

대학생의 사회비교경향성이 진로불안에 미치는 영향: 진로목표불일치와 자기격려의 조절된 매개효과 검증*

유 기 은 이 기 학†

연세대학교

본 연구는 사회비교경향성과 진로불안의 관계에서 진로목표불일치의 매개효과와 자기격려의 조절효과를 포함하는 조절된 매개효과를 확인하고자 하였다. 본 연구에서는 서울 소재 4년제 대학교에 재학 중인 3, 4학년 대학생 286명을 대상으로 사회비교경향성, 진로목표불일치, 자기격려, 진로불안을 측정하는 설문을 실시하였으며, 이 중 일부 문항에 응답하지 않거나 불성실하게 응답한 8명을 제외한 278명(남 103명, 여 175명)의 데이터를 SPSS 21.0과 SPSS Macro PROCESS를 사용하여 분석하였다. 조절된 매개모형은 매개효과와 조절효과를 모두 포함하는 통합적인 모형이므로 매개효과와 조절효과, 그리고 조절된 매개효과를 차례로 검증하였다. 이를 통한 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 사회비교경향성과 진로불안의 관계에서 진로목표불일치의 매개효과가 검증되었다. 둘째, 진로목표불일치와 진로불안의 관계를 자기격려가 조절하였다. 자기격려의 특정 값에 따른 분석 결과, 자기격려를 더 많이 하는 집단에서 진로목표불일치를 높게 지각함에 따라 진로불안이 높아지는 수준이 약화되었다. 마지막으로 사회비교경향성이 진로목표불일치를 매개하여 진로불안으로 이어지는 경로에서 자기격려의 조절된 매개효과가 유의하게 나타났으며, 이는 자기격려의 모든 조건 값에서 유의미하였다. 이러한 결과를 바탕으로 본 연구의 의의 및 대학생의 진로지도 및 진로상담 장면에서의 개입에서의 시사점과 후속연구를 위한 제언을 논하였다.

주요어 : 사회비교경향성, 진로목표불일치, 진로불안, 자기격려, 조절된매개효과

* 본 연구는 유기은의 석사학위논문(2016년 8월)을 수정한 것임.

† 교신저자(Corresponding Author) : 이기학, 연세대학교 심리학과, 서울시 서대문구 연세로 50

Tel: 02-2123-2445, E-mail: khlee2445@yonsei.ac.kr

대학생 시기는 자아개념이 직업적 자아개념으로 변화하는 시기(Super, 1951) 대학생에게 진로관련 문제는 매우 중요하게 여겨진다. 특히 최근 진로환경에 대한 불확실성이 더욱 커져감에 따라 대학생들은 졸업 후의 진로를 준비하는 과정에서 심리적인 불편감을 많이 경험하고 있으며(신현규, 장재윤, 2003; 신혜진, 2016; Morgan & Ness, 2003), 대학생을 대상으로 한 최근의 설문조사 결과에서도 앞날에 대해 희망보다는 부정적인 인식이 강하다고 보고한 것으로 나타났다(이데일리, 2016). 이렇듯 불확실한 진로환경에서 대학생들이 가장 많이 경험하는 정서가 불안이다(김홍석, 2013; 박미진, 김진희, 정민선, 2009; 조혜정, 2013).

불안은 위협으로부터 자신을 보호하기 위한 자연스러운 반응이나, 과도하게 높을 경우에는 부정적인 사건이나 상황에 초점을 맞추어 미리 두려워하게 되어 부적응적인 결과를 가져올 수도 있다(김홍석, 2013; 조규판, 2008). 선행연구 결과에 의하면, 진로불안이 높을 경우 진로결정문제를 야기하며(Fouad, 2007), 진로미결정(Leong & Chervinko, 1996; Wanberg & Muchinsky, 1992), 진로수행능력 저하(Daniels, Clifton, Perry, Mandzuk, & Hall, 2006) 등 진로부적응을 겪게 된다. 더불어 대학생의 취업과 진로에 대한 불안감에 영향을 미치는 요인들에 대해서도 다양하게 연구되어 왔는데, 선행연구에서는 부모양육태도, 강요된 사회비교와 같은 사회적 변인들과 비합리적 신념, 지각된 진로장벽과 같은 인지적 변인이 취업불안에 영향을 미친다고 하였으며(김홍석, 2013), 대학생의 역기능적 태도(최선미, 윤성원, 손민정, 2013)와 외모만족도(한주원, 2015) 그리고 사회적 문제해결능력 및 자아탄력성(박은혁, 이용택, 2013) 또한 진로와 관련된 불안감에 영향

을 미침이 확인되었다. 더불어 대학생의 진로성숙도(조민제, 2010) 또한 취업 스트레스와 관련이 있음이 밝혀졌다.

진로와 관련된 문제와 삶의 만족은 밀접하게 관련되어 있다. 많은 선행 연구결과 진로만족과 삶의 만족의 정적인 관련성이 경험적으로 검증된 바 있는데(이지원, 이기학, 2015; Lent & Brown, 2008), 특히 Lent와 Brown(2008)은 삶의 만족과 진로만족을 사회인지적 관점에서 통합한 통합사회인지이론을 제안하면서, 진로 만족과 삶의 만족은 상호적인 영향력을 가지며 그 영향력은 개인의 삶에서 진로가 차지하는 비중에 따라 달라질 수 있다고 하였다(이지원, 이기학, 2015). 따라서 진로 관련 문제들이 삶의 영역에서 비교적 큰 비중을 차지하고 있는 대학생 시기에 진로에 대해서 느끼는 부정적인 정서는 전반적인 삶의 만족감을 크게 저하시킬 수 있을 것이다. 이에 대학생의 진로불안을 야기하는 요인을 밝힘과 동시에 불안을 낮출 수 있도록 하는 개입 방안의 모색이 이루어진다면 대학생의 삶의 만족감 향상에 도움을 줄 수 있을 것으로 예상된다. 본 연구에서는 진로불안에 영향을 미치는 선행변인을 탐색하고, 개입방안을 모색하는 것이 대학생의 삶의 질을 높이는 데 많은 도움이 될 것으로 보아, 개인 내적인 성향이 인지를 통해 개인의 진로 관련 부정정서에 영향을 미치는 경로를 설정하여 이를 검증하고자 한다.

사회비교경향성은 타인과 자신을 비교하는 개인의 성향(Gibbons & Buunk, 1999)으로, 사회비교경향성이 높다는 것은 개인이 타인과 능력, 의견을 자주 비교하며 이것을 자신을 평가하는 중요한 요소로 본다는 것을 의미한다(김나래, 이기학, 2012). 사회비교경향성의 초

기 연구에서는 하향비교는 자존감을 높이고 긍정적 정서를 증가시키며(Hakmiller, 1966; Lemyre & Smith, 1985) 상향비교는 열등감과 부정적 정서를 유발시킨다(Salovey & Rodin, 1984) 비교대상에 따른 정서반응의 차이와 관련된 연구가 많이 이루어졌다(장은영, 2009). 그러나 최근의 연구는 사회비교의 성향적인 특징에 초점을 맞추면서 비교대상의 특성보다는 사회비교를 얼마나 많이 하는지가 긍정적 혹은 부정적인 정서반응과 관련이 있음을 강조하고 있다(박은실, 2014; Smith, 2000). 이렇듯 사회비교의 성향적 특징에 초점을 맞춘 연구들에서는 사회비교경향성이 높은 개인의 경우 타인과의 비교를 많이 하게 되므로 분노경험을 많이 하고 주관적인 안녕감을 적게 경험하게 되며(한덕웅, 2006; 황혜진, 2005), 부정적 정서를 많이 느끼고 파괴적 행동을 많이 하게 된다(White, Langer, Yariv, & Welch, 2006)고 하였다. 더불어 선행연구들은 사회비교경향성이 높은 개인은 자기 자신에 대한 과도한 주의집중으로 인해 원하는 대로 되지 않을 때에 심한 괴로움을 겪고, 인지적으로 부정적인 측면에 더욱 주목하게 되며(Elliot & Church, 1997), 이러한 자기초점주의가 임상적인 질병의 원인이 되기도 하고(Carver & Scheier, 1981) 높은 사회비교경향성은 사회불안을 야기할 수 있음을 시사한다(Antony, Rowa, Liss, Swallow, & Swinson, 2006). 이에, 본 연구에서는 타인과 자신을 비교하는 성향인 사회비교경향성이 개인의 진로 관련 부정적 정서에 영향을 미칠 것이라고 가정하고, 사회비교경향성이 진로불안에 미치는 영향력을 통합적으로 검증하고자 한다.

선행연구 결과, 사회비교경향성이 부정적 정서, 신경증, 낮은 자존감에 영향을 미치는 경로는 비합리적 신념과 같은 개인의 인지를

매개로 하여 설명할 수 있음이 확인되었으며(하정희, 2006), 국내 대학생을 대상으로 한 취업불안 연구에서 개인의 부정적인 인지가 취업불안을 야기하는 것으로 나타났다(조규관, 2008). 더불어 개인이 현재 자신의 상황을 어떻게 지각하는지에 따라 정서적 경험에 차이가 있으며(McLaren & Crowe, 2002), 진로와 관련된 부정적인 사고는 진로관련 문제에도 영향을 미친다는 선행연구 결과(Krumboltz, 1996)를 바탕으로 본 연구에서는 개인의 사회비교 경향성이 진로와 관련된 부정적인 정서인 진로불안에 영향을 미치는 경로를 인지적 변인인 진로목표불일치가 매개할 것으로 보았다. 통제이론(Control Theory: Carver & Scheier, 1990)과 같은 목표지향 이론적 관점에 따르면 목표가 설정되면 개인은 목표를 지속적으로 평가하게 되고 목표달성을 위한 자신의 진행상황을 의식적, 혹은 무의식적으로 점검하게 된다(Creed & Hood, 2014). 이러한 관점에서 개인은 목표달성을 위한 진행상황을 본인이 바라는 내적 및 외적 기준과 비교하며 불일치가 발생했을 경우 그를 줄여나가는 방식으로 자기조절을 해 나간다(Bandura, 2001; Loche & Latham, 1990). 이렇듯 진로목표는 환경적, 사회적 맥락에서 개인에 의해 설정되고 수정되는 과정을 거치게 되는데, 진로목표불일치는 이러한 목표지향적인 입장에서 설정된 개인의 진로목표와 그 목표를 추구하고 있는 자신의 현재 상태 사이에서 개인이 지각한 차이라고 할 수 있을 것이다(Bandura, 2001; Creed & Hood, 2014). 목표불일치에 대한 선행연구에 의하면 개인이 지각한 목표불일치의 결과는 실패감과 불만족을 포함하고(Williams, Donovan, & Dodge, 2000), 불일치가 클 경우 심각한 수준의 불안과 같은 결과를 가져오기도 한다(Fejfar &

Hoyle, 2000). 최근까지 진로목표불일치를 측정하는 방식은 경험적 방식이나 불안 등의 측정을 통한 간접적인 방식으로 이루어져 왔다 (Anderson & Mounts, 2012). 혹은 현재 직업이 계획과 얼마나 불일치하는지를 묻는 한 가지 문항으로 측정되기도 하였으며(Hesketh & McLachlan, 1991), 원하는 진로와 현재 자신의 상황에 대해 각각 RIASEC 코딩을 진행하여 평가하기도 하였다(Patton & Creed, 2007). 진로목표불일치가 개인의 진로발달에 있어서 중요하게 연구되어야 할 필요성이 있음에도 불일치를 직접적으로 측정하는 도구의 개발은 최근까지 이루어지지 않고 있었으며, 이에 Creed와 Hood(2014)는 청년층을 대상으로 이를 명확하게 개념화하고 측정하기 위한 도구를 개발하였다. 본 연구에서는 Creed와 Hood(2014)의 도구를 사용하여 개인의 현재상태와 진로목표사에서 지각하는 불일치를 측정하고자 한다.

개인의 목표평가과정에서 지각된 목표불일치는 핵심적인 개념(Austin & Vancouver, 1996)으로, 개인의 향후 행동을 변화시키거나 목표를 변화시킬 수 있도록 하는 데 중심이 되는 개념이다(Bandura, 2001; Creed & Hood, 2014). 이렇듯 개인의 행동 혹은 목표의 변화를 통해 자기개념과 목표에 합치되는 결과를 가져오는 심적, 행동적 과정을 설명하는 이론을 자기조절이론(Self-regulation Theory)이라고 하는데(Fiske & Taylor, 1991), 그 중 널리 알려져 있고 다양한 범위를 아울러서 설명할 수 있는 이론이 Carver와 Scheier(1990)가 제안한 통제이론(control theory)이다(김교헌, 2006). 통제이론(Carver & Scheier, 1990)에 의하면 타인으로부터의 사회적 피드백과 지각된 환경이 개인이 자신의 위치가 어디쯤인지 점검하는 과정을 활발하게 하여 목표불일치를 지각하는 데 영향을 미칠 수

있다(Creed, Wamelink, & Hu, 2015; Kerpelman, Pittman & Lamke, 1997). 개인은 타인의 직접적인 피드백이나 사회적인 상호작용을 통해 자신의 위치를 파악하기도 하지만, 상호작용 속에서 경험하는 개인 내적인 피드백인 사회비교를 통해 스스로를 점검하기도 한다. 실제로 피드백의 양상은 다양하여 메시지가 어디에서 온 것인지, 그 내용은 무엇인지, 피드백을 준 사람과 받은 사람의 특성은 어떠한지 등과 같은 양상을 포함하기에(Hattie & Timperley, 2007), 피드백을 받는 사람의 사회비교를 하는 특성이 목표불일치의 지각에 영향을 미칠 것으로 예상해 볼 수 있다.

한편 자기불일치이론에 따르면 한 개인은 개인이 실제로 가지고 있다고 생각하는 속성인 실제적 자기(actual self), 개인이 이상적으로 소유하기를 바라는 속성(희망, 소원, 포부 등)을 나타내는 이상적 자기(ideal self), 그리고 자신이 반드시 가져야 한다고 믿는 속성(의무, 책임, 도덕적 기준 등)을 나타내는 의무적 자기(ought self)의 세 가지 자기영역을 가지고 있으며(Higgins, 1987), 자기영역들 간의 불일치가 발생할 경우 불안, 창피함, 우울과 같은 부정적인 정서를 유발할 수 있다(Tangney, Niedenthal, Covert, & Balow, 1998). 따라서 이러한 Higgins(1987)의 이론을 진로 영역에 적용한다면 자신이 설정한 진로목표는 소유하기를 희망하는 속성인 이상적 자기의 영역에 속할 수 있으며, 진로 목표를 달성하기 위한 현재 진척상황은 실제로 개인이 지니고 있는 속성에 해당된다고 할 수 있으므로, 진로영역에서의 이상적 자기의 형태를 띠는 진로목표와 실제적 자기 사이에서 불일치가 발생할 경우 진로불안과 같은 부정적 정서가 유발될 수 있을 것이다.

Creed와 Hughes(2012)에 의하면, 개인은 희망하는 진로와 실제 예상되는 진로가 불일치하였을 때 불안감을 경험하게 되는데 진로탐색을 하는 등의 진로관련 행동전략 혹은 자기조절전략이나 자기 보호전략이 이러한 불안감을 감소시킬 수 있다. 이에 본 연구에서는 진로목표불일치가 진로불안에 영향을 미치는 경로에서 개인의 긍정적 정서조절 전략인 자기격려(Self-encouragement)가 그 정도를 조절할 것으로 예상하였다. 선행연구들에서 자기격려는 진로정체감(김수리, 2015; 목경수, 구자경, 2012), 진로준비행동(한창훈, 조영아, 2016), 진로포부(이현주, 2013), 진로결정자기효능감(김경희, 2009)과 같은 진로영역에 긍정적인 영향을 미침이 확인된 바 있다.

격려는 개인에게 삶의 문제를 해결하는 데 있어서 매우 중요한 용기를 불러일으키는 것으로(기채영, 2009), 개인의 성장과 발전에 매우 중요한 역할을 하며(Watts & Pietrzak, 2000), 지속적인 격려는 개인이 자신을 긍정적으로 평가하게 하고 문제 상황 앞에서 포기하거나 회피하는 대신 행동할 수 있도록 한다(Ferguson, 2003). 이렇듯 격려는 개인의 부정적인 정서를 감소시키고, 긍정적인 부분에 집중할 수 있도록 하는데(Sweeney, 1998), 타인에 의한 격려나 칭찬은 외부에 초점을 두고 있기 때문에 외부 축진자가 없을 경우 쉽게 낙담할 수 있으므로 자신의 인정이 가장 중요하다(Dinkmeyer & Losoncy, 1996). 따라서 개인의 건강 증진을 위해 자기 스스로를 지지하는 힘과 어려움을 극복해 나가는 능력이 필수적이다(이지연, 양난미, 2007). 자기격려란 스스로에게 긍정적인 기대를 주입하고 용기를 주는 것(노안영, 정민, 2007)으로 이러한 자기격려를 통해 개인은 스스로를 인정하고 자신감과 자

존감을 강화하며 스스로의 성장과 발달을 촉진하게 된다(조희진, 오익수, 2012). 선행연구에 의하면 자기격려는 자기효능감을 증진시키고(김미란, 2006), 불안을 감소시키며(기채영, 홍경자, 2008; 이미라, 2010), 내적 자원을 강화시켜 자기존중감을 높이고 스트레스 상황을 긍정적으로 대처하는데 기여한다(허지애, 2015; Ferguson, 2003).

더불어 자기격려는 실패에 대한 수용과 자기효능감을 촉진하여 스트레스 상황에 긍정적으로 대처하는 데 기여하며 불안이나 우울 수준을 낮추는 역할을 한다(기채영, 홍경자, 2008; 김향선, 이영순, 2011; Pitsounis & Dixon, 1988). 진로목표불일치는 목표를 향한 자신의 진행상황과 자신의 목표와의 차이에 대한 개인의 지각(Higgins, 1987)으로, 나날이 불안정해지는 진로영역에서 이러한 불일치를 통제할 수 없다는 생각은 대학생의 불안감을 증폭시킬 것이다. 이 때 자기격려는 통제 불가능한 요소들의 영향력을 최소화 하고, 환경적 상황에 대한 태도와 행동을 변화시키고 자기 확신을 높이는 등 통제 가능한 요소들의 이용을 최대화하는 데 도움을 줄 수 있다(김춘경, 2006; Sweeney, 1998). 따라서 자기격려 수준이 높은 개인은 진로목표불일치를 지각하더라도 개인이 통제 가능한 요소들의 이용을 최대화하여 진로에 대한 불안감을 최소화할 수 있을 것으로 예상된다.

정리하자면, 사회비교경향성은 개인의 진로목표불일치 지각에 영향을 미치며 결과적으로 진로불안을 높이는 선행변인으로 작용할 것으로 보인다. 이에 사회비교경향성이 진로불안에 영향을 미치는 과정에서 진로목표불일치를 매개변인으로 설정하였다. 더불어 진로목표불일치가 진로불안을 높이는 정도는 개인의 정

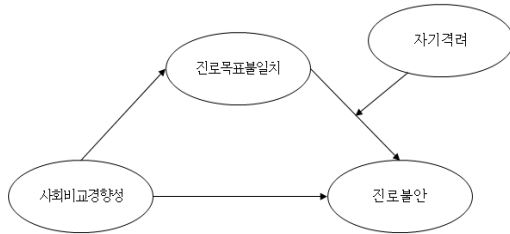


그림 1. 연구모형

서조절전략인 자기격려로 인해 완화될 수 있을 것으로 보아 본 연구에서는 조절된 매개경로를 설정하였으며, 통합적인 모형을 검증하고자 하였다. 본 연구를 통해 진로관련분야에서 중요하게 다루어져야 함에도 거의 연구되어오지 않았던 목표불일치의 중요성을 살피고 진로목표불일치의 선행변인과 그 결과를 통합적으로 살펴볼 수 있을 것이며, 더불어 진로목표불일치가 진로불안을 야기하는 과정에서 이를 조절할 수 있는 자기격려의 영향력을 경험적으로 확인할 수 있을 것이다. 이렇듯 자기격려가 진로목표불일치가 진로불안에 미치는 영향력을 완화시켜 결과적으로 개인의 비교하는 성향이 진로목표불일치를 통해 결과적으로 불안에 미치는 영향력을 감소시킨다는 사실이 검증된다면 진로상담 및 교육장면에서 긍정적인 개입전략에 대한 실질적인 정보를 제공할 것이다.

본 연구의 연구 가설은 다음과 같다.

첫째, 진로목표불일치는 사회비교경향성과 진로불안 간의 관계를 정적으로 매개할 것이다. 즉, 사회비교경향성이 높은 개인은 진로목표불일치를 높게 지각하여 결과적으로 진로불안을 많이 느끼게 될 것이다.

둘째, 진로목표불일치가 진로불안에 미치는 영향력을 자기격려가 조절할 것이다. 즉, 진로목표불일치를 높게 지각한 개인이 진로불안을

더욱 많이 느끼게 되는데, 자기격려 수준이 높은 개인이 진로불안을 상대적으로 낮은 수준으로 경험할 것이다.

셋째, 사회비교경향성이 진로목표불일치를 매개로 하여 진로불안에 미치는 영향력이 자기격려에 의해 조절될 것이다.

방 법

연구대상

본 연구는 연세대학교 생명윤리심의위원회(IRB)의 승인을 받아 서울 소재 4년제 대학에 재학 중인 3, 4학년 대학생을 대상으로 통계처리를 위한 인구통계학적인 질문과 연구모형의 측정변인에 대한 조사도구로 구성된 온라인 설문을 실시하였다. 설문에 참여한 대학생의 수는 총 286명 이었으며, 이 중 응답내용에 결측치가 있거나 불성실하게 응답한 참가자를 제외한 278명(남 103명, 여 175명)의 설문 내용을 자료분석에 사용하였다. 평균 연령은 23.5세($SD=1.64$)였고 학년별 분포는 3학년 111명(39.9%), 4학년 167명(60.1%)으로 나타났으며, 전공별 분포는 인문계열 81명(29.1%), 사회계열 78명(28.1%), 자연계열 26명(9.4%), 공학계열 54명(19.4%), 사범계열 9명(3.2%), 예체능계열 19명(6.8%), 기타 11명(4.0%)으로 나타났다.

측정도구

사회비교경향성

사회비교경향성을 측정하기 위해 Gibbons와 Buunk(1999)가 개발한 척도를 최윤희(2003)가

번안한 사회비교경향성 척도(Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure: INCOM)를 사용하였다. 총 11문항으로 구성된 사회비교경향성 질문지는 크게 능력과 의견의 2요인으로 나뉘며 본 연구에서는 자신과 타인과의 능력을 비교하여 스스로가 ‘어떻게 하고 있는지’를 평가하는 경향성에 초점을 맞추고자 하여 능력비교 하위요인 6문항만을 연구에 사용하였다. 5점 리커트 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)로 평정되며, 점수가 높을수록 타인과 자신의 능력을 자주 비교하며 이것을 자신을 평가하는 주요한 요인으로 보는 것을 의미한다. 타당도 측면에서, 사회비교경향성은 대인 간 지향성, 공적 자기 지향성, 사회비교 정보에의 집중, 공동체적 자아 지향성과 같은 사회적 지향성 및 우울, 상태-특질 불안과 같은 부정적 정서성, 신경증과는 유의미한 정적 상관을 보였으며, 낙관성과 같은 긍정적 정서성과는 유의미한 부적 상관이 나타났다(Gibbons & Buunk, 1999). 신뢰도의 경우 최윤희(2003)의 연구에서 내적합치도(Cronbach's α , 이하 α 계수)는 .83으로 나타났으며, 본 연구에서 α 계수는 .81로 나타났다.

진로목표불일치

진로목표불일치를 측정하기 위해 Creed와 Hood(2014)가 개발한 Career Goal Discrepancy 척도를 번안하여 사용하였다. 번안 과정은 본 연구의 연구자와 영어에 능통한 심리학 전공 대학원생 1인이 독립적으로 원척도를 한국어로 번역 및 검토를 진행하고, 번안내용을 바탕으로 한국어와 영어가 모두 능숙한 영어권 국가 외국인이 역번역을 진행하였다. 이렇게 역번역된 문항을 토대로 영어권 국가에서 오래 거주한 경험이 있는 심리학 전공 대학원생

및 원저자인 Creed가 원척도와의 유사성을 평정하여 최종 척도를 완성하였다. 본 척도는 총 12개 문항으로, 달성불일치, 노력불일치, 기준불일치, 능력불일치의 4개 하위요인으로 구성된다. 달성불일치는 개인이 달성하고자 하는 진로목표에 대한 개념과 현재 자신의 상황의 불일치를 측정하며(3문항, 예: 나의 계획은 내가 진정으로 원하는 진로를 가지는 데 도움이 되지 않는다.), 노력불일치는 현재 자신의 노력에도 불구하고 목표에 달성하지 못할 것이라는 불일치를 측정하고(3문항, 예: 열심히 노력하지만, 내가 진정으로 원하는 진로를 가질지 의심이 든다.), 기준 불일치는 진로목표가 너무 높게 설정된 것은 아닌지에 대한 부분을 측정하며(3문항, 나는 내가 이상적인 진로에 진입하기 위한 기준을 충족할 수 있는지 의문이다.), 능력불일치는 원하는 목표를 달성하기 위한 지각된 개인의 능력을 측정한다(3문항, 나는 내가 원하는 직업을 가질 수 있는 능력이 있다고 생각했지만, 지금은 잘 모르겠다.). 6점 리커트 척도(1=전혀 그렇지 않다, 6=매우 그렇다)로 평정되며 점수가 높을수록 자신의 진로목표와 현재 진행상황 간의 불일치를 높게 지각함을 의미한다. 타당도 측면에서 진로목표불일치는 진로목표몰입과 부적 상관을 나타냈으며, 진로고민과는 정적인 상관을 나타냈다(Creed & Hood, 2014). 신뢰도의 경우 원 척도의 α 계수는 .95로 나타났으며, 본 연구에서의 α 계수는 .92로 나타났고, 하위요인 별 신뢰도는 각각 .66(달성불일치), .85(노력불일치), .83(기준불일치), .83(능력불일치)으로 나타났다.

진로불안

진로불안을 측정하기 위해 조규관(2008)이

개발한 취업불안 척도를 진로에 대한 불안감을 묻는 문항으로 변형하여 사용하였다. 조규관(2008)의 연구에서는 취업불안 척도의 타당도를 확인하기 위해 요인분석을 실시하였고, 요인분석의 결과로 도출된 구성요인 간 상관을 구한 결과 각 구성요인에 포함되어 있는 문항들은 동일한 심리적 특성을 측정하고 있으며 구성요인들이 동일한 심리적 속성을 측정하면서도 구성요인 간에는 구분되고 있음을 확인하여 구인타당도가 검증되었다. 취업불안 척도는 3개 하위요인(취업불안상태, 취업불안 유발상황, 취업불안 유발요인)의 28문항으로 구성되어있는데, 본 연구에서는 불안한 상태 그 자체를 측정하는 것을 목적으로 하므로, 취업불안을 느낄 때의 심리적 혹은 신체적 상태인 취업불안 상태 10문항만을 각색해서 사용하였다. 문항의 예로는 “나는 나의 진로만 생각하면 자신감이 없어진다.”, “나는 나의 진로만 생각하면 머리가 복잡해진다.” 등이 있다. 5점 리커트 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)로 평정되며, 점수가 높을수록 진로에 대한 불안감이 높음을 의미한다. 원 척도에서 취업불안상태 하위요인의 α 계수는 .94로 나타났으며 본 연구에서의 α 계수는 .94로 나타났다.

자기격려

자기격려를 측정하기 위해 노안영과 정민(2007)에 의해 개발된 자기격려-낙담 척도 중 자기격려 척도를 사용하였다. 본 척도는 인지적 자기격려, 행동적 자기격려, 정서적 자기격려의 3개 하위요인 각 10개 문항 총 30문항으로 구성되어 있다. 5점 리커트 척도(1=전혀 그렇지 않다 5=매우 그렇다)로 평정되며, 점수가 높을수록 자기격려 수준이 높음을 나타

낸다. 타당도 측면에서 자기격려 척도의 인지, 행동, 정서 요인과 자기효능감의 일반적 자기효능감, 사회적 자기효능감 간에 유의미한 정적 상관을 나타냈다(노안영, 정민, 2007). 신뢰도의 경우 원 척도 개발 연구에서 자기격려의 각 하위요인의 α 계수는 인지적 자기격려가 .85, 행동적 자기격려가 .87, 정서적 자기격려가 .87로 나타났다. 본 연구에서 α 계수는 .94로 나타났으며, 각 하위 요인별 α 계수는 인지적 자기격려가 .86, 행동적 자기격려가 .86, 정서적 자기격려가 .88로 나타났다.

연구절차

SPSS 21.0을 사용하여 기술통계 및 상관분석을 시행하였으며, 더불어 표본집단의 정규성과 잔차항의 독립성 검정을 통해 중다회귀분석(multiple regression)의 기본 가정이 성립됨을 확인하였다. 다음으로 Muller, Judd와 Yzerbyt(2005)가 제안한 방법에 따라 조절된 매개효과(moderated mediation)의 성립여부를 확인하기 위해 SPSS Macro PROCESS의 모델 1을 사용하여 독립변인과 종속변인 사이에서 조절변인의 상호작용효과가 없는지를 확인하였다. 조절된 매개효과는 매개효과가 조절변인의 수준에 따라 달라지는 것을 의미하는데(정선호, 서동기, 2016; James & Brett, 1984), 이는 독립변인이 종속변인에 직접 영향을 미치는 경로에서 조절변인의 조절효과가 없어야 한다는 것을 의미한다. 연구 모형의 검증을 위해 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 위계적 회귀분석을 실시하여 매개효과를 검증하였다. 더불어 독립변인이 종속변인에 미치는 영향력을 매개변인이 매개하는 간접효과(indirect effect)의 통계적 유의성을 검증하기 위해 SPSS Macro를

통한 부트스트래핑(bootstrapping)을 실시하였다. 마지막으로, 조절된 매개효과를 검증하기 위해 Hayes(2012)가 제안한 PROCESS의 모델 1과 14를 사용하여 조절변인이 투입된 경로에서 조절효과가 통계적으로 유의미한지의 확인과 더불어 매개과정이 조절변인 투입에 따라 어떻게 변화하는지 조절된 매개효과를 확인하였다.

결 과

기술통계

본 연구에서 측정된 주요변인들의 상관관계 및 기술통계를 표 1에 제시하였다. 본 연구에서 사용된 변인들의 상관을 살펴보면 진로불안에 대해 사회비교경향성($r=.34, p<.01$), 진로목표불일치($r=.61, p<.01$)가 정적상관을 보였다. 즉, 높은 수준의 사회비교경향성, 진로목표불일치가 보다 높은 수준의 진로관련 불안감과 관련된다. 또한 진로목표불일치는 사회비교경향성($r=.36, p<.01$)과 정적 상관을 보였다. 즉, 높은 사회비교경향성이 보다 높은 수준의 진로목표불일치와 관련됨을 의미한

다. 한편 자기격려는 사회비교경향성($r=-.16, p<.01$), 진로목표불일치($r=-.46, p<.01$), 진로불안($r=-.39, p<.01$)과 부적 상관을 보였는데, 높은 수준의 자기격려는 낮은 수준의 사회비교경향성, 진로목표불일치, 진로불안과 관련됨을 의미한다.

조절된 매개 가설 검증

조절된 매개모형의 검증에 앞서 Muller 등(2005)이 제안한 통합모형 검증 단계 중 첫 단계에 해당하는 독립변인과 종속변인의 관계에서 조절변인의 상호작용 효과를 확인하였다. 이를 통해 사회비교경향성이 진로불안에 직접 영향을 미치는 관계에서 자기격려의 상호작용 효과가 나타나지 않음을 확인함과 동시에 사회비교경향성의 주효과를 확인할 수 있다. 이에, SPSS Macro PROCESS의 모델 1을 통해 조절회귀모형을 검증하였으며 그 결과를 표 2에 제시하였다. 분석에 앞서 다중공선성 문제의 최소화를 위해 평균중심화(mean centering)을 진행하였고, 그 결과 독립변인인 사회비교경향성의 주효과가 통계적으로 유의함이 검증되었으며($\beta = .29, t = 5.34, p < .001$), 더불어 사회비교경향성과 진로불안의 관계가 조절변인

표 1. 주요변인들의 상관관계 및 기술통계

	1. 사회비교경향성	2. 진로목표불일치	3. 자기격려	4. 진로불안
1. 사회비교경향성	-			
2. 진로목표불일치	.36**	-		
3. 자기격려	-.16**	-.46**	-	
4. 진로불안	.34**	.61**	-.39**	-
M(SD)	18.97(4.04)	41.40(11.41)	103.04(15.97)	28.19(9.16)

** $p < .01$

표 2. 사회비교경향성과 진로불안의 관계에서 자기격려의 조절효과

	종속변수: 진로불안					
	비표준화 계수		β	t	LLCI	ULCI
	B	SE				
상수	28.07	.49	-	57.55***	27.11	29.03
자기격려	-.20	.03	-.35	-6.46***	-.26	-.14
사회비교경향성	.65	.12	.29	5.34***	.41	.88
사회비교경향성 × 자기격려	-.01	.01	-.08	-1.60	-.03	.00

*** $p < .001$

인 자기격려의 수준에 따라 유의한 변화량을 나타내지 않음을 확인하여, James와 Brett(1984)이 제안한 조절된 매개효과의 첫 번째 전제조건인 조절변인이 종속변인에 직접 영향을 미치지 않고, 독립변인이 매개변인을 통해 종속변인에 영향을 미치는 경로에서 조절변인의 수준에 따른 효과크기의 변화가 있다는 가정을 충족함을 확인하였다.

단순매개효과 분석

본 연구의 첫 번째 가설인 사회비교경향성이 진로목표불일치를 통해 진로불안에 영향을

미치는지를 확인하기 위해 Baron과 Kenny (1986)가 제안한 매개효과 분석단계에 따라 중다회귀분석을 실시하였고, 그 결과를 표 3에 제시하였다. 분석 결과는 다음과 같다. 우선, 독립변인인 사회비교경향성이 종속변인인 진로불안에 미치는 정적인 영향력이 유의미하게 나타났으며($\beta = .34, t = 5.94, p < .001$), 다음 단계에서는 독립변인인 사회비교경향성이 매개변인인 진로목표불일치에 미치는 정적인 영향 또한 유의미한 수준으로 나타났다($\beta = .36, t = 6.32, p < .001$). 이는 사회비교경향성이 높을 경우 진로불안과 진로목표불일치가 높게 나타남을 의미한다. 마지막으로 독립변

표 3. 사회비교경향성과 진로불안의 관계에서 진로목표불일치의 단순매개효과

변수	1단계			2단계			3단계		
	종속변수: 진로불안			종속변수: 진로목표불일치			종속변수: 진로불안		
	B (SE)	β	t	B (SE)	β	t	B (SE)	β	t
사회비교 경향성	.76 (.13)	.34	5.94***	1.00 (.16)	.36	6.32***	.31 (.11)	.13	2.69**
진로목표 불일치	-	-	-	-	-	-	.46 (.04)	.57	11.26***

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

인인 사회비교경향성과 매개변인인 진로목표 불일치가 종속변인인 진로불안에 미치는 영향력을 동시에 확인한 결과 독립변인인 사회비교경향성의 영향력을 제외하고도 매개변인인 진로목표불일치가 종속변인인 진로불안에 미치는 영향력이 정적으로 유의미하였다($\beta = .57, t = 11.26, p < .001$). 이 때, 사회비교경향성이 진로불안에 미치는 영향력 또한 여전히 통계적으로 유의미한 수준으로 나타났으므로 ($\beta = .13, t = 2.69, p < .01$) 사회비교경향성이 진로불안에 미치는 영향력을 진로목표불일치가 부분매개하고 있음이 확인되었다.

독립변인이 매개변인을 통해 종속변인에 영향을 미치는 간접효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 부트스트래핑(bootstrapping) 방식을 사용하였다. 부트스트래핑은 가상의 무선 표본을 추출하여 각각의 매개효과를 확인함으로써 간접효과가 통계적 무선오차에 의한 결과가 아님을 검증하는 통계적 방식(Shrout & Bilger, 2002)으로 매개효과의 검증력(power)을 높이는 유용한 방법으로 사용된다. 본 연구에서는 부트스트랩 표본의 수를 5000개로 설정하였으며, 95%신뢰구간에서 하한값과 상한값을 구한 결과를 표 4에 제시하였다. 부트스트래핑 방식을 사용한 간접효과의 유의성 검증에서는 신뢰구간이 0을 포함하지 않을 경우 통계적으로 유의함을 의미하는데(정선호, 서동

기, 2016), 본 연구에서 신뢰구간의 하한값과 상한값은 각각 .30과 .63으로 이 둘 사이에 0을 포함하고 있지 않기에 통계적으로 유의한 간접효과가 검증되었다. 이는 결과적으로 사회비교경향성이 높을수록 진로목표불일치가 높아지고, 이는 진로불안을 높이는 결과를 가지고 온다는 본 연구의 매개경로의 유의성이 검증되었음을 의미한다.

조절된 매개효과 분석

전체 매개경로에 영향을 미치는 조절변인의 영향력인 조건부 간접효과를 확인하기에 앞서, 조절변인이 투입된 경로에서 효과의 크기나 방향의 변화를 확인하였다. 즉, 본 연구에서 확인하고자 하는 진로목표불일치가 진로불안에 미치는 영향력이 자기격려 수준에 따라 달라지는 경로를 SPSS Macro PROCESS의 모델 1을 통해 우선적으로 확인하였으며 그 결과를 표 5에 제시하였다. 다중공선성의 문제 해결 및 해석의 용이성을 높이기 위해 연속변인인 매개변인과 조절변인의 평균중심화 과정을 거쳐 조절효과를 분석하였다. 조절효과 분석 결과 진로목표불일치가 진로불안에 미치는 경로가 자기격려의 수준에 따라 유의미하게 달라지는 조절효과가 나타남을 확인하였다($\beta = -.10, t = -2.15, p < .05$).

표 4. 부트스트래핑을 통한 진로목표불일치의 간접효과 유의성 검증

변수	Effect	Boot SE	95% 신뢰구간	
			하한값	상한값
진로목표불일치	.46	.09	.30	.63

Bootstrap 표본 = 5000

LLCI = 간접효과 계수의 95%신뢰구간 내에서의 하한값.

ULCI = 상한값.

표 5. 진로목표불일치와 진로불안의 관계에서 자기격려의 조절효과

	종속변수: 진로불안					
	비표준화 계수		β	<i>t</i>	LLCI	ULCI
	<i>B</i>	SE				
상수	27.79	.47	-	59.73***	26.88	28.71
자기격려	-.07	.03	-.13	-2.44*	-.13	-.01
진로목표불일치	.47	.04	.58	10.67**	.38	.55
진로목표불일치 × 자기격려	-.01	.00	-.10	-2.15*	-.01	-.0004

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

조절효과의 패턴을 분석하기 위해 진로목표 불일치와 자기격려의 회귀계수를 중다회귀방정식에 대입한 후 회귀식을 유도하여(Howell, 2002) 그 결과를 그래프로 작성하였으며 이를 그림 2에 제시하였다. 그 결과 진로목표불일치가 높은 대학생은 진로불안을 더욱 많이 경험하는 것으로 나타났으며, 자기격려가 높은 집단에서보다 낮은 집단에서 그 증가 폭이 더욱 큰 것을 확인하였다. 이는 자기격려가 진로목표불일치에 따른 진로불안의 증가를 완화시켜주는 역할을 하는 것으로 해석할 수 있다. 조절변인이 연속변인인 경우 주로 조절변인의

특정값(평균값 ± 1 표준편차)에서의 조건부 효과(conditional effect)의 통계적 유의성을 검증한다(Aiken & West, 1991). 이에 본 연구에서는 자기격려의 각 수준에 따라 진로목표불일치가 진로불안에 미치는 영향력이 유의하게 나타나는지 확인하기 위해 SPSS Macro를 통한 단순 회귀선 검증을 실시하였으며, 그 결과 표 6과 같이 자기격려의 모든 수준에서 하한값과 상한값 사이에 0을 포함하지 않는 것으로 확인되어 자기격려의 모든 조건값에서 진로목표불일치가 진로불안에 미치는 영향력의 단순 기울기가 유의한 것으로 나타났다. 특히 조절변

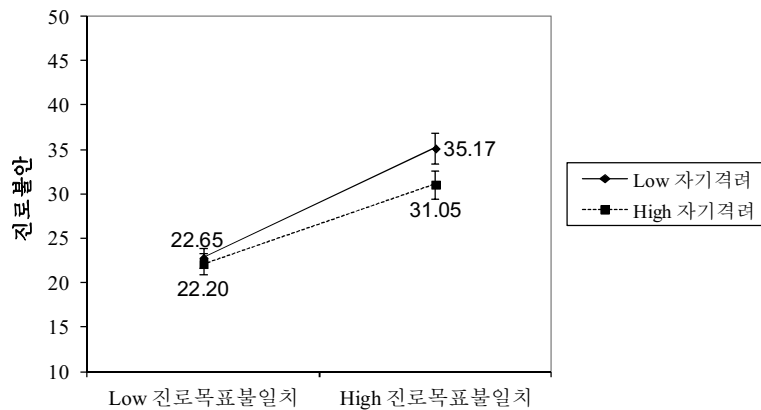


그림 2. 진로목표불일치가 진로불안에 영향을 미치는 경로에서 자기격려의 조절효과

표 6. 자기격려의 조건값에 따른 단순회귀선 유의성 검증

	Effect(<i>b</i>)	se	<i>t</i>	LLCI(<i>b</i>)	ULCI(<i>b</i>)	
자기격려	-1SD	.54	.06	8.65***	.42	.67
	Mean	.47	.04	10.67**	.38	.55
	+1SD	.39	.05	8.05***	.30	.49

****p* < .001. LLCI = 간접효과 계수의 95%신뢰구간 내에서의 하한값. ULCI = 상한값.

인의 수준 값이 높아짐에 따라 조건부 효과의 크기가 줄어드는 것을 확인할 수 있는데(.54, .47, .39), 이는 자기격려 수준이 높아질수록 진로목표불일치가 진로불안에 미치는 영향력을 완화시켜주는 것으로 해석할 수 있다.

앞서 검증된 매개과정이 조절변인에 의해 어떤 영향을 받는지 검증하기 위해 Preacher, Rucker와 Hayes(2007)의 분석방법을 적용하여 SPSS Macro PROCESS 모델 14를 통해 조절된

매개효과를 검증하였으며 그 결과를 표 7에 제시하였다. 먼저 독립변인인 사회비교경향성이 매개변인인 진로목표불일치에 미치는 정적 영향력이 유의한 것으로 나타났다($\beta = .36, t = 6.32, p < .001$). 더불어 매개변인 진로목표 불일치가 독립변인인 사회비교경향성의 영향력을 제외하고도 진로불안에 미치는 영향력이 유의미하였으며($\beta = .53, t = 9.41, p < .001$) 또한 매개변인인 진로목표불일치와 조절변인

표 7. 사회비교경향성이 진로목표불일치를 매개하여 진로불안에 영향을 미치는 경로에서 자기격려의 조절된 매개효과 검증

종속변수: 진로목표불일치						
	비표준화 계수		표준화 계수	<i>t</i>	LLCI(<i>b</i>)	ULCI(<i>b</i>)
	coeff(<i>b</i>)	se				
상수	-19.02	3.08		-6.19***	-25.07	-12.96
사회비교경향성	1.00	.16	.36	6.32***	.69	1.31
종속변수: 진로불안						
	비표준화 계수		표준화 계수	<i>t</i>	LLCI(<i>b</i>)	ULCI(<i>b</i>)
	coeff(<i>b</i>)	se				
상수	21.78	2.18		10.01***	17.50	26.26
진로목표불일치	.43	.05	.53	9.41***	.34	.52
사회비교경향성	.32	.11	.14	2.83**	.10	.54
자기격려	-.08	.03	-.13	-2.50*	-.13	-.02
진로목표불일치 × 자기격려	-.01	.00	-.11	-2.26*	-.01	-.001

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

인 자기격려의 상호작용이 종속변인인 진로불안에 미치는 영향력이 유의미하였다($\beta = -.11, t = -2.26, p < .05$). 이는 매개변인인 진로목표불일치가 종속변인인 진로불안에 미치는 영향을 미치는 경로가 조절변인인 자기격려의 수준에 따라 달라진다는 것을 의미한다.

조절효과가 매개과정의 경로에서 발생할 경우 결과적으로 매개과정에서의 간접효과는 각 조절변인의 수준에 따라 달라지는데, 이렇듯 조절변인의 수준에 따른 매개효과의 변화를 조건부 간접효과(conditional indirect effect)라고 한다. 조절된 매개모형에서는 이러한 조건부 간접효과를 추정하는 것이 초점이므로(Hayes, 2009) Preacher 등(2007)의 부트스트래핑 기법을 활용한 통계절차에 따라 조건부 간접효과의 통계적 유의성을 검증하였으며 그 결과를 표 8에 제시하였다. 분석 결과 자기격려의 모든 수준의 하한값과 상한값 사이에 0을 포함하지

않으므로, 자기격려의 모든 수준에서 사회비교경향성이 진로목표불일치를 매개로하여 진로불안에 영향을 미치는 간접효과가 유의하다는 것을 알 수 있다.

논 의

본 연구는 대학생의 진로불안에 영향을 미치는 요인들을 탐색하고, 진로에 대한 불안감을 낮추는 데 도움을 주는 개입 전략을 세우는데 의의를 두고 사회비교경향성, 진로목표불일치, 진로불안 및 자기격려의 조절된 매개효과를 검증하였다. 연구 결과 개인의 성향인 사회비교경향성이 높을수록 개인은 자신의 목표와 현재 상태간의 차이를 더 많이 인지하여 진로목표불일치를 크게 지각하게 되고, 그 결과 진로에 대한 불안감이 높아진다는 것을 확인하였으며, 이렇듯 부적응적인 진로 정서를 유발시키는 경로에서 스스로에게 용기를 주는 자기격려가 긍정적인 대처 전략으로 사용될 수 있다는 것을 밝혔다. 통합적으로 검증된 조절된 매개모형의 검증 결과를 바탕으로 그 의의를 논하면 다음과 같다.

첫째, 사회비교경향성이 진로목표불일치를 부분 매개하여 진로불안에 영향을 미침을 확

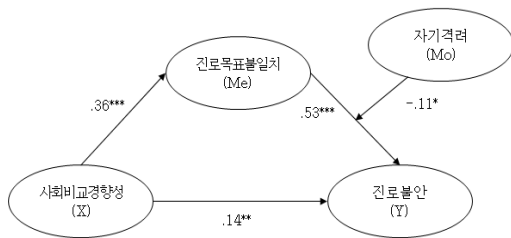


그림 3. 조절된 매개모형 검증 결과

표 8. 자기격려 값에 따른 간접효과의 유의성 검증

자기격려	조절변수의 특정 값에서의 조절된 매개효과			
	Boot 간접효과	Boot SE	Boot LLCI(<i>b</i>)	Boot ULCI(<i>b</i>)
-1SD(-15.97)	.51	.11	.30	.74
Mean	.43	.09	.27	.60
+1SD(+15.97)	.35	.08	.21	.51

LLCI = *b*의 95% 신뢰구간 내에서의 하한값, ULCI = 상한값.

인하였다. 즉, 자신과 타인을 많이 비교하는 성향을 가진 대학생일수록 진로와 관련하여 느끼는 불안감이 커지는데 이는 사회비교경향성이 높은 개인이 진로목표와 현재 자신의 진로 진행상황의 차이를 더 크게 인식하기에 진로불안을 더 높게 지각함을 시사하는 것으로 볼 수 있다. 이러한 결과는 사회비교경향성이 불안이나 염려 같은 부정적인 정서와 관련이 있다는 선행연구(하정희, 2006; Antony et al., 2006; Gibbons & Buunk, 1999)와도 맥락을 같이 하며 본 연구를 통해 일반적인 부정적 정서 뿐만 아니라 진로관련 맥락에서의 부정적 정서 또한 사회비교경향성의 영향을 받는다는 사실이 경험적으로 확인되었다. 본 연구에서는 타인과 자신의 능력을 비교하여 이를 자신이 현재 어떻게 하고 있는지 평가하는 주요한 요인으로 삼는 경향성에 주목하였는데, 이러한 개인의 성향은 진로목표에 대한 평가에서 다른 사람들과의 비교를 통한 기준을 설정하고 이를 바탕으로 자신의 진로목표 관련 진행상황을 파악하는 데 영향을 미칠 수 있을 것이다. 특히, 사람들은 불확실한 상황에서 타인과의 비교를 통해 자신의 위치를 지각하는 경향성이 있는데(Festinger, 1954), 이에 불확실한 진로영역에서 사회비교경향성은 더욱 두드러지게 나타날 것으로 사료된다. 통제이론(Carver & Scheier, 1990)에 의하면 사회적 피드백과 지각된 환경이 개인의 목표불일치에 영향을 미치는데(Creed et al., 2015), 피드백의 영역은 다양하여(Hattie & Timperley, 2007), 사회적 상호작용 내에서 피드백을 받는 개인 내적 사회비교경향성 또한 목표불일치의 지각에 영향을 미칠 수 있다. 본 연구는 이러한 개인의 성향으로서의 사회비교경향성이 진로목표불일치에 영향을 미친다는 사실을 경험적으로 확인하여

통제이론을 확장 적용하였다는 데 그 의의가 있다. 본 연구에서는 사회비교경향성이 진로목표불일치에 영향을 미치는 경로는 결과적으로 진로와 관련된 부정적인 정서로 이어지게 된다는 것을 검증하였는데, 이러한 연구결과는 진로목표불일치가 발생할 경우 실패감과 불만족 그리고 불안과 같은 결과를 가져온다는 선행연구(Williams et al., 2000; Feifar & Hoyle, 2000)와도 그 맥락을 같이한다고 볼 수 있을 것이다.

둘째, 연구 결과 진로목표불일치와 진로불안의 관계에서 자기격려의 조절효과가 확인되었는데 이는 정서조절전략으로서의 자기격려가 진로목표불일치와의 상호작용을 통해 진로불안을 완화시키는 효과를 가진다는 것을 의미한다. 자기격려는 스스로에게 긍정적인 기대를 주입하고 용기를 주는 자기치유적인 잠재능력(노안영, 정민, 2007; 송수연 2013)으로 정의되며, 최근에는 타인의 격려보다 좀 더 접근하기 쉬우며 외부 촉진자가 없을 경우에도 쉽게 낙담하지 않도록 하는 자기격려의 긍정적 효과에 주목하는 추세이다(노안영, 정민, 2007; 송수연, 2013; Dinkmeyer & Losoncy, 1996). 본 연구에서도 개인의 정서조절전략으로서의 자기격려가 진로불안을 낮춰주는 긍정적인 역할을 함이 확인되었으며, 이는 개인이 지각하는 목표불일치는 불안감을 야기하지만 개인이 처해있는 상황적 맥락과 자기조절전략에 의해 달라진다(Hardin & Leong, 2005; Lord, Diefendorff, Schmidt, & Hall, 2010)는 선행연구 결과와도 일맥상통한다. 또한 자기격려가 진로불안을 완화시킨다는 연구 결과는 Bahlman과 Dinter(2001)의 연구와도 그 맥락을 같이 하는데, 성인을 대상으로 한 Bahlman과 Dinter(2001)의 자기 및 타인 격려 훈련 결과 참가자

의 심리적 안녕감과 긍정적 정서가 증가하고, 불안, 우울과 같은 부정적인 정서는 감소하였다. 이렇듯 진로에 대한 부정적인 인지가 진로 관련 부정정서로 이어지는 것을 자기격려가 완화시켜줌을 확인한 연구 결과는 향후 진로상담 및 교육 장면에서 진로불안을 경험하는 대학생들에게 자기격려를 증진시키는 활동이 유용한 개입방법이 될 수 있음을 시사한다.

셋째, 사회비교경향성이 진로불안에 영향을 미치는 경로에서 진로목표불일치의 매개효과 및 자기격려의 조절효과를 포함하는 조절된 매개효과가 통합적으로 검증되었다. 즉, 사회비교경향성이 높은 개인은 진로목표불일치를 더 많이 지각하게 되고 이로 인해 진로불안이 높아지게 되는데, 자기격려 수준이 높을수록 진로목표불일치가 진로불안에 미치는 영향력을 완화시키는 역할을 하게 되어, 결과적으로 사회비교경향성이 진로목표불일치를 매개로 하여 진로불안에 미치는 간접효과의 영향력을 줄여준다는 것을 확인할 수 있었다. 이는 자기격려 수준이 높은 집단에서는 사회비교경향성이 높은 개인이 진로목표불일치를 크게 지각할지라도 진로불안은 비교적 적게 경험할 것이라는 것을 의미한다. 본 연구에서 매개변인으로 사용된 진로목표불일치의 개념은 개인의 목표설정 및 달성과정에서 매우 중요한 역할을 하고 있음에도 불구하고(Austin & Vancouver, 1996) 그 동안 많은 연구가 이루어지지 않았다. 특히, 최근에는 진로에 대한 개념이 전 생애적 개념으로 확장됨에 따라(Hayes, 2000) 진로목표가 일회성을 띠는 것이 아니라 지속적으로 설정되고 수정되어야 하는 개념으로 여겨지고 있는 추세로, 목표의 설정과 수정은 개인의 진로발달에 있어서 매우 중요한 역할을 할 것으로 예상된다. 이에 본 연

구에서 진로목표불일치의 선행변인과 이에 따르는 결과를 통합적으로 확인함과 더불어 진로목표불일치로 인해 발생하는 부정적인 정서를 조절하는 자기조절전략으로서의 자기격려의 역할을 확인하여, 향후 진로영역에서의 목표불일치의 개념을 활용하도록 하는 연구의 기반을 마련하였다는 데 본 연구의 의의가 있을 것이다.

또한 본 연구 결과는 대학생을 대상으로 한 진로교육 및 진로상담 장면에서 실제적인 활용이 가능할 것으로 보인다. 대학생들이 대학 내의 상담센터를 찾는 가장 큰 이유는 진로를 탐색하고 결정하는 과정에서 겪게 되는 진로스트레스로 파악되고 있는데(강재연, 2009; 김중운, 박성실, 2012), 이는 대학생들의 진로와 관련된 부정적인 정서를 줄이는 효율적인 진로상담 및 교육에 대한 필요성이 있음을 시사한다. 본 연구에서는 자신의 능력에 대하여 타인과의 비교를 많이 하는 개인이 진로목표불일치를 크게 지각하게 되고 진로에 대해 불안감을 많이 느끼게 되는데, 진로목표불일치를 크게 지각하더라도 자기격려를 많이 할 경우 비교적 진로에 대한 불안감을 적게 느끼게 된다는 것이 증명되었다. 이러한 연구 결과를 통해 대학생의 진로불안을 낮추기 위해서는 스스로의 내적자원을 강화시키기 위한 자기격려를 촉진하는 방법을 교육시키고, 그들 스스로가 자신의 강점을 인식하여 자기존중감을 높이고, 이에 진로에 대한 불안감을 감소시킬 수 있도록 도와주는 것이 효과적인 개입전략이 될 것으로 기대할 수 있다. 다시 말하면 격려는 긍정적인 방향으로 개인 내적 자원과 용기의 발달을 촉진시키는 과정으로, 스스로를 격려할 수 있는 사람은 변화를 두려워하지 않고 새로운 기회의 관점에서 이를 맞이한다

(기체영, 2008). 따라서 상담자가 내담자 스스로가 자신에 대한 믿음을 가지고 현재의 성취를 인정하며, 자신의 노력에 대해 인정하고 자신의 강점에 초점을 맞추도록 하며 목표를 달성하기 위한 긍정적 방법을 발견하도록 자기격려의 중요성을 강조하는 상담 접근을 취한다면(Kottman, 2003), 대학생의 진로불안을 낮추는 데 도움이 될 것이다.

본 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 먼저 연구 참여자가 서울 지역 소재 대학에 재학 중인 3, 4학년 대학생에 한정되었다는 점이다. 이러한 표본의 제한으로 인해 연구 결과를 일반화하는데 제약이 따른다. 따라서 추후 후속 연구에서는 다양한 지역의 충분한 사례를 확보하여 연구의 외적 타당도를 높이는 연구대상 선정이 필요할 것으로 보인다. 또한, 본 연구의 척도는 자기보고식 설문지를 사용하였기 때문에 연구 참가자가 사회적 바람직성으로 인한 응답 편향을 보이거나, 편파적으로 반응하였을 가능성이 있다. 따라서 후속 연구에서는 이러한 한계점을 보완하여 실질적인 수준을 측정할 수 있는 다각도의 측정 방식이 필요할 것이다. 다음으로 본 연구 결과를 통해 진로목표불일치가 진로불안에 미치는 부적응적인 영향력을 긍정적으로 완화시킬 수 있는 개입방안은 확인했지만, 개인의 성향이 진로목표불일치에 미치는 영향을 완화시키는 개입방안에 대해서는 확인하지 못하여 진로목표불일치 자체를 줄일 수 있는 방안에 대해서는 구체적으로 제시하지 못하였다. 이에 후속 연구에서는 진로목표불일치를 줄일 수 있는 방법을 탐색하고, 이를 경험적으로 검증하는 것이 필요할 것으로 보인다. 마지막으로 본 연구는 사회비교경향성이 진로목표불일치를 매개하여 진로불안에 영

향을 미치는 경로를 횡단적으로 확인하였다. 특히 자기격려의 조절효과를 확인하기 위해서는 자기격려 프로그램 전 후를 비교하는 등의 종단연구의 필요성이 시사된다.

참고문헌

강재연 (2009). 한국 대학생의 진로타협과 진로 관련 심리적 변인과의 관계. 박사학위논문, 한양대학교.

기체영 (2008). 대학생의 자기위로, 자기격려, 자기수용과 정신건강과의 관계. 한국놀이치료학회지, 11(4), 65-76.

기체영 (2009). 아동의 스트레스와 심리적 부적응의 관계에서 자기 격려의 매개효과. 박사학위논문. 전남대학교 대학원.

기체영, 홍경자 (2008). 아동의 자기격려적 생각, 행동, 감정 연구. 한국놀이치료학회지 (놀이치료연구), 11(1), 55-69.

김경희 (2009). 진로상담: 대학생의 부모애착과 진로결정자기효능감의 관계에서 자기격려의 매개효과. 상담학연구, 10(2), 933-945.

김교현 (2006). 중독과 자기조절: 인지신경과학적 접근. 한국심리학회지: 건강, 11(1), 63-105.

김나래, 이기학 (2012). 대학생의 사회비교 경향성과 진로미결정의 관계. 한국심리학회지: 학교, 9(2), 175-191.

김미란 (2006). 아들러의 개인심리학에 근거한 격려집단상담 프로그램 개발 및 효과분석. 상담학연구, 7(4), 1093-1106.

김수리 (2015). 대학생의 성인애착유형과 자기격려가 진로정체감에 미치는 영향. 학습자중심교과교육연구, 15(8), 663-681

- 김중운, 박성실 (2012). 대학생의 정서지능과 진로결정의 관계에서 진로장벽의 매개 효과. *직업교육연구*, 31(2), 23-43.
- 김춘경 (2006). *아들러 아동상담-이론과 실제*. 서울: 학지사
- 김향선, 이영순 (2011). 대학생의 거부민감성과 자기격려가 대인관계 유능성에 미치는 영향. *재활심리연구*, 18(3), 375-392.
- 김홍석 (2013). 대학생의 취업불안에 영향을 미치는 변인들 간의 구조적 관계 분석. *상담학연구*, 14(2), 1165-1187.
- 노안영, 정민 (2007). 자기격려-낙담 척도 개발 및 타당화. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 19(3), 675-692.
- 목경수, 구자경 (2012). 고등학생의 부모 애착과 진로정체감의 관계에서 자기격려의 매개효과. *상담학연구*, 13(3), 1119-1139.
- 박미진, 김진희, 정민선 (2009). 진로상담: 취업 준비 대학생의 스트레스에 대한 질적 연구. *상담학연구*, 10(1), 417-435.
- 박은실 (2014). 사회적으로 부과된 완벽주의와 사회불안의 관계: 외부통제, 사회비교경향성, 자기의심의 매개효과. 석사학위논문. 서강대학교 대학원.
- 박은혁, 이용택 (2013). 대학생의 사회적 문제 해결능력과 자아탄력성이 취업스트레스에 미치는 영향. *한국청소년연구*, 24(4), 5-30.
- 송수연 (2013). 직무소진 유형에 따른 정서조절 양식, 자기격려수준의 차이. 석사학위논문. 고려대학교 교육대학원.
- 신하영 (2016. 1. 18). 대학생 10명 중 7명 “삶 무거워... 한국 떠나고 싶다”. 이데일리.
- 신현규, 장재운 (2003). 대학 4학년생의 성격 특성과 성별에 따른 취업 스트레스 및 정신건강. *한국심리학회지: 임상*, 22(4), 815-827.
- 신혜진 (2016). 대학생의 진로스트레스와 진로 준비행동에 대한 잠재프로파일 분석과 진로동기의 영향력 검증. *한국심리학회지: 학교*, 13(2), 349-373.
- 이미라 (2010). 아동이 지각한 어머니의 피드백 유형과 아동의 자아존중감, 자기격려, 학교 생활적응과의 관계. 석사학위 논문. 전남대학교 대학원.
- 이지연, 양난미 (2007). 아동, 청소년 상담: 초등학교 자기위로능력 척도개발. *상담학연구*, 8(3), 1169-1183.
- 이지원, 이기학 (2015). 대학생의 자기성장주도성과 진로소명에 따른 군집 유형별 진로적응 및 삶의 만족의 차이. *상담학연구*, 16(6), 259-278.
- 이현주 (2013). 대학생이 지각한 진로장애요인이 진로포부에 미치는 영향: 가족의 지지와 자기격려의 매개효과. *한국교육학연구*, 19(2), 95-122.
- 장은영 (2009). 사회비교와 주관안녕: 문화 비교 연구. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 23(2), 157-169.
- 정선호, 서동기 (2016). 회귀분석을 이용한 매개된 조절효과와 조절된 매개효과 검증 방법. *한국심리학회지: 일반*, 35(1), 257-282.
- 조규관 (2008). 취업불안척도의 개발 및 타당화 연구. *교육학 연구*, 46(2), 53-75.
- 조민제 (2010). 대학생의 진로 성숙도가 취업불안과 취업 스트레스에 미치는 영향. *직업과 고용서비스 연구*, 5(2), 47-60.
- 조혜정 (2013). 대학생의 취업스트레스가 행복감에 미치는 영향. *한국청소년연구*, 24(1), 157-184.

- 조희진, 오익수 (2012). 자기격려 활동이 초등 학생의 학교생활적응에 미치는 영향. *초등 상담연구*, 11(1), 35-49.
- 최선미, 윤성원, 손민정 (2013). 대학생의 역기능적 태도가 취업불안에 미치는 영향. *한국산학기술학회논문지*, 14(7), 3211-3217.
- 최윤희 (2003). 스트레스, 통제소재 및 사회비교 경향성이 우울정도에 미치는 영향. 석사학위논문. 가톨릭대학교 대학원.
- 하정희 (2006). 남, 녀 청소년의 사회비교 경향성, 비합리적 신념과 성취목표와의 관계. *교육심리연구*, 20(4), 785-805.
- 한덕웅 (2006). 한국문화에서 주관안녕에 영향을 미치는 사회심리 요인들. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 12(5), 45-79.
- 한주원 (2015). 비서학전공 전문대학생들의 외모만족도, 외모관리행동이 취업불안과 진로준비행동에 미치는 영향에 관한 연구. *비서학논총*, 24(2), 163-185.
- 한창훈, 조영아 (2016). 연구논문: 고등학생의 부모진로지지와 진로준비행동 간의 관계: 자기격려의 매개효과를 중심으로. *청소년학연구*, 23(4), 79-107.
- 허지애 (2015). 자기격려와 지각된 스트레스 및 심리적 안녕감의 관계: 지지추구적 정서조절양식의 조절된 매개효과. 석사학위논문. 광운대학교 상담복지정책대학원.
- 황혜진 (2005). 사회비교 빈도와 주관적 안녕의 관계에 관한 연구. 석사학위논문. 연세대학교 대학원.
- Adler, F. (1956). The value concept in sociology. *American Journal of Sociology*, 272-279.
- Aiken, L. S. & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Sage.
- Anderson, K. L. & Mounts, N. S. (2012). Searching for the self: An identity control theory approach to triggers of occupational exploration. *The Journal of genetic psychology*, 173(1), 90-111.
- Antony, M. M., Rowa, K., Liss, A., Swallow, S. R., & Swinson, R. P. (2006). Social comparison processes in social phobia. *Behavior Therapy*, 36(1), 65-75.
- Austin, J. T. & Vancouver, J. B. (1996). Goal constructs in psychology: Structure, process, and content. *Psychological Bulletin*, 120(3), 338-375.
- Bahlmann, R. & Dinter, L. D. (2001). Encouraging Self-Encouragement: An Effect Study of the Encouraging-Training Schoenaker-Concept. *Journal of Individual Psychology*, 57(3), 273-288.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 1-26.
- Baron, R. M. & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Carver, C. S. & Scheier, M. F. (1981). The self-attention-induced feedback loop and social facilitation. *Journal of Experimental Social Psychology*, 17(6), 545-568.
- Carver, C. S. & Scheier, M. F. (1990). Origins and functions of positive and negative affect: A control-process view. *Psychological Review*, 97(1), 19-35.
- Creed, P. A. & Hood, M. (2014). The

- development and initial validation of a scale to assess career goal discrepancies. *Journal of Career Assessment*, 85(1), 125-135.
- Creed, P. A. & Hughes, T. (2012). Career development strategies as moderators between career compromise and career outcomes in emerging adults. *Journal of Career Development*, 0894845312437207.
- Creed, P. A., Wamelink, T., & Hu, S. (2015). Antecedents and consequences to perceived career goal-progress discrepancies. *Journal of Vocational Behavior*, 87, 43-53.
- Daniels, L. M., Clifton, R. A., Perry, R. P., Mandzuk, D., & Hall, N. C. (2006). Student teachers' competence and career certainty: The effects of career anxiety and perceived control. *Social Psychology of education*, 9(4), 405-423.
- Dinkmeyer, D. & Losoncy, L. (1996). *The skills of encouragement*. New York: St. Luice Press.
- Elliot, A. J. & Church, M. A. (1997). A hierarchical model of approach and avoidance achievement motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(1), 218-232.
- Fejfar, M. C. & Hoyle, R. H. (2000). Effect of private self-awareness on negative affect and self-referent attribution: A quantitative review. *Personality and Social Psychology Review*, 4(2), 132-142.
- Ferguson, E. D. (2003). Social processes, personal goals, and their intertwining: Their importance in Adlerian theory and practice. *Journal of Individual Psychology*, 59(2), 136-144.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117-140.
- Fiske, S. T. & Taylor, S. E. (1991). *Social Cognition* (2nd edn.). New York: McGraw-Hill.
- Fouad, N. A. (2007). Work and vocational psychology: Theory, research, and applications. *Annual Review of Psychology*, 58, 543-564.
- Gibbons, F. X. & Buunk, B. P. (1999). Individual differences in social comparison: development of a scale of social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(1), 129-142.
- Hakmiller, K. L. (1966). Threat as a determinant of downward comparison. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(1), 129-142.
- Hardin, E. E. & Leong, F. T. (2005). Optimism and Pessimism as Mediators of the Relations Between Self-Discrepancies and Distress Among Asian and European Americans. *Journal of Counseling Psychology*, 52(1), 25-35.
- Hattie, J. & Timperley, H. (2007). The power of feedback. *Review of Educational Research*, 77(1), 81-112.
- Hayes, A. F. (2009). Beyond Baron and Kenny: Statistical mediation analysis in the new millennium. *Communication monographs*, 76(4), 408-420.
- Hayes, A. F. (2012). *PROCESS: A versatile computational tool for observed variable mediation, moderation, and conditional process modeling*. Manuscript submitted for publication.
- Hayes, K. H. (2000). *Managing career transitions: Your career as a work in progress*. Upper Saddle Rivers: Prentice Hall.
- Hesketh, B. & McLachlan, K. (1991). Career compromise and adjustment among graduates in the banking industry. *British Journal of Guidance and Counselling*, 19(2), 191-208.

- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: a theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94(3), 319-340.
- Howell, D. C. (2002). *Statistical for psychology (5th ed.)*. Belmont, CA: Duxbury Press.
- James, L. R. & Brett, J. M. (1984). Mediators, moderators, and tests for mediation. *Journal of Applied Psychology*, 69(2), 307-321.
- Kerpelman, J. L., Pittman, J. F., & Lamke, L. K. (1997). Toward a Microprocess Perspective on Adolescent Identity Development An Identity Control Theory Approach. *Journal of Adolescent Research*, 12(3), 325-346.
- Kottman, T. (2003). *Partners in play*. Alexandria, VA: American Counseling Association.
- Krumboltz, J. D. (1996). A learning theory of career counseling. In M. L. Savickas & W. B. Walsh(Eds.), *Handbook of career counseling theory and practice* (pp. 55-80). Palo Alto, CA: Davis Black Publishing/ Consulting Psychologists Press.
- Lemyre, L. & Smith, P. M. (1985). Intergroup discrimination and self-esteem in the minimal group paradigm. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49(3), 660-670.
- Lent, R. W. & Brown, S. D. (2008). Social cognitive career theory and subjective well-being in the context of work. *Journal of Career Assessment*, 16(1), 6-21.
- Leong, F. T. & Chervinko, S. (1996). Construct validity of career indecision: Negative personality traits as predictors of career indecision. *Journal of Career Assessment*, 4(3), 315-329.
- Locke, E. A. & Latham, G. P. (1990). Work motivation and satisfaction: Light at the end of the tunnel. *Psychological Science*, 1(4), 240-246.
- Lord, R. G., Diefendorff, J. M., Schmidt, A. M., & Hall, R. J. (2010). Self-regulation at work. *Annual Review of Psychology*, 61, 543-568.
- McLaren, S. & Crowe, S. F. (2002). The contribution of perceived control of stressful life event and thought suppression to the symptoms of obsessive-compulsive disorder in both non clinical and clinical samples. *Journal of Anxiety Disorders*, 429, 1-15.
- Morgan, T. & Ness, D. (2003). Career decision-making difficulties of first-year students. *The Canadian Journal of Career Development*, 2(1), 33-39.
- Muller, D., Judd, C. M., & Yzerbyt, V. Y. (2005). When moderation is mediated and mediation is moderated. *Journal of personality and social psychology*, 89(6), 852-863.
- Patton, W. & Creed, P. (2007). The relationship between career variables and occupational aspirations and expectations for Australian high school adolescents. *Journal of Career Development*, 34(2), 127-148.
- Pitsounis, N. D. & Dixon, P. N. (1988). Encouragement versus praise: Improving productivity of the mentally retarded. *Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory, Research & Practice*, 44(4), 507-512
- Preacher, K. J., Rucker, D. D., & Hayes, A. F. (2007). Addressing moderated mediation hypotheses: Theory, methods, and prescriptions. *Multivariate Behavioral Research*, 42(1), 185-227

- Salovey, P. & Rodin, J. (1984). Some antecedents and consequences of social-comparison jealousy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(4), 780-792.
- Shrout, P. E. & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: new procedures and recommendations. *Psychological methods*, 7(4), 422-445.
- Smith, R. H. (2000). Assimilative and contrastive emotional reactions to upward and downward social comparisons. In *Handbook of social comparison* (pp. 173-200). Springer US.
- Sweeney, T. J. (1998). *Adlerian counseling: A practitioner's approach (4th ed.)*. Muncie, IN: Accelerated Development.
- Super, D. E. (1951). Vocational adjustment. Occupations. *The Vocational Guidance Journal*, 30(2), 88-92.
- Tangney, J. P., Niedenthal, P. M., Covert, M. V., & Barlow, D. H. (1998). Are shame and guilt related to distinct self-discrepancies? A test of Higgins's (1987) hypotheses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 256-268.
- Wanberg, C. R. & Muchinsky, P. M. (1992). A typology of career decision status: Validity extension of the vocational decision status model. *Journal of Counseling Psychology*, 39(1), 71-80.
- Watts, R. E. & Pietrzak, D. (2000). Adlerian "Encouragement" and the Therapeutic Process of Solution? Focused Brief Therapy. *Journal of Counseling & Development*, 78(4), 442-447.
- White, J. B., Langer, E. J., Yariv, L., & Welch IV, J. C. (2006). Frequent social comparisons and destructive emotions and behaviors: The dark side of social comparisons. *Journal of Adult Development*, 13(1), 36-44.
- Williams, K. J., Donovan, J. J., & Dodge, T. L. (2000). Self-regulation of performance: Goal establishment and goal revision processes in athletes. *Human Performance*, 13(2), 159-180.

원고접수일 : 2016. 10. 06.

수정원고접수일 : 2016. 11. 24.

최종게재결정일 : 2016. 11. 25.

The Influence of Social Comparison Orientation on Career Anxiety: Testing the Moderated Mediation Effect of Career Goal Discrepancy and Self-encouragement

Kieun Yoo

Ki Hak Lee

Yonsei University

The current study aimed to examine the moderated mediating effect of self-encouragement through career goal discrepancy on the relationship between social comparison orientation and career anxiety. A total of 286 junior and senior students in 4-year universities in Seoul responded to the questionnaires on social comparison orientation, career goal discrepancy, career anxiety and self-encouragement. Excluding missing data and outlier, 278 data (men=103, women=175) were analyzed using SPSS 21.0 and SPSS Macro. A moderated mediation is an integrated model that combines mediation and moderation effect therefore we tested the mediation effect, moderation effect and moderated mediation effect. The results of this study were as follows. First, the mediation effect of career goal discrepancy on the relation of social comparison orientation and career anxiety was verified. Second, self-encouragement moderated the relationship between career goal discrepancy and career anxiety. Lastly, using SPSS Macro, the moderated mediation effect of self-encouragement on the relationship between social comparison orientation and career anxiety through career goal discrepancy was statistically significant and this was true at all levels of self-encouragement. This study further expanded the understanding of the university students' negative affect related to career by examining the antecedents of career anxiety. The results of this study can be effectively utilized in career counseling and education practice. Implications and limitations of the study and suggestions for further study were discussed.

Key words : social comparison orientation, career goal discrepancy, career anxiety, self-encouragement, moderated mediating effect