

The Mediating Effects of Grit on the Relationship between Career Stress and Career Futures of College Students¹⁾

Song, Mi Hwa (Yongin Songdam College, Career Counselor)

An, Yoon Jung²⁾ (Kyonggi University, Assistant Professor)

< ABSTRACT >

The purpose of this study was to analyze the mediated effects of grit on the relationship between career stress and career futures of college students. To this end, we conducted a two-week survey of 1,358 students at Y and O colleges in Gyeonggi-do. The results show some significant correlations between the college students' career stress and grit, as well as career stress and career futures, and grit. Mostly, career stress has a negative correlations with grit and career futures. Additionally, grit and career futures have a high positive correlation. The higher the career stress of college students the lower the perception of grit and career futures. Furthermore, although the career stress of college students has an obvious opposite relationship with career futures, to some extent, the career stress of college students impacts on career futures. Also, in the relationship between career stress and career futures of college students, grit plays a partial mediating role. In order to positively affect career futures for college students, career counselling and education to improve career stress management and grit is suggested.

Key Words : College students, career stress, career futures, grit

1) This study was modified from Song(2020)'s master's thesis.

2) Corresponding Author: An, Yoon Jung, Assistant Professor, Kyonggi University, 154-42 Gwanggyosan-Ro, Yeongtong-Gu, Suwon-Si, Gyeonggi-Do, Korea, 16227 / E-mail: ajj_calling@kyonggi.ac.kr

전문대학생의 진로스트레스와 진로미래 관계에서 그릿의 매개효과¹⁾

송미화 (용인송담대학교, 직업상담사)

안윤정²⁾ (경기대학교, 조교수)

< 요약 >

본 연구는 전문대학생의 진로스트레스와 진로미래의 관계에서 그릿의 매개효과를 분석하는데 목적이 있다. 이를 위해 경기도 소재의 Y와 O 전문대학 재학생 1,358명을 대상으로 설문하였다. 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 대학생의 진로스트레스, 그릿과 진로미래의 상관관계는 유의한 것으로 나타났다. 진로스트레스는 그릿과 진로미래 모두 부적 상관을 보였고, 그릿과 진로미래는 높은 정적 상관을 보였다. 대학생의 진로스트레스가 높을수록 그릿과 진로미래에 대한 인식이 낮으며, 그릿이 높을수록 진로미래가 높았다. 둘째, 대학생의 진로스트레스는 진로미래에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 대학생의 진로미래를 높이기 위해서는 진로스트레스를 낮추는 것이 필요하다. 셋째, 대학생의 진로스트레스와 진로미래의 관계에서 그릿은 부분적으로 매개역할을 하는 것으로 드러났다. 대학생의 진로스트레스가 진로미래에 영향을 미치는 주요 예측변인이며, 그 관계에서 그릿의 매개역할을 확인하였다. 전문대학생의 긍정적 진로미래를 높이기 위해 진로스트레스 관리와 더불어 그릿을 향상시키기 위한 진로상담과 교육의 필요성을 제언하였다.

주요어 : 전문대학생, 진로스트레스, 진로미래, 그릿

1) 이 논문은 송미화(2020)의 석사학위논문 결과를 바탕으로 이론과 논의 등을 수정·보완하였음.

2) 교신저자: 안윤정, 교수, (16227) 경기도 수원시 영통구 광교산로 154-42, 경기대학교 / E-mail: ayj_calling@kyonggi.ac.kr

논문투고일자: 2020. 2. 10 / 심사일자: 2020. 2. 11 / 게재확정일자: 2020. 2. 23

I. 서론

현재 우리 사회는 학벌보다는 능력을 중시하는 사회적 분위기로 변화하고 있으면서도 여전히 전문대학은 사회적으로 4년제 대학에 비해 낮은 위상과 인식을 받고 있다. 2018년 정부는 100대 국정 과제로 전문대학을 고등직업교육 중심기관으로 육성할 것을 발표하였으나 구체적인 안이 없으며, 전문대학보다는 중등단계나 폴리텍대학에 더 많이 초점이 맞춰져 있다. 2016년 교육부의 발표자료 ‘제2차 진로교육 5개년 기본 계획(2016~2020)’에 의하여 현재 전문대학을 포함한 대학의 저학년 학생도 초·중·고교생과 같이 의무적으로 진로교육을 받고 있다. 이와 같은 맥락으로 몇몇 대학에서는 진로와 취업을 담당할 전담교수제도를 운영하고 있지만(Jang & Boo, 2017), 한 명의 교수가 다수의 학생을 대상으로 전공수업 이외에 진로, 직업과 관련된 지식을 쌓고 진로·취업 흐름을 익혀 학생들을 지원하기는 어려운 실정이다.

Super(1955)의 생애발달단계에서 탐색기에 속해있는 중·고등학생은 충분한 자기이해와 탐구가 시행되어야 하지만, 아직 한국의 교육현장은 개인의 흥미와 적성을 이해하고 진로를 탐색하기보다 대학입학 자체가 중요하게 여겨져 자기이해의 기회가 부족한 채 성적에 맞추어 대학에 입학하는 경우가 많다. 이는 자기의 흥미와 적성에 대한 이해도가 부족한 상태에서 불확실함을 안은 채 대학 생활을 이어나갈 가능성이 높다. 이에 진로와 관련된 구체적인 의사결정을 내리고 목표하는 직업을 성취하고자 수련 과정에 있는 전문대학생들은 진로에 대한 불확실성으로 진로스트레스를 받을 수밖에 없는 이유이다.

선행연구에 따르면 대학생들의 가장 많은 스트레스 원인은 진로문제로 나타났고(Seo, 2007), 진로스트레스 지수가 높을수록 진로를 결정하지 못할 가능성이 높았다(Jung, 2017). 또한, 진로 및 직업을 선택할 때 가장 중요하게 생각하는 것을 조사한 결과, ‘내가 좋아하는 것’을 하는 것이 51.3%로 내가 만족하는 일자리 찾기를 희망하는 학생은 과반수임을 알 수 있다(Jung, 2018). 이는 자신이 원하는 진로미래를 구상하고 이끌어 나가며, 장기적인 목표를 이루기 위한 의지가 필요하다는 것을 시사한다.

Jung(2018)의 대학진로교육 현황조사에 따르면, 대학생활 중 가장 많이 고민하는 것은 무엇인가에 대한 질문에 전문대학생은 ‘졸업 후의 진로’가 54.9%라고 과반수 응답하였으며, 진로미결정 이유에는 ‘내가 무엇을 하고 싶은지 몰라서’가 32%의 응답으로 가장 높았다. 4년제 대학과 비교하여 진로 및 취·창업 정규교과와 수는 상대적으로 전문대학이 적으며 4년제의 경우 진로 교과는 6.4개, 취업 교과는 24.4개인데 반면, 전문대학은 진로 교과 4.4개, 취업 교과 8.3개로 나타났고, 비교과 프로그램도 2배의 차이가 발생했다(Jung, 2018).

2년이라는 짧은 기간에 취업을 위한 자격증 취득이나 기술습득 등의 능력을 쌓기 위한 활동이 부담감으로 다가온다(Kim, 2016). 전문대학생은 짧은 학제 동안 대학생활 적응과 동시에 진로탐색 과정부터 취업까지 이어져야 함에도 상대적으로 진로를 설정하고 준비단계에서의 지원이 부족하다고 느껴질 수밖에 없다. 대학생의 진로스트레스와 관련 있는 심리적 변인으로 진로장벽, 진로적응성, 진로자기효능감, 일희망 등이 연구되었으며, 최근에는 진로 미래의 중요성에 대해 강조된 바 있다(An, 2015; Lee & An, 2016). 특히 진로미래는 청년세대의 직업가치관을 반영하는 일과 삶의 균형과 미래에 대한 불안과 같은 부정적 진로전망을 포함하고 있어 지금 대학생들의 진로인식을 확인할 수 있는 중요한 개념이다(Kim, An, & Kim, 2018).

한편, 비교적 최근에 등장한 그릿은 장기적 목표에 대한 끈기와 열정의 의미로(Duckworth, 2006), 자신이 목표로 하는 것을 수행하기 위해 실패와 역경에도 불구하고 노력과 시간이 요구되는 상황에서도 관심을 꾸준히 유지하여 자신을 이끄는 중요한 힘으로 역할한다는 것이다. 그릿이 진로관련 심리적 변인 사이에 매개효과를 검증한 선행연구들을 살펴보면, 대학생의 자율성 욕구만족이 우울의 관계에서(Choi, Tak, & Yang, 2019), 대학생의 사회적 지지와 진로장벽과의 관계에서(Yu, Joe, & Lee, 2019), 대학생의 사회적 지지와 진로준비행동과의 관계에서(Hwang, 2017), 고등학생의 학업적 자기효능감 진로동기와의 관계에서(Yoon, You, & You, 2017) 등이다. 그릿이 진로와 관련된 긍정적 변인 사이에서도 혹은 우울과 진로장벽 등의 부정적 변인 간의 관계에서도 매개효과를 보여주었다.

대학생활은 진로목표의 끝이 아닌 인생에서 진로를 준비하는 하나의 과정일 뿐이며, 사회생활을 시작하기 전 삶의 내적동기를 높이고 다양한 사람과의 인간관계를 통해 자신의 미래에 대한 긍정적이며 주체적 태도를 키우고, 올바른 직업의식 함양과 더불어 자신의 일과 삶의 적절한 균형을 갖는 훈련을 해야 하는 시기이다(An, 2015). 따라서 미래에 있을 진로에 대한 긍정적 믿음과 자신의 진로를 구성하고 목표를 설정하며, 설정된 목표를 실현하기까지의 주체적인 태도를 포함하는 진로미래는 진로스트레스와 연결되는 중요한 요소이다.

본 연구는 전문대학생의 진로스트레스가 진로미래에 미치는 영향을 분석하고 둘 간의 관계에서 그릿의 매개효과를 살펴보고자 한다. 연구결과를 통해 직업세계의 변화속도가 빠르고 청년실업이 심각한 시대에 전문대학생의 진로미래를 높이는데 그릿의 중요성을 밝히고, 진로스트레스를 낮추기 위한 다양한 진로교육과 프로그램이 어떤 방향으로 이루어져야 하는지를 제안하고자 한다. 본 연구의 목적을 이루기 위한 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 전문대학생의 진로스트레스, 그릿, 진로미래 간에는 어떤 관계가 있는가?

둘째, 전문대학생의 진로스트레스는 진로미래에 어떤 영향을 미치는가?

셋째, 전문대학생의 진로스트레스와 진로미래 간의 관계에서 그릿의 매개효과가 있는가?

II. 이론적 배경

1. 진로스트레스

초기에는 일반적인 스트레스의 하위요인이었던 취업스트레스를 연구하였으나, 이후 구직자와 대학생의 취업스트레스 측정 도구개발이 이루어지면서 진로와 관련한 스트레스까지 포함되어 연구되기 시작했다(Lee, 2016). 취업스트레스로만 정의할 수 없는 것이 진로는 삶의 전 과정에서 발달하는 것으로 본다면 진로스트레스는 졸업 후의 취업만이 아닌 모든 진로발달 과정에서 겪는 생애적인 문제이기 때문이다(An & Seo, 2013). 이에 Choi et al.(2011)은 대학생들의 스트레스에서 취업과 관련된 직접적 문제가 가장 큰 스트레스일지라도 진로스트레스로서 취업을 넘어서는 더 큰 관점을 다루어져야 함을 강조하였다.

국내에서 가장 먼저 진로결정 스트레스를 연구한 Ryu(2003)에 의하면 고등학생이 졸업 후 진학 및 취업과 관련된 문제로 인하여 발생하는 신체와 심리상태가 가진 긴장감 혹은 불안감으로 진로스트레스를 정의하였다. 연구자에 따라 취업스트레스라고 정의되기도 하며(Seo, 2012), 진로와 관련된 개인적 자원 부족으로 개인의 안녕을 위협받는 것(Park, 2009), 대학생의 진로탐색 및 결정과정과 취업 준비 중 발생하는 스트레스를 진로스트레스로 의미화하였다(Seo, 2007). Jung(2017)은 진로스트레스를 성격불안 스트레스, 학업불안 스트레스, 가족환경 스트레스, 학교환경 스트레스, 취업불안 스트레스 등으로 나누었다. Park(2009)은 진로와 관련된 개인적 자원의 부족으로 개인 안녕을 위협받는 것으로 진로스트레스를 정의하고, 진로모호성, 취업압박, 정보부족, 외부갈등, 내부갈등 등을 포함하였다. 진로스트레스는 개인의 진로선택과정에서 발생하는 어려움이라는 넓은 개념으로, 한 가지 영향으로 발생하는 스트레스가 아니라, 다양한 하위요소들이 복합적으로 구성되어 발생되고 있음을 알 수 있다.

진로스트레스 관련 대학생들의 선행연구들은 다음과 같다. Jung(2017)은 진로스트레스와 진로미결정의 관계는 상관계수가 있으며, 진로스트레스는 대학생들에게 있어서 진로결정에 어려움을 증폭시키는 주요한 원인 중 하나임을 밝혔다. Lim(2017)은 취업에 대한 어려움과 진로에 대한 고민이 있을 때, 혼자 고민하고 견디는 학생들보다 가까운 사람과 상의 또는 의견을 들어볼 경우 진로스트레스가 현저히 낮았고, 진로스트레스가 높을수록 진로준비행동은 낮아졌음을 확인하였다. 이는 우리나라는 부모와 주위 사람과의 관계가 중요한 공동체 문화이기 때문에, 자신들의 진로를 결정할 때 의미 있는 타인 혹은 주위 사람들의 영향을 받으며 진로스트레스 중 외적갈등 스트레스를 높게 지각하는 것을 확인할 수 있다(Lee, 2012).

전공불만족의 경우 진로스트레스가 더욱 증가할 수 있고, 만족스러운 직업선택을 위해 진

로를 준비하는 과정에서 스트레스를 받기도 한다(Tolbert, 1980). London(1997)은 진로스트레스와 진로결정자기효능감 사이에는 부적 관계로 진로스트레스가 높은 사람일수록 진로자기효능감이 낮고, 진로스트레스가 낮은 사람은 진로자기효능감이 높게 나타난다고 보았다. 이와 같은 맥락으로 대학생들의 진로스트레스는 진로를 결정하기 위한 준비행동을 성공적으로 완수할 수 있다는 자신감에 부정적 영향을 미치며, 이는 진로결정자기효능감을 떨어뜨리고 자기격려를 낮추는 것으로 나타났다(Lee, 2018).

Lee & Joe(2011)에서는 전문대학생을 대상으로 학업성적이 높을수록 진로스트레스가 낮았으며, 학교생활에 만족하고 타인과 함께 취업스트레스를 해소하고 담당 교수님과 의논하여 취업준비를 할 경우 진로스트레스가 낮게 나타났다. Han & Lee(2016)의 4년제, 2년제 대학생 비교연구에서는 전문대학생의 취업스트레스 완화를 위해서는 개인의 진로성숙도를 강화할 필요가 있음을 시사하였다. 학과만족도, 자기효능감이 높을수록 취업스트레스가 낮아지며, 진로장벽이 낮아질수록 취업스트레스가 낮아지는 것을 확인하였다(Park & Yang, 2019). 전문대학생을 대상연구에서 전공만족도가 높을수록 취업스트레스 정도가 낮았으며, 학년이 올라갈수록 취업스트레스가 더 높았다(Byun & Park, 2014). 같은 대상으로 직업정보 부족, 자기명확성 부족, 외적장애 등의 진로장벽과 진로적응력의 관계에서 부적 상관관계가 나타났으며, 직업정보 등이 부족하고 자신이 원하는 것이 분명하지 않을 때 진로장벽이 높으며 대학적응도가 낮아지고 결과적으로 진로적응력이 낮아짐을 확인하였다(Cho, 2012).

본 연구에서는 대학생의 진로발달과정에서 주어지는 다양한 진로과업을 둘러싼 진로갈등과 진로성숙과 관련하여 발생할 수 있는 스트레스의 의미로서 진로미래와 그릿 등의 관계를 보고자 한다.

2. 진로미래

진로미래(CFI)는 Rottinghaus, Day, & Borgen(2005)에 의하여 자신의 진로에 대한 긍정적 기대와 노동시장에 대한 지식을 포함한 자신감을 나타내는 개념으로 언급하였다. 이 개념을 좀 더 발전된 방향으로 수정된 진로미래(CFI-R)로 확장하였다(Rottinghaus, Buelow, Matyja, & Schneider, 2012). 진로미래(CFI-R)는 변화하는 직업세계에 적응하기 위한 진로적응성과 긍정심리학 기반의 낙관주의 장점 등을 통해 자신의 진로미래를 어떻게 바라보는가에 대한 하나의 중요 지표가 된다(An, 2015). 이는 개인이 자신의 진로발달을 인식하는 방식을 조사하여 진로적응성과 진로낙관성을 확인하는 것으로, 이를 통해 진로미래가 처음으로 내담자의 현재와 미래의 진로발달을 이해하는데 주관적 정보를 제공해 준다(Choi & Kim, 2006). 또한, 진로설정과 탐색에서 개인이 자신의 미래를 어떻게 바라보는지와 관련이 있으며(An,

2015), 미래에 대한 관점을 인지하고 조정하는 것은 내담자가 만족하는 진로를 발견하는데 중요한 요인이다(Choi & Kim, 2006). 특히 Rottinghaus et al.(2017)은 대학 진로센터에서 대학생들의 효과적 진로발달 개입과 진로사정에 진로미래(CFI-R) 프로파일을 적극적으로 활용했다.

진로미래(CFI-R)는 진로주체성, 지지, 일-삶 균형, 직업의식, 부정적 진로전망을 포함, 진로성숙도와 적응성을 바탕으로 현명한 진로결정과 관련된 중요한 요인이며, 21세기 진로관리를 위해서 다양한 콘텐츠를 포함한다(Rottinghaus et al., 2012). 진로적응성과 진로낙관성을 기본으로 주체성과 직업의식을 강조하여 각 개인이 긍정적으로 진로미래를 갖기 위한 환경요인과 개인이 갖는 행복감을 포함하는 개념으로 진로주체성은 불가피한 상황에서 자신의 목표를 향해 주어진 상황 안에서 진로발달을 가능하게 하는 중요한 역할로 보았다(An, 2015). 이는 각 개인이 긍정적 진로미래를 갖기 위한 환경요인과 일-가정 균형과 같은 개인의 행복감과 관련된 개념을 포함한 것으로 직업과 진로 등의 일이 중요하지만, 그 안에서 개인적인 삶을 함께 추구하는 것이 삶의 전반적인 질과 행복에 영향이 있음을 강조한 것이다.

진로미래 관련 선행연구들은 적은 편이나 대학생 대상 연구들은 다음과 같다. Choi & Kim(2006)은 대학생의 진로미래가 높을수록 진로결정효능감 및 직업정체성이 높은 수준을 보였다. Lee & An(2016)은 삶의 의미가 진로미래에 직접적 영향으로 주며, 직업의 외적 가치보다 내적 가치를 중요하게 여기는 사람일수록 높은 진로성숙도를 보였다. 이에 대학생들이 진로문제에 부딪히기 전에 다가올 진로에 대한 장기적 목표와 계획 실행을 위한 목적을 갖는 것이 중요하며, 진로미래 수준이 높을 때 진로결정 수준과 학업집중도가 높음을 발견하였다. Lee & Yang(2013)은 공대 신입생을 대상으로 사회적 지지, 자존감, 진로미래 간의 모형검증 결과, 사회적 지지는 진로미래에 직접적 영향을 미치며 진로미래 행동에 적응성을 높이며 자신의 진로를 낙관적으로 바라보는데 긍정적 영향을 주었다. Woo & Lee(2010)는 대학생의 진로포부와 진로미래의 관계에서 자기개념의 명확성 조절효과를 검증하였다. 기독교 대학생의 사회적 지지가 자아탄력성과 진로미래에 직접적 영향을 주며, 자아탄력성이 진로미래에 정적 영향을 미치는 것을 검증하였다(Hwang, 2014).

특히 직업정체성의 단계가 진로몰입과 진로탐색 단계의 학생들이 진로재고려 단계의 학생과 비교하여 진로미래가 유의하게 높은 결과를 보였다(An, 2015). 이는 진로탐색과 진로몰입 단계의 학생들은 진로발달과정의 진로성숙이 높아 진로스트레스가 낮을 거라고 예상된다면 진로미래와 연관성이 있을 것으로 보인다. Kim, An, & kim(2018)은 대학생의 진로정서 조절과 진로미래의 관계에서 진로탄력성의 매개효과를 검증하였으며, 진로준비과정에서 진로정서조절이 높은 학생이 진로미래가 높았다. 직업환경불확실성 감소, 수용, 긍정심리증진, 진로주의집중 및 실천 등의 긍정적 진로변인은 진로미래의 부정적 진로전망을 제외한 모든

하위요인에 정적 영향을, 회피의 부정적 정서는 진로미래의 부정적 진로전망에 부적 영향을 미쳤다. 선행연구를 분석해보면 학생들의 진로관련 긍정적 인지와 정서 변인과 진로미래는 관련성이 높으며 자아탄력성과 진로탄력성 등처럼 심리적 탄력성에 기반하여 실제 진로와 관련한 역경이나 고난 등의 상황에서 이를 극복할 수 있는 성격적 특성이라는 것을 감안한다면 그것의 매개효과를 기대할 수 있다.

3. 그릿

그릿은 Duckworth(2006)가 제안한 개념으로, 장기적 목표에 대한 끈기와 열정으로 정의했다(Duckworth, Peterson, Matthews, & Kelly, 2007). 그릿은 자신이 목표하는 것을 수행하기 위해 실패와 역경 등에도 불구하고 노력과 긴 시간이 요구될 때 관심을 꾸준히 유지하고, 자신을 응원할 힘이 필요한데, 그릿이 그 힘의 근원이라는 것이다. 인내, 노력, 끈기 같은 개인의 강점은 오래전부터 성공으로 이끄는 힘으로 간주되며, 이와 유사한 관점에서 그릿의 긍정적 효과를 보여주는 연구들이 발표되었다(Lim, 2017). 그릿의 개념이 소개되고 다양한 분야에서 관심을 받았지만, 국내에서는 Kim(2013)에 의해 처음 연구되었고 각자 개인이 지닌 잠재력을 발휘하게 하는 힘으로 언급되었다. 개인의 특정 목표에 의도적인 관심 유지 혹은 사회의 기대에 부응하는 목표에 지속적 관심으로(Yu, Yu, & Park, 2015), 장기적 목표 달성을 위하여 회복탄력성을 갖고 열정과 인내를 유지하는 능력을 의미하기도 한다(Hwang, 2017). 그릿은 연구자에 따라 다양한 의미로 활용하였지만, 장기적 목표에 대한 오랜 끈기를 갖고 지속성을 둔다는 근본적인 그릿의 중요의미를 포함하고 있다.

그릿의 유사개념으로 성격 5요인(Big Five) 중 성실성이 있으며 그릿의 하위요인인 노력의 지속성과 비슷한 것처럼 보이지만, 그릿은 대상에 대한 열정이 포함되어 성실함과 차이를 보인다(Duckworth et al., 2007). 게다가 성실성이 높은 사람은 목표가 정해지지 않아도 주어진 일을 해내는 것이 목표가 되어 우선 열심히 할 가능성이 높다(Hwang, 2017). 반면, 그릿이 높은 사람은 현재보다 먼 장기목표를 추구하고 성실함이 높은 사람은 장기목표를 추구하는 것과는 거리가 멀다. 이는 그릿의 하위 개념 중 장기성에만 초점을 두고 연구를 했기 때문에 그릿과 성실성이 혼잡하게 사용되는 이유가 된다(Oh, Sohn, & Lee, 2019). 또한, 유사개념으로 성취욕구가 있지만 성취욕구는 높은 성과를 얻기 위한 목표 달성 욕구인 반면, 그릿은 꾸준히 행동을 지속하는 데 의의가 있다(McClelland, 1985). 결과적으로 성취욕구가 높은 사람은 계획적으로 열심히 하지만 성과에 의존하는 경우가 많고 긍정적 피드백으로 행동을 지속하지만 반대일 경우 멈추기도 하고, 이는 그릿의 특성과 관련성이 적다(Hwang, 2017). 즉, 그릿은 보상과 성과와 같은 외부의 피드백과는 상관성이 적고 자신의 장기적인

목표를 이루기 위한 꾸준함이 기반 된 열정으로 정의된다.

최근 들어 다수의 연구들이 진행되었고 대학생들 대상 선행연구들로 한정하였다. 사회적 지지가 진로준비행동에 긍정적 영향을 보이고, 그릿의 매개를 통해 진로준비행동에 간접 영향을 지닌 것으로 확인하였다(Hwang, 2017). Yu et al.(2019)은 사회적 지지가 높아질수록, 대학생의 그릿이 높아져 진로장벽을 낮추며 진로장벽과 그릿의 유의한 부적 상관을 보였고, 사회적 지지와 진로장벽의 관계에서 그릿의 부분매개를 증명하였다. Seo(2019)는 그릿이 높을수록 진로장벽 수준이 더 낮아지며, 목적 달성을 위해 어려움에도 지속적으로 노력하게 되는 원동력이 된다는 것을 밝혔다. 진로준비행동에 유의한 영향을 미치는 성찰학습과 그릿의 구조관계에서 그릿이 높을수록 진로준비행동의 정도가 높은 것을 밝혔다(Hong, Hwang, Jo, Kim, & Choi, 2017).

Lee(2015)는 비슷한 지능 수준이라면 개인이 투입하는 노력의 힘인 그릿에 따라 학업성적이 크게 달라질 수 있다고 주장하였다. 그릿은 목표달성을 위한 열정과 인내가 있어야 성공적인 목표 도달로 이끈다고 볼 때, 노력지속이라는 그릿의 특성이 목표인식을 높이고 목표달성을 위한 행동결과로 이어질 수 있다(Lim, 2017). 전문대 비서전공 학생들의 그릿이 높을수록 진로적응성이 높아지며 하위요소인 노력의 꾸준함이 진로적응성을 예측하는 데 영향력을 보였고, 그릿의 하위요소 중 노력의 꾸준함만이 회복탄력성과 진로적응성에 유의한 상관관계를 보였다(Han, 2018). Seo(2019)의 연구에서도 노력의 꾸준함만이 진로준비행동에 유의한 정적 영향을 보였다. 그릿은 진로준비행동에 영향을 주고 있으나 흥미 일관성은 통계적으로 유의하지 않았으며, 노력의 지속성만이 유의한 정적상관을 보여, 노력의 지속수준이 높을수록 진로준비행동 수준이 높았다(Yun, 2017).

선행연구들을 종합해보면 그릿은 진로와 관련된 인지적, 행동적, 정서적 변인들에 영향을 주어 긍정적 진로성과를 만들어 주며 진로장벽 등의 부정적 인식을 낮추는 역할을 하며 전문대학생의 진로발달에 의미 있는 역할을 할 것으로 기대된다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구에서는 경기도 소재 2개의 전문대학교 재학생을 대상으로 2019년 9월 16일부터 9월 30일까지 약 2주 동안 온라인 설문지를 배포하였고 회수된 1,446부에서 불성실한 응답을 제외한 1,358부(94% 회수)를 대상으로 분석하였다. 연구대상의 개인적 특성인 성별, 학년, 전공만족도, 학점 총 4개 변인에 대해 응답한 분포를 살펴본 결과는 <표 1>과 같다.

〈표 1〉 연구대상자의 일반적 특성 (N=1,358)

	구분	n	%
성별	남학생	649	47.8
	여학생	709	52.2
학년	1학년	700	51.5
	2학년	558	41.1
	3학년	100	7.4
전공만족도	매우 불만족	40	2.9
	불만족	123	9.1
	보통	551	40.6
	만족	478	35.2
	매우 만족	166	12.2
평균학점	1.0 이상~2.9 이하	319	23.5
	3.0 이상~3.5 이하	432	31.8
	3.6 이상~3.9 이하	344	25.3
	4.0 이상~4.5 이하	263	19.4

2. 연구도구

가. 진로스트레스

본 연구에서 사용된 진로스트레스 척도는 Choi et al.(2011)이 사용한 ‘The Items of the Korean Career Stress Inventory’ 를 번역하여 사용하였다. 연구자와 함께 영어와 한국어에 능통한 관련 전문가가 문항을 번역 후, 그 결과를 원문과 비교 및 검토하면서 수정하는 과정을 거쳤다. 진로스트레스는 진로모호성(예: 나는 현재 계획 중인 진로가 내가 원하는 길인지 확신이 없어 답답하다), 정보부족(예: 내가 원하는 직업을 어떻게 준비해야 하는지 몰라서 답답하다), 취업압박(예: 내가 원하는 곳에 취업을 할 수 있을지 걱정이다), 외부갈등(예: 나는 부모님과 내가 원하는 진로가 서로 달라서 갈등을 겪는다) 4개 하위변인, 총 18문항으로 구성하였다. Likert 5점 척도를 사용하였으며, 점수가 높을수록 진로스트레스에 대한 인식 정도가 높음을 의미한다. 진로스트레스에 관한 요인분석 결과 KMO의 값이 .946으로 높으며 Bartlett 구형성 검정 결과 $p < .001$ 수준에서 유의한 것으로 나타났다. 각 요인별 요인적재량은 진로모호성 .71~.79, 정보부족 .56~.78, 취업압박 .70~.79, 외부갈등 .68~.81이며, 신뢰도 분석 결과 Cronbach α 는 .94이다(진로모호성 Cronbach α .92, 정보부족 Cronbach α .89, 취업압박 Cronbach α .85, 외부갈등 Cronbach α .81).

나. 그릿

본 연구에서 사용된 그릿 척도는 Duckworth et al.(2007)이 개발한 ‘Original Grit Scale(Grit-O)’을 Lee(2015)이 번역한 척도를 사용하였다. 그릿은 노력의 꾸준함(예: 나는 내가 시작한 일은 뭐든지 끝낸다), 관심의 일관성(예: 나의 관심사는 매년 바뀐다) 2개 하위 변인 총 11문항으로 구성하였다. Likert 5점 척도를 사용하였으며, 점수가 높을수록 그릿의 인식 수준이 높다는 것을 의미한다. 그릿의 요인분석 결과 KMO의 값이 .82로 높으며 Barlett 구형성 검정 결과 $p < .001$ 수준에서 유의한 것으로 나타났다. 각 요인별 요인적재량은 노력의 꾸준함 .67~.77, 관심의 일관성 .57~.72이며, 신뢰도 분석 결과 Cronbach α 는 .74이다(노력의 꾸준함 Cronbach α .80, 관심의 일관성 Cronbach α .75).

다. 진로미래

본 연구에서 사용된 진로미래 척도는 An(2015)의 진로미래(CFI-R)를 사용하였다. 이 척도는 Rottinghaus et al.(2012)이 사용한 CFI-R(Career Future Inventory-Revised)을 해당 연구자가 영어와 한국어 사용이 능통한 관련 전문가와 함께 문항을 번역 후 결과를 확인하는 과정을 거쳐 만들어졌다. 진로주체성(예: 나는 내 미래의 진로를 위해 계획을 세울 수 있다), 지지(예: 나의 진로목표에 도달하기 위해 다른 사람으로부터 필요한 모든 격려를 받는다), 일-삶 균형(예: 나는 직장인, 가족구성원, 친구와 같은 다양한 삶의 역할에서 균형을 맞추는 것에 능력이 있다), 직업의식(예: 나는 최근 직업시장의 경향을 파악하고 있다), 부정적 진로 전망(예: 나의 진로목표를 추구할 에너지가 부족하다) 5개의 하위변인 총 21문항으로 구성하였다. Likert 5점 척도를 사용하였으며, 점수가 높을수록 진로주체성, 직업의식, 지지, 일-삶 균형에 대한 인식은 높음을, 부정적 직업전망 인식은 낮음을 의미한다. 진로미래에 관한 요인분석 결과 KMO의 값이 .924로 높으며 Barlett 구형성 검정 결과 $p < .001$ 수준에서 유의한 것으로 나타났다. 각 요인별 요인적재량은 진로주체성 .53~.74, 지지 .58~.82, 일-삶 균형 .58~.76, 직업의식 .74~.83, 부정적 진로전망 .68~.80이며, 신뢰도 분석 결과 Cronbach α 는 .90이다(진로주체성 Cronbach α .86, 지지 Cronbach α .81, 일-삶 균형 Cronbach α .82, 직업의식 Cronbach α .83, 부정적 진로전망 Cronbach α .74).

3. 자료분석

설문을 토대로 연구모형에 따른 가설 분석을 위해 SPSS 22.0 통계프로그램을 사용하였다.

본 논문에서 사용한 통계분석 방법은 다음과 같다. 첫째, 전문대학생의 개인적 특성에 대한 분포를 파악하기 위하여 빈도 분석하였다. 측정 도구인 진로스트레스, 그릿, 진로미래에 대한 응답분포로 기술통계량을 산출하였다. 둘째, 전문대학생의 진로스트레스, 그릿, 진로미래 간의 상관관계를 분석하기 위하여 피어슨의 상관계수를 산출 후, 이에 대한 유의성을 분석하였다. 셋째, 전문대학생의 진로스트레스와 진로미래의 관계를 분석하기 위하여 다중회귀 분석을 실시하였다. 회귀분석 시 전문대학생의 개인적 특성을 더미변수로 처리하여 통제 변인으로 사용하였다. 넷째, 전문대학생의 진로스트레스가 진로미래에 미치는 영향 관계에서 그릿의 매개효과를 분석하기 위해 다중회귀분석을 실시 후 매개효과의 유의성 검정을 위하여 Sobel test를 실시하였다.

IV. 연구결과

1. 기술통계

전문대학생의 진로스트레스, 그릿, 진로미래에 대한 기술통계량을 통한 응답분포를 파악한 결과는 <표 2>와 같다. 전문대학생의 진로스트레스에 대한 응답분포를 파악한 결과 전체 평균은 2.84이며, 하위변인 취업압박(M=3.30), 진로모호성(M=2.96), 정보부족(M=2.86), 외부갈등(M=2.23) 순으로 나타났다. 그릿에 대한 전체 평균은 3.02로 노력의 꾸준함(M=3.24)이 관심의 일관성(M=2.90)에 비해 높게 나타났다. 진로미래에 대한 응답분포로 전체 평균은 3.22로 나타났다. 이 중 진로주체성(M=3.42)은 상대적으로 높은 인식정도를 나타내었으며, 지지(M=3.40), 일-삶 균형(M=3.29), 부정적 진로전망(M=2.96), 직업의식(M=2.90) 순으로 나타났다. 또한, 관심의 일관성과 부정적 진로전망은 역채점하여 합산하였다.

<표 2> 기술통계 결과 (N=1,358)

변인	측정요인	M	SD
진로스트레스	진로모호성	2.96	1.08
	정보부족	2.86	.97
	취업압박	3.30	.99
	외부갈등	2.23	.90
	전체	2.84	.82
그릿	노력의 꾸준함	3.24	.69
	관심 [*] 의 일관성	2.90	.63
	전체	3.05	.49

진로미래	진로주체성	3.42	.68
	지지	3.40	.72
	일-삶 균형	3.29	.68
	직업의식	2.90	.84
	부정적 진로전망*	2.96	.77
	전체	3.22	.53

* 역채점

2. 전문대학생의 진로스트레스, 진로미래와 그릿 간의 상관관계

전문대학생의 진로스트레스와 진로미래, 그릿의 상관관계는 <표 3>과 같다. 진로스트레스와 그릿에 대한 상관계수는 모두 부적 상관관계가 나타났으며, 유의수준 0.1% 하에서 유의한 결과가 나타났다. 진로보호성과 관심의 일관성의 상관계수는 $r=-.420(p<.001)$ 로 가장 높은 상관관계로 나타났고, 취업압박과 관심의 일관성($r=-.356, p<.001$), 정보부족과 관심의 일관성($r=-.350, p<.001$), 진로보호성과 노력의 꾸준함($r=-.302, p<.001$) 간에도 상관관계가 존재하였다. 전반적으로 진로스트레스와 그릿 간에는 부적 상관관계가 나타났으므로 대학생의 진로스트레스에 대한 인식도가 높을수록 그릿에 대한 인식도는 낮아지는 것을 알 수 있다.

진로스트레스와 진로미래에 대한 상관계수는 모두 부적 상관관계를 보이며, 외부갈등과 직업의식을 제외하고 유의수준 0.1% 하에서 유의한 상관성을 나타냈다. 진로보호성과 진로주체성($r=-.470, p<.001$), 진로보호성과 부정적 진로전망($r=-.464, p<.001$), 이외에도 진로스트레스와 진로미래 간의 상관관계 중 상대적으로 낮은 부적 상관성을 보인다.

그릿과 진로미래 간의 상관관계를 분석한 결과 모두 정적 상관관계를 보였다. 노력의 꾸준함과 일-삶 균형($r=.562, p<.001$), 노력의 꾸준함과 진로주체성($r=.540, p<.001$), 관심의 일관성과 부정적 진로전망($r=.456, p<.001$), 노력의 꾸준함과 직업의식($r=.435, p<.001$), 노력의 꾸준함과 지지($r=.422, p<.001$) 순으로 상관관계를 보였으며, 관심의 일관성과 지지는 유의한 상관관계가 존재하지 않았으나 그릿과 진로미래 간 전반적으로 정적 상관관계를 나타냈다.

<표 3> 전문대학생의 진로스트레스, 진로미래와 그릿의 상관관계 (N=1,358)

변인	진로스트레스					그릿			진로미래					
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1. 진로모호성	1													
2. 정보부족	.730***	1												
3. 취업압박	.582***	.661***	1											
4. 외부갈등	.494***	.510***	.423***	1										
5. 진로스트레스(전체)	.880***	.895***	.800***	.704***	1									
6. 노력의 꾸준함	-.302***	-.236***	-.202***	-.093**	-.264***	1								
7. 관심의 일관성	-.420***	-.350***	-.356***	-.252***	-.424***	.129***	1							
8. 그릿(전체)	-.484***	-.394***	-.375***	-.234***	-.463***	.723***	.779***	1						
9. 진로주체성	-.470***	-.426***	-.323***	-.265***	-.462***	.540***	.111***	.419***	1					
10. 지지	-.308***	-.351***	-.242***	-.320***	-.370***	.422***	.042	.296***	.607***	1				
11. 일-삶 균형	-.303***	-.307***	-.285***	-.213***	-.339***	.562***	.073**	.407***	.707***	.630***	1			
12. 직업의식	-.321***	-.320***	-.288***	-.031	-.307***	.435***	.068*	.323***	.602***	.431***	.551***	1		
13. 부정적 진로전망	-.464***	-.391***	-.386***	-.346***	-.485***	.190***	.456***	.438***	.218***	.146***	.104***	.026	1	
14. 진로미래(전체)	-.530***	-.505***	-.429***	-.335***	-.555***	.591***	.219***	.527***	.880***	.769***	.814***	.702***	.438***	1

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

3. 전문대학생의 진로스트레스가 진로미래에 미치는 영향

<표 4> ~ <표 8>은 전문대학생의 진로스트레스가 진로미래에 미치는 영향을 검증하기 위한 다중회귀분석결과이다. <표 4>에서 진로모호성($t=-8.29, p<.001$), 정보부족($t=-4.61, p<.001$)으로 유의한 영향을 예측하는 것으로 나타났으며, 취업압박과 외부갈등에서는 유의한 영향을 나타내지 않았다. 통제 변인인 전문대학생의 개인특성에 대해서는 성별(남)($B=.086, p<.01$), 전공만족도(만족 이상)($B=.140, p<.001$), 학점(4.0이상)($B=.108, p<.01$)의 경우 진로주체성에 유의한 영향을 예측하는 것으로 나타났다.

<표 4> 전문대학생의 진로스트레스가 진로미래(진로주체성)에 미치는 영향

변인	B	β	SE	t	p	VIF	
(상수항)	4.230		.072	58.45	.000		
개인특성	성별(남)	.086	.063	.033	2.61	.009	1.058
	학년(2·3학년)	-.016	-.012	.032	-.50	.620	1.013
	전공만족도 (만족 이상)	.140	.102	.034	4.10	.000	1.121
	학점(4.0이상)	.108	.062	.041	2.61	.009	1.029
진로스트레스	진로모호성	-.191	-.302	.023	-8.29	.000	2.395
	정보부족	-.127	-.179	.027	-4.61	.000	2.734
	취업압박	.000	-.001	.023	-.02	.986	1.951
	외부갈등	.003	.004	.021	.15	.884	1.458
adj R ² = .249, F= 57.27***, DW=1.945							

Reference group: 1) 성별-여, 2) 학년-1학년, 3) 전공만족도-보통이하, 4) 학점-1.0~3.9

<표 5>의 분석결과를 살펴보면 정보부족($t=-5.66, p<.001$), 외부갈등($t=-5.70, p<.001$)은 유의한 영향을 예측하는 것으로 나타났으며, 진로모호성과 취업압박에서는 유의한 영향이 나타나지 않았다. 통제 변인인 전문대학생의 개인특성에 대해서는 전공만족도(만족 이상)($B=.158, p<.001$)의 경우 지지에 유의한 영향을 예측하는 것으로 나타났다.

<표 5> 전문대학생의 진로스트레스가 진로미래(지지)에 미치는 영향

변인	B	β	SE	t	p	VIF	
(상수항)	4.103		.081	50.54	.000		
개인특성	성별(남)	.060	.041	.037	1.61	.108	1.058
	학년(2·3학년)	-.021	-.014	.036	-.58	.563	1.013
	전공만족도 (만족 이상)	.158	.109	.038	4.13	.000	1.121
	학점(4.0이상)	.027	.015	.046	.59	.557	1.029
진로스트레스	진로모호성	-.023	-.034	.026	-.89	.371	2.395
	정보부족	-.174	-.233	.031	-5.66	.000	2.734
	취업압박	.022	.031	.025	.88	.378	1.951
	외부갈등	-.137	-.171	.024	-5.70	.000	1.458
adj R^2 = .160, F = 33.40***, DW = 1.904							

*** $p < .001$

<표 6>의 분석결과를 살펴보면, 진로모호성($t = -2.52, p < .01$), 정보부족($t = -3.03, p < .01$), 취업압박($t = -2.72, p < .01$)은 유의한 영향을 예측하는 것으로 나타났으며, 외부갈등은 유의한 영향이 나타나지 않았다. 통제 변인인 전문대학생의 개인특성에 대해서는 성별(남)($B = .133, p < .001$), 전공만족도(만족 이상)($B = .142, p < .001$), 학점(4.0이상)($B = .113, p < .01$)의 경우 일-삶 균형에 유의한 영향을 예측하는 것으로 나타났다.

<표 6> 전문대학생의 진로스트레스가 진로미래(일-삶 균형)에 미치는 영향

변인	B	β	SE	t	p	VIF	
(상수항)	3.845		.077	49.63	.000		
개인특성	성별(남)	.133	.097	.036	3.74	.000	1.058
	학년(2·3학년)	.007	.005	.035	.21	.830	1.013
	전공만족도(만족이상)	.142	.104	.037	3.88	.000	1.121
	학점(4.0이상)	.113	.065	.044	2.55	.011	1.029
진로스트레스	진로모호성	-.062	-.099	.025	-2.52	.012	2.395
	정보부족	-.089	-.127	.029	-3.03	.002	2.734
	취업압박	-.066	-.096	.024	-2.72	.007	1.951
	외부갈등	-.024	-.032	.023	-1.05	.292	1.458
adj R^2 = .135, F = 27.45***, DW = 1.975							

*** $p < .001$

<표 7>의 분석결과를 살펴보면, 진로모호성($t = -5.33, p < .001$), 정보부족($t = -4.72, p < .001$), 취업압박($t = -3.60, p < .001$), 외부갈등($t = 7.79, p < .001$) 모두 0.1% 하에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 통제 변인인 전문대학생의 개인특성에 대해서는 어느 특성도 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

<표 7> 전문대학생의 진로스트레스가 진로미래(직업의식)에 미치는 영향

변인		B	β	SE	t	p	VIF
(상수항)		3.654		.095	38.53	.000	
개인특성	성별(남)	.059	.035	.043	1.35	.176	1.058
	학년(2·3학년)	.007	.004	.042	.17	.862	1.013
	전공만족도(만족이상)	.079	.046	.045	1.76	.079	1.121
	학점(4.0이상)	.055	.025	.054	1.10	.313	1.029
진로스트레스	진로모호성	-.161	-.205	.030	-5.33	.000	2.395
	정보부족	-.170	-.194	.036	-4.72	.000	2.734
	취업압박	-.106	-.125	.030	-3.60	.000	1.951
	외부갈등	.219	.234	.028	7.79	.000	1.458
		adj R ² =.161, F= 33.50***, DW= 1.919					

*** p<.001

<표 8>의 분석결과를 살펴보면 진로모호성(t=-8.33, p<.001), 취업압박(t=-4.33, p<.001), 외부갈등(t=-4.44, p<.001) 0.1% 하에서 유의한 영향을 예측하는 것으로 나타났다. 반면, 정보부족은 유의한 영향이 나타나지 않았다. 통제 변인인 개인적 특성에 대해서는 모든 변인이 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 분석되었다.

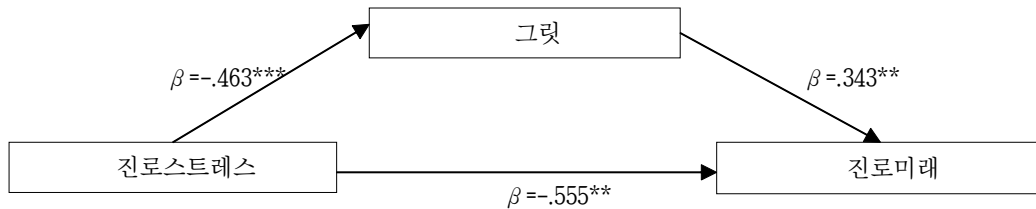
<표 8> 전문대학생의 진로스트레스가 진로미래(부정적 진로전망)에 미치는 영향

변인		B	β	SE	t	p	VIF
(상수항)		4.147		.082	50.84	.000	
개인특성	성별(남)	.054	.035	.037	1.44	.149	1.058
	학년(2·3학년)	-.004	-.003	.037	-.11	.910	1.013
	전공만족도(만족이상)	.065	.042	.038	1.68	.093	1.121
	학점(4.0이상)	.026	.013	.047	.55	.580	1.029
진로스트레스	진로모호성	-.216	-.304	.026	-8.33	.000	2.395
	정보부족	.000	.001	.031	.02	.987	2.734
	취업압박	-.110	-.142	.025	-4.33	.000	1.951
	외부갈등	-.107	-.126	.024	-4.44	.000	1.458
		adj R ² =.246, F=56.38***, DW=2.013					

4. 전문대학생의 진로스트레스, 진로미래와의 관계에서 그릿의 매개효과

[그림 1]은 진로스트레스와 진로미래의 관계에서 그릿의 매개효과를 검증한 모형이다. 매개효과를 검증하기 위한 단계별 분석표는 <표 9>와 같다. 이는 진로스트레스와 진로미래의 관계에서 그릿의 매개효과를 분석한 결과이다. 1단계에서 독립변인인 진로스트레스가 매개변인인 그릿에 미치는 영향 관계를 분석한 결과 $\beta = -.463(p<.001)$ 로 나타나 유의한 결과를

보였다. 2단계에서 독립변인인 진로스트레스가 종속 변인인 진로미래에 미치는 영향 관계에서는 $\beta = -.555 (p < .001)$ 로 유의한 영향 관계를 나타냈다. 마지막으로 3단계에서 독립변인인 진로스트레스와 매개변인인 그릿이 종속 변인인 진로미래에 미치는 영향 관계에서는 진로스트레스($\beta = -.396, p < .001$), 그릿($\beta = .343, p < .001$) 모두 유의한 영향 관계를 보였다. 이때, 독립변인인 진로스트레스의 회귀계수 β 변화량을 통하여 매개효과를 분석하고, 2단계보다 3단계의 β 값이 감소하였으므로 진로스트레스와 진로미래의 관계에서 그릿의 부분 매개효과가 존재하는 것으로 나타났다.



[그림 1] 전문대학생의 진로스트레스와 진로미래의 관계에서 그릿의 매개효과 검증모형

<표 9> 전문대학생의 진로스트레스와 진로미래의 관계에서 그릿의 매개효과분석

단계	영향관계	B	β	SE	t	R ²	F
1단계 독립→매개	진로스트레스→그릿	-.280	-.463	.015	-19.24***	.214	369.00***
2단계 독립→종속	진로스트레스→진로미래	-.359	-.555	.015	-24.57***	.308	603.92***
3단계 독립,매개 →종속	진로스트레스→진로미래	-.256	-.396	.015	-16.70***	.400	452.90***
	그릿→진로미래	.367	.343	.025	14.46***		

*** $p < .001$

진로스트레스와 진로미래의 관계에서 그릿의 매개효과의 객관성을 검증한 Sobel-test 결과는 <표 10>과 같다. 진로스트레스와 진로미래의 관계에서 그릿의 매개효과를 검정한 결과 진로스트레스→그릿→진로미래($Z = -11.539, p < .001$)의 관계에서 매개효과가 있음을 알 수 있다.

<표 10> Sobel test를 이용한 진로스트레스와 진로미래의 관계에서 그릿의 매개효과 검증

구분	B	S.E	Z
진로스트레스→그릿	-.280	.015	-11.539***
그릿→진로미래	.367	.025	

*** $p < .001$

V. 논의 및 제언

본 연구는 전문대학생의 진로스트레스가 진로미래에 미치는 영향을 분석하고 진로스트레스와 진로미래의 관계에서 그릿의 매개효과를 검증하는데 목적이 있다. 연구결과를 통한 논의는 다음과 같다.

첫째, 전문대학생의 진로스트레스와 그릿, 진로미래 간에 유의한 상관관계가 확인되었다. 진로스트레스는 진로미래와 그릿에 부적 관계, 진로미래와 그릿은 정적관계를 보여주었다. 전문대학생의 진로스트레스가 높을수록 그릿과 진로미래가 낮아지고, 그릿이 높으면 높을수록 진로미래가 높은 것을 의미한다. 변인 간의 직접적인 관계를 확인하는 연구는 없지만, 그릿이 진로준비행동, 전공흥미, 진로동기, 진로결정자기효능감 등과 유의한 정적 상관이 있어 (Ahn, 2019; Kang, Yoon, Kim, & Ryoo, 2016; No, 2016; Seo, 2019) 진로관련 인지적 변인들과의 관계를 본 연구들과 맥을 같이 한다. 반면, 그릿은 진로장벽(Seo, 2019; Yu et al., 2019), 심리적 소진(Kim, 2020), 우울증상(Sharkey et al., 2017) 등과 부적 상관을 나타낸 선행연구와 비교하여 볼 때 진로스트레스와 같은 부정적 정서와 그릿이 부적 상관이 드러난 본 연구의 결과와 유사하다. 또한 진로스트레스와 일희망이라는 진로에 대한 긍정적 인식과 부적 상관을 보인 An & Seo(2013)의 연구와 유사한 결과이다.

즉, 진로미래를 높이기 위해서는 진로스트레스를 낮추고 그릿을 활용하는 것이 효과적일 수 있음을 시사한다. 더불어 진로스트레스를 긍정적으로 관리할 수 있도록 스트레스 관리지도가 필요하다. 후천적으로도 개발이 가능한 그릿을 높이기 위해 전문대학교의 특성과 교육과정을 반영한 차별적 진로상담과 교육과정이 개발되고, 학생들이 자신의 진로목표를 주도적으로 관리할 수 있도록 비교과 및 정규교과를 활용한 저학년부터 관련 교육의 필수화 등이 추진되어야 한다.

둘째, 진로스트레스가 진로미래에 유의한 영향을 예측하는 것으로 나타났다. 진로스트레스의 진로보호성과 정보부족은 진로미래의 진로주체성에 부적 영향, 진로스트레스의 정보부족과 외부갈등은 진로미래의 지지에 부적 영향을 주었다. 진로스트레스의 외부갈등을 제외한 진로보호성, 정보부족, 취업압박은 진로미래의 일-삶 균형에 부적 영향을 주었고, 진로스트레스의 진로보호성, 정보부족, 취업압박, 외부갈등 모두 진로미래의 직업의식에 유의한 영향을 예측하였다. 진로스트레스 중 진로보호성과 정보부족이 진로미래에 가장 높은 부적 영향을 미쳤다. 이와 같은 연구결과는 Kim et al.(2018)과 비교할 수 있는데, 진로정서조절의 회피는 진로미래의 진로주체성, 부정적 진로전망, 직업의식, 지지에 부적 영향을 미쳤다. 부정적 진로정서는 진로미래에 부정적 영향을 주는 연구결과와 같은 맥락이다. 직업환경 불확

실성 감소와 긍정심리 증진 등이 진로미래의 일-삶 균형에 정적 영향을 준 결과를 고려해볼 때(Kim et al., 2018) 진로스트레스는 일과 삶의 균형의 깨뜨려 진로미래에 부정적 결과를 가져올 수 있다. 이에 비슷한 결과로 대학생의 취업정보탐색에 따라 구직효능감에 영향이 있다는 선행연구(Kwon, 2016)에서 같은 시사점을 얻을 수 있다. 이는 진로스트레스가 높을수록 진로탐색과 준비를 의미하는 진로성숙수준이 낮아지고(Lee, 2016), 진로스트레스 완화를 위해서는 진로성숙도를 강화해야 한다는 연구(Han & Lee, 2016)를 참조해 볼 수 있다.

특히, 진로스트레스 중 진로모호성과 정보부족이 진로미래에 가장 많은 부정적 영향을 주는 것으로 확인하였다. 전문대학생들은 자신의 진로에 대한 확신이 부족하여 발생하는 불안감과 취업을 위한 정보부족은 진로스트레스에 직접적 영향을 주고받는 것으로 볼 수 있으며, 진로스트레스를 낮춤으로써 진로미래를 높일 수 있는 것을 의미한다. 저학년 때부터 진로탐색의 시간을 충분히 갖고, 취업에 필요한 정보를 탐색하여 준비과정에 대한 자신감을 갖도록 진로와 취업에 대한 선명한 로드맵을 그려나갈 수 있는 관련 프로그램과 상담을 통해 적극적이고 구체적인 방안이 필요하다.

셋째, 진로스트레스와 진로미래의 관계에서 그릿의 매개효과를 검증한 결과, 그릿의 부분 매개효과가 있는 것으로 나타났다. 매개변인인 그릿을 통제해도 진로미래에 대한 진로스트레스는 진로미래에 여전히 유의한 영향을 예측할 수 있으며, 진로스트레스는 그릿을 통해서도 간접적인 영향을 주고 있다는 것을 의미한다. 이는 대학생의 자율성 욕구만족이 우울의 관계에서(Choi et al., 2019), 대학생의 사회적 지지와 진로장벽과의 관계에서(Yu et al., 2019) 그릿의 매개효과를 보여준 선행연구와 유사한 결과로 볼 수 있다. 그릿은 부정적 감정을 완화하고 실패와 어려움을 잘 견뎌내는 특성이 있기 때문으로 해석된다(Hwang, 2017).

한편, 그릿의 하위요인 각각의 매개효과를 분석하였을 때, 노력의 꾸준함에서는 유의하였으나, 관심의 일관성에서는 유의한 결과가 드러나지 않았다. 이 결과는 다수의 선행연구들(Han, 2018; Seo, 2019; Yun, 2017)과 동일한 결과인데, 한국적 문화의 특수함을 반영한 그릿의 의미와 개념에 대해 좀 더 심층적 논의가 필요한 대목이다. 그릿이 모든 상황에 적용되는 것은 아니며, 진정으로 그릿을 갖추었다는 것은 어려움이 있을 때, 다시 일어나는 힘을 의미하는 것이지 무모한 끈질김을 의미하는 것은 아니라는 것이다(Hwang, 2017). 덧붙여 Kim et al.(2018)은 그릿 점수가 높은 대학생을 적극적, 강박적, 소극적 그릿 집단의 세 가지로 분류하여 군집분석을 시도했는데, 적극적 그릿집단은 삶의 만족도가 다른 집단보다 높게 나타났지만, 나머지 집단은 삶의 만족도가 낮게 나타났다. 이를 두고 Suh(2019)는 단순히 그릿 점수가 높은 것으로 삶에 긍정적 변화가 올 것을 예측하기 어렵다고 지적했다. 특히 사회·문화적 흐름에 민감하고 새로운 것을 받아들이는 것에 의미와 가치를 두는 우리나라의 정서와 문화 속에서 원하는 바에 대한 관심을 일관되게 가져가는 태도와 양식이 진로에 대한 긍정

적 인식을 갖는 것과의 관계성에 대한 후속연구가 좀 더 정교하게 이루어져야 한다.

본 연구의 의의는 장기적 목표달성을 위한 마인드셋 교육으로 전문대학생 스스로 능동적으로 진로미래를 준비하고 그려나갈 수 있도록 진로스트레스와 그릿의 중요성을 발견하는데 있었다. 진로스트레스는 졸업 후의 취업에만 국한되지 않고 모든 생애 발달단계에서 발생할 수 있으므로(An & Seo, 2013), 졸업 후 취업 여부를 떠나 생애주기에 따라 장기적 목표를 이룰 수 있는 그릿의 중요성을 강조해야 한다. 그릿은 삶을 살아가는 태도와 습관이 될 수 있다는 측면에서 대학기간동안 교육과 훈련을 통해 관련 습관을 가짐으로써 일생동안 긍정적 진로미래를 갖게 하는 것이 필요하다. 전문대학생들이 2년이라는 짧은 시간 동안 진로 탐색부터 선택이라는 의사결정까지 해야 하는 상황에서 시간의 한계와 다양한 진로장벽을 극복하기 위해 진로상담과 프로그램의 질을 높이는 것이 중요하다는 점을 제언하였다.

본 연구의 제한점은 연구대상을 경기지역 전문대학교로 한정하여 연구결과를 한국 모든 전문대학생에게 일반화하는 데 한계가 있다. 또한, 그릿과 진로영역의 부정적 정서와 관계를 본 실증연구가 부족하고 관련 척도개발이 제한되어 선행연구와의 심층적 비교분석에 어려움이 있었다. 후속연구에서 한국의 문화적 특수함을 고려한 그릿개념의 적용과 다양한 척도개발을 통해 다양한 심리변인과의 관련성에 대한 연구들이 활발하게 이루어지길 기대해본다.

References

- Ahn, S. R. (2019). *The influence of female university students' grit on career decision-making self-efficacy and career preparation behavior* (Unpublished master's thesis). Hanyang University, Seoul, Korea.
- An, Y. J. (2015). A study of the relationship between emotional intelligence and CFI-R in terms of undergraduate students' vocational identity status: Focused on the freshmen of D university. *The Journal of Career Education Research*, 28(4), 17-40.
- An, Y. J., & Seo, J. Y. (2013). The effects of work hope and career motivation on college students' career Stress. *Studies on Korean Youth*, 20(11), 55-81. doi:10.5762/KAIS.2013.14.2.634
- Byun, E. K., & Park, S. H. (2014). Effects of major satisfaction and employment stress on depression in college students. *Journal of the Korea Academia-Industrial*, 15(1), 323-330. doi:10.5762/KAIS.2014.15.1.323
- Cho, H. J. (2012). Mediation and moderation effect of college life adaption between career barriers and career adaptability among junior college students. *The Journal of Career Education Research*, 25(3), 61-75.
- Choi, B. Y., Park, H., Nam, S. K., Lee, J., Cho, D., & Lee, S. M. (2011). The development and initial psychometric evaluation of the Korean career stress inventory for college students. *The Career Development Quarterly*, 59(6), 559-572. doi:10.1002/j.2161-0045.2011.tb00976.x
- Choi, O. H., & Kim, B. H. (2006). Career optimism and adaptability of the college students: The Korean validation study of the career futures inventory (CFI). *The Korea Journal of Counseling*, 7(3), 821-833.
- Choi, S. K., Tak, J. S., & Yang, S. J. (2019). The mediating effects of grit and ego-resilience in the relationship between autonomy and depression. *Korean Journal of Youth Studies*, 28(3), 245-265. doi:10.21509/KJYS.2019.03.26.3.245
- Duckworth, A. L. (2006). *Intelligence is not enough: Non-IQ predictors of achievement*. Pennsylvania, USA: University of Pennsylvania.
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087-1101. doi:10.1037/0022-3514.92.6.1087
- Han, H. R., & Lee, J. M. (2016). Mediating effects of self-efficacy and career maturity on

- the relationship of parental attachment and job seeking stress of college students: Focus on multi group analysis between university and junior college. *Family and Environment Research*, 57(3), 197-206.
- Han, J. W. (2018). The effect of grit and resilience on the career adaptability of college students majoring in secretarial studies. *Journal of Secretarial Studies*, 27(4), 5-27.
- Hong, A. J., Hwang, E. H., Jo, Y. S., Kim, Y. J., & Choi, M. O. (2017). Influence of university students' reflective learning on career preparation behavior and the mediating effect of grit. *The Journal of Vocational Education Research*, 36(4), 1-20.
- Hwang, E. H. (2017). *Influence of social support on career preparation behaviors and the mediating effects of GRIT in college students* (Unpublished master's thesis). Chung-Ang University, Seoul, Korea.
- Hwang, I. S. (2014). *The effects of Christian university students' spiritual maturity on career future focusing on the serial multiple mediating effects of social support and ego-resilience* (Unpublished doctoral dissertation). Korean Bible University, Seoul, Korea.
- Hwang, K. W. (2017). *A study on application of grit to character education* (Unpublished master's thesis). Seoul National University, Seoul, Korea.
- Jang, J. H., & Boo, K. C. (2017). A study on the influence of the role of job guidance professor on the employment rate of university: Focused on the case of C university. *The Journal of Employment and Career*, 7(1), 1-23. doi:10.35273/jec.2017.7. 1.001
- Jung, C. R. (2017). *The moderating effects of social support on relationship between career indecision and career stress of college students* (Unpublished master's thesis). Dankook University, Yongin, Korea.
- Jung, E. J. (2018). *A survey on the status of career support for colleges supporting career education center*. Education Ministry, Seoul, Korea.
- Kang, M. H., Yoon, S. H., Kim, D. H., & Ryoo, D. H. (2016). The relationship among career preparation behaviors, grit, career decision-making self-efficacy, outcome expectation, and major interest of natural science college students. *Korean Society for the Study of Vocational Education*, 35(4), 109-129.
- Kim, H. W. (2016). *Comparison of the effects of employment strategies adopted by prospective graduates* (Unpublished master's thesis). Kyonggi University, Suwon, Korea.
- Kim, J. E., Lee, S. R., & Yang, S. J. (2018). A study of the characteristic of Korean grit: Examining multidimensional clustering of Grit. *Korean Journal of Culture and Social Issues*, 24(2), 131-151. doi:10.20406/kjcs.2018.5.24.2.131
- Kim, J. H. (2013). *Grit*. Seoul, Korea: Samnyparkers.

- Kim, M. K., An, Y. J., & Kim, K. A. (2018). The mediating effects of career resilience on the relationship between career emotion regulation and Career Futures Inventory-Revised (CFI-R) of university students. *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 18(19), 889-918. doi:10.22251/jlcci.2018.18.19.889
- Kim, S. H. (2020). *Mediated effect of coping strategy of job stress in relations between grit and burnout of infant teachers* (Unpublished master's thesis). Pukyong National University, Busan, Korea.
- Kwon, M. K. (2016). *Effects of path of university students seeking employment information on job search efficacy* (Unpublished master's thesis). Kyonggi University, Suwon, Korea.
- Lee, I. S., & Cho, J. Y. (2011). Employment stress, physical health, and mental health among college students. *Journal of The Korean Data Analysis Society*, 13(2), 745-758.
- Lee, J. S., & Yang, J. U. (2013). Relationship model among social support, self-esteem, career aspiration and career futures: A study focusing on a science and engineering university. *The Journal of Career Education Research*, 26(3), 143-164.
- Lee, K. W. (2016). *The mediating effect of career-related parent support in the relations between career stress and career maturity, economic hardship and career maturity* (Unpublished master's thesis). Ewha Womans University, Seoul, Korea.
- Lee, N. K., & An, K. S. (2016). The effect of career future of university students for meaning in life: Mediating effect of emotional awareness and career decision-making of self-efficacy. *Korean Journal of Youth Studies*, 23(2), 371-399.
- Lee, S. R. (2015). *Effects of grit, deliberate practice and contingencies of self-worth on academic achievement* (Unpublished doctoral dissertation). Yonsei University, Seoul, Korea.
- Lee, Y. J. (2018). The relationship between career stress and career decision-making self-efficacy in university students: The mediating effect of self-encouragement (Unpublished master's thesis). Myongji University, Seoul, Korea.
- Lim, H. J. (2017). The current state of grit research and its need for reconceptualization. *The Korean Journal of Educational Psychology*, 31(4), 663-681. doi:10.17286/KJEP.2017.31.4.04
- London, M. (1997). Overcoming career barriers: A model of cognitive and emotional processes for realistic appraisal and constructive coping. *Journal of Career Development*, 24(1), 25-38.
- McClelland, D. C. (1985). How motives, skills, and values determine what people do. *American Psychologist*, 40(7), 812-825. doi:10.1037/0003-066X.40.7.812
- No, Y. S. (2016). *The effects of high school students' grit and career decision-making*

- self-efficacy on their career preparation behavior* (Unpublished master's thesis). Yonsei University, Seoul, Korea.
- Oh, A. R., Sohn, Y. W., & Lee, S. R. (2019). The power of achieving long-term goal: Characteristic of the gritty people based on future time perspective. *Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 33(3), 43-63. doi:10.21193/kjspp.2019.33.3.003
- Park, H. R. (2009). *Predicting career attitude maturity of college students from maladaptive perfectionism via career stress and use of coping strategies* (Unpublished master's thesis). Korea University, Seoul, Korea.
- Park, Y. M., & Yang, J. I. (2019). The effects of job stress on satisfaction with department: Verification of mediating effect of self-efficacy and career barrier. *Korean Employment and Career Association*, 9(2), 55-77. doi:10.35273/jec.2019.9.2.003
- Rottinghaus, P. J., Buelow, K. L., Matyja, A., & Schneider, M. R. (2012). The career futures inventory-revised: Measuring dimensions of career adaptability. *Journal of Career Assessment*, 20(2), 123-139. doi:10.1177/1069072711420849
- Rottinghaus, P. J., Day, S. X., & Borgen, F. H. (2005). The career futures inventory: A measure of career-related adaptability and optimism. *Journal of Career Assessment*, 13(1), 3-24. doi:10.1177/1069072704270271
- Rottinghaus, P. J., Eshelman, A., Gore, J. S., Keller, K. J., Schneider, M., & Harris, K. L. (2017). Measuring change in career counselling: Validation of the career futures inventory-revised. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 17(1), 61-75.
- Ryu, M. H. (2003). *A study on the relationships between perception of home environments and career choice stress of high school students* (Unpublished master's thesis). Dong-A University, Busan, Korea.
- Seo, H. J. (2019). *The relationships among grit, career barriers, and career preparation behavior perceived by college students* (Unpublished master's thesis). Chung-Buk University, Cheongju, Korea.
- Seo, J. H. (2012). *The effects of university students' job-seeking stress and ego-resilience on adjustment to their university life* (Unpublished master's thesis). Dong-A University, Busan, Korea.
- Seo, Y. J. (2007). *The effects of career barriers and optimism on level of career decision, career preparation behavior, and career stress of college students* (Unpublished master's thesis). The Catholic University, Seoul, Korea.
- Sharkey, C. M., Bakula, D. M., Baraldi, A. N., Perez, M. N., Suorsa, K. I., Chaney, J. M., & Mullins, L. L. (2017). Grit, illness-related distress, and psychosocial outcomes in college

- students with a chronic medical condition: A path analysis. *Journal of Pediatric Psychology*, 43(5), 552-560. doi:10.1093/jpepsy/jsx145
- Suh, M. O. (2019). A meta-analysis on the relationships between grit and related variables. *Korean Journal of Educational Research*, 57(1), 105-130.
- Super, D. E. (1955). Dimensions and measurement of vocational maturity. *Teachers College Record*, 57, 151-163.
- Tolbert, E. L. (1980). *Counseling for career development* (2nd ed). Boston, USA: Houghton Mifflin.
- Woo, Y. J., & Lee, K. H. (2010). The relation between career aspiration and career future: The gender differences moderating role of self-concept clarity. *The Korean Journal of Woman Psychology*, 15(4), 547-559. doi:10.18205/kpa.2010.15.4.001
- Yoon, S. H., You, J. W., & You, Y. R. (2017). The mediating effect of grit in the relationship between academic self-efficacy and career motivation of high school students. *The Journal of Vocational Education Research*, 30(3), 47-66.
- Yu, J. A., Joe, E. A., & Lee, A. R. (2019). Mediating Effects of Grit on the Relationship Between Social Support and Career barrier for undergraduates. *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 19(10), 973-994.
- Yu, Y. R., Yu, J. W., & Park, H. K. (2015). A relationship among grit, objective reasoning, and self-regulated learning efficacy of high-school students. *Korean Journal of Youth Studies*, 22(10), 367-385.
- Yun, J. W. (2017). *The influence of university students' grit upon career preparation behavior and mediating effect of achievement goal orientation* (Unpublished master's thesis). Chung-Ang University, Seoul, Korea.