



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](#)

석사학위논문

중학생의  
열등감과 진로 의사결정 관계에서  
자기격려의 조절효과

Moderating Effects of Self-Encouragement  
on the Relationship Between Inferiority Feeling and  
Career Decision Making  
in Junior High School Students

제주대학교 교육대학원

상담심리전공

김 보 경

2016년 2월



중학생의  
열등감과 진로 의사결정 관계에서  
자기격려의 조절효과

지도교수 박 정 환

김 보 경

이 논문을 교육학 석사학위 논문으로 제출함.

2015년 12월

김보경의 교육학 석사학위 논문을 인준함.

심사위원장 \_\_\_\_\_ (인)

위 원 \_\_\_\_\_ (인)

위 원 \_\_\_\_\_ (인)

제주대학교 교육대학원

2016년 2월

<국문초록>

## 중학생의 열등감과 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과

김 보 경

제주대학교 교육대학원 상담심리전공

지도교수 박 정 환

본 연구는 중학생을 대상으로 열등감과 진로 의사결정 관계에서 자기격려의 조절효과를 분석하는데 그 목적이 있다. 이를 위해 본 연구에서는 중학생의 자기격려를 강화하여 열등감을 줄임으로써 청소년의 진로 결정에 긍정적 영향을 미치게 될 진로 의사결정을 효과적으로 다루고 자기격려의 중요성을 진로교육의 이해 속에 확장하고자 하였다. 이러한 목적을 검증하기 위해 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

- 연구문제 1. 중학생의 열등감, 자기격려, 진로 의사결정 간의 관계가 있을 것인가?
- 연구문제 2. 중학생의 열등감과 합리적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려는 조절효과가 있는가?
- 연구문제 3. 중학생의 열등감과 직관적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려는 조절효과가 있는가?
- 연구문제 4. 중학생의 열등감과 의존적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려는 조절효과가 있는가?

본 연구는 제주도 지역에 소재한 4개 중학교에 재학 중인 3학년 전체 학생을 대상으로 임의표집 하였다. 자료 수집은 총 600부의 설문지를 회수하였으며 응답이 불성실한 76부를 제외하고 총 524부를 최종 분석 자료로 사용하였다. 연구도구로는 열등감척도, 진로 의사결정유형척도, 자기격려척도를 활용 하였다. 수집된 자료는 처리와 결과분석을 SPSS for Windows 18.0을 사용하였으며 실증분석은 모두 유의도 수준에서 검증하였다. 주요

변인들은 빈도분석, 내적 합치도 계수인 Cronbach's  $\alpha$ , Pearson's 상관분석, 평균과 표준편차, 왜도와 첨도, 위계적 회귀분석을 실시하였다.

본 연구에서 밝혀진 주요 결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째 열등감은 의존적 진로의사결정에 부정적인 영향을 미치고 있었다. 특히 자기격려와는 부적 상관관계를 나타냈다. 뿐만 아니라 합리적 진로의사결정은 직관적 진로의사결정과 의존적 진로의사결정, 자기격려 간 관계에서도 긍정적인 영향을 보였으며, 직관적 진로의사결정은 의존적 진로의사결정과 자기격려 간 관계에서 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면 의존적 진로의사결정은 자기격려와는 상관을 보이지 않은 것으로 나타났다.

둘째, 열등감이 합리적 진로의사결정에 영향을 미치지 않아 자기격려는 열등감과 합리적 진로의사결정과의 관계를 조절하지 않은 것으로 나타났다.

셋째, 열등감이 직관적 진로의사결정에 영향을 미치지 않아 자기격려는 열등감과 직관적 진로의사결정과의 관계를 조절하지 않은 것으로 나타났다.

넷째, 자기격려는 중학생이 지각하는 열등감과 의존적 진로의사결정과의 관계를 조절하는 것으로 나타났다. 즉 자기격려 수준을 높이면 열등감에 따른 의존적 진로의사결정이 낮은 것으로 나타났다.

이러한 연구결과는 자기격려를 통해 중학생이 지각하는 열등감의 부정적 효과를 완화함으로써 진로의사결정 수준을 높일 수 있음을 시사하는 것이다. 특히 자기격려는 의존적 진로의사결정에 영향을 미치는 중요한 조절변수라는 점을 밝히고 있으며 이러한 점은 선행연구들의 비교를 통해 제시하고 있다. 아울러 자기격려를 통한 긍정적인 자기인식으로 자신에 대한 확신을 갖고 진로의사결정을 할 수 있도록 하는 상담 접근의 필요성을 제시하였다.

# 목 차

<b>I. 서론</b> .....	<b>1</b>
1. 연구의 필요성 및 목적 .....	1
2. 연구문제 .....	3
3. 연구가설 .....	4
4. 용어의 정의 .....	4
<b>II. 이론적 배경</b> .....	<b>6</b>
1. 열등감 .....	6
가. 열등감 개념 및 의의 .....	6
나. 열등감의 동기 .....	8
다. 열등감의 유형 .....	10
라. 열등감의 증후 .....	12
2. 진로의사결정 .....	13
가. 진로발달의 개념 .....	13
나. 진로발달의 단계 .....	15
다. 진로의사결정의 개념 .....	17
라. 진로의사결정의 유형 .....	18
3. 자기격려 .....	20
가. 자기격려의 의미 .....	20
나. 자기격려의 필요성 .....	21
다. 자기격려의 구성요소 .....	22
4. 열등감, 진로의사결정 및 자기격려의 관계 .....	23
<b>III. 연구방법</b> .....	<b>28</b>
1. 연구대상 .....	28
2. 연구도구 .....	29
3. 연구모형 .....	31

4. 자료의 분석방법 .....	31
<b>IV. 연구결과 및 해석 .....</b>	<b>32</b>
1. 주요 변인 간 일반적 경향성 및 상관계수 .....	32
2. 열등감과 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과 검증 .....	33
가. 열등감과 합리적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과 .....	33
나. 열등감과 직관적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과 .....	34
다. 열등감과 의존적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과 .....	35
<b>V. 결론 및 제언 .....</b>	<b>39</b>
<b>참고문헌 .....</b>	<b>42</b>
<b>Abstract .....</b>	<b>52</b>
<b>부록 .....</b>	<b>55</b>

## 표 목 차

표 II-1. Super의 전생애 발달과업의 순환 및 재순환 .....	16
표 III-1. 연구 대상자의 일반적 특성 .....	28
표 III-2. 진로의사결정 척도의 문항구성 및 신뢰도 계수 .....	30
표 IV-1. 열등감, 진로의사결정, 자기격려의 상관관계 .....	32
표 IV-2. 열등감과 합리적 진로의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과 .....	34
표 IV-3. 열등감과 직관적 진로의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과 .....	35
표 IV-4. 열등감과 의존적 진로의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과 .....	36
표 IV-5. 집단별 의존적 진로의사결정의 평균 .....	37



## 그림 목차

그림 III-1. 연구모형 .....	31
그림 IV-1. 열등감과 의존적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과 .....	37

# I. 서론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

삶은 선택의 연속이고, 선택은 삶 전반에 영향을 미친다. 그 중 자신의 능력과 적성에 맞는 직업을 선택하는 것은 개인의 행복한 삶과 자아실현을 위해 중요하다. 개인의 성장과정 중 가장 중요한 시기인 청소년기에 자신에게 적합한 진로를 발견하고 그에 맞는 진로를 계획하여 준비하는 일은 개인의 행복과 삶의 질을 결정하는 중요한 요인으로 작용할 것이다.

진로발달단계에 있어 중학생 시기는 Super(1953)의 성장기(growth stage)와 탐색기(exploration stage) 그리고 Ginzberg(1951)의 잠정기(tentative period, 11~17세)에 해당된다. 즉 중학생 시기는 자신의 능력, 흥미, 적성, 학업, 직업전망 등을 고려하게 되는 시기로 진로에 대한 정보탐색이 가장 필요한 시기(이현정, 2005)이며, 궁극적으로는 진로선택에 대한 합리적인 의사결정력을 신장시키는 시기(박은선, 2009)라고 할 수 있다.

그러나 많은 청소년들이 자신의 진로에 대한 정체성을 확보하거나 충분히 탐색하지 않은 채 진로를 선택하고 결정한다. 실제로도 한국고용정보원(2008)이 실시한 초·중·고 진로실태조사에서 청소년들이 “특별한 이유 없이”, “성적 및 대학진학”을 주요 이유로 고등학교 계열선택을 한다는 결과가 보고된 바 있다. 이는 진로결정 문제에 직면해 있는 청소년들에게 자신의 적성에 대한 이해를 바탕으로 합리적 의사결정을 할 수 있도록 돕는 진로교육이 필요함을 시사한다.

현명한 진로의사결정을 하도록 돕기 위해서는 청소년의 진로의사결정에 영향을 미치는 변인들에 대해 다각도로 파악하는 것이 선행되어야 한다. 진로의사결정에 영향을 주는 변수를 살펴보면 지능, 학업능력, 인지양식, 자기개념, 자기존중감, 의사결정 양식, 열등감(고향자, 1992b; 이기학, 한종철, 1998; 조진숙, 2004, 임주희, 2012; 정주선, 2013)과 같은 개인 내적요인과 사회경제적 배경과 가족관

계(Palmer & Cochran, 1988)와 같은 개인 외적요인을 들 수 있다.

이런 다양한 요인들 가운데 진로의사결정에 중요한 예언 변수로 열등감을 보고자 한다. 열등감은 개인주의심리학자 Adler에 의해 처음 사용된 개념이다. Adler(1979)는 열등감을 개인이 잘 적응하지 못하거나 혹은 준비되어 있지 않아서 그것을 해결할 수 없는 문제가 닦혔을 경우 나타나는 것으로 설명 하였다. 열등감이란 같은 조건에서도 그것을 어떻게 지각하느냐에 따라 다르게 나타나는 것으로 개인이 느끼는 주관적인 감정(김지은, 2008)이라고 할 수 있다. 특히 청소년기에는 진로결정을 앞두고 학업성취를 통해 실패 혹은 성공에 대한 누적된 경험들을 갖게 되고, 이러한 경험들은 아직 정체성이 완전히 확립되지 못한 청소년들에게 긍정적 혹은 부정적인 측면으로 영향을 미치게 되어 열등감 혹은 무능력감을 불러일으킬 가능성이 있다(김현, 2005). Adler에 의하면 열등감은 모든 인간에게 존재하며 우월성 추구에 대한 동기유발의 근거가 된다. 따라서 개인이 지니고 있는 열등감을 적절하게 탐색하고 이를 우월성을 나타낼 수 있는 긍정적인 보상으로 전환한다면, 이것을 통해 진로탐색과 의사결정에 매우 바람직한 효과를 기대해 볼 수 있을 것이다(정은균, 2009).

그러나 열등감은 긍정적인 의미에서는 인간의 진보, 성장, 발달의 원동력이지만 열등성을 자각하고 극복하기 위해 노력해도 극복이 되지 않을 경우에 여러 가지 적응상의 문제를 초래하게 된다(Adler, 1979). 열등감이 높은 청소년은 정신건강의 문제를 보이며(이미희, 2004), 낮은 자아존중감을 가지고 우울, 불안을 보인다(송운석, 1994). 또한 열등감은 자신의 가치를 저하시키고 학교생활의 적응과 부적응에 영향을 주며(김영은, 2009), 열등감이 높은 청소년이 자신의 진로를 결정하는데 있어 남에게 의존적이며 결정에 대한 책임을 회피 하려는 경향이 높았다(임주희, 2012). 종합해 보면 자기중심성이 높아지고 타인의 평가와 타인과의 비교에 예민해지는 청소년 시기는 열등감에 빠질 가능성이 높으며, 이러한 열등감이 자신에 대한 이해를 바탕으로 진로선택과 관련한 여러 가지 대안들을 신중하게 검토하고 결정하는 심리적 과정에 영향을 미칠 것으로 판단된다.

한편, 긍정심리학에 대한 관심이 증대되면서 인간의 긍정적인 심리측면을 과학적으로 연구하고자 하는 시도들이 강조되고 있다. 개인의 적응, 성취, 성장을 촉진하는 건강한 심리적 과정을 다루는 것으로, 국내에서 Adler 개인심리학의 자기

격려가 중요한 기법으로 활성화되는 것도 이러한 맥락인 것으로 판단된다. 자기 격려는 스스로에게 긍정적인 기대를 주입하고 용기를 주는 것이다(노안영, 정민, 2007). 자기 자신을 격려하는 사람은 시도하고 노력하려는 용기를 가진 사람이며 결과보다는 과정의 향상에 초점을 맞추므로 실패를 두려워하지 않는다. 자신의 강점을 드러내고 잠재력을 찾는데 개방적이며, 타인의 평가에 대해 독립적이고, 나아가 타인을 격려할 수 있는 사람들이다(김미란, 2006).

자기격려를 활용한 다양한 프로그램은 자기효능감을 증진시키고(김미란, 2006), 불안감을 감소시키며(강경호, 2012; 기채영, 2009), 심리적인 안녕감을 유지할 수 있도록 돕는다(유미리, 2008; 강경미, 2012) 것으로 밝혀지고 있다. 또한 열등감을 가진 청소년이 스스로 격려하게 되면 합리적인 진로 의사결정을 하게 된다(정주선, 2013)는 연구결과도 있다. 즉 자기격려는 청소년들이 부정적인 생활사건이나 부정적인 경험, 극복해야 할 문제 상황에서 건강한 발달을 도모하는데 중요한 역할(기채영, 홍경자, 2008)을 하는 것으로 보인다.

이에 본 연구에서는 중학생을 대상으로 열등감과 진로 의사결정 관계에서 자기 격려의 조절효과를 살펴보고자 한다. 열등감으로 인해 진로 의사결정에 어려움을 경험한다 하더라도 자기격려를 강화시킴으로써 열등감이 진로 의사결정에 미치는 부정적 영향력을 완화할 수 있을 것으로 판단된다.

## 2. 연구문제

이상에서 살펴본 연구의 필요성을 근거로 하여, 본 연구의 목적을 달성하기 위해 다음과 같이 연구문제를 설정하였다.

- 연구문제 1. 중학생의 열등감, 자기격려, 진로 의사결정 간의 관계가 있을 것인가?
- 연구문제 2. 열등감과 합리적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려는 조절효과가 있는가?
- 연구문제 3. 열등감과 직관적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려는 조절효과가 있는가?
- 연구문제 4. 열등감과 의존적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려는 조절효과가 있는가?

### 3. 연구가설

- 가설 1. 중학생의 열등감, 자기격려, 진로 의사결정 간의 관계가 있을 것이다.
- 가설 2. 열등감과 합리적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려는 조절효과가 있을 것이다.
- 가설 3. 열등감과 직관적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려는 조절효과가 있을 것이다.
- 가설 4. 열등감과 의존적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려는 조절효과가 있을 것이다.

### 4. 용어의 정의

#### 가. 열등감(inferiority feeling)

열등감의 개념을 처음 도입한 Adler(1956)는 열등감을 신체적, 사회적 또는 그 밖의 상태나 조건, 예를 들어 타인과의 용모, 사회적·경제적 지위, 성격, 능력 등의 비교에서 다른 사람보다 약하거나 낮거나 부족하다고 느끼고 생각하는, 주관적으로 느끼는 심리상태라고 하였다. 김옥남(2003)은 열등감은 신체적, 사회적, 가정적, 학업적인 면에서 자기가 부족하고 뒤떨어진다고 느끼는 감정 또는 의식으로 정의하였고, 강경미(2012)는 이런 여러 연구들을 종합하여 열등감을 외모, 성격, 지적·학업적 능력, 가정환경, 대인관계 등 자신의 내외적 환경과 조건 및 능력 등을 타인보다 부족하다고 느낌으로써 자신에 대해 전반적으로 자신감을 잃은 상태의 자기 무능감이라고 정의하였다.

이처럼 열등감은 자신의 여러 가지 조건, 능력이나 자질 등이 다른 사람보다 부족하다고 느끼는 심리적 상태라고 할 수 있다. 이러한 열등감은 모든 인간이 공통적으로 느끼고 있고, 또 자신의 열등감을 극복하기 위해 노력하게 하는 동기가 되지만, 열등감이 지속되거나 정도가 심해지면 자신감을 잃고 좌절하게 되며, 나아가 비행으로까지 이어지게 되는 원인이 되기도 한다.

#### 나. 진로 의사결정 (career decision making)

진로 의사결정 (career decision making)이란 “개인이 정보를 조직하고, 여러 가지 대안들을 신중하게 검토하여, 진로 선택 (career choice)을 위한 행동 과정에 전념하는 심리적인 과정 (Harren, 1979)이다. Harren은 진로 의사결정 유형을 진로 의사결정 능력의 하위요인으로 두고 이를 세 유형으로 나누었다. 먼저 합리적 유형은 자신과 상황에 대해 다양한 정보를 수집하고, 신중하고 논리적으로 의사결정을 수행해 나가며 진로 의사결정에 책임을 진다. 둘째, 직관적 유형은 의사결정에 대한 책임을 받아들이지만 미래를 별로 고려하지 않고 정보 탐색에 많은 시간을 보내지 않으며 의사결정의 기초로서 상상과 정서적 자각을 사용한다. 셋째, 의존적 유형은 의사결정 과정에서 타인의 영향을 많이 받으며 수동적, 순종적이며 의사결정에 대한 개인적 책임을 부정하는 특성을 가지고 있다.

#### 다. 자기 격려 (self-encouragement)

격려 (encouragement)는 심장을 뜻하는 coer라는 단어에서 왔으며 ‘격려하다’라는 말은 문자 그대로 ‘심장을 준다’는 뜻이다. 심장 또는 마음이란 말은 큰 고난에 맞닥뜨렸을 때의 용기, 큰 어려움에 직면했을 때의 희망, 커다란 역경에 처하더라도 내면의 힘을 끌어내는 끈기 등의 이미지를 갖고 있다 (양유성, 2005). 자기 격려는 스스로에게 확신과 자신감을 강화시켜 개인의 성장과 발달을 촉진한다 (노안영, 정민, 2007). 특히, 스스로를 향한 자기 격려는 자신의 가치와 강점에 초점을 맞출 수 있도록 도와주는 것이며, 자아상을 긍정적으로 볼 수 있도록 개인의 신념을 변화시키는 것이다 (김미란, 2006).

본 연구에서는 자기 격려가 자신의 내적 자원에 초점을 맞추고 스스로에게 용기를 북돋아 주는 과정으로 열등감을 낮추고 합리적 진로 의사결정을 하는데 도움을 줄 것으로 기대한다.

## II. 이론적 배경

### 1. 열등감

#### 가. 열등감 개념 및 의의

‘열등감(inferiority feeling)’은 오스트리아 정신분석학자 Adler(1870~1938)에 의하여 처음으로 사용되었다(김옥남, 2003). Adler에 의하면 열등감이란 자신의 능력이 타인에 비해 못하다는 것을 느끼는 것으로, 주관적이고 상대적인 개념으로 자신을 무능하고 무가치한 존재로 여기는 만성적 개념이다(임주희, 2012).

이러한 열등감은 신체 부분에 대해 갖는 태도, 과잉보호나 양육태만과 같은 부모의 부정적인 양육태도(Adler, 1964) 등 가정이나 학교에서 좌절감과 실패감을 많이 경험하게 되면 열등감이 형성된다(이혜신, 2001)고 하였다. 열등감은 자신을 잃고 지극히 남 앞에 나서기를 꺼리(김중대, 1984)는 행동을 형성하고, 일반적인 어떤 특정 활동에 관한 것만이 아니라 전반적이고도 막연한 것으로 두려움의 감정을 수반하며 모든 영역에서의 행동에 영향을 주는(강경미, 2012) 태도를 형성한다고 하였다.

이 열등감은 타인과 비교함으로써 자신에게 결함, 장애, 저열, 약점, 등이 있음을 자각할 때 오는 일종의 자기비하감, 자아경멸감(김옥남, 2003)을 갖게 되며, 자신의 열등감을 보상받기 위해 노력하지 않고 자신이 변화할 수 없다고 믿을 때 스스로 무력감에 휩싸이게 되어 결국 극단적이고 부적응적인 행동(강경미, 2012)특성을 보이는 것이다. 그러나 Adler는 열등감은 누구나 다 가지고 있는 것이라 하였으며, 열등감 그 자체만으로는 이상한 것이 아니라고(김종환, 2002) 하였다. 손수연(1989)은 Encounter Group 활동을 통한 상업계 고등학교의 열등감 감소에 관한 연구에서 스스로를 인간으로서 부적절하다고 느끼는 열등감을 기본적인 정서적 문제로 갖고 있으며, 열등감에 대해 긍정적인 반응을 보이는 사람은

그 열등감을 내적으로 인식(정민, 노안영, 2010)하여 부정적 자아상을 형성하지만, 노안영(2010)의 열등감은 자기 자신을 개선하려 하는 모든 노력의 결과라고 할 수 있기 때문에 더 나아지기 위한 우월성을 추구하는 추진력으로 기여하게 된다고 하였다.

열등감의 초기연구에서는 열등감이 사람들과의 관계에서 부정적인 태도와 긍정적인 태도로 삶의 원동력이 되고 있을 뿐 만 아니라, 열등감에 대한 부정적인 태도에 초점이 맞추어져(임주희, 2012) 있다고 했으나 최근 연구에서는 자신의 열등감을 극복하여 열등감으로 부터 얼마나 자유로울 수 있는가는 성공적인 삶의 주요한 영향 요인으로 작용(정민, 노안영, 2010)한다고 하였으며, 청소년의 성장 발달과정에서 자신과 타인과의 관계가 열등감이 형성되는 삶의 연속적 조망을 가지게 된다고 하였다. 즉 생애 초기부터 형성된 열등감은 아동기와 청소년기를 거치면서 타인과의 관계에 영향을 주어 열등감으로 발전되는 지속적인 특성을 지닌다고 보았다. 특히 Strano와 Dixon(1990)의 상대적 열등감 지수(Comparative Feeling of Inferiority Index: CFLL)에서는 어릴 때의 성장과정에서 가족과 자신에 대한 관계를 어떻게 지각 하는지에 따라 열등감의 영향을 나타내기도 하였다. 열등감에 대한 지각에서 열등감은 개인의 삶에 대한 전반적인 태도에 영향을 미쳐서 과장된 열등감 혹은 열등감 콤플렉스를 초래할 수 있다(노안영, 강만철 오익수, 김광운, 송현중, 2001). 열등감에 대한 태도가 긍정적이면 결과 자체는 바람직한 보상으로 나타나게 될 것이며, 반면에 태도가 부정적이면 무기력하다거나 부정적인 관점을 지니게 된다.

열등감의 반응은 청소년기를 거치면서 인간관계에 지속적으로 영향을 주고 있다. 이러한 열등감 반응은 정민, 노안영(2010)이 타인비교-긍정반응 등 4가지유형에서 구분하여 밝히고 있다. 또한 Terman, Oden(1959)과 Mehrabian(2000)이 열등감을 성공요인으로 분석한 결과, 열등감으로 부터의 자유가 성공경향성과 상관성이 높음을 발견하는 연구였다. 그간 보편적 중심의 부정적 반응 열등감 연구에서 벗어나 긍정적 반응의 연구로 확장되는 계기를 마련하였다.

열등감의 연구는 열등감의 측정도구의 개발 이후 활발하게 이루어졌다. Strano와 Dixon(1990)이 Adler이론을 바탕으로 열등감 측정도구를 개발하였으며, 이는 어렸을 때 지각하는 가족에 대한 평가와 자신에 대한 평가로 구성 되어진 상대



적 열등감 지수(CFLL)를 통해 열등감을 측정한다. 또한 국내에서는 열등감 측정을 열등감 증후 척도(임기홍, 2000), 열등감 검사(김응만, 1995), 열등감 반응(정민, 노안영, 2010) 등의 도구를 사용하고 있고 열등감 유형을 적용하여 명확히 분류하여 구분하고 있다. 특히 김응만(1995)의 열등감 측정도구는 각 유형의 특징을 확실히 구분하여 사용하였는데, 신체적열등감은 용모 등에 관한 것이며, 사회적열등감은 용기 등과 관련된 것으로 구분하였고, 그리고 가정적열등감은 부모와의 인간관계 등에 관한 것이고 학업적열등감은 학업능력 등과 관련된 것으로 열등감의 유형을 분류하고 있다.

#### 나. 열등감의 동기

열등감은 자신이 가치 있게 여기는 분야에서 다른 누군가 혹은 무언가와 비교함으로써 가지게 되는 감정으로(최지나, 2009) 열등감이 있다 없다고 흔히 말하는 것은 아무런 의미가 없다. 즉 자신이 부족하거나 모자라다고 느끼는 것으로 누구나 가지고 있는 감정이다. 열등감 그 감정자체가 열등감의 원인이 될 수 없으며, 감정은 증상의 이면에 있는 열등감을 갖게 되었을 때 열등감 자체가 증상의 원인이 되지만 외모로 인해 열등감을 느끼는 사람의 마음에는 상대적으로 열등한 자신의 외모에 열등한 감정을 느끼는 마음의 동기(최지나, 2009)가 숨어 있다고 보는 것이다.

이와 같은 이해를 바탕으로 열등감의 동기를 최지나(2009)의 연구에서 살펴보면 첫째 우월성이란 자신의 열등을 보상받고자 하는 감정이라고 볼 수 있다. 우월성은 모든 사람이 본성적으로 연약한 상태에서 태어나지만 어떤 사람은 열등감으로 인하여 우울증이나 망상적 사고 혹은 충동적으로 자살을 생각하는 등의 증상을 보이며, 힘겨워하고 주변을 둘러싼 모든 환경으로부터 영향을 받아 부정적인 감정을 지각하면서부터 그 원인을 둔다. 우월성은 처음부터 자신은 열등한 존재로서 태어났는데, 이는 열등하지 않으려는 것에서 부터 자신의 열등을 보상 받으려고 하며 남과 비교하기 시작하면서 자기 자신을 보게 됨으로써 열등감을 우월성 추구라는 심리적 감정 상태로 이끄는 것이다. 그래서 이러한 우월성은 사

람들이 자신을 높이고 인정받아야 한다고 생각하지만 현실은 항상 내가 원하는 대로 되지 않으며 이상과 현실 사이에 분명한 괴리가 있음으로 인해 열등감에 빠지게 되는 것이다. 그러므로 열등감으로 인해 힘들어 하는 사람들은 자신을 돌아보고 자만으로 인한 자신의 책임을 인정하는 것이 필요하다. 따라서 자신의 책임을 인정하는 것은 수치심을 느끼게 하는 것이 아니라 관계를 회복하기를 바라는 감정이며 이런 감정을 곧 우월성이라고 하였다.

둘째, 주관적 해석이란 어떤 의미와 가치에 대한 주관적인 감정이라고 볼 수 있다. 만약 어린 시절 어른들로부터 반복해서 부정적인 말을 자주 듣고, 주관적 해석을 믿고 의지하는 사람들에게 의해 그 말을 진실로 믿게 됨으로써 자신만의 존재 속으로 주관적 세계를 통합시켜 버리거나 내면화시킨다. 주관적 해석은 부정적인 메시지를 반복해서 접하고 실제 자신의 생활 속에서 그러한 사회적 풍토를 경험하게 되면 더욱더 비합리적이고 비논리적이며 비현실적인 메시지에 대해 너무나 당연하고 옳은 것일 뿐만 아니라 심지어 ‘반드시 그렇지 않으면 안 된다’는 절대적 요청으로 여기게 되는 것이다. 이러한 주관적 해석의 비합리적인 신념이 자신의 존재 가치를 잃어버릴지도 모른다는 두려움에 빠지게 하는 감정이다. 그러므로 주관적 해석은 사람들이 열등감을 갖게 되는 감정을 측정하고자 하는데 의미가 있다고 하였다.

셋째, 인정욕구란 타인과의 관계에서 인정받고자 하는 감정이라고 볼 수 있다. 인정욕구는 대부분 그 영향력이 산발적으로 일어나기 때문에 분별하기가 어렵다. 우리는 하루의 대부분을 충실하게 잘 꾸려가다가도 순간적으로 어떤 결정에 부딪칠 때는 충동적 욕구를 따르게 된다. 특히 갈등에 휘말릴 때 더욱 그렇다. 언제나 경건하게 행동할 마음을 가지고 있지만 갈등에 부딪쳤을 때는 의도하지 않았던 말을 하거나 행동을 하게 된다. 문제는 이러한 사람들의 욕구가 하나의 우상이 되어 마음을 빼앗기고 끊임없이 비교하는 집착에서 벗어나지 못하게 되는 것이다. 이런 열등감은 가치의 문제라고 언급하였다. 각 사람은 자신이 가치 있게 여기는 분야에 대해 자신이 설정한 기준이 있다. 돈과 명예, 외모와 출신 배경, 학력과 직업 등 다양한 분야에서 자신이 정해 놓은 기준에 다다르지 못하게 되면 쉽게 좌절하고 때로 열등감을 가지게 된다. 결국 자신이 설정한 기준보다는 타인이 설정한 기준에 맞추어 사랑받고 싶은 마음을 기본적으로 충족되어야 할

필요가 있지만 기본적인 욕구충족을 얻지 못하는 데에 기인하여 사랑과 관심을 받고 싶은 마음을 가진다고 하였다.

한편 김용만(1995)의 연구에서는 일반적으로 사람들이 여러 형태의 증후들을 보인다고 하였다. 이런 사람들은 도피, 억압, 왜곡, 합리화, 거짓, 자포자기, 좌절, 은둔 등의 소극적인 증후를 보이거나 투쟁, 공격, 폭평, 비난 등과 같이 적극적인 증후를 보인다고 하였다. 이처럼 열등감이 심화될 때 그것은 성격형성이나 적응에 크게 영향을 주게 되어 장래에 대한 희망을 잃고, 매사에 자신감을 상실하고, 노력을 포기하여 불안과 고민에 빠지게 된다(손수연, 1989).

#### 다. 열등감의 유형

열등감의 유형은 학자들마다 다양하다. 열등감의 개념에 따르면 열등감은 사람들이 어떻게 문제 상황에 대처하고 어떤 열등감의 유형을 정서기제에 사용하는지에 따라 영향을 준다고 하였다. 이에 대해서 Adler(1927)는 개인이 잘 적응하지 못하거나 준비되지 않아서 그것을 해결할 수 없다는 자기의 확신을 언행으로 표현되어 하나의 문제가 닦혔을 경우에 나타나는 것으로써 기관열등, 과잉보호, 양육태만의 3가지 유형으로 설명하고 있다. Allport(1960)는 자신의 능력이 부족하다고 느끼는 약간의 병적인 태도로부터 문제가 발생하는 강하고 지속적인 긴장상태라 하였으며, 신체적, 사회적, 도덕적, 지적의 4가지 유형으로 나눠 열등감을 설명하였다(서가혜, 2014; 정선양, 2002). 그들의 이러한 유형은 열등감의 관계를 설명했다는 점에서 이들 열등감 유형이 개인의 특성에 따라 스트레스를 유발시키고, 열등감유형이 다른 사람들의 정서적인 문제에 대처 방식이 다르다는 개념적 틀을 제시해 주고 있다.

이러한 방식에 따른 열등감 유형은 여러 선행연구에서 찾아 볼 수 있다. 김용만(1995)은 신체적, 사회적, 가정적, 학업적 유형의 4가지 유형으로 분류하였고, 신만철(1992)은 적합성에 따라, Allport(1961)는 도덕적 유형을 제외한 신체적, 사회적, 지적의 3가지 유형으로 분류하였으며, 임기홍(2000), 박석출(2007)은 신체, 성격, 능력-지적, 학업적, 환경-가정, 사회적인 총 6가지 유형으로 분류하였고, 조

은희(2011)는 자아개념의 관계성 4가지 유형에 따라 열등감을 분류하고 있다. 이러한 선행연구들에 근거하여 김응만(1995)이 분류한 열등감 유형을 살펴보고자 한다.

신체적 열등감은 선천적으로 타고난 요인으로 신체적 부족에 따르고 미적 외향적 모습에 초점을 두고 있다. 신체적 열등감은 키, 몸무게, 외모, 피부 건강, 체질, 몸의 흉터 등 외향적, 선천적 신체구조 결함, 운동능력 결여에 대하여 느끼는 부족감의 정도를 말한다. 이에 따른 신체적 열등감의 특징으로는 자기 자신을 잘 알지 못하고 자신을 싫어하며 수용적이지 못하고 자신의 좋은 점을 모르며 나쁜 점만 부각시키고 강조한다. 특히 청소년의 신체적 열등감은 청소년기의 심리형성과 관련(이제행과 김현식, 2006)이 있어 외향적 모습에 초점을 두기 때문에 잘못된 신체상을 가지고 있다. 그리고 황영주(2012)의 연구에서도 부정적 자아상이 낮은 자아존중감으로 이어져 대인관계에 부정적 영향을 주고 있는 것으로 나타났다. 이에 따른 열등감은 수치심으로 발현(김홍찬, 2005)되며 자의식과 관련되어 후퇴적 행동을 발현하는 요인으로 작용할 수 있다(최규범과 구현아, 2006).

사회적 열등감은 경제력과 주어진 환경의 경험에 따르며, 임기홍(2000)은 자신의 사회적 배경이 사회가 추구하는 기준에 부합되고, 사람을 평가하는 사회적 현상은 사회적 열등감으로 작용한다고 한다. 사회적 열등감은 용기, 지도력, 인기, 인성, 재치, 대인관계능력, 리더쉽, 친화성, 외향적 성격, 활동성 등에 대하여 느끼는 부족감의 정도를 말한다. 이에 따른 사회적 열등감의 특징으로는 다른 사람이 자기를 싫어하고 거부한다고 생각하며, 자기보다 나은 친구들을 부러워하면서도 한편 부정적인태도와 거부감과 불만을 가지고, 자기를 개방하지 못하며 용기가 없어 도전적이지 못하고, 지나치게 다른 학생들을 의식한다. 특히 청소년의 사회적 열등감은 임기홍(2000)도 개인적인 성격의 문제보다 학교, 학급의 사회적 환경과 가정환경에서 높은 열등감을 가진다는 결과를 밝혔듯이 가정이나 학교의 경험이 사회 환경에 바탕을 두고 있다고 한다.

가정적 열등감은 가정은 유아기 아동의 성격형성에 바탕이 되며 정서적 안정을 주는 안식처로서 역할을 한다(서가혜, 2014). 가정적 열등감은 부모와 관련된 경험의 요인에 의해서, 부모의 학력, 외모, 직업, 경제력, 가정 분위기, 사회적 지위 관계, 만족감 등에서 느끼는 부족감의 정도를 말한다. 자신감이 없고 자신을

비하하며 소극적이고 피동적이다. 특히 청소년의 가정적 열등감은 부모의 재력과 학력까지 청소년의 정서적 안정과 사회진출을 위하여 요구되는 요인들의 형성 및 발달에 작용한다(서가혜, 2014). 그러므로 손선경(2012)의 연구에서 가정적 열등감은 가정에서의 부모태도가 청소년의 학업적 열등감을 경험하게 하는 요인으로 작용한다고 볼 때 부모의 비교행위 부모 태도, 부모의 압력적 행동이 가정적 열등감을 일으킨다고 하였다. 가정적 열등감은 청소년의 태도 및 심리적 발달과 함께 자아존중감에 영향을 미친다(민자용, 2010; 이희춘, 2013).

학업적 열등감은 학업능력이 사람의 성공과 완벽한 관계성이 없음에도 불구하고 미래를 예측하는 기준으로 작용하고 있다. 학업적 열등감은 학습과 발달하는 과정의 지적영역 부족에 따른 학업 능력과 관련된 기능수준, 특정교과 성적, 화술, 창의력과 학업성적, 이해력, 판단력 등에 대하여 느끼는 부족감의 정도를 말한다. 특히 청소년의 열등감은 진로 및 사회적 진출을 위한 지적능력의 중요성을 강조하고 있다. 이에 따른 학업적 열등감을 경험하고(서가혜, 2014), 타인의 시각을 중요시하는 집단주위문화에서(장은영, 2009), 한국사회가 추구하고 있는 입시강조(한순미, 2011)가 열등감을 일으키는데, 자아개념의 저하 및 자신감 부족(임기홍, 2000)으로 나타나며, 영재에게서도 타인보다 뒤쳐질 것에 대한 염려에서 비롯된 열등감이 나타난 연구(성희경과 한기순, 2011)와 손선경(2012)의 연구 등 학업에 대한 심리적 불안을 통해서도 학업적 열등감을 경험한다고 볼 수 있다.

## 라. 열등감의 증후

열등감의 증후는 개인에 따라 긍정적으로든 부정적으로든 다양한 형태로 표출되는 여러 가지 사회적 증후로 나타나고 있다. Adler는 열등감 경험 후 대처하는 행동적 태도를 열등감 경험보다 중요하게 강조하였다(조범재, 2006). 열등감은 같은 요인에 의해 열등감이 형성될지라도 사람에 따라 그 증후와 표현방식은 차이를 보이게 된다(임기홍, 2000). 특히 타인의 인정과 승인에 대한 과도한 욕구(하진의, 2013)를 가진 청소년기는 사회적 관계와 문화적 특성에 따라 타인과의 정서적 유대를 더욱 중시하게 되면서 나타난다.

Adler(1979)는 열등감 증후를 공격성과 후퇴로 구분하였다. 공격적 행동을 통한 노력이 자존감을 보존하고 권력이나 우월을 얻기 위한 적극적인 행동 방법이라고 하였다. 그리고 공격적 행동은 다양하게 표현되는데 우선 자신이 도달하지 못한 목표를 평가절하 하는 방식으로 공격성을 나타내며, 자신의 업적을 높게 평가하고 자신의 우월함을 나타내기 위하여 다른 사람의 업적을 낮게 평가한다고 하였다. 일반적으로 공격적 행동을 띠게 되면 자만, 허풍, 호언장담, 거만, 과장된 자기자랑 등의 행동 특성을 나타내며, 또한 자신이 이루어야 하는 것에 대한 어려움을 강조하고 이를 표현하는 공격적 행동의 경향을 보인다고 한다.

후퇴의 방법을 동원하는 행동은 자존감을 보호하고 권력과 가치, 명예를 유지하기 위한 소극적 행동 양식을 말한다. 이러한 후퇴 행동은 더 이상 위신과 명망을 잃지 않기 위하여 실패를 가져올 수 있는 위험한 상황을 회피하거나 무시하는 경우에 생긴다. 그에 수반되는 후퇴 행위들로는 공동체나 사람들의 요구에 대한 방어, 두려움, 의심, 폐쇄, 소심, 낙담, 주저, 은거 등이 있다. 또한 후퇴의 방법을 동원하는 사람은 무의식적으로 자신과 목적 사이의 거리를 두기 위하여 변명, 핑계, 복통, 불면 등의 장애물을 놓기도 하고 후퇴 행동을 합리화하기 위해서 호흡곤란, 소화 불량, 치곤, 두통, 불면증 등의 소위 신체 언어를 동반하기도 한다(김영란, 1994). 이와 같이 열등감의 증후와 관련된 연구로 서가혜(2014), 함지혜(2008)의 연구내용과 조범제(2006)의 연구 결과는 대학생의 생활양식 및 애착 유형에 따른 열등감증후 등에서 자신의 열등감을 감추기 위해 무의식적으로 여러 가지 정서조절기제로 공격과 후퇴의 양상을 표현한다고 하였다.

## 2. 진로의사결정

### 가. 진로발달의 개념

진로(career)란 한 개인이 생애동안 일과 관련해서 자신의 진로발달 과정을 통해 자신의 장래나 미래에 대해 어떻게 전망하고 있으며, 진로발달은 어떤 계획을



세우고 있느냐와 관련되어 진다. 다시 말하면 진로발달은 우리가 일생동안 살아가면서 일과 직업 세계의 변화에 대응하여 얻게 되는 총체적 경험의 과정이다. 그리고 진로를 선택한다는 것은 우리가 장차 종사하고자 하는 직업과 직종 분야를 선택하는 직업선택과 선택한 직업을 효율적으로 수행하기 위해 어느 정도의 교육을 어느 수준까지 받을 것인가를 선택하는 의미(이명희, 2004)이다. 따라서 진로발달은 손충기, 박정환, 문창배, 오창홍(2012)에 의하면 진로지도를 통해 진로에 대한 고민과 함께 이를 자극하고 촉진시켜 자기계발을 수행하도록 도우며 자신이 원하는 직업을 얻을 수 있도록 다양한 정보나 활동에 경험을 제공함으로써 개인의 잠재적 가능성을 고려하여 진로발달을 증진해야 할 필요성을 제시하였다.

진로발달에 대한 이론과 접근 방법은 Parsons에 의해 정립되어 학자들의 관점에 따라 다양하게 분류되고 있다(이현림, 1994). Harren과 Cramer는 진로상담 이론을 특성요인이론, 발달이론, 의사결정이론, 사회이론, 구조이론 등으로 분류했다(이명희, 2004). 특히 발달이론은 대표적으로 Tuckman(1974), Ginzberg(1951), Super의 이론이 있으며, Hackett와 Betz(1981)가 여성의 진로발달 및 선택을 설명하려는 시도에서 태동(김봉환, 이제경, 유현실, 황매향, 공윤정, 손진희, 강혜영, 김지현, 유정이, 임은미, 손은령, 2010)한 최근동향의 사회인지진로이론이 있다.

지금까지 발달이론 중 Super의 진로발달이론은 현재에 나온 진로이론 중에서 가장 포괄적이고 종합적인 이론이라고 할 수 있다. 즉 Super(1990)의 진로발달이론은 전생애-공간이론(life-span life-space theory)으로 불리며, 전생애, 생애역할, 자아개념과 진로성숙도 등의 개념을 중심으로 이론화 되어있다. 또한 Career Development Assessment and Counseling(C-DAC)모형을 통해 진로발달이론을 진로상담과 접목하고자 하였다. 이모형은 전생애적 관점에서 내담자의 주요한 진로문제, 진로발달과업, 진로의사결정 준비도 정도 등을 평가한다. 이러한 진로발달이론은 평가를 바탕으로 내담자가 생애역할에 부여한 우선순위를 결정하도록 돕는다고 하였다. Super의 진로발달이론은 Ginzberg 등 종전 진로발달이론가들의 한계를 극복하고자 하는 노력에서 시작되었으며, 진로발달은 인간의 생애 한순간에 일어나는 것이 아니라 전 생애를 걸쳐서 계속된다고 보았다(이명희, 2004).

더욱이 진로발달에서 Super(1984)는 직업생애, 직업성숙도, 자아개념으로의 전환, 진로유형 등의 네 가지 요소에 초점을 두고 있다. 이러한 네 요소는 김봉환 외(2010)에 의하면, 첫째 요소인 전생애 발달은 Super(1984)의 발달 과업을 중심으로 한 진로발달단계는 성장기, 탐색기, 확립기, 유지기, 쇠퇴기로 나누어진다. 둘째 요소인 생애역할은 진로를 직업과 직접적으로 관련이 없지만 직업과 간접적으로 연관을 맺고 있는 다양한 삶의 역할에 대하여 관심을 가지고 있다. 셋째 요소인 자아개념은 어떤 역할, 상황, 지위에서 특정한 기능을 수행하고 있으며, 일련의 복잡한 관계 속에서 자신에 대한 상을 제공한다. 특히 자아개념의 요소는 진로발달과정에서 직업적 발달을 실행시키는 과정이라고 한다. 또한 자아개념은 타고난 적성과 신체적 특징, 여러 역할을 관찰하고 수행하는 기회, 역할수행에 대한 평가 간의 상호작용을 통한 산물이다. 그러므로 통합적이고 타협적인 과정이다. 넷째 요소인 진로유형의 특성은 부모의 사회경제적 수준, 지적능력, 교육, 기술, 성격특성, 진로성숙도, 기회 등에 의해 결정된다고 하였다.

이처럼 아동기에서 부터 성인에 이르기까지 순환적인 생애연속 과정으로 인생 전반에 걸쳐서 진로발달은 변화한다. 그리고 진로발달의 변화는 심리학적, 사회학적, 사회학적인 경제적, 신체적 상호작용과 사람이 일생동안 종사하는 직업들 또는 업무, 일의 결과를 구체화하는 기회요소들로 정의되어 진다. 이러한 변화는 인간 발달의 주요한 측면으로 개인의 과거, 현재와 미래의 직업 역할을 포함한다. 진로발달의 변화는 개인의 자아상, 가족의 삶, 환경과 문화적인 조건들의 모든 측면들과 연결되어진다(이명희, 2004).

## 나. 진로발달의 단계

진로발달 단계는 개인이 일련의 발달과업에 직면하여 자신이 되고자 하는 사람이 되려는 방식이다. 진로발달단계를 전생애 진로발달과정으로 기술하기 위하여 Super는 Buehler(1933), Miller와 Form(1915), Havighurst(1953) 등의 개념을 수용하였고 이러한 발달과정을 이행하는 것은 생애 과정(김봉환, 2010)으로써, Super의 전생애 발달과업의 순환 및 재순환 과정을 본 연구에서는 다음과 같이



진로발달 단계를 본 연구에 맞게 재 정리하여 표 III-1로 제시하였다.

진로발달의 각 단계는 성장기, 탐색기, 확립기, 유지기, 쇠퇴기의 다섯 단계로 구분된다. 또한 진로발달 단계는 진로발달과정을 직업적 자아개념의 발달과 실행 과정이라고 보았다. 특히 진로발달 단계를 Fouad(1988)에 의하면 진로성숙이 진로발달의 핵심개념으로 진로발달의 연속선상에서 개인이 자신의 연령 수준에서 주어진 진로과업에 대처할 수 있는 준비도를 의미한다고 하였다. 그리고 진로발달 단계는 아동 및 청소년기의 진로성숙도가 진로의사결정 준비도와 관련이 있는 반면, 성인기의 진로발달단계는 사람마다 속도나 방식이 다르고 연령의 변화와 진로성숙과 무관하기 때문에 진로성숙 대신에 진로적응 개념으로 대체하고 있다(김봉환 외, 2010).

표 II-1. Super의 전생애 발달과업의 순환 및 재순환

생애단계	청소년기 (14-24세)	성인초기 (25-45세)	성인중기 (46-65세)	성인후기 (65세 이상)
성장기	현실적 자아개념 개발하기	타인과 관계 맺기 학습	자신의 한계수용	비 직업역할 개발하고 가치부여하기
탐색기	기회에 대한 추가 학습하기	원하는 기회탐색하기	새로운 과업 찾기	좋은 은퇴할 곳 찾기
확립기	선택 분야 시작하기	알맞은 지위에 안착하기	새로운 기술개발하기	과거에 하고 싶었던 것 하기
유지기	현재 직업선택 확증하기	직업 지위 안정화하기	경쟁에서 자기 지위 확보하기	자신이 즐기는 활동 유지하기
쇠퇴기	취미시간 줄이기	운동참여 줄이기	가장 중요한 것에 초점 맞추기	작업시간 줄이기

그 이외 강재태, 배종훈, 강대구(2003)의 연구에서와 같이 진로발달 단계를 보면, 첫째 진로발달 단계는 진로 선택에 관한 확신이다. 이는 자신의 진로문제에 대해 갖는 개인의 안정감과 일관성의 정도를 의미하며 높은 점수를 받은 사람은 자신의 진로에 대해 마음의 준비가 되어 있어 안정감을 느끼는 사람이며, 둘째 진로발달 단계는 진로선택 과정에서의 관여하는 정도라고 하였으며, 셋째 진로결정에서의 독립성이다. 이는 자신의 진로 문제에 대해서 주체적으로 결정하는 것, 또

는 타인에게 의존하는 것과 같은 자주적인 판단과 관련된다. 이것은 높은 점수를 받은 사람은 주체성이 높고, 낮은 점수를 받은 사람은 의존성이 높은 사람이 된다. 넷째 진로선택에 있어서의 정보처리 능력이라고 하였다. 다섯째 진로선택에 있어서의 현실타협성이라고 하였다.

이와 같이 진로발달의 이해는 개인의 진로의식과 진로발달단계를 종합적이며 체계적으로 파악하여 개인의 직업 선택을 돕고 직업 만족도를 높이고 직업을 통한 자아실현을 이룰 수 있다(안매, 2003). 또한 진로발달의 이해는 Super의 진로 발달단계를 근거로 하여 한 개인이 이루어야 할 진로발달과업에 대한 준비로 능력과 흥미의 일치도(김경애, 2004)를 진로성숙이라 하였다. 진로발달 이해는 자아의 이해, 일과 직업세계의 이해가 자신의 진로 계획과 진로선택을 통합·조정해 나가는 발달단계의 연속이라 할 수 있다. 따라서 진로발달의 이해는 자신의 이해와 자기의 능력, 적성, 흥미, 가치관, 신체적 조건, 환경적 조건 등 다양한 환경을 고려하여 이루어진다. 그리고 최학균(2001)은 진로발달 이해는 일과 직업세계의 이해는 직업 정보, 일과 작업의조건, 직업관 및 직업윤리 등 많은 변인들을 통합할 수 있어야 한다고 하였다.

#### 다. 진로의사결정의 개념

진로의사결정은 Parsons(1909)의 연구를 초석으로 Harren의 연구에 이론적 뿌리를 두고 있다. Harren에 의하면 진로의사결정(career decision making)이란 “개인이 정보를 조직하고, 여러 가지 대안들을 신중하게 검토하여, 진로선택(career choice)을 위한 행동과정에 전념하는 심리적인 과정이라고 하였다. 진로의사결정은 개인의 진로선택을 돕기 위해 진로상담과 지도의 최종적인 결과로 진로상담에 있어서는 매우 핵심적인 개념으로 자리 잡고 있다(김봉환, 정철영, 김병석, 2006).

한국진로교육학회(1999)와 김소연(2012)은 진로의사결정이란 진로 문제를 해결하기 위하여 몇 가지 대안을 마련하고, 진로 문제를 일정한 준거에 의거 상호 비교함으로써 가장 합리적이고 실행 가능한 대안을 선택하며 이를 실행에 옮기는

것이라고 하였다. 진로 문제해결에서 Krumboltz(1986) 등은 진로에 관련된 사회적 강화, 모델화, 직접강화 그리고 글 단어 및 이미지 결과로서 선호적 진로를 선택하는 능력이며, Jepsen(1982) 등도 진로 문제해결은 청소년의 진로발달에 있어 특수한 영역으로 보고 진로에 대한 개인의 목표를 달성하기 위하여 자신에 대한 정보와 진로에 대한 조건들을 관련지을 때 사고(thought)하는 행위라고 하였다(김성미, 1999).

이렇게 진로의사결정은 Crites(1981)가 개인의 특별한 직업에 입문하기 위한 의사표현이라고 하는데, 의사표현을 임태옥(2000)의 연구에서는 어떤 문제 상황이나 장면에 처하여 과학적이고 합리적인 태도로 미래를 예측하여 자신의 행동을 선택함으로써 문제의 대안을 선택·결정한다고 하였다. 또한 의사표현을 장홍철(2013)이 자신의 특성과 주변 환경을 고려하여 삶의 목표를 설정하고 이를 이루기 위해 필요한 사항들을 행동으로 실행하는 것으로 보았다.

## 라. 진로의사결정의 유형

진로의사결정유형(career decision making style)이란 어떤 개인이 결정을 내리고 접근할 때 선호하는 방식이다. Harren(1979)도 개인이 의사결정을 내리는 방식"이라 정의하였다(김봉환 외, 2010). 또한 진로의사결정유형은 의사결정유형에서 파생되어 진로와 의사결정유형이 합쳐져서 사용되는 용어로 대부분 의사결정유형의 개념과 혼재되어 사용되며 Arroba(1978)는 의사결정 문제에 접근하고 결정하는 방식이라 하였다. 자신이 선호하는 방식은 진로의사결정(career decision making)시 평소에 사용하는 의사결정유형을 진로에 접목하여 사용한다(김소연, 2012).

진로의사결정유형은 Harren이 합리적유형, 직관적유형, 의존적유형으로 재분류하였다. 이 세 가지 유형의 특징은 다음과 같다(고향자, 1992a; 정주선, 2013). 합리적유형은 의사결정을 할 때 자신과 상황을 고려하여 유익한 결정을 내리며 정확한 정보를 얻고 신중하게 결정하는 것이다. 이는 결정에 책임을 지는 특성을 가진 유형이며 의사결정이 합리적이고 심리적 독립과 성장에 도움이 된다. 잘못

하거나 실패할 확률이 낮다지만 의사결정에 시간이 걸린다는 특징을 보인다.

직관적유형은 의사결정을 할 때 자신과 상황에 대해 감정적으로 평가하는 유형으로 환상, 감정, 상상을 이용하고 즉흥적인 느낌을 중시하며 결정에 책임을 진다. 또한 빠른 의사 결정과 스스로의 선택에 책임을 지지만 잘못하거나 실패할 확률이 높다. 의사 결정에 대한 책임을 받아들이지만 미래를 고려하지 않고 정보 탐색 활동과 대안에 논리적인 평가 과정도 거의 갖지 않는다. 의사결정의 기초로서 상상력과 현재의 감정에 주의를 기울이며 정서적 자각을 사용하는 특징을 보인다.

의존적 유형은 의사결정을 할 때 다른 사람의 영향을 많이 받고 내가 원하는 것만 따르려 하지 않고 그대로 따르며, 사회적으로 인정받으려 하고 자신의 상황이 여러 가지로 제한을 받는다고 느낀다. 그리고 의사결정에 책임을 지지 않으려고 한다. 또한 다른 사람의 눈치를 보는 관계로 소신 있게 일을 처리하지 못하여 실패했을 때 남의 탓을 하기도 한다. 더불어 의사 결정에 대한 개인적인 책임을 부정하고 책임을 외부로 투사하려는 경향도 있으며 타인의 영향을 많이 받으며 수동적이고 순종적이며 사회적 인정에 대한 욕구가 있다. 그리하여 의사결정이 여러 가지 상황에 제한을 받는다고 지각하는 특징을 보인다.

이렇게 각 유형은 고유한 특성이 있지만 이 중 가장 만족스럽고 확실한 진로 결정을 하기 위해서는 합리적인 의사결정유형이 가장 도움이 된다(Lunneborg, 1978; Harren, 1979; Buck, 1981)고 하였다. 그 외 Dinklage(1968)는 8가지 유형 가운데 계획적 유형이 가장 효과적인 것으로, 직관적 유형은 어느 정도 효과적이지만 그 외의 다른 유형들은 비효과적인 것으로 보았다. 이러한 의사결정유형은 여러 종류의 의사결정에 일관되게 나타난다고 주장하고 있다(설재풍, 2001). 의사결정유형의 연구에서 Arroba(1978)는 다양한 상황에서 개인이 사용하는 의사결정유형으로 논리형, 주저형, 무사유형, 직관형, 감정형, 동조형의 6가지를 들었는데 의사결정 유형은 고정되어 있지 않고 상황에 따라 변한다고 보았다.(설재풍, 2001).

지금까지 Harren을 비롯한 진로의사결정유형에 관한 연구는 개인이 한 가지 의사결정 전략을 이용하는 경우는 거의 없다고 보고하고 있다(정주선, 2013). 그리고 이러한 의사결정의 전략은 고향자(1992b)의 연구에서 한국대학생의 의사결

정 유형과 진로결정수준 분석에서 각 유형들이 서로 독립적 차원임이 밝혀짐에 따라 각 유형이 독립적 변인으로서, 어떤 개인이 의사결정을 할 때 주로 한 가지 전략을 이용할지라도 대부분 다른 유형의 의사결정의 전략을 함께 사용한다고 하였다. 그리고 직관적유형이 합리적유형과 비교하여 상대적으로 명쾌하게 규명되지는 않았지만, 의사결정의 전략은 합리적 유형보다는 다소 효과가 적다는 사실과 의존적인 유형이 가장 만족스럽지 못한 의사결정유형이라는 사실을(설재풍, 2001) 밝히고 있다.

### 3. 자기격려

#### 가. 격려의 의미

Adler(1931)의 격려는 변화를 이끌어내는 가장 핵심적인 기제라고 하였다. 격려란 타인의 기분을 더욱 좋게 만들고, 더욱 효과적으로 변화하도록 해주며, 자신의 문제를 효율적으로 해결할 수 있는(Bahlmann & Dinter, 2001)기제라고 하였다. 그리고 Adler는 격려란 개인의 인지적 도식 틀에 긍정적 기대를 주입하는 것으로써 긍정적인 행동과 사고를 갖도록 향상시킨다고 하였다. 그래서 격려는 인지, 정서, 행동에 영향을 미친다고 정의(Dinkmeyer & Losoncy, 1996)하였다. 그렇기 때문에 격려 기제는 내적 자원을 강화시켜 자아존중감을 갖게 하고 사회적 관심을 확장시키며, 내적 통제를 강화(Sweeney, 1998)하는 기제이다. 그러므로 격려는 결과에 상관없이 자신의 노력과 내적 동기 및 과정을 강조하며 자신의 긍정적인 부분에 초점을 두고 자신의 장점을 인식하여 조력(박상권, 2010)할 수 있다.

자기격려(self-encouragement)는 자신에게 자신을 긍정적으로 바라볼 수 있도록 스스로에게 대해 용기를 주는 것이다(노안영, 정민 2007). 자기격려는 자신이 큰 고난에 맞닥뜨렸을 때의 용기를 주며 큰 어려움에 직면했을 때의 희망을 주고 커다란 역경에 처하더라도 내면의 힘을 끌어내는 곳곳함 등(양유성, 2005)의

태도를 고양시킨다. 그리고 자신과 타인에 대한 믿음을 갖게 한다. 그러므로 자기격려는 스스로를 위로하고 격려하여 용기를 주는 것으로 자기 스스로에게 자신의 행동에 대한 확신과 자신감을 강화시켜 성장과 발달을 촉진할 수 있다(장경희, 2010).

이렇게 스스로에게 힘과 용기를 주는 자기격려의 다섯 가지 특성을 살펴보면 다음과 같다(Dinkmeyer & Losoncy, 1996). 첫째 결과에 대한 판단을 하기 보다는 과정 속에서 긍정의 말을 서술하므로 판단적이라기 보다는 서술적인 특성을 보이며, 둘째 다른 사람의 행동과 비교하는 것이 아니며 자기 자신의 선행수행과의 비교를 통해 사회적 유용성을 강조하는 특성을 보이고, 셋째 다른 사람과의 단순한 비교가 아니라 자기 자신의 이전 수행과의 비교를 통해서 과정이나 향상을 강조하는 특성이 있으며, 넷째 결과보다는 노력이나 지속성의 특성이 있고 다섯째 행동수행의 긍정적 결과로 자신에 대해 가질 수 있는 자부심 또는 긍정적 감정에 초점을 맞추는 이러한 특성을 가지고 있다.

#### 나. 자기격려의 필요성

Adler는 모든 사람들은 인생의 문제를 해결해 나가는 자신만의 방법을 가지고 있으며, 의식적 혹은 무의식적 행동의 이면에는 반드시 목적이 있다고 주장한다(장경미, 2012). 즉 사람들은 문제해결에 유익한 행동과 자기 패배적인 행위조차도 그 행동에는 개인의 의지와 신념이 들어 있다(김미란, 2007).

자기격려는 사람들과 자신을 통합하려는 노력으로 볼 수 있다. 배민숙(2012)의 자기격려는 심한 열등감으로 무력감을 느끼는 사람에게 격려를 해줌으로써 불안을 제거하고 자신감을 주며 공동체와의 통합을 촉진시켜 현실극복의 새로운 가능성과 긍정적 미래관을 발달시킬 수 있다고 하였다. 사람과의 관계에서 자신이 모자라고 작고 보잘 것 없다고 여기며, 부적절하게 느끼면서도 포기하지 않고 이를 극복하기 위해 부단한 노력을 하여 타인과 가족으로부터 통합되기를 원하는 것이다.

그러므로 자기격려는 Dinkmeyer가 격려를 통해 자기 자신을 포함해 부정적으

로 보이는 모든 것으로부터 긍정적인 측면에 초점을 두며 ‘나는 할 수 없어’로부터 ‘나는 할 것이다’라는 보다 생산적인 철학으로 변화(박상권, 2010)시킬 수 있는 관점으로 본다. 자기격려는 자신의 신념과 자기인식에 초점을 맞추어서 사람들이 갖는 부정적인 자기개념과 기대를 변화시키는 것에 관심을 두고(김미란, 2007)있다. 그래서 격려는 개인의 내적 자원과 잠재력에 초점을 맞추고 있다는 점에 큰 의미를 갖는다고 하였다. 또한 스스로 자신을 긍정적으로 바라보는 관점을 갖게 하고 자신의 행동에 대한 책임을 진다(강경미, 2012).

#### 다. 자기격려의 구성요소

자기격려의 구성요소는 국내의 성인을 대상으로 한 연구에서 노안영, 정민(2007)의 인지적 자기격려, 행동적 자기격려, 정서적 자기격려로 구성하였다. 격려는 삶에서 일어나는 문제 상황에 대처하는 긍정적인 태도를 고양시켜 문제를 예방하고 해결하며 이러한 자기격려의 구성은 건강한 성장을 이루도록 돕는 필수불가결한 요소라고 할 수 있다(강경미, 2012). Azoulay(1999)의 자기격려 구성은 개인심리학에서 격려의 행동 뿐 아니라 인지 또한 중요시하므로 아동이 환경에서 일어나는 사건에 대하여 어떻게 지각하고 해석하며 의미를 부여하는지에 관심을 두고 있다(송다혜, 2010). 또한 자기격려의 구성을 기채영과 홍경자(2008)의 연구에서는 스스로 격려하는 것을 생각, 행동, 감정적 측면으로 그 내용을 구분하고 있다. 이처럼 자기격려를 인지, 행동, 정서 측면으로 나누어 제시하고 있다.

첫째, 인지적 요인은 개인심리학에서 특히 중요시 하는 측면으로, 자기격려는 긍정적인 자기 개념을 발달시키는데 사용되고, 학생들의 동기를 증진시키고 학업 수행 및 진로 의사결정에 영향을 준다(문희경, 2013). 구체적으로 Hecke와 Tracy는 격려 받은 아동들은 격려 받지 못한 아동에 비해서 학업 지속력이 더 길었으며, 성공에 대한 기대감과 도전적인 과업을 시도하려는 경향성이 더 높을 것이다(송다혜, 2010).

둘째, 행동적 측면에서 Dreikurs와 Soltz(1964)는 격려가 아동 양육의 어떤 다른 측면보다도 더 중요하다고 하였다. 그리고 격려의 결핍은 행동문제의 기본



적인 원인으로 고려될 수 있다고 주장하였고 이러한 측면은 부정적인 행동을 보이는 아동들이 낙담한 아동으로 자신은 변화할 수 없다고 믿음으로써 낮은 자아 존중감이 형성된다고 한다. 이로 인해 사회적 관심을 스스로 철수하게 된다(문희경, 2013). 반면 다른 측면은 Sweeney(1989)의 행동적 격려 행위로 감사나 안부 편지보내기, 그리고 더 많은 여가 시간을 갖도록 하는 것과 어려운 일을 완성하는 동안 바쁘게 일하고 인내심을 유지하기 하는 등의 일을 돕는 자기격려 행동을 제시하였다(강경미, 2012).

셋째, 정서적인 측면과 관련하여 Bahlmann과 Dinter(2001)의 연구에서는 격려훈련 과정을 실시하였다. 그 결과 참가자들의 공포불안, 불안, 우울, 신체화, 강박증, 대인예민성, 적대감 등 부정적인 심리적 신체적 증상과 사회적 상황에서의 긴장이 감소되었다는 결과가 제시되었다(송다혜, 2010). 또 다른 연구인 김정희(2011)와 박상권(2010)은 긍정적 행동을 자극하기 위해 칭찬과 격려를 사용하는 것을 비교해 볼 때, 격려가 보다 심리학적으로 건강한 접근이라고 보았다. 그들은 칭찬이 인정추구 동기를 자극하는 것과 대조적으로 격려는 그들로 하여금 자신에게 주어진 기본적 가치를 수용하게 하고, 행동 자체가 갖는 유용성을 평가하도록 하며 자신의 행동에 대해 보다 큰 책임감을 갖도록 자극하게 되는 결과를 가져 올 것이라 하였다.

#### 4. 열등감, 진로 의사결정 및 자기격려의 관계

##### 가. 열등감과 진로 의사결정의 관계

열등감이란 타인과 비교하여 자신의 부족함과 모자람을 말한다. 진로 의사결정을 위한 다양한 정보를 수집·조직하고 대안을 고려하여 진로 의사결정을 할 때 청소년들의 열등감은 타인과의 비교에서 심리적 작용으로 진로 의사결정에 영향을 미칠 수 있다. 타인과의 비교는 자신이 열등감의 영향을 느끼는 정도의 차이에 따라 진로 의사결정이 이루어진다. 그러나 타인과의 비교에서 열등감이 직접



적인 영향을 주지 않을 수도 있으며 자신의 내적자원에 따라 영향을 받을 수 있을 것이다.

열등감과 진로의사결정과 관련한 연구는 열등감과 유사한 심리적 예언변인 등을 찾아볼 수 있으며 이에는 직업가치(박정란, 2006), 부모관련(우현주, 2002; 이은선, 2009; 김설아, 2010; 김애숙, 2008), 진로정체감과 진로장애(서미선, 2012) 등의 심리적 예언변인들이 진로의사결정에 유의미한 영향을 주고 있음을 밝히고 있다. 그리고 임주희(2012)의 연구에서 생활양식과 열등감이 진로의사결정에 미치는 영향은 다음과 같다. 열등감의 하위요인 중 심리적 예언변인으로 타인비교-긍정적 반응 및 형제·자매비교-긍정적 반응 요인이 중요한 영향을 미치는 변인으로 나타났다. 즉 심리적 예언변인인 열등감은 자신의 진로에 대해 적절한 계획과 목표가 있다면 타인과 자신을 비교했을 때 긍정적 반응을 하는 열등감의 역기능적인 연구 결과를 밝히고 있다.

이처럼 열등감의 극복은 자신의 진로에 대해 확실하고 뚜렷한 자신의 비전을 가지고 있을 때 타인과 자신을 비교하면서 열등감에 사로잡히기 보다는 자신에게 집중하고 자신의 강점에 더 집중할 수 있다. 또한 학교현장에서 진로지도를 통해 확실한 목표를 가질 수 있도록 돕는다면 학생들이 열등감을 극복하고 진로의사결정에도 도움이 될 것이다. 따라서 송민자(2011)의 연구는 중학생들이 자기효능감, 부모의 지지, 학교생활적응과 진로의사결정 간에 진로의사결정을 함에 있어서 자기효능감이 높아지면 진로의사결정을 할 때 정보를 찾고 자신의 미래의 목표를 세우는 것이 가능하며 자신감을 갖고 문제를 해결해 나갈 수 있다고 하였다.

정은균(2009)도 아들러식 진로상담프로그램의 진행을 통하여 프로그램에서 진로의사결정에 영향을 미치는 변인으로는 인지복잡성을 말하고 있다. 이러한 복잡성은 성격, 직업, 흥미, 성 등으로 인지복잡성이 핵심적이며 진로상담프로그램의 사적 논리, 기본적 오류 등의 통찰이 가능하다고 하였다. 그래서 인지적인 불명료성이나 비합리적인 신념들을 적절하게 다루어 줌으로써 불안을 극복하여 진로 의사결정을 촉진하는 결과라고 하였다. 이러한 열등감은 자신이 세운 목표와 부합될 때 열등감으로부터 벗어나며 진로의사결정시 부정적인 비합리적 신념을 완화시킬 수 있는 방법으로 진로의사결정을 향상시킬 수 있다는 가정이 가능하다.

## 나. 진로 의사결정 및 자기격려의 관계

개인의 고유한 특성은 자신의 적성이나 성격에 따라 진로 의사결정을 달리하게 된다. 이러한 특성은 진로 의사결정에 많은 작용을 하게 된다. 그러므로 자신의 고유한 특성을 파악하고 자신의 흥미와 적성에 맞는 진로 목표를 세우도록 진로 의사결정에 노력해야 하며 행복한 삶을 위해 매우 중요한 과정이라고 할 수 있다. 특히 자기격려는 진로 의사결정에 많은 영향을 미치며 다양하고 복잡한 요인들을 조절할 수 있다고 하였다. 이처럼 자기격려가 진로 의사결정에 많은 영향을 미치기 때문에 진로 의사결정에서 개인의 관심과 가치가 반영되어야 한다. 또한 자신의 목표를 설계함으로써 목표에 도달하게 될 때 만족스럽게 느끼게 되는 것이다. 따라서 자기격려는 개인의 고유한 특성을 고려하여 합리적이며 긍정적으로 자신을 조절할 수 있을 것이다.

진로 의사결정과 자기격려의 관계 연구를 살펴보면 개인의 특성을 반영하는 자기격려의 심리적 변인과 유사한 자아개념, 성취동기, 사회적 행동, 자아존중감, 부정적·긍정적 인지, 자기유능감, 낙관성 등은 심리적 변인들이며(김성자, 김순미, 이현림, 2007; 유미리, 2008; 기채영, 2009; 배민숙, 2012; 이현주, 2014; ) 진로 의사결정과 자기격려의 관계(이재창, 최정인, 2006; 김나영, 2009; 김소연, 2012; 김민정, 2014)에서 진로 의사결정에 영향을 주는 연구들을 볼 수 있다. 특히 이재창, 박미진, 김수리(2005)의 연구에서 보면 고등학생을 대상으로 진로 관련 심리적 변인 중 낙관성과 우유부단, 진로 의사결정 유형 및 수준을 검증해본 결과 우유부단은 직관적 유형과 확신성에 부정적인 영향을 미치며 의존적 유형과 진로 미결정에는 긍정적인 영향을 주고 있었다. 이러한 연구들은 성별, 개인 내적 정서 및 설명양식에 따라 개인의 특성 및 성격 등이 진로 문제에 대처하는지 그 방식을 고려해야 함을 시사하고 있다.

뿐만 아니라, 청소년의 의존적 진로 의사결정 유형은 성격적인 개인의 특성과 자신을 보호하려는 정서 조절 기제를 청소년의 진로 상담에서 주제와 함께 다뤄야 할 문제라고 볼 수 있다. 그래서 이주희(2004)는 대학생의 성격 선호 지표에 따른 진로 준비 행동 수준의 차이를 살펴본 결과, 외향형(E)의 학생들이 내향형(I)보다 진로 결정 수준에서 높게 나타났고, 성별에 관계없이 수줍음이 많은 학생들의 진로

결정수준이 상대적으로 낮게 나타났으며 내향형의 특성상 에너지의 방향이 개인에게 집중되어 자기표현이 어려울 수 있으므로 자신의 진로에 대해 지지와 확신을 갖도록 유도해야 한다고 하였다. 그러나 최미숙(2009)은 고등학생의 중요한 발달과업인 자아정체감은 고등학생의 진로 의사결정에 영향을 주는 중요한 요인이라고 하였다. 또한 이재창과 최정인(2006)의 연구는 자아정체감과 역기능적 진로사고의 관계를 살펴본 결과 자아정체감 수준이 낮을수록 의사결정 혼란, 수행불안, 외적 갈등이 유의미하게 높았다고 보고하였다. 이로써 열등감의 또 다른 이면인 역기능은 성격적인 개인의 특성에 따라 청소년의 의존적 진로 의사결정이 달라 질수 있을 것으로 보았다. 또한 열등감의 역기능은 주요한 타인과 자신이 지각한 정보 간에 균형을 잘 잡고 자기를 신뢰하도록 조력하며, 의존적 진로 의사결정 유형은 정서조절기제를 통해 청소년의 자아정체감을 바르게 형성하는데 기여함을 주장하고 있다.

#### 다. 열등감, 진로 의사결정과 및 자기격려의 관계

열등감이 있는 청소년들과 진로 의사결정을 내려야 하는 진로 결정시기의 자기격려의 관계에서 합리적인 유형으로 진로 의사결정을 할 수 있도록 조력하는 것은 매우 중요하다. 열등감이 있는 청소년의 진로를 결정함에 있어 도움을 줄 수 있는 진로 준비태도, 결정수준, 행동 등 사고와 행위(정주선, 2013)간의 관계를 조절하고 그 변인들을 탐색하는 것이 바람직하다고 보고 있다. 변인들 간의 관계를 탐색하는 것은 개인의 특성에 따라 청소년이 자신의 이해와 강점을 활용 할 수 있으며 이러한 활동은 긍정적 정서인 자기격려가 조절변인임을 가정할 수 있다. 이는 자신에게 힘과 용기 그리고 자기격려의 적극적인 행동을 하도록 함으로써 가장 바람직한 진로 의사결정이 되도록 조력할 수 있다는 예측을 가능하게 하는 것이다.

지금까지의 선행연구들에서는 청소년의 열등감, 진로 의사결정 및 자기격려와의 관계연구가 매우 미흡한 실정이다. 이들 관계에서 조절효과를 명확히 증명할 수 없지만 그 흐름이 유사한 결과를 제시하고 있다. 즉 심리적 예언변인과의 관계

(최미숙, 2009; 송민자, 2011; 문희경, 2013)와 함지혜(2008)의 학업성취 요인과 스트레스의 연구도 과도한 스트레스가 학업성취에 영향을 주고 스트레스 상황에서 청소년들은 열등감을 상대적으로 더 느낀다고 하였다. 또한 정주선(2013)은 타인과 비교하여 자신의 가치를 부여하는 평가와 관련한 열등감이 합리적 진로 의사결정과 직관적 진로 의사결정에 직접적인 영향을 미치지 못하였으나 자기 격려를 통해 영향을 받고 있으며 중학생들이 열등감을 수용할 때 자기 격려는 긍정적인 태도로 이를 받아들이고 극복하여 적극적이고 긍정적인 삶을 살아갈 수 있다고 하였다. 따라서 진로를 결정함에 있어서도 합리적이고 능동적으로 자신의 미래를 책임지며 성장 할 수 있을 것으로 보았다.

이와 유사한 흐름의 자기조절효과 연구로는 이정민(2009)의 자기애적 성향의 사람들 중 자기에 대한 확신이 보다 높은 사람들은 오히려 더 높은 적대감을 나타내고 있는 결과이지만 자기수용 조절변인과 변인들 사이의 관계에서 상호작용 효과를 보이고 있으며, 이현주(2014)의 인지적 자기 격려와 행동적 자기 격려가 유의한 효과는 없지만 학교생활 적응에 긍정적인 주 효과를 밝히고 있으며 다양한 스트레스에 노출되어 있는 학생들에게 정서적 자기 격려는 학업 스트레스로 인한 학교생활 적응에 대한 부정적 효과를 완화 혹은 억제시키는 긍정적인 조절변인으로 작용하였음을 밝혔다. 이는 자기 격려의 조절변인 자기 격려가 학교생활 적응 수준을 상승시킬 수 있음을 증명하고 있고 볼 수 있다.

지금까지 선행연구들을 살펴볼 때 청소년들의 진로 의사결정에 영향이 미치는 요인으로 열등감과 자기 격려를 변인으로 설정하였다. 즉 청소년이 느끼는 열등감은 청소년들의 진로 의사결정에 있어 중요하게 작용할 것이며 자기 격려가 열등감을 감소시켜 줄 것이다. 따라서 청소년들의 진로 의사결정은 개인 특성에 맞도록 진로 상담 지도를 보다 합리적인 방식으로 이끌어내는 변인들을 밝히는 것이 필요하다.

### Ⅲ. 연구방법

#### 1. 연구대상

본 연구에서는 제주특별자치도에 소재하고 있는 중학교에 재학 중인 3학년 학생을 모집단으로 설정하였다. 총 45개 중학교에서 4개 중학교를 편의추출 하였으며, 해당 학교 3학년 전체 학생을 대상으로 설문을 실시하였다.

자료 수집은 2015년 4월~5월 총 2달간 진행되었으며, 담임교사에게 연구의 목적 및 설문 내용, 유의사항을 충분히 숙지하게 한 후 해당 학급에서 직접 설문을 실시하게 하였다. 총 600부의 설문지를 회수하였으며 응답이 불성실한 76부를 제외하고 총 524부를 최종 분석 자료로 사용하였다.

본 연구 대상자의 일반적 특성은 표 Ⅲ-1에 제시된 바와 같다.

표 Ⅲ-1. 연구 대상자의 일반적 특성 (N=524)

구분		빈도(명)	백분율(%)	합계
성별	남	238	45.4	524(100)
	여	280	53.4	
	무응답	6	1.1	
출생순위	첫째	175	33.4	524(100)
	둘째	164	31.3	
	셋째이상	30	5.7	
	막내	124	23.7	
	독자	23	4.4	
	무응답	8	1.5	
형제 수	1명	36	6.9	524(100)
	2명	291	55.5	
	3명	158	30.2	
	4명	21	4.0	
	5명 이상	3	.6	
	무응답	15	2.9	

성별은 남학생이 45.4%(238명), 여학생이 53.4%(280명)으로 나타났으며, 출생순위는 첫째 33.4%(175명), 둘째 31.3%(164명), 막내 23.7%(124명), 셋째이상 5.7%(30명), 독자 4.4%(23명)순으로 조사되었다. 형제 수를 살펴본 결과, 1명 6.9%(36명), 2명 55.5%(291명), 3명 30.2%(158명), 4명 4.0%(21명), 5명 이상 0.6%(3명)였다.

## 2. 연구도구

### 가. 열등감 척도

중학생의 열등감 정도를 측정하기 위한 도구로 신만철(1992)의 열등감 수준 측정도구 등을 참고하여 김웅만(1995) 등이 제작한 것을 정주선(2013)이 중학생에 맞게 어휘를 수정하여 재구성한 설문지를 사용하였다. 전체 40문항이었으나 본 연구에서는 과도한 반응을 일으킨 부정적 문항인 신체적열등감 24번과 무반응인 가정적열등감 38번 2개의 하위문항을 제거하여 총 38문항이 설문에 사용되었다. 연구대상자의 좀 더 명확한 의사를 알아보기 위해 지도교수와 상의 후 문항을 수정하였다.

본 검사지 열등감척도는 4개의 하위요인(신체적열등감, 사회적열등감, 가정적열등감, 학업적열등감)으로 구성되어 있다. 각 문항들은 5점 Likert척도로 구성되어 있으며 점수가 높을수록 열등감의 정도가 심한 것으로 볼 수 있다. 본 연구에서 나타난 열등감 척도의 Cronbach  $\alpha$ 는 .97로, 신뢰할 만한 수준이었다.

### 나. 진로의사결정 척도

본 연구에서 중학생의 진로의사결정유형을 측정하기 위해 Harren(1984)이 개발한 진로결정척도(Assesment of Career Decision-Making : ACDM)에 포함되어 있

는 의사결정유형검사를 바탕으로 고향자(1992b)가 한국 대학생의 진로의사결정 유형을 측정하기 위해 번역하여 수정, 보완하여 제작한 것을 중학생용으로 정주선(2013)가 중학생용으로 수정한 것을 사용하였다.

이 척도는 합리적 유형, 직관적 유형, 의존적 유형의 3개 하위척도로 구성되어 있으며 각 하위 척도별 10문항씩 총 30문항으로 이루어져 있다. 각 문항에 대해 ‘전혀 아니다’, ‘아니다’, ‘보통이다’, ‘그렇다’, ‘매우 그렇다’까지 5점 Likert 척도로 구성되어 있다. 각 하위 유형은 서로 독립적 차원(고향자, 1992b)으로 취급되기 때문에 이들 세 가지 유형 점수를 합한 총점은 계산하지 않는다. 진로의사결정 척도의 문항구성 및 신뢰도는 표Ⅲ-2와 같다.

표 Ⅲ-2. 진로의사결정 척도의 문항구성 및 신뢰도 계수

하위요인	문항수	문항번호	Cronbach $\alpha$
합리적 진로의사결정	10	1, 5, 7, 13, 17, 18, 20, 25, 28, 30	.88
직관적 진로의사결정	10	3, 4, 6, 10, 11, 14, 19, 22, 24, 26	.77
의존적 진로의사결정	10	2, 8, 9, 12, 15, 16, 21, 23, 27, 29	.87
계	30		

#### 다. 자기격려 척도

본 연구에서는 자기격려 수준을 측정하기 위해 노안영, 정민(2007)에 의해 개발된 자기격려-낙담척도에서 자기격려 척도만 사용하였다. 이 척도는 인지, 정서, 행동의 세 가지 하위유형으로 구성되어 있으며 총 30문항이다. 각 문항은 ‘전혀 아니다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점까지의 Likert 척도로 응답하도록 되어있으며, 점수가 높을수록 자기격려의 수준이 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 나타난 자기격려 척도의 Cronbach  $\alpha$ 는 .98로, 신뢰할 만한 수준이었다.

### 3. 연구모형

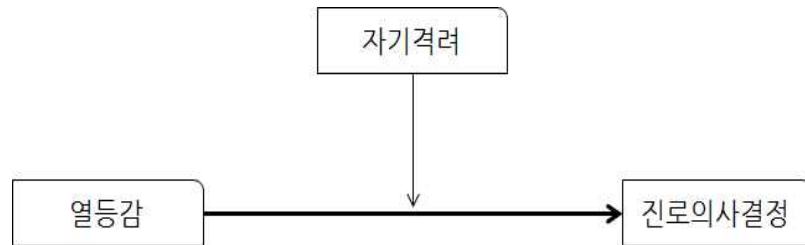


그림 III-1. 연구모형

### 4. 자료의 분석방법

본 연구에서 수집된 자료의 통계처리는 SPSS for Windows 18.0 프로그램을 이용하여 다음과 같은 방법으로 분석하였다.

첫째, 연구 대상자의 일반적 특성을 알아보기 위해 빈도분석을 실시하였다.

둘째, 주요 변인들의 신뢰도 검증을 위해 내적 합치도 계수인 Cronbach's  $\alpha$ 를 구하였다.

셋째, 열등감, 진로 의사결정, 자기격려 간의 상관을 알아보기 위해 단순상관분석을 실시하였으며, 평균과 표준편차, 왜도와 첨도를 구하였다.

넷째, 열등감과 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과를 살펴보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였으며, 변수 간 관계를 구체적으로 확인하기 위하여 단순기울기(simple slope)를 구하였다. 다중공선성의 가능성을 감소시키고, 회귀계수 해석의 용이성을 위해 독립변수와 조절변수에 대한 평균중심화를 실시하였다(홍세희, 2005).



## IV. 연구결과 및 해석

### 1. 주요 변인 간 일반적 경향성 및 상관계수

표 IV-1. 열등감, 진로의사결정, 자기격려의 상관관계 (N=524)

변인	1	2	3	4	5
1 열등감	1				
2 합리적 진로의사결정	-.065	1			
3 직관적 진로의사결정	.035	.344***	1		
4 의존적 진로의사결정	.247***	.290***	.432***	1	
5 자기격려	-.250***	.497***	.353***	.047	1
M	1.84	3.18	2.93	2.78	3.53
SD	.70	.60	.48	.62	.70
왜도	.64	-.38	-.19	-.19	.04
첨도	-.14	1.81	3.19	.80	.84

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

표 IV-1은 주요변인 간의 일반적 경향 및 상관관계 결과이다. 본 연구의 자료가 정상성 가정을 충족하는지를 살펴보기 위해 왜도와 첨도를 살펴보았다. 왜도는 절대값 3을, 첨도는 8 또는 10을 초과하면 극단적인 문제가 있는 것으로 판단(Kline, 2005)하는데, 이 기준을 적용하여 왜도와 첨도를 중심으로 자료의 정규성을 살펴 본 결과 관측된 변인 모두 정규성에 위배되지 않는 것으로 나타났다.

주요 변인 간의 상호관계 및 관계의 방향을 살펴보기 위해 상관분석을 실시한 결과 열등감은 의존적 진로의사결정( $r=.247$ ,  $p<.001$ )는 정적상관을, 자기격려( $r=-.250$ ,

$p<.001$ )와는 부적상관을 보이는 것으로 나타났다. 합리적 진로 의사결정은 직관적 진로 의사결정( $r=.344, p<.001$ ), 의존적 진로 의사결정( $r=.290, p<.001$ ), 자기격려( $r=.497, p<.001$ )와 정적상관을 보였다. 직관적 진로 의사결정은 의존적 진로 의사결정( $r=.432, p<.001$ ) 및 자기격려( $r=.353, p<.001$ )와 정적상관을 보여 직관적 진로 의사결정이 높을수록 자기격려가 높아짐을 알 수 있다. 반면 의존적 진로 의사결정은 자기격려( $r=.047, p=.287$ )와 통계적으로 유의미한 상관을 보이지 않았다.

## 2. 열등감과 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과 검증

열등감과 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과를 검증하기 위해 위계적 다중회귀분석을 실시하였다. 위계적 다중회귀분석에서는 1단계에 열등감을 투입, 2단계에서는 열등감과 자기격려를 투입, 3단계에서는 열등감과 자기격려, 열등감과 자기격려 간 상호작용 변인(열등감 $\times$ 자기격려)을 투입하여 진로 의사결정(합리적, 직관적, 의존적)에 대한 변화를 살펴보았다.

위계적 다중회귀분석으로 상호작용을 검증할 때에는 다중공선성의 문제가 발생할 수 있는데 이를 방지하기 위해 독립변인과 조절변인의 점수에서 각 변인의 평균을 뺀 편차점수를 만들어 상호작용효과를 검증하는 평균중심화를 실시하였다(홍세희, 2005). 각 변수들 간에 다중공선성에 문제가 없는지 분산팽창계수(VIF)값을 살펴 본 결과, 모든 변수들 간의 분산팽창계수(VIF)값이 10을 넘지 않아 다중공선성의 문제는 없었다.

### 가. 열등감과 합리적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과

중학생의 열등감과 합리적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과 검증 결과를 표 IV-2에 제시하였다. 분석 결과, 열등감만을 합리적 진로 의사결

정에 대한 예측변인으로 본 모형 1에서 열등감이 합리적 진로 의사결정에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타나( $t=-1.483$ ,  $p=.139$ ), 열등감과 합리적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과는 없는 것으로 판단된다.

표 IV-2. 열등감과 합리적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과

( $N=524$ )

단계	예측변인	B	SE	$\beta$	t
1	열등감	-.056	.038	-.065	-1.483
			F=2.198	$R^2=.004$	$\Delta R^2=.004$
2	열등감	.055	.034	.063	1.616
	자기격려	.440	.034	.513	13.092***
		F=87.160***	$R^2=.251$	$\Delta R^2=.247$	
3	열등감	.060	.035	.069	1.733
	자기격려	.445	.034	.518	12.999***
	열등감 × 자기격려	.029	.041	.028	.727
		F=58.230***	$R^2=.251$	$\Delta R^2=.000$	

\*\*\* $p<.001$

#### 나. 열등감과 직관적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과

중학생의 열등감과 직관적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과 검증 결과를 표 IV-3에 제시하였다. 분석 결과, 열등감만을 직관적 진로 의사결정에 대한 예측변인으로 본 모형 1에서 열등감이 직관적 진로 의사결정에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타나( $t=.792$ ,  $p=.428$ ), 열등감과 직관적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과는 없는 것으로 판단된다.

표 IV-3. 열등감과 직관적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과

(N=524)

단계	독립변인	B	SE	$\beta$	t
1	열등감	.024	.030	.035	.792
			F=.628	$R^2=.001$	$\Delta R^2=.001$
2	열등감	.091	.029	.131	3.121**
	자기격려	.266	.029	.385	9.188***
			F=42.577***	$R^2=.140$	$\Delta R^2=.139$
3	열등감	.094	.030	.136	3.156**
	자기격려	.268	.029	.389	9.120***
	열등감 × 자기격려	.018	.035	.021	.508
			F=28.430***	$R^2=.141$	$\Delta R^2=.001$

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

#### 다. 열등감과 의존적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과

중학생의 열등감과 의존적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과 검증 결과를 표 IV-4에 제시하였다.

표 IV-4. 열등감과 의존적 진로의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과

(N=524)

단 계	독립변인	B	SE	$\beta$	t
1	열등감	.219	.038	.247	5.817***
		F=33.836***		$R^2=.061$	$\Delta R^2=.061$
2	열등감	.244	.039	.276	6.326***
	자기격려	.102	.038	.115	2.649**
		F=20.621***		$R^2=.073$	$\Delta R^2=.012$
3	열등감	.270	.039	.305	6.889***
	자기격려	.124	.039	.140	3.190**
	열등감 × 자기격려	.142	.046	.133	3.091**
		F=17.158***		$R^2=.090$	$\Delta R^2=.017$

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

분석 결과, 열등감만을 의존적 진로의사결정에 대한 예측변인으로 본 모형 1에서는 6.1%의 설명력을 보였다( $F=33.836$ ,  $p < .001$ ). 열등감과 자기격려를 함께 예측변인으로 본 모형 2에서는 열등감( $t=6.326$ ,  $p < .001$ ) 및 자기격려( $t=2.649$ ,  $p < .01$ )의 주효과가 유의하게 나타났으며, 7.3%의 설명력( $F=20.621$ ,  $p < .001$ )을 보였다. 이는 모형 1에서보다 1.2%의 증분설명력을 보여준다. 모형 3에서 상호작용항(열등감×자기격려)이 추가되었을 때, 설명력은 9.0%( $F=17.158$ ,  $p < .001$ )로 모형 2보다 1.7% 증가하였다. 또한 열등감과 자기격려가 상호작용 효과를 갖는 것으로 나타나( $t=3.091$ ,  $p < .01$ ) 의존적 진로의사결정에 대한 자기격려의 조절효과를 확인할 수 있었다.

다음으로 단순기울기(simple slope)검증을 실시하여 중학생의 의존적 진로의사결정과 자기격려의 구체적인 상호작용 양상을 살펴보았다. 단순기울기 검증에서는 조절변수의 속성이 연속변수인 경우 어떤 값을 취해도 무방하나(이인정,

2012), 본 연구에서는 독립변수와 조절변수의 평균을 중심으로 자기격려가 높은 집단과 낮은 집단을 구분하고, 다시 각 집단에서 열등감이 높은 집단과 낮은 집단을 구분하여 의존적 진로의사결정에 차이가 있는지 살펴보았다.

표 IV-5. 집단별 의존적 진로의사결정의 평균

구분	자기격려가 낮은 집단	자기격려가 높은 집단
열등감이 낮은 집단	2.66	2.62
열등감이 높은 집단	2.91	2.94

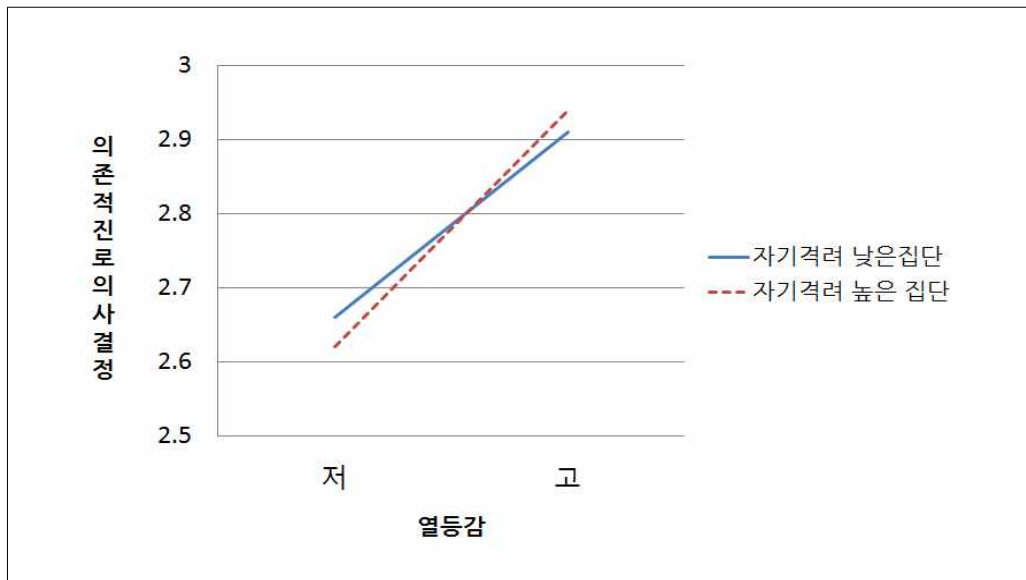


그림 IV-1. 열등감과 의존적 진로의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과

그래프 작성을 위해 열등감과 자기격려의 평균을 중심으로 각각 상하 집단으로 구성하였고 그에 따른 의존적 진로의사결정의 변화를 검토하였다. 자기격려 상·하위 두 집단에서 열등감에 따른 의존적 진로의사결정의 평균 점수는 표 IV

-5에 제시하였으며, 이를 그래프로 그리면 그림 IV-1과 같다. 자기격려가 높은 집단의 경우 자기격려가 낮은 집단에 비해 열등감에 따른 의존적 진로 의사결정이 낮은 것으로 나타났다. 따라서 자기격려는 열등감이 의존적 진로 의사결정에 미치는 영향을 중재하는 중요 변인임을 알 수 있다.

## V. 결론 및 제언

본 연구에서는 중학생을 대상으로 열등감과 진로 의사결정간의 관계에서 자기격려의 조절효과를 살펴보았다. 이는 열등감이 진로 의사결정에 영향을 미칠 때 합리적인 진로선택을 할 수 있는 요인과 방법을 찾고자 하는데 목적이 있다. 연구를 통해 밝혀진 결과들을 요약하면 다음과 같다.

첫째, 열등감, 진로 의사결정, 자기격려 간에 유의미한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 열등감은 의존적 진로 의사결정과 정적상관을, 자기격려와는 부적상관을 보였다. 이는 열등감이 높을수록 의존적 진로 의사결정은 높아지는 반면 자기격려는 낮아짐을 의미한다. 합리적 진로 의사결정은 직관적 진로 의사결정, 의존적 진로 의사결정, 자기격려와 정적상관을 보여, 합리적 진로 의사결정이 높을수록 자기격려가 높아짐을 알 수 있다. 또한 직관적 진로 의사결정은 의존적 진로 의사결정 및 자기격려와 정적상관을 나타내, 직관적 진로 의사결정이 높을수록 자기격려가 높아짐을 알 수 있다. 이러한 연구 결과는 열등감이 의존적 진로 의사결정과 정적상관을 보였고, 자기격려와는 부적상관을 보였다는 정주선(2013)의 연구결과와 일치한다. 또한 생활양식과 열등감이 진로 의사결정에 미치는 영향 연구에서 열등감의 하위요인 중 타인비교-부정적 반응, 형제·자매비교-부정적 반응은 합리적 진로 의사결정, 직관적 진로 의사결정과 유의미한 상관이 없는 반면, 의존적 진로 의사결정과는 유의미한 상관관계를 보였다고 보고한 임주희(2012)의 연구결과와도 부분적으로 일치하는 결과이다.

둘째, 열등감과 합리적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과는 없었다. 이는 열등감과 합리적 진로 의사결정과의 관계가 유의하지 않았다는 정주선(2013)의 연구와 일치하는 반면 학생들의 자아개념이 긍정적일수록 보다 합리적인 진로 의사결정을 할 수 있다는 임태옥(2000)의 연구결과와는 다소 상의한 결과라고 볼 수 있다.

셋째, 열등감과 직관적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과는 나타나지 않았다. 이는 열등감과 직관적 진로 의사결정과의 관계가 유의하지 않았



다. 이는 정주선(2013)의 연구와 일치하는 반면 열등감의 하위요인 중 타인비교-긍정적 반응이 직관적 진로 의사결정에 영향을 미친다는 임주희(2012)의 연구와는 다소 다른 결과이기도 하다.

다만 유의할 점은 열등감이 합리적 진로 의사결정과 직관적 진로 의사결정에 미치는 영향력이 유의하지 않아 자기격려의 조절효과 검증에 한계가 있었을 뿐 열등감과 자기격려를 동시에 투입해 합리적 진로 의사결정과 직관적 진로 의사결정에 미치는 영향을 살펴본 결과에서는 각각 25.1%, 14%의 유의한 설명력을 보였다. Adler는 열등감을 부정적으로만 보지 않고 오히려 열등감의 긍정적인 측면을 강조하였다. 우리가 열등감을 느끼는 것은 정상적인 현상이며 개인은 열등감을 극복하고 우월성을 성취하며 완전히 도달하고자 한다(김필진, 2007). 이처럼 열등감이 갖고 있는 인간의 성장, 발달의 원동력이라는 측면을 고려해 볼 때, 자기격려가 투입되면서 열등감에 내포되어 있던 긍정적 요소들에 상승효과가 있었을 것이라 추측된다. 즉 열등감이 우월성 추구의 동기유발로 작용할 것인가 혹은 적응상의 문제를 초래하는 부정적 경험으로 작용할 것인가에 대한 예측요인으로 자기격려의 중요성을 생각해 볼 수 있다.

넷째, 열등감과 의존적 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과를 확인하였다. 이는 청소년이 열등감을 갖고 있다라고 자기격려가 높으면 의존적 진로 의사결정을 할 가능성이 낮아지며, 결과적으로 자기격려를 향상시킴으로써 의존적 진로 의사결정 문제를 완화시킬 수 있다는 것을 뜻한다. 즉, 열등감과 의존적 진로 의사결정과의 관계가 자기격려 수준에 따라 강화되거나 감소되는 것을 의미한다. 열등감과 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과를 검증한 연구는 아직 보고된 바가 없어 직접 비교가 어렵지만 그와 유사한 다른 연구결과들을 토대로 살펴보면, 자기격려가 진로 정체감에 영향을 미친다는 연구결과(김경희, 2009; 목경수, 2012)에서 유사성을 찾아볼 수 있다.

비록 열등감과 진로 의사결정과의 관계에서 자기격려의 조절효과를 확인한 선행연구의 부재로 직접적인 비교는 어렵지만, 본 연구를 통해 진로 의사결정에 있어 자기격려의 중요성을 확인함으로써 청소년 진로 지도에 대한 이해를 확장하였다고 할 수 있다. 이를 토대로 청소년의 합리적인 진로 의사결정을 돕기 위해 개인 내적 자원인 자기격려를 향상시킬 수 있는 상담적 개입방법을 연구할 필요가

있다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째 본 연구의 대상은 특정 지역에 소재하고 있는 중학생을 대상으로 자료를 수집하였기에 일반화에 한계가 있다. 따라서 후속연구에서는 전국적인 표집을 통해 연구결과를 일반화하기 위한 노력이 필요하다.

둘째, 본 연구는 자기보고식 측정도구인 설문지에 의존해 이루어졌다. 개인에 따라 척도의 문항을 실제 자신이 생각하는 것보다 더 크거나 적게 보고할 가능성이 있다.

셋째, 본 연구는 합리적인 진로 의사결정을 하기 위한 구체적인 방안을 제시하지 못했다는 한계가 있다. 이에 후속연구에서는 반복 연구를 통해 자기격려가 열등감과 진로 의사결정과의 관계에서 조절역할을 하는지를 확인하고 이를 토대로 청소년 대상 진로 관련 교육프로그램 개발 시 자기격려에 대한 내용을 포함시킬 필요가 있다.

## 참 고 문 헌

- 강경미 (2012). **격려 프로그램이 아동의 열등감과 자기존중감에 미치는 효과**. 제주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 강경호 (2012). **부모애착과 불안의 관계에서 자기격려의 매개효과**. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위논문.
- 강재태, 배종훈, 강대구 (2003). **진로지도의 이론과 실제**. 서울: 교육과학사.
- 고향자 (1992a). **진로의사결정모형의 문헌적 고찰**. 서강대학교 학생생활상담연구소, **인간이해**, 13, 3-21.
- 고향자 (1992b). **한국 대학생의 의사결정유형과 진로결정 수준의 분석 및 진로결정 상담의 효과**. 숙명여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 기채영 (2009). **부모의 인구학적 변인에 따른 아동의 자기격려**. **한국놀이치료학회지**, 12(2), 129-147.
- 기채영 (2009). **아동의 스트레스와 심리적 부적응의 관계에서 자기격려의 매개효과**. 전남대학교 대학원 박사학위논문.
- 기채영, 홍경자 (2008). **아동용 자기격려적 생각, 행동, 감정 연구**. **한국놀이치료학회지**, 11(1), 55-69.
- 기채영, 홍경자 (2008). **아동용 자기격려척도 개발과 타당화**. **한국놀이치료학회지**, 11(2), 49-69.
- 김경애 (2004). **진로탐색프로그램이 중학생의 진로성숙과 자아존중감에 미치는 효과**. 대전대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김경훈, 김태우, 김한우 역 (2007). **도박중독심리치료 : 개인 및 가족치료를 위한 자기조절 매뉴얼**. Ciarrocchi. 2002. Counseling Problem Gamblers. 'A Self-Regulation Manual for Individual and Family Therapy'. 시그마프레스.
- 김경희 (2009). **대학생의 부모애착과 진로결정자기효능감의 관계에서 자기격려의 매개효과**. **상담학연구**, 10(2), 933-945.
- 김경희 (2011). **격려집단상담이 초등학생의 자아존중감에 미치는 영향**. 광주교육대학교 교육대학원 석사학위논문.

- 김나영 (2009). **고등학생의 진로 의사결정과 진로준비행동의 관계: 사건통제 지각의 매개효과**. 목포대학교 대학원 석사학위논문.
- 김미란 (2006). **아들러의 개인심리학에 근거한 격려집단상담 프로그램 개발 및 효과분석**. 목포대학교 대학원 박사학위논문.
- 김미란 (2007). **비합리적 신념과 진로결정 자기효능감이 진로준비행도에 미치는 영향**. 제주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김민정 (2014). **대학생의 진로자기조절, 진로결정효능감, 합리적 의사결정 및 진로탐색행동의 관계**. 숙명여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 김봉환, 이제경, 유현실, 황매향, 공윤정, 손진희, 강혜영, 김지현, 유정이, 임은미, 손은령 (2010). **진로상담이론**. 서울: 학지사.
- 김봉환, 정철영, 김병석 (2006). **학교진로상담**. 서울: 학지사.
- 김설아 (2010). **부모지지와 진로 의사결정 유형 및 진로성숙도간의 관계**. 중앙대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김성미 (1999). **중·고등학생의 귀인성향과 진로성숙도가 진로 의사결정 유형에 미치는 영향**. 홍익대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김성자, 김순미, 이현림 (2008). **진로 의사결정 집단상담이 고등학생의 진로미결정과 자기효능감에 미치는 효과**. *청소년상담연구*, 16(1), 1-14.
- 김소연 (2012). **고등학교 유형과 진로 의사결정 유형이 진로준비 행동에 미치는 영향**. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 김애숙 (2008). **중학생이 지각한 부모-자녀간 의사소통 유형과 진로 의사결정과 의 관계**. 대진대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김영란 (1994). **7가지 남성 콤플렉스**. 서울: 현암사.
- 김영은 (2009). **중학생의 열등감과 학교적응간의 관계에서 지각된 사회적 지지의 매개효과**. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 김옥남 (2003). **청소년의 열등감과 자기효능감의 관계에 대한 연구**. 인하대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김응만 (1995). **열등감 해소 프로그램이 고등학생의 열등감 해소에 미치는 영향에 관한 실험 연구**. 충북대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김중환 (2002). **중학생의 대인관계성향과 열등감과 의 관계: 일반학생과 학교생**

- 활 부적응학생을 중심으로. 아주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김중대 (1984). 정신위생. 서울: 형설출판사.
- 김지은 (2008). 열등감과 학교생활적응: 성취목표와 자의식을 선행요인으로 하여. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 김필진 (2007). 아들러의 사회적 관심과 상담. 서울: 학지사.
- 김현 (2005). 고등학생의 학업성패에 대한 귀인과 열등감의 관계. 전남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김홍찬 (2005). 수치심 치유 프로그램의 효과성 검증. 한영신학대학교 대학원 박사학위논문.
- 노안영 (2010). 격려의 의미, 격려치료. 한국아들러상담연구회: 격려 워크샵 자료집, 1-15.
- 노안영, 강만철, 오익수, 김광운, 송현중, 공역(2001). 아들러 상담이론. 서울: 학지사.
- 노안영, 정민 (2007). 자기격려-낙담 척도 개발 및 타당화. 한국심리학회지, 19(3), 675-692.
- 노안영, 정민 (2007). 자기격려-낙담 척도 개발 및 타당화. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 19(3), 675-692.
- 목경수 (2012). 고등학생의 부모애착과 진로정체감의 관계에서 자기격려의 매개효과. 평택대학교 상담대학원 석사학위논문.
- 문희경 (2013). 고등학생의 거부민감성과 대인불안과의 관계에서 자기격려의 조절효과. 전남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 민자용 (2010). 역량지각과 사회적 지지가 청소년의 우울에 미치는 영향: 자아존중감의 매개효과. 안양대학교 대학원 박사학위논문.
- 박상권 (2010). 격려집단상담 프로그램이 전문계고 남학생의 자기효능감과 대인불안에 미치는 효과. 전남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박석출 (2007). 청소년의 스트레스 경험 수준 및 대처양식과 열등감과 관계. 고려대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박은선 (2009). 아버지 유형이 대학생의 진로탐색 자기 효능감과 아버지와의 애착에 미치는 영향. 동서정신과학, 11(1), 47-63.

- 박정란 (2006). 여성 새터민의 직업가치와 진로 의사결정과정 연구. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 배민숙 (2012). 아들의 격려집단상담이 농촌 소규모 초등학생의 자기격려와 자기존중감에 미치는 효과. 목포대학교 대학원 석사학위논문.
- 서가혜 (2014). 펜싱선수의 열등감 유발요인 탐색. 한국체육대학교 대학원 석사학위논문.
- 서미선 (2012). 중학생의 진로정체감과 진로장애가 합리적 진로 의사결정에 미치는 영향. 부산대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 설재풍 (2001). 중학생의 진로 의사결정 유형과 진로의식 발달과의 관계. 건국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 성희경, 한기순 (2011). 영재의 고민과 상담요구에 대한 개념도 분석. 청소년학연구, 18(9), 309-336.
- 손선경 (2012). 부모의 학업비교행위가 청소년의 자기교양동기에 미치는 영향: 학업스트레스, 학업열등감의 매개효과 및 학업자아개념의 조절효과 검증. 한양대학교 대학원 박사학위논문.
- 손수연 (1989). Encounter Group 활동을 통한 상업계 고등학교의 열등감 감소에 관한 연구. 충북대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 손충기, 박정환, 문창배, 오창홍 (2012). 훌륭한 교사를 위한 교육봉사. 서울: 학지사.
- 송다혜 (2010). 아동의 자기격려가 정서 인식·표현과 정서조절전략에 미치는 영향. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 송민자 (2011). 중학생의 자기효능감, 부모의 지지, 학교생활 적응과 진로 의사결정간의 관계. 한남대학교 사회문화대학원 석사학위논문.
- 송운석 (1994). 인간관계론. 서울: 학지사.
- 신만철 (1992). 아동기의 열등감수준과 대인관계성향과의 관계. 한국교육대학교 대학원 석사학위논문.
- 신지현 (2008). 정서발달을 위한 효과적인 미술교육 프로그램 연구: 중학교 1, 2학년 중심으로. 경성대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 안매 (2003). 진로 의사결정 프로그램을 활용한 집단상담이 고등학생의 진로 결

- 정에 미치는 영향. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 양유성 (2005). 리더십의 핵심 요소로서의 격려. 평택대학교 신학전문대학원, 실  
천신학, 복음과 신학, 8(1), 51-69.
- 우현주 (2003). 부모의 양육태도 및 심리적 독립과 진로의사결정유형의 관계. 연  
세대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 유미리 (2008). 실패상황에서 스트레스 대처방식과 자기격려수준에 따른 불안  
의 변화. 전남대학교 대학원 석사학위논문.
- 윤지연 (2001). 잠재력개발 집단상담이 자아효능감과 열등감에 미치는 효과.  
고려대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이기학, 한종철 (1998). 고등학생의 진로태도 성숙과 개인적 특성 및 심리변인들  
과의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 10(1), 167-189.
- 이명희 (2004). 진로탐색프로그램과 학업성취수준이 중학생의 진로의식성숙  
및 진로의사결정에 미치는 효과. 목포대학교 교육대학원 석사학위논문
- 이미희 (2004). 청소년의 열등감과 심리적 성숙과의 관계에 관한 연구. 인하대  
학교 석사학위논문.
- 이은선 (2009). 청소년이 지각하는 부모의 양육태도가 진로의사결정유형과 스  
트레스에 미치는 영향: 초, 중, 고등학생을 대상으로. 국민대학교 교육  
대학원 석사학위논문.
- 이인정 (2012). 암환자 배우자의 돌봄부담이 부부적응에 미치는 영향: 사회적 지  
지의 조절효과를 중심으로. 사회복지연구, 43(3), 125-150.
- 이재창, 박미진, 김수리 (2005). 청소년의 낙관성과 우유부단이 진로의사결정유형  
과 수준에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 17(3),  
633-650.
- 이재창, 최정인 (2006). 자아정체감과 역기능적 진로사고의 관계에 관한 연구. 진  
로교육연구, 19(1), 111-125.
- 이정민 (2009). 자기애와 공격성의 관계에 있어서 자기수용의 조절효과. 이화  
여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이재행, 김현식 (2006). 청소년의 스포츠참여와 신체적 자긍심 및 자아존중감의  
인과관계. 한국체육학외지 인문·사회과학편, 45(2), 159-166.



- 이주희 (2004). 대학생들의 성격유형에 따른 진로의사결정 및 진로준비행동의 관계연구, **청소년복지연구**, 6(1), 103-115.
- 이현림 (1994). 청소년의 진로의식 성숙에 의한 진로개발 프로그램에 관한 연구. **인문연구**, 16(1), 33-357.
- 이현정 (2005). **중학생용 직업카드 개발과 이를 활용한 진로상담 프로그램이 초등학생의 진로성숙에 미치는 효과**. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이현주 (2014). 대학생의 취업스트레스 요인과 학교생활적응의 관계에서 자기격려의 조절효과. **교육문제연구소**, 27(4), 1-25.
- 이혜신 (2001). **초등학생의 열등감 감소를 위한 Gestalt 집단상담 프로그램의 효과**. 한국의국어대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이희춘 (2013). **가출청소년의 부모학대 경험과 우울의 관계: 사회적 지지와 자아존중감의 매개효과**. 명지대학교 대학원 박사학위논문.
- 임기홍 (2000). **고등학교 학생들의 열등감과 관련변인**. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 임주희 (2012). **생활양식과 열등감이 고등학생의 진로의사결정에 미치는 영향**. 목포대학교 대학원 석사학위논문.
- 임태욱 (2000). **중·고등학생의 자아개념과 진로성숙 및 진로의사결정유형의 관계**. 홍익대학교 대학원 석사학위논문.
- 임현주 (2012). **아동의 자기격려가 스트레스 대처행동과 학교적응에 미치는 영향**. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 장경희 (2010). **에니어그램을 활용한 다문화가정아동의 자기격려 프로그램개발 및 효과**. 숙명여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 장은영 (2009). 사회비교와 주관안녕: 문화비교 연구. **한국심리학회지: 성격 및 사회**, 23(2), 157-169.
- 장홍철 (2013). **제11장 미래를 바꾸는 의사결정, 진로교육**[전자자료]. (2013년 3월11일). 학부모교육지원센터, 제주특별자치도교육청. 2015년 5월 28일 검색, <http://blog.naver.com/chogoodman10/100182397748>
- 정민, 노안영 (2010). 열등감 반응 척도의 개발 및 타당화. **한국심리학회지**, 상담



- 및 심리치료, 13(3), 801-813.
- 정선양 (2002). 초등학교 4,6학년 아동의 열등감과 귀인성향과의 관계 연구. 서울여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 정은균 (2009). 아들러 이론에 근거한 진로상담 프로그램의 효과. 상담학연구, 10(1), 341-363.
- 정주선 (2013). 중학생의 열등감과 진로의사결정과의 관계에서 자기격려의 매개효과. 전남대학교 대학원 석사학위논문.
- 조범재 (2006). 대학생의 생활양식 및 애착 유형에 따른 열등감 증후. 전남대학교 대학원 석사학위논문.
- 조은희 (2011). MMTIC을 활용한 자기성장 프로그램이 초등학생의 열등감 감소에 미치는 영향. 부산교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 조진숙 (2004). 대학생의 진로결정에 영향을 미치는 심리적 변인에 관한 연구. 서울여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 최규범, 구현아(2006). 청소년의 신체적 열등감과 비행의 상관관계 연구. 경찰학연구, 6(2), 97-123.
- 최미숙 (2009). 가족기능 및 자아정체감이 고등학생의 진로의사결정에 미치는 영향. 동아대학교 대학원 석사학위논문.
- 최지나 (2009). 열등감의 원인에 대한 성격적 고찰. 성격심리상담, 제1권(가을), 89-105.
- 최학균 (2001). 여고생을 대상으로 한 진로지도 프로그램 적용이 진로성숙도에 미치는 효과. 공주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 하진의 (2003). 대학생을 위한 진로탐색 프로그램 개발. 교육과학연구, 백록논총, 5(2), 229-251.
- 한국진로학회 (1999). 진로교육의 이론과 실제. 서울: 교학사.
- 한순미 (2011). 가정환경의 건강성이 청소년의 정서지능, 사회지능 및 행복도에 미치는 영향. 인하대학교 대학원 박사학위논문.
- 함지혜 (2008). 청소년의 학업성취도가 열등감에 미치는 영향에 대한 상담학적 연구. 충신대학교 상담대학원 석사학위논문.
- 홍세희 (2005). 이항 및 다항 로지스틱 회귀분석. 교육과학사.

- 황영주 (2011). *신체적 열등감을 가진 기독교대학생들의 대인관계 현상*. 백석대학교 기독교전문대학원 박사학위논문.
- Adler, A. (1927). *Understanding human nature*. New York: Greenberg.
- Adler, A. (1931). *What life should mean to you*. Boston: Little Brown.
- Adler, A. (1956). Organ inferiority and compensation. In H. L. Ansbacher & R. R. Ansbacher(Eds) *The Individual Psychology of Alfred Adler*. New York: Harper Torchbooks.(Original work published in 1907)
- Adler, A. (1964). *Problems of neurosis*. New York Harper Torchbooks.
- Adler, A. (1979). *Superiority and social interest*(3rd ed.). New York: Norton.
- Allport, G. W. (1960). *Personality and Social encounter*, Boston: Beacon Press.
- Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. NY: Holt Rine hart and Wiston.
- Arroba, T. Y. (1978). Decision making style as a function of occupational group, decision content, and perceived importance. *Journal of Occupational Psychology*, 51, 219-226.
- Azoulay, D. (1999). Encouragement and Logical Consequences versus Rewards and Punishment: A Reexamination [Electronic Version]. *Journal of Individual Psychology*, 55(1), 91-99.
- Bahlmann, R. & Dinter, L. D. (2001). Encouraging Self-Encouragement: An Effect Study of the Encouraging-Training Schoenaker-Concept®. *The Journal of Individual Psychology*, 57(3), 273-288.
- Buck, J. N. (1981). *Influence of identity, anxiety and decision-making style on the career-making process*. Unpublished doctoral dissertation. Southern Illinois University.
- Crites, J. O. (1981). *Career counsel: Models, methods and materials*, New York: McGraw-Hill.
- Dinklage, L. B. (1968). *Decision strategies of adolescents*. Unpublished doctoral dissertation, Harvard University Graduate School of

Education.

- Dinkmeyer, D. & Losoncy, L. (1996). *The skill of encouragement*. New York: St. Luice Press; 김미례, 오명자, 김광운 공역(2012). 격려기술(격려세상 만들기). 서울: 학지사.
- Dreikurs, R & Soltz, V. (1964). *Children: The challenge*. N. Y: Hawthorn books, INC.
- Fouad, N. A. (1988). The construct of career maturity in the United States and Israel. *Journal of Counseling Psychology*, 43, 510-526.
- Ginzberg, E. (1951). *Occupational choice*. New York: Columbia University Press.
- Hackett, G., & Betz, N. E. (1981). A self-efficacy approach to the career development of women. *Journal of vocational behavior*, 18(3), 326-339.
- Harren, V. A. (1979). A model of career decision making for college students. *Journal of Vocational Behavior*, 14, 119-133.
- Harren, V. A. (1984). Assessment of career decision making. *Los Angeles: Western Psychological Services*.
- Krumboltz, J. D., et. al. (1986). Teaching a rational approach to career decisionmaking: Who benefits most?. *Journal of Vocational Behavior*, 29.
- Lunneborg, P. W. (1978). Sex and career decision-making style. *Journal of Counseling Psychology*, 25, 299-305.
- Mehrabian, A. (2000). Beyond IQ: Broad-based measurement of individual success potential or "emotional intelligence". *Genetic, Social, and General Psychology*, 50, 133-239.
- Palmer, S., & Cochran, L. (1988). Parents as agents of career development, *Journal of counseling Development*, 35, 71-76.
- Parsons, F. (1909). *Choosing avocation*. Boston: Houghton-Mifflin.
- Strano, A., D & Dixon, N. P. (1990). The comparative feeling of inferiority Index. *The Journal of Psychology*, 46, 29-42.

- Super, D. E. (1984). *Career and life development*. In D. Brown, L. Brooks.
- Super, D. E. (1990). A life-span, life-space approach to career development. In D. Brown & L. Brooks.(Eds.), *Career choice and development: Applying contemporary theories to practice*(2nd ed., 216). San Francisco: Jossey-Bass.
- Sweeney, T. J. (1989). *Adlerian counseling: A practical approach for a new decade* (3rd ed.). Bristol, PA: Accelerated Development.
- Sweeney, T. J. (1998). *Adlerian Counseling: A Practitioner*.
- Sweeney, T. J. (2005). *Adlerian counseling: A practical approach for a new decade*. Bristol, Taylor & Francis Group(노안영, 강만철, 오익수, 김광운, 송현중, 강영신, 오명자, 공역). **아들러 상담이론과 실제**. 서울: 학지사. (원서출판 1989).
- Terman, L. M., & Oden, M. H. (1959). *Genetic studies of genius*. CA Stanford University Press.
- Tuckman, B. W. (1974). An age-graded model for career development education. *Journal of vocational Behavior*, 4(2), 193-212.
- Van Hecke, M., & Tracy, R. J. (1983). Sex differences in children's responses to achievement and approval. *Child Study Journal*.

<Abstrac>

Moderating Effects of Self-Encouragement  
on the Relationship Between Inferiority Feeling and  
Career Decision Making  
in Junior High School Students

Kim Bo, Gyeong

Major Counseling Psychology  
in Education Faculty of Cheju National University Graduate  
School

Supervisor Park, Jung Hwan

The purpose of this study was to investigate the moderating effects of self-encouragement on the relationship between inferiority and career decision-making among junior high school students. For this, the study aimed to effectively deal with career decision-making that has a positive impact on career decision in junior high school students, and expand upon the importance of self-encouragement in understanding career education by enhancing self-encouragement to reduce a sense of inferiority. The research questions specified to achieve the objectives are as follows:

Question 1. Is there a relation among a sense of inferiority, self-encouragement and career decision-making in junior high school students?

Question 2. Are there moderating effects of self-encouragement on the relationship between a

sense of inferiority and reasonable career decision-making in junior high school students?

Question 3. Are there moderating effects of self-encouragement on the relationship between a sense of inferiority and intuitive career decision-making in junior high school students?

Question 4. Are there moderating effects of self-encouragement on the relationship between a sense of inferiority and dependent career decision-making in junior high school students?

Subjects were selected through convenience sampling among students in the third year class of 4 junior high schools in Jeju city. For data collection, a total of 600 distributed questionnaires were returned. Excluding 76 questionnaires with insincere answers, the remaining 524 questionnaires were used for data analysis. Scales assessing inferiority, career decision-making type and self-encouragement were used as study instruments. Gathered data were analyzed using SPSS for Windows 18.0, and empirical analysis was performed to test the significance of all variables. Main variables was tested using frequency analysis, Cronbach's  $\alpha$ , a measure of internal consistency, Pearson's correlation analysis, mean  $\pm$  standard deviation, skewness and kurtosis, and hierarchical regression analysis

The findings of this study are as follows: First, a sense of inferiority had a negative impact on dependent career decision-making. In particular, it had a negative correlation with self-encouragement. Moreover, reasonable career decision-making had a positive effect on the relationship of self-encouragement with intuitive career decision-making and dependent career decision-making. Intuitive career decision-making positively influenced the relationship between dependent career decision-making and self-encouragement. On the contrary, dependent career decision-making showed no correlation with self-encouragement.

Second, a sense of inferiority had no effect on reasonable career decision-making, indicating that self-encouragement had no moderating effect on the relationship between a sense of inferiority and reasonable career decision-making.

Third, a sense of inferiority had no influence on intuitive career decision-making,

and self-encouragement was shown to not moderate the relationship between a sense of inferiority and intuitive career decision-making.

Fourth, self-encouragement was found to moderate the relationship between dependent career decision-making and a sense of inferiority perceived by junior high school students. Thus, students who had a higher level of self-encouragement were less likely to use dependent career decision-making style according to a sense of inferiority.

These findings suggest that self-encouragement can improve career decision-making style by alleviating the negative effects of feeling inferior perceived by junior high school students. Self-encouragement, in particular, is a moderating variable that have a significant impact on dependent career decision-making, and this outcome are compared to findings from previous studies conducted. Counselling approach needs to be implemented to help students to make their career decisions with positive self-recognition and self-confidence through self-encouragement.

## 설문지

※ 각 문항들을 읽고 최근 **여러분의 생각과 상태**를 잘 나타내고 있다고 생각되는 해당번호에 (✓)표를 해 주세요

안녕하십니까?

이 조사를 위하여 귀중한 시간을 허락해 주셔서 대단히 감사합니다.

이 설문은 「중학생들의 자기격려가 진로의사결정에 미치는 효과」를 조사하기 위한 것입니다. 귀하의 성의 있는 답변은 저의 연구를 위한 소중한 자료가 될 것입니다. 자기격려가 학생의 합리적인 진로의사결정에 긍정적인 영향을 주는지를 밝히는 귀중한 자료로 활용될 예정입니다.

귀하께서 응답해 주신 개인적 사항이나 설문내용에 관계되는 모든 사항은 통계법 제33조(비밀의 보호)에 의거 절대비밀이 보장됩니다. 응답하시는 모든 내용은 통계적으로만 처리되어 연구목적 이외의 다른 용도로 사용되지 않음을 말씀드립니다.

또한 이 자료는 연구가 끝나는 2015년 8월 30까지 소각처리 되어 폐기 됩니다.

모든 문항에는 특정한 정답이 없으므로 여러분의 평소 생각이나 느낌, 행동과 가까운 답을 응답해 주시면 됩니다.

바쁘신 중에도 저의 연구를 위하여 소중한 시간을 내주셔서 다시 한 번 진심으로 감사드립니다.

※ 다음은 귀하에 관한 몇 가지 개인적 정보에 대한 질문입니다. 해당란 부분에 (✓)표 또는 직접 기입을 해주시기 바랍니다.

1. 성별은?

① 남자( ) ② 여자 ( )

2. 출생순위는?

① 첫째 ② 둘째 ③ 셋째이상 ④ 막내 ⑤ 독자

3. 형제 수(자신을 포함)는?

① 1명 ② 2명 ③ 3명 ④ 4명 ⑤ 5명 이상

❖ 본인의 응답결과가 궁금한 학생은 이름( )과 이메일( )을 쓰시면 개별적으로 안내 해 드리겠습니다.

2015년 5월

제주대학교 교육대학원 상담심리전공

석사과정 : 김 보 경 010-3023-7153([artpool@hanmail.net](mailto:artpool@hanmail.net))

지도교수 : 박 정 환



※ 다음 문항을 읽으시고, 각 문항이 평소의 자신의 생각을 나타내는지 정도에 따라 (✓)표를 해 주세요.

문 항		전혀 아니다	아 니 다	보 통 이 다	그 렇 다	매 우 그 렇 다
1	나는 얼굴이 잘생긴 친구를 보면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
2	나는 용기 있는 친구를 보면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
3	나는 아버지(또는 어머니) 학력이 낮아서 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
4	나는 머리가 나쁜 것 같아서 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
5	나는 아버지(어머니)외모에 대해 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
6	나는 키에 대하여 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
7	나는 여러 사람 앞에서 말 잘하는 친구를 보면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
8	나는 지도력이 강한 친구를 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
9	나는 아버지의 직업이 좋지 않아서 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
10	나는 공부를 잘하는 친구를 보면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
11	나는 피부에 (색깔이나 상태)에 대하여 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
12	나는 사교성이 좋은 친구를 보면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
13	나는 특정교과(영어, 수학 등)를 잘하는 학생을 보면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
14	나는 몸이 약해서 튼튼하고 건강한 친구를 보면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
15	나는 친구들에게 인기가 좋은 친구를 보면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
16	나는 우리 집이 가난해서 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
17	나는 똥똥해서(또는 말라서) 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
18	나는 적극적이고 활동적인 친구를 보면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
19	나는 형제나 친척들 중에서 잘나름(직업, 학력, 지위, 명예 등)이 없어 집안에 대해 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
20	나는 상대방의 말을 잘 이해하는 친구를 보면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
21	나는 이성 친구를 잘 사귀는 친구를 보면 열등감이 느낀다.	1	2	3	4	5
22	나는 우리 집이 좋지 않아서 크고 좋은 집에 가면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
23	나는 능력이 있는(유능한, 똑똑한) 친구와 같이 있으면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
24	나는 문화시설(좋은 승용차, 컴퓨터 등)을 잘 갖춘 집에 가면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
25	나는 예능(음악, 미술, 노래, 춤 등)을 잘 하는 친구를 보면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
26	나는 운동선수나 운동을 잘 하는 친구를 보면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
27	나는 성격이 까다로워서 여러 친구와 어울리는 친구를 보면 열등감을 느낀다.					
28	나는 특목고나 우수고등학교에 진학하는 친구를 보면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
29	나는 질병 또는 신체적 결함이 있어 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
30	나는 성격이 매우 외향적인 친구를 보면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
31	우리 집은 가정불화가 심해 나는 가정에 대해 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
32	나는 글을 잘 쓰는 친구를 보면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
33	나는 체형이 나빠서 (다리가 짧거나, 오리다리, 몸의 불균형 등) 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
34	나는 주위 사람들로 부터 인정을 받는 친구를 보면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
35	나는 아버지가 사회적 지위가 낮아서 지위가 높은 사람을 보면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
36	나는 판단이 빠르고 결단력이 있는 사람을 보면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
37	나는 근육이 잘 발달된 사람을 보면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5
38	나는 재치 있고 유머가 뛰어난 친구를 보면 열등감을 느낀다.	1	2	3	4	5

※ 다음 문항을 읽으시고, 각 문항이 평소의 자신의 적합하다고 생각되는지 정도에 따라 (✓)표를 해 주세요.

문 항		전혀 아니다	아 니 다	보 통 이 다	그 렇 다	매 우 그 렇 다
1	나는 중요한 결정을 할 때 매우 체계적으로 한다.	1	2	3	4	5
2	나는 중요한 결정을 해야 할 때 누군가가 올바른 방향으로 이끌어 주었으면 한다.	1	2	3	4	5
3	나는 내 자신의 즉각적인 판단에 따라 매우 독창적으로 결정을 한다.	1	2	3	4	5
4	나는 대체로 미래보다는 현재의 내 입장에 맞춰서 일을 결정한다.	1	2	3	4	5
5	나는 모든 정보를 수집할 수 없는 상태에서는 중요한 결정을 좀처럼 하지 않는다.	1	2	3	4	5
6	나는 왜 그렇게 결정했는지 이유는 모르지만 곧잘 올바른 결정을 한다.	1	2	3	4	5
7	나는 결정을 할 때 그것이 나중에 미칠 결과까지도 고려한다.	1	2	3	4	5
8	나는 어떤 결정을 할 때 친구의 생각을 중요시한다.	1	2	3	4	5
9	나는 남의 도움 없이는 중요한 결정을 하기가 정말 힘들다.	1	2	3	4	5
10	나는 중요한 결정이라도 매우 빠르게 결정한다.	1	2	3	4	5
11	나는 어떤 결정을 할 때 내 자신의 감정과 반응에 따른다.	1	2	3	4	5
12	나는 내가 좋아서 결정하기보다는 남의 생각에 따라 결정하는 경우가 많다.	1	2	3	4	5
13	나는 충분한 시간을 두고 생각을 한 후에 결정을 한다.	1	2	3	4	5
14	나는 어떤 일을 점검해 보거나 사실을 알아보지도 않고 결정하는 경우가 많다.	1	2	3	4	5
15	나는 친한 친구와 먼저 상의하지 않고서는 어떤 일이든 좀처럼 결정하지 않는다.	1	2	3	4	5
16	나는 결정하는 것이 어려워 그것을 연기하는 경우가 많다.	1	2	3	4	5
17	나는 중요한 결정을 해야 할 때 우선 충분한 시간을 갖고 계획을 세워 실천할 일들을 생각한다.	1	2	3	4	5
18	나는 결정에 앞서 모든 정보가 확실한지 아닌지를 재검토한다.	1	2	3	4	5
19	나는 진지하게 생각해서 결정하지 않고 생각이 갑자기 떠올라 그에 따라서 결정을 한다.	1	2	3	4	5
20	나는 중요한 일을 할 때 미리 주의 깊은 세밀한 계획을 세운다.	1	2	3	4	5
21	나는 다른 사람들의 많은 격려와 지지가 있어야만 어떤 일을 결정할 수 있을 것 같다.	1	2	3	4	5
22	나는 어떤 일을 결정한 후에 대개 그 결정이 내 마음에 들지 안 들지를 상상해 본다.	1	2	3	4	5
23	나는 평판에 좋을 것 같지 않은 결정을 해봤자 별 의미가 없다고 생각한다.	1	2	3	4	5
24	나는 내가 내리는 결정에 굳이 합리적인 이유를 따질 필요가 없다고 생각한다.	1	2	3	4	5
25	나는 참으로 올바른 결정을 하고 싶기 때문에 성급하게 결정을 하지 않는다.	1	2	3	4	5
26	나는 나의 어떤 결정이 감정적으로 만족스러우면 나는 그 결정이 옳은 것으로 여긴다.	1	2	3	4	5
27	나는 훌륭한 결정을 내릴 자신이 없어서 대개 다른 사람들의 의견을 따른다.	1	2	3	4	5
28	나는 내가 내린 결정 하나하나가 최종 목표를 향해 발전해 나가는 단계라고 생각한다.	1	2	3	4	5
29	친구가 나의 결정을 지지해 주지 않으면 나는 결정에 그다지 자신을 갖지 못한다.	1	2	3	4	5
30	나는 어떤 결정을 하기 전에 그 결정이 가져올 결과를 가능한 한 많이 알고 싶다.	1	2	3	4	5

※ 다음 문항을 읽으시고, 각 문항이 평소의 자신을 얼마나 나타내는지 정도에 따라 (✓)표를 해 주세요.

	문항	전혀 아니다	아니다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1	나는 성공할 수 있다고 생각한다.	1	2	3	4	5
2	일을 시작할 때 두렵지만 잘 해내리라고 생각한다.	1	2	3	4	5
3	실수했을 때 '나도 때때로 실수할 수 있어'라고 생각하며 실수를 인정한다.	1	2	3	4	5
4	나는 어떤 문제가 생기든지 적극적이고 긍정적으로 생각한다.	1	2	3	4	5
5	새로운 일을 시작할 때 '실패할 수도 있지만 도전하지 않은 것 보다 나아' 라고 격려한다.	1	2	3	4	5
6	나는 이 세상에서 없어서는 안 되는 꼭 필요한 존재라고 생각한다.	1	2	3	4	5
7	힘든 상황에 처했을 때 '해결책은 있어'라고 생각하며 포기하지 않는다.	1	2	3	4	5
8	일을 성공했을 때 '잘했어, 역시 해낼 줄 알았어' 라고 생각한다.	1	2	3	4	5
9	일을 실패했을 때 '이 일은 실패했지만 다른 일은 성공할 수 있어' 라고 스스로 위로한다.	1	2	3	4	5
10	나는 포기하고 싶을 때 '조금만 더 하면 더 잘할 수 있어'라고 생각하며 참는다.	1	2	3	4	5
11	다른 사람들과 함께 하는 일에 적극적으로 참여한다.	1	2	3	4	5
12	나는 모임에서 새로운 사람들과 어울리기 위해 먼저 다가선다.	1	2	3	4	5
13	나는 새로운 변화에 적응하기 위해 적극적으로 행동한다.	1	2	3	4	5
14	사람들 앞에서 나의 의견을 이야기하곤 한다.	1	2	3	4	5
15	나는 친한 친구와 먼저 상의하지 않고서는 어떤 일이든 좀처럼 결정하지 않는다.	1	2	3	4	5
16	나는 부당하다고 생각되는 일에 적절하게 대응한다.	1	2	3	4	5
17	나는 사람들 앞에서 당당하게 행동하려고 노력한다.	1	2	3	4	5
18	질문에 대해 맞는지 확신이 없더라도 대답을 하곤 한다.	1	2	3	4	5
19	나는 어려움이 있을 때 적극적으로 해결하고자 한다.	1	2	3	4	5
20	새로운 일에 도전하는 것이 주저되기는 하지만 그래도 도전한다.	1	2	3	4	5
21	힘들 때 나는 어떤 일이든 해낼 수 있다고 생각하며 자신감을 얻는다.	1	2	3	4	5
22	일을 실패했을 때 좌절하기도 하지만 기분은 전환하려고 노력한다.	1	2	3	4	5
23	일을 맡을 때 자신감을 가지고 일을 시작할 수 있다고 느낀다.	1	2	3	4	5
24	일을 실패했을 때 일은 실패했지만 '그래도 나는 가치 있는 존재'라고 느낀다.	1	2	3	4	5
25	실패에 대한 두려움이 느껴질 때 '한 발 한 발 천천히 나아가면 해 낼 수 있어.'라고 느낀다.	1	2	3	4	5
26	오늘 하루가 엉망이 되어 마음이 심란할 때 '내일은 잘 될거야.'라며 위로한다.	1	2	3	4	5
27	힘들 때 나의 미래를 생각하며 행복감을 느끼곤 한다.	1	2	3	4	5
28	외로울 때 소중한 사람들을 생각하며 따뜻함을 느낀다.	1	2	3	4	5
29	나에게는 단점도 있지만 그런 내 자신도 소중하다고 느낀다.	1	2	3	4	5
30	잘 하지 못할 때도 있지만 열심히 노력하고 있는 내 모습을 보며 뿌듯함을 느낀다.	1	2	3	4	5

♥ 수고하셨습니다. 설문에 응답해주셔서 대단히 감사합니다. ♥