

Original Article

The Development and Application of the Group Counseling Program for University Athletes' Career Development

Dong-hyun Kim*

Korea National Sport University

Article Info

Received 2024. 08. 12.

Revised 2024. 10. 29.

Accepted 2024. 12. 09.

Correspondence*

Dong-hyun Kim

mileumili@naver.com

Key Words

University athlete,
Career development,
Career group counseling

김동현(2020)의 박사학위논문을 토대로
작성되었음

PURPOSE This study developed and applied a group counseling program for university athletes' career development. **METHODS** Following Kim's (2002) procedure for developing group counseling, this program was based on social cognitive career theory and finalized by using two preliminary studies and expert validation evaluation. Afterward, Taekwondo players from University A in Chungcheongnam-do and University B in Seoul were assigned to experimental and control groups, respectively, and then a nonequivalent control group design was conducted. The experimental group was provided with a six-step career group counseling program, including introduction, understanding personal and distal context, enhancing self-efficacy and outcome expectations, developing career interest, deciding on a career, and closing, for ten 45-minute sessions, twice a week. **RESULTS** First, results of two-way repeated measures ANOVA showed statistically significant changes in career decision self-efficacy (self-appraisal, occupational information, goal selection, planning, and problem-solving) and career attitude maturity (determination, certainty, and independence). Second, analysis of the outcome assessment by session showed the following positive results: consideration about the future after sports retirement, self-understanding, identification of jobs that fit aptitude, improvement of self-efficacy, having a positive mindset when switching careers, confidence in one's preferred career, exploration into solutions to career barriers, understanding of preferred career, setting specific career goals, and deeper understanding of careers. **CONCLUSIONS** In sum, these findings indicate that the career counseling program had a positive effect on university athletes' career development. We hope this study will serve as a catalyst to expand the discussion on retirement from sports and career development.

서론

2023년 초·중등 진로교육 현황조사(Ministry of Education, 2023)에 따르면, 2019년부터 2023년까지 초등학생의 희망직업 1순위는 운동선수로 나타났다. 응답자가 희망직업을 선택한 이유로는 '내가 좋아하는 일이라서'가 60.3%를 차지했다. 이러한 조사결과는 운동선수에 대한 긍정적인 사회의 단면을 보여준다.

그러나 운동선수라는 직업에는 이면이 존재한다. 미국의 경우 대

학운동선수의 단 2%만이 프로팀 또는 올림픽 대표 팀에서 활동하는 것으로 나타났다(National Collegiate Athletic Association, 2016 in Miller & Buttell, 2018). 우리나라에서도 프로팀 및 실업팀에 진출하는 학생선수의 비율은 10%에도 미치지 못하며, 운동선수의 평균 은퇴 연령은 23.8세로 일반인의 은퇴 시기보다 20여 년 빠른 것으로 나타났다(Korean Sport & Olympic Committee, 2018).

많은 운동선수는 스포츠 은퇴 이후의 삶을 제대로 설계하지 못하며(Myung et al., 2015; Choi & Chung, 2012; North & Lavalley, 2004), 진로 계획의 필요성조차 느끼지 못하는 것으로 나타났다(Park et al., 2013). 운동선수는 은퇴 결정과 함께 두려움, 부담감(Yun et al., 2013), 정신적 갈등 및 혼란을 느낀다(Lee &

© This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Cho, 2012). 은퇴한 선수들은 새로운 환경에 적응하는 과정에서 힘든 인간관계(Kim & Lee, 2016), 고용 불안(Jang & Kim, 2016), 제한적인 진로 및 직업(Kim & Lee, 2013)과 같은 골레에서 벗어나지 못한다.

이러한 경향은 최근까지도 이어지고 있다. 대학운동선수들은 진로 불안을 경험하지만 막연하게 미래를 구상하는 것으로 나타났다(Ok, 2021). 대학운동선수의 체계적이지 못한 진로준비는 은퇴 후에 구직난을 겪고, 성급하게 직장을 선택하는 계기가 된다(Kim et al., 2023). Kwon & Choi(2020)는 다양한 선행연구에도 불구하고 대학운동선수를 위한 진로교육이 부실하다고 지적하였으며, Kim et al.(2023)는 대학운동선수에게 선수로서의 경력을 활용할 수 있는 진로 프로그램을 주장하였다.

대학생에게 진로는 가장 큰 고민거리 중 하나이다(Cho, 2010). 발육발달 특성상 대학생은 자신에 주목하고 정체성을 탐색하는 동시에 미래에 불안함을 느끼며 청소년기와 성인기 사이의 모호한 단계에 위치한다(Arnett, 2024). 대학운동선수 역시 직업 운동선수로서의 역할 확대 또는 스포츠 은퇴를 결심하는 전환기에 접어든다(Kim & Chang, 2019). 이러한 사실을 고려한다면, 대학운동선수를 위한 진로 프로그램이 필요한 실정이다.

스포츠 은퇴와 관련된 문제를 해결하기 위해서는 운동선수를 위한 진로상담에 주목할 필요가 있다. 진로상담이란, “직업인으로서의 역할이 다른 역할들과 어떻게 상호작용하는지를 중심으로 생애진로 발달 과정상에 있는 개인을 도와주는 활동”을 의미한다(National Career Development Association, 1997 in Kim et al., 2018, p.22). 우리나라 진로교육법 제2조(Act No. 18298)에서는 진로상담을 “학생에게 진로정보를 제공하고, 진로에 관한 조언과 지도 등을 하는 활동(온라인으로 하는 활동을 포함한다)”으로 정의하고 있다.

우리나라의 특성상 진로상담은 주로 집단상담의 형태로 실시되어 왔다(Kim et al., 2018). 진로집단상담은 진로상담사가 부족한 현실에서 모든 학생이 직면하는 진로문제를 효율적으로 지도할 수 있으며, 내담자들은 상호작용을 통해서 자기이해를 높이고, 대처하는 정서적 및 사회적 지지를 구축할 수 있기 때문이다(Kim, 2004). 진로 집단상담은 개인상담의 목표를 추구하는 동시에 집단 교육적인 측면을 포함하며(No, 2006), 진로상담사가 진로와 관련된 다양한 정보를 내담자에게 효율적으로 제공할 수 있다(Sun et al., 2009).

Jeon & Park(2002)은 급변하는 사회에 발맞추어 체육계에서도 진로상담이 필요하다고 주장하였다. 운동선수는 은퇴를 준비하는 과정에서 상담 프로그램을 선호하는 것으로 나타났으며(Kim & Kim, 2014; Chung, 2010), 다수의 연구자들도 운동선수의 진로전환을 돕는 방안으로 진로상담을 제안했다(Kim, 2014; Nam et al., 2012; Park & Han, 2011). Jang(2006)의 연구에 따르면, 진로상담 경험이 있는 대학운동선수는 진로상담 경험이 없는 선수보다 진로탐색행동이 높은 것으로 나타났다.

Chon & Choi(2017)의 연구는 대학운동선수를 위한 진로상담 프로그램을 실질적으로 개발했다는 측면에서 의미가 있다. 그러나 동시에 몇 가지 한계점도 존재한다. 첫째, 포레집단과는 구분되는 대학운동선수만의 진로 특성을 고려하지 못 했다. 둘째, 개발된 프로그램은 일반적인 상담 목표 및 절차와 다소 거리가 있다. 셋째, 프로그램의 효과를 지지하는 근거가 부족하다. 만약 이러한 한계점을 보완해 대학운동선수를 위한 진로상담 프로그램을 개발하고 그 효과를 검증한다면, 간헐적인 담론 수준을 벗어나 스포츠가 운동선수의 진로를

발달시킴으로써 그 외연이 확장할 것이다.

한편 최초의 진로이론을 담고 있는 파슨스(Parsons)의 ‘직업 선택(Choosing a Vocation)’이 출판된 이후 특성-요인 이론, 성격이론, 발달이론, 직업적응이론, 사회학습이론, 사회인지이론을 포함한 진로이론들이 개발되었다(Kim et al., 2018). 이 중 개인과 환경의 상호작용을 강조한 사회인지 진로이론(Social Cognitive Career Theory: SCCT)이 소개된 후 다양한 인종, 성 소수자, 장애인에 대상으로 연구가 확장되어 왔다.

사회인지 진로이론은 자기효능감(self-efficacy), 결과기대(outcome expectation), 목표(goal)를 포함한 개인의 인지적 요인과 근접 맥락(proximal context), 배경 맥락(distal context)을 고려한 환경적 요인을 포함하고 있다(Lent & Brown, 2013). 사회인지 진로이론은 학업과 관련된 영역에서 폭 넓게 활용되고 있으며(Rogers & Creed, 2011; Rogers et al., 2008), 직업 흥미를 발달시키고, 직업 선택 과정을 이해하고 예측하는 이론적 틀로 사용된다(Blustein, 2006).

사회인지 진로이론은 진로발달을 모색하려는 학생과 직장인을 위한 진로교육, 워크숍 및 코칭에서 활용될 수 있으며, 목표설정과 사회적 지지를 통해 진로발달에 어려움을 겪는 내담자를 조력할 수 있다(Lent & Brown, 2013). 특히 사회인지 진로이론은 진로 선택 폭이 좁은 국내 청소년들에게 유용하며(Kim et al., 2010), 내담자의 왜곡된 신념과 장애 요인을 해결하는 데 효과적이다(Kwon, 2013).

실제로 Sohn et al.(2015)은 사회인지 진로이론에 기반을 둔 집단상담 프로그램을 개발하였다. 그 결과, 대학생의 진로장벽을 낮추고, 진로결정자기효능감을 향상시키는 것으로 나타났다 Kim, Kim, Lim, Hong, & Jun(2020)의 연구에서도 사회인지 진로이론을 활용한 집단상담이 대학생의 진로태도성숙에 효과적인 것으로 나타났다. 체육계에서도 사회인지 진로이론을 활용해 운동선수의 은퇴 후 진로 계획이 조사되었으며(Demulier et al., 2013), 무용전공자를 위한 진로검사가 개발되었다(Kim, Park et al., 2017).

이상의 내용을 종합하면, 운동에만 전념해 온 운동선수는 스포츠 은퇴를 준비하지 못한 상태에서 진로전환을 요구받으며, 은퇴 후에도 다양한 어려움을 겪는다. 운동선수의 은퇴를 체계적으로 조력하고, 심리적 어려움을 해결할 수 있는 대안이 필요하다. 사회인지 진로이론을 활용한 진로집단상담 프로그램은 운동선수의 진로발달을 조력하는 데 적절하다. 따라서 본 연구에서는 사회인지 진로이론을 토대로 대학운동선수의 진로발달을 위한 집단상담 프로그램을 개발하고 적용하는 데 목적이 있다. 본 연구는 운동선수의 스포츠 은퇴에 대한 논의를 확산시키고, 대학운동선수의 진로발달을 조력하는 상담 전략을 제공할 것이다.

연구방법

연구설계

사회인지 진로이론을 토대로 최초로 개발한 진로집단상담 프로그램의 타당성을 검증하기 위해서 2차례의 예비 연구를 실시한 후 프로그램을 수정하였다. 이후 아래 <Table 1>과 같이 비동등 통제집단 설계(non-equivalent control group design)를 실시하였다. 실험 집단과 통제집단을 대상으로 사전검사(Q1, Q3)를 실시한 후 실험집

Table 1. Research design

Group	Pretest	Intervention	Posttest
Experimental group	Q ₁	X	Q ₂
Control group	Q ₃	-	Q ₄

X: Group counseling program

Q₁, Q₃: Pretest

Q₂, Q₄: Posttest

단체에만 수정된 진로집단상담 프로그램(X)을 제공하였다. 처치 후 실험집단과 통제집단을 대상으로 사후검사(Q₂, Q₄)를 실시하였다.

참고로 비동등 통제집단 설계는 사회, 임상 및 행동과학에서 지원자가 자발적으로 참여할 경우(Lee et al., 2018) 또는 교육 연구와 같이 기존 학급을 무시하고 참여자를 무선배정하기 어려운 경우에 자주 활용된다(Lee, 2016). 본 연구에서는 대학 운동부의 특성상 종목 및 소속에 따라 팀 일정이 상이하다는 점을 고려해 비동등 통제집단 설계를 활용하였다.

한편 집단상담 프로그램에서는 내담자 간 또는 내담자와 상담사 간의 역동적인 상호작용에 주목하기 때문에 집단의 크기가 제한적일 수밖에 없다. 집단상담과 같이 집단의 크기가 작은 연구에서는 처치 전에 참여자를 무선배정 했을지라도 집단 간의 이질성이 증가할 수 있다(Lee, 2016). 이러한 한계점을 보완하기 위해서 본 연구에서는 참여자의 종목, 성별, 연령, 학년 및 경기력을 기준으로 동등하게 집단을 배정하도록 노력하였다.

연구 참여자

연구 참여자는 연구 절차와 특성에 따라서 연구대상자 그리고 전문가로 구분하였다.

1. 연구대상자

예비 연구 대상자는 총 2차례 표집 하였다. 의도적 표본추출(purposive sampling)을 활용해 서울특별시에 위치한 대학교 운동선수 중 양궁선수 6명(남성 3명, 여성 3명)을 1차 예비 연구에 모집하였으며, 레슬링 6명, 수영 1명, 테니스 1명 포함한 대학운동선수 8명을 2차 예비 연구에서 모집하였다.

한편 본 연구에서는 충청남도에 위치한 A대학교 태권도선수 5명을 실험집단으로 선정하였다. 실험집단의 평균연령은 20.4세(±1.14), 평균 운동경력은 9.1년(±.70)으로 나타났다. 통제집단으로는 실험집단의 종목, 성별, 학년, 연령 및 경기력 수준을 고려해 서울특별시에 위치한 B대학교 태권도선수 5명을 선정하였다. 통제집단의 평균연령은 20.2세(±1.30), 평균 운동경력은 9.8년(±1.30)로 나타났다. 연구 참여자에게는 프로그램 종료 후 참여율에 따른 사례비와 사은품을 제공하였다. 연구 대상자의 구체적인 특성은 아래 <Table 2>와 같다.

2. 전문가

2차례에 걸쳐 예비 연구를 실시한 후에는 각 영역의 전문가에게 진로집단상담 프로그램의 타당성에 대한 평가를 요청하였다. 전문가들은 각 종목에서 운동선수로 활동했으며, 은퇴 후에는 진로교육, 운동지도, 스포츠심리상담 영역에 종사하고 있었다. 이러한 전문가 특성은 대학운동선수에 대한 이해가 깊고, 진로집단상담 프로그램에

Table 2. Participants

Classification	Gender	Grade	Age
Experimental group	male	1	19
	male	2	20
	male	2	20
	male	3	21
	male	4	22
	male	1	19
Control group	male	2	19
	male	2	20
	male	3	21
	male	4	22

Table 3. Experts

Classification	Gender	Age	Sports
Career education lecturers	male	44	Rowing
	male	39	Golf
	male	30	Shooting
	female	47	Skating
	male	29	Wrestling
College coaches	female	32	Skating
	male	44	Wrestling
	male	40	Wrestling
	female	32	Taekwondo
Sport counselors	female	35	Tennis
	male	33	Soccer
	female	39	Dance
	male	38	Taekwondo

필요한 교육 및 상담 요소를 평가하기에 적합하다. 프로그램의 타당성 평가를 완료한 전문가에게는 사은품을 제공하였다. 구체적으로 아래 <Table 3>와 같이 대한체육회에서 위촉한 운동선수 진로교육 전문 강사 5명, 대학운동부 지도자 4명, 스포츠심리학 박사 4명을 포함한 총 13명(남 8명, 여 5명)의 전문가를 표집 하였다. 전문가의 평균연령 37.07세(±5.76), 평균경력 5.30년(±3.09)로 나타났다.

조사 도구

대학운동선수의 진로발달을 위한 집단상담 프로그램을 개발하고 적용하기 위해서 첫째, 전문가 타당성 평가지 둘째, 진로발달 설문지 셋째, 성과 평가지를 사용하였다.

1. 전문가 타당성 평가지

전문가 집단을 대상으로 진로집단상담 프로그램의 타당성을 측정하였다. 전문가를 위한 타당성 평가지는 프로그램의 현장 적용성(e.g., 프로그램은 스포츠 현장에 적용하는 것이 타당한가?), 내용 타당성(e.g., 프로그램 내용은 타당하게 구성되었는가?) 그리고 대상 적합성(e.g., 프로그램은 대학운동선수에게 타당한가?)에 관한 내용으로 구성하였다. 각 문항에 대한 전문가 평가는 리커트 척도 5점(1점=전혀 아니다, 5점=매우 그렇다)로 응답한 후 각 문항에 대해서 구체적인 이유를 기술하도록 구성하였다.

2. 진로발달 설문지

연구 대상자에게 진로발달 설문을 실시하였다. 진로발달 설문지는 진로결정자기효능감, 진로태도성숙 설문지로 구성하였다. 각 설문지에 대한 구체적인 내용은 다음과 같다.

1) 진로결정자기효능감 설문지

Betz et al.(1996)가 단축형으로 개발한 진로결정자기효능감 검사를 활용하였다. 진로결정자기효능감 척도는 정확한 자기평가 5 문항(e.g., 나의 능력을 정확히 평가할 수 있다.), 직업정보수집 5 문항(e.g., 나는 관심 있는 직업들에 대한 정보를 찾을 수 있다.), 목표 선택 5문항(e.g., 나는 내가 선호하는 생활방식에 맞는 진로를 선택할 수 있다.), 미래계획수립 5문항(e.g., 나는 앞으로 5년 동안 목표를 위해서 계획을 세울 수 있다.), 문제해결 5문항(e.g., 만약 선택한 진로가 만족스럽지 않다면 나는 직업을 바꿀수 있다.)을 포함해 5 요인 25문항으로 이루어져 있다. 1점(전혀 아니다)에서부터 5점(매우 그렇다)까지 리커트 척도로 구성되어 있다. 문항 간 내적 일치도 (Cronbach α)를 분석한 결과, 자기평가 .87, 직업정보 .87, 목표선택 .89, 미래계획 .88, 문제해결 .77로 나타났다.

2) 진로태도성숙 설문지

Lee & Han(1997)이 개발한 진로태도성숙 검사를 활용하였다. 진로태도성숙 척도는 결정성 10문항(e.g., 자신의 진로에 대해 확실한 결정을 해 놓은 상태이다.), 목적성 8문항(e.g., 직업을 통해 보람을 얻기보다는 편하게 일하면서 돈을 많이 벌 수 있는 직업을 원한다.), 확신성 10문항(e.g., 나는 내가 선택한 직업 세계에서 성공할 수 있을지 자신이 없다.)준비성 10문항(e.g., 내가 원하는 직업을 가진 사람과 진로에 대해서 이야기 하기를 원한다.), 독립성 9문항(e.g., 누가 뭐라해도 자신이 하고 싶은 일을 선택해야 한다.)을 포함해 5요인 47문항으로 이루어져 있다. 1점(전혀 아니다)에서부터 5점(매우 그렇다)까지 리커트 척도로 구성되어 있다. 문항 간 내적 일치도를 분석한 결과, 결정성 .94, 목적성 .83, 확신성 .89, 준비성 .85, 독립성 .70으로 나타났다.

3. 성과 평가지

실험집단을 대상으로 진로집단상담 프로그램의 성과를 측정하였다. 성과 평가는 프로그램 참여를 통해서 연구 대상자에게 어떤 변화가 일어났는지를 평가한다(Kim et al., 2015). 연구대상자를 위한 성과 평가는 각 회기 종료 후 반구조화 설문으로 구성된 1문항(i.e., 프로그램을 통해서 어떠한 변화가 일어났나요?)으로 실시하였다.

연구 절차

연구절차는 아래 (Figure 1)과 같이 Kim(2002)의 집단상담 프로그램 개발 모형을 기초로 이루어졌다. 김창대의 집단상담 프로그램 개발 모형은 1단계: 목표수립, 2단계: 프로그램 구성, 3단계: 예비 연구 및 장기적인 효과 제고 그리고 4단계: 프로그램 실시 및 개선으로 구성되어 있다. 김창대의 모형은 개발과 평가 과정이 순환적으로 이루어져 보다 합리적인 프로그램으로 개선할 수 있는 장점이 있다 (Kim et al., 2015). 구체적으로 1단계: 목표수립은 프로그램 기획, 참여자에 대한 요구조사, 프로그램 목표 설정을 포함한다. 2단계: 프로그램 구성은 프로그램의 목적에 따른 이론 검토, 프로그램 활동 수

집, 각 활동에 대한 평가 및 선정이 요구된다. 3단계: 예비 연구 및 장기적인 효과 제고는 소수 참여자를 대상으로 한 예비 연구, 비용, 목표 달성도, 반응 등에 대한 참여자 평가, 프로그램 수정 등이 이루어진다. 마지막으로 4단계: 프로그램 실시 및 개선에서는 예비 연구를 통한 프로그램 완성, 프로그램 실시 및 평가, 평가 결과를 토대로 한 프로그램 수정 등이 필요하다.

1. 프로그램 개발

1단계: 목표수립에서는 선행연구를 토대로 대학운동선수를 위한 진로집단상담 프로그램을 기획하였다. Chang et al.(2017)의 자료를 활용해 진로상담에 대한 대학운동선수의 요구를 분석하였다. 구체적으로 각 질문에 대한 빈도가 높은 응답을 살펴본 결과, 적절한 진로상담 시기는 운동선수 생활 중(63.8%), 회기별 적절한 시간은 30~60분(56.3%), 진로전환 시 어려움은 소양 부족(39.8%) 진로상담에 대한 기대효과는 심리적 성숙(39.5%)과 진로결정(35.8%)으로 나타났다. 요구분석을 토대로 대학운동선수의 소양을 함양하고 심리적 성숙을 도모할 수 있는 진로집단상담 프로그램으로 계획하였으며, 이를 위해서 사회인지 진로이론 중 진로 선택 모형을 선정하였다.

2단계: 프로그램 구성에서는 기존의 진로교육 및 상담 프로그램, 사회인지 진로이론에서의 상담 전략 그리고 운동선수 진로교육 전문가 강사 교재 등을 검토해 활동을 수집하였다. 수집한 활동은 요구분석 결과를 고려해 선별하였으며, 이 과정에서 연구자는 기존 상담 전략을 대학운동선수에 맞게 일부 수정하였다. 최초로 개발된 진로집단상담 프로그램은 도입, 자기이해, 직업탐색, 자기효능감 향상, 진로결정 및 정리의 6단계로 구분하고, 회기별 45분, 총 10회기로 구성하였다. 구체적으로 사회인지 진로이론 요소인 개인과 배경 맥락 이해(문장완성검사, 주요능력효능감검사), 효능감과 결과기대 향상(스포츠선수의 성공적인 경력전환 사례, 강점나무), 진로흥미 발달(직업카드 분류, 진로장벽 해결), 진로선택(진로로드맵, 만다라트 계획표) 등으로 활동을 구성하였다.

3단계: 예비 연구에서는 K대학교 운동선수를 대상으로 단일집단 전후검사 설계를 활용해 2차례의 예비 연구를 실시하였다. 예비 연구는 적은 표본 규모로 프로그램의 초안을 검증하기 위해서 실시한다(Kim et al., 2015). 1차 예비 연구에서는 진로집단상담 프로그램의 운영 및 관리에 주목해 참여자들 간에 친밀감이 형성된 단일팀을 대상으로 진행하였다. K대학교 양궁부 선수 6명은 오랜 시간 함께 생활하면서 라포(rapport)가 형성되어 있었으며, 집단의 역동성이 높기 때문에 스포츠심리상담사가 진로집단상담 프로그램을 운영하기 수월하였다. 2차 예비 연구에서는 프로그램 초안을 수정 및 보완하고, 다양한 운동선수를 대상으로 일반적인 프로그램을 운영하는 데 주목하였다. K대학교 레슬링, 수영, 테니스 종목 운동선수 8명이 참여하였다. 모든 예비 연구에서는 실험집단을 대상으로 사전 검사를 실시한 후 진로집단상담 프로그램을 제공하였다. 프로그램 종료 후에는 실험집단에게 사후 검사를 실시하였다. 이와 함께 각 회기마다 참여자는 프로그램의 과정 및 성과 평가를 실시하였다. 모든 예비 연구가 종료된 후에는 13명의 전문가에게 진로집단상담 프로그램의 타당성을 평가받았다. 일련의 절차를 토대로 최종 프로그램을 확정하였다.

2. 프로그램 검증

4단계: 프로그램 실시 및 개선에서는 충청남도 S대학교 태권도부

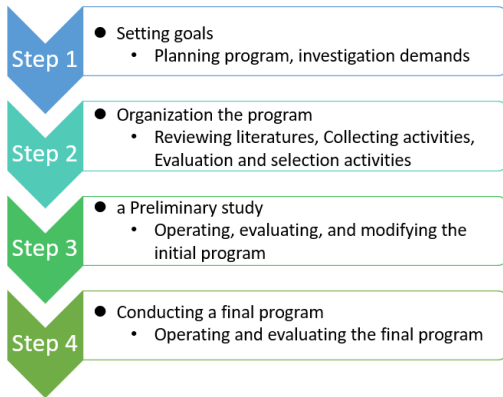


Fig. 1. Process

선수 5명과 서울특별시 K대학교 태권도부 선수 5명을 대상으로 비동등 통제집단 설계를 활용해 실시하였다. 최종적으로 수정된 진로 집단상담 프로그램의 효과를 확인하기 위해서 참여자를 실험집단과 통제집단으로 배정한 후 사전 검사를 실시하였으며, 실험집단에게는 진로집단상담 프로그램을 제공한 반면 통제집단에는 아무런 실험 처치를 제공하지 않았다. 프로그램 종료 후에는 실험집단과 통제집단에게 사후 검사를 실시하였다. 이와 함께 각 회기 마다 실험집단은 프로그램의 성과 평가에 참여하였다.

자료 분석

수집된 모든 자료는 연구자가 직접 한컴오피스 한글 2010을 이용해 전사 및 코딩하고, IBM SPSS 21을 활용해 분석하였다. 각 자료의 특성에 따라 프로그램 개발과 검증으로 구분하였다.

1. 프로그램 개발

전문가 타당성 평가 자료에서는 내용 타당성 비율(Content Validity Ratio: CVR)을 산출하였다. Lawshe(1975)가 고안한 CVR은 기존의 내용 타당성 개념을 정교화하고, 수량화한 방식이다. 내용 타당성 평가는 직업 수행 영역(a job performance domain)과 실제 능력이 얼마나 유사한지를 측정한다. 이를테면 인사 채용 과정에서 실시하는 검사가 실제 직업 능력을 대표할수록 내용 타당성은 높아진다. 이러한 내용 타당성 평가는 내용 평가 전문가 집단(content evaluation panel)에 의해서 이루어진다. 내용 평가 전문가 집단은 현직 종사자와 감독관으로 구성하는 것이 효과적이다. 내용 평가 전문가는 검사지가 측정하는 기술과 지식이 실제 직업을 수행하는 데 '필수적(essential)'인지 아닌지를 평가한다. 각 질문에서 내용 평가 전문가에 의해서 '필수적'이라고 평가된 응답 수(the number)를 아래 (Figure 2)의 공식을 활용해 산출한다. 각 문항에 대한 CVR의 평균값을 CVI(Content Validity Index)로 제시할 수 있다. 본 연구에서는 CVR을 활용해 프로그램의 현장 적용성, 내용 타당성 및 대상 적합성에 대한 값을 산출하였다. 5점 척도 중 4점 '그렇다'와 5점 '매우 그렇다'에 응답한 전문가의 수를 'ne'로 집계하였다. Lawshe(1975)가 제안한 표(p. 568)에 따르면 내용 평가 전문가 집단이 13명으로 구성될 경우 CVR의 최소값은 .54로 나타났다. 이와 함께 전문가 평가의 구체적인 이유는 내용 분석을 실시하였다.

$$CVR = \frac{(Ne - N/2)}{N/2}$$

Ne: the number of experts indicating 'essential'
N: the total number of experts

Fig. 2. Calculation formula (Lawshe, 1975)

2. 프로그램 검증

진로결정자기효능감, 진로태도성숙 설문지로 수집한 자료는 변인 간의 차이를 확인하기 위해서 문항 간 내적 일치도(Cronbach α), t-test, 이원 반복측정 분산분석(two way repeated measure ANOVA)을 실시하였다. 모든 통계적 유의미 수준은 신뢰도 95%($p < .05$)로 설정하였다.

추가적으로 연구대상자로부터 회기별로 수집한 성과 평가지는 연구자가 직접 한글 오피스 내용 분석을 실시하였다. 내용 분석을 위해서 연구자는 자료의 맥락을 이해하기 위해서 원자료를 3차례 정독한 후 핵심개념으로 개방 코딩을 실시하였다. 최종적으로 연구자는 스포츠심리학 교수 1인, 스포츠심리학 박사 1인, 스포츠심리학 박사과정 1인과 함께 자료의 적절성을 검토하였다.

연구결과

진로집단상담 프로그램 개발

예비 연구 후 전문가 집단이 진로집단상담 프로그램의 현장 적용성, 내용 타당성 및 대상 적합성에 대해서 정량적으로 평가한 결과, CVR 값은 현장 적용성 .84, 내용 타당성 1.00, 대상 적합성 .38로 나타났다. Lawshe(1975)가 제안한 표(p. 568)에 따르면 내용 평가 전문가 집단이 13명으로 구성될 경우 CVR 최소값은 .54이다. 따라서 본 연구에서 개발된 진로 집단상담 프로그램의 현장 적용성과 내용 타당성은 CVR 최소값보다 각각 .30, .46 높게 나타나 타당하다고 해석할 수 있다. 반면에 프로그램의 대상 적합성은 CVR 최소값보다 -.16 낮게 나타나 대학운동선수에게 부적합한 것으로 나타났다.

이 과정에서 도출된 전문가의 정성적 평가는 첫째, 스포츠 내 진로 전환 고려 둘째, 개인 및 배경 차이 반영 셋째, 프로그램의 내용 보완으로 나타났다. 최종적인 진로집단상담 프로그램은 초안에 비해서 참여자 간의 팀 활동을 추가하였으며, 사회인지 진로이론의 진로선택 모형에서 제안한 경로를 고려해 회기 순서를 재조정하였다. 또한 전문가 집단의 평가를 토대로 연구 대상자의 개인 특성을 최소화하고, 진로집단상담의 필요성을 추가하였으며, 진로선택 과정에서 진로 목표설정을 새롭게 구성하였다. 이상의 내용을 토대로 최종적으로 확정된 진로집단상담 프로그램의 내용은 위의 (Table 4)와 같다.

진로집단상담 프로그램 적용

1. 진로결정자기효능감의 변화

진로집단상담 프로그램의 처치에 따라 실험집단과 통제집단에서 진로결정자기효능감의 변화가 있는지를 분석하였다. 구체적인 분석 결과는 아래 (Table 5)과 같다.

Table 4. The final program

Steps	Sess.	Themes	Contents
Introduction	1	Guidance to the program	<ul style="list-style-type: none"> • Explanation for program purpose, content, and schedule and necessity • Introduction of a counselor/ Fill out the consent form • Introduction of participants/ Complete a pledge/ Response of pretest
Understanding personal and distal context	2	Self-understanding/ Rapport building	<ul style="list-style-type: none"> • Completion sentence(Sacks & Levy, 1950) • Facing desires, values and emotions • Building rapport with colleague(Kim, 2008)
	3	Understanding career	<ul style="list-style-type: none"> • Responding Occupational Value Test(Lim et al., 2012), Key Competency Efficacy Test(Lim et al., 2004) • Summarizing the test results • Identifying occupational groups related to test results
Enhancing self-efficacy and outcome expectations	4	Learning experience	<ul style="list-style-type: none"> • Explore on role models for career transition with colleague(Chon & Choi, 2017) • Creating languages the can enhance self-efficacy when participants change career(Bandura, 1986)
	5	Developing career competency	<ul style="list-style-type: none"> • Drawing strengths tree about the career(Gyeongsangbukdo Office of Education, 2014; Shin, 2019) • Adding strengths using Gallery walk between participants • Asking significant others to a new strength with SNS • Picking career skills among strengths(Chung, 2011)
Developing career interest	6	Identifying career interest	<ul style="list-style-type: none"> • Classifying job cards(Korea Contents Media, 2014)
	7	Breaking down career barriers	<ul style="list-style-type: none"> • Prioritizing career barriers(Janis & Mann, 1977 in Brown & Lent, 1996) • Establishing a solution with colleagues
Deciding a career	8	Creating a career roadmap	<ul style="list-style-type: none"> • Introduction of the program for retirement athletes(Korea Sports Council 2018) • Gathering information about careers thorough the Worknet(www.work.go.kr)
	9	Setting career goals	<ul style="list-style-type: none"> • Filling in a Mandal-Art planner(Kim, Kim et al., 2017) • Creating the S.M.A.R.T. plan(Doran, 1981) • Application on S-Mandal-Art
Closing	10	Finishing the program	<ul style="list-style-type: none"> • Summarizing the career group counseling • Sharing outcome for each session • Response of posttest

1) 정확한 자기평가

정확한 자기평가를 분석한 결과, 시간과 집단 사이의 상호작용이 유의한 것으로 나타났다. $F(1, 8)=13.25, p=.007, \eta^2=.624$. 집단 내 시간에 따른 차이도 유의미한 것으로 나타났다. $F(1, 8)=30.56, p=.001, \eta^2=.793$. 아래 그래프 <Figure 3>을 살펴보면 실험집단의 경우 사전검사($M=2.72, SD=.38$)에 비해서 사후검사($M=4.08, SD=.30$)의 평균점수가 1.36 증가하였다. 이와는 달리 통제집단은 사전검사($M=3.48, SD=.70$)에 비해서 사후검사($M=3.76, SD=.75$)의 평균점수가 .28 증가하였다. 실험집단의 자기평가가 통제집단에 비해서 보다 증가하였다.

2) 직업정보수집

직업정보수집을 분석한 결과, 시간과 집단 사이의 상호작용이 유의한 것으로 나타났다. $F(1, 8)=13.88, p=.006, \eta^2=.634$. 집단 내 시간에 따른 차이도 유의한 것으로 나타났다. $F(1, 8)=64.65, p=.000, \eta^2=.890$. 아래 그래프 <Figure 4>를 살펴보면, 실험집단의 경우 사전검사($M=2.52, SD=.23$)에 비해서 사후검사($M=3.72, SD=.29$)의 평균점수가 1.20 증가하였다. 반면에 통제집단의 경우

사전검사($M=3.20, SD=.23$)에 비해서 사후검사($M=3.64, SD=.29$)의 평균점수 .45 증가하였다. 즉 실험집단의 직업정보가 통제집단에 비해서 증가하였다.

3) 목표선택

목표선택을 분석한 결과, 시간과 집단 사이의 상호작용이 유의한 것으로 나타났다. $F(1, 8)=10.12, p=.013, \eta^2=.559$. 집단 내 시간에 따른 차이도 유의한 것으로 나타났다. $F(1, 8)=9.16, p=.016, \eta^2=.534$. 아래 그래프 <Figure 5>를 살펴보면, 실험집단의 경우 사전검사($M=2.44, SD=.38$)에 비해서 사후검사($M=4.04, SD=.30$)의 평균점수가 1.60 증가하였다. 반면에 통제집단의 경우 사전검사($M=3.60, SD=.38$)에 비해서 사후검사($M=3.56, SD=.30$)의 평균점수가 .04 감소하였다. 즉 실험집단의 목표선택이 통제집단에 비해서 보다 증가하였다.

4) 미래계획수립

미래계획수립을 분석한 결과, 시간과 집단 사이의 상호작용이 유의한 것으로 나타났다. $F(1, 8)=13.11, p=.007, \eta^2=.621$. 집단

Table 5. Career decision self-efficacy

Variable	Source		SS	df	MS	F	p	η^2
Self-appraisal	Within	T	3.36	1	3.36	30.56	.001	.793
		T*G	1.45	1	1.45	13.25	.007*	.624
		E(T)	.88	8	.11			
	Betw.	G	.24	1	.24	.44	.523	.053
		E	4.33	8	.54			
Occupational information	Within	T	3.36	1	3.36	64.65	.000	.890
		T*G	.72	1	.72	13.88	.006*	.634
		E(T)	.41	8	.05			
	Betw.	G	.45	1	.45	.68	.431	.079
		E	5.23	8	.65			
Goal selection	Within	T	3.04	1	3.04	9.16	.016	.534
		T*G	3.36	1	3.36	10.12	.013*	.559
		E(T)	2.65	8	.33			
	Betw.	G	.57	1	.57	.64	.444	.075
		E	7.12	8	.89			
Planning	Within	T	4.05	1	4.05	42.49	.000	.842
		T*G	1.25	1	1.25	13.11	.007*	.621
		E(T)	.763	8	.095			
	Betw.	G	1.01	1	1.01	.805	.396	.091
		E	10.06	8	1.25			
Problem-solving	Within	T	1.56	1	1.56	13.63	.006	.630
		T*G	.512	1	.51	4.45	.068	.358
		E(T)	.920	8	.11			
	Betw.	G	.800	1	.80	1.214	.303	.132
		E	5.272	8	.65			

* $p < .05$

**T: Time/ G: Group/ E: Error

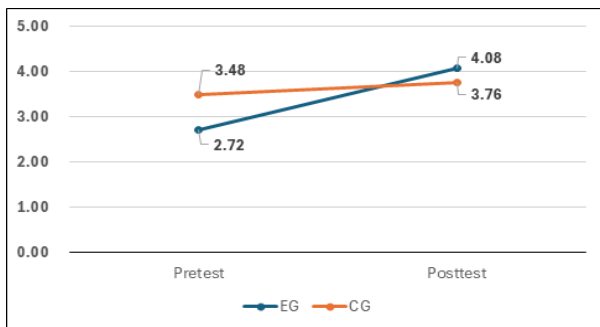


Fig. 3. Self-appraisal

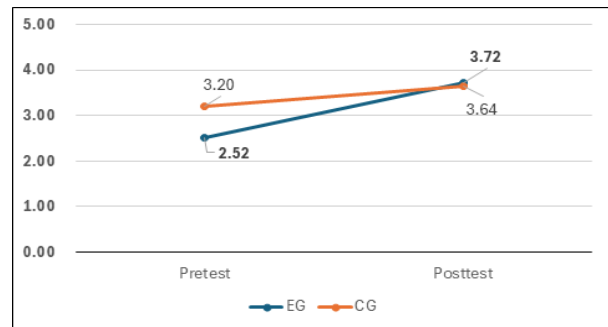


Fig. 4. Occupational information

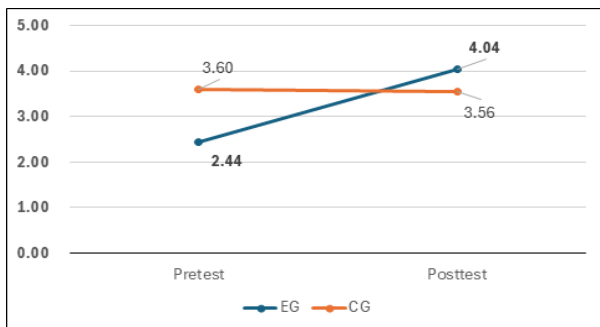


Fig. 5. Goal selection

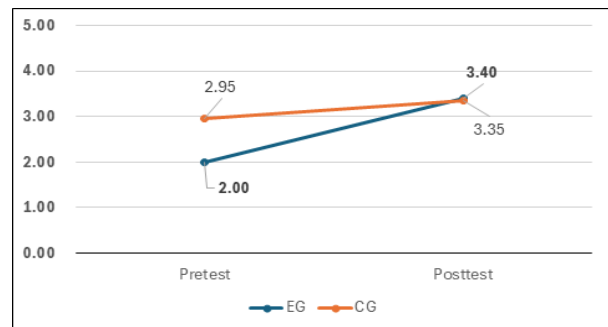


Fig. 6. Planning

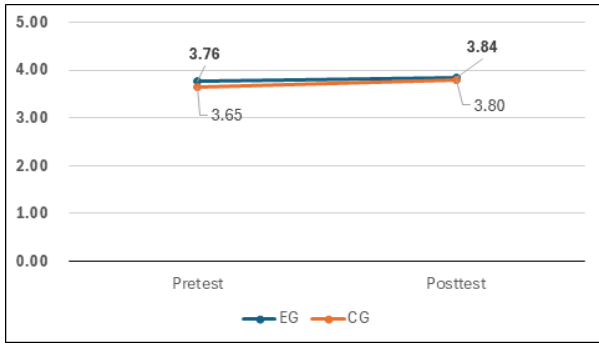


Fig. 7. Problem-solving

내 시간에 따른 차이도 유의한 것으로 나타났다. $F(1, 8)=42.49, p=.000, \eta^2=.842$. 아래 그래프 <Figure 6>을 살펴보면 실험집단의 경우 사전검사($M=2.00, SD=.38$)에 비해서 사후검사($M=3.40, SD=.34$)의 평균점수가 1.40 증가하였다. 반면에 통제집단의 사전검사($M=2.95, SD=.38$)에 비해서 사후검사($M=3.35, SD=.34$)의 평균점수가 .40 증가하였다. 즉 실험집단의 미래계획이 통제집단에 비해서 보다 증가하였다.

5) 문제해결

문제해결을 분석한 결과, <Figure 7>과 같이 시간과 집단 사이의

상호작용에 유의한 차이가 나타나지 않았다. $F(1, 8)=4.45, p=.068, \eta^2=.358$. 그러나 집단 내 시간에 따른 유의한 차이가 나타났다. $F(1, 8)=13.63, p<.01, \eta^2=.630$. 시간에 따른 실험집단의 변화를 확인하기 위해서 사전검사와 사후검사 자료를 활용해 대응표본 t -test를 실시하였다. 그 결과, t 값 -3.41 , 사전검사($M=2.88, SD=.57$)와 사후검사($M=3.76, SD=.26$)의 평균 점수는 통계적으로 유의한 차이가 나타났다($p<.05$).

진로태도성숙의 변화

진로집단상담 프로그램의 처치에 따라 실험집단과 통제집단의 진로태도성숙의 변화가 있는지를 분석하기 위해서 반복측정 분산분석을 실시하였다. 구체적인 분석결과는 아래 <Table 6>과 같다.

1. 결정성

결정성을 분석한 결과, 시간과 집단 사이의 상호작용이 유의한 것으로 나타났다. $F(1, 8)=9.47, p=.015, \eta^2=.542$. 집단 내 시간에 따른 차이도 유의한 것으로 나타났다. $F(1, 8)=2.73, p=.004, \eta^2=.658$. 아래 그래프 <Figure 8>을 살펴보면 실험집단의 경우 사전검사($M=2.46, SD=.11$)에 비해서 사후검사($M=3.78, SD=.27$)의 평균점수가 1.32 증가하였다. 반면에 통제집단의 경우 사전검사($M=2.76, SD=.11$)에 비해서 사후검사($M=2.92, SD=.27$)의 평균점수가 .16 증가하였다. 즉 실험집단의 결정성이 통제집단에 비해서 보다 증가하였다.

Table 6. Career attitude maturity

Variable	Source	SS	df	MS	F	p	η^2	
Determination	Within	T	2.73	1	2.73	15.42	.004	.658
		T*G	1.68	1	1.68	9.47	.015*	.542
		E(T)	1.42	8	.178			
	Betw.	G	.39	1	.39	1.49	.256	.157
		E	2.10	8	.23			
Purpose	Within	T	.06	1	.06	.37	.556	.045
		T*G	.22	1	.22	1.34	.280	.144
		E(T)	1.34	8	.16			
	Betw.	G	.75	1	.75	1.66	.233	.173
		E	3.60	8	.45			
Certainty	Within	T	.76	1	.76	4.81	.060	.376
		T*G	1.20	1	1.20	7.59	.025*	.487
		E(T)	1.26	8	.15			
	Betw.	G	.42	1	.42	2.15	.181	.212
		E	1.56	8	.19			
Preparedness	Within	T	.31	1	.31	3.41	.102	.299
		T*G	.04	1	.04	.44	.525	.052
		E(T)	.73	8	.09			
	Betw.	G	1.62	1	1.62	3.96	.082	.331
		E	3.27	8	.41			
Independence	Within	T	.32	1	.32	4.60	.064	.365
		T*G	.59	1	.59	8.35	.020*	.511
		E(T)	.56	8	.07			
	Betw.	G	.75	1	.75	2.91	.126	.267
		E	2.07	8	.25			

* $p<.05$

**T: Time/ G: Group/ E: Error

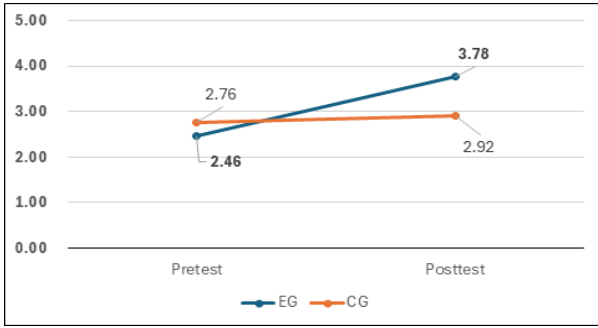


Fig. 8. Self-appraisal

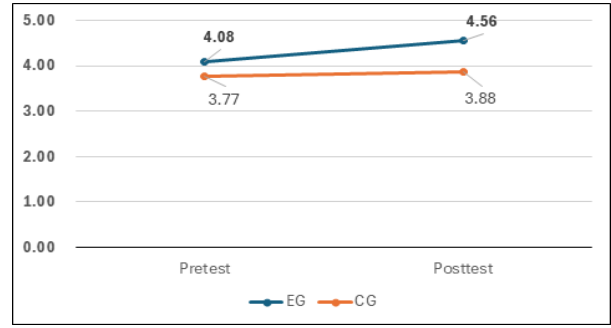


Fig. 9. Occupational information

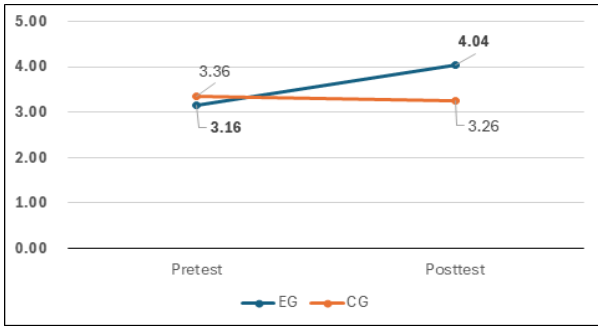


Fig. 10. Goal selection

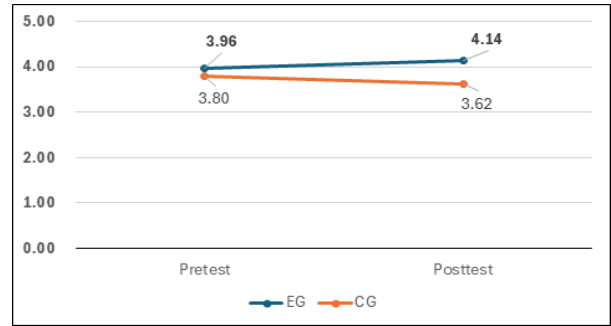


Fig. 11. Planning

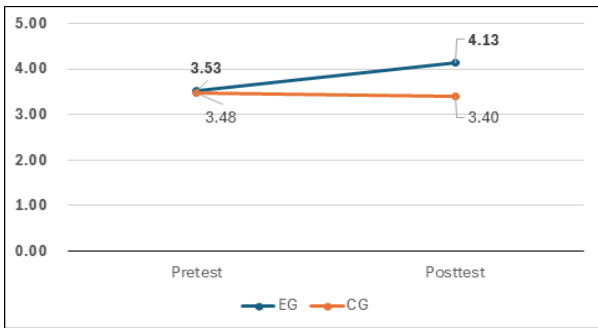


Fig. 12. Goal selection

2. 목적성

목적성을 분석한 결과, <Figure 9>과 같이 시간과 집단 사이의 상호작용은 유의하지 않는 것으로 나타났다. $F(1, 8)=1.34, p=.280, \eta^2=.144$. 집단 내 시간에 따른 차이 역시 유의하지 않은 것으로 나타났다. $F(1, 8)=.37, p=.556, \eta^2=.045$. 시간에 따른 실험집단의 변화를 확인하기 위해서 사전검사와 사후검사 자료를 활용해 대응 표본 t -test를 실시하였다. 그 결과, t 값이 -1.23 로 사전검사 평균 $3.47(SD=.62)$ 과 사후검사 평균 $3.80(SD=.62)$ 은 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다($p=.28$).

3. 확산성

확산성을 분석한 결과, 시간과 집단 사이의 상호작용이 유의한 것으로 나타났다. $F(1, 8)=7.59, p=.025, \eta^2=.487$. 반면 집단 내 시간에 따른 차이는 유의하지 않는 것으로 나타났다. $F(1, 8)=4.81,$

$p=.060, \eta^2=.376$. 아래 <Figure 10>을 살펴보면 실험집단의 경우 사전검사($M=3.16, SD=.16$)에 비해서 사후검사($M=4.04, SD=.21$)의 평균점수가 .88 증가하였다. 반면에 통제집단의 경우 사전검사($M=3.36, SD=.16$)에 비해서 사후검사($M=3.26, SD=.21$)의 평균점수가 .10 감소하였다. 즉 실험집단의 확산성이 통제집단에 비해서 보다 증가하였다.

4. 준비성

준비성을 분석한 결과, 아래 <Figure 11>과 같이 시간과 집단 사이의 상호작용에서 유의한 차이가 나타나지 않았다. $F(1, 8)=44, p=.525, \eta^2=.052$. 집단 내 시간에 따른 유의한 차이가 나타나지 않았다. $F(1, 8)=3.41, p=.102, \eta^2=.299$. 시간에 따른 실험집단의 변화를 확인하기 위해서 사전검사와 사후검사 자료를 활용해 대응 표본 t -test를 실시하였다. 그 결과, t 값이 -1.51 로 사전검사 평균 $3.70(SD=.50)$ 과 사후검사 평균 $4.04(SD=.35)$ 은 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다($p=.202$).

5. 독립성

독립성을 분석한 결과, 시간과 집단 사이의 상호작용에서 유의한 차이가 나타났다. $F(1, 8)=8.35, p=.020, \eta^2=.511$. 반면 집단 내 시간에 따른 유의한 차이가 나타나지 않았다. $F(1, 8)=4.60, p=.064, \eta^2=.365$. 아래 그래프를 <Figure 12>를 살펴보면, 실험집단의 경우 사전검사($M=3.53, SD=.16$)에 비해서 사후검사($M=4.13, SD=.19$)의 평균점수가 .60 증가하였다. 반면에 통제집단의 경우 사전검사($M=3.48, SD=.16$)에 비해서 사후검사($M=3.40, SD=.19$)의 평균 점수는 .08 감소하였다. 즉 실험집단의 독립성이 통제집단에 비해서 보다 증가하였다.

Table 7. Achievement for each sessions

Sess.	Contents(frequency)
1	<ul style="list-style-type: none"> • Consideration about the future after retirement(4) • Interest in jobs one wants(1)
2	<ul style="list-style-type: none"> • Self-understanding(5) • Communication with colleagues(2) • Understanding of the colleagues(1)
3	<ul style="list-style-type: none"> • Identification jobs that fit results of career tests(3) • Perception of the similarity between the interesting jobs and results of career tests(2) • Check on jobs one don't know(2) • Identification main competencies(1) • Solidified interesting jobs(1)
4	<ul style="list-style-type: none"> • Thinking about 'I can do it'(3) • Positive mentality by roll-model(1) • Understanding jobs that one wants(1) • Building rapport with colleagues(1)
5	<ul style="list-style-type: none"> • Perception of my strengths(3) • Discovery of a new strength(2) • Positive mentality when one transfers other job(2) • Career self-efficacy by a new strength(1) • Understanding colleagues' thought on me(1) • Clarifying career goals(1) • Identification job competency(1)
6	<ul style="list-style-type: none"> • Identification jobs that one don't know(3) • Check on various jobs(2) • Confidence in jobs that one wants(2) • Career choice(1) • Enhancing a career interest(1)
7	<ul style="list-style-type: none"> • Exploration into solving ideas(2) • Usefulness about a way to explore solving ideas with colleagues(2) • Exploration into career barriers(1) • Confidence by solving ideas(1)
8	<ul style="list-style-type: none"> • Understanding interesting in jobs(4) • Discovery of useful a internet site(1) • Job preparation(1)
9	<ul style="list-style-type: none"> • Setting specific goals(6) • Understanding about career(3) • Plan for specific career(2)
10	<ul style="list-style-type: none"> • Positive mentality to achieve career(1) • Experience of career development(1) • Increase in career interest(1)

회기별 성과 평가

회기별로 연구 참여자를 대상으로 프로그램을 통해서 어떤 변화가 있었는지를 살펴본 결과, 아래 <Table 7>과 같이 나타났다. 진로집단상담 프로그램을 안내한 1회기에서 연구대상자들은 은퇴 후 미래를 구상하고, 직업에 대해 관심을 갖기 시작했다. 자기이해와 친밀감 형

성을 목표로 한 2회기에서 연구대상자들은 자신을 이해하고, 동료와 친숙한 이야기를 나누며 소통했다. 진로특성을 이해한 3회기에서 연구대상자들은 진로검사결과에 알맞은 직업을 확인하고, 예전에 알지 못했던 새로운 직업을 살펴봤다. 학습경험을 주제로 한 4회기에서 연구대상자들은 '할 수 있다'라는 자기효능감을 높였으며, 대리경험을 통해서 긍정적인 마인드를 형성했다. 진로역량을 개발한 5회기에서 연구 참여자들은 자신의 장점을 인식하거나 새로운 강점을 발견했으며, 진로전환 시 긍정적인 마음가짐을 생성했다. 직업흥미를 확인한 6회기에서는 평소 알지 못했던 다양한 직업을 확인했으며, 평소 선호했던 직업에 대한 확신을 가졌다. 진로장벽을 해결한 7회기에서 연구대상자들은 동료들과 함께 진로장벽을 해결할 수 있는 방안을 탐색하고, 활동의 유용성을 경험했다. 진로로드맵을 작성한 8회기에서 연구대상자들은 관심 있던 직업을 심층적으로 이해했으며, 새로운 직업을 준비하는 것이 가능했다. 진로목표를 수립한 9회기에서 모든 연구 참여자들은 진로에 대한 구체적인 목표를 수립했다. 진로집단상담 프로그램을 마무리한 10회기에서 연구 참여자들은 진로에 대해서 심층적으로 이해했으며, 구체적인 진로를 설계했다.

논의

본 연구는 대학운동선수의 진로발달을 위한 집단상담 프로그램을 개발하고 적용하는 데 목적이 있다. 먼저 사회인지 진로이론 중 진로선택 모형을 기초로 대학운동선수의 진로발달을 위한 집단상담 프로그램을 개발하였다. 진로집단상담 프로그램은 도입, 개인과 배경 맥락 이해, 효능감 및 결과기대 향상, 진로흥미발달, 진로선택, 정리를 포함한 6단계로 구성된 총 10회기(회기당 45분)로 제작하였다. 개발한 프로그램은 예비 연구와 전문가 평가를 통해서 타당성을 확보하였다. 선행연구에서도 본 프로그램의 내용을 뒷받침하고 있다. 문장완성검사를 통해서 응답자는 자신의 동기, 가치, 태도를 이해 할 수 있다(Kim et al., 2016). 문장완성검사는 운동선수들 간의 친밀감 형성에도 효과적이다(Kim, 2008). Bandura(1977)의 자기효능감 이론을 토대로 개발된 주요능력효능감검사는 신체 및 운동능력을 포함해 9개 영역을 측정하며, 각 능력과 관련된 직업군을 제시한다(Yim et al., 2012). 또한 스포츠에서 경력전환에 성공한 사례는 연구대상자의 대리학습을 촉진시켜 자기효능감을 향상시킬 수 있다(Lent et al., 1994). 직업카드분류는 체험적이고 유희성이 가미된 활동(Kim, 2011)으로 진로발달에 미숙한 운동선수가 직업을 탐색하는 데 효과적이다. 끝으로 진로로드맵은 대한체육회(Korean Sport & Olympic Committee, 2018)에서 실시하는 운동선수 진로교육 교재에 포함된 내용으로 운동선수가 진로를 탐색하고 관련 정보를 수집하는데 활용되어 왔다.

한편 비동등 통제집단 설계를 활용해 진로결정자기효능감, 진로태도성숙에 대한 이원 반복측정 분산분석과 대응표본 t-검정을 실시하였다. 연구 결과를 중심으로 다음과 같이 논의할 수 있다.

첫째, 진로결정자기효능감의 하위요인인 자기평가, 직업정보, 목표선택, 미래계획에서 시간(사전/사후) × 집단(실험집단/통제집단) 간의 유의한 상호작용이 나타났다. 진로결정자기효능감의 하위요인인 문제해결의 경우 시간 × 집단 간의 유의한 상호작용이 나타나지 않았지만 실험집단에서 시간에 따른 유의미한 차이가 나타났다. 이러한 결과를 통해서 본 연구에 개발한 진로집단상담 프로그램이 대

학운동선수의 진로결정자기효능감을 향상시키는 데 효과가 있다고 해석할 수 있다.

진로결정자기효능감의 자기평가는 자신의 역량, 추구하는 직업, 가치 및 생활방식에 대한 효능감을, 직업정보는 선호하는 직업에 대한 정보를 탐색할 수 있는 효능감을 의미한다. 진로결정자기효능감의 또 다른 하위요인인 목표선택은 진로결정에 대한 효능감을, 미래계획은 향후 취업 과정에서 요구되는 절차에 대한 효능감 그리고 문제해결은 진로결정 과정에서 문제를 해결할 수 있는 효능감을 측정한다(Betz et al., 1996).

추가적으로 회기별 성과 평가에서도 진로집단상담이 대학운동선수의 진로결정자기효능감에 긍정적인 영향을 미친다는 것을 확인할 수 있다. 연구대상자들이 2회기에서 자신을 이해하고, 3회기에서는 자신의 진로 특성에 맞는 직업을 확인한 성과는 자기평가와 연관성이 있다. 또한 연구대상자들이 6회기에서 다양한 직업을 이해하고, 8회기에서는 관심 있는 직업의 보수, 자격 사항 및 미래 전망 등에 대한 정보를 수집한 성과는 직업정보와 연관성이 있다. 연구대상자들은 7회기에서 동료와 함께 진로장벽을 해결할 수 있는 방안을 개발하고, 9회기에서 구체적인 진로 목표를 설정한 사실은 미래계획 및 문제해결과 관련이 있다.

진로상담 프로그램이 학교폭력 피해 중학생의 진로결정자기효능감을 향상시킨 것으로 나타났으며(Kim, 2016), 사회인지 진로상담 프로그램은 중년 여성의 진로결정자기효능감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(Kim, 2020). REBT 이론(Pang, 2017)과 다중지능이론(Kim & Kim, 2012)을 토대로 구성한 진로집단상담 프로그램 역시 대학생의 진로결정자기효능감을 향상시키는 것으로 밝혀졌다. 유사하게 본 프로그램에서 계획한 진로장벽(Kim & Jin, 2021), 사회적지지(Choi & Song, 2023)가 운동선수의 진로결정자기효능감에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이상의 연구들은 본 연구의 결과를 뒷받침한다.

둘째, 진로태도성숙의 하위요인인 결정성, 확신성, 독립성에서 시간(사전/사후) × 집단(실험집단/통제집단) 간의 유의한 상호작용이 나타났다. 반면에 진로태도성숙의 하위요인인 목적성, 준비성에서는 시간 × 집단 간의 유의한 상호작용이 나타나지 않았으며, 실험집단에서 시간에 따른 유의한 차이도 나타나지 않았다. 이러한 결과를 통해서 본 연구의 진로집단상담 프로그램은 대학운동선수의 진로태도성숙을 향상시키는 데 부분적인 효과가 있다고 해석할 수 있다.

진로태도성숙에서 결정성은 진로에 대한 결정 수준, 목적성은 사회경제적 수준보다 자아실현을 추구하는 수준을 의미한다. 또한 확신성은 결정한 진로에서 성공할 수 있다는 확신 수준, 준비성은 진로에 대한 이해와 준비 수준 그리고 독립성은 주체적인 진로결정 수준을 의미한다(Lee & Han, 1997).

회기별 성과 평가에서도 연구대상자들은 3회에서 자신에게 맞는 직업을 확인하고, 10회기에서는 심층적이고 구체적인 진로를 결정한 성과는 결정성과 연관성이 있다. 또한 연구대상자들은 4회기에서 성공적으로 진로전환을 할 수 있다고 생각했으며, 5회기에서는 긍정적인 마음가짐을 형성한 것이 확신성에 긍정적인 영향을 미쳤을 것이다. 10회기 동안 연구대상자들은 지도자나 부모에게 예속되지 않고 동료들과 함께 주체적으로 자신의 진로를 탐색하고 결정했다는 측면에서 독립성과 관련이 있을 것이다.

다수의 선행연구에서도 본 연구의 결과를 지지한다. 대학생의 진로태도성숙은 진로결정에 직접적인 영향을 미친다(So, 2011). 진

로탐색 집단상담은 학업중단 청소년의 진로결정수준을 향상시킨다(Kim & Kim, 2015). 대학 신입생을 대상으로 진로집단상담 프로그램을 실시한 결과, 진로태도성숙이 유의미하게 향상된 것으로 나타났다(Kim, 2020). 또한 진로집단 상담프로그램은 여대생의 진로태도성숙에도 긍정적인 영향을 미친다(Heo, 2013). Kim et al.(2023)의 연구에서도 진로프로그램은 대학운동선수의 삶의 가치 인식, 직업세계 확장, 은퇴 후 진로계획에 효과가 있는 것으로 나타났다. 그러나 진로태도성숙 중 목적성과 준비성에서는 집단 간의 유의한 상호작용이 나타나지 않았다. 이러한 결과는 다음과 같이 해석할 수 있다.

첫째, 진로태도성숙 중 목적성은 사회변화와 관련이 있을 것이다. 목적성은 사회경제적 수준보다 자아실현을 추구하는 수준을 의미한다. 그러나 최근 흠수저부터 금수저까지 부모의 자산과 소득에 따라 개인의 사회경제력을 분류하는 표현이 통용되고 있다(Lee & Seo, 2024). 대학생은 고등학생과는 달리 인간관계와 일상의 변화로 지출이 늘어나고(Hong & Lim, 2018), 구직난이 심화되면서 자격 취득, 해외연수 등을 포함한 진로준비 과정에서 경제적 스트레스가 높아진다(Park, 2020). 즉 사회적으로 경제력에 대한 관심이 높고, 진로준비 비용이 증가한 것이 연구결과에 영향을 미쳤을 것이다.

둘째, 진로태도성숙 중 준비성은 진로에 대한 이해와 준비 수준을 의미하는데 이러한 결과는 성과 평가에서 나타난 다양한 직업확인, 관심 직업 이해 및 구체적인 진로목표 설정과는 상반된다. 여기서 주목할 점은 Lee & Han(1997)이 개발한 측정변수 중 일부는 “내가 원하는 직업을 가진 사람과 진로에 대해 이야기를 하길 원한다.”, “졸업한 선배들이 진학 및 진로에 대해 설명회를 해 주기를 원한다.”로 구성되어 있다. 설문 내용이 누군가와 이야기하며 직업을 이해한다는 측면에서 기대한 연구결과와 차이가 발생했을 것이다. 향후에는 이러한 가능성의 진위여부를 확인하거나 보다 체계적인 설문지 개발이 필요하다.

이상의 선행연구는 진로집단상담 프로그램이 대학운동선수의 진로태도성숙을 향상시킨다는 본 연구의 결과를 지지한다.

결론 및 제언

본 연구에서는 대학운동선수의 진로발달을 위한 집단상담 프로그램을 개발하고 적용하기 위해서 대학운동선수를 대상으로 연구를 실시하였다. 먼저 사회인지 진로이론의 자기효능감, 결과기대, 흥미, 목표 및 행동 선택을 토대로 프로그램을 개발하였다. 최초 개발한 프로그램은 예비 연구를 통해서 타당성을 검증하고 그 효과를 확인하였다. 이후 본 연구에서는 참여자를 실험집단과 통제집단으로 구분한 후 최종 확정된 진로집단상담 프로그램을 적용하고 그 효과를 검증하였다. 이를 종합하면 다음과 같이 결론지을 수 있다.

첫째, 대학운동선수의 진로발달을 위해서 도입, 개인과 배경맥락 이해, 효능감 및 결과기대 향상, 진로흥미발달, 진로선택, 정리를 포함한 6단계, 총 10회기(회기당 45분)로 구성된 진로집단상담 프로그램이 개발되었다.

둘째, 본 연구의 진로집단상담 프로그램은 대학운동선수의 진로결정자기효능감의 하위요인 중 자기평가, 직업정보, 목표선택, 미래계획, 문제해결 그리고 진로태도성숙의 하위요인 중 결정성, 확신성 및 독립성을 향상시키는 데 효과가 있는 것으로 나타났다.

셋째, 연구대상자로부터 성과 평가를 분석한 결과 진로집단상담

프로그램이 대학운동선수의 진로발달에 효과가 있는 것으로 나타났다. 구체적으로 연구대상자들은 자기이해, 진로특성이해, 진로에 대한 자기효능감 향상, 강점인식, 다양한 직업확인, 진로장벽 해결방안 마련, 심층적인 관심 직업 이해 및 구체적인 진로목표 설정을 달성한 것으로 나타났다.

본 연구의 내용을 종합해 미래 연구를 위한 제언을 아래와 같이 정리하였다. 첫째, 진로집단상담에 대한 운동부 지도자의 인식을 개선할 수 있는 개입전략이 필요하다. 진로발달 측면에서 대학운동선수에게는 운동과 함께 진로상담이 이루어지는 것이 타당하다. 그러나 일부 운동부 지도자는 진로집단상담이 운동선수의 주의 분산, 운동열정 감소 및 팀 분위기 저해 등을 유발할 것이라고 우려하였다. 이러한 지도자의 인식은 대학운동선수가 스포츠 은퇴 후 진로를 준비하고 탐색 및 결정하는 데 장애물로 작용할 수 있다.

둘째, 연구 참여자 선정 시 무선 표집과 배정을 활용해 연구를 설계할 필요가 있다. 본 연구에서는 운동부 특성으로 인해서 집단을 의도적 표집방법으로 선정하였으며, 실험집단과 통제집단을 무선적으로 배정하지 못했다. 이러한 이유로 본 연구의 결과에는 집단 표집 및 배정, 시간에 따른 성숙 그리고 통계적 회귀로 인한 영향력을 배제할 수 없다. 향후 연구에서는 준 실험설계보다 타당성이 높은 진 실험설계가 요구된다.

셋째, 연구 참여자의 특성에 따른 진로집단상담 프로그램의 차이를 확인할 필요가 있다. 선행연구에서 스포츠 은퇴는 부상, 노화, 방출 등에 의해서 결정되는 것으로 나타났다. 대학운동선수의 부상 경력과 수준, 연령 및 학년, 방출 여부 등은 진로전환에 대한 준비, 탐색, 결정 수준에 영향을 미칠 가능성이 높다. 그러나 본 연구에서는 이러한 변수를 특정하지 못한 한계점이 있다.

넷째, 향후 본 프로그램을 적용하기 위해서는 외적 타당성을 고려해야 한다. 역사 요인으로 인해서 본 연구의 결과를 일반화시키기 위해서는 신중함이 필요하다. 본 연구를 실시할 당시 코로나 19가 전국적으로 확산되어 대부분의 대학운동부에서는 집합 훈련이 정상적으로 이루어지지 않았으며, 각종 대회가 순연 또는 취소되면서 진로에 대한 대학운동선수의 태도, 인식 등에 영향을 미칠 가능성이 있다.

끝으로 본 연구의 결과가 대학운동선수뿐 아니라 다양한 연령과 종목 및 진로발달 수준에 따라 진로집단상담 프로그램을 각색할 때 활용될 수 있을 것이다. 본 연구가 운동선수의 진로발달과 스포츠 은퇴에 대한 학계의 관심을 고취시키는 촉매제가 되기를 기대한다.

CONFLICT OF INTEREST

논문 작성에 있어서 어떠한 조직으로부터 재정을 포함한 일체의 지원을 받지 않았으며 논문에 영향을 미칠 수 있는 어떠한 관계도 없음을 밝힌다.

AUTHOR CONTRIBUTION

Conceptualization: D. H. Kim, Data curation: D. H. Kim, Formal analysis: D. H. Kim, Methodology: D. H. Kim, Projectadministration: D. H. Kim, Visualization: D. H. Kim, Writing-original draft: D. H. Kim, Writing-review & editing: D. H. Kim

참고문헌

- Arnett, J. J. (2024). *Emerging adulthood: the Winding road from the late teens through the twenties* (안윤정, 심현아, 이상원, 김민선 역.). 서울: 텍스트. (원저 2015년 출판)
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Betz, N. E., Klein, K. L., & Taylor, K. M. (1996). Evaluation of a short form of the career decision-making self-efficacy scale. *Journal of Career Assessment*, 4(1), 47-57.
- Blustein, D. L. (2006). *The psychology of working: A new perspective for career development, counseling, and public policy*. Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Brown, S. D., & Lent, R. W. (1996). A social cognitive framework for career choice counseling. *The Career Development Quarterly*, 44, 354-366.
- Chang, D. S., Yoon, G. W., Yook, Y. S., Lee, K. S., Kim, M. S., & Oh, W. S. (2017). Application of career group counseling program by life cycle of retired athletes and future tasks (NRF Publication No. 2017S1A5A2A03067808). Korean Research Memory.
- Cho, H. Y. (2010). A comparative study on the career maturity and college life on university freshmen and undergraduate students. *Journal of Evaluation on Counseling*, 3(2), 15-30.
- Choi, C., & Song, E. I. (2023). The effect of social support college athletes on career decision-making self-efficacy and career maturity. *Journal of Martial Arts*, 18(1), 4158.
- Choi, H. Y., & Chung, Y. C. (2012). The narratives of retired female Handball Players. *Korean Journal of Physical Education*, 51(6), 83-93.
- Chon, T. J., & Choi, J. S. (2017). Development of a career transition program for college student-athletes. *Journal of Wellness*, 12(3), 27-38.
- Chung, J. H. (2010). In research of women's national Basketball team players' perception of retirement. *Korean Journal of Sport Science*, 21(1), 1051-1062.
- Chung, Y. S. (2011). Constructs of life skills through Taekwondo practice and the development of its measurement scale. *Korean Journal of Physical Education*, 50(3), 227-237.
- Demulier, V., Scanff, C. L., & Stephan, Y. (2013). Psychological predictors of career planning among active elite athletes: an Application of the social cognitive career theory. *Journal of Applied Sport Psychology*, 25(3), 341-353.
- Doran, G. T. (1981). There's a S.M.A.R.T. way to write management's goals and objective. *Management Review*, 70(11), 35-36.
- Gyeongsangbuk-do Office of Education(2014). *The program to be friends*. Itself.
- Heo, J. C. (2013). Effect of career exploration group counselling program on career decision-making self-efficacy and career maturity of female colleges. *The Journal of the Korean Contents Society*, 12(10), 227-236.
- Hong, S. Y., & Lim, S. T. (2018). The transition experiences and types of the first-year college students: grounded theory approach. *Journal of Future Oriented Youth Society*, 15(2), 1-31.
- Jang, H. J. (2006). The relationship between career counsel of university athletes, and career exploratory behavior. *Korean Journal of Physical Education*, 45(4), 149-157.
- Jang, S. H., & Kim, I. H. (2016). Retirement circumstances and social adaptation experience in the re-socialization process of Badminton players. *Korean Journal of Physical Education*, 55(5), 29-41.
- Janis, I. L., & Mann, L. (1977). *Decision making*. New York: Free Press.
- Jun, S. H., & Park, J. H. (2002). Career counseling in sport-related fields. *Proceedings of Korean Society of Sport Psychology*, 4, 131-153.
- Kim, B. H. (2011). Current state and tasks for using vocational cards in career education. *The Journal of Yeolin Education*, 19(1), 175-196.
- Kim, B. R., & Kim, B. W. (2015). The effects of the collective career exploration counseling program on the career decision level and the career identity of the dropout students. *The Journal of Career Education Research*, 28(2), 1-22.
- Kim, B. W. (2004). *Career guidance and counseling for training teachers*. E-learning content from Korea University of Technology & Education.
- Kim, B. W., Kang, E. H., Kang, H. Y., Gong, Y. J., Kim, Y. B., Kim, H. S., ... & Hwang, M. H. (2018). *Career counseling*. Seoul: Hakjisa.
- Kim, B. W., Lee, J. K., You, H. S., Hwang, M. H., Gong, Y. J., Son, J. H., ... & Son, E. R. (2010). *Career counseling theory*. Seoul: Hakjisa.
- Kim, C. D. (2002). Developing and evaluating a youth group counseling program. In H. S. Lee(Ed.). *Running a youth group counseling (pp. 75-108)*. Seoul: Korea Youth Counseling & Welfare Institute.
- Kim, C. D., Kim, H. S., Shin, E. J., Lee, S. H., & Choi, H. N. (2015). *Development and evaluation of counseling and psychological education programs*. Seoul: Hakjisa.
- Kim, C. K., Lee, S. Y., Lee, Y. J., Jung, J. J., & Choi, W. Y. (2016). *Theory and practice of counseling(2nd ed.)*. Seoul: Hakjisa.
- Kim, D. H., & Chang, D. S. (2019). The relationship between career decision-making self-efficacy and retirement anxiety in university athletes. *Sport Science*, 36(2), 105-115.
- Kim, E. H. (2016). The effects of the career counseling program on the resilience and the career decision self-efficacy of the middle school violence victims. *The Journal of Career Education Research*, 29(4), 111-133.
- Kim, H. Y., & Jin, S. M. (2021). The effects of career barriers perceived by athletes on career resilience with the mediating role of career decision-making self-efficacy. *Global Creative Leader: Education & Learning*, 11(3), 229-259.

- Kim, H. Y., Kim, M. J., Lim, S. H., Hong, D. U., & Jun, M. H. (2020).** Development of a group counseling program and examination of its effects for improving career attitude maturity of college pre-major students. *The Journal of Career Education Research*, 33(1), 181-199.
- Kim, J. T., & Kim, W. S. (2014).** Social adaptation process and supporting factors of minor-league professional soccer players after retirement. *Journal of Sport and Leisure Studies*, 56, 105-121.
- Kim, J. W., & Kim, M. S. (2012).** The effects of career group counseling based upon multiple intelligence theory on career decision-making, career self-efficacy, and career maturity for college students. *The Journal of Career Education Research*, 25(3), 201-227.
- Kim, J. Y., Park, I. S., & Lim, S. J. (2017).** Them development and validation of a dance career development competency inventory for dance majors: Viewpoint of the social cognitive career theory. *Korean Journal of Physical Education*, 56(2), 461-475.
- Kim, K. O., & Lee, K. I. (2013).** Retired female athlete's social barriers and alternative strategies: A photovoice study. *Korean Society for the Sociology of Sport*, 26(3), 25-52.
- Kim, K. M. Han, X., Kim, H. N., & Lee, B. R. (2023).** Study on the development of career program for student-athletes based on transferable skills: Applying research design. *The Journal of Career Education Research*, 36(4), 49-79.
- Kim, K. W. (2014).** Policy suggestions for athlete's career development and transition: A case of german support program for athlete's dual career. *The Asian Journal of Kinesiology*, 16(4), 101-113.
- Kim, S. R., & Lee, J. R. (2016).** An exploration about social networking process of retired athletes. *Korean Journal of Physical Education*. 55(6), 67-83.
- Kim, S. H., Kim, C. W., Jung, C. H., Park, J. S., Kim, J. D., & Suh, K. (2017).** Development of evaluation indicators for web-based agricultural water information system using Mandal-art method. *Journal of The Korean Society of Rural Planing*, 23(4), 49-59.
- Kim, Y. J. (2020).** *Development and effects of social cognitive career counseling program for middle-aged female learners*. Ph.D. Dissertation, Deagu University.
- Kim, Y. S. (2008).** *The development and intervention of sport team-building program through group counseling approach*. Unpublished doctoral dissertation, Seoul National University.
- Korea Contents Media (2014).** *A youth job card*. Itselt.
- Korean Sport & Olympic Committee (2018).** *Preparation and challenges for the future*. Itselt.
- Kwon, E. K. (2013).** *The development and verification of a career group-counseling program based on social cognitive career theory for university students*. Unpublished doctoral dissertation, Kyungnam University.
- Kwon, H. I., & Choi, M. H. (2020).** A study on the necessity of career education curriculum development and the educational contents proposal for college student-athletes. *Korean Journal of Physical Education*, 59(2), 109-119.
- Lawshe, C. H. (1975).** A quantitative approach to content validity. *Personnel Psychology*, 28, 563-575.
- Lee, D. J. Song, C. H., Shin, W. S., Yoo, J. H., Lee, K. J., Lee, J. W., ... & Han, J. T. (2018).** *The new clinical research methodology*. Seoul: Pacific Books.
- Lee, G. H., & Han, J. C. (1997).** A tool for validating the career attitude measurement scale. *The Journal of Career Education Research*, 8, 219-255.
- Lee, J. S. (2016).** *Research methodology*. Gyeonggi-do: Kyoyookgwahaksa.
- Lee, S. B., & Cho, M. H. (2012).** A study on social adaption of Judo athletes post retirement. *Journal of Sport Science*, 24, 89-105.
- Lee, S. Y., & Seo, Y. S. (2024).** The Relationships between objective socioeconomic status, economic hardship, subjective socioeconomic status, and career outcome expectations: Examining the mediating effects of career decision-making learning experiences and career decision-making self-efficacy. *The Journal of Korean Career-Entrepreneurship & Business Association*, 8(5), 115-138.
- Lent, R. W., & Brown, S. D. (2013).** Social cognitive model of career self-management: Toward s unifying view of adaptive career behavior across the life span. *Journal of Counseling Psychology*, 60(4), 557-568.
- Lent, R. W., Brown, S. D., & Hackett, G. (1994).** Toward a unifying social cognitive theory of career and academic interest, choice, and performance. *Journal of Vocational Behavior*, 45, 79-122.
- Lim, E., Lee, J. Y., & Yun, Y. H. (2004).** *Development of a major and career exploration program for natural sciences and engineering students II*. Seoul: Korea Research Institute for Vocational Education and Training.
- Lim, E., Seo, Y. J., Choi, S. J., & Kim, I. H. (2012).** *Revision of career psychological examination and development of application program*. Korea Research Institute for Vocational Education and Training.
- Miller, L., & Buttell, F. P. (2018).** Are NCAA division I athletes prepared for end-of athletic-career transition? A literature review. *Journal of Evidence-Informed Social Work*, 15(1), 52-70.
- Ministry of Education. (2023).** *A study on the current status of career education in elementary and middle schools*. Itselt.
- Myung, W. S., Won, Y. S., & Ku, S. K. (2015).** A study on K-League players' perception and preparation process on retirement. *Korean Journal of Sport Science*, 26(2), 254-266.
- Nam, S. G., Chang, D. S., & Yun, J. R. (2012).** Support plan on retirement athlete's society advancement. *The Korean Journal of Sport*, 10(2), 71-87.
- No, S. H. (2006).** *The analysis of the career group counseling programs made for elementary students for schools of higher grade*. Unpublished mater's thesis, Ajou University.
- North, J., & Lavallec, D. (2004).** An investigation of potential users of career transition services in the United Kingdom. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 77-84.

- Ok, S. C. (2021).** An Exploration of career anxiety of college athletes. *The Korean Journal of Sport*, 19(4), 973-984.
- Pang, J. Y. (2017).** *The effects of a career group counseling program based on REBT theory on career identity, career decision-making level, and career decision-making self-efficacy of college students.* Unpublished doctoral dissertation, Kyungnam University.
- Park, J. W., & Han, S. H. (2011).** A comparative study of elite athlete career development and career transition support program in the United States, Australia and United Kingdom: Drawing policy suggestions and alternatives. *Korean Journal of Sport Science*, 22(1), 1739-1754.
- Park, M. J. (2020).** The financial stress and career aspiration of university students: Mediated effected of career self-efficacy and outcome expectation. *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 20(17), 795-814.
- Park, S., Lavallee, D., & Tod, D. (2013).** Athletes' career transition out of sport: A systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 6(1), 22-53.
- Rogers, M. E., & Creed, P. A. (2011).** A longitudinal examination of adolescent career planning and exploring using a social cognitive career theory framework. *Journal of Adolescence*, 34(1), 163-172.
- Rogers, M. E., Creed, P. A., & Glendon, A. I. (2008).** The role of personality in adolescent career planning and exploration: A social cognitive perspective. *Journal of Vocational Behavior*, 73(1), 132-142.
- Sacks, J. M., & Levy, S. (1950).** The sentence completion test. In L. E. Abt & L. Bellak (Eds.), *Projective Psychology: clinical approaches to the total personality* (pp. 357-402). Alfred A. Knopf.
- Shin, H. J. (2019).** Development and effectiveness of the character competencies raising program by promoting the strengths of children. *Korean Journal of Children's Media*, 18(3), 161-186.
- So, Y. H. (2011).** Analysis of the structural relations among self-determination need, career attitude maturity, career preparatory behaviors, and career decision. *The Journal of Vocational Education Research*, 30(2), 1-30.
- Sohn, E. R., Yoo, S. H., & Yun, K. M. (2015).** The effects of social cognitive career group counseling on the perceived career barriers and career decision-making self-efficacy of female engineering students. *The Journal of Vocational Education Research*, 34(3), 151-170.
- Sun, H. Y., Lee, M. H., & Park, K. T., & Um, S. H. (2009).** Analysis of group counseling program on the career awareness of elementary schoolers. *Asian Journal of Education*, 10(4), 1-30.
- Yun, T. H., Kang, D. M., Yang, S. H., Yoo, Y. J., Kim, T. H., & Kang, Y. W. (2013).** De-socialization and re-socialization of the national aerobic Gymnastic players. *The Korean Society of Sports Science*, 22(1), 301-317.

대학운동선수의 진로발달을 위한 집단상담 프로그램 개발 및 적용

김동현

한국체육대학교 강사

[목적] 본 연구는 대학운동선수의 진로발달을 위한 집단상담 프로그램을 개발하고 적용하는 데 목적이 있다.

[방법] 김창대(2002)의 집단상담 프로그램 개발 절차에 따라 사회인지 진로이론을 활용해 진로집단상담 프로그램을 개발하였다. 2차례 예비연구와 전문가 타당성 평가를 활용해 최종적인 진로집단상담 프로그램을 개발하였다. 이후 충청남도 A 대학교 태권도 선수와 서울특별시 B대학교 태권도 선수를 각각 실험집단과 통제집단으로 배정한 후 비동등 통제집단 설계를 실시하였다. 실험집단을 대상으로 도입, 개인 및 배경 맥락 이해, 효능감 및 결과기대 향상, 진로흥미발달, 진로선택, 정리를 포함한 6단계의 진로집단상담 프로그램을 회기별 45분, 주 2회(1일×2회), 총 10회 제공하였다.

[결과] 첫째, 이원 반복측정 분산분석 결과, 진로결정자기효능감의 자기평가, 직업정보, 목표선택, 미래계획 및 문제해결 그리고 진로태도성숙의 결정성, 확신성 및 독립성에서 통계적으로 유의미한 변화가 나타났다. 둘째, 회기별 성과 평가를 분석한 결과, 은퇴 후 미래 구상, 자기이해, 적성에 알맞은 직업 확인, '할 수 있다'라는 자기효능감 향상, 진로전환 시 긍정적인 마음가짐, 선호했던 직업에 대한 확신, 진로장벽 해결방안 탐색, 관심 직업 심층 이해, 구체적인 진로 목표 설정, 진로에 대한 심층 이해 등의 성과가 나타났다.

[결론] 이상의 결과를 종합하면, 진로집단상담 프로그램은 대학운동선수의 진로발달에 긍정적인 효과가 있다고 할 수 있다. 본 연구가 운동선수의 진로발달과 스포츠 은퇴에 대한 논의를 확산시키는 촉매제가 되기를 기대한다.

주요어

대학운동선수, 진로발달, 진로집단상담