



CTI진로사고검사 대학생 및 성인용

Career Thoughts Inventory

본 검사는 진로결정을 어렵게 하는 부정적 진로사고를 측정하는 검사입니다. 대부분의 사람들이 가끔 부정적인 생각을 하곤 하지만 지나치게 부정적으로 생각하게 되면 진로결정을 제대로 할 수 없게 됩니다. 진로사고검사는 자신의 부정적 진로사고를 보다 긍정적 진로사고로 바꿀 수 있고 더 나은 선택을 할 수 있도록 돕는 검사입니다.



검사결과 분석표

검사일 | 2020 - 10 - 08

성 명 |



학교명 / 기관명
????? ?

개인번호

성별

성명

01

진로사고검사결과

종합점수

종합점수(총점)은 진로에 대해서 얼마나 부정적인 생각을 많이 하고 있는지를 나타냅니다.

원점수 10 25 (2) / T점수(백분위)

종합점수(총점)은 진로에 대해서 얼마나 부정적인 생각을 많이 하고 있는지를 나타냅니다. 진로사고검사의 종합점수가 낮다는 것은 진로에 대한 부정적인 생각이 많지 않다는 것을 의미합니다. 스스로 진로 선택에 대한 동기를 가지고 의사결정에 필요한 진로선택 과정을 잘 밟아가고 있습니다. 진로사고검사의 종합점수가 높다는 것은 진로에 대한 부정적인 생각이 진로선택을 방해하고 있다는 것을 의미합니다. 진로선택에 대한 정보가 부족하고 자신의 직업과 전공 선택에 대한 확신이 부족하여 진로를 결정하지 못하고 있는 상태가 지속되고 있습니다. 자신의 진로를 방해하는 부정적인 사고가 무엇인지 찾고, 바꾸기 위해 개인적인 노력뿐만 아니라 진로 전문가나 상담가의 도움을 받는 것이 필요합니다.

◎ 의사결정혼란

의사결정혼란 점수는 진로결정에 대한 불안이나 두려움 같은 부정적인 감정으로 인해 진로 선택 과정을 포기하거나 의사결정을 시작하지 못하는 정도를 나타냅니다.

원점수 0 30 (2) / T점수(백분위)

의사결정혼란이 낮다는 것은 진로를 어떻게 선택해야 하는지, 나에게 맞는 진로 선택 대안들이 무엇인지 잘 알고 있다는 것을 의미합니다. 진로에 대한 자신의 생각에 어느 정도 확신을 가지고 있으며 자신에게 맞는 진로를 선택하기 위한 과정을 잘 밟아가고 있습니다. 의사결정혼란이 높다는 것은 진로결정에 대한 좌절감이나 난감함, 불안, 화, 우울함 같은 부정적인 감정으로 인해 진로결정 과정을 시작하지 못하고 있다는 것을 의미합니다. 진로선택을 해야 된다는 것은 알고 있지만 어떤 대안들을 생각할지 결정하지 못하고 있으며, 선택이 필요하다는 것을 알지만 잘 되지 않아 포기해버리거나, 실패할 가능성이 큰 선택을 해버리기도 합니다. 진로 선택을 할 때 자신에 대해서 잘 알기 위한 노력이 필요하며, 나는 진로결정을 잘 할 수 있다라는 자신감을 갖는 것이 필요합니다.

◎ 수행불안

수행불안은 진로에 대한 구체적인 선택을 하고, 최종적인 진로결정을 하는데 얼마나 어려움이 있는지를 보여줍니다.

원점수 1 21 (2) / T점수(백분위)

수행불안이 낮다는 것은 진로결정을 할 때 자신에게 맞는 대안들을 찾고 최종 선택까지 선택범위를 좁혀나갈 수 있고, 자신감을 가지고 최종 결정을 내릴 수 있다는 것을 의미합니다. 수행불안이 높다는 것은 진로 결정을 할 때 자신의 선택 범위를 좁혀나갈 수 있으나 최종 결정을 내리기 어렵하다는 것을 의미합니다. 완벽한 선택을 해야만 한다라는 생각으로 결정에 어려움을 겪고 있을 가능성이 있으며, 최종 결정을 하는 것이 불안해서 결정을 해야만 하는 순간이 닥칠 때까지 결정을 피하는 경향이 있습니다. 완벽한 결정을 하려고 하기 보다는, 자신과 진로에 대한 정보와 진로 의사결정과정을 잘 이해하려고 노력하면 자신에게 맞는 선택에 대해 우선순위를 매길 수 있고, 최종 선택을 할 수 있을 것입니다.

◎ 외적갈등

외적갈등은 진로에 대한 중요한 사람들의 의견이 자신의 진로선택에 얼마나 부정적인 영향을 미치고 있는지를 나타냅니다.

원점수 0 24 (2) / T점수(백분위)

외적갈등이 낮다는 것은 주변의 중요한 사람들(부모, 형제, 친구, 교사 등)의 진로에 대한 의견을 자신의 진로선택에 도움이 될 수 있도록 잘 활용하고 있으며, 자신의 진로에 대한 생각과 주변 사람들의 생각이 다르더라도 혼란스러워하지 않고 진로 결정을 할 수 있다는 것을 의미합니다. 외적갈등이 높다는 것은 중요한 사람들(부모, 형제, 친구, 교사 등)이 진로에 대해서 하는 이야기와 자신의 의견이 맞지 않아 진로 선택에 확신이 서지 않고 혼란스러워 하는 상태를 의미합니다. 주변 사람들의 이야기가 자신의 생각과 달라 혼란스러울 수는 있으나 최종 결정을 내리는 책임은 자기 자신에게 있다는 것을 기억하고 주변 사람들의 의견과 자신의 의견 간에 균형을 맞출 필요가 있습니다.



02

정보처리영역 피라미드

◎ 자기 정보영역

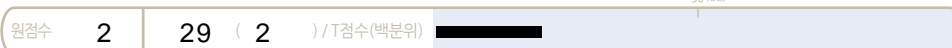
개인의 가치, 흥미, 기술, 선호하는 근무조건과 같은 것에 대한 개인의 정보를 말하는 것으로, "나 자신에 대해 아는 것"과 관련된 영역입니다.



이 영역에서 낮은 점수를 보인 사람은 자신의 일에 대한 동기, 즐기려는 활동, 근무조건 등 일과 관련된 자신의 생각을 명확히 알고 있고, 여러 가지 경험을 통해 자기정보를 긍정적으로 구체화할 수 있습니다. 이 영역에서의 높은 점수는 자신의 경험을 부정적으로 자각하고 자신의 흥미와 기술이 부족하다고 생각할 수 있습니다.

◎ 직업 정보영역

자신이 원하는 직업에 관한 지식과 직업세계에 관한 정보로 "나의 선택 대안들(직업)에 대해 아는 것"과 관련된 영역입니다.



이 영역에서의 낮은 점수는 직업을 갖기 위해 필요한 교육, 훈련, 근무조건 등에 대한 정보를 조직화하고 직업탐색을 촉진시키는 능력이 있다는 것을 의미합니다. 반면에 높은 점수는 내가 선택한 직업에 대한 정보수집에 어려움을 보이거나 획득한 정보를 체계화시키는 능력이 부족하다는 것을 의미합니다.

◎ 의사결정기술 영역

개인문제해결과 의사결정에 사용하는 일반적인 정보처리기술로 내가 "어떻게 결정하는지" 검토하는 영역입니다.



이 영역에서의 낮은 점수는 정보를 이용하여 결정을 내리는 의사결정 기술 능력이 높은 사람으로 효과적인 진로선택을 할 가능성이 높습니다. 반면에 높은 점수는 의사결정과정에 어려움을 보여 선택을 못하거나 만족하지 않는 선택을 할 수 있는 사람으로 효과적인 진로선택을 위한 의사결정기술의 개선이 필요합니다.

◎ 실행과정 영역

피라미드의 꼭대기에 있는 초인지 영역으로 진로문제해결에 사용되는 인지전략의 선택과 순서를 통제하는 것으로 "나의 의사결정에 대해"하는 총괄 검토하는 영역입니다.



이 영역에서의 낮은 점수는 긍정적 자기독백, 자기자각을 하는 사람으로 자신의 문제가 어디에 있는지 점검할 수 있고 문제해결에 사용되는 전략의 선택과 순서를 통제함으로써 독립적이고 효과적으로 진로문제를 해결할 수 있음을 의미합니다. 이 영역에서 높은 점수에 속하는 사람들은 자신이 형편없는 의사결정자라고 인식하고 체계적인 의사결정 전략을 선택하는데 어려움을 보이며, 선택과정에 불안과 의존을 보일 가능성이 있습니다.



03

CASVE주기 진로의사결정단계

* CASVE 주기: 의사소통 Communication → 분석 Analysis → 종합 Synthesis → 평가 Valuing → 실행 Execution

◎ 의사소통

“선택해야 할 필요성 깨닫기” 단계로 진로에 있어서 현재 상태와 원하는 상태에 차이가 있다는 것을 자각하게 되는 단계입니다.



이 단계에서 낮은 점수는 자신의 진로문제를 잘 인식하고 있고 문제를 해결하기 위한 동기가 높다는 것을 의미합니다. 이 단계에서 높은 점수는 진로문제에 대한 인식과 문제 해결에 대한 동기가 낮고 진로관련 의사결정을 하는 데에 어려움이 있음을 나타냅니다.

◎ 분석

“나 자신과 나의 선택대안들에 대해 이해하기” 단계로 자신의 흥미, 가치, 기술, 선호하는 근무조건 등의 자기정보와 직업정보를 명료화하고 이를 연결시키는 단계입니다. 또한 자신의 문제해결과 의사결정의 방법을 이해하고 재구조화하는 단계입니다.



이 단계에서 낮은 점수는 자신의 흥미, 적성, 가치, 선호하는 근무조건에 대한 이해도가 높고 이를 진로선택에 활용할 수 있도록 분류하고 적용할 수 있는 상태임을 의미합니다. 이 단계에서 높은 점수는 자신의 흥미, 적성, 가치, 성격, 선호하는 근무조건에 대한 인식이 부족할 수 있음을 의미합니다. 자신에 대한 정보나 직업정보를 진로선택에 활용할 수 있도록 조직화하는 데 어려움이 있을 수 있습니다.

◎ 종합

“선택 목록 확장시키기 또는 좁히기” 단계로 자신이 고려하고 있는 진로문제 해결을 위한 대안들을 확장하고 축소시키는 단계입니다.



이 단계에서 낮은 점수는 자신에게 맞는 진로대안들을 다양하게 고려해보고 가능한 많은 대안들을 생각할 수 있음을 의미합니다. 또한 대안들 중에서 최선의 선택을 위한 의사결정을 할 수 있습니다. 이 단계에서 높은 점수는 자신에게 맞는 직업이나 대안에 대해 많이 알지 못하는 상태임을 의미합니다. 진로대안이 한정적이고 제한적일 수 있고, 대안들 중에서 적합한 것을 결정하는 데 어려움을 느낄 수 있습니다.

◎ 평가

“전공이나 직업 목록 중 한 가지 선택하기” 단계로 남은 대안에 대해 자기 자신, 의미 있는 타인(친구나 가족), 문화집단 등을 고려하여 손익을 평가하고 대안들의 우선순위를 정하는 단계입니다.



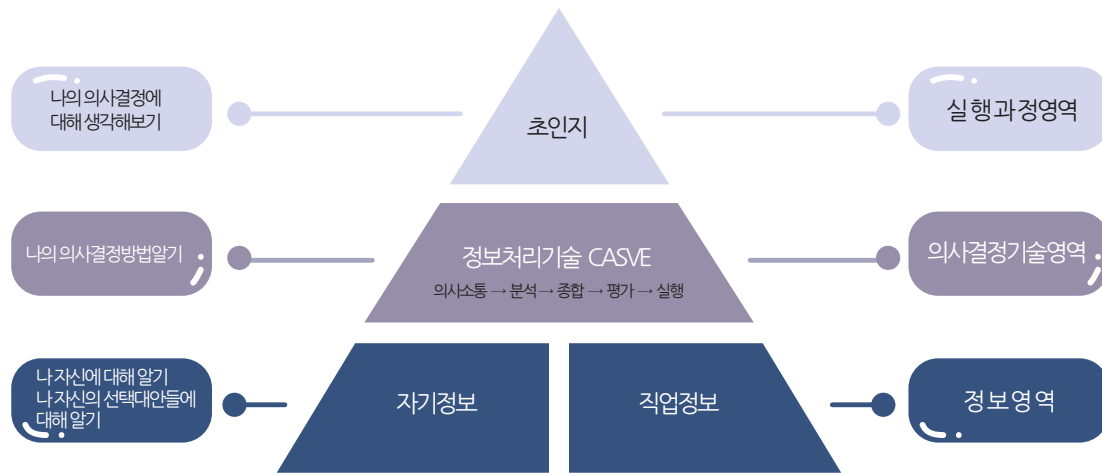
이 단계에서 낮은 점수는 여러 대안들 중에서 우선순위를 정할 수 있음을 의미합니다. 자신의 상황과 능력을 고려하는 데 있어서 균형감각이 있고 의사결정이 명확하며 자신감이 있습니다. 이 단계에서 높은 점수는 다양한 전공이나 직업, 진로관련 대안 중에서 하나를 결정하는 데 어려움이 있다는 것을 의미합니다. 의사결정시 중요한 타인이나 사회적 인식에 압도되는 경우가 있을 수 있으며, 우선순위를 정하는데 있어서 어려움을 느낄 수 있습니다.

◎ 실행

“선택을 실행하기” 단계로 잠정적 선택을 실행하기 위한 계획을 구상하고 실천하는 단계입니다.



이 단계에서 낮은 점수는 진로문제 해결을 위한 대안을 잘 알고 있으며 이를 위해 무엇을 해야 할지도 잘 알고 있는 상태를 의미합니다. 진로와 관련한 계획을 수립하고 잘 실천하며 경험에 대해 개방적이며 긍정적입니다. 이 단계에서 높은 점수는 진로선택을 잠정적으로 했더라도 계획을 수립하고 실행에 옮기는 것에는 어려움이 있음을 의미합니다. 계획을 위한 정보를 정확히 알지 못하며 실행에 대한 두려움이나 망설임이 높을 수 있습니다.



부정적 진로사고의 수정

진료사고검사를 통해 찾아낸 부정적 사고는 진료선택과의사결정에 도움이 되지 않는다면 수정할 필요가 있습니다. 문항의 응답경향을 살펴보고 다음의 문항이 나에게 어떤 의미가 있는지, 나의 진료선택과의사결정에 도움이 되는지를 생각해보고 좀 더 긍정적인 내용으로 수정해 보도록 합니다.

* 자세한 문항내용은 개별해석상담을 받거나 진로사고검사Workbook을 참고하시기 바랍니다.

“매우 동의한다” 의 문항	“어느 정도 동의한다” 의 문항	“동의하지 않는다” 의 문항
<p>진로선택과 의사결정에 대해 매우 부정적인 생각을 하고 있다</p> <p>41</p>	<p>진로선택과 의사결정에 대해 조금 부정적인 생각을 하고 있다</p> <p>2,7,24</p>	<p>진로선택과 의사결정에 대해 거의 부정적인 생각을 하고 있지 않다</p> <p>17</p>
문항	어드바이스	

한국가이던스는 특허받은 평생자기관리프로그램을 통해 결과조회서비스를 제공하고 있습니다. 한국가이던스 www.guidance.co.kr에서 접속번호 BDPZA6ME 를
입력하시면 님의 검사결과를 조회할 수 있습니다.