

대학생 1인가구와 다인가구의 진로장벽과 취업불안: 부모진로지지의 매개효과

양연숙*

본 연구는 대학생 1인가구와 다인가구를 대상으로 진로장벽이 취업불안에 미치는 영향을 분석하고, 이 관계에서 부모진로지지의 매개효과를 검증하는 데 목적이 있다. 대전시에 소재한 D 대학교 1인가구 182명, 다인가구 161명을 대상으로 설문조사를 실시하였으며, SPSS 28.0과 PROCESS macro v5.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 대학생 1인가구와 다인가구가 지각한 진로장벽, 부모진로지지 및 취업불안 간에 유의한 상관관계가 나타났다. 둘째, 진로장벽은 두 집단 모두에서 취업불안에 유의한 정적 영향을 미쳤으며, 부모진로지지를 매개로 한 간접효과는 1인가구에서만 유의하게 나타났다. 즉, 대학생 1인가구의 경우 부모진로지지가 진로장벽의 부정적 영향을 완화하여 취업불안을 낮추는 보호요인으로 작용함이 확인되었다. 이러한 결과를 바탕으로, 대학생의 진로적응을 이해함에 있어 개인의 심리적 요인뿐 아니라 가구형태 및 부모진로지지와 같은 환경적 맥락을 통합적으로 고려할 필요가 있음을 제안하였다.

주제어 : 대학생 1인가구와 다인가구, 진로장벽, 취업불안, 부모진로지지

논문 투고일: 2025. 10. 29. 최종심사일: 2025. 11. 27. 게재확정일: 2025. 12. 26.

* 대전대학교 상담학과 교수

Corresponding Author: Yang, Yeonsuk, 62 Daehak-ro, Dong-gu, Daejeon, Korea. 34520. E-Mail : ysyang@dju.kr

I. 서 론

한국 사회에서 대학은 더 이상 순수한 학문 탐구의 장이라기보다, 진로탐색과 취업 준비의 핵심 공간으로 기능하고 있다(Park & Seol, 2016). 대학교육의 보편화와 청년층 고용불안의 심화는 대학을 진로 성취의 출발점으로 전환시켰으며, 이에 따라 대학생들은 학문적 성취뿐 아니라 고용가능성(employability)을 확보하기 위한 다양한 활동에 몰입하고 있다(허청라 · 이기학, 2025; Yorke, 2006). 대학생들은 수업 외의 상당한 시간을 자격증 취득, 인턴십, 어학시험, 비교과 프로그램 참여 등 취업 경쟁력 강화를 위한 준비 과정에 할애하고 있으며, 이러한 경향은 불안정한 노동시장과 사회적 경쟁의 심화 속에서 더욱 가속되고 있다(강민정 · 이선, 2022). 대학이 진로준비의 장으로 기능하는 구조적 변화 속에서, 대학생들은 학업과 진로준비를 병행하면서 높은 수준의 심리적 긴장과 스트레스를 경험한다. 특히 취업을 둘러싼 불확실성, 진로결정의 부담, 그리고 사회적 비교로 인한 압박은 대학생의 심리적 안녕감과 대학생활 적응에 부정적 영향을 미치는 주요 요인으로 기능한다(신승민 · 김은석 · 이재연 · 한지은 · 송상연 · 권소현, 2025; Lent, Brown, & Hackett, 2000).

취업불안(employment anxiety)은 취업 준비 과정에서 진로에 대한 불확실성으로 인해 경험되는 두려움과 스트레스 등 정서적 불편함과 긴장 상태를 의미한다(조규판, 2008). 이는 단순한 걱정의 수준을 넘어, 진로결정 불안, 사회적 비교로 인한 위축감, 경제적 현실에 대한 인지적 부담 등을 포함하는 다차원적 심리 상태로 정의된다(Feij, 1998). 적정 수준의 취업불안은 진로목표 달성을 위한 동기를 강화하여 취업 준비 행동을 활성화할 수 있지만(오은주, 2024; 최현지, 2025), 과도할 경우 진로결정 효능감과 자신감을 저하시켜 진로계획과 탐색 행동을 위축시키며(김도희, 2022; 이원지, 2022), 신체적 · 심리적 부적응 증상을 초래할 수 있다(박성권 · 김해숙, 2021). 나아가 취업불안은 일시적 정서 반응을 넘어 진로발달 궤도에 영향을 미치는 예측 변인(predictive variable)으로 작용한다(김민선, 2023). 진로결정효능감과 진로적응성을 약화시키고, 진로장벽에 대한 지각을 강화함으로써, 진로와 관련된 심리적 악순환(psychological vicious cycle)을 유발한다(Lent et. al., 2000). 취업불안은 대학생의 진로결정 및 진로발달 전반을 설명하는 핵심적인 심리 요인으로서, 대학생의 진로적응 메커니즘을 이해하고, 실질적인 진로상담 및 교육적 개입 방향 모색을 위해 취업불안에 영향을 미치는 요인에 대한 사회적 관심이 요구된다.

진로장벽(career barriers)은 대학생의 진로발달과 진로적응을 어렵게 하는 위험요인이다. 진로장벽(career barriers)은 개인이 진로를 탐색하고 결정하는 과정에서 진로 선택과 목표 설정, 진로 관련 동기 및 행동을 저해하거나 제약하는 요인으로 지각되는 부정적인 사건이나 상황을 의미한다(손은령, 2004). 진로장벽은 자기효능감 부족, 실패에 대한 두려움, 진로결정 불안 등 심리적 요인과 경제적 제약, 사회적 압력, 정보 부족 등 환경적 요인으로 구성된다. 대학생의 진로장벽 수준이 높을수록 진로결정효능감이 낮아지고, 진로준비 행동이 감소하며, 진로목표 달성을 위한 동기가 약화된다(김민정 · 엄진, 2022). 이러한 심리적 위축은 취업과 관련된 불안을 유발하는 직접적인 요인으로 확인되고 있으며, 진로장벽을 높게 인식하는 개인은 자신의 취업 가능성을 낮게 평가하고 외부 환경을 통제 불가능한 위협으로 인식하는 경향을 보였다(Seker, 2025). 반면 진로장벽을 낮게 인식하는 개인은 자신의 진로역량을 긍정적으로 평가하고, 진로결정자율성이 높아 진로를 보다 주도적으로 계획하며(우정민 · 이선영 · 황선영 · 이길영, 2024), 낮은 수준의 불안을 경험한다(신승민 등, 2025). 진로장벽은 개인의 진로 관련 정서와 동기에 직접적 영향을 미치는 심리적 위험요인(psychological risk factor)이며 진로준비행동을 예측할 수 있는 요인(김수경 · 안도희, 2020)으로, 그 부정적 영향을 완충할 수 있는 심리적 보호요인을 탐색하는 것이 중요하다.

대학생의 진로발달 과정에서 부모진로지지(parental career support)는 자녀의 진로탐색과 진로결정 과정에서 제공되는 정서적 격려, 정보적 조언, 물질적 지원, 모범적 역할 제시를 포함하는 개념(이상희, 2009)으로, 대학생의 진로적응 및 진로불안 완화에 중요한 영향을 미치는 사회 · 환경적 요인이다(김혜영, 2022; 소연희, 2024). 부모의 진로지지는 진로장벽이 높더라도 그 부정적 영향을 완충하여 진로탐색 행동을 지속하게 하며, 취업불안을 감소시키는 심리적 보호요인으로 기능한다(조화진 · 이정인 · 최서영 · 최유진, 2025). 반면 부모의 부정적 기대나 지지의 결여는 진로결정 불확실성을 심화시키고, 진로목표의 명료성을 저해하는 요인으로 작용한다(송두리 · 조혜영 · 김혜원, 2025). 또한 부모의 진로 관련 태도는 자녀의 진로결정 자기효능감(career decision self-efficacy)을 강화하고 진로장벽을 낮게 인식하도록 돋는 심리적 기반을 제공한다(Lim & You, 2019). 대학생의 진로적응 과정에서 개인의 심리적 자원과 사회적 지지가 긍정적 역할을 수행한다는 점은 선행연구에서도 일관되게 보고되고 있으며(김산옥 · 도미향, 2022; 이유경 · 원경립, 2024), 이는 부모진로지지를 포함한 사회적 지지가 대학생의 진로 관련 심리과정에 실질적인 영향을 미칠 수 있음을 시사한다. 사회인지진로이론(Social Cognitive Career Theory)은 개인이 경험하는 장벽과 지지가 자기효능감과 결과기대에 영향을 미쳐 진로 관련 정서적 반응을 형성한다고 설명한다(Lent et. al.,

2000). 이러한 관점에서 부모진로지지는 진로장벽이 취업불안으로 이어지는 경로를 약화시키는 맥락적 지지(contextual support)로 작용할 가능성이 크다. 즉, 대학생이 진로장벽을 경험할 때 부모진로지지는 그 부정적 영향을 완화하고, 취업 준비 과정에서 심리적 안정감과 자기효능감을 유지하도록 돋는 매개적 완화 기능을 할 수 있다.

한편, 대학생은 대학에 진학하면서 원가족을 떠나 대학 기반의 장소에서 1인가구의 삶을 시작하는 경우가 많다. 청년 삶 실태조사에 의하면 대학 재학 및 휴학 학생 중 27.3%가 가구 주로 조사되었으며(국무조정실, 2024), 대학생의 거주 형태가 부모집 54.8%, 자취 31.0%, 기숙사 10.3%로 나타난 결과(한국직업능력연구원, 2023)을 통해 가구주로 등록하지 않더라도 원가족과 떨어져 홀로 생활하는 대학생 1인가구 수는 더 많은 것으로 추정된다. 대학생 1인 가구 구성사유는 72.2%가 학업 및 직장 때문이었으며(여성가족부, 2024), 1인가구로의 독립을 미래를 위한 준비와 자기성찰의 계기로 인식하였다(이성원, 2023). 이에 대학생 1인가구는 원가족과 함께 생활하는 다인가구에 비해 경제적 부담, 정서적 고립, 사회적 지지 부족 등으로 인해 진로 관련 불확실성과 불안을 더 크게 경험할 가능성이 높다. 특히 부모와의 물리적 거리로 인해 상호작용 빈도는 제한되지만, 정서적 유대감과 신뢰가 유지될 경우 부모진로지지는 취업불안 완화에 실질적인 효과를 가지는 것으로 보고된다(Lim & You, 2019). 즉, 부모의 진로 관련 격려와 수용적 태도는 자녀가 독립적인 생활환경 속에서도 진로 불안감을 조절하고, 취업 준비 과정에서 심리적 안정성을 확보하도록 돋는다. 이러한 점에서 대학생의 가구형태는 진로장벽과 취업불안의 관계를 조절하는 중요한 환경적 요인으로 작용할 뿐 아니라, 부모진로지지의 영향력에도 변화를 초래할 가능성이 있다. 그러나 대학생 1인가구에 관한 연구는 청년 1인가구에 포함되어 국가정책 개발이나 국가정책 데이터에 근거한 연구가 대다수이며(강은나 · 이민홍, 2016; 김지경 · 이윤주 · 이민정, 2018; 변미리, 2015), 대학생의 가구형태에 따른 진로 관련 심리 특성의 차이를 구조적으로 검증한 연구는 부족하다.

본 연구는 대학생 1인가구와 다인가구를 대상으로 진로장벽이 취업불안에 미치는 영향을 규명하고, 이 관계에서 부모진로지지의 매개효과를 실증적으로 분석하고자 한다. 이를 통해 진로장벽, 부모진로지지, 취업불안 간의 관계를 통합적으로 탐색하고, 부모진로지지가 진로장벽의 부정적 영향을 완화하는 심리적 보호요인으로 기능하는지를 검증하며, 1인가구와 다인가구에 따른 구조적 경로 차이를 규명한다. 본 연구는 대학생의 진로적응 메커니즘에 대한 이론적 이해를 확장하고, 생활환경을 고려한 진로상담 및 지원체계의 구축을 위한 실증적 근거를 제공하고자 한다. 이를 위한 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 대학생 1인가구와 다인가구의 진로장벽과 취업불안, 부모진로지지는 어떠한가?

연구문제 2. 대학생 1인가구와 다인가구의 진로장벽과 취업불안의 관계에서 부모진로지지의 매개효과는 어떠한가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 대전광역시에 소재한 D대학교 인문·사회·공학·자연과학대학의 27개 학과 학생을 대상으로 연구 참여자를 공개 모집하여, 참여 의사를 밝힌 대학생을 대상으로 하였다. 표집은 특정 대상군을 설정한 목적표집(purposive sampling)과 자발적 참여에 기반한 편의표집(convenience sampling)을 병행한 비확률 표집(non-probability sampling) 방식으로 이루어졌다. 연구대상은 원가족과 분리하여 독립적으로 생활하는 1인가구 182명(53.1%)과 원가족과 함께 거주하는 다인가구 161명(46.9%), 총 343명으로 구성되었다. 인구학적 특성은 <표 1>과 같다.

<표 1> 연구대상 대학생 1인가구와 다인가구의 인구학적 특성

변인	집단	1인가구 빈도(%)	다인가구 빈도(%)	전체가구 빈도(%)
성별	남자	78(42.9)	72(44.7)	150(43.7)
	여자	104(57.1)	89(55.3)	193(56.3)
학년	저학년	71(39.0)	66(41.0)	137(40.0)
	고학년	111(61.0)	95(59.0)	206(60.0)
학과계열	인문사회	86(47.3)	79(49.1)	165(48.1)
	공학자연과학	96(52.7)	82(50.9)	178(51.9)
가족구성	부모	81(44.5)	72(44.7)	162(47.2)
	부모 및 형제자매	101(55.5)	89(55.3)	181(52.8)
전체		182(100.0)	161(100.0)	343(100.0)

2. 연구도구

1) 진로장벽

대학생들이 진로 계발 과정에서 지각하는 다양한 어려움들을 확인하기 위하여 우정민 등 (2024) 연구에서 개발한 진로장벽 척도를 사용하였다. 이 척도는 정보변화(3문항), 심리적 압박(5문항), 사회적 관계(3문항), 실패에 대한 두려움(4문항)의 4개 하위변인, 총 15개의 문항으로 구성되었다. 정보변화는 빠르게 변화하는 진로 관련 정보, 직업군, 취업형태로 인한 어려움, 심리적 압박은 진로 관련 경쟁, 사회적 비교 등과 같은 이유로 겪는 심리적인 어려움, 사회적 관계는 진로 과정 중 겪을 수 있는 대인관계와 관련된 어려움, 실패에 대한 두려움은 자신감 저하으로 인한 실패에 대한 두려움을 측정하였다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 구성되었으며, ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서부터 ‘매우 그렇다’ 5점으로 평정되었다. 점수가 높을수록 지각된 진로장벽이 높음을 의미한다. 본 연구에서 진로장벽의 내적합치도(Chronbach's α)는 .87이었다.

2) 취업불안

대학생의 취업과 관련된 불안을 측정하기 위해 조규판(2008)이 개발하고 타당화한 대학생 취업불안 척도를 사용하였다. 이 척도는 취업불안 상태(10문항), 취업불안 유발상황(11문항), 취업불안 유발원인(7문항)의 3개 하위요인 총 28문항으로 구성되었다. 취업불안 상태는 취업 불안으로 인한 심리적, 신체적 상태를 측정하고, 취업불안 유발상황은 졸업 후 진로 불명확, 언론매체, 부모님, 교수 및 선배들의 취업 걱정 및 취업소식에 의해 유발되는 불안을 측정하며, 취업불안 유발원인은 남들보다 부족한 취업준비, 능력, 자격증 및 낮은 성적과 영어실력 등 원인 지각에 따른 불안을 측정하였다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 구성되었으며, ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서부터 ‘매우 그렇다’ 5점으로 평정되었다. 점수가 높을수록 취업불안 수준이 높음을 의미한다. 본 연구에서의 내적합치도(Chronbach's α)는 .91이었다.

3) 부모진로지지

부모진로지지를 측정하기 위해 이상희(2009)가 개발한 부모진로지지 척도를 사용하였다. 이 척도는 직업 및 진로선택과 준비과정에서 부모가 제공하는 다차원적인 지원을 평가하는 도구로, 정보적 지지(4문항), 대화적 지지(4문항), 정서적 지지(4문항), 경제적 지지(4문항), 경험적 지지(4문항)의 5개 하위요인, 총 20문항으로 구성되었다. 정보적 지지는 부모가 자녀에게 다양한 진로 관련 정보와 자료를 제공하는 정도를, 대화적 지지는 진로와 관련된 고민이나 문제를 부모와의 대화를 통해 공유하고 조언을 받는 정도를 의미한다. 정서적 지지는 부모가 자녀의 진로 관련 스트레스 상황을 이해하고 의견을 존중하며 경청하는 태도를, 경제적 지지는 진로 준비를 위한 물질적 지원의 수준을, 경험적 지지는 부모 또는 직장 동료를 통해 진로 및 직업 경험을 제공하는 정도를 평가한다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 구성되었으며, ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서부터 ‘매우 그렇다’ 5점으로 평정되었다. 점수가 높을수록 부모로부터 지각된 진로지지 수준이 높음을 의미한다. 본 연구에서의 내적합치도 (Chronbach's α)는 .89이었다.

3. 자료분석

수집된 자료는 SPSS 28.0과 PROCESS macro v5.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 첫째, 연구대상의 인구학적 특성은 빈도와 백분율 산출을 통해 분석하였다. 둘째, 측정도구의 신뢰도 검증을 위해 Cronbach's α 계수를 산출하였다. 셋째, 대학생 1인가구와 다인가구의 진로장벽, 부모진로지지 및 취업불안에 대한 기술통계 분석, t검증, 일원변량분석 및 Pearson의 적률상관분석을 실시하였다. 마지막으로 대학생 1인가구와 다인가구가 지각하는 진로장벽이 부모진로지지를 매개로 취업불안에 미치는 영향은 Hayes(2022)가 제시한 PROCESS macro Model 4 매개모형을 통해 분석하였다. 변인 간 관계 분석 시 성별, 학년, 학과계열, 가족구성을 통제하여 인구사회학적 요인의 영향을 배제하였다. 간접효과의 유의성 검증은 부트스트레핑(bootstrapping)을 10,000회 반복 추출하고, 신뢰구간은 95%로 설정하여 실시하였다. 한편, Hayes(2022)는 완전매개와 부분매개의 구분이 표본 수에 영향을 받기 때문에 이론적, 실제적으로 큰 의미를 갖지 않는다고 주장하였다. 이에 본 연구에서는 매개유형 구분보다는 변인 간의 직접효과와 간접효과를 중심으로 분석하였다.

III. 연구결과

1. 대학생 1인가구와 다인가구의 진로장벽, 부모진로지지 및 취업불안

대학생 1인가구와 다인가구의 진로장벽, 부모진로지지 및 취업불안의 기술통계량과 관계를 살펴본 결과는 <표 2>와 같다.

<표 2> 대학생 1인가구와 다인가구의 진로장벽, 부모진로지지 및 취업불안 기술통계량과 상관계수

변인	대학생 1인가구			대학생 다인가구		
	1	2	3	1	2	3
1. 진로장벽	1.00			1.00		
2. 부모진로지지	-.35***	1.00		-.57***	1.00	
3. 취업불안	.73***	-.43***	1.00	.65***	-.44***	1.00
Mean(SD)	2.36(.78)	3.84(.67)	2.54(.89)	2.27(.68)	2.82(.67)	2.55(.86)
Min-Max	1.00-4.50	1.67-5.00	1.00-4.67	1.00-3.57	2.00-5.00	1.00-4.44
왜도	.17	-.28	-.01	-.05	-.15	-.02
첨도	-.07	.30	-.56	-.56	-.19	-.52

***p<.001

대학생 1인가구와 다인가구의 진로장벽, 부모진로지지 및 취업불안의 평균은 5점 Likert 척도임을 고려할 때, 보통 이하의 진로장벽(1인 가구 평균 2.36, 다인가구 평균 2.27)과 취업 불안(평균 2.54, 평균 2.55) 및 보통 이상의 부모진로지지(평균 3.84, 평균 3.82)을 보였다. 한편, 변인 분포의 정규성을 검토하기 위해 왜도와 첨도를 산출하였다. Kline(2016)의 기준에 따라, 왜도의 절대값이 3미만이고 첨도의 절대값이 10미만일 때 정규성이 확보된 것으로 판단하였다. 분석 결과, 왜도는 -.28에서 .17, 첨도는 -.56에서 .30 범위로 나타나, 본 연구의 주요 변인들은 정규성 가정을 충족하는 것으로 확인되었다.

대학생 1인가구와 다인가구의 진로장벽, 부모진로지지 및 취업불안간의 관계를 분석한 결과, 대학생 1인가구와 다인가구 모두 진로장벽과 취업불안은 유의한 정적 상관($r=.73$, $p<.001$; $r=.65$, $p<.001$)를, 부모진로지지는 진로장벽($r=-.35$, $p<.001$; $r=-.57$, $p<.001$)과 취업

불안($r=-.43, p<.001$; $r=-.44, p<.001$)과 유의한 부적 관계를 보였다. 즉, 대학생 1인가구와 다인가구 모두 진로장벽이 높게 지각될수록 취업불안이 커지는 것으로 나타났으며, 부모진로지지 수준이 높다고 지각되면 진로장벽과 취업불안이 낮아지는 것으로 나타났다.

2. 대학생 1인가구와 다인가구의 진로장벽과 취업불안의 관계에서 부모진로지지의 매개효과

대학생 1인가구의 진로장벽과 취업불안의 관계에서 부모진로지지의 매개효과를 검증한 결과는 <표 3>, [그림 1]과 같다. 대학생 1인가구가 지각하는 진로장벽이 취업불안에 미치는 직접 효과($B=.76, p<.001$)는 통계적으로 유의미한 정적 효과가 있는 것으로 나타났다. 다음으로 대학생 1인가구의 진로장벽은 부모진로지지에 통계적으로 유의미한 부적 영향($B=-.30, p<.001$)을, 부모진로지지는 취업불안에 유의미한 부적 영향($B=-.28, p<.001$)을 미쳤다.

<표 3> 대학생 1인가구의 진로장벽과 취업불안과의 관계에서 부모진로지지의 매개효과

경로	B	SE	t	R ²	F
진로장벽 → 부모진로지지	-.30	.07	-4.27***	.12	18.24***
진로장벽 → 취업불안	.76	.07	10.95***		
부모진로지지 → 취업불안	-.28	.08	-3.44***	.57	89.53***

*** $p<.001$



*** $p<.001$

[그림 1] 대학생 1인가구의 부모진로지지를 매개로 하는 진로장벽과 취업불안 모형

대학생 1인가구가 지각하는 진로장벽과 취업불안의 관계에서 부모진로지지의 간접효과 크기는 <표 4>와 같이 .08로 나타났다. 부트스트래핑을 통하여 복원 추출된 Bootstrap

samples의 간접효과 분포에서 95% 신뢰구간의 하한값($BootLLCI=.03$)과 상한 신뢰구간($BootULCI=.14$) 사이에 0이 포함되지 않으므로 간접효과가 유의미함을 나타낸다. 즉, 대학생 1인가구가 인식하는 진로장벽은 취업불안에 직접적인 영향뿐 아니라 부모진로지지를 매개로 간접적으로 취업불안에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

<표 4> 대학생 1인가구의 부모진로지지의 매개효과에 대한 간접효과 유의성 검증

경로	Effect	BootSE	95% CI	
			BootLLCI	BootULCI
진로장벽 → 부모진로지지 → 취업불안	.08	.03	.03	.14

대학생 1인가구의 진로장벽과 취업불안의 관계에서 부모진로지지의 매개효과를 검증한 결과는 <표 5>, [그림 2]와 같다. 대학생 1인가구가 지각하는 진로장벽이 취업불안에 미치는 직접 효과($B=.74, p<.001$)는 통계적으로 유의미한 정적 효과가 나타났다. 다음으로 대학생 1인가구의 진로장벽은 부모진로지지에 통계적으로 유의미한 부적 영향($B=-.56, p<.001$)을 미치었으나 부모진로지지는 취업불안에 통계적으로 유의미한 영향을 미치지 않았다($B=-.15, N.S.$).

<표 5> 대학생 1인가구의 진로장벽과 취업불안과의 관계에서 부모진로지지의 매개효과

경로	B	SE	t	R ²	F
진로장벽 → 부모진로지지	-.56	.09	-46.53***	.32	42.61***
진로장벽 → 취업불안	.74	.12	6.03***		
부모진로지지 → 취업불안	-.15	.12	-1.17	.43	33.55***

*** $p<.001$



*** $p<.001$

[그림 2] 대학생 1인가구의 부모진로지지를 매개로 하는 진로장벽과 취업불안 모형

대학생 다인가구가 지각하는 진로장벽과 취업불안의 관계에서 부모진로지지의 간접효과 크기는 <표 6>과 같이 .08로 나타났다. 부트스트래핑을 통하여 복원 추출된 Bootstrap samples의 간접효과 분포에서 95% 신뢰구간의 하한 신뢰구간($BootLLCI=-.08$)과 상한 신뢰구간($BootULCI=.23$) 사이에 0이 포함되므로 통계적으로 유의미한 간접효과가 없는 것을 의미한다. 즉, 대학생 다인가구가 지각하는 진로장벽은 취업불안에 직접적인 영향을 미치며, 부모진로지지를 매개로 하여 간접적으로 취업불안에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

<표 6> 대학생 다인가구의 부모진로지지의 매개효과에 대한 간접효과 유의성 검증

경로	Effect	BootSE	95% CI	
			BootLLCI	BootULCI
진로장벽 → 부모진로지지 → 취업불안	.08	.08	-.08	.23

IV. 논의 및 결론

본 연구는 대학생 1인가구와 다인가구를 대상으로 진로장벽이 취업불안에 미치는 영향을 분석하고, 이 관계에서 부모진로지지의 매개효과를 검증하였다. 연구결과를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 대학생 1인가구와 다인가구 모두 진로장벽, 부모진로지지 그리고 취업불안 간에 통계적으로 유의한 상관관계가 나타났다. 진로장벽을 높게 인식할수록 취업불안이 증가하고, 부모진로지지를 높게 인식할수록 진로장벽과 취업불안이 낮게 나타났다. 이는 대학생의 진로장벽과 취업불안 간의 정적 관계를 보고한 연구(신승민 등, 2025)와 부모진로지지가 진로장벽을 낮춘다는 연구(조화진 등, 2025)와 일치한다. 부모로부터의 정서적·정보적 지지가 대학생의 진로적응 과정에서 보호적 기능을 수행하며, 진로장벽이 취업불안에 미치는 부정적 영향을 완화하는 심리적 완충 요인(psychological buffering factor)으로 작용할 수 있음을 시사한다. 또한 사회인지진로이론(Social Cognitive Career Theory)의 관점은 지지한다. 사

회인지진로이론은 진로결정이 단순히 개인의 능력에 의해 결정되는 것이 아니라, 자기효능감(self-efficacy), 결과기대(outcome expectation), 그리고 맥락적 지지(contextual supports)의 상호작용을 통해 형성된다고 본다(Lent, Brown, & Hackett, 2000). 본 연구는 이 중에서도 ‘맥락적 지지’의 역할에 주목하여, 진로장벽이 취업불안을 높이는 위험요인으로 작용하는 반면 부모진로지지가 그 영향을 완화하는 보호요인으로 기능함을 실증적으로 확인하였다.

둘째, 대학생 1인가구와 다인가구가 인식하는 진로장벽은 취업불안에 유의한 정적 영향을 미쳤으며, 부모진로지지를 매개로 한 간접효과는 1인가구에서만 유의하게 나타났다. 진로장벽이 단순한 상황적 불편을 넘어 불안 반응을 직접 유발하는 위험요인으로 기능함을 시사한다. 선행연구에서도, 장벽 인식 증가는 진로결정효능감 저하와 탐색행동 위축을 동반하며 그 자체로 불안의 직접적 상승과 연계됨이 반복적으로 확인되어 왔다(김민정 · 엄진, 2022; Seker, 2025). 이러한 직접효과가 두 집단에서 공통적으로 관찰된 점은, 가구형태와 무관하게 한국 대학생 다수가 공유하는 구조적 노동시장 불확실성이 진로장벽을 강화하고 있음을 시사한다. 즉, 정보 부족 · 기회 제약 · 경제적 부담과 같은 환경적 장벽과, 실패두려움 · 자기효능감 저하 등 심리적 장벽이 상호 증폭하며, 가구형태의 차이를 상쇄할 만큼 보편적인 불안 상승 경로를 형성한다(신승민 등, 2025; 김민정 · 엄진, 2022). 이 관점에서 보면, 부모진로지지의 매개효과가 1인가구에서 유의하게 나타났다고 하더라도, 진로장벽과 취업불안의 1차 경로는 두 집단 모두에서 견고하며, 매개적 보호가 작동하더라도 직접효과를 완전히 상쇄하지는 못한다는 점이 확인되었다.

대학생 1인가구에서는 진로장벽과 취업불안 간의 관계에서 부모진로지지를 매개로 한 간접효과가 나타났다. 이는 부모진로지지가 물리적 거리에도 불구하고 중요한 심리적 보호자원(psychological protective resource)으로 기능함을 의미한다. 부모의 정서적 지지와 격려는 1인가구 대학생이 외부 스트레스 상황에서도 정서적 안정감을 회복하고 진로 관련 불안을 완화하도록 돋는다(Lim & You, 2019). 또한 사회인지진로이론의 핵심 가정, 개인이 지각하는 장벽이 자기효능감 약화와 부정적 결과기대를 매개로 불안과 같은 정서적 반응을 증가시키며, 반대로 사회적 지지와 같은 맥락적 자원은 이러한 부정적 정서반응을 완화한다(Lent, Brown, & Hackett, 2000)는 관점과도 일치하는 결과이다. 즉, 부모진로지지가 사회인지진로이론이 제시한 맥락적 지지(contextual supports)로 기능하여, 개인이 지각하는 진로장벽이 취업불안으로 이어지는 경로를 부분적으로 완화할 것으로 해석할 수 있다. 반면 다인가구 대학생은 부모와의 상호작용이 더 빈번함에도, 그 관계가 진로적 지지로 인식되지 않을 가능성이 있다. 이는 부모의 과도한 기대나 통제적 개입이 오히려 자율성과 진로결정 효능감을

저하시킬 수 있음을 보여준다. 이러한 결과는 부모지지가 진로적응에 동일하게 작용하는 보편적 요인이 아니라, 가구형태나 생활환경에 따라 그 기능이 달라지는 맥락적 변수(contextual variable)임을 시사한다. 따라서 1인가구 대학생에게는 부모와의 정서적 연결을 유지하고, 진로 관련 상호작용을 촉진하는 상담적 접근이 요구된다. 반면 다인가구 대학생의 경우, 가족 의존성을 낮추고 자기결정성(self-determination)과 진로결정 효능감(career decision efficacy)을 강화하는 교육적 개입이 보다 효과적일 수 있다.

이러한 결과를 통해 다음과 같은 결론을 도출할 수 있다. 첫째, 대학생의 취업불안은 단순히 노동시장 상황의 불확실성뿐 아니라 개인이 지각하는 진로장벽 수준과 부모진로지지의 질적 경험에 의해 심리적으로 매개된다. 따라서 진로상담 및 교육 현장에서는 학생의 내적 신념과 환경적 제약을 함께 고려한 통합적 접근이 필요하다. 둘째, 부모진로지지는 1인가구 대학생에게 심리적 안정과 불안 완화에 실질적 영향을 미치는 보호요인으로 확인되었다. 이는 부모와의 물리적 거리보다, 진로 관련 대화와 정서적 지지의 질적 수준이 더 중요함을 시사한다. 셋째, 가구형태에 따른 차이는 진로지도에서 '생활환경에 따른 맞춤형 지원'의 필요성을 제기한다. 1인가구 대학생에게는 정서적 연결감 유지와 진로상담 접근성 강화, 다인가구 대학생에게는 자율성과 진로결정 효능감 향상에 초점을 맞춘 차별적 전략이 요구된다. 본 연구의 결론은 학문적, 실천적, 정책적 측면에서 다음과 같은 의의를 갖는다.

학문적 측면에서, 본 연구는 대학생의 진로장벽과 취업불안의 관계를 사회인지진로이론의 관점에서 분석하였다. 기존 연구들이 진로장벽과 취업불안을 개별 변수 수준에서 탐색하는 데 그쳤다면, 본 연구는 부모진로지지를 매개변수로 설정함으로써 진로불안이 형성되는 심리적 경로를 실증적으로 규명하였다. 이를 통해 사회적 지지가 개인의 진로적응 과정에서 수행하는 매개적 기능을 경험적으로 확인하였다. 또한 대학생 1인가구와 다인가구라는 생활환경적 요인을 진로심리 모형에 통합함으로써, 개인 요인과 환경 요인의 상호작용을 설명하는 진로심리이론의 틀을 확장하였다. 이러한 결과는 대학생의 진로적응을 이해하기 위해 사회적 지지와 환경적 요인을 통합적으로 고려해야 함을 강조한다.

실천적 측면에서, 본 연구는 대학생의 취업불안을 단순한 개인의 정서문제가 아니라 진로장벽에서 비롯된 심리적·환경적 제약의 결과로 확인함으로써, 진로상담과 교육 현장에서 이러한 요인을 통합적으로 다루어야 함을 시사한다. 특히 기숙사나 원룸 등에서 생활하는 1인가구 대학생의 증가를 고려할 때, 정기 온라인 상담, 모바일 기반 상담 채널 운영과 함께 부모-자녀 진로 대화 가이드, 온라인 부모 참여형 프로그램 등 가족 연계 진로지원 프로그램이 요구된다. 또한 개별 진로로드맵 설계, 강점 기반 피드백, 단계별 실행계획 제공과 같은

맞춤형 프로그램은 진로장벽 인식으로부터 기인한 불안을 완화하는데 효과적일 수 있다. 더불어 졸업생·재학생 멘토링, 직무 체험 프로그램, 소규모 진로 코칭 운영은 진로장벽을 낮추는데 효과적이다. 이와 더불어 1인가구 대학생의 심리적 보호요인을 강화하기 위해 심리 건강 상태 체크인 프로그램, 생활과 진로를 함께 다루는 코칭, 대학과 부모 간 소통 채널 확충 등 일상 기반의 지원체계를 마련할 필요가 있다. 한편, 다인가구 대학생에게는 자기결정성(self-determination)과 진로주도성(career agency)을 강화할 수 있는 부모의 개입을 적절히 조절하는 가족 의사소통 프로그램, 자율적 진로결정을 촉진하는 목표 설정·가치 탐색 워크숍, 진로결정 효능감을 강화하는 소규모 코칭 세션 등의 지원이 요구된다.

정책적 측면에서, 1인가구 학생을 위한 '정서안정 - 진로지원 연계 정책'과 다인가구 학생을 위한 '자율적 진로결정 촉진 정책' 개발이 요구된다. 대학에서는 학생상담센터 및 진로개발센터를 중심으로 1인가구 대학생을 위한 심리·생활 통합지원 체계를 구축할 필요가 있다. 진로상담뿐 아니라 주거·생활·정서적 안정을 포함한 다차원적 지원 프로그램은 진로불안 완화에 실질적 효과를 가져올 수 있다. 또한 교육부와 지방자치단체는 청년 1인가구의 진로 적응을 촉진하기 위한 가족연계형 진로지원정책(예: 부모 상담 가이드라인, 부모 참여형 진로교육)을 제도화해야 하며, 국가 차원의 진로교육정책에서도 가족-대학-지역사회가 연계된 협력적 진로지원 생태계(career support ecosystem) 구축이 필요하다. 나아가 이러한 접근은 가구형태를 넘어 대학생의 전체를 위한 생활환경과 심리적 특성을 반영한 맞춤형 진로 정책 개발이 요구됨을 시사한다.

본 연구는 다음과 같은 한계를 지니며 이를 보완하는 후속 연구가 필요하다. 첫째, 본 연구는 단일 지역의 대학생을 대상으로 한 횡단적 연구로, 결과의 일반화에는 한계가 있다. 향후에는 다양한 지역과 대학을 포함한 확장 표본을 통해 구조적 경로의 재검증이 필요하다. 둘째, 부모진로지지를 자녀의 주관적 인식으로만 측정하였기에, 실제 부모의 행동이나 상호작용의 질을 충분히 반영하지 못했다. 후속 연구에서는 부모-자녀 쌍방 자료를 활용하거나 질적 연구를 병행할 필요가 있다. 셋째, 본 연구는 가구형태를 1인가구와 다인가구로 이분화하여 분석하였으나, 향후 연구에서는 경제수준, 주거형태, 부모와의 관계 질 등 세부 환경요인을 통합한 다층적 생태모형 접근이 요구된다.

본 연구는 대학생의 진로장벽이 취업불안을 높이는 심리적 요인임을 밝히고, 부모진로지지가 이를 완화하는 보호요인으로 작용함을 실증적으로 제시하였다. 특히 1인가구 대학생의 경우, 부모진로지지가 진로불안을 조절하는 핵심 자원으로 확인되어 가족지지의 중요성을 부각하였다. 이러한 결과는 대학생의 진로적응이 개인의 내적 역량뿐 아니라 가족과 생활환

경의 상호작용 속에서 형성된다는 점을 보여주며, 진로상담과 교육정책이 가족 및 생활환경을 포괄하는 통합적 지원 체계로 확장이 요구된다.

참 고 문 헌

강민정 · 이선(2022). 노동시장 진출 결정요인: 성별, 전공, 산업, 직업의 연관 메커니즘을 중심으로. **여성 경제연구**, 19(2), 53-82.

강은나 · 이민홍(2016). 우리나라 세대별 1인가구 현황과 정책과제. **보건복지포럼**, 2016(4), 47-56.

국무조정실(2024). **‘24년 청년의 삶 실태조사**. 세종: 국무조정실

김도희(2022). 대학생의 취업불안, 구직 자기효능감, 학년, 학업성취도, 교우관계, 진로계획의 구조적 관계. **교육논총**, 42(1), 101-121.

김민선(2023). 대학생의 취업불안이 진로발달에 미치는 종단적 영향력 탐색. **학습자중심교과교육연구**, 23(22), 1035-1044.

김민정 · 염진(2022). 여대생의 진로장벽과 진로스트레스가 진로준비행동에 미치는 영향. **학습자중심교과교육연구**, 22(15), 259-273.

김수경 · 안도희(2020). 대학생의 진로준비행동 예측 요인 탐색: 진로장벽, 취업스트레스 및 진로결정 자기효능감을 중심으로. **한국교육학연구**, 26(3), 25-48.

김산옥 · 도미향(2022). 대학생의 자아탄력성이 진로준비행동에 미치는 영향-강점인식을 매개로-. **부모 교육연구**, 19(1), 107-128.

김지경 · 이윤주 · 이민정(2018). **20대 청년 심리 · 정서문제 및 대응방안 연구**. 세종: 한국청소년정책연구원.

김혜영(2022). 대학생의 기본심리욕구, 진로적응성, 진로구성, 진로몰입, 대학생활적응 및 부모진로지지의 구조적 관계: 진로적응모형을 중심으로. 광운대학교 대학원 석사학위논문.

박성권 · 김해숙(2021). 대학생의 취업스트레스가 신체화 증상에 미치는 영향: 부적응적 자기초점주의와 정서조절곤란의 매개효과. **한국융합학회논문지**, 12(6), 267-278.

변미리(2015). 도시에서 혼자 사는 것의 의미: 1인가구 현황 및 도시정책 수요. **한국심리학회지: 문화 및 사회문제**, 21(3), 551-573.

소연희(2024). 부모진로지지가 대학생의 진로관여행동에 미치는 영향: 전공만족도와 진로적응성의 이중 매개효과. **인간발달연구**, 31(2), 11-23.

손은령(2004). 진로선택과정에서 지각된 진로장벽의 역할. **상담학연구**, 5(3), 623-635.

송두리 · 조혜영 · 김혜원(2025). 부모의 진로지지가 대학생의 진로결정몰입에 미치는 영향: 회복탄력성과 진로결정 자기효능감의 매개효과. **청소년시설환경**, 23(3), 15-24.

신승민 · 김은석 · 이재연 · 한지은 · 손상현 · 권소현(2025). 대학생의 사회부과 완벽주의와 진로준비행동의 관계: 지각된 진로장벽과 취업불안의 순차적 매개효과. **발달지원연구**, 14(2), 23-38.

여성가족부(2024). **2023년 가족실태조사**. 서울: 여성가족부.

오은주(2024). 취업준비 대학생의 취업불안과 구직효능감에 따른 군집유형 분류 및 취업준비행동의 차이. **한국과 국제사회**, 8(3), 449-473.

우정민 · 이선영 · 황선영 · 이길영(2024). 대학생이 인식하는 진로장벽이 진로결정자율성, 관계성, 유능

성에 따라 진로동기에 미치는 영향. **아시아교육연구**, 25(2), 203-241.

이상희(2009). 대학생의 부모 진로지지 척도 개발 연구. **상담학연구**, 10(3), 1539-1553.

이성원(2023). 20대 대학생의 1인 가구 경험과 의미에 관한 연구-CQR-M 연구분석. **사회심리발달연구**, 4(2), 51-68.

이유경 · 원경림(2024). 대학생의 심리적 자본과 사회적 지지가 진로관여행동에 미치는 영향. **부모교육 연구**, 21(4), 95-110.

이원지(2022). 대학생의 스트레스가 진로발달에 미치는 영향: 대학생활 만족도 조절효과를 중심으로. **글로벌사회복지연구**, 10(2), 25-47.

조규관(2008). 취업불안척도의 개발 및 타당도 연구. **교육학연구**, 46(2), 53-75.

조화진 · 이정인 · 최서영 · 최유진(2025). 대학생의 부모진로지지와 진로준비행동의 관계: 진로장벽과 진로결정 자기효능감의 매개효과. **한국생활과학회지**, 34(4), 569-579.

최현지(2025). 대학생의 불확실성에 대한 인내심 부족이 취업불안에 미치는 영향: 사회비교경향성과 심리적 유연성의 순차적 매개효과. 단국대학교 교육대학원 석사학위논문.

한국직업능력연구원(2023). **대학 진로교육 현황조사(2023)**. 세종: 한국직업능력연구원.

허청라 · 이기학(2025). 대학생의 경제적 제약과 일 자유의지, 진로 관여 행동의 관계: 외부 고용 가능성 인식의 조절 효과. **학습자중심교과교육연구**, 25(3), 223-236.

Feij, J. A. (1998). *Work, commitment, and satisfaction: Theoretical approaches and empirical findings*. Amsterdam: University of Amsterdam Press.

Hayes, A. F. (2022). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*(3rd ed.). New York, NY: The Guilford Press.

Kline, R. B. (2016). *Principles and practice of structural equation modeling*(4th ed.). New York: Guilford Press.

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.

Lim, S. A., & You, S. (2019). Long-Term Effect of Parents' Support on Adolescents' Career Maturity. *Journal of Career Development*, 46(1), 48 - 61. <https://doi.org/10.1177/0894845317731866>

Park, C. K., & Seol, S. S. (2016). Role of University on Undergraduate Employment by Disciplines. *Asian Journal of Innovation and Policy*, 5(1), 35-54. <http://dx.doi.org/10.7545/ajip.2016.5.1.035>

Seker, G. (2025). The Relationship Between Career Engagement and Perceived Career Barriers of University Students: The Mediating Role of Career Adaptability and Career Planning Self-Efficacy. *Anadolu Journal of Educational Sciences International*, 15(3), 1003-1016.

Yorke, M. (2006). *Employability in higher education: What it is -what it is not*. York, UK: Higher Education Academy.

Abstract

Career Barriers and Employment Anxiety Among University Students Living Alone and with Family: The Mediating Role of Parental Career Support

Yang, Yeonsuk*

This study aims to examine the effect of career barriers on employment anxiety among university students living alone and those living with family, and to verify the mediating effect of parental career support in this relationship. A survey was conducted with 182 students living alone and 161 students living with family at D University in Daejeon, and the data were analyzed using SPSS 28.0 and PROCESS macro v5.0. The results are as follows. First, significant correlations were found among career barriers, parental career support, and employment anxiety for both university students living alone and those living with family. Second, career barriers had a significant positive effect on employment anxiety in both groups, while the indirect effect mediated by parental career support was significant only among students living alone. Specifically, parental career support functioned as a protective factor that mitigated the negative impact of career barriers and reduced employment anxiety among students living alone. These findings suggest that understanding university students' career adaptation requires an integrated approach that considers not only individual psychological factors but also environmental contexts such as household type and parental career support.

Keywords : university students living alone, university students living with family, career barriers, employment anxiety, parental career support

* Professor, Dep. of Counseling, University of Daejeon