

The Mediating Effects of Grit and Future Time Perspective on the Relations between Career Anxiety and Career Preparation Behavior of College Students

Kim, Yi-young¹⁾ (Kongju National University, Lecturer)
Cho, Sung-eun (Kongju National University, Happy Counseling Center, Counselor)
Au, Yun-kyung (Kongju National University, Professor)

< ABSTRACT >

This empirical study investigates the effects of career anxiety, grit, and future time perspective to promote an understanding of college students' career preparation behavior. For this purpose, the study collected data from 190 college students. It examined the mediating effects of grit and future time perspective on the relationship between career anxiety and career preparation behavior. Data was collected and analyzed with the SPSS 26.0 and PROCESS Macro 4.1 programs. The main findings were as follows: first, grit had statistically significant full mediating effects on the relations between career anxiety and career preparation behavior of college students. Secondly, future time perspective had statistically significant full mediating effects on the relations between career anxiety and career preparation behavior. Finally, grit and future time perspective had statistically significant sequential mediating effects on the relations between career anxiety and career preparation behavior. Based on these findings, the study concluded that it is important to help college students reduce their anxiety about their careers, encourage them to make consistent efforts with enthusiasm and patience about their careers, and assist them in establishing a positive and expanding perspective for health career preparation behavior for their future.

Key Words : Career anxiety, career preparation behavior, grit, future time perspective, college student

1) Corresponding Author: Kim Yi-young, Lecturer, Kongju National University, 56, Gongjudaehak-ro, Gongju-si, Chungcheongnam-do, 32588 / E-mail: gestalt333@hanmail.net

대학생의 진로불안과 진로준비행동의 관계에서 그릿과 미래시간조망의 매개효과

김이영¹⁾ (공주대학교, 강사)
조성은 (공주대학교 행복상담센터, 전문상담사)
어윤경 (공주대학교, 교수)

< 요약 >

이 연구는 대학생의 진로준비행동을 이해하기 위한 목적에서 진로불안, 그릿, 미래시간조망의 종합적 영향력을 확인하기 위한 실증적 연구이다. 이를 위해 대학생 190명을 대상으로 자료를 수집하여 진로불안과 진로준비행동의 관계에서 그릿과 미래시간조망의 매개효과를 확인하였다. 수집한 자료는 SPSS 26.0 프로그램과 PROCESS Macro 4.1 프로그램으로 분석하였다. 주요 결과는 다음과 같다. 첫째, 대학생의 진로불안과 진로준비행동의 관계에서 그릿의 완전매개 효과가 통계적으로 유의하였다. 즉 진로불안이 높을수록 그릿이 감소하게 만들고, 이렇게 감소한 그릿이 진로준비행동을 적게 하도록 만드는 것을 확인하였다. 둘째, 대학생의 진로불안과 진로준비행동의 관계에서 미래시간조망의 완전매개 효과가 통계적으로 유의하였다. 즉 진로불안이 높을수록 자신의 미래시간을 더욱 제한적으로 조망하도록 만들고, 이 때문에 진로준비행동을 더 적게 하게 됨을 알 수 있었다. 셋째, 진로불안과 진로준비행동의 관계에서 그릿과 미래시간조망을 순서대로 투입하는 순차 매개효과 또한 통계적으로 유의했다. 즉 진로불안이 높을수록 그릿이 낮아지며, 이렇게 낮아진 그릿은 미래시간조망을 보다 제한적으로 나타나게 만들어 결국 실질적인 진로준비행동의 발현을 방해하였다. 이러한 결과를 토대로 대학생의 진로준비행동의 건강한 증진을 위해서는 진로에 대한 불안을 감경하고, 이와 동시에 진로에 대한 열정과 인내를 가지고 지속하여 노력하도록 독려하고 미래 시간에 대한 긍정적이고 확장적인 조망을 가지도록 돕는 것이 중요하다는 결론을 도출하였다.

주요어 : 진로불안, 진로준비행동, 그릿, 미래시간조망, 대학생

1) 교신저자: 김이영, 강사, (32588) 충남 공주시 공주대학로 56, 공주대학교 / E-mail: gestalt333@hanmail.net
논문투고일자: 2023. 08. 13 / 심사일자: 2023. 08. 16 / 게재확정일자: 2023. 08. 31

I. 서론

직업은 생계를 유지하기 위한 중요한 수단이며 자기의 능력과 가능성을 실현할 수 있다는 점에서 중요한 의미를 지닌다. 대학생 시기는 직업의 세계에 진입하기 위해 준비를 하는 중요한 시기이다. 그러나 급속하게 변화하는 사회 환경과 청년 실업률의 증가는 대학생들이 직업의 세계로 진입하는 것을 어렵게 만든다. 2023년 통계청이 발표한 ‘5월 고용동향’에 따르면, 중학교 졸업 이하의 실업률은 2.6%, 고등학교 졸업은 2.6%, 대학교 졸업 이상은 2.9%로 고학력자의 실업률이 가장 높은 것으로 집계됐다(Statistics Korea, 2023). 또한 2022년 10월 전국경제인연합회가 대학생의 취업 인식도를 조사한 결과, 10명 중 7명이 구직활동을 포기한 상태라 보고하고 있다(The Federation of Korean Industries, 2022). 이러한 결과는 어려운 환경 속에서 대학생 시기가 직업인이 되기 위해 자신의 진로 목표를 정하고 구체적이고 체계적인 준비가 중요하게 다루어져야 할 필요가 있음을 보여준다.

이처럼 진로 목표를 정하고 이러한 목표를 달성하기 위해 체계적으로 하는 모든 행위를 진로준비행동이라 한다. 즉 진로준비행동(career preparation behavior)이란 자신의 진로와 관련하여 적합한 진로 결정을 위해 실천하는 행동 및 진로를 결정한 후 해당 결정 사항을 실행하고자 하는 행위 모두를 말한다(Kim & Kim, 1997). Blustein(1989)은 효과적인 진로 준비를 하고, 목표를 실현하기 위해서는 실제 활동이 중요하다고 언급하면서, 만약 대학생들이 진로준비행동에 소극적인 자세를 취한다면 취업 가능성이 감소하고, 졸업 후에도 취업을 유지하는 상황이 발생할 수 있다고 하였다(Oh & Lee, 2020). 즉 자신의 진로 목표를 달성하기 위한 준비를 적절히 해나가지 못한다면 졸업을 유예하거나 장기간의 취업준비생이 될 가능성이 크다. 그러므로 대학생들은 4년이라는 짧은 시간 안에 자신의 진로나 직업을 위해 계획을 세우고 목표에 맞는 교육과 기술을 익혀야 하며, 이러한 진로준비행동을 어떻게 하는가에 따라 이후 만나게 될 직업인으로서의 삶이 달라질 것이다.

이런 점에서 대학생의 진로준비행동을 살펴보고, 이에 영향을 미치는 요인에 대하여 살펴보는 일은 중요하다. 대학생의 진로준비행동은 다양한 요인으로부터 영향을 받는다고 알려져 있다. 이와 관련한 연구에서는 주로 진로나 직업과 관련하여 대학생이 가지고 있는 내적 특성의 영향력을 강조한다(Lee & Lee, 2010). 진로준비행동과 관련 있는 내적 특성은 크게 진로준비행동을 방해하는 요인과 촉진하는 요인으로 구분할 수 있다. 먼저 진로준비행동을 방해하는 대표적인 요인은 진로에 대한 불안이나 스트레스, 진로 장벽, 진로 미결정 등이 있다(Lee, 2013; Lee & Kim, 2004; Lee et al., 2008; Moon & Kim, 2020). 그중에서도 불안은 진로와 같이 미래지향적이면서 자신과 관련한 중요한 문제를 다룰 때 매우 중요하게 여겨지는

심리적 특성으로써, 대학생의 진로준비행동에 있어 대표적인 방해 요인으로 작용한다 (Chung, 2014; Gross, 2002). 불안이란 사람들이 불확실한 상황에 직면하게 되었을 때 주로 나타나는 정서 상태로(Beck et al., 1987; Miloyan et al., 2014; Paulus & Yu, 2012), 이러한 불안이 진로를 결정하는 과정에서 발생하여 두려움, 근심, 걱정, 긴장 등의 불쾌한 정서가 발현할 때 이를 진로불안이라 한다(Saka et al., 2008).

진로불안 수준이 적절하면 자기 이해나 진로에 대한 정보탐색을 위한 동기로 작용하지만, 장기적으로 지속된다면 심층적인 탐색과 의사결정 실행을 어렵게 하여 만성적인 진로 미결정으로 이어질 수도 있다(Germeijset et al., 2006). 실제로 대학생을 대상으로 한 연구를 살펴보면 진로준비행동은 진로불안과 유의미한 정적 관련성을 보이는 것으로 확인되고 있다 (Chung, 2014; Gross, 2002). 반면, 오히려 진로불안이 진로준비행동을 증가하도록 만든다고 보고하는 연구도 일부 존재한다. 예를 들면 Ju & Kim(2011)은 대학생의 불안이 증가할수록 진로준비행동이 증가하는 경향이 있음을 보고했고, Oh et al.(2017)의 연구에서는 상태불안이 높은 대학생이 이러한 불안을 덮고자 하는 방법으로 진로준비행동을 증가시킨다고 하였다. 그러나 이처럼 진로불안이 진로준비행동을 증가하도록 만든다고 해도, 이는 일종의 방어적 경향을 증가하게 만들어 건강한 증진 요인으로 볼 수는 없다(Kwon, 2013). 그러므로 본 연구에서는 진로불안이 진로준비행동에 어떤 영향을 미치는가를 확인해 보는 것을 주요한 연구 목표의 하나로 설정하고자 한다.

이와 함께 대학생의 진로준비행동을 증진하는 데 도움을 주는 요인이 다양하게 언급되며, 그중 대학생들은 자신의 진로에 대한 지속적인 관심과 진로 목표를 향해 나아가는 꾸준한 노력에 대한 중요성은 계속하여 강조된다(Oh & Kim, 2018). 대학생은 불확실성이 증가하는 사회적 상황이나 경제적 불황, 갈수록 심해지는 취업난 등의 어려움 속에서 포기하지 않고 자신의 진로에 대해 열정과 관심을 가지고 끈기 있게 노력하여 시련을 이겨나갈 힘이 있어야 할 것이다. 이에 본 연구는 열정, 관심, 끈기, 노력 등을 모두 포괄하는 개념인 그릿을 진로준비행동을 증가시킬 수 있는 변인으로 고려하고자 한다. 그릿(Grit)이란 장기적인 목표를 설정하고 목표에 도달하기 위해 보이는 열정과 인내로 계속되는 노력과 지속적인 관심을 말한다(Duckworth et al., 2007). 그릿의 수준이 높은 사람은 어려운 환경에서 쉽게 포기하지 않고 목표를 향해 노력하고 인내하는 경향성을 보이지만 그릿의 수준이 낮은 사람은 관심을 오래 지속시키지 못하고 쉽게 포기하는 경향을 나타낸다(Thaler & Koval, 2015).

그릿이 성공을 위한 개인의 특성과 정서발달에 중요한 요인으로 대두되면서 대학생의 그릿과 진로에 관한 연구가 활발히 이루어지고 있으며, 이러한 연구에서는 그릿이 진로준비행동에 직간접적으로 정적인 영향을 주는 것을 확인하였다(Hong et al., 2017; Kang et al., 2016; Oh & Tak, 2020). 예를 들어 Kang et al.(2016)은 대학생 대상의 연구에서 그릿이 진로

준비행동과 유의한 정적 상관관계에 있음을 확인했고, Oh & Tak(2020)은 여대생 대상의 연구에서 그릿을 향상시키는 것이 진로준비행동의 증가에 유의미한 영향을 미치는 것으로 보고했다. 또 Hong et al.(2017)의 연구에서도 대학생의 그릿은 진로준비행동에 정적으로 유의한 관련이 있음을 확인하였다. 이런 점에서 대학생들이 진로준비행동을 유지하고 목표를 성취하는 데 있어 그릿은 중요한 촉진 요인으로 작용할 수 있음을 알 수 있다.

한편, 학교에서 직장으로 이행을 준비하는 대학생들에게 진로 탐색과 진로 선택의 문제는 매우 중요한 미래 사안이다. 진로 결정을 위한 진로준비행동은 어느 한순간에 이루어지는 하나의 사건이 아니라, 성장하면서 만나는 다양한 경험과 기회를 내면화하면서 수정하고 보완해 나가는 과정임을 생각할 때 미래에 대한 개인의 관점과 태도는 진로 발달의 중요 요인이다(Haldeman & Baker, 1992). Husman & Shell(2008)은 미래에 대해 중요하다고 인식하는 정도가 현재의 행동과 미래를 연결하는 수준을 의미하는 것이므로 미래의 목표나 성취에 높은 가치를 부여함으로써 장기적인 목표를 추구하도록 만드는 태도를 반영하는 것이라 보았다. 즉 학생 개인이 미래 시간에 대해 어떤 관점을 갖는지에 따라 현재의 진로준비행동이 달라질 수 있을 것이다.

이와 관련한 개념으로 미래시간조망(future time perspective)이 주목받고 있다. 미래시간조망이란 현재의 상태에서 개인적으로 가치를 두고 있는 미래에 대한 예측이나 기대이다(Miller & Brickman, 2004). 혹은 미래의 성공을 위해 계획을 세우고 노력하는 성향을 말한다(Zimbardo & Boyd, 1999). 미래시간조망을 더 잘하는 사람은 미래를 심리적으로 가깝게 인식함으로써 장기 목표를 미루지 않고 수행하게 하고, 목표를 세우는 시점에서도 현재 정서적 만족 추구보다 새로운 지식 습득과 같은 장기 목표 추구를 선호한다(Shin, 2020). 이런 점에서 미래시간조망은 학습, 진로 등에 대한 예측 요인으로 중요하게 다루어지고 있다. 예를 들어, de Volder & Lens(1982)는 단기 혹은 현재 목표보다 장기 목표의 가치를 중요하게 여기며 미래시간조망을 더 잘하는 학생들이 상대적으로 더 성적이 높고 학습을 지속하는 경향이 크다고 하였다. 또 진로와 관련해서도 미래시간조망을 더 잘하는 경우 진로성숙이 더 잘 이루어지며, 진로결정수준이 더 높은 경향으로 나타났다(Haldeman & Baker, 1992; Zimbardo & Boyd, 1999). 아직 대학생을 대상으로 하여 미래시간조망과 진로준비행동의 관계를 직접적으로 확인한 연구는 많지 않지만, 대학생이 미래시간조망을 잘 할수록 진로 목표를 추구하고 그 목표 달성을 위해 더 많이 노력하게 만들 수 있음을 예측할 수 있다.

이상의 내용을 종합하여, 본 연구에서는 대학생을 대상으로 이들의 진로불안, 그릿, 미래시간조망이 종합적으로 진로준비행동에 미치는 영향력에 관하여 확인하고자 한다. 대학생 시기는 직업의 세계에 진입하기 위해 준비를 하는 중요한 시기이다. 그러나 급속하게 변화하는 사회 환경과 갈수록 높아지는 실업률 등은 대학생들에게 심리적, 정서적 불편함을 느

끼게 한다. 이에 본 연구에서는 진로불안과 진로준비행동에서 그릿과 미래시간조망의 순차 매개효과를 확인함으로써 진로준비행동을 발생하게 만드는 대학생의 심리 및 정서적 특성이 어떠한 메커니즘으로 작용하는지를 검증하게 될 것이다. 진로불안과 진로준비행동 간의 관계를 검증했던 연구는 많으나 이 두 변인 간의 영향 관계에서 대학생이 가지고 있는 내적 역량이 어떤 역할을 하게 되는가에 대해 관심을 가졌던 연구는 매우 희소하다. 그러나 그릿과 미래시간조망은 모두 미래 시점에 대한 심리적 특성으로 장기목표를 설정하고 목표에 도달하기 위해 보이는 계속되는 노력과 지속적인 관심을 기울이는 특성을 가진 그릿은 현재와 미래 간의 연결성을 어떻게 지각하는가와 관련하여 미래지향적 태도를 가지게 하는 미래시간조망과 유의미한 관련성을 가진 것으로 예측되는 바, 진로불안이 발현함으로써 대학생들이 어떠한 내적 상태 및 인식적 태도에 부정적 영향을 미침으로써 진로준비행동을 저해하게 되는지를 살펴보는 일은 중요하다. 그릿과 이를 통해 이 연구는 대학생들의 진로준비 행동을 증진할 수 있는 교육적 정보와 진로상담에 유용한 정보를 제공하고자 한다. 이러한 연구의 필요성과 목적에 따라 본 연구에서 설정한 연구 문제는 다음과 같다. 첫째, 대학생의 진로불안, 그릿, 미래시간조망, 진로준비행동의 관계는 어떠한가? 둘째, 대학생의 진로불안과 진로준비행동의 관계에서 그릿과 미래시간조망의 매개효과는 어떠한가?

II. 이론적 배경

1. 대학생의 진로준비행동

진로준비행동이란 개인이 합리적이고 올바른 진로 결정을 위해 수행해야 하는 행동과 진로 결정이 이루어진 이후에 그 결정 사항을 실행하기 위한 행위 등을 의미하는 개념이다(Kim & Kim, 1997). 즉 진로준비행동은 자신이 정해놓은 진로 목표를 성취하기 위해 구체적으로 얼마나 충실하게 노력하는가를 말하는 것으로 진로와 관련하여 행하는 실제적이고 구체적인 행위의 차원을 뜻한다(Kim, 2004). 진로준비행동은 정보 수집 활동, 도구 구비 활동, 목표 달성 활동으로 구성되어 있다(Jang et al., 2020; Kim & Kim, 1997). 정보 수집 활동이란 자신과 진로 및 직업 세계에 대해 탐색하는 것을 말하며, 도구 구비 활동이란 계획한 진로 및 직업 입문 과정에서 필요한 장비나 교재 등의 구매 또는 자격증의 취득과 같이 본격적으로 취업을 준비하기 위한 준비 행동을 의미한다. 그리고 목표 달성 활동이란 진로 목표를 위해 구비한 도구를 활용하여 목표 달성을 위해 시간과 노력을 투자하는 활동을 말한다(Kim & Kim, 1997).

급속하게 변화하는 사회 환경과 청년 실업률의 증가는 대학생들이 직업의 세계로 진입하는 것을 어렵게 만든다. 그러므로 대학생들은 짧은 시간 안에 자신의 직업을 위해 계획을 세우고 그 계획에 맞는 교육과 활동을 하는 과정이 필요하다(Y. J. Kwon, 2018). 진로준비행동이 빠르고 충분할수록 취업할 가능성이 높고, 취업 후 직장에 잘 적응하며 직장에 대한 만족도가 높다(Oh, 2019). 이처럼 대학생 시기에 진로와 직업에 대한 충분한 탐색을 통해 진로를 선택하고 이를 실제 준비 행동으로 실행하는 것은 진로 목표를 성취하는 데 있어 매우 중요한 요소가 된다(Oh & Lee, 2020). Lee & Lee(2008)은 취업 성공률을 높이고 직장에 대한 만족도를 높이기 위해서는 진로준비행동이 중요하다고 하였으며 Min(2003)는 진로준비행동이 늦어질수록 취업에 대한 실패 가능성이 커지고 직무 수행에 있어 어려움을 호소하는 비율이 높다고 하였다. 이런 점에서 대학생의 진로준비행동에 대한 논의와 이에 영향을 미칠 수 있는 요인들을 고려하는 일은 매우 중요하게 다루어질 필요가 있다.

2. 대학생의 진로준비행동에 영향을 미치는 요인

가. 진로불안

불안이란 부정적인 결과가 따를 수도 있다는 불확실한 상황에서 경험하는 불쾌하고 고통스러운 감정 혹은 정서로, 특히 불확실한 상황 속에서 자신과 관련한 중요한 문제를 다룰 때 더 강하게 나타날 수 있다(Cho, 2008). 이런 점에서 불안은 진로와 같이 불확실한 미래와 관련한 중요 문제를 다룰 때 발생할 수 있으며, 진로를 결정하는 과정에서 경험하게 되는 두려움이나 근심, 걱정, 긴장 등의 불쾌한 정서를 진로불안으로 명명한다(Saka et al., 2008). 진로불안이 높은 사람들은 진로와 관련한 자기 능력에 대한 불신, 자존감의 하락, 대인관계에서의 위축 등을 경험할 수 있으며(Bloom, 2010), 진로 탐색 활동이나 진로 문제 해결 능력을 저해 받을 수 있어서 진로 선택과 결정에 관한 논의에서는 중요하게 다루어지는 요인이다(Kim & Kim, 2007; Lee, 2009; Seok & Jo, 2016). 진로불안은 과정에 대한 불안, 불확실성에 대한 불안, 그리고 책임에 대한 불안으로 구성되어 있다(Min, 2012; Saka et al., 2008). 과정에 대한 불안이란 진로 의사결정 과정에서 무엇인가를 선택하고 그것을 위해 정보를 찾거나 알아내는 것, 또는 그 과정 자체에 대한 스트레스나 불안이다(Min, 2012). 불확실성에 대한 불안이란 불확실하고 불분명한 미래에 대한 불안으로 불확실성에 대한 낮은 인내력, 미결정 상태나 모호한 상태에 대한 불안이다. 책임에 대한 불안은 진로 의사결정과정에서 일어나는 상황이나 문제와 관련하여 책임을 느끼는 불안이다(Min, 2012).

현재 우리나라 대학생은 비정규직이 증가하고, 노동시장의 고용의 양극화가 심해지는 상황 속에서 자신의 진로에 대해 고민하고 진로 준비와 관련된 스트레스를 경험하며 상당한 수준의 불안을 경험하고 있는 것으로 알려져 있다(Shane & Heckhausen, 2016). 이러한 고민과 스트레스, 즉 자신의 진로에 대한 불안은 진로준비행동과 밀접한 관련이 있는 것으로 실증되고 있다. 대부분의 연구에서는 진로불안이 진로준비행동을 감소시키는 것으로 보고하지만 일부 연구에서는 오히려 불안이 높아 이에 대한 방어기제로 행동을 강화하는 맥락에서 진로준비행동의 증가를 보고하기도 한다. 예를 들어 Cho(2008)는 적당한 정도의 불안은 진로준비행동에 긍정적으로 작용하지만, 일정 수준을 넘어선 과도한 불안은 진로준비행동에 부정적으로 작용할 수 있다고 하였다. 또 진로불안이 높으면 진로준비행동을 전혀 하지 않게 만든다는 선행연구도 있다(Chung, 2014; Gross, 2002). 이와는 달리 진로불안이 높으면 진로준비행동에 과도하게 몰입하는 것으로 보고하는 연구도 일부 존재한다(Ju & Kim, 2011; Oh et al., 2017). 이처럼 현재 진로불안과 진로준비행동의 관계에 관하여 혼재된 결과가 도출되고 있으나, 진로불안이 진로준비행동에 유의미한 영향 요인이라는 점은 공통적이다.

직업의 세계로 들어가기 전의 대학생들은 불확실성이 높은 시대, 급변하는 사회 환경, 높은 실업률, 기업들의 채용 규모 축소 등으로 자신의 진로에 대해 불안을 느낌으로써 자신이 세운 진로 목표에 도달하기 위한 진로준비행동에 어려움을 겪을 것으로 예측한다. 이에 본 연구에서는 진로불안과 진로준비행동의 관계를 밝히고, 진로불안으로 인하여 진로목표를 확립하고 그 목표를 성취하기 위한 행동에 어려움을 겪고 있는 대학생을 위한 개입 방안을 제공하고자 한다.

나. 그릿

사람들은 성공을 위한 개인의 특성과 정서발달에 중요 영향을 끼치는 요인이 무엇인지에 대해 끊임없이 궁금하게 생각하였고, 많은 연구자들은 각 분야의 성공적인 성취를 이끈 요인에는 그릿이 있음을 밝혀냈다(Credé et al., 2017; Lee & Sohn, 2013). 그릿(Grit)은 장기적인 목표를 설정하고 어떤 목표에 도달하기 위해 보이는 열정과 인내로 계속되는 노력과 지속적인 관심을 말한다(Duckworth et al., 2007). 즉 그릿이란 자신이 정한 목표에 도달하기 위해 지속적인 관심을 가지고 열심히 노력하는 것 나아가 목표에 도달하는 과정에서 어려움이나 좌절이 있다고 하더라도 노력을 계속하는 것이다. 따라서 그릿 수준이 높은 사람은 어려운 환경에서 쉽게 포기하지 않고 목표를 향해 노력하고 인내하는 경향성을 보이지만, 그릿 수준이 낮은 사람은 관심을 오래 지속시키지 못하고 쉽게 포기하는 경향을 나타낸다(Thaler & Koval, 2015). 그릿은 계속되는 노력과 지속적인 관심의 두 가지 요인으로 구성되어 있다. 계속되는 노력이란 목표를 성취하기 위하여 현재 상황에 적절하게 대처하는 것으

로 어려운 환경 변화에도 포기하지 않고 지속하여 행동하는 것을 의미한다. 지속적인 관심이란 개인이 특정한 목표에 관하여 관심을 가지고 유지하는 것, 혹은 사회적 목표에 관한 관심을 유지하는 것이다(Natale et al., 2009).

최근 고용시장의 불안으로 대학생들의 취업 준비 기간은 길어지고 있으며 자신의 진로 목표를 성취하기 위해서는 여러 번의 실패를 경험하기도 한다. 이러한 현상을 고려할 때 자신의 미래 진로나 취업에 대한 꾸준한 관심을 가지고 지속적인 노력을 하며 실패를 경험하더라도 이 상황을 대처할 힘이 필요하다(Thaler & Koval, 2015). 이런 점에서 그릿은 자신의 장기적인 진로 목표를 위해 관심을 가지고 지속하여 행동적인 노력을 요구하는 진로준비행동과 밀접한 관련이 있다. 예를 들어 Hong et al.(2017)은 그릿이 높은 대학생이 진로준비행동을 더 많이 하게 된다고 보고하였고, Seo & Lee(2021)는 진로장벽을 높이 지각하는 대학생이 진로준비행동을 덜 하게 될 때 그릿이 보호 요인으로 작용할 수 있음을 확인하였다. Yang & Lee(2021) 또한 그릿은 진로준비행동을 강화하는 요인이 될 수 있다고 하였다. 또한 그릿의 긍정적 특성이 진로불안이나 진로불안 혹은 취업불안과 부적의 상관성이 있다는 연구 결과들이 있다(Kim et al., 2022; Nam & Kim, 2020). 덧붙여 그릿은 미래시간조망과도 관련성이 있는 것으로 나타났다. 예를 들어 D. H. Kwon(2018)은 미래시간조망과 그릿의 관련성을 밝혔고, Lim & Lee(2019)도 미래시간관점과 그릿이 유의미한 정적인 상관성이 있는 것으로 보고하고 있다. 그리고 Dunkel & Weber(2010) 역시 대학생의 성실성과 확장적 미래시간조망 간의 높은 정적 상관성이 있음을 보고하였다. 이러한 선행연구를 통하여 본 연구에서 그릿과 미래시간조망은 진로불안을 약화시킬 것으로 예측할 수 있다. 이상의 내용을 종합해 보면, 그릿은 장기적인 목표를 위해 관심을 가지고 포기하지 않고 노력하는 내적인 힘을 말하는 개념으로 진로준비행동에 긍정적 영향을 미치는 중요 요인 중 하나이다. 이런 점에서 그릿은 대학생의 진로준비행동의 증진과 관련한 논의에 포함되어야 할 특성임을 알 수 있다.

다. 미래시간조망

시간 조망은 과거의 나와 현재의 나를 용인하고 이를 바탕으로 미래의 시간을 계획할 수 있는 능력을 말한다. Zimbardo & Boyd(1999)는 시간 조망을 과거, 현재, 미래라는 시간적인 차원에서 미래시간조망, 현재 쾌락시간조망, 현재 숙명시간조망, 과거 긍정시간조망, 과거 부정시간조망으로 분류하였다. 이 중 미래시간조망은 개인이 자기 삶에서 남아 있는 시간에 대한 주관적인 지각을 말한다(Carstensen, 2006). 미래시간조망은 크게 두 가지 경향으로 나타날 수 있는데, 자신의 미래에 남은 시간이 상대적으로 짧다고 인식하는 것은 제한적 미래시간조망을 가진 것으로 보며, 남은 시간이 길다고 인식하면 확장적 미래시간조망을 가진 것으로 본다(Carstensen, 2006). 제한적 미래시간조망을 가지면 현재지향성을 가지며 삶의

목표에서 현재의 즐거움을 추구하고, 확장적 미래시간조망을 가지면 미래지향적이 되어 미래의 성공을 목표로 현재의 만족을 희생하는 특징을 보인다(Carstensen, 1995; Carstensen et al., 2011; Han et al., 2017). 개인이 현재 행하는 행동과 결정은 미래의 목표를 실현하기 위한 높은 유용성을 지닌 것으로 미래의 가치와 관련이 있다는 점에서 어떠한 미래시간조망 특성을 가졌는지에 따라 희망, 목적, 계획 등과 높은 관련성을 가진 행동이 다르게 나타날 수 있다(de Volder & Lens, 1982; Eccles & Wigfield, 2002; Simons et al., 2004).

특히 미래시간조망은 개인의 경험과 기회에 따라 다르게 나타날 수 있으므로 개인의 행동이나 심리적 특징의 예측에 있어 중요한 개인차 변인이 될 수 있다(Carstensen, 2006). 미래시간조망이 개인의 행동에 어떠한 영향을 미치는가는 다양한 연구를 통하여 증명되고 있다. de Volder & Lens(1982)는 미래시간조망을 더 확장적으로 가진 학생이 단기 목표나 현재 목표 보다는 장기적 목표의 가치를 중요하게 여긴다는 것을 확인했고, Peetz et al.(2009)은 미래 목표에 대해 느껴지는 개인의 주관적인 시간에 대한 거리감이 동기나 행동에 영향을 미친다고 하였다. 이처럼 미래시간조망은 목표 지향성, 미래지향적 특성을 내포하고 있어서 장래의 진로 준비와도 관련이 있을 가능성이 높다. 즉 미래시간조망은 마음속에서 계획하고 계획한 목표를 달성하기 위하여 현재의 행동이 미래와 직결된다고 지각하는 것이므로 자신의 진로 목표를 위해 현재의 시간과 노력을 투자하는 진로준비행동과 관련성을 가진다. 실제 미래시간조망과 진로준비행동의 관계를 밝힌 연구를 살펴보면, Ha & Han(2022)는 전문대학생의 미래 시간관과 진로준비행동 간의 유의한 상관이 있음을 밝혔고, Lee(2018)는 고등학생의 미래 시간관과 진로준비행동이 정적인 상관관계가 있다고 밝혔다. 또한 Kim et al.(2023)은 대학생의 미래 시간관과 진로준비행동 간에 정적 상관이 있음을 확인하기도 했다.

이상의 내용을 종합해 보면, 미래에 대한 시간 지각인 미래시간조망은 현재보다는 미래에 더 가치를 두도록 돕고, 지속하여 목표를 추구하도록 돕는 중요한 지각적 특성임을 알 수 있다. 이런 점에서 대학생들은 미래시간조망을 통해 시간의 연속성을 이해하여 진로 목표를 세우고, 진로준비행동을 지속할 수 있을 것임을 예측할 수 있다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 서울 및 충청, 대전 지역 소재 4년제 대학교의 대학생 190명을 대상으로 2023년 6월 한 달 동안 자료를 수집하였다. 설문조사는 온라인으로 이루어졌으며, 온라인 설문지의 첫 페이지에 연구의 필요성과 목적, 연구 윤리 등에 대하여 충분히 설명한 후, 이에 동의한 학생들만이 설문에 참여하였다. 190명의 자료가 최종 분석에 사용되었다. 성별 구성을 보면 남학생 78명(41.1%), 여학생 112명(58.9%)이었고, 평균연령은 22.76세($SD=3.49$)였다. 학년 구성은 1학년 54명(28.4%), 2학년 67명(35.3%), 3학년 34명(17.9%), 4학년 35(18.4%)명이었고, 전공 구성은 인문사회과학 39명(20.5%), 자연 및 공학 25명(13.2%), 사범 110명(57.8%), 예체능 14명(7.4%), 기타 2명(1.1%)이었다.

2. 연구도구

본 연구에서 사용한 연구도구는 선행 연구를 통하여 타당도 및 신뢰도를 검증받은 도구들이다. 독립변인 진로불안을 측정하기 위하여 Saka et al.(2008)이 대학생의 진로와 관련하여 겪는 정서적 어려움을 포괄적으로 측정하기 위해 개발한 정서와 성격적 진로 문제 척도 (Emotional and Personality Career Difficulties Scale) 중 진로불안 하위 요인을 Min(2012)이 한국의 대학생을 위해 수정 및 번안하여 타당화한 진로불안 척도를 사용했다. 대표적인 문항으로는 ‘나는 진로 의사결정을 포함한 복잡한 과정을 겪는 것이 걱정된다.’, ‘나는 내게 적합한 진로를 그냥 지나칠까봐 두렵다.’ 등이 있다. 이 척도는 과정, 불확실성, 책임과 관련한 불안의 3개 하위요인 21문항으로 구성되었다. 각각의 문항은 6점 Likert 척도(1=전혀 아니다, 6=매우 그렇다)로 응답하며, 점수가 높을수록 진로불안이 높은 것으로 해석한다. 이 연구에서 구한 신뢰도(Cronbach α)는 .959였다.

매개변인으로 설정한 그릿을 측정하기 위하여 Duckworth et al.(2007)이 고안한 그릿 척도 (Original Grit Scale)를 Lee & Sohn(2013)이 수정 및 번안하여 타당화한 것을 사용했다. 이 척도는 노력의 꾸준함, 관심의 일관성의 2개 하위요인 12문항으로 구성되었다. 대표적인 문항으로는 ‘나는 종종 목표를 세우지만, 나중에 그것과는 다른 일을 하곤 한다.’, ‘나는 내가 시작한 것은 뭐든지 끝낸다.’ 등이 있다. 각각의 문항은 5점 Likert 척도(1=전혀 아니다, 5=매우 그렇다)로 응답하며, 점수가 높을수록 그릿이 높은 것으로 해석한다. 이 연구의

신뢰도(Cronbach α)는 .810이었다.

또 다른 매개변인 미래시간조망을 측정하기 위하여 Carstensen & Lang(1996)이 고안한 미래시간조망(Future Time Perspective: FTP)을 Han & Noh(2016)가 수정 및 번안하여 타당화한 것을 사용했다. 이 척도는 확장된 미래시간조망과 제한된 미래시간조망의 2개 요인 10문항으로 구성되었다. 대표적인 문항으로는 ‘내젠 앞으로 수없이 많은 기회가 있다.’, ‘나이가 들수록 나는 시간을 제한적으로 느낀다.’ 등이 있다. 각각의 문항은 7점 Likert 척도(1=전혀 아니다, 7=매우 그렇다)로 응답하며, 해석의 용이성을 위해 제한된 미래시간조망 문항은 역산한다. 점수가 높을수록 확장된 미래시간조망을 가지고 있는 것으로 해석한다. 이 연구의 신뢰도(Cronbach α)는 .791이었다.

종속변인 진로준비행동을 측정하기 위하여 Kim & Kim(1997)이 개발한 진로준비행동 척도를 이후 Hur(2017)이 수정 보완하여 재타당화한 척도를 사용했다. 이 척도는 정보 수집 활동, 도구 구비 활동, 목표 달성 활동의 3개 하위요인 18문항으로 구성되었다. 대표적인 문항으로는 ‘나는 지난 몇 주 동안 내가 관심을 가지고 있는 직업이나 진로와 관련된 자료를 인터넷을 통해 탐색해 보았다.’, ‘나는 앞으로 내가 관심을 가지고 있는 직업(진학)에 입문하기 위해서 교육기관 등에 다니면서 준비를 하고 있다.’ 등이 있다. 각각의 문항은 5점 Likert 척도(1=전혀아니다, 5=매우 그렇다)로 응답하며, 점수가 높을수록 진로 준비행동 수준이 더 높은 것으로 해석한다. 이 연구의 신뢰도(Cronbach α)는 .904였다.

3. 분석방법

수집한 자료는 SPSS 26.0 프로그램과 PROCESS Macro 4.1 프로그램을 이용하여 다음과 같은 절차로 분석하였다. 첫째, 연구대상의 일반적 특성을 확인하기 위하여 빈도 분석을 수행하고, 사용한 척도의 신뢰도를 알아보기 위하여 Cronbach α 계수를 산출하였다. 둘째, 연구대상의 응답 경향성을 알아보기 위해 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 계산하는 기술통계분석을 수행했다. 셋째, 주요 변인 간 관계를 확인하기 위해 적률상관분석을 수행했다. 넷째, 진로불안과 진로준비행동의 관계에서 그릿과 미래시간조망 각각의 개별 매개효과를 확인하기 위해 Macro Model 4를 활용하여 매개효과 분석을 실시했다. 다섯째, 진로불안과 진로준비행동의 관계에서 그릿과 미래시간조망을 순서대로 투입하는 순차 매개효과를 확인하기 위해 Macro Model 6을 활용하여 매개효과 분석을 실시했다. 모든 매개효과 분석의 통계적 유의성 검증을 위해 부트스트래핑(bootstrapping)을 수행하였으며, 이때 재추출한 표본 수는 5,000개이며 95% 신뢰구간에서 확인하였다.

IV. 연구결과 및 해석

1. 기술통계 및 상관 분석 결과

주요 변인의 기술통계 분석 결과와 변인 간의 상관을 분석하였고 그 결과는 <표 1>과 같다. 먼저 평균과 표준편차를 살펴보면 진로불안은 6점 기준에 평균 3.33($SD=1.11$), 그릿은 5점 기준에 평균 3.13($SD=.59$)이었다. 미래시간조망은 7점 기준에 평균 5.16($SD=.80$), 진로준비행동은 5점 기준에 평균 3.08($SD=.72$)로 나타났다. 왜도의 통계량은 $-.68$ 에서 $.09$ 사이에 분포했고, 첨도의 통계량은 $-.46$ 에서 $.69$ 사이에 분포하여 정규성 가정(왜도 $<\pm 2$, 첨도 $<\pm 7$)을 충족하였다(Kline, 2010).

주요 변인들의 관련성을 알아보기 위해 적률상관분석을 실시하였다. 그 결과 진로불안은 그릿($r=-.395, p<.01$), 미래시간조망($r=-.441, p<.01$), 진로준비행동($r=-.204, p<.01$)과 유의한 부적 상관을 나타냈다. 이는 진로불안이 높을수록 그릿이 낮고, 미래시간조망이 제한적이고, 진로준비행동을 더 적게 할 경향성이 있음을 의미한다. 그릿은 미래시간조망($r=.294, p<.01$), 진로준비행동($r=.479, p<.01$)과 유의한 정적 상관을 나타냈다. 이는 그릿이 높을수록 미래시간조망이 확장적이고 진로준비행동을 더 많이 할 경향성이 있음을 뜻한다. 마지막으로 미래시간조망은 진로준비행동($r=.282, p<.01$)과 유의한 정적 상관을 나타냈고, 이는 미래시간조망이 확장적일수록 진로준비행동을 더 많이 하게 될 경향성이 큼을 의미한다.

<표 1> 기술통계, 주요 변인들의 상관

	변인	진로불안	그릿	미래시간조망	진로준비행동
1	진로불안	1			
2	그릿	$-.395^{**}$	1		
3	미래시간조망	$-.441^{**}$	$.294^{**}$	1	
4	진로준비행동	$-.204^{**}$	$.479^{**}$	$.282^{**}$	1
	평균	3.33	3.13	5.16	3.08
	표준편차	1.11	.59	.80	.72
	왜도	$-.12$.09	$-.68$	$-.33$
	첨도	$-.46$	$-.20$.40	.69

** $p<.01$

2. 매개효과 검증

가. 진로불안과 진로준비행동 사이에서 그릿의 매개효과

진로불안과 진로준비행동 사이에서 그릿의 매개효과를 검증하기 위하여 Macro Model 4로 분석하였고, 그 결과는 <표 2>와 같다. 1단계에서 독립변인 진로불안은 매개변인 그릿을 부적으로 유의하게 설명하였고($\beta = -.40, p < .001$), 이때 설명량은 15.6%였다. 이는 진로불안이 높을수록 그릿은 낮아지는 것을 의미한다. 2단계에서 독립변인 진로불안은 종속변인 진로준비행동을 부적으로 유의하게 설명하였고($\beta = -.20, p < .01$), 설명량은 4.2%였다. 이는 진로불안이 높을수록 진로준비행동을 더 적게 함을 뜻한다. 마지막 3단계에서 독립변인 진로불안을 통제된 상태에서 매개변인 그릿이 종속변인 진로준비행동에 미치는 영향력은 정적으로 유의하였고($\beta = .47, p < .001$), 독립변인 진로불안이 종속변인 진로준비행동에 미치는 영향력은 2단계보다 감소하였고($\beta = -.20 \rightarrow \beta = -.02$), 통계적으로 유의하지 않았다. 이때 설명량은 23.0%였다. 즉, 그릿은 진로불안과 진로준비행동의 관계를 완전매개하는 것으로 나타났다.

<표 2> 진로불안과 진로준비행동 사이에서 그릿의 매개효과

	독립변인	종속변인	B(SE)	β	t	R ²	F
1	진로불안	그릿	-.21(.04)	-.40	-5.90***	.156	34.82***
2	진로불안	진로준비행동	-.13(.05)	-.20	-2.85**	.042	8.13**
3	진로불안 그릿	진로준비행동	-.01(.05) .58(.09)	-.02 .47	-.24 6.76***	.230	27.87***

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

매개효과가 통계적으로 유의한가를 검증하기 위해 부트스트래핑(Bootstrapping)을 실시하였다. 그 결과는 <표 3>과 같다. 재추출한 표본 수는 5,000개였고 효과 계수에 대한 95% 신뢰구간을 산출하는데, 이 신뢰구간이 0을 포함하지 않으면 매개 효과가 .05수준에서 통계적으로 유의하다고 볼 수 있다(Preacher & Hayes, 2004). 매개효과 계수의 95% 신뢰구간 하한값은 -.19이고 상한값은 -.06으로 구간 내에 0을 포함하고 있지 않아 진로불안과 진로준비행동 관계에서 그릿의 매개효과는 통계적으로 유의하다고 볼 수 있다.

<표 3> 매개효과의 유의성 검증

경로	B	SE	95%신뢰구간	
			하한값	상한값
진로불안 → 그릿 → 진로준비행동	-.12	.03	-.19	-.06

나. 진로불안과 진로준비행동 사이에서 미래시간조망의 매개효과

진로불안과 진로준비행동 사이에서 미래시간조망의 매개효과를 검증하기 위하여 Macro Model 4로 분석하였다. 그 결과는 <표 4>와 같다. 1단계에서 독립변인 진로불안은 매개변인 미래시간조망을 부적으로 유의하게 설명하였고($\beta = -.44, p < .001$), 이때 설명량은 19.5%였다. 이는 진로불안이 높을수록 미래시간조망은 제한적이라는 것을 의미한다. 2단계에서 독립변인 진로불안은 종속변인 진로준비행동을 부적으로 유의하게 설명하였고($\beta = -.20, p < .01$), 설명량은 4.2%였다. 이는 진로불안이 높을수록 진로준비행동을 더 적게 함을 뜻한다. 마지막 3단계에서 독립변인 진로불안을 통제된 상태에서 매개변인 미래시간조망이 종속변인 진로준비행동에 미치는 영향력은 정적으로 유의하였고($\beta = .24, p < .01$), 독립변인 진로불안이 종속변인 진로준비행동에 미치는 영향력은 2단계보다 감소하였고($\beta = -.20 \rightarrow \beta = -.10$), 통계적으로 유의하지 않았다. 이때 설명량은 8.8%였다. 즉, 미래시간조망은 진로불안과 진로준비행동의 관계를 완전매개하는 것으로 나타났다.

<표 4> 진로불안과 진로준비행동 사이에서 미래시간조망의 매개효과

	독립변인	종속변인	B(SE)	β	t	R ²	F
1	진로불안	미래시간조망	-.32(.05)	-.44	-6.74***	.195	45.41***
2	진로불안	진로준비행동	-.13(.05)	-.20	-2.85**	.042	8.13**
3	진로불안 미래시간조망	진로준비행동	-.06(.05) .22(.07)	-.10 .24	-1.26 3.07**	.088	8.97**

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

매개효과가 통계적으로 유의한가를 검증하기 위하여 부트스트래핑(Bootstrapping)을 실시하였다. 그 결과는 <표 5>와 같다. 재추출한 표본 수는 5,000개였고 효과 계수에 대한 95% 신뢰구간을 산출하는데, 이 신뢰구간이 0을 포함하지 않으면 매개 효과가 .05수준에서 통계적으로 유의하다고 볼 수 있다(Preacher & Hayes, 2004). 매개효과 계수의 95% 신뢰구간 하

한값은 -.12이고 상한값은 -.03으로 구간 내에 0을 포함하고 있지 않아 진로불안과 진로준비 행동 관계에서 미래시간조망의 매개효과는 통계적으로 유의하다고 볼 수 있다.

<표 5> 미래시간조망의 유의성 검증

경로	B	SE	95%신뢰구간	
			하한값	상한값
진로불안 → 미래시간조망 → 진로준비행동	-.07	.03	-.12	-.03

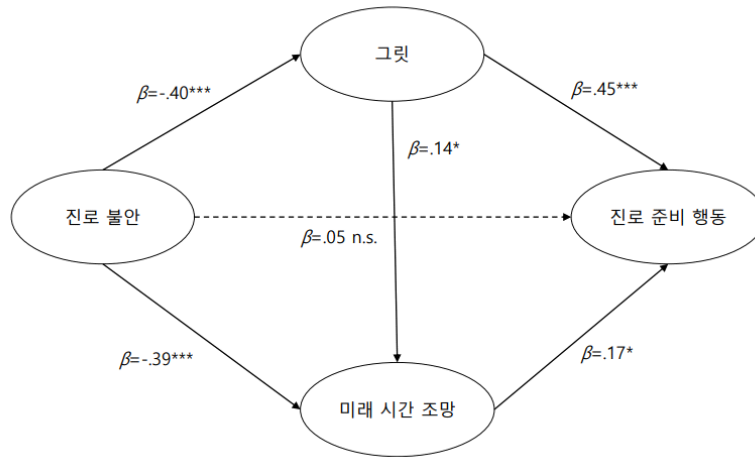
3. 순차매개효과

진로불안과 진로준비행동의 관계에서 그릿과 미래시간조망을 순차적으로 투입한 순차 매개효과를 Macro Modle 6으로 분석하고 그 결과를 <표 6>과 [그림 1]에 제시하였다. 1단계에서 독립변인 진로불안이 매개변인 그릿에 미치는 영향력은 부적으로 유의했고($\beta = -.40, p < .001$), 설명량은 15.9%였다. 2단계에서는 진로불안과 그릿이 또 다른 매개변수인 미래시간조망에 미치는 영향력을 확인했으며 이때 진로불안이 미래시간조망에 미치는 영향력은 부적으로 유의했고($\beta = -.39, p < .001$), 진로불안을 통제된 상태에서 그릿이 미래시간조망에 미치는 영향력은 정적으로 유의했다($\beta = .14, p < .05$). 이때 진로불안과 그릿은 함께 미래시간조망을 21.2% 설명했다. 3단계에서 진로불안이 진로준비행동에 미치는 영향력은 통계적으로 유의하지 않았으며, 그릿($\beta = .45, p < .001$)과 미래시간조망($\beta = .17, p < .05$)은 모두 진로준비행동에 정적으로 유의한 영향을 미쳤다. 이때 진로불안, 그릿, 미래시간조망은 진로준비행동의 25.3%를 설명했고, 그릿과 미래시간조망의 순차매개효과는 완전 매개효과임을 알 수 있다.

<표 6> 진로불안과 진로준비행동 사이에서 그릿과 미래시간조망의 순차매개효과

	독립변인	종속변인	B(SE)	β	t	R ²	F
1	진로불안	그릿	-.21(.04)	-.40	-5.90***	.159	34.82***
2	진로불안	미래시간조망	-.28(.05)	-.39	-5.45***	.212	25.07***
	그릿		.19(.10)	.14	2.00*		
3	진로불안	진로준비행동	.03(.05)	.05	.67	.253	21.02***
	그릿		.55(.09)	.45	6.42***		
	미래시간조망		.16(.06)	.17	2.42*		

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



[그림 1] 진로 불안과 진로준비행동의 관계에서 그릿과 미래시간조망의 순차매개효과

순차매개효과가 통계적으로 유의한가를 검증하기 위하여 부트스트래핑(Bootstrapping)을 실시하였다. 그 결과는 <표 7> 및 <표 8>과 같다. <표 7>을 살펴보면, 순차매개모형의 총 효과는 통계적으로 유의했고 하한값은 -.23, 상한값은 -.04로 구간 내에 0이 포함되지 않아 통계적으로 유의했다. 이에 간접효과 유의성을 검증한 결과, <표 8>에서 제시한 것처럼 그릿의 간접효과 신뢰구간은 하한값-1.8, 상한값은 -.06이고 미래시간조망의 간접효과 신뢰구간 하한값은 -.08, 상한값은 -.01, 이었으며, 그릿과 미래시간조망이 함께 투입되었을 때 간접효과 신뢰구간은 하한값 -.01, 상한값 -.00,으로 구간 내 0을 포함하고 있지 않았다. 그러므로 진로불안과 진로준비행동 관계에서 그릿과 미래시간조망의 순차매개효과는 통계적으로 유의하다고 볼 수 있다.

<표 7> 총 효과, 직접 효과, 간접 효과 검증

경로	B(SE)	B(SE)	t	하한값	상한값
총효과	-.13	.05	-2.85**	-.23	-.04
직접효과	.03	.05	.67	-.06	.13
간접효과	-.16	.04		-.24	-.10

〈표 8〉 간접효과 유의성 검증

경로	B	SE	95%신뢰구간	
			하한값	상한값
진로불안 → 그릿 → 진로준비행동	-.12	.03	-1.8	-.06
진로불안 → 미래시간조망 → 진로준비행동	-.04	.02	-.08	-.01
진로불안 → 그릿 → 미래시간조망 → 진로준비행동	-.00	.00	-.01	-.00
전체	-.16	.04	-.24	-.10

V. 논의 및 결론

본 연구의 목적은 진로불안과 진로준비행동에서 그릿과 미래시간조망의 순차매개효과를 확인함으로써 진로준비행동을 발생하게 만드는 대학생의 심리 및 정서적 특성이 어떠한 메커니즘으로 작용하는지를 검증하는데 있다. 분석 결과 진로불안이 진로준비행동에 미치는 영향에서 그릿과 미래시간조망의 개별 매개효과는 각각 유의했다. 또 그릿과 미래시간조망 두 매개변인을 투입하는 순차매개효과 또한 통계적으로 유의하였다. 이러한 연구 결과에 따라 본 연구의 구체적 논의점은 다음과 같이 정리되었다.

첫째, 대학생의 진로불안과 진로준비행동의 관계에서 그릿의 완전 매개효과가 통계적으로 유의하였다. 이것은 진로불안이 높을수록 그릿을 감소하게 만들고, 이렇게 감소한 그릿으로 인해 진로준비행동을 적게 하게 된다는 것이다. 이러한 결과는 취업 불안과 그릿 간에 부적 관련성이 있음을 보고했던 Nam & Kim(2020)의 연구, Kim et al.(2022)의 연구, 그릿이 진로준비행동에 유의미한 영향을 미칠 수 있음을 확인했던 Yang & Lee(2021), Jang & Huh(2019), Oh & Tak(2020) 등의 연구 결과와 그 맥을 같이 한다. 이는 대학생들이 진로라는 미래적 상황에 내포된 불확실성을 크게 인식하고 진로 준비 과정에서 불안감을 강하게 지각할수록 지속적인 노력 그리고 열정과 끈기가 줄어들게 됨으로써 결국 진로를 위한 실질적인 준비 행동을 적게 하도록 함을 확인할 수 있다. 덧붙여, 표면상으로는 진로불안으로 인해 진로준비행동을 적게 하도록 만드는 것처럼 보이지만, 실질적으로는 진로불안으로 인해 낮은 그릿으로 인해 낮은 수준의 진로준비행동이 나타나도록 만든다는 매커니즘을 입증하고 있기도 하다. 즉 그릿의 수준이 진로 상황에서 매우 큰 중요성을 가지는 내적 역량이라는 점이 강조되어야 할 필요가 있음을 알 수 있다. 따라서 대학에서는 대학생들이 자신의 진로를 위하여 적극적으로 준비하고 행동하도록 돕기 위해서는 먼저 미래에 대한 불안과 부정적 감정을 최소화시키는 방법을 통해 끈기와 열정이 촉발될 수 있도록 증재하고 지원해야 할 것

이다. 이를 위해 대학생들을 대상으로 하는 진로교육이나 진로지도 시, 이들의 현재 전공이나 적성 및 특기, 혹은 흥미나 관심을 반영할 수 있는 직업군을 제시하고 그와 관련한 직업 정보 및 취업 분야, 방법 등에 관한 내용이 명확하게 제시되도록 도와야 할 것이다. 이러한 정보를 통해 대학생들은 진로에 대한 불안을 감소시키고, 명확한 목표를 설정할 수 있게 됨으로써 진로를 위한 그릿, 즉 열정과 끈기를 증진할 수 있을 것이며 이러한 높아진 그릿은 이들이 건강한 진로준비행동에 몰입할 수 있는 요인으로 작용될 수 있을 것이다.

둘째, 진로불안과 진로준비행동의 관계에서 미래시간조망의 완전 매개효과가 통계적으로 유의하였다. 이것은 진로불안이 높을수록 자신의 미래 시간을 더욱 제한적으로 조망하도록 만들고, 이 때문에 진로준비행동을 더 적게 한다는 것이다. 이러한 결과는 불안이 미래시간조망과 유의한 관련성을 가지는 것으로 보고했던 Seo et al.(2018)의 연구, 대학생의 미래 시간관이 진로준비행동에 영향 미친다는 것을 확인했던 Kim et al.(2023)의 연구, 미래 시간에 대한 긍정적이며 확장적인 인식이 진로준비행동과 정적인 상관관계가 있다고 밝힌 Lee(2018)의 연구 등과 유사한 결과이다. 이는 진로와 같이 미래지향적이면서 자신과 관련한 중요한 문제를 다룰 때 느끼는 불안이 클수록 자신의 진로 목표가 자신이 생각하는 시간에서 멀리 벗어나 있다고 지각하는 제한적 미래시간조망을 갖도록 하므로 진로 목표와 현재의 관련성을 낮게 지각하게 되고 그러한 결과로 현재의 진로준비행동에 소극적이 되도록 만들 수 있음을 확인하게 한다. 따라서 대학이나 상담센터에서는 대학생들의 진로 준비를 돕기 위해서 대학생들이 진로에 관한 결정을 하는 데서 발생할 수 있는 불안을 최소화하여 현재의 중요성을 인식하도록 도와야 할 것이다. 또한 이러한 중요성을 기반으로 실제 수행하는 현재의 행동들이 미래의 진로 목표 성취와 밀접한 연관성을 가질 수 있음을 알 수 있도록 중재해야 할 필요가 있다. 이는 대학생들이 자신의 진로가 불확실하여 불안을 느낀다고 하더라도 확장적 미래시간조망을 하게 된다면 현재의 행동이 미래의 진로 목표와 관련이 있음을 믿고 현재에 최선의 노력을 다함으로써 보다 적극적으로 진로를 준비하는 행동의 발현에 도움이 될 수 있음을 시사하는 바이다.

셋째, 진로불안과 진로준비행동의 관계에서 그릿과 미래시간조망을 순서대로 투입하는 순차매개효과 또한 통계적으로 유의했다. 이것은 진로불안이 높을수록 그릿이 낮아지며, 이렇게 낮아진 그릿은 미래시간조망을 보다 제한적으로 나타나게 만들어 결국 실질적인 진로준비행동의 발현을 방해한다는 것이다. 이러한 결과를 통해 진로에 대한 불안이 높을 경우 자신의 진로 목표를 위해 끈기 있게 노력하고 지속적인 열정을 유지하기 어렵다는 것을 알 수 있었다. 이렇듯 지속적인 노력과 열정을 유지하지 못하는 것은 자기 삶이 가진 시간의 연속성을 매우 제한적 범주 내에서만 인식하도록 만드는 제한적 미래시간조망으로 인해, 진로 목표가 자신이 생각할 수 있는 시간에서 벗어난 먼 미래의 사건으로 지각하게 되기 때문이

다. 즉 제한적 미래시간조망으로 인해 현재와 미래를 연결시키지 못하게 되고 결국 진로준비행동을 감소하게 하는 메커니즘이 존재함을 확인시켜 주는 것이다. 반면 진로에 대한 불안이 높더라도 그것의 수준이 높고 확장적인 미래 시간 조망을 가진 대학생들은 자신의 미래 진로 목표가 자신이 생각하는 미래 시간 안에 있는 사건으로 인식한다. 이렇듯 확장된 미래시간조망은 미래의 사건들을 멀지 않게 느끼고 현재와 더욱 관련되어 있다고 믿도록 도움으로써 진로불안으로 인해 진로준비행동이 방해받는 메커니즘을 약화할 수 있음을 시사한다.

많은 대학에서는 학생들의 진로 목표 성취와 성공적인 취업을 돕기 위해 다양한 프로그램들을 운영하면서 학생들의 참여를 독려하고 있다. 그러나 직업의 세계로 들어가기 전의 대학생들에게 나타날 수 있는 진로에 대한 불안은 낮은 그것으로 이어지고 다시 제한된 미래 시간 조망으로 이어져 대학에서 제공하는 활동이나 프로그램 즉 진로를 위한 준비 행동에 자발적으로 참여할 가능성을 낮출 수 있다. 그러므로 대학에서는 진로 프로그램이나 활동의 참여를 독려하기에 앞서 그것과 미래시간조망이라는 특성을 고려하여 그것을 높여주고, 확장적 미래시간조망을 갖도록 하는 긍정적인 내면의 역량을 증진하는 교육 및 상담적 개입이 우선적으로 고려되어야 할 필요가 있다. 즉 가치적인 행동이나 실행 중심의 현행 대학생 진로준비 교육이나 지도의 관점에서 벗어나 이들의 진로불안 수준을 확인하고 이를 감경시키는 동시에 그것이라는 심리적 힘을 길러주며, 현재와 미래의 시간적 연결성을 더 확장적으로 지각할 수 있도록 돕는 것에 관심을 기울여야 함을 알 수 있다.

이와 함께 본 연구에서 도출된 결과 중, 특히 그것과 미래시간조망 간의 유의미한 관련성이 나타났음에 주목할 필요가 있다. 그것과 미래시간조망은 모두 미래 시점에 대한 심리적 특성이라고 볼 수 있다. 그것은 장기 목표를 위하여 포기하지 않고 꾸준히 노력하는 것을 말하고, 미래시간조망은 미래 시간을 어떻게 지각하는가를 말한다. 즉 특정한 목표에 대하여 끈기와 열정을 가지고 매달리며 몰입하는 특성이 높은 대학생은 자신의 미래를 시간적 관점으로 조망할 때 현재와 미래 간의 유의미한 연결성을 인식하고 있으며, 시간을 확장적으로 지각함으로 현재의 중요성을 더욱 긍정적으로 지각하게 된다는 것이다. 이러한 결과는 그것이 높을수록 미래 시간을 보다 확장적으로 지각하는 경향이 있음을 밝힌 D. H. Kwon(2018), Lim & Lee(2019)의 연구, 대학생의 성실성과 확장적 미래시간조망 간의 높은 정적 상관이 있음을 확인한 Dunkel & Weber(2010)의 연구 결과들과 동일하다. 이런 점에서 본 연구의 결과는 그것과 미래시간조망과 같은 미래지향적인 특성이 진로준비행동을 강화하는 동기로 작용하여 긍정적 영향력을 미쳤음을 확인시켜 준다. 그것이 높은 사람들은 시련이 있다고 하더라도 오랜 시간 동안 자신의 목표를 향해 흥미를 가지고 지속적으로 나아간다. 이렇게 미래의 목표를 위해 포기하지 않고 지속하여 노력할 수 있게 하는 힘은 이들이

확장적 미래시간조망을 가지고 있기 때문이다. 다시 말해 그릿 수준이 높을수록 확장적 미래시간조망을 가지게 되므로 먼 미래의 목표를 설정하며, 미래의 목표에 대해서 멀게 느끼지 않아 계속 노력할 수 있게 됨을 시사한다.

이상의 내용을 종합하여 내린 결론은 다음과 같다. 현재, 우리나라의 대학생들은 그 어느 때보다도 불확실성이 높은 시대, 급변하는 사회 환경, 높은 실업률의 상황 속에서 높은 진로불안을 경험하고 있다. 미래 직업과 진로를 준비하는 대학생이나 취업준비생들을 대상으로 이들의 진로 또는 취업 불안을 다룬 많은 연구는 불안이 개인의 행동에 부정적으로 작용한다고 하였고, 이에 따라 불안을 감소하려는 방법을 찾고자 하는 논의가 이루어져 왔다. 이 연구는 이 시대에 어쩌면 필연적으로 가질 수밖에 없는 대학생의 진로에 대한 불안이 그릿과 미래시간조망이라는 심리적 특성을 통해 진로준비행동을 하는데 있어 영향을 미칠 수 있음을 보여주었다. 많은 대학들은 학생들의 진로 목표 혹은 취업의 성공적인 성취를 돕기 위해 자기 소개서 작성 방법, NCS나 인적성검사 등과 같은 필기 전형을 위한 방법과 기술, 면접에 대비하여 여러 가지 대화 기술들을 향상시킬 수 있는 다양한 진로 준비 프로그램들을 운영하고 있다. 이러한 진로 준비를 위한 프로그램은 대부분 자신의 진로에 관심과 열정을 가지고 꾸준히 노력하면서, 자신의 현재 행동이 미래 진로 목표와 깊은 관련성이 있다고 지각하는 대학생들이 참여한다. 그러므로 우리 대학이 좀 더 관심을 가져야 할 대학생은 이러한 프로그램에 참여하지 않으려고 하는 학생들이다. 즉 진로불안이 높아 그릿 수준이 낮고 따라서 현재와 미래의 관련성을 낮게 지각하여 진로를 위한 준비 행동에 소극적인 대학생에 관심을 가질 필요가 있다. 이에 대학에서는 진로 준비를 위한 프로그램에 대해 참여를 독려하기에 앞서 충분한 진로 탐색의 기회를 제공하여 진로불안을 감소시키고, 이는 미래의 목표를 설정하여 관심을 가지고 지속하여 노력하게 만드는 힘으로 이어지고 그럼으로써 미래의 자신의 목표를 위해 지금이 중요함을 지각할 수 있도록 돕는 프로그램이 선행될 필요가 있다. 이것은 진로준비행동을 하는데 그릿이나 미래시간조망과 같은 심리적 특성을 다루어줄 필요가 있음을 시사한다. 그러므로 대학생들의 진로준비행동을 증진하기 위해서는 개인의 인지적 능력의 향상이나 기술의 습득, 물리적 환경의 개선도 중요하지만, 진로에 대한 열정과 인내, 지속적인 노력을 할 수 있도록 하는 상담적 개입, 미래 시간에 대한 긍정적인 조망을 갖도록 하는 개입이 이루어져야 함을 제안한다.

본 연구가 가지고 있는 한계점과 후속 연구에 대한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 일부 지역의 4년제 대학교에 재학 중인 대학생들만을 대상으로 연구가 수행되었다는 점에서, 연구 결과를 일반화시키기엔 다소 한계가 있다. 향후 더 넓은 지역 및 2-3년제 대학생 등으로 표집을 통해 확장적 연구가 진행될 필요가 있음을 제언한다. 둘째, 대학생의 학년에 따라 진로불안이나 진로준비행동에서 차이가 나타날 수 있으나 본 연구에서는 이를 고려하

지 않았다. 추후 진로 준비가 본격적으로 시작되는 3, 4학년 학생들만을 대상으로 하는 연구 또는 저학년과 고학년 간 차이를 검증하는 연구를 제언한다.

References

- Beck, A. T., Brown, G., Steer, R. A., Eidelson, J. I., & Riskind, J. H. (1987). Differentiating anxiety and depression: A test of the cognitive content-specificity hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology, 96*(3), 179-183. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.96.3.179>
- Bloom, D. (2010). Programs and policies to assist high school dropouts in the transition to adulthood. *The Future of Children, 20*(1), 89-108.
- Blustein, D. L. (1989). The role of goal instability and career self efficacy in the career exploration process. *Journal of Vocational Behavior, 35*(2), 194-203. [https://doi.org/10.1016/0001-8791\(89\)90040-7](https://doi.org/10.1016/0001-8791(89)90040-7)
- Carstensen, L. L. (1995). Evidence for a life-span theory of socioemotional selectivity. *Current Directions in Psychological Science, 4*(5), 151-156. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep11512261>
- Carstensen, L. L. (2006). The Influence of a sense of time on human development. *Science, 312*(5782), 1913-1915. <https://doi.org/10.1126/science.1127488>
- Carstensen, L. L., & Lang, F. R. (1996). *Future time perspective scale* [Unpublished Manuscript]. Stanford University.
- Carstensen, L. L., Turan, B., Scheibe, S., Ram, N., Ersner-Hershfield, H., Samanez-Larkin, G. R., Brooks, K. P., & Nesselroade, J. R. (2011). Emotional experience improves with age: Evidence based on over 10 years of experience sampling. *Psychology and Aging, 26*(1), 21-33. <https://doi.org/10.1037/a0021285>
- Cho, G. P. (2008). A study of development and validation of the job-seeking anxiety test for university students. *Korean Journal of Educational Research, 46*(2), 53-75. ☞ 국문: 조규관(2008). 취업불안척도의 개발 및 타당도 연구. **교육학연구**, 46(2), 53-75.
- Chung, M. J. (2014). The study of the effects of Inferiority, employment anxiety and satisfaction in major on the employment preparation behavior of the undergraduates majoring in airline service. *Journal of Tourism and leisure Research, 26*(7), 335-354. ☞ 국문: 정민주(2014). 4년제 항공서비스 전공 대학생의 열등감과 취업불안 및 전공만족도가 취업준비행동에 미치는 영향에 대한 연구. **관광레저연구**, 26(7), 335-354.
- Credé, M., Tynan, M., & Harms, P. D. (2017). Much ado about grit: A meta-analytic synthesis of the grit literature. *Journal of Personality and Social Psychology, 113*(3), 492-511. <https://doi.org/10.1037/pspp0000102>
- de Volder, M. L., & Lens, W. (1982). Academic achievement and future time perspective as

- a cognitive-motivational concept. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(3), 566-571. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.42.3.566>
- 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. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.6.1087>
- Dunkel, C. S., & Weber, J. (2010). Using three levels of personality to predict time perspective. *Current Psychology*, 29(2), 95-103. <https://doi.org/10.1007/s12144-010-9074-x>
- Eccles, J. S., & Wigfield, A. (2002). Motivational beliefs, values, and goals. *Annual Review of Psychology*, 53(0), 109-132. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.53.100901.135153>
- Germeijs, V., Verschueren, K., & Soenens, B. (2006). Indecisiveness and high school students' career decision-making process: Longitudinal associations and the mediational role of anxiety. *Journal of Counseling Psychology*, 53(4), 397-410. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.4.397>
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281-291. <https://doi.org/10.1017/S0048577201393198>
- Ha, J. H., & Han, C. W. (2022). Structural relations among junior college student's future time perspective, grit, career decision-making self-efficacy and career preparation Behavior. *The Korea Educational Review*, 28(2), 165-186. <https://doi.org/10.29318/KER.28.2.7> 국문: 하정혜, 한천우(2022). 전문대학생의 미래지향시간관, 그릿, 진로결정자기효능감 및 진로준비행동 간의 구조적 관계, **한국교육학연구**, 28(2), 165-186.
- Haldeman, D. E., & Baker, S. B. (1992). Helping female adolescents prepare to cope with irrational thinking via preventive cognitive self-instruction training. *Journal of Primary Prevention*, 13(2), 161-169. <https://doi.org/10.1007/BF01325073>
- Han, K. H., & Noh, S. R. (2016). Subjective well-being in middle-aged and older Korean adults: The Role of future time perspective. *Journal of Social Sciences*, 27(1), 181-197. <http://doi.org/10.16881/jss.2016.01.27.1.181> 국문: 한경훈, 노수림 (2016). 한국 중 노년 의 미래시간조망이 주관적 안녕감에 미치는 영향. **사회과학연구**, 27(1), 181-197.
- Han, K. H., Kim, B. J., & Noh, S. R. (2017). The relationship between meaning in life and future time perspective: Mediation effects of positive and negative affects. *Journal of Social Sciences*, 28(1), 41-60. <http://doi.org/10.16881/jss.2017.01.28.1.41> 국문: 한경훈, 김병조, 노수림(2017). 삶의 의미가 미래시간조망에 미치는 영향: 정적 정서와 부정적 정서의 매개효과. **사회과학연구**, 28(1), 41-60.
- Hong, A. J., Won, M. H., Park, G. M., Lee, J. H., & Jo, Y. S. (2017). Effects of GRIT on affective commitment and a mediating effect of reflective learning. *The Journal of*

- Business Education*, 31(5), 33-58. <http://doi.org/10.34274/krabe.2017.31.5.002> ㉮ 국문: 홍아정, 원명희, 박규미, 이지훈, 조윤성(2017). 그릿(GRIT)이 정서적 몰입에 미치는 영향과 성찰학습의 매개 효과. *상업교육연구*, 31(5), 33-58.
- Hur, G. S. (2017). *The structural relationship among career preparation behavior, emotional intelligence, career decision-making autonomy, and career adaptability of undergraduate students* [Unpublished master's thesis]. Seoul National University. ㉮ 국문: 허강석(2017). *대학생의 진로준비행동과 정서지능, 진로결정자율성 및 진로적응력의 구조적 관계*. 석사학위논문, 서울대학교.
- Husman, J., & Shell, D. F. (2008). Beliefs and perceptions about the future: A measurement of future time perspective. *Learning and Individual Differences*, 18(2), 166-175. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2007.08.001>
- Jang, M. H., Kwak, M. S., & Ahn, J. L. (2020). The relationship between nursing professionalism and career preparation behavior of nursing college students: The mediating effect of career decision-making self-efficacy. *The Journal of Vocational Education Research*, 39(1), 1-18. <https://doi.org/10.37210/JVER.2020.39.1.1> ㉮ 국문: 장명희, 광미선, 안주리(2020). 간호대학생의 간호전문직관과 진로준비행동의 관계: 진로결정 자기효능감의 매개효과. *직업교육연구*, 39(1), 1-18.
- Jang, Y. R., & Huh, J. Y. (2019). The effect of grit on career decision making self-efficacy and career preparation behaviors of university students in physical education. *The Korean Society of Sports Science*, 28(4), 819-834. <http://doi.org/10.35159/kjss.2019.08.28.4.819> ㉮ 국문: 장유리, 허진영(2019). 체육계열 대학생의 그릿(Grit)이 진로결정 자기효능감과 진로준비행동에 미치는 영향. *한국체육과학회지*, 28(4), 819-834.
- Ju, M. J., & Kim, J. N. (2011). The effect of anxiety and career self-efficacy on career preparation behavior of the university students. *The Journal of Humanities*, 27(2), 157-174. ㉮ 국문: 주명진, 김정남(2011). 대학생의 불안과 진로자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향. *인문학논총*, 0(27), 157-174.
- 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. *The Journal of Vocational Education Research*, 35(4), 109-129. ㉮ 국문: 강명희, 윤성혜, 김도희, 류다현(2016). 자연과학계열 대학생의 진로준비행동에 영향을 미치는 그릿(Grit), 진로결정자기효능감, 진로결과기대, 전공흥미 간의 관계 분석. *직업교육연구*, 35(4), 109-129.
- Kim, B. W., & Kim, K. H. (1997). Career decision level and career preparation behavior of the college students. *Korean Journal Of Counseling And Psychotherapy*, 9(1), 311-333.

- ☞ 국문: 김봉환, 김계현(1997). 대학생의 진로결정수준과 진로준비행동의 발달 및 이차원적 유형화. **한국심리학회지: 상담과 심리치료**, 9(1), 311-333.
- Kim, D. Y., Kim, J. S., & Park, Y. H. (2023). The mediating effect of learning flow on the between future time perspective and career preparation behavior of university students. *Culture & Convergence*, 45(5), 667-678. <https://doi.org/10.33645/cnc.2023.05.45.05.667> ☞ 국문: 김다영, 김정섭, 박윤희(2023). 대학생의 미래시간관과 진로준비행동의 관계에서 학습몰입의 매개효과. **문화와 융합**, 45(5), 667-678.
- Kim, J. E., Cho, Y. J., & Jung, J. I., (2022). Effects of grit improvement career group counseling program on grit and career anxiety of college students. *The Journal of the Convergence on Culture Technology*, 8(2), 157-162. <https://doi.org/10.17703/JCCT.2022.8.2.157> ☞ 국문: 김정은, 조여진, 정정임(2022). 그릿향상 진로 집단상담 프로그램이 대학생의 그릿과 진로불안에 미치는 영향, **문화기술의 융합**, 8(2), 157-162.
- Kim, M. J., & Kim, B. W. (2007). The effect of anxiety and career decision-making self-efficacy on career decision level. *The Journal of Career Education Research*, 20(1), 13-25. ☞ 국문: 김민정, 김봉환(2007). 불안과 진로결정 자기효능감이 진로결정 수준에 미치는 영향. **진로교육연구**, 20(1), 13-25.
- Kim, S. R. (2004). *The influence of parent support, career decision-making self-efficacy and dysfunctional career thoughts on adolescents' career development* [Unpublished doctoral dissertation]. Hongik University. ☞ 국문: 김수리(2004). **부모지지, 진로결정 자기 효능감, 역기능적 진로사고가 청소년의 진로발달에 미치는 영향**. 박사학위논문, 홍익대학교.
- Kline, R. B. (2010). *Principles and practice of structural equation modeling*. Guilford Press.
- Kwon, D. H. (2018). Relationship among growth mindset, future time perspective, grit and procrastination. *Asian Journal of Education*, 19(3), 725-744. <https://doi.org/10.15753/aje.2018.09.19.3.725> ☞ 국문: 권대훈(2018). 성장마인드셋, 미래시간조망, 그릿과 지연의 관계. **아시아교육연구**, 19(3), 21-43, 725-744.
- Kwon, S. M. (2013). *Contemporary abnormal psychology*. Hakjisa. ☞ 국문: 권석만(2013). **현대 이상심리학**. 학지사.
- Kwon, Y. J. (2018). *Analysis of the structural relationships among college students' career preparation behavior and related variables based on Social cognitive career theory* [Unpublished doctoral dissertation]. Chungbuk National University. ☞ 국문: 권용준(2018). **사회인지진로이론에 기반한 대학생의 진로준비행동과 관련 변인들의 구조적 관계 분석**. 박사학위논문, 충북대학교.
- Lee, H. J. (2009). Influences of irrational beliefs and state anxiety on career exploration of

- undergraduates. *The Journal of Career Education Research*, 22(2), 101-116. ☞ 국문: 이현주(2009). 비합리적 신념과 상태불안의 진로탐색활동에 미치는 영향, *진로교육연구*, 22(2), 101-116.
- Lee, H. R., Kim, S. M., Cheun, M. S., & Choi, S. K. (2008). A structural analysis of career stress, career barriers, career development, and career preparation behavior of undergraduate students. *The Journal of Career Education Research*, 21(4), 59-80. ☞ 국문: 이현림, 김순미, 천미숙, 최숙경(2008). 대학생의 진로장벽 지각, 진로스트레스, 진로 발달 및 진로준비행동에 관한 구조적 관계 분석. *진로교육연구*, 21(4), 59-80.
- Lee, J. K., & Kim, D. I. (2004). Employment preparation behavior of the college students: Focused on the psychological differences. *The Korea Journal of Counseling*, 5(4), 993-1016. ☞ 국문: 이제경, 김동일(2004). 한국대학생의 취업준비행동과 심리적 특성. *상담학연구*, 5(4), 993-1016.
- Lee, K. H. (2018). *The effect of future time perspective on career preparation behaviors in high school students: The mediating effects of self-leadership and career motivation* [Unpublished master's thesis]. Daegu Catholic University ☞ 국문: 이경희(2018). **일반계 고등학생의 미래지향시간관이 진로준비행동에 미치는 영향: 셀프리더십과 진로동기의 매개효과**. 석사학위논문, 대구가톨릭대학교.
- Lee, S. G., & Lee, J. K. (2008). The difference of employment preparation behavior and degree of satisfaction in the first Job of Korean university student, depending on employment goal. *The Journal of Career Education Research*, 21(3), 1-25. ☞ 국문: 이승구, 이제경(2008). 한국 대학생의 취업목표에 따른 취업준비행동 및 첫 직장 만족도 차이. *진로교육연구*, 21(3), 1-25.
- Lee, S. J. (2013). Analysis of relations among core competency, career indecision, and career preparation behavior of the Korean undergraduate students. *The Journal of Career Education Research*, 26(1), 119-139. ☞ 국문: 이숙정(2013). 대학생의 핵심역량과 진로미결정 및 진로준비행동의 관계. *진로교육연구*, 26(1), 119-139.
- Lee, S. R., & Sohn, Y. W. (2013). What are the strong predictors of academic achievement?: Deliberate practice and Grit. *The Korean Journal of School Psychology*, 10(3), 349-366. <http://doi.org/10.16983/kjsp.2013.10.3.349> ☞ 국문: 이수란, 손영우(2013). 무엇이 뛰어난 학업성취를 예측하는가?: 신중하게 계획된 연습과 투지(Grit). *한국심리학회지: 학교*, 10(3), 349-366.
- Lee, Y. J., & Lee, K. H. (2010). Subtypes based on self-determination theory and career preparation behaviors. *The Journal of Vocational Education Research*, 29(2), 267-287. ☞ 국문: 이에진, 이기학(2010). 진로동기수준에 따른 군집 유형과 진로준비행동과의 관

- 계 : 자기결정성 이론을 바탕으로. **직업교육연구**, 29(2), 267-287.
- Lim, H. J., & Lee, C. W. (2019). Associations between future goal profiles, future time perspective, and grit in elementary school students. *The Journal of Elementary Education*, 32(2), 119-143. <http://doi.org/10.29096/JEE.32.2.06> ☞ 국문: 임효진, 이채원 (2019). 초등학생의 미래목표 프로파일과 미래시간 관점, 그릿의 관계. **초등교육연구**, 32(2), 119-143.
- Miller, R. B., & Brickman, S. J. (2004). A Model of future-oriented motivation and self-regulation. *Educational Psychology Review*, 16(1), 9-33. <https://doi.org/10.1023/B:EDPR.0000012343.96370.39>
- Miloyan, B., Pachana, N. A., & Suddendorf, T. (2014). The future is here: A review of foresight systems in anxiety and depression. *Cognition and Emotion*, 28(5), 795-810. <https://doi.org/10.1080/02699931.2013.863179>
- Min, H. R. (2003). A study on the experiences and costs of the private tutoring of university students for preparing employment ☞ 국문: 민혜리(2003). 대학에서의 취업준비 과외학습의 유형과 비용에 관한 연구. **교육사회학연구**, 13(3), 133-149.
- Min, K. H. (2012). *A validation study of emotional and personality career difficulties scale for college students* [Unpublished master's thesis]. Sookmyung Women's University ☞ 국문: 민경희(2012). **대학생용 정서. 성격적 진로문제(EPCD) 척도 타당화 연구**. 석사학위논문, 숙명여자대학교.
- Moon, H. S., & Kim, Y. K. (2020). A study on the effects of career stress of college students on career decision making self-efficacy, major satisfaction, and career preparation behavior. *Journal of Employment and Career*, 10(3), 91-119. <https://doi.org/10.35273/jec.2020.10.3.005> ☞ 국문: 문학선, 김양균(2020). 대학생의 진로스트레스가 진로결정 자기효능감, 전공만족도와 진로준비행동에 미치는 영향에 관한 연구. **취업진로연구**, 10(3), 91-119.
- Nam, J. Y., & Kim, C. K. (2020). The effects of adult attachment on job-seeking anxiety from college students: Focusing on the mediating effect of grit and growth mindset. *The Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 20(2), 613-633. <http://dx.doi.org/10.22251/jlcci.2020.20.2.613> ☞ 국문: 남진연, 김춘경(2020). 대학생의 성인애착이 취업불안에 미치는 영향: 그릿, 성장마인드셋의 매개효과. **학습자중심교과교육연구**, 20(2), 613-633.
- Natale, K., Aunola, K., & Nurmi, J. E. (2009). Children's school performance and their parents' causal attributions to ability and effort: A longitudinal study. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 30(1), 14-22.

- Oh, E. Y., & Kim, K. S. (2018). The relationship of airline service major university students' major selection motivation, employment preparation behavior. *Ordo Economics Journal*, 21(4), 59-73. <https://doi.org/10.20436/OEJ.21.4.059> ☞ 국문: 오은영, 김강식(2018). 전공선택동기가 취업준비행동에 미치는 영향: 항공서비스전공 대학생의 경우. *질서경제저널*, 21(4), 59-73.
- Oh, H. S., & Lee, J. H. (2020). The effect of career anxiety on the career preparation behavior of senior undergraduates: The mediating effect of career barrier and the moderated mediation effect of life goals. *The Journal of Career Education Research*, 33(1), 5-108. <https://doi.org/10.32341/JCER.2020.03.33.1.85> ☞ 국문: 오한솔, 이지혜(2020). 고학년 대학생의 진로불안이 진로준비행동에 미치는 영향: 진로장벽의 매개효과와 생애목표의 조절된 매개효과. *진로교육연구*, 33(1), 85-108.
- Oh, K. W., & Tak, J. K. (2020). The effect of grit enhancement group coaching program on the improvement of career preparation behavior and career attitude maturity of female university students. *Korean Journal of Coaching Psychology*, 4(1), 21-46. <https://doi.org/10.51457/kjcp.2020.06.4.1.21> ☞ 국문: 오경화, 탁진국(2020). 그릿향상 그룹코칭 프로그램이 여대생의 진로준비행동 및 진로태도성숙 향상에 미치는 영향. *한국심리학회지: 코칭*, 4(1), 21-46.
- Oh, M. K., Lee, S. J., Park, S. P., Moon, I. S., & Ha, C. S. (2017). The relationship among perfectionism, job-seeking anxiety, social-support, career preparation behavior of college student. *Korean Journal of Correctional Counseling*, 2(2), 5-26. ☞ 국문: 오민경, 이서정, 박상표, 문인수, 하창순(2017). 대학생 완벽주의, 취업불안, 사회적 지지가 진로준비행동에 미치는 영향. *교정상담학연구*, 2(2), 5-26.
- Oh, S. U. (2019). The effect of college students' job value on job preparation behavior and major study on job satisfaction. *The Study of Job and Employment Service*, 14(2), 17-34. ☞ 국문: 오성욱(2019). 대학생의 직업가치에 따른 취업준비행동, 전공학습이 취업한 직장의 만족도에 미치는 영향. *직업과 고용서비스 연구*, 14(2), 17-34.
- Paulus, M. P., & Yu, A. J. (2012). Emotion and decision-making: Affect-driven belief systems in anxiety and depression. *Trends in Cognitive Sciences*, 16(9), 476-483. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2012.07.009>
- Peetz, J., Wilson, A. E., & Strahan, E. J. (2009). So far away: The role of subjective temporal distance to future goals in motivation and behavior. *Social Cognition*, 27(4), 475-495. <https://doi.org/10.1521/soco.2009.27.4.475>
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2004). SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models. *Behavior research methods, instruments, &*

- computers*, 3(4), 717-731. <https://doi.org/10.3758/BF03206553>
- Saka, N., Gati, I., & Kelly, K. R. (2008). Emotional and personality-related aspects of career decision-making difficulties. *Journal of Career Assessment*, 1(4), 403-424. <https://doi.org/10.1177/1069072708318900>
- Seo, E. H., Choi, J. Y., & Chong, Y. S. (2018). Relationships among anxiety about aging, future time perspective and happiness in middle-aged women. *The Korean Journal of Developmental Psychology*, 31(2), 21-40. <https://doi.org/10.35574/KJDP.2018.06.31.2.21> 국문: 서은희, 최지연, 정영숙(2018). 중년여성의 노화불안과 미래시간조망 및 행복의 관계. *한국심리학회지:발달*, 31(2), 21-40.
- Seo, H. J., & Lee, J. E. (2021). The relationships among grit, career barriers, and career preparation behavior perceived by college students. *The Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 21(4), 1259-1284. <http://dx.doi.org/10.22251/jlcci.2021.21.4.1259> 국문: 서혜진, 이종연(2021). 대학생의 그릿과 진로장벽 및 진로준비행동의 관계. *학습자중심교과교육연구*, 21(4), 1259-1284.
- Seok, M. K., & Jo, H. I. (2016). The relation between anxiety/depression and career indecision among adolescent: Mediating effects of social support and conflict and self-efficacy. *The Journal of Career Education Research*, 29(1), 1-23. 국문: 석민경, 조한익(2016). 청소년의 불안/우울 수준과 진로미결정과의 관계: 사회적 지지 및 갈등과 자기효능감의 매개효과. *진로교육연구*, 29(1), 1-23.
- Shane, J., & Heckhausen J. (2016). Optimized engagement across life domains in adult development: Balancing diversity and interdomain consequences. *Research in Human Development*, 13(4), 280-296. <https://doi.org/10.1080/15427609.2016.1234308>
- Shin, H. I. (2020). Future time perspective and motivating prosocial behaviors. *Journal of Social Science*, 31(2), 199-216. <https://doi.org/10.16881/jss.2020.04.31.2.199> 국문: 신희임(2020). 미래시간조망과 친사회적 행동의 동기화. *사회과학연구*, 31(2), 199-216.
- Simons, J., Vansteenkiste, M., Lens, W., & Lacante, M. (2004). Placing motivation and future time perspective theory in a temporal perspective. *Educational Psychology Review*, 1(2), 121-139. <https://doi.org/10.1023/B:EDPR.0000026609.94841.2f>
- Statistics Korea (2023). Economically active population survey results for May 2023. https://kosis.kr/statHtml/statHtml.do?orgId=101&tblId=DT_1DA7003S&conn_path=12 국문: 통계청(2023). **2023년 5월 경제활동인구조사결과**.
- Thaler, L. K., & Koval. R. (2015). *Grit to great: How perseverance, passion, and pluck take you from ordinary to extraordinary*. Crown Business.
- The Federation of Korean Industries (2022). https://www.fki.or.kr/main/news/statement_detail.

do?bbs_id=00034698&category=ST 국문: 전국경제인연합회(2022). **2022년 대학생 취업 인식도 조사.**

- Yang, E. Y., & Lee, G. H. (2021). Effect of emotional intelligence and social support on career preparation behavior of students majoring in aviation service: The mediating effect of GRIT (growth mindset, resilience, intrinsic motivation, and tenacity). *International Journal of Tourism and Hospitality Research*, 35(5), 145-161. <https://doi.org/10.21298/IJTHR.2021.5.35.5.145> 국문: 양은영, 이계희(2021). 항공서비스 전공 대학生の 정서지능과 사회적 지지가 진로준비행동에 미치는 영향: 그릿(GRIT)의 매개효과. *관광연구저널*, 35(5), 145-161.
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1271-1288.