

대학생의 적극적 대처전략이 진로준비행동에 미치는
영향: 진로결정 자기효능감의 매개효과

Effects of active coping strategy on College Students' Career
Preparation Behavior: The Mediating Effect of Career
Decision-Making Self-Efficacy

윤 지 온 · 강 영 배

부경대학교 교육대학원 외래강사 · 대구한의대학교 청소년교육상담학과 교수

Yun, Jion · Kang, Youngbae

Pukyong National University Graduate School of Education, Lecturer · Daegu
Haany Univ. the Department of Adolescent Education and Counseling, Professor

대학생의 적극적 대처전략이 진로준비행동에 미치는 영향: 진로결정 자기효능감의 매개효과¹⁾

Effects of active coping strategy on College Students' Career Preparation Behavior: The Mediating Effect of Career Decision-Making Self-Efficacy

윤 지 온*²⁾ · 강 영 배**³⁾

Yun, Jion* · Kang, Youngbae**

국 문 요 약

본 연구는 대학생의 진로준비행동에 있어 적극적 대처전략의 영향 관계를 파악하고 그 과정에서 진로결정 자기효능감의 매개효과를 분석하는데 목적을 두고 있다. 이를 위하여 영남지역에 소재한 4년제 대학교에 재학 중인 학생 1,200명을 대상으로 설문지를 배포하였으며, 이들 중 회수된 1,124명의 자료를 토대로 분석 작업을 실시하였다. 수집된 자료는 단계별 회귀분석을 통해 분석하였으며, 주요 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 대학생의 문제 해결중심 대처전략과 사회지지추구 대처전략과 같은 적극적 대처전략은 진로준비행동에 유의미한 작용을 하는 것으로 나타났다. 즉, 대학생이 적극적인 대처전략을 구사할수록 진로준비행동은 활발하게 이루어진다는 것이다. 둘째, 대학생의 진로결정 자기효능감은 진로준비행동에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 진로결정 자기효능감이 높을수록 진로준비행동은 보다 활발하게 이루어진다는 것이다. 셋째, 진로결정 자기효능감은 적극적 대처전략과 진로준비행동의 관계에서 유의미한 매개적 작용을 한다는 것이다. 즉, 적극적 대처전략은 진로준비행동에 직접적인 영향을 미치기도 하지만, 진로결정 자기효능감을 경유하여 진로준비행동에 영향을 미친다는 것이다.

주제어: 대학생, 적극적 대처전략, 진로결정 자기효능감, 진로준비행동

1) 본 논문은 윤지온의 박사학위 논문을 수정, 보완한 것임

2) 부경대학교 교육대학원 외래강사, 청소년학 박사

3) 대구한의대 청소년교육상담학과 교수, 교신저자

I. 서론

최근 사회적으로 4차 산업혁명의 도래가 회자되는 가운데 대학에서의 진로교육도 이에 발맞춰 빠르게 변화하고 있으며, 예측하기 힘든 미래에 유연하게 대처하는 인재양성을 장려하고 있다. 이러한 상황들은 대학생들에게 보다 적극적이며 능동적인 진로준비행동을 요구되고 있다. 일반적으로 진로준비행동(career preparation behavior)이란 자신의 진로와 관련된 인지, 심리 차원이 아닌, 실제적이고도 구체적인 행동 차원으로서 준비하는 모든 포괄적인 활동을 의미한다(김봉환, 1997). 대학생들의 진로준비행동은 자신에게 적합한 직업선택 및 전 생애 방향성을 결정짓는 중요한 실천과정이다. 하지만 사회적 이슈로 대두하는 경기 침체, 청년실업률증가, 과도한 취업경쟁으로 인해 대학생들이 진로결정과정이나 준비과정에서 경험하게 되는 스트레스 수준은 더욱 심각해지고 있다(안세운, 2016). 유나현, 이기학 연구(2009)에서 대학생들은 생애과정 중 미래에 대한 불안이나 진로선택에 대한 고민으로 스트레스를 가장 많이 경험하는 것으로 나타났다. 이러한 스트레스는 정서적 문제(이은희, 2004), 대학생활부적응(김경욱, 조윤희, 2011)을 초래하며, 적극적인 진로준비행동 수행을 어렵게 할 가능성이 크다(김지연, 이주연, 이기학, 2014). 그러므로 대학생들이 제4차 산업혁명시대에 잘 적응하기 위해 필요한 진로준비행동을 실천하기 위해서는 스트레스에 대한 대처방식과 진로결정에 대한 자신감 그리고 진로준비행동 간의 관계를 규명하기 위한 연구가 필요하다.

한편, 우리나라 교육 환경의 특성을 고려할 때 고등학교시기에 이루어져야 할 진로발달 과제들이 대학생 시기로 유예되는 경향을 보인다. 이에, 청소년들에게 있어 진로발달과제들은 대학 진학 이후 수행해야 할 과업이 과중된다. 따라서 대학생들이 자신의 진로를 선택하고 준비하는 과정에서 해결해야 할 과업이 무거워질수록 그들의 진로준비 및 결정에 대한 고민과 갈등은 더욱 더 깊어질 수밖에 없다(윤지은, 2018). 몇몇 선행연구(안선영 외 3명, 2012; 최윤경, 2014; 한주원, 2013)에 따르면, 우리나라 대학생들은 진로준비 및 선택과 관련하여 과중한 스트레스에 시달리고 있음에도 불구하고, 진로준비행동수준은 그다지 높지 않은 것으로 나타났다. 특히 주목할 점은 상당수의 대학생들이 장래 진로에 대해 많은 고민과 걱정을 하고 있지만 자신들의 삶을 긍정적으로 변화시킬 작은 실천조차 제대로 수행하고 있지 못하고 있다는 것이다(Babineaux, Krumboltz, 2013).

개인의 전반적인 사회적 기능은 주로 그 사람이 일상생활의 사건들을 평가하고 대처하는 효율성에 의해 결정된다(Lazarus, 2001). 그러므로 개인의 반응은 스트레스 자체가 아니라 스트레스에 대해 어떻게 대처하느냐에 따라 달라진다(윤지은, 2018). 이는 개인이 스트레스를

어떻게 평가하고 효율적으로 대처하는가를 나타내는 대처전략에 따라 사회적 기능으로써 작용하는 진로준비행동도 다르게 결정된다는 것을 의미한다(최영훈, 박세영, 2016). 특히, 대학생의 경우 스트레스 상황 자체보다 그 상황에 직면했을 때 개인이 사용하는 대처전략이 진로를 결정하거나 준비행동을 실천함에 있어 더 중요하게 작용된다(김이지 외 4명, 2011). 즉, 스트레스에 대한 대처과정을 강조하는 입장에서는 객관적인 상황보다는 개인에 의해 지각된 상황을 중요시하며, 지각된 스트레스 상황과 그에 대한 적응을 매개하는 과정이 대처라고 주장한다(이창호, 김정희, 1988). 다시 말해, 스트레스가 환경이나 개인 내에 있는 것이 아니라 이들의 상호작용의 산물이라고 주장하며, 스트레스를 사람과 환경 사이의 관계적 관점에서 파악해야 한다고 주장했다(Lazarus, 2001).

최근 주목을 받고 있는 상담 및 심리치료의 목표는 개개인이 갖고 있는 잠재된 긍정자원을 이끌어내어 바람직한 방향으로 성장, 변화하도록 도움을 주는 것이다(Seligman, Csikszentmihalyi, 2000). 이러한 개인의 긍정적인 변화과정을 잘 반영한 것이 바로 대처의 개념인 것이다(신혜진, 김창대, 2002). 대처전략(coping strategy)이란 개인이 환경에 적응하고 교류하는 과정에서 생겨나는 부정적인 감정을 다루는 인지적·행동적 노력을 말한다(Lazarus, Folkman, 1984). 한편 Amirkhan(1990)은 스트레스 상황에 처한 피험자들의 대처전략 행동의 연구를 통하여 스트레스 대처전략을 3가지 유형으로 범주화하여 제시하였다. 그가 제시한 유형인 문제해결중심(problem solving)대처, 회피중심(avoidance)대처, 사회지지추구(social support seeking)대처는 광범위한 스트레스 대처기제를 포괄할 수 있는 기본 틀로 지지되어 왔다(신혜진, 김창대, 2002).

대처전략에 대한 선행연구를 살펴보면, 우리나라 대학생들은 대인관계와 진로문제에 관련된 스트레스 상황에서는 주로 적극적 대처전략 가운데 하나인 문제해결중심 대처전략을 사용하는 것으로 밝혀졌다(문태영, 박승환, 2007). 또한 적극적 대처전략의 하위영역을 구성하는 문제해결중심 대처전략과 사회지지추구 대처전략 모두가 스트레스를 해결하기 위한 효율적인 문제해결방식이라고 보고한 연구결과(김정희, 1987)도 있다. 반면, 적극적 대처전략 가운데 사회지지추구 대처전략보다는 문제해결중심 대처전략이 진로를 결정하는데 더욱 효과적이라고 주장한 연구결과(박선희, 박현주, 2009)도 있다. 하지만, 개인의 성격적 특성과 적극적 대처전략과의 관계를 규명한 연구(Lee, 2005)에서는 안정형의 진로선택유형인 경우 불안정형인 경우보다 적극적 대처전략인 문제해결중심 대처전략을 더 많이 사용하고 있다는 점을 확인하였다. 또한 Lee의 연구에 따르면, 이미 진로를 결정한 학생들이라 할지라도 진로를 결정하기 이전의 스트레스 상황에서는 적극적 대처전략 중 사회지지추구 대처전략을 많이 사용하는 것으로 나타났다. 이렇듯 적극적 대처전략과 진로준비행동 사이에

관계들이 일관성 있게 보고되고 있지 않다. 이에 비해 진로미결정 상태의 학생들은 소극적 대처전략인 철회, 거리두기와 같은 정서완화 대처전략, 소망사고 대처전략을 많이 사용하는 것으로 나타났으며(Argyropoulou 외 2명, 2007), 정서완화 대처전략과 소망사고 대처전략과 같은 소극적 대처전략은 진로결정을 어렵게 하는 요인임을 밝힌 연구결과도 있다(변은주, 1999). 위와 같이 적극적 대처전략 중 문제해결중심 대처전략과 진로준비행동 관련 주요연구들은 비교적 정적 관계의 연구결과(김경옥, 류진혜, 2009; 김선중, 2005; 김수리, 2005; 박고은, 이기학, 2007; 박예영, 이동형, 2014; 손은령, 손진희, 2005)를 주장하고 있지만, 적극적 대처전략 중 다른 하위변인인 사회지지추구 대처전략의 영향력은 미비하다는 선행연구(최영훈, 박세영, 2016)도 보고되고 있다. 그러나 위의 선행연구 결과를 종합해 보면 문제해결중심 대처전략과 사회지지추구 대처전략과 같은 적극적 대처전략은 진로결정 자기효능감 및 진로준비행동에 있어 일정 부분 관련성이 있음을 추정해 볼 수 있다.

진로결정 자기효능감은 청소년 진로 관련 연구에서 주요한 변인으로 고려되고 있으며, 독립변인 및 연구대상과 관계없이 전반적으로 진로준비행동과 매우 높은 상관 변인으로 제시되고 있다(강명희 외 3명, 2016; 김진희, 박미진, 2016). 진로결정 자기효능감은 자신이 진로와 관련된 의사결정에서 필요한 과업을 성공적으로 수행할 수 있으리라는 믿음이다(Hackett, Betz, 1981). 즉, 실제 자신의 능력과 상관없이 진로결정 자기효능감은 자신의 진로개발 능력에 대한 기대의 인식수준이다(김태환, 2013; Bandura, 1977). 대학생의 진로결정 자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향에 관해 선행연구를 고찰해 본 결과, 진로결정 자기효능감과 진로준비행동은 상호 긴밀히 연관되어 있고(강명희 외 3명, 2016; 박연진, 심의경, 2016), 진로결정 자기효능감이 높은 대학생은 진로준비행동을 더욱 활발히 하는 경향을 보였다(손은령, 손진희, 2005). 즉, 대학생의 진로결정 자기효능감은 적극적 대처전략과도 관련이 있을 뿐만 아니라(유나현, 이기학, 2009) 진로준비행동에도 유의한 영향을 미치고 있으며(최영훈, 박세영, 2016), 아울러 진로탐색 및 진로결정 과정에 있어 진로결정 자기효능감은 개인의 진로와 관련된 태도와 행동을 변화시키는 중요한 변인으로 보고되었다(최정인, 2007).

이에 본 연구에서는 진로선택 및 진로준비행동을 둘러싼 내적 요인 중 영향력이 높은 것으로 알려진 적극적 대처전략은 진로준비행동에 어떠한 영향을 미치는 지에 대해 살펴보고, 아울러 적극적 대처전략과 진로준비행동의 관계에서 진로결정 자기효능감의 매개효과를 검증하고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 진로준비행동의 개념과 영향요인

1) 진로준비행동의 개념

사람이 살아가면서 직면하게 되는 많은 중요한 일들은 예측 가능한 사건일수도 있으므로 이에 관한 준비도 가능하다(Brown, Heath, 1984). 진로준비행동은 진로결정이라는 목표를 위한 구체적 행위이기 때문에 목표지향행동에 해당하며 행동적 요인으로 볼 수도 있다(주영주 외 2명, 2015). 이는 합리적이고 올바른 진로결정을 위해서 수행해야 하는 행동과 진로결정이 이루어진 이후에 그 결정사항을 시행하기 위한 행위 등을 포함한다(진현정, 2011). 본 연구에서는 진로준비행동을 진로목표 설정 및 달성에 필요한 도구구비활동, 자기 자신 및 직업세계를 이해하기 위한 정보수집활동, 설정된 진로목표의 달성을 위해서 시간과 노력을 투자하는 목표달성활동으로 분류하였다(이종찬, 2013).

진로선택과정에 있어서 실천적인 노력을 의미하는 진로준비행동은 매우 중요하지만, 다른 진로관련 변인에 비해 연구가 부족한 것으로 보인다(윤지은, 2018). 반면에 진로준비행동과 유사한 변인중 하나인 진로탐색에 대한 연구 결과들이 밝혀졌는데, 진로탐색은 직업, 직무 등에 관한 정보를 수집하기 위한 의도적인 행동과 인식을 말하며 정보의 원천은 환경과 자기 자신이다(진현정, 2011). 진로탐색행동은 자신의 직업세계에 관한 정보를 효율적이고 합리적으로 수집하기 위한 활동을 중요하게 다루고 있다는 점에서 진로준비행동의 개념과 유사하다(윤지은, 2018). 이에 비해 진로준비행동의 개념에는 진로를 결정한 후에 자신의 결정을 실행하거나 몰입하는 행동과 여러 경로를 통해 수집한 정보를 이용하여 진로를 결정하거나 진로대안을 줄이려는 행동까지 포함하고 있다(김봉환, 1997). 진로준비행동 측정도구의 문항이 사람들의 진로 혹은 직업을 합리적이고 올바르게 선택하기 위해서 수행해야 하는 활동으로 구성되어 있다는 점에서 진로탐색행동과 차이를 보인다(최동선, 2003).

또한, 개인에게 있어 진로준비행동은 직업탐색행동이나 취업준비행동과도 구분되는 개념으로, 그 가운데 직업탐색행동은 개인이 여러 가지 직업적 선택 사항 가운데 가능한 대안들을 검토하고 확장하며 그중에서 결정을 하는 일련의 과정이라고 할 수 있다. 반면, 취업준비행동은 '직업탐색'보다 좀 더 포괄적인 것으로서 자신의 원하는 직업을 갖기 위해서 혹은 일하고자 하는 회사에 취업하기 위해 필요한 일련의 준비과정을 포함하는 것이다(이제경, 김동일, 2004). 따라서 진로준비행동의 과정은 포괄적인 의미에서 진로결정과 준비과정을

말하는 것으로, 취업준비에만 국한되지 않는다. 취업준비행동은 좀 더 구체화되고 현실적인 측면에서 당면 취업 문제를 해결하기 위한 행동이라면, 진로준비행동은 보다 장기적이고 전반적인 진로의 개념이다(강재연, 2009).

2) 진로준비행동에 영향을 미치는 주요 관련변인들

진로준비행동에 관한 선행연구에서 우리나라 대학생들은 진로준비행동 수준이 전반적으로 낮음을 보여주고 있다(전미애, 2006; 최동선, 2003). 그리하여 대학생들이 진로준비행동을 더 많이 할 필요가 있고 대학의 진로 상담이나 교육에서 행동적 요소가 더 비중 있게 다루어져야 한다고 볼 수 있다(정은희, 2013). 진로준비행동과 관련된 선행연구들을 살펴보면, 진로준비행동과 진로결정 자기효능감(김선중, 2004; 김수리, 2005; 유미정, 최애경, 2008), 진로결정수준(박현주, 김봉환, 2006; 장기명, 1998), 진로장벽(김선중, 2004; 유미정, 최애경, 2008; 최숙현, 2007), 불안(김경태, 2003; 문선아, 2001), 진로성숙도(백남섭, 이보미, 2006; 최숙현, 2007), 성취동기(문선아, 2001) 간의 관계를 규명한 연구들이 있다. 이상과 같이 선행연구들의 결과를 정리해보면, 청소년들이 느끼는 불안, 진로장벽은 진로준비행동에 부정적 영향을 미치며, 진로결정 자기효능감, 진로성숙도, 진로결정수준, 그리고 성취동기는 진로준비행동에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 여겨진다. 또한 합리적 의사결정유형에 속하는 사람들의 진로준비행동 수준이 더 높고(장기명, 1998), 진로결정수준과 진로성숙도가 높을수록 진로준비행동 수준도 높았다(김봉환, 1997; 이지영 외 2명, 2005). 그러나 진로결정과 진로준비행동수준은 서로 상관이 높기는 하지만, 진로발달 과정에서는 인지 및 태도적인 측면이 성숙하다고 해서 반드시 진로준비행동수준도 높은 것은 아니다(이혜정, 2017). 위와 같이 진로준비행동은 진로결정수준이나 진로 미결정과 같은 변인과의 관계만 주로 연구되었고, 스트레스대처 전략과 같은 다른 변인들과 진로준비행동과의 관계에 대한 연구가 부족하기 때문에 진로준비행동에 대한 입체적인 이해가 아직은 어려운 실정이라고 할 수 있다(박고운, 이기학, 2007).

2. 적극적 대처전략의 개념과 영향요인

1) 적극적 대처전략의 개념

대학생은 진로를 준비하는 과정에서 다양한 어려움과 상황에 직면하게 되어 여러 가지 스트레스에 시달리고 있다(이현림, 2007). 스트레스는 불투명한 사회적 상황 속에서 더욱 증가될 것이며, 대학생의 취업과 진로에 직접적인 영향을 줄 수 있다(이현림 외 3명, 2008).

또한 스트레스는 대처방법에 따라 그 영향력이 달라진다고 한다(Brissette 외 2명, 2002; Lazarus, Folkman, 1984). 대학생의 스트레스 요인을 세 가지로 나누어보면, 신체적 조건, 물리적 환경, 사회적 환경, 가정생활 등을 포함하는 환경요인과 성격, 자존심, 기술, 사고방식과 가치 등을 포함하는 개인요인, 그리고 공부나 일, 인간관계 등을 포함하는 환경-개인요인이 있다(조용래 외 2명, 1988). 박선희, 박현주(2009), 이은희(2004) 등의 연구에 따르면, 대학생들의 가장 큰 고민은 '진로 및 직업선택 문제'이며, 그들도 진로 및 직업선택과 관련된 지원을 필요로 하는 것으로 나타났다. 대학생들에게 있어 진로를 결정하고 행동으로 옮기는 과정 중에 생기는 스트레스 상황은 필연적이라고 할 수 있다(이숙정, 유지현, 2009).

스트레스는 개인과 환경 간 상호작용의 결과로, 스트레스를 경험하는 개인이 이를 어떻게 받아들이는가에 따라 행동에 영향을 미치게 된다(Lazarus, 2001). 따라서 스트레스 그 자체보다는 개인이 스트레스에 반응하고 대처하는 방법이 중요하다(Adwin, Revenson, 1987; Lazarus, Folkman, 1984). 같은 스트레스 상황이라도 개인의 인지적인 평가에 따라 적극적으로 대처하는 사람이 있는 반면, 어떤 사람은 회피하려는 경향을 보이기도 한다(황지영, 2015). 그러므로 스트레스 상황은 개인의 내적인 특성과 상황적 조절능력에 따라 능동적으로 대처할 수 있다(Lazarus, Folkman, 1984). 특히 대학생들은 진로에 있어서 다양한 유형의 좌절과 갈등을 경험하곤 하는데, 이를 지각하는 적당한 수준의 스트레스에 의한 자극이 문제에 도전하는 동기로 유발될 수 있다(Deci, Ryan, 2002). 스트레스 사건에 있어 대처전략이 개인의 적응에 많은 영향을 미친다고 하였다(Lazarus, Folkman, 1984). 스트레스가 적당한 수준 이상이 되면 개인은 스트레스를 다루기 위해 자신이 선호하는 대처전략을 사용한다고 하였다(Scheier, Carver, 1985).

또한 대처전략은 스트레스의 상황이나 발생 시기 등에 상관없이 안정적이며 일관적으로 사용되는 경향을 보인다(김정희, 1987). Lazarus, Folkman(1984)은 대처전략을 기능에 따라 문제-집중적 대처(적극적 대처전략)와 정서-집중적 대처(소극적 대처전략)로 구분하였다. 이들이 구분한 두 가지 대처는 기능적 관점을 취하고 있는 것으로 보이는데, 하나는 고통을 야기하는 환경의 문제를 변화시키는 문제-집중적 관점이며, 다른 하나는 문제에 대해 정서적 반응을 통제하는 정서-집중적 관점이라고 할 수 있다. 다시 말해, 대처전략은 문제해결 중심 대처, 사회지지추구 대처와 같은 긍정적 적응과 관련된 적극적 대처와, 정서완화 대처, 소망사고 대처와 같은 소극적 대처전략으로 분류된다. 문제해결중심 대처전략이란 스트레스 상황에서 회피하지 않고 문제 자체에 초점을 맞춰 직접 해결하려고 시도하는 측면으로, 스트레스원에 직면하여 변화시키려는 노력을 말하며 사회지지추구 대처전략은 스트레스 상황을 해결하기 위해 도와주고 지지해줄 사람을 찾는 대처전략, 즉 문제해결을 위해

정서적, 도구적으로 인간이 가지는 기본적인 대인접촉의 요구방식으로, 스트레스 상황을 해결하기 위해 타인의 도움을 요청하는 방식이다(신수경, 2014). 정서완화 대처전략은 스트레스로부터 유발된 감정 상태를 통제하려는 노력을 말하며 소망사고 대처전략은 바람직한 상황을 상상하거나 생각하는 대처전략을 의미한다(유나현, 이기학, 2009).

개인에게 있어 스트레스에 대한 효과적인 대처전략은 상황에 따라 상이하게 작용한다. 따라서 본 연구에서는 사회의 급격한 변화, 새로운 위협으로 여겨지는 끊임없는 직업요구들이 부상하는 제 4차 산업혁명시대에 대학생의 스트레스상황에 긍정적 개입으로 밝혀진 적극적 대처전략을 중심으로 진로결정 자기효능감과 진로준비행동증진에 어떠한 영향을 미치는지 살펴본다. 대학생의 진로준비행동 증진에 도움이 되는 정보를 제공하고자 하였다. 적극적 대처전략은 직접적으로 문제를 다루려는 문제해결중심 대처전략과 스트레스상황에 대하여 정서적 지지나 조언을 찾음으로써 대처하려는 사회지지추구 대처전략으로 구성했다(신혜진, 김창대, 2002).

2) 적극적 대처전략과 진로결정 자기효능감

대처전략과 진로결정 자기효능감 간의 관계를 규명한 선행연구들을 살펴본 결과 주로 진로결정 자기효능감이 스트레스 완충요인 중 개인적 자원으로 학업수행, 대처양식, 동기, 진로문제 등에 영향을 주는 중요한 동기변인으로 간주되어 연구된 결과를 보고하고 있다(Gall 외 2명, 2000; Hackett, Watkin, 1995). 진로스트레스와 진로태도성숙 관계에서 진로결정 자기효능감의 매개효과를 검증한 연구도 있으며(이상희, 2012), 대처전략의 하위 요인 중 문제해결중심 대처전략과 회피중심 대처전략이 진로결정 자기효능감을 매개로 진로결정 수준에 영향을 주는 것으로 나타났다(김이지 외 4명, 2011). 하지만, 유나현, 이기학(2009)의 연구에서는 대학생들이 인지하는 진로장애와 진로결정 자기효능감의 관계에 있어 적극적 대처전략이 부분적 매개 작용을 하는 것으로 나타났으며, 김이지 외 4명(2011)의 연구에서는 대학생의 고학년 집단에서 문제해결 대처전략이 진로결정 자기효능감에 유의한 영향을 주었으나 진로결정수준에는 유의한 영향을 주지 않는 것으로 나타났다. 이처럼 대처전략과 진로결정 자기효능감은 진로발달과정에서 중요한 동기변인으로 작용하고 있으며 특히 진로결정 자기효능감은 스트레스 상황에서 효과적인 전략을 조직하고 이행할 수 있는가에 대한 신념으로 행동이나 행동변화에 중요한 역할을 하고 있다(황지영, 2015).

3) 적극적 대처전략과 진로준비행동

대처전략과 진로준비행동에 대한 선행연구는 부족한 실정이지만, 기존 선행연구들이 진로

준비행동 증진의 효과적인 개입을 위해 대처전략의 영향력에 관심을 기울이고 있으며(강희순, 2010; 류진숙, 2012; 이현림 외 3명, 2008; Pecjak, Kosir, 2007), 진로를 결정했으나 회피하거나 준비행동을 실천하지 못하는 등 다양한 문제에 대한 효과적인 대처전략의 개입의 필요성을 주장하고 있다(김정욱, 류진혜, 2009; 김선중, 2005).

이와 같이 선행연구들은 개인이 스트레스를 잘 극복하고 진로준비행동으로 이끌기 위해 도움을 주는 대안으로 적극적 대처전략의 개입을 시사한다(윤지은, 2018). 선행연구결과를 고찰해 보자면, 적극적이고 문제 중심적인 대처전략은 스트레스가 심리적 기능에 미치는 부정적인 영향을 조절하는 역할을 하는 반면, 회피적이고 소극적인 대처전략은 스트레스를 비효율적으로 다루어 심리적인 부적응을 초래하는 것으로 나타났다(최영훈, 박세영, 2016). 그리고 대처전략이 진로준비행동에 직접적인 영향을 미치는 것으로 밝힌 연구결과(강희순, 2010; 황지영, 고미나, 2015), 자신의 진로관련 과업을 안정적으로 진행하는 대학생은 관련된 스트레스를 보다 더 효과적으로 대처한다고 검증한 결과도 있다(Pecjak, Kosir, 2007).

한편, 진로준비행동과 문제해결중심 대처전략은 정적인 관계를 보고한 연구결과(전미애, 2006)가 대부분이지만 사회지지추구 대처전략은 정적 상관관계를 보고한 연구들도 있고 유의미하지 않은 상관관계를 보고한 연구결과도 발표되어 연구마다 다른 결과를 보였다(유나현, 이기학, 2009). 또한, 강희순(2010), 이현림 외 3명(2008)의 연구에서는 사회 인구학적 변인과 진로에 대한 스트레스 대처전략이 진로준비행동에 유의미한 작용을 하는 것으로 나타났다.

3. 진로결정 자기효능감

1) 진로결정 자기효능감의 개념

진로결정 자기효능감은 Bandura(1977)의 자기효능감 개념이 진로결정과 연계하여 만들어진 개념으로 '진로결정과 관련된 과제들을 성공적으로 완수할 수 있다는 자신감, 즉 진로 선택과정에서 현명한 의사결정을 내릴 수 있는 개인적 확신성'으로 정의된다(Taylor, Betz, 1983). Hackett, Betz(1981)은 자기효능감이 인간행위와 관련된 다양한 심리적 변인을 설명하고 예언할 때 유용하다는 사실에 주목하여 자기효능감 이론을 진로와 직업 관련분야에 적용하였다(김은선, 2017). 즉 자기효능감이 성취행동, 진로결정 그리고 선택한 학문적 진로에서 성공을 결정할 것이라는 가정 하에 진로발달모델에 자기효능감을 중요한 변인으로 포함시킴으로써 처음으로 자기효능감 이론을 진로와 직업분야에 적용하였다(이성식, 2007). 한편, Betz 외 2명(1996)은 진로결정 자기효능감의 하위유형을 자기평가, 정보수집, 목표설정,

계획수립, 문제해결의 5가지로 구성하였다(이은진, 2001).

그들이 제시한 5가지 하위영역의 의미에 대해 살펴보면, 먼저 자신이 관심을 가지고 있는 직업을 찾아내고 그 직업의 조건들을 구체적으로 탐색할 수 있다는 자신감을 의미하는 정보수집, 자신의 학업이나 진로를 후회 없이 결정할 수 있다는 자신감을 의미하는 목표설정, 그리고 진학, 취업 등에 대한 계획을 세우고 실천할 수 있다는 스스로에 대한 믿음을 의미하는 진로계획, 또한 진로상의 난관에 부딪혔을 때 스스로가 헤쳐 나갈 수 있을 것이라는 믿음을 의미하는 문제해결과 자신의 능력과 가치, 욕구 등을 정확히 평가하고 그에 적합한 직업을 평가할 수 있다는 자신감을 의미하는 자기평가이다(양진희, 김봉환, 2008).

진로결정 자기효능감은 진로발달패턴의 개인차(Gianokos, 1999), 특정한 진로의 선택(Lent, Hackett, 1987), 진로탐색행동(Blustein 외 2명, 1989) 등을 설명하는 변인이고, 진로미결정이나 진로탐색 활동, 진로태도(이기학, 이학주, 2000), 직업 흥미(Lenox, Subich, 1994) 등과 의미 있는 관계가 있는 것으로 밝혀졌다(유나현, 이기학, 2005). 특히, 진로결정 자기효능감은 진로와 관련된 결정을 내리는 데 있어 중요한 요인이라는 것이 밝혀졌다(이기학, 이학주, 2000).

또한 진로결정 자기효능감은 진로성숙도, 진로의사 결정원리에 대한 지식, 진로탐색활동 등과 같은 진로 관련 변인을 설명하는데 있어서 통제소재(Luzzo, 1995), 흥미(Lent 외 2명, 1987), 적성(Siegel 외 2명, 1985) 등과 같은 변인들보다 설명력이 우세한 것으로 나타났으며(조성연, 문미란, 2006), 진로결정 자기효능감수준이 높아질수록 진로 의사결정 과제활동을 자신감 있게 수행한다는 연구(김선경, 2017)는 진로결정 자기효능감이 진로발달과 관련된 요인에 핵심적인 영향을 미치는 것으로 밝혀진 결과를 지지한다.

2) 진로결정 자기효능감과 진로준비행동

진로결정 자기효능감과 진로준비행동의 관계를 밝힌 선행연구를 살펴보면, 진로결정 자기효능감과 진로준비행동의 정적인 상관관계를 검증한 연구결과가 있다(김선중, 2005). 이기학, 이학주(2000), 그리고 오은주(2013), 이광희(2008), 송현심, 홍혜영(2010), Lent 외 2명(2000)의 연구에서도 대학생의 진로결정 자기효능감이 높을수록 적극적인 준비행동을 취하는 것으로 나타났다. 또한 진로결정 자기효능감이 진로준비행동 및 진로성숙에 유의한 영향을 미치는 결과를 보여준 연구(김수리, 2005), 대학생의 진로발달에서 진로결정 자기효능감은 긍정적인 영향을 미친다고 검증한 Hackett, Betz(1981), Taylor, Betz(1983)의 연구결과도 있다.

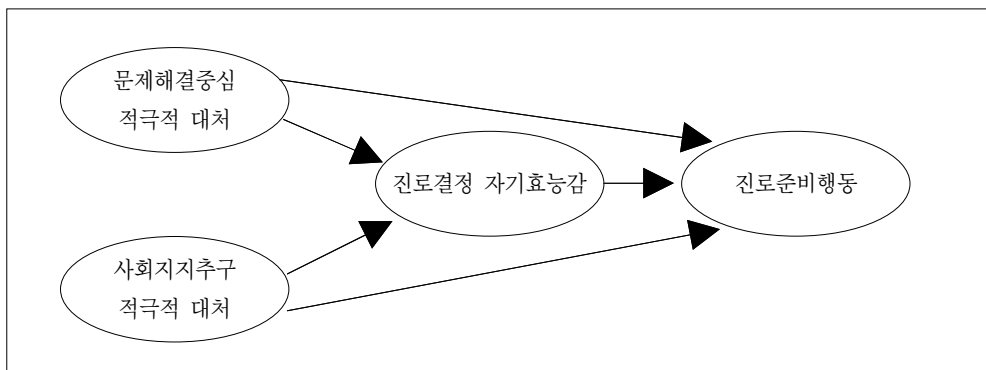
한편, 이성식(2007), 최미란(2006), 진현정(2011) 등의 연구에서는 진로결정 자기효능감과

진로장벽의 관계에 있어 진로결정 자기효능감이 진로장벽에 부정적 영향을 미치며, 진로발달이나 진로준비행동에도 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 김선중(2005), 김수리(2005), 손은령, 손진희(2005), 유미정, 최애경(2008), 진현정(2011) 등의 연구에서는 진로결정 자기효능감 수준이 높은 대학생들이 보다 적극적으로 진로준비행동을 하는 경향을 보였다. 또한, 자율성 수준이 높은 동기요인일수록 자기효능감의 매개효과가 중요하다는 것을 의미하는 연구로써 진로결정 자율성 및 네 가지 유형의 동기와 진로준비행동 사이의 관계에서 진로결정 자기효능감의 매개효과를 검증한 연구결과도 발표하였다(박고운, 이기학, 2007). 또한, 진로결정 자기효능감이 진로준비행동에 가장 중요하다고 밝힌 연구(금지현, 2012), 자아정체감과 진로준비행동 간의 관계에서 진로결정 자기효능감을 매개로 하여 진로준비행동에 영향을 미치고, 진로준비행동의 하위요인 중 계획수립과 직업정보수집 요인에 유의한 영향을 미치는 것으로 보고한 연구도 있다(조명실, 최경숙, 2007).

Ⅲ. 연구 모형 및 가설

1. 연구모형

본 연구의 기본가설은 대학생들이 취하는 적극적 대처전략과 진로준비행동의 관계에 있어 진로결정 자기효능감이 매개변인의 역할을 한다는 것이다. 본 연구의 모형은 아래의 <그림 1>과 같다.



<그림 1> 연구모형

2. 연구가설

본 연구에서 대학생의 적극적 대처전략과 진로준비행동 간의 관계에서 진로결정 자기효능감의 매개효과가 어떠한지를 알아보기 위하여 설정한 가설은 다음과 같다

첫째, 대학생의 적극적 대처전략 중 문제해결중심 대처전략은 진로준비행동에 유의미한 작용을 할 것이고 대학생의 적극적 대처전략 중 사회지지추구 대처전략은 진로준비행동에 유의미한 작용을 할 것이다.

둘째, 대학생의 진로결정 자기효능감은 진로준비행동에 유의미한 작용을 할 것이다.

셋째, 대학생의 적극적 대처전략과 진로준비행동의 관계에서 진로결정 자기효능감은 매개적 역할을 할 것이다.

IV. 연구 방법

1. 연구대상

본 연구대상은 영남 지역에 소재한 4년제 대학교(국립대학 4개소, 사립대학 8개소)에 재학 중인 대학생을 대상으로 회수율과 무응답자료 등을 고려하여 1,200명을 무작위 표집하여 2017년 9월 6일부터 12월 7일에 자기보고식 설문지를 연구자가 직접 배포, 회수하였다.

<표 1> 자료처리 대상자의 인구통계학적 특성

인구통계학적 특성		빈도(명)	비율(%)
성별	남자	660	58.7
	여자	464	41.3
전공계열	인문/사회	549	48.8
	자연/공학	293	26.1
	기타	282	25.1
학년	1학년	326	29.0
	2학년	321	28.6
	3학년	311	27.7
	4학년	166	14.8
전체		1,124	100.0

그 가운데 미회수 및 응답이 불성실한 76부를 제외한 1,124부를 자료처리에 이용하였다. 이와 같이 표집 된 자료처리 대상자의 집단별 특성은 위 <표 1>과 같다.

2. 측정도구

본 연구에서 사용한 측정도구는 적극적 대처전략 척도(22문항), 진로결정 자기효능감 척도 (25문항), 진로준비행동 척도 (18문항)이며, 자기기입식 방법을 통해 측정하였다. 측정도구의 구성 및 출처는 다음과 같다.

1) 적극적 대처전략

적극적 대처전략을 측정하기 위하여 신혜진, 김창대(2002)이 Amirkhan(1990)의 스트레스 대처전략 질문지(Coping Strategy Indicator, CSD)를 국내 실정에 맞게 번안하여 수정작업을 거친 한국판 스트레스 대처전략 척도(K-CSD)를 사용하였다. 본 연구에서는 스트레스 대처전략 척도 가운데 적극적 대처전략에 해당하는 문제해결중심 대처와 사회지지추구 대처를 사용하였음, 총 11개 문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(5점)'로 반응하는 Likert식 5점 척도로 구성하였고, 전체 적극적 대처전략의 신뢰도(Cronbach's α)는 .94로 나타났다, 하위 영역별 문항구성 및 신뢰도 값은 아래의 <표 2>와 같다.

<표 2> 적극적 대처전략의 문항구성 및 신뢰도

하위요인	문항 수	Cronbach's α
문제해결중심 대처	11	.91
사회지지추구 대처	11	.93
	22	.94

2) 진로결정 자기효능감

진로결정 자기효능감을 측정하기 위하여 이은진(2001)이 사용한 척도를 사용하였다. 이 척도는 Taylor·Betz(1983)가 개발한 진로결정 자기효능감 척도 (Career Decision Making Self-Efficacy Scale: CDMSES)를 토대로 Betz·Voyten(1997)가 제작한 CDMSES-SF(Career Decision-Making Self-Efficacy Scale Short Form)를 번안한 것이다. 본 척도는 자기평가, 정보수집, 목표설정, 계획수립, 문제해결의 5개 하위영역으로 구성되어 있으며, 각 하위영역은

각각 5개의 문항으로 이루어져 있다. 본 연구에서 사용한 응답형식은 Likert식 5점 척도이다. 측정 도구의 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .94이며, 하위요인별 신뢰도 값은 아래의 <표 3>과 같다.

<표 3> 진로결정 자기효능감의 문항구성 및 신뢰도

하위요인	문항 수	Cronbach's α
자기평가	5	.71
정보수집	5	.81
목표설정	5	.78
계획수립	5	.81
문제해결	5	.88
	25	.94

3) 진로준비행동

본 연구에서는 대학생의 진로준비행동을 측정하기 위해서 임은미, 이명숙(2003)이 사용한 척도를 사용하였다. 이 척도는 김봉환(1997)의 진로준비행동검사를 수정, 보완한 것이다. 본 척도에서는 김봉환이 개발한 척도에 '지난 몇 주 동안 나는 내가 관심을 가지고 있는 직업이나 진로와 관련된 자료를 인터넷을 통해 탐색해 보았다'와 '지난 몇 개월 동안 나는 진로문제를 상담하기 위하여 진로지원센터 또는 그 밖의 상담기관을 방문한 적이 있다'의 2개 문항을 추가하였다. 본 척도는 정보수집활동, 도구준비활동, 목표달성활동의 3가지 하위요소로 구성되어 있으며, Likert식 5점 척도로 응답하도록 하였다. 진로준비행동의 전체신뢰도(Cronbach's α)는 .91로 나타났으며, 하위 영역의 구성 및 신뢰도 값은 <표 4>와 같다.

<표 4> 진로준비행동의 문항구성 및 신뢰도

하위요인	문항 수	Cronbach's α
정보수집	6	.81
도구준비	5	.79
목표달성	7	.86
	18	.91

V. 연구 결과

1. 대학생의 적극적 대처전략과 진로결정 자기효능감 및 진로준비행동 관계

<표 5> 연구변수의 기술통계 및 변수 간의 상관관계(N=1124)

	1	2	3	4	5
1 적극적 대처전략(전체)	-				
2 문제해결중심 대처	.64**	-			
3 사회지지추구 대처	.88**	.48**	-		
4 진로결정 자기효능감	.72**	.73**	.52**	-	
5 진로준비행동	.56**	.54**	.43**	.64**	-
<i>M</i>	3.65	3.65	3.66	3.60	3.44
<i>SD</i>	.58	.63	.71	.56	.64

** $p < .01$

변인들 간의 상관관계를 알아보고, 변인들의 평균과 표준편차를 알아보기 위해 pearson 상관계수 산출 및 기술통계 분석을 실시하였다. 먼저 대학생의 적극적 대처전략과 진로결정 자기효능감과의 관계를 살펴보면, 적극적 대처전략 전체는 진로결정 자기효능감과 유의한 정적상관을 보이는 것으로 나타났다($r=.72, p<.01$). 적극적 대처전략의 하위 요인과 진로결정 자기효능감과의 관계를 살펴보면 문제해결중심 대처와 진로결정 자기효능감($r=.73, p<.01$), 사회지지추구 대처와 진로결정 자기효능감($r=.52, p<.01$) 모두 유의한 정적상관을 보였다. 다음으로 대학생의 적극적 대처전략과 진로준비행동과의 관계를 살펴보면, 적극적 대처전략 전체는 진로준비행동과 유의한 정적상관을 보이는 것으로 나타났다($r=.56, p<.01$).

적극적 대처전략의 하위 요인과 진로준비행동과의 관계를 살펴보면 문제해결중심 대처와 진로준비행동($r=.54, p<.01$), 사회지지추구 대처와 진로준비행동($r=.43, p<.01$) 모두 유의한 정적상관을 보였다. 마지막으로 진로결정 자기효능감과 진로준비행동의 관계를 살펴보면 진로결정 자기효능감은 진로준비행동($r=.64, p<.01$)과 유의한 정적상관을 보였다. 이러한 내용은 <표 5>에 제시하였다.

2. 대학생의 적극적 대처전략과 진로결정 자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향

대학생의 적극적 대처전략이 진로준비행동에 미치는 영향을 알아보기 위해 회귀분석을 실시한 결과는 아래의 <표 6>과 같다.

<표 6> 적극적 대처전략이 진로준비행동에 미치는 영향

종속변인	독립변인	β	R^2	F	Durbin-Watson
진로 준비행동	적극적 대처전략	.561***	.315	516.227***	1.778
	문제해결중심 대처	.541***	.293	464.801***	1.757
	사회지지추구 대처	.432***	.187	258.164***	1.690

*** $p < .001$

<표 6>에서 보는 바와 같이 독립변수를 적극적 대처전략으로 하고, 진로준비행동을 종속변수로 한 회귀식과 회귀식의 계수의 유의성을 판단하면 모두 $p < .001$ 의 유의수준 내에 있으므로 유의한 것으로 판단할 수 있다. <표 6>에서 제시한 바와 같이 대학생의 적극적 대처전략은 진로준비행동을 31.5% 설명하였다. 적극적 대처전략의 하위요인 각각이 진로준비행동을 설명하는 정도를 파악했을 때 문제해결중심 대처($\beta = .541$)가 사회지지추구 대처($\beta = .432$)보다 진로준비행동을 예측하는 정도가 높았다. 이는 진로를 준비함에 있어 발생하는 스트레스를 문제해결 중심으로 대처할 때 진로준비행동 수준이 더 높아짐을 시사한다.

<표 7> 진로결정 자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향

종속변인	독립변인	β	R^2	F	Durbin-Watson
진로 준비행동	진로결정 자기효능감	.643***	.413	788.855***	1.804

*** $p < .001$

<표 7>에서 제시한 바와 같이, 독립변수를 진로결정 자기효능감으로 하고, 진로준비행동을 종속변수로 한 회귀식과 회귀식의 계수의 유의성을 판단하면 $p < .001$ 의 유의수준 내에 있으므로 유의한 것으로 판단할 수 있다. <표 7>에서 제시한 바와 같이 대학생의 진로결정 자기효능감은 진로준비행동을 41.3% 설명하였다.

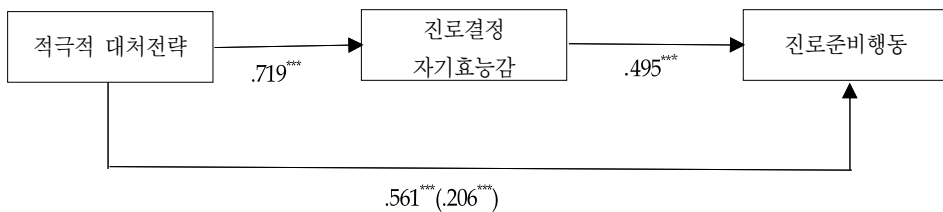
3. 대학생의 적극적 대처전략이 진로준비행동에 미치는 영향에서 진로결정 자기효능감의 매개효과

대학생의 적극적 대처전략이 진로준비행동에 미치는 영향에서 진로결정 자기효능감의 매개효과가 있는지를 분석한 결과는 아래 <표 8>, <그림 2>와 같다. <표 8>에서 보는 바와 같이 독립변인, 매개변인, 종속변인 간 Durbin-Watson 값이 각각 1.795, 1.778, 1.828로 2에 가까우므로 다중공선성이 없는 것으로 나타났다. 적극적 대처전략을 독립변인, 진로준비행동을 종속변인으로 두고 분석한 결과, 2단계에서 적극적 대처전략의 β 값은 .561이었고, 3단계에서 매개변인인 진로결정 자기효능감을 통제하였을 때 적극적 대처전략의 β 값은 .206이었으며, 통계적으로 유의하기 때문에 이는 부분매개 효과가 있다는 것을 의미한다. 또한 진로결정 자기효능감의 β 값이 .495($p < .001$)로 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

<표 8> 대학생의 적극적 대처전략이 진로준비행동에 미치는 영향에서 진로결정 자기효능감의 매개효과

단계	종속변인	독립변인	β	R^2	F	Durbin-Watson
1 (독립→매개)	진로결정 자기효능감	적극적 대처전략	.719***	.517	1199.095***	1.795
2 (독립→종속)	진로준비행동	적극적 대처전략	.561***	.315	516.227***	1.778
3 (독립, 매개→종속)	진로준비행동	적극적 대처전략 진로결정 자기효능감	.206*** .495***	.433	428.602***	1.828

*** $p < .001$



Sobel Test Statistic $Z=14.17, p < .001$

<그림 2> 적극적 대처전략과 진로준비행동 관계에서 진로결정 자기효능감의 매개효과

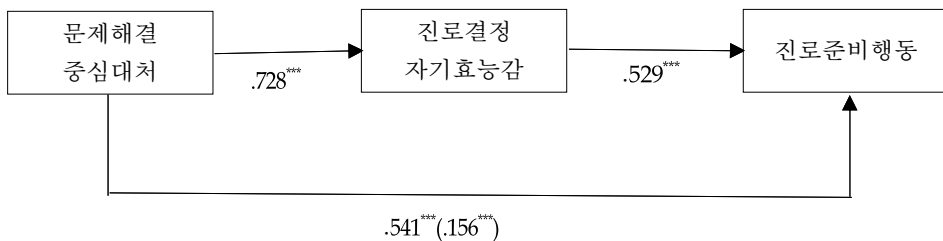
매개효과를 검증하기 위해 Sobel test를 실시한 결과, Sobel의 Z값은 14.17로 적극적 대처전략과 진로준비행동 관계에서 진로결정 자기효능감의 부분매개효과는 $p < .001$ 수준에서 유의한 것으로 나타났다.

대학생의 문제해결중심 대처전략이 진로준비행동에 미치는 영향에서 진로결정 자기효능감의 매개효과를 분석한 결과는 아래 <표 9>, <그림 3>과 같다. <표 9>에서 보는 바와 같이 독립변인, 매개변인, 종속변인 간 Durbin-Watson 값이 각각 1.793, 1.757, 1.817로 2에 가까우므로 다중공선성이 없는 것으로 나타났다. 진로준비행동을 종속변인으로 두고 분석한 결과, 2단계에서 문제해결중심 대처의 β 값은 .541이었고, 3단계에서 매개변인인 진로결정 자기효능감을 통제하였을 때 문제해결중심 대처의 β 값은 .156이었으며, 이는 부분매개효과가 있다는 것을 의미한다. 또한 진로결정 자기효능감의 β 값이 .529($p < .001$)로 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 매개효과를 검증하기 위해 Sobel test를 실시한 결과, Sobel의 Z 값은 14.73으로 문제해결중심 대처전략과 진로준비행동 관계에서 진로결정 자기효능감의 부분매개효과는 $p < .001$ 수준에서 유의한 것으로 나타났다.

<표 9> 대학생의 문제해결중심 대처전략이 진로준비행동에 미치는 영향에서 진로결정 자기효능감의 매개효과

단계	종속변인	독립변인	β	R^2	F	Durbin-Watson
1 (독립→매개)	진로결정 자기효능감	문제해결중심 대처	.728***	.530	1264.941***	1.793
2 (독립→종속)	진로준비행동	문제해결중심 대처	.541***	.293	464.801***	1.757
3 (독립, 매개 →종속)	진로준비행동	문제해결중심 대처 진로결정 자기효능감	.156*** .529***	.424	413.124***	1.817

*** $p < .001$



Sobel Test Statistic $Z=14.73$, $p < .001$

<그림 3> 문제해결중심 대처와 진로준비행동 관계에서 진로결정 자기효능감의 매개효과

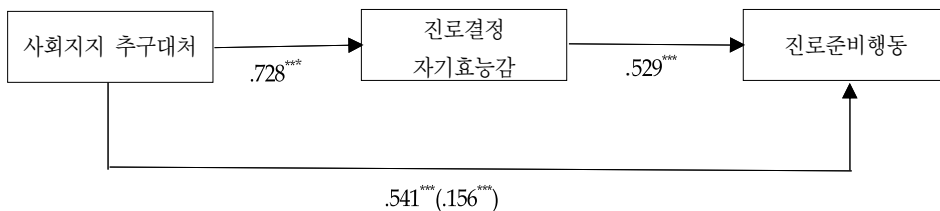
대학생의 사회지지추구 대처전략이 진로준비행동에 미치는 영향에서 진로결정 자기효능감의 매개효과가 있는지를 분석하기 위해 Baron & Kenny(1986)의 매개효과 분석을 실시하였으며, 분석한 결과는 아래 <표 10>, <그림 4>와 같다.

<표 10> 대학생의 사회지지추구 대처전략이 진로준비행동에 미치는 영향에서 진로결정 자기효능감의 매개효과

단계	종속변인	독립변인	β	R^2	F	Durbin-Watson
1 (독립→매개)	진로결정 자기효능감	사회지지추구 대처	.523***	.273	422.028***	1.704
2 (독립→종속)	진로준비행동	사회지지추구 대처	.432***	.187	258.164***	1.690
3 (독립, 매개→종속)	진로준비행동	사회지지추구 대처 진로결정 자기효능감	.133*** .573***	.426	415.412***	1.819

*** $p < .001$

<표 10>에서 보는 바와 같이 독립변인, 매개변인, 종속변인 간 Durbin-Watson 값이 각각 1.704, 1.690, 1.819로 2에 가까우므로 다중공선성이 없는 것으로 나타났다. 진로준비행동을 종속변인으로 두고 분석한 결과, 2단계에서 사회지지추구 대처의 β 값은 .432이었고, 3단계에서 매개변인인 진로결정 자기효능감을 통제하였을 때 사회지지추구 대처의 β 값은 .133이었으며, 이는 부분매개 효과가 있다는 것을 의미한다. 또한 진로결정 자기효능감의 β 값이 .573($p < .001$)으로 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 매개효과를 검증하기 위해 Sobel test를 실시한 결과, Sobel의 Z 값은 14.96으로 사회지지추구 대처전략과 진로준비행동 관계에서 진로결정 자기효능감의 부분매개효과는 $p < .001$ 수준에서 유의한 것으로 나타났다.



Sobel Test Statistic $Z=14.96$, $p < .001$

<그림 4> 사회지지추구 대처와 진로준비행동의 관계에서 진로결정 자기효능감의 매개효과

VI. 논 의

본 연구는 대학생의 진로준비행동에 있어 적극적 대처전략이 어떠한 영향을 미치는 지를 알아보고 그 과정에서 진로결정 자기효능감이 매개적 역할을 하는 지 확인하고자 하였다. 이를 위하여 영남지역 대학생을 대상으로 설문조사를 실시하였으며, 최종분석 대상은 1,124명이었다. 주요 연구 결과와 논의점을 제시하면 다음과 같다.

첫째, 대학생의 적극적 대처전략은 진로준비행동에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이 때 진로준비행동에 대하여 문제해결중심 대처전략과 사회지지추구 대처전략 모두에서 유의미한 작용을 하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 대학생들이 진로선택 및 진로준비행동에 있어 목표와 전략을 수립하여 대처하거나, 문제를 혼자서 해결하려고 하기 보다는 주변에 스트레스가 되는 부분에 대해 내어놓고 도움을 구하고자 하는 행동이 진로준비행동에 긍정적인 영향을 미친다는 것이다. 이현림 외 3명(2008), Deci, Ryan(2002)도 주장하고 있는 바와 같이, 대학생들은 진로 문제와 관련하여 다양한 형태의 스트레스를 경험하게 되고, 이러한 경험은 진로준비행동의 동기를 유발하는 요인으로 작용하게 되어있다. 이 때 개인이 취하게 되는 스트레스 대처전략은 진로준비행동에 영향을 미치게 되는데, 본 연구의 결과와 같이 대학생들이 진로 관련 문제와 관련하여 적절한 문제해결방법을 찾을 때까지 다양한 시도를 해본다거나, 충동적으로 행동하기보다는 문제해결을 위해 신중하게 행동계획을 세우려고 노력하는 문제해결적 대처전략은 진로준비행동에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이와 같은 연구결과는 전미애(2006), 강희순(2010) 등의 연구결과와도 일치하는 것이다. 그리고 문제해결을 위해 주변 사람들에게 조언을 구하거나, 스트레스와 관련된 부정적 감정을 털어놓는 행동을 의미하는 사회지지추구 대처전략도 진로준비행동에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 박선희, 박현주(2009), 황지영, 고미나(2015) 등의 연구결과와도 대체로 일치하는 것이다. 이상의 결과를 정리해보면, 대학생들에게 있어 진로선택 및 준비는 그들이 직면하게 되는 매우 큰 스트레스 상황이며, 이러한 스트레스에 어떻게 대처하느냐는 진로준비행동에 영향을 미칠 수밖에 없다. 이 때, 문제 상황에 대하여 계획을 수립하거나 목표를 세워 접근하는 등과 같은 문제 해결적 및 이성적 대처전략의 구사는 진로관련 정보를 수집하거나 취업에 필요한 자격 요건 등을 알아보는 진로준비행동에 긍정적인 영향을 미친다는 것이다. 또한, 황지영, 고미나(2015)도 지적하고 있는 바와 같이, 대학생 본인이 직면하고 있는 스트레스 상황을 혼자만의 힘으로 극복하려 하기보다는 자신에게 도움이 될 만한 사회적지지 체계를 형성하거나 주변의 도움을 받는 등과 같은 해결 방법도 진로준비행동에 긍정적인 영향을 미칠 것으로 판단된다.

둘째, 대학생의 진로결정 자기효능감은 진로준비행동에 유의미한 작용을 하는 것으로 나타났다. 즉, 대학생의 높은 진로결정 자기효능감은 진로준비행동에 긍정적인 작용을 한다는 것이다. Hackett, Betz(1981)는 진로결정 자기효능감을 진로결정과 관련된 과제들을 성공적으로 완수할 수 있는 자신감으로 정의하고 있는데, 자기효능감은 인간의 행동을 설명하는데 있어 매우 유용한 변수이고(Bandura, 1977), 이는 진로관련 행동에도 적용 가능하다는 점에서 본 연구의 결과는 자기효능감 이론의 주장을 뒷받침하고 있다고 볼 수 있다(김은선, 2017). 아울러 이기학, 이학주(2000), 오은주(2013), 이광희(2008) 등의 연구에서도 진로결정 자기효능감이 높을수록 적극적인 진로준비행동을 실천하는 것으로 나타나, 본 연구의 결과도 선행연구 결과와 대체로 일치하는 것으로 보인다. 위의 내용을 보다 구체적으로 설명하면 대학생들이 자신에 대해 긍정적으로 평가하고, 자신의 전공 및 적성과 관련된 직종을 알아볼 수 있다는 자신감이 높을수록 진로문제를 상담하기 위하여 진로지원센터 또는 관련 기관을 방문하는 등과 같은 진로준비행동을 보다 적극적으로 실천할 수 있다는 것이다.

셋째, 대학생의 적극적 대처전략과 진로준비행동의 관계에서 진로결정 자기효능감은 매개적 역할을 하는 것으로 나타났다. 분석 결과, 대학생의 문제해결중심 대처전략과 사회지지추구 대처전략과 같은 적극적 대처전략은 진로준비행동에 직접적인 영향을 미치기도 하지만, 진로결정 자기효능감을 매개하여 진로준비행동에 영향을 미치기도 한다는 것이다. 즉, 본 연구결과는 대학생들이 자신들이 처리해야 할 문제들에 대해 사용하는 적극적인 대처행동 혹은 대처전략은 진로결정에 중요하게 작용하며(김이지 외 4명, 2011), 진로결정 자기효능감이 높을수록 진로준비행동이 보다 활발하게 일어난다는 손은령, 손진희(2005), 황지영(2015), Blustein 외 2명(1989) 등의 연구 결과와도 일치하는 것이다. 또한, 이러한 결과는 진로결정 자기효능감이 진로준비행동과 자아정체감의 관계에서 매개적 역할을 수행한다는 조명실, 최경숙(2007)의 연구와, 진로결정 자기효능감이 부모의 정서적 지지와 진로준비행동의 관계에서 매개적 역할을 한다는 금지현(2012)의 연구와도 대체로 일치하는 것이다. 위의 내용을 정리해보면, 대학생들에게 있어 진로선택 및 결정과정에서 유발되는 불안, 혼란 등은 스트레스로 작용하는데, 이에 대해 심리적 거리를 두어 회피하거나 부정적인 정서에만 초점을 두어 대응하려는 소극적 대처행동보다는 문제해결을 위해 목표와 계획을 세우거나, 타인의 의견을 능동적으로 수용하는 적극적 대처전략이 진로결정에 대한 자신감을 높이는 요인으로 작용한다. 그리고 진로선택과 관련된 유연한 사고, 진로결과와 관련된 일련의 행동들에 대한 자신감은 진로정보 수집 및 탐색, 직업훈련 참여 등과 같은 진로준비행동에도 긍정적으로 작용한다는 것이다.

본 연구는 대학생의 진로준비행동에 있어 적극적 대처전략이 어떠한 작용을 하는지를 확인하였으며, 이들 두 변수의 관계에서 진로결정 자기효능감의 매개효과를 확인하였다는 점에서 의의를 갖는다. 본 연구의 제한점과 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 진로준비행동을 설명하는 변수로 적극적 대처전략 척도를 사용하였는데, 본 연구에서 사용한 척도는 일반적인 스트레스 상황을 상정한 척도라고 할 수 있다. 때문에, 향후 연구에서는 진로준비 및 선택과 관련된 스트레스 상황을 고려한 대처전략 도구를 개발·사용하는 것이 바람직하겠다. 둘째, 진로결정 자기효능감이 낮은 대학생 집단에 대한 연구와 이들에 대한 지원방안 모색을 위한 후속연구가 필요할 것으로 본다. 본 연구에서는 진로결정 자기효능감과 진로준비행동 간의 인과성을 검증하는데 초점을 두었으나, 향후 연구에서는 진로결정에 대해 자신감을 가지고 있지 못한 이들에 대한 질적, 양적 연구를 진행하고, 이를 토대로 이들에 대한 실천적 지원방안을 모색할 필요가 있다.

위와 같은 한계점에도 불구하고 본 연구에서는 대학생의 적극적 대처전략과 진로결정 자기효능감 그리고 진로준비행동 간의 관계성에 대해 분석하였다는 점에서는 일정 부분 연구적 의의를 찾을 수 있을 것을 본다. 특히, 기존의 연구들에서는 적극적 대처전략을 결과 변수로 설정하여, 어떠한 요인들이 적극적 대처전략에 영향을 미치는지에 주목하였다면, 본 연구에서는 적극적 대처전략을 원인 변수로 보고, 이 변수가 진로준비행동, 진로결정 자기효능감에 어떠한 영향을 미치는지를 검증하였다는 점은 긍정적으로 평가할 수 있을 것이다.

■ 참고 문헌

- 강명희, 윤성혜, 김도희, 류다현 (2016). 자연과학계열 대학생의 진로준비행동에 영향을 미치는 그릿, 진로결정 자기효능감, 진로결과기대, 전공흥미간의 관계분석. 진로교육연구, 35(4), 109-129.
- 강재연 (2009). 한국대학생의 진로타협과 진로관련 심리적 변인과의 관계: 진로태도성숙, 자기효능감, 진로준비행동, 개인주의-집합주의성향을 중심으로. 한양대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 강희순 (2010). 대학생의 사회인구학적 변인, 스트레스 대처전략, 진로준비행동 간의 관계. 직업교육연구, 23(3), 141-155.
- 금지현 (2012). 교육대학생의 진로준비행동과 부모의 사회적지지, 진로결정 자기효능감 및 진로성숙의 관계. 대한가정학회지, 50(7), 59-66.
- 김경욱, 류진혜 (2009). 진로결정수준, 진로정체감, 심리적 독립이 진로결정에 대한 정서에 미치는 영향. 청소년학연구, 16(1), 73-92.
- 김경욱, 조윤희 (2011). 대학신입생의 진로스트레스와 대학생활적응과의 관계에서 자기효능감의 매개 및 조절효과. 청소년학연구, 18(4), 197-218.
- 김경태 (2003). 특성불안과 비합리적 신념이 진로 결정과 진로준비행동에 미치는 영향: 4년제 대학생과 전문대학생의 비교. 전북대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 김봉환 (1997). 대학생의 진로결정수준과 진로준비행동의 발달 및 이차원적 유형화. 서울대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 김선경 (2017). 청소년기 진로결정 자기효능감이 진로성숙도에 미치는 영향에 관한 연구: 청소년 활동역량의 조절효과를 중심으로. 명지대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 김선중 (2004). 대학생의 진로준비행동-진로장벽의 관계유형과 진로자기효능감, 희망, 삶의 의미와의 관계. 학생생활연구, 18(4), 75-99.
- 김선중 (2005). 진로장벽, 희망, 진로결정, 자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향. 홍익대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 김수리 (2005). 부모 지지, 진로결정 자기효능감 및 역기능적 진로사고가 청소년의 진로발달에 미치는 영향. 홍익대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 김은선 (2017). 학점은행제 연극전공자의 진로장벽, 전공만족도, 진로결정 자기효능감, 진로준비행동 간의 구조적 관계. 백석대학교 일반대학원 박사학위논문.

- 김이지, 정신영, 김지애, 김지운, 이동귀 (2011). 대학생의 진로스트레스 대처전략과 진로결정수준 간의 관계에서 진로결정 자기효능감의 매개효과. 한국심리학회지, 상담 및 심리치료, 23(4), 971-993.
- 김정희 (1987). 지각된 스트레스, 인지세트 및 대처방식의 우울에 대한 작용: 대학신입생의 스트레스 경험을 중심으로. 서울대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 김지연, 이주연, 이기학 (2014). 자기효능감과 진로준비행동의 관계; 대학생의 스트레스의 조절효과. 한국심리학회지, 1, 416.
- 김진희, 박미진 (2016). 대학생의 부모지지와 진로만족의 관계에서 진로결정 자기효능감과 진로준비행동의 매개효과. 아시아교육연구, 17(3), 355-377.
- 김태환 (2013). 대학생의 진로선택몰입과 가족지지, 진로결정 자율성, 진로결정 자기효능감과 인과적 관계. 서울대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 류진숙 (2012). 대학생의 사회적 지지, 가족탄력성, 자기결정성 및 진로결정 몰입과 진로준비행동 간의 구조적 관계. 충북대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 문선아 (2001). 불안과 성취동기가 대학생의 진로태도성숙과 진로준비행동에 미치는 영향. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 문태영, 박승환 (2007). 대학생들의 인구통계학적 특성에 따른 스트레스요인과 대처행동에 관한 연구. 한국사회체육학회지, 30, 913-925.
- 박고운, 이기학 (2007). 진로결정 자율성수준과 진로준비행동과의 관계에서 진로 자기효능감의 매개효과 연구. 한국심리학회지, 상담 및 심리치료, 19(1), 409-422.
- 박선희, 박현주 (2009). 대학생의 진로스트레스와 대처방식이 진로결정수준에 미치는 영향. 한국심리학회지, 학교, 6(1), 67-81.
- 박연진, 심의경 (2016). 전문대학생의 시간관리가 진로준비행동에 미치는 영향. 진로결정 자기 효능감의 매개효과. 사회과학연구, 42(2), 213-230.
- 박예영, 이동형 (2014). 대학생의 진로결정수준과 진로준비행동의 관계에서 구직 효능감의 역할. 직업교육연구, 33(2), 85-101.
- 박현주, 김봉환 (2006). 고등학생의 심리적 독립과 진로결정수준 및 진로준비행동의 관계. 한국심리학회지, 상담 및 심리치료, 18(2), 419-439.
- 변은주 (1999). 의사결정유형과 스트레스대처방식이 진로미결정과 심리적 안녕감에 미치는 영향. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 백남섭, 이보미 (2006). 체육계열 대학생의 진로의식성숙과 진로준비행동의 관계. 용인대학교 논문집, 24, 165-180.

- 성태제, 시기자 (2011). 연구방법론. 서울: 학지사.
- 손은령 (2001). 여자대학생이 지각한 진로장벽. 서울대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 손은령, 손진희 (2005). 한국 대학생의 진로결정 및 준비행동: 사회 인지적 진로이론을 중심으로. 한국심리학회지, 상담 및 심리치료, 17(2), 399-417.
- 송현심, 홍혜영 (2010). 대학상담: 사회적 지지, 진로결정 자율성이 진로준비행동에 미치는 영향: 진로결정 자기효능감의 매개효과. 상담학연구, 11(3), 1325-1350.
- 신수경 (2014). 유아기 자녀를 둔 어머니의 에니어그램 성격유형에 따른 자녀양육격정과 해소에 관한 연구. 숙명여자대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 신혜진, 김창대 (2002). 스트레스 대처전략 검사의 타당성 연구. 한국심리학회지, 상담 및 심리치료, 14(4), 919-935.
- 안선영, 김희진, 강영배, 송민경 (2012). 청소년 생활실태 국제비교연구: 진로준비. 한국청소년정책연구원 연구보고서.
- 안세윤 (2016). 대학생의 진로스트레스에 대한 통합사회인지 진로모형 구조분석. 단국대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 양진희, 김봉환 (2008). 여대생의 심리적 독립, 진로정체감, 진로결정 자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향. 진로교육연구, 21(2), 57-71.
- 오은주 (2013). 대학 진로 교과목 수강생의 진로결정 자기효능감 변화유형: 성격과 성차효과에 대한 성장혼합모형적용. 단국대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 유나현, 이기학 (2005). 애착, 심리적 독립, 정서지능에 따른 진로결정 자기효능감의 차이. 한국심리학회지, 상담 및 심리치료, 17(2), 451-466.
- 유나현, 이기학 (2009). 진로장애가 진로결정 자기효능감에 미치는 영향; 적극적 스트레스대처를 매개변인으로. 상담학 연구, 10(4), 2241-2255.
- 유미정, 최애경 (2008). 진로장벽, 진로결정 자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향에 관한 연구: 전문대학 비서학 전공생을 중심으로. 상업교육연구, 19, 129-153.
- 윤지은 (2018). 대학생의 가정 내 사회자본, 적극적 대처전략, 진로결정 자기효능감 및 진로준비행동 간의 구조관계분석, 대구한의대학교 대학원 박사학위논문.
- 이광희 (2008). 대학생의 애착, 정서지능, 진로결정 자기효능감과 진로결정간의 구조적 관계. 단국대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 이기학, 이학주 (2000). 대학생의 진로 태도 성숙 정도에 대한 예언변인으로서의 자기-효능감 효과 검증에 대한 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리 치료, 12(1), 122-136.

- 이상희 (2012). 대학생의 진로스트레스와 진로태도성숙의 관계: 진로 자기효능감의 매개효과와 부모진로지지의 조절효과. *상담학연구*, 13(3), 1461-1479.
- 이성식 (2007). 여대생이 인식한 진로장벽과 진로결정 자기효능감 및 진로결정 수준의 인과모형. *서울대학교 일반대학원 박사학위논문*.
- 이숙정, 유지현 (2009). 여대생이 인식한 자기결정성이 진로스트레스와 진로 장벽 및 진로결정수준에 미치는 영향. *아시아여성연구*, 48(2), 35-64.
- 이은진 (2001). 다재다능한 대학생을 위한 진로집단상담 프로그램의 효과. *연세대학교 일반대학원 박사학위논문*.
- 이은희 (2004). 대학생들이 경험하는 생활스트레스와 우울: 공변량 구조모형을 통한 대처방식의 조절효과 검증. *한국심리학회지, 건강*, 9(1), 25-48.
- 이종찬 (2013). 대학생의 셀프리더십이 진로준비행동에 미치는 영향: 진로결정 자기효능감과 고용가능성의 매개효과. *중앙대학교 일반대학원 박사학위논문*.
- 이제경, 김동일 (2004). 한국대학생의 취업준비행동과 발달적 특징. *청소년상담연구*, 12(2), 107-123.
- 이지영, 장재윤, 김명언 (2005). 대학 4학년생들의 진로미결정, 직업탐색행동 및 구직성과 간의 관계. *한국심리학회지, 사회문제*, 11(1), 1-23.
- 이창호, 김정희 (1988). 지각된 스트레스, 인지세트 및 대처방식의 우울에 대한 작용-대학신입생의 스트레스 경험을 중심으로. *한국심리학회지, 상담 및 심리치료*, 1(1), 25-45.
- 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.
- 이혜정 (2017). 직업전문학교 학생의 셀프리더십이 진로준비행동에 미치는 영향: 진로결정수준의 매개효과를 중심으로. *한양대학교 교육대학원 석사학위논문*.
- 임은미, 이명숙 (2003). 대학생의 진로자기효능감과 진로준비행동 간의 관계분석. *학생상담연구*, 1, 101-113.
- 장기명 (1998). 대학생의 의사결정유형·진로결정수준·진로준비행동의 관계 연구. *학생지도연구*, 19, 101-132.
- 전미애 (2006). 대학생의 진로준비행동과 스트레스 대처전략에 관한 연구. *충남대학교 일반대학원 석사학위논문*.
- 정은희 (2013). 대학생의 진로결정 자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향. *중앙대학교 글로벌인적자원개발대학원 석사학위논문*.

- 조명실, 최경숙 (2007). 진로상담: 후기 청소년의 자아정체감, 사회적 지지, 진로결정 자기효능감, 진로성숙 및 진로준비행동의 관계모형검증. 상담학연구, 3(3), 1085-1099.
- 조성연, 문미란 (2006). 성인대학생의 진로결정 자기효능감 증진 프로그램 및 효과. 한국심리학회지, 상담 및 심리치료, 18(4), 731-748.
- 조용래, 원호택, 이민규 (1988). 대학생의 강박집단의 위협 자극에 대한 선택적 정보처리. 한국심리학회지, 7(1), 110-127.
- 주영주, 고경이, 정유진 (2015). 대학생의 긍정적 정서, 사회적지지, 진로결정 자기효능감, 결과기대가 진로준비행동 및 진로만족에 미치는 영향. 진로교육연구, 28(3).
- 진현정 (2011). 대학생의 부모애착이 진로준비행동에 미치는 영향: 진로결정 자기효능감과 정서지능의 매개효과. 연세대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 최동선 (2003). 대학생의 진로탐색행동과 동기요인 및 애착관계분석. 서울대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 최미란 (2006). 체육전공계열의 대학생의 진로장벽과 진로결정 자기효능감의 관계. 한국스포츠사회학회지, 19, 289-300.
- 최숙현 (2007). 대학생의 진로장벽, 진로포부, 진로태도성숙이 진로준비행동에 미치는 영향. 원광대학교 대학원 박사학위논문.
- 최영훈, 박세영 (2016). 성격5요인과 스트레스대처방식이 대학졸업자의 취업에 미치는 영향: 진로준비행동의 매개효과를 중심으로. 사회과학연구, 40(3), 83-111.
- 최윤경 (2014). 대학생 진로준비행동 프로그램 개발. 경북대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 최정인 (2007). 진로결정 자기효능감, 진로상담태도, 진로상담에 대한 기대와 상담성과 간의 관계 모형. 홍익대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 한주원 (2013). 비서학 전공의 전문대학생의 진로정체감과 사회적 지지가 진로준비행동에 미치는 영향: 진로결정 자기효능감의 매개효과를 중심으로. 비서학논총, 22(2), 117-140.
- 황지영 (2015). 대학생의 진로준비행동과 관련 변인들 간의 구조적 관계. 계명대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 황지영, 고미나 (2015). 대학생의 진로결정수준과 진로준비 행동 간의 관계: 진로결정 자기효능감과 진로스트레스 대처방식의 매개효과. 한국직업교육학회, 34(2), 135-150.
- Adwin, C. M., & Revenson, T. A. (1987). Does coping help? A reexamination of the relation between coping and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 337-348.

- Amirkhan, J. H. (1990). A factor analytically derived measure of coping: The coping strategy indicator. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 1066-1075.
- Argyropoulou, E. P., Sidiropoulou-Dimakakoo, D., & Besevegis. E. G. (2007). Generalized self-efficacy, coping, career indecision, and vocational choices of senior high school students in Greece: Implications for career guidance practitioners. *Journal of Career Development*, 33(4), 316-337.
- Babineaux. R., & Krumboltz. J. (2013). Fail fast, fail often: How losing can help you win. 천개의 성공을 만든 작은 행동의 힘(이현정 역, 2014). 서울: 프롬북스.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: conceptual strategic and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Betz, N. E., Klein, K. L., & Taylor, K. M. (1996). Evaluation of a short form of the Career Decision-Making Self-Efficacy Scale. *Journal of Career Assessment*, 4, 47-57.
- Betz, N. E., & Voyten, K. K. (1997). Efficacy and outcome expectations influence career exploration and decidedness. *Career Development Quarterly*, 46, 179-189.
- Blustein, D. L., Devenis, L. E., & Kidney, B. A. (1989). Relationship between the identity formation process and career development. *Journal of Counseling Psychology*, 36, 196-202.
- Brisette, L., Schrier, M. F., & Carver, C. S. (2002). The role of optimism in social network development, coping, and psychological adjustment during a life transition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 494-508.
- Brown, S. D., & Heath, L. (1984). Coping with critical life events; An integrative cognitive-behavioral model for research and practice. In S. D. Brown & R. W. Lent(Eds), *Handbook of counseling psychology*, 545-578. New York: Wiley.
- Crites, J. O. (1978). *Career Maturity Inventory*, CA:CTB/McGraw Hill
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2002). Overview of self-determination theory: An organismic dialectical perspective. In R. M. Ryan & E. L. Deci (Eds.), *Handbook of self-determination research*, 3-36. Rochester, NY: University of Rochester Press.

- Gall, T. L., Evans, D. R., & Bellerose, S. (2000). Transition to first-year university: Patterns of change in adjustment across life domains and time. *Journal of Social and Clinical Psychology, 19*(4), 544-567.
- Gianokos, I. (1999). Patterns of career choice and career decision-making self-efficacy, *Journal of vocational Behavior, 54*, 244-258.
- Hackett, G., & Betz, N. E. (1981). A self-efficacy approach to the career development of women. *Journal of Vocational Behavior, 18*, 326-339.
- Hackett, G., & Watkin, C. E. (1995). Research in career assessment: Abilities, interests, decision making, and career development. In W. B. Walsh & S. H. Osipow (Eds.), *Advances in vocational psychology: Theory, research, and practice* 2nd ed., 181-215. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Lazarus, R. S. (2001). *스트레스와 평가 그리고 대처*. (김정희역) 서울: 대광문화사.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer. Publishing Company.
- Lee, K. H. (2005). Coping with career indecision Differences between four career choice types. *Journal of career Development, 31*, 279-289.
- Lenox, R. A., & Subich, L. M. (1994). The relationship between self-efficacy beliefs and inventoried vocational interests. *Career Development Quarterly, 42*, 302-312.
- Lent, R. W., Brown, S. D., & Hackett, G. (2000). Contextual supports and barriers to career choice; A social cognitive analysis. *Journal of Counseling Psychology, 47*(1), 36-49.
- Lent, R. W., Brown, S. D., & Larkin, K. C. (1987). Comparison of three theoretically derived variables in predicting career and academic behavior: Self-efficacy, interest congruence, and consequence thinking. *Journal of Counseling Psychology, 34*(3), 293-298.
- Lent, R. W., & Hackett, G. (1987). Career self-efficacy : Empirical status and future directions. *Journal of Vocational Behavior, 26*, 55-65.
- Luzzo, D. A. (1995). Gender differences in college students' career maturity and perceived barriers in career development. *Journal of Counseling and Development, 73*, 319-332.

- Pecjak, S., & Kosir, K. (2007). Personality, motivational factors and difficulties in career decision-making in secondary school students. *Psihologijske Teme*, 16(1), 141-158.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4, 219-249.
- Seligman, M.E. P., & Csikszentmihalyi, M.(2000). Positive psychology; Special issue. *American psychologist*, 55, 620-625.
- Siegel, R. G., Galassi, J. P., & Ware, W. B. (1985). A comparison of two models for predicting mathematics performance: Social learning versus math aptitude-anxiety. *Journal of Counseling Psychology*, 32(4), 531-538.
- 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, 63-81.

Effects of active coping strategy on College Students' Career Preparation Behavior: The Mediating Effect of Career Decision-Making Self-Efficacy

Yun, Jion*4) • Kang, Youngbae**5)

Abstract

The purpose of this study is to identify the relationship between active coping strategies and the mediating effects of career decision-making self-efficacy in college students' career preparation behavior. To this end, a questionnaire was distributed to 1,200 students at a four-year university in Yeongnam area, and an analysis was conducted based on the collected data of 1,124. The main findings are as follows. First, active coping strategies, such as problem-centering coping strategies and coping strategies for social support, were found to have a significant effect on career preparation behavior. In other words, as college students use active coping strategies, career preparation activities become more active. Second, career decision-making self-efficacy has a direct effect on career preparation behavior. In other words, the higher the career decision-making self-efficacy, the more active the career preparation behavior. Third, career decision-making self-efficacy has a significant mediating role in the relationship between active coping strategies and career preparation behavior. In other words, active coping strategies have a direct impact on career preparation behavior, and they also affect career preparation behavior through career decision-making self-efficacy.

Key words: collage student, active coping strategy, career-decision-making self-efficacy, career preparation behavior

4) Lecturer, Pukyong National University Graduate School of Education

5) Professor, Daegu Haany University

2019. 08. 29 투고

2019. 09. 13 심사완료

2019. 09. 23 게재확정