향: 멘토링의 조절효과를 중심으로**, 한국항공대학교 대학원 박사학위논문.
- 유미정(2008), “진로장벽, 진로결정 자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향에 관한 연구: 전문대학 비서학 전공생을 중심으로”, **상업교육연구**, 19, 129-153.
- 유수복(2013), “대학생의 진로장벽과 사회적 지지가 진로자기효능감과 진로준비행동에 미치는 영향”, **한국가족복지학**, 19(3), 405-421.
- 유은영·양유정(2013), “대학생의 학과만족도, 진로성숙도의 차이와 진로스트레스에 미치는 영향에 관한 연구”, **디지털복합연구**, 11(12), 557-568.
- 윤갑정·차정주(2015), “예비유아교사의 소명감, 진로스트레스, 진로결정 자기효능감이 학과만족도에 미치는 영향”, **어린이문학교육연구**, 16(4), 567-587.
- 이기학·이기주(2000), “대학생의 진로태도 성숙 정도에 대한 예언변인으로서의 자기효능감 효과검증에 대한 연구”, **한국심리학회지**, 12(1), 127-136.
- 이미라(2015), “대학생의 진로스트레스, 진로선택몰입 및 진로결정 자기효능감과의 관계”, **한국산학기술학회 논문지**, 16(12), 8767-8775.
- 이숙정(2012), “어대생의 심리적 욕구가 진로스트레스를 매개로 진로결정효능감에 미치는 효과”, **아시아여성연구**, 51(1), 103-130.
- 이숙정·유지현(2008), “학생의 학업 진로스트레스와 대학생활적응의 관계에 대한 자기효능감의 매개효과”, **교육심리연구**, 22(3), 589-607.
- 이승구·이제경(2008), “한국 대학생의 취업목표에 따른 취업준비행동 및 첫 직장 만족도 차이”, **진로교육연구**, 21(3), 1-25.
- 이용길·강경희(2011), “대학생의 취업스트레스와 진로결정효능감 분석: 공학 및 사회계열을 중심으로”, **공학교육연구**, 14(2), 60-67.
- 이은경(2001), **자기효능감이 진로발달에 미치는 영향**, 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 이은진(2001), **다재다능한 대학생을 위한 진로 집단상담 프로그램의 효과**, 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 이정희(2017), **진로스트레스와 진로결정 자기효능감, 학습만족도 및 학습지속의향의 구조적 관계: 학점은행제 직업전문학교 패전전공생을 중심으로**, 백석대학교 대학원 박사학위논문.
- 이제경·김동일(2004), “한국대학생의 취업준비행동과 발달적 특성”, **청소년상담연구**, 12(2), 107-123.
- 이종찬(2013), “대학생의 진로결정자기효능감에 관한 이론적 고찰 및 연구성과의 비교분석”, **취업진로연구**, 3(1), 49-66.
- 이현림(2003), “성인여성의 직업가치관과 진로결정 자기효능감이 진로의식성숙 수준에 미치는 영향”, **진로교육연구**, 16(2), 411-444.
- 이현림(2007), **진로상담**, 서울: 양서원.

- 이현림·김순미·천미숙·최숙경(2008), “대학생의 진로장벽 지각, 진로스트레스, 진로발달 및 진로준비행동에 관한 구조적 관계 분석”, **진로교육연구**, 21(4), 59-80.
- 이현주(2018), **외식조리전공 대학생의 전공선택동기 및 진로의사결정이 진로준비행동에 미치는 영향: 진로결정자기효능감을 매개효과로**, 경기대학교 대학원 박사학위논문.
- 이효남(2015), **한국 성인의 지능, 흥미, 성격요인을 결합한 특성복합체의 직업선택 및 직무수행에 대한 타당성 연구**, 숙명여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 이희영(2003), **진로성숙과 상담: 이론 연구 및 적용**, 서울: 학지사.
- 임희정(2018), **대학생들의 진로장벽이 진로준비행동에 미치는 영향: 진로스트레스와 진로탄력성의 매개효과**, 대구한의대학교 박사학위논문.
- 장계영·김봉환(2011), “대학생 진로적응성 척도개발”, **상담학연구**, 12(2), 539-568.
- 장선철(2004), “대학생의 진로결정 유형 분석”, **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 16(3), 553-551.
- 장현지·홍아정(2014), “대학생의 사회적 지지가 진로준비행동에 미치는 영향과 성찰학습의 매개효과”, **직업교육연구**, 33(2), 17-40.
- 전순희·홍지현(2014), “무용 멘토링과 진로결정 자기효능감, 진로준비행동의 관계”, **한국무용과학회지**, 31(2), 121-139.
- 전찬열(2013), “대학생의 진로장벽이 취업스트레스에 미치는 영향: 구직효능감의 매개효과를 중심으로”, **인적자원관리연구**, 20(1), 1-14.
- 정민주·박인혜(2015), “항공서비스 전공 대학생의 전공만족도가 진로준비행동에 미치는 영향에 관한 연구”, **관광레저연구**, 27(1), 213-232.
- 정영희·양진희(2013), “유아교육전공 졸업예정자들의 취업스트레스와 전공만족도 및 진로결정 자기효능감에 관한 연구”, **미래유아교육학회지**, 20(3), 229-248.
- 정윤경·김동심(2018), “취업스트레스에 대한 진로준비행동과 진로고정신념의 상승효과”, **학습자중심교과교육연구**, 18(15), 493-511.
- 정의석·노안영(2001), “대학생의 취업스트레스와 우울증 자아존중감 및 신체건강과의 관계 연구”, **학생생활연구**, 33, 85-101.
- 조명실(2007), **청소년의 자아정체감, 사회적지지, 진로결정 자기효능감이 진로성숙과 진로준비행동에 미치는 영향**, 성균관대학교 대학원 박사학위논문.
- 조민제(2010), “대학생의 진로성숙도가 취업불안과 취업 스트레스에 미치는 영향”, **직업과 고용서비스 연구**, 5(2), 47-60.
- 조영아(2017), “대학생 진로준비행동과 진로개발 관련 심리적 변인에 대한 메타분석”, **진로교육연구**, 30(3), 129-150.
- 주홍석·정철영(2012), “특성화고등학교 학생의 진로결정수준, 진로스트레스 및 문제해결력에 관한 구조방정식 모형”, **농업교육과 인적자원개발**, 44(3), 73-97.
- 지계웅·한진영(2016), “4년제 대학생들의 학년별 취업준비행동 비교연구: C대학을 사례로”, **디지털융복합연구**, 14(6), 33-41.
- 천만봉·이종구(2013), “대졸 취업 예정자들의 스트레스요인에 관한 연구: 진로의식성숙과 자기효능감의 조절효과를 중심으로”. **기업경영연구**, 20(6), 191-214.
- 천태중·이결재(2015), “의료관광 관련 학과 대학생들의 전공선택 동기가 전공만족도 및 진로결정자기효능감에 미치는 영향”, **경영교육연구**, 30(5), 217-242.
- 최윤경·김성희(2015), “대학생 진로준비행동 척도 개발 및 타당화”, **상담학연구**, 13(5), 2085-2097.
- 최현주(2017), “성별에 따른 진로동기와 진로준비행동의 관계에서 진로스트레스의 조절효과”, **여성교육**,

22(3), 445-465.

한예정 · 이종호(2013), “대학생들의 가치관에 따른 전공만족도와 진로성숙도에 관한 연구”, **한국조리학회지**, 19(2), 76-92.

허형원 · 손은령(2011), “제한 중국유학생의 진로장벽, 진로결정 자기효능감, 진로준비행동의 관계”, **진로교육연구**, 24(1), 51-66.

황정희 · 김영택 · 이석근(2018), “항공서비스전공 대학생의 전공만족이 취업준비행동에 미치는 영향: 진로장벽의 조절효과를 중심으로”, **공공정책연구**, 25(1), 157-179.

Astin, A. W.(1993), *What matters in college: Four critical years revisited*, SanFrancisco, CA: Jossey-Bass.

Bandura. A.(1977), “Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioralchange”, *Psychologist Review*, 84(2), 191-215.

Fuqua, D. F., Blum, C. R., & Hartman, B. W.(1988), “Empirical support for the differential diagnosis of career indecision”, *The Career Development Quarterly*, 36(4), 364-373.

Gore, S., & Eckenrode, J.(1994), *Context and process in research on risk and resilience*, In R. J . Haggerty, L. R. Sherrod, N. Garmezy & M. Rutter(Eds.). *Stress, Risk and Resilience in hildren and Adolescents*. N. Y: Cambridge University Press.

Hackett, G. & Betz, N. E.(1981), “A self-efficacy approach to the career development of women”, *Journal of Vocational Behavior*, 18, 26-339.

Jimmieson, N. L.(2000), “Employee reactions to behavioral control under conditions of stress: the moderation role of self-efficacy”, *Work & Stress*, 14(3), 262-280.

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).

Milsom, A., & Coughlin, J.(2015), “Satisfaction with college major: A grounded theory study”, *The Journal of the National Academic Advising Association*, 35(2), 5-14.

Nauta, M. M. (2007), “Assessing college students’ satisfaction with their academic majors”, *Journal of Career Assessment*, 15(4), 446-462.

Phillips, A. D., & Paziienza, N. J.(1998), *History and theory of the assessment of career development and decision making*, In W. B. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Saka, N., Gati, I., & Kelly, K. R.(2008), “Emotional and personality-related aspects of career decision-making difficulties”, *Journal of Career Assessment*, 16, 403-424.

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.

Spea, C. E.(1963), *Career development: Self-concept theory*, New York: College Entrance Examination Board.

Stumpf, S. A., Colarelli, S. M., & Hartman, K.(1983), “Development of the Career Exploration Survey(CES)”, *Journal of Vocational Behavior*, 22(2), 191-226.

Taylor Karen M. & Betz Nancy E.(1983), “Applications of self-efficacy theory to the understanding and treatment of career indecision”, *Journal of Vocational Behavior*, 22(1), 63-81.

A Study on the Effects of Career Stress of College Students on Career Decision Making Self-Efficacy, Major Satisfaction, and Career Preparation Behavior

Hak-sun Moon

Kyung Hee University, Seoul, Korea

Yang-kyun Kim*

Kyung Hee University, Seoul, Korea

Abstract

College students try to get a satisfactory job because they recognize that their lifestyle, attitude, and even values can change depending on their future career. However, college students are exposed to career stress along with career preparation behavior due to difficulties such as facing undecided situations or excessive competition in the course of preparing for graduate school and employment. Individual internal variables can be considered importantly for stress because some people get frustrated and discouraged but some develop and overcome given situations even if they experience the same stress.

Studies on individual differences on psychological characteristics need to combine various factors to make a discriminative diagnosis because it is not explained by individual behavior or by one characteristic of college students but it is presented by a combination of cognitive · emotional · behavioral characteristics. As said, college students embody their desired jobs through various experiences while in college and realize their shortcomings related to career path in the process of preparing for a career.

Therefore, research related to psychological and behavioral factors that help college students to overcome career stress while preparing for their career and can give positive meaning to themselves is considered necessary for college students suffering from a severe employment crisis in unstable reality. Therefore, judging that it is necessary to understand a correlation between career stress, career decision making self-efficacy, major satisfaction, and career preparation behavior of college students, this study was conducted to investigate how much each variable affects and their correlation. As a result, it was identified that there is a correlation between career stress, career decision making self-efficacy, major satisfaction, and career preparation behavior and it was shown to affect between each variable.

* Corresponding Author. Professor, Department of Business Administration, Kyung Hee University, #26 Kyungheedaero, Dongdaemun-gu, Seoul, Korea, 02453; E-mail: lukekim@khu.ac.kr; Tel: +82-2-961-0748; Fax: +82-2-961-0515.

Key Words : Career Stress, Career Decision Making Self-Efficacy, Major Satisfaction, Career Preparation Behavior.
