

연합회-2025-8

YWCA생명비전연구보고서



# 여성 청년의 SNS 사용과 안녕감 및 취업 준비 활동

-아시아 3개국(한국, 인도네시아, 대만)을 중심으로

연구참여자

오경희, 김기동, 김시내, 박지영, 陳凱莉 (Chen, Kai-Li)

Isnana Fini Matillah, 이우정, 강지혜, 김영민, 신지원, 유현정

발행일

2025.04.11



(사)한국YWCA연합회

# YWCA생명비전연구위원회는

---

한국YWCA가 지난 100여 년간 추구해온 정의, 평화, 생명의 가치에 기반해 과거를 성찰하고 현재를 분석하여 미래 방향을 제시하는 연구를 수행합니다.

생명비전연구는 나이, 성별, 국적, 전문 분야가 다양한 연구진의 자발적인 참여로 이루어집니다. 또한 전문 연구자에게만 의존하지 않고 당사자가 직접 참여하여 연구과정에서부터 변화를 이끌어내는 유연한 방식으로 연구합니다.

급변하는 시대 속에서 연구를 통해 시민 사회의 미래지향적이고 지속 가능성을 모색하며, 시민들의 참여를 촉진하여 변화를 만들어 내는 것을 목표로 합니다.

또한, 글로벌 연구 네트워크를 구축하여 보다 넓은 시각을 공유하고자 합니다.

YWCA생명비전연구위원회는 함께하는 연구를 통해 더 나은 미래를 만들어가겠습니다.

# 연구진 소개

## 연구자

### 오경희

- 여성 청년의 SNS 사용과 안녕감 및 취업 준비 활동 연구책임
- YWCA생명비전연구위원회 위원
- 충북지역인적자원개발위원회 책임연구원

### 김기동

- YWCA생명비전연구위원회 위원
- 그리스도알파오메가신학대 교수

### 김시내

- YWCA생명비전연구위원회 위원
- 연세대 휴먼이노베이션연구소 연구원

### 박지영

- YWCA생명비전연구위원회 위원
- 덕성여대 산업 및 조직심리학과 교수

### 陳凱莉 (Kai-Li Chen)

- YWCA생명비전연구위원회 위원
- 대만 장영대 간호학과 교수

**연구원** - 연구자료 조사, 설문지 번역, 대상자 모집 및 관리

**Isnana Fini Matillah    이우정**

**연구원** - 연구자료 조사, 대상자 모집

**강지혜    김영민    신지원    유현정**

**연구 실무담당자** - 연구 기획 및 지원

**박은실    홍수진    유은비**

# 목차

I. 서론	5
II. 연구 방법	
1. 참가자	7
2. 연구 도구	8
3. 측정 도구	8
III. 분석	
1. 국가별 주요 지표	10
2. 다양한 취업 준비 행동의 양상	11
3. SNS 사용과 취업준비, 안녕감, 가치관의 상관관계	14
1) 한국과 인도네시아	
2) 한국, 대만, 인도네시아	
4. SNS 사용이 스트레스 및 안녕감에 미치는 간접 영향	20
- 과도한 SNS 사용은 여성 청년의 스트레스와 안녕감에 왜 영향을 미치는가?	
5. 국가와 가치관에 따른 SNS 사용의 영향	21
1) 과도한 SNS 사용이 여성 청년의 불확실성, 스트레스, 안녕감에 미치는 영향이 국가에 따라 다른가?	
2) 과도한 SNS 사용이 여성 청년의 자기 정체성, 직업 탐색 불확실성에 미치는 영향을 완화하는 요인은 무엇인가?	
IV. 토론 및 시사점	
1. 국가별 주요 연구 결과	24
2. 시사점 및 정책적 제언	25
3. 후속연구 제언	27
V. 부록	
- 설문지	32

# 여성 청년의 SNS 사용과 안녕감 및 취업 준비 활동

- 아시아 3개국(한국, 인도네시아, 대만)을 중심으로

## I. 서론

디지털 기술의 발전과 함께 소셜 네트워킹 사이트(SNS)는 현대인의 일상생활에서 필수적인 소통 도구로 자리잡았다. 특히 청년 여성들의 SNS 이용률은 지속적으로 증가하고 있으며, 이들은 SNS를 통해 자아표현, 정보 공유, 사회적 관계 형성 등 다양한 활동을 수행하고 있다(Boyd & Ellison, 2007). 이러한 현상은 청년 여성들의 사회적 상호작용, 심리적 안녕감, 그리고 직업 선택에 깊은 영향을 미치고 있으며 소셜미디어에 높은 참여율을 보이는 청년 여성들에게 영향력이 두드러지게 나타나고 있다(Sahoo, Mishra, & Das, 2024). 특히 SNS 사용이 젊은 여성들의 심리적 안녕감에 미치는 영향은 양면적인 특성을 보이는데, 사회적 지지와 정보적 지원을 제공하는 측면을 드러내지만, 다른 한편으로는 SNS의 지나친 몰입과 과도한 사용이 부정적인 심리적 결과로 이어진다는 선행연구도 확인할 수 있다(Verduyn, Ybarra, Résibois, Jonides, & Kross, 2017; Hou, Xiong, Jiang, Song, & Wang, 2019).

또한 취업 준비 과정에서 SNS의 역할도 확인할 수 있는데 청년층의 취업 정보 탐색과 전문적 네트워킹을 위한 도구로 자리 잡고 있다(Mowbray, 2018). Bandura(1977a)의 사회학습이론에 따르면, 개인의 행동은 사회적 관찰과 모방을 통해 형성되는데 이는 SNS를 통해서 취득하는 취업 정보와 직간접 경험이 청년 여성 구직자들의 취업 준비 행동에 영향을 미칠 수 있음을 시사한다. Betz & Hackett(1981)의 진로 관련 자기효능감을 바탕으로 살펴보면 SNS 과다 사용 경향이 높을수록 진로결정 자기효능감이 낮아질 수 있으며, 이는 진로 관련 자신감과 능력에 대한 믿음을 저하시킬 수 있음을 시사한다. 이러한 상황에도 청년 여성들의 SNS 사용, 안녕감, 취업 준비 행동의 교차점을 다루는 연구는 제한적이다. 진로발달이론이 직업 성숙에 있어 심리적 준비의 중요성을 강조하는 만큼, 이러한 관계의 이해는 매우 중요하다고 할 수 있다(Crites, 1974; Bandura, 1977a). 이처럼 청년 여성들의 취업 스트레스와 심리적 불안이 증가하고 있는 상황에서, SNS 사용이 이들의 안녕감과 취업 준비에 미치는 영향에 대한 연구의 필요성을 제기하고자 한다.

기존 관련 연구들은 대부분 단일 국가를 중심으로 이루어졌으며, 성별 특성을 고려하지 않은 한계가 있다. 본 연구는 문화적 배경이 다른 한국과 인도네시아, 대만의 여성 청년들을 대상으로, SNS 사용이 안녕감과 취업 준비 행동에 미치는 영향을 비

교 분석하고자 한다. 이는 Crites(1974)가 제시한 진로발달 모델을 현대 디지털 환경에 적용하여 확장하는 의미를 가진다.

구체적으로 이 연구는 다음과 같은 연구 문제를 설정한다.

1. 한국과 인도네시아, 대만 청년 여성들의 SNS 사용은 어떠한 차이를 보이는가?
2. SNS 사용이 심리적 안녕감에 미치는 영향은 세 국가 간에 어떠한 차이가 있는가?
3. SNS를 통한 정보 획득과 네트워킹이 취업 준비 행동에 어떠한 영향을 미치는가?

이 연구는 한국YWCA연합회 생명비전연구 프로젝트의 일환으로 수행되었으며, 디지털 시대에서 여성 청년들의 경험을 분석하는 데 초점을 맞추었다. 이 연구의 가장 큰 특징은 아시아 3개국 대상 다국적 비교 연구라는 점이다. 이번 연구에는 심리학, 간호학, 신학과 지역일자리 분야의 전문성을 갖춘 한국, 인도네시아, 대만의 공동 연구진이 참여하였다.

이 연구는 아시아 여성 청년의 특성을 반영한 연구 설계를 통해, 청년 여성들의 SNS 사용이 심리적 안녕감과 직업 탐색 스트레스에 미치는 영향을 폭넓게 조망할 수 있도록 한다. 또한, 이 연구는 SNS 사용과 취업 준비 간의 연계성을 탐색하는 새로운 연구 분야에 기여한다. 기존 연구들이 SNS의 사회적 측면이나 직업 네트워크 형성에 대한 영향력을 주로 다룬 반면, 이 연구는 SNS 사용이 청년 여성의 심리적 안녕감과 직업 탐색 스트레스에 어떻게 영향을 미치는지를 분석함으로써, 디지털 환경에서의 진로 선택 과정을 보다 심층적으로 이해할 수 있도록 한다.

연구에는 몇 가지 한계가 존재한다. 첫째, 샘플 크기가 국가별로 차이가 있다는 점이다. 특히 대만의 샘플 수가 상대적으로 적어 통계적 검증력이 제한될 수 있으며, 결과 해석에 있어서도 신중함이 요구된다. 또한, 온라인 설문조사의 방식이 연구의 접근성을 높이는 장점이 있지만, 응답자의 성향이나 특정 플랫폼을 이용하는 집단에게만 편향될 가능성이 있다. 마지막으로, 연구 결과를 일반화하는 데 있어 국가별 사회경제적 배경 차이를 완전히 고려하지 못할 수 있으며, 추후 연구를 통해 추가적인 검증이 필요하다. 그럼에도 불구하고, 이 연구는 디지털 시대에서 청년 여성들이 경험하는 직업 탐색 과정의 심리적 요인을 다국적 관점에서 분석했다는 점에서 의의가 있다.

## II. 연구 방법

### 1. 참가자

한국과 인도네시아, 대만 연구 모두 온라인 설문을 통해 연구를 진행하였다. 한국의 경우, 한국 YWCA의 인스타그램 구독자, 홈페이지 방문자, 뉴스레터 등 홍보 가능한 참가자를 대상으로 설문 웹링크를 발송하여 참가자를 수집하였다. 인도네시아와 대만의 경우 YWCA의 자원봉사자와 지인을 통한 눈덩이 표집 방식을 통해 연구를 진행하였다. 3개국 모두 해당 국가 국적을 지니고 해당 국가에 거주하고 있는, 만 20~34세의 여성으로 구직 중이거나 3년 미만의 직장 경력을 가지고 이직을 계획 중인 사람을 대상으로 연구를 진행하였다. 설문을 시작할 때 연구에 자발적으로 동의한 사람에게 한해서 설문에 응답할 수 있도록 하였으며, 이직에 관심 있는 사람만 응답할 수 있도록 하였다. 각 설문에는 한 개의 주의 확인 문항(예: 이 문항에는 “매우 그렇다”를 응답해 주십시오)을 사용하였으며, 해당 문항을 잘못 응답한 경우 자료에서 제외하였다. 한국과 인도네시아의 경우 설문을 완료한 사람들에게는 약 3000원 상당의 보상을 제공하였다. 한국의 경우 기프트콘의 형태로, 인도네시아의 경우 GoPay와 같은 현금 지급 플랫폼을 통해 참가비를 송금하였다. 대만의 경우 설문을 완료한 사람들에게 추첨을 통해 약 5000원 상당의 편의점 바우처를 보상으로 제공하였다.

한국의 경우 180명이 설문 응답을 완료하였으며, 이 중 주의 확인 문항에 잘못 응답한 사람 10명, 설문 시간이 지나치게 짧은 설문 응답자(3분 이하) 14명을 제외하여, 총 166명이 분석에 포함되었다. 인도네시아의 경우 150명이 설문을 완료하였고, 주의 확인 문항에 잘못 응답한 25명을 제외하고 125명이 최종 분석에 포함하였다. 대만의 경우 138명이 설문 응답을 완료하였으나, 이 중 75명은 구직의사가 없는 참여자로 이 분석에는 구직 의사가 있는 참가자 63명이 분석에 포함되었다.

한국인 참가자들의 나이는 20세에서 34세 사이에 분포하였으며, 평균 나이는 27.13세( $SD = 3.53$ )였다. 한국인의 교육 수준은 4년제 대학 졸업자(67.47%), 그 다음은 고등학교 졸업자(20.48%), 대학원 졸업자(6.02%), 2년제 대학 졸업자(5.42%) 순으로 나타났다. 참가자들이 응답한 사회경제적 지위는 표 1과 같다.

인도네시아 참가자들의 경우 역시 나이는 20세에서 34세에 분포하였으며, 평균 나이는 25.66세( $SD = 3.57$ )였다. 교육 수준을 확인한 결과, 4년제 대학 졸업자가 제일 많았으며(56.00%), 그 다음은 고등학교 졸업자(28.00%), 대학원 졸업자(5.06%), 2년제 대학 졸업자(3.20%) 순으로 나타났다. 참가자들이 응답한 주관적 사회경제적 지위는 표 1에 포함되어 있다.

대만 참가자들의 경우에도 나이는 20세에서 34세 사이에 분포하였으며, 평균 나이는 25.46세( $SD = 4.00$ )였다. 대만 참가자의 교육 수준은 4년제 대학 졸업자가 제일 많았으며(68.3%), 그 다음은 대학원 졸업자(14.3%), 2년제 대학 졸업자(14.3%)로 나타났다. 참가자들이 응답한 사회경제적 지위는 표 1에 한국 및 인도네시아 참가자의

데이터와 통합하여 제시하였다.

[표 1] 한국, 인도네시아 및 대만 참여자의 주관적 사회경제적 지위

사회경제적 지위	한국		인도네시아		대만	
	참가자 수(명)	비율(%)	참가자 수(명)	비율(%)	참가자 수(명)	비율(%)
상	0	0.00	1	0.80	2	3.17
상중	23	13.86	11	8.80	12	19.05
중	124	74.70	71	56.80	36	57.14
중하	18	10.84	35	28.00	9	14.29
하	1	0.60	7	5.60	4	6.35

## 2. 연구 도구

한국과 인도네시아의 경우 모든 척도의 원척도는 영문으로 되어있으며, 타당화된 척도가 국문 척도가 있으면 타당화된 척도를 사용하였다(예: 취업 준비 행동). 타당화되지 않은 척도를 한국어 혹은 인도네시아어로 번역할 때는 Brislin(1970)이 비교 문화 연구 수행 시 제안한 역번역 방식을 따라 번역을 실행하였다. 한국어의 경우 한국어-영어 이중언어 사용자가 1차 번역을 진행하고 이중 언어 사용자인 심리학 박사 두 명이 번안과 원안을 보면서 수정할 부분이 있으면 수정하였다. 인도네시아의 경우 인도네시아-영어 이중언어 사용자인 인도네시아 대학의 교수가 영어에서 인도네시아 번역을 진행하였고, 한국-인도네시아어 이중 언어 사용자와 연구진들이 ChatGPT 등을 통해서 각 문항의 번역 및 번안과 원안을 비교하며 최종 문항을 완성하였다.

대만의 경우 현지 연구팀이 속한 기관의 규정에 따라 영문 척도를 직접 번역하거나, 타당화된 대만어 척도를 사용하였다. 안녕감 이외의 모든 척도는 한국과 인도네시아에서와 같은 척도를 사용하였다. 다만 안녕감 척도는 대만연구자의 판단으로 한국과 인도네시아에서 사용된 것과는 다른 척도를 사용하였다. 한국 및 인도네시아 샘플에서 사용된 안녕감은 값이 높을수록 높은 안녕감을 나타내는 척도이지만 대만 샘플에서 사용된 척도는 값이 높을수록 신체적 심리적으로 불안하고 스트레스가 높은 특성을 나타낸다. 3개국의 비교를 위해 대만 샘플에서 사용된 척도는 역산하여 사용함으로써 값이 높을수록 안녕감을 나타내도록 조정하여 분석하였다.

## 3. 측정 도구

SNS 사용은 과도한 SNS 사용 및 SNS 사용 시 상향비교 수준을 측정하였다. 과도한 SNS 사용은 Cao et al. (2018)의 두 개 문항으로 측정하였으며, SNS 사용 시 상향비교 수준은 Gibbons와 Buunk의 연구(1999)와 Liu et al. (2017) 연구에서 사용한 세 개의 문항으로 측정하였다. 과도한 SNS 사용의 예시 문항은 “나는 내가 SNS를 사용하는 시간이 과도하게 많다고 생각한다.”이며, 리커트형 7점 척도(1 = 전혀

아니다, 7 = 매우 그렇다)로 측정하였다. SNS 사용 시 상향 비교 수준의 예시 문항은 “나는 항상 SNS에서 나보다 더 잘 사는 이들과 나를 비교하는 것을 좋아한다.”가 있으며, 리커트형 5점 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다)로 측정하였다.

정체성 몰입은 Berzonsky et al.(2013)이 개발한 아홉 개 문항으로 측정하였으며, 예시 문항은 “나는 기본적으로 나의 신념과 내 신념이 아닌 것을 알고 있다.”가 있다. 직업 탐색 불확실성은 Wanberg et al.(2002)이 개발한 네 개 문항으로 측정하였으며 예시 문항은 “나는 경력 전환 혹은 이직 여부를 결정하는데 도움이 필요하다.”가 있다. 정체성 몰입과 직업 탐색 불확실성의 모든 문항은 리커트형 5점 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다)로 측정하였다.

직업 탐색 스트레스는 Stumpf et al.(1983)이 개발한 일곱 개 문항으로 측정하였다. “자신이 해결해야 했던 다른 중요한 문제와 비교했을 때, 다음 항목의 일로 인해 경험하는 스트레스는 어느 정도입니까?”와 같은 질문에 대해서 “일자리 찾기”와 같은 항목에 있어서 리커트형 7점 척도(1 = 전혀 스트레스가 아니다, 5 = 매우 스트레스이다)로 응답하게 하였다.

안녕감은 Golberg & Williams(2000)의 General Health Questionnaire 12문항으로 측정하였다. 예시 문항은 “모든 것을 고려해 볼 때 충분히 행복하다고 느낀다.”가 있다. 해당 문항들은 리커트형 4점 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 4 = 항상 그렇다)로 측정하였다.

가치와 관련하여 외재 가치와 친사회적 가치는 Rioux와 Penner(2001)와 Ryan과 Connell(1989)이 개발한 문항을 사용하였다. 외재 가치는 총 네 개 문항으로 측정하였으며, 일에서 자신에게 가장 중요한 요인을 “일을 통해 소득을 얻는 것”과 같은 문항에 동의 정도를 응답하게 하였다. 물질주의는 Richins(2004)가 개발한 문항 아홉 개 문항을 사용하였으며, 예시 문항은 “쇼핑은 내게 큰 기쁨을 준다.”가 있다. 불확실성 회피는 Yoo et al.(2011)가 사용한 다섯 개 문항을 사용하였으며 예시 문항은 “표준화된 업무 절차는 도움이 된다.”가 있다. 가치와 관련하여 모든 문항은 리커트형 5점 척도(1 = 매우 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다)로 측정하였다.

취업 준비 행동은 Blau(1994)가 개발하고 한지현과 장재윤(2005)이 번안한 12개 문항을 사용하였다. 예시 문항은 “취업 관련 책이나 기사를 읽었다.”이며, 각 문항에 대해서 리커트형 4점 척도(1 = 전혀 하지 않는다, 4 = 매우 자주 한다)로 측정하였다.

인구통계학적 정보는 성별, 나이, 교육 수준, 사회경제적 수준으로 측정하였다. 사회경제적 수준은 주관적 사회적 지위를 측정하였으며, 자신이 생각하는 가족의 사회경제적 지위를 상, 상중, 중, 중하, 하로 다섯 단계로 측정하도록 하였다.

### III. 분석

#### 1. 국가별 주요 지표

측정한 변인의 평균, 표준편차 및 한국, 인도네시아 및 대만 참여자간의 차이의 통계적 유의성을 검정하기 위해 SPSS29를 사용해 one-way ANOVA를 수행하였다. 우선, 척도의 신뢰도를 확인하기 위해 크론바하 알파 계수로 확인한 결과, 외재 가치가 .687로 다소 낮았으나, 그 외의 척도는 .72~.94로 신뢰할 수 있는 것으로 나타났다.

세 국가 간 주요 변인의 평균, 표준편차, 그룹 간 차이의 유의성에 대한 결과를 표 2에 제시하였다. 측정한 척도의 국가 간 차이가 통계적으로 유의한 지 분산분석을 통해 검정하였다. 국가 간 차이의 one-way ANOVA 결과에서 p 값이 .05 보다 작을 경우 통계적으로 세 그룹 간 차이가 유의한 것으로 해석한다.

[표 2] 한국, 인도네시아, 대만 참여자간 주요 변인의 평균 차이

	참가자 전체 (N=354)		한국 (n=166)		인도네시아 (n=125)		대만 (n=63)		국가 차  t-test
	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차	
연령	26.48	3.59	27.10	3.49	25.66	3.58	25.46	4.01	<.001
사회경제적 지위	3.11	0.64	2.98	0.52	3.29	0.74	3.02	0.85	<.001
과도한 SNS 사용	4.15	1.61	3.76	1.56	4.68	1.54	4.47	1.33	<.001
SNS 사용 시 상향비교	2.82	1.12	2.56	1.13	3.16	1.02	3.04	1.01	<.001
정체성 몰입	3.77	0.72	3.91	0.75	3.59	0.63	3.46	0.70	<.001
직업탐색 불확실성	3.28	0.71	3.45	0.64	3.05	0.74	3.08	0.82	<.001
직업탐색 스트레스	3.73	1.26	3.99	1.24	3.38	1.21	3.10	1.07	<.001
직업탐색 스트레스 (탐색)	3.95	1.21	4.20	1.20	3.62	1.15	3.26	1.03	<.001
직업탐색 스트레스 (결정)	3.56	1.43	3.83	1.37	3.19	1.43	2.94	1.24	<.001
외재 가치	4.19	0.46	4.10	0.45	4.32	0.45	4.10	0.52	<.001
친사회적 가치	3.84	0.80	3.84	0.86	3.83	0.72	3.73	0.83	ns
물질주의	3.04	0.82	3.09	0.93	2.99	0.65	3.28	0.74	ns
안녕감	3.13	0.58	3.23	0.62	2.98	0.49	3.08	0.58	<.001
불확실성회피	4.18	0.55	4.03	0.57	4.38	0.47	4.02	0.62	<.001
노동시장 인식	3.33	0.75	3.44	0.75	3.19	0.72	3.52	0.85	.002

세 국가 간 차이를 확인한 결과, 대부분의 척도가 삼국 간 유의한 차이가 있었으나 친사회적 가치 및 물질주의는 삼국간의 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다.

세 개의 그룹 간 비교인 ANOVA의 결과는 삼국간의 평균이 동일하지 않음을 뜻하며, 어느 나라가 어느 나라보다 높고 낮은지는 알 수 없다. 이를 비교하기 위해 두 개 국가를 쌍으로 순차적으로 비교하는 사후분석 절차를 통해 상대적인 평균차이를 검증하였다.

과도한 SNS 사용은 한국보다(M = 3.76) 대만(M = 4.47), 대만보다 인도네시아에서(M = 4.68) 높은 수준으로 나타났다. 참여자들이 인지한 하루에 SNS를 사용하는 시간은 한국은 2.66시간이라고 보고한 데 반해, 인도네시아 참가자들은 6.10시간, 대만은 8.59시간으로 보고하여 한국보다 대만과 인도네시아 여성 청년이 SNS를 실제로 많이 사용하고 스스로도 과도한 사용이라고 인식하고 있는 것으로 나타났다. 이와 관련하여 SNS 사용 시 상향비교 역시 인도네시아, 대만, 한국 순서로 높았다.

정체성 몰입 및 안녕감은 한국이 대만이나 인도네시아보다 높게 나타났으나 대만과 인도네시아 간의 차이는 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다. 직업탐색과 관련된 불확실성 인식이나 스트레스도 한국에서 대만과 인도네시아보다 더 높게 나타났으나, 대만과 인도네시아 간의 차이는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 이를 종합해보면 한국 여성 청년은 대만과 인도네시아와 비교해서 안녕감이나 정체성 몰입이 높지만 한편으로 불확실성 인식이나 스트레스 수준도 높아서, 행복하다고 느끼지만 동시에 취업 스트레스도 받고 있는 다소 복잡하고 양가적인 상황인 것으로 확인된다.

문화와 관련하여 예상과 달리 불확실성 회피성향은 인도네시아가 한국 및 대만보다 다소 높은 것으로 나타났다. 한편 대만과 한국간의 차이는 유의하지 않았다.

## 2. 다양한 취업 준비 행동의 양상

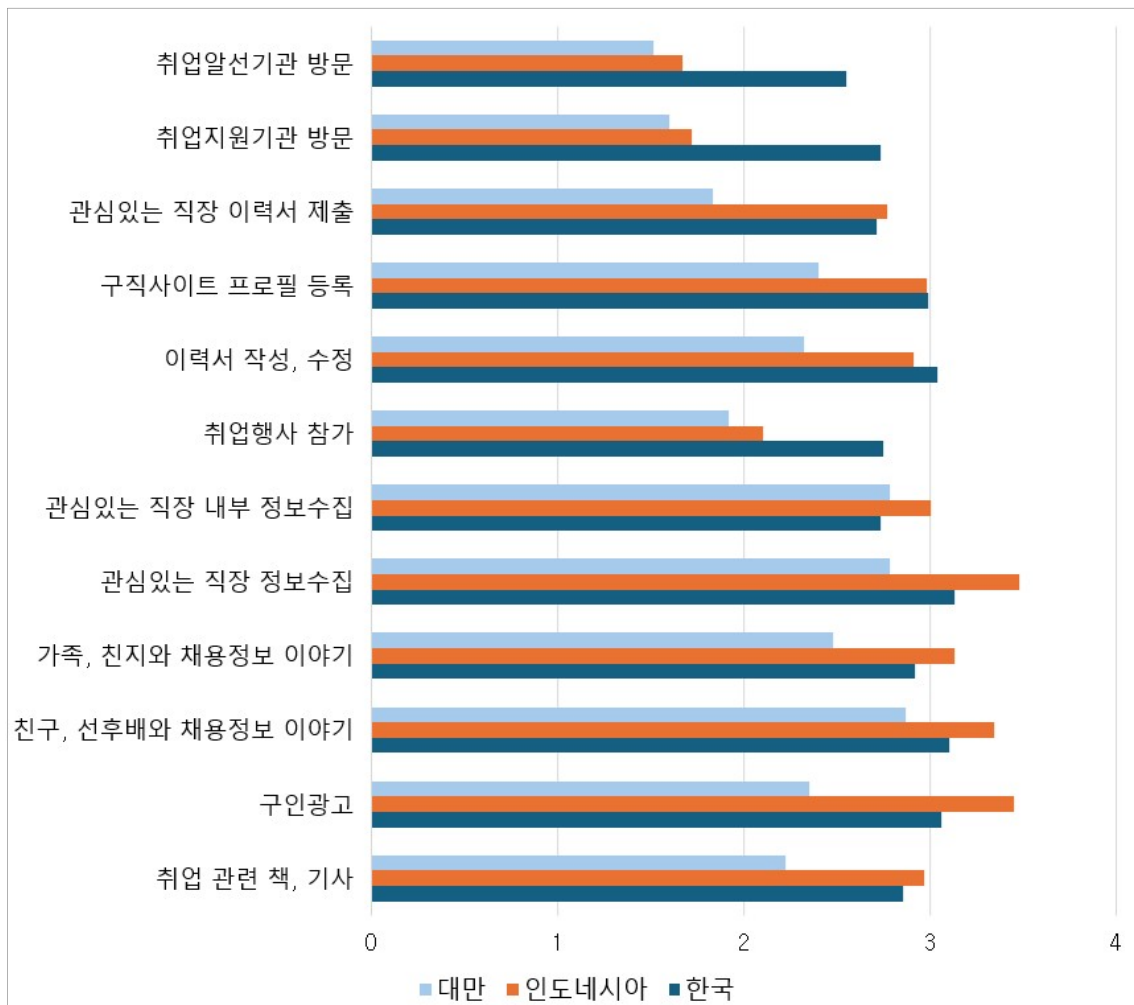
3개국의 여성 청년은 모두 취업을 위해 다양한 준비행동에 참여하고 있다(그림 1). 그 중 한국에서는 대만 및 인도네시아와 비교해 취업알선기관이나 취업지원기관을 방문하거나 취업행사에 참가하는 경우가 상대적으로 높다고 답변하였다. 이는 여성 청년들의 행동방식의 차이일 수도 있으나, 국가적인 지원제도의 차이에 의한 것일 수도 있어 정책이나 지원제도에 어떠한 차이가 있는지 검토해 볼 필요가 있다. 그 외 취업 준비자의 개인적인 활동의 영역으로 보면 인도네시아 취업준비자가 조금 더 정보수집에 노력을 기울이고 있는 것으로 보인다. 한편 직업탐색의 어려움에서 한국 여성 청년들은 취업정보를 수집하는 것과 시간을 확보하는 것에 있어서 대만과 인도네시아 여성 청년들보다 상대적으로 더 크게 어려움을 느끼는 것으로 나타났다.

국가 내에서 한국 여성 청년의 취업 탐색 어려움을 살펴보면, 모든 항목에서 어려움을 느끼고 있다고 응답하였다(그림 2). 그 중 심리적 압박, 시간 투자가 가장 어려움을 겪는 항목인 것으로 나타났다. 한국 여성 청년의 직업 탐색에 있어서 도구적, 정보적지지 뿐 아니라 정서적인 지지가 필요함을 알 수 있고, 심리적 압박감을 덜 느

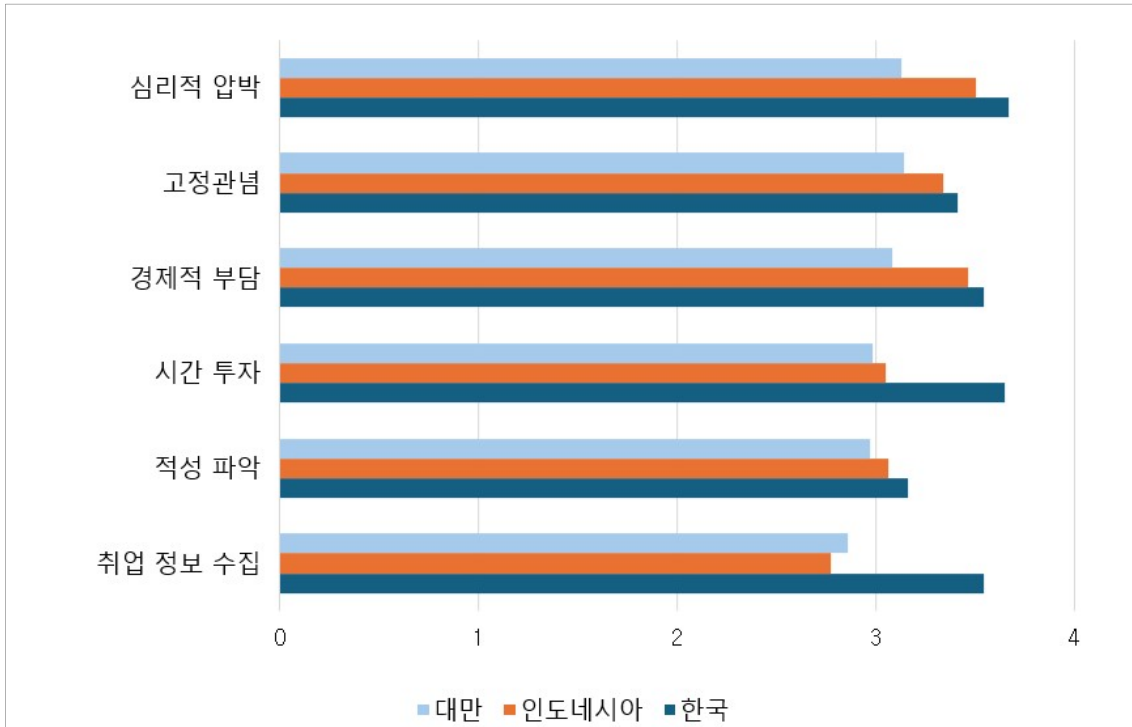
끼고 과도한 스펙 경쟁으로 인한 시간 확보가 안 되는지 등을 확인할 필요가 있을 것이다. 인도네시아 여성 청년 역시 심리적 압박이 가장 큰 어려움으로 나타났으며 그 뒤 경제적 부담과 고정 관념에 있어서 어려움을 겪는 것으로 나타났다. 인도네시아의 경우 사회 경제적 요인이 취업탐색에 있어서 어려움을 겪는 부분인 것으로 나타나 여성 청년들을 경제적으로 지원하고, 심리적, 사회적 진로 장벽을 낮추는 것이 필요한 영역으로 판단된다.

직업 선택 요인에 있어서 한국 여성 청년의 경우 일·생활 균형 및 고용 안정성이 가장 중요한 요인인 것으로 나타났으며, 인도네시아 여성 청년의 경우 고용 안정성과 함께 개인 성장 가능성이 직업 선택에 있어서 주요한 요인인 것으로 나타났다. 대만의 경우 일·생활 균형, 조직 분위기, 고용안정성이 상대적으로 조금 더 중요하게 여기는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 기존 연구와 일치하는 결과로 최근 국가에 관계 없이 진로 선택에 있어서 고용 안정성이 높아지고 있는 현상이 본 연구 결과에서도 나타났다. 이러한 세부적인 차이가 다소 있으나 세 개 국가 모두에서 모든 항목이 평균 4점 전후로, 취업 준비를 하는 청년들은 모든 요인을 중요하게 고려하는 것으로 보인다.

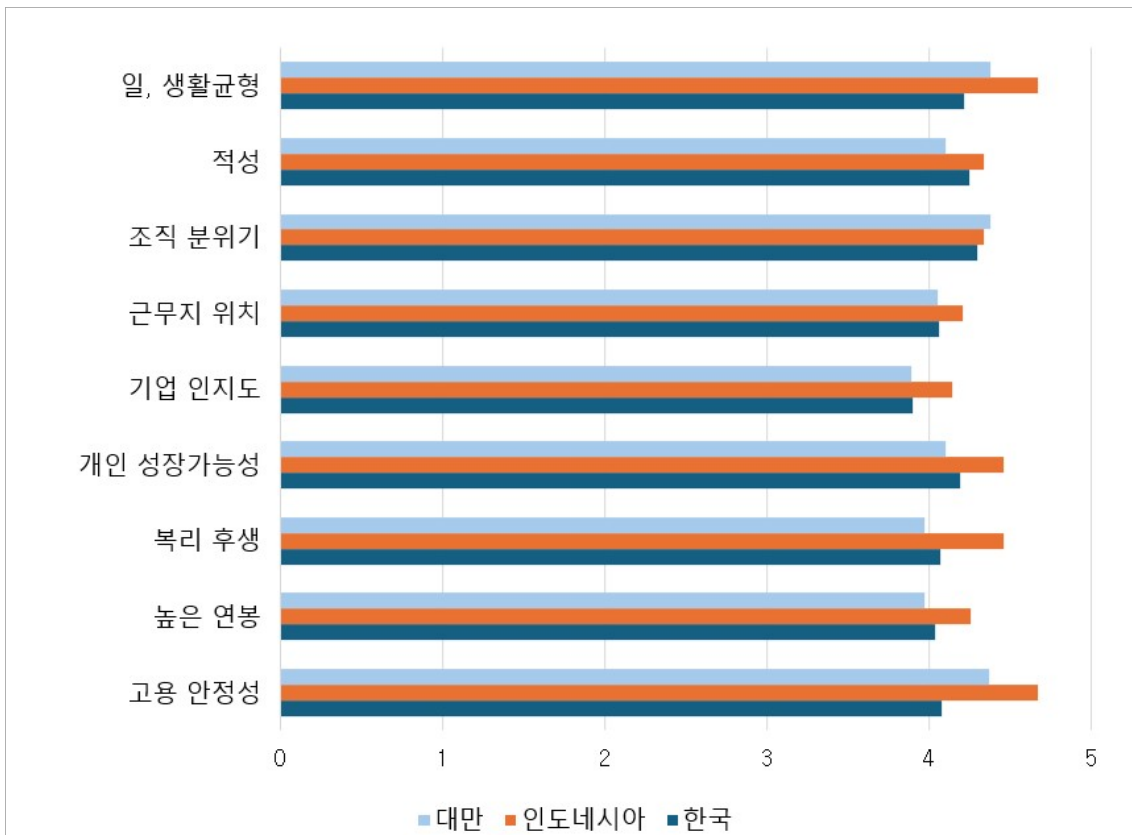
[그림 1] 국가별 여성 청년의 취업 준비 행동



[그림 2] 국가별 여성 청년의 직업탐색 어려움



[그림 3] 국가별 여성 청년의 직업 선택 요인



### 3. SNS 사용과 취업준비, 안녕감, 가치관의 상관관계

#### 1) 한국과 인도네시아

한국과 인도네시아 샘플을 합하여 상관관계 분석을 시행하였고, 분석표를 아래에 첨부하였다(표 3). 분석은 SPSS29를 사용하여 진행하였다.

과도한 SNS 사용은 SNS 사용 시 상향비교( $r = .560$ ), 외재가치( $r = .298$ ), 물질주의( $r = .353$ )와 양의 상관관계를 나타냈고, 정체성몰입( $r = -.315$ ) 및 안녕감( $r = -.325$ )와는 부적 상관관계를 나타냈다.

SNS 사용 시 상향비교는 물질주의( $r = .504$ ) 및 외재가치( $r = .237$ )와 양의 상관관계를 나타냈고, 정체성 몰입( $r = -.355$ ) 및 안녕감( $r = -.336$ )과는 부의 상관관계를 나타냈고, 직업탐색과 관련된 변인들과도 약한 양의 상관관계를 나타냈다.

정체성 몰입은 안녕감과 .642의 중간크기의 상관관계를 보였으며, 직업탐색 스트레스( $r = -.405$ ) 및 직업탐색 불확실성( $r = -.254$ )과는 부의 상관관계를 나타냈다. 직업탐색 스트레스는 물질주의( $r = .414$ )와는 양의 상관을 안녕감( $r = -.413$ )과는 부의 상관관계를 나타냈다.

상관관계 분석 결과에 따르면 과도하게 SNS를 사용하는 사람일수록 SNS 사용 시 상향비교를 하는 경향이 강하고, SNS를 과도하게 사용하거나 상향비교를 할수록 직업탐색과 관련된 스트레스를 더 받고 안녕감이 낮은 한편, 더 강한 물질주의 성향을 보이는 것으로 나타났다. 자신의 가치관이 뚜렷한 정체성 몰입이 높은 사람은 전반적으로 직업탐색과 관련된 스트레스 및 불확실성을 덜 느끼고, 노동시장에 대해서도 긍정적인 인식을 가지며 물질주의 성향이 낮고 친사회적인 가치를 갖는 경향이 있으며, 일반적으로 높은 안녕감을 느끼는 것으로 나타났다. 직업탐색의 스트레스를 많이 느끼는 사람은 안녕감이 낮고 물질주의 성향이 높은 것으로 나타났다. 불확실성회피 성향이 높은 사람은 물질주의 성향과의 상관이 높지는 않지만, 직업가치에 있어서 소득이나 가족부양 및 공과금 납부와 같은 안전성과 관련된 외재적 직업가치를 갖는 경향을 나타냈다.

[표 3] 상관관계표(한국과 인도네시아)

전체 (291명)	나이	과도한 SNS 사용	SNS사용 시 상향비교	정체성 몰입	직업탐색 불확실성	직업탐색 스트레스	외재가치	친사회적 가치	물질주의	안녕감	불확실성 회피
과도한 SNS 사용	-.172**										
SNS사용 시 상향비교	-.215**	.560**									
정체성 몰입	.000	-.315**	-.355**								
직업탐색 불확실성	.093	.096	.123*	-.254**							
직업탐색 스트레스	.042	.186**	.200**	-.405**	.419**						
외재 가치	.030	.298**	.237**	-.008	.073	.057					
친사회적 가치	.073	-.038	.038	.166**	-.015	-.089	.300**				
물질주의	-.177**	.353**	.504**	-.249**	.235**	.414**	.276**	-.018			
안녕감	-.032	-.325**	-.336**	.642**	-.090	-.413**	-.115*	.100	-.223**		
불확실성회피	.013	.196**	.148*	-.023	.073	.022	.469**	.059	.130*	-.049	
노동시장 인식	-.063	-.024	.020	.204**	.139*	-.123*	.023	.136*	.044	.377**	.030

\*\* :  $p < .01$ , \* :  $p < .05$ , N=291

## 2) 한국, 대만 인도네시아

한국, 대만, 인도네시아 3개국의 상관관계표(표4~표6)를 각각 보고하여 특성을 비교하였다. 분석은 SPSS29를 사용하여 진행하였다.

과도한 SNS 사용은 세 개 국가 모두에서 SNS 사용 시 상향비교와 정적인 상관관계를 나타냈다. 그 외의 척도와는 관계는 국가별로 상이했는데, 한국에서는 직업탐색 스트레스, 외재적 가치 및 물질주의와 정적 상관을, 정체성 몰입 및 안녕감과는 부적 상관을 나타냈다. 인도네시아에서는 직업탐색 불확실성, 직업탐색 스트레스 및 물질주의와 정적인 상관을 나타냈으나, 대만에서는 외재가치만 정적 상관을 나타내었고 그 외 다른 척도와는 유의한 상관을 보이지 않았다.

SNS 사용 시 상향비교는 한국과 인도네시아에서는 직업탐색 불확실성, 직업탐색 스트레스, 물질주의와 정적인 상관을, 정체성 몰입 및 안녕감과는 부적 상관을 나타냈다. 그러나 대만에서는 외재적 가치와 정적인 상관을 안녕감과는 부적 상관을 나타냈으며 직업탐색과 관련된 척도와는 유의한 상관을 보이지 않았다.

정체성 몰입은 삼국 모두에서 직업탐색 불확실성과 직업탐색 스트레스와 부적 상관을, 안녕감과는 정적인 상관을 나타냈다. 직업탐색 스트레스는 삼국 모두에서 정체성몰입 및 안녕감과 부적 상관을 보였다. 불확실성 회피 성향은 삼국 모두에서 외재가치와 정적인 상관을 보여, 불확실성 회피 성향이 높을수록 직업선택에 있어서 물질적인 보상이나 명성과 같은 외재가치를 중요하게 여긴다는 것을 알 수 있다. 또한 물질주의 역시 외재가치와 정적인 상관을 보였다.

세 개 국가의 결과를 통합해보면, 과도하게 SNS를 사용하는 사람은 SNS 사용 시 상향비교를 더 많이 하고 있고, 안녕감이 낮은 것으로 보인다. 한국과 인도네시아에서는 SNS를 과도하게 사용하거나 상향비교를 할수록 직업탐색과 관련된 스트레스를 더 받고 안녕감이 낮은 한편, 더 강한 물질주의 성향을 보이는 것으로 나타났다. 한편 자신의 가치관이 정립된 정체성 몰입이 높은 사람은 직업탐색에 있어서 갈 길을 모르는 불확실성이나 스트레스를 덜 받고 따라서 상대적으로 높은 안녕감을 느끼는 것으로 나타났다. 물질주의가 높거나 불확실성 회피 성향이 높은 사람은 직업을 선택함에 있어서 소득이나 공과금 납부와 같이 물리적으로 규정할 수 있는 외재적인 요인을 중요하게 생각하고, 아울러 물질주의가 높은 경우에는 안녕감을 낮게 느끼는 것으로 나타났다.

전반적으로 한국 참가자에서는 변인 간에 유의한 상관이 많이 나타난데 비해 대만 참가자 간에는 유의한 변인간의 상관이 많지 않았다. 특히 SNS 사용과 관련된 변인들이 직업탐색 관련된 변인들과 유의한 관계를 보이지 않았다. 또한 물질주의 역시 한국 및 인도네시아와 달리 외재가치 및 안녕감 이외에는 어떠한 변인과의 상관도 없는 것으로 나타났다. 이는 대만 여성청년들의 특성일 수도 있으나 참가자의 수가 적을 경우 통계적으로 유의한 관계가 도출되기 힘들기 때문에, 작은 샘플사이즈로 인한 통계적 한계일 수도 있음을 유의하여 해석하여야 할 것이다.

[표 4] 상관관계표(한국)

	나이	과도한 SNS 사용	SNS사용 시 상향비교	정체성 몰입	직업탐색 불확실성	직업탐색 스트레스	외재가치	친사회적 가치	물질주의	안녕감	불확실성 회피
과도한 SNS 사용	-.088										
SNS사용 시 상향비교	-.179**	.659*									
정체성 몰입	-0.103	-.389**	-.288**								
직업탐색 불확실성	0.104	0.121	.176*	-.288**							
직업탐색 스트레스	0.091	.297**	.242**	-.479**	.329**						
외재 가치	0.097	.305**	.246**	-0.035	.231**	.206**					
친사회적 가치	0.143	-0.101	-0.019	.234**	-0.072	-.211**	.162*				
물질주의	-.292**	.473**	.575**	-.245**	.262**	.483**	.356**	-0.15			
안녕감	-.229**	-.393**	-.254**	.736**	-.170*	-.510**	-0.128	.154*	-.258**		
불확실성회피	0.109	0.088	0.069	-0.025	.231**	.155*	.468**	-0.048	.200**	0.006	
노동시장 인식	-.189*	-0.04	.162*	.216**	0.127	-.253**	-0.05	0.145	0.033	.427**	0.124

\*\* :  $p < .01$ , \* :  $p < .05$ , N=166

[표 5] 상관관계표(인도네시아)

	나이	과도한 SNS 사용	SNS사용 시 상향비교	정체성 몰입	직업탐색 불확실성	직업탐색 스트레스	외재가치	친사회적 가치	물질주의	안녕감	불확실성 회피
과도한 SNS 사용	-0.168										
SNS사용 시 상향비교	-0.164	.326**									
정체성 몰입	0.041	-0.082	-.364**								
직업탐색 불확실성	-0.029	.268**	.256**	-.408**							
직업탐색 스트레스	-0.135	.238**	.340**	-.492**	.440**						
외재 가치	0.057	0.171	0.1	0.173	0.048	-0.001					
친사회적 가치	-0.032	0.06	0.142	0.048	0.061	0.103	.547**				
물질주의	-0.015	.230**	.474**	-.325**	.191*	.290**	.198*	.281**			
안녕감	0.165	-0.093	-.377**	.401**	-0.149	-.466**	0.035	-0.002	-.204*		
불확실성회피	0.039	0.168	0.077	.192*	0.099	0.025	.371**	.275**	0.058	0.053	
노동시장 인식	0.021	0.119	-0.077	0.106	0.064	-0.055	.226*	0.128	0.039	.229*	0.03

\*\* :  $p < .01$ , \* :  $p < .05$ , N=125

[표 6] 상관관계표(대만)

	나이	과도한 SNS 사용	SNS사용 시 상향비교	정체성 몰입	직업탐색 불확실성	직업탐색 스트레스	외재가치	친사회적 가치	물질주의	안녕감	불확실성 회피
과도한 SNS 사용	0.152										
SNS사용 시 상향비교	-0.006	.348**									
정체성 몰입	0.159	0.07	-0.203								
직업탐색 불확실성	0.019	-0.072	0.216	-.516**							
직업탐색 스트레스	0.153	0.035	0.247	-.441**	.515**						
외재 가치	0.064	.302*	.262**	0.13	-0.079	-0.13					
친사회적 가치	0.126	0.117	0.11	0.17	-0.027	-0.216	.530**				
물질주의	-0.076	0.189	0.24	-0.129	0.02	0.021	.335**	0.069			
안녕감	-0.14	-0.158	-.286*	.307*	-.408**	-.550**	0.05	0.095	-.264*		
불확실성회피	0.039	0.157	0.048	-0.012	0.082	0.139	.457**	.293*	0.089	0.056	
노동시장 인식	0.071	0.004	0.052	0.06	-0.14	-0.067	0.148	0.098	-0.028	-0.031	0.2

\*\* :  $p < .01$ , \* :  $p < .05$ , N=63

#### 4. SNS 사용이 스트레스 및 안녕감에 미치는 간접 영향

##### - 과도한 SNS 사용은 여성 청년의 스트레스와 안녕감에 왜 영향을 미치는가?

과도한 SNS 사용은 직업 탐색 스트레스를 높일 것이고, 이는 자기 정체성 및 직업 탐색에 대한 불확실성 때문일 것이라는 가설을 한국과 인도네시아 참가자를 대상으로 각각 검증해보았다. 매개 효과는 Hayes(2013)의 PROCESS Macro Model 4를 활용하여 다중 매개 분석을 진행하였다. 이후, 매개 효과의 유의성 검증을 위해 5,000회의 부트스트래핑(bootstrapping)을 실시하였다. 부트스트래핑 검증 결과, 95% 신뢰구간 내에 영(0)이 포함되지 않으면, 간접 효과가 존재한다고 판단하였다.

매개 효과 분석 결과, 한국 여성 청년의 과도한 SNS 사용은 자기 정체성 몰입 수준을 낮추고( $\beta = -.19, < .001$ ), 자기 정체성 몰입은 직업 탐색 스트레스를 낮추고( $\beta = -.61, < .001$ ) 안녕감을 높이는 요인이 되었다( $\beta = .58, < .001$ ). 자기 정체성 몰입의 간접 효과 역시 유의했다. 하지만, 직업 탐색에 대한 불확실성의 매개 효과는 나타나지 않았다. 과도한 SNS 사용으로 한국 여성은 자기 정체성에 혼란을 느끼고 이는 직업 탐색에 대한 스트레스를 높이고 전반적인 안녕감에도 부정적인 영향을 주는 것을 알 수 있다. 특히, 자기 정체성은 과도한 SNS 사용과 직업 탐색 스트레스의 관계를 완전 매개함으로써 자기 정체성의 혼란이 직업 탐색 스트레스를 높이는 주요한 요인인 것을 알 수 있다. 안녕감의 경우 과도한 SNS 사용이 안녕감에 미치는 부정적 영향의 직접 효과도 나타나 자기 정체성 외의 다른 매개 요인도 존재할 수 있음을 알 수 있다.

인도네시아 참가자의 경우, 과도한 SNS 사용은 직업 탐색에 대한 불확실성을 높이고( $\beta = .13, < .01$ ), 이는 직업 탐색 스트레스를 높이는 요인이 되었다( $\beta = .41, < .01$ ). 한국과 달리 인도네시아에서는 자기 정체성의 매개 효과는 나타나지 않으며, 직업 탐색 불확실성이 과도한 SNS 사용과 안녕감의 관계를 매개하지는 않았다.

매개 효과 결과를 통해서, 과도한 SNS 사용은 여성 청년의 스트레스 및 안녕감에 부정적인 영향을 줄 수 있지만, 문화에 따라 그 이유는 다를 수 있는 것으로 확인되었다. 한국 여성 청년의 경우 정체성에 대한 혼란이 주요한 메커니즘이었으며, 인도네시아 여성 청년의 경우 직업 탐색에 대한 불확실성이 주요한 메커니즘인 것으로 확인되었다. 과도한 SNS 사용이 한국과 인도네시아 청년의 직무 탐색 스트레스를 높이는 요인이라는 점에서 과도한 SNS 사용이 야기하는 부정적인 측면을 이해하고 줄이는 개인과 사회의 노력이 필요할 것이다. 또 과도한 SNS 사용이 한국 여성 청년에게 정체성의 혼란을 통해서 일반적인 안녕감에 영향을 미친다는 점을 감안하면 과도한 SNS 사용이 미치는 부정적인 영향력의 영역이 한국 여성 청년에게 더 크게 나타날 수 있다. 한국 여성 청년의 경우 자기 정체성을 유지하고 과도한 SNS 사용으로 자기 정체성에 혼란을 겪지 않도록 자신의 가치, 정체성을 수립하는 지원이 필요할 것이다. 인도네시아의 경우 과도한 SNS 사용이 자기 정체성에 미치는 영향은 유의하지 않았으며, 이는 인도네시아 여성 청년의 정체성 유지에 있어서 한국보다 과도한 SNS 사

용의 부정적인 영향이 더 작을 수 있다는 것을 알 수 있다. 인도네시아 여성 청년의 경우 자기 정체성이 아닌 직업에 특화된 혼란이 스트레스를 야기한다는 점을 감안할 때, 직업에 대한 이해, 직업 정체성 수립과 같은 정책 및 지원이 필요할 것이다.

한국과 인도네시아에서 검증한 매개 효과는 대만 샘플에서는 유의한 결과가 나타나지 않았다. 이것이 대만 여성청년들의 특성인지 샘플 사이즈가 작기 때문인지 본 자료만으로는 결론을 내리기 어렵다.

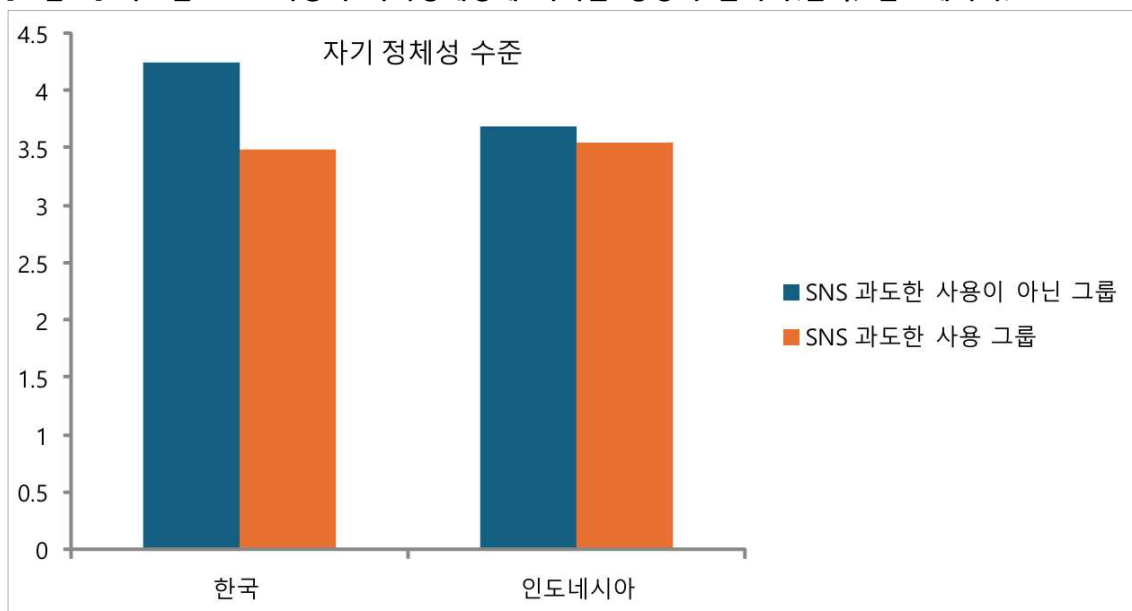
## 5. 국가와 가치관에 따른 SNS 사용의 영향

### 1) 과도한 SNS 사용이 여성 청년의 불확실성, 스트레스, 안녕감에 미치는 영향이 국가에 따라 다른가?

과도한 SNS 사용이 자기 정체성, 직업 탐색 불확실성, 직업 탐색 스트레스, 안녕감에 미치는 영향이 한국, 인도네시아에 따라 다른지 확인해보았다. 나라의 조절 효과는 위계적 회귀 분석을 통해서 진행하였고, Aiken & West(1991)가 제안한 단순기울기 검증(simple slope analysis)을 통해서 상호작용의 유의성 및 상호작용의 패턴을 확인해보았다.

그림 4와 같이 과도한 SNS 사용이 여성 청년의 자기 정체성에 미치는 영향이 국가에 따라 다른 것으로 나타났는데, 한국의 경우에는 과도한 SNS 사용이 자기 정체성을 낮추는 요인이 되었지만( $\beta = -.19, p < .001$ ), 인도네시아의 경우 과도한 SNS 사용과 자기 정체성의 관계는 유의하지 않았다( $\beta = -.04, p = .39$ ).

[그림 4] 과도한 SNS 사용이 자기정체성에 미치는 영향의 문화차(한국, 인도네시아)

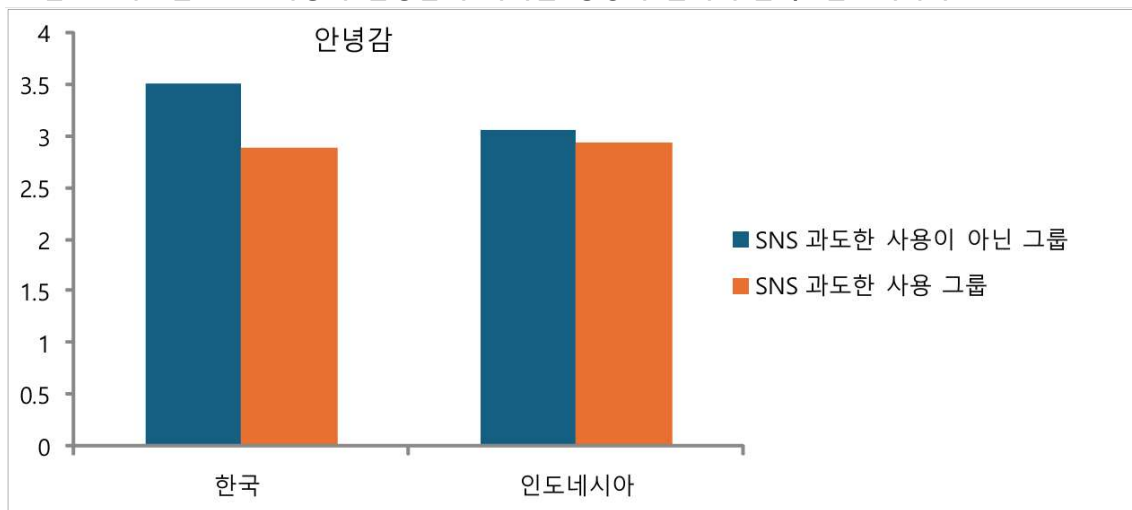


과도한 SNS 사용이 여성 청년의 직업 탐색 불확실성에 미치는 영향은 국가에 따라 다른 패턴을 보이지 않았다. 즉, 한국이나 인도네시아나 과도한 SNS 사용은 직업 탐

색 불확실성을 높이는 요인이 되었다. 직업 탐색 스트레스의 양상 또한 국가에 따라 다르지 않았고 과도한 SNS 사용은 한국과 인도네시아 모두 직업 탐색 스트레스를 높이는 요인이 되었고 문화 차는 나타나지 않았다.

과도한 SNS 사용이 일반적인 안녕감에 미치는 영향은 문화에 따라 다른 것으로 나타났다. 그림 5와 같이 한국인의 경우 SNS를 과도하게 사용할수록 안녕감이 낮아지만( $\beta = -.16, p < .001$ ), 인도네시아의 경우 과도한 SNS 사용이 안녕감에 미치는 영향은 유의하지 않았다( $\beta = -.03, p = .35$ ).

[그림 5] 과도한 SNS 사용이 안녕감에 미치는 영향의 문화차(한국, 인도네시아)



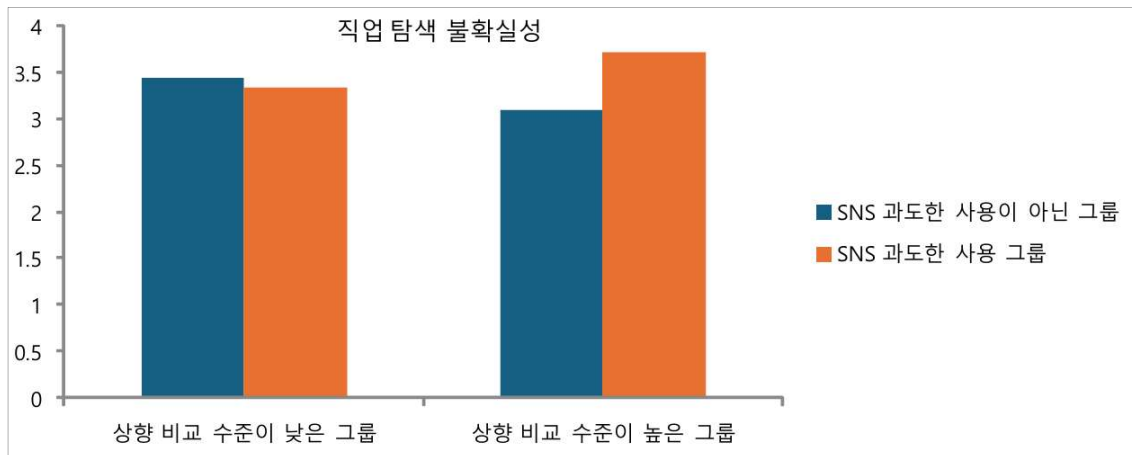
국가의 조절 효과를 살펴본 결과, 과도한 SNS 사용이 자기 정체성, 직업 탐색 불확실성, 직업 탐색 스트레스, 안녕감에 미치는 영향은 문화에 따라 다소 다른 것으로 나타났는데, 자기 정체성 및 안녕감에 미치는 영향만 문화 차이가 있는 것으로 나타났다. 20~30대 여성 청년에게 과도한 SNS 사용이 직업적인 측면에서 부정적인 영향을 미치는 것은 한국과 인도네시아에 관계없이 나타났다. 두 나라를 대상으로 했기 때문에 일반화할 수는 없지만 과도한 SNS 사용이 직업 탐색과 관련된 불확실성을 증가시키고 직업 탐색 스트레스를 높이는 결과는 다소 일관적이라는 것을 알 수 있다. 반면, 한국 여성 청년들은 과도한 SNS 사용에 의해 자기 정체성 그리고 일반적인 안녕감에 부정적인 영향을 받는 것을 알 수 있다. 한국 여성 청년은 인도네시아 여성 청년에 비해 과도한 SNS 사용이 미치는 영향이 더 넓고 부정적일 수 있음을 시사한다. 또, 과도한 SNS 사용이 미치는 영향이 결과 변인 및 문화에 따라 다를 수 있음을 보여주는 결과이기도 하다.

## 2) 과도한 SNS 사용이 여성 청년의 자기 정체성, 직업 탐색 불확실성에 미치는 영향을 완화하는 요인은 무엇인가?

과도한 SNS 사용이 자기 정체성, 직업 탐색 불확실성에 미치는 영향을 완화하는 요인을 확인하기 위해 SNS의 사용 시 상향비교와 직업 가치 중 외재 가치의 역할을

살펴보았다. 한국 여성 청년을 대상으로 살펴본 결과 과도한 SNS 사용이 자기 정체성, 직업 탐색 불확실성에 미치는 영향을 상향비교 수준과 외재 가치가 조절하는 것으로 나타났다. 즉, 상향 비교를 많이 하는 그룹에만 과도한 SNS 사용이 자기 정체성을 낮추고( $\beta = -.40, p < .001$ ), 직업 탐색 불확실성에 미치는 유의한 영향이( $\beta = .19, p < .01$ ) 나타났고, 상향 비교를 적게 하는 그룹에는 과도한 SNS 사용이 정체성과 직업 탐색 불확실성에 미치는 영향이 유의하지 않았다. 또 외재 가치의 조절 효과도 한국 여성 청년에게 나타났다. 외재 가치가 높은 그룹에서는 과도한 SNS 사용이 자기 정체성을 낮추고( $\beta = -.30, p < .001$ ) 직업 탐색 불확실성에 미치는 영향이 유의했으나( $\beta = .09, p = .06$ ), 외재 가치가 낮은 그룹에는 해당 결과가 나타나지 않았다(그림 6). 하지만, 인도네시아 여성 청년에게는 상향 비교와 외재 가치의 조절 효과가 확인되지 않았다.

[그림 6] 과도한 SNS 사용과 직업 탐색 불확실성의 관계에 있어서 상향비교의 영향력(한국, 인도네시아)



이 연구 결과를 통해 한국 여성 청년이 과도한 SNS 사용이 자기 정체성 및 직업 탐색 불확실성에 미치는 영향은 SNS 사용의 방법 및 일에 대한 가치에 따라 다를 수 있음을 알 수 있다. SNS를 많이 사용하더라도 상향 비교를 하지 않는 경우 정체성의 혼란이나 직업 탐색 불확실성으로 이어지지 않았다. 또, 일에 대해서 일을 단순히 돈을 버는 목적이라고 생각하는 외재 가치를 지닌 경우 과도한 SNS 사용이 정체성에 대한 혼란 및 직업 탐색 불확실성을 높이지만 외재 가치 수준이 낮은 경우 이러한 연결 고리가 유의하지 않았다. 한국 여성 청년에게 SNS를 사용하더라도 상향 비교를 하지 않도록 권장하며, 일에 대한 가치를 수립함에 있어서 외재 가치에 의존하는 것을 막도록 지원해야 할 것이다.

대만 샘플에서는 한국과 인도네시아에서 검증한 조절 효과가 유의한 결과로써 나타나지 않았다. 매개 효과와 마찬가지로 이것이 대만 여성청년들의 특성인지 샘플 사이즈가 작기 때문인지 본 자료만으로는 결론을 내리기 어렵다.

## IV. 토론 및 시사점

이 연구는 한국, 인도네시아, 대만의 여성 청년을 대상으로 SNS 사용이 심리적 안녕감과 직업 탐색 스트레스에 미치는 영향을 비교 분석하였다. 전반적으로 연구 결과는 과도한 SNS 사용이 청년 여성들의 정신 건강과 취업 스트레스에 중요한 영향을 미칠 수 있음을 시사했다. 그러나 그 영향의 구체적인 양상은 국가별 사회문화적 배경과 경제적 상황에 따라 다르게 나타났으며, 청년 여성들의 정체성, 직업 탐색 과정, 심리적 안녕감과 밀접한 관계가 있음을 확인할 수 있었다.

### 1. 국가별 주요 연구 결과

#### 1) 한국

한국 여성 청년들은 SNS에서 타인과 자신을 비교하는 경향이 강했으며, 이는 자기 정체성 혼란과 심리적 안녕감 저하로 이어지는 것으로 나타났다. SNS 속 이상화된 타인의 삶과 자신을 비교하는 과정에서 열등감과 불안감이 증가할 가능성이 높았으며, 이는 사회 비교 이론(Social Comparison Theory)과 일맥상통한다. 특히, 상향 비교(Upward Comparison)를 많이 할수록 심리적 스트레스가 증가한다는 기존 연구 결과를 뒷받침하는데, 실제로 한국 여성 청년들은 SNS 사용 시간이 길수록 자기 정체성에 대한 혼란을 더 많이 경험하는 것으로 나타났다. 이는 SNS를 통해 타인의 삶을 지속적으로 관찰하면서 자신의 정체성을 잃어버리거나 불확실성을 느끼는 현상을 반영하며, 한국 사회의 높은 경쟁 문화와 SNS에서의 이상화된 삶의 표현이 결합되어 나타나는 현상으로 해석할 수 있다.

그러나 SNS 사용 방식과 직업 가치관에 따라 이러한 영향이 다르게 나타났다. SNS를 많이 사용하더라도 상향 비교를 하지 않는 경우에는 정체성 혼란과 직업 탐색 불확실성이 상대적으로 낮았다. 또한, 일을 단순히 생계 수단으로 여기는 외재 가치가 높은 경우 과도한 SNS 사용이 정체성 혼란 및 직업 탐색 스트레스를 증가시키는 반면, 외재 가치 의존도가 낮은 경우 이러한 영향이 유의하지 않았다. 따라서 한국 여성 청년들에게 SNS를 사용할 때 상향 비교를 피하도록 하고, 일에 대한 가치관을 형성할 때 외재 가치에 과도하게 의존하지 않도록 지원하는 것이 중요하다.

#### 2) 인도네시아

인도네시아 여성 청년들은 SNS 사용 자체보다는 직업 탐색 과정에서의 불확실성을 더 큰 스트레스로 인식하고 있었다. 높은 청년 실업률과 부족한 취업 기회로 인해, 이들은 직업 탐색 과정에서 불안을 경험하는 빈도가 높았다. 특히, 취업 관련 정보나 멘토링 기회가 부족하여 스스로 진로를 설정하는데 어려움을 겪는 것이 주요 문제로

지적되었으며, 직업 탐색을 위한 사회적·경제적 지원이 부족한 것이 청년 여성들의 스트레스를 가중시키는 요인으로 작용하고 있었다.

이러한 결과는 인도네시아 여성 청년들이 직업 탐색 과정에서 느끼는 불확실성을 줄이기 위해, 보다 체계적인 취업 지원 시스템과 멘토링 기회가 필요함을 시사한다.

### 3) 대만

대만의 경우, 이번 연구에서 확보한 표본의 크기가 제한적이었으며, 이에 따라 연구 결과를 일반화하는 데 한계가 있었다. 그러나 일부 응답자들은 SNS 사용과 직업 탐색 불확실성 모두에서 스트레스를 경험한다고 보고하였으며, 향후 연구에서는 대만 청년 여성의 SNS 사용 패턴과 취업 스트레스 간의 관계를 보다 심층적으로 분석할 필요가 있다.

또한, SNS 사용이 직업 탐색 과정에 미치는 영향이 한국이나 인도네시아와는 다른 양상을 보일 가능성이 있으며, 이는 대만의 독특한 사회문화적 배경과 관련이 있을 수 있다. 따라서, 심층적인 분석을 위해 표본 수를 늘리고 다양한 변수를 고려한 후속 연구가 필요하다.

## 2. 시사점 및 정책적 제안

### 1) 건강한 SNS 활용 습관 형성

여성 청년들에게 SNS의 과도한 사용이 직업 탐색 스트레스와 연관이 있다는 점에서 SNS 사용을 조절하고 건강한 습관을 형성할 필요가 있다. 다만, '과도한 사용'의 정의와 기준은 개인과 국가별로 다를 수 있으므로, 자신의 생활 패턴 속에서 적절한 사용 수준을 명확히 이해하고 균형 있게 조절하는 노력이 필요하다.

또한, SNS 사용 시간뿐만 아니라 '어떻게' 사용하는지가 중요한 것으로 나타났다. 단순한 사용량보다 비교 방식이 심리적 상태에 더 큰 영향을 미친다. 상향 비교가 반드시 부정적인 것은 아니며, 유사한 상황에서 더 나은 성과를 낸 사례는 오히려 긍정적인 동기가 될 수 있다. 따라서 상담 및 교육 프로그램에서는 성공적인 진로 계획 사례를 탐색하고 배울 기회를 제공해야 한다.

이와 함께, SNS 사용이 심리적 부담이 아닌 자기 성장의 도구가 될 수 있도록 디지털 리터러시 교육이 필요하다. 특히 SNS에서의 비교 행위를 인지하고 이를 긍정적으로 전환하는 방법을 익히는 것이 중요하다. 더 나아가, SNS를 단순한 비교의 공간이 아니라 자기 성장과 발전을 촉진하는 장으로 활용할 수 있도록 유도해야 한다. 예를 들어, 자신의 강점과 성취를 공유하고 가치를 탐색하는 "나만의 가치" 탐구 캠페인을 진행하면, SNS를 멘토링, 직업 탐색, 네트워킹 활동을 촉진하는 공간으로 활용할 수 있도록 유도할 수 있다.

## 2) 자기 정체성과 가치 수립

한국 20대 여성의 경우, 자기 정체성을 확립하는 것이 심리적 안녕감과 직업 탐색 스트레스에 중요한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히, 물질주의와 외재적 가치의 수준이 낮을수록 자기 정체성 혼란이 이러한 요소에 미치는 부정적 영향이 완화되는 경향이 있다. 따라서, 자기 정체성을 확립하고 물질적·외재적 가치에 과도하게 의존하지 않는 태도를 기르는 것이 필요하다.

특히, 자기 가치 확인(self-affirmation) 과정은 자신의 가치관을 명확히 하고, 이를 실현했던 경험을 돌아보며 기록하는 방식으로 자기 확신을 높이는 데 효과적이다. 또한, 물질주의와 외재적 가치 의존도를 낮추고 내재적 가치를 강화하는 것이 필요하다. 연구에 따르면, 물질주의 성향이 강할수록 SNS 사용으로 인한 상향 비교가 심화되어 심리적 스트레스가 증가하고 안녕감이 저하될 가능성이 크다. 따라서 청년 여성들이 물질적 가치보다 내재적 가치를 중시하도록 사고방식을 전환해야 한다.

이를 위해, 자기 가치 탐색과 내재적 동기 강화를 지원하는 프로그램을 운영하고, 체계적인 상담과 가이드를 제공하는 것이 바람직하다. 이를 통해 청년 여성들이 자신만의 가치와 정체성을 확립하고, 의미 있는 삶의 방향을 설정할 수 있도록 도와야 한다. 결국, SNS를 건강하게 활용하는 환경을 조성하고, 자기 정체성 확립을 돕는 교육과 문화가 함께 이루어질 때, 한국 여성 청년들이 보다 주체적으로 자신의 삶을 설계할 수 있을 것이다.

## 3) 직업 탐색 지원 강화 및 경제적 부담 완화

인도네시아 여성 청년들에게 있어 직업 탐색 불확실성은 직무 스트레스에 유의미한 영향을 미치는 주요 요인으로 나타났다. 그러나 한국과 비교했을 때, 자기 정체성 혼란이나 가치의 영향은 상대적으로 약한 것으로 파악된다. 직업 탐색 불확실성은 자신이 원하는 직업을 명확히 알지 못하거나, 경력 전환 및 이직 시점을 결정하는 데 어려움을 겪는 상황을 의미한다. 이에 따라, 인도네시아 여성 청년들에게는 경력 코칭 및 진로 상담 지원이 효과적인 해결 방안이 될 수 있다.

특히, 취업을 준비하는 여성들에게는 적성과 흥미를 파악하는 기초 진단 과정을 제공하여, 자신에게 적합한 직업을 탐색할 수 있도록 돕는 것이 중요하다. 예를 들어, RIASEC과 같은 타당화된 진단 도구를 활용하여 개인의 흥미를 분석하고, 연관된 직업군 정보를 제공함으로써 실질적인 직업 탐색 지원이 가능할 것이다.

또한, 사회·경제적 요인이 인도네시아 여성 청년들의 직업 탐색 과정에서 주요한 장애 요인으로 작용하고 있다. 이에 따라, 경제적 지원을 제공하고 심리적·사회적 진로 장벽을 낮추는 것이 필요하다. 진로 목표 설정 과정에서는 현실적인 장벽을 인식하는 것이 중요하지만, 동시에 자신이 과도하게 장애물을 인식하고 있는지 확인하는 과정도 필요하다. 현실과 자신의 지각 수준 간 차이를 줄이기 위해 교육 및 심리적

개입을 통해 자신감을 키울 수 있도록 지원해야 한다.

보다 체계적인 자기 정체성 탐색 및 경력 개발 지원 교육을 제공함으로써, 여성 청년들이 자신의 적성과 가치를 명확히 이해하고 이를 실질적인 취업 기회로 연결할 수 있도록 돕는 것이 중요하다. 이를 위해, 취업 과정에서 정보를 얻고 심리적 지지를 받을 수 있도록 여성 청년 취업 지원 네트워크를 구축하는 것이 필요하다. 이를 통해, 취업 준비 중인 여성들이 서로 고민을 나누고, 관련 정보를 공유하며, 정서적 지지를 받을 수 있는 환경을 조성할 수 있다.

더불어, 지역 사회 기반의 취업 및 진로 지원 체계를 활성화하여, 각 지역의 특성과 산업 구조를 반영한 맞춤형 취업 프로그램을 운영할 필요가 있다. 이를 통해, 지역 내에서 보다 안정적인 일자리를 찾을 수 있도록 지원하고, 동시에 지역 경제 활성화에도 기여할 수 있다.

마지막으로, 정부 차원의 취업 관련 정보 접근성을 확대하는 정책적 지원이 요구된다. 취업 박람회 개최, 취업 지원 프로그램 확대 등을 통해 청년 여성들이 보다 쉽게 취업 정보를 얻고, 실제 취업으로 연계될 수 있도록 하는 체계적인 지원이 필요하다. 이러한 종합적인 지원을 통해 인도네시아 여성 청년들의 직업 탐색 불확실성을 완화하고, 보다 안정적인 경력 개발을 돕는 것이 중요하다.

### 3. 후속연구 제안

이번 연구에서는 SNS의 과도한 사용이 여성 청년의 정체성, 직업 탐색 불확실성, 직무 스트레스에 미치는 영향을 중점적으로 분석했지만, SNS의 구체적인 사용 형태에 따른 차이는 고려되지 않았다. SNS를 주로 사용하는 플랫폼, 사용 목적(예: 사회적 연결, 정보 취득 등)에 따라 정체성, 안녕감, 직무 스트레스에 미치는 영향이 다를 수 있으므로, 향후 연구에서는 이러한 요인을 보다 세분화하여 분석할 필요가 있다.

또한 이 연구는 처음 실행한 연구이고 단회성 연구로 진행되었기 때문에 각 국가별 여성 청년의 정체성, 안녕감, 스트레스 등의 변화 추이 및 기저선을 파악할 수 없는 한계가 있다. 예를 들어, 한국 여성 청년의 안녕감이 인도네시아 여성 청년보다 높은 것으로 나타났지만, 이것이 지속적인 경향인지 아니면 최근의 변화인지는 알 수 없다. 따라서, 종단적 연구를 통해 각 국가별 여성 청년들의 심리적·직업적 변화 과정을 추적하는 것이 필요하다.

더 나아가, 여성 청년의 상황을 보다 자세하게 파악하기 위해 아시아뿐만 아니라 유럽 및 미주 국가와의 비교 연구를 수행하여, 글로벌 차원에서 SNS 사용과 여성 청년의 심리적·직업적 문제 간의 관계를 분석할 필요가 있다. 특히 안녕감의 요소별로 국가 간의 차이를 비교하는 연구나 아시아 국가와 유럽 및 미주 국가 간 여성청년의 SNS사용과 안녕감 및 취업 준비 활동을 비교하는 연구를 진행할 것을 제안한다.

종합적으로, 후속 연구에서는 SNS 사용의 구체적인 양상을 고려한 분석, 종단적 연구를 통한 국가별 변화 추적, 아시아 및 타 대륙 국가와의 비교 연구, 대만 청년

여성들의 SNS 사용과 직업 탐색 스트레스 간 관계 분석을 심층적으로 진행하는 것이 중요하다. 이를 통해, 여성 청년들의 SNS 사용이 취업 준비와 심리적 안녕감에 미치는 영향을 보다 체계적으로 이해하고, 효과적인 지원 방안을 모색할 수 있을 것이다.

## 참고문헌

- Aguinis, H., Villamor, I., & Ramani, R. S. (2021). MTurk research: Review and recommendations. *Journal of Management*, 47(4), 823-837.
- Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Sage.
- Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for? *Child Development Perspectives*, 1(2), 68-73.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215.
- Bandura, A., & Walters, R. H. (1977). *Social learning theory* (Vol. 1, pp. 141-154). Prentice Hall.
- Berzonsky, M. D., Soenens, B., Luyckx, K., Smits, I., Papini, D. R., & Goossens, L. (2013). Development and validation of the revised Identity Style Inventory (ISI-5): Factor structure, reliability, and validity. *Psychological Assessment*, 25(3), 893-904.
- Betz, N. E., & Hackett, G. (1981). The relationship of career-related self-efficacy expectations to perceived career options in college women and men. *Journal of Counseling Psychology*, 28(5), 399-410.
- Blau, G. (1994). Testing a two-dimensional measure of job search behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 59, 288-312.
- Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), 210-230.
- Brislin, R. W. (1970). Back-translation for cross-cultural research. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 1(3), 185-216.
- Campbell, J. D., Trapnell, P. D., Heine, S. J., Katz, I. M., Lavallee, L. F., & Lehman, D. R. (1996). Self-concept clarity: Measurement, personality correlates, and cultural boundaries. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(1), 141-156.
- Cao, X., Masood, A., Luqman, A., & Ali, A. (2018). Excessive use of mobile social networking sites and poor academic performance: Antecedents and consequences from stressor-strain-outcome perspective. *Computers in Human Behavior*, 85, 163-174.
- Crites, J. O. (1974). Major contribution career counseling: A review of major approaches. *The Counseling Psychologist*, 4(3), 3-23.
- Frost, R. L., & Rickwood, D. J. (2017). A systematic review of the mental health outcomes associated with Facebook use. *Computers in Human Behavior*, 76, 576-600.
- 한지현, & 장재윤. (2005). 남성 또는 여성중심적 직업을 희망하는 여대생들의 개인특성 및 구직행태에서의 차이. *한국심리학회지: 산업 및 조직*, 18(3), 585-609.

- Hou, Y., Xiong, D., Jiang, T., Song, L., & Wang, Q. (2019). Social media addiction: Its impact, mediation, and intervention. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, *13*(1).
- Mahon, C., & Hevey, D. (2021). Processing body image on social media: Gender differences in adolescent boys' and girls' agency and active coping. *Frontiers in Psychology*, *12*, 626763.
- Mowbray, J. A. (2018). *The role of networking and social media tools during job search: An information behaviour perspective* (Doctoral dissertation).
- Nabi, R. L., Prestin, A., & So, J. (2013). Facebook friends with (health) benefits? Exploring social network site use and perceptions of social support, stress, and well-being. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *16*(10), 721-727.
- Richins, M. L. (2004). The material values scale: Measurement properties and development of a short form. *Journal of Consumer Research*, *31*(1), 209-219.
- Rioux, S. M., & Penner, L. A. (2001). The causes of organizational citizenship behavior: A motivational analysis. *Journal of Applied Psychology*, *86*(6), 1306-1314.
- Ryan, R. M., & Connell, J. P. (1989). Perceived locus of causality and internalization: Examining reasons for acting in two domains. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*(5), 749-761.
- Sahoo, P., Mishra, M., & Das, S. C. (2024). Social media impact on psychological well-being—A cross-sectional study among the adolescents of Odisha. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, *13*(3), 859-863.
- Sim, M., Kim, S. Y., & Suh, Y. (2022). Sample size requirements for simple and complex mediation models. *Educational and Psychological Measurement*, *82*(1), 76-106.
- Stumpf, S. A., Colarelli, S. M., & Hartman, K. (1983). Development of the career exploration survey (CES). *Journal of Vocational Behavior*, *22*(2), 191-226.
- Twenge, J. M., & Kasser, T. (2013). Generational changes in materialism and work centrality, 1976-2007: Associations with temporal changes in societal insecurity and materialistic role modeling. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *39*(7), 883-897.
- Twenge, J. M., & Martin, G. N. (2020). Gender differences in associations between digital media use and psychological well-being: Evidence from three large datasets. *Journal of Adolescence*, *79*, 91-102.
- Verduyn, P., Ybarra, O., Résibois, M., Jonides, J., & Kross, E. (2017). Do social network sites enhance or undermine subjective well-being? A critical review. *Social Issues and Policy Review*, *11*(1), 274-302.
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Roberts, L. R., & Eckles, K. (2014). Social comparison, social media, and self-esteem. *Psychology of Popular Media Culture*, *3*(4), 206-222.
- Wanberg, C. R., Hough, L. M., & Song, Z. (2002). Predictive validity of a multidisciplinary model of reemployment success. *Journal of Applied Psychology*, *87*(6), 1100-1120.

Yoo, B., Donthu, N., & Lenartowicz, T. (2011). Measuring Hofstede's five dimensions of cultural values at the individual level: Development and validation of CVSCALE. *Journal of International Consumer Marketing*, 23(3-4), 193-210.

Zivnuska, S., Carlson, J. R., Carlson, D. S., Harris, R. B., & Harris, K. J. (2019). Social media addiction and social media reactions: The implications for job performance. *The Journal of Social Psychology*, 159(6), 746-760.

## V. 부록

### - 설문지

#### <여성 청년의 소셜미디어 사용, 안녕감 및 취업 준비 활동> 설문조사

본 연구에 관심을 가져 주셔서 감사합니다.

본 연구는 여성 청년의 소셜미디어 사용과 취업 준비 활동 및 안녕감의 관계에 대한 연구입니다. 귀하는 본 연구에 참여할 것인지 여부를 결정하기 전에, 설명서와 동의서를 신중하게 읽어보시길 바랍니다. 이 연구가 왜 수행되며, 무엇을 수행하는지 귀하가 이해하는 것이 중요합니다. 이 연구는 자발적으로 참여 의사를 밝히신 분에 한하여 수행 될 것입니다. 다음 내용을 신중히 읽어보신 후 참여 의사를 밝혀 주시길 바랍니다. 귀하의 서명은 귀하가 본 연구에 대해 그리고 위험성에 대해 설명을 들었음을 의미하며, 이 문서에 대한 귀하의 서명은 귀하께서 자신이 본 연구에 참가를 원한다는 것을 의미합니다. 연구와 관련된 질문이 있으면 언제든지 연구 담당자(박지영, jiyoungpark@duksung.ac.kr)로 문의 주시길 바랍니다.

**여러분의 성실한 답변은 구직 중인 여성 청년들의 삶을 이해하고 의미 있는 변화를 모색하는 데 중요한 밑거름이 됩니다. 좋은 연구로 이어질 수 있도록 협조를 부탁드립니다.**

#### [연구 설명문]

##### 1. 연구의 배경과 목적

본 연구는 여성 청년의 소셜미디어 사용과 취업 준비 활동 및 안녕감의 관계를 파악하기 위해 진행되는 연구입니다. 소셜미디어 사용과 다양한 취업 준비 행동, 취업과 관련된 스트레스의 관계를 파악하고, 이러한 요인이 다양한 종류의 안녕감 지표와 어떤 관계를 갖는지 파악하기 위해 진행되는 연구입니다. 본 연구는 한국 뿐 아니라 인도네시아 등 다른 문화권의 참가자들을 대상으로도 진행되며 본 연구 결과는 문화 간 비교에도 사용될 예정입니다. 궁극적으로 본 연구를 통해 취업을 준비하는 청년을 이해하고 본 연구 결과를 통해 취업을 준비하는 청년들의 안녕감을 향상시키고 취업 준비를 도울 수 있는 실무적, 이론적 함의를 도출하고자 합니다.

##### 2. 연구 참여 대상

본 연구는 만 20세 이상 만 34세 이하의 여성으로 구직 중이거나, 3년 미만의 경력을 가지고 이직을 계획 중인 사람들을 대상으로 진행됩니다. 약 150명을 대상으로 설문을 진행할 예정입니다. 동일한 설문지가 한국 뿐 아니라 인도네시아 등 다른 국가에도 배포될 예정입니다.

##### 3. 연구 방법 및 연구 참여 기간

본 연구는 총 1회의 설문으로 진행되며 약 20~40분 가량 소요될 예정입니다. 1회의 설문 이후 추가적인 연구 참여는 없습니다.

#### 4. 연구 참여에 따른 이익 및 보상

연구 대상자에 해당되고 성실하게 연구에 참여하여 설문을 완료할 경우, 약 3000원 상당의 기프트콘을 기프트콘 발송업체(오피스콘)를 통해 전달할 예정입니다.

성실한 연구 참여 조건은 다음과 같습니다. 본 설문에는 집중을 확인하는 문항이 포함되어 있습니다. 해당 문항에 틀린 답을 할 경우 보상이 지급되지 않을 수도 있습니다. 유의해서 연구에 임해 주시길 바랍니다. 응답시간이 과도하게 짧은 경우, 하나의 선택지를 일괄적으로 선택하는 등의 경우 보상이 지급되지 않을 수도 있습니다.

본 연구에 참여함으로써 심리학 분야의 연구가 어떻게 진행되는지 아는 기회가 될 것입니다.

#### 5. 부작용 또는 위험과 불편함

본 연구는 설문 연구로 특별히 알려진 위험 요소나 부작용은 없습니다. 혹시, 설문에 응답하면서 피로감을 느끼거나 어떠한 이유에서든지 설문을 중도에 그만두고 싶을 경우 언제든지 그만 둘 수 있습니다. 또한, 연구 참여 도중 위험 요소에 대한 질문이 있으면 담당 연구원에게 언제든지 문의 주시길 바랍니다.

#### 6. 개인정보와 비밀보장

본 연구의 참여로 개인정보인 연령, 성별, 국적, 최종 학력, 근무 연한이 수집됩니다. 이 정보는 연구를 위해 1년간 사용되며 수집된 정보는 개인정보보호법에 따라 적절히 관리됩니다. 관련 정보가 담긴 파일은 비밀 번호를 통해서만 열 수 있으며 담당 연구자만 접근 가능합니다. 연구를 통해 얻은 모든 개인 정보의 비밀 보장을 위해 최선을 다할 것입니다. 이 연구에서 얻어진 개인 정보가 학회지나 학회에 공개 될 때 모든 개인 정보는 공개되지 않을 것입니다. 그러나 만일 법이 요구하면 귀하의 개인정보는 제공될 수도 있습니다. 또한 모니터 요원, 점검 요원, 공용기관생명윤리위원회는 연구대상자의 비밀보장을 침해하지 않고 관련 규정이 정하는 범위 안에서 본 연구의 실시 절차와 자료의 신뢰성을 검증하기 위해 연구 관련 자료를 직접 열람하거나 제출을 요청할 수 있습니다.

귀하가 본 동의서에 서명하는 것은, 이러한 사항에 대하여 사전에 알고 있었으며 이를 허용한다는 의사로 간주될 것입니다. 연구 종료 후 연구관련 자료(기관위원회 심의결과, 서면동의서, 개인정보수집/이용·제공현황, 연구종료보고서)는 「생명윤리 및 안전에 관한 법률」 시행규칙 제15조에 따라 연구종료 후 3년간 보관됩니다. 보관기간이 끝나면 폐기될 것입니다.

#### 7. 자발적 연구 참여와 중지

귀하는 본 연구에 참여하지 않을 자유가 있으며 본 연구에 참여하지 않아도 귀하에게는 어떠한 불이익도 없습니다. 또한, 귀하는 연구에 참여하신 언제든지 도중에 그만 둘 수 있습니다. 참여 중지 시 귀하의 자료는 더 이상 연구에 사용되지 않고 삭제될 것입니다.

#### 8. 연구 문의

본 연구에 대해 질문이 있거나 연구 중간에 문제가 생길 시 다음 연구 담당자에게 언제든지 연락하십시오.

연구 내용과 관련된 문의 사항: 박지영(02-901-8176)

설문 진행 및 설문 보상(기프트콘)과 관련된 문의 사항: 유은비(02-6952-4772)

만일 어느 때라도 연구대상자로서 귀하의 권리에 대한 질문이 있다면 다음의 보건복지부 지정 공공기관생명윤리위원회에 연락하십시오.

보건복지부 지정 공공기관생명윤리위원회(공공위원회) / 전화번호: 02-737-8990

### [동의서]

1. 나는 본 연구의 설명문을 읽었으며 담당 연구원과 이에 대하여 의논하였습니다.
2. 나는 위험과 이득에 관하여 들었으며 나의 질문에 만족할 만한 답변을 얻었습니다.
3. 나는 이 연구에 참여하는 것에 대하여 자발적으로 동의합니다.
4. 나는 이 연구에서 얻어진 나에 대한 정보를 현행 법률과 기관생명윤리위원회 규정이 허용하는 범위 내에서 연구자가 수집하고 처리하는데 동의 합니다.
5. 나는 담당 연구자나 위임받은 대리인이 연구를 진행하거나 결과 관리를 하는 경우와 연구기관, 연구비 지원 기관 및 보건복지부 지정 공공기관생명윤리위원회가 실태조사를 하는 경우에는 비밀로 유지되는 나의 개인 신상 정보를 직접적으로 열람하는 것에 동의합니다.
6. 나는 언제라도 이 연구의 참여를 철회할 수 있고 이러한 결정이 나에게 어떠한 해도 되지 않을 것이라는 것을 압니다.
7. 나의 서명은 이 동의서의 사본을 받았다는 것을 뜻하며 연구 참여가 끝날 때까지 사본을 보관하겠습니다.

1. 위 내용에 동의하십니까?

- ① 네 ② 아니오

2. 연구 대상자 이름

( )

3. 서명일

( )

### [설문지 - 기본 정보]

1. 현재 취업 및 이직에 관심있습니까?

- ① 네 ② 아니오

2. 귀하의 연령을 응답해 주십시오.

만 ( )세

3. 귀하의 국적은 무엇입니까?

( )

4. 귀하의 성별은 무엇입니까?

- ① 여성 ② 남성 ③ 기타

### [설문지 - 본 설문]

본 설문 응답에는 맞고 틀린 답이 없습니다. 솔직하게 자신의 생각 및 의견과 가장 일치하는 답변을 응답해 주시길 바랍니다.

1. 다음 취업준비 행동에 대해서 자신의 수행과 가장 일치하는 정도를 선택하십시오.

문항	전혀 하지 않는다	가끔 한다	자주 한다	매우 자주 한다
1) 취업 관련 책이나 기사를 읽었다.	①	②	③	④
2) 신문이나 인터넷 등에서 구인광고를 읽었다.	①	②	③	④
3) 친구 또는 선후배와 구체적인 채용정보에 대해 이야기 나누었다.	①	②	③	④
4) 가족이나 친지와 구체적인 채용정보에 대해 이야기 나누었다.	①	②	③	④
5) 관심있는 직장에 대해 정보를 수집했다.	①	②	③	④
6) 관심있는 직장의 내부 사람들로부터 정보를 수집했다.	①	②	③	④
7) 취업행사(취업설명회, 취업박람회 등)에 참가했다.	①	②	③	④
8) 이력서나 입사지원서를 작성하거나 수정하였다.	①	②	③	④
9) 구직 사이트에 나의 프로필을 등록했다.	①	②	③	④
10) 취업가능성이 있는 직장에 미리 이력서를 제출했다.	①	②	③	④
11) 취업지원기관에 문의하거나 방문하였다	①	②	③	④
12) 취업알선기관에 문의하거나 방문하였다.	①	②	③	④

2. 취업준비 활동을 얼마나 자주 합니까?

- ① 매일 ② 주 3~4회 ③ 주 1~2회 ④ 월 1~2회 ⑤ 거의 하지 않음 ⑥ 기타 ( )

3. SNS 사용 경험에 있어 자신과 가장 유사하다고 생각되는 응답을 선택하십시오.

문항	전혀 아니다	아니 다	약간 아니다	보통 이다	약간 그렇다	그렇다	매우 그렇다
1) 나는 내가 SNS를 사용하는 시간이 과도하게 많다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
2) 나는 SNS를 사용하는데 비정상적으로 많은 시간을 보낸다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦

4. 다음의 항목에 대해서 자신과 가장 유사하다고 생각되는 응답을 선택하십시오.

문항	전혀 그렇지 않다	약간 그렇지 않다	보통 이다	약간 그렇다	매우 그렇다
1) 나는 항상 SNS에서 나보다 더 잘 사는	①	②	③	④	⑤

이들과 나를 비교하는 것을 좋아한다.					
2) 나는 항상 SNS에서 나보다 더 뛰어난 성과를 내는 이들과 나를 비교하는 것을 좋아한다.	①	②	③	④	⑤
3) 일반적으로 SNS를 사용할 때, 나는 나보다 더 나은 일상을 보내는 이들과 나를 자주 비교한다.	①	②	③	④	⑤

5. SNS(페이스북, 트위터, 스냅챗, 인스타그램, 유튜브, 기타)를 얼마나 자주 사용합니까?

- ① 매우 자주 사용함 ② 약간 자주 사용함 ③ 자주 사용함 ④ 가끔 사용함  
⑤ 전혀 사용하지 않음

6. 하루 평균 SNS(페이스북, 트위터, 스냅챗, 인스타그램, 유튜브, 기타)를 사용하는 시간을 응답해 주십시오.

하루 평균 약( )시간

7. 다음 문항을 읽고, 나 자신의 모습을 가장 잘 나타낸다고 생각되는 정도를 선택하십시오.

문항	전혀 그렇지 않다	약간 그렇지 않다	보통 이다	약간 그렇다	매우 그렇다
1) 나는 내가 원하는 직종을 명확히 알고 있다.	①	②	③	④	⑤
2) 나는 경력 전환 혹은 이직 여부를 결정하는데 도움이 필요하다.	①	②	③	④	⑤
3) 나는 내가 진정으로 즐기면서 할 수 있는 일이 무엇인지 결정하는데 도움이 필요하다.	①	②	③	④	⑤
4) 나는 경력 전환 혹은 이직을 계획하는데 도움이 필요하다.	①	②	③	④	⑤

8. 다음 문항을 읽고, 나 자신의 모습을 가장 잘 나타낸다고 생각되는 정도를 선택하십시오.

문항	전혀 그렇지 않다	약간 그렇지 않다	보통 이다	약간 그렇다	매우 그렇다
1) 나는 기본적으로 나의 신념과 내 신념이 아닌 것을 알고 있다.	①	②	③	④	⑤
2) 나는 내가 미래에 무엇을 하고 싶은지 알고 있다.	①	②	③	④	⑤
3) 나는 내가 추구하는 신념이 무엇인지 잘 모르겠다.	①	②	③	④	⑤
4) 나는 내가 진정으로 추구하는 가치가 무엇인지 잘 모르겠다.	①	②	③	④	⑤
5) 나는 내가 앞으로 무엇을 하고 싶은지 잘 모르겠다.	①	②	③	④	⑤
6) 나는 명확하고 확실한 인생 목표가 있다.	①	②	③	④	⑤

7) 나는 내가 인생에서 무엇을 원하는지 잘 모르겠다.	①	②	③	④	⑤
8) 나는 개인적인 결정을 내릴 때 사용하는 명확한 가치관이 있다.	①	②	③	④	⑤
9) 나는 특정한 가치와 이상에 감정적으로 몰입(깊이 공감)하고 전념한다.	①	②	③	④	⑤
10) 본 문항에는 '매우 그렇다'를 응답해 주시길 바랍니다.	①	②	③	④	⑤

9. 직장을 선택하는데 영향을 미치는 다음의 요인들이 귀하에게 얼마나 중요한지 응답해 주시기 바랍니다.

문항	전혀 중요하지 않다	약간 중요하지 않다	보통이다	약간 중요하다	매우 중요하다
1) 고용안정성	①	②	③	④	⑤
2) 높은 연봉	①	②	③	④	⑤
3) 복리후생(학자금지원 등)	①	②	③	④	⑤
4) 개인의 성장가능성(전문성 등)	①	②	③	④	⑤
5) 기업 인지도	①	②	③	④	⑤
6) 근무지 위치	①	②	③	④	⑤
7) 조직 분위기	①	②	③	④	⑤
8) 적성	①	②	③	④	⑤
9) 일, 생활균형(근로시간 등)	①	②	③	④	⑤

9-1. 위 질문에서 언급되지 않은 중요한 요인이 있다면 작성해 주시길 바랍니다.

( )

10. 일에서 다음 항목은 자신에게 얼마나 중요합니까?

문항	전혀 중요하지 않다	약간 중요하지 않다	보통이다	약간 중요하다	매우 중요하다
1) 일을 통해 나 자신과 가족 부양하는 것	①	②	③	④	⑤
2) 일을 통해 소득을 얻는 것	①	②	③	④	⑤
3) 일을 통해 공과금, 청구서 등을 납부하는 것	①	②	③	④	⑤
4) 일을 통해 다른 사람의 복지를 향상시키는 것	①	②	③	④	⑤
5) 일을 통해 남을 돕는 것	①	②	③	④	⑤
6) 일을 통해 다른 사람의 삶에 긍정적인 변화 만드는 것	①	②	③	④	⑤

7) 일을 통해 명성을 얻는 것	①	②	③	④	⑤
-------------------	---	---	---	---	---

11. 다음의 항목이 자신의 생각과 얼마나 일치하는지 답변해 주십시오.

문항	전혀 그렇지 않다	약간 그렇지 않다	보통 이다	약간 그렇다	매우 그렇다
1) 나는 고가의 집, 차, 옷을 가진 사람들이 존경스럽고 부럽다.	①	②	③	④	⑤
2) 물질적으로 풍족해지는 것이 내 인생에 있어서 가장 중요한 성취 중 하나이다.	①	②	③	④	⑤
3) 나는 사람들이 부러워할 만한 것들을 갖고 있는 게 좋다.	①	②	③	④	⑤
4) 나는 실용적이지 않은 물건을 사는 것을 좋아한다.	①	②	③	④	⑤
5) 쇼핑은 내게 큰 기쁨을 준다.	①	②	③	④	⑤
6) 나는 럭셔리한(호화로운) 삶이 좋다.	①	②	③	④	⑤
7) 내가 갖고 있지 않은 어떤 물건을 소유하게 되면 내 삶은 더 나아질 것이다.	①	②	③	④	⑤
8) 더 많은 것들을 구매할 수 있는 경제적 여유가 주어진다면 나는 더 행복해질 것이다.	①	②	③	④	⑤
9) 내가 갖고 싶은 모든 것들을 살 수 있는 경제적 여유가 없다는 것 때문에 매우 속상하다.	①	②	③	④	⑤

12. 취업 준비에 있어 다음의 항목에 어느 정도로 어려움을 느끼는지 답변해 주십시오.

문항	전혀 어렵지 않다	약간 어렵지 않다	보통 이다	약간 어렵다	매우 어렵다
1) 취업 정보 수집	①	②	③	④	⑤
2) 자신의 적성 파악	①	②	③	④	⑤
3) 취업 준비 시간 투자	①	②	③	④	⑤
4) 취업 준비에 필요한 경제적 부담	①	②	③	④	⑤
5) 사회의 고정 관념	①	②	③	④	⑤
6) 심리적 압박	①	②	③	④	⑤

12-1. 위 질문에서 언급되지 않은 항목이 있다면 작성해 주시고 어려운 정도를 표시해주시기 바랍니다.

13. 자신이 해결해야 했던 다른 중요한 문제와 비교했을 때, 다음 항목의 일로 인해

경험하는 스트레스는 어느 정도입니까?

문항	전혀 스트레스가 아니다	거의 스트레스가 아니다	약간 스트레 스이다	보통 수준의 스트레스 이다	꽤 스트레 스이다	상당히 스트레스 이다	매우 스트레스 이다
1) 일자리 찾기	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
2) 채용 면접	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
3) 어떤 일(직무)을 하고 싶은지 결정하기	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
4) 내가 하고 싶은 것 결정하기	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
5) 직종을 결정하기	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
6) 구체적인 직업 결정하기	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
7) 특정 기업, 회사 등의 조직 결정하기	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦

14. 다음의 항목에 대해서 자신의 생각에 얼마나 일치하는지 답변해 주십시오.

문항	전혀 그렇지 않다	약간 그렇지 않다	보통 이다	약간 그렇다	매우 그렇다
1) 내가 해야 할 일을 항상 알 수 있도록 상세하게 설명된 지침을 갖는 것이 중요하다.	①	②	③	④	⑤
2) 지침과 절차를 면밀히 따르는 것이 중요하다.	①	②	③	④	⑤
3) 규칙과 규정은 나에게 주어진 기대치를 알려주기 때문에 중요하다.	①	②	③	④	⑤
4) 표준화된 업무 절차는 도움이 된다.	①	②	③	④	⑤
5) 실행 지침(업무에 대한 지침)은 중요하다.	①	②	③	④	⑤

15. 다음의 항목에 대해서 자신의 진로 분야에 대한 생각을 가장 잘 나타낸다고 생각되는  
응답을 선택해 주시기 바랍니다.

문항	전혀 그렇지 않다	약간 그렇지 않다	보통 이다	약간 그렇다	매우 그렇다
1) 내가 원하는 분야나 직종의 일자리가 많다.	①	②	③	④	⑤
2) 내가 가진 기술 및 능력에 대해서 수요가 거의 없다.	①	②	③	④	⑤

16. 자신의 신체적 건강상태는 어떻다고 생각하십니까?

- ① 매우 나쁘다 ② 나쁘다 ③ 보통이다 ④ 좋다 ⑤ 매우 좋다

17. 자신의 정신적 건강상태는 어떻다고 생각하십니까?"

- ① 매우 나쁘다 ② 나쁘다 ③ 보통이다 ④ 좋다 ⑤ 매우 좋다

18. 다음 문항들은 당신이 지난 몇 주일 동안(오늘을 포함해서) 일상생활에서 겪은 경험들을 기술한 것입니다. 한 문항씩 자세히 읽어보시고 당신의 상태를 가장 잘 나타낸다고 생각되는 곳에 표시하십시오. 옳고 그른 답은 없으므로 당신의 상태를 있는 그대로 한 가지로만 표현해 주십시오.

문항	전혀 그렇지 않다	가끔 그렇다	자주 그렇다	항상 그렇다
1) 하고 있는 일에 집중할 수 있다.	①	②	③	④
2) 근심 때문에 잠을 잘 자지 못한다.	①	②	③	④
3) 나는 쓸모 있는 역할을 하고 있다고 느낀다.	①	②	③	④
4) 어떤 일에 대해 결정할 수 있다고 느낀다.	①	②	③	④
5) 항상 긴장하고 있다고 느낀다.	①	②	③	④
6) 닥친 문제를 극복할 수 없다고 느낀다.	①	②	③	④
7) 일상생활을 정상적으로 즐길 수 있다.	①	②	③	④
8) 자신의 문제에 잘 대처할 수 있다.	①	②	③	④
9) 불행하거나 우울하다고 느낀다.	①	②	③	④
10) 자신감을 잃고 있다.	①	②	③	④
11) 자신을 가치가 없는 사람이라고 생각한다.	①	②	③	④
12) 모든 것을 고려해 볼 때 충분히 행복하다고 느낀다.	①	②	③	④

19. 귀하의 연령을 응답해 주십시오.

만 ( )세

20. 귀하의 최종 학력은 어떻게 되십니까?

- ① 고등학교 졸업 ② 2년제 대학 졸업 ③ 4년제 대학 졸업 ④ 대학원 졸업  
⑤ 기타( )

21. 귀하의 현재 취업 상태는 어떻게 되십니까?

- ① 취업 준비중(이직, 재취업 포함) ② 취업완료 ③ 기타( )

22. 귀하를 포함한 가족의 사회경제적 지위는 어떻게 되십니까?

- ① 상 ② 상중 ③ 중 ④ 중하 ⑤ 하