

## 청소년의 코칭역량이 진로탄력성 및 진로 준비행동에 미치는 영향: 학교급과 진로목표의 조절효과 중심으로

유영주\* · 도미향\*\*

본 연구는 청소년의 코칭역량이 진로탄력성과 진로준비행동에 미치는 영향을 실증적으로 확인하고, 학교급과 진로목표 여부에 따라 그 효과가 달라지는지를 검토하였다. 이를 위해 중학교와 고등학교에 재학 중인 청소년을 대상으로 설문을 실시하였고, 총 382부 중 불성실 응답을 제외한 348부를 분석에 활용하였다. 수집된 자료는 기술통계와 상관분석을 실시하였으며, SPSS 28.0과 PROCESS Macro 4.2(Model 1)를 활용하여 조절효과를 검증하였다.

연구 결과, 청소년의 코칭역량은 진로탄력성과 진로준비행동 모두에 유의한 정적 영향을 미쳤다. 특히 진로탄력성의 경우, 학교급과 진로목표 여부가 조절변인으로 작용하여 진로목표가 분명한 집단에서 더 큰 영향력이 나타났다. 그러나 진로준비행동에서는 학교급과 진로목표에 따른 조절효과가 유의하지 않았다.

이러한 결과는 코칭역량이 청소년의 진로발달을 지원하는 핵심 역량임을 보여준다. 진로탄력성에서는 발달 단계와 진로목표에 따른 맞춤형 지원이 필요하고, 진로준비행동에서는 학교급이나 진로목표와 무관하게 보편적으로 촉진될 수 있음을 확인하였다. 따라서 본 연구는 청소년을 위한 코칭 기반 진로교육의 필요성을 시사하며, 교사 연수와 현장 적용을 위한 기초자료로 의의가 있다.

**주제어 :** 코칭역량, 진로탄력성, 진로준비행동, 학교급, 진로목표

---

논문 제출일: 2025. 07. 31.      최종심사일: 2025. 08. 31.      게재 확정일: 2025. 12. 26.

\* 남서울대학교 대학원 코칭학과 박사과정

\*\* 남서울대학교 대학원 코칭학과 교수

Corresponding Author: Do, Mi-Hyang, Professor, Department of Coaching, Namseoul University, Daehak-Ro Seonghwan-eup, Choongnam, Korea, E-mail: domi@nsu.ac.kr

## I. 서 론

청소년기는 신체적·정서적·인지적으로 급격한 발달이 이루어지는 시기로, 학업 수행과 진로 탐색, 또래 관계 형성 등 다양한 과제를 동시에 경험하는 시기이다(Erikson, 1963). 그러나 최근 입시 경쟁 심화, 직업 세계의 불확실성, 또래 간 비교 등 외부 요인은 청소년의 심리적 불안과 정체성 혼란을 심화시키며, 이는 자기효능감 저하뿐 아니라 진로 지속성과 실행력의 약화로 이어지고 있다(유승희, 2024; 한국청소년정책연구원, 2024). 청소년의 진로 발달을 설명하는 핵심 변인으로 진로탄력성과 진로준비행동이 주목받고 진로탄력성은 불확실성과 실패 상황 속에서도 진로 목표를 조절하는 심리적 회복력으로, 진로 과정에서의 심리적 어려움을 극복하고 목표 실행력을 유지하게 하는 보호요인으로 기능한다(이정옥, 2025; 조아미 · 진영선 · 임정아, 2019). 실제로 진로탄력성이 높은 청소년은 진로탐색, 정보수집, 계획수립, 실행 등의 진로준비행동을 더 적극적으로 수행하는 것으로 보고되었다(조용선, 2023). 진로준비행동은 진로탐색 실행으로 이어지는 실천 기반의 행동 역량으로, 진로 목표를 실현하는 과정의 구체적 지표라 할 수 있다(HRD 용어사전, 2024; 남승미, 2021; 권용준, 2018; 박효식, 2018). 이러한 진로 발달의 핵심 변인을 강화하기 위한 전략으로 코칭역량이 주목된다. 코칭역량은 청소년의 성장을 촉진하기 위해 전문적 지식, 기술, 태도를 통합적으로 발휘하는 능력으로, 자기이해, 감정 인식, 목표 설정, 실행 계획, 성찰 등 자기주도적 과정을 포함하며, 경청, 질문, 실행 촉진이 핵심 기술로 제시된다(ICF, 2024; 박창규 · 권은경 · 김종석 · 박동진 · 원경림, 2019; 박은경, 2014). 도미향(2021)은 코치가 갖추어야 할 마인드셋, 자기관리, 질문하기, 경청하기 등의 요소가 개인의 강점 인식, 효과적 소통, 문제 해결 능력을 촉진하여 진로 탄력성과 진로준비행동에 긍정적 영향을 줄 수 있음을 강조하였다(도미향 · 박신후 · 심정자, 2021). 실제로 선행연구들은 코칭역량이 진로정체감, 진로효능감, 회복탄력성, 진로준비행동 등 다양한 진로 관련 변인들과 유의한 관계를 형성함을 반복적으로 보고하고 있다(방희원, 2023; 김경아, 2022; 정하윤, 2021).

그러나 이러한 관계는 청소년 발달 단계의 학교급과 진로목표 여부에 따라 달라질 가능성 있다. 청소년 발달 단계로서의 학교급은 진로발달 맥락을 구분하는 핵심 요인으로, 중학교 시기에는 주로 진로탐색 활동이 중심이 되며 고등학교 단계로 갈수록 진로계획과 실행행동으로 발전하는 것으로 나타났다(한상근 · 정윤경 · 정지은 · 안중석, 2021; 장창곡 · 이지연,

2015). 따라서 동일한 코칭 개입이라 하더라도 학교급에 따라 효과가 다르게 나타날 수 있으며, 학교급을 조절변인으로 설정하는 것은 타당하다. 또한 중학교 3학년에서 고등학교 2학년으로 전환되는 과정에서 자기조절학습 수준이 안정적으로 유지되는 집단이 다수를 차지했으나, 일부 집단에서는 상승 혹은 하락의 궤적이 나타났으며, 이 과정에서 무동기, 외적 조절, 진학 부담 등이 주요 요인으로 작용하는 것으로 확인되었다(신은진, 2024).

또한, 진로목표는 사회인지진로이론(SCCT)의 핵심 요소로, 흥미, 자기효능감, 결과 기대가 진로목표 설정을 매개로 행동한다고 하였다(Lent, Brown, & Hackett, 1994). 경험적 연구에서도 진로목표가 분명한 집단이 그렇지 않은 집단보다 진로준비행동을 적극적으로 수행하며, 직무만족에도 긍정적 영향을 미치는 것으로 확인되었다(김은석, 2013; 이승구·이제경, 2008). 이는 진로목표 여부가 코칭역량과 진로 관련 변인의 관계에 조절효과를 줄 수 있음을 시사한다. 기존 연구들은 주로 코칭역량이 진로 관련 변인에 미치는 직접효과에 초점을 두었다(가향순·도미향, 2024). 학교급과 진로목표를 조절변인으로 설정해 통합적으로 분석한 실증연구는 상대적으로 없는 편이다.

따라서 본 연구는 학교급과 진로목표를 조절효과 가설로 설정하여 청소년의 코칭역량이 진로탄력성과 진로준비행동에 미치는 영향이 어떠한 맥락적 조건에서 강화되거나 약화되는지를 규명하고자 한다. 특히 KCYPS 2018 교급별 코호트 분석 결과, 중학생과 고등학생 간에는 희망직업 선택, 진로적응력, 진로준비 활동 참여 빈도 및 도움 인식 수준에서 유의한 차이가 지속적으로 관찰되었다(한국청소년정책연구원, 2023). 이는 학교급을 조절변인으로 고려해야 할 실증적 근거를 제공한다.

이에 본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 청소년의 코칭역량이 진로탄력성과 진로준비행동에 미치는 영향은 어떠한가?

연구문제 2. 학교급에 따라 청소년의 코칭역량이 진로탄력성과 진로준비행동에 미치는 조절효과는 어떠한가?

연구문제 3. 진로목표 여부에 따라 청소년의 코칭역량이 진로탄력성과 진로준비행동에 미치는 조절효과는 어떠한가?

## II. 이론적 배경

### 1. 청소년의 코칭역량

코칭은 고객의 변화와 성장을 중심으로 현재를 탐색하고 미래를 계획하며, 삶을 주도적으로 변화시키는 것을 돋는 파트너십 과정으로 정의된다(도미향, 2017). 이는 단순한 상담이나 조언을 넘어, 청소년이 자기 탐색과 실행을 체계적으로 이끌어갈 수 있도록 지원하는 접근으로, 발달 단계에 있는 청소년에게 자기이해, 자기주도성, 실행력 강화를 가능하게 하는 방식으로 주목받고 있다(도미향 · 박은경, 2019).

국제코칭연맹(ICF, 2024)은 코칭역량을 윤리적 실천과 코칭 마인드셋, 관계 형성과 프레즌스 유지, 적극적 경청과 알아차림, 목표 달성과 성장 촉진의 네 가지 영역으로 구분하고 있으며, 한국코치협회(KCA, 2024)는 이를 코치다움과 코칭다움으로 구분하여 코칭역량이 단순한 기술적 능력을 넘어 인간 중심의 변화 지원을 내포한 복합적 역량임을 강조한다.

선행연구는 청소년의 코칭역량이 다양한 심리 · 사회적 변인에 긍정적 영향을 미친다는 점을 보여준다. 코칭역량은 자기성찰, 감정조절, 문제 해결력, 대인관계 형성, 진로 실행력 등을 향상시키는 요인으로 기능하며(조순오 · 김혜원 · 조혜영, 2022), 회복탄력성과 정서적 대처 능력을 증진하는 효과도 확인되었다(이희연, 2024; 허미경 · 김선길 · 도미향, 2024). 또한 코칭역량과 사회적 지지는 청소년의 플로리시(fLOURISHING)와 심리적 안녕감을 높이는 데 기여한다는 연구도 보고되었다(임희정 · 도미향, 2024). 진로 관련 측면에서도 코칭역량은 진로정체감, 진로효능감, 진로태도 성숙, 진로준비행동과 같은 핵심 변인들에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다(방희원, 2023; 김규원, 2015; 김하나, 2015).

특히, 이러한 효과는 모든 청소년에게 동일하게 나타나는 것이 아니라 청소년 발달 단계의 학교급과 진로목표 여부에 따라 달라질 수 있다. 한국아동 · 청소년패널조사(KCYPS) 분석 결과, 고등학생이 중학생보다 진로적응력과 진로준비행동 참여 수준이 높으며, 진로와 직업 수업 · 진로상담 · 현장체험 등에서 더 큰 도움을 받는 것으로 나타났다(김윤희 · 정윤미, 2023). 최근 연구에서도 개인의 진로목표 수립이 구체적인 준비행동으로 이어진다는 점이 확인되었다(조용선, 2023; 공성화, 2022; 김미정, 2020). 이는 청소년의 코칭역량이 진로탄력성과 진로준비행동에 미치는 영향이 청소년 발달 단계의 학교급과 진로목표에 따라 조절될 수

있음을 시사한다.

따라서 청소년의 코칭 역량은 단순한 의사소통 능력을 넘어 자기 성찰과 실행을 통해 문제 해결 능력과 능동적인 미래 계획 수립을 지원하는 핵심 발달 역량으로 정의될 수 있다. 청소년의 코칭 역량 효과는 학교 수준 및 진로 목표와 같은 맥락적 변수에 따라 달라지는 것으로 분석되며, 이러한 변수들은 조절 변수로 작용한다.

## 2. 진로탄력성

진로탄력성은 진로와 관련된 위기나 역경 상황에서 개인이 긍정적으로 적응하고 극복하는 능력으로 정의된다(조아미 외, 2019; Bimrose & Hearne, 2012). 국내 연구에서도 진로탄력성은 진로 목표를 향한 과정에서 발생할 수 있는 불안과 무기력감을 극복하며 진로 방향성을 유지하는 핵심 자원으로 강조되었으며, 특히 코로나19와 같은 사회적 위기 상황에서 그 중요성이 부각되었다(김주섭·박재춘, 2023). 또한 진로탄력성은 학습과 훈련을 통해 충분히 개발 가능한 역량으로 제시되었으며(염태영, 2017), 최근에는 청소년을 대상으로 그 구조와 영향요인을 탐색하는 연구가 활발히 이루어지고 있다(임소현·이영광, 2020; 조아미 외, 2019).

특히 최근 고등학생을 대상으로 한 연구에서는 진로탄력성이 진로결정 자기효능감과 진로 준비행동을 유의하게 증진시키는 것으로 나타났고, 그중에서도 자기효능감과 진로준비행동에서 영향력이 크게 보고되었다(조용선, 2023). 더 나아가 청소년의 진로탄력성은 진로목표 여부, 자기효능감, 사회적 지지 등 다양한 요인에 의해 영향을 받으며(조용선, 2023; 김은석, 2013), 진로준비행동 수준은 학교급에 따라 차별적으로 나타나 발달 단계별 맞춤형 진로지원이 필요함이 확인되었다(김윤희·정윤미, 2023).

따라서 본 연구에서는 진로탄력성을 불확실한 진로 상황 속에서도 긍정적이고 미래지향적으로 대처하며 극복할 수 있는 심리적 자원으로 정의한다. 또한 청소년의 코칭역량이 진로탄력성에 미치는 영향을 실증적으로 분석하고, 이 관계가 발달 단계의 학교급과 진로목표 여부에 따라 어떻게 달라지는지를 실증적 근거를 제공한다.

### 3. 진로준비행동

Speas(1979)는 진로준비행동을 진로와 관련된 사고 및 인지가 보다 구체적이고 질적인 행동으로 변화하는 과정으로 정의하였다. 진로준비행동을 합리적 진로결정과 진로결정을 위한 시도 및 노력과 같은 실제적이고 구체적인 행동으로 설명하였다(김봉환, 1997). 이는 진로준비행동이 단순한 인식이나 태도를 넘어 실천적 노력이 수반되는 행동 중심의 개념임을 시사한다.

진로준비행동을 진로를 결정하기 위해 정보를 탐색·수집하여 목표를 계획한 후, 그 목표 달성을 위해 필요한 능력을 함양하는 모든 행동이라고 하였다(김성양, 2020). 중학생을 대상으로 진로준비행동을 합리적이고 구체적인 진로 결정을 위한 개인의 행동으로 정의하였으며(김미정, 2020), 개인의 적성과 능력에 따른 진로목표 수립과 이를 준비하기 위한 정보 탐색 및 실행행동으로 설명하였다(공성화, 2022). 선행 연구을 보면 진로준비행동이 진로목표의 명료성, 자기효능감, 사회적 지지와 같은 요인에 의해 촉진되며(김은석, 2013; 이승구·이제경, 2008), 청소년 발달 단계로서의 학교급은 진로발달을 구분하는 핵심 맥락으로, 중학교 시기에는 주로 진로탐색 과업이 강조되고, 고등학교 단계에서는 진로설계와 실행 과업으로 발전하는 차이가 나타난다(한상근 외, 2021). 또한 최근 메타분석 연구에서는 그것과 다양한 진로발달 변인의 관계를 종합적으로 검토한 결과, 진로준비행동이 진로정체감, 진로성숙도 등과 함께 가장 높은 효과크기를 보이는 변인으로 확인되었으며, 특히 노력 지속 요인이 진로발달에 중요한 관련성을 가지는 것으로 나타났다(김보미·임효진, 2023).

더 나아가 최근 연구에서도 진로준비행동은 종속변수로서 이론적·실증적 타당성을 확보하고 있다. 후기청소년을 대상으로 진로장벽이 진로성숙도와 진로준비행동에 미치는 영향을 분석하였으며, 특히 사회이동성 인식의 조절효과를 검증함으로써 진로준비행동이 조절모형에서도 핵심 결과변수로 활용될 수 있음을 밝혔다(황우람, 2024). 또한 고등학생을 대상으로 사회적 지지가 자기효능감을 매개로 진로준비행동에 유의한 영향을 미친다는 점을 규명하여, 심리적·환경적 자원이 행동적 결과로 이어지는 과정을 입증하였다. 이처럼 진로준비행동은 다양한 연령대와 맥락에서 종속변수로 설정되어 왔으며, 이는 본 연구가 진로준비행동을 종속변수로 선정한 근거를 뒷받침한다(이현주, 2021).

따라서 본 연구에서는 진로준비행동을 청소년이 자신의 진로를 결정하고 이를 실현하기 위해 수행하는 정보 탐색, 계획 수립, 역량 개발 등의 구체적 행동 노력으로 정의하며, 나아가 청소년의 코칭역량이 진로준비행동에 미치는 영향을 실증적으로 분석하고, 이 관계가 청소

년 발달 단계로서의 학교급과 진로목표 여부에 따라 조절되는지를 검증하고자 한다. 이는 변화하는 진로 환경 속에서 청소년의 미래지향적 성장과 진로 성공을 촉진하는 핵심 실천 전략을 제시하는 데 근거가 된다.

## 4. 학교급과 진로목표

### 1) 학교급

청소년 발달 단계로서의 학교급은 진로발달 맥락을 구분하는 핵심 요인으로, 중학교에서 고등학교로 갈수록 진로준비행동의 양상과 수준이 달라진다. 한국청소년패널조사(KCYPS) 중2 패널을 분석한 결과, 학년에 따라 진로 관련 강연, 수업, 소집단 활동, 적성검사, 직업체험 등 7개 준비행동의 수행 비율과 패턴이 상이하게 나타났으며, 중3 시기에는 진로 관련 강연·수업 참여가 가장 낮고 소집단 활동은 가장 높게 나타나는 등 학교급 진전에 따른 활동 형태의 변화가 확인되었다. 이는 심리, 학업 요인과 교육환경을 고려한 차별적 개입의 필요성을 보여준다(박완성, 2010). 또한 KCYPS 2018 제5차(2022년) 분석 결과, 중학생보다 고등학생의 경우 진로·직업 수업 및 진로 관련 상담과 같은 진로준비 활동의 참여 빈도와 도움 인식 정도가 더 높은 것으로 확인되었으며, 시대별 비교에서도 최근 고등학생들은 더 높은 교육적 목표를 갖는 반면, 희망직업을 정하지 못한 비율이 증가하였고, 진로탐색 활동 및 진로관련 경험 활동에서 유의한 변화가 나타난다(한국청소년정책연구원, 2023). 더 나아가, 학교급 전환기에 따른 학업·진로 관련 행동 변화를 확인한 연구에서, 중학교 3학년에서 고등학교 2학년으로 전환되는 과정에서 청소년의 자기조절학습 수준이 대부분 안정적으로 유지되지만 일부 집단에서는 상승 또는 하락 경로가 나타났으며, 이러한 변화에는 무동기, 외적 조절, 학업태도, 진학 준비 부담 등이 주요 요인으로 작용하는 것으로 밝혀졌다(신은진, 2024). 이는 학교급의 변화가 단순히 교육환경의 차이뿐 아니라, 청소년의 진로준비행동과 자기관리 역량 발달에 직접적인 영향을 미치며, 따라서 본 연구에서 이를 진로준비행동과 코칭역량 및 진로탄력성 간 관계에 영향을 미치는 조절변인으로 설정한 근거가 된다.

## 2) 진로목표

사회인지진로이론(SCCT)은 개인의 흥미, 자기효능감, 결과기대가 진로목표 설정을 매개로 구체적 준비·실행행동으로 이어진다고 본다(Lent, Brown, & Hackett, 1994). 이는 명료한 진로목표가 목표지향적 준비행동을 촉진한다는 본 연구의 전제와 부합한다. 국내 실증연구에서도 고등학생의 진로탄력성, 진로결정자기효능감, 진로준비행동으로 이어지는 정적 경로가 보고되어(조용선, 2023), 목표 달성을 견인하는 심리·행동 메커니즘이 뒷받침된다. 더불어 2019~2021년 중·고교생을 종단 비교한 연구는 학교급과 성별에 따라 진로결정자기효능감의 수준과 변화율이 다르게 나타남을 보여, 학교급이 진로목표·준비행동 경로의 맥락변인임을 시사한다(황석현·정유선·차성현, 2023). 특성화고 표본에서도 사회적 지지와 진로결정자기효능감이 진로준비행동을 유의하게 증진시키는 것으로 나타났다(김민정·전주성, 2023). 진로목표의 명확성과 진로준비행동을 연결하는 과정에서 진로탄력성이 핵심적 매개 및 조절 요인으로 기능함을 보여준다. 한편 교육부 진로교육 현황조사는 학교급별 진로교육 참여와 진로개발역량에서 의미 있는 차이를 반복적으로 보고하였다(교육부·한국직업능력연구원, 2022), 본 연구에서 진로목표의 여부에 따라 코칭역량과 진로탄력성은 진로준비행동을 촉진하는 조절변인으로 설정한 타당성이 있다.

## III. 연구방법

### 1. 연구대상

충청북도 소재 중·고등학교에 재학 중인 청소년을 대상으로 청소년의 코칭역량이 진로탄력성 및 진로준비행동에 미치는 영향을 알아보기 위하여 2025년 4월 8일부터 5월 23일까지 설문조사를 실시하였다. 중·고등학교 담당 지도교사의 지도하에, 설문조사를 실시하여 회수된 382부 중 응답이 불성실한 34부를 제외하고 348부의 설문자료를 최종분석에 사용하였다. 연구대상 청소년의 일반적 배경은 <표 1>과 같다. 학교급은 중학교(3곳) 재학생이 189명

(54.3%), 특성화 고등학교(3곳) 재학생이 159명(45.7%)으로 구성되었고, 성별은 남학생이 223명(64.1%), 여학생이 125명(35.9%)으로 나타났다. 진로에 대한 목표는 절반 정도인 171명(49.1%)이 목표가 있음을 나타났다.

**<표 1> 연구대상 청소년의 일반적 특성**

구 분	구분	빈도(명)	백분율(%)
학교급	중학교	189	54.3
	고등학교(특성화)	159	45.7
성별	남학생	223	64.1
	여학생	125	35.9
진로목표	있음	171	49.1
	없음	177	50.9
소재 지역	충청북도	348	100.0
합계		348	100.0

## 2. 연구도구

### 1) 청소년의 코칭역량

본 연구에서는 도미향·박은경(2019)이 개발한 청소년 코칭역량 척도를 사용하였다. 본 척도 최종 7개의 하위 요인, 자기이해역량, 긍정정서역량, 경청역량, 강력한 질문 역량, 관계 형성 역량, 목표 실행 역량, 동기 촉진 역량 총 33개 문항으로 구성되었다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 1점=전혀 그렇지 않다, 5점=매우 그렇다로 사용하였다.

청소년의 코칭역량 측정도구의 전체 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .917로 나타났으며, 하위요인별 문항구성 및 신뢰도는 <표 2>와 같다.

**<표 2> 코칭역량의 하위요인별 문항 구성 및 신뢰도**

하위요인	문항번호	문항 수	Cronbach's $\alpha$
자기이해역량	1, 2, 3, 4, 5, 6	6	.853
긍정정서역량	7, 8, 9, 10	4	.835
경청역량	11, 12, 13	3	.822
강력한 질문역량	14, 15, 16, 17	4	.882
관계형성역량	18, 19, 20, 21	4	.845
목표실행역량	22, 23, 24, 25, 26	5	.889
동기촉진역량	27, 28, 29, 30, 31, 32, 33	7	.908
전체		33	.917

## 2) 진로탄력성

진로탄력성은 조아미 외(2019)가 개발한 척도를 사용하여 측정하였다. 이 척도 하위 요인으로 창의성, 유연성, 도전정신, 미래지향성으로 진로를 설계하는 역량을 측정하는 것으로, 총 20문항이며, 각 문항은 5점 Likert 척도로 1점=전혀 그렇지 않다, 5점=매우 그렇다로 구성되어 있다.

청소년의 진로탄력성 측정도구의 전체 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .959로 나타났으며, 하위 요인별 문항구성 및 신뢰도는 <표 3>과 같다.

**<표 3> 진로탄력성 측정도구의 하위요인별 문항 구성 및 신뢰도**

하위요인	문항번호	문항 수	Cronbach's $\alpha$
창의성	1, 2, 3, 4, 5, 6	6	.941
유연성	7, 8, 9, 10, 11	5	.922
도전정신	12, 13, 14, 15, 16	5	.878
미래지향성	17, 18, 19, 20	4	.908
전체		20	.959

## 3) 진로준비행동

진로준비행동은 Spears(1979)의 이론과 김봉환(1997)의 정의를 바탕으로 구성된 척도를 수

정·보완하여 사용하였다. 총 18문항이며 각 문항은 5점 Likert 척도로 1점=전혀 그렇지 않다, 5점=매우 그렇다로 구성되었고, 정보수집행동, 도구준비행동, 실천적 노력의 하위 요소를 포함한다.

청소년의 진로준비행동 측정도구의 전체 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .962로 나타났으며, 하위요인별 문항구성 및 신뢰도는 <표 4>와 같다.

**<표 4> 진로준비행동 측정도구의 하위요인별 문항 구성 및 신뢰도**

하위요인	문항번호	문항 수	Cronbach's $\alpha$
정보수집행동	1, 2, 3, 8, 9, 17	6	.878
도구준비행동	4, 5, 13, 14, 15	5	.910
실천적 노력	6, 7, 10, 11, 12, 16, 18	7	.921
전체		18	.962

### 3. 자료분석

본 연구는 청소년의 코칭역량이 진로탄력성과 진로준비행동에 미치는 영향과, 이들 관계에 대한 학교급 및 진로결정 여부의 조절효과를 분석하고자 한다.

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 28.0과 PROCESS Macro 4.2 프로그램을 사용하여 다음과 같이 분석하였다. 먼저, 연구대상 청소년의 일반적 배경의 특성을 살펴보기 위해 빈도분석을 실시하였고, 검사도구의 신뢰도 검증을 위해 Cronbach's  $\alpha$  계수를 산출하였다. 다음으로 청소년의 코칭역량, 진로탄력성, 진로준비행동의 기술통계량을 산출하였고, 중학생과 고등학생을 비교하기 위해 t 검정을 실시하였으며, 연구변인 간의 관련성을 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다. 마지막으로 청소년의 코칭역량이 진로탄력성 및 진로준비행동에 미치는 영향에서 학교급과 진로목표의 조절효과를 살펴보기 위해 PROCESS Macro 4.2의 Model 1을 이용하여 조절효과분석을 실시하였다.

## IV. 연구결과

### 1. 청소년 코칭역량이 진로탄력성 및 진로준비행동에 미치는 영향

#### 1) 연구변인의 기술통계량

청소년의 코칭역량, 진로탄력성, 진로준비행동 등 연구변인을 5점 척도로 평정하여 평균과 표준편차 및 왜도, 첨도 등 기술통계량을 산출하였으며, 그 결과는 <표 5>와 같다. 먼저 연구변인들의 경향성을 살펴보면, 청소년의 코칭역량 수준은 전체 평균이 3.79( $SD=.69$ )로 나타났고, 하위요인별로는 관계형성역량이 3.92( $SD=.75$ )로 가장 높았고, 다음으로 경청역량( $M=3.90$ ,  $SD=.79$ ), 동기촉진역량( $M=3.80$ ,  $SD=.79$ ), 긍정정서역량( $M=3.79$ ,  $SD=.80$ ), 자기이해역량( $M=3.75$ ,  $SD=.74$ ), 목표실행역량( $M=3.74$ ,  $SD=.80$ ), 강력한 질문역량( $M=3.67$ ,  $SD=.85$ ) 순으로 높게 나타났다. 청소년의 진로탄력성 수준은 전체 평균이 3.49( $SD=.79$ )로 나타났고, 하위요인별로는 유연성( $M=3.54$ ,  $SD=.85$ ), 창의성( $M=3.50$ ,  $SD=.92$ ), 미래지향성( $M=3.53$ ,  $SD=.93$ ) 순으로 높게 나타났으며, 도전정신( $M=3.40$ ,  $SD=.92$ )이 상대적으로 가장 낮았다. 청소년의 진로준비행동 수준은 전체 평균이 3.28( $SD=.90$ )로 나타났고, 하위요인별로는 정보수집행동( $M=3.47$ ,  $SD=.87$ ), 도구준비행동( $M=3.24$ ,  $SD=1.00$ ), 실천적 노력( $M=3.14$ ,  $SD=.99$ ) 순으로 높았다.

다음으로 연구변인들이 정규성을 검토하기 위하여 왜도와 첨도를 살펴보는데, 청소년의 코칭역량, 진로탄력성 진로준비행동 변인의 왜도와 첨도 절댓값은 모두 1이하로 낮게 나타나 정규성 가정은 충족되었다.

<표 5> 청소년의 코칭역량, 진로탄력성, 진로준비행동의 기술통계 ( $N=348$ )

구 분	평균( $M$ )	표준편차( $SD$ )	왜도	첨도
코칭역량	자기이해역량	3.75	.74	-.12
	긍정정서역량	3.79	.80	-.09
	경청역량	3.90	.79	-.33
	강력한 질문역량	3.67	.85	-.02
	관계형성역량	3.92	.75	-.29

	목표실행역량	3.74	.80	.01	-.38
	동기촉진역량	3.80	.79	-.11	-.32
	전체	3.79	.69	-.01	-.01
진로탄력성	창의성	3.50	.92	-.12	-.31
	유연성	3.54	.85	-.04	.02
	도전정신	3.40	.92	.01	-.16
	미래지향성	3.53	.93	-.19	-.28
	전체	3.49	.79	.13	.21
	정보수집행동	3.47	.87	-.01	.01
진로준비행동	도구준비행동	3.24	1.00	-.02	-.29
	실천적 노력	3.14	.99	.04	-.24
	전체	3.28	.90	.11	-.05

학교급별로 중학생과 고등학생의 청소년의 코칭역량, 진로탄력성, 진로준비행동 등 연구변인을 5점 척도로 평정하여 평균과 표준편차 및 왜도, 첨도 등 기술통계량을 산출하고 t 검정을 실시한 결과는 <표 6>과 같다. 코칭역량 수준은 전체적으로 중학생( $M=3.98$ ,  $SD=.71$ )이 특성화 고등학생( $M=3.55$ ,  $SD=.60$ )에 비해 높았고 통계적으로 유의미한 차이를 보였으며 ( $t=6.093$ ,  $p<.001$ ), 하위요인인 자기이해역량, 긍정정서역량, 경청역량, 강력한 질문역량, 관계형성역량, 목표실행역량, 동기촉진역량에서도 모두 중학생이 특성화 고등학생에 비해 유의미하게 높은 것으로 나타났다.

진로탄력성 수준은 전체적으로 중학생( $M=3.70$ ,  $SD=.82$ )이 특성화 고등학생( $M=3.23$ ,  $SD=.66$ )에 비해 높았고 통계적으로 유의미한 차이를 보였으며( $t=5.906$ ,  $p<.001$ ), 하위요인인 창의성, 유연성, 도전정신, 미래지향성에서도 모두 중학생이 특성화 고등학생에 비해 유의미하게 높은 것으로 나타났다.

진로준비행동 수준 역시 전체적으로 중학생( $M=3.47$ ,  $SD=.98$ )이 특성화 고등학생( $M=3.05$ ,  $SD=.74$ )에 비해 높았고 통계적으로 유의미한 차이를 보였으며( $t=4.496$ ,  $p<.001$ ), 하위요인인 정보수집행동, 도구준비행동, 실천적 노력에서도 모두 중학생이 특성화 고등학생에 비해 유의미하게 높은 것으로 나타났다.

학교급별로 연구변인들이 정규성을 검토하기 위하여 왜도와 첨도를 살펴본 결과, 중학생은 왜도와 첨도 절댓값이 모두 1이하로 나타났고, 고등학생 역시 왜도는 절댓값이 1이하, 첨도는 절댓값이 2이하로 낮게 나타나 두 집단 모두 정규성 가정은 충족되었다.

&lt;표 6&gt; 학교급별 코칭역량, 진로탄력성, 진로준비행동의 기술통계

구 분	중학생 (N=189)				고등학생 (N=159)				t	
	평균 (M)	표준 편차 (SD)	왜도	첨도	평균 (M)	표준 편차 (SD)	왜도	첨도		
코칭역량	자기이해역량	3.93	.76	-.33	.01	3.53	.65	-.13	1.34	5.220***
	긍정정서역량	3.99	.80	-.41	-.25	3.56	.74	.21	-.24	5.116***
	경청역량	4.07	.78	-.65	.30	3.69	.74	-.05	.28	4.594***
	강력한 질문역량	3.95	.80	-.31	-.34	3.33	.78	.28	.77	7.236***
	관계형성역량	4.09	.75	-.55	.19	3.71	.70	-.09	.78	4.879***
	목표실행역량	3.94	.81	-.32	-.36	3.50	.72	.30	.42	5.309***
	동기촉진역량	3.98	.80	-.47	-.02	3.58	.72	.25	.12	4.948***
	전체	3.98	.71	-.37	.20	3.55	.60	.23	.73	6.093***
진로 탄력성	창의성	3.74	.91	-.33	-.38	3.20	.83	-.03	.25	5.704***
	유연성	3.76	.89	-.34	-.17	3.29	.71	.05	1.26	5.279***
	도전정신	3.68	.92	-.15	-.54	3.08	.81	-.04	.81	6.437***
	미래지향성	3.66	.99	-.37	-.47	3.37	.82	-.10	.34	2.968**
	전체	3.70	.82	-.06	-.35	3.23	.66	-.01	1.85	5.906***
진로준비 행동	정보수집행동	3.64	.92	-.26	-.30	3.27	.76	.15	1.17	3.990***
	도구준비행동	3.41	1.09	-.24	-.62	3.05	.84	.08	.70	3.314**
	실천적 노력	3.38	1.06	-.26	-.50	2.86	.81	.12	.94	5.137***
	전체	3.47	.98	-.16	-.50	3.05	.74	.15	1.45	4.496***

\*\*p&lt;.01, \*\*\*p&lt;.001

## 2) 연구변인들 간의 상관관계

청소년의 코칭역량, 직로탄력성, 진로준비행동 등 연구변인들 간의 관련성을 살펴보기 위해 상관분석을 실시하여 적률상관계수를 산출한 결과는 <표 7>에 제시되어 있다. 먼저 청소년의 코칭역량과 진로탄력성 변인 간의 관계를 살펴보면, 전체적으로 유의미한 정(+)적 상관( $r=.76$ ,  $p<.001$ )을 보였으며, 하위요인들 간에도 자기이해역량, 긍정정서역량, 경청역량, 강력한 질문역량, 관계형성역량, 목표실행역량, 동기촉진역량 등의 코칭역량 하위요인은 창의성, 유연성, 도전정신, 미래지향성 등의 진로탄력성 하위요인과 모두 유의미한 정적 상관( $r=.46 \sim .72$ ,  $p<.001$ )을 보였으며, 강력한 질문역량과 유연성 간에 가장 높은 상관이 있는 것으로 나타났다.

&lt;표 7&gt; 청소년의 코칭역량, 진로탄력성, 진로준비행동 간의 상관관계

구 분	코칭역량								진로탄력성				진로준비행동			
	자기 이해 역량	긍정 정서 역량	경청 역량	강력한 질문 역량	관계 형성 역량	목표 실행 역량	동기 촉진 역량	전체	창의성	유연성	도전 정신	미래 지향성	전체	정보 수집 행동	도구 준비 행동	실천적 노력
자기이해역량	1															
긍정정서역량	.73***	1														
경청역량	.70***	.78***	1													
강력한 질문역량	.68***	.67***	.69***	1												
관계형성역량	.69***	.77***	.84***	.73***	1											
목표실행역량	.69***	.75***	.76***	.78***	.81***	1										
동기촉진역량	.73***	.72***	.73***	.73***	.79***	.85***	1									
전체	.85***	.86***	.87***	.85***	.90***	.92***	.91***	1								
창의성	.57***	.51***	.51***	.63***	.49***	.57***	.60***	.63***	1							
유연성	.66***	.61***	.65***	.72***	.64***	.69***	.71***	.76***	.75***	1						
도전정신	.55***	.46***	.46***	.70***	.50***	.60***	.60***	.64***	.71***	.75***	1					
미래지향성	.58***	.51***	.49***	.62***	.52***	.66***	.62***	.66***	.59***	.64***	.60***	1				
전체	.67***	.59***	.60***	.76***	.61***	.71***	.72***	.76***	.90***	.90***	.88***	.79***	1			
정보수집행동	.59***	.51***	.53***	.65***	.54***	.67***	.66***	.68***	.59***	.63***	.59***	.66***	.70***	1		
도구준비행동	.48***	.41***	.41***	.60***	.44***	.57***	.57***	.58***	.55***	.57***	.56***	.60***	.65***	.85***	1	
실천적 노력	.41***	.39***	.38***	.58***	.39***	.52***	.49***	.52***	.52***	.55***	.56***	.57***	.63***	.80***	.89***	1
전체	.51***	.46***	.46***	.64***	.48***	.61***	.60***	.62***	.58***	.61***	.60***	.64***	.69***	.92***	.96***	.96***

\*\*\*p&lt;.001

청소년의 코칭역량과 진로준비행동 변인 간의 관계를 살펴보면, 전체적으로 유의미한 정(+)적 상관( $r=.62$ ,  $p<.001$ )을 보였으며, 하위요인들 간에도 자기이해역량, 긍정정서역량, 경청역량, 강력한 질문역량, 관계형성역량, 목표실행역량, 동기촉진역량 등의 코칭역량 하위요인은 정보수집행동, 도구준비행동, 실천적 노력 등의 진로준비행동 하위요인과 모두 유의미한 정적 상관( $r=.38\sim .67$ ,  $p<.001$ )을 보였으며, 목표실행역량과 정보수집행동 간에 가장 높은 상관이 있는 것으로 나타났다.

마지막으로 청소년의 진로탄력성 및 진로준비행동 변인 간의 관계를 살펴보면, 전체적으로 유의미한 정(+)적 상관( $r=.69$ ,  $p<.001$ )을 보였으며, 하위요인들 간에도 창의성, 유연성, 도전정신, 미래지향성 등의 진로탄력성은 창의성, 유연성, 도전정신, 미래지향성 등의 진로탄력성 하위요인은 정보수집행동, 도구준비행동, 실천적 노력 등의 진로준비행동 하위요인과 모

두 유의미한 정적 상관( $r=.52 \sim .66$ ,  $p<.001$ )을 보였으며, 미래지향성과 정보수집행동 간에 가장 높은 상관이 있는 것으로 나타났다.

## 2. 청소년의 코칭역량이 진로탄력성 및 진로준비행동에 미치는 영향에서 학교급, 진로목표 여부의 조절효과

청소년의 코칭역량이 진로탄력성 및 진로준비행동에 미치는 영향에서 학교급과 진로결정 여부의 조절효과를 알아보기 Hayes가 제안한 PROCESS Macro의 model 1을 이용하였고, 독립변인인 코칭역량은 평균 중심화 하여 분석을 진행하였다.

### 1) 청소년의 코칭역량이 진로탄력성 및 진로준비행동에 미치는 영향에서 학교급의 조절 효과

청소년의 코칭역량이 진로탄력성에 미치는 영향에서 학교급의 조절효과를 분석한 결과는 <표 8>에 제시되어 있다. 분석결과 청소년의 코칭역량, 학교급, 코칭역량×학교급 변인의 진로탄력성에 대한 설명력은 59.5%로 유의미한 것으로 나타났다( $F=168.747$ ,  $p<.001$ ). 청소년의 코칭역량은 진로탄력성에 유의미한 정의 영향( $\beta=.714$ ,  $t=10.674$ ,  $p<.001$ )을, 학교급 역시 진로탄력성에 유의미한 정의 영향( $\beta=.128$ ,  $t=2.232$ ,  $p<.05$ )을 미치는 것으로 나타나, 청소년의 코칭역량이 높을수록 진로탄력성은 높아지고, 중학생이 특성화 고등학생에 비해 진로탄력성이 높은 것으로 예측되었다. 또한 코칭역량×학교급 상호작용항은 진로탄력성에 유의미한 정의 영향( $\beta=.200$ ,  $t=2.368$ ,  $p<.05$ )을 미치는 것으로 나타났으며, 상호작용항이 투입됨에 따라 진로탄력성에 대한 설명력은 0.7%정도 유의미하게 증가하여( $F=5.606$ ,  $p<.05$ ) 조절효과가 검증되었다. 즉, 청소년의 코칭역량이 진로탄력성에 미치는 영향은 학교급에 따라 다르게 나타나는 것으로 예측되었다.

&lt;표 8&gt; 코칭역량과 진로탄력성의 관계에서 학교급의 조절효과

구 분	$\beta$	SE	t	95% 신뢰구간	
				하한값	상한값
(상수)	3.396	.043	79.340***	3.312	3.480
코칭역량	.714	.067	10.674***	.582	.845
학교급	.128	.057	2.232*	.015	.240
코칭역량×학교급	.200	.084	2.368*	.034	.366
모형 적합도: $R^2=.595$ , $F=168.747***$					
상호작용항에 따른 $R^2$ 의 변화: $\Delta R^2=.007$ , $F=5.606^*$					

\*p<.05, \*\*\*p<.001, 더미(dummy)변수(중학생=1, 고등학생=0)

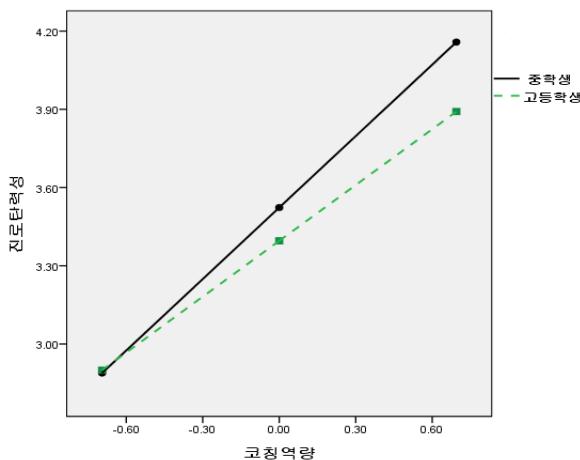
조절변인인 학교급에 따라 코칭역량이 진로탄력성에 미치는 영향이 구체적으로 어떻게 조절되는지를 살펴보기 위해 중학생과 특성화 고등학생의 회귀식을 산출하여 단순기울기 검증을 실시한 결과는 <표 9>에 제시된 바와 같이, 중학생( $\beta=.914$ ,  $t=17.732$ ,  $p<.001$ )과 고등학생( $\beta=.714$ ,  $t=10.674$ ,  $p<.001$ ) 모두 코칭역량이 진로탄력성에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

&lt;표 9&gt; 학교급에 따른 코칭역량과 진로탄력성 관계의 단순기울기 검증

학교급	$\beta$	SE	t	95% 신뢰구간	
				하한값	상한값
중학생	.914	.052	17.732***	.812	1.015
고등학생	.714	.067	10.674***	.582	.845

\*\*\*p<.001

청소년들의 코칭역량과 진로탄력성의 관계에서 학교급의 조절효과를 시각화하여 나타낸 그래프는 [그림 1]에 제시되어 있다. 조절효과와 단순기울기 검증 결과를 종합해보면, 청소년의 코칭역량은 진로탄력성에 긍정적 영향을 미치는데, 중학생이 특성화 고등학생에 비해 더욱 크게 영향을 미치고 있음을 알 수 있다.



[그림 1] 코칭역량과 진로탄력성의 관계에서 학교급의 조절효과

다음으로 청소년의 코칭역량이 진로준비행동에 미치는 영향에서 학교급의 조절효과를 분석한 결과는 <표 10>에 제시되어 있다. 분석결과 청소년의 코칭역량, 학교급, 코칭역량×학교급 변인의 진로준비행동에 대한 설명력은 38.8%로 유의미한 것으로 나타났다( $F=72.584$ ,  $p<.001$ ). 코칭역량은 진로준비행동에 유의미한 정적의 영향( $\beta=.685$ ,  $t=7.237$ ,  $p<.001$ )을 미치는 것으로 나타나 청소년의 코칭역량이 높을수록 진로준비행동을 잘하는 것으로 예측되었으나, 학교급은 진로준비행동에 유의미한 영향을 미치지 않았다. 한편, 코칭역량×학교급 상호작용항은 진로준비행동에 유의미한 영향을 미치지 않았고, 상호작용항이 투입됨에 따라 진로준비행동에 대한 설명력은 0.3%정도 증가하였으나 유의미한 변화는 나타나지 않아 조절효과는 없는 것으로 분석되었다. 즉, 청소년의 코칭역량이 진로준비행동에 미치는 궁정적 영향력은 중학생과 특성화 고등학생에서 비슷하게 나타나 차이가 없는 것을 알 수 있다.

&lt;표 10&gt; 코칭역량과 진로준비행동의 관계에서 학교급의 조절효과

구 분	$\beta$	$SE$	$t$	95% 신뢰구간	
				하한값	상한값
(상수)	3.210	.061	52.951***	3.090	3.329
코칭역량	.685	.095	7.237***	.499	.872
학교급	.097	.081	1.199	-.062	.256
코칭역량×학교급	.160	.120	1.342	-.075	.396
모형적합도: $R^2=.388$ , $F=72.584***$					
상호작용항에 따른 $R^2$ 의 변화: $\Delta R^2=.003$ , $F=1.801$					

\*\*\* $p<.001$ , 더미(dummy)변수(중학생=1, 고등학생=0)

## 2) 코칭역량이 진로탄력성 및 진로준비행동에 미치는 영향에서 진로목표의 조절효과

청소년의 코칭역량이 진로탄력성에 미치는 영향에서 진로목표의 조절효과를 분석한 결과는 <표 11>에 제시되어 있다. 분석결과 청소년의 코칭역량, 진로목표 여부, 코칭역량×진로목표 변인의 진로탄력성에 대한 설명력은 61.4%로 나타났다( $F=18.551$ ,  $p<.001$ ). 코칭역량은 진로탄력성에 유의미한 정의 영향( $\beta=.706$ ,  $t=11.323$ ,  $p<.001$ )을, 진로목표 역시 진로탄력성에 유의미한 정의 영향( $\beta=.253$ ,  $t=11.323$ ,  $p<.001$ )을 미치는 것으로 나타나 청소년의 코칭역량이 높을수록 진로탄력성은 높아지고, 진로목표가 있는 학생이 없는 학생에 비해 진로탄력성이 높은 것으로 나타났다. 또한 코칭역량×진로목표의 상호작용이 진로탄력성에 유의미한 정의 영향( $\beta=.193$ ,  $t=2.417$ ,  $p<.05$ )을 미치는 것으로 나타났으며, 상호작용이 투입됨에 따라 진로탄력성에 대한 설명력은 0.9%정도 유의미하게 증가하여( $F=5.844$ ,  $p<.01$ ) 조절효과가 있는 것으로 분석되었다. 즉, 청소년의 코칭역량이 진로탄력성에 미치는 영향력은 진로목표가 있는 학생과 진로목표가 없는 학생에서 다르게 나타나는 것으로 예측되었다.

<표 11> 코칭역량과 진로탄력성의 관계에서 진로목표의 조절효과

구 분	$\beta$	$SE$	$t$	95% 신뢰구간	
				하한값	상한값
(상수)	3.347	.038	87.890***	3.272	3.422
코칭역량	.706	.062	11.323***	.584	.829
진로목표	.253	.054	4.685***	.147	.359
코칭역량×진로목표	.193	.080	2.417*	.036	.350
모형적합도: $R^2=.614$ , $F=182.551***$					
상호작용항에 따른 $R^2$ 의 변화: $\Delta R^2=.009$ , $F=5.844**$					

\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$ , 더미(dummy)변수(진로목표 있음=1, 진로목표 없음=0)

조절변인인 청소년의 진로목표 여부에 따라 코칭역량이 진로탄력성에 미치는 영향이 구체적으로 어떻게 조절되는지를 살펴보기 위해 진로목표가 있는 학생과 없는 학생의 회귀식을 산출하여 단순기울기 검증을 실시한 결과는 <표 12>에 제시된 바와 같이, 진로목표가 없는 학생( $\beta=.706$ ,  $t=11.323$ ,  $p<.001$ )과 진로목표가 있는 학생( $\beta=.899$ ,  $t=18.070$ ,  $p<.001$ ) 모두 코칭역량이 진로탄력성에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

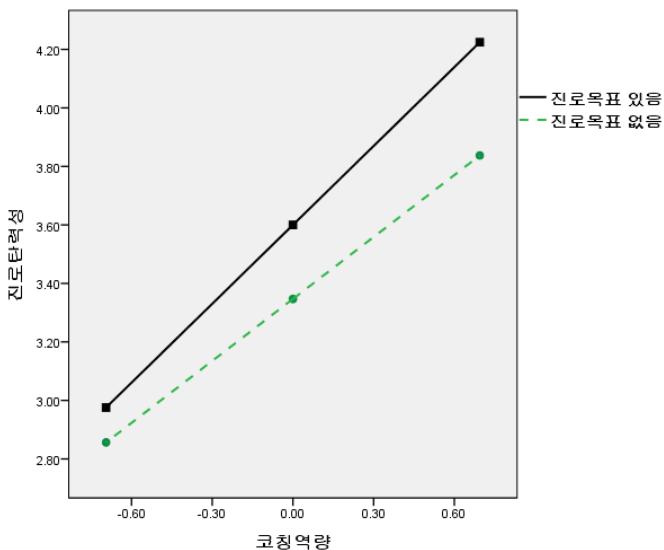
청소년들의 코칭역량과 진로탄력성의 관계에서 진로목표 여부의 조절효과를 시각화하여 나타낸 그래프는 [그림 2]에 제시되어 있다. 조절효과와 단순기울기 검증 결과를 종합해보면,

청소년의 코칭역량은 진로탄력성에 긍정적 영향을 미치는데, 진로목표가 있는 학생이 진로목표가 없는 학생에 비해 더욱 크게 영향을 미치고 있음을 알 수 있다.

**<표 12> 진로목표에 따른 코칭역량과 진로탄력성 관계의 단순기울기 검증**

진로목표	$\beta$	SE	t	95% 신뢰구간	
				하한값	상한값
진로목표 없음	.706	.062	11.323***	.584	.829
진로목표 있음	.899	.050	18.070***	.801	.997

\*\*\*p<.001



**[그림 2] 코칭역량과 진로탄력성의 관계에서 진로목표의 조절효과**

다음으로 청소년의 코칭역량이 진로준비행동에 미치는 영향에서 진로목표의 조절효과를 분석한 결과는 <표 13>에 제시되어 있다. 분석결과 청소년의 코칭역량, 진로목표 여부, 코칭역량×진로목표 여부 변인의 진로준비행동에 대한 설명력은 40.1%로 유의미한 것으로 나타났다( $F=76.621$ ,  $p<.001$ ). 코칭역량은 진로준비행동에 유의미한 정의 영향( $\beta=.714$ ,  $t=7.983$ ,  $p<.001$ )을 미치고, 진로목표 여부 역시 진로준비행동에 유의미한 정의 영향( $\beta=.246$ ,  $t=3.174$ ,  $p<.01$ )을 것으로 나타나, 코칭역량이 높을수록 진로준비행동을 잘하며, 진로목표가 있는 학생이 없는 학생에 비해 진로준비행동 수준이 높은 것을 알 수 있다. 한편, 코칭역량×진로목

표 여부의 상호작용항은 진로준비행동에 유의미한 영향을 미치지 않았고, 상호작용항이 투입됨에 따라 진로준비행동에 대한 설명력은 0.1%정도 미미하게 증가하여 유의미한 변화는 나타나지 않아 조절효과는 없었다. 즉, 청소년의 코칭역량이 진로준비행동에 미치는 긍정적 영향력은 진로목표가 있는 학생과 진로목표가 없는 학생에서 비슷하게 나타나 차이가 없는 것을 알 수 있다.

**<표 13> 코칭역량과 진로준비행동의 관계에서 진로목표 여부의 조절효과**

구 분	$\beta$	SE	$t$	95% 신뢰구간	
				하한값	상한값
(상수)	3.152	.055	57.685***	3.045	3.260
코칭역량	.714	.089	7.983***	.538	.890
진로목표	.246	.078	3.174**	.094	.399
코칭역량×진로목표	.083	.114	.727	-.142	.308
모형적합도: $R^2=.401$ , $F=76.622^{***}$					
상호작용항에 따른 $R^2$ 의 변화: $\Delta R^2=.001$ , $F=.529$					

\*\*p<.01, \*\*\*p<.001, 더미(dummy)변수(진로목표 있음=1, 진로목표 없음=0)

## V. 논의 및 결론

본 연구는 청소년의 코칭역량이 진로탄력성과 진로준비행동에 미치는 영향을 실증적으로 분석하고, 학교급과 진로목표 여부에 따른 조절효과를 함께 검토하고자 하였다. 이를 통해 청소년의 코칭역량이 진로탄력성과 진로준비행동에 어떤 방식으로 영향을 미치는지를 통합적으로 이해하고, 효과적인 진로준비행동 촉진 방안을 탐색하는 데 목적이 있다.

연구 결과, 첫째, 청소년의 코칭역량은 진로탄력성과 진로준비행동 모두에 유의미한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 코칭역량이 자기이해, 감정 인식, 실행 계획 수립 등 자기주도적 역량과 밀접하게 관련되어 있으며, 청소년이 진로 과정에서의 불확실성과 도전에 능동적으로 대응하도록 돋는 심리적 보호 요인으로 기능함을 시사한다. 이러한 결과는 기존의 연구 결과와도 일치하며, 청소년의 코칭역량이 진로발달의 핵심적 심리역량으로 작

용할 수 있음을 보여주었다(임희정 · 도미향, 2024; 허미경 외, 2024; 도미향 · 박은경, 2019).

둘째, 학교급에 따라 청소년 코칭역량이 진로탄력성과 진로준비행동에 미치는 조절효과는 진로탄력성에서만 학교급에 따라 차이를 보였으며, 특히 중학생 집단에서 더 높은 영향력이 나타났다. 이는 중학생 시기가 진로 가치 탐색과 자기효능감이 활발히 형성되는 발달 초기 단계로, 정서 기반 코칭 개입이 회복탄력성을 강화하여 진로탄력성 향상에 더욱 효과적이라는 점을 시사한다(허미경 외, 2024; 김하나, 2015). 실제 분석 결과, 학교급과 코칭역량의 상호 작용항은  $\Delta R^2=.007$ ,  $p<.05$  수준에서 유의미하였으며, 단순기울기 분석에서도 중학생 집단 ( $\beta=.914$ )이 고등학생 집단( $\beta=.714$ )보다 높은 효과를 보였다. 이는 발달 단계에 따른 차이가 실증적으로 확인된 결과로, 코칭역량의 효과가 청소년의 성장 맥락에 따라 달라질 수 있음을 뒷받침한다. 따라서 발달 특성을 고려한 차별화된 코칭 프로그램 설계의 필요성이 강조된다.

셋째, 진로목표 여부에 따라 코칭역량과 진로탄력성의 관계에서 유의미한 조절효과가 나타났다. 진로목표가 명확한 청소년일수록 코칭역량의 효과가 더 크게 나타났으며, 이는 진로 목표가 내적 동기 부여와 외적 자원 활용에 있어 중요한 촉진 요인으로 작용함을 보여준다. 분석 결과, 코칭역량과 진로목표 여부의 상호작용은  $\Delta R^2=.009$ ,  $p<.05$  수준에서 유의미하였으며, 단순기울기 분석에서도 진로목표가 있는 집단( $\beta=.899$ )이 진로목표가 없는 집단( $\beta=.706$ )보다 강한 효과를 보였다. 이는 진로목표 설정이 코칭역량의 효과를 증폭시키는 조절적 조건임을 실증적으로 확인한 것이다. 이 시기의 진로탄력성은 장기적 진로 목표 설정과 지속적 실행 행동을 가능하게 하는 심리적 자원으로 기능한다(김성양, 2020; Speas, 1979). 이러한 결과는 사회인지진로이론(SCCT; Lent, Brown, & Hackett, 1994)에서 강조한 바와 같아, 개인의 흥미 · 효능감 · 결과기대가 진로목표 설정을 거쳐 행동으로 이어지는 과정에서 맥락적 조건이 중요한 조절적 역할을 수행함을 뒷받침한다. 또한 Locke와 Latham(2002)의 목표 설정이론이 제시한 목표특정성과 난이도의 효과 역시 본 연구 결과와 맥락적으로 일치한다. 종합하면, 본 연구는 코칭역량이 청소년에게 긍정적인 영향을 미친다는 사실뿐 아니라, 그 효과가 중학생과 고등학생처럼 발달 단계가 다르거나, 진로목표가 있는지 여부에 따라 달라질 수 있다는 점을 확인하였다. 이는 코칭 중심 진로교육이 발달 단계와 진로목표 수준을 고려한 맞춤형 개입으로 설계될 필요성을 제시한다는 점에서 학문적 · 실천적 기여를 가진다.

반면, 진로준비행동에서는 학교급과 진로목표 여부에 따른 조절효과가 통계적으로 유의하지 않았다. 이는 진로준비행동이 단순한 심리적 자원과 달리 실제 행동 실천을 요구하는 결과변인으로서, 개인의 역량 외에도 학교 교육과정, 진로상담, 사회적 자원 등 구조적 요인의 영향을 크게 받기 때문으로 해석할 수 있다. 그러나 최근 선행연구에서 진로준비행동은 조절

· 매개 모형 속에서 종속변수로 안정적으로 활용되고 있다. 예컨대, 후기청소년을 대상으로 진로장벽이 진로성숙도를 매개로 진로준비행동에 영향을 미치며, 사회이동성 인식이 이를 조절한다는 점을 밝혀 조절연구 맥락에서 진로준비행동을 종속변수로 설정하는 타당성을 제시하였다(황우람, 2024). 또한 고등학생을 대상으로 사회적 지지가 자기효능감을 매개로 진로준비행동에 유의한 영향을 미친다는 점을 입증하여, 심리·환경적 자원이 행동적 결과로 이어지는 과정을 실증하였다(이현주, 2021). 이러한 선행연구는 본 연구에서 진로준비행동을 종속변수로 설정한 근거를 강화한다. 이는 진로준비행동이 청소년 집단 전반에서 코칭역량과 보편적으로 연결되어 있으며, 발달 단계나 진로의식 수준에 관계없이 실행 행동을 촉진할 수 있는 실천적 접근이 필요함을 시사한다. 실제로 진로준비행동은 진로결정 자기효능감, 진로정체감, 자기주도학습능력과 같은 심리·인지적 요인의 영향을 받지만, 궁극적으로는 실행 기반의 실천적 행동으로 나타나는 경향이 강하며, 이러한 특성은 다양한 청소년 집단에서 여러 연구에 의해 반복적으로 확인되고 있다(김성양, 2020; 김선경·이은경, 2020).

이러한 결과를 종합하면, 청소년의 코칭역량은 진로탄력성과 진로준비행동을 동시에 강화하는 핵심 역량으로 기능하며, 특히 진로탄력성과 같은 정서적 자원에 더 큰 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 또한 진로목표의 명확성과 학교급은 이러한 효과를 증폭하거나 조절하는 요인으로 작용하므로, 청소년의 발달 수준과 진로의식을 고려한 맞춤형 코칭 설계가 요구된다. 따라서 청소년의 코칭역량을 강화하는 개입은 학교급의 발달 맥락과 진로목표 수준을 반영하여 설계될 때, 보다 효과적으로 진로탄력성과 진로준비행동을 촉진할 수 있음을 시사한다.

한편, 본 연구는 몇 가지 제한점을 지닌다. 첫째, 단면적 설계에 기반한 상관관계 분석으로 진행되었기 때문에 변수 간 인과관계를 명확히 규명하는 데 한계가 있다. 따라서 향후 연구에서는 종단적 설계나 구조방정식 모형을 활용하여 코칭역량의 인과적 영향 구조를 심층적으로 검증할 필요가 있다. 둘째, 설문에 대한 응답자가 실제 자신의 행동보다 긍정적인 방식으로 응답했을 가능성이 있어서 자료의 객관성과 신뢰에 일정한 제한을 줄 수 있는 요인으로 작용한다. 특히 코칭역량이나 진로준비행동과 같은 행동 중심 변인은 실제 행동 관찰 자료나 타인의 평가와 병행하여 측정할 필요가 있다. 셋째, 표집이 특정 지역 중·고등학생에 제한되어 있어 연구 결과의 일반화에 한계가 있다. 향후에는 다양한 지역과 학교 유형, 성별 및 진로의식 수준을 반영한 표집을 통해 보다 보편적 해석이 가능하도록 보완해야 한다.

그럼에도 불구하고 본 연구는 청소년의 코칭역량이 진로탄력성과 진로준비행동을 증진하는 실질적 요인임을 실증적으로 제시하였으며, 다음과 같은 실천적·정책적 함의를 도출할

수 있다. 첫째, 학교 현장에서는 청소년의 코칭역량을 체계적으로 함양할 수 있는 코칭 기반 진로교육 프로그램을 적극적으로 도입할 필요가 있다. 특히 중학생이나 진로목표가 불분명한 청소년에게는 자기이해, 감정 인식, 실행 계획 수립 등을 중심으로 한 맞춤형 개입이 효과적으로 작용할 수 있다. 둘째, 교육 행정기관은 코칭 기반 교사 연수와 프로그램 제도화를 추진할 필요가 있으며, 학교급별 특성과 지역 여건을 고려한 실행 모델 구축이 필요하다. 셋째, 향후 연구에서는 코칭역량이 청소년의 진로 행동과 심리 발달에 미치는 메커니즘을 질적 및 혼합 방법을 통해 심층적으로 탐색하고, 다양한 맥락에 따른 개입 방안을 지속적으로 모색할 필요가 있다.

결론적으로, 본 연구는 코칭 중심 접근이 청소년의 진로발달을 지원하는 효과적인 전략임을 실증적으로 규명하였으며, 학교 현장의 실천, 정책 수립, 후속 연구 설계에 유의미한 기초 자료를 제공하였다는 점에서 학술적·사회적 의의를 가진다. 특히 본 연구는 코칭역량의 효과가 동일하게 나타나는 것이 아니라, 청소년의 발달 단계 학교급과 진로 목표 여부에 따라 달라질 수 있음을 확인하였다는 점에서 의미가 크다. 이러한 결과는 향후 코칭 기반 진로교육이 조절 변인을 고려한 맥락 맞춤형 개입으로 발전해야 함을 시사하며, 이는 학교 현장에서의 실제 적용 가능성을 높이는 중요한 근거가 될 것이다.

## 참 고 문 헌

- 권용준(2018). 사회인지진로이론에 기반한 대학생의 진로준비행동과 관련 변인들의 구조적 관계 분석. 충북대학교 대학원 박사학위논문.
- 가향순·도미향(2024). 대학생의 코칭역량이 진로준비행동에 미치는 영향: 정서지능의 매개효과. **코칭연구**, 17(3), 51-71.
- 공성화(2022). 특성화고등학교 학생의 성인애착, 자기자비, 학교소속감, 그릿 및 진로준비행동 간의 구조적 관계분석. 동아대학교 대학원 박사학위논문.
- 국제코칭연맹(ICF).(2024). <https://coachingfederation.org/>
- 김경아(2022). 비대면 코칭 기반 대학 비교과 프로그램 개발 및 효과성 분석. **교양교육연구**, 16(2), 405-427.
- 김규원(2015). 미래의 대학교육과 인재상: 인재교육 레짐을 위한 담론. **사회사상과 문학**, 18(2), 287-323.
- 김미정(2020). 중학생의 자아탄력성, 가족건강성, 사회적지지와 진로준비행동 간의 관계에서 진로결정자 기효능감의 매개효과. 동아대학교 대학원 박사학위논문.
- 김민정·전주성(2023). 특성화고등학생이 지각한 사회적 지지와 진로준비행동 간의 관계에서 진로결정 자기효능감과 취업장벽의 조절된 매개효과. **승실대학교 영재교육연구소**, 13(1), 47-68.
- 김주섭·박재춘(2023). COVID-19 상황에서 대학생들이 지각하는 진로불확실성 스트레스와 진로미결정의 관계. **학습자중심교과교육연구**, 23(21), 115-132
- 김보미·임효진(2023). 그릿(Grit)과 진로발달 변인의 관계에 대한 메타분석. **청소년학연구**, 30(8), 401-431.
- 김봉환(1997). 대학생의 진로결정수준과 진로준비행동의 발달 및 이차원적 유형화. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 김선경·이은경(2020). 청소년이 지각한 사회적 지지와 진로준비행동의 관계에서 진로정체감과 진로결정 자기효능감의 순차적 매개효과. **미래청소년학회지**, 17(3), 29-52.
- 김성양(2020). 대학생의 진로개발지원, 진로역량, 진로적응성, 진로준비행동 간의 구조적 관계, 동아대학교 대학원 박사학위논문.
- 김윤희·정윤미(2023). 2023 한국아동·청소년패널조사: 데이터분석보고서-진로준비도의 교급별·시대별 경향 및 잠재유형 관련 요인 분석. 세종: 한국청소년정책연구원(연구보고 23-일반07-01)
- 김은석(2013). 취업목표 및 진로준비행동이 고졸 취업자의 직장만족도에 미치는 영향. **진로교육연구**, 26(3), 43-60.
- 김하나(2015). 진로코칭프로그램이 자기효능감과 진로성숙도에 미치는 효과: 지역아동센터의 중학생을 대상으로. 제주대학교 대학원 석사학위논문.
- 교육부·한국직업능력연구원(2022). 2022 초·중등 진로교육 현황조사 결과 발표. 보도자료.
- 남승미(2021). 대학생의 여가소비성향과 진로준비행동의 관계에서 자기효능감의 매개효과. **동북아관광연구**, 17(1), 21-43.

- 도미향(2017). 한국코칭학회 전문코치 자격연수 1단계 자료집. 한국코칭학회.
- 도미향(2021). ICF 핵심 코칭역량 신·구 모델의 비교연구. **코칭연구**, 14(1), 71-89.
- 도미향·박신후·심정자(2021). 대학생 코칭역량 척도개발. **코칭연구**, 14(5), 53-76.
- 도미향·박은경(2019). 청소년의 코칭역량 척도 개발 연구. **코칭연구**, 12(3), 51 - 76.
- 박완성(2010). 중·고등학생의 진로준비행동에 영향을 미치는 심리적 요인에 대한 연구. **진로교육연구**, 23(4), 57-73.
- 박은경(2014). 청소년 자기학습코치역량 척도 개발 및 타당화 연구. 남서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 박창규·권은경·김종석·박동진·원경립(2019). **코칭핵심역량**. 서울: 학지사.
- 박효식(2018). 대학생의 진로결정자기효능감, 전공몰입, 진로동기, 진로태도성숙이 진로준비행동에 미치는 영향. 동아대학교 대학원 박사학위논문.
- 방희원(2023). 진로동아리 활동이 대학생의 진로결정자기효능감, 진로역량, 진로준비행동에 미치는 효과. **학습자중심교과교육연구**, 23(5), 367 - 388.
- 신은진(2023). 학교급 전환에 따른 학생의 자기조절 프로파일 변화와 영향요인 탐색: 머신러닝 알고리즘의 적용. 경북대학교 대학원 박사학위논문.
- 이승구·이제경(2008). 한국 대학생의 취업목표에 따른 취업준비행동 및 첫 직장 만족도 차이. **진로교육 연구**, 21(3), 1-25
- 이정우(2025). 특성화고등학교 청소년의 가족건강성, 진로탄력성, 진로적응성, 진로준비행동 간의 구조 분석. 군산대학교 대학원 박사학위논문.
- 이현주(2021). 고등학생의 사회적지지가 정신건강과 진로준비행동에 미치는 영향: 자기효능감의 매개효과. **한국학교지역보건교육학회지**, 22(2), 93 - 104.
- 이희연(2024). 청소년 진로코칭 프로그램이 학습에서의 자기주도성과 진로개발역량에 미치는 효과. 숭실대학교 대학원 석사학위논문.
- 유승희(2024). 의사결정나무분석을 활용한 청소년의 불안 예측 요인 탐색: 성차를 중심으로. **보건사회연구**, 44(4), 29 - 53.
- 염태영(2017). 전문대학생의 진로탄력성, 사회적지지, 진로결정자기효능감, 진로준비행동 간의 구조적 관계. 계명대학교 대학원 박사학위논문.
- 임희정·도미향(2024). 청소년 코칭역량과 사회적 지지가 청소년의 행복 플로리시에 미치는 영향. **부모교육연구**, 21(3), 51 - 70.
- 임소현·이영광(2020). 진로탄력성의 선행 및 결과변인에 대한 메타분석. **진로교육연구**, 33(1), 131 - 157.
- 장창곡·이지연(2015). 고등학생의 진학준비행동 척도 개발 및 타당성 연구. **아시아교육연구**, 16(4), 155-178
- 정하윤(2021). 대학생의 코칭역량이 진로태도 성숙도에 미치는 영향 연구: 진로결정 자기효능감과 자아존중감의 매개효과 중심으로. **학습자중심교과교육연구**, 21(17), 983 - 999.
- 조순오·김혜원·조혜영(2022). 후기청소년 대상 온라인 학습코칭 적용 사례 연구: 자기주도학습능력, 시간관리행동, 자기효능감 변화를 중심으로. **청소년시설환경**, 20(2), 57 - 70.
- 조용선(2023). 고등학생의 진로탄력성이 진로결정 자기효능감 및 진로준비행동에 미치는 영향. **학습자중심교과교육연구**, 23(12), 893 - 905.

- 조아미 · 진영선 · 임정아(2019). 대학생의 진로탄력성 척도 개발 연구. *미래청소년학회지*, 16(2), 65 - 81.
- 한국청소년정책연구원(2023). 한국아동 · 청소년패널조사 2018 제5차 조사(2022년) 주요 조사결과 및 데이터 분석 · 활용. 세종: 한국청소년정책연구원.
- 한국청소년정책연구원(2024). 2024 청소년백서: 청소년의 삶과 의식 조사 보고서, 세종: 한국청소년정책연구원.
- 한국코치협회(KCA)(2024). <http://www.kcoach.or.kr>
- 한상근 · 정윤경 · 정지은 · 안중석(2021). 학교 진로교육 목표 및 성취기준 연구. 세종: 한국직업능력연구원.
- 허미경 · 김선길 · 도미향(2024). 청소년의 코칭역량과 회복탄력성이 학업스트레스에 미치는 영향. *부모교육연구*, 21(2), 97 - 116.
- 황석현 · 정유선 · 차성현(2023). 2019 - 2021 광주광역시 중 · 고등학생의 진로결정자기효능감의 연도별 및 성별간 차이 비교. *교육연구*, 45(2), 23-50.
- 황우람(2024). 후기청소년의 진로장벽이 진로성숙도와 진로준비행동에 영향을 미치는 요인: 사회이동성 인식의 조절 효과. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 황현호 · 도미향(2017). 전문코치의 역량강화를 위한 핵심코칭역량에 대한 탐색적 연구. *한국코칭학회지*, 10(2), 53 - 80.
- Bimrose, J., & Hearne, L.(2012). Resilience and career adaptability: Qualitative studies of adult career counseling. *Journal of Vocational Behavior*, 81(3), 338-344.  
<https://doi.org/10.1016/j.jvb.2012.08.002>
- Erikson, E. H.(1963). *Childhood and society* (2nd ed.). New York, NY: Norton.
- Lent, R. W., Brown, S. D., & Hackett, G. (1994). Toward a unifying social cognitive theory of career and academic interest, choice, and performance. *Journal of Vocational Behavior*, 45(1), 79 - 122.
- London, M.(1983). Toward a theory of career motivation. *Academy of Management Review*, 8(4), 620-630. <https://doi.org/10.5465/amr.1983.4284664>
- Speas, C. M.(1979). Job-seeking interview skills training: A comparison of four instructional techniques. *Journal of Counseling Psychology*, 26(5), 405-412.
- HRD용어사전(2024). 네이버 지식 백과  
<https://terms.naver.com/entry.naver?docId=2178867&cid=51072&category Id=51072>

**Abstract**

# **The Effects of Adolescents' Coaching Competency on Career Resilience and Career Preparation Behavior: Moderating Effects of School Level and Career Goal Presence**

**Yoo, Young-ju<sup>\*</sup> · Do, Mi-hyang<sup>\*\*</sup>**

This study examines the effects of adolescents' coaching competency on career resilience and career preparation behavior and tests whether school level and clarity of career goals moderate these relationships. Data from 348 middle and high school students were analyzed using descriptive statistics, correlation analysis, and PROCESS Macro 4.2 (Model 1). Coaching competency significantly predicted both career resilience and career preparation behavior. For career resilience, school level and clarity of career goals moderated the relationship, showing stronger effects among adolescents with clear career goals. However, no moderation was found for career preparation behavior. These results identify coaching competency as a crucial factor in adolescent career development. Career resilience requires tailored support that considers developmental stage and goal clarity, while career preparation behavior can be encouraged universally across school levels. The study highlights the value of coaching-based career education and provides practical implications for teacher training and field application.

**Keywords** : coaching competency, career resilience, career preparation behavior, school level, career goal

---

\* Doctoral Student, Department of Coaching, Namseoul University.

\*\* Professor, Department of Coaching, Namseoul University.