

대학생의 자아탄력성이 진로준비행동에 미치는 영향 - 강점인식을 매개로 -

김산옥* · 도미향**

본 연구의 목적은 대학생의 자아탄력성이 진로준비행동에 어떠한 영향을 미치는 지를 알아 보고 대학생의 자아탄력성이 진로준비행동에서 강점인식의 매개효과를 검증하는 것이다. 연구대상은 4년제 대학생 300명이며, 연구방법은 대학생의 강점인식, 자아탄력성, 진로준비행동을 측정한 자료로 각 변인 간의 상관관계를 확인하기 위하여 Pearson의 상관분석을 실시하였다. 대학생의 자아탄력성이 진로준비행동의 관계에서 강점인식의 매개효과를 검증하기 위하여 회귀분석을 실시하였다.

연구결과 대학생의 자아탄력성이 진로준비행동에 미치는 영향 연구에서 강점인식의 매개효과 검증을 종합해보면 다음과 같다. 첫째, 자아탄력성과 강점인식, 진로준비행동과의 관계를 살펴본 결과 세 변인 간의 정상적인 범위로 경향성을 충족시켰다. 둘째, 진로준비행동, 자아탄력성, 강점인식 주요변인 간에 모두 유의미한 정적상관관계를 보였다. 셋째, 자아탄력성과 진로준비행동의 관계에서 감정인식이 부분 매개 효과를 보였다.

이러한 연구결과는 대학생의 자아탄력성이 진로준비행동을 하는데 강점을 인식하는 것은 대학생들의 진로와 취업에 대한 확신을 주는 변인으로 대학생들에게 기여할 것이다.

주제어 : 대학생, 진로준비행동, 자아탄력성, 강점인식

논문투고일: 2022. 01. 28.

최종심사일: 2022. 03. 12.

게재확정일: 2022. 03. 19.

* 남서울대학교 대학원 코칭학과 박사과정

** 남서울대학교 아동복지학과 / 대학원 코칭학과 교수

Corresponding Author : Do, Mi-Hyang, Dept. of Child Welfare, Namseoul University, 91, Daehak-Ro Seonghwan-eup, Choongnam, Korea. 31020. E-mail: domi@nsu.ac.kr

I. 서론

대학생 시기는 직업세계로 진입을 앞둔 중요한 발달적 시기로 올바른 진로 선택은 매우 중요하며, 건강한 사회인으로 기능하기 위해 진로결정에 대한 구체적인 계획과 행동은 필수적이라고 볼 수 있다(박혜선·김봉환, 2013). 홍은선(2020)은 대학생 시기에 진로 선택에 있어서 불안한 직업 세계가 직접적인 영향을 미치는 것으로 고용환경, 직업세계, 채용 동향 등의 변화를 고려한 진로과업 달성이 필요하다고 보았다. 우리나라 대학생들은 지속적인 경기불안 속에 취업과 관련한 진로 선택의 어려움으로 인한 취업 스트레스를 경험하고 있다(박재춘·김주섭, 2019). 이러한 취업 불안과 취업 스트레스는 청년 대졸자의 실업률을 증가시키고 있으며(한국경제연구원, 2020), 진로발달에 따른 진로탐색 시기에 놓인 대학생들은 어려움을 극복하기 위해서 진로준비행동을 적극적이고 주도적으로 해야 할 중요한 시기라고 볼 수 있다. 대학생들은 자신의 진로에 대한 고민과 관심은 많지만, 구체적이고 실제적으로 자신의 미래를 준비하는 실천계획을 세우는 것이 부족하고(고명숙, 2014; 김현수·장기명·이난, 2004), 진로탐색 및 진로준비행동 수준은 낮다(노윤신·정철영, 2016; 서희정, 윤명희, 2014). 우리나라 대학생들은 자신의 진로를 준비하기 위해서 실질적이고 적극적인 준비 태도보다는 외적인 환경의 탓으로 돌리는 경우가 많다(장천, 2018).

2020년 한국의 진로교육현황과 정책과제 자료에 의하면 대학교 학생의 약 76.3%, 전문대학 학생의 약 70.1%가 진로에 대한 지원 강화 필요성에 응답했고, 2020년 6월 취업포털 인크루트가 대학생 1066면을 대상으로 한 설문조사에서 응답자의 53.7%가 진로 변경을 고민해본 적이 있다고 응답했다(인크루트, 2020). Savickas(2005)는 의사결정을 위해 탐색 활동이 중요하며 탐색을 통해 정보를 수집하는 것이 자신과 직업 세계를 이해하고, 새로운 지식과 기술을 학습하여 다양한 문제를 해결하는데 기반이 된다고 하였다. 이처럼 급변하는 사회 환경에서 대학생들은 진로에 대한 불안과 진로결정에서 어려움을 겪고 있다.

또한 Brophy(1988)은 학생들의 학습동기는 자신이 어떠한 행동을 하느냐에 따라 결과가 달라질 수 있고 학생이 학습활동을 지속하면서 학습활동에 대한 의미와 가치를 발견하고 자신의 학습목표를 달성하려는 경향성으로 보았다. 셀프리더십은 진로에 있어 개인의 변화와 성장을 위해 현재를 탐구하고 미래를 계획하며 개인이 가진 잠재력을 개발하고 극대화시켜 자신의 삶을 주도적으로 살아가도록 성장시키는 과정을 설정하고 학업성취를 잘 이룰 수 있

도록 지도하는 것은 교사에게 중요한 역량이라고 했다(도미향, 2019). 이러한 선행연구들에서 진로와 관련한 변인은 연구자들에게 중요한 연구주제임을 확인하고자 한다.

선행연구결과 대학생의 강점인식이 진로준비행동에 긍정적인 영향을 미치고 유의미한 상관관계가 있는데 높은 강점인식은 자기효능감을 증진시킬 뿐만 아니라 구체적인 진로준비행동을 하는 변인이라는 점에서 그러하다(조연교, 2014). 최근 청소년의 진로를 준비하는 과정에서 자신을 이해하고 자신의 강점을 최대한 활용할 경우 대학생으로 역량과 자질을 향상시킬 수 있다고 보았다(도미향·박은경, 2019). 또한 청소년들의 진로준비행동은 진로결정에 있어 다양한 변인들이 도움이 된다는 연구들이 활발하게 이루어지고 있다(한민아·도미향, 2018). 따라서 대학생의 자아탄력성, 진로준비행동과 관련하여 직·간접적으로 영향을 미치는 자아탄력성의 중요성을 밝혔다(백은경·정은정, 2017).

이에 본 연구에서는 대학생의 자아탄력성이 진로준비행동에 미치는 영향에 관한 연구에서 강점인식의 매개효과성을 보고자 한다. 이를 토대로 합리적이고 올바른 진로를 선택하고, 진로상담을 시행할 수 있는 기초자료로 제공하고자 한다. 또한 강점인식 코칭 프로그램을 개발하여 자아탄력적인 사람으로 성장하고 자신의 강점을 인식하여 진로준비행동을 할 수 있는 동기부여에 도움을 주고자 하는 목적이다. 이러한 목적을 위해 본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

- 연구문제 1. 대학생의 자아탄력성, 강점인식, 진로준비행동의 일반적 경향은 어떠한가?
- 연구문제 2. 대학생의 자아탄력성, 강점인식이 진로준비행동 간의 상관관계는 어떠한가?
- 연구문제 3. 대학생의 자아탄력성이 진로준비행동에 미치는 영향에서 강점인식의 매개효과를 어떠한가?

II. 이론적 배경

1. 진로준비행동

진로준비행동이란 자신이 진로와 관련한 인지나 태도적인 차원이 아닌 실제적이고 구체적인 행위의 차원을 말하며, 합리적이고 올바른 진로결정을 위해서 수행해야 하는 행동과 진로결정이 이루어진 이후에 그 결정사항을 시행하기 위한 행위 등을 포함한다(김계현·김봉환, 1997). 진로준비행동은 진로전환의 성공요인으로 자신에게 적합한 직업을 선택하고 만족스러운 직업생활을 하게 될 가능성을 높이고(Luzzo, 1993), 더 나아가 개인의 삶의 균형과 성장을 지원하는 방향으로 확대된다고 보았다(도미향·김수영, 2019). 자신과 직업 세계에 대해 주기적으로 탐색하면서 인식을 확장시켜 나가는 행동은 오늘날 직업 환경에서 요구되는 유연한 태도라고 할 수 있다(정채운, 2021). 정영주(2021)의 연구에서는 대학생들이 진로준비행동을 성공적으로 수행하기 위해서 자신감을 높이고 긍정적인 변화를 가져올 수 있는 변인으로 보았다. 그동안 대학생들의 진로발달 및 준비 과정을 효율적으로 이해하기 위해서 많은 연구들이 있었다.

이에 본 연구에서는 김봉환(1997)의 3가지 구성요인으로 연구하였다. 첫째, 직업세계에 관한 정보를 수집하는 활동이 포함되며, 이러한 정보를 합리적이고 효율적으로 수집하는 정보수집활동이다. 둘째, 도구준비행동으로 자신이 목표한 직업을 얻기 위해 준비 과정에서 필요한 장비나 기자재 또는 교재 등을 구입하거나 자격증 또는 면허증 등을 취득하는 행동실천이다. 셋째, 목표달성행동으로 개인이 목표를 달성하기 위해 진로 관련 시간과 노력을 투자하여 애쓰는 행위를 말한다(김계현·김봉환, 1997).

선행연구결과 진로소명의식과 진로결정 자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향에서 자아탄력성의 매개효과를 검증한 결과(신미경·김희수, 2017), 진로결정 자기효능감과 진로준비행동에서는 자아탄력성의 부분매개 효과를 보였고, 진로소명과의 관계에서는 완전 매개효과가 나타났다. 진로준비행동은 개인이 자신의 직업과 관련하여 나아갈 방향을 결정하고, 필요한 것을 미리 갖추기 위한 실천방식을 일컫는 것으로 이에 연구자는 진로준비행동과 자아탄력성의 관계성을 보고자 한다.

2. 자아탄력성

자아탄력성이란 해결해야 하는 문제를 스스로 해결하여 원래 상태로 돌아 갈 수 있는 능력으로 본다. 자아탄력성(Ego-resilience)에 대한 개념은 정신분석학적 측면에서 학자들에 따라 다르게 정의된다(오소영, 2018). 자아탄력성(ego-resilience)은 역동적인 성격 과정을 설명하는 이론적 기반으로 Block에 의해 초기 성격 구조로 개념화되었는데, 자아(ego)의 기능을 보다 강조한 개념으로 개인이 상황에 적극적으로 대처하고 적절하게 기능하도록 자기를 통제할 수 있는 성격 특성으로 외부 및 내부의 스트레스에 저항하여 유연하면서도 융통성 있게 적응할 수 있도록 하는 역량이다(Block & Block, 1980).

자아탄력성에 대한 구성요인은 아직까지 일치된 의견이 없으며 자아탄력성의 측정 척도에 따라 다양하게 정의되고 있다. 이에 본 연구자는 김주환(2009)의 한국형 자아탄력성 지수 검사를 검토하여 대학생에 맞는 문항으로 변형을 한 것으로 통제성, 긍정성, 사회성(각 9문항)의 세 가지 하위요소로 보았다. 첫째, 통제성이다. 통제성이란 스스로의 감정을 인식하고 그것을 조절하는 능력을 말하며, 이는 어려움이 닥쳤을 때 부정적 감정을 통제하고 긍정적인 감정과 건강한 도전의식을 가져온다. 둘째, 긍정성이다. 긍정성이란 스스로 행복해짐으로써 자기 통제력을 높인 긍정적 정서는 자신의 행복을 타인에게 나눠줌으로써 대인관계 능력을 향상시키는 것으로 자신이 원하는 방향으로 이끌어 갈 수 있는 능력을 말한다. 셋째, 사회성이다. 사회성이란 다른 사람의 마음과 감정 상태를 파악하여 이해하고 공감함으로써 원만한 인간관계를 맺고 유지하는 것을 의미한다.

선행연구를 살펴보면 대학생의 자아탄력성이 삶의 만족도에 영향을 줬으며, 하위요인은 감정조절, 흥미와 관심의 다양성, 긍정적 미래지향성 3가지로 연구되었다(고태순·김영희, 2020). 박은민(2019)의 연구에서 자아탄력성이 높은 학생은 심각한 스트레스 상황에서도 긍정적이고 적극적인 대처 방법을 통해 대학생활적응의 어려움에 굴복하지 않고 본인이 직면한 환경과의 상호작용을 발생시켜 대학생활적응에 긍정적으로 유의미한 영향을 준다고 분석하였다. 자아탄력성과 학업성취와의 관계에서 학생이 자아탄력성이 높을수록 신체적, 정신적인 건강을 다스릴 수 있으며, 이를 통해 학업스트레스 발생시 좌절하지 않고 해소할 수 있는 능력에 영향을 미치므로 학업성취도가 높아진다(이은희, 2019). 또한 자아탄력성은 불안, 우울 등의 부정적 감정에 대한 지각 정도를 낮아지게 하므로 학생의 주관적 행복감이 높아지고, 그에 따라 낙관적이고 자신감 있는 외향적인 성격을 가지게 되어 다양한 돌발 상황과 교수학습방법에 수월하게 대처하고 높은 학업성취도를 달성할 수 있게 된다(한수정·김

혜원, 2018).

3. 강점인식

강점인식이란 자신의 성격강점을 자각하고 인지하는 것을 강점인식이라고 하였다 (Govindji & Linley, 2007). Seligman(2005)에 따르면 단순히 자신의 강점을 인지하고 아는 것만으로도 향후 6개월간 행복지수가 증가하고, 우울감이 감소되는 것으로 밝혀졌다. 강점인식 수준이 높을수록 낮은 우울을 나타내고 행복과 삶의 만족이 증가한다는 보고가 있다(김지영, 2011). 강점에 대한 연구는 인본주의 심리학측면에서 인간의 건강과 성장지향적인 긍정적인 측면에 관심을 가졌고, 성장지향적인 인간관을 토대로 삼아 인본주의 심리학의 창시자인 아브라함 매슬로우(Maslow)는 전인적 인간의 욕구를 반영하는 욕구의 위계를 개발하였다(Maslow, 1954). 또한 Rogers(1940)는 인간을 개인적 성장, 자율성 증대, 외부 압력으로부터의 자유를 피하는 자아실현 성향을 가진 존재로 보았다.

강점인식과 관련된 국내 선행연구에서는 학생들의 학교생활 적응에 긍정적인 효과를 보이고, 이기학과 이지원(2017)은 자신의 강점을 이해하고 인식하고 있는 대학생들일수록 대학생활 적응수준이 높다고 하였다. 강점을 인식하고 있는 학생들은 심리적 안녕감을 느껴 대인관계에 효과적으로 대응했으며, 그들이 속한 학교생활적응에도 영향을 미쳤다. 강점인식의 정도가 높을수록 학업적 실패에 대한 내성이 높아지고, 자신이 스스로 목표를 정하고 그 목표를 완수할 수 있다고 보았다(도미향, 2017). 강점인식 수준이 높은 대학생들은 동료들과의 친밀한 유대관계로 신체적·심리적 어려움이 적고, 진로 목표가 뚜렷하며 소속 대학에 애착이 있었다(유숙자, 2018). 대학생의 강점인식이 강점 활용을 매개로 진로결정수준에 유의미한 영향을 미친다는 연구결과도 있다(김민·탁진국, 2017). 이러한 연구결과를 통해 강점을 인식하고 활용하면 진로준비행동에 직접적인 영향을 미치며, 진로결정 자기효능감을 통해 진로준비행동에 간접적인 영향을 미친다고 보았다(이재은·조영아, 2017).

4. 변수간의 관계

진로준비행동과 자아탄력성 간의 관계를 살펴본 연구(백은경, 2016)에서는 자아탄력성이

진로태도성숙을 매개로 하여 진로준비행동에 유의미한 영향이 있음을 확인하였으며, 이정희(2015)의 연구에서는 대학생의 진로준비행동에 영향을 주는 외적인 변인으로 사회적지지 내적인 변인으로 자아탄력성 모두 중요한 변인임을 확인하였다. 또한 진로소명의식과 진로결정 자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향에서 자아탄력성의 매개효과를 검증한 결과(신미경·김희수, 2017), 진로결정 자기효능감과 진로준비행동에서는 자아탄력성의 부분매개효과가, 그리고 진로소명과의 관계에서는 완전 매개효과가 나타났다. 진로준비행동은 개인이 자신의 직업과 관련하여 나아갈 방향을 결정하고, 필요한 것을 미리 갖추기 위한 실천방식을 일컫는 것으로 이에 연구자는 진로준비행동과 자아탄력성의 관계성을 보고자 한다.

대학생의 강점인식이 강점 활용을 매개로 진로결정수준에 유의미한 영향을 미친다는 연구 결과도 있다(김민·탁진국, 2017). 선행연구 결과를 통해 강점인식이 진로발달 변인에 영향을 미치는 주요변인이라는 점을 예측할 수 있다(김수림, 2015). 강점인식과 진로준비행동과의 선행연구는 고등학생의 강점인식은 진로결정수준에 직접적인 영향을 미치며, 또한 강점 활용은 진로준비행동에 직접적인 영향을 미치며, 진로결정 자기효능감을 통해 진로준비행동에 간접적인 영향을 미쳤다(박선희, 2019). 이러한 변인들은 현대 사회인에게 중요한 역량이며 또한 자아탄력성의 하위요소인 의사소통능력은 부모와 자녀사이에 중요한 역량으로 보았다(우동욱, 김응자, 2020).

이에 본 연구에서는 대학생의 강점인식이 진로준비행동에 매개역할을 하는지 확인하고자 한다.

III. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 2019년 4월 7일부터 5월 9일까지 충청남도에 위치하고 있는 N대학교에 재학 중인 학생을 대상으로 실시하였다. 다양한 전공계열과 학년을 지닌 연구대상을 표집하기 위해 연구자가 대상학교를 직접 방문하여, 연구에 대한 간단한 목적과 설문 의의를 설명한 다

음 응답자들의 동의한 300명을 대상으로 설문조사를 시행하였다. 회수된 설문지 중 불성실하게 응답하거나 문항에 답하지 않거나, 적절하지 않은 설문지 30부를 제외하고 총 270부를 조사 대상으로 선정하였다. 구체적인 연구대상의 특성을 <표 1>과 같다.

<표 1> 조사 대상자의 특성

구 분		인원수	표준편차(%)
성 별	남	95	35.2
	여	175	64.8
학 년	1학년	61	22.6
	2학년	73	27.0
	3학년	83	29.2
	4학년	53	19.6
전공계열	인문계열	73	27.0
	사회계열	34	12.6
	공학계열	35	13.0
	이학계열	33	12.2
	사범계열	2	0.7
	기타	93	32.7
합 계		270	100

2. 측정도구

1) 진로준비행동 척도

진로준비행동을 측정하기 위해 김봉환(1997)이 개발한 진로준비행동 검사에 이명숙(2002)이 두 개의 문항을 추가한 척도를 사용하였다. 김봉환(1997)의 진로준비행동 하위요인별 척도는 정보수집활동 6문항과 도구준비행동 5문항 그리고 마지막 목표달성행동 7문항 총 18문항으로 구성되어 있으며, 척도는 7점 척도(전혀 그렇지 않다 = 1, 매우 그렇다 = 7)로 평가하며, 점수가 높을수록 진로준비행동의 수준이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 진로준비행동 척도의 신뢰도 계수(Cronbach α)는 .88로 나타났으며 <표 2>와 같다.

<표 2> 진로준비행동

요인	하위요인	문항번호	문항수	Cronbach a
진로준비 행동	정보수집행동	1, 2, 3, 8, 9, 17	6	.797
	도구준비행동	4, 5, 13, 14, 15	5	.795
	목표달성행동	6, 7, 10, 11, 12, 16, 18	7	.856
전 체			18	.917

2) 자아탄력성 척도

본 연구에서는 자아탄력성의 측정도구로 김주환(2009)이 연구에서 사용한 한국형 자아탄력성 지수 척도를 사용하였다. 이 검사는 총 27문항으로 구성되어 있으며, 다양한 집단을 대상으로 반복 조사하여 신뢰도와 타당도가 검증된 척도이다(김주환, 2009). 본 척도는 통제성, 긍정성, 사회성(각9문항)의 세 가지 요인으로 구성되어 있으며 문항은 7점 척도로 구성되어 있고, 본 연구에서는 통제성은 .656, 긍정성은 .898, 사회성은 .704로 조사되었으며 <표 3>과 같다.

<표 3> 자아탄력성

요인	하위요인	문항번호	문항수	Cronbach a
통제성	원인분석력	1,2,3	3	.656
	감정통제력	4,5,6	3	
	충동통제력	7,8,9*	3	
긍정성	감사하기	10,*11,12*	3	.898
	생활만족도	13,14,15	3	
	낙관성	16,17,18	3	
사회성	관계성	19,20,21*	3	.704
	의사소통능력	22,23,24	3	
	공감능력	25,26,27	3	
전체			27	.870

3) 강점인식 척도

대학생들의 강점인식을 측정하기 위해 Govindji와 Linley(2007)가 개발하고 김민정(2014)

이 한국어로 번안한 강점인식척도(Strengths Knowledge Scale)를 사용하였다. 총 8문항으로 구성 되어 있으며, 대표문항으로는 ‘내가 무엇을 가장 잘 하는지 알고 있다(I know what I do best)’, ‘나의 강점을 제대로 알고 있다(I know my strengths well)’ 등이 있다. 김민정 (2014)이 최종적으로 번안한 연구에서는 내적 합치도가 .89로 나타났다(Govindji, Linley, 2007). 본 연구에서 연구대상을 통한 신뢰도 계수는 .917로 확인되었으며 <표 4>와 같다.

<표 4> 강점인식

요인	문항번호	문항수	Cronbach a
강점인식	1,2*,3,4,5,6,7,8	8	.917
전체		8	.917

3. 연구절차 및 자료 분석

수집한 자료는 SPSS 21.0 for Windows 프로그램을 사용하여 분석하였다. 첫째, 연구대상의 인구학적 특성을 조사하기 위하여 빈도분석을 실시하고, 각 변인들의 평균 및 표준편차를 산출하였다. 둘째, 강점인식, 자아탄력성, 진로준비행동의 관계를 살펴보기 위하여 Pearson의 상관분석을 실시하였다. 셋째, 강점인식과 자아탄력성이 진로준비행동의 영향 관계를 검증하기 위하여 다중회귀분석을 실시하였다. 넷째, 자아탄력성과 진로준비행동의 관계에서 강점인식의 역할을 살펴보기 위하여 배런과 케니(Baron & Kenny, 1986)가 제안한 매개회귀 분석법을 사용하였다. 이 방법은 3단계에 걸쳐 독립과 매개, 종속변인 간 관계를 검증하는 절차를 담고 있다. 1단계에서는 독립변인이 매개변인에 유의미한 영향을 주고 있는지를, 2단계에서는 독립변인이 종속변인에 유의미한 영향력을 미치고 있는지를 검증한다(Baron & Kenny, 1986).

IV. 연구결과

1. 자아탄력성, 강점인식, 진로준비행동의 일반적 경향

본 연구에서 진로준비행동, 자아탄력성, 강점인식의 평균과 표준편차를 산출하였으며, 회귀분석으로 주요변인들의 일반적인 경향성과 정상성을 확인하기 위해 왜도 및 첨도를 추가하여 기술통계를 실시하였다.

이에 분석 결과는 <표 5>와 같다. 강점인식의 경우 7점 만점에서 평균 4.73, 표준편차 1.05로 조사되었다. 다음으로 자아탄력성의 경우 사회성 5.41(SD=0.92), 긍정성 4.92(SD=0.99), 통제성 4.81(SD=0.82)의 순으로 평균이 높은 것으로 나타났다. 마지막으로 진로준비행동은 정보수집행동이 평균 4.24 (SD=1.21), 도구준비행동 3.70(SD=1.38), 목표달성행동 3.24(1.32)의 순으로 높은 평균을 보이고 있었다. 각 변인의 왜도의 절대 값 2를 넘지 않고, 첨도의 절대 값이 7을 넘지 않기 때문에, 회귀분석의 정상분포조건을 충족시킨다고 볼 수 있다.

<표 5> 자아탄력성, 강점인식, 진로준비행동의 일반적 경향

구분		N	M	SD	왜도		첨도	
					통계량	표준오차	통계량	표준오차
강점인식		270	4.73	1.05	-0.20	0.15	-0.21	0.30
자아 탄력성	통제성	270	4.81	0.82	0.50	0.15	4.86	0.30
	긍정성	270	4.92	0.99	-0.30	0.15	0.09	0.30
	사회성	270	5.41	0.92	1.46	0.15	6.24	0.30
진로 준비 행동	정보수집행동	270	4.24	1.21	-0.22	0.15	-0.47	0.30
	도구준비행동	270	3.70	1.38	0.12	0.15	-0.74	0.30
	목표달성행동	270	3.24	1.32	0.27	0.15	-0.52	0.30

2. 자아탄력성, 강점인식이 진로준비행동 간의 상관관계

본 연구에서 연구문제를 검증하기 위해서 각 변인들 간의 관련성이 적절한 지 확인하기 위해 상관분석을 실시하였다. 진로준비행동, 자아탄력성, 강점인식 주요변인 간의 상관 결과

를 <표 6>에 제시하였다. 변인 간 상관은 .01에서 유의하며, 결과 값이 .2-.4는 약간의 관련성, .4-.7은 상당한 관련성, .7이상은 매우 강한 관련성을 나타낸다(Cohen, West & Aiken, 2003). <표 6>에 제시된 결과를 보면 강점인식은 자아탄력성의 하위요인인 통제성, 긍정성, 사회성 변인 모두와 통계적으로 유의미한 정적상관을 보이고 있으며, 진로준비행동의 하위요인인 정보수집행동, 도구준비행동, 목표달성행동과도 통계적으로 유의미한 정적 상관($p < .001$)을 보였다. 자아탄력성 또한 진로준비행동과 통계적으로 유의미한 정적 상관관계를 보이는 것으로 조사되었다.

<표 6> 자아탄력성, 강점인식, 진로준비행동 간의 상관관계

구분		강점인식	자아탄력성			진로준비행동		
			통제성	긍정성	사회성	정보수집행동	도구준비행동	목표달성행동
강점인식		1						
자아탄력성	통제성	.497**	1					
	긍정성	.578**	.567**	1				
	사회성	.488**	.379**	.486**	1			
진로준비행동	정보수집행동	.339**	.259**	.352**	.270**	1		
	도구준비행동	.381**	.212**	.288**	.266**	.625**	1	
	목표달성행동	.334**	.173**	.263**	.249**	.679**	.715**	1

** . 상관계수는 0.01 수준($p < .001$).

3. 자아탄력성과 진로준비행동의 관계에서 강점인식에 대한 매개효과 분석

자아탄력성과 진로준비행동의 정보수집행동 변인과의 관계에서 감정인식이 어떠한 매개효과를 갖는지 3단계 절차에 따라 <표 7>과 같이 분석을 실시하였다. 1단계에서는 자아탄력성이 감정인식에 미치는 영향을 살펴보았다. 그 결과 통제성($\beta=.212$, $p<.001$), 긍정성($\beta=.340$, $p<.001$), 사회성($\beta=.243$, $p<.001$)의 모든 변수가 통계적으로 유의미한 정(+)의 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다. 2단계 분석에서는 자아탄력성이 진로준비행동의 정보수집행동 변인에 미치는 영향을 살펴본 결과 자아탄력성의 긍정성($\beta=.255$, $p<.01$) 변인만이 통계적으로 유의미한 정(+)의 영향을 미치고 있는 것으로 조사되었다.

<표 7> 자아탄력성과 진로준비행동의 관계에서 강점인식에 대한 매개효과 분석

검증단계	종속변수	독립변수	β	t	p	F2	Adj.F2	F	
1 단계	강점인식	통제성	.212	3.703	.000***	.420	.414	64.301***	
		긍정성	.340	5.601	.000***				
		사회성	.243	4.498	.000***				
2 단계	정보수집행동	통제성	.069	.986	.325	.140	.130	14.398***	
		긍정성	.255	3.444	.001**				
		사회성	.120	1.824	.069				
	도구준비행동	통제성	.048	.670	.504	.105	.095	10.443***	
		긍정성	.184	2.436	.016*				
		사회성	.159	2.373	.018*				
	목표달성행동	통제성	.012	.163	.870	.088	.078	8.605***	
		긍정성	.180	2.365	.019*				
		사회성	.157	2.322	.021*				
3 단계	정보수집행동	독립	통제성	.033	.459	.647	.157	.144	12.303***
			긍정성	.196	2.535	.012*			
			사회성	.078	1.160	.247			
		매개	감정인식	.171	2.306	.022*			
	도구준비행동	독립	통제성	-.016	-.223	.823	.157	.145	12.371***
			긍정성	.082	1.056	.292			
			사회성	.086	1.278	.203			
		매개	감정인식	.299	4.043	.000***			
	목표달성행동	독립	통제성	-.042	-.585	.559	.126	.113	9.552***
			긍정성	.093	1.184	.238			
			사회성	.095	1.384	.167			
		매개	감정인식	.255	3.374	.001**			

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

3단계 분석에서는 자아탄력성과 감정인식이 진로준비행동의 정보수집행동 변인에 미치는 영향을 살펴보았다. 그 결과 자아탄력성의 긍정성($\beta=.196$, $p<.001$)과 감정인식($\beta=.171$, $p<.001$)만이 통계적으로 유의미한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 전체적인 분석 결과 1단계, 2단계, 3단계에서 모두 통계적으로 유의미한 영향을 준 변인은 자아탄력성의 긍정성 변인이었다. 긍정성 변인은 2단계와 3단계 변화를 살펴보면 2단계에서는 회귀계수가

.255였으나 매개변수가 추가된 3단계 결과에서는 .196로 낮아진 것을 볼 수 있었다. 2단계의 독립변수 효과가 3단계보다 크게 나타나고 있고 유의수준을 가늠할 수 있는 t값과 p값이 1단계, 2단계, 3단계 모두 유의미한 결과를 보여주고 있다. 따라서 자아탄력성과 진로준비행동의 정보수집행동의 관계에서 감정인식이 부분 매개 효과를 갖는다고 할 수 있다. 각 단계의 설명력을 나타내는 수정된R2 값은 1단계 41.1%, 2단계 13%, 3단계 14.4%의 설명력을 제시하고 있다. 한편 자아탄력성의 다른 하위요인인 통제성과 사회성에서 감정인식의 매개효과는 검증을 위한 단계별 조건에 충족되지 못해 매개효과를 확인 할 수 없었다.

자아탄력성과 진로준비행동의 도구준비행동 변인과의 관계에서 강점인식이 어떠한 매개 효과를 갖는지 3단계 절차에 따라 분석을 실시하였다. 1단계에서는 자아탄력성이 강점인식에 미치는 영향을 살펴보았다. 그 결과 통제성($\beta=.212, p<.001$), 긍정성($\beta=.340, p<.001$), 사회성($\beta=.243, p<.001$)의 모든 변수가 통계적으로 유의미한 정(+)의 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다. 2단계 분석에서는 자아탄력성이 진로준비행동의 도구준비행동 변인에 미치는 영향을 살펴보았다. 그 결과 자아탄력성의 긍정성($\beta=.184, p<.01$)과 사회성($\beta=.159, p<.01$) 변인이 통계적으로 유의미한 정(+)의 영향을 미치고 있는 것으로 조사되었다. 3단계 분석에서는 자아탄력성과 강점인식이 진로준비행동의 도구준비행동 변인에 미치는 영향을 살펴보았다. 그 결과 매개변수인 강점인식($\beta=.299, p<.001$)만이 통계적으로 유의미한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 전체적인 분석 결과 1단계, 2단계에서 긍정성과 사회성에서 통계적으로 유의미한 영향을 준 것으로 조사되었으나 3단계에서는 자아탄력성의 긍정성과 사회성이 진로준비행동의 도구준비행동에 통계적으로 유의미하지 않는 것으로 나타나 강점인식이 완전매개 효과를 갖는 것으로 조사되었다. 이는 2단계에서 통계적으로 유의미한 영향을 주는 것으로 판단되었던 자아탄력성의 긍정성과 사회성 변인이 매개 변수가 추가됨으로써 진로준비행동의 도구준비행동의 영향이 없어진 것으로 강점인식이 긍정성과 사회성의 영향을 흡수하여 종속변수인 도구준비행동에 전달하였기 때문이다. 각 단계의 설명력을 나타내는 수정된R2 값은 1단계 41.1%, 2단계 9.5%, 3단계 14.5%의 설명력을 제시하고 있다. 한편 자아탄력성 통제성요인은 감정인식의 매개효과는 검증을 위한 단계별 조건에 충족되지 못해 매개효과를 확인 할 수 없었다.

자아탄력성과 진로준비행동의 목표달성행동 변인과의 관계에서 강점인식이 어떠한 매개 효과를 갖는지 3단계 절차에 따라 분석을 실시하였다. 1단계에서는 자아탄력성이 강점인식에 미치는 영향을 살펴보았다. 그 결과는 앞선 결과와 같기 때문에 서술을 생략하도록 하겠다. 2단계 분석에서는 자아탄력성이 진로준비행동의 목표달성행동 변인에 미치는 영향을 살

펴보았다. 그 결과 자아탄력성의 긍정성($\beta=.180, p<.05$)과 사회성($\beta=.157, p<.05$) 변인이 통계적으로 유의미한 정(+)의 영향을 미치고 있는 것으로 조사되었다. 3단계 분석에서는 자아탄력성과 감정인식이 진로준비행동의 목표달성행동 변인에 미치는 영향을 살펴보았다. 그 결과 매개변인인 감정인식($\beta=.255, p<.01$)만이 통계적으로 유의미한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 전체적인 분석 결과 1단계, 2단계에서 긍정성과 사회성에서 통계적으로 유의미한 영향을 준 것으로 조사되었으나 3단계에서는 자아탄력성의 긍정성과 사회성이 진로준비행동의 도구준비행동에 통계적으로 유의미하지 않는 것으로 나타나 자아탄력성의 긍정성과 사회성 변인과 진로준비행동의 목표달성행동에서는 감정인식이 완전매개 효과를 갖는 것으로 조사되었다. 이는 2단계에서 통계적으로 유의미한 영향을 주는 것으로 판단되었던 자아탄력성의 긍정성과 사회성 변인이 매개 변수가 추가됨으로써 진로준비행동의 도구준비행동의 영향이 없어진 것으로 강점인식이 긍정성과 사회성의 영향을 흡수하여 종속변수인 도구준비행동에 전달하였기 때문이다. 각 단계의 설명력을 나타내는 수정된R2 값은 1단계 41.1%, 2단계 7.8%, 3단계 11.3%의 설명력을 제시하고 있다. 한편 자아탄력성 통제성요인은 강점인식의 매개효과는 검증을 위한 단계별 조건에 충족되지 못해 매개효과를 확인할 수 없었다.

V. 논의 및 결론

본 연구는 대학생의 자아탄력성과 강점인식이 진로준비행동에 어떠한 상관관계가 있고, 어떠한 영향력을 미치는지 확인하고자 하였다. 신미경과 김희수(2017)의 연구에서 자아탄력성이 진로준비행동에 매개효과가 있음을 확인하였고, 박정연(2022)은 대학생의 성격강점을 인식하고 활용할 때 진로준비행동이 높다고 하였다. 이에 본 연구에서는 대학생의 자아탄력성이 진로준비행동에 미치는 영향에서 강점인식의 매개역할을 검증하였다. 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 자아탄력성과 진로준비행동 간에는 유의한 정적상관이 있음을 보았다. 김지연, 이기학(2014)의 자아탄력성 및 진로경정 자기효능감이 진로 준비행동에서 성취동기의 조절된 매개효과 연구의 결과를 지지한다. 김민과 탁진국(2017)의 여자 고등학생의 강점인식이 진로준

비행동에 영향을 끼친다는 것을 확인하였으며, 강점에 대한 인식과 활용이 진로준비행동에 효과가 있다는 선행연구를 지지한다. 자아탄력성의 수준에 따라 대인관계, 긍정적 정서 및 대처, 긍정 정서 및 부정 정서, 삶의 의미 추구하고 의미 발견, 스트레스 대처, 적응, 자기 조절 등에 차이를 보이는 연구는 많으며(한호성, 2007; 조은향, 2009; 김초록, 2010), 자아탄력성 증진 프로그램 개발 및 효과 검증에 대한 연구가 초등학생(오영숙, 2011; 박선희, 2012), 중학생(김미향, 2011), 대학생(이은석, 2010) 등으로 연구 대상들의 범위가 확대되고 있음을 볼 때 자아탄력성이 특정한 시기에만 나타나는 것이 아니라 지속적으로 나타난다는 것을 알 수 있으며 그 연구도 다양하게 이루어지고 있다.

이에 본 연구에서는 대학생의 자아탄력성과 강점인식이 진로준비행동에 어떠한 상관이 있는 지에 관한 상관분석의 결과 자아탄력성과 강점인식은 진로준비행동에 유의미한 정적인 관계를 보였다. 대학생의 자아탄력성이 진로준비행동에 정적으로 유의미한 정적인 영향을 준다는 대부분의 선행연구(김지연·이기학 2014; 이진원, 2014; 이정희, 2015)를 지지한다. 진로준비행동은 어느 시기에 갑자기 실행하는 것이 아니라 이전부터 깨닫고 경험해 온 것을 토대로 연속선상에서 이루어진다는 점을 의미한다.

둘째, 대학생의 강점인식과 자아탄력성이 진로준비행동에 어떠한 영향력을 미치는지에 관한 회귀분석 결과 강점인식은 진로준비행동에 유의미한 정적인 영향력이 있음을 검증하였다. 다음으로 자아탄력성이 진로준비행동에 어떠한 영향력이 있는지에 관한 회귀분석 결과 진로준비행동의 하위요인 중 첫 번째로 정보수집행동에서 긍정성만이 유의미한 영향을 보였고, 통제성과 사회성은 영향이 없는 것으로 나타났다. 진로준비행동의 하위요인 중 두 번째로 도구준비행동에서는 긍정성과 사회성이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 세 번째로 진로준비행동의 하위요인 중 목표달성행동은 긍정성과 사회성이 비슷하게 영향력이 있음을 보였다. 자아탄력성의 하위변인 중 통제성은 진로준비행동의 하위요인 모두에 영향을 미치지 못했다. 자아탄력성의 통제성과 긍정성이 진로준비행동에 중요한 역할을 하는 것으로 나타난 이정희(2015)와 진로미결정과 진로성숙의 관계에서 자아탄력성의 조절효과를 살펴 본 결과 공통적으로 자아탄력성의 하위변인 중 긍정성이 중요한 역할을 하는 것으로 나타난 허숙영(2013)의 연구결과와 완전 일치한다. 진로미결정이나 진로성숙, 진로장벽을 다룬 선행연구에서는 자아탄력성의 하위요인 중 긍정성이 매우 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다(이정희 2015). 또한 이종임과 도미향(2021)의 연구에서는 어머니의 양육 스트레스는 정서지능에 유의미한 영향을 미친다는 결과를 나타냈으며 때문에 가정에서 부모들의 양육스트레스를 완화 시켜주기위한 코칭프로그램을 개발하는 것이 가정을 위하고 올바른 진로를 결정하기위해 코칭

프로그램이 필요하다고 했다(도미향·김응자·김경미, 2020) 이러한 사회적인 요구에 대학생의 진로준비행동을 향상시킬 수 있는 주변의 다양한 지원적 환경을 늘리는 데에는 한계가 있으므로, 대학생이 진로문제 및 취업 스트레스를 극복하고, 각 개인의 강점과 긍정적인 면을 개발시킬 수 있도록 자아탄력성을 향상시킬 수 있는 진로지도 및 진로확신 코칭프로그램이 보다 활발히 개발되어져야 할 것이다.

마지막으로 대학생의 자아탄력성이 진로준비행동에 미치는 영향 연구에서 강점인식의 매개효과 검증은 종합해보면 다음과 같다. 자아탄력성은 진로준비행동에 부분적으로 영향을 미쳤고, 강점인식은 부분적인 매개효과를 보였다. 수집된 자료를 통해 이 같은 결과는 선행 연구에서 다루었던 강점인식이 진로준비행동에 유의미한 영향을 미친다는 연구결과(Govindji & Linley, 2007; 전정환, 2012)들과도 일치한다. 이러한 결과는 대학생들의 불안한 취업시장에 나가기 전 자신에 대한 강점을 바탕으로 긍정적인 감정을 형성하고, 구체적이고 실질적인 진로준비행동을 향상시킬 수 있음을 시사한다. 진로준비행동에서 자신의 약점을 보완하고 강점을 인식하고 활용할 수 있는 프로그램은 진로와 관련된 과제를 성공적으로 수행해 나갈 수 있는 내적인 자원을 향상시킬 수 있을 것이다(한미옥·도미향, 2020) 따라서 강점을 인식하고 자아탄력성을 높이는 활동들은 성공적인 진로준비행동이 될 수 있음을 시사한다.

본 연구는 대학생의 자아탄력성이 진로준비행동에 어떠한 상관관계가 있는지와 대학생의 자아탄력성이 진로준비행동에 미치는 영향에서 강점인식은 매개효과가 있는지에 대한 관계를 규명하였다. 이러한 결과를 바탕으로 연구의 함의를 기술하고 연구의 한계 및 제언을 논의하고자 한다.

본 연구에서 제시한 자아탄력성이 진로준비행동과 강점인식의 연구모형은 아직까지 우리나라의 부모교육 프로그램에 적용되지 않은 것으로 실질적인 운영과 프로그램의 효과에 대한 지속적인 후속 연구가 반드시 필요하며, 모형의 수정 또한 지속적으로 이루어져야 할 것이다. 따라서 본 연구자는 자아탄력성 진로준비행동과 강점인식의 후속 연구를 위해서 다음과 같이 제언하고자 한다.

본 연구의 대상은 경기도 소재의 N대학교 4년대 대학생의 학년과 다양한 학과 학생들만으로 연구한 결과로써 일반화를 하는데 어려움이 있다. 학과와 학년은 다르지만 남녀의 비율 면에서 여성이 2배 이상 많았다. 추후 연구에서는 다양한 학교 유형 및 지역으로 확장하고, 남녀 비율도 편중되지 않게 표집하면 보다 심층적인 연구 결과가 될 것이다.

둘째는 대학생을 대상으로 하는 강점인식이 진로준비행동에 미치는 강점인식만으로 진로

준비행동에 효과성을 보이지만 좀 더 구체적인 진로준비행동을 위해서는 강점 활용과 상호적인 관계가 있음을 선행연구들에서 많이 검증한 바 있다. 이러한 강점 활용의 변인과 함께 중요한 변인으로 강점인식과 자아탄력성의 중요성을 다시한 번 강조하며, 많은 연구가 필요함을 제안한다.

세 번째 본 연구에서는 대학생들의 진로준비행동과 관련된 독립변수를 강점인식과 자아탄력성으로 보았는데 진로준비행동을 향상시키기 위해서는 현재보다 더 많은 프로그램의 실행과 후속 연구들이 필요하다. 영유아 부모 교육프로그램을 통하여 참여자들의 프로그램에 대한 만족도, 자기 성찰, 코칭 기술의 향상, 양육효능감 증진 등을 분석하는 연구가 필요하다.

네 번째는 대학생의 자아탄력성이 진로준비행동에서 강점인식의 매개효과를 보았는데, 강점과 자아탄력성, 진로준비행동이라는 변인은 대학생 만을 한정지어 연구할 것이 아니라 모든 대상으로 확대해 보고 아동기 청소년기의 발달특성 등을 고려하여 연구한다면 도움이 될 것으로 사료된다. 강점을 활용하고 자아탄력성을 높이는 활동이 진로준비행동에 큰 역할을 할 것이다. 다양한 연령층을 연구함으로써 부모교육 프로그램 개발에 커다란 도움이 될 것임을 제안합니다.

참 고 문 헌

- 고명숙(2014). 전문대학생의 사회적 지지와 진로준비행동의 관계에서 진로정체감의 매개효과. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 고태순·김영희(2020). 아동기 외상경험과 자아탄력성이 대학생의 자존감에 미치는 영향, 한국도서치료학회지, 12(2), 1-15.
- 김건희·황은희·신수진(2017). 간호교육에서의 전문직 간 교육에 대한 현황과 발전방향. 의학교육논단, 19(1), 18-24.
- 김민·탁진국(2017). 여자 고등학생의 강점인식이 진로미결정 수준에 미치는 영향: 강점 활용의 매개효과. 청소년학연구, 24(7), 279-301.
- 김민정·이희경(2014). 대학생의 강점인식이 진로성숙도에 미치는 영향: 강점활용과 진로결정자기효능감의 매개효과. 상담학연구, 15(5), 1811-1830.
- 김봉환·김계현(1997). 대학생의 진로결정수준과 진로준비행동의 발달 및 이차원적 유형화. 한국심리학회지, 9(1), 311-333.
- 김지영(2011). 성격강점이 긍정적 정신건강에 미치는 영향. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 김지연·이기학(2014). 자아탄력성 및 진로결정 자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향: 성취동기의 조절된 매개효과 검증. 진로교육연구, 27(3), 1-25.
- 김지영·권석만(2013). 성격강점의 인식과 활용이 정신건강에 미치는 효과. 한국심리학회지, 32(4), 783-802.
- 김주환(2009). 회복탄력성: 시련을 행운으로 바꾸는 유쾌한 비밀. 위즈덤하우스, 158(1), 11-44.
- 김혜경·이희경(2019). 대학생의 강점인식이 강점활용에 미치는 영향: 긍정정서와 희망의 매개효과 중심으로. 청소년학연구, 26(9), 419-442.
- 도미향(2017). 한국코칭학회 전문 코치 자격 과정 매뉴얼.
- 도미향(2019). 전문코치양성을 위한 CPA코칭모델개발-ACTIVE코칭대화모델기반 C-PLUS 코칭프로그램. 코칭연구, 12(3), 95-112.
- 도미향·박은경(2019). 청소년의 코칭역량 척도개발연구. 코칭연구, 12(3), 35-54.
- 도미향·김수형(2019). 코칭역량 척도 개발 및 타당화 연구. 코칭연구, 12(4), 59-81.
- 도미향·김웅자·김경미(2020). 가정위탁 부모 양육스트레스 완화를 위한 부모코칭프로그램 개발을 위한 탐색적 연구. 부모교육연구, 17(4), 29-50.
- 박은민(2019). 대학생의 부정적정서와 대학생활적응과의 관계에서 자아탄력성의 매개효과. 학습자중심교과교육학회지, 19(18), 384-411.
- 박재춘·김주섭(2019). 취업스트레스, 학습된 무력감, 구직효능감 및 취업준비행동의 관계. 학습자중심교과교육연구, 19(4), 457-482.
- 박정연(2022). 대학생의 성격강점과 진로준비행도과의 관계에서 심리적 독립의 매개효과. 동의대학교 대학원 석사학위논문.

- 박지선(2020). 특성화고등학교 학생이 지각한 진로장벽과 진로준비행동의 관계에서 긍정심리자본의 매개효과. 안양대학교 대학원 석사학위논문.
- 박혜선·김봉환(2013). 여대생의 완벽주의 성향이 진로결정수준과 진로준비행동에 미치는 영향. 상담학연구, 14(1), 343-357.
- 백은경·정은정(2017). 대학생의 자아탄력성이 진로준비행동에 미치는 영향. 청소년학연구, 24(9), 339-362.
- 신미경·김희수(2017). 대학생의 진로소명의식, 진로결정효능감이 진로준비행동에 미치는 영향: 자아탄력성의 매개효과. 한국진로교육학회지, 30(4), 131-148.
- 이종임·도미향(2021). 어머니의 양육 스트레스와 코칭역량이영아의 정서지능에 미치는 영향, 부모교육연구, 18(4), 5-25.
- 이지원·이기학(2017). 대학생의 강점인식과 대학생활적응의 관계: 강점활용과 진로 정체감의 매개효과. 상담학연구, 18(1), 205-228.
- 이은희(2019). 부모의 의사소통 유형 및 정서표현성이 유아의 친사회적 행동에 미치는 영향. 학습자중심교과교육학회지, 19(14), 349-371.
- 이재은·조영아(2017). 대학생의 강점인식과 진로준비행동의 관계. 한국농산업교육학회지, 49(3), 113-132.
- 이정희(2015). 대학생이 지각한 사회적 지지와 진로준비행동의 관계에서 자아탄력성의 매개효과. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 인크루트(2020). 인크루트 보도자료, 코로나와 일자리 위기 감지, 대학생들 전공변경 나섰다.
- 오소영(2018). 대학생들이 지각한 낙관성과 진로준비행동의 관계 : 자아탄력성의 매개효과 검증. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 우동욱·김웅자(2020). 부모코칭역량이 부모자녀의 의사소통과 부모유능감에 미치는 영향. 부모교육연구 17(1), 21-32.
- 원민정(2017). 대학생의 강점인식이 자기효능감과 진로준비행동에 미치는 영향: 강점활용의 매개효과. 건국대학교 대학원 석사학위논문.
- 유숙자(2018). 강점인식과 대학생활적응의 관계에서 학업적 실패내성의 매개효과. 상지대학교 평화안보, 상담심리대학원 석사학위논문.
- 윤정혜(2020). 대학생의 진로결정 자기효능감이 진로준비행동과 진로적응성에 미치는 영향. 한국마이스관광학회지, 16(4), 195-211.
- 장 원(2018). 대학생의 직업가치, 진로결정수준 및 진로준비행동의 중.한 비교연구. 성균관대학교 대학원 석사학위논문.
- 정영주(2021). 간호대학생의 사회적 지지와 진로준비행동 간의 관계 : 진로결정 자기효능감과 진로결과기대의 매개효과. 학습자중심교과교육학회지, 21(16), 735-748.
- 정채윤(2021). 대학생의 성취목표지향성이 진로적응성을 매개로 진로관여행동에 미치는 영향과 사회적 네트워크 유형의 조절효과. 중앙대학교 대학원 석사학위논문.
- 조연교(2014). 대학생의 성격강점과 활용이 진로태도성숙도, 진로준비행동, 대학생활 만족도에 미치는 영향. 카톨릭대학교 대학원 석사학위논문.

- 한국경제연구원(2020). 2009~2019년 OECD 25-34세 고등교육 이수율 및 고용지표 비교 보도자료.
<http://www.keri.org>.
- 한미옥·도미향(2020). 교사의 코칭리더십이 중학생의 학업동기에 미치는 영향: 학업적 자기효능감의 매개효과. *코칭연구*, 13(3), 35-53.
- 한민아·도미향(2018). 청소년의 학습동기 향상을 위한 코칭프로그램 개발 및 효과. *코칭연구*, 11(1), 95-120.
- 한수정·김혜원(2018). 간호대학생의 주관적 행복감, 자아탄력성, 학업성취도와의 관계: Giver, Taker, Matcher를 중심으로. *한국융합학회지*, 9(4), 461-467.
- 홍은선(2020). 대학생의 진로적응자원, 진로과업 실행의지, 진로탐색행동, 진로경험 성찰 및 진로선택 물입의 구조적 관계 : 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- Block, J, & Block, J. (1980). The role of ego-control and ego-resiliency in the or organization of behavior. In W. A Collins (Ed), *Development of cognition, affect and sociol relations: The Minnesota symposia on child psychology (Vol. 13, pp. 39-101)*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Brophy, J. E. (1988). On Motivation Students. In D. Berliner & B. Rosenshine (Eds.). *Talks to teachers* 201-245. New York: Random House. Carl R. Rogers, *On Becoming a person*, Boston: Houghton Mittlin, 1961.
- Govindji, R. & Linley, P. A .(2007). Strengths use, self-concordance and well-being: Implications for strength coaching and coaching psychologists. *International Coaching Psychology Review*, 2(2), 143-153.
- Luuzzo, D. A. (1993). The relationship between undergraduates' locus of control and career development. *Journal of College Student Development*, 34, 227-228.
- Maslow, A. (1954). *Motivation and Personality*. New York: Harpers.
- Rogers, C. R. (1940). The processes of therapy. *J. Consult, Psychology*, 4(5), 161-164.
- 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., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: empirical validation of interventions. *American psychologist*, 60(5), 410.

Abstract

The Effect of College Students' Ego Resilience on Career Preparation Behavior -The Recognition of strengths-

Kim, San-ok* · Do, Mi-Hyang**

The purpose of this study is to find out how college students' ego resilience affects their career preparation behavior and to verify the mediating effect of college students' self-resilience in their career preparation behaviors. The subjects of the study were 300 four-year university college students, and the research method was data that measured college students' strength perception, self-resilience, and career preparation behavior. Regression analysis was performed to verify the mediating effect of strength recognition in the relationship between career preparation behaviors.

The results of the study are as follows. First, as a result of examining the relationship between ego resilience, strength perception, and career preparation behavior, the tendency was satisfied within the normal range among the three variables. Second, there was a significant positive correlation among the major variables of career preparation behavior, self-resilience, and strength perception. Third, emotional recognition showed a partial mediating effect in the relationship between self-resilience and career preparation behavior.

The results of this study show that recognizing the strength of college students' self-resilience in their career preparation behavior will contribute to college students as a variable that gives them confidence in their career path and employment.

Key Words : college students, career preparation behavior, self-resilience, strength recognition

* Ph.D. in Graduate School Coaching at Namseoul University

** Professor of Child Welfare at Namseoul University / Professor of Graduate School Coaching at Namseoul University