

## 성인대학생의 진로결정 자기효능감 증진 프로그램 개발 및 효과

조 성 연<sup>†</sup>

한국방송통신대학교

문 미 란

홍익심리상담연구소

본 연구의 목적은 성인대학생들(25세 이상의 대학생들)의 진로결정 자기효능감을 증진시키기 위한 진로상담 프로그램을 개발하고 그 효과를 검증하는 데 있다. 프로그램은 Bandura(1977)의 언어적 설득, 정서적 격려, 대리학습, 그리고 수행성취 개념에 상응하여, 격려, 불안감소, 역할모델 소개, 성공경험 나누기 등으로 구성되었으며, 진로 방해요인에 대한 지각을 다루는 내용으로 진로의사결정, 결단불안, 가족갈등에 관한 역기능적인 인지의 탐색과 그에 따른 효과적인 대처전략의 내용을 포함하였다. 이러한 내용으로 구성된 프로그램을 방송대에 재학 중인 성인대학생을 대상으로 워크샵의 형태로 실시한 후, Taylor와 Betz(1983)가 개발한 진로결정 자기효능감 척도(CDMSE)를 사용하여 프로그램이 진로결정 자기효능감 증진에 효과가 있는지를 검증하였다. CDMSE의 사전검사 점수를 공변인으로 하여 사후검사 점수를 변량분석한 결과, 워크샵에 참가한 실험집단의 성인대학생들은 참가하지 않은 통제집단의 성인대학생들보다 CDMSE의 총점수와 직업정보수집, 목표설정, 계획수립, 문제해결, 자기평가의 하위요인별 점수의 평균이 모두 유의미하게 높게 나타났다. 이 같은 결과를 통해 진로상담 프로그램이 성인대학생들의 진로결정 자기효능감 증진에 효과가 있음을 알 수 있으며, 이러한 연구결과는 성인대학생들의 진로결정 자기효능감이 상담적인 개입을 통해 증진될 수 있음을 보여준다고 하겠다.

주요어 : 성인대학생, 진로결정 자기효능감, 진로상담 프로그램

조성연은 한국방송통신대학 연구원으로, 문미란은 홍익심리상담연구소에서 근무함.

<sup>†</sup> 교신저자 : 조성연, 한국방송통신대학교 원격교육연구소, 서울시 종로구 동숭동 169

Tel : 02-3668-4328, E-mail : finelin@knou.ac.kr

25세 이상의 성인 대학생들은 특수한 진로 발달 요구들과 관심을 가진다(Healy & Reilly, 1989). 예를 들어, 성인 대학생들은 일반 대학생 즉 고등학교 졸업 후 바로 혹은 재수나 삼수 등을 한 후에 대학에 진학한 청소년 대학생들과는 다르게 구체적인 직업 문제와 관련된 요구들을 가지게 되는데(Miller & Winston, 1990), 이는 대다수의 성인 대학생들은 일반 대학생들과는 달리 직업을 가지고 있는 상태에서 혹은 과거 직업을 가졌던 경험이 있는 상태에서 대학에 진학하게 되기 때문일 것이다.

성인 대학생에게 적합한 진로발달 프로그램을 개발하기 위해서는 우선적으로 일반 대학생과 성인 대학생의 진로결정에서의 차이에 대한 이해가 필요하므로 그에 따른 다양한 연구들이 진행되었다. Super(1984)는 많은 성인 대학생이 진로과정에서 재순환(recycling)을 경험하며 진로발달의 초기 단계를 재경험한다고 설명하였고, 또한 Healy 와 Reilly(1989)는 대부분의 성인 대학생들이 변화하는 고용 기회를 탐색하면서 그들의 진로 잠재력을 발견하고 개발하기 위해 학업과 직업 경험을 계속해서 구하고 기대한다고 설명하였다. 결국, 일반 대학생과 성인 대학생을 포함한 모든 학생들은 대학이 그들 진로목표와 계획을 촉진해주기를 기대한다고 볼 수 있으며, 대학에 등록하는 성인들의 주요 동기는 자신들의 직업 경험의 문제와 관련해서 구체적으로 진로를 발달시키 고자 하는 요구 때문이라고 할 수 있다.

평생교육과 성인고등교육 기관인 방송대의 경우 통계에 의하면 30세 이상 대학생이 전체 대학생의 70% 가량을 차지하고 있으며(김보원, 2005), 성인 연령의 대학생이 대학에 처음 입학하거나 혹은 재입학하는 경우가 증가하는 이러한 추세는 앞으로 계속될 전망이다. 따라

서 성인 대학생들의 진로 발달 요구들에 따른 적절한 준비를 하기 위해서 진로상담가들은 성인 대학생들의 진로 발달을 위하여 효과적으로 지원할 수 있는 진로 발달 프로그램과 모델을 개발해야 할 필요가 있을 것이다.

성인 대학생들의 진로 발달에 특히 효과적으로 도움을 줄 수 있는 한 방법으로 그들의 진로결정 자기효능감을 높이는 것을 들 수 있다(Babara & Darrell, 1998). Bandura(1982)는 자기효능감 이론을 포괄적으로 개관하면서 자기효능감이란 미래의 어떤 상황에 대처하기 위해 필요한 행동의 과정들을 자신이 얼마나 잘 실행할 수 있는지를 판단하는 것이라고 설명했다. 또한 그는 자기 효능감이 전반적인 자기존중감과는 다르게 구체적인 과제에 한정된다고 설명하며, 자기효능감은 단순한 결과보다는 활동의 과정-과제를 성취하는 과정과 관련된다고 강조한다. 즉, 자기효능감이란 주어진 과제나 행동을 성공적으로 수행할 수 있는 개인적 능력과 관련된 개인의 신념이라고 할 수 있는데, 자기효능감에 대한 이러한 신념은 자신의 능력에 대한 신념이 아니라 구체적이고 실제적인 기술을 포함하는 개념으로 행동의 주된 근원이 된다. 예를 들어 어떤 행동영역에서의 낮은 자기효능감은 그러한 행동을 회피하게 하며 높은 자기효능감은 그러한 행동에 보다 자주 접근하게 한다.

효능감 기대는 언제 행동을 시작할 것인지, 노력을 얼마나 해야 할지, 그리고 장애요인이 생겼을 때 얼마나 그 행동을 지속할 수 있는지를 결정해 주는 것으로(Bandura, 1977), Bandura는 자기효능감이 수동적 특성이 아니라 환경과 개인이 상호작용하는 자기 체계의 역동적인 면이라고 가정한다. Bandura는 자기효능감 기대가 나오게 되는 4가지 주요 자원

을 수행 성취, 대리학습, 언어적인 설득과 격려, 그리고 정서적인 자극이라고 설명하였다. 이러한 요인들은 개인의 자기효능감 수준을 결정하는데, 이러한 자기효능감에 따라 행동, 수행 수준 그리고 방해물에 직면했을 때의 수행의 지속성에 대한 그들의 선택이 결정된다. 이러한 자기효능감은 다양한 주요 영역에서 성공적인 수행을 효과적으로 매개하는 것으로 나타났다(Bandura, 1982).

Bandura의 자기효능감이 다양한 심리적 변인들을 설명하는데 유용하다는 것에 근거하여 Betz와 Hackett(1981)는 처음으로 자기효능감 이론을 진로와 직업 영역에 적용하였으며(Kovalski, 2002), 자기 효능감이 진로 결정 그리고 선택한 진로에서의 성공을 결정할 것이라는 가정에서 진로 발달 모델에 자기효능감을 중요한 변인으로 포함시켰다(김남순과 배종훈, 1998). 그 후 Betz와 Hackett(1986)는 진로선택과 적용에 관련되는 개인적 효능감을 '진로 자기효능감(career self-efficacy)'이라 하였다. 진로 자기효능감과 관련된 최근의 연구들은 특히 대학생들의 진로결정 자기효능감 측정 방법(CDMSE)에 초점을 두고 있다. CDMSE(Career Decision Making Self-Efficacy Scale)는 Taylor와 Betz(1983)가 개발한 것으로 개인이 진로결정을 하는데 필요한 과업을 성공적으로 달성할 수 있는 개인의 신념정도를 측정할 수 있는 진로결정 자기효능감 척도이다. 이후의 연구들은 적용적 진로 기능과 관련된 다양한 다른 요인들 즉, 진로탐색활동, 직업결정, 진로정체성 그리고 진로성숙도 등과 CDMSE 간에는 유의미한 정적인 상관관계가 있음을 보고하고 있다(Blustein, 1989; Tylor & Popma, 1990; Robbins, 1985; Luzzo, 1993b). 이현주(2000)의 연구에 따르면, 진로미결정은 진로결정 자

기효능감의 5개 하위영역과 부적상관이 있었다. 이것은 장래계획수립 효능감, 문제해결 효능감, 자기평가 효능감, 목표선택 효능감, 그리고 정보수집 효능감이 높을수록 진로미결정 수준이 낮다는 것을 의미한다. 또 다른 연구에서 이현주(1999)는 진로결정 자기효능감은 진로미결정에 대하여 25.4%의 설명력을 가지고 있다고 밝히면서 진로결정 자기효능감 수준이 높을수록 진로미결정 점수가 낮게 나타나 진로결정 자기효능감 수준이 높은 대학생이 낮은 대학생보다 진로결정을 더 잘한다고 하였다. 이러한 결과는 Taylor와 Betz(1983)가 주장한 바와 같이 낮은 자아효능감은 진로의 사결정과업과 행동을 회피하게 만들고 결국 미결정은 계속된다고 할 수 있다. 또한 진로미결정이나 진로탐색활동, 진로태도(Luzzo, 1993a), 자존감(Robbins, 1985), 성역할 자아개념(Foss & Slanelly, 1986), 진로선택 유형(Gianakos, 1999), 성역할정체감(Gianakos, 1995), 개인이 고려하는 직업의 범위(Church, Teresa, Rosebrook & Szendre, 1992), 전공관련 직업체험(조아미, 2001)등과 의미 있는 관련이 있는 것으로 나타났으며 이러한 결과들을 통해 진로의사결정 자기효능감이 높으면 다양한 범위의 직업을 고려하게 되고, 진로의사결정 자기효능감이 낮으면 제한적인 직업을 고려하게 될 것이라는 것을 알 수 있다(정진선, 2001). 이기학과 이현주(2000)가 대학생들을 대상으로 진로태도성숙과 진로결정효능감의 관련성을 검증한 결과에서는 진로결정효능감 요인과 진로태도성숙 요인은 서로 상관(.63)이 있는 것으로 나타났으며, 진로태도성숙의 하위 요인 중 결정성 차원과 확신성 차원이 매우 높은 상관(각각 .57, .61)이 있는 것으로 나타났다. 또한 진로태도 총점과 5개 하위 요인 모두에 대해 진로결정효능감 점

수가 전체의 약 40% 정도를 설명하는 가장 강력한 예언변수로 나타났다. 이들은 개인이 자신의 진로와 관련된 결정을 내리는데 있어서 개인적 확신감이 무엇보다도 중요한 요인으로 작용한다고 보고하고 있다. 또한 자기효능감은 진로발달 영역에서, 수많은 진로관련 태도와 행동들 즉, 진로성숙도, 진로의사결정 원리에 대한 지식, 진로미결정과 진로탐색활동 등을 설명하는데 있어서 통제소재(Layton, 1984; Luzzo, 1995), 흥미(Lent, Brown, & Larkin, 1987) 그리고 적성(Siegel, Galassi, & Ware, 1985)보다 그 설명력이 우수하다.

이러한 결과들은 진로 상담가와 직업심리학자들이 학생들의 진로결정 자기효능감을 증진시키기 위한 상담전략을 개발할 필요성이 있음을 제기한다고 볼 수 있다. 그럼에도 불구하고 진로 자기효능감을 증가시키기 위해 고안된 프로그램(특히, 다양한 학생들을 위한)의 효과에 관한 연구는 거의 없는 실정이며(Babara & Darrell, 1998), 이는 국내의 경우도 마찬가지이다.

Fukuyama, Probert, Neimeyer, Nevill과 Metzler(1988)은 대학생들의 CDMSE에 대한 상담 개입의 효과성을 측정하는 최초의 연구를 수행하였다. 그들은 대학생들의 CDMSE와 진로미결정에 대한 컴퓨터 지원 진로지도시스템인 DISCOVER의 효과성에 관한 연구를 하였다. 그 결과 DISCOVER 프로그램으로 작업을 한 학생들은 CDMSE 점수가 향상되고 진로미결정 점수는 감소함을 보여서 DISCOVER 프로그램이 대학생들의 진로의사결정 자기효능감을 높이는데 효과적이라는 것을 알 수 있다. Fukuyama 등은 학생들의 CDMSE에 대한 다른 진로상담의 효과성에 대한 연구도 더 많이 이루어져야 한다고 제안했다.

한편, CDMSE 증진을 위한 진로상담의 효과성에 관한 또 다른 연구로는 Luzzo와 Taylor(1994)가 대학생들의 진로결정 자기효능감에 대한 언어적 확신의 효과에 관해 조사한 연구가 있다. 참여자들은 World of Work Inventory(WOWI; Ripley & Neidert, 1987)를 작성했는데 이는 진로흥미, 직업 만족, 그리고 직업 훈련 잠재력을 포함한 진로평가지이다. WOWI를 해석하는 동안 상담자는 실험집단 학생들에게는 그들이 효과적인 진로의사결정을 하는 적절한 능력이 있음을 깨닫도록 설득했다. 그 결과 검사해석 과정에서 언어적으로 확신감을 받은 학생들은 CDMSE가 유의미하게 증가됨을 보였으며 반면 통제집단의 학생들은 변화가 없었다. 하지만 이상의 두 연구 중 어느 것도(Fukuyama et al, 1988; Luzzo and Taylor, 1994), 일반대학생들과는 다소 다른 진로개발 요구와 관심을 가진 성인대학생의 CDMSE를 증가시키는 방법에 대해서 특별히 언급하지는 않았다.

실제로 일반대학생과 성인대학생의 진로결정 자기효능감에서의 차이점에 관한 연구 결과는 다르게 나타난다(Luzzo, 1993a; Peterson, 1993). 다양한 연령대의 학생들 간 진로결정에 대한 차이에 관한 조사에서, 성인대학생들은 일반대학생보다 진로 결정에 대한 더 성숙한 태도를 가지고 있는 반면에, CDMSE의 수준에서는 두 집단 간에 유의미한 차이를 보이지는 않는 것으로 나타났다(Luzzo, 1993a). 이 연구에서, 진로결정에 대한 태도의 성숙도는 조작적으로 진로성숙도 검사(Crites, 1978)에서의 태도 점수가 높은 것을 의미한다. 그러나 Peterson(1993) 연구에서는 다른 결과를 보여준다. 일반적으로 성인 대학생들은 일반 대학생들보다 CDMSE의 수준이 높게 나타났다. 이렇게 선행 연구들이 일관된 결과를 보이지 않는 상태에

서, 연령과 배경이 다양한 성인 대학생들을 위한 독특한 진로 중재법의 효과성에 대한 연구가 이루어질 필요가 있을 것이다. 이런 의미에서 볼 때, Babara와 Darrell(1998)가 성인 대학생들을 대상으로 하여 진로상담 워크샵을 실시한 결과 워크샵에 참가한 성인 대학생들이 그렇지 않은 성인 대학생들보다 진로결정 자기효능감이 유의미하게 증가하였음을 보고한 연구는 성인 대학생들을 위한 상담 중재기법과 그 효과성에 대하여 연구하였다는 점에서 큰 의의가 있다고 할 수 있으며 국내에서도 성인 대학생들을 위한 이러한 연구가 더욱 많이 이루어져야 할 것으로 보인다.

국내에서는 최근 이지연과 은혜경(2006)이 경력차단 성인 여성을 위한 취업지원 프로그램을 개발하고 그 효과를 검증하였다. 프로그램은 Bandura의 자기효능감 이론과 Ellis의 인지재구성 이론을 이론적 근거로 내용이 구성되었고 그 효과가 검증되었다. 성인 여성의 경력개발은 사회화과정이나 상황적인 조건의 영향을 비교적 쉽게 받으며 이러한 상황적 어려움을 해결하기 위해서는 개인의 동기를 행동화할 수 있는 자신에 대한 신념이나 확신감, 혹은 자기 효능감 등이 중요한 요인이 될 수 있다고 보고, 성인 여성의 진로개발을 위해 자기효능감을 높이고 취업에 대한 비합리적인 생각을 재구성하는 내용으로 프로그램이 구성되었다. 그러나 단순히 Ellis의 인지재구성 내용보다는 진로방해요인과 관련된 보다 구체적인 지각을 탐색하고 재구조화하는 내용으로 구성될 필요성이 제기된다고 볼 수 있다.

실제로, 성인 대학생들은 진로 및 직업 목표를 설정하는데 더 많은 방해가 있다고 지각하고 있으며 직업정보에 대한 요구가 일반 대학생들보다 더 높다고 보고된다(Haviland &

Mahaffy, 1985). 진로결정과정에서 내담자가 외부 환경을 어떻게 지각하는가가 중요한 영향력을 가지므로 진로와 관련된 인지 및 신념, 태도 등에 대한 점검활동이 수반되어야만 행동차원에서의 효율성이 높다(손은령 외, 2005). 따라서 성인 진로발달 프로그램에 진로방해요인에 대한 인지재구조화의 내용을 첨가할 필요성이 있을 것이다.

이와 같이 성인 진로발달을 도모하기 위해서는 성인 대학생의 특성에 대한 이해를 바탕으로 진로와 관련된 인지 및 태도를 점검하고 촉진하는 내용으로 프로그램을 구성할 필요가 있으며 이러한 프로그램 개입은 성인의 진로결정 자기효능감을 높여서 진로발달행동을 촉진할 것이라 생각된다. 그러나 아직 성인 대학생들을 대상으로 해서 진로결정 자기효능감을 높이는 진로 프로그램 개발과 효과 연구는 없는 실정이므로, 성인들의 직업전환 비율이 늘어나고 평생교육이 필요한 시대에 성인을 대상으로 하는 전문적이고 효과적인 진로 상담 및 프로그램이 절실히 요구된다고 볼 수 있다.

이러한 선행연구 결과들을 바탕으로 본 연구의 주요 목적은 성인 대학생을 대상으로 하는 진로결정 자기효능감 증진 프로그램을 개발하고 그 효과성을 조사하는 것이다.

이를 위하여 Bandura의 언어적 설득, 정서적 격려, 대리학습, 그리고 수행성취 개념에 상응하는 것으로 격려, 불안감소, 역할모델 소개, 성공경험 나누기 등의 내용과 함께, 진로 방해요인에 대한 지각을 다루는 것으로 진로의 사결정, 결단불안, 가족갈등에 관한 역기능적인 인지의 탐색과 그에 대한 효과적인 대처전략의 내용으로 구성된 진로결정 자기효능감 증진 프로그램을 워크샵의 형태로 성인대학생

을 대상으로 실시한 후, 진로결정 자기효능감 척도(CDMSE)를 사용, 점수를 측정하여 워크샵의 효과성을 검증하고자 한다.

이상과 같은 목적에 따른 본 연구의 문제는 다음과 같다.

1. 진로결정 자기효능감 증진 프로그램은 성인대학생들의 진로결정 자기효능감 증진에 어떠한 영향을 미치는가?

## 방 법

### 대상

본 연구는 방송대에 재학 중인 성인 대학생들을 연구 대상으로 하였다. 방송대의 경우 다양한 배경을 가진 학생들이 성인 고등교육을 받는 개방대학으로, 전국 지역대학 학생수를 포함하여 20만명 이상의 학생수로 구성된 메가 유니버시티(mega-university)이며, 30세 이상 대학생이 전체 대학생의 70% 가량을 차지하고 있다. 방송대의 심리상담실에서 인터넷 학생계시관 공고 및 학보 공고를 통해 진로상담 워크샵 참여 신청자를 모집하였는데, 선착순 80명 모집에 총 97명의 학생들이 모집되었다. 워크샵 신청은 학생이 워크샵 신청서와 진로 의사결정 자기효능감 척도를 작성한 후 파일 첨부하여 이메일을 보내는 형식으로 진행되었다. 일반적으로 프로그램 신청자 중에서 약 80% 가량의 학생들이 프로그램 참석률을 보이므로 신청자를 약 20% 가량 더 받았다. 워크샵 신청자 97명을 대상으로 무선적으로 실험집단과 통제집단에 할당한 결과, 워크샵 참가자는 49명, 통제집단은 48명이 배정되었다.

표 1. 피험자의 인구학적 특징

		실험집단	통제집단
성	남자	6명( 22.2%)	3명( 12.0%)
	여자	21명( 77.8%)	22명( 88.0%)
나이	20-29세	9명( 33.3%)	11명( 44.0 %)
	30-39세	11명( 40.7%)	11명( 44.0%)
	40-49세	6명( 22.2%)	2명( 8.0%)
	50-59세	1명( 3.7%)	1명( 4.0%)
학년	1학년	5명( 18.5 %)	7명( 28.0 %)
	2학년	6명( 22.2%)	3명( 12.0%)
	3학년	9명( 33.3%)	6명( 24.0%)
	4학년	7명( 25.9%)	9명( 36.0%)

진로상담 워크샵 2회가 모두 끝난 후 사후 평가를 마친 사람은 워크샵 참가자 27명, 통제집단이 25명이었다. 사후평가는 모두 이메일로 질문지를 파일첨부해서 학생들에게 보내고 학생들이 질문지를 작성해서 다시 이메일로 보내주는 방법으로 실시되었다.

사후 평가를 마친 피험자 52명에 대한 인구학적 특징은 표 1에 제시되어 있다.

### 절차

진로상담 프로그램은 워크샵의 형태로 매주 1회 3시간씩 2주간 이루어졌다. 워크샵 신청은 이메일로 받았으며 학생들이 워크샵 신청서와 진로 의사결정 자기효능감 척도를 작성해서 파일 첨부하여 보내는 형식으로 신청을 받았다. 워크샵 신청서를 통해서 인구학적 변인(연령, 성, 학과, 학년, 직업)을 파악하였다. 진로결정 자기효능감 척도는 워크샵 시작 전과 후에 이메일로 파일 첨부하여 보내는 형식으

로 실시되었다. 통제집단은 진로의사결정 자기효능감 척도를 2주 간격으로 실시하여 실험집단과 비교하였다. 통제집단은 워크샵 대기자들로 구성되었다.

진로상담 워크샵은 상담심리 전문가 자격증 소지경력 5년 이상인 교육상담 전공 박사가 진행하였다. 또한 1회기 프로그램 내용 중 진로발달 성공 역할 모델은 방송대를 졸업한 박사학위 소지자가 진행하였고, 진로사고검사 실시 및 해석은 진로사고검사 개발자이며 상담심리 전문가 자격증을 소지한 상담전공 박사과정에 있는 자가 진행하였다.

진로상담 워크샵은 3시간씩 2회기로 구성되었으며 진로의사결정 자기효능감을 증진하기 위한 프로그램으로 개발되었다. 그리고 20명 이상의 성인대학생을 대상으로 효과적으로 프로그램을 진행하기 위해 워크샵의 형태로 진행되었다. 자세한 내용은 표 2에 제시되어있다.

#### 자료분석

진로결정 자기효능감 증진 프로그램이 성인대학생의 진로결정 자기효능감에 미치는 효과를 검증하기 위해 각 검사의 하위 요인별로 사전·사후검사의 평균과 표준편차를 산출하고, 집단 간에 평균의 차이가 있는지를 알아보기 위해 사전검사 점수를 공변인으로 하고 사후검사 점수를 종속변인으로 하여 공변량분석을 하였다.

#### 도구

##### 평가도구

진로결정 자기효능감 척도(Career Decision

Making Self-Efficacy Scale). Crites(1978)의 진로성숙도 모형에 기초한 CDMSES(Career Decision Making Self-Efficacy Scale; Taylor & Betz, 1983)의 50문항 중에서 Betz와 Voyten(1997)가 5개의 하위척도별로 5개 문항들을 선별하여 구성한 총 25문항의 진로결정 자기효능감 단축형 척도(CDMSE-SF; Career Decision Making Self-Efficacy Short Form)를 이은진(2001)이 번역한 것을 사용하였다. 단축형의 근간이 된 진로결정 자기효능감 척도(CDMSES; Taylor & Betz, 1983)는 진로결정에 요구되는 과제들을 성공적으로 완수할 수 있다는 개인의 신념 정도를 측정하는 것이다.

응답은 ‘전혀 확신이 없다(0)’부터 ‘매우 자신이 있다(9)’에 이르는 10개 구간에 자신의 상태를 표시하도록 제시되고, 하위척도는 해당문항의 점수들을 합산한 것으로 하며, 전체 점수는 5개 하위척도 점수를 모두 합산한 것으로 한다. Betz와 Voyten(1997)은 신뢰도 계수를 하위척도인 직업정보, 목표설정, 계획수립, 문제해결, 자기평가에 대해 각각 .78, .83, .77, .69, .71로, 전체 점수에 대해서는 .93의 신뢰도를 보고하였다.

직업정보 수집 문항은 1, 10, 15, 19, 23, 목표설정 문항은 2, 6, 11, 16, 20, 계획수립 문항은 3, 7, 12, 21, 24, 문제해결 문항은 4, 8, 13, 17, 25, 자기평가 문항은 5, 9, 14, 18, 22로 구성되었다. 본 연구에서는 직업정보, 목표설정, 계획수립, 문제해결, 자기평가에 대해 각각 .73, .81, .77, .74, .80으로, 전체 점수에 대해서는 .94의 신뢰도를 보고하였다.

##### 진로상담 프로그램

참가자들은 2회기 진로상담 프로그램을 모두 참석하였다. 각 회기는 3시간 동안 진행되

었다. 진로상담 프로그램은 워크숍 형태로 진행되었으며, 워크숍 활동은 Bandura의 언어적 설득, 정서적 격려, 대리학습 그리고 수행 성취 개념을 통합하여 불안감소, 성공모델 소개, 그리고 성공경험 나누기 내용과 진로방해 인

지에 대한 탐색 및 대처 전략, 불안 및 스트레스 관리의 내용으로 구성되었다.

진로상담 프로그램에 적용된 4가지 주요 자기 효능감 원리들과 내용들은 표 3과 같다.

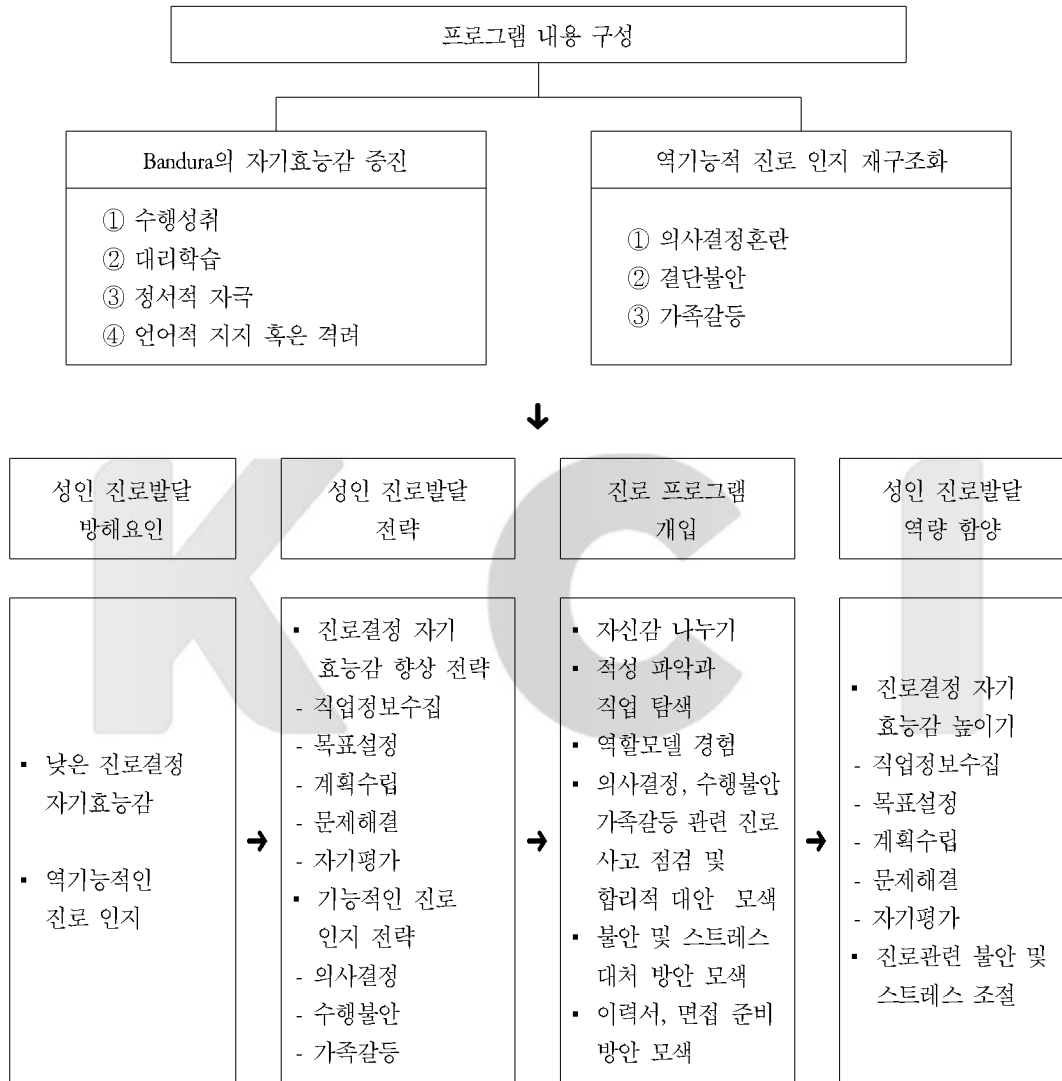


그림 1. 성인 학습자 진로상담 프로그램의 이론적 틀



표 2. 개발된 진로상담 프로그램 내용

회기	주 제	내 용	시간	준비물
1	1) 환영 및 워크샵 소개	▶ 프로그램 설명	10분	접수대장, 자료집
	2) 간단한 자기소개 및 자신감 경험 나누기	▶ 2명씩 짝지어서 자기 소개, 성공경험 및 자신감 나누기 ▶ 파트너에게 피드백해주기	20분	
	3) 진로계획 과정에 대한 설명	▶ 생애계획으로서 진로 ▶ 자신에 대한 이해(적성, 성격, 가치관)의 중요성	10분	
	4) 홀랜드 적성탐색검사 실시 및 해석	▶ 자가진단용 적성탐색검사 실시 오리엔테이션 ▶ 적성탐색검사 자가 채점 방법 안내 ▶ 6개 진로코드에 대한 설명 ▶ 진로코드에 따른 직업군 안내	50분	자가용 적성탐색 검사지, 진로코드집
	5) 적성에 따른 직업 탐색 및 탐색 방법 소개	▶ 최근 고용 변화에 대한 안내 ▶ 각 직업군 탐색 사이트 소개 ▶ 직업 탐색 인터뷰 및 경험 방법 안내	40분	
	6) 긍정적 역할 모델 및 진로 발달 성공기 소개	▶ 박사학위 취득 동문 진로발달 경험기 ▶ 도전정신, 자신감, 격려 고취	40분	
	7) 마무리	▶ 마무리	10분	
2	1) 환영	▶ 2회기 프로그램 설명 ▶ 1회기 프로그램 내용 점검 및 2회기 내용으로 연결	15분	접수대장, 자료집
	2) 진로사고검사 실시	▶ 진로사고검사 오리엔테이션 ▶ 검사 실시 및 채점 방법 안내	30분	진로사고 검사지
	3) 진로방해지각 탐색 및 재구조화	▶ 진로발달에서 기능적 대처 사고의 필요성 ▶ 진로의사결정혼란 점검 및 대안 사고 모색 ▶ 결단불안 점검 및 대안사고 모색 ▶ 외적갈등 점검 및 대안사고 모색 ▶ 의사결정 과정 전략	60분	
	4) 불안 및 스트레스 감소 대처방안 소개	▶ 불안 및 스트레스에 대한 이해 ▶ 불안 및 스트레스 유발 사고에 대한 설명 ▶ 적응적, 기능적, 합리적 대처 사고 전략 안내	30분	
	5) 이력서 및 면접 준비 방안 소개	▶ 이력서 준비 전략 ▶ 면접 준비 전략	30분	
	6) 워크샵 마무리	▶ 마무리	5분	

표 3. 주요 자기 효능감 원리들과 내용들

원리	내용 및 활동
수행 성취감	진로 워크샵 첫 회 자신감 경험 나누기 시간에서 참가자들은 그들 인생에서 진로와 관련하여 특별하게 성공했던 혹은 자신감을 느꼈던 경험들을 나눈다. 이것은 이전의 성취 경험들이고 이러한 성공경험을 사람들과 나누는 시간을 갖도록 한다. 그리고 워크샵 참가자들은 진로탐색과 계획에서 최근 성공경험들을 나누는 시간을 갖는다. 예를 들면, 여러 학생들은 진로계획에 구체적으로 도움이 되었던 경험들을 이야기한다. 또한 워크샵 시간 동안 자기 주도적으로 조사 자료를 완성하는 것이 그들의 진로 의사결정 과정에 도움이 되었는지에 대해 이야기할 수도 있다.
대리 학습	성공적으로 취업한 성인 대학생들은 좋은 상담자로서 워크샵 촉진자로 될 수 있고 또한 박사과정 중에 있는 학생들도 가능하다. 그녀)는 멘토링 형식으로 그녀의 경험을 이야기할 수 있다. 그녀)는 워크샵에 참여하여 그들의 학교에서의 그리고 직업 관련 분야에서 성공 경험으로 긍정적인 역할 모델로서 참여자들을 격려할 수 있다. 참여자들은 진로계획과 탐색과 관련된 과거 경험들을 나눌 수 있고, 학생들 그들 역시 효과적으로 진로 의사결정 활동을 할 수 있는 능력이 있음을 인식하도록 돕는다.
언어적 설득과 격려	워크샵 두 회기 동안이 진행된 모든 활동들은 언어적 격려와 설득을 포함한다. 진로상담가는 학생들이 그들 진로 의사결정 과정에 참여하도록 격려한다. 상담가는 학생들에게 활용 가능한 많은 자원들이 효과적인 진로계획과 탐색에서 필요하다는 설명을 하면서 이러한 과정에 시간과 에너지를 투자하도록 설득한다. 워크샵 두 번째 회기 끝날 무렵에, 상담가는 참가자들에게 그들이 진로 의사결정 과정에 이러한 새로운 지식들을 활용할 수 있도록 하고, 2회기 워크샵에 걸쳐서 진로탐색과 계획과 관련된 가치있는 기술들을 배웠음을 확인시킨다.
정서적인 자극	진로 의사결정과 관련된 불안감을 위해, 참가자들에게 워크샵 초반에 모든 활동은 격려의 분위기로 진행될 것임을 이야기한다. 참가자들은 성인대학생으로 가지는 스트레스 경험들을 이야기하고 그들이 사용했던 긍정적인 대처 기제들을 이야기하고 나눈다. 워크샵 각 구성 항목 후에, 상담자가 과정에 대해 더 편안하게 느끼도록 도울 수 있도록 학생들은 진로 의사결정에 관한 질문을 할 기회를 가진다.

**결 과**

진로결정 자기효능감 점수의 집단간 평균과 표준편차

실험집단과 통제집단의 워크샵 실시 전과 실시 후 진로결정 자기효능감 척도의 총점수

및 하위요인별 점수의 평균 및 표준편차는 다음 표 4와 같다. 진로결정 자기효능감 척도의 총점수 및 하위요인별 점수 모두에서 실험집단과 통제집단의 사전검사 점수의 평균은 별 차이가 없었으나, 사후검사에서는 실험집단의 검사 점수가 통제집단보다 높게 나왔음을 알 수 있다.

표 4. 진로결정 자기효능감 점수의 집단 간 평균과 표준편차

요인	집단	사례수	사전검사		사후검사	
			M	SD	M	SD
진로결정 자기효능감 총점수	실험집단	27	136.96	28.84	167.15	31.43
	통제집단	25	135.28	32.40	135.44	31.77
직업정보수집	실험집단	27	26.37	6.0	32.67	7.26
	통제집단	25	26.32	7.59	26.16	8.31
목표설정	실험집단	27	26.22	7.31	34.03	6.85
	통제집단	25	25.92	7.35	26.96	7.03
계획수립	실험집단	27	26.56	6.72	34.07	5.92
	통제집단	25	26.80	6.97	28.48	7.40
문제해결	실험집단	27	30.63	7.69	33.59	6.91
	통제집단	25	29.00	6.60	27.96	6.01
자기평가	실험집단	27	27.19	5.98	34.00	7.41
	통제집단	25	27.24	7.31	27.16	6.20

진로결정 자기효능감 증진 프로그램이 진로결정 자기효능감에 미치는 영향

진로결정 자기효능감 척도의 총점수와 하위 요인별 점수의 평균이 집단에 따라 차이가 있는지 알아보기 위하여 각 집단의 사전검사 점수를 공변인으로 하여 변량분석을 한 결과는 표 5과 같다. 표 5에 제시된 바와 같이 진로결정 자기효능감 척도의 총점수와 직업정보수집, 목표설정, 계획수립, 문제해결, 자기평가의 모든 하위요인의 사후검사 점수에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 즉 진로의사결정 효능감 척도의 사전검사 점수에 의해 수정된 사후검사 점수에서 워크샵에 참여한 실험집단의 평균은 통제집단보다 높게 나타났다. 따라서 진로결정 자기효능감 증진 프로그램은 성인대학생들의 진로결정 자기효능감 증진에 효과

가 있다고 하겠다.

### 논 의

본 연구는 성인 대학생을 대상으로 진로결정 자기효능감을 증진시킬 목적으로 진로상담 프로그램을 개발하여 워크샵 형태로 실시하고 그 효과를 검증하고자 하였다. 이를 위하여 Bandura의 자기효능감 이론과 진로방해요인에 대한 인지재구조화 이론을 바탕으로 진로상담 워크샵이 개발되었으며, 방송대에 재학중인 성인 대학생을 대상으로 실시하여 그 효과를 검증 하였다. 이러한 본 연구의 결과를 토대로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 진로상담 워크샵을 받은 성인 대학생은 받지 않은 통제집단보다 진로결정 자기효

표 5. 영역별 진로결정 자기효능감 점수의 공변량분석

요인	변량원	자유도	제곱합	평균제곱	F
진로결정 자기효능감 전체점수	공변인	1	36266.397	36266.397	130.310***
	집단	1	11850.774	11850.774	42.581***
	오차	49	13637.170	278.310	
직업정보수집	공변인	1	2111.017	2111.017	112.637***
	집단	1	541.458	541.458	28.891***
	오차	49	918.343	18.742	
목표설정	공변인	1	1469.568	1469.568	77.068***
	집단	1	609.461	609.461	31.962***
	오차	49	934.355	19.068	
계획수립	공변인	1	1232.207	1232.207	60.628***
	집단	1	432.239	432.239	21.267***
	오차	49	995.885	20.324	
문제해결	공변인	1	1076.869	1076.869	51.001***
	집단	1	268.679	268.679	12.725***
	오차	49	1034.609	21.114	
자기평가	공변인	1	1502.335	1502.335	86.501***
	집단	1	615.346	615.346	35.430***
	오차	49	851.025	17.368	

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

능감에서 유의미하게 증가하였다. 또한 진로 상담 워크숍을 받은 성인 대학생들은 진로결정 자기효능감 측정치에서 사후검사 점수가 사전검사 점수보다 유의미하게 증가하였다. 따라서 본 연구에서 개발된 진로상담 워크숍은 진로결정 자기효능감을 유의미하게 높이는 데 효과가 있다고 할 수 있으며, 이러한 결과들은 진로 자기효능감 이론과 상담 실체에 중요한 시사점을 제공한다고 볼 수 있다. Bandura (1977)는 자기효능감 기대는 수행성취, 언어적

설득, 대리학습, 그리고 정서적 격려에 의해 영향을 받는다고 설명하였다. 진로상담 워크숍은 자기효능감의 이러한 자원들을 각각 나타내는 활동들을 포함하여 구성하였다. 진로 상담 워크숍에 참석한 성인 대학생들의 진로결정 자기효능감 척도에서의 유의미한 증가는 자기효능감의 4가지 자원들을 나타내는 구체적인 과제 영역에 대한 상담 및 프로그램 개입으로 자기효능감을 높일 수 있다는 Bandura의 주장을 지지하는 것이다.

또한 진로상담 워크숍은 성인 대학생의 진로결정 자기효능감을 높이기 위해 수행 성취, 언어적 격려, 대리학습, 그리고 정서적 자극의 활동들과 아울러 진로결정 자기효능감을 높이는데 방해가 되는 진로관련 지각들을 다루는 내용으로 구성되었다. 이러한 활동들은 진로결정 자기효능감의 하위 요인인 직업정보수집, 진로 목표설정, 계획수립, 문제해결, 자기평가의 영역에 걸쳐서 진로결정 자기효능감을 높이도록 하며 가족갈등, 의사결정, 수행불안 영역에서의 진로방해 요인들을 효과적으로 대처해 나가리라 생각된다. 즉, 자기효능감과 효과적인 진로방해 요인에 대한 대처해 나가는 능력들은 성인 대학생들의 효과적인 진로행동을 촉진하는데 영향을 미칠 것으로 생각된다.

둘째, 2회기의 단기 진로상담 워크숍이 성인 대학생에게 진로결정 자기효능감을 높이는 데 유의미하게 효과가 있다고 볼 수 있다. 이러한 결과들은 비교적 짧은 회기의 진로상담 및 프로그램 개입을 통해서 학생들의 진로 자기효능감을 높일 수 있다는 것은 이전 연구결과들(Fukuyama et al., 1988; Luzzo & Taylor, 1994)을 지지하는 것이다.

Luzzo와 Taylor(1994)는 대학생들의 진로결정 자기효능감에 대한 언어적 확신의 효과를 조사했다. 진로 평가지를 작성하고 검사 해석하는 동안에 상담자는 실험집단 학생들이 그들이 효과적인 진로의사결정을 하는 적절한 능력이 있음을 깨닫도록 설득했다. 직업검사해석 과정에서 언어적으로 확신감을 받은 학생들은 진로의사결정 자기효능감이 유의미하게 증가하였다. 단회에 제공된 언어적 확신감의 유의미한 효과성을 시사한다고 볼 수 있다.

이 연구에서 개발된 진로상담 워크숍은 진로결정 자기효능감을 높이기 위해 언어적 격

려와 정서적 촉진 등의 내용들을 포함하였으며 아울러 진로결정 자기효능감 증진에 방해 요인에 대한 지각들을 재구조화하는 내용으로 구성되었다. 이러한 내용들이 포함된 단기(2회기) 진로상담 워크숍이 성인 대학생들의 진로결정 자기효능감 증진에 유의미하게 효과가 있다는 점은 성인 대학생들을 대상으로 작업하는 진로 상담가들에게 단기의 효과적인 진로 개입 방법들에 대한 중요한 시사점을 제공할 것이다. 즉, 오랜만에 학교에 재입학하거나 혹은 진로발달의 초기 단계를 재순환하는 인생 중반 진로 전환 사람들을 대상으로 상담하는 진로 상담가들에게 많은 격려가 됨과 동시에 중요한 함의점을 갖는다. 또한 일반대학보다 학생 수가 많은 개방대학의 경우, 짧은 회기이지만 많은 학생들에게 효과적인 상담 및 프로그램을 제공하는 방식을 여러 가지 이유로 선호하고 있다. 따라서 성인 개방대학의 맥락에서 단기 진로 프로그램 개발과 유의미한 효과는 대학 정책결정자에게도 진로 프로그램의 많은 시사점과 활용가능성을 제시한다고 볼 수 있다.

이러한 진로 프로그램을 진행하는 상담자들은 단순히 진로흥미나 기술에 대한 평가를 넘어서 개별 내담자와 진로발달 과정들을 면밀하게 점검하는 것이 필요하다. 내담자의 진로결정 자기효능감 및 진로방해요인들에 대한 평가를 포함함으로써, 상담자는 내담자에게 보다 효과적인 진로상담 서비스를 제공할 수 있을 것이다.

성인 대학생을 대상으로 진로상담 및 프로그램을 실시할 때는 상담자는 성인의 다양한 대상에 대한 특수한 요구들을 파악하여 구체적으로 전략을 개발하고 실행하는 것이 중요하다. 연구결과에서 제시한 바와 같이, 성인대

학생을 대상으로 하는 상담 워크숍과 세미나는 좋은 이론들에 기반하여 잘 수립된 처치 방법들을 포함해야 한다. 다양한 배경의 성인 대학생들이 전반적으로 증가함에 따라, 전통적인 진로상담 방법이 성인 대학생들에게 적합한지 결정하는 연구들이 진행되어야 할 것이다.

본 연구의 결과를 토대로 몇 가지 제언을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 진로결정 자기효능감에 대한 상담 개입의 효과성에 대한 지속적인 연구들이 필요하다. 특히 성인 대학생들을 대상으로 진행된 진로결정 자기효능감 증진과 관련된 최근 연구들을 탐색하고 반복 연구하는 것이 필요하다. 이 연구의 주요 한계점은 단지 전체 성인 대학생 중에서 진로 워크숍에 참석한 성인 대학생 소수에 한정되었다는 것이다. 따라서 이 연구 결과를 일반화하는데 한계가 있다고 볼 수 있다. 이 연구에 참가한 학생들과 참가하지 않은 학생들의 요구, 동기 등에서 차이가 있을 것이다. 이 연구결과는 단지 성인의 일부 집단에 관한 것이다. 앞으로의 연구는 이 연구에서 관찰된 결과들이 성인 대학생들에게 일반화될 수 있는지 조사되어야 할 것이다.

둘째, 앞으로의 연구는 이 연구에서 사용된 진로 워크숍이 참여자들의 진로 자기효능감을 안정적으로 증진시키는지를 평가해야 할 것이다. 진로결정 자기효능감 증가의 실제적인 행동 변화에 의미가 있는지 파악하는 것이 중요할 것이다. 예를 들어, 진로결정 자기효능감의 증가가 진로탐색행동 그리고 실제 진로계획 및 과제 참여에서의 증가로 변화되는지 파악하는 연구가 필요하다. 이 연구에서는 진로결정 자기효능감 도구(CDMSE)를 사용하여 그 효

과를 검증하였으나, 개발된 진로 워크숍이 실제 진로의사결정이나 진로준비행동 영역에서도 변화를 가지고 오는지 평가하지 못한 한계점이 있다. 따라서 워크숍에 대한 진로결정 자기효능감의 안정적인 증가 및 진로행동 변화를 파악하는 연구가 지속적으로 필요할 것이다. 또한 다양한 배경을 가진 성인 대학생(예: 장애인, 주부 외)들을 대상으로 진로결정 자기효능감을 증가시키기 위한 진로 상담 및 개입의 효과성 평가가 필요하다.

셋째, 진로결정 자기효능감에 대한 다양한 매체를 활용한 진로 상담 및 프로그램 효과를 평가하는 연구가 지속되어야 할 것이다. 대학생의 진로의사결정 자기효능감에 대한 상담 처치의 효과 및 진로미결정 대학생들을 대상으로 진로의사결정 자기효능감에 대한 DISCOVER(ACT, 1987) 컴퓨터 지원 진로지도 시스템의 효과를 조사하여 유의미한 효과를 검증한 연구들이 진행되었다(Fukuyama, Probert, Neimeyer, Nevill와 Metzler, 1988). 또한 DISCOVER(ACT, 1987)는 진로결정 자기효능감(CDMSE)과 진로결정 귀인 스타일(career decision-making attributional style)에서 유의미한 효과가 검증되었다(Maples & Luzzo, 2005). 특히 성인 원격기관에서의 성인 학습자는 진로개발 과정에서 진로결정 자기효능감과 내적 통제소재 및 긍정적 귀인 경향성을 가지고 스스로 결정하고 행동을 조절하는 능력이 더욱 요구된다. 따라서 이러한 성인의 진로결정 및 행동 과정에서 유의미하게 관련되는 진로 변인들을 파악하고, 이를 증진시키는 진로 프로그램을 개발하고 그 효과를 검증하는 연구들이 국내에서도 필요할 것이다. 앞으로 성인대학생들이 다양한 매체들 중에서 특히 컴퓨터 및 인터넷을 활용하여 평생교육과 고등교육을 받

을 확률이 높아지는 추세이므로 앞으로 이러한 진로상담 프로그램들이 컴퓨터 및 인터넷 기반으로 제공될 필요가 있다. 따라서 국내에서도 성인 학습자들의 특성들을 파악하여 이를 반영한 컴퓨터 지원 진로 상담 및 지도 프로그램과 시스템을 개발하고 효과를 검증하는 연구들이 요구된다.

### 참고문헌

- 김보원 (2005). 차세대 방송대학 발전모델 연구. 한국방송통신대학교 원격교육연구소.
- 김남순, 배종훈 (1998). 진로 자기효능감의 이론적 고찰. 경상대학교
- 이기학, 이학주 (2000). 대학생의 진로태도성숙 정도에 대한 예언변인으로서의 자기효능감 효과검증에 대한 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 12(1), 127-136.
- 이지연, 은혜경, 윤희환 (2004). 경력차단 여성의 취업지원 프로그램개발. 한국직업능력개발원
- 이지연, 은혜경 (2006). 경력차단 여성을 위한 취업지원 프로그램 개발 및 효과 검증. 상담학연구, 7(2), 365-383.
- 이현주 (1999). 여중생의 진로태도와 진로포부에 영향을 미치는 변인 분석-모녀의 심리·배경요인과 관계요인을 중심으로. 한국교육학회: 교육학연구, 37, 279-321.
- 이현주 (2000). 대학생의 진로결정수준에 따른 인지양식 차이. 한국교육학회: 교육학연구, 38, 235-257.
- 정진선 (2001). 대학생의 성역할정체감이 진로 의사결정효능감 및 진로결정유형에 미치는 영향. 홍익대학교 박사학위논문.
- ACT. (1987). DISCOVER. Iowa City, IA: Author
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37, 122-147
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Barbara, M. F. & Darrell, A. L. (1998). Increasing the career decision-making self-efficacy of nontraditional college students. *Journal of college counseling*, 1, 35-43.
- Betz, N. E. & Hackett, G. (1997). Applications of self-efficacy theory to the career assessment of women. *Journal of Career Assessment*, 5, 383-482.
- Betz, N. E. (1992). Counseling uses of career self-efficacy theory. *Career Development Quarterly*, 41, 22-26.
- Betz, N. E., & Luzzo. D. A. (1996). Career assessment and the Career Decision-Making Self-Efficacy Scale. *Journal of Career Assessment*, 4, 413-423.
- Blustein, D. L. (1989). The role of goal instability and career self-efficacy in the career exploration process. *Journal of Vocational Behavior*, 35, 194-203.
- Crites. J. O. (1978). *Career Maturity Inventory*. Monterey, CA: CBT/ McGraw Hill.
- Fukuyama, M. A., Probert, B. S., Neimeyer, G. J., Nevill, D. D., & Metzler, A. E. (1998). Effects of DISCOVER on career self-efficacy and decision making of undergraduates. *Career Development Quarterly*, 37, 56-62.
- Hackett, G. (1995). Self-efficacy in career choice and development. In A. Bandura(Ed.), *Self-efficacy in changing societies* (pp. 232-258).

- New York: Cambridge University Press.
- Hackett, G., & Betz, N. E. (1992). A self-efficacy approach to the career development of women. *Journal of Vocational Behavior*, 18, 326-339.
- Hannah, J. S., & Khan, S. E. (1989). The relationship of socioeconomic status and gender to the occupational choices of grades 9-12 students. *Journal of Vocational Behavior*, 34, 161-178.
- Haviland, M. G., & Mahaffy, J. E. (1985). The use of My Vocational Situation with nontraditional college students. *Journal of College Student Personnel*, 26, 169-170.
- Healy, C. C., & Reilly, K. C. (1989). Career needs of community college students: Implications for services and theory. *Journal of College Student Development*, 30, 541-545.
- Holland, J. L. (1990). *Self-directed search(SDS), Form R*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Lauver, P. J., & Jones, R. M. (1991). Factors associated with perceived career options in American Indian, White, and Hispanic rural high school students. *Journal of Counseling Psychology*, 38, 159-166.
- Layton, P. L. (1984). Self-efficacy locus of control, career salience, and women's career choice.(Doctoral dissertation, University of Minnesota, 1984). *Dissertation Abstracts International*, 45, 2652B.
- Lent, R. W., Brown, S. D., & Larkin, K. C. (1987). Comparisons of three theoretically derived variables in predicting career and academic behavior: Self-efficacy, interest congruence and consequence thinking. *Journal of Counseling Psychology*, 34, 293-298.
- Lent, R. W., & Hackett, G. (1987). Career self-efficacy: Empirical status and future directions[Monograph]. *Journal of Vocational Behavior*, 30, 347-382.
- Luzzo, D. A. (1993a). Career decision-making differences between traditional and nontraditional college students. *Journal of Career Development*, 20, 113-120.
- Luzzo, D. A. (1993b). Reliability and validity testing of the Career Decision-Making Self-Efficacy Scale. *Measurement and Evaluation in Guidance and Counseling*, 26, 137-142.
- Luzzo, D. A. (1995). The relative contributions of self-efficacy and locus of control to the prediction of career maturity. *Journal of College Student Development*, 36, 61-66.
- Luzzo, D. A. & Taylor, M. (1994). The effects of verbal persuasion on the career self-efficacy of college freshmen. *California Association for Counseling and Development Journal*, 14, 31-34.
- Maples, M. R., & Luzzo, D. A. (2005). Evaluating DISCOVER's Effectiveness in Enhancing College Students' Social Cognitive Career Development. *Career Development Quarterly*, 53, 274-285.
- Miller, T. K., & Winston, R. B., Jr. (1990). Assessing development from a psychosocial perspective. In D. G. Creamer(Ed.), *College student development: Theory and practice for the 1990s*(pp. 89-126). Washington, DC: American College Personnel Association
- National Center For Education Statistic. (1993). *Trends in enrollment in higher education by*



- racial/ethnic category: Fall 1982 through fall 1991.* (NCES 93-448), Washington, DC; U. S. Department of Education.
- Peterson, S. L. (1993). Career decision-making self-efficacy and social and academic intergration of under prepared college students: Variation based on background characteristics. *Journal of Vocational Education Research, 18*, 77-115.
- Pickering, G., & Galvin-Schaefer, K. (1998). An empirical study of re-entry women. *Journal of Counseling Psychology, 35*, 298-303.
- Ripley, R. E., & Neidert, G. P. M. (1987). *The World of Work Inventory*. Scottsdale, AZ: World of Work.
- Robbins, S. B. (1985). Validity estimates for the Career Decision-Making Self-Efficacy Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development, 18*, 64-71.
- Siegel, R. G., Galassi, J. P., & Ware, W. B. (1985). A comparison of two models for predicting mathematics performance: Social learning versus math aptitude-anxiety. *Journal of Counseling Psychology, 32*, 531-538.
- Super, D. E. (1984). Career and life development. In D. Brown, L. Brooks, & Associates (Eds.), *Career choice and development*(pp. 192-234). San Francisco: Jossey-Bass.
- Taylor, K. M., & Betz, N. E. (1983). Applications of self-efficacy theory to the understanding and treatment of career indecision. *Journal of Vocational Behavior, 22*, 63-81.
- Taylor, K. M., & Popma, J. (1990). An examination of the relationships among career decision-making self-efficacy, career salience, locus of control, and vocational indecision. *Journal of Vocational Behavior, 37*, 17-31.
- Wheeler, K. G. (1983). Comparisons of self-efficacy and expectance models of occupational preferences for college males and females. *Journal of Occupational Psychology, 56*, 73-78.

원 고 접 수 일 : 2006. 8. 8  
수정원고접수일 : 2006. 10. 23  
계 재 결 정 일 : 2006. 11. 11

## The Effectiveness of a Career-Counseling Program for Nontraditional Students

Sung-Yeun Cho

Korea National Open University

Mi-Ran Moon

Hongik Counseling Center

The purpose of this study was to evaluate the effectiveness of a career-counseling workshop on the Career Decision Making Self-Efficacy Scale (CDMSE; Taylor & Betz, 1983) for nontraditional students (i.e., undergraduate students with age over 25). The workshop strategically incorporated components, such as encouragement, anxiety reduction, exposure to role models, and sharing of successful experiences, to parallel with Bandura's (1977) conceptions of verbal persuasion, emotional arousal, vicarious learning, and performance accomplishment, respectively. Results suggested that the workshop had a significant positive effect on the participants' level of career decision-making self-efficacy. This result provides support for the career self-efficacy theory, indicating that the career decision-making self-efficacy of nontraditional college students is changeable through counseling interventions such as the workshop utilized in the current study.

*Key words* : nontraditional students, career decision-making self-efficacy, career counseling program