

## 직업체험 몰입(Flow)경험과 진로결정효능감과의 관계 -Job School 직업체험 실습수업에서의 몰입경험을 중심으로-

김 유 리<sup>†</sup>                      이 제 경  
한국기술교육대학교

본 연구는 중학교 3학년 남녀학생을 대상으로 노동부 청소년 직업체험학습 프로그램(Job School)에서의 직업체험 몰입경험과 진로결정효능감 간의 관계에 대해 알아보고자 하였다. 연구대상은 서울 Y중학교 3학년 남·여 학생 36명으로, 직업체험 직후 설문조사를 실시하였다. 본 연구에서 사용된 검사도구는 몰입상태척도와 진로결정효능감척도이다. 분석방법은 SPSS 12.0의 통계패키지를 사용하여, 빈도분석, 일원변량분석, 상관관계분석, 단순회귀분석, 다중회귀분석을 실시하였다. 연구결과에 따르면, 첫째, 청소년 직업체험학습 프로그램(Job School)에서의 직업체험실습 시간에 몰입 경험은 성별, 프로그램 참여계기, 프로그램 참여목적, 만족도에 따라 정도의 차이가 있었다. 성별에 있어서는 남자가 여자보다, 프로그램 참여계기에 있어서는 '자발적으로 참여했다'고 응답한 집단이, 프로그램 참여목적에 있어서는 '진로탐색을 위해'라고 응답한 집단이, 프로그램 만족도에 있어서는 '매우 만족'이라고 응답한 집단이 더 높은 수준의 몰입 경험을 하는 것으로 나타났다. 둘째, 몰입경험과 진로결정효능감 간에 전반적으로 상관이 높다는 것을 알 수 있었다. 즉, 높은 몰입경험을 할수록 진로결정효능감 수준 또한 높아진다는 것을 의미한다. 셋째, Job School 직업체험 몰입경험이 진로결정효능감에 어떤 영향을 미치는지에 대해 살펴본 결과, 직업체험 몰입경험이 진로결정효능감에 유의미한 영향력이 있음이 확인되었고, 몰입경험 하위요인(몰입선행요인, 몰입상태요인, 몰입결과요인)이 진로결정효능감에 미치는 영향을 분석한 결과, 몰입선행요인은 진로결정효능감에 대하여 유의한 영향력을 가진 것으로 나타났다. 즉, 도전과 기술의 균형, 분명한 목표의식, 적절한 피드백과 같은 몰입선행조건이 진로결정효능감을 높일 수 있는 중요한 변인임을 확인할 수 있었다. 그 밖에 제언 및 시사점이 본 연구의 마지막에서 논의되었다.

주요어 : 직업체험, 몰입경험, 진로결정효능감

<sup>†</sup> 교신저자(Corresponding Author): 김유리, 한국기술교육대학교 테크노인력개발전문대학원 진로 및 직업상담전공, (330-708) 충남 천안시 병천읍 가전리 307번지  
Tel : 02-6409-3854, E-mail: bijou78@empal.com

청소년기는 인간발달 단계상 아동기에서 성인기로 옮겨가는 과도기로서 신체적·심리적·사회적 발달을 급격하게 경험하게 되는 시기로 한 인간의 생애에 있어서 중요한 시기이다. Erikson(1963)은 청소년기의 발달적 특징으로 긍정적인 측면에서는 자아정체감 형성을, 부정적인 측면에서는 역할 혼미를 경험하는 시기라고 하였다. 따라서 이 시기동안의 청소년들의 선택과 결정에 대한 다양한 경험은 정체감 형성에 중요한 영향을 미친다. Havighurst(1972)도 청소년기에 반드시 성취해야 할 발달과업 중 진로문제와 관련해서는 경제적인 자립의 필요성을 인식하고 이를 위한 준비를 해야 하며, 직업에 대한 준비와 선택을 할 수 있는 것을 꼽았다. 중학교 시기는 Ginzberg의 잠정기(tentative period : 대략 11세~17세에 해당)중의 흥미발달 단계(interest substage : 11세~12세), 능력발달단계(capacity substage : 13세~14세)에 해당하고, Super의 성장기(growth stage : 4~13세)의 능력단계(capacity substage : 11세~13세)에 해당한다(Shar. 1997). 이 시기는 아동기와 청소년기의 전환기에 해당하며, 진로발달단계상 진로탐색(career exploration) 단계에 해당한다. 따라서 자신과 일의 세계에 대한 기초 개념과 기술의 개발, 그리고 진로 의사결정기술, 진로결과와 관련된 다른 요인들에 대한 지식을 습득하는 것이 필요하다(한국교육개발원, 1982). 따라서 중학교 단계에서 자신의 능력, 적성, 흥미, 성격에 대한 이해를 바탕으로 그들의 진로탐색과 결정을 도울 수 있는 진로지도 및 상담과 같은 조력활동은 매우 중요하다. 그러나 진로 선택 및 결정과정에서 ‘개인의 능력’과 ‘직업환경이 요구하는 조건’ 사이에 격차가 발생하거나, 혹은 ‘개인의 흥미’와 ‘직업환경에서 제공하는 강화 체계’ 간 부조화가 발생하여 딜레마에 빠지는 경우가 발생하기도 한다(이태정, 2003). 그렇기 때문에 이러한 딜레마를 해결하기 위한 진로상담은 개인의 능력을 충분히 발휘함으로써 유능감을 느낄 수 있을 뿐만 아니라 일을 하면서 최대한 즐거움을 얻을 수 있는 지점을 선택할 수 있도록 도와주는 접근이어야 한

다(김창대, 2002 재인용).

이러한 접근으로 최근 김창대(2002)는 몰입이론을 적용한 진로상담의 궁극적인 목적은 재능과 창조성의 발달이 될 것이라고 보았고, Csikszentmihalyi의 몰입이론을 진로상담에 적용하여 새로운 진로상담모형을 제시한 바 있다.

Csikszentmihalyi(1975)는 스포츠, 등산, 예술 활동 등과 같은 분야에서 탁월한 능력을 발휘하는 사람들을 대상으로 심층 면접한 결과, 이들은 현재 행하고 있는 일에 자신의 능력을 최대한 발휘하고 있을 뿐만 아니라 일을 하면서 즐거움과 유능감을 동시에 경험하고 있음을 발견하였으며, 이러한 상태를 몰입이라고 명명하였다. 몰입이란 현재 주어진 삶의 장면에서 개인이 느끼는 최적의 심리적 경험을 말하는 것으로, 개인이 직면한 과제를 수행함에 있어서 자신이 가지고 있는 잠재적 능력을 최대한 발휘하면서 느끼는 주관적인 만족감이나 행복감을 말한다(이창호 외, 2002).

몰입이론은 원래 창조적인 활동을 하는 사람들이 자신의 일에 몰입할 때 경험하는 현상에 대한 연구로부터 시작되었지만, 현재는 청소년 발달이나 스포츠 심리학, 심지어 심리치료분야에까지 널리 영향을 미치고 있다(김창대, 2002).

김창대(2002)의 연구에서는 몰입이론에 근거한 진로상담이 기존의 진로상담과 구별되는 점으로 네 가지를 기술하고 있다. 첫째, 이 진로상담 모형에서는 일이 적응의 대상이 아니라 우리 삶에 즐거움을 주는 원천으로 보고 있다. 둘째 진로상담의 목표는 적응을 넘어 재능의 발달로 확장된다. 셋째, 진로문제는 진로의식의 미성숙과 같은 ‘의식’의 문제가 아니라, ‘일상생활에서 몰입경험의 부재’나 ‘삶의 의미로 통합되지 못한 몰입경험’으로 본다. 따라서 ‘일상생활에서 실제적인 몰입경험’의 중요성을 강조한다. 넷째, 진로상담이 진로선택을 돕는 것을 넘어서 아직 선택의 기점에 놓이지 않은 내담자들에게도 몰입을 경험하게 하고 그것이 삶의 의미와 통합될 수 있도록 돕는 것이 진로상담의 주요 기능으로 보

고 있다. 따라서 이 진로상담 모형에서 진로상담자의 역할은 내담자가 흥미와 능력이 균형을 이룬 상태인 몰입을 특정한 영역에서 경험하고 그러한 일에서의 경험이 자신의 진로발달 및 진로결정과정도 연결될 수 있도록 돕는 것이라고 보고 있다.

최근 몇몇 연구들(김창대, 2002, Chan, 1999, Rea, 2000 ; Weingerg, 1999; Whalen & Csikszentmihalyi, 1991)에 의하면 몰입이 학습, 여가, 직업 등 다양한 삶의 장면에서 나타날 수 있다는 것을 보여줄 뿐만 아니라, 활동이나 과제에 대한 적절한 개입, 또는 동기에 대한 적절한 개입을 통해 몰입을 경험하는 정도가 달라질 수 있음을 보여주었다는 데에 커다란 의의가 있다. 즉, 명확한 목표, 구체적이고 즉각적인 피드백, 기술 수준에 적절한 도전적인 과제 등 몰입현상이 발생하기 쉬운 조건을 만듦으로써 해서 몰입을 촉진할 수 있으며 그 결과로 사람은 과제에 몰입하면서 ‘즐거움’과 함께 자신이 하고 있는 일에 대한 만족감과 유능감도 동시에 증가된다는 점을 보여준다(김창대, 2002).

위에서 언급한 바와 같이 몰입이론은 기존의 전통적인 진로상담 이론들이 가지고 있는 제한점을 극복할 수 있는 대안 이론으로 부각되고 있다.

본 연구는 몰입이론을 실제 산업현장과 직업을 연계한 현장기반학습(work-based learning) 프로그램인 ‘청소년 직업체험학습 프로그램(Job School)’과 접목하여 프로그램 내 직업체험 실습을 수행하는 과정에서 몰입을 경험하는지의 여부를 확인하고자 하였다.

이태정(2003)의 연구와 정재희(2006)의 연구에서 전공 관련 실습수업은 이론 수업보다는 목표가 명확하고, 구체적인 피드백이 즉각적으로 주어지며, 기술 수준에 적절한 도전과제가 주어진다는 점에서 몰입경험을 촉진시킬 수 있는 환경으로 보았다. 본 연구에서는 전공실습수업이 몰입경험을 촉진시킬 수 있는 환경이라면 실제 직업과 연계한 직업체험 실습도 몰입경험을 촉진시키는 환경일 수 있을 것이라는 가정하에 지난 2004년 한국고용정보원(구 중앙고용정보원)에서 선보인 청소년 직업체험학습 프

로그램(Job School)의 직업체험 실습수업에서의 몰입 경험과 정도를 측정하고 직업체험실습을 수행하는 과정에서 만약 개인이 충분히 몰입한 결과, 즐거움, 재미 그리고 유능감을 경험하였다면 이러한 경험들과 진로선택과 적응에 관련되는 개인적 효능감인 진로결정효능감과 높은 상관성이 있을 것이라고 기대하였다.

본 연구에서는 몰입경험과 진로결정효능감 간의 정(+)의 관계가 있을 것이라고 가정하였는데 이 가정은 Bandura의 ‘사회인지 진로이론’을 배경으로 한다. 사회인지이론의 대표적인 학자 Bandura는 어떤 과제를 수행해 내는 것에 대한 자신감(자기효능감)이 실제 알고 있는 것과 실제 행하는 것을 매개하고, 어떤 것을 성취할 수 있는 능력에 대한 신념이 실제 실행할 행동을 결정한다고 가정하고 있다. 자기효능감은 개인의 이전 수행성취도, 타인 관찰을 통한 대리경험, 언어적 설득, 생리적 반응에 기인한다고 하였다. Hackett와 Betz(1981)는 최초로 Bandura의 사회인지이론을 진로의사결정과정에서 적용하여 진로선택에서의 자기효능감의 역할을 강조하였는데 이를 진로결정효능감이라고 하였다.

특히, 사회인지 진로이론에서의 진로선택모형에서는 개인의 성, 인종, 장애, 성격, 성향 등 개인차와 그를 둘러싼 환경은 학습경험에 영향을 미치고 이 학습경험이 자기효능감과 결과기대에 영향을 미친다고 가정하였다. 본 연구에서 연구자는 학습경험을 직업과 관련된 체험으로 보고, 직업체험 실습수업시간에 경험한 몰입경험과 진로결정효능감과의 정(+)의 관계를 가정하였다.

따라서 본 연구에서는 진로선택 및 진로발달의 지표로서 진로결정효능감을 선정하였으며, 직업체험 실습수업 중 경험하는 몰입경험과 진로결정효능감 간의 관계에 대해 알아보하고자 한다. 즉, 본 연구의 목적은 청소년 직업체험학습 프로그램(Job School)에서의 직업체험 몰입경험과 진로결정효능감 간에는 상관관계가 있는지를 파악하는 것이다.

본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 청소년 직업체험프로그램(Job School)의 직업 체험실습수업 중에 몰입을 경험하는가? 이러한 몰입은 학년별, 성별, 프로그램 만족도별, 프로그램 자발성 여부에 따라 몰입경험에 차이가 있는가?

둘째, Job School에서의 직업체험 몰입경험과 진로결정효능감간에는 상관관계가 있는가?

셋째, Job School에서의 직업체험 몰입경험은 진로결정효능감에 어떤 영향을 미치는가?

몰입경험과 진로결정 효능감, 직업체험에 관한 선행 연구

### 몰입(flow)경험에 관한 선행연구

몰입현상에 대한 연구는 대양 향해, 산악등반, 서양장기, 글쓰기 등 다양한 레저활동에서 나타나는 경험의 질에 대한 분석에서부터 시작되었다(Csikszentmihalyi, 1969; Csikszentmihalyi, 1975; Larson, 1988; Macbeth, 1988).

그러나 연구자들은 그들의 연구영역을 넓히면서 공부나 일, 운전, 식사시간, TV보기, 담소 등 일상적인 일에서 할 수 있는 경험의 질에 대해서도 분석이 시도되었다.(Csikszentmihalyi, 1997a).

결과적으로 몰입현상의 연구자들은 이러한 다양한 영역의 활동을 분석함으로써 레저활동이든 일상적인 활동이든 어떤 일에 깊이 몰입되어 있을 때, 사람들이 그 활동의 특징에 대하여 기술하는 내용은 매우 유사하다는 점을 발견하였으며, 사람들은 문화, 사회계층, 연령, 성을 초월하여 이러한 최적 경험을 똑같이 경험하고, 그러한 경험을 기술하는 방식도 유사하다는 점을 발견했다(Allison & Duncan, 1988; Han, 1988; Sato, 1988).

이처럼 몰입현상에 대한 초기의 연구들은 주로 몰입이라는 심리적 상태를 현상학적으로 이해하는데 그 목적이 있었으나, 최근 연구들은 몰입의 현상학적 특성에 대한 관심을 넘어서 몰입상태의 발생 과정에 대해 관심을 가지고 있다.(김창대, 2002)

몰입에 대한 최근 연구들은 크게 다음과 같이 세

가지 방향으로 진행되고 있다.

세 가지 방향이란 첫째, 몰입현상과 관련된 개인의 동기에 관심을 가지는 연구(Jackson, 1992; Kowal & Fortier, 1999), 둘째, 몰입현상을 발생시키는 활동의 내용에 대해 탐색하는 연구(Massimini, Csikszentmihalyi, & Fave, 1988; Weinberg, 1999), 셋째, 활동의 제시방식과 몰입경험의 관련성을 탐색하는 연구들이다(Chan, 1999).

Csikszentmihalyi, Rathunde와 Whalen(1993)은 수학, 과학, 예능 등의 분야에서 우수한 재능을 보이는 청소년들을 대상으로 이들의 성공과 실패의 원인이 무엇인지 추적하였는데, 성공의 열쇠는 바로 몰입경험임을 밝혀냈다(김창대, 2002 재인용).

한편, 몰입 모델이 상담학적으로 유용한 모델이라는 결과가 밝혀지면서 몰입이론을 상담에 응용하려는 시도들이 있었다. 몰입경험과 관련있는 심리적 변인들을 확인한 연구와 몰입경험을 진로문제와 관련한 연구로 구분하여 보았다(정재희, 2006).

몰입경험을 정신병리학적 현상과 관련을 지은 유영달(2002)은 몰입경험은 정신 건강과 밀접한 관련이 있다는 것을 밝혔다. 유영달(2002)에 의하면, 몰입경험은 불안, 우울, 부정적 스트레스 방략과 유의미한 부적 상관을 가지고 있다고 밝혔다.

이창호, 주영아, 권해수, 안현의(2002)는 새로운 상담의 패러다임으로 제기되고 있는 수월성 개발 및 촉진을 몰입(flow)의 정의에 비추어 몰입(flow)적도를 개발하고, 몰입경험의 정도를 규명하였다. 이어 이창호, 이자영, 박성호(2003)의 연구에서는 몰입 프로그램을 실시하여 사전, 사후에 자아존중감, 자기효능감을 측정된 결과 유의한 차이가 있음을 밝혀 몰입경험과 관련한 변인들을 확인하였다. 한편, 몰입 이론과 진로문제에 관련한 최근의 연구도 몇 가지 있는데 김창대(2002)는 몰입 모델을 이용하여 진로상담 모델을 제시하였다. 개인의 몰입 활동은 내담자의 자원과 즐거움의 원천이면서 동시에 더 많은 몰입현상을 경험하기 위한 피드백 통로로서의 의미를 가지고 있다고 하였다. 일상의 몰입경험을

통해 삶의 의미와 진로의 발달을 추구하는 방법을 실제 상담에서 적용한 사례를 소개하였다.

### 진로결정효능감에 관한 선행연구

Hackett와 Betz(1981)는 자기효능감을 중심으로 성취행동, 진로 결정, 진로 적응 등에 미치는 성의 역할을 살펴본 결과, 남자 대학생들은 남성적인 직업에서 진로결정 효능감을 보인 반면에 여학생들은 직업의 성질에 따라서 진로결정 효능감 수준이 눈에 띄게 다른 결과를 보였다고 한다. Marsui와 그의 동료들(1990)은 일본 대학생들을 대상으로 진로결정 효능감 검사를 실시한 결과, 남성 지배적인 직업에 대해서 여학생들은 낮은 진로결정 효능감을 보인다는 결과를 지지하고 있다. 남미숙(1998)이 한국문화에 맞게 개발한 초등학생용 진로결정 효능감 척도를 가지고 여러 가지 관련 변인들과의 관계를 살펴본 결과, 남성 중심의 직업에서는 남자들이 높은 진로결정효능감을 보였다.

Lent, Brown Lakin(1987)은 진로결정 효능감에 대한 새로운 이론적 모델을 시도하였고, 공학계열 전공생들을 대상으로 분석한 결과 진로결정 효능감이 학업성적과 학문의 속성을 예언하는 가장 중요한 변수임을 밝혔다. Lent 등(1994)은 사회인지 진로 이론을 적용하면서 흥미와 진로결정효능감간의 효과크기는 .53, 흥미와 기대결과 간에 효과크기는 .52의 측정치를 보고하였고, 비슷한 효과 크기를 보고한 연구 결과들이 뒤를 이어 발표되었다(Found & Smith, 1996; Lopez, Lent, Brown, & Gore, 1997). 예를 들어 Found와 Smith(1996)는 수학과 과학에 관련된 자기 효능감, 결과 기대, 흥미와 학업의도를 측정하여 이들 측정치간에 경로분석을 시행하였다. 그 결과, 결과 기대와 진로결정 효능감은 흥미, 학업의도와 정적인 상관을 보였다.

이은경(2002)은 진로발달을 진로결정 자기효능감이 어느 정도 설명할 수 있는지를 파악하였다. 남녀 고등학생 모두 진로발달을 가장 잘 예언하는 동기 변수는 진로결정효능감으로 다른 하위 요인보다 진

로결정 효능감이 보다 강력한 예측변수임을 확인하였다. 지금까지의 진로상담은 대부분 실제적인 진로결정이나 의사결정, 혹은 진로선택의 면보다는 내담자의 진로정보수집능력을 돕거나 내담자의 적성, 흥미, 능력, 성격 등과 같은 자기인식에 초점을 두어 진행되었다.

따라서 진로상담에서 중요하게 다루어야 할 문제는 내담자의 정보수집이나 자기탐색보다는 진로결정효능감의 증진이라고 볼 수 있다.

### 직업체험 및 몰입경험과 진로결정 효능감에 관한 선행연구

Nelson(1990)은 자신의 진로와 관련된 직업체험은 그러한 경험이 없는 집단보다 진로성숙태도가 높고, 자신의 진로선택에 대해 자신감을 더 보인다는 것을 발견했다. 조아미(2001)는 전공과 관련된 직업체험을 통하여 그 직업에서 필요로 하는 지식과 기술을 부분적으로 경험하고 습득하여 이에 대한 자신감을 가질 수 있고 무엇을 준비해야 하는지에 대해서도 지각할 수 있기 때문에 진로결정 효능감 수준이 높아졌던 것으로 보았다. 진로결정 효능감의 연구는 개인의 다양한 진로선택이나 진로행동을 설명하기 위해 도입되었다(Hackett & Betz, 1981). Nelson(1990)의 연구를 시작으로 현재에 이르기까지 진로결정 효능감과 몰입경험의 관계에 관한 연구들은 최근에 조금씩 증가하고 있는 추세이다. 이태정(2003)은 전문대학에서 치과기공을 전공하는 학생들을 대상으로 몰입경험이 진로태도성숙 및 진로결정 효능감에 미치는 영향을 연구하였는데 이 연구는 몰입이론을 진로상담 영역에 접목시켜 일상생활에서의 몰입 경험이 합리적인 진로탐색과 진로결정을 돕는데 중요하다는 것을 밝혀냈다는 점에서 의의가 크다고 할 수 있다.

임언남(2006)은 일반계 고등학교 1학년 학생을 대상으로 몰입경험 유형에 따른 진로결정효능감 및 진로의사결정 수준에 차이가 있는가와 또한 몰입경험 수준과 진로의사결정간 관계에서 진로결정 효능

감이 매개변수로 작용하는가를 알아보기 위해 이루어진 연구로, 몰입경험, 진로결정효능감, 진로의사결정간 관계를 검증한 결과, 먼저 몰입경험 수준이 높을수록 진로결정효능감이 높고, 진로결정효능감이 높을수록 진로의사결정 수준이 높은 것으로 진로의사결정에 대한 몰입경험의 영향은 진로결정효능감이라는 매개변수를 통해 이루어진다는 점을 밝혀내었는데 이는 두 변수간 관계에서 진로결정효능감이 완전 매개변수로 작용한다는 점을 보여주었다. 정재희(2007)는 특성화고등학교 2학년 학생을 대상으로 실습수업에서 몰입 경험과 진로결정효능감의 관계를 알아보고자 하여는데 몰입경험과 진로결정효능감은 높은 정적인 상관관계를 보인 것으로 나타났다. 김혜주(2007)는 대학생의 전공만족과 몰입경험이 진로결정효능감 및 진로태도성숙에 미치는 영향을 알아보기 위한 연구를 하였는데 전공만족도가 높을수록 진로결정효능감이 높았고, 전공만족도가 높을수록 몰입경험이 높을수록 진로태도 성숙도가 높아진다는 것을 알아내었다.

## 방 법

### 연구대상

본 연구의 연구대상은 서울특별시 남부종합고용지원센터의 청소년 직업체험학습 프로그램(Job School)을 신청한 서울 Y중학교 3학년 남녀학생들로 39명이다. 이 중에서 응답에 누락이 있거나 무성의하게 응답한 설문지 3부를 제외한 후 최종적으로 남학생 12명(33.3%), 여학생 24(66.7%)명 총 36명의 자료가 분석되었다.

설문에 사용한 척도는 몰입상태척도, 진로결정효능감 척도이며, 설문은 노동부 직업체험학습 프로그램 진행자의 협조 하에 연구자와 함께 프로그램 둘째 날 직업체험 실습수업 직후 실시하였다. 설문지 응답에 소요되는 시간은 10분~15분이었으며 수거

된 설문지는 본 연구자가 검토 후 자료를 입력하였으며, 이 과정에서 응답이 미흡하거나 성의없게 응답한 설문지는 분석대상으로 제외하였다.

### 측정도구

#### 몰입상태척도

몰입상태척도는 Csikszentmihalyi가 제시한 몰입의 9가지 특성을 하위유목으로 하여 주관적 몰입상태를 측정하기 위한 척도이다. 이 척도는 36문항으로 구성되어 있고, 지각된 도전과 지각된 기술과의 균형, 행동과 의식의 융합, 분명한 목표, 적절한 피드백, 집중력, 통제감, 자의식의 상실, 시간의 변형, 자기 목적적 경험 등의 9개 영역이며 5단계 평정척도(1점 - ‘매우 그렇지 않다’에서 5점 - ‘매우 그렇다’)로 되어 있다. 가능한 점수 범위는 최하 36점에서 180점이며, 점수가 높을수록 몰입(flow)수준이 높은 것을 의미한다.

몰입상태를 측정하기 위하여 Jackson과 March(1996)가 개발한 몰입상태척도(Flow State Scale)를 번안하여 이태정(2003)이 사용한 척도를 토대로 정재희(2006)가 고등학생에 맞는 단어로 일부 수정하여 사용한 척도를 본 연구에서는 중학생에게 맞는 단어와 직업체험실습 상황에 맞게 일부 수정하여 사용하였으며 총 문항수는 31문항이다.

전문대 치기공과 학생을 대상으로 한 이태정(2003)의 연구에서는 몰입의 하위요인을 몰입선행요인, 몰입상태요인, 몰입 결과요인으로 구분하여 요인간 상관관계를 분석하였다. 이 연구에서 몰입 총점의 내적 일치도는 .82였다.

이 연구에서 몰입선행요인은 지각된 도전과 지각된 기술과의 균형, 행동과 의식의 융합, 분명한 목표, 적절한 피드백과 관련된 문항으로 구성되어 있으며, 몰입상태에 이르기 위해 사전에 갖추어져야 하는 선행조건이다.

몰입상태요인은 집중력, 통제감, 자의식의 상실 등과 관련되어 충분히 몰입되어 있는 상태를 설명

하는 문항이고, 몰입결과요인은 시간의 변형, 자기 목적적 경험 등과 관련된 내용으로 충분히 몰입을 한 이후에 결과적으로 나타날 수 있는 문항들로 설명되어지고 있다. 특성화 고등학교 학생들을 대상으로 한 정재희(2006)의 연구에서는 이 척도의 내적 일치도는 .82였다. 본 연구에서 몰입상태척도의 내적 일치도 계수(Cronbach  $\alpha$ )는 .941이었다.

### 진로결정효능감 척도

진로결정효능감 수준을 알아보기 위하여 Taylor와 Betz(1983)가 개발한 Career Decision-Making Self-Efficacy Scale(CDMSES-SF)을 조아미(2001)가 번안한 것을 토대로 박정현(2005)이 중학생 대상으로 연구한 척도를 본 연구에서 사용하였으며 총 문항수는 25문항이다.

진로결정 효능감 척도는 자기평가, 직업정보, 목표선택, 미래계획, 문제해결의 5개 하위요인에 각각 5문항씩 안배하여 총 25문항으로 되어 있다. Taylor와 Betz(1983)의 CDMSES-SF의 Cronbach's  $\alpha$ 계수는 .73에서 .83까지이며, 조아미(2001)의 연구에서 나타난 진로결정 효능감 척도의 Cronbach's  $\alpha$ 계수는 .97이고, 검사-재검사 신뢰도는 .83이었다(이득연, 2004에서 재인용). 본 연구에서는 박정현(2005)이 중학생을 대상으로 하여 중학생 진로지도 내용에 맞게 문항을 쉬운 용어로 변경하여 사용한 척도(9점 척도)를 5점 척도로 수정하여 사용하였다.

중학교 3학년 77명을 대상으로 한 박정현(2005)의 연구에서는 사전검사 신뢰도(자기평가 .75, 직업정보 .70, 목표선택 .66, 미래계획 .80, 문제해결 .71)이었으며, 사후검사 신뢰도(자기평가 .85, 직업정보 .81, 목표선택 .87, 미래계획 .86, 문제해결 .84)였다. 본 연구에서 진로결정효능감척도의 내적 일치도 계수(Cronbach  $\alpha$ )는 .943이었다.

### 연구절차

본 연구에서는 서울특별시 남부종합고용지원센터의 청소년 직업체험학습 프로그램(Job School)을 신

청한 서울 Y중학교의 남·여학생 3학년 39명을 대상으로 하여 이틀간의 청소년 직업체험학습 프로그램(Job School) 중 이틀날 실시하는 직업체험실습을 수행하면서 경험한 몰입을 측정하고자 한다. 본 연구의 직업체험학습 프로그램의 실시 장소는 남양주 영화종합촬영소이며, 체험직종은 언론방송직이다.

직업체험실습은 총 3시간 동안 진행되었는데 남양주종합촬영소측의 담당자가 학생들을 이끌고 처음으로 간곳이 영화의 탄생에서부터 미래 영상까지를 볼수 있는 영화문화관에서의 교육이었다. 그 다음으로는 영상체험관으로 이동하여 영화와 관련된 각종 제작기법과 첨단기술을 이용한 영상/음악의 세계를 학생들이 직접 체험할 수 있었다. 그 후, 판문점 세트에 가서 영화 <공동경비구역 GSA>을 제작한다고 가정하고 학생들이 직접 감독, 배우, 촬영, 스태프 역할을 하면서 그 직업을 체험하게 하였다. 그 뒤, 민속촌 세트장으로 이동하여 그곳을 둘러본 후 3시간동안의 직업체험시간은 종료되었다.

설문지 작성시점은 직업체험수업이 종료된 직후로 하였으며, 연구자가 직접 구두로 설문지 작성 소요시간과 방금 전 종료된 직업체험 실습시간 동안 경험한 몰입을 떠올리며 작성해달라는 당부와 유의사항에 대해 안내를 하고 당일 몰입상태척도와 진로결정효능감 척도를 실시하였다.

### 자료 분석

본 연구를 수행하는데 있어서 자료의 분석은 다음과 같은 절차를 통해 분석하였다. 자료처리를 위한 통계패키지는 SPSS 12.0이었다.

첫째, 본 연구에서 사용한 일반적 몰입상태 척도, 진로결정 효능감 척도들에 대하여 타당화 작업을 거쳤다. 둘째, 학년별, 성별, 프로그램 만족도별, 프로그램 자발성 여부별로 몰입경험의 차이를 살펴보기 위하여 t-검증과 F검증을 실시하였다. 셋째, 직업 체험 몰입경험(몰입선행요인, 몰입상태요인, 몰입결과요인)과 진로결정효능감(자기평가, 직업정보, 목표

선택, 미래계획, 문제해결)간의 관계를 파악하기 위해 상관분석을 실시하였다. 넷째, 직업체험 몰입경험이 진로결정효능감에 미치는 영향을 살펴보기 위해 단순회귀분석과 다중회귀분석을 실시하였다.

### 결 과

본 연구에서 사용한 몰입경험, 진로결정효능감 검사의 하위요인별로 기술통계량을 산출한 결과는 아래의 표 1과 같다.

#### 몰입 경험 실태 분석

본 연구에서는 몰입상태척도(Flow state scale)을 사용하여 중학교 3학년 학생들을 대상으로 몰입상태 수준을 평가하였다. 구체적으로 성별, 프로그램 참여계기별, 프로그램 참여목적별, 프로그램 만족도별 몰입경험의 차이를 살펴보았다.

#### 성별에 따른 몰입경험 차이

성별에 따른 몰입경험 차이를 분석하기 위하여 t 검증을 실시한 결과, 직업체험실습 수업에서 몰입경험정도에 대한 남녀차이는 전체적으로 남학생들이 여학생들보다 높은 편으로 나타났다. 몰입 총점에서

남자(M=118, SD=19.90)가 여자(M=102.15, SD=14.19)보다 높은 몰입 경험을 하는 것으로 나타났다(t=2.33, p<.05). 몰입 선행요인에서는 남자(M=50.25, SD=7.79)가 여자(M=43.60, SD=7.84)보다 높은 수준의 몰입을 경험하는 것으로 나타났고 그 차이는 통계적으로 유의미하였다. 그러나 몰입 상태요인과 몰입결과요인에서의 남녀의 차이는 통계적으로 유의미하지 않았다.

#### 프로그램 참여계기에 따른 몰입경험 차이

프로그램 참여계기에 따른 몰입경험 차이를 분석하기 위하여 F검증을 실시하였으며 직업체험학습프로그램에서 직업체험실습시간 중에 경험하는 몰입 수준을 살펴본 결과, 자발적으로 참여한 학생들이 친구 권유나 학교 권유로 참여한 학생들보다 높은 수준의 몰입을 한다는 것을 알 수 있었다. 몰입 총점에서 자발적(M=116.84, SD=16.88), 친구 권유(M=113,SD=8.48), 학교권유(M=99.75, SD=16.17)순으로 높은 수준의 몰입 경험을 하는 것으로 나타났다(F=4.06, p<.05). 프로그램 참여계기별 집단간의 차이를 구체적으로 밝히기 위하여 사후검증을 실시한 결과 자발적 집단이 학교권유 및 친구 권유 집단보다 통계적으로 유의미한 수준으로 높은 수준의 몰입 경험을 하는 것으로 나타났다. 몰입선행요인에서는 자발적(M=49.06, SD=9.21), 친구 권유(M=46,

표 1. 검사점수의 기술통계량

		최소값	최대값	평균	표준편차
몰입경험	몰입선행요인	2.00	4.71	3.27	.59
	몰입상태요인	2.08	4.92	3.23	.60
	몰입결과요인	2.00	4.80	3.28	.60
진로결정 효능감	자기평가	2.00	4.80	3.43	.67
	직업정보	2.20	4.60	3.39	.56
	목표선택	2.20	5.00	3.44	.74
	미래계획	1.80	4.80	3.28	.70
	문제해결	2.20	4.80	3.32	.66



SD=5.65), 학교권유(M=42.88, SD=6.84)순으로 높은 수준의 몰입 경험을 하는 것으로 나타났다(F=2.45,  $p<.05$ ). 몰입 상태요인에서는 자발적(M=43.00, SD=6.86), 친구 권유(M=39.5, SD=3.53), 학교권유(M=35.52, SD=3.53)순으로 높은 수준의 몰입 경험을 하는 것으로 나타났다(F=4.93,  $p<.05$ ). 프로그램 참여 계기별 집단간의 차이를 구체적으로 밝히기 위하여 사후검증을 실시한 결과 자발적 집단이 학교 권유 및 친구 권유 집단보다 통계적으로 유의미한 수준으로 높은 수준의 몰입 경험을 하는 것으로 나타났다. 몰입결과 요인에서는 친구 권유(M=19.00, SD=1.41), 자발적(M=17.62, SD=3.20), 학교 권유(M=15.11, SD=2.37)순으로 높은 수준의 몰입 경험을 하는 것으로 나타났다(F=4.41,  $p<.05$ ). 프로그램 참여 계기별 집단간의 차이를 구체적으로 밝히기 위하여 사후검증을 실시한 결과 자발적 집단이 학교 권유 및 친구 권유 집단보다 통계적으로 유의미한 수준으로 높은 수준의 몰입 경험을 하는 것으로 나타났다.

#### 프로그램 참여목적에 따른 몰입경험 차이

프로그램 참여목적에 따른 몰입경험 차이를 분석하기 위하여 F검증을 실시하였으며 직업체험학습프로그램에서 직업체험실습시간 중에 경험하는 몰입 수준을 살펴본 결과, 진로탐색을 위해 프로그램에 참여한 학생들이 다른 목적으로 프로그램에 참여한 학생들보다 높은 수준의 몰입을 한다는 것을 알 수 있었다. 몰입 총점에서 진로탐색(M=114.36, SD=14.14), 직업체험(M=112.09, SD=19.61), 직업인만남(M=102.66, SD=6.41), 목적없음(M=90.33, SD=14.52)순으로 높은 수준의 몰입 경험을 하는 것으로 나타났다(F=3.33,  $p<.05$ ). 몰입 선행요인에서 진로탐색(M=48.50, SD=8.11), 직업체험(M=46.84, SD=8.82), 직업인만남(M=44.33, SD=3.51), 목적없음(M=40.28, SD=7.80)순으로 높은 수준의 몰입 경험을 경험하지만 통계적으로 유의한 차이는 나타나지 않았다. 몰입 상태요인에서 진로탐색(M=40.18, SD=

7.74), 직업체험(M=17, SD=7.74), 직업인만남(M=38, SD=1), 목적없음(M=31.85, SD=4.67)순으로 높은 수준의 몰입 경험을 하는 것으로 나타났다(F=3.91,  $p<.05$ ). 프로그램 목적별 집단 간의 차이를 구체적으로 밝히기 위해 사후 검증을 실시한 결과 진로탐색을 위해 프로그램에 참여한 집단과 특별한 목적 없이 프로그램에 참여한 집단이 실제 직업을 체험하기 위해 프로그램에 참여한 집단과 직업인을 만나기 위해 프로그램에 참여한 집단보다 통계적으로 유의미한 수준으로 높은 수준의 몰입 경험을 하는 것으로 나타났다. 몰입결과요인에서 진로탐색(M=17.75, SD=2.98), 직업체험(M=112.09, SD=3), 직업인만남(M=14.66, SD=1.52), 목적없음(M=14.25, SD=2.25)순으로 높은 수준의 몰입 경험을 하는 것으로 나타났다(F=3.13,  $p<.05$ ).

#### 프로그램 만족도에 따른 몰입경험 차이

프로그램 만족도에 따른 몰입경험 차이를 분석하기 위하여 F검증을 실시하였으며 직업체험학습프로그램에서 직업체험실습시간 중에 경험하는 몰입 수준을 살펴본 결과, 프로그램 만족도가 높은 학생들이 그렇지 않은 학생들보다 높은 수준의 몰입을 한다는 것을 알 수 있었다. 몰입 총점에서 ‘매우 만족’(M=123.60, SD=22.22), ‘만족’(M=111.38, SD=12.90), ‘보통’(M=100.25, SD=14.20)순으로 높은 수준의 몰입 경험을 하는 것으로 나타났다(F=4.91,  $p<.05$ ). 몰입 선행요인에서 ‘매우 만족’(M=54, SD=7.66), ‘만족’(M=45.06, SD=7.21), ‘보통’(M=44.15, SD=7.69)순으로 높은 수준의 몰입 경험을 하는 것으로 나타났다(F=3.79,  $p<.05$ ). 몰입 상태요인에서 ‘만족’(M=41.53, SD=5.36), ‘매우 만족’(M=38.81, SD=7.23), ‘보통’(M=34.33, SD=4.77)순으로 높은 수준의 몰입 경험을 하는 것으로 나타났다(F=5.94,  $p<.05$ ). 몰입 결과요인에서 ‘매우 만족’(M=18.16, SD=3.86), ‘만족’(M=17.13, SD=2.79), ‘보통’(M=15.46, SD=2.10)순으로 높은 수준의 몰입 경험을 하는 것으로 나타났지만 통계적으로 유의미하지 않은 것으로

표 2. 몰입경험과 진로결정효능감 변수간 상관

	몰입선행 요인	몰입상태 요인	몰입결과 요인	자기평가	직업정보	목표선택	미래계획	문제해결
몰입선행 요인	-							
몰입상태 요인	.64**	-						
몰입결과 요인	.67**	.66**	-					
자기평가	.80**	.55**	.46**	-				
직업정보	.73**	.67**	.45**	.80**	-			
목표선택	.74**	.44**	.44**	.87**	.74**	-		
미래계획	.69**	.53**	.34**	.82**	.84**	.78**	-	
문제해결	.63**	.33	.37**	.75**	.71**	.82**	.78**	-

\*\* p<.01

표 3. 몰입경험의 진로결정효능감에 대한 회귀분석 결과

종속변인	독립변인	B	SE	β	t
진로결정효능감	몰입 총점	.62	.11	.70	5.25*

R=.704, R2=.496, F=27.58\*\*\*

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

로 나타났다.

것을 알 수 있었다(표 2).

몰입경험과 진로결정효능감 변수간 상관

몰입경험이 진로결정효능감에 미치는 영향

몰입경험, 진로결정효능감 변수의 하위요인간 상관을 표로 제시하면 표 2와 같다.

몰입경험이 진로결정효능감에 미치는 영향을 분석하기 위하여 진로결정효능감 총점을 종속 변인으로 하고, 몰입 총점을 독립변인으로 하는 단순회귀 분석을 실시한 결과는 표 4와 같다. 그 결과를 살펴 보면, 진로결정효능감 총점을 종속변인으로 하고 몰입총점을 독립변인으로 하여 단순회귀분석한 결과, F=27.58이고, p<.001로서 유의미한 영향력이 있음이 확인되었다. R2값은 .496으로서 몰입총점에 의해 설명되는 진로결정효능감의 비율이 49.6%임을 알 수 있었다.

상관분석결과, 몰입경험 하위요인 중 몰입선행요인과 몰입결과요인은 진로결정효능감 하위요인과 유의한 상관성이 있었고, 몰입상태요인 또한 진로결정효능감의 문제해결 요인을 제외한 모든 요인과 유의한 관계가 있어서, 몰입경험과 진로결정효능감간에 전반적으로 관련성이 높다는 것을 알 수 있었다. 즉, 직업체험 실습수업과정 중에 높은 수준의 몰입경험을 할수록 진로결정효능감 수준이 높아진다는

독립변인의 중요도를 알수 있는 지표인 표준화 계수  $\beta$ 는 .70으로 몰입경험이 진로결정효능감에 유의한 영향을 미치는 변인임을 확인할 수 있었다 (표 3).

몰입경험 하위요인이 진로결정효능감에 미치는 영향

몰입경험 하위요인(몰입선행요인, 몰입상태요인, 몰입결과요인)이 진로결정효능감에 미치는 상대적 영향을 분석하기 위하여 진로결정효능감 총점을 종속 변인으로 하고, 몰입선행요인, 몰입상태요인, 몰입결과요인을 독립변인으로 하는 다중회귀분석을 실시하였으며, 그 결과는 표 4와 같다. 그 결과를 살펴보면, 진로결정효능감 총점을 종속변인으로 하고 몰입경험 하위요인인 3가지(몰입선행요인, 몰입상태요인, 몰입결과요인)를 독립변인으로 하여 다중회귀분석한 결과,  $F=17.22$ 이고,  $p<.001$ 로서 유의미한 영향력이 있음이 확인되었다.  $R^2$ 값은 .665으로서 몰입관련 변인들에 의하여 설명되는 진로결정효능감의 비율이 66.5%임을 알수 있다.

독립변인 중에서 몰입선행요인( $t=5.27$ ,  $p<.05$ )은 진로결정효능감에 대하여 유의한 영향력을 가진 것으로 나타났으며, 독립변인들의 상대적 중요도를 알아볼 수 있는 지표인 표준화 계수  $\beta$ 를 보면 몰입선행요인이 .87로 가장 높은 설명력을 가진 것을 볼 수 있다.

논 의

본 연구는 실제 산업현장과 직업을 연계한 현장 기반학습(work-based learning) 프로그램인 ‘청소년 직업체험학습 프로그램(Job School)’ 내 직업체험 몰입 경험과 진로결정효능감과의 상관관계 및 몰입경험이 진로결정효능감에 어떤 영향을 미치는지에 대해 알아보고자 하였다.

이태정(2003)의 연구와 정재희(2006)의 연구에서 전공관련 실습수업은 이론 수업보다는 목표가 명확하고, 구체적인 피드백이 즉각적으로 주어지며, 기술 수준에 적절한 도전과제가 주어진다라는 점에서 몰입경험을 촉진시킬 수 있는 환경으로 보았다.

본 연구에서는 몰입이론과 전공실습수업이 몰입 경험을 촉진시킬 수 있는 환경이라면 실제 직업과 연계한 직업체험실습도 몰입경험을 촉진시키는 환경일 수 있을 것이라는 가정하에 지난 2004년 한국고용정보원(구 중앙고용정보원)에서 선보인 청소년 직업체험학습 프로그램(Job School)의 직업체험 실습 수업에서의 몰입경험을 측정하고 직업체험실습을 수행하는 과정에서 만약 개인이 충분히 몰입한 결과, 즐거움, 재미 그리고 유능함을 경험하였다면 이러한 경험들이 진로선택 및 진로발달에 유의한 영향을 미칠 것이라고 기대하였다.

따라서 본 연구에서는 중학교 3학년 남녀학생을 대상으로 청소년 직업체험학습 프로그램(Job School)에서의 직업체험 몰입경험과 진로결정효능감 간의 상관관계를 파악하였다.

표 4. 몰입경험 하위요인의 진로결정효능감에 대한 회귀분석 결과

종속변인	독립변인	B	SE	$\beta$	t
진로결정효능감	몰입선행요인	1.64	.31	.87	5.27*
	몰입상태요인	.26	.35	.12	.75
	몰입결과요인	-1.15	.84	-.22	-1.37
$R=.816$ , $R^2=.665$ , $F=17.22^{***}$					

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

본 연구의 결과를 중심으로 논의하면 다음과 같다. 첫째, 청소년 직업체험학습 프로그램(Job School) 직업체험 실습수업에서 중학교 3학년 학생들은 몰입을 경험하고 있었다. 한편, 성별, 프로그램 참여계기별, 프로그램 참여목적별, 프로그램 만족도별 몰입경험의 실태를 살펴본 결과, 여학생보다는 남학생이, 친구 권유나 학교 권유로 참여한 학생들보다 자발적으로 참여한 학생들이, 실제 직업을 체험을 해보기 위해, 직업인을 만나기 위해 등 다른 목적으로 프로그램에 참여한 학생들보다 진로탐색을 위해 프로그램에 참여한 학생들이, 프로그램의 만족도가 높지 않은 학생들보다 직업체험학습 프로그램 만족도가 높은 학생들이 높은 수준의 몰입을 한다는 것을 알 수 있었다.

둘째, 몰입경험, 진로결정효능감 변수의 하위요인 간 상관을 살펴본 결과, 몰입경험 하위요인 중 몰입선행요인과 몰입결과요인은 진로결정효능감 하위요인과 유의한 상관이 있었고, 몰입상태요인 또한 진로결정효능감의 문제해결 요인을 제외한 모든 요인과 유의한 관계가 있어서, 몰입경험과 진로결정효능감 간에 전반적으로 상관이 높다는 것을 알 수 있었다. 즉, 높은 몰입경험을 할수록 진로결정효능감 수준 또한 높아진다는 것을 의미한다.

이러한 연구결과는 몰입경험의 모든 하위요인과 진로결정효능감의 미래계획, 목표선택간에 유의한 상관이 있었고, 직업정보와 선행요인 및 결과 요인, 그리고 문제해결과 선행요인 및 상태요인간에 유의한 상관이 있는 것으로 나타났던 이태정(2003)의 연구결과와 맥락을 같이 하고 있다.

셋째, Job School에서의 직업체험 몰입경험이 진로결정효능감에 미치는 영향에 대해 살펴본 결과, 몰입경험은 진로결정효능감에 유의미한 영향력이 있음이 확인되었고, 몰입경험 하위요인(몰입선행요인, 몰입상태요인, 몰입결과요인)이 진로결정효능감에 미치는 상대적 영향을 분석한 결과, 몰입선행요인은 진로결정효능감에 대하여 유의한 영향력을 가진 것으로 나타났다. 즉, 도전과 기술의 균형, 분명한 목

표의식, 적절한 피드백과 같은 몰입선행조건이 진로결정효능감을 높일 수 있는 중요한 변인임을 확인할 수 있었다.

이는 특성화고등학교 2학년 학생을 대상으로 실습수업에서 몰입 경험과 진로결정효능감의 관계를 알아보고자 한 정재희(2007)의 몰입경험과 진로결정효능감이 높은 정적인 상관관계를 보인 연구결과와도 일치한다.

본 연구에서 특히 주목할만한 것은 기존의 대학생을 대상으로 한 전공실습수업환경과 달리 진로탐색기에 있는 청소년을 대상으로 자신의 진로를 탐색하고 직업세계를 경험할 수 있는 환경인 직업체험 실습수업에서의 몰입경험과 진로결정효능감과의 관계와 몰입경험이 진로결정효능감에 어떤 영향을 미치는지에 대해 분석했다는 점이다. 즉, 직업체험 실습수업에서의 몰입경험은 진로결정효능감과 유의미한 상관이 있고 또한 진로결정효능감에 중요한 영향을 미친다는 것을 경험적인 자료를 통하여 확인하였다는 점에서 큰 의의가 있다고 보여진다.

또한 Job School에서의 직업체험 몰입경험이 진로결정효능감의 수준을 높일 수 있는 의미있는 학습경험이라고 보여지기 때문에 노동부 Job School에서 청소년들이 직업체험 몰입을 최대한 경험할 수 있는 환경을 제공할 필요가 있다는 것을 시사하고 있다.

그럼에도 불구하고 본 연구는 몇가지 한계점을 가지고 있다. 첫째, 서울 Y중학교 한곳의 3학년 남여학생 36명을 대상으로 노동부 한국고용정보원의 직업체험학습프로그램(Job School)에서의 직업체험실습 중에 일어난 몰입경험을 측정하였기 때문에 연구결과를 일반화하는 데는 한계가 있다. 따라서 다른 지역의 중학생들을 대상으로 이러한 결과가 나오는지 확인하기 위해서는 반복연구를 할 필요가 있다.

둘째, 진로결정효능감의 점수차이를 보기 위하여 직업체험실습 수업 전에 사전검사를, 후에는 진로결정효능감 사후검사를 하지 않았다는 점이다.

셋째, 본 연구는 실험집단과 통제집단을 둔 실험 연구로 진행되지 않아 직업체험실습수업에서의 몰입경험을 한 학생과 그렇지 않은 학생과의 진로결정효능감 점수의 차이를 볼수 없었다는 점이다.

따라서 본 연구결과를 토대로 후속연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, Job School에서의 직업체험 몰입경험은 진로결정효능감에 유의한 영향을 미칠 뿐만 아니라 설명력 또한 높게 나타난 결과를 바탕으로 직업체험에서 청소년들이 충분히 몰입할 수 있는 환경을 조성해 주는 것이 필요하다. 그러므로 직업체험 실습 수업에서는 참여자의 적절한 기술을 요구하는 도전적인 과제가 있어야 하고, 뚜렷한 목표가 제시되는 활동 및 적절한 피드백이 주어져야 몰입 경험이 촉진될 수 있을 것으로 보인다.

둘째, 본 연구에서 프로그램에 자발적으로 참여한 집단이 학교권유 및 친구 권유 집단보다 높은 수준의 몰입 경험을 하는 것으로 미루어보아, 학생들이 스스로 동기부여가 되어 자발적으로 직업체험에 임할 수 있도록 담당 교사는 적극적으로 개입하고 지도할 필요가 있을 것이다.

셋째, 본 연구는 노동부 Job School에서의 직업체험 몰입경험을 측정하였으므로 다른 기관에서 실시하고 있는 청소년 대상 직업체험 몰입경험과 비교할 필요가 있다.

넷째, 본 연구는 노동부에서 선정한 중학교 학생들을 대상으로 직업체험학습 프로그램을 실시한 것이기에 자발적으로 본인이 관심있는 직업분야로의 직업체험을 신청한 학생들의 몰입경험과 진로결정효능감에서의 차이를 분석하는 연구도 수행되어질 필요가 있다.

다섯째, 본 연구에서는 직업체험 몰입경험과 진로결정효능감과의 상관과 영향력에 대해 분석하였다면, 후속연구에서는 직업체험 실습 수업에서의 몰입경험과 진로결정효능감, 진로의사결정간의 관계를 검증하는 연구도 수행될 필요가 있을 것이다.

여섯째, 사전-사후 검사를 통한 점수변화의 추이

를 비교할 수 있는 연구는 물론 통제집단을 둔 실험연구도 수행될 필요가 있다.

## 참고문헌

- 강순화(1998). 청년과 학업, 진로 그리고 미래설계. 청년심리학(최운미 외). 서울: 학문사.
- 권소영(2003). 몰입경험(flow)과 아동의 자기능력지각 및 불안과의 관계. 고려대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김선중(2005). 진로장벽, 희망, 진로결정자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향. 홍익대학교 대학원 박사학위논문.
- 김승한 외(2007). 청소년 직업체험학습 프로그램 운영가이드. 한국고용정보원.
- 김창대(2002). 몰입(Flow)이론을 적용한 진로상담 모형, 청소년상담연구 10(2), 한국청소년상담원.
- 김혜주(2007). 대학생의 전공만족과 몰입경험이 진로결정효능감 및 진로태도성숙에 미치는 영향, 성균관대학교 대학원 석사학위논문.
- 남미숙(1988). 진로 자아효능감과 관련 변인과의 관계연구, 건국대학교 대학원 박사학위논문.
- 박가열·노경란(2006). 청소년 직업체험학습 프로그램의 효과성 검증 및 개선 방안에 관한 연구. 한국고용정보원.
- 박봉수, 김홍권, 이재근(2005). 체험을 통한 자기발견! 청소년 직업체험프로그램(Job School) - 중간결과보고 -, 한국고용정보원 연구노트.
- 박정현(2005). 중학생을 위한 진로지도프로그램이 합리적 진로의사결정 및 진로의사결정효능감 수준에 미치는 효과, 전남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 송병국(1998). 직업지도를 위한 산학관 연계의 제도적 지원방안. 직업교육연구 제 9집.
- 유영달(2000). 심리치료에서의 salutogenic factor로서의 'flow' 경험. 한국임상심리학회 2000 하계 학술

- 대회. 한국임상심리학회.
- 유영달(2002). 중독 상담 프로그램 개발을 위한 몰입 감(flow) 모델의 이론적 시사점. 청소년상담연구 10(2), 1-34.
- 이득연(2004). 진로탐색행동에 영향을 미치는 변인간의 관계 : 진로결정수준별 공변량구조분석, 전남대학교 대학원 박사학위논문.
- 이은경(2001). 진로결정효능감이 진로발달에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 박사학위 논문.
- 이재창, 최인화, 박미진(2002). 역기능적 진로사고가 진로미결정에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료 14(2).
- 이창호, 주영아, 권해수(2002). 청소년 수월성 촉진 상담프로그램 개발 연구-flow를 중심으로-. 서울: 한국청소년상담원.
- 이태정(2003). 몰입경험이 진로태도성숙 및 진로결정 효능감의 관계, 이화여자대학교 교육대학원.
- 임언남(2006). 몰입경험 유형에 따른 진로결정효능감과 진로의사결정 수준의 차이. 전북대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 장대운, 김충기, 박경애, 김진희(1996). 청소년 진로상담. 서울: 청소년대화의 광장.
- 장석민(1997). 교육과 취업을 위한 직업지도 활성화 방안. 진로교육연구 제 8집.
- 정재희(2006). 특성화고 학생의 몰입(Flow)경험과 진로결정효능감의 관계, 홍익대학교 교육대학원.
- 조아미(2001). 청소년의 진로의사결정과 진로성숙의 결정요인으로서 진로의사결정효능감. 교육학연구, 38(4), 43-62.
- 최동선(2008). 직업세계 체험주간 운영의 실태와 과제. 한국진로교육학회 춘계학술대회 자료집, 57-108.
- 한국고용정보원(2005). 고용동향분석 3/4분기. 서울: 한국고용정보원
- 한국교육개발원(1982). 진로교육자료. 서울: 한국교육개발원
- Bandura, A.(1977). Self-efficacy :Toward a unifying theory of behavioral change. Psychological Review, 84, 191-215.
- Chan, T.(1999). Motivational flow in computer-based information access activity. Humanities & Social Science, 59(7-A), 2456.
- Csikszentmihalyi, M.(1969). The Americanization of rock climbing. University of Chicago Magazine, 61(6), 20-27.
- Csikszentmihalyi, M.(1975), Beyond boredom and anxiety, San Francisco : Jossey- Base.
- Csikszentmihalyi, M.(1990), Flow: The psychology of optimal experience, New York : Harper and Row.
- Erikson, E.H(1963). Childhood and Society. New York: Norton.
- Hackett & Betz, N.E. (1981). A self-efficacy approach to the career development of women. Journal of Vocational Behavior, 18. 326-339.
- Havighurst. R.J.(1972). From Developmental Tasks and Education(3rded). Longman Publishing Group.
- Jacson, S.A.(1992), Athletes in flow : A qualitative investigation of flow states in elite figure skaters, Journal of Applied Sports Psychology, 4, 161-180.
- Lent, R.W., Brown, S.D., & Larkin K.C.(1987), Comparison of three theroretically derived variables in predicting career and academic behavior self-efficacy, interest, congruence, and consequence thinking. Journal of Counseling Psychology, 34, 293-298.
- Lopez, f.g., Lent, R.W., Brown, S.D., & Gore, P.A.(1997). Role of social-cognitive expectations in high school student' mathmatics-related interests and performance. Journal of Counseling Psychology, 44, 44-52.
- Nelson, K.K(1990). How relevant career experiences influence career decision making. (ERIC Document Reproduct Service No. ED 333305)
- Rea, D.(2000). Optimal motivation for talent development.

직업체험 몰입(Flow)경험과 진로결정효능감과의 관계

- Journal of Personality and Psychology, 45(6), 1361-1368.
- Sharf. R.S.(1997). Applying Career Development Theory to Counseling. Brooks/ Cole Publishing Company.
- Weinberg,G.(1999). Motivation in ultradistance runners: a reversal theory approach to optimal experience. The Science & Engineering, 60(1-B). 0404.
- Whalen, S., & Csikszentmihalyi, M.(1991). Putting flow theory into educational practice : The key school's flow activities room, Report to the Benton Center for Curriculum and Instruction. University Press.
- 원 고 접 수 일 : 2008. 9. 1.  
수정원고접수일 : 2008. 11. 12.  
계 재 결 정 일 : 2008. 11. 13.

## The Relationship Between Flow Experience in Job-Related Career Experience of Job School and Career Self-efficacy

Yu-ri Kim                      Je-kyung Lee

Korea University of Technology and Education

This study investigated the relationship between flow experience and career self-efficacy in participants of a career experience program at a Job School run by the Ministry of Labor. A survey was conducted on a group of 36 students recruited at a middle school in Seoul, who had just completed the program. Scales measuring flow state and career self-efficacy were used. For data analysis, descriptive statistics, t-tests, one-way ANOVA, correlation analyses, and multiple linear regression analyses were applied using SPSS 12.0. The major findings in this study were as follows: First, level of flow experience differed according to gender, purpose, motivation to participate in the Job School program, and program satisfaction. Males experienced a higher levels of flow than females. As with motivation of participation, the voluntary participants experienced a higher level of flow than any other groups, and the group whose purpose was to explore their career experienced a higher level of flow than any other groups. In addition, the group that felt “great satisfaction” in the program experienced a higher level of flow than any other groups. Second, there was a positive correlation between flow experience during the career experience program and career self-efficacy. Third, flow experience during the program had a statistically significant impact on the career self-efficacy. Finally, the relative impact of 3 sub-factors of flow (flow precedent factor, flow state factor, flow result factor) on career self-efficacy was analyzed, and results showed that flow precedent factor had a statistically significant effect on career self-efficacy. That is, flow precedent factors such as challenge, balance of skill, clear goal and, proper feedback were an important variables regarding career self-efficacy.

*Key words: job -related career experience, flow experience, career self-efficacy*