

# 진로성숙도의 참여성 및 결정성, 회복탄력성과 그릿의 구조적 관계 분석 : 대학교(원) 재학생 및 졸업생을 대상으로

박혜림 · 허 군<sup>†</sup>

국립부경대학교(학생) · <sup>†</sup>국립부경대학교(교수)

## An Analysis of the Structural Relationships among Career Maturity (Participation and Decision-Making), Resilience, and Grit: Focusing on University Students and Graduates

Hye-Rim PARK · Gyun HEO<sup>†</sup>

Pukyung National University(student · <sup>†</sup>professor)

### Abstract

This study explores the structural relationships among career maturity, resilience, and grit in Korean university students. In Korea's exam-driven context, students often enter higher education without sufficient career exploration, leading to disengagement, maladjustment, or dropout. Career maturity, particularly its sub-factors of participation and decisiveness, is a key developmental task in early adulthood. Resilience and grit, identified as essential non-cognitive competencies for adapting to change, may strengthen this process. Unlike prior research that examined these variables independently, this study investigates whether career maturity influences grit through resilience. By focusing on the mediating role of resilience, the study highlights how psychological resources contribute to long-term persistence in career development. The findings are expected to provide theoretical insights into the interaction between cognitive and non-cognitive factors, as well as practical implications for designing career education programs that encourage students to set realistic goals, sustain motivation, and remain committed to their chosen paths despite challenges.

**Key words** : Career mature, Resilience, Grit

## I. 서론

우리나라 청년들은 대학에 진학한 이후 학업에 흥미를 잃어 전공을 선택하거나 학교 부적응으로 인해 중도 포기하는 경우가 많이 있다(Eo, 2011; Kim, 2011; Kim, 2012; Lim et al., 2011; Park, 2000). 또한 불확실한 취업 환경으로 인해 대학생들은 취업 준비와 더불어 진로, 학업, 품행, 대인

관계 등 다양한 영역에서 가능성을 탐색하고 적응하는 등 변화와 불안정성을 경험하게 된다.

이처럼 적성에 맞는 진로를 찾기 위하여 꾸준한 관심을 가지고, 행동을 통하여 여러 역경을 이겨내는 데 도움이 되는 심리적 요인들이 중요하게 인식되고 있다(Cha, 2016; Cho, 2010; Jeong, 2023; Kim, 2005; Kim and Lee, 2015; Korea Educational Development Institute, 2016; Kwon,

<sup>†</sup> Corresponding author : 051-629-5970, [gyunheo@pknu.ac.kr](mailto:gyunheo@pknu.ac.kr)

2004; Park, 2021; Yoo, 2013).

National Research Council(2012)은 21세기 핵심 역량 중에서 변화하고 있는 상황에 효과적으로 적용할 수 있는 대표적인 비인지적, 개인 내적 역량으로 그것을 꼽았다.

그것은 태어났을 때부터 지닌 선천적 능력보다는 후천적으로 습득이 가능하다는 특징이 있어 구체적이고 장기적인 목표를 수립하는데 중요한 역할을 한다. Jeung et al.(2018)의 연구에서도 성취를 위해 목표를 정하고 이를 성공한 사람은 그것이 필수적임을 주장하고 있다고 언급했다. 즉, 그것의 영향력은 개인이 목표를 일관적으로 유지하며 오랜 기간 노력한다는 점을 고려했을 때, 개인 목표에 적합한 방법을 선택하고 이루는 데 있어 긍정적 영향을 미칠 것으로 예상된다. 또한 그것은 끈기와 열정을 가지고 목표 달성을 위해 지속적으로 노력하는 것을 뜻하며, “지속적인 관심 및 노력을 통해 장기적 목표를 달성하기 위한 인내와 열정”을 의미한다(Duckworth et al., 2007). 즉, 목표를 달성하는 과정에서 만나는 역경과 고난 등에도 쉽게 좌절하지 않으며 지속적인 노력으로 목표에 도달한다는 개념이다. 하지만 그것이 저절로 형성되는 특성은 아니며, 개인이 장기적 목표를 꾸준히 수행하기 위해서는 그것을 뒷받침할 수 있는 심리적 자원과 구체적 행동 기반이 필요하다. 이러한 맥락에서 본 연구는 그것의 핵심 전단계 요인으로 회복탄력성(resilience), 행동적 기반을 제공하는 진로성숙도의 하위요인인 참여성·결정성에 주목하고자 한다.

회복탄력성은 Werner and Smith(1982)가 이론화한 개념으로 스트레스 상황에 놓여도 행동적, 정서적인 문제없이 유연하게 대처할 수 있게 해주는 능력으로 정의된다(Block and Block, 1980). Sin(2009)은 회복탄력성을 ‘곤란에 직면했을 때 이를 극복하고 환경에 적응하여 정신적으로 성장하는 능력’이라 정의한다(Anthony, 1987; Garnezy, 1996; Luther et al., 2000; Olsson et al., 2003; Werner and Smith, 1993). 이처럼 학생들이 실제

를 견디고, 장기 목표에 대한 집중을 유지하기 위해서는 회복탄력성이 필수적이다. 좌절에도 쉽게 포기하지 않는 그것이 나타나기 위해서는 회복탄력성이 강화도 필요하다고 보여 진다. 이에 따라 행동적 참여와 의사결정 역량이 회복탄력성과 연결될 수 있다는 실증근거가 축적되고 있다.

진로성숙도는 일반적으로 참여성, 결정성, 독립성, 목적성, 준비성의 다섯 가지 하위 요인으로 구성된다(Crites, 1978).

본 연구는 조사대상자를 대학교(원) 재학생 및 졸업생으로 한정함에 따라, 진로 발달 과정에서 실제 진로 선택과 준비 행동에 직접적으로 관여하는 하위 요인에 초점을 두었다. 참여성과 결정성은 대학 시기 이후 진로 탐색, 선택, 실행 과정에서 가장 핵심적인 행동적·인지적 요인으로 작용하며, 개인의 심리적 자원 형성과 밀접하게 연관되는 것으로 선행연구에서 반복적으로 확인되어 왔다. 반면 독립성, 목적성, 준비성은 중·고등학생 단계에서 상대적으로 중요성이 부각되거나, 참여성과 결정성의 결과적 특성으로 중복 설명될 가능성이 있다. 따라서 본 연구에서는 진로 관련 행동의 출발점이 되는 참여성과, 진로 방향의 안정성을 반영하는 결정성을 중심으로 회복탄력성과 그것 간의 구조적 관계를 분석하고자 하였다.

참여성은 진로선택 과정에서의 능동적인 참여의 정도를 나타내며, Cho(2017)은 참여행동이 진로결정 자기효능감에 영향력을 가지는 것으로 확인하였다. 학생들의 동아리·비교과 활동 참여가 진로 회복탄력성(career resilience)에 긍정적 영향을 미친다는 연구(Ikeda et al., 2018)는 참여성이 단순한 활동량이 아니라 ‘목표지향적 행동’이며 심리적 적응자원을 강화할 수 있음을 보여준다.

또한 결정성은 자신이 선호하는 진로 방향의 확고성, 일관성, 안정성을 의미하고, 자신이 원하는 직업 및 진로가 어느 정도 확실히 정해졌는지를 측정한다. Oh(2020)는 스스로 주체적인 판단에 따라 개인의 목표나 행위를 결정할 기회를 주는 것이 그들의 내재동기 발달에도 긍정적인 영

향을 주고 목표를 정한 후 지속 가능한 능력을 더 높여준다는 것을 확인하였다. 회복탄력성이 진로적응성과 진로결정자기효능감에 영향을 미친다는 종단 연구(Alkal et al., 2025)는 결정성이 높은 학생일수록 심리적 회복자원이 강화될 수 있음을 뒷받침한다. 또한 진로 발달 과정에서 얼마나 적극적으로 진로 활동에 참여했는지, 그리고 자신의 진로 방향을 얼마나 명확하게 결정했는지는 진로 준비 행동 전반에 강한 영향을 미친다는 점이 여러 연구에서 보고되었다(Abdul Rahim et al., 2021). 해당 연구에서는 진로성숙도와 진로 결정 자기효능감이 진로적응성(career adaptability)에 긍정적 영향을 미침을 확인하며, 진로 발달의 초기 단계에서 ‘참여’와 ‘결정’이 중요한 역할을 한다는 점을 강조하였다.

선행연구에 따르면 진로성숙도는 개인의 진로 관련 행동을 지지하는 핵심 요인으로, 특히 참여성과 결정성은 진로 탐색과 선택 과정에서의 행동적 기반을 형성하는 것으로 보고되어 왔다. Song and Lee(2022)는 회복탄력성이 그릿을 매개로 진로성숙도에 영향을 미친다는 점을 확인하며, 회복탄력성과 그릿을 진로성숙도를 설명하는 주요 비인지적 변인으로 제시하였다. Min and Kim(2018)과 Ryu and Lee(2023), Seo and Ryu(2023)의 연구 역시 그릿이 회복탄력성과 진로준비행동에 유의한 영향을 미친다는 결과를 제시함으로써, 장기적 노력 지속성과 심리적 회복 능력이 진로 발달 과정에서 중요한 역할을 수행함을 보여준다. 그러나 기존 연구들은 주로 회복탄력성과 그릿이 진로성숙도 또는 진로준비행동에 미치는 직접적 영향에 초점을 두었으며, 진로성숙도의 하위 요인인 참여성과 결정성이 어떠한 구조를 통해 회복탄력성과 그릿으로 연결되는지는 충분히 검증되지 않았다. 이에 본 연구는 진로성숙도의 참여성과 결정성이 회복탄력성을 매개로 그릿에 미치는 구조적 관계를 분석하고자 한다.

이를 통해 진로성숙도의 하위 요인인 참여성과

결정성이 어떻게 심리적 자원인 회복탄력성을 통해 장기적 성취 태도인 그릿과 연결되는지를 확인하고, 대학생들의 진로교육 및 프로그램에 실질적 시사점을 제공하고자 한다.

이에 따라 본 연구는 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

첫째, 진로성숙도의 참여성과 결정성은 회복탄력성에 유의한 영향을 미치는가?

둘째, 회복탄력성은 그릿에 유의한 영향을 미치는가?

셋째, 참여성 및 결정성과 그릿 간의 관계에서 회복탄력성의 매개효과가 나타나는가?

## II. 연구 방법

### 1. 연구 모형

본 연구는 진로성숙도의 참여성과 결정성이 그릿에 미치는 영향을 회복탄력성을 매개 역할을 하는지 검증하고자 하였다. 주요 변수들 간의 인과적 관계와 간접효과까지 동시에 분석할 수 있는 연구모형을 설계하였으며, 해당 연구 모형은 [Fig. 1]에 제시하였다.



[Fig. 1] Research model

### 2. 변수 설명

본 연구에서는 진로성숙도의 참여성 및 결정성, 회복탄력성, 그릿 변인 간의 구조적 관계를 분석한다는 연구 목적에 적합한 설문지를 선행연구를 참고하여 도출하였다. 본 연구의 이론모형을 구성하고 있는 잠재변수는 총 네 개의 변수로

진로성숙도의 참여성 및 결정성, 회복탄력성, 그릿이다. 각 잠재변수의 측정 변수로 참여성 및 결정성, 회복탄력성은 원인분석력, 감정통제력, 충동통제력, 감사하기, 생활만족도, 낙관성, 관계성, 커뮤니케이션 능력, 공감능력 중 충동통제력, 감정통제력, 원인분석력을 선택하였다. 기존 연구에 따르면 충동 및 감정 통제와 원인에 대한 합리적 분석 능력은 스트레스 상황에서도 목표 지향적 행동을 유지하게 하는 핵심 심리 기제로 작용하며, 그릿과 같은 지속적 노력 특성과 밀접한 관련을 갖는 것으로 보고되었다(Tugade and Fredrickson, 2004; Block and Kremen, 1996). 반면 감사하기, 관계성, 생활만족도 등은 정서적 결과 또는 사회적 적응 수준을 반영하는 성격이 강해, 본 연구의 구조적 모형에서는 핵심 매개 기제로서의 설명력이 상대적으로 제한적이라고 판단하였다. 그릿은 노력의 꾸준함, 관심의 일관성을 측정변수로 설정하였다. 각 설문 문항의 응답은 공통적으로 Likert 5점 척도를 사용하였고, 이는 ‘1점(전혀 그렇지 않다)’, ‘2점(그렇지 않다)’, ‘3점(보통이다)’, ‘4점(대체로 그렇다)’, ‘5점(매우 그렇다)’으로 설정하였다. 분석에 사용된 변수들은 <Table 1>에 제시하였다.

<Table 1> Item and Reliability by Variable

Latent variable	Measurement variable	Cronbach's $\alpha$
Career Maturity	Participation	.723
	Decision-Making	
Resilience	Causal Analysis	.885
	Emotion Regulation	
	Impulse Control	
	Gratitude	
	Life Satisfaction	
	Optimism	
	Relatedness	
Grit	Communication Skills	.814
	Empathy	
	Perseverance of Effort Consistency of Interest	

가. 진로성숙도

진로성숙도를 측정하기 위해 Crites(1978)가 개발하였던 Career Maturity Inventory(CMI)의 태도척도(AttitudeScale) 및 능력척도(Competency Scale)를 Kim(1989)이 변안하였다. 척도 중 Kim(1997)이 태도척도 일부분을 수정하였고, 해당 척도를 사용한 Cho(2010)의 척도를 사용하였다. 해당 척도는 참여성, 결정성, 독립성, 성향성의 4개 하위요인으로 구성된 총 40문항으로 이루어져 있다. 본 연구의 이론적 모형에 따라, 구조모형 분석에서는 참여성과 결정성만을 포함하였으며, 독립성과 성향성은 기술통계 및 상관분석에 한하여 분석하였다. 한편 신뢰도 분석을 위한 Cronbach's alpha를 확인한 결과, 신뢰도 계수가 .723로 나와 신뢰도가 있는 것으로 판단하였다.

나. 회복탄력성

회복탄력성을 측정하기 위해서 Sin et al.(2009)이 개발하고 타당화 하였던 회복탄력성 척도를 사용하였다. 총 27문항으로 9요인으로 구성되어 있으며, 신뢰도 분석을 위한 Cronbach's alpha를 확인한 결과, 신뢰도 계수가 .885로 나와 신뢰도가 있는 것으로 판단하였다.

다. 그릿

그릿을 측정하기 위하여, Duckworth et al.(2007)이 개발했던 측정 도구 Original Grit Scale(Grit-O)를 이용하여 Lee and Son(2013)가 한국의 상황에 맞게 변안하였으며, 5점 Likert 척도를 사용하였다. 총 2개 요인과 요인별로 각 6개의 문항으로 구성되어 있으며, 신뢰도 분석을 위한 Cronbach's alpha를 확인한 결과, 신뢰도 계수가 .814로 나와 신뢰도가 있는 것으로 판단하였다.

3. 분석 자료

본 연구를 수행하기 위해 진로성숙도, 회복탄력성, 그릿에 관한 선행연구를 검토하여 연구가 설을 설정하였다. 이러한 목적을 수행하기 위하여 대학교(원) 재적생, 졸업생을 대상으로 설문조

사를 진행하였다. 설문조사는 연구자가 학생 다수에게 구글 설문지를 배포한 후, 해당 학생이 동료 학생들에게 설문을 공유하도록 하는 방식으로 진행하였다. 이는 눈덩이 표집(snowball sampling) 방법을 활용한 것으로, 총 225부의 응답을 최종 분석에 활용하였다. 연구대상자의 일반적 특성은 <Table 2>에 제시하였다.

#### 4. 분석 방법

본 연구 목적을 달성하기 위해서 기술통계분석은 SPSS 25.0 통계프로그램을 사용하여 분석하였다. AMOS 26.0 프로그램을 사용하여 구조방정식 모델의 부합도, 구조모형의 검증에 통하여 모형 적합도를 검증하고 연구 문제를 바탕으로 한 통계적 유의성 검증 및 매개효과 분석을 실시하였다. 자료분석의 세부적인 방법은 다음과 같다. 첫째, SPSS 25.0 프로그램을 사용하여 연구대상자의 인구통계학적 분석과 기술통계, 상관분석을 실시하였으며, 둘째, 측정 도구는 내용타당도 검증을 통해 신뢰도는 문항간 내적 일치도인 Cronbach's  $\alpha$  계수를 통해 검증하였다. 셋째, 연구모형의 적합도 검증, 경로 인과성, 효과분석을 위해 AMOS 26.0을 활용하여 구조방정식모형분석(Structural equation model: SEM)을 실시하였다. 연구 모형의 적합도 평가는 SRMR, RMSEA, TLI, CFI 지표를 고려하여 이루어졌다.

### Ⅲ. 연구 결과

#### 1. 구조 관계 분석 결과

##### 가. 타당도 검증

본 연구의 측정모형 분석 결과, 모든 잠재변수의 개념신뢰도(CR)는 최소 0.728 이상(참여성 0.729)으로 나타나, 측정 도구의 내적 일관성 및 신뢰도는 확보된 것으로 판단된다. 하지만, 잠재변수 중 '참여성'의 평균분산추출(AVE) 값이 0.473으로 일반적인 수렴 타당도 기준인 0.5에 다

<Table 2> Demographic Characteristics of Respondents (N=225)

Index		N	P (%)	Index		N	P (%)	
Gender	Male	44	19.6	Enrolled in Undergraduate Program	118	52.4		
	Female	181	80.4		On Leave from Undergraduate Program	7	3.1	
Academic Year	1st Year	Undergraduate	21	16.8	Enrollment	68	30.2	
		Graduate	7	3.1				
	2nd Year	Undergraduate	28	22.4	Status	Enrolled in Graduate Program	19	8.4
		Graduate	7	3.1				
3rd Year	Undergraduate	43	34.4	On Leave from Graduate Program	1	0.4		
	Graduate	6	3.0					
4th Year	Undergraduate	33	26.4	Graduate Program Graduate	12	5.3		
	Graduate	0	0					
Index		N	P (%)					
Major	Engineering	61	27.1					
	Education	20	8.9					
	Agriculture	2	.9					
	Social Sciences	23	10.2					
	Business and Economics	42	18.7					
	Arts and Physical Education	15	6.7					
	Medicine, Pharmacy, and Health Sciences	10	4.4					
	Humanities	30	13.3					
	Natural Sciences	22	9.8					
	Gangwondo	1	.4					
	Gyeonggido	8	3.6					
	Gyeongsangnamdo	10	4.4					
	Gyeongsangbukdo	1	.4					
	Daegu	6	2.7					
University (graduate) location	Daejeon	3	1.3					
	Busan	173	76.9					
	Seoul	11	4.9					
	Incheon	4	1.8					
	Jeollanamdo	1	.4					
	Jeollabukdo	2	.9					
	Chungcheongnamdo	3	1.3					
Chungcheongbukdo	2	.9						

소 미치지 못하는 것으로 나타났다. 하지만 해당 구성 개념의 개념타당도(C.R.)는 0.7을 상회하고

있어, 측정 항목들이 이론적 개념을 일관성 있게 측정하고 있음은 확인되었다. 이러한 경우, Fornell and Larcker(1981)에서 제시한 기준에 따라, 개념신뢰도(C.R.)가 0.7 이상이고 평균분산추출(AVE)가 0.5에 근접한 수준일 경우 수렴 타당성(Convergent Validity)을 허용할 수 있다는 해석을 적용할 수 있다. 따라서 본 연구는 '참여성' 변수의 AVE 값이 기준에 미달하지만, 다른 잠재변수들이 모두 양호한 적합도를 보였고, 측정 도구의 신뢰도가 0.7이상으로 확보된 점을 고려하여 설정된 측정 모형이 수용 가능한 수준으로 적합하다고 판단하며, 후속 구조 모형 분석을 진행하였다. 이에 따른 타당도 검증에 대한 내용을 <Table 3>에 제시하였다.

<Table 3> Validation of latent variables

Path and Content	Estimates	AVE	C.R.
P	.844 - 1.000	.473	.729
DM	1.000 - 1.275	.636	.874
R	1.199 - 1.821	.999	.999
G	1.000 - 1.325	.823	.901

P:Participation

DM:Decision-Making

R:Resilience

G:Grit

나. 구조모형 검증

구조모형의 적합성을 확인하고 본 연구의 가설 검증 및 직접효과와 간접효과를 분석하였다. 먼저 구조모형의 적합도를 <Table 4>에 제시하였다. 구조모형  $\chi^2$  통계값은 48.406(df=48, p=.456)으로 나타나 모형이 통계적으로 적합한 것으로 나타났다. 그 외에도 SRMR=.0420, RMSEA=.006, TLI=.999, CFI=.999로 모두 권장기준(SRMR<.08, RMSEA<.08, TLI&CFI>.90)을 충족하였다. 따라서 본 구조모형은 통계적으로 양호한 수준의 적합도를 갖는 것으로 판단된다.

<Table 4> Goodness of fit the structural model

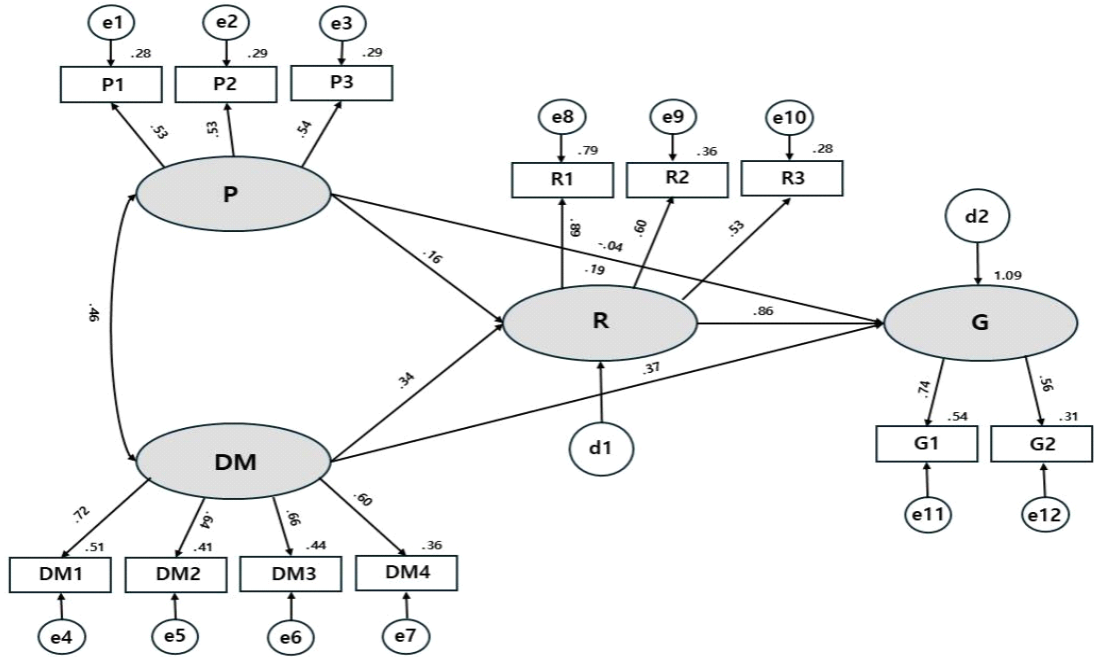
Fit index	$\chi^2$	df	SRMR	RMSEA	TLI	CFI
Result	48.406	48	.0420	.006	.999	.999

2. 연구문제1, 2 검증 결과

구조모형의 적합성이 확보되었으며, 이에 따라 변수들 간의 직접효과를 검증하였다. <Table 5>에 제시된 주요 결과를 살펴보면, 결정성은 회복탄력성과 그릿 모두에 유의한 정적 영향을 미친 반면, 참여성은 회복탄력성과 그릿에 유의한 영향을 미치지 않았다. 회복탄력성은 그릿에 매우 강한 정적 영향을 미쳐, 그릿 형성의 핵심 설명요인으로 확인되었다. 이는 진로성숙도의 하위요인 중 결정성이 회복탄력성을 통해 그릿으로 이어지는 구조적 경로가 유의함을 시사한다.

먼저, 참여성은 회복탄력성에 유의한 영향을 미치지 않았다( $\beta=.164, p>.05$ ). 이는 단순히 진로 관련 활동에 참여하는 것이 개인의 심리적 회복탄력성을 높이는데 직접적인 영향을 주지 못한다는 점을 시사한다. 참여성은 그릿에도 직접적인 영향을 주지 않는 것으로 나타났다. 참여성에서 그릿으로의 경로( $\beta=-.093, p<.05$ )는 이는 진로활동 참여가 많더라도 반드시 장기적 목표추구나 끈기로 이어지지 않음을 의미한다. 반면, 결정성은 회복탄력성에 유의한 정(+)적 영향을 미쳤다( $\beta=.330, p<.01$ ). 이는 진로방향에 대한 명확한 확신과 목표의식이 높을수록 변화나 실패와 같은 도전 상황에 적응하고 회복하는 능력이 향상됨을 보여준다. 또한 그릿에도 유의한 정(+)적 영향을 미쳤다( $\beta=.331, p<.001$ ). 이것은 자신의 진로에 대해 판단과 확신을 가진 개인일수록 목표를 지속적으로 추구하고 포기하지 않는 특성을 보인다. 즉, 진로결정성이 그릿의 핵심적 선행요인으로 작용함을 의미한다. 마지막으로 회복탄력성은 그릿에 강한 정(+)적 영향을 미쳤다( $\beta=.864, p<.001$ ). 이에 따른 모형의 검증 결과는 [Fig. 2]에 제시하였다.

진로성숙도의 참여성 및 결정성, 회복탄력성과 그것의 구조적 관계 분석 : 대학교(원) 재학생 및 졸업생을 대상으로



[Fig. 2] Results of structural equation modeling.

또한 C.R.은 Critical Ratio로, 추정된 비표준화 회귀계수(B)를 표준오차(S.E.)로 나눈 값으로 정의되며, 해당 경로계수가 0과 통계적으로 유의하게 다른지를 검증하는 지표이다. 일반적으로 C.R.의 절대값이 1.96 이상이면 유의수준 .05에서, 2.58 이상이면 .01에서, 3.29 이상이면 .001에서 유의한 효과로 판단한다.

<Table 5> Hypothesis Verification Result Through Structural Model

Path and Content	B	$\beta$	S.E.	C.R.
P→R	.097	.164	.075	1.285
DM→R	.188**	.330	.067	2.800
P→G	-.058	-.093	.066	-.881
DM→G	.238***	.391	.065	3.675
R→G	.923***	.864	.155	5.961

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

### 3. 연구문제 3 검증결과 (매개효과)

본 연구에서는 매개효과를 검증하기 위하여 부트스트래핑(Bootstrapping) 분석을 실시하였다. 결과는 <Table 6>과 같다.

<Table 6> Individual Mediation Effect Analysis Result

Path and Content	IN	S.E.	95% CI		p
			lower	upper	
P→R→G	.089	.094	-.049	.358	.379
DM→R→G	.173**	.062	.048	.292	.003

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

첫째, 부트스트래핑을 활용한 매개효과 검증 결과, 진로성숙도 참여성이 회복탄력성을 매개로 한 그것에 미치는 간접효과는 유의하지 않았다 (IN=.089, SE=.094, p=.379).

둘째, 진로성숙도 결정성이 회복탄력성을 매개

로 그것에 미치는 간접효과는 통계적으로 유의하였다.(IN=.173, SE=.062, p=.003) 이 결과는 결정성이 회복탄력성을 매개로 하여 그것을 증진시키는 간접 효과가 유의하게 있음을 의미한다.

#### IV. 결론

본 연구는 대학생의 진로성숙도 하위요인인 참여성과 결정성이 회복탄력성을 매개로 그것에 미치는 구조적 관계를 검증함으로써, 진로발달 과정에서 인지적 요인과 비인지적 요인 간의 상호작용을 규명하고자 하였다.

첫째, 진로성숙도의 하위요인 중 결정성은 회복탄력성에 유의한 정적 영향을 미친 반면, 참여성은 회복탄력성에 유의한 영향을 보이지 않았다. 이는 진로 방향에 대한 명확한 확신, 자기이해의 수준, 진로 목표의 내면화가 심리적 회복자원 형성에 영향을 미칠 수 있음을 보여준다. 본 연구의 결과는 진로결정자기효능감이 진로적응성 및 심리적 적응자원을 강화한다는 Abdul Rahim et al.(2021)의 연구와, 회복탄력성이 진로결정자기효능감과 진로적응성의 핵심 기반임을 보고한 Alkal et al.(2025)의 종단 연구를 통해 이론적인 정당성을 확보할 수 있다. 즉, 결정성은 회복탄력성의 발달을 촉진하는 핵심 전제 조건으로 해석된다. 반면, 참여성이 회복탄력성에 유의한 영향을 미치지 않은 결과는 단순한 활동 참여가 심리적 회복력의 향상을 보장하지 않는다는 선행연구의 주장과 일치한다. keda et al.(2018)은 학생의 활동 참여가 진로 회복탄력성에 영향을 미칠 수 있으나, 그 효과는 활동의 양이 아니라 목표지향성, 주도성, 상호작용의 질에 의해 달라진다고 보고하였다. 본 연구에서 참여성이 비유의성을 보인 것은, 진로 활동의 양적 증가가 특정 상황에서 방향성 혼란이나 활동 피로를 초래할 가능성이 있음을 시사한다.

둘째, 회복탄력성은 그것에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 회복탄력성이

장기적 목표를 향한 지속적 노력과 인내를 가능하게 하는 핵심 심리적 자원임을 제시한 Duckworth et al.(2007)과 National Research Council (2012)의 연구결과와 일관된다. 즉, 불확실성·실패·경쟁과 같은 도전적 상황 속에서 이를 성장의 기회로 전환할 수 있는 능력은 장기 목표지향성과 끈기의 유지에 직접적인 영향을 미치며, 회복탄력성은 그것 형성의 중요한 선행 요인임을 재확인하였다.

셋째, 간접효과 분석 결과, 결정성은 회복탄력성을 매개로 그것에 유의한 간접효과를 보인 반면, 참여성은 직접효과와 간접효과 모두에서 유의하지 않은 것으로 나타났다. 이는 진로 방향에 대한 명확한 판단과 확신이 심리적 회복자원을 강화하고, 이를 통해 장기적 노력 지속성인 그것으로 이어지는 핵심 경로임을 의미한다. 반면 참여성이 유의하지 않았던 결과는 단순한 활동 과부하의 문제를 넘어, 참여 활동의 질적 수준, 개인의 자발성 여부, 그리고 해당 활동이 개인의 진로 맥락과 얼마나 부합하는지에 따라 그 효과가 달라질 수 있음을 시사한다. 즉, 외적 요구나 이력 관리 목적의 참여는 심리적 자원 축적보다는 피로와 부담을 증가시켜 그것 형성으로 연결되지 않을 가능성이 있다. 이러한 결과는 대학생의 진로발달이 경험의 양적 축적만으로 설명되기 어렵고, 의미 있는 선택과 그 선택을 지탱하는 심리적 자원의 강화가 중요함을 보여준다. 회복탄력성은 진로 과정에서 직면하는 불확실성과 실패를 지속 가능한 노력으로 전환하는 핵심 요인으로 작용하며, 인지적 차원의 진로성숙도와 결합될 때 그것이라는 장기적 성취 특성이 형성될 수 있음을 본 연구는 시사한다.

이에, 대학 진로교육은 단발성 참여형 프로그램에서 벗어나, 개인별 진로 목표 설정을 출발점으로 한 단계적·연속적 설계를 지향할 필요가 있다. 한편, 종단적 연구를 통한 엄밀한 인과관계 파악, 표집의 지역성, 엄밀한 수렴타당도 확보 등에서 연구의 한계를 지닌다. 이에 추후 연구에서

는 이러한 점을 고려한 연구 설계가 필요하다.

## References

- Abdul Rahim NS, Wan Jaafar WM and Mohamad Arsad N(2021). Career maturity and career decision-making self-efficacy as predictors of career adaptability among students in foundation programme. *Asian Journal of University Education*, 17(4), 464-477.  
<https://doi.org/10.24191/ajue.v17i4.16181>
- Alkal A(2025). Relationships among resilience, career adaptability and career decision self-efficacy in university students: A two-wave longitudinal mediation study. *BMC Psychology*, 13(1), 1146.  
<https://bmcpyschology.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40359-025-03456-8>
- Block J and Kremen AM(1996). IQ and ego-resiliency: conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of personality and social psychology*, 70(2), 349.  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.2.349>
- Choi SR(2017). A Study on Factors Affecting Career Maturity in University Students. Daegu University, Master's thesis.
- Han JW(2018). The Impact of Grit and Resilience on Career Adaptability in Secretarial Studies Students at Community Colleges. *Journal of Secretarial and Office Management Research*, 27(4), 5-27.  
<https://doi.org/10.35605/jss.2018.12.27.4.5>
- Hong SH, Hyun YC and Park JH(2021). Trends in Domestic Research on Grit. *Journal of Convergence Information Technology*, 11(6), 131-138.  
<https://doi.org/10.22156/CS4SMB.2021.11.06.131>
- Ikeda M, Fushikida W and Yamauchi Y(2018). Influence of Students' Participation in Club and Circle Activities on Career Resilience. *Japan Journal of Educational Technology*, 42(1), 1-14.  
<https://doi.org/10.15077/jjet.41067>
- Jo MJ(2010). The Effects of Career Maturity of College Students on Job-Seeking Anxiety and Stress. Dong-A University, Master's thesis.
- Ki KH and Kim KS(2018). Trends and Issues in Resilience Research: Focusing on the Concept and Measurement of Resilience. *Journal of Elementary Counseling Research*, 17(2), 157-175.  
<https://doi.org/10.28972/kjec.2018.17.2.157>
- Kim EH and Song SH(2020). The Effect of Grit on Self-Efficacy and Career Maturity: Focusing on Elementary School Students at High Risk for Dyslexia. *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 20(24), 345-371.  
<http://dx.doi.org/10.22251/jlcci.2020.20.24.345>
- Kim JY(2022). The Influence of Perceived Parental Empathy on Resilience in University Students: The Mediating Effects of Emotional Clarity and Self-Compassion. Catholic University, Master's thesis.  
<https://doi.org/10.22251/jlcci.2023.23.2.669>
- Kim MJ(2023). Research Trends in Adolescent Resilience: Focused on Domestic Journals from 2009 to 2022. *Korean Journal of Counseling and Education*, 6(1), 29-45.
- Lee HJ, Lee HY and Kang KJ(2017). The Effects of Clinical Performance Ability, Instructor-Student Interaction, and Career Maturity on Resilience in Nursing Students. *Journal of the Korean Society of Wellness*, 12(1), 425-437.  
<https://dx.doi.org/10.21097/ksw.2017.02.12.1.425>
- Lee SY(2014). The Effects of Self Identity of University Students on Career Decision-making and Career Maturity. *Journal of Youth Welfare Research*, 16(1), 109-128.
- Lee YR(2022). The Mediating Effect of Resilience on the Relationship between Planned Happenstance Skills and Career Preparation Behavior in University Students. Sookmyung Women's University, Master's thesis.
- Lim HJ(2022). The Influence of Career Values on Career Maturity in Dance Major University Students. Chungnam National University, Master's thesis.
- Lim HJ and Kim NA(2019). The Impact of College Experiences on Changes in Career Maturity: Focused on Four-Year Universities. *Journal of Educational Issues in Korea*, 37(1), 115-137.  
<https://doi.org/10.22327/kei.2019.37.1.115>
- Min SB and Kim J(2018). The Effects of Grit and Academic Self-Efficacy on Resilience and Career Preparation Behavior of College Students in the Department of Physical Education. *The Korean Society of Sports Science*, 27(2), 125-138.  
<https://doi.org/10.35159/kjss.2018.04.27.2.125>

- Moon SY(2023). The Relationship between Changes in Job-Seeking Efficacy, Career Maturity, and Self-Esteem in University Students. *Journal of Korean Employment and Career Association*, 13(3), 19~40. <http://dx.doi.org/10.35273/jec.2023.13.3.002>
- Oh EH, Choi IS and Jeong CS(2020). The Influence of Grit on Self-Determination in University Students: Focusing on the Mediating Effect of Resilience. *Journal of the Korea Academia- Industrial Cooperation Society*, 21(1), 258~267. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2020.21.1.258>
- Park HR and Heo K(2025). An Analysis of the Impact of Grit and Resilience on Career Maturity in College Students and Graduates. *Journal of Fisheries and Marine Sciences Education*, 37(1), 55~63. <https://doi.org/10.13000/JFMSE.2025.2.37.1.55>
- Rivera M(2021). The relationship between career adaptability, hope, resilience and coping during COVID-19. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education*, 18(20), 100344. <https://doi.org/10.1016/j.jhlste.2021.100344>
- Ryu SJ and Lee YH(2023). A Study on the Effects of University Students' Grit on Career Preparation Behavior, Resilience, and Academic Achievement. *Journal of Korean Employment and Career Association*, 13(2), 135~164. <http://dx.doi.org/10.35273/jec.2023.13.2.006>
- Seo MS and Ryu SJ(2023). A Study on the Effects of University Students' Grit on Resilience and Career Preparation Behavior. *Journal of Employment and Career Research*, 13(3), 125~149. <http://dx.doi.org/10.35273/jec.2023.13.3.006>
- Shin SW(2013). A Study on Variables Affecting Career Maturity in University Students. *Journal of Korean Adult Education*, 16(1), 21~44. <http://dx.doi.org/10.22955/ace.16.1.201302.21>
- So YJ and Park JS(2016). The Effect of University Students' Employment Stress on Career Maturity According to College Life Adaptation: Verification of the Mediating Effect of Employment Anxiety. *Journal of Korean Employment and Career Association*, 6(4), 23~44. <https://doi.org/10.35273/jec.2016.6.4.002>
- Song MH and An YJ(2020). The mediating effects of grit on the relationship between career stress and career futures of college students. *Global Creative Leader: Education & Learning*, 10(1), 193~218. <https://doi.org/10.34226/gcl.2020.10.1.193>
- Song SW, Kim MH and Kang YJ(2019). Classification of Latent Groups and Exploration of Influencing Factors Based on Changes in Career Maturity among Female University Students. *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 19(10), 141~168. <http://dx.doi.org/10.22251/jlcci.2019.19.10.141>
- Song SY and Lee SM(2022). The review of the mediating effect of grit in the relationship between resilience and career maturity for adolescents. *The Journal of Vocational Education Research*, 41(4), 1~19. <https://doi.org/10.37210/JVER.2022.41.4.1>
- Tugade MM and Fredrickson BL(2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of personality and social psychology*, 86(2), 320. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.86.2.320>
- Won JY(2025). The Effects of Grit, Career Attitude Maturity, and College Engagement on Self-Directedness among University Freshmen. *Journal of Teaching & Learning Research*, 18(3), 19~43. <https://doi.org/10.23122/kactl.2025.18.3.002>
- Woo YJ and Kim NR(2020). Mediating Effect of Career Decision Self-efficacy in the Relationship between Grit and Adjustment to College of College Students. *Korean Journal of Youth Studies*, 27(2), 29~55. <http://dx.doi.org/10.22251/jlcci.2020.20.7.657>

- 
- Received : 30 December, 2025
  - Revised : 05 February, 2026
  - Accepted : 13 February, 2026