

대학생의 심리적 자본과 사회적 지지가 진로관여행동에 미치는 영향*

이유경** · 원경림***

본 연구는 충청권역에 소재 중인 대학의 재학생 263명의 응답자료를 활용하여 심리적 자본과 사회적 지지가 진로관여행동에 미치는 영향을 살펴보고자 하였다. 이를 위해 SPSS 27.0을 사용하여 기술통계, 상관분석, 위계적 다중회귀분석을 실시하였다. 그 결과 심리적 자본은 진로관여행동에 긍정적인 영향을 미치고 있었다. 이는 대학생의 진로관여행동을 촉진함에 있어 심리적 자본이 중요한 선행요인임을 의미한다. 또한, 사회적 지지는 진로관여행동에 긍정적인 영향을 미치고 있었다. 이는 대학생이 높은 사회적 지지를 경험할수록 진로관여행동을 활발하게 하는 것을 의미한다. 이러한 결과를 통해 심리적 자본과 사회적 지지가 진로관여행동의 주요한 선행변인임을 확인하고, 이를 근거로 대학생의 진로개발을 지원하기 위해 심리적 자본을 향상시키고, 사회적 지지를 지각할 수 있도록 돕는 다양한 지원 방안의 필요성을 제안하였다.

주제어 : 대학생, 심리적 자본, 사회적 지지, 진로관여행동

논문 투고일 : 2024. 12. 3. 최종심사일 : 2024. 12. 16. 게재확정일 : 2024. 12. 20.

* 이 논문은 남서울대학교 대학원 코칭학과 석사학위논문의 일부 내용을 수정 보완함.

** 행진코칭연구소 대표

*** 남서울대학교 아동복지학과 조교수

Corresponding author : Won, Kyung Rim, 91 Daehak-ro, Seonghwan-eup, Seobuk-gu, Cheonan-si, Chungnam, Korea, 31020, E-Mail: krwon7@nsu.ac.kr

I. 서론

대학생 시기는 직업 세계로의 진로 전환을 준비하는 단계로, 성공적인 진로 탐색과 진로 선택은 개인의 삶에 중대한 영향을 미친다. 그러나 COVID-19 팬데믹 이후 직업 세계는 불확실성과 복잡성이 심화되고, 고용환경과 채용 동향의 급격한 변화는 대학생들에게 새로운 진로 과업을 요구하고 있다. 즉, 현대의 고용환경은 기술 발전과 자동화의 가속화로 인해 기술 중심 경제로의 급속한 전환이 이루어지고 있으며 그에 따라 디지털 역량의 중요성이 강조되는 상황이다(Mercer, 2024). 미국의 경우, 2024년 졸업생 실업률이 4.2%로 감소했음에도 불구하고 기술 중심 직무, 데이터 분석, 인공지능(AI) 관련 직종의 인재 수요가 급증하고 있다. 한국의 경우, 2024년 한국 청년층 실업률은 5.5%로 여전히 높은 수준을 유지하고 있으며, 제조업 중심 산업 구조에서 정보통신 및 서비스 산업으로의 전환이 가속화되고 있다(통계청, 2024). 이러한 노동시장 변화는 대학생들이 기존 전공 중심의 학문적 준비와 전통적 직무 선택을 넘어 디지털 스킬과 문제해결능력을 필수적으로 갖추어야 함을 시사한다(Postgraduate Employability Analysis, 2024). 특히 성장 잠재력이 높은 산업 분야를 탐색하고 변화하는 고용 환경에 적응해야 할 필요성이 증대되고 있다. 이런 상황에서 정부는 ‘청년 고용 올케어 플랫폼’ 등 다양한 청년 고용 활성화 정책을 시행하고 있다. 그러나 이러한 정책의 효과를 극대화하려면 여전히 대학생 개개인의 능동적인 진로 탐색과 적극적 참여가 필수적이다(대한민국 정책브리핑, 2024). 결과적으로 급변하는 사회적 맥락은 학생들에게 새로운 진로 역량 개발을 요구하고 있으며, 이 과정에서 심리적 자원과 외부적 지원의 중요성이 더욱 부각되고 있다.

이러한 고용환경의 변화 속에서 본 연구는 심리적 자본과 사회적 지지가 대학생의 진로관 여행동에 미치는 영향을 이해하는데 중요한 맥락을 제공한다. 심리적 자본은 Seligman(2002)의 긍정심리학을 바탕으로 발전된 개념으로, 개인이 발전을 추구하는 긍정적인 심리 상태(positive psychological state)를 의미한다. 이는 자기효능감, 희망, 낙관성, 회복탄력성으로 구성되며 변화하는 환경에서도 자신감을 가지고 능동적으로 진로를 탐색하도록 돕는다. 예를 들어, 기술 중심 경제로의 전환과 같은 불확실한 상황에서 심리적 자본은 학생들이 스트레스를 극복하고 새로운 기술을 습득하며 진로 목표를 달성하는데 중요한 역할을 한다(Seligman, 2002).

사회적 지지는 개인이 가족, 친구, 멘토 등으로부터 얻는 정서적·정보적 지원을 의미하며 (Cohen & Hoberman, 1983), 학생들이 진로와 관련된 도전에 효과적으로 대응하고 의사결정을 내리는 데 도움을 제공한다(Blustein, 1997). Wang과 Fu(2015)는 중국 대학 졸업생 879명을 대상으로 사회적 지지가 진로적응성을 통해 고용가능성에 미치는 영향을 분석한 결과, 사회적 지지가 진로관련 행동에 중요한 자원으로 작용하며, 특히 정보적·정서적 지원이 학생들의 진로 준비과정에서 긍정적인 영향을 미치고 있음을 확인하였다. 이는 사회적 지지는 학생들에게 자신감을 부여하고 적극적인 진로 탐색 행동을 유도하는 중요한 자원으로 작용함을 확인한 것이다. 특히 사회적 지지는 정보제공 뿐만 아니라 정서적 안정감을 통해 개인이 더 적극적으로 진로 탐색 행동에 나설 수 있도록 유도하는 것으로 나타났다. 이러한 연구 결과는 사회적 지지가 진로관여행동에 긍정적인 영향을 미치는 선행요인으로 작용할 수 있음을 보여준다.

이러한 이론적 배경을 바탕으로 본 연구는 심리적 자본과 사회적 지지가 대학생들의 진로관여행동에 미치는 영향을 실증적으로 분석하고자 한다. 이를 통해 급변하는 고용 환경 속에서 대학생들이 효과적인 진로 전략을 개발할 수 있도록 돕는 이론적·실천적 기반을 제공하는 것을 목표로 한다. 나아가 본 연구는 국내외 고용 환경 변화에 대응하여 대학생들이 자신만의 경쟁력을 확보할 수 있는 전략을 모색하는 데 기여할 것이다.

본 연구에서 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 대학생의 심리적 자본, 사회적 지지, 진로관여행동의 일반적 경향은 어떠한가?

연구문제 2. 심리적 자본은 대학생들의 진로관여행동에 어떠한 영향을 미치는가?

연구문제 3. 사회적 지지는 대학생들의 진로관여행동에 어떠한 영향을 미치는가?

II. 이론적 배경

1. 진로관여행동

진로관여행동(occupational engagement)은 자신과 직업 세계에 대한 이해를 높이기 위해 다양한 방식으로 진로와 관련된 행동을 함으로써 미래 직업과 관련한 선택의 폭을 넓히는 행동(Cox, 2008)이다. Cox(2008)는 대학생의 학년이 올라갈수록 진로관여행동이 높아지며, 진로관여행동을 많이 할수록 학생의 자신감, 진로정체감이 높아지고 삶 만족도도 높아진다고 하였다. 또한 진로관여행동은 진로성숙(정미나, 2011), 우연대처기술, 진로적응성, 진로만족(원경림, 2022)에 긍정적인 영향을 미친다. 진로와 관련하여 다양한 것을 탐색하고, 탐색을 통해 정보를 수집해가는 경험적인 활동이라 할 수 있는 진로관여행동은 개인의 적응적 의사결정에 중요한 역할을 하며(Krieshok 등, 2009), 다양한 경험을 통해 자기 자신과 일의 세계에 대한 이해와 선택 가능성을 확장(Black, 2006)시킨다. Savickas(2005)는 많은 탐색 활동이 새로운 정보를 수집하고 문제 해결 능력을 강화하여 개인의 직업 정체성과 자아 스키마를 발달시키는 데 기여한다고 강조하였다. 반면 진로 탐색 수준이 낮으면 직업 정체성 형성이 지연되고(Robitschek & Cook, 1999), 비현실적인 진로 기대를 갖게 됨으로써(Stumpf & Hartman, 1984) 진로결정에서의 어려움을 겪게 된다(이지연, 2017).

2. 심리적 자본

심리적 자본(psychological capital)은 개개인이 자신의 발전을 추구하는 긍정적 심리상태(positive psychological state)를 의미하며, 자기효능감, 희망, 낙관성, 회복탄력성으로 구성된 개념이다(Luthans & Youssef, 2011; Luthans, Avolio, Avey, & Norman, 2007; Stajkovic, 2006; Seligman, 2002). 자기효능감은 주어진 환경에서 목표를 달성하기 위해 필요한 동기부여, 행동 실행, 인지적 자원을 동원할 수 있다는 자신의 능력에 대한 믿음을 뜻한다(Bandura, 1986). 희망은 문제해결 과정에서 지속적으로 동기와 에너지를 제공하며, 목표 달성을 위해 다양한 방법을 모색하도록 하는 힘으로 개인의 의지력과 결단력을 포함하는 개념이다

(Peterson, 2000). 낙관성은 개인이 경험한 사건을 긍정적으로 해석하고(Seligman, 1998), 실패나 좌절 속에서도 긍정적인 결과를 기대하며 재도전하는 태도를 의미한다(Luthans et al., 2006). 회복탄력성은 어려움이나 실패를 성장의 기회로 삼아 극복해내는 힘으로, 장애가 되는 상황에서도 좌절하지 않고 문제를 해결하려는 능력을 나타낸다(Luthans, 2002). 이처럼 자신감, 희망, 낙천성, 회복탄력성을 포함하는 심리적 자본은 변화하는 고용 환경 속에서 학생들이 낙관적인 태도를 유지하고 진로 목표를 능동적으로 달성할 수 있도록 돕는 중요한 내적 자원으로 작용한다(Luthans et al., 2007).

심리적 자본은 학생들의 진로관여행동에 긍정적인 영향을 미치는 중요한 요인이다. 이는 개인이 변화하는 환경에서도 자신감을 유지하며 목표를 달성하도록 돕는 내적 자원으로 작용한다. 연구에 따르면 심리적 자본이 높은 사람일수록 과업을 성공적으로 수행하고(Luthans & Youssef, 2011; Stajkovic, 2006), 직무 몰입도가 높게 나타난다(Luthans, et al., 2007). 또한, 심리적 자본은 구성원의 업무 동기를 강화하여 최고 수준의 성과를 이끌어 낸다고 보고되었다(Liu et al., 2024). 이러한 연구 결과를 바탕으로 심리적 자본은 대학생들이 능동적으로 진로에 관여하는 행동을 촉진하는 중요한 동기가 될 것으로 예상된다.

3. 사회적 지지

사회적 지지(social support)는 개인이 사회적 관계 속에서 타인과의 의미 있는 상호작용의 결과로 얻게 되는 긍정적 자원을 의미한다(Cohen & Hoberman, 1983). Cohen과 Wills(1985)는 사회적 지지는 개인의 주관적 지각으로, 개인이 다른 사람으로부터 지지와 도움을 받을 수 있을 것이라는 기대, 사회적 관계 속에서 사랑과 존중, 수용 받고 있다는 주관적 느낌이라 하였다. 사회적 지지는 정서적, 정보적, 물질적, 평가적 지지로 구분된다(박지원, 1985). 정서적 지지는 관심, 배려, 감사, 존경 및 애정, 감정이입 등의 표현을 통해 개인의 정서적 안정과 사회·정서적 욕구를 충족시키는 지원이다. 정보적 지지는 문제해결을 위한 충고, 제안, 지시 등 다양한 정보를 제공하여 변화에 적응할 수 있도록 돕는 지원을 의미한다. 물질적 지지는 금전이나 운송 수단과 같은 물질적 자원을 제공하여 개인에게 직접적인 도움을 주는 형태이다. 평가적 지지는 인정, 칭찬, 피드백 등을 통해 개인이 자신의 행동을 스스로 평가할 수 있도록 돕는 것으로, 타인을 통해 자신의 가치를 인식하게 하는 역할을 한다(염태영, 2016).

이처럼 사회적 지지는 개인의 심리적 안정과 적응력을 높이고, 학업 몰입을 촉진하며(Xin, 2022), 행복 플로리시에도 영향을 미침으로써(임희정·도미향, 2024) 다양한 상황에서 문제를 해결하는데 중요한 역할을 한다. 특히 진로와 관련된 맥락에서는 부모의 청소년에 대한 자율성 지지는 진로성숙도에 긍정적인 영향(홍윤경, 최혜진, 2024)을 미칠 뿐 아니라, 학생들이 자신감을 가지고 진로탐색 및 진로관여행동에 자신감을 가지고 진로 탐색 및 준비 행동에 적극적으로 참여하도록 돕는 중요한 외부자원으로 작용한다(고태용, 2008; Cohen & Hoberman, 1983; Ferry, Fouad, & Smith, 2000; Blustein, 1997).

III. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 전국에 있는 대학교에 재학 중인 대학생을 대상으로 2021년 8월 말에서 2021년 10월 말의 기간 동안 설문을 실시하였다. 전체 286건의 응답자 중에서 유효하지 않은 응답건수 23부를 제외한 총 263건의 설문을 본 연구에 사용하였다. 연구대상으로 선정된 263명 대학생들의 일반적 특성은 <표 1>과 같다.

<표 1> 연구대상 대학생의 일반적 특성 (N=263)

구분		빈도(명)	백분율(%)
성별	남	77	29.3
	여	186	70.7
학년	1학년	163	62.0
	2학년	20	7.6
	3학년	25	9.5
	4학년	55	20.9

2. 연구 도구

본 프로그램의 본 연구에서 대학생의 진로관여행동은 Cox(2008)가 개발한 Occupational engagement Scale for Students(OES-S)를 정미나(2011)가 번안한 척도를 사용하였다. 진로 관여행동은 단일요인으로 총 14문항으로 구성되어 있으며 리커트 5점 척도로 이루어졌다. 점수가 높을수록 대학생의 진로관여행동 수준이 높음을 의미한다. 진로관여행동의 신뢰도 Cronbach's α 는 .90으로 나타났다. 심리적 자본은 Luthans(2004)의 이론에 기반하여 한국 사회 맥락에 맞게 개발한 유현숙(2004)의 척도를 사용하였다. 심리적 자본은 자기효능감 5문항, 희망 5문항, 낙관성 3문항, 회복탄력성 4문항으로 총 17문항이며 리커트 5점 척도로 점수가 높을수록 심리적 자본이 높은 것을 의미한다. 심리적 자본의 신뢰도 Cronbach's α 는 .91로 나타났다. 사회적 지지는 박지원(1985)이 개발하고, 유은경과 설현수(2015)가 대학생을 대상으로 요인분석을 실시한 척도를 사용하였다. 사회적 지지는 정서적 지지 7문항, 평가적 지지 6문항, 정보적 지지 6문항, 물질적 지지 6문항으로 총 25문항으로 구성되었으며, 리커트 5점 척도로 점수가 높을수록 사회적 지지가 높은 것을 의미한다. 사회적 지지의 신뢰도 Cronbach's α 는 .97로 나타났다. 측정 문항의 구성과 신뢰도는 <표 2>와 같다.

<표 2> 측정도구의 문항구성 및 신뢰도

변인	하위 요인	문항번호	문항수	신뢰도
심리적 자본	자기 효능감	1 ~ 5	5	.80
	희망	6 ~ 10	5	.83
	낙관주의	11 ~ 13	3	.61
	회복탄력성	14 ~ 17	4	.79
	전체		17	.91
사회적 지지	정서적 지지	1 ~ 7	7	.93
	평가적 지지	8 ~ 13	6	.91
	정보적 지지	14 ~ 19	6	.91
	물질적 지지	20 ~ 25	6	.89
	전체		25	.97
진로관여행동		1~14	14	.90

3. 자료분석

대학생의 심리적 자본과 사회적 지지가 진로관여행동에 미치는 영향을 알아보기 위해 SPSS 27.0 통계프로그램을 사용하여 기술통계분석, 신뢰도 분석, Pearson의 적률상관계수를 산출한 상관분석, 위계적 다중회귀분석을 실시하였다.

IV. 연구결과

1. 대학생의 심리적 자본, 사회적 지지, 진로관여행동의 일반적 경향

대학생의 심리적 자본, 사회적 지지, 진로관여행동의 평균과 표준편차, 왜도와 첨도는 다음 <표 3>과 같다. 대학생들의 심리적 자본의 전체 평균은 3.82($SD = .53$), 사회적 지지의 전체 평균은 4.02($SD = .61$), 진로관여행동의 전체 평균은 3.43($SD = .68$)으로 나타났다. 각 변인의 왜도와 첨도를 확인한 결과 정규성이 확인되었다.

<표 3> 대학생의 심리적 자본, 사회적 지지, 진로관여행동의 일반적 경향 (N=263)

구 분		평균 (M)	표준편차 (SD)	왜도	첨도
심리적 자본	자기효능감	3.80	.63	-.42	.76
	희망	3.96	.62	-.71	2.16
	낙관주의	3.66	.65	-.44	1.78
	회복탄력성	3.79	.63	-.10	.85
	전체	3.82	.53	-.55	2.30
사회적 지지	정서적 지지	4.10	.68	-.77	1.18
	평가적 지지	4.07	.66	-.73	1.88
	정보적 지지	4.00	.66	-.61	1.68
	물질적 지지	3.91	.64	-.51	1.60
	전체	4.02	.61	-.69	1.98
진로관여행동		3.43	.68	-.47	.92

2. 대학생의 심리적 자본, 사회적 지지, 진로관여행동 간의 관계

대학생의 심리적 자본, 사회적 지지, 진로관여행동 간의 관련성을 알아보기 위해 상관분석을 실시한 결과는 <표 4>와 같다.

<표 4> 대학생의 심리적 자본, 사회적 지지, 진로관여행동간의 관계

구 분	심리적 자본					사회적 지지					진로 관여 행동
	자기 효능감	희망	낙관 주의	회복 탄력성	전체	정서적 지지	평가적 지지	정보적 지지	물질적 지지	전체	
자기효능감	1										
희망	.72***	1									
낙관성	.48***	.56***	1								
회복탄력성	.70***	.64***	.49***	1							
전체	.89***	.89***	.71***	.84***	1						
정서적 지지	.63***	.54***	.50***	.49***	.65***	1					
평가적 지지	.62***	.55***	.51***	.52***	.66***	.86***	1				
정보적 지지	.60***	.53***	.49***	.46***	.62***	.79***	.85***	1			
물질적 지지	.50***	.45***	.48***	.42***	.55***	.75***	.78***	.79***	1		
전체	.64***	.56***	.54***	.51***	.67***	.93***	.95***	.92***	.89***	1	
진로관여행동	.70***	.56***	.48***	.60***	.71***	.54***	.61***	.59***	.49***	.60***	1

*** $p < .001$

대학생의 심리적 자본과 진로관여행동 간에는 비교적 높은 유의미한 정적 상관($r = .71$, $p < .001$)이 나타나, 심리적 자본이 높을수록 진로관여행동을 더 많이 수행하는 것으로 확인되었다. 또한, 대학생의 사회적 지지와 진로관여행동 간에도 유의미한 정적 상관($r = .60$, $p < .001$)이 나타났다. 이는 주위 사람들로부터 사회적 지지를 많이 받을수록 진로관여행동을 더 활발히 하는 경향이 있음을 보여준다.

3. 대학생의 심리적 자본과 사회적 지지가 진로관여행동에 미치는 영향

대학생의 심리적 자본과 사회적 지지 요인들이 진로관여행동에 미치는 영향을 살펴본 결과는 <표 5>와 같다.

<표 5> 대학생의 심리적 자본과 사회적 지지 요인이 진로관여행동에 미치는 영향

구 분		모형 1				모형 2			
		B	SE	β	t	B	SE	β	t
(상수)		.08	.21		.38	-.14	.22		-.65
심리적 자본	자기효능감	.56	.07	.52	7.69***	.47	.08	.44	6.22***
	희망	.00	.07	.00	-.06	-.03	.07	-.03	-.47
	낙관주의	.17	.05	.16	3.05**	.11	.06	.11	2.08*
	회복탄력성	.17	.07	.16	2.51*	.15	.07	.14	2.35*
사회적 지지	정서적 지지					-.14	.08	-.14	-1.65
	평가적 지지					.23	.10	.22	2.21*
	정보적 지지					.18	.09	.17	2.02*
	물질적 지지					-.04	.08	-.04	-.53
R^2 (수정된 R^2)		.54(.53)				.57(.56)			
ΔR^2		.04***							
F		74.56***				42.78***			

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

대학생의 심리적 자본 요인만을 투입한 모형 1에서는 심리적 자본 요인이 진로관여행동을 54% 설명하였으며, 자기효능감($\beta = .52, p < .001$), 낙관주의($\beta = .16, p < .01$), 회복탄력성($\beta = .16, p < .01$)이 진로관여행동에 유의미한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

다음으로 모형 1에 사회적 지지 요인을 추가로 투입한 모형 2에서는 대학생의 심리적 자본과 사회적 지지가 진로관여행동을 설명하는 설명력이 57%로 증가하였으며, 이는 모형 1에 비해 유의미한 증가($\Delta R^2 = .04, p < .001$)로 확인되었다. 이 모형에서는 심리적 자본 중 자기효능감, 낙관주의, 회복탄력성과 사회적 지지 요인 중 평가적 지지, 정보적 지지가 진로관여행동에 유의미한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

또한, 대학생의 심리적 자본과 사회적 지지가 진로관여행동에 미치는 영향을 분석하기 위해 위계적 다중회귀분석을 실시한 결과는 <표 6>에 제시되어 있다. 분석 결과, 심리적 자본($\beta = .55, p < .001$)과 사회적 지지($\beta = .23, p < .001$) 모두 진로관여행동에 유의미한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 상대적으로 심리적 자본이 사회적 지지보다 더 큰 영향력을 가지는 것으로 예측되었다.

<표 6> 대학생의 심리적 자본과 사회적 지지가 진로관여행동에 미치는 영향

구 분	모형 1				모형 2			
	B	SE	β	t	B	SE	β	t
(상수)	.00	.21		.00	-.28	.22		-1.26
심리적 자본	.90	.06	.71	16.11	.70	.07	.55	9.55***
사회적 지지					.26	.06	.23	4.06***
R^2 (수정된 R^2)	.50(.50)				.53(.52)			
ΔR^2					.03***			
F	259.68***				145.78***			

*** $p < .001$

IV. 논의 및 결론

본 연구는 대학생의 심리적 자본과 사회적 지지가 진로관여행동 간에 미치는 영향을 확인하고자 하였다. 주요 연구 결과는 다음과 같다.

첫째, 대학생의 심리적 자본, 사회적 지지, 진로관여행동은 모두 평균 이상의 수준을 보였으며, 특히 사회적 지지가 가장 높은 수준으로 나타났다. 이는 학생들이 사회적 관계 속에서 긍정적인 지지를 많이 받고 있음을 시사한다. 또한 심리적 자본과 사회적 지지는 진로관여행동과 유의미한 정적 상관관계를 보였다. 이는 심리적 자본이 높고 다양한 정보와 평가적 지지를 많이 받는 학생일수록 진로관여행동 과정에서 더 잘 적응할 수 있음을 의미한다.

둘째, 심리적 자본은 진로관여행동에 유의미한 영향을 미쳤다. 특히 하위 요인 중 자기효능감이 가장 큰 영향을 미쳤으며, 낙관주의와 회복탄력성이 그 뒤를 이었다. 이는 자신에 대한 확신과 긍정적인 태도가 학생들의 적극적인 진로 행동을 촉진함을 보여준다. 반면, 희망은 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

셋째, 사회적 지지는 진로관여행동에 유의미한 정적인 영향을 미쳤다. 하위 요인 중 평가적 지지와 정보적 지지가 가장 큰 영향을 미쳤으며, 이는 구체적인 피드백과 직업 관련 정보가 학생들의 진로 탐색과 준비 과정에서 중요한 역할을 한다는 점을 시사한다. 반면, 정서적 지지는 직접적인 영향보다는 안정감을 제공하는 간접적인 역할에 그칠 가능성이 높았다.

위와 같은 논의를 바탕으로 본 연구의 최종적인 결론을 제시하면 다음과 같다. 이 연구는

대학생들이 성공적인 진로 설계를 위해 내적 자원(심리적 자본)과 외부 자원(사회적 지지)을 동시에 활용해야 함을 강조한다. 특히 자신감은 학생들이 자신의 능력을 신뢰하고 목표를 달성하기 위해 적극적으로 행동하도록 돕는 핵심 요인으로 확인되었다. 따라서 자신감 및 회복탄력성을 강화하는 프로그램 개발이 필요하다.

또한, 평가적 지지와 정보적 지지가 진로관여행동에 중요한 역할을 한다는 점은 대학생들에게 실질적인 피드백과 직업 정보를 제공할 수 있는 환경 조성이 필요함을 시사한다. 예를 들어, 멘토링 프로그램, 직업 탐색 워크숍, 직무 체험 활동 등을 통해 학생들이 구체적인 정보를 얻고 자신감을 키울 수 있도록 지원해야 할 것이다.

불확실성이 높은 현대 사회에서 대학생들이 변화하는 직업 세계에 효과적으로 적응하려면 내외부 자원을 활용하여 능동적으로 진로를 설계할 필요가 있다. 본 연구는 기존 연구가 주로 취업 준비나 진로 선택에 초점을 맞춘 것과 달리, 보다 넓은 의미에서의 진로관여행동을 탐구함으로써 학문적·실천적 기여를 제공하였다.

하지만 이런 의의에도 불구하고, 본 연구는 다음과 같은 한계점을 가지고 있다. 첫째, 본 연구의 대상은 충청도와 전라도 소재의 대학생이 86%로 참여하여 연구한 결과로 전국의 대학생에 대한 결과로 일반화 하는데 어려움이 있다. 둘째, 코로나라는 환경적 어려움으로 인해 온라인 표집으로만 이루어졌다. 온라인 설문은 경우 빠른 시간 안에 다수의 사람을 표집으로 조사할 수 있다는 장점이 있지만 그로 인해 오염의 가능성도 있다고 본다. 따라서 이를 보완하기 위해서는 온라인과 오프라인의 적절한 대상을 배치하도록 하는 과정이 필요하다. 셋째, 본 연구는 자기 보고식 설문지를 사용한 설문 방식으로 진행되었기 때문에 연구 대상자들의 방어적 태도나 사회적 바람직성(social desirability) 편향이 영향을 미쳤을 가능성이 있다. 후속 연구에서는 지역별 표집을 확대하고 온라인과 오프라인 방식을 병행하여 연구 신뢰성을 높일 필요가 있다. 또한, 심리적 자본과 사회적 지지를 강화하는 구체적인 프로그램 개발 및 효과 검증 연구가 요구된다.

참 고 문 헌

- 고태용(2008). 사회적 지지, 진로결정자기효능감, 진로장벽이 대학생들의 진로준비행동에 미치는 영향. 목포대학교 대학원 박사학위 논문.
- 대한민국 정책브리핑(2024). 고용행정 통계 분석.
- 박지원(1985). 사회적 지지척도 개발을 위한 일 연구. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 염태영(2016). 전문대학생의 진로탄력성, 사회적지지, 진로결정자기효능감, 진로준비행동 간의 구조적 관계. 계명대학교 대학원 박사학위 논문.
- 원경림(2020). 진로관여행동이 진로만족에 미치는 영향: 우연대처기술, 진로적응성의 순차적 매개효과. **코칭연구**, 13(6), 101-121.
- 유은경·설현수(2015). 사회적지지 척도의 요인구조 탐색. **조사연구**, 16(1), 155-184.
- 유현숙(2005). 여성자본의 실태와 활용방안에 관한 연구 - 여성의 인적자본·사회자본·심리적 자본을 중심으로. **아시아여성연구**, 44(2), 225-250.
- 이지연(2017). 대학생의 긍정심리자본과 진로관여행동의 관계에서 진로적응성의 매개효과. 단국대학교 대학원 석사학위논문.
- 임희정·도미향(2024). 청소년 코칭역량과 사회적지지가 청소년의 행복플로리시에 미치는 영향. **부모교육연구**, 21(3), 51-70.
- 정미나(2011). 진로의사결정유형과 진로관여행동이 진로성숙도에 미치는 영향. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 통계청(2024). 2024년 8월 고용 동향.
- 홍윤경·최혜진(2024). 부모의 자율성 지지가 청소년의 진로성숙도에 미치는 영향에 대한 청소년의 자율성, 유능성, 관계성의 다중매개효과. **부모교육연구**, 21(1), 5028.
- Bandura, A. (1986). Self-efficacy, mechanism in human agency, *American Psychologist*.
- Black (2006). Reason, Intuition, and Engagement: A Trilateral Model of Adaptive Career Decision-Making. Unpublished doctoral dissertation, *University of Kansas, Lawrence*.
- Blustein, D. L. (1997). A context rich perspective of career exploration across the life roles. *The Career Development Quarterly*, 45(3), 260-274.
- Cohen, S., & Hoberman, H. M. (1983). Positive events and social supports as buffers of life change stress. *Journal of Applied Social Psychology*, 13(2), 99-125.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological bulletin*, 98(2), 310-357.
- Cox, D. W. (2008). The operationalization of occupational engagement and validation of the Occupational Engagement Scale for Students. Unpublished doctoral dissertation, University of Kansas, Lawrence.
- Ferry, T. R., Fouad, N. A., & Smith, P. L. (2000). The role of family context in a social cognitive

- model for career-related choice behavior: A math and science perspective. *Journal of Vocational Behavior*, 57(3), 348-364.
- Krieshok, T. S., Black, M. D., & McKay, R. A. (2009). Career decision making: The limits of rationality and the abundance of non-conscious processes. *Journal of Vocational Behavior*, 75(3), 275-290.
- Liu, J., Xu, R., & Wang, Z. (2024). The effects of psychological capital, work engagement and job autonomy on job performance in platform flexible employees. *Scientific Reports*, 14(1), Article 69484.
- Luthans, F. (2002). Positive organizational behavior: Developing and managing psychological strengths. *Academy of Management, Perspectives*, 16(1), 57-72.
- Luthans, F., Luthans, K. W., & Luthans, B. C. (2004). Positive Psychological Capital : Beyond Human and Social Capital. *Business Horizons* 47(1), 45-50.
- Luthans, F., Avey, J. B., Avolio, B. J., Norman, S. M., & Combs, G. M. (2006). Psychological capital development: Toward a micro-intervention. *Journal of Organizational Behavior*, 27(3), 387-393.
- Luthans, F., Avolio, B. J., Avey, J. B., & Norman, S. M. (2007). Psychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction. *Personnel Psychology*, 60(3), 541-572.
- Luthans, F., & Youssef, C. M. (2011). A Tale of Two Paradigms: The Impact of Psychological Capital and Reinforcing Feedback on Problem Solving and Innovation. *Journal of Organizational Behavior Management*, 31(4).
- Mercer (2024). Global Talent Trends Report.
- Peterson, C. (2000). The future of optimism. *American Psychologist*, 55, 44-45.
- Postgraduate Employability Analysis (2024). EssayPro Blog.
- Robitschek, C., & Cook, S. W. (1999). The influence of personal growth initiative and coping styles on exploration and vocational identity. *Journal of Vocational Behavior*, 54, 127-141.
- Savickas, M. L. (2005). The Theory and Practice of Career Construction. *Career Development and Counseling: Putting theory and research to work*, 1, 42-70.
- Seligman, M. E. (1998). *Learned optimism: How to change your mind and your life*. New York, NY: Pocket Books. 우문식, 최호영 공역(2012). **(마틴 셀리그만의) 낙관성 학습**. 안양: 물푸레.
- Seligman, M. E. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.
- Stajkovic, A. D. (2006). Development of a core confidence-higher order construct. *Journal of Applied Psychology*, 91(6), 1208-1224.
- Stumpf, S., & Hartman, K. (1984). Individual exploration to organizational commitment or withdrawal *Academy of Management Journal*, 27, 308-329.
- Wang, M., & Fu, X. (2015). Career social support and career adaptability: A study of Chinese college graduates. *Journal of Vocational Behavior*, 86, 91 - 99.

- Xin, Z. (2022). Perceived social support and college student engagement: Moderating effects of a grateful disposition on the satisfaction of basic psychological needs as a mediator. *BMC Psychology*, 10(1), 1-9. Article 15.

Abstract

The Effects of Psychological Capital and Social Support of University Students on Occupational Engagement

Lee, Yu Gyeong* · Won, Kyung Rim**

The purpose of this study was to examine the effects of psychological capital and social support on career involvement behavior using response data from 263 university students located in the Chungcheong area. Descriptive statistics, a correlation analysis, and a hierarchical multiple regression analysis were conducted and the results were assessed using SPSS 27.0. The findings showed that psychological capital had a positive effect on career involvement behavior, meaning that psychological capital is an important prerequisite for promoting career involvement behavior in college students. In addition, social support had a positive effect on career involvement behavior, initiating that when college students experience greater social support, their career involvement behavior becomes more active. Through these results, it was confirmed that psychological capital and social support are the main antecedent variables affecting career involvement behavior. Based on this, the necessity of various support measures was proposed to improve psychological capital and help college students perceive social support more clearly to support their career development.

Keywords : University students, positive psychological capital, social support, career engagement

* March Coaching Institute, Representative.

** Assistant Professor, Dept. of Child Welfare, Namseoul University.