産 業 關 係 硏 究
第31卷 第1號, 2021. 03. pp.23~51
ⓒ 韓 國 雇 傭 勞 使 關 係 學 會
https://doi.org/10.37926/KJIR.2021.03.31.1.23

내적 통제성, 우호적 세계관, 그리고 웰빙: 진로결정 자기효능감의 매개 역할

조 예 슬*·이 정 원**·이 동 섭***

본 연구의 목적은 자기와 세상에 대한 믿음이 웰빙에 미치는 영향을 규명하는 것이다. 구체적으로, 본 연구는 사회인지진로이론에 기대어, 내적 통제성과 우호적 세계관이 어떻게 쾌락주의적 웰빙인 행복과 자기실현적 웰빙인 삶의 의미를 향상시킬 수 있는지 과정 경로를 고찰하였다. 특히, 핵심적인 인지 기제로 진로결정 자기효능감의 매개 역할을 제안하고 검증하였다. 가설의 엄밀한 검증을 위해 연구모형 전반에서 Big 5 성격변수의 영향력을 통제하였고, 진로 관련 인식이 중요한 의미를 지니는 예비취업자들을 표본으로 선정하였다. 국내 서울 소재 3개 대학에 재학 중인 학부생 121명을 대상으로 한 설문조사 자료를 분석한 결과는 다음과 같다. 첫째, Big 5를 통제한 상태에서, 내적 통제성과 우호적 세계관은 행복, 삶의 의미와 유의한 정(+)의 관계를 보였다. 매개모형 분석 결과, 진로결정 자기효능감이 내적 통제성과 삶의 의미의 관계, 우호적 세계관과 삶의 의미의 관계를 각각 완전매개하는 것으로 나타났다. 하지만 예상과 달리, 진로결정 자기효능감이 내적 통제성과 행복의 관계, 우호적 세계관과 행복의 관계를 매개하지는 못하였다. 이러한 결과를 바탕으로 이론적·실무적 시사점을 제시하고 연구의 한계점과 향후 연구 방향을 논하였다.

▶ 주제어: 내적 통제성, 우호적 세계관, 진로결정 자기효능감, 행복, 삶의 의미

논문접수일 : 2021년 2월 27일, 심사의뢰일 : 2021년 3월 4일, 심사완료일 : 2021년 3월 15일
* (제 1저자) 고려대학교 경영학과 석박통합과정, yeniekorea@korea.ac.kr
** (공동저자) 경기대학교 경영학과 조교수, jwlee419@kgu.ac.kr
*** (교신저자) 고려대학교 경영대학 교수, dongseoplee@korea.ac.kr

Ⅰ. 서 론

웰빙(well-being)의 사전적 정의는 “the state of being happy, healthy, or prosperous(행복, 건강, 번영의 상태)”이다(Merriam-Webster, 2021). 우리말로는 “몸과 마음의 건강을 통해 행복을 추구하며 살아가는 일”을 뜻한다(국립국어원 우리말샘, 2021). 학술적으로 웰빙은 최적의 심리적 기능과 경험(optimal psychological functioning and experience)을 의미한다(Ryan & Deci, 2001). 즉, 개인의 웰빙 수준이 높다는 것은 기분이 좋거나 성취감을 경험하는 것으로 좋은 삶(the good life)을 살고 있다는 뜻이기도 하다(Diener, 2009). 대부분 사람들이 웰빙을 바람직한 상태로 여기며, 조직과 사회에서도 도달하고자 하는 지향점으로 구성원들의 웰빙을 내세운다(Costanza et al., 2014; Judge & Kammeyer-Mueller, 2011). 연구자에 따라 웰빙을 개인의 전반적인 기능 향상을 의미하는 웰니스(wellness)와 혼용하기도 하는데(Cowen, 1991), 본 연구는 경영학 분야에서 더 널리 사용되는 웰빙으로 용어를 통일하여 논의를 전개하고자 한다.

Ryan and Deci(2001)에 따르면, 웰빙에 대한 학계의 논의는 크게 두 가지 관점을 취한다. 하나는 쾌락주의적 관점(the hedonic view)으로, 여기서 웰빙은 기쁨, 행복, 긍정 정서와 부정 정서 사이의 균형과 동일시된다. 다른 하나는 자기실현적 관점(the eudaimonic view)으로, 이때의 웰빙은 개인이 자기 잠재력을 실현하고 삶의 의미를 만들고 목적을 추구하는 것을 의미한다. 이 두 가지 관점은 서로 다른 철학적 근원을 가지고 있다. 쾌락주의적 관점이 기원전 4세기 그리스 철학자인 아리스티푸스가 “삶의 목표는 최대한의 즐거움을 경험하는 것이고, 행복은 쾌락적 순간이 모인 총체”라고 했던 이야기에 근거한다면, 자기실현적 관점은 “쾌락적 의미의 행복은 저속하며, 진정한 행복은 가치 있는 일을 할 때 발견된다”라고 했던 아리스토텔레스의 주장에 기초한다(Ryan & Deci, 2001). 웰빙을 연구하는 학자들은 대체로 쾌락주의적 관점과 자기실현적 관점 둘 다 개인의 전반적인 웰빙을 이해하는데 중요하다는 점에 동의하며, 개인의 웰빙을 제대로 이해하려면 두 가지 모두 중요하게 다루어야 한다고 주장한다(Bartels, Peterson, & Reina, 2019). 보통의 사람들을 대상으로 좋은 삶의 특징에 대해 평가하게 한 연구 결과도 이와 유사하다(King & Napa, 1998). 사람들은 쾌락주의적 행복감과 자기실현적 삶의 의미, 둘 다 좋은 삶으로 여기는 것으로 나타났다.

그동안 개인의 웰빙을 향상시키는 요인에 대해 개인, 조직, 국가 차원에서 다양한 연구가 진행되었다. 구체적으로, 개인 차원에서는 성격 변수(Big 5, 감정 성향), 나이, 소득을 비롯한 인구통계학적 변수, 전공 및 직무 분야, 고용형태, 개인의 건강 상태 등이 웰빙과 관련되는 것이 드러났다(예: 방장영·이영면, 2020; 조동훈, 2018; Huppert, 2009). 지금까지 개인

내 차원에서 심리, 감정, 행동 변수, 개인 간 차원에서 가족, 친구, 동료, 상사와의 사회적 관계와 그에 따른 사회심리학적 영향이 웰빙과 맺는 관계에 관해 상당한 연구 결과가 축적된 것이 사실이다(Bartels et al., 2019). 하지만 웰빙의 선행변수에 관한 이해를 더욱 발전시키기 위해 다음과 같은 기존 연구의 한계를 지적할 수 있다. 첫째, 웰빙을 주요하게 다루는 다수의 연구가 쾌락주의적 웰빙에 치중하였다는 점이다(Erdogan, Bauer, Truxillo, & Mansfield, 2012; Diener, Oishi, & Lucas, 2003). 웰빙의 속성을 구분하여 이해하는 것이 개인의 삶을 바로 이해하는 데 도움이 되는 것이 분명하나, 자기실현적 웰빙에 관한 관심과 논의는 쾌락주의적 웰빙과 비교하면 상대적으로 부족하였다(Anglim, Horwood, Smillie, & Marrero, 2020). 둘째, 한 개인은 평생 웰빙을 지속적으로 추구함에도 불구하고, 인사조직 분야에서 웰빙은 직업(job) 관점의 직원 웰빙(employee well-being)에 국한되어 관련 논의가 진행되었다. 평생직장의 개념이 사라지고 빈번한 이직, 2개 이상의 직업을 동시에 갖는 N잡러가 보편화된 우리 현실을 감안할 때(Campion, Caza, & Moss, 2019), 특정 직업 혹은 직장 영역 내에서의 웰빙을 다루는 것은 논의의 폭을 축소한다. 셋째, 개인의 웰빙을 예측하는 연구에서 여전히 Big 5를 필두로 한 성격 변수를 중점적으로 고려하는 경향이 지배적이다(Anglim et al., 2020). Big 5 이외의 다른 기질이나 신념, 세계관 등 개인의 웰빙을 설명하는 요인에 대해 이해의 깊이를 더할 여지가 여전히 남아있다.

본 연구는 크게 두 가지 목적을 가진다. 첫째, 진로(career) 관점에 근거한 사회인지진로이론(social cognitive career theory: Lent, 2004; Lent & Brown, 2008)에 기대어, 두 가지 종류의 개인 신념이 웰빙에 미치는 영향 관계를 고찰한다. 여기서 진로는 한 사람의 삶 전체에서 유지되는 일련의 직업들을 총칭한다(Lent & Brown, 2013). 따라서 특정 기간 유지되는 일의 지위를 의미하는 직업과 달리, 사람들은 하나의 진로에서 다양한 유형의 직업을 가질 수 있다. 사회인지진로이론은 직업 중심 관점보다는 진로 중심 관점을 견지하며, 개인의 진로 발달과 관련된 내적·외적 요인을 다양하게 고찰하여 진로 관련 결과와 웰빙에 이르는 과정 경로를 설명한다. 본 연구는 사회인지진로이론을 토대로, 자기 자신에 대한 신념인 내적 통제성(internal locus of control)과 자신이 속한 세상 자체에 대한 신념인 우호적 세계관(the world assumption – the benevolence of the world)이 개인 삶 전반의 웰빙과 어떠한 관계를 맺는지 살펴본다. 본 연구는 특히 최종결과변수로 두 가지 형태의 웰빙, 쾌락주의적 웰빙으로서의 행복과 자기실현적 웰빙으로서의 삶의 의미에 주목한다. 여기서 쾌락주의적 의미의 행복은 긍정 정서는 자주, 부정 정서는 드물게 경험하는 것으로 정의되며(Diener, Sandvik, & Pavot, 1991), 삶의 의미는 자기 삶의 목적을 보유하고 있다고 느끼거나 자기 삶에서 소중한 목표를 달성하기 위해 시간과 에너지를 투자하고 있다고 여기는 상태를 가리킨다(Ryff & Singer, 1998). 둘째, 자신과 세상에 대한 신념이 삶의 웰빙으로

연결되는 과정에서 진로결정 자기효능감(career decision self-efficacy)의 매개 역할에 집중한다. 진로결정 자기효능감은 진로 결정과 관련된 과업을 성공적으로 수행할 수 있다는 개인의 믿음이며(Betz et al., 1996), 사회인지진로이론에서 이러한 자기효능감은 개인의 기질 요인과 환경요인을 웰빙으로 전환시키는 통로(channel) 역할을 담당한다(Lent, Brown, & Hackett, 1994). 또한, 특정 영역의 순기능(domain-specific functioning)이 보편적인 웰빙으로 이어지는 사회인지진로이론의 상향식 접근(bottom-up)을 염두에 두고, 본 연구는 진로결정 자기효능감이 삶 전체의 웰빙으로 확장될 가능성을 살펴본다. 더불어 본 연구는 개인의 웰빙을 안정적으로 예측하는 것으로 알려진 Big 5를 모형 전반에서 통제함으로써, 연구모형을 보다 정확하고 엄밀하게 검증하고자 한다.

연구의 표본은 국내 서울 소재 3개 대학에 재학 중인 학부생들로 구성된다. 이들은 현재 공통적으로 청년기를 경험하는 사람들이다. 청년기는 성인으로서의 역할과 책임, 확장된 인간관계, 첫 직업 준비 등에서 발생하는 새로운 요구사항에 적절히 대처하는 방법을 배워야 하는 시기이다. 진로가 직업과 달리 평생에 걸쳐 진행됨을 고려하면, 첫 직장의 선택을 앞둔 예비취업자들에게는 진로와 관련한 인식이 특히 중요한 의미를 지닐 것으로 예상된다. 또한, 본 연구의 참여자 대다수는 90년대생으로 MZ세대(밀레니얼 세대와 Z세대)에 속한다. 디지털 기술과 소셜미디어에 익숙한 이들은 타인의 삶과 공동체, 지역사회에 대해 관심이 많고, 삶의 질을 중요시하는 것으로 알려져 있다(성윤지·전인, 2019; 이선민·진민정·이봉현, 2020; Fromm, 2018). 이러한 점을 종합할 때, 본 연구의 표본은 사회인지진로이론에 근거한 웰빙 모형을 검증하기에 적절한 것으로 판단된다.

Ⅱ. 이론적 배경 및 가설 설정

본 연구는 사회인지진로이론의 핵심 논의를 토대로 이론을 전개하고 가설을 설정한다. 사회인지진로이론(Lent et al., 1994)은 Bandura(1986)의 사회인지이론(social cognitive theory)에 기초하여, 진로 관련 개념들을 설명하는 데 특화되었다. 사회인지진로이론은 Super, Holland 등 기존의 진로 이론가들의 논의를 종합한 이론적 틀로, 사람들이 어떻게 직업적 흥미(vocational interest)를 형성하고, 직업적 선택(occupational choice)을 하며, 진로 성공과 안정을 이루는지 설명하는 데 유용하다(Lent, 2013). 이 이론은 세부 주제에 따라 구체적인 모형의 형태로 발전해왔다. 초기의 사회인지진로이론은 진로 선택, 직업적 흥미와 관련된 주제로 이론적 논의가 진행되었고(Lent et al., 1994), 이후 업무 만족과 웰빙, 인생 주기에 따른 진로 개발 등으로 논의의 범위가 확장되는 중이다(Lent & Brown,

2008, 2019). 사회인지진로이론의 세부 모형 중 만족 모형 혹은 웰빙 모형(이하, 사회인지진로 웰빙모형)이라 불리는 이론적 갈래는 비교적 최근에 형성되었으며, 어떠한 요인들이 사람들의 만족감이나 웰빙 경험에 주된 영향을 미치는지 탐구한다(Lent, 2004, 2013; Lent & Brown, 2008). 사회인지진로 웰빙모형은 개인의 성격과 같은 기질 요인과 진로 관련 기회, 지지 등 맥락 요인이 함께 자기효능감, 결과에 대한 기대 등 인지 요인에 영향을 미쳐, 이를 통해 궁극적으로 삶 전체에 대한 만족을 증진시키는 과정을 설명한다. 이 모형 자체는 쾌락주의적 웰빙에 가까운 전반적 삶의 만족(overall life satisfaction)을 최종결과변수로 한다는 점에서 쾌락주의적 관점에 무게를 두고 있는 듯하다. 하지만 구체적인 데이터를 통해 이 모형을 검증한 실증연구들은 그 자체도 수적으로 적을뿐더러, '당신의 삶에 얼마나 만족하십니까?'와 같이 모호한 질문으로 삶의 만족을 측정함으로써 사실상 입장이 불분명하다. 본 연구는 사회인지진로 웰빙모형을 채택하여 실증하되, 최종 지향점인 웰빙을 쾌락주의적 웰빙과 자기실현적 웰빙으로 구분함으로써 좀 더 명확하고 체계적 접근을 취하고자 한다.

본 연구는 사회인지진로이론에 근거하여, 자신에 관한 믿음인 내적 통제성이 웰빙을 증진시키는 데 기여할 것으로 제안한다. 내적 통제성은 개인의 안정적인 기질로, 행운을 포함한 외부 요인이 아닌, 개인의 노력이나 능력과 같은 내부 요인이 결과를 결정한다는 신념이다(Rotter, 1966). 통제 소재(locus of control)는 내적 통제성과 외적 통제성을 양극으로 하는 연속적인 개념이며, 내적 통제성이 높을수록 외적 통제성이 낮음을 의미한다(예: Sorensen, & Eby, 2006). 웰빙을 연구하는 학자들은 성격과 같은 개인의 성향이 웰빙의 가장 강력하고 일관된 예측변수라고 주장하였다(Diener, 2009). 사회인지진로 웰빙모형(Lent & Brown, 2008)은 기존의 이론적 논의와 연구 결과를 토대로, 개인의 기질 요인 중 긍/부정 성향(positive negative affectivity: Connolly & Viswesvaran, 2000), Big 5 요인 중 신경증, 외향성, 성실성이 웰빙을 예측한다고 설명한다(Heller, Watson, & Ilies, 2004; Judge, Heller, & Mount, 2002). 웰빙과 연관될 수 있는 여러 기질 변수 중에서도, 내적 통제성은 쾌락주의적 웰빙, 자기실현적 웰빙 모두와 긍정적으로 연결될 가능성을 지닌다. 내적 통제성이 높은 개인은 삶에서 발생하는 변화를 위협이 아닌 도전으로 여기는 경향이 있다(Strong & Gore, 2020). 이러한 내적 통제 성향은 예상치 못한 변화에 직면하더라도 심리적 어려움보다 행복감을 유지하는 데 도움이 될 수 있다(Llamas & Consoli, 2018). 반면에, 스스로 자신의 삶을 통제할 수 없다고 믿는 외적 통제성이 높은 사람들은 삶의 크고 작은 변화에 대해 취약하며, 불안이나 우울증을 경험할 가능성이 큰 것으로 나타난다(Kennedy, Lynch, & Schwab, 1998; Strost & Gore, 2020). 기존 연구도 행복감이 개인의 통제력과 연관되며, 자신의 삶을 스스로 통제하고 있다고 느끼는 사람일수록 행복감을 느낄

가능성이 크다고 보고하였다(Cummins & Nistico, 2002; Myers & Diener, 1995). 또한 자기실현적 웰빙과 관련하여 개인이 삶에서 목표를 설정하고 의미를 발견하려면, 자신의 삶에 대해 스스로 통제력을 갖는 것이 요구된다(Ferguson & Goodwin, 2010). 선행연구의 결과들도 비교적 일관되게 내적 통제성과 웰빙의 관계를 시사한다. 예컨대, 노인의 삶을 대상으로 한 연구에서 통제에 대한 인식이 실존적 의미, 삶의 목적과 연관되는 것으로 나타났고, 18세부터 68세까지 다양한 연령층의 아프리카계 미국인을 대상으로 한 연구에서도 내적 통제성이 삶의 목적을 유의미하게 예측하는 것이 확인되었다(Sinha, Nayyar, & Sinha, 2002; Thompson, Kaslow, Short, & Wyckoff, 2002). 최근에 진행된 실증연구들도 내적 통제성이 쾌락주의적 웰빙인 삶의 만족, 긍/부정 정서, 자기실현적 웰빙인 삶의 목적과 유의미하게 연관되는 것을 보여주었다(예: Christopher, Saliba, & Deadmarsh, 2009; Guo, Guo, Qiao, Leng, & Lu, 2021; Pu, Hou, & Ma, 2017). 이상의 논의에 기초하여 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 1-1: 내적 통제성은 행복과 정(+)의 관계를 지닌다.
가설 1-2: 내적 통제성은 삶의 의미와 정(+)의 관계를 지닌다.

좋은 삶을 영위하기 위해서는 자기 삶에 대한 믿음에 더해 자기가 속한 세상 자체에 대한 믿음이 필요하다. 한 인간과 그가 속한 환경은 부분과 전체로서 생태계 안에서 상호의존적이기 때문이다(Bronfenbrenner, 1986). 본 연구의 이론적 토대를 제공하는 사회인지진로이론은 삶의 만족에 영향을 미치는 요인으로 개인의 기질만이 아닌 환경적 요소 또한 비중있게 다룬다(Lent, 2004). 사회인지진로이론에서 웰빙의 선행요인으로 고려되는 환경요인은 주로 사회적 관계와 관련된 변수들로, 물질적 도움, 정서적 지원, 동반자적 관계 등이 이에 포함된다(예: Ryff & Singer, 2002; Wilson, Weiss, & Schook, 2020; Zhang, Yu, Zhou, & Zhang; 2017). 사회인지진로이론이 뿌리를 두고 있는 사회인지이론에서도 외부 환경요인은 개인의 반응을 일으키는 핵심 요소로 다뤄진다. Bandura(1986)는 삼원 상호성(triadic reciprocality) 혹은 삼원 체계(triadic system)의 개념을 통해 행동, 개인, 환경요인이 모두 서로의 결정요인으로 작용한다는 점을 강조하였다. 본 연구는, 객관적인 외부 환경보다는 자신이 속한 사회문화적 환경에 대해 개인이 인지하는 세계관이 좀 더 직접적으로 웰빙에 영향을 미칠 것으로 예상한다. 외부 요인은 개인의 행동에 독립적인 영향을 미치기보다, 일종의 지침을 제공함으로써 형성되는 생성적 자기 과정(generative self-process)을 통해 개인에게 영향력을 행사하기 때문이다(Bandura, 1986).

구체적으로, 본 연구는 개인의 우호적 세계관이 웰빙 수준을 높이는 데 기여할 것으로 예

측한다. 우호적 세계관은 사람들이 자신이 속한 세계에서 나쁜 일에 비해 좋은 일이 더 많이 일어날 것이라는 믿음, 즉 세상을 긍정적으로 보는 정도를 의미한다. 본질적으로 이 개념은 우호성과 악의성에 대한 암시적인 비율의 개념을 내포한다(Janoff-Bulman, 1989). 즉, 세상이 악의적이기보다는 우호적이라고 더 강하게 믿는 사람일수록, 그 사람은 자신이 살아가는 세상이 좋은 곳이며 불행은 비교적 드물다고 믿는다. 우호적 세계관은 주로 상담심리 분야에서 트라우마를 겪은 사람들을 대상으로 수행한 연구들에서 중요하게 다뤄졌다. 연구 결과에 따르면, 우호적 세계관을 가진 사람일수록 스트레스에 더욱 적절히 대처할 수 있고(Bonanno, Westphal, & Mancini, 2011), 배우자 상실과 같이 불행한 사건에도 더 잘 적응하는 것으로 나타났다(Mancini, Prati, & Bonanno, 2011). 또한 우호적 세계관을 가진 사람일수록 부정적 사건에 더 잘 대처할 뿐만 아니라, 자신의 웰빙도 더 높게 인식함을 보여주었다(예: Barr, 2014; Feist, Bodner, Jacobs, Miles, & Tan, 1995; Solomon, Iancu, & Tyano, 1997). 구체적인 예로, 18세부터 101세까지 2,000여 명의 표본을 대상으로 한 연구 결과에 따르면, 생애주기 전체에 걸쳐서 우호적 세계관은 개인의 웰빙과 긍정적으로 연관되는 것으로 나타났다(Poulin & Silver, 2008). 이러한 이론적·실증적 논의들을 본 연구의 맥락에 적용해보면, 자기가 속한 세계에는 나쁜 일보다 좋은 일이 더 많이 일어난다고 믿는 사람일수록 자신의 일상 또한 긍정적으로 해석함으로써 동일한 사건 속에서도 행복감을 더 잘 느끼고 그 속에서 삶의 의미를 발견하기가 수월할 것으로 예상할 수 있다. 따라서 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 2-1: 우호적 세계관은 행복과 정(+)의 관계를 지닌다.
가설 2-2: 우호적 세계관은 삶의 의미와 정(+)의 관계를 지닌다.

사회인지이론에서 자기효능감은 특정 과업을 성공적으로 이행하는 데 필요한 행동 과정을 조직하고 실행하는 자신의 능력에 대한 믿음으로 정의된다(Bandura, 1997). Bandura의 이론(1986, 1997)에서 자기효능감은 개인의 생각과 행동에 가장 중요하게 영향을 미치는 결정적인 요인 중 하나로 간주된다. 사람들은 기질이나 환경요인을 포함한 정보의 투입을 수동적으로 받아들이는 것이 아니라, 인지 과정을 거쳐 반응한다. 다시 말해, 사람들의 동기, 정서 상태, 행동은 객관적인 사실 그 자체에 기인하기보다 사람들이 어떻게 믿는지에 더 많이 기반을 둔다(Bandura, 1995). 지금까지 자기효능감 개념은 진로 행동의 수많은 하위 영역에 적용되었는데(예: 과업, 다중 역할 관리, 진로 탐색 행동 등), 그중에서도 가장 큰 관심을 받은 개념 중 하나가 진로결정 자기효능감이다(Betz, Klein, & Taylor, 1996). 진로결정 자기효능감은 사회인지진로이론에서 핵심적인 인지 동기 개념이며(Lent &

Brown, 2013), 직업 관련 정보를 수집하거나 목표를 설정하는 등 진로 결정을 내리는 데 필요한 과업을 성공적으로 수행할 수 있다는 개인의 믿음으로 정의된다(Betz et al., 1996). 최근 Choi et al.(2012)의 메타분석 연구에서는 진로결정 자기효능감이 자존감(self-esteem), 직업 정체성(vocational identity), 동료의 지원(peer support), 직업 결과 기대(vocational outcome expectation)와 유의하게 연관되는 것으로 나타났다.

본 연구는 이러한 사회인지이론과 사회인지진로이론의 핵심 논의에 기대어 내적 통제성, 우호적 세계관이 진로결정 자기효능감과 긍정적으로 연관될 것으로 예측한다. 강력한 효능감을 만드는 가장 효과적인 방법은 직접적인 경험(mastery experience)으로, 끊임없이 변화하는 삶의 상황을 관리하고 적절히 행동하기 위해 인지적, 행동적, 자기규제 도구를 습득하는 것을 포함한다(Bandura, 1995). 본 연구는 내적 통제성과 우호적 세계관이 개인의 직접적인 경험을 촉진하는 효과적인 인풋으로 작용할 것이라 예상한다. 먼저, 내적 통제성이 높은 사람들은 자기 자신이 운명의 주인이라고 믿기 때문에 외부 환경을 통제하려고 하고, 그 과정에서 자신감을 느끼는 사람들이다(Rotter, 1966). 그들은 자신의 행동과 결과 사이의 연관성을 강하게 인식하여, 자신의 행동이 원하는 결과를 창출할 수 있다고 믿는 경향이 있다(Allen, Weeks, & Moffitt, 2005; Ng et al., 2006). 따라서 내적 통제성이 높은 이들은 진로결정 행위와 관련한 자신의 능력을 높게 인식할 가능성이 크다. 자신에 대한 신념 외에 개인이 주변 환경을 어떻게 인식하는지 또한 자기효능감을 촉진하거나 저해할 수 있다(Lent & Brown, 2008). 사람들이 외부세계를 바라보고 해석하는 방식은 자기 자신을 평가하는 방식에도 영향을 미치며(Leung & Bond, 2004), 이는 자신의 능력을 판단하는 것과 밀접한 연관성을 지닐 것이다. 즉, 사람들은 자신의 경험을 해석하고 의미를 부여하는 일종의 의미생성과정(sensemaking: Weick, 1995)을 거쳐서, 자신이 평소에 보유하고 있는 신념인 우호적 세계관을 진로결정과 관련된 주변 여건을 해석하는 데에도 동일하게 적용할 것으로 예상할 수 있다. 예컨대, 우호적 세계관이 강한 사람들은 근본적으로 세상에는 선이 악보다 많다고 믿기 때문에, 가족이나 친구, 멘토의 사회적·물질적 지원에 더욱 긍정적인 의미를 부여할 것이다. 또한, 이들은 사법고시가 폐지되거나 기업에서 공채 비중을 축소하는 등 진로 관련 제도에 변화가 생기더라도 제도의 변경 취지를 좋게 해석할 가능성이 크다. 이렇듯 긍정적인 해석을 바탕으로 우호적 세계관이 강한 사람들은 진로결정에 필요한 자원들을 동원하는 자신의 능력에 대해서도 높이 평가할 것이다.

또한, 본 연구는 내적 통제성, 우호적 세계관이 진로결정 자기효능감을 통해 궁극적으로 웰빙을 향상시키는 데 기여할 것으로 예측한다. 진로결정 자기효능감은 진로 영역에 특화된 자기효능감으로서, 진로 관련 결과들인 진로 결정성(career decidedness), 진로 낙관주의(career optimism), 진로 몰입(career commitment), 진로 탐색 의도(career exploration

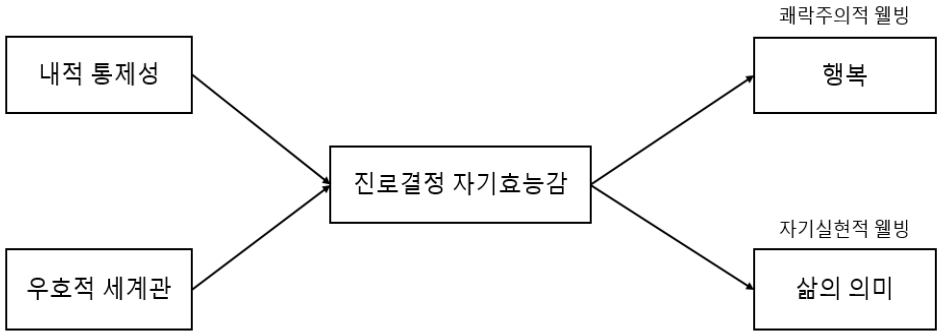
intentions) 등과 긍정적으로 관련되는 것으로 나타났다(예: Chung, 2002; Garcia, Restubog, Bordia, Bordia, & Roxas, 2015; Huang & Hsieh, 2011; Lent, Ezeofor, Morrison, Penn, & Ireland, 2016; Taylor & Popma, 1990). 사회인지진로 웰빙모형(Lent, 2004)에 따르면, 특정 영역의 순기능은 전반적인 삶의 만족도의 중요한 원천으로 작용한다. 달리 말하면, 자신의 중심 생활 영역에서 만족스럽고 편안한 느낌이 전반적인 삶의 만족도를 높이는데 결정적으로 기여한다. 인간이 생애 전체에서 겪는 각 시기에 따라 새로운 도전을 경험하며 그에 따른 효능감을 필요로 하는 점을 고려하면(Bandura, 1986), 갓 성인으로 접어들어 취업을 앞둔 청년들에게 진로결정과 관련된 효능감의 역할은 더욱 크고 중요할 수 있다. 중년의 재직자에게 실업이 전반적인 정신건강에 주요한 영향을 미치듯이(Caplan, Vinokur, Price, & van Ryu, 1989), 예비취업자인 청년들에게 진로결정 자기효능감은 단지 진로 영역을 넘어 삶 전반으로 전이(spillover) 및 확대될 가능성을 담고 있다. 실제로 국내외에서 진행된 최근의 연구는 진로결정 자기효능감이 높은 개인이 진로 측면에서 파생된 긍정적인 감정과 만족으로 인해 높은 수준의 삶의 만족을 경험할 수 있음을 보여주었다(예: 홍성례, 2011; Jiang, Hu, Wang, & Jiang, 2017). 이러한 논의를 종합할 때, 본 연구는 진로결정 자기효능감이 자신과 세상에 대한 믿음과 웰빙 사이의 관계를 매개할 것으로 예상한다. Bandura(1986)에 따르면, 자기효능감은 자기참조적 사고(self-referent thought)로서 개인이 가진 지식, 관념과 실제 행동, 웰빙 사이의 관계를 매개한다. 사회인지진로 웰빙모형(Lent, 2004; Lent & Brown, 2008)에서도 사회적 인지 요인이 중요한 역할을 담당하며, 특히 자기효능감은 성격, 환경요인을 삶 전반의 만족으로 확대 전환시키는 인지 메커니즘으로 기능한다. 사회인지진로이론의 하위모형을 검증한 다수의 선행연구에서도 진로결정 자기효능감의 매개 역할이 확인되었다(예: Jiang et al., 2017; Penn & Lent, 2019; Storme, Celik, & Myszkowski, 2019; Wright, Firsick, Kacmarski, & Jenkins-Guarnieri, 2017; Wright & Perrone, 2010). 그러므로 본 연구는 내적 통제성, 우호적 세계관이 진로결정 자기효능감이라는 핵심 기제를 통해 쾌락주의적 웰빙인 행복, 자기실현적 웰빙인 삶의 의미를 높일 것으로 예상하며, 다음과 같이 가설을 설정하였다.

가설 3-1: 진로결정 자기효능감은 내적 통제성과 행복의 관계를 매개한다.
가설 3-2: 진로결정 자기효능감은 내적 통제성과 삶의 의미의 관계를 매개한다.

가설 4-1: 진로결정 자기효능감은 우호적 세계관과 행복의 관계를 매개한다.
가설 4-2: 진로결정 자기효능감은 우호적 세계관과 삶의 의미의 관계를 매개한다.

본 연구의 개념적 모형은 [그림 1]과 같다.

[그림 1] 연구모형



Ⅲ. 연구 방법

1. 연구의 표본

자료 수집을 위해 서울 소재 3개 대학의 학부생을 대상으로 연구 참여자를 모집하였다. 참여자를 대상으로 온라인 설문조사를 진행하였고, 동일 방법 편의(common method bias)의 가능성을 낮추기 위하여 총 2회로 나누어 자료를 수집하였다. 1차 시점에서는 인구통계학 변수와 독립 및 매개변수를 측정하였고, 4주 후 2차 설문조사를 실시하여 종속변수를 측정하였다. 이 중 불성실한 응답을 제외하고 총 121명의 자료를 최종 분석에 사용하였다. 표본의 주요 인구통계학적 특성으로 여성 비율이 54.5%, 평균 연령은 23.6세(1990년~2000년 출생), 월가계소득의 중위수는 500만 원으로 나타났다.

2. 변수의 측정

변수의 측정은 기존 문헌에서 개발 및 활용되고 있는 측정 도구를 활용하였으며, 특별한 언급이 없는 경우 5점 리커트(Likert) 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다)를 활용하여 측정하였다.

(1) 독립 및 매개변수

내적 통제성은 Levenson(1981)이 제시한 6개 문항을 활용하여 측정하였다. 문항의 예로 “나의 성공이 운보다는 능력에 달려 있다고 믿는다” 등이 있다. 내적 통제성의 신뢰도는 .69로 나타났다. 우호적 세계관은 Janoff-Bulman(1989)이 제시한 4개 문항으로 측정하였다. 예시 문항으로는 “이 세상에는 나쁜 일보다는 좋은 일이 훨씬 더 많이 일어난다” 등이 있다. 신뢰도는 .83으로 나타났다. 매개변수인 진로결정 자기효능감은 Lent와 동료들(2016)이 제시한 11개 문항으로 측정하였다. 예시 문항으로는 “나는 어떤 커리어 선택이 내 성격에 잘 맞을지 알고 있다” 등이 있고, 신뢰도는 .90으로 나타났다.

(2) 종속변수

행복은 Lyubomirsky and Lepper(1999)가 제시한 4개 문항을 사용하여 측정하였다. 7점 척도로 측정하였으며, 예시 문항으로 “대부분의 나의 동료(친구)들에 비해서 나는”이라고 물은 뒤, ‘덜 행복하다’에서 ‘더 행복하다‘까지 응답하게 된다. 신뢰도는 .83으로 나타났다. 삶의 의미는 Steger et al.(2006)이 개발한 10개 문항의 측정 도구를 활용하여 측정하였다. ‘전혀 그렇지 않다’에서 ‘매우 그렇다’ 까지의 7점 척도로 측정하였으며, 문항의 예로 “나는 내 삶의 의미를 이해하고 있다” 등이 있다. 신뢰도는 .91로 나타났다.

(3) 통제변수

본 연구에서는 연구 결과에 영향을 미칠 수 있는 인구통계학 특성 및 개인 특성 변수를 측정하여 통제변수로 사용하였다. 구체적으로, 학생들의 성별, 나이, 가계소득 및 개인의 성격을 분석에 포함하였다. 성별은 여성은 1, 남성은 0으로 더미 변수화하였고, 가계소득은 월평균 가계소득의 로그(log) 값을 분석에 사용하였다. 개인 성격은 외향성, 성실성, 우호성, 신경성, 개방성으로 구성된 Big 5 성격 모형으로 측정하였다. 측정 도구는 Donnellan et al.(2006)이 개발한 Mini-IPIP 20개 문항을 사용하였다. 예시 문항으로는 “모임에서 많은 사람들과 대화를 나눈다(외향성),” “다른 사람들의 감정에 공감한다(우호성),” “사소한 일은 즉시 해버린다(성실성),” “기분이 자주 변한다(신경성)”, “상상력이 풍부하다(개방성)” 등이 있다. 신뢰도는 각 성격별 .66, .71, .63, .61, .75로 나타났다.

3. 분석 방법

가설 검증 전 구성개념의 타당도를 확인하고자 Mplus 8.1을 활용하여 확인적 요인분석(confirmatory factor analysis: CFA)을 시행하였다. 요인분석 시 표본 크기 대비 잠재변수당 문항 수가 많은 점을 고려하여, 항목 묶음(item-parceling) 방법을 활용하여 분석하였다(Little, Cunningham, Shahar, & Widaman, 2002). 가설 검증을 위해 SPSS 25.0을 사용하여 위계적 다중회귀분석을 실시하였으며, 매개효과 가설 검증을 위해서 PROCESS macro(Hayes, 2013)를 통해 부트스트래핑(bootstrapping) 방법을 수행하였다.

Ⅳ. 분석 결과

1. 예비 분석

(1) 확인적 요인분석

측정 모형은 내적 통제성, 우호적 세계관, 진로결정 자기효능감, 행복, 삶의 의미로 구성된 5-요인 모형이다. 요인분석에서 항목 묶음 수행 시, 개별문항과 요인부하량을 활용하여 총 35개의 모든 문항을 해당 잠재변수의 지표에 포함하였다(Little et al., 2002). 확인적 요인분석 시행 결과, 모든 요인부하량이 통계적으로 유의하게 나타났다(최댓값 = .88, 최솟값 = .58). 또한 5개 미만 요인으로 통합한 여러 대안 모형과 비교한 결과, 5-요인 모형이 가장 자료에 적합한 모형으로 나타났다(χ^2(df=44)=94.268, p<.001, CFI=.929, TLI=.894, SRMR=.052, RMSEA=.097). 항목 묶음을 사용하지 않은 요인분석 결과에서 역시 5-요인 미만의 대안 모형들에 비해 5-요인 모형이 자료에 가장 적합함을 나타냈으나, 예상대로 모형 적합도는 항목 묶음을 실시한 요인분석 결과 대비 다소 낮게 나타났다(χ^2(df=108) = 949.255, p<.001, CFI=.836, TLI=.822, SRMR=.083, RMSEA=.078).

(2) 기술통계 및 상관관계 분석

〈표 1〉은 각 변수 간의 기술통계 및 상관분석을 실시한 결과를 나타낸다. 상관분석 결과, 가설에 포함된 변수 대부분은 유의한 관계를 나타냈다.

〈표 1〉 변수 간 기술통계와 상관관계

변수	M	SD	1	2	3	4	5	6	7	8	9*	10	11	12	13
1. 내적 통제성	3.63	.54	(.69)												
2. 우호적 세계관	3.86	.90	.52**	(.83)											
3. 진로결정 자기효능감	3.55	.62	.56**	.37**	(.90)										
4. 행복	4.59	1.20	.53**	.58**	.31**	(.83)									
5. 삶의 의미	5.09	.99	.57**	.44**	.56**	.45**	(.91)								
6. 성별	.55	.50	.01	.03	.10	−.11	.04	−							
7. 나이	23.60	2.54	−.09	−.13	−.12	−.17	−.04	.43**	−						
8. 가계소득	6.30	.75	.18*	.33**	.05	.20*	.16	.00	−.14	−					
9. 외향성	3.22	.69	.32**	.35**	.26**	.38**	.17	−.12	−.10	.22*	(.66)				
1. 우호성	3.53	.72	.22*	.24**	.01	.14	.20*	−.25**	−.14	.02	.27**	(.71)			
11. 성실성	3.25	.68	.30**	.28**	.28**	.05	.32**	.06	.17	−.06	.06	.20*	(.63)		
12. 신경성	2.89	.73	−.27**	−.38**	−.13	−.45**	−.15	−.17	−.10	.00	−.20*	.04	−.03	(.61)	
13. 개방성	3.48	.76	−.02	.16	.15	.04	.13	−.04	.16	−.03	.20*	.08	−.04	−.11	(.75)

주: N=121. 성별: 1=여성, 0=남성; 가계소득: 로그 변환; 괄호 안은 신뢰도 지수(Cronbach's. α).
* p<.05, ** p<.01.

(3) 가설 검증

가설 검증을 위해 위계적 다중회귀분석을 실시하였고, 그 결과를 〈표 2〉에 제시하였다. 가설 1은 내적 통제성이 행복과 삶의 의미에 각각 정(+)의 관계를 보일 것이라 예상하였다. 검증 결과, 모형 1, 2와 같이 내적 통제성은 행복(B=.86, p〈.001) 및 삶의 의미(B=.60, p〈.001) 와 긍정적인 관계를 나타내 가설 1-1과 1-2, 모두 지지된 것을 알 수 있다.

가설 2는 우호적 세계관이 두 종류의 웰빙인 행복과 삶의 의미를 높일 것으로 예상하였다. 〈표 2〉의 모형 4, 5와 같이 우호적 세계관은 행복(B=.94, p〈.001), 삶의 의미(B=.33, p〈.01)와 각각 정(+)의 관계를 나타내 가설 2-1과 2-2가 모두 지지되었다. 한편, 내적 통제성과 우호적 세계관을 동시에 투입할 경우(모형 6), 우호적 세계관이 삶의 의미에 미치는 효과는 더 이상 유의하지 않은 것으로 나타났다.

〈표 2〉 회귀분석 결과

	종속변수: 행복			종속변수: 삶의 의미		
	모형 1	모형 2	모형 3	모형 4	모형 5	모형 6
성별	−.28 (.19)	−.33 (.19)	−.35 (.18)	.14 (.17)	.14 (.19)	.12 (.17)
나이	−.04 (.04)	−.01 (.04)	−.01 (.04)	−.03 (.03)	−.03 (.04)	−.02 (.03)
가계소득	.14 (.12)	.01 (.12)	.00 (.12)	.11 (.10)	.09 (.12)	.07 (.11)
외향성	.26 (.14)	.30* (.14)	.22 (.13)	−.11 (.12)	−.02 (.13)	−.13 (.12)
우호성	.01 (.13)	−.02 (.13)	−.06 (.12)	.10 (.11)	.12 (.13)	.08 (.11)
성실성	−.11 (.14)	−.15 (.14)	−.24 (.13)	.26* (.12)	.34* (.13)	.22* (.12)
신경성	−58*** (.13)	−.47*** (.13)	−.42** (.13)	.01 (.11)	−.03 (.13)	.04 (.12)
개방성	−.03 (.12)	−.16 (.12)	−.11 (.11)	.22* (.10)	.13 (.11)	.20 (.10)
내적 통제성	.86*** (.18)		.64** (.18)	.94*** (.16)		.88*** (.17)
우호적 세계관		.60*** (.12)	.47*** (.12)		.33** (.12)	.14 (.11)
수정된 R^2	.41	.23	.48	.34	.19	.34
F	10.36***	10.77***	11.90***	7.92***	4.15***	7.32***

주: 회귀계수는 비표준화 계수. 괄호 안은 표준오차. * p〈.05, ** p〈.01. *** p〈.001

다음으로 매개효과 검증을 위한 위계적 회귀분석을 실시하였고, 그 결과를 〈표 3〉에 제시하였다. 가설 3은 내적 통제성이 진로결정 자기효능감을 매개로 행복 및 삶의 의미를 높일 것이라 예상하였다. 모형 4, 모형 7과 같이 내적 통제성과 진로결정 자기효능감을 동시에 투입하여 내적 통제성이 미치는 효과를 통제한 상태에서 진로결정 자기효능감이 행복과 삶의 의미에 미치는 영향을 각각 살펴보았다. 분석 결과, 내적 통제성이 진로결정 자기효능감을 매개로 행복에 미치는 영향은 유의하지 않았다(B=.11, n.s). 반면, 삶의 의미에 미치는 영향은 유의한 정적인 관계를 보였고(B=.55, p〈.001), 내적 통제성의 효과는 더 이상 유의하지 않았다. 즉, 진로결정 자기효능감은 내적 통제성과 삶의 의미를 완전매개하는 것으로 나타났다. 이어서 내적 통제성이 진로결정 자기효능감을 통해 삶의 의미에 미치는 간접효과가 통계적으로 유의한지 검증하기 위해 부트스트래핑을 실시하였다. 부트스트랩 표집을 10,000번 시행한 결과, 〈표 4〉와 같이 95% 신뢰구간의 상한값 및 하한값 사이에 0이 포함되지 않는 것으로 나타났다. 이로써 가설 3-1은 지지되지 않았고, 가설 3-2는 지지되었다.

가설 4는 우호적 세계관이 진로결정 자기효능감을 매개로 행복 및 삶의 의미를 높일 것으로 예측하였다. 모형 5, 모형 8과 같이 우호적 세계관과 진로결정 자기효능감을 동시에 투입했을 때 진로결정 자기효능감의 효과를 살펴본 결과, 우호적 세계관이 진로결정 자기효능감을 매개로 행복에 미치는 영향은 유의하지 않게 나타났다(B=.30, n.s). 반면, 삶의 의미에 미치는 영향은 유의한 정적인 관계를 나타냈으며(B=.77, p〈.001), 우호적 세계관의 효과는 더 이상 유의하지 않게 나타나 진로결정 자기효능감은 완전매개효과를 보였다. 다음으로 우호적 세계관이 진로결정 자기효능감을 통해 삶의 의미에 미치는 간접효과가 통계적으로 유의한지 부트스트래핑 방법으로 신뢰구간을 추정하였다. 부트스트랩 표집을 10,000번 시행한 결과, 〈표 4〉와 같이 95% 신뢰구간이 0을 포함하지 않는 것으로 나타나, 가설 4-1은 지지되지 않았고, 가설 4-2는 지지된 것을 알 수 있다.

〈표 3〉 매개효과에 대한 회귀분석 결과

	매개변수: 진로결정 자기효능감			종속변수: 행복			종속변수: 삶의 의미		
	모형 1	모형 2	모형 3	모형 4	모형 5	모형 6	모형 7	모형 8	모형 9
성별	.22* (.10)	.22 (.10)	.21* (.10)	−.31 (.20)	−.40 (.19)	−.36 (.19)	.02 (.16)	−.03 (.19)	.01 (.16)
나이	−.06** (.02)	−.06* (.02)	−.05* (.02)	−.03 (.04)	.00 (.04)	−.01 (.04)	.00 (.03)	.02 (.04)	.01 (.03)
가계소득	−.07 (.06)	−.07 (.06)	−.08 (.07)	.15 (.12)	.03 (.12)	.00 (.12)	.15 (.10)	.14 (.12)	.12 (.10)
외향성	.11 (.07)	.18* (.07)	.11 (.07)	.25 (.14)	.24* (.14)	.21 (.13)	−.18 (.12)	−.15 (.12)	−.18 (.12)
우호성	−.16* (.07)	−.14 (.07)	−.17* (.07)	.03 (.13)	.02 (.13)	−.05 (.13)	.18 (.11)	.23 (.11)	.17 (.11)
성실성	.18* (.07)	.24** (.07)	.16* (.07)	−.13 (.14)	−.22 (.14)	−.25 (.14)	.16 (.12)	.16 (.12)	.13 (.12)
신경성	.07 (.07)	.04 (.07)	.09 (.07)	−.58*** (.13)	−.48*** (.13)	−.42** (.13)	−.04 (.10)	−.06 (.10)	.00 (.11)
개방성	.17** (.06)	.11 (.06)	.16* (.06)	−.05 (.12)	−.20 (.12)	−.12 (.12)	.13* (.10)	.04 (.10)	.11 (.10)
내적 통제성	.60*** (.10)		.58*** (.10)	.79*** (.21)		.60** (.21)	.61** (.18)		.57** (.19)
우호적 세계관		.18* (.12)	.05 (.07)		.55*** (.12)	.46*** (.12)		.19 (.11)	.11 (.11)
진로결정 자기효능감				.11 (.18)	.30 (.16)	.06 (.17)	.55*** (.15)	.77*** (.14)	.54** (.15)
R^2	.40	.22	.39	.41	.44	.47	.41	.36	.41
F	9.76***	4.79***	8.81***	9.31***	10.30***	10.75***	9.26***	7.80***	8.52***

주: 회귀계수는 비표준화 계수. 괄호 안은 표준오차. * p<.05, ** p<.01. *** p<.001

〈표 4〉 간접효과 부트스트래핑 결과

경로	비표준화 추정치	S.E.	Bias-corrected 95% CI	
			하한	상한
내적 통제성 → 진로결정 자기효능감 → 삶의 의미	.332	.098	.151	.536
우호적 세계관 → 진로결정 자기효능감 → 삶의 의미	.134	.058	.022	.253

Ⅴ. 토의

1. 연구의 요약 및 해석

본 연구는 사회인지진로이론을 바탕으로, 자기와 세상에 대한 믿음이 어떻게 쾌락주의적, 자기실현적 웰빙을 각각 향상시킬 수 있는지에 대한 이해를 돕고자 하였다. 이를 위해, 독립변수인 내적 통제성, 우호적 세계관이 최종결과변수인 행복, 삶의 의미에 영향을 미치는 과정에서 진로결정 자기효능감의 매개효과를 검증하였다. 또한, 개인의 웰빙을 안정적으로 예측하는 것으로 알려진 Big 5를 통제함으로써 더욱 엄밀하고 정확한 가설 검증을 시행하고자 하였다. 먼저 독립변수와 종속변수의 관계를 분석한 결과, Big 5를 통제한 상태에서도 내적 통제성은 쾌락주의적 웰빙인 행복, 자기실현적 웰빙인 삶의 의미와 긍정적으로 연관되는 것으로 나타났다. 마찬가지로 Big 5의 영향력을 통제한 상태에서, 우호적 세계관 역시 행복, 삶의 의미와 유의한 정의 관계를 보였다. 이러한 결과는 전형적인 개인의 성격유형(Big 5)이 웰빙에 미치는 효과를 넘어서, 자기와 세상에 대한 믿음(내적 통제성, 우호적 세계관)이 쾌락주의적, 자기실현적 웰빙 수준을 높이는 데 고유하게 기여함을 보여주는 것이라고 할 수 있다.

이어서 매개모형을 분석한 결과, 진로결정 자기효능감이 내적 통제성-삶의 의미 관계, 우호적 세계관-삶의 의미 관계를 각각 완전매개하는 것으로 나타났다. 반면, 예상과 달리 진로결정 자기효능감이 내적 통제성-행복 관계, 우호적 세계관-행복 관계를 매개하지는 못하였다. 이는 통제변수와 독립변수의 영향을 고려한 상태에서 진로결정 자기효능감이 자기실현적 웰빙인 삶의 의미는 유의하게 예측하나, 쾌락주의적 웰빙인 행복은 유의하게 예측하지 못함으로써 생겨난 결과이다. 다시 말해, 진로결정 자기효능감이라는 특정 영역의 심리 자원은 삶 전반에 대한 자기실현적 결과로 확대될 가능성이 있지만, 쾌락주의적 결과로 이어지기는 어려운 것으로 해석할 수 있다. 정리하면, 자기와 세상에 대한 믿음은 진로결정 자기효능감이라는 사회적 인지 기제를 거쳐 자기실현적 웰빙을 향상시키는 동력으로 작용한다.

2. 연구의 의의

본 연구의 이론적 의의는 다음과 같다. 첫째, 자신과 세상에 대한 내적·외적 신념이 개인의 쾌락주의적·자기실현적 웰빙을 증진시킬 수 있음을 제안하고 검증함으로써, 본 연구는 웰빙 관련 논의를 좀 더 깊이 있게 전개한다. Ryan and Deci(2001)의 제안 이후, 웰빙을

쾌락주의적 입장과 자기실현적 입장으로 구분하는 것이 웰빙을 이해하는 데 도움이 된다는 점에 대부분 학자들이 동의하였지만, 여전히 웰빙에 관한 연구는 쾌락주의적 관점에 치우쳐 진행되었던 것이 사실이다. 웰빙을 예측하는 요인에 관해 다양한 연구가 이루어졌지만, 개인차 변수로는 Big 5의 그늘에서 벗어나기 어려웠던 것 또한 사실이다. 본 연구는 Big 5의 영향력을 통제한 상태에서 내적 통제성과 우호적 세계관이 두 가지 측면의 웰빙과 갖는 관계를 살펴봄으로써 기존의 제한된 지식을 확장한다. 특히, 본 연구는 기존 상담심리 분야에서 주로 다루었던 우호적 세계관을 쾌락주의적·자기실현적 웰빙의 예측변수로 도입함으로써 사회인지진로이론의 폭을 한층 넓히는 기회를 제공한다. 세계관은 인간의 본성을 포함하여 개인이 속해 있는 사회 현실에 대한 신념과 가정으로, 개인의 상호작용에 영향을 미친다(Koltko-Rivera, 2004; Schlitz, Vieten, & Miller, 2010). 본 연구는 세상을 좋은 곳이라고 믿는 사람일수록 행복감을 더 많이 느끼고 삶의 의미를 더 높게 평가할 가능성을 보여주었다. 이는 개인이 자신의 삶 속에서 쾌락을 경험하고 가치를 발견하는 데 있어서 우호적 세계관이 중요한 전제조건이 될 수 있음을 시사한다.

둘째, 본 연구는 개인의 신념이 진로결정 자기효능감을 통해 웰빙에 영향을 미치는 과정을 검증함으로써, 사회인지진로이론을 발전시키는 데 기여한다. 사회인지진로이론(Lent et al., 1999)은 개인의 기질, 환경, 인지 요인을 아울러 진로 관련 결과, 웰빙을 설명하는 데 유용하여, 진로를 연구하는 경영학, 심리학 분야의 학자들에게 특별한 관심을 받아온 이론적 틀이다. 하지만 개인의 웰빙을 예측하는 사회인지진로 웰빙모형(Lent, 2004; Lent & Brown, 2008)은 기질 요인으로 Big 5, 환경요인으로 사회·관계적 자원을 다루는 경향에서 크게 벗어나지 못한 채 논의가 진행되었다. 본 연구는 사회인지진로 웰빙모형에 기초하되, 개인 차원의 선행요인으로 내적 통제성, 우호적 세계관에 주목함으로써 기존 논의의 범위를 확장한다. 나아가 본 연구는 사회인지진로이론에서 핵심 기제로 기능하는 효능감의 역할을 확인하고 관련 논의를 진전시키는 데에도 보탬이 된다. 사회인지진로이론은 성격, 환경 지원을 웰빙으로 전환시키는 효능감의 통로 역할을 제안하며, 특정 영역의 긍정적 기능이 삶 전반으로 확대되는 상향식 접근을 지지하고 있는 것으로 보인다. 하지만, 진로결정 자기효능감이 삶 전반의 웰빙과 맺는 관계에 관해 고찰한 실증연구는 매우 드물었다(Wright et al., 2017; Wright & Perrone, 2010). 본 연구는 개인의 신념이 자기실현적 웰빙에 미치는 긍정적 효과가 진로결정 자기효능감의 인지 메커니즘을 통해 전달된다는 점을 이론적 논의와 실증적 결과를 기반으로 강조한다.

셋째, 본 연구의 가설과 달리 진로결정 자기효능감이 쾌락주의적 웰빙인 행복과 유의미한 연관 관계를 보이지 않은 것은 흥미로운 시사점을 제공한다. 앞서 논의하였듯이, 자기실현적 웰빙이 자기 삶에서 중요한 가치와 의미를 좇는 데 주안점을 두는 데 비해, 쾌락주의적

웰빙은 고통을 피하고 정서적 즐거움을 추구한다는 점에서 두 종류의 웰빙은 철학적 전통, 개념 정의 측면에서 구분된다(McGregor & Little, 1998; Ryan & Deci, 2001). 본 연구는 개인의 신념이 진로결정 자기효능감을 통해 이 두 종류의 웰빙과 각기 연결되는 과정에서 관계 패턴의 차이가 있을 것으로 세밀하게 예상하지는 않았으나, 실증적으로 다른 패턴을 보여주었다. 이 결과는, 쾌락주의적 트레드밀 모형(the hedonic treadmill model: Brickman & Campbell, 1971)의 가능성을 암시한다. 이 모형에 따르면, 인간은 단기적으로는 삶의 사건들에 대해 그때그때 반응하지만, 장기적으로는 새로운 상황에 점차 적응해 나간다. 이러한 특성으로 인해 웰빙의 역동적 변화를 포착하는 것이 중요하며, 특히 쾌락주의적 웰빙의 장기적 변화를 포착하기는 어렵다는 주장이 제기되기도 하였다(Sonnentag, 2015). 이러한 통찰을 본 연구에 적용하면, 진로결정 자기효능감, 삶의 의미는 비교적 삶의 궤적과 누적된 경험을 통해 형성되는 장기적 변화의 속성을 내포하는 반면, 행복은 매일매일의 변화무쌍한 삶 속에서 끊임없이 변동하는 단기적 변화의 속성을 담는다. 이러한 맥락에서 최근 연구들은 일별, 주별 변화부터 연간, 생애주기 변화에 이르기까지 시간차를 다양하게 두고 반복 측정을 통한 웰빙 변화의 역동성을 이론적·실증적으로 검증하기 시작했다(Sonnentag, 2015). 향후 연구에서는 이러한 시사점들을 종합적으로 고려하여 진로 관점의 심리 자원이 쾌락주의적·자기실현적 웰빙의 단기·장기적 변화와 어떻게 연관되는지 체계적으로 고찰할 수 있을 것이다.

본 연구의 실무적 시사점은 다음과 같다. 본 연구는 예비취업자들이 삶의 의미를 발견하는 자기실현적 웰빙을 경험하려면 진로에 대한 자기효능감이 필요함을 시사한다. 이들이 당면한 시기는 교육과정의 끝자락에서 갓 성인으로 접어들어 취업을 앞둔 때이다. 청소년에서 성인으로 사회적 역할 전환을 성공적으로 수행하려면, 이전의 경험을 통해 축적된 자기 능력에 대한 확신이 필요하다(Bandura, 1986). 본 연구의 논의를 토대로 진로 전문가들은 예비취업자들의 진로결정 자기효능감이 그들이 삶의 의미를 발견하고 좋은 삶을 꾸리는 데 직접 관여할 수 있다는 점에 주목할 필요가 있다. 또한, 자기효능감이 개발 가능한 심리 자원이라는 점을 이해하고, 취업을 앞둔 이들이 진로 결정과 관련하여 효능감을 고취할 수 있는 실질적인 방안을 마련해야 할 것이다. 예컨대, 온라인 진로 개발 프로그램을 통해 진로결정 자기효능감을 높이는 방법을 생각해볼 수 있다. 실제로 학부생들을 대상으로 온라인 진로 탐색 프로그램의 효과를 규명한 연구에서 해당 프로그램에 참여한 이들의 진로 결정 자기효능감과 진로 결정(career decidedness), 직업 정체성이 유의미하게 향상되는 것으로 나타났다(Betz & Borgen, 2009; Tirpak & Schlosser, 2013).

이와 더불어, 우호적 세계관이 쾌락주의적·자기실현적 웰빙 모두를 증진시키는 데 기여한다는 점은 중요한 실무적 함의를 지닌다. 본 연구 표본의 대다수에 속하는 '90년대생 청년들

은 최근 직장으로 유입되고 있는 MZ세대에 해당한다. 이들은 다양성을 중요시하고 편견이 없는 세대로 특징지어지며, 사회적 가치와 메시지에 민감한 경향이 있다(안소영·한진수, 2019). 환경요인으로 개인이 타인과 형성하는 관계에 치중하였던 기존 연구와 달리, 본 연구는 자기가 속한 세상 자체에 대한 믿음이 웰빙과 직간접적으로 연결된다는 사실을 보여준다. 이러한 연구 결과는 특히 MZ세대의 특징과 결부하여 생각할 때 실무에 시사하는 바가 적지 않다. 동일한 상황에 놓이더라도 이들은 객관세계에 직접 반응하는 것이 아니라, 자신이 보유한 세계관에 따라 다른 의미와 해석을 부여할 가능성이 크다. 여기서 희망적인 것은 개인이 주변 상황에 의미를 부여하는 과정 또한 개입(intervention)을 통한 개발이 가능하다는 점이다(Park, 2010). 예를 들어, 임상 심리나 상담심리 분야의 연구자들은 암 생존자처럼 인생에서 충격이나 스트레스를 경험한 사람들을 대상으로 의미를 다시 부여하고 재해석하는 과정이 웰빙을 증진하는 데 도움을 줄 수 있음을 보고하였다(예: Lee, Cohen, Edgar, Laizner, & Gagnon, 2006). 유사한 맥락에서 조직의 실무자들은 곧 조직의 일원이 될 예비 취업자들이 어떠한 눈으로 세상을 이해하고 해석하는지 주의깊게 살피고 조직사회화 프로그램의 구체적인 내용에 반영하려는 노력 등을 통해 실질적인 도움을 얻을 수 있을 것이다.

3. 연구의 한계와 추후 연구 방향

본 연구의 한계와 향후 연구 방향은 다음과 같다. 첫째, 본 연구의 결과는 동일 방법 편의의 가능성에 취약하다는 한계점을 가진다. 본 연구는 독립변수와 매개변수를 같은 시점에 측정하였고, 모든 변수의 측정이 자기 보고식 응답에 의존하기 때문이다. 이 경우, 사회적 바람직성(social desirability)의 영향이 가설 관계에 영향을 미쳤을 가능성을 완전히 배제하기 어렵다. 다만 개인이 자기 자신의 세계관, 효능감, 웰빙 수준에 대해 가장 잘 알고 있으며, 특히 내적 통제성은 자기 보고식 응답이 가장 정확한 측정 방법으로 알려져 있다(Wang, Bowling, & Eschleman, 2010). 또한, 본 연구는 동일 방법 편의의 우려를 줄이고자 독립·매개변수와 종속변수의 시점을 분리하고 응답자가 각별히 주의를 기울여 설문에 응하도록 안내하였다. 하지만 그런데도 여전히 동일 방법 편의의 우려에서 벗어날 수 없기에, 후속 연구에서는 변수별로 시점을 분리하고 가능한 다양한 응답원을 활용할 것을 제안한다.

둘째, 본 연구의 표본이 갖는 한계가 있다. 본 연구는 국내 대학교에 재학 중인 학부생만을 대상으로 자료를 수집하고 분석하였다. 이뿐 아니라, 표본의 수도 121명으로 많지 않은 편이다. 따라서, 연구 결과를 일반화하기는 어려우며, 추후 연구에서 본 연구의 모형을 다시 검증할 필요가 있다. 예컨대, 진로가 직업을 가지는 동안에도 계속되는 과정임을 고려하여, 재직자 대상의 표본을 포함해 연구의 범위를 확대할 수 있을 것이다. 본 연구의 표본이 한국

에 거주 중이며 한국 국적을 가진 사람들로만 구성되었다는 것 또한 결과의 해석·적용에 주의를 요구한다. 웰빙 중에서도 특히 쾌락주의적 웰빙을 예측하는 요인은 문화간 차이가 발견된 바 있다(Lent, 2004). 예를 들어, 집단주의 문화에서 수집된 표본에서는 사회적 규범과 정서 변수가 삶의 만족을 동일하게 예측하였으나, 개인주의 문화에서 수집된 표본에서는 정서 변수의 예측력이 더 강하게 나타났다(Suh, Diener, Oishi, & Triandis, 1998). 이러한 문화 차이의 중요성을 염두에 두고, 진로를 연구하는 학자들은 동일한 사회인지진로이론의 하위모형을 다양한 문화권에 속하는 표본을 대상으로 반복 검증하기도 하였다(예: Lent et al., 202; Lent et al., 2017). 후속 연구도 문화권에 따라 사회인지진로 웰빙모형의 구체적인 관계들을 교차검증하거나, 본 연구의 결과가 다른 문화권에서도 적용 가능한지 검증해볼 수 있을 것이다.

셋째, 본 연구에서 주안점을 둔 변수들 외에 다양한 변수들을 추가로 고려할 수 있다. 연구 결과, 가설의 예측과 달리 진로결정 자기효능감이 개인의 신념과 행복 사이의 관계를 매개하지 못하는 것으로 나타났다. 따라서 향후 연구에서는 개인의 신념이 행복에 미치는 영향 과정에서 진로결정 자기효능감이 아닌 다른 메커니즘을 고려해볼 수 있을 것이다. 예컨대, 복원력(resilience)이 성격 변수(외향성, 신경증)와 쾌락주의적 웰빙(행복, 긍/부정 정서)을 부분적으로 매개하는 것으로 나타난 연구도 있다(Lu, Wang, Liu, & Zhang, 2014). 이렇듯 복원력을 포함한 다양한 형태의 심리 자원을 매개변수 혹은 독립변수로 고려해볼 수 있을 것이다. 또한, 자기효능감도 다양한 영역에서 여러 형태로 발전되고 있음을 고려하여, 진로결정 자기효능감 외의 다른 효능감 효과를 함께 고찰하는 것도 의미 있을 것이다. 예를 들면, 학부생들을 대상으로 한 연구에서는 학업적 자기효능감(academic self-efficacy)이 진로결정 자기효능감과 어떻게 함께 작용하여 웰빙으로 이어지는지 분석해볼 수 있다. 더불어 개인의 웰빙에 폭넓은 개념들이 포함될 수 있기에, 본 연구에서 다룬 행복, 삶의 의미 외에 추후 연구는 삶의 만족, 자기 수용(self-acceptance), 개인의 성장, 삶의 목적 등 다양한 변수들을 함께 고려할 수 있겠다. 이 외에도 본 연구는 개인의 신념이 웰빙으로 이어지는 과정 경로를 살펴보았지만, 후속 연구는 관계의 방향이나 영향력의 크기를 조절할 수 있는 경계조건에 관해 탐구해 볼 수 있을 것이다. 예컨대, Oerlemans and Bakker(2018)의 연구는 개인 차원에서 인지한 직무 특성, 직무 차원의 직무 특성, 개인의 기질인 긍정 정서 성향이 3원 상호작용을 통해 행복에 미치는 영향을 보여주었다. 개인 차원의 조절변수 외에도 집단차원의 변수를 고려하거나 개인 간 차원, 개인 내 차원을 구분하고 다층모형을 활용하여 웰빙의 변동성에 대해 분석한다면 더욱 풍부한 이론적·실무적 함의를 도출할 수 있을 것으로 기대한다.

참고문헌

1. 국립국어원 우리말샘(2021), https://opendict.korean.go.kr/dictionary/view?sense_no=1068193
2. 방장영·이영면(2020), "현장실험을 통해 분석한 비정규직의 정규직 전환에 따른 직무태도 변화에 관한 연구", 『산업관계연구』, 제30권 제4호, pp.63-90.
3. 성윤지·전인(2019), "장시간 노동과 조직유효성 간 관계-일-생활 균형의 조절효과와 직무소진의 매개효과", 『인적자원관리연구』, 제26권 제2호, pp.87-107.
4. 안소영·한진수(2019), "세계시민의식이 사회적 자본과 진로성숙도에 미치는 영향 연구: Z 세대인 호텔경영학과 재학생을 중심으로", 『호텔경영학연구』, 제28권 제6호, pp.65-81.
5. 이선민·진민정·이봉현(2020), "밀레니얼 세대의 뉴스 이용에 대한 탐색적 연구", 『한국방송학보』, 제34권 제4호, pp.80-115.
6. 조동훈(2018), "대졸자 청년층 직무만족도 결정요인 분석", 『산업관계연구』, 제28권 제4호, 151-172.
7. 홍성례(2011), "청년기 남녀 대학생의 자기효능감과 주관적 삶의 질에 관한 연구", 『가정과삶의질연구』, 제29권 제6호, pp.71-87.
8. Allen, D. G., Weeks, K. P., and Moffitt, K. R. (2005), "Turnover intentions and voluntary turnover: The moderating roles of self monitoring, locus of control, proactive personality, and risk aversion", *Journal of Applied Psychology*, Vol.90, pp.980-990.
9. Anglim, J., Horwood, S., Smillie, L. D., Marrero, R. J., and Wood, J. K. (2020), "Predicting psychological and subjective well-being from personality: A meta-analysis", *Psychological Bulletin*, Vol.146, pp.279-323.
10. Bandura, A. (1986), *Social Foundations of Thought and Action,* Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
11. Bandura, A. (1995), *Self-efficacy in Changing Societies,* Cambridge, England: Cambridge University Press.
12. Bandura, A. (1997), *Self-efficacy: The Exercise of Control*, New York: W. H. Freeman.
13. Bartels, A. L., Peterson, S. J., and Reina, C. S. (2019), "Understanding well-being at work: Development and validation of the eudaimonic workplace well-being scale", *PloS one*, Vol.14, e0215957.
14. Barr, P. (2014), "Adult attachment dimensions, world view schemas, and the psychological

health of parents of infants in a neonatal intensive care unit", *Journal of Loss and Trauma*, Vol.19, pp.537-557.

15. Betz, N. E., and Borgen, F. H. (2009), "Comparative effectiveness of CAPA and FOCUS online: career assessment systems with undecided college students", *Journal of Career Assessment*, Vol.17, pp.351-366
16. Betz, N. E., Klein, K. L., and Taylor, K. M. (1996), "Evaluation of a short form of the career decision-making self-efficacy scale", *Journal of Career Assessment*, Vol.4, pp.47-57.
17. Bonanno, G. A., Westphal, M., and Mancini, A. D. (2011), "Resilience to loss and potential trauma", *Annual Review of Clinical Psychology*, Vol.7, pp.1-25.
18. Brickman, P., and Campbell, D. T. (1971), Hedonic relativism and planning the good society, In M. H. Appley (Ed.), *Adaptation Level Theory: A Symposium* (pp. 287–302). New York: Academic Press.
19. Bronfenbrenner, U. (1986), "Ecology of the family as a context for human development: Research perspectives", *Developmental Psychology*, Vol.22, pp.723-742.
20. Brown, S. D., and Lent, R. W. (2013), *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to Work* (2nd edition), Wiley.
21. Campion, E. D., Caza, B. B., and Moss, S. E. (2020), "Multiple jobholding: An integrative systematic review and future research agenda", *Journal of Management*, Vol.46, pp.165-191.
22. Choi, B. Y., Park, H., Yang, E., Lee, S. K., Lee, Y., and Lee, S. M. (2012), "Understanding career decision self-efficacy: A meta-analytic approach", *Journal of Career Development*, Vol.39, pp.443-460.
23. Chung, Y. B. (2002), "Career decision-making self-efficacy and career commitment: Gender and ethnic differences among college students", *Journal of Career Development*, Vol.28, pp.277-284.
24. Christopher, A. N., Saliba, L., and Deadmarsh, E. J. (2009), "Materialism and well-being: The mediating effect of locus of control", *Personality and Individual Differences*, Vol.46, pp.682-686.
25. Connolly, J. J., and Viswesvaran, C. (2000), "The role of affectivity in job satisfaction: A meta-analysis", *Personality and Individual Differences*, Vol.29, pp.265-281.
26. Costanza R., Kubiszewski I., Giovannini E., Lovins H., McGlade J. and Pickett K.E.(2014), "Time to leave GDP behind", *Nature*, Vol.505, pp.283-285
27. Cowen, E. L. (1991), "In pursuit of wellness", *American Psychologist*, Vol.46,

pp.404-408.

28. Cummins, R. A., and Nistico, H. (2002), "Maintaining life satisfaction: The role of positive cognitive biases", *Journal of Happiness Studies*, Vol.3, pp.37-69.
29. Diener, E. (2009), *The Science of Well-being: The Collected Works of Ed Diener* (Vol. 37). Springer Science and Business Media.
30. Diener, E., Oishi, S., and Lucas, R. E. (2003), "Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life", *Annual Review of Psychology*, Vol.54, pp.403-425.
31. Diener, E., Sandvik, E., Pavot, W., and Gallagher, D. (1991). "Response artifacts in the measurement of subjective well-being", *Social Indicators Research*, Vol.24, pp.35-56.
32. Erdogan, B., Bauer, T. N., Truxillo, D. M., and Mansfield, L. R. (2012), "Whistle while you work: A review of the life satisfaction literature", *Journal of Management*, Vol.38, pp.1038-1083.
33. Feist, G. J., Bodner, T. E., Jacobs, J. F., Miles, M., and Tan, V. (1995), "Integrating top-down and bottom-up structural models of subjective well-being: A longitudinal investigation", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.68, pp.138-150.
34. Ferguson, S. J., and Goodwin, A. D. (2010), "Optimism and well-being in older adults: The mediating role of social support and perceived control", *The International Journal of Aging and Human Development*, Vol.71, pp.43-68.
35. Fromm, J., and Read, A. (2018), Marketing to Gen Z. 임가영 (역) (2018).『최강소비권력 Z세대가 온다』, 서울: 홍익출판사.
36. Garcia, P. R. J. M., Restubog, S. L. D., Bordia, P., Bordia, S., and Roxas, R. E. O. (2015), "Career optimism: The roles of contextual support and career decision-making self-efficacy", *Journal of Vocational Behavior*, Vol.88, pp.10-18.
37. Guo, Q., Guo, Y., Qiao, X., Leng, J., and Lv, Y. (2021), "Chance locus of control predicts moral disengagement which decreases well-being", *Personality and Individual Differences*, Vol.171, 110489.
38. Heller, D., Watson, D., and Ilies, R. (2004), "The role of person versus situation in life satisfaction: A critical examination", *Psychological Bulletin*, Vol.130, pp.574-600.
39. Huang, J., and Hsieh, H. (2011), "Linking socioeconomic status to social cognitive career theory factors: a partial least squares path modeling analysis", *Journal of Career Assessment*, Vol.19, pp.452-461
40. Huppert, F. A. (2009), "Psychological well being: Evidence regarding its causes and consequences", *Applied Psychology: Health and Well-Being*, Vol.1, pp.137-164.

41. Janoff-Bulman, R. (1989), "Assumptive worlds and the stress of traumatic events: Applications of the schema construct", *Social Cognition*, Vol.7, pp.113-136.
42. Jiang, Z., Hu, X., Wang, Z., and Jiang, X. (2017), "Career decision self-efficacy and life satisfaction in China: An empirical analysis", *Social Indicators Research*, Vol.132, pp.137-154.
43. Judge, T. A., Heller, D., and Mount, M. K. (2002), "Five-factor model of personality and job satisfaction: a meta-analysis", *Journal of Applied Psychology*, Vol.87, pp.530-541.
44. Judge, T.A., and Kammeyer-Mueller J. (2011), "Happiness as a societal value", *Academy of Management Perspective*, Vol.25, pp.30-41
45. Kennedy, B. L., Lynch, G. V., and Schwab, J. J. (1998), "Assessment of locus of control in patients with anxiety and depressive disorders", *Journal of Clinical Psychology*, Vol.54, pp.509-515.
46. King, L. A., and Napa, C. K. (1998), "What makes life good?", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.75, pp.156-165
47. Koltko-Rivera, M. E. (2004), "The psychology of worldviews", *Review of General Psychology*, Vol.8, pp.3-58.
48. Lee, V., Cohen, S. R., Edgar, L., Laizner, A. M., and Gagnon, A. J. (2006), "Meaning-making intervention during breast or colorectal cancer treatment improves self-esteem, optimism, and self-efficacy", *Social Science & Medicine*, Vol.62, pp.3133-3145.
49. Lent, R. W. (2004), "Toward a unifying theoretical and practical perspective on well-being and psychosocial adjustment", *Journal of Counseling Psychology*, Vol.51, pp.482-509.
50. Lent, R. W. (2013), "Social cognitive career theory", In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to Work* (2nd ed., pp.115-146). Wiley.
51. Lent, R. W., and Brown, S. D. (2008), "Social cognitive career theory and subjective well-being in the context of work", *Journal of Career Assessment*, Vol.16, pp.6-21.
52. Lent, R. W., and Brown, S. D. (2013), "Understanding and facilitating career development in the 21st century", In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to Work* (2nd ed.). Hoboken, NJ: Wiley
53. Lent, R. W., and Brown, S. D. (2019), "Social cognitive career theory at 25: Empirical status of the interest, choice, and performance models", *Journal of Vocational Behavior*, Vol.115, 103316.
54. Lent, R. W., Brown, S. D., and Hackett, G. (1994), "Toward a unifying social cognitive

theory of career and academic interest, choice, and performance", *Journal of Vocational Behavior*, Vol.45, pp.79-122.

55. Lent, R. W., Ezeofor, I., Morrison, M. A., Penn, L. T., and Ireland, G. W. (2016), "Applying the social cognitive model of career self-management to career exploration and decision-making", *Journal of Vocational Behavior*, Vol.93, pp.47-57.
56. Leung, K., and Bond, M. H. (2009), *Psychological Aspects of Social Axioms: Understanding Global Belief Systems,* New York, NY: Springer SBM.
57. Little, T. D., Cunningham, W. A., Shahar, G., and Widaman, K. F. (2002), "To parcel or not to parcel: Exploring the question, weighing the merits", *Structural Equation Modeling*, Vol.9, pp.151-173.
58. Llamas, J. D., and Consoli, M. L. M. (2018), "Latino/a freshman struggles: Effects of locus of control and social support on intragroup marginalization and distress", *Journal of Latina/o Psychology*, Vol.6, pp.131-148.
59. Lu, W., Wang, Z., Liu, Y., and Zhang, H. (2014), "Resilience as a mediator between extraversion, neuroticism and happiness, PA and NA", *Personality and Individual Differences*, Vol.63, pp.128-133.
60. Mancini, A., Prati, G., and Bonanno, G. A. (2011), "Do shattered worldviews lead to complicated grief ? Prospective and longitudinal analyses", *Journal of Social and Clinical Psychology*, Vol.30, pp.184-215.
61. McGregor, I., and Little, B. R. (1998). "Personal projects, happiness, and meaning: on doing well and being yourself", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.74, pp.494-512.
62. Merriam-Webster (2021), https://www.merriam-webster.com/dictionary/well-being
63. Myers, D. G., and Diener, E. (1995), "Who is happy?", *Psychological Science*, Vol.6, pp.10-19.
64. Ng, T. W., Sorensen, K. L., and Eby, L. T. (2006), "Locus of control at work: a meta analysis", *Journal of Organizational Behavior*, Vol.27, pp.1057-1087.
65. Oerlemans, W. G., and Bakker, A. B. (2018), "Motivating job characteristics and happiness at work: A multilevel perspective", *Journal of Applied Psychology*, Vol.103, pp.1230-1241.
66. Park, C. L. (2010), "Making sense of the meaning literature: an integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events", *Psychological Bulletin*, Vol.136, pp.257-301.
67. Penn, L. T., and Lent, R. W. (2019), "The joint roles of career decision self-efficacy and

personality traits in the prediction of career decidedness and decisional difficulty", *Journal of Career Assessment*, Vol.27, pp.457-470.

68. Pocnet, C., Dupuis, M., Congard, A., and Jopp, D. (2017), "Personality and its links to quality of life: Mediating effects of emotion regulation and self-efficacy beliefs", *Motivation and Emotion*, Vol.41, pp.196-208.
69. Poulin, M., and Silver, R. C. (2008), "World benevolence beliefs and well-being across the life span", *Psychology and Aging*, Vol.23, pp.13-23.
70. Pu, J., Hou, H., and Ma, R. (2017), "The mediating effects of self-esteem and trait anxiety mediate on the impact of locus of control on subjective well-being", *Current Psychology*, Vol.36, pp.167-173.
71. Rotter, J. B. (1966), "Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement", *Psychological Monographs: General and Applied*, Vol.80, pp.1-28.
72. Ryan, R. M., and Deci, E. L. (2001), "On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being", *Annual Review of Psychology*, Vol.52, pp.141-166.
73. Ryff, C. D., and Singer, B. (1998). "The contours of positive human health", *Psychological Inquiry*, Vol.9, pp.1-28.
74. Ryff, C. D., and Singer, B. (2002), "From social structure to biology: Integrative science in pursuit of human health and well-being", In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (pp. 541-555). New York: Oxford University Press.
75. Schlitz, M., Vieten, C., and Miller, E. (2010), "Worldview transformation and the development of social consciousness", *Journal of Consciousness Studies*, Vol.17, pp.18-36.
76. Sinha, S. P., Nayyar, P., and Sinha, S. P. (2002), "Social support and self-control as variables in attitude toward life and perceived control among older people in India", *The Journal of Social Psychology*, Vol.142, pp.527-540.
77. Solomon, Z., Iancu, I., and Tyano, S. (1997), "World assumptions following disaster", *Journal of Applied Social Psychology*, Vol.27, pp.1785-1798.
78. Storme, M., Celik, P., and Myszkowski, N. (2019), "Career decision ambiguity tolerance and career decision-making difficulties in a French sample: The mediating role of career decision self-efficacy", *Journal of Career Assessment*, Vol.27, pp.273-288.
79. Strong, S. L., and Gore, J. S. (2020), "The mediating role of locus of control between social resource stability and psychological well-being", *Journal of Applied Social Psychology*, Vol.50, pp.464-475.
80. Suh, E., Diener, E., Oishi, S., and Triandis, H. C. (1998), "The shifting basis of life

satisfaction judgments across cultures: Emotions versus norms", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.74, pp.482-493.

81. Taylor, K. M., and Popma, J. (1990), "Construct validity of the career decision-making self-efficacy scale and the relationship of CDMSE to vocational indecision", *Journal of Vocational Behavior*, Vol.37, pp.17-31.
82. Thompson, M. P., Kaslow, N. J., Short, L. M., and Wyckoff, S. (2002), "The mediating roles of perceived social support and resources in the self-efficacy-suicide attempts relation among African American abused women", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, Vol.70, pp.942-949.
83. Tirpak D.M., and Schlosser L. Z. (2013), "Evaluating FOCUS-2's effectiveness in enhancing first-year college students' social cognitive career development", *The Career Development Quarterly*, Vol.61, pp.110-123
84. Wang, Q., Bowling, N. A., and Eschleman, K. J. (2010), "A meta-analytic examination of work and general locus of control", *Journal of Applied Psychology*, Vol.95, pp.761-768.
85. Weick, K. E. (1995), *Sensemaking in Organizations*, Thousand Oaks, CA: Sage.
86. Wilson, J. M., Weiss, A., and Shook, N. J. (2020), "Mindfulness, self-compassion, and savoring: Factors that explain the relation between perceived social support and well-being", *Personality and Individual Differences*, Vol.152, 109568.
87. Wright, S. L., Firsick, D. M., Kacmarski, J. A., and Jenkins Guarnieri, M. A. (2017), "Effects of attachment on coping efficacy, career decision self efficacy, and life satisfaction", *Journal of Counseling & Development*, Vol.95, pp.445-456.
88. Wright, S. L., and Perrone, K. M. (2010), "An examination of the role of attachment and efficacy in life satisfaction", *The Counseling Psychologist*, Vol.38, pp.796-823.
89. Zhang, J., Yu, N. X., Zhou, M., and Zhang, J. (2017), "Dyadic effects of resilience on well-being in Chinese older couples: Mediating role of spousal support", *Journal of Family Psychology*, Vol.31, pp.273-281.

abstract

Internal Locus of Control, Benevolence of the World, and Well-Being: The Mediating Role of Career Decision Self-Efficacy

Yeseul Jo* · Jeong Won Lee** · Dongseop Lee***

Drawing on social cognitive career theory, we explore how internal locus of control and the world assumption (i.e., the benevolence of the world) facilitate the hedonic and eudaimonic well-being outcomes (i.e., happiness and meaning in life), with a focus on the mediating role of career decision self-efficacy. Our hypotheses were tested with data from a sample of undergraduate students recruited from three large universities located in Seoul, South Korea (n = 121). We found that internal locus of control and the benevolence of the world were positively related to happiness and meaning in life, after controlling for Big 5 personality traits. We also found that career decision self-efficacy fully mediated the relationships of internal locus of control and the benevolence of the world with meaning in life. Contrary to our expectation, however, career decision self-efficacy did not mediate the relationships of internal locus of control and the benevolence of the world with happiness. Theoretical and practical implications are discussed.

Keywords: internal locus of control, benevolence of the world, career decision self-efficacy, happiness, meaning in life

* Doctoral Student, Korea University Business School
** Associate Professor, Kyonggi University
*** Professor, Korea University Business School