



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

碩 士 學 位 論 文

진로코칭프로그램이 자기효능감과
진로성숙도에 미치는 효과
-지역아동센터의 중학생을 대상으로-

제 주 대 학 교 대 학 원

가 정 관 리 학 과

김 하 나

2015년 2월

진로코칭프로그램이 자기효능감과
진로성숙도에 미치는 효과
-지역아동센터의 중학생을 대상으로-

지도교수 김혜연

김하나

이 논문을 가정학 석사학위 논문으로 제출함

2015년 2월

김하나의 가정학 석사학위 논문을 인준함

심사위원장 _____ (印)

위 원 _____ (印)

위 원 _____ (印)

제주대학교 대학원

2015년 2월

Effectiveness of Career Coaching Program
on Self-Efficacy and Career Maturity
- To Middle School Students
in Community Child Center -

Ha-Na Kim

(Supervised by professor Hye-yeon Kim)

A thesis submitted in partial fulfillment of the requirement
for the degree of Master of science.

February 2015

This thesis has been examined and approved.

Department of Family Management
GRADUATE SCHOOL
JEJU NATIONAL UNIVERSITY

목 차

국문초록	V
I. 서론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구 문제	4
II. 이론적 배경	5
1. 청소년의 특징 및 진로	5
1) 청소년의 특징 및 진로	5
2) 지역아동센터 청소년의 특징	8
2. 자기효능감	10
3. 진로성숙도	11
4. 진로교육 실태 및 현황	15
1) 학교 진로교육 실태 및 현황	15
2) 민간 진로교육 실태 및 현황	17
5. 진로코칭 프로그램의 구성과 내용	23
III. 연구방법	27
1. 연구대상 및 자료수집	27
2. 연구설계	29
3. 진로코칭 프로그램	29
4. 측정도구	32
1) 자기효능감 척도	32
2) 진로성숙도 척도	33
5. 자료분석방법	34
IV. 연구결과 및 해석	36

1. 실험·통제집단의 동질성 검증.....	36
2. 조사대상자의 자기효능감	37
3. 조사대상자의 진로성숙도	40
4. 종속변인에 대한 t-검정 분석	43
5. 진로코칭 프로그램 실시 후 내용 분석	45
 V. 결론 및 제언	 48
 참고문헌	 52
Abstract	60
부록	62

<표 목 차>

<표1> 청소년 진로교육 관련 사이트	18
<표2> 체험 중심 진로교육의 유형 및 활동내용	20
<표3> 진로 체험 학습 기관 및 프로그램	21
<표4> 연구대상자의 일반적 특성.....	28
<표5> 진로코칭 프로그램 구성 내용	30
<표6> 진로코칭 프로그램 일정	31
<표7> 자기효능감 척도의 하위요인별 문항 및 신뢰도	33
<표8> 진로성숙도 척도의 하위요인별 문항 및 신뢰도	34
<표9> 실험집단과 통제집단 간 사전검사 t-test 검증 결과	36
<표10> 실험집단의 자기효능감	38
<표11> 통제집단의 자기효능감	39
<표12> 실험집단의 진로성숙도	41
<표13> 통제집단의 진로성숙도	42
<표14> 실험집단과 통제집단 간 사후검사에 대한 t-검정	43

<그 립 목 차>

<그림1> Crites의 진로성숙모형	13
<그림2> 연구 설계	29
<그림3> 자기효능감의 집단간 사전·사후 검사의 변화 그래프	44
<그림4> 진로성숙도의 집단간 사전·사후 검사의 변화 그래프	44

<국문초록>

진로코칭 프로그램이 자기효능감과 진로성숙도에 미치는 효과
- 지역아동센터의 중학생을 대상으로 -

김 하 나

제주대학교 대학원 가정관리학과

지도교수 김 혜 연

본 연구는 중학생을 대상으로 진로코칭 프로그램이 자기효능감과 진로성숙도에 미치는 효과성을 검증하는데 그 목적이 있다. 이러한 목적을 달성하기 위하여 제주시에 소재한 지역아동센터를 이용하는 중학교 1학년과 2학년 학생 10명을 실험집단으로 구성하였으며 다른 지역아동센터를 이용하는 중학교 1학년과 2학년 학생 10명을 통제집단으로 구성하였다. 이들을 대상으로 팀활동과 일대일 코칭을 포함한 진로코칭 프로그램을 주3회 120분씩 총 10회기로 진행하였다.

본 연구의 효과검정을 위하여 실험집단과 통제집단은 자기효능감, 진로성숙도에 대한 검사를 사전, 사후로 나누어 실시했다.

연구를 통해 도출된 결과는 다음과 같다.

첫째, 진로코칭 프로그램이 실험집단의 자기효능감에 미치는 효과를 검증한 결과 전체 자기효능감에서 유의한 차이가 나타났으며 하위영역 중에는 자신감에서 유의한 차이가 나타났다.

둘째, 진로코칭 프로그램이 실험집단의 진로성숙도에 미치는 효과를 검증한 결과 전체 진로성숙도에 유의한 차이가 나타났으며 4개의 하위영역 모두에서 유의한 차이가 나타났다.

셋째, 실험집단과 통제집단 간 종속변인인 자기효능감과 진로성숙도에 대해 사후검사에서의 차이를 검증한 결과 자기효능감과 진로성숙도 모두 유의미한 차이가 나타났다.

넷째, 진로코칭 프로그램에 참여한 학생들의 주관적 경험을 분석한 결과 대부분의 학생들이 진로코칭 프로그램 참여 전보다 참여 후 자기효능감과 진로성숙도를 높이는데 도움이 되었다고 응답하였고 진로코칭 프로그램의 세부 활동 중 가장 유익하고 좋았던 프로그램은 일대일 코칭이라고 응답하였다.

결과적으로 진로코칭 프로그램을 실시한 실험집단은 실험처치를 받지 않은 통제집단에 비하여 자기효능감과 진로성숙도가 모두 향상되었고 이로서 그 효과성을 확인하였다. 본 연구는 중학교에서의 진로교육에 있어서 진로교육, 진로상담, 진학상담과는 다른 방법인 진로코칭 프로그램을 제시하였다는데 큰 의의가 있다고 할 수 있다.

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

청소년기는 자신의 진로를 탐색하고 준비하는 중요한 시기로, 발달단계상으로는 자아정체감과 가치관이 형성되고 대인관계 기술과 같은 인생을 살아가는데 필요한 다양한 사회적 기술을 배우는 시기이다(장정임, 2009). 또한 청소년기는 성인으로서의 생활을 준비하고 훈련받는 기간으로 아동기 삶의 경험을 반영하고 동시에 성인의 삶의 경로가 보이는 시기이다. 즉 청소년기는 생애 전반을 영위해 나갈 수 있는 능력을 개발하여, 자신의 적성에 적합한 기회를 얻을 수 있도록 발달과업을 성취해 나아가야 하는 시기이다. 그러므로 청소년기의 진로 개발은 개인적으로는 자본주의 사회에서 사회 이동과 사회적 지위를 획득할 수 있는 중요한 기반이 되며, 사회적으로는 국가 인력 개발과 직결되는 부분이다(노혁, 2002).

그러나 최근 통계청에서 내놓은 결과를 살펴보면 청소년(15세~19세)이 가장 고민하는 문제는 공부(32.9%) 및 직업(25.7%)에 대한 문제가 58.6%로 1위를 차지하고 있다(통계청, 2013). 10년 전에 비해 공부, 외모/건강, 이성교제 등은 비중이 감소하고 직업에 대한 고민은 18.8% 증가하여 조사 결과를 봤을 때 청소년기의 진학 또는 진로에 대한 고민이 많다는 것을 알 수 있다.

이와 같이 청소년들은 진로에 대해 고민을 많이 하고 있으나 자신이 진로를 위해 무엇을 해야 하는지, 자신이 무엇을 하고 싶어 하는지, 무엇을 잘 할 수 있는지를 잘 모르는 경우가 많다. 이처럼 자기에 대한 이해가 부족하고 자신의 진로에 대한 뚜렷한 인식 없이 사회적으로 선호하는 직업을 갖기 위해 학업에만 전념하고 있는 지금의 학교 현실은 살펴보아야 할 상황이라고 할 수 있다.

우선 학교교육 제도에서는 청소년들에게 진로에 대한 실질적인 도움을 주기 위한 노력의 일환으로 진로탐색과 진로성숙을 위한 진로교육에 대한 중요성과 필요성이 인식되어, 우리나라에서도 1980년대 이후로 진로교육을 지속적으로 강조해 왔다. 1981년 제 4 차 교육과정에 처음 진로교육을 명시한 이후 제 7 차 교

육과정에서는 교과활동, 재량활동 및 특별활동 시간을 통하여 진로교육을 실시하도록 하였다. 그리고 제 8 차 교육과정에서는 진로교육이 학교교육의 핵심이라 할 만큼 그 중요성이 크게 강조되고 있다.

또한 진로교육의 중요성과 전문 인력 확충의 필요성을 인식하여 교육과학기술부에서는 2001년부터 진로진학상담교사를 양성하여 배출하고 있다. 2014년 진로진학상담교사 배치 계획을 보면 전국적으로 총 5,208명의 진로진학상담교사가 중·고등학교에서 활동하게 된다. 이와 같이 제도적 차원의 노력으로 교육과학기술부에서 진로교육을 강조하고 있는 방침에 따라 해마다 초·중등 진로교육 추진계획을 수립하여 실시하고 있지만 부족한 시간과 전문 인력 부족으로 제대로 실행되지 못하고 있으며 실질적으로 학생들에게 얼마나 도움이 되고 있는지는 알 수 없는 실정이다.

뿐만 아니라 구체적인 학교의 진로교육 현황을 살펴보면, 형식적 체험행사와 학생수준에 맞는 자료들의 부족, 학부모들의 관심 부족 등으로 효과적인 진로교육 환경을 제공해 주지 못하고 있다(박진숙, 2011). 학생들은 적성, 흥미 탐색 등 자기이해가 부족하며 학년이 올라갈수록 성적과 능력 부족 등을 인식하여 장래 희망을 이루기 어렵다고 느끼는 것으로 나타났다. 교사들 역시 진로교육을 의욕적으로 하기에 어려운 구조와 현실을 토로하고 있다(임 언, 2008). 이러한 결과들을 볼 때 진로교육에 대한 중요성과 필요성이 대두되고 있으나 학교현장의 진로교육은 학생들의 욕구를 충족시키지 못하고 있음을 알 수 있으며 앞으로 학교현장에서 보다 전문적이고 효과적인 진로교육이 이루어질 필요가 있음을 알 수 있다.

한편 민간에서 실시되고 있는 진로교육은 교육을 받기 위해서 발생하는 비용과 시간부분에서 특별한 대상자들만이 이용할 수 있는 한계가 있을 수 있고 평소 학교와 학원을 다니느라 시간부족과 학업 스트레스에 시달리는 청소년들의 실정을 고려할 때 접근성의 면에서 많은 청소년들이 쉽게 이용하기에는 어려운 부분이 있다.

이와 같이 현재 학교와 민간에서 실시하는 진로교육만으로는 청소년들에게 충분한 교육이 되지 않고 있음을 알 수 있다. 진로교육에서 자기를 이해하고 자신의 잠재력을 발휘하며 이를 개발하는 역할이 중요시되는 상황에서 최근 교육분

야에서는 ‘코칭’에 대한 관심이 대두되고 있다. 코칭은 개인이 가진 잠재력을 이끌어내어 원하는 상태에 도달할 수 있도록 지지하고 격려하는 시스템이며(김규수, 2010), 스스로 목표를 세우게 하여 변화하고 성장할 수 있는 강력한 동기를 부여함으로써 목표를 실현하도록 돕는 것이다(김종운, 정보현, 2012). 또한 진로코칭은 피코치가 자기주도적으로 자신의 진로를 찾도록 코치가 도와주는 것으로 스스로 체험하고 깨우치게 하는 것이다(황금숙, 2013).

코칭 관련 선행연구들을 살펴보면, 자기사고, 경험숙달하기, 모델링, 사회적 설득, 심리적 상태라는 구체적인 방법을 통해 자기효능감 강화를 입증한 연구(Malone, 2005), 코칭프로그램을 통해 아동의 자기효능감 상승을 입증한 NLPia 코칭 프로그램 연구(장혜진, 2006; 최영례, 2007)가 있다. 이외에도 특성이론기반 집단진로코칭이 고등학생의 진로성숙과 진로결정에 미치는 효과(황금숙, 2013), 비전수립 코칭 프로그램이 방과후아카데미 아동의 자기효능감과 진로성숙도 및 성취동기에 미치는 효과(정보현, 2012) 등이 있다.

위의 선행 연구들을 종합하여 볼 때, 코칭은 개인에게 자신의 내부에 미래의 성장가능성이 있음을 인식시키고, 잠재력을 스스로 개발하여 목표에 도달하도록 지지한다는 것을 알 수 있다. 현재 코칭은 상담, 학습, 리더십, NLP, 자기개발 등 다양한 분야에 접목되고 있다. 하지만 잠재력 개발이라는 코칭의 특성을 진로에 적용한 프로그램 연구는 드문 실정이다.

따라서 본 연구는 진로탐색기에 있는 중학생을 대상으로 진로코칭프로그램이 자기효능감과 진로성숙도에 미치는 효과를 알아보려는 목적하에 팀활동 프로그램과 일대일코칭을 통한 진로코칭 프로그램을 진행한 후 사전, 사후 효과성을 분석해 보고자 한다. 자신의 흥미와 강점에 대한 정확한 인식은 자신의 실행력에 대한 자신감을 가질 수 있도록 하며, 어떤 일에서 탁월한 결과와 성취를 이루게 만드는 역량인 동시에 그 일을 하면서 의욕과 활기를 느끼게 만드는 동기를 부여한다(권석만, 2008). 또한 팀활동 프로그램을 통해 자신의 흥미와 강점을 찾고 자신과 다른 상대를 이해하고 존중하게 되며, 일대일코칭으로 진행할 때 대상자 개인의 특성을 고려하여 진행할 수 있는 장점이 있으며, 코치가 피코치에게 더욱 집중할 수 있어 피코치의 환경과 욕구를 이해하고 변화와 성장을 지원해 줌으로써 ‘계획’을 ‘실행’에 옮길 수 있도록 정확한 목표 설정과 실행의지 향상에

효과가 있을 것으로 본다.

이러한 배경에서 본 연구는 중학생들을 대상으로 진로상담, 진학상담, 진로교육과는 다른 영역으로서 팀활동과 일대일 코칭을 통한 진로코칭프로그램을 실시한 후 진로코칭 프로그램이 중학생의 자기효능감과 진로성숙도에 미치는 효과성을 제시하려고 한다. 특히 본 연구의 결과는 중학생의 진로교육을 위한 기초 자료로 활용될 수 있을 것이다.

2. 연구 문제

최근 중학교에서는 진로교육이 중요해지고 진로교육에 대한 요구도가 증가하면서 학교에서도 진로교육이 이루어지고 있다. 그러나 학생들에게 실질적으로 도움이 될 수 있는 진로교육이 이루어지고 있지 않은 실정이므로 본 연구는 실질적인 진로교육의 일환으로 진로코칭프로그램을 통하여 중학생의 자기효능감과 진로성숙도를 높이려는 목적하에 중학교 1학년과 2학년을 실험집단과 통제집단으로 나누고, 실험집단을 대상으로 진로코칭프로그램을 실시하고, 사전, 사후 검사를 통하여 효과를 알아보려고 한다. 본 연구의 연구목적은 달성하기 위한 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 중학생의 자기효능감과 진로성숙도는 어떠한가?

둘째, 진로코칭프로그램 실시 전후 중학생의 자기효능감은 어떠한 차이가 나타나는가?

셋째, 진로코칭프로그램 실시 전후 중학생의 진로성숙도는 어떠한 차이가 나타나는가?

넷째, 실험집단과 통제집단간 진로코칭프로그램 실시 후 자기효능감과 진로성숙도에는 어떠한 차이가 나타나는가?

Ⅱ. 이론적 배경

1. 청소년의 특징 및 진로

1) 청소년의 특징 및 진로

청소년기는 발달 단계상 스스로의 세계를 개척하기 위하여 끊임없이 주위를 탐색하는 시기라는 발달적 의미를 지니고 있다. 또한 청소년기는 인지적으로 추상적 사고능력이 발달하면서 가설적 추론이 가능하게 되고 도덕적 문화와 자신의 미래에 대한 계획에 관해서 폭넓게 사고할 수 있으며 여러 가지 사회적 및 직업적인 기술을 획득하여 성인사회의 완전한 구성원이 될 수 있는 기초를 마련하게 된다.

이 시기에는 또래문화와 교우관계를 중시하고 경험과 성장으로 시야가 넓어지며 탐색과정을 통해서 가치관이 지속적으로 나타나게 되므로 진로탐색을 통해서 직업에 대한 지식과 진로결정 기술을 확립하고 진로결정과 관련된 다른 요인들에 대한 지식을 습득해야 하는 시기라고 하였다(김충기, 1993, 재인용).

중학교는 초등학교의 진로인식 단계와 고등학교의 진로준비 단계의 매개적 단계인 진로탐색의 단계로서 자신의 특성에 대한 객관적인 이해가 성숙되어야 하며 자아의 객관적 탐색활동을 통하여 자신을 평가해보고 그 결과를 자신이 소망하는 직업적 특성과 관련해서 생각해 볼 수 있도록 여러 가지 진로교육 활동이 이루어져야 한다.

Goldhammer와 Taylor(1972)는 중학생을 대상으로 한 진로탐색 단계에서 수행되어야 할 내용은 청소년기의 특징·직업관·직무분석 및 전망·직업윤리교육과 잠정적인 진로계획 수립 등 다양한 직업의 세계와 직업군의 탐색이 주요활동내용이며 행동영역으로는 첫째, 장래직업, 취미생활, 가정생활, 시민정신, 문화생활 등에 관한 광범위한 고찰 둘째, 취업기회에 관한 잠정적 가능성의 탐색 셋째, 직업선택의 능력과 태도의 함양 넷째, 장래 직업의 보편적 영역에 관한 잠정적 선

택 다섯째, 다양한 직업에 요구되는 개인·교육적 요건들에 관한 광범위한 지식 여섯째, 인류의 가치와 신념체계에 대한 고찰 등으로 보았다(김충기, 1995, 재인용).

이러한 진로탐색 지도에 따르는 유의점을 살펴보면 첫째, ‘자신에 대한 이해’, 즉 자신의 지능, 특기, 흥미, 소질, 적성, 성격, 신체적 조건 등의 이해에 대한 지도를 해야 하고 둘째, ‘직업세계에 대한 이해’로 직업의 종류에 대한 개괄적인 이해와 관심 있는 직업에 대한 집중 탐색활동이 이루어지도록 해야 한다는 것이다(김충기, 1998).

따라서 진로교육은 학생들로 하여금 합리적인 진로결정과 진로선택을 할 수 있도록 조력하는데 중점을 두어야 하며 청소년들의 진로문제나 그들의 진로욕구 해결을 위해 보다 실질적인 진로교육이 요구된다고 할 수 있다.

최근 진로에 관한 인식과 필요성이 높아지면서 진로 관련 연구가 급증하고 있고(손은령, 이순희, 2011), 진로 프로그램 실시를 통한 그 효과성을 검증하는 연구들이 이루어지고 있다. 청소년의 진로에 대한 연구결과를 살펴보면, 청소년의 자기효능감, 진로성숙도에 관한 선행연구로는 진로탐색을 통해 소년원생들의 자기효능감 향상을 입증한 연구(김경화, 2008), 진로상담 프로그램으로 학교 밖 청소년의 진로자기효능감 및 진로성숙도를 향상시킨 연구(장정임, 2009), 지역아동센터 아동의 자기효능감과 진로성숙도 향상을 입증한 연구(이선영, 2009)가 있고, 진로탐색 집단상담을 통해서 청소년들의 진로성숙도(고대석, 2002; 김진순, 2005; 김홍혜, 1998; 노기숙, 2004)와 진로 자기효능감(김현수, 장기명, 이완, 2002; 박완성, 2004; 이현립, 박필자, 2006; 조혜정, 2001) 향상에 긍정적인 영향을 미친 것으로 연구되었다.

이외에도 Taylor와 Betz(1983)는 진로미결정 및 진로의사 관련 연구에서 자기효능감은 진로결정 과정에 깊이 관련된 변인임을 주장하였다(김행수, 2010). Lent와 Hackett(1994)는 자기효능감이 높은 청소년은 스스로 진로를 선택하는 능력을 갖고 있고, 직업에 들어가기 위해 교육, 훈련 등의 요구사항을 더 잘 이수할 수 있는 능력을 가지고 있지만 자기효능감이 낮으면 진로선택 폭이 제한되어 있고 진로에 대한 애착이 낮다고 하였다. 또한 요구되는 직업분야의 능력에 대한 자기효능감이 높을수록 직업 선택의 범위가 넓어지고 직업에 대한 흥미가 커지게 된

다(Bandura, 1997; Betz & Hackett, 1981). 이처럼 자기효능감은 한 사람의 진로를 예측할 수 있는 중요한 변인임을 알 수 있다.

또한 자기효능감과 진로성숙도라는 두 변인 간의 관계 연구도 꾸준히 이루어지고 있다. Betz와 Hackett(1981)는 자기효능감은 직업흥미, 진로선택과 관계가 있다고 주장하고 있으며, 이러한 주장은 많은 학자들에 의해 계속적으로 지지를 받아왔다. 국내에서도 중학생의 자기효능감과 진로성숙도에 관한 연구에서 자기효능감이 높을수록 직업 선택과정에서 자신의 진로에 확신감과 독립성을 보임을 입증하였고(김 민, 2006), 자기효능감 및 진로성숙의 진로준비행동 관련 연구에서는 자기효능감이 매개변인이 되어 진로성숙과 진로준비행동에 영향을 미침을 연구하였다(조명실, 2007).

한편, 제주지역내 중학생의 진로교육과 관련된 제주지역 중학생의 진로교육 실태 및 진로의식 연구(김경란, 2012)의 선행연구 결과를 살펴보면 학교에서 진로와 관련된 교육이나 지도를 받아본 적이 있는지에 대하여 경험이 있는 학생이 80.1%이며, 경험이 없는 학생은 19.9%로 나타났고, 학교에서 받았던 진로교육이나 지도가 자신의 장래 진로를 알아보는데 도움이 되었는지에 대하여 ‘도움이 되었다’는 의견은 28.4%이며, ‘보통이다’라고 생각하는 인원은 51.4%이며, ‘도움이 되지 않았다’는 인원은 14.2%를 나타냈다. 진로교육을 받는다면 알고 싶은 교육내용이 무엇인지에 대하여 ‘직업적성소질정보’로 응답한 인원이 55.2%로 높게 나타났고, 그 외 ‘진학정보’는 21.3%, ‘유망직업 정보’는 13.1%로 나타났다. 학교에서 이루어지는 진로관련 교육에 대해서는 ‘만족한다’고 응답한 인원은 25.3%, ‘보통이다’라고 응답한 인원은 55.1%, ‘만족하지 못한다’고 응답한 인원은 19.7%로 나타나고 있다.

또한 사설 교육기관에서 진로교육이나 상담을 받은 경험이 있는지에 대해서는 ‘있다’고 응답한 학생은 17.9%이며, ‘없다’고 응답한 학생은 82.1%로 나타났다. 사설 교육기관에서의 진로교육 경험은 ‘2009 진로교육 지표조사’의 10.6%보다 높게 나타나고 있으며, 사설 교육기관의 진로교육이 도움이 되었다는 의견이 학교교육이 도움이 되었다는 의견보다 높게 나타나고 있다. 즉 학생들의 진로교육에 대한 만족도를 향상시키기 위하여 사설 교육기관의 교육프로그램을 도입하여 학교 내에서 지도하거나 또는 사설 교육기관과의 연계를 통한 진로교육 등 발전적인 진

로교육 방안을 모색하여야 할 필요가 있음을 알 수 있다.

2) 지역아동센터 청소년의 특징

지역아동센터는 1986년부터 도시의 빈곤 밀집지역 내에 보호받지 못하는 학령기 아동을 위한 ‘공부방’활동을 중심으로 자생적으로 조직 운영되었다. IMF이후 더욱 심화된 사회경제적 위기로 인해 빈곤 및 결손가정 아동 증가로 인해 이를 보호하기 위해, 2003년 3월 ‘지역아동센터’로 법제화되는 과정을 거쳐 공적 전달 체계로서의 형태를 갖추게 되었다(박복희, 2011). 보건복지부에서는 지역아동센터를 지역사회 안에서 아동의 권리보장과 안전한 보호 및 급식지원으로 결식을 예방하고, 아동의 학습능력 제고, 학교부적응 해소, 일상생활 지도, 학교생활의 유지 및 적응력을 강화하며, 아동의 심리 정서적 안정 및 건강한 신체발달 기능을 강화한다고 역설하고 있다.

지금까지 지역아동센터는 주로 초등학생에게 학습, 문화, 복지의 기회를 주었고 중·고등학생에게는 별도의 기회가 주어지지 않았으나 청소년을 위한 통합적 지원체계를 새롭게 구축하기 위해서 청소년전용지역아동센터의 필요성이 요구되었고, 2006년 1318해피존사업단이 청소년전용지역아동센터를 선도적으로 운영하게 되었다. 1318해피존은 기존 아동을 위해 지역아동센터가 역점을 두었던 학습지원, 안전 및 급식지원 뿐만 아니라 청소년 발달특성을 고려하여 정보지원, 문화지원, 지역사회네트워크 지원, 진로 등을 강화시키고 아동의 권리보장을 통해서 이들의 삶의 질 향상에 초점을 두고 있다.

이와 같이 지역아동센터는 민간의 ‘공부방’ 활동이 법제화에 뿌리를 두어 제도화된 형태로서 지역사회 안에서 아동과 청소년의 건강한 성장을 돕기 위해 학교의 보완적 기능을 담당하고 있는데 지역아동센터의 교육이 무엇보다 중요한 실정이다. 왜냐하면 지역아동센터는 결손가정, 빈곤가정, 맞벌이 가정들이 주를 이루고 있어 이용자 가정 대부분이 자녀의 교육에 대한 책임을 절실히 느끼나 교육현실을 따라가기가 경제적으로 매우 어려운 상황에 직면해 있기 때문이다.

그러므로 지역아동센터에서 아동과 청소년에게 적절한 교육을 제공할 필요가 있으며 자신에 대하여 탐색하고 새로운 것을 알게 되는 과정 중에 성취감을 경

힘함으로써 자기효능감이 향상되고 자신의 목표와 진로에 대한 계획과 실천을 하게 되어 진로성숙도를 향상시켜 나갈 수 있을 것이다.

한편 본 연구의 대상자인 지역아동센터를 이용하는 청소년의 특징을 살펴보면 현재 제주도내의 청소년 전용 지역아동센터는 4곳 뿐으로 상당수가 부족한 실정이며 결손가정과 빈곤가정, 맞벌이 가정들이 주를 이루고 있어 지역아동센터를 이용하는 청소년들의 환경이 열악하다고 볼 수 있다. 그리고 제주도내 지역아동센터를 이용하는 중학생의 경우 학년이 올라갈수록 센터이용을 종결하는 경우가 많다. 이는 중학생의 경우 부모가 이용을 강제하기 어렵고 스스로의 판단이나 결정으로 이용하기를 원하며 친구관계 등으로 이용이 결정되기도 한다. 또한 청소년의 문화콘텐츠를 읽어내지 못하고 학습위주의 프로그램을 진행하게 될 때 쉽게 흥미를 잃어버리고 중도에 이용을 포기하기도 하며 학업중단이나, 가출, 인터넷 중독, 청소년 범죄 등의 사회적 문제를 일으키는 경우도 있다.

권택영(2010)은 지역아동센터의 프로그램의 이용 실태와 만족도에 관한 연구에서 학습위주 프로그램은 지양되고 지역사회 자원연계를 통한 체험활동이나 특기적성 프로그램의 활성화를 제안하였고, 장선화(2011)는 지역아동센터는 초등학생이 중·고등학생 이용자 보다 많아 초등학생을 위한 프로그램이 강화되어 있으며, 중·고등학생을 위한 프로그램을 제공하는 데는 제한점이 있다고 지적하였으며 초등학생 프로그램과 구별한 중·고등학생 프로그램을 강화하고 연구할 필요성이 있다고 하였다.

그러므로 지역아동센터의 청소년들이 자신을 이해하고 흥미와 적성을 찾음으로써 자기효능감이 높아지고 나아가 직업세계와 연결하여 합리적으로 자신의 진로를 계획하여 목표를 세우고 실천할 수 있도록 돕는 진로코칭 프로그램이 필요할 것으로 본다. 즉 청소년을 위하여 자기이해와 진로탐색, 진로설계관련 프로그램 실시를 통해 그들이 자신을 알고 목표를 세우고 실천함으로써 우리 사회의 일원으로 건강하게 성장할 수 있도록 지속적이고 효과적인 교육과 지원이 필요하다.

2. 자기효능감

자기효능감은 특정 행동에서의 자신의 수행능력에 대한 믿음이라는 개념이다 (Bandura, 1977). 자기효능감은 자신이 스스로 상황을 극복할 수 있고, 자신에게 주어진 과제를 성공적으로 수행할 수 있다는 신념이나 기대를 의미한다(정옥분, 2005; Bandura, 1977). 또한 개인이 어떠한 행동을 시도하고, 지속시켜 성공에 이르는 능력에 대한 확신 정도로서 성공에 대한 신체적, 지적, 정서적 근원을 움직이게 하는 개인에 대한 신념이다(이나, 2005). 그리고 한 개인이 예측할 수 없거나 스트레스가 따르는 상황에서 효과적인 전략을 세워 조직적으로 이행할 수 있는가에 대한 신념이다(박소라·김지혜·이현림, 2008). 위의 정의들을 통해 자기효능감은 주어진 상황에서 개인이 얼마나 능력을 발휘할 것인가에 대한 판단이며, 특정과제 수행에 대한 개인의 신념이라는 것을 알 수 있다.

자기효능감은 자신의 능력에 대한 신념 뿐만 아니라 자신감, 자기조절효능감, 과제난이도선호 등 다양한 요소로 구성되어 있다. 이중 첫째로 자신감은 자신의 능력에 대한 개인의 확신 또는 신념의 정도라고 할 수 있다(이선영, 2009). 둘째로 자기조절효능감은 개인이 가지는 자기조절 체계의 기능에 대한 신념이다 (Bandura, 1977). 따라서 자기관찰, 자기판단을 통한 인지과정과 자기반응을 통한 동기과정에 의해 강화된다. 셋째로 과제난이도선호는 도전적인 과제를 선택하는 과정을 통해 표출된다(Bandura, 1986).

이처럼 환경과 상호적 경험을 통해 형성된 자기효능감은 인간이 어떤 행동을 할 것인가 하는 행동의 선택과 사고형태, 그리고 정서반응 등에 영향을 준다 (Bandura, 1986). 자기효능감이 높은 청소년의 특성을 살펴보면 목표지향시에 노력과 결과가 함께 한다는 신념이 높으며(조승우, 1997), 어려운 상황을 만나도 지속적 노력으로 성취를 이루고자 한다(김아영, 박인영, 2001; 정정애, 2010; Bandura, 1977). 또한 자기효능감이 높은 청소년은 목표수행시 구성과정에서 성공적인 상황을 상상하며 수행을 지속시킨다(원희정, 2006).

자기효능감은 학업성적에도 긍정적 영향을 미친다(강윤정, 2010; 정미숙, 2008). 청소년의 학업성취에 영향을 미치는 심리 변인과의 관계 연구에서 자기효능감이

학업성취와 가장 높은 상관을 보이는 것으로 나타났다(박영신·김의철·김영희·민병기 1999). 나아가 자기효능감은 인간의 진로발달을 예측할 수 있는 측정치로서 인격형성과 사회성에 긍정적 영향을 미쳐 성공적 사회 행동을 촉진시키고 미래에 대해 도전적이며 구체적인 목표를 설정하도록 작용한다(이은숙, 2007; 정옥분, 2005; Bandura, 1986). 또한 긍정적인 결과를 초래하는 성공 시나리오를 상상하고 그에 맞는 노력을 하도록 한다(정옥분·김경은·박연정 2006). 이처럼 긍정적인 자기효능감은 인간의 수준 높은 인지적 과제수행 전략과 관련된다.

반대로 자기효능감이 낮은 사람은 실패 시나리오를 상상하여 부정적인 미래상황에 집중하므로 성공에 필요한 자신의 자원을 활용하지 못하게 된다. 또한 어려움에 직면했을 때 무능력과 방해물에 초점을 맞춘다(원희정, 2006). 자기효능감이 극단적으로 낮은 청소년은 자신이 아무것도 할 수 없다는 학습된 무기력(learned helplessness)으로 자신의 무능력으로 인해 결국 자신이 실패했다고 느끼게 만들며, 성공은 단지 운이 좋아서 그렇게 된 것이라고 생각한다(정옥분, 2005). 이는 결과적으로 청소년이 잠재력 발현을 못하게 하여 과제를 쉽게 포기하게 만든다(Seligman, 2002). 또한 자기효능감이 낮은 사람은 쉽게 포기하며 우울증에 빠지게 된다(정옥분, 2005).

3. 진로성숙도

진로성숙을 최초로 개념화한 Super는 진로성숙이란 직업탐색에서 쇠퇴기까지 이르는 직업발달의 연속선상의 한 도달점 내지 발달의 정도라고 말하며, 직업성숙은 정신연령이란 개념과 비슷한 직업연령으로 생각할 수 있다고 정의하였으며, 진로성숙이 일어나는 5가지 차원 ① 진로계획 ② 진로탐색 ③ 의사결정 ④ 직업세계에 대한 지식 ⑤ 선호하는 직업군에 대한 지식에서의 상대적 위치가 개인의 진로성숙도를 나타낸다고 보았다(정승영, 2009).

Crites(1978)는 Vernon의 지능위계구조모델에 따라서 진로발달의 위계적 요소들을 제시하였으며 진로성숙이란 진로선택의 과정에 나타나는 인지적·정의적 특

성의 동일 연령층에서의 상대적 위치로서 보다 일관되고 확실하며 현실적인 진로선택을 할 수 있는 능력으로 정의하였다(최인창 2006). 발달적 관점에서 진로성숙은 진로선택이나 진로계획에서의 준비도로 보고 있으며(Gribbons & Lohnes, 1964), 진로성숙도는 개인이 자아와 직업세계를 잘 이해하여 이 둘을 현명하게 통합할 수 있는 가에 대한 준비와 정도라고 보기도 한다(Hoyt, 1977). 한국직업능력개발원 진로성숙도 검사개발보고서는 진로성숙이란 청소년들이 자기주도적으로 진로를 탐색하고 계획하기 위하여 필요한 정의적 태도 및 인지적 능력과 자신의 결정을 실행하는 정도라고 정의하였다(임언, 2001).

이러한 진로성숙의 개념을 바탕으로 진로성숙도에 대해 살펴보고자 한다. 진로성숙도에 대한 정의는 학자마다 조금씩 다르다. 진로성숙을 최초로 개념화한 Super(1981)는 한 개인이 속해 있는 연령 단계에서 이루어야 할 발달과업에 대한 준비도로 주장하였고, Gribbons과 Lohnes(1964)는 진로성숙도를 진로선택이나 진로계획에서의 준비도라고 하였다.

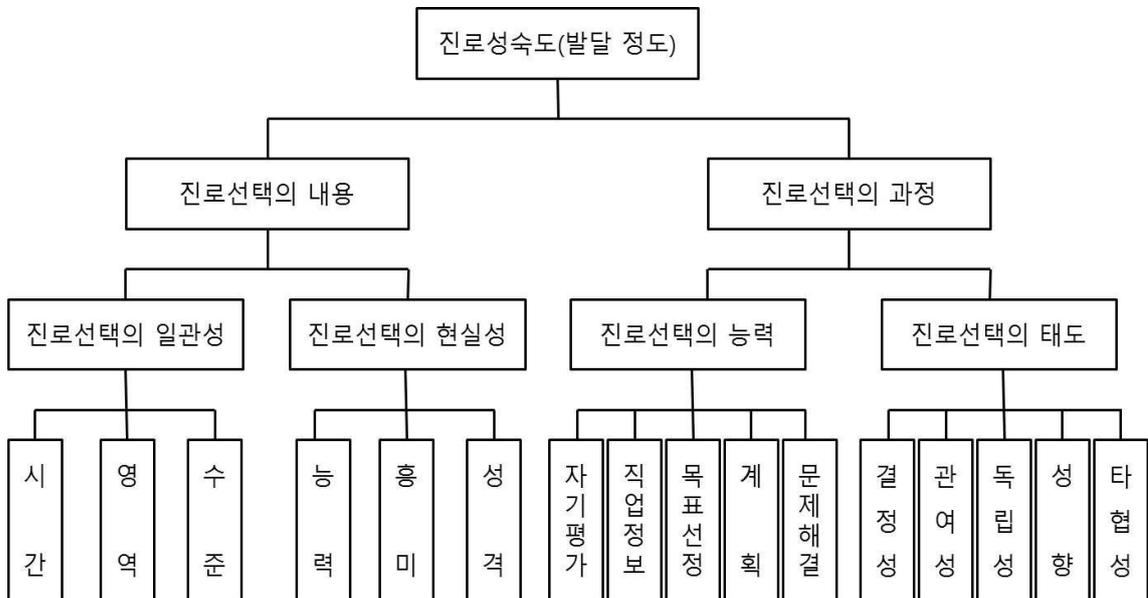
우리나라의 연구자들의 진로성숙도에 대한 개념을 살펴보면 먼저 장석민의 (1990)는 진로성숙도를 자기 이해, 일과 직업세계의 이해를 바탕으로 자신의 진로계획과 진로선택을 통합 조정해 나아가는 발달단계의 연속으로 보았으며 각 발달단계마다 수행해야 할 발달과업이 있는데 이 발달과업의 인지 및 수행여부가 다음 단계로의 발달을 촉진시키며 이행하는데 중요한 조건으로 설명하고 있다. 김봉환·이형국(2010)은 진로성숙도란 신체, 인지, 사회성과 같이 일에 대한 관심 및 태도가 어려서부터 발달하기 시작하여 점진적으로 성숙해지는 과정을 의미하고, 한 개인의 진로성숙도 수준은 그 개인이 현재 보이는 행동이 그 개인이 속해 있는 연령층에 기대되는 행동과 얼마나 일치하는가에 의해 결정된다고 보았다.

진로성숙도에 대한 개념적 정의는 조금씩 다르지만 선행 연구들의 견해를 종합해 보면 진로성숙도란 진로선택이나 진로계획에서의 준비도로 동시에 한 개인이 속해 있는 연령 단계에서 자신에 대한 정확한 이해와 직업 세계에 대한 이해를 바탕으로 진로와 관련하여 생기는 문제들을 해결하고 대처해 나갈 수 있는 능력수준이라고 할 수 있다.

이에 본 연구에서는 진로성숙도를 개인이 자신에 대한 이해와 일과 직업세계

와의 이해를 토대로 자신의 진로를 합리적으로 계획하고 결정할 수 있는 정도로 정의하고자 한다.

한편 진로성숙도의 구성을 살펴보면 Crities(1971)는 진로유형연구(carrer pattern study)의 연구진으로 참여하여 진로성숙의 구성개념에 대한 연구를 하였으며 청소년 즉 탐색기에 해당하는 연령의 진로성숙개념의 중요성을 검증하거나 구성요인들을 구분하였다. 그는 진로성숙을 동일한 연령층의 학생들과의 비교에서 나타나는 상대적인 직업준비의 정도로 개념화하고 Super의 진로성숙의 다섯 가지 범주를 수정 보완하여 16개의 변인을 설정하였고 다음과 같은 그림을 제시하고 있다(김선미, 2003).



<그림1> Crites의 진로성숙모형

Crites(1978)의 진로성숙도 검사(CMI)는 객관적으로 점수화되고 표준화된 진로 발달측정도구로서 태도척도와 능력척도로 구성되어있다. 이는 김원중(1984)이 번역하여 사용되어졌다. 하지만 제작연도가 너무 오래되었고 미국에서 개발된 척도이므로 진로성숙도에 있어서 현재 우리나라 학업중단 청소년들의 진로성숙도를 측정하기 위한 도구로 사용하기에는 문제가 있다.

국내에서 개발된 검사로 한국교육개발원의 진로성숙도검사는 태도와 능력 영역으로 구성되어 전자에는 계획성, 독립성, 결정성이 포함되었고 후자에는 직업세계, 이해능력, 직업선택능력, 의사결정능력이 포함되어 있다. 그러나 이 검사는 진로선택에 관한 태도와 능력이 동일연령진단에 비해 어느 정도 발달해 있는가를 진단하고 기술하는 것이 목적이고 개인의 진로방향을 결정하거나 예측할 목적으로 개발된 검사가 아니라는 제한점이 있다(김봉환외, 2007).

이기학·한중철(1997)은 결정성, 확신성, 목적성, 준비성, 독립성의 5개 차원을 측정하는 진로성숙태도검사를 개발하였고 한국직업능력개발원에서는 직업성숙진단검사를 개발하였는데 진로성숙을 태도, 능력, 행동 차원으로 측정하였다.

김봉환외(2007)는 한국고용정보원의 연구비 지원에 의해 수행된 청소년용 진로 발달검사 개발 및 타당화 연구에서 이제까지 개발된 진로성숙도검사들의 하위요소들을 개관해보면 다양한 요소로 구분 명명되고 있으나 크게는 ‘태도’와 ‘능력’으로 구분될 수 있지만 진로에서의 성숙이란 자신에 대한 이해와 더불어 직업이나 일에 대한 정확한 지식을 가지고 진로준비행동으로 연결하는 보다 통합적인 시각으로 살펴보아야 할 것이라고 하였다. 또한 개인의 진로행동의 기초가 될 수 있는 진로관련지식의 수준을 파악하는 것은 소홀히 다루어져 각 발달 단계별로 개인의 진로태도와 지식 행동을 연결시키는데에는 무리가 있다며 발달단계별 진로성숙도를 측정하기 위해서는 진로에 대한 태도나 능력 뿐만 아니라 행동요인과 진로관련 지식을 추가할 필요가 있다고 하였다.

이에 본 연구에서는 가장 최근에 만들어진 김봉환·김아영·차정은·이은경(2007)이 개발한 청소년용 진로성숙도검사를 사용하여 청소년들의 계획성과 성향, 타협성, 결정성 등 4개의 요인을 측정하고자 한다.

진로성숙도와 관련된 연구들을 살펴보면 적응과 진로성숙에 관한 연구에서 정서적으로 잘 적응하는 집단이 잘 적응하지 못하는 집단보다 진로성숙도가 높다고 지적하였으며(이해경, 2000, 재인용) Thoma(1974)는 진로를 결정한 학생이 그렇지 않은 학생보다 좀 더 성숙된 진로관을 가지고 있음을 발견하였으며, 진로성숙도가 높은 사람들이 자신의 능력, 가치관 및 흥미 등과 좀 더 일치하는 직업을 선택하는 경향이 있음을 발견하였다.

이외에도 자아개념, 지능, 가정환경(김원중, 1984; 김현옥, 1989; 정채기, 1991)

등이 진로성숙에 영향을 미친다는 연구결과가 있으며 이현림·권소희(2000)는 중·고등학생의 진로의식성숙에 영향을 주는 변인 분석에서 사회경제적 수준과 일의 내외적 가치, 성별, 학년 등의 순으로 진로성숙에 영향을 미친다고 밝히고 있다.

4. 진로교육 실태 및 현황

1) 학교 진로교육 실태 및 현황

Super(1990)는 중학교 시기의 진로교육은 자신의 흥미와 특성, 능력 등을 탐색하여 잠정적인 진로를 선택하고 시험해보는 진로탐색(career exploration)단계라고 하였고, Zunker(2002)는 이 시기에 다루어야 할 내용으로 의사결정과 문제해결기술, 자아개념을 교육 및 직업적 목표와 연계시키는 일, 학생의 장점과 능력을 다루는 일, 다양한 직업탐색을 하는 것이라 하였다. 직업의 세계가 다양화되고 직업의 생성과 소멸이 빠르게 진행되는 사회에서 청소년기는 자기 자신과 직업세계에 대한 정보를 폭넓게 습득하여 이를 바탕으로 진로를 현명하게 결정해야 한다(김정희, 2012).

또한 진로교육은 학자에 따라 다양하게 정의되고 있는데 임 언(2008)은 “한 개인이 삶의 전 과정을 통하여 행복하고 의미있는 삶을 살아가기 위하여 다양한 삶의 맥락속에서 자기 주도적으로 경험을 선택하고 미래를 계획하며, 준비하는데 필요한 역량, 즉 진로개발역량을 제고하기 위한 체계적 활동의 총칭”이라고 정의하였고, 이지연외(2009)는 “진로교육이란 개인이 삶에 필요한 생애역할·평생학습·일·여가 등에 참여하는 것을 배우고 준비하는 학습과정의 총체를 의미한다고 하였다. 진로교육으로 인하여 각 개인은 지속적으로 자신의 진로와 관련된 주요한 결정을 내리고 이를 위한 교육과 훈련을 계획하여, 마침내 직업세계에 진입하며 행복한 삶으로 성장, 발전할 수 있게 된다”고 하였으며, 김충기(2011)는 “진로교육이란 청소년들이 자신의 적성, 흥미, 능력에 따라 적합한 진로를 찾고

그에 필요한 지식과 기능, 태도를 배워서 적응과 발달을 꾀하도록 돕는 종합적인 교육활동이다”라고 하였다.

이상의 여러 학자들의 경해를 종합해보면 진로교육이란 체계적인 교육을 통하여 개인의 적성, 흥미, 능력에 알맞은 진로를 탐색하여 합리적인 진로선택 및 진로결정을 할 수 있는 능력을 키워 미래에 행복한 개인으로, 생산적인 사회인으로 성장할 수 있도록 도와주는 교육활동이라고 할 수 있다.

한편 우리나라에서는 1960년대 후반부터 ‘진로교육’ ‘진로지도’ 라는 개념이 도입되었으나 상급학교 진학중심의 ‘진학지도’로 변모되었다가, 진로교육의 중요성을 역설한 김충기(1978)의 ‘생애교육의 이론적 접근’ 이후 진로교육에 대한 연구가 크게 강조되었다. 더불어 진로교육을 “학생 개개인의 잠재가능성을 토대로 올바른 직업 및 참된 삶을 지도하는 조직적이고 체계적인 교육활동 프로그램”이라고 정의하였다.

그 외에 진로교육의 필요성에 대하여 “모든 교육은 진로를 준비하기 위한 교육이며, 따라서 학교 교육도 그렇게 되어야 한다.”고 강조하면서 이러한 개념은 초등학교부터 대학의 교육과정 속에 자연스럽게 반영되어져야 한다고 진로교육을 개념화하였다. 이처럼 진로교육은 어느 한 시점에서 이루어지는 것이 아닌 일생의 전 과정에서 일어나는 지속적인 과정으로(김충기, 1986) 학교 교육의 전체 과정 속에 진로교육이 체계화되어 이루어져야 한다는 것이다. 그러나 우리나라 교육은 고등학교를 졸업할 때 까지 개인의 적성이나 재능을 키우고 발견하는 교육보다는 개인차를 고려하지 않은 입시위주의 주입식 진로교육이 이루어지는 것이 현실이다. 이러한 교육을 받은 학생들은 진로를 위해 스스로 노력하는 자세가 매우 미흡할 뿐 아니라 직업에 대하여 구체적인 계획도 세우지 못하고 있는 실정이다(송동윤, 2003).

진로탐색과 진로성숙을 위한 진로교육에 대한 중요성과 필요성이 인식되어, 우리나라에서도 1980년대 이후로 진로교육을 지속적으로 강조해 오고 있다. 교육과정 면에서는 1981년 제 4 차 교육과정에 처음 진로교육을 명시한 이후 제 7 차 교육과정에서는 교과활동, 재량활동 및 특별활동 시간을 통하여 진로교육을 실시하도록 하였다. 그리고 제 8 차 교육과정에서는 진로교육이 학교교육의 핵심이라 할 만큼 그 중요성이 크게 강조되고 있다. 구체적으로 내용을 보면 진로활동을

봉사활동, 동아리활동, 기타활동과 함께 창의적 체험활동에 넣고 있으며, 중학교 과정에 「진로와 직업」을 선택과목으로 신설하였고, 사회·도덕·기술가정 등 보통교과에서의 교과통합 진로교육 등 학교교육 전 영역에서 다양한 방법으로 운영하도록 하고 있다.

또한 진로교육의 중요성과 전문 인력 확충의 필요성을 인식하여 교육과학기술부에서는 2001년부터 진로진학상담교사를 양성하여 배출하고 있다. 2014년 진로진학상담교사 배치 계획을 보면 전국적으로 총 5,208명의 진로진학상담교사가 중·고등학교에서 활동하게 된다. 이는 2014년 기준 전체 중·고교의 94.5%에 진로진학상담교사가 배치되어 학생진로지도를 하게 될 계획이며 1개 학교에 1명 이상의 진로진학상담교사 배치를 목표로 전문 인력 양성에 관심을 보이고 있다. 제주도 교육청의 진로진학상담교사 2014년 배치 계획을 보면 중학교 41명, 고등학교 33명 총 74명의 진로진학상담교사가 중·고교에서 활동하고 있다(교육과학기술부, 2014).

또한 제도적 차원의 노력으로 교육과학기술부에서 진로교육을 강조하고 있는 방침에 따라 해마다 초·중등 진로교육 추진계획을 수립하여 실시하고 있지만 부족한 시간과 전문 인력 부족으로 제대로 실행되지 못하고 있으며 실질적으로 학생들에게 얼마나 도움을 주었는지는 알 수 없는 실정이다.

2) 민간 진로교육 실태 및 현황

진로교육은 초등학교 수준부터 발달단계에 따라 중학교, 고등학교, 대학교, 성인이 된 후에 이르기까지 계속되며, 하나의 유능한 직업인으로써 자신이 택한 직업에서 잘 적응하고 발전함으로써 성공적인 자아상을 구축할 때까지 계속되어야 하는 교육이다. 즉 진로교육은 단편적으로 이루어지는 교육이 아니라 평생도오안 계속하여 체계적으로 이루어지는 교육이어야 하는 것이다. 이러한 맥락에서 현재 학교에서 실시하고 있는 진로교육과는 다르게 민간의 여러 기관과 사이트에서도 다양한 진로교육을 실시하고 있는데 다음의 <표1>과 같다.

<표1> 청소년 진로교육 관련 사이트

청소년 진로교육 관련 사이트	수록 내용
한국교육개발원 (www.kedi.re.kr)	프로그램 개발 및 운영 지원, 교원 연수, 학교컨설팅, 홍보 및 협업체제 구축
한국과학창의재단 (www.kofac.re.kr)	과학문화 확산, 창의·인성교육, 과학교육내실화 사업 운영
한국교육과정평가원 (www.kice.re.kr)	성취수준 교육과정 연구, 개발 및 평가
한국문화예술교육진흥원 (www.arte.or.kr)	문화예술교육 강사 파견을 통해 연극, 음악, 무용, 공예, 사진, 디자인 교육
한국잡월드 (www.koreajobworld.or.kr)	청소년들에게 다양한 직업 탐색의 기회 제공, 부모와 청소년이 함께 하는 사회학습 종합 인프라 구축 및 제공, 건전한 직업관 및 근로의식 형성 지원
한국청소년정책연구원 (www.nypi.re.kr)	청소년 수요자 중심으로 지역사회와의 다기관 협력네트워크 구축
한국청소년활동진흥원 (www.kywa.or.kr)	동아리, 국제교류, 문화활동과 청소년복지, 보호 사업
한국콘텐츠진흥원 (www.kocca.kr)	게임·만화·방송·영상이야기 등의 콘텐츠 정보 제공
EBS교육방송(www.ebs.co.kr)	직업 진로 프로그램 제작 및 보급, 직업체험 학교 등 확대 운영
한국언론진흥재단 (www.forme.or.kr)	미디어교육 전문강사 파견, 신문제작체험교육, 글쓰기수업
한국교육학술정보원 (www.keris.or.kr)	청소년 방송단 관련 인프라, 학교교육활동 성과 제작 신문 및 UCC 제작 인프라
한국청소년상담복지개발원 (www.kyci.or.kr)	교사 및 청소년 대상 상담, 자살예방교육, 청소년 인권교육, 학습클리닉 등
한국고용정보원-워크넷 (www.work.go.kr)	커리어액션, 직업체험 시설을 활용한 청소년 진로탐색 프로그램 등의 콘텐츠 지원 및 워크넷 심리검사 과정에 대한 교사/학생/학부모 연수 지원
유스드림 (www.youthdream.go.kr)	국가청소년위원회에서 운영하는 사이트로 각 직업에 종사한 경험이 있는 청소년 진로안내 전문가들에게 직업 관련 상담을 받을 수 있다.
진로진학정보센터 (www.jinhak.or.kr)	서울특별시 교육연구정보원에서 운영하는 사이트로 진로정보 및 진학정보를 검색할 수 있다.
청소년워크넷 (http://youth.work.go.kr)	워크넷의 패밀리 사이트 중 하나로 초등학생부터 대학생 및 미취업 청년들을 대상으로 하는 진로정보 사이트이다. 직업정보, 심리검사, 진로상담 등의 서비스가 제공되고 있으며, 한국고용정보원에서 운영하고 있는 청소년직장체험제도도 소개하고 있다.

<p>한국직업능력개발원-커리어넷 (www.careernet.re.kr)</p>	<p>초등학생부터 성인, 교사 등 대상별 진로 및 직업 정보를 제공하고 있으며 온라인 진로상담도 실시한다. 무료검사제공-직업적성검사, 직업흥미검사, 진로성숙도검사, 직업가치관검사</p>
<p>국가인적자원개발 종합정보망 (www.nhrd.net)</p>	<p>진로정보훈련 정보망으로 훈련 직종별, 지역별, 기간별 직업훈련을 검색할 수 있다.</p>
<p>한국직업정보시스템 (http://know.work.go.kr/know)</p>	<p>한국고용정보원이 운영하는 직업정보사이트. 각 종 직업의 하는 일, 임금, 전망 등 주요 정보를 비교 가능한 수량화된 정보로 제공하여 진로선택과 직업훈련 및 직업상담 등을 지원한다. 자신의 흥미, 지식, 능력별로 그에 맞는 직업을 검색해 볼 수도 있다.</p>
<p>각종 자격증 정보시스템 (www.q-net.or.kr)</p>	<p>한국산업인력공단이 운영하는 종합 자격정보 사이트이다. 각종 자격에 대한 소개, 시험일정, 자격 취득자 통계 등의 정보를 제공한다. 또한 자격시험 원서 접수, 합격자 발표 등도 이곳을 통해 이루어지고 있다.</p>
<p>교육통계서비스 (http://cesi.kedi.re.kr)</p>	<p>한국교육개발원의 각종 교육 관련 통계자료를 모아 놓은 사이트이다. 교육기본통계, 교육예측통계, 취업 관련 통계 등의 자료 이외에도 학교 목록, 학과 정보, 직업 정보 등도 제공하고 있다.</p>
<p>대학진학정보센터 (http://univ.kcue.or.kr)</p>	<p>전국 4년제 대학 협의체인 한국대학교육협의회에서 운영하는 대학 입학정보 사이트이다. 각 학교별로 입시요강, 경쟁률, 기타 수험 정보 등의 입시 관련 정보를 제공한다. 이 밖에 학교 기본정보, 진학상담 등도 서비스하고 있다.</p>
<p>에듀넷 (www.edunet4u.net)</p>	<p>교육인적자원부 산하 한국교육학술정보원이 운영하는 교수학습 정보 사이트이다. 진로교육 관련 자료를 포함한 초중등 전교과 영역에 대한 수업자료를 교사용 및 학생용으로 나누어 제공한다.</p>
<p>여성인력개발센터 (www.vocation.or.kr)</p>	<p>여성부의 지원을 받아 각 지방자치단체별로 운영하고 있는 여성인력개발센터의 각종 정보 및 프로그램을 모아 놓은 사이트이다. 여성인력에 대한 구인구직정보 및 각종 교육훈련 정보를 제공한다. 각 지역센터별 사이트는 별도로 운영되고 있다.</p>
<p>영삼성 (www.youngsamsung.com)</p>	<p>삼성에서 20대 청년층을 대상으로 운영하는 정보 사이트. '알아보자, 직업'이라는 코너를 통해 직업정보, 직장 생활 정보, 삼성 관계사의 채용 정보 등을 제공하고 있다.</p>

한편 2009 개정 교육과정의 가장 큰 특징은 ‘체험 중심 교육’의 확대로 체험 중심의 학교 진로교육 활성화를 위해 그 지원 체계를 정비하고, 학생들에게 진로와 직업을 체험할 수 있는 기회를 학교 밖에서 교육기부를 받아 직업체험시설로 활용하도록 하고, 진로체험 박람회 및 포럼 등을 확대 개최하고 있다. 교육과학기술부·한국직업능력개발원(2012)이 예시로 제시한 체험 중심 진로교육의 유형 및 활동내용은 아래의 <표2>와 같고, 진로체험 학습 기관 및 프로그램은 <표3>와 같다.

<표2> 체험 중심 진로교육의 유형 및 활동내용

유형		활동 내용
현장견학형		· 진로교육을 목적으로 학생들이 기업이나 박물관, 공공기관 등을 견학하여 정보를 수집하고 나의 직업이나 진로와 어떤 연관이 있는지 알아보고 보고서를 작성하는 학습 활동
현장체험형		· 직업 현장체험을 통해 폭넓은 직업 탐색의 기회 및 직업 세계에서 요구하는 기초적인 지식이나 기술에 대한 학습 기회 제공 예) 대학 학과(혹은 직업) 체험, 특성화고를 활용한 직업체험, 직장에서 1일(4시간) 이상 근무 등
콜로키아형(프로젝트)		· 다양한 직업군을 만나 면담, 체험 등을 통해 진로 인식 및 진로탐색을 할 수 있는 기회 제공 예) 학생 자신이 희망하는 직업군을 선택하여 주말, 방학 등을 이용한 ‘직업알기 프로젝트’ 수행
강연형 (대화형)	영상미디어 자료활용	· 시청각 자료 활용 시간을 통해 다양한 직업군에 대해 알 수 있는 기회를 제공
	전문직업인 초청	· 현직자, 전문가, 기업 CEO 등 각 분야의 직업인 강연을 청강하여 이를 통해 직업과 인생에 대해 깊이 있는 이해를 도모
캠프형		· 특정 장소에 단기간에 진로교육을 위한 프로그램을 집중적으로 운영(1일 6시간 이상 운영)
1校 1社형		· 학생에게 다양한 진로교육의 기회를 제공할 수 있도록 1校 1社형 등 추진 · 기업이 학생을 대상으로 진로체험, 학습지원, 복지제공, 채용 등이 가능하도록 협약

자료: 교육과학기술부(2012).

<표3> 진로 체험 학습 기관 및 프로그램

분야	프로그램	사이트 주소 및 연락처	신청방법, 비용 및 운영시기
경찰 안보	경찰박물관 견학 및 체험 프로그램	www.policemuseum.go.kr	전화신청, 무료, 매주 화요일~일요일
	안보전시관 체험 및 견학 프로그램	museum.nis.go.kr	전화 또는 인터넷신청, 무료, 매주 월요일~금요일
공예	서울역사박물관 교육 프로그램(전통문화)	museum.seoul.kr	인터넷 신청, 프로그램에 따라 다름
	한국문화의집 체험 프로그램(전통공예)	kous.or.kr	전화, FAX, E-mail, 방문신청, 비용은 협의, 연중 수시운영
금융 경제 증권	화폐금융박물관 견학 및 체험 경제 교육 실시 프로그램	museum.bok.or.kr	인터넷신청, 무료, 매주 화요일~일요일
	국세청 조세박물관 견학 및 체험 프로그램	nts.go.kr/museum	인터넷신청, 무료, 매주 월요일~금요일
	한국거래소 학생 증권시장 교실	krx.co.kr	전화단체신청(20~60명), 증권거래관련 만화비디오 시청, 모의주식투자 보드게임
	우리은행 은행사박물관 견학 및 체험 프로그램	www.woorimuseum.com	인터넷 및 팩스신청, 무료, 매주 화요일~토요일
기자 및 편집	조선일보 체험 학습	visit.chosun.com	인터넷신청, 전화문의
	동아일보 신문박물관 교육 프로그램	www.presseum.or.kr	인터넷신청(15~40명), 무료, 일요일 및 공휴일 제외
	한겨레신문사 견학 프로그램	02)710-0128	전화단체신청(35명 내외), 매달 둘째, 셋째 수요일
수의사 사육사	서울대공원 체험프로그램	grandpark.seoul.go.kr	전화단체신청(35명 내외), 매달 둘째, 셋째 수요일

분야	프로그램	사이트 주소 및 연락처	신청방법, 비용 및 운영시기
항공	한국항공대학교 항공우주박물관 견학프로그램	www.aerospacemuseum.or.kr/	인터넷신청, 매주 화요일~일요일, 견학 및 비행 시뮬레이션 교육
외교	외교통상부 견학 프로그램 외교관과의 대화, 외교사료관 견학	www.mofat.go.kr	인터넷, 이메일, 전화신청
통역사	청소년국제교류네트워크 청소년 해외 체험 프로그램	www.iye.go.kr	인터넷신청, 15세~24세
공연	세종문화회관 공연장 견학 프로그램	www.sejongpac.or.kr	전화신청, 단체(10~30명)
애니메이션	서울애니메이션센터 체험교실	ani.seoul.kr/	전화신청, 매주 화요일~일요일
입법 공무원 국회의원	국회의사당 체험 프로그램	www.assembly.go.kr	공문접수, 무료
군인	육군사관학교 견학 프로그램	www.kma.ac.kr	전화신청, 매주 화요일~일요일
진로 직업 체험	하자센터 진로 체험 프로그램	haja.net	1회기인원:15~20명, 영상/디자인, 힙합, 요리, 문화/예술 진로체험
	전국고용센터 Job school 직업 체험 프로그램	www.work.go.kr/jobcenter	학교단체신청(1학급이상), 매년초에 학교로 직업체험 프로그램 공문발송됨
	한국청소년재단 청소년인턴십센터	www.yintern.or.kr/	단체신청 및 개인신청 1회기는 2개월과정임
	한국여성경영자총협회 중등진로/직업의식 체험 프로그램	www.kbwf.or.kr/	학교단체신청, 매년초에 학교로 체험 프로그램 공문발송됨
	서울특별시립청소년미디어센터 스스로넷 체험 프로그램	www.ssro.net/main.jsp	온라인단체신청(10인 이상), 만화5컷제작, 스튜디오 체험, 콘티 활용체험

자료: 청소년 진로 코칭(2012)

이처럼 위와 같은 내용 이외에도 진로체험의 날, 진로체험주간, 진로의 달 등을 지정하여 학교 안과 밖에서 다양한 형태의 진로체험 프로그램을 운영하도록 지시하고 있다. 그러나 현재 학교에서 실시되고 있는 진로교육이 청소년들의 수동적인 참여로 이루어지고, 학교 내에서 교과 과목과 동일시하게 이루어지고 있는 면이 있으며, 부족한 시간과 전문 인력 부족으로 제대로 실행되지 못하고 있고 실질적으로 학생들에게 얼마나 도움을 주었는지 알 수 없는 실정이다.

또한 민간에서 실시되고 있는 진로교육은 학교와는 다르게 구체적이고 다양한 내용으로 구성되어 진행되고 있어서 청소년들이 학교에서 받는 진로교육과는 다른 새로운 경험을 해볼 수 있는 장점이 있다고 할 수 있다. 그러나 교육을 받기 위해서 발생하는 비용부분에서 특별한 대상자들만이 이용할 수 있는 한계가 있을 수 있다. 그리고 평소 학교와 학원을 다니느라 시간부족과 학업 스트레스에 시달리는 청소년들의 실정을 고려할 때 접근성의 면에서 많은 청소년들이 쉽게 이용하기에 어려운 부분이 있다.

더욱이 지역아동센터의 청소년들은 결손가정, 빈곤가정, 맞벌이 가정들이 주를 이루고 있어 이용자 가정 대부분이 자녀의 교육과 진로에 대한 책임을 절실히 느끼거나 경제적으로 매우 어려운 상황에 직면해 있기 때문에 민간에서 실시하는 진로교육에 참여하기 어려운 실정이라고 말할 수 있다.

이와 같이 현재 학교와 민간에서 실시하는 진로교육과는 다른 보완점이 필요할 것으로 보여져 본 연구에서 팀활동과 일대일 코칭을 통한 진로코칭 프로그램을 실시하게 되었다. 진로코칭(Career Coaching) 프로그램은 청소년 스스로 참여의사를 밝히고 능동적인 참여로 이루어지는 프로그램으로 진로코칭을 통한 진로의 탐색과 개발을 통해 청소년들의 진로교육에 도움을 줄 수 있을 것이다.

5. 진로코칭 프로그램의 구성과 내용

코칭은 주어진 환경 속에서 코치와 피코치자가 신뢰를 바탕으로 목표를 향해 나아가는 과정이다. 신뢰는 코칭의 철학을 함축하고 있는 핵심 개념이라고 할 수

있는데 코치는 피코치자의 가능성을 신뢰하며, 피코치자는 자신의 가능성에 대한 신뢰는 물론, 코칭을 통해 목표에 이를 수 있다는 믿음을 포함한다(이희경·하정희, 2005).

또한 코칭이란 피코치의 성장과 발전을 위하여 잠재력을 개발하며 스스로 문제해결과정에 초점을 두어 수행 및 행복증진에 힘쓰고자 하며 심리학의 이론과 모형을 코칭에 적용하고 있다. 코칭은 행동의 변화에 사고의 전환과 변화의 의지가 필요함을 깨닫는 과정을 통해 내적동기를 갖게 하는 효과를 가지게 하고 자기효능감을 통해 자신감을 갖게 하므로 행동변화에도 효과를 갖는다(탁진국, 2012).

즉 코칭은 피코치의 발전가능성에 집중하고 피코치가 스스로 답을 찾을 수 있도록 지원하며 지속적인 피드백을 제공한다. 또한 과정 중심적이고 협력적이며 목표지향적이고 행동지향적이라고 할 수 있다.

코칭은 구조화된 단계들로 구성이 된다. 이 단계들은 목표설정에서부터 행동계획 및 실천의지 다짐에 이르는 코칭 세션의 흐름이다. 프로세스에 따라 대화한다는 것은 코칭 커뮤니케이션을 일반적인 커뮤니케이션과 구분짓는 매우 중요한 요소로서 코치와 피코치자가 동일한 목표를 가지고 한 방향으로 향하고 있음을 나타냄과 동시에 코칭의 성과를 점검할 수 있는 기회를 제공한다. GROW 모델은 4단계 코칭프로세스로서 Goal(코칭 목표 정하기), Reality(현실파악, 핵심니즈 인식), Options(대안탐색), Will(실천의지 확인)을 중심으로 하고 있다(양신자, 2011).

한편 진로코칭(Career Coaching)은 피코치가 자기 주도적으로 자신의 진로를 찾도록 코치가 도와주는 것으로 스스로 체험하고 깨우치게 하는 것이다. 진로코칭을 통한 진로의 탐색과 개발은 피코치가 스스로 개발하고 경험과 지혜를 나눌 수 있으며 진로코칭을 통하여 피코치가 선택권을 행사하도록 돕는 것이 진로 코치의 역할이다. 피코치는 코치에게 의지하지 않고 스스로 주도권을 가지려고 노력하며 진로판단은 자신의 독립성과 결단력을 필요로 한다. 자신의 약점과 강점, 기회와 리스크에 어떻게 노출되어 있는지를 파악할 수 있도록 직업진로코칭을 통해 미래의 직업과 공부와의 연계성으로 자신이 선택하고자 하는 전공에서 자신의 직업에 대한 전문성을 갖도록 도우며 내적가치와 외적가치를 추구하는 것

을 동시에 고려하여 균형감을 갖도록 하는 것이 중요하다(김농주, 2003).

또한 Colombo와 Werther(2003)에 따르면 커리어코치는 피코치자가 미처 자신에 대해 알지 못하는 능력을 확인하게 하고, 이미 내재하는 스킬들을 연마하도록 돕는다. 이는 커리어코치들이 피코치자가 자신을 보다 잘 인식하고 성장할 수 있도록 돕는 것이다. 즉 진로코칭은 미래지향적이며, 문제를 가진 사람에게 문제 해결의 접근이 아닌 정상적인 사람의 변화와 성장을 위한 과정이라고 말할 수 있다.

현재 우리나라에서 실시되고 있는 진로교육이 청소년들의 수동적인 참여로 이루어지고, 학교 내에서 교과 과목과 동일시하게 이루어지는데 반해 진로코칭 프로그램은 청소년 스스로 참여 의사를 밝히고 능동적인 참여로 이루어지는 프로그램이다. 이러한 요인은 “코치는 피코치자의 가능성을 신뢰하며, 피코치는 자신의 가능성에 대한 신뢰는 물론, 코칭을 통해 목표에 이를 수 있다는 믿음을 포함한다(이희경·하정희, 2005)라는 코칭의 정의에서 근거를 찾을 수 있다(김정희, 2012).

본 연구는 진로코칭 프로그램 실시를 통한 효과를 입증하는 연구로서 코칭을 통해 자기효능감의 효과를 입증한 선행 연구들을 살펴보면, NLP를 활용한 진로 집단코칭이 고등학생의 진로결정 자기효능감 및 진로결정 관련 변인에 미치는 영향(윤애영, 2013)이 있고, 이선영(2009)은 지역아동센터 아동들에게 직업인식, 자기탐색, 적성탐색 등으로 구성된 꿈 가꾸기 진로 프로그램을 실시하여 자기효능감의 향상을 입증하였다. 이외에도 아동 대상 진로교육 프로그램으로 진로자기효능감의 향상을 밝힌 연구(김경화, 2008) 등이 있다.

다음으로 코칭을 통해 진로성숙도의 효과를 입증한 선행연구를 살펴보면 엄인기(2012)는 초등학생을 대상으로 자기이해, 직업이해, 진로의사결정, 진로계획 단계로 구성된 다중지능이론에 기초한 진로교육프로그램을 실시하여 진로성숙도의 향상을 입증하고 있다. 이외에도 특성이론기반 집단진로코칭이 고등학생의 진로성숙과 진로결정에 미치는 효과(황금숙, 2013), 비전수립 코칭 프로그램이 방과후 아카데미 아동의 자기효능감과 진로성숙도 및 성취동기에 미치는 효과(정보현, 2012) 등이 있다.

진로코칭 관련 선행 연구를 살펴 보면, 독서를 활용한 중학생의 진로그룹코칭

의 효과성 연구(어은선, 2011), 진로모델링을 활용한 진로코칭프로그램이 희망과 진로준비행동에 미치는 효과(양신자, 2011) 등이 있다. 그러나 본 연구와 같이 팀 활동과 일대일 코칭을 통한 진로코칭 프로그램을 통해 자기효능감과 진로성숙도의 효과성을 검증한 연구는 미흡한 실정이다.

이에 본 연구에서는 미래지향적이며 잠재력 개발이라는 코칭의 특성을 고려하고, 자기탐색과 진로탐색을 기반으로 한 팀활동과 일대일 코칭을 통하여 피코치자의 성장과 발전을 도움으로써 자기효능감, 진로성숙도에 어떠한 효과가 있는지 진로코칭프로그램의 효과성을 알아보고자 한다.

팀활동은 참가자들이 자기탐색을 통하여 서로를 이해하고 각자의 진로탐색 과정에서 구성원과의 상호작용으로 인한 추가적인 시너지를 얻음으로써 자기효능감과 진로성숙도에 유의미한 효과를 줄 것으로 기대한다. 또한 일대일 코칭의 경우 대상자 개개인의 특성을 고려하여 진행할 수 있는 장점이 있으며, 코치가 피코치에게 더욱 집중할 수 있어 피코치의 환경과 욕구, 정확한 목표 설정과 실행의지 향상에 효과가 있을 것으로 기대할 수 있다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상 및 자료수집

본 연구의 조사대상자는 제주시에 소재한 지역아동센터를 이용하고 있는 중학교 1학년과 2학년 학생들을 대상으로 하였다. 조사대상자를 중학교 1,2학년으로 정한 이유는 초등학생의 경우 다양한 진로를 경험하는 것이 중요하며 진로 발달 단계상 흥미에 입각해 비합리적으로 진로를 결정할 가능성이 높고, 중학교 3학년 학생과 고등학생은 입시준비로 인하여 시간적 여유가 없을 뿐만 아니라 진로를 결정하고 입시 위주의 활동을 할 것으로 보아 조사대상에서 제외하였다.

조사대상자는 제주시에 소재한 41개 지역아동센터 중 특별히 중학생이 이용하고 있다는 이유로 두 군데 지역아동센터를 선정하여 직접 참가신청을 받았다. 참여를 희망하는 학생 20명을 대상으로 하여 실험집단 10명과 통제집단 10명으로 구성하였다. 실험집단은 총 10회기의 팀활동과 일대일 코칭을 포함한 진로코칭 프로그램에 참여하였으며 통제집단은 아무런 프로그램에도 참여하지 않도록 하였다. 조사대상자의 일반적 특성은 다음의 <표4>와 같다.

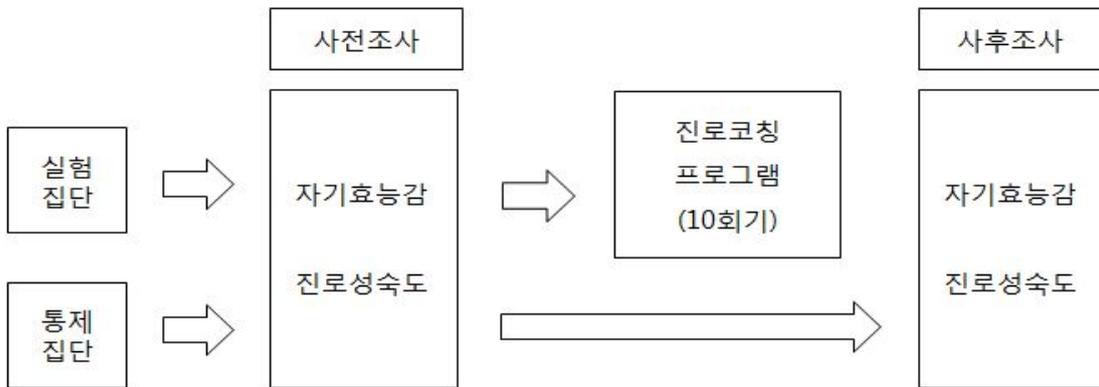
구체적으로 살펴보면 실험집단과 통제집단에서 성별과 학년은 비슷한 수준으로 분포하고 있다. 가족구성은 부모님과 형제자매인 경우가 높았으며 통제집단인 경우 모와 형제자매 및 기타가족원으로 구성된 경우도 높게 나타났다. 또한 꿈은 있는 경우가 없다보다 약간 높게 나타났으며 진로에 대해서는 미결정이 약간 높게 나타났다. 현재 가장 큰 고민으로는 성적과 진로라고 응답한 비율이 높게 나타났다. 진로에 대한 고민이 있다고 응답하였으며 진로에 대한 의논상대로는 부모님이나 선생님보다는 친구라고 응답한 비율이 높게 나타났다. 의논상대가 없어 스스로 결정한다고 응답한 경우도 있었다. 실험집단의 경우 진로코칭 프로그램에 대한 기대정도를 10점 만점으로 응답하라고 한 결과 7.17점으로 기대가 높은 것으로 나타났다.

<표4> 연구대상자의 일반적 특성

범주변인	내용	실험집단		통제집단	
		N	%	N	%
성별	남	5	50.0	4	40.0
	여	5	50.0	6	60.0
학년	1학년	5	50.0	4	40.0
	2학년	8	50.0	6	60.0
가족구성	부모님+형제자매	8	80.0	4	40.0
	부+형제자매+기타가족(조부모)	1	10.0	1	10.0
	모+형제자매+기타가족(조부모)	.	.	5	50.0
	친척+형제자매	1	10.0	.	.
부모님과 관계	나쁜 편	5	50.0	5	50.0
	좋은 편	5	50.0	5	50.0
친구와 관계	나쁜 편	3	30.0	4	40.0
	좋은 편	7	70.0	6	60.0
진로결정	결정	3	30.0	4	40.0
	미결정	7	70.0	6	60.0
꿈 여부	있음	7	70.0	6	60.0
	없음	3	30.0	4	40.0
현재 가장 큰 고민	성적	5	50.0	5	50.0
	진로	3	30.0	1	10.0
	친구관계	1	10.0	1	10.0
	외모	.	.	2	20.0
	돈	1	10.0	1	10.0
진로고민	있음	7	70.0	4	40.0
	보통	.	.	2	20.0
	없음	3	30.0	4	40.0
진로 의논상대	부모님	1	10.0	3	30.0
	선생님	1	10.0	2	20.0
	친구	6	60.0	3	30.0
	진로수업시간	1	10.0	.	.
	스스로(의논상대 없음)	1	10.0	2	20.0
연속변인		M	SD	M	SD
가족수		4.83	.72	3.83	.92
자신의 미래 모습 생각정도		3.75	.87	3.00	1.05
부모님과 관계		3.42	1.08	3.60	.97
친구와 관계		4.08	1.38	3.90	1.10
진로코칭 프로그램에 대한 기대정도(10점만점)		7.17	1.99	.	.

2. 연구설계

본 연구는 진로코칭 프로그램이 중학생의 자기효능감과 진로성숙도에 미치는 효과를 검증하기 위한 것으로 <그림2>와 같이 실험집단과 통제집단으로 나누어 진행되었다. 실험집단의 사전검사는 진로코칭 프로그램 1회기에 실시하였고, 사후검사는 프로그램 종료 7일 후에 실시하였다. 진로코칭 프로그램은 팀활동 6회기와 일대일 코칭 4회기를 포함해서 총 10회기로 진행하였다. 통제집단은 실험집단 1회기가 진행되는 주에 전체 참여자가 사전 검사를 실시하였으며, 실험집단의 프로그램이 모두 종료된 일주일 후 사후 검사를 실시하였다.



<그림2> 연구 설계

3. 진로코칭 프로그램

본 연구의 진로코칭 프로그램 목적은 중학생들이 자신의 흥미와 적성을 알고 꿈과 진로에 대해 스스로 찾을 수 있도록 도움을 주어 자기효능감과 진로성숙도를 높이는 데 목적을 두고 진로코칭 프로그램을 구성하였다.

본 연구에서는 TMD교육그룹(2013)이 청소년을 대상으로 개발한 ‘행진 아카데미 진로코칭 프로그램’을 기초로 청소년 코치 3인과 전임교수 2인의 자문을 받아 본 연구자가 연구의 목적에 맞게 수정 보완하여 진로코칭 프로그램을 재구성하였다. 본 연구에 적용한 진로코칭 프로그램의 자세한 내용은 다음의 <표5>와 같다.

<표5> 진로코칭 프로그램 구성 내용

회기	주제	목표	활동 내용
1	관계형성	진로에 대한 의미를 이해하고 진로 계획의 필요성을 인식한다.	-프로그램 안내 -프로그램 사전설문지 -자기소개 활동 -진로란 무엇일까?
2	G(목표설정)	코칭 니즈 파악 및 코칭 목표 알아보기	-일대일코칭
3	자기탐색	자기이해의 중요성을 인식하고 자신의 흥미와 적성을 파악한다.	-자기이해와 탐색의 중요성 알기 -나의 흥미와 적성 이해하기 -직업흥미검사 및 다중지능검사 -흥미와 적성의 공통점과 직업 추천하기
4	진로인식	가치와 가치관의 의미를 이해하고 우선순위를 정리해본다.	-나에게 가장 소중한 것은? -가치와 가치관의 의미를 이해하기 -가치관 경매 게임 실시 -가치의 우선순위 파악하기
5	R(현실파악)	목표 구체화하기	-일대일코칭
6	꿈의 목록	꿈의 목록을 작성하고 내가 어떤 사람으로 기억되고 싶은지 생각해본다.	-존 고다드의 꿈의 목록 -나의 꿈 목록 작성 -의미있는 삶이란? -이런 사람으로 기억되고 싶다
7	진로탐색	일의 의미와 직업의 중요성을 알고 다양한 직업의 세계를 이해한다.	-일의 의미와 직업의 중요성 -직업의 필요성과 다양성 -직업에 대한 편견 버리기 -직업윤리의 필요성
8	O(대안탐색)	자원 알아보기	-일대일코칭
9	진로설계	4주간의 탐색내용을 포트폴리오를 통해서 정리할 수 있다.	-나의 진로포트폴리오 만들기 -가장 기억에 남는 활동 발표하기 -나에게 쓰는 편지 -응원의 메시지 나누기
10	W(실천의지 확인)	최종목표 세우기	-일대일코칭 -프로그램 사후설문지

팀활동 프로그램에서는 관계형성, 자기탐색, 진로인식, 꿈의 목록, 진로탐색, 진로설계의 순서로 진행하였고, 일대일코칭의 경우, 목표설정, 현실파악, 대안탐색, 실행의지를 확인하고 행동 변화로 이어질 수 있도록 코칭프로세스를 적용하여 총 10회기를 진행하였다.

코칭을 진행하는 프로세스는 Brooks와 Wright(2007)의 연구에 의하면 GROW 모델이 가장 많이 사용되고 있다. GROW모델이 일반적인 문제해결 프로세스인 문제정의, 원인파악, 해결방안 모색, 실행 등의 단계와 유사하기 때문에 적용하기 쉽고 피코치의 행동에 초점을 두고 그의 목표달성을 돕는 간단하면서 유용한 도구이다. GROW모델의 각 단계를 구체적으로 살펴보면 1단계 G(Goal)는 코칭이슈를 명확히 하고 코칭 회 차의 주제 즉 목표를 설정하는 단계이며, 2단계 R(Reality)는 코칭 회 차의 목표와 관련한 상황과 현실 파악하는 단계이다. 3단계 O(Options)는 코칭의 목표달성을 위한 다양한 대안을 탐색하고 실행계획을 수립하는 단계이며, 4단계 W(Will)은 실천의지를 확인하여 행동의 변화를 가져올 수 있도록 하는 단계이다.(Whitmore, 2007).

따라서 본 연구는 일대일 코칭의 효과성 향상을 위해 GROW모델을 적용하여 진행하며, 진로코칭 프로그램의 일정은 다음의 <표6>과 같다.

<표6> 진로코칭 프로그램 일정

일 정	내 용
2014. 8. 11 ~ 8. 14	예비조사
2014. 8. 25 ~ 8. 27	전문가 자문
2014. 9. 15 ~ 9. 30	홍보 및 모집
2014. 10. 6 ~ 10. 27	진로코칭 프로그램 오리엔테이션 및 진행(10회기)
2014. 11. 3	종결 7일 후 프로그램 질문지 응답

우선 본 프로그램을 실시하기 전에 제주시 지역아동센터 중학생을 대상으로 2014년 8월 11일부터 8월 14일까지 3회기로 하여 예비 프로그램을 실시하였고 한국코치협회에서 코치자격을 취득한 코치 두 명에게 본 프로그램에 대한 자문을 받아 프로그램을 수정·보완하였다. 그 후 9월에는 진로코칭 프로그램을 진행하기 위해 홍보를 통해 참여할 학생들을 모집하였고, 10월 6일부터 10월 27일까지 1주일에 3회(월·수·금요일)씩 진로코칭 프로그램을 진행하였다. 1회기에는 진로코칭 프로그램 진행에 앞서 오리엔테이션을 통해 앞으로 진행될 내용을 설명하였으며 개인정보이용 동의서를 받고 설문조사와 사전검사를 실시하였다. 마지막으로 프로그램 종결 7일 후 구조화된 프로그램 평가질문지를 통해 프로그램 효과를 분석하였다. 프로그램에 참여하였던 실험집단의 경우 비구조화된 프로그램 참가 후 경험 분석지도 실시하였다.

4. 측정도구

1) 자기효능감 척도

자기효능감의 검사도구는 김아영과 차정은(1996)이 사용한 일반적 자기효능감 척도를 한혜진(2002)이 청소년에게 적합하게 수정, 보완하여 제작한 것을 사용하였다. 반응양식은 Likert 5점 척도로 ‘전혀 그렇지 않다’는 1점으로 하고 ‘매우 그렇다’는 5점으로 하며 총 23문항으로 해당 점수가 높을수록 자기효능감 척도가 높은 것을 의미한다. 자기효능감 척도는 자신감, 자기조절효능감, 과제난이도선호 등 3개의 하위요인으로 나뉘며 자신감 8문항, 자기조절효능감 10문항, 과제난이도선호 5문항이다. 문항별로 역문항의 경우 역점수화하여 계산하였다. 구체적인 자기효능감 척도의 하위요인별 문항구성 및 신뢰도는 <표7>과 같다.

<표7> 자기효능감 척도의 하위요인별 문항 및 신뢰도

하위요인	측정내용	문항번호	문항수	Cronbach's α
자신감	곤란한 상황을 맞이했을 때의 심리 상태	(1), (3), 4, (5), (10), (11), (13), (16)	8	.821
자기조절 효능감	일의 순서적인 처리능력과 정보활용능력	2, 7, 8, 12, 14, 17, 19, 20, 22, 23	10	.876
과제난이도 선호	쉬운 일과 어려운 일을 선택해야 하는 상황에서의 태도검사	(6), (9), 15, 18, 21	5	.790
전 체			23	.924

() : 역 채점 문항

2) 진로성숙도 척도

진로성숙도 척도는 Crites(1974)의 CMI(Career Maturity Inventory)를 정채기(1991)와 김현옥(1989)이 번역, 보완하여 만든 것을 다시 강원도교육연구원(1993)에서 청소년에게 적합하게 수정, 보완하여 제작한 ‘초·중학생용 진로성숙도 검사 도구’이다. 본 연구에서는 진로에 있어 자기 탐색, 의사결정 등을 주된 내용으로 구성하고 있어 진로유형, 진로능력, 진로태도로 구성된 진로성숙도 척도 중 진로태도영역을 진로검사의 측정도구로 적용하였다(최장미, 2008). 응답에 따른 채점 형태는 ‘예’는 2점, ‘아니요’는 1점, ‘모름’은 0점 형태로 구성되어 있다. 문항별로 역문항의 경우 역점수화하여 계산하였다. 진로성숙도 척도의 하위요인별 문항구성 및 신뢰도는 <표8>과 같다.

<표8> 진로성숙도 척도의 하위요인별 문항 및 신뢰도

하위요인	측정내용	문항번호	문항수	Cronbach's α
계획성	직업목표를 선정 후 그 목표에 도달할 수 있는 계획을 세우는 능력	1, 2, 3, (4), (5)	5	.786
성향	진로결정에 필요한 사전 이해와 준비 정도 및 선호하는 진로 방향에 대한 확신정도	(6), 7, (8), 9, 10	5	.745
타협성	진로선택 시 개인의 욕구와 사회 현실을 조화시킬 수 있는 태도	(11), 12, (13), 14, 15	5	.759
결정성	자신의 진로에 대한 확신정도 및 자기의 진로방향 탐색 결정과정에서 망설임이나 확신하는 정도	16, 17, (18), 19, 20	5	.855
전체			20	.604

(): 역 채점 문항

5. 자료분석방법

본 연구에서는 중학생을 대상으로 한 진로코칭 프로그램이 자기효능감과 진로성숙도에 미치는 효과를 분석하기 위하여 사전, 사후 검사를 실시하고 그 결과를 SPSS for Windows 20.0을 이용하여 검증하였다. 구체적인 자료 분석 방법은 다음과 같다.

첫째, 진로코칭 프로그램에 참여하는 실험집단과 통제집단의 동질성 검증을 위해 독립표본 t-test를 실시하였다.

둘째, 진로코칭 프로그램이 조사대상자의 자기효능감과 진로성숙도의 효과를 검증하기 위해 실험집단과 통제집단의 사전과 사후 조사에 대해 대응표본 T검증 (paired t-test)을 실시하였다.

셋째, 실험집단과 통제집단 간 각 자기효능감과 진로성숙도 변인에 대해 사후 조사에서의 차이를 검증하기 위하여 독립표본 t-test를 실시하였다.

넷째, 통계 검증에 따른 양적 연구의 한계를 보완하기 위해 진로코칭 프로그램의 세부적 내용 및 참가자들의 주관적 경험을 분석하는 내용 분석을 실시하였다. 이는 양적 분석으로 드러나지 않는 프로그램의 효과에 기여하는 요인 탐색 및 참가자들의 주관적 경험을 분석하기 위한 것이다(정보현, 2012).

IV. 연구결과 및 해석

1. 실험·통제집단의 동질성 검증

진로코칭 프로그램에 참여를 희망한 지역아동센터 학생 20명을 대상으로 10명은 실험집단으로 10명은 통제집단으로 배정하였다. 본 연구에 앞서 먼저 실험집단과 통제집단의 동질성을 확인하였다. 이를 위해 진로코칭 프로그램 적용 전에 실험집단과 통제집단에 자기효능감과 진로성숙도에 차이가 있는지 사전검사를 실시하여 독립표본 t-test를 실시한 결과는 다음의 <표9>와 같다.

그 결과에 의하면 자기효능감과 진로성숙도에서 실험집단과 통제집단간 사전검사는 자기조절효능감 및 타협성의 하위영역에서 약간의 차이가 있는 것으로 나타났으나 전체적으로 유의미하지 않았다. 이것은 두 집단 간에 차이가 없다는 것을 의미하므로 실험집단과 통제집단은 동질한 것으로 이해할 수 있다.

<표9> 실험집단과 통제집단 간 사전검사 t-test 검증 결과

변인	하위내용	집단	M	SD	T
자기효능감	자신감	실험	27.45	5.35	0.999
		통제	24.50	3.27	
	자기조절효능감	실험	35.17	6.03	2.742*
		통제	29.60	2.46	
	과제난이도선호	실험	15.09	4.27	1.261
		통제	13.01	2.77	
전 체		실험	78.09	13.99	1.615
		통제	66.90	4.84	
진로성숙도	계획성	실험	7.27	1.56	1.006
		통제	6.79	0.95	
	성향	실험	7.42	1.31	1.261
		통제	7.00	1.49	
	타협성	실험	8.42	1.51	2.083*
		통제	6.20	2.57	
	결정성	실험	7.08	1.88	0.930
		통제	6.20	2.57	
전 체		실험	30.45	2.62	1.945
		통제	26.80	5.39	

2. 조사대상자의 자기효능감

진로코칭 프로그램이 실험집단의 자기효능감에 미치는 효과를 검증하기 위해 사전검사와 사후검사의 차이 검증을 위해 대응표본 T검증(paired t-test)을 실시한 결과 <표10>과 같다.

구체적으로 살펴보면 전체 자기효능감에서 유의한 차이가 나타났으며 하위영역 중에는 자신감에서 유의한 차이가 나타났다. 또한 ‘나는 어려운 상황을 극복할 수 있는 능력이 있다’라는 항목에서 사전, 사후간 가장 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이는 성취경험이 반복되거나 대리경험으로 타인의 성공경험을 보거나 상상하는 것을 통해 자기효능감이 상승된다고 한 결과(김말선, 2011; 정옥분, 2005)와 같은 결과라 할 수 있다. 즉, 진로코칭 프로그램 중에서 ‘꿈의 목록’ 팀활동 경험을 통해 자신의 꿈의 목록을 작성하고, ‘이런 사람으로 기억되고 싶다’에서 미래 자신이 원하는 모습을 상상하게 해 봄으로써 자기효능감이 상승한 결과라고 볼 수 있다. 그러므로 진로코칭 프로그램이 자기효능감 하위영역 중 자신감 영역에 차이를 가져오는 요인으로 볼 수 있다.

그 밖에 ‘나는 큰 문제가 생기면 불안해져서 아무것도 할 수가 없다’, ‘나는 어렵고 힘든 상황에서는 스트레스를 필요 이상으로 받는다’, ‘주변 사람들이 나보다 모든 일에서 뛰어난 것 같다’, ‘일은 쉬운 것일수록 좋다’라는 항목에서 유의한 차이가 나타났다.

진로코칭 프로그램이 통제집단의 자기효능감에 미치는 효과를 검증하기 위해 사전검사와 사후검사의 차이 검증을 위해 대응표본 T검증(paired t-test)을 실시한 결과는 <표11>과 같다.

‘나는 주어진 일을 하기 위해 정보를 충분히 활용할 수 있다’ 라는 항목에서 사전, 사후간 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며 다른 항목들에서는 유의한 차이가 나타나지 않았다.

<표10> 실험집단의 자기효능감

요인	문항	프로그램 실시 전		프로그램 실시 후		t-test
		M	SD	M	SD	
자 신 감	나는 부담스러운 상황에서는 우울함을 느낀다 ^a	3.50	1.00	3.83	1.03	-1.000
	나는 큰 문제가 생기면 불안해져서 아무것도 할 수가 없다 ^a	3.42	1.08	4.00	.74	-2.244*
	나는 어려운 상황을 극복할 수 있는 능력이 있다.	3.83	.72	4.00	.60	8.373***
	나는 위험한 상황에서 잘 대처할 수 없을 것 같아서 불안하다 ^a	3.75	.62	3.75	.867	0.000
	나는 어렵고 힘든 상황에서는 스트레스를 필요 이상으로 받는다 ^a	3.08	1.16	3.67	.89	-2.548*
	어떤 일을 시작할 때 실패할 것 같은 느낌이 들곤 한다 ^a	3.33	1.15	3.67	1.07	-0.938
	주변 사람들이 나보다 모든 일에서 뛰어난 것 같다 ^a	3.17	1.11	3.75	1.06	-2.028*
	나는 어려운 일이 생기면 당황스러워서 어찌할 바를 모른다 ^a	3.67	.89	3.75	.75	-0.690
	전체	27.75	5.35	30.73	4.63	-3.614***
자 기 조 절 효 능 감	나는 일의 순서를 정해 차례로 처리할 수 있다	3.67	1.07	3.75	.754	-0.761
	나는 어떤 일의 원인과 결과를 잘 찾아낼 수 있다	3.67	.78	3.67	.89	0.000
	나는 내가 할 수 있는 일과 그렇지 않은 일을 판단할 수 있다	4.00	.85	3.92	.67	0.321
	어떤 문제에 대한 나의 판단과 생각은 대체로 정확하다	3.50	.80	3.58	.79	-0.364
	나는 항상 목표를 세우고 목표에 따라서 일의 진행 상태를 확인한다	3.08	1.00	2.92	1.00	0.518
	나는 주어진 일을 하기 위해 정보를 충분히 활용할 수 있다	3.58	.79	3.75	.87	-0.804
	나는 일이 잘못되고 있다고 생각되면 빨리 바로 잡을 수 있다	3.25	.87	3.25	.76	0.000
	나는 어려움이 있을 때는 포기하지 않고 계속해서 노력한다	3.50	.80	3.42	.90	0.321
	나는 어떠한 일든 정확하게 처리할 수 있다	3.25	.87	3.25	.97	0.000
과 제 난 이 도 선 호	어떤 일이 처음에 잘 안되더라도 나는 될 때까지 해본다	3.67	1.07	3.42	1.00	0.821
	전체	35.17	6.03	34.92	6.43	0.080
	일은 쉬운 것일수록 좋다 ^a	2.17	1.11	2.67	1.37	-2.171*
	만일 일을 선택할 수 있다면 나는 어려운 일보다는 쉬운 일을 선택할 것이다 ^a	2.50	1.31	2.67	1.44	-0.616
	좀 실수를 하더라도 어려운 일을 좋아한다	2.92	.90	3.33	1.30	-1.101
	어렵거나 도전적인 일에 매달리는 것은 재미나는 일이다	3.83	1.02	3.84	.72	0.000
자 기 효 능 감	아주 쉬운 일보다는 내가 도전할 수 있는 어려운 일이 더 좋다	3.67	1.37	3.42	1.31	0.638
	전체	15.09	4.27	15.92	5.42	-1.000
자기효능감		78.09	13.99	82.18	15.82	-2.216*

^a : 역문항.

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

<표11> 통제집단의 자기효능감

요인	문항	프로그램 실시 전		프로그램 실시 후		t-test
		M	SD	M	SD	
자신감	나는 부담스러운 상황에서는 우울함을 느낀다 ^a	3.40	.84	3.30	.82	1.000
	나는 큰 문제가 생기면 불안해져서 아무것도 할 수가 없다 ^a	2.90	0.99	2.90	1.10	0.000
	나는 어려운 상황을 극복할 수 있는 능력이 있다.	3.10	.32	3.00	.47	1.500
	나는 위협한 상황에서 잘 대처할 수 없을 것 같아서 불안하다 ^a	3.40	.97	3.30	.82	1.406
	나는 어렵고 힘든 상황에서는 스트레스를 필요 이상으로 받는다 ^a	2.60	.97	2.70	.95	-0.208
	어떤 일을 시작할 때 실패할 것 같은 느낌이 들곤 한다 ^a	3.50	.71	3.30	.95	1.000
	주변 사람들이 나보다 모든 일에서 뛰어난 것 같다 ^a	3.10	1.10	3.10	.88	0.000
	나는 어려운 일이 생기면 당황스러워서 어찌할 바를 모른다 ^a	3.40	.97	3.30	.67	0.557
	전체	25.40	3.27	24.00	3.71	0.542
자기조절효능감	나는 일의 순서를 정해 차례로 처리할 수 있다	3.30	.67	3.10	.74	0.688
	나는 어떤 일의 원인과 결과를 잘 찾아낼 수 있다	3.20	.63	3.10	.88	0.557
	나는 내가 할 수 있는 일과 그렇지 않은 일을 판단할 수 있다	3.10	.74	3.60	.70	-1.464
	어떤 문제에 대한 나의 판단과 생각은 대체로 정확하다	3.00	.47	2.90	.57	1.000
	나는 항상 목표를 세우고 목표에 따라서 일의 진행 상태를 확인한다	2.30	.48	2.10	.32	1.500
	나는 주어진 일을 하기 위해 정보를 충분히 활용할 수 있다	3.10	.57	2.80	.63	1.964*
	나는 일이 잘못되고 있다고 생각되면 빨리 바로 잡을 수 있다	2.90	.88	2.80	.63	0.429
	나는 어려움이 있을 때는 포기하지 않고 계속해서 노력한다	2.90	.32	2.70	.48	1.500
	나는 어떠한 일이트 정확하게 처리할 수 있다	2.80	.63	2.70	.48	1.000
	어떤 일이 처음에 잘 안되더라도 나는 될 때까지 해본다	3.00	.67	2.80	.92	0.802
전체	29.60	2.46	28.60	3.92	1.291	
과제난이도 선호	일은 쉬운 것일수록 좋다 ^a	2.11	1.10	2.50	1.08	-1.765
	만일 일을 선택할 수 있다면 나는 어려운 일보다는 쉬운 일을 선택할 것이다 ^a	2.30	.95	2.10	.74	1.500
	좀 실수를 하더라도 어려운 일을 좋아한다	2.80	.63	2.70	.67	1.000
	어렵거나 도전적인 일에 매달리는 것은 재미나는 일이다	2.80	.63	2.90	.57	-0.318
	아주 쉬운 일보다는 내가 도전할 수 있는 어려운 일이 더 좋다	3.00	.82	2.90	.88	1.000
전체	13.01	2.93	13.10	1.79	-0.537	
자기효능감		66.90	4.84	65.70	7.54	0.840

^a : 역문항.

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

3. 조사대상자의 진로성숙도

진로코칭 프로그램이 실험집단의 진로성숙도에 미치는 효과를 검증하기 위해 사전검사와 사후검사의 차이 검증을 위해 대응표본 T검증(paired t-test)을 실시한 결과는 <표12>와 같다. 전체 진로성숙도에 유의한 차이가 나타났으며 4개의 하위영역 모두에서 유의한 차이가 나타났다. 따라서 진로코칭 프로그램의 ‘자기탐색’을 통해 자기를 이해하고 자신의 흥미와 적성을 파악하여 강점을 발견할 수 있도록 도우며, ‘진로탐색’ 활동을 통해 일의 의미와 직업의 중요성을 알고 직업의 세계를 이해하는 경험을 했다는 것을 보여준다. 즉, 대부분의 청소년이 직업에 대한 인식과 정보의 부족, 진로 선택에 대한 두려움으로 결정하지 못하는 진로미결정 상태(진은아, 2007)에 있다고 볼 때 진로코칭 프로그램이 실험집단의 진로성숙 수준의 향상에 기여하였다고 볼 수 있을 것이다.

구체적으로 살펴보면 ‘나는 선생님이나 부모님과 함께 나의 진로에 대해 의논하는 것이 좋다고 생각한다’, ‘나는 장래에 유명하게 만들 수 있는 직업을 선택해야 한다고 생각한다’, ‘나는 내가 하고 싶은 일을 할 수 있는 직업을 선택할 것이다’, ‘나는 여러 직업 중 돈을 많이 버는 직업을 선택할 것이다’, ‘나는 진로 결정이나 직업을 선택할 때 내가 정한 기준에 따라 선택하겠다’, ‘나는 누구에게나 자신에게 알맞은 직업은 오직 하나뿐이라고 생각한다’, ‘나는 나의 흥미나 취미에 가장 적합한 직업이 무엇인지 알고 있다’, ‘나는 직업을 선택할 때 생각해야 할 일이 많기 때문에 직업선택은 어려운 일이라고 생각한다’라는 항목에서 유의한 차이가 나타났다.

진로코칭 프로그램이 통제집단의 진로성숙도에 미치는 효과를 검증하기 위해 사전검사와 사후검사의 차이 검증을 위해 대응표본 T검증(paired t-test)을 실시한 결과는 <표13>과 같다.

구체적으로 살펴보면 ‘사람은 누구나 일할 수 있는 기회가 있으므로, 어떤 직업을 선택할지 미리 준비하지 않아도 된다’, ‘직업을 선택할 때는 최소한 몇 가지 직업들에 대해서 생각해 보아야 한다’, ‘나는 내가 갖고 싶은 직업을 자주 바꾸는 편이다’ 라는 항목에서 유의한 차이가 나타났다.

<표12> 실험집단의 진로성숙도

요인	문항	프로그램 실시 전		프로그램 실시 후		t-test
		M	SD	M	SD	
계획성	나는 선생님이나 부모님과 함께 나의 진로에 대해 의논하는 것이 좋다고 생각한다	1.17	.94	1.75	.62	-2.244*
	나는 내가 어른이 되었을 때 어떤 직업이 유망한 것인가를 알아보는 데 관심이 많다	1.25	.87	1.50	.80	-0.761
	나는 내가 원하는 직업을 갖기 위해 내가 할 일이 무엇인지 알고 있다	1.42	.79	1.75	.62	-1.483
	나는 학교를 졸업할 때까지 학교 공부에만 힘쓰고, 어떤 직업을 선택할지 미리 준비하지 않아도 된다 ^a	1.50	.80	1.92	.29	-1.603
	사람은 누구나 일할 수 있는 기회가 있으므로, 어떤 직업을 선택할지 미리 준비하지 않아도 된다 ^a	1.73	.65	1.83	.39	-0.363
	전체	7.27	1.56	8.82	1.40	-2.047*
성향	나는 장애에 유명하게 만들 수 있는 직업을 선택해야 한다고 생각한다 ^a	1.50	.80	2.08	.51	-2.028*
	나는 내가 하고 싶은 일을 할 수 있는 직업을 선택할 것이다	1.58	.67	2.00	.00	-2.159*
	나는 여러 직업 중 돈을 많이 버는 직업을 선택할 것이다 ^a	1.00	.60	1.58	.79	-2.244*
	나는 나의 취미나 흥미를 살릴 수 있는 직업을 선택할 것이다	1.83	.58	2.00	.00	-1.000
	나는 내가 어떤 직업에서 열심히 일하고 있는 내 모습을 가끔 상상해본다	1.50	.67	1.75	.45	-1.915*
	전체	7.42	1.31	8.92	.99	-3.593***
타협성	나는 아직 경험이 없으므로, 부모님이 원하는 직업을 선택해야 한다고 생각한다 ^a	2.17	.39	2.00	.60	1.483
	나는 진로 결정이나 직업을 선택할 때 내가 정한 기준에 따라 선택하겠다	1.50	.90	1.92	.29	-1.820*
	나는 누구에게나 자신에게 알맞은 직업은 오직 하나뿐이라고 생각한다 ^a	1.33	.89	1.83	.39	-2.171*
	나는 내가 원하는 직업을 얻기 위하여 모든 노력을 다 할 생각이다	1.67	.78	1.92	.29	-1.000
	직업을 선택할 때는 최소한 몇 가지 직업들에 대해서 생각해 보아야 한다	1.75	.62	2.00	.00	-1.393
	전체	8.42	1.51	9.67	.65	-2.916**
결정성	나는 내가 원하는 직업인이 되기 위해 무엇을 해야 할지 잘 모르겠다	1.42	.67	1.25	.45	1.000
	나는 나의 흥미나 취미에 가장 적합한 직업이 무엇인지 알고 있다	1.25	.75	1.75	.45	-2.171*
	나는 내가 갖고 싶은 직업을 자주 바꾸는 편이다 ^a	1.33	.89	1.92	.79	-1.735
	나는 직업을 선택할 때 생각해야 할 일이 많기 때문에 직업선택은 어려운 일이라고 생각한다	1.42	.79	1.83	.39	-1.820*
	직업을 선택하는 일은 자기 스스로 하는 것이 좋다고 생각한다	1.67	.49	1.67	.49	0.000
	전체	7.08	1.88	8.42	1.24	-1.876*
진로성숙도		30.45	2.62	36.09	2.07	-5.895***

^a : 역문항.

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

<표13> 통제집단의 진로성숙도

요인	문항	프로그램 실시 전		프로그램 실시 후		t-test
		M	SD	M	SD	
계획성	나는 선생님이나 부모님과 함께 나의 진로에 대해 의논하는 것이 좋다고 생각한다	1.32	.85	1.40	.84	1.406
	나는 내가 어른이 되었을 때 어떤 직업이 유망한 것인가를 알아보는데 관심이 많다	1.23	.79	1.40	.97	1.406
	나는 내가 원하는 직업을 갖기 위해 내가 할 일이 무엇인지 알고 있다	1.40	.82	1.40	.84	0.000
	나는 학교를 졸업할 때까지 학교 공부에만 힘쓰고, 어떤 직업을 선택할지 미리 준비하지 않아도 된다 ^a	1.41	.99	1.20	1.13	-0.246
	사람은 누구나 일할 수 있는 기회가 있으므로, 어떤 직업을 선택할지 미리 준비하지 않아도 된다 ^a	1.43	.74	0.40	.70	2.233*
	전체	6.79	1.51	5.80	1.84	1.247
성향	나는 장래에 유명하게 만들 수 있는 직업을 선택해야 한다고 생각한다 ^a	1.30	.95	1.20	1.03	1.000
	나는 내가 하고 싶은 일을 할 수 있는 직업을 선택할 것이다	1.80	.63	1.60	.84	1.000
	나는 여러 직업 중 돈을 많이 버는 직업을 선택할 것이다 ^a	1.40	1.07	0.70	.67	1.561
	나는 나의 취미나 흥미를 살릴 수 있는 직업을 선택할 것이다	1.40	.97	1.10	.99	1.406
	나는 내가 어떤 직업에서 열심히 일하고 있는 내 모습을 가끔 상상해 본다	1.10	.74	1.30	.82	-1.500
	전체	7.00	1.49	5.90	3.11	1.524
타협성	나는 아직 경험이 없으므로, 부모님이 원하는 직업을 선택해야 한다고 생각한다 ^a	1.90	.74	1.60	.84	1.000
	나는 진로 결정이나 직업을 선택할 때 내가 정한 기준에 따라 선택하겠다	1.20	1.03	0.80	1.03	1.500
	나는 누구에게나 자신에게 알맞은 직업은 오직 하나뿐이라고 생각한다 ^a	1.20	.92	1.0	.99	1.000
	나는 내가 원하는 직업을 얻기 위하여 모든 노력을 다 할 생각이다	0.60	.84	0.40	.84	1.000
	직업을 선택할 때는 최소한 몇 가지 직업들에 대해서 생각해 보아야 한다	1.40	.84	1.00	.97	2.003*
	전체	6.30	2.00	4.90	2.46	1.572
결정성	나는 내가 원하는 직업인이 되기 위해 무엇을 해야 할지 잘 모르겠다	1.10	.88	1.30	1.03	-0.287
	나는 나의 흥미나 취미에 가장 적합한 직업이 무엇인지 알고 있다	1.20	.92	1.60	.94	0.802
	나는 내가 갖고 싶은 직업을 자주 바꾸는 편이다 ^a	0.90	.88	1.50	.71	-1.964*
	나는 직업을 선택할 때 생각해야 할 일이 많기 때문에 직업선택은 어려운 일이라고 생각한다	1.20	.79	1.20	.88	1.000
	직업을 선택하는 일은 자기 스스로 하는 것이 좋다고 생각한다	1.80	.63	1.60	.84	1.000
	전체	6.20	2.57	7.20	2.37	-0.238
진로성숙도		26.80	6.23	25.00	5.80	0.981

^a : 역문항.

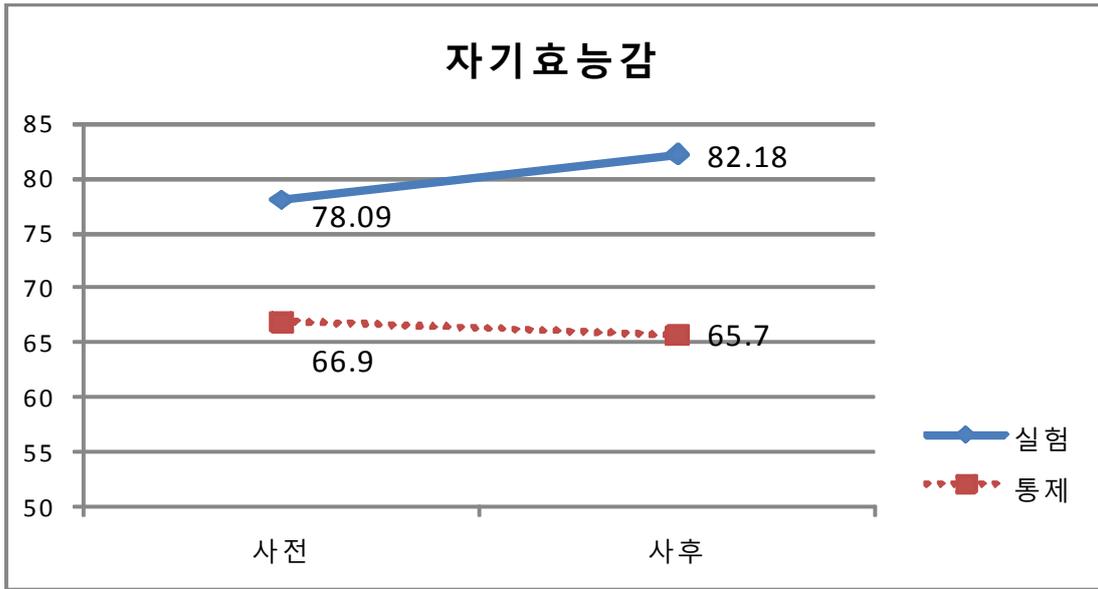
*p<.05 **p<.01 ***p<.001

4. 종속변인에 대한 t-검정 분석

실험집단과 통제집단 간 종속변인인 자기효능감과 진로성숙도에 대해 사후검사에서 차이를 검증하기 위하여 독립표본 t-검정을 실시한 결과는 <표14>와 같다. 그 결과는 전체적으로 자기효능감과 진로성숙도 모두 유의미한 차이가 나타났다. 구체적으로 살펴보면 자기효능감은 자기조절효능감과 과제난이도선호 하위영역에서도 유의미한 차이가 나타났으나 자신감 영역에서는 유의한 차이가 나타나지 않았다. 진로성숙도는 4개의 하위영역 모두에서 유의한 차이가 나타났다.

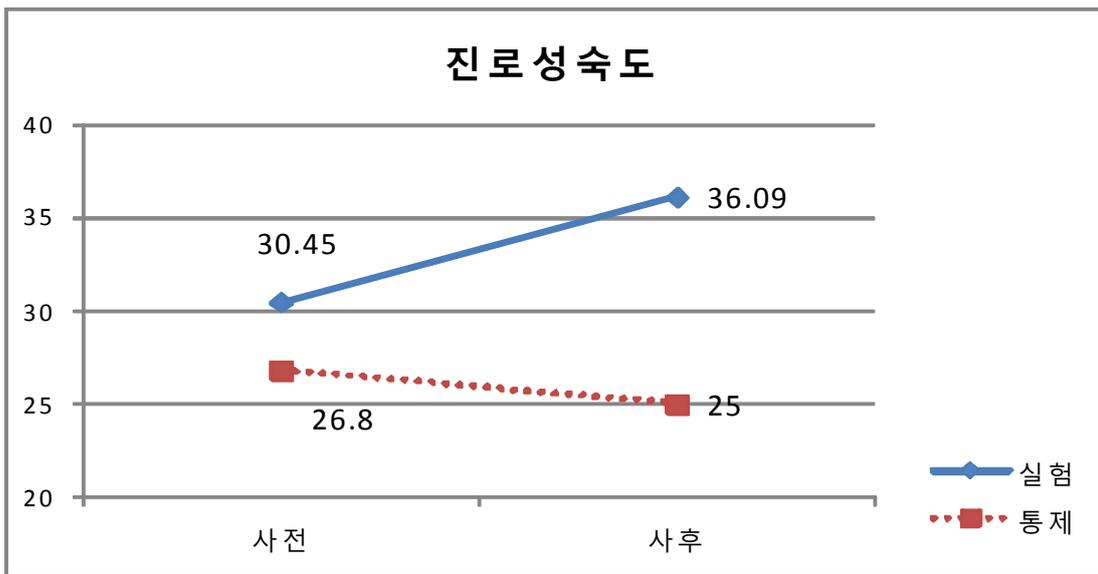
<표14> 실험집단과 통제집단 간 사후검사에 대한 t-검정

변인	하위내용	집단	M	SD	T
자기효능감	자신감	실험	30.73	4.63	1.015
		통제	24.00	3.71	
	자기조절효능감	실험	34.92	6.43	2.340*
		통제	28.60	3.92	
	과제난이도선호	실험	15.92	5.42	2.340*
		통제	13.10	1.79	
전 체		실험	82.18	15.82	3.180***
		통제	65.70	7.54	
진로성숙도	계획성	실험	8.82	1.40	5.921***
		통제	5.80	1.84	
	성향	실험	8.92	.99	2.946**
		통제	5.90	3.11	
	타협성	실험	9.67	.65	6.090***
		통제	4.50	2.46	
	결정성	실험	8.42	1.24	2.567**
		통제	7.20	2.37	
전 체		실험	36.09	2.07	2.284*
		통제	25.00	5.80	



<그림3> 자기효능감의 집단간 사전·사후 검사의 변화 그래프

자기효능감의 평균 점수가 실험집단은 사전검사에 비해 사후검사에서 약간 증가하였으며 통제집단은 사전검사와 사후검사에서 변화가 거의 없었다.



<그림4> 진로성숙도의 집단간 사전·사후 검사의 변화 그래프

진로성숙도의 평균 점수가 실험집단은 사전검사에 비해 사후검사에서 약 6점 증가하였으며 통제집단은 사전검사와 사후검사에서 변화가 거의 없었다.

5. 진로코칭 프로그램 실시 후 내용 분석

진로코칭 프로그램의 객관적 효과 검증과 더불어 참가한 학생들의 주관적 경험을 분석하기 위하여 내용 분석을 병행하였다. 내용 분석은 진로코칭 프로그램에 참여한 실험집단이 사후에 비구조화된 프로그램 참가 후 경험 분석지를 통하여 이루어진 것을 바탕으로 분석하였다. 또한 일대일 코칭 시간을 통해 학생들이 응답한 내용도 함께 분석하였다.

첫째, 프로그램 참여 전 나의 미래 또는 꿈에 대한 생각과 태도는 어떠했나요? 라는 질문이었다.

실험집단 학생들은 지금까지 관심이 없었다고 응답하거나 아직 꿈에 대한 생각을 해보지 않았다거나 아직 잘 모르겠다, 내가 무엇을 해야 하는지 정확히 모르겠다고 응답하였으며, 불안하고 걱정되었다, 미래에 대한 고민과 걱정이 크다고 응답한 경우도 있었다. 대부분의 학생들은 지금까지 자신의 진로에 대해 진지한 생각이나 태도를 갖지 못했던 것으로 나타났다.

둘째, 진로코칭 프로그램이 ‘나는 내가 목표로 삼았거나 나에게 주어진 일을 잘 해낼 수 있는 능력을 가졌다’는 믿음을 높이는데 도움이 되었나요? 라는 질문이었다. 이 질문을 통해 실험집단 학생들은 자신에 대한 믿음과 자신감과 관련한 자기효능감의 변화된 부분을 작성하였다.

대부분의 학생들은 진로코칭 프로그램이 도움이 되었다고 응답하였다. 구체적으로는 ‘내가 지금 무엇을 해야 하는지 모르고 살았는데 이 프로그램을 통해서 알아냈다’, ‘꿈을 생각해보는 시간이었고 내 꿈에 대한 확신이 더 커졌다’, ‘내 목표에 용기가 생겼다’, ‘사람은 목표가 생기면 되든 안 되든 한번은 해보려고 노력하는데 이 프로그램을 통해서 목표를 세우고 계획을 짜야겠다는 생각이 들었다’, ‘나의 흥미와 적성을 알게 되어 기쁘다’, ‘내가 잘하는 것을 조금이나마 더 알게 되어 좋았다’, ‘내가 원하는 모습으로 될 수 있다는 믿음이 생겼다’라고 응답하였다.

셋째, 진로코칭 프로그램이 ‘나 자신과 나의 진로에 대하여 보다 잘 이해하고 나에게 맞는 진로를 설계’하고 준비하는데 도움이 되었나요? 라는 질문이었다.

이는 자신의 흥미와 적성을 인식하고 이와 관련된 진로를 계획하는 진로성숙도와 관련하여 변화된 부분을 작성하였다.

대부분의 학생들은 진로코칭 프로그램이 도움이 되었다고 응답하였다. 구체적으로는 ‘아직 생각해보지 않았던 것을 생각할 수 있어서 도움이 되었다’, ‘내가 이 꿈을 이루려면 이렇게 해야 된다는 확신이 들었다’, ‘나의 적성에 맞는 진로설계를 통해 좀 더 구체적으로 진로계획을 해 나갈 수 있어서 좋았다’, ‘내가 무엇을 잘하고 좋아하는지 알 수 있어서 좋았다’, ‘진로를 위해 무슨 일을 해야 할지 알게 되었다’, ‘진로코칭을 하면서 내가 어떤 유형인지 알게 되면서 더욱더 내 꿈에 대한 확신을 가졌다’, ‘선생님과의 대화가 많은 도움이 되었다’ 라고 응답하였다.

넷째, 진로코칭 프로그램이 ‘어려운 일을 만나도 이를 극복하고 나에게 주어진 일을 성공적으로 이루어내고 싶다는 의지’를 높이는데 도움이 되었나요? 라는 질문이었다. 이는 어려운 일이 있을 때 포기하지 않고 도전하고자 하는 자기효능감과 관련하여 변화된 부분을 작성하였다.

모든 학생들은 진로코칭 프로그램이 도움이 되었다고 응답하였다. 구체적인 내용을 살펴보면 ‘나의 미래를 위해서 그렇게 하겠다’, ‘내가 잘하는 것을 더 알게 되어서 용기를 갖게 되었다’, ‘누구나 어려운 일들은 있고 그것을 극복해야 성공할 수 있다는 것을 다시 한번 생각하게 해 주었다’, ‘내가 의지를 세우고 꿈을 위해 노력한다면 모든 것은 이루어질 수 있다는 마음이 생겼다’, ‘어려운 일이라도 사람은 노력하면 못하는 것이 없다는 것을 알았다’, ‘어려운 일을 만나도 이를 극복하고 나에게 주어진 일을 성공적으로 이루어내고 싶다’라고 응답하였으며 특히 동영상을 통해 노력하고자 하는 마음을 갖게 되었다고 하였다.

다섯째, 진로코칭 프로그램에 참여하면서 ‘나에게 가장 유익하고 도움이 되었던 부분’은 어떤 것인가요? 라는 질문이었다.

학생들은 ‘내가 무엇을 해야 할지 알아낸 것’, ‘일대일 코칭으로 나 자신의 이야기를 할 수 있던 것’, ‘잘 될꺼라고 말해주시고 아직 포기할 것은 생각하지 말라고 하신 것’, ‘내가 부족하다고 생각하는 것을 어떻게 하면 고칠 수 있는지에 대해 알게 된 것’, ‘진로를 지금 정하면 좋은 점과 나의 진로를 더 자세히 알 수 있었던 것’ 이라고 응답하였다.

마지막으로 진로코칭 프로그램의 세부 활동 중 가장 유익하고 좋았던 프로그램 3가지를 순서대로 적어보도록 하였다.

그 결과 대부분의 학생들은 첫 번째로 일대일코칭 시간을 꼽았다. 그 이유로는 일대일 코칭을 통해 나의 이야기를 하면서 나 자신을 되돌아볼 수 있었고, 지금 내가 무엇을 해야 하는 지 알 수 있었고 내 꿈을 더욱 확실히 할 수 있었기 때문이라고 하였다. 그 다음으로는 꿈의 목록 시간이었다. 그 이유로는 내가 하고 싶었던 것들을 생각하는 시간이었으며 꿈 목록을 쓰면서 다양한 꿈에 대해 생각해봤고 이 꿈을 꼭 이루었으면 좋겠다는 생각도 하게 되어 좋았다고 응답하였다. 그 밖에 자기탐색(흥미·적성 검사), 진로탐색(직업의 중요성), 진로설계(나에게 쓰는 편지)도 유익하고 좋았던 프로그램으로 응답하였다.

V. 결론 및 제언

최근 중학교에서는 진로교육이 중요해지고 진로교육에 대한 요구도가 증가하면서 학교와 민간에서 다양한 진로교육이 이루어지고 있다. 그러나 현재 실시되고 있는 진로교육 프로그램이 학생들에게 실질적으로 얼마나 도움을 주었는지 알 수 없는 실정으로 현재의 진로교육을 보완하여 학생들에게 실질적으로 도움이 될 수 있는 진로교육이 필요한 실정이다.

본 연구는 진로코칭 프로그램이 중학생의 자기효능감과 진로성숙도에 미치는 효과를 알아보는데 그 목적이 있었다. 본 연구의 목적을 달성하기 위해 제주시에 있는 지역아동센터를 이용하고 있는 중학교 1학년과 2학년 학생들을 대상으로 하여 두 군데 지역아동센터를 선정하여 직접 참가신청을 받았다. 참여를 희망하는 학생 20명을 대상으로 하여 실험집단 10명과 통제집단 10명으로 구성하였다. 실험집단은 총 10회기의 진로코칭 프로그램에 참여하였으며 통제집단은 어떤 프로그램에도 참여하지 않도록 하였다.

본 연구의 목적을 위해 실시된 진로코칭 프로그램의 효과성 검증을 위하여 조사대상자들을 대상으로 사전과 사후검사를 실시하였으며 SPSS 20.0 통계프로그램을 이용하여 분석하였다. 연구문제의 분석을 위한 연구방법으로 실험집단과 통제집단의 동질성 검사를 위해 독립표본 t-test, 실험집단과 통제집단의 사전과 사후 조사에 대해 대응표본 T검증(paired t-test), 사후조사에서의 차이를 검증하기 위하여 독립표본 t-test를 실시하였다. 또한 진로코칭 프로그램의 세부적 내용 및 참가자들의 주관적 경험을 분석하는 내용 분석을 실시하였다.

주요한 분석결과는 다음과 같다.

첫째, 진로코칭 프로그램이 실험집단의 자기효능감에 미치는 효과를 검증한 결과 전체 자기효능감에서 유의한 차이가 나타났으며 하위영역 중에는 자신감에서 유의한 차이가 나타났다. 또한 ‘나는 어려운 상황을 극복할 수 있는 능력이 있다’라는 항목에서 사전, 사후간 가장 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 통제집단은 ‘나는 주어진 일을 하기 위해 정보를 충분히 활용할 수 있다’라는 항목에서 사전, 사후간 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며 다른 항목들에서는 유의한

차이가 나타나지 않았다.

둘째, 진로코칭 프로그램이 실험집단의 진로성숙도에 미치는 효과를 검증한 결과 전체 진로성숙도에 유의한 차이가 나타났으며 4개의 하위영역 모두에서 유의한 차이가 나타났다. ‘나는 선생님이나 부모님과 함께 나의 진로에 대해 의논하는 것이 좋다고 생각한다’를 비롯하여 8개 문항에서 유의미한 차이가 나타났다. 통제집단의 경우 전체 진로성숙도에서는 유의미한 차이가 나타나지 않았으며 3개의 문항에서 유의한 차이가 나타났다.

셋째, 실험집단과 통제집단 간 종속변인인 자기효능감과 진로성숙도에 대해 사후검사에서 유의한 차이를 검증한 결과 자기효능감과 진로성숙도 모두 유의미한 차이가 나타났다. 구체적으로 살펴보면 자기효능감은 자기조절효능감과 과제난이도선호의 하위영역에서 유의미한 차이가 나타났으며 진로성숙도는 4개의 하위영역 모두에서 유의한 차이가 나타났다. 이는 진로코칭 프로그램이 중학생들에게 긍정적인 효과를 미친 것으로 이해할 수 있다.

넷째, 진로코칭 프로그램에 참여한 학생들의 주관적 경험을 분석한 결과 진로코칭 프로그램 참여 전에는 관심이 없었거나 생각해보지 않았다거나 아직 잘 모르겠다고 대부분 응답하였다. 진로코칭 프로그램이 ‘나에게 주어진 일을 잘 해낼 수 있는 능력을 가졌다’는 믿음을 높이는데 도움이 되었나요?, ‘나 자신과 나의 진로에 대하여 보다 잘 이해하고 나에게 맞는 진로를 설계’하고 준비하는데 도움이 되었나요?, ‘어려운 일을 만나도 이를 극복하고 나에게 주어진 일을 성공적으로 이루어내고 싶다는 의지’를 높이는데 도움이 되었나요? 라는 질문에 대부분이 도움이 되었다고 응답하여 긍정적인 변화가 있었다. 또한 진로코칭 프로그램의 세부 활동 중 가장 유익하고 좋았던 프로그램은 일대일 코칭 시간이라고 하였다.

분석결과를 바탕으로 본 연구의 결론을 제시하면 다음과 같다.

첫째, 중학생의 진로코칭 프로그램 실태를 살펴본 결과 본 연구의 대상자인 중학생들은 학교에서 실시하는 진로수업 외에는 진로코칭 프로그램을 받아본 경험이 없는 것으로 나타났다. 또한 학교에서 진로수업이 있음에도 불구하고 대부분의 학생들은 진로에 대한 의논대상이 친구라고 응답하였다. 이는 선생님보다 친구들이 편하기 때문이기도 하나 진로코칭 프로그램과는 달리 수업의 내용과 진행이 일반 교과와 큰 차이가 없이 진로와 관련한 지식 전달에 한정되기 때문이

라 이해할 수 있다. 따라서 진로 담당선생님들의 진로코칭 프로그램 연수 등을 통해 진로 담당선생님들의 역량을 강화할 필요가 있다.

둘째, 지역아동센터의 학생들은 일반 학생들에 비하여 양육 및 교육적 기반이 취약할 가능성이 높고 여러 가지 어려움을 경험할 가능성이 높다. 이러한 환경에서는 자기효능감과 진로성숙도의 개발과 발달을 촉진하기 어렵다고 할 수 있다. 그럼에도 불구하고 진로코칭 프로그램으로 인하여 자기효능감과 진로성숙도가 향상된 것은 고무적이라 할 수 있다. 그러므로 지역아동센터나 이와 비슷한 역할을 하는 아동 및 청소년 센터들에 진로코칭 프로그램 보급 등의 노력이 필요할 것이다.

셋째, 진로코칭 프로그램이 중학생들의 자기효능감과 진로성숙도의 긍정적 변화에 효과가 있는 것으로 나타났다. 구체적으로 진로코칭 프로그램을 통해 자신의 흥미와 적성을 파악하게 되고 자신의 꿈에 대한 확신이 생기고 노력해보고자 하는 실천계획과 행동까지 할 수 있게 되었다. 그러므로 지속적이며 정기적인 진로코칭 프로그램의 도입이 필요함을 시사한다.

넷째, 본 연구는 중학생들을 대상으로 하였으나 중학생들의 경우 뿐 만 아니라 학년별 수준에 적합한 프로그램의 수정 보완을 거쳐 다양한 연령대에 맞는 진로코칭 프로그램의 개발도 필요하다고 본다. 특히, 서울대 대학생활문화원 보도자료(2011)에 따르면 우리나라의 경우 대학생이 되어서도 진로에 관련된 많은 갈등과 문제점을 경험하며 진로 문제와 학업 문제를 가장 크게 인식하고 있다고 한 결과를 통해서도 진로의 문제가 한 연령대에 국한된 것이 아님을 알 수 있다. 이와 같은 현실을 통해 다양한 연령대에 적용할 수 있는 진로코칭 프로그램의 개발이 필요함을 알 수 있다.

이상과 같은 본 연구의 결과는 제주지역에서 중학생을 대상으로 한 진로코칭 프로그램의 진행을 시도하였다는데 그 의의가 있다. 그러나 본 연구는 제주시에 소재한 지역아동센터를 이용하는 중학생 20명을 대상으로 구성하였으나 연구대상이 적어 이를 일반화하기에는 제한점이 있다. 또한 본 연구에서는 진로코칭 프로그램의 효과성 검증 결과 나타난 유의미한 결과들이 효과성에 영향을 미치는 참여자의 개개인의 특성 및 가정 관련 등의 변수들을 고려하지 않았으므로 이에 대한 분석이 필요하다.

앞으로 본 연구의 결과를 기초로 학교와 다른 아동 및 청소년 센터의 여러 연령층의 대상자를 대상으로 한 일반화된 코칭 교육 프로그램의 개발을 위해 보다 심층적이고 체계화된 연구가 계속 이루어져야 할 것이다.

참고문헌

- 강운정(2010), 교사행동 및 학급풍토와 자기효능감, 경인교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 강원도교육연구원(1993), 교육연구자료목록 제17호, 318P.
- 고대석(2002), 진로탐색 집단상담 프로그램이 중학생의 진로성숙 및 진로결정에 미치는 효과, 건국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 교육과학기술부(2014), (2014) 국가정보보호백서, 서울; 방송통신위원회.
- 교육과학기술부·한국직업능력개발원(2012), 단위학교의 진로교육 실천역량 강화 방안, 서울; 한국직업능력개발원.
- 권택영(2010), 지역아동센터 프로그램의 이용 실태와 만족도에 관한 연구 : 경주시, 포항시를 중심으로, 동국대학교 대학원 석사학위논문.
- 권석만(2008), 긍정 심리학: 행복의 과학적 탐구, 서울: 학지사.
- 김경란(2012), 제주지역 중학생의 진로교육 실태 및 진로의식 연구, 제주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김경화(2008), 진로교육 프로그램이 아동의 진로성숙과 진로자기효능감에 미치는 효과, 제주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김규수(2010), 코칭기법을 활용한 미술활동이 유아의 미술능력에 미치는 영향, 어린이미디어연구, 9(3).
- 김말선(2011), 다중지능이론에 기초한 진로 집단상담이 대학생의 진로의사결정과 진로자기효능감 및 진로성숙도에 미치는 효과, 동아대학교 대학원 석사학위논문.
- 김민(2006), 성격유형, 자기효능감 및 진로성숙도와 학업성적과의 관계: 중학생을 대상으로, 광운대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김봉환·김아영·차정은·이은경(2007), 진로상담: 청소년용 진로발달검사 개발 및 타당화 연구, 한국심리학회지, 8(2).
- 김봉환·이형국(2010), 진로상담: 인지적 정보처리접근 중심 대학생 진로발달 증

- 진 프로그램 개발, 상담학연구, 11(2).
- 김선미(2003), 진로집단상담이 중학생의 진로성숙에 미치는 효과, 제주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김아영·차정은(1996), 교사효능감 및 학생의 학업적 자기효능감이 학업성취도에 미치는 영향에 대한 다층분석, 교육심리연구, 17(2).
- 김아영·박인영(2001), 학업적 자기효능감 척도 개발 및 타당화 연구, 교육학연구, 39(1).
- 김원중(1984), 진로의식성숙과 사회·심리적 변인과의 관계, 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 김정희(2012), 초등학생의 애착유형이 정서조절능력과 자기효능감에 미치는 영향, 국민대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김종운(2011), 커리어포트폴리오를 활용한 진로탐색프로그램이 전문계 고등학생의 자기효능감 및 진로정체감에 미치는 효과, 수산해양교육연구, 21(1).
- 김진순(2005), 진로탐색 프로그램 활용이 중학생의 진로성숙도 향상에 미치는 영향, 충북대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김충기(1978), 생 교육의 이론적 접근, 논문집, 3.
- _____ (1986), 중등학교에 있어서 진로교육 프로그램 개발에 관한 연구, 논문집, 9.
- _____ (1993, 1995 재인용), 진로교육활성화를 위한 진로판단·권고제의 활용방안, 교육논집, 24(33-76).
- _____ (1998), 진로발달 접근을 통한 진로 계획에 관한 연구, 진로교육연구, (10).
- _____ (2011), 진로상담과 진로교육, 서울; 동문사.
- 김행수(2010), 부모에 대한 애착과 자기 효능감이 대학생의 진로결정 수준과 진로준비행동 수준에 미치는 영향, 강남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김현수(2002), 아동이 지각한 교사행동과 자아개념과의 관계연구, 관동대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김현욱(1989), 청소년의 진로성숙과 관련변인과의 상관관계, 건국대학교 대학원 석사학위논문.
- 김홍혜(1998), 진로탐색 집단상담이 고등학생의 진로의식 성숙에 미치는 효과, 이

- 화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 노기숙(2004), 진로탐색 집단상담 프로그램이 중학생의 진로성숙과 진로결정 자기효능감에 미치는 효과, 홍익대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 노 혁(2002), 청소년 생명교육프로그램 개발 방향, 지성과 창조, (4).
- 박복희(2011), 지역아동센터 교육환경이 아동의 자기효능감에 미치는 영향, 조선대학교 대학원 석사학위논문.
- 박소라·김지혜·이현림(2008), 미술활동을 적용한 진로집단상담이 중학생의 자아정체감과 진로결정효능감에 미치는 효과, 진로교육연구, 21(2).
- 박영신·김의철·김영희·민병기(1999), 초등학생의 생활만족도 형성요인에 대한 구조적 관계 분석: 사회적 지원과 자기효능감을 중심으로, 한국심리학회지, 5(1).
- 박완성(2004), 고교생의 진로자아효능감·진로준비행동과 관련 변인과의 관계 : 심리적 독립성, 성역할 정체감, 학업성취를 중심으로, 고려대학교 대학원 박사학위논문.
- 박진숙(2011), 인지적 정보처리이론에 근거한 초등학생 진로집단상담 프로그램 구성 및 효과검증, 대구대학교 대학원 박사학위논문.
- 박필자(2006), 진로탐색 집단상담 프로그램이 중학생의 진로의식성숙 및 진로결정 자기효능감에 미치는 효과, 영남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 서울대 대학생활문화원 보도자료(2011), (효과적인 대학교육 정책 수립을 위한)대학생활 의견조사 보고서: 2010년 8월 및 2011년 2월 대학 졸업예정자를 대상으로, 서울: 서울대학교 대학생활문화원.
- 손은령(2011), 국내 진로 집단지도 및 집단프로그램의 연구동향과 후속연구과제 -2001년 이후 논문을 중심으로-, 교육연구논총, 32(2), 129-147.
- 송동윤(2003), 대학 차원의 인적자원개발 전략과 대학생의 진로선택의 관계에 있어서 진로인식의 조절효과에 관한 연구, 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 양신자(2011), 진로모델링을 활용한 진로코칭프로그램이 희망과 진로준비행동에 미치는 효과: 중학교 3학년을 중심으로, 광운대학교 교육대학원 석사학위논문.

- 어은선(2011), 독서를 활용한 중학생의 진로그룹코칭의 효과성 연구: 자존감, 진로장벽, 진로준비행동을 중심으로, 광운대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 엄인기(2012), 다중지능이론에 기초한 진로교육프로그램이 초등학교 5학년 아동의 진로성숙도와 자아존중감에 미치는 영향, 경인교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 윤애영(2013), NLP를 활용한 진로집단코칭이 고등학생의 진로결정 자기효능감 및 진로결정 관련 변인에 미치는 영향, 백석대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 원희정(2006), 저소득층 아동의 사회적 지지와 자기효능감, 자기조절능력과의 관계, 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이기학·한종철(1997), 고등학생의 성별 및 계열별에 따른 진로태도 성숙정도의 비교 연구, 한국심리학회지, 9(1).
- 이 나(2005), 자기조절학습 훈련이 아동의 주도적 학습과 자기 효능감에 미치는 효과, 순천대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이선영(2009), 진로지도 프로그램이 지역아동센터 아동의 자기효능감 및 진로성숙도에 미치는 효과, 동아대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이순희(2011), 국내 진로 집단지도 및 집단프로그램의 연구동향과 후속연구과제 -2001년 이후 논문을 중심으로-, 교육연구논총, 32(2), 129-147.
- 이 완(2002), 학교생활적응프로그램이 중학생의 성격요인과 자기개념에 미치는 영향, 대전대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이은숙(2007), 리더십 코칭 프로그램이 아동의 자아효능감과 주도성 향상에 미치는 효과, 남서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 이해경(2000), 진로교육 프로그램이 진로성숙도에 미치는 영향-내·외통제별로-, 충남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이현림(2006), 진로탐색 집단상담이 여중학생의 자아개념과 진로의식성숙에 미치는 효과, 청소년학연구, 10(2).
- 이현림·권소희(2000), 중·고등학생의 진로의식성숙에 영향을 주는 변인 분석, 상담학연구, 1(1), 297-323.
- 이희경·하정희(2005), 아동 ,청소년 상담 : 낙관성, 자기효능감, 인터넷 몰입, 강

- 인성이 청소년의 인터넷 중독에 미치는 영향, 상담학연구, 6(3).
- 임 언(2001), 평생학습 사회에서의 진로개발모형: 멀티플레이어, 진로교육연구, 15(2).
- _____ (2008), 실과 교과를 통한 역량 중심 교과통합 진로교육, 한국실과교육학회 학술대회논문집, 2009(8).
- 이지연외(2009), 남녀대학생의 진로선택모형 검증: 자기효능감, 결과기대, 흥미와 목표의 관계에서, 사회과학 연구논총, 17, 75-99.
- 장기명(2002), 대학생을 위한 진로 집단상담 프로그램의 효과 및 과정 분석, 원광대학교 대학원 박사학위논문.
- 장석민외(1990), 가정에서의 진로 지도 방안, 단암문원, (1).
- 장선화(2011), 진로집단프로그램이 지역아동센터 이용 청소년의 진로 발달에 미치는 효과, 전주대학교 상담대학원 석사학위논문.
- 장정임(2009), 진로상담 프로그램이 학교밖 청소년의 진로성숙도 및 진로자기효능감에 미치는 효과, 제주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 장혜진(2006), NLPia 코칭 프로그램이 시설아동의 자아존중감과 자기효능감에 미치는 효과, 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 정미숙(2008), 초등학생이 지각한 담임교사-아동간의 의사소통수준과 학교생활적응과의 관계: 자기효능감의 매개효과, 경남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 정보현(2012), 비전수립 코칭 프로그램이 방과후아카데미 아동의 자기효능감과 진로성숙도 및 성취동기에 미치는 효과, 동아대학교 대학원 박사학위논문.
- 정승영(2009), 진로탐색프로그램이 중학생의 진로성숙도에 미치는 영향, 서남대학교 대학원 석사학위논문.
- 정옥분(2005), 청소년의 창의성과 자아존중감 및 자기효능감과의 관계, 한국인간발달학회 학술대회지, 2005(1).
- 정옥분·김경은·박연정(2006), 청소년의 창의성과 자아존중감 및 자기효능감과의 관계, 인간발달연구, 13(1).
- 정정애(2010), 아동, 청소년상담: 부모양육태도, 학업적 자기효능감, 성취목표지향

- 성이 자기조절학습에 미치는 영향, 상담학연구, 11(3).
- 정채기(1991), 자아개념, 자아정체감 및 내·외통제성이 진로결정에 미치는 영향, 건국대학교 대학원 박사학위논문.
- 조명실(2007), 청소년의 자아정체감, 사회적지지, 진로결정 자기효능감이 진로성숙과 진로준비행동에 미치는 영향, 성균관대학교 대학원 박사학위논문.
- 조승우(1997), 초등학교 아동의 목표지향성과 자기조절학습전략 및 자기효능감과의 관계, 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 조혜정(2001), 빈곤 청소년의 학교적응유연성과 관련된 보호요인 특성 연구, 카톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 진은아(2007), 고등학생이 지각한 사회적지지와 진로결정자기효능감이 진로미결정에 미치는 영향, 제주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 최영례(2007), 위인동화를 활용한 NLPia 코칭 프로그램이 아동의 자아효능감에 미치는 효과, 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 최인창(2006), 현실요법 진로집단상담 프로그램이 중·고등학생의 진로발달에 미치는 효과-진로자기효능감, 진로성숙도, 내외통제성을 중심으로, 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 최장미(2008), 초등학생의 진로성숙도 향상을 위한 부모참여 진로집단상담 프로그램 개발, 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 탁진국(2012), 코칭심리, 서울: 학지사.
- 통계청(2013), 2013 청소년 통계, 서울: 통계청.
- 한혜진(2002), 자기주장 훈련이 초등학생의 자기효능감 향상에 미치는 효과, 서울교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 황금숙(2013), 특성이론기반 집단진로코칭이 고등학생의 진로성숙과 진로결정에 미치는 효과, 광운대학교 교육대학원 석사학위논문.
- TMD교육그룹(2013), 행진 아카데미 진로코칭프로그램 매뉴얼, TMD교육그룹.
- Bandura(1977), Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- _____ (1986), *Social foundations of thought and action: A social cognitive*

- theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Betz & Hackett(1981), The relationship of carrier-related self-efficacy expectations to perceived career options in college men and women. *Journal of Counseling Psychology*, 28, 399-410
- Colombo & Werther(2011), Strategic career coaching for an uncertain world, *Business horizons*, 46(4), 33-38.
- Crites(1974), Career maturity. VGME, 4(2), 1-8.
- _____(1978), Manual of the career maturity inventory for adults: *Theory and Research Handbook*. Monterey. California: CTB/Mcgraw-Hill.
- Crities(1971), The maturity of vocational attitude in adolescence, *Inquiry Series, Monograph No.2*. Washington, DC.
- Goldhammer & Taylor(1972), *Career Education: Perspective and promise*. Columbus, Ohio: Charles E. Merrill Publishing Co.
- Lent & Hackett(1994), Toward a Unifying Social Cognitive Theory of Career and Academic Interest, choice, and Performance, *Journal of Vocational behavior*, 45(1), 79.
- Malone(2005), Luminal nutrition during hepatopoietic cell transplantation and its effects on indices of intestinal barrier function in children and adults, *Frances R, University of Washington*, 73.
- Seligman(2002), *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.
- Super(1981), Approaches to Occupational choice and career development. In A. G. Watts, D. E. Super & J. M. Kidd, *Career development in Britain*. Cambridge, England: Hobson's Press.
- _____(1990), A life-span, life-space approach to career development. In D. Brown. L. Brooks, & Associates. *Career choice and development(197-261)*. San Francisco: Jossey Bass.
- Taylor & Betz(1983), Applications of self-efficacy theory to the understanding and treatment of career indecision. *Journal of Vocational Behavior*,

22, 63-81.

Zunker(2002), Career Counseling: Applied Concepts of Life Planning(6th Edition). Thomson Learning.

<Abstract>

Effectiveness of Career Coaching Program
on Self-efficacy and Career Maturity
-To Middle School Students in Community Child Center-

Ha-Na Kim

Department of Family Management
Graduate school of Natural Science, Jeju National University,

Supervised by Professor Hye-Yeon Kim

The purpose of this research is to verify the effectiveness of career coaching program on middle school students' self-efficacy and career maturity. For this study, ten first and second year middle school students from community child center in Jeju City were selected as an experiment group and ten students from different community child center from outside of Jeju City were selected as a control group. The career coaching program consisted of 10 sessions which included team activities and one-to-one coaching. Each session was 120 minute long, and was held three times a week.

Self-efficacy and career maturity were observed on both groups before and after the coaching sessions for effectiveness of the program.

The results of the research can be summarized as follows.

1. Career coaching program on the experiment group contributed to significant change in self-efficacy and self-confidence.
2. Career coaching program on the experiment group contributed to

significant change in career maturity in every subdivisions.

3. The post test showed significant change on self-efficacy and career maturity which were dependent variables between the expe

4. The analysis of subjective experience of students attended career coaching program showed that the most of the students answered that the program helped improve their self-efficacy and career maturity before they participated the program and chose the one to one coaching as the most beneficial and instructive activity.

These results suggest that coaching program is a meaningful program to enhance the career efficacy and career maturity among the middle school studensts. The further studies are needed to develop the generalized programs for the various groups.

As a result, the effectiveness of career coaching program was verified because both self-efficacy and career maturity of the experiment group who participated the career coaching program had been increased than the control group who did not take part in the program. There is a further significance since this research suggested career coaching program which is different from traditional ways of career education in middle school such as career consulting and admission consulting.

<부록>

설 문 지

안녕하십니까?

여러분의 소중한 시간을 내 주셔서 감사드립니다.

본 설문은 진로코칭프로그램이 중학생의 자기효능감과 진로성숙도에 미치는 효과에 대해 연구하고자 만들어진 것입니다. 본 설문은 정답이 있는 것이 아니므로 자신이 느끼는 대로 성실히 답변해 주시기 바랍니다.

응답해 주신 결과는 오직 연구목적으로만 활용 될 것이며, 연구의 목적 이외에 사용되지 않을 것을 약속드립니다. 또한 응답한 분의 비밀 보장을 약속드립니다.

여러분의 솔직한 응답이 저의 연구에 귀중한 자료가 되오니 한 문장도 빠짐없이 성의껏 응답해 주시면 감사하겠습니다.

참여해주셔서 다시 한 번 감사드립니다.

2014년 10월

제주대학교 일반대학원 가정관리학과

지도교수 : 김혜연

연구자 : 김하나

(010-2692-2253)

설문 1) 일반 사항

1. 나의 성별은 무엇인가요? ()

- ① 남자 ② 여자

2. 현재 나는 몇 학년인가요? ()

- ① 중학교 1학년 ② 중학교 2학년 ③ 중학교 3학년

3. 현재 가장 크게 고민하는 부분은 어떤 것인가요? ()

- ① 성적 ② 진로 ③ 친구관계 ④ 가정 ⑤ 외모 ⑥ 기타()

4. 나의 가족 구성원을 모두 적어주세요.

()

5. 내가 생각할 때 부모님과 나의 관계는 어떤가요? ()

- ① 아주 안 좋다. ② 안 좋다. ③ 보통이다. ④ 좋다. ⑤ 아주 좋다.

6. 내가 생각할 때 평소 나의 친구관계는 어떤가요? ()

- ① 아주 안 좋다. ② 안 좋다. ③ 보통이다. ④ 좋다. ⑤ 아주 좋다.

7. 나의 종교는 무엇인가요? ()

- ① 기독교 ② 불교 ③ 카톨릭 ④ 무교 ⑤ 기타()

설문 2) 진로

8. 평소에 진로에 대한 고민을 어느 정도 하고 있나요? ()

- ① 전혀 하지 않는다. ② 별로 하지 않는다. ③ 보통이다.
④ 가끔 한다. ⑤ 매우 자주 한다.

9. 진로와 관련해 주로 의논하는 사람은 누구인가요? ()

- ① 부모님 ② 선생님 ③ 친구 ④ 형제·자매 ⑤ 전문상담기관 ⑥ 기타()

10. 진로를 선택할 때 가장 중요한 것은 무엇인가요? ()

- ① 적성이나 흥미 ② 부모님의 희망 ③ 출세와 성공 ④ 학교 성적
⑤ 연봉 ⑥ 일의 가치 ⑦ 기타()

11. 만약 부모님과 자신이 원하는 직업이 다르다면 어떻게 하겠나요? ()

- ① 부모님이 반대하셔도 나의 뜻대로 하겠다.
② 일단 다시 생각해 보겠지만 나의 뜻대로 할 것 같다.
③ 일단 다시 생각해 보겠지만 부모님의 뜻에 따를 것 같다.
④ 전적으로 부모님의 뜻에 따르겠다.

12. 지금 현재 나의 진로를 결정했나요? ()

- ① 예. 결정했다. → 14번으로 가시오 ② 아니요. 결정하지 않았다. → 13번으로 가시오

13. 나의 진로를 결정하기 어려운 이유는 무엇인가요? ()
- ① 정보가 부족해서 ② 흥미, 적성을 잘 몰라서 ③ 성적이 좋지 않아서
 ④ 관심이 없어서 ⑤ 부모님과 의견차이로 ⑥ 의논대상이 없어서 ⑦ 기타()

14. 진로와 관련해서 도움을 받고 싶은 것은 어떤 것인가요? ()
- ① 진로적성검사 ② 직업체험 ③ 각 분야별 전문가 강연
 ④ 진로코칭(상담) ⑤ 성적에 따른 진학지도 ⑦ 기타()

설문 3) 미래

15. 현재 나는 미래의 꿈을 가지고 있나요? ()
- ① 예 ② 아니요

16. 평소에 미래의 자신의 모습을 생각해 본 적이 있나요? ()
- ① 전혀 생각해 본 적이 없다. ② 별로 생각해 보지 않았다. ③ 보통이다.
 ④ 자주 생각하고 있다. ⑤ 항상 생각하고 있다.

17. 내가 미래에 희망하는 직업은?
- 희망직업 1 () 희망직업 2 () 희망직업 3 ()

설문 4) 진로코칭프로그램

18. 이전에 진로코칭프로그램을 들어 본 적이 있나요? ()
- ① 예 ② 아니요

19. 진로코칭프로그램에 대한 기대 정도를 점수로 나타낸다면 10점 만점에 몇 점인가요?
 ()점

20. 진로코칭프로그램이 끝난 후 자신이 변화하고 싶은 부분은 어떤 것이 있나요? ()
- ① 자신감을 향상시키고 싶다. ② 학교성적을 올리고 싶다.
 ③ 진로를 결정하고 싶다. ④ 직업에 대해서 알고 싶다.
 ⑤ 꿈(목표)을 가지고 싶다. ⑥ 나의 흥미와 적성을 알고 싶다.
 ⑦ 기타()

설문 5)

이 질문은 여러분이 스스로를 어떻게 생각하고 있는지를 알아보는 것입니다. 평소 여러분의 생각이나 행동과 가장 일치하는 곳에 V표시를 하여 주십시오.

번호	질문	전혀 그렇지 않다	별로 그렇지 않다	보통이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	나는 부담스러운 상황에서는 우울함을 느낀다.	1	2	3	4	5
2	나는 일의 순서를 정해 차례로 처리할 수 있다.	1	2	3	4	5
3	나는 큰 문제가 생기면 불안해져서 아무것도 할 수가 없다.	1	2	3	4	5
4	나는 어려운 상황을 극복할 수 있는 능력이 있다.	1	2	3	4	5
5	나는 위험한 상황에서 잘 대처할 수 없을 것 같아서 불안하다.	1	2	3	4	5
6	일은 쉬운 것일수록 좋다.	1	2	3	4	5
7	나는 어떤 일의 원인과 결과를 잘 찾아낼 수 있다.	1	2	3	4	5
8	나는 내가 할 수 있는 일과 그렇지 않은 일을 판단할 수 있다.	1	2	3	4	5
9	만일 일을 선택할 수 있다면 나는 어려운 일보다는 쉬운 일을 선택할 것이다.	1	2	3	4	5
10	나는 어렵고 힘든 상황에서는 스트레스를 필요 이상으로 받는다.	1	2	3	4	5
11	어떤 일을 시작할 때 실패할 것 같은 느낌이 들곤 한다.	1	2	3	4	5
12	어떤 문제에 대한 나의 판단과 생각은 대체로 정확하다.	1	2	3	4	5
13	주변 사람들이 나보다 모든 일에서 뛰어난 것 같다.	1	2	3	4	5
14	나는 항상 목표를 세우고 목표에 따라서 일의 진행 상태를 확인한다.	1	2	3	4	5
15	좀 실수를 하더라도 어려운 일을 좋아한다.	1	2	3	4	5
16	나는 어려운 일이 생기면 당황스러워서 어찌할 바를 모른다.	1	2	3	4	5
17	나는 주어진 일을 하기 위해 정보를 충분히 활용할 수 있다.	1	2	3	4	5
18	어렵거나 도전적인 일에 매달리는 것은 재미나는 일이다.	1	2	3	4	5
19	나는 일이 잘못되고 있다고 생각되면 빨리 바로 잡을 수 있다.	1	2	3	4	5
20	나는 어려움이 있을 때는 포기하지 않고 계속해서 노력한다.	1	2	3	4	5
21	아주 쉬운 일보다는 내가 도전할 수 있는 어려운 일이 더 좋다.	1	2	3	4	5
22	나는 어떠한 일이든 정확하게 처리할 수 있다.	1	2	3	4	5
23	어떤 일이 처음에 잘 안되더라도 나는 될 때까지 해본다.	1	2	3	4	5

설문 6)

이 질문은 여러분의 진로에 대한 태도들로 이루어져 있습니다. 질문 내용이 자신의 입장과 똑같거나 거의 같으면 ①번의 “예”에 V표, 자신의 입장과 다르면 ②번의 “아니오”에 V표, 잘 모르겠으면 ③번의 “모르겠다”에 V표를 해 주시기 바랍니다.

번호	질 문	예	아니오	모르겠다
1	나는 선생님이나 부모님과 함께 나의 진로에 대해 의논하는 것이 좋다고 생각한다.	1	2	3
2	나는 내가 어른이 되었을 때 어떤 직업이 유망한 것인가를 알아보는데 관심이 많다.	1	2	3
3	나는 내가 원하는 직업을 갖기 위해 내가 할 일이 무엇인지 알고 있다.	1	2	3
4	나는 학교를 졸업할 때까지 학교 공부에만 힘쓰고, 어떤 직업을 선택할지 미리 준비하지 않아도 된다.	1	2	3
5	사람은 누구나 일할 수 있는 기회가 있으므로, 어떤 직업을 선택할지 미리 준비하지 않아도 된다.	1	2	3
6	나는 장래에 유명하게 만들 수 있는 직업을 선택해야 한다고 생각한다.	1	2	3
7	나는 내가 하고 싶은 일을 할 수 있는 직업을 선택할 것이다.	1	2	3
8	나는 여러 직업 중 돈을 많이 버는 직업을 선택할 것이다.	1	2	3
9	나는 나의 취미나 흥미를 살릴 수 있는 직업을 선택할 것이다.	1	2	3
10	나는 내가 어떤 직업에서 열심히 일하고 있는 내 모습을 가끔 상상해본다.	1	2	3
11	나는 아직 경험이 없으므로, 부모님이 원하는 직업을 선택해야 한다고 생각한다.	1	2	3
12	나는 진로 결정이나 직업을 선택할 때 내가 정한 기준에 따라 선택하겠다.	1	2	3
13	나는 누구에게나 자신에게 알맞은 직업은 오직 하나뿐이라고 생각한다.	1	2	3
14	나는 내가 원하는 직업을 얻기 위하여 모든 노력을 다 할 생각이다.	1	2	3
15	직업을 선택할 때는 최소한 몇 가지 직업들에 대해서 생각해 보아야 한다.	1	2	3
16	나는 내가 원하는 직업인이 되기 위해 무엇을 해야 할지 잘 모르겠다.	1	2	3
17	나는 나의 흥미나 취미에 가장 적합한 직업이 무엇인지 알고 있다.	1	2	3
18	나는 내가 갖고 싶은 직업을 자주 바꾸는 편이다.	1	2	3
19	나는 직업을 선택할 때 생각해야 할 일이 많기 때문에 직업선택은 어려운 일이라고 생각한다.	1	2	3
20	직업을 선택하는 일은 자기 스스로 하는 것이 좋다고 생각한다.	1	2	3

프로그램 참가 후 경험 분석지

1. 프로그램 참여 전 나의 미래 또는 꿈에 대한 생각과 태도는 어떠했나요?
2. 진로코칭프로그램이 ‘나는 내가 목표로 삼았거나 나에게 주어진 일을 잘 해낼 수 있는 능력을 가졌다’는 믿음을 높이는데 도움이 되었나요? 그렇다면 그 이유는?
3. 진로코칭프로그램이 ‘나 자신과 나의 진로에 대하여 보다 잘 이해하고 나에게 맞는 진로를 설계’하고 준비하는데 도움이 되었나요? 그렇다면 그 이유는?
4. 진로코칭프로그램에 참여하면서 ‘나에게 가장 유익하고 도움이 되었던 부분’은 어떤 것인가요?

세부 활동 효과 분석 설문지

* 다음 프로그램의 세부 활동 중 가장 유익하고 좋았던 프로그램을 순서대로 세 개를 선택하고 그 이유에 대해 기록해 주세요.

회기	세부 활동	만족순위	유익하고 좋았던 이유
1	관계형성		
2	자기탐색		
3	진로인식		
4	꿈의 목록		
5	진로탐색		
6	진로설계		
7	일대일 코칭		

1. 진로코칭 프로그램 계획안

회기	1	활동 주제	관계형성
활동목표	진로에 대한 의미를 이해하고 진로계획의 필요성을 인식한다.		
준비자료	필기도구, 포스트잇, PPT자료		

단계	활동 내용
도입	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 프로그램 안내 <ul style="list-style-type: none"> - 프로그램 목적 및 기간, 방법을 간단하게 소개한다. ▷ 사전 설문지 검사
전개	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 자기소개 및 조 정하기 <ul style="list-style-type: none"> - ‘별칭으로 소개하는 나’를 이용한 자기소개하기 - ○,△,☆ 식으로 같은 기호를 뽑은 아이들끼리 조를 구성한다. ▷ 진로고민 활동 <ul style="list-style-type: none"> - 진로 포스트잇 활동은 각자 자신의 진로고민을 포스트잇에 하나씩 적게 하고, 그것을 앞의 칠판에 붙인 다음 소개하면서 진로수업에 대한 기본적인 필요를 느끼게 도울 수 있다. ▷ 진로의 의미 <ul style="list-style-type: none"> - 진로란 무엇일까? - 진로가 뭐라고 생각하는 지 질문하기를 통해 진로를 찾아가는 것은 지금 우리가 하고 있는 고민들과 관련이 있음을 알려준다. ▷ 진로의 목표를 세울 때 주의할 점 <ul style="list-style-type: none"> - 영상 : 톰슨 가젤 이야기 - 진로를 설정할 때 중요한 것은 속도보다는 방향이다. ▷ 진로를 알아가기 위해서는 무엇을 알아봐야 할까? <ul style="list-style-type: none"> - 자기 이해, 직업 이해, 그 외 환경적인 요인 등
마무리	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 배운 내용 정리 ▷ 수업 후 깨달은 점이나 느낀 점 적고, 발표하기 ▷ 다음 시간을 소개하고 마무리

회기	3	활동 주제	자기탐색
활동목표	자기이해의 중요성을 인식하고 자신의 흥미와 적성을 파악한다.		
준비자료	필기도구, 간이 다중지능 검사지, PPT자료		

단계	활동 내용
도입	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 지난 회기 이후 있었던 즐겁고 유익했던 일 질문하기 ▷ 지난 시간 내용을 간단하게 복습하기 ▷ 오늘 하게 될 활동을 설명하기
전개	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 자기 이해의 중요성 <ul style="list-style-type: none"> - 흥미란 무엇일까? - 내가 좋아하는 것은? ▷ 직업흥미검사란 무엇인가? <ul style="list-style-type: none"> - 간략한 6가지 유형별 설명 - 직업흥미검사 실시 ▷ 적성이란? <ul style="list-style-type: none"> - 적성 혹은 강점이란 무엇인가? ▷ 다중지능 간이검사 <ul style="list-style-type: none"> - 다중지능 간이검사 실시 - 다중지능이란 무엇인가? - 영상 : EBS 다큐프라임 아이의 사생활 4부 다중지능편 - 내가 잘하는 것 기록하기 ▷ 내가 잘하는 것과 좋아하는 것의 공통점 찾기 <ul style="list-style-type: none"> - 공통점에 어울리는 마음에 드는 직업을 뽑고 발표를 시켜 본다.
마무리	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 배운 내용 정리 ▷ 수업 후 깨달은 점이나 느낀 점 적고, 발표하기 ▷ 다음 시간을 소개하고 마무리

회기	4	활동 주제	진로인식
활동목표	가치와 가치관의 의미를 이해하고 우선순위를 정리해본다.		
준비자료	필기도구, 포스트잇, 가치관 경매 게임 세트, PPT자료		

단계	활동 내용
도입	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 지난 회기 이후 있었던 즐겁고 유익했던 일 질문하기 ▷ 지난 시간 내용을 간단하게 복습하기 ▷ 오늘 하게 될 활동을 설명하기
전개	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 나에게 가장 소중한 것 Best 3는? <ul style="list-style-type: none"> - 자신에게 가장 소중한 것과 그 이유를 알아보기 ▷ 가치, 가치관의 의미 <ul style="list-style-type: none"> - 가치와 가치관의 의미를 이해하기 - 어떤 가치관을 가지느냐에 따라 삶의 태도가 달라진다. ▷ 가치관 경매 게임 실시 <ul style="list-style-type: none"> - 26가지 가치목록 중 나에게 가장 소중한 3가지를 선택해 순위를 매긴다. - 경매게임의 주의사항을 알려주고 선생님이 경매자가 되어 경매를 시작한다. ▷ 가치의 우선순위 파악하기 <ul style="list-style-type: none"> - 구입한 가치 중 자신의 '가치' 우선순위를 재정리한다. - 자신이 가장 소중하게 여기는 가치를 쓰고 그 이유를 작성하기
마무리	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 배운 내용 정리 ▷ 수업 후 깨달은 점이나 느낀 점 적고, 발표하기 ▷ 다음 시간을 소개하고 마무리

회기	6	활동 주제	꿈의 목록
활동목표	꿈의 목록을 작성하고 내가 어떤 사람으로 기억되고 싶은지 생각해본다.		
준비자료	필기도구, PPT자료		

단계	활동 내용
도입	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 지난 회기 이후 있었던 즐겁고 유익했던 일 질문하기 ▷ 지난 시간 내용을 간단하게 복습하기 ▷ 오늘 하게 될 활동을 설명하기
전개	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 존 고다드의 꿈의 목록 <ul style="list-style-type: none"> - 영상 : 존 고다드의 꿈의 목록 - 영상을 통해 꿈의 중요성을 강조하고 간단한 퀴즈 등을 제시한다. ▷ 나의 꿈 목록 작성 <ul style="list-style-type: none"> - 꿈의 목록이 무엇인지 설명한다. - 여행해보고 싶은 곳, 되고 싶은 미래의 모습, 배우고 싶은 것, 만나고 싶은 사람 등을 기록하고 발표하기 ▷ 의미있는 삶이란? <ul style="list-style-type: none"> - 사람들이 기억하는 부정적 인물과 긍정적 인물 대조하기 - 사람들이 긍정적으로 기억하는 사람들의 특징은 무엇일까? - 의미있는 삶을 살기 위해서 어떠한 것이 필요한지 생각해 본다. ▷ 이런 사람으로 기억되고 싶다. <ul style="list-style-type: none"> - 마치 죽은 뒤에 세워지는 묘비에 적힌 묘비명의 비유를 든다. - 단순한 직업 선택을 넘어서 어떤 삶을 살아야 하는지에 대해 생각해 보고 자신만의 문장을 적어본다.
마무리	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 배운 내용 정리 ▷ 수업 후 깨달은 점이나 느낀 점 적고, 발표하기 ▷ 다음 시간을 소개하고 마무리

회기	7	활동 주제	진로탐색
활동목표	일의 의미와 직업의 중요성을 알고 다양한 직업의 세계를 이해한다.		
준비자료	필기도구, A4지, PPT자료		

단계	활동 내용
도입	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 지난 회기 이후 있었던 즐겁고 유익했던 일 질문하기 ▷ 지난 시간 내용을 간단하게 복습하기 ▷ 오늘 하게 될 활동을 설명하기
전개	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 일의 의미와 직업의 중요성 <ul style="list-style-type: none"> - 직업 OX 퀴즈 - 일과 직업의 의미를 알아본다. ▷ 직업의 필요성과 다양성 <ul style="list-style-type: none"> - 직업을 가져야 하는 이유는? - 직업의 개인적, 가정적, 사회적 역할에 대해서 알아본다. - 직업빙고게임 ▷ 직업에 대한 편견 버리기 <ul style="list-style-type: none"> - 우리가 직업에 대해 가지는 편견은 무엇이 있을지 생각해 본다. - 직업에 남녀의 차이가 있을지 의견을 교류하고 정리해 본다. ▷ 직업윤리의 필요성 <ul style="list-style-type: none"> - 각 직업별로 필요한 직업관을 찾아본다. - 모든 직업에서 어떠한 직업관과 태도가 필요할 지 생각하고 의견을 나누어 본다.
마무리	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 배운 내용 정리 ▷ 수업 후 깨달은 점이나 느낀 점 적고, 발표하기 ▷ 다음 시간을 소개하고 마무리

회기	9	활동 주제	진로설계
활동목표	4주간의 탐색내용을 포트폴리오를 통해 정리할 수 있다.		
준비자료	필기도구, 포스트잇, PPT자료		

단계	활동 내용
도입	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 지난 회기 이후 있었던 즐겁고 유익했던 일 질문하기 ▷ 지난 시간 내용을 간단하게 복습하기 ▷ 오늘 하게 될 활동을 설명하기
전개	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 나의 진로포트폴리오 만들기 <ul style="list-style-type: none"> - 장기적 목표와 단기적 목표, 현재 실행가능한 계획(공부, 건강, 성격, 습관)에는 무엇이 있는지 기록해 본다. - 10대, 20대, 30대, 40대 연령대별 변화해 있을 자신의 모습을 구체적으로 상상해 봄으로써 미래에 대한 기대감을 형성하고 기록해 본다. ▷ 가장 기억에 남는 활동 발표하기 <ul style="list-style-type: none"> - 4주간의 수업 중에 가장 기억에 남는 활동을 발표해 본다 ▷ 나에게 쓰는 편지 <ul style="list-style-type: none"> - 이제까지 수고한 나에게, 진로를 찾아가는 나에게 힘과 용기를 주는 편지를 적어 본다. - 조 안에서 또는 전체를 대상으로 발표해 본다. ▷ 응원의 메시지 나누기 <ul style="list-style-type: none"> - 친구들의 격려글을 포스트잇에 적어 포트폴리오에 붙여준다. - 영상 : 지금의 삶이 전부가 아니다.
마무리	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 수업 후 깨달은 점이나 느낀 점 적고, 발표하기 ▷ 사후설문지 검사 ▷ 앞으로도 진로를 탐색하고 자기를 알아가는 것을 계속해야 함을 강조하고 응원의 메시지를 보낸다.

2. 프로그램 소감문 분석

소감 1

진로코칭 프로그램 중에서 일대일코칭이 가장 유익하고 좋았다. 이유는 그동안 진로에 대해서 가지고 있었던 불안과 걱정이 없어지고 나의 꿈과 직업에 대해서 생각해 보는 시간을 가질 수 있었고 선생님께서 나의 이야기를 잘 들어주시고 칭찬도 해 주셔서 ‘난 할 수 있다’는 자신감을 가지게 되었다.

소감 2

나의 진로에 대해서 구체적으로 생각해 보게 되었다. 나는 특목고와 외교관이라는 확실한 꿈과 목표를 가지고 있었으나 그 직업을 가여야 하는 이유나 의미는 잘 생각해 보지 않고 흥미롭게만 생각하고 주변에 친구들에게 자랑하고 싶은 마음이 컸다는 것을 알게 되었다. 일대일코칭을 통해서 학교와 전공까지 구체적으로 선생님과 이야기 나눌 수 있어서 더욱 도움이 되었던 것 같다. 감사합니다.

소감 3

나는 꿈이 너무 많아서 어떤 것을 해야 좋을 지 결정하지 못했었다. 그런데 선생님과 코칭을 하면서 나는 가능성과 잠재력이 많다는 것과 현재에 집중하면서 천천히 꿈을 생각하고 결정해도 된다는 것을 알게 되었다.

소감 4

나의 흥미, 적성 등 나에게 대해서 자세하게 알게 되어서 좋다. 그동안 내가 잘하는 것이 무엇일까 정확하게 알지 못했는데 그동안의 활동을 통해서 나 자신에 대해서도 알고 꿈도 생각하게 되었다. 진로코칭을 하게 되어서 뿌듯하다.

소감 5

모두 처음 알게 되는 것들이고, 다른 아이들도 나와 비슷한 종류의 고민을 한다는 것을 알게 되었다. 걱정만 하지 말고 긍정적인 자세로 모든 일에 참여한다면 잘 할 수 있을 거라는 것도 배우게 되었다.

소감 6

진로코칭 프로그램에 참여하고 나서 나의 적성과 목표에 대해서 생각해 보게 되었다. 나는 잘하는 것이 없다고 생각했었는데 적성검사 결과나 선생님께서 해 주시는 말씀으로 나도 잘하는 것이 있다는 자신감과 할 수 있다는 마음이 생기게 된 것 같다.