

## 제2주 : 자기이해(II):진로발달과정 탐색



# ❖ 학습목표

## 주제

나는 어떤 진로 발달 과정을 거쳐왔는가?

## 목표

- Career-O Gram을 직접 그려봄으로써 나에 대한 이해를 넓힌다.
- 생애를 관통하는 자신의 가치를 확인하고, 이에 부합한 진로를 탐색한다.

# ❖ 직업가치의 이해

## 가치란 무엇인가?

내적가치  
Intrinsic value

- 인간의 기본적 심리 욕구인 자율성, 유능감, 관계성을 충족시키는 가치
- 개인적 성장, 사회봉사, 유능감 등이 포함

외적가치  
Extrinsic value

- 눈에 보이는 어떤 성취를 추구하는 가치
- 부, 명성, 이미지 등을 추구하는 것이 포함

# ❖ 직업 가치

## 직업 가치란 무엇인가?

- 직업을 통해 충족하고자 하는 욕구 혹은 상대적으로 중요하게 여기는 것
- 일반적인 가치와 밀접한 관계를 가짐

내적 직업가치: 성취, 봉사, 변화지향, 몸과 마음의 여유, 자율 등

외적 직업가치: 영향력 발취, 금전적 보상, 인정, 애국 등

## 직업가치를 탐색하는 것이 왜 중요한가?

- 직업 선택에서 일관성과 의미를 부여함
- 직업 만족도와 적응도에도 영향을 줌

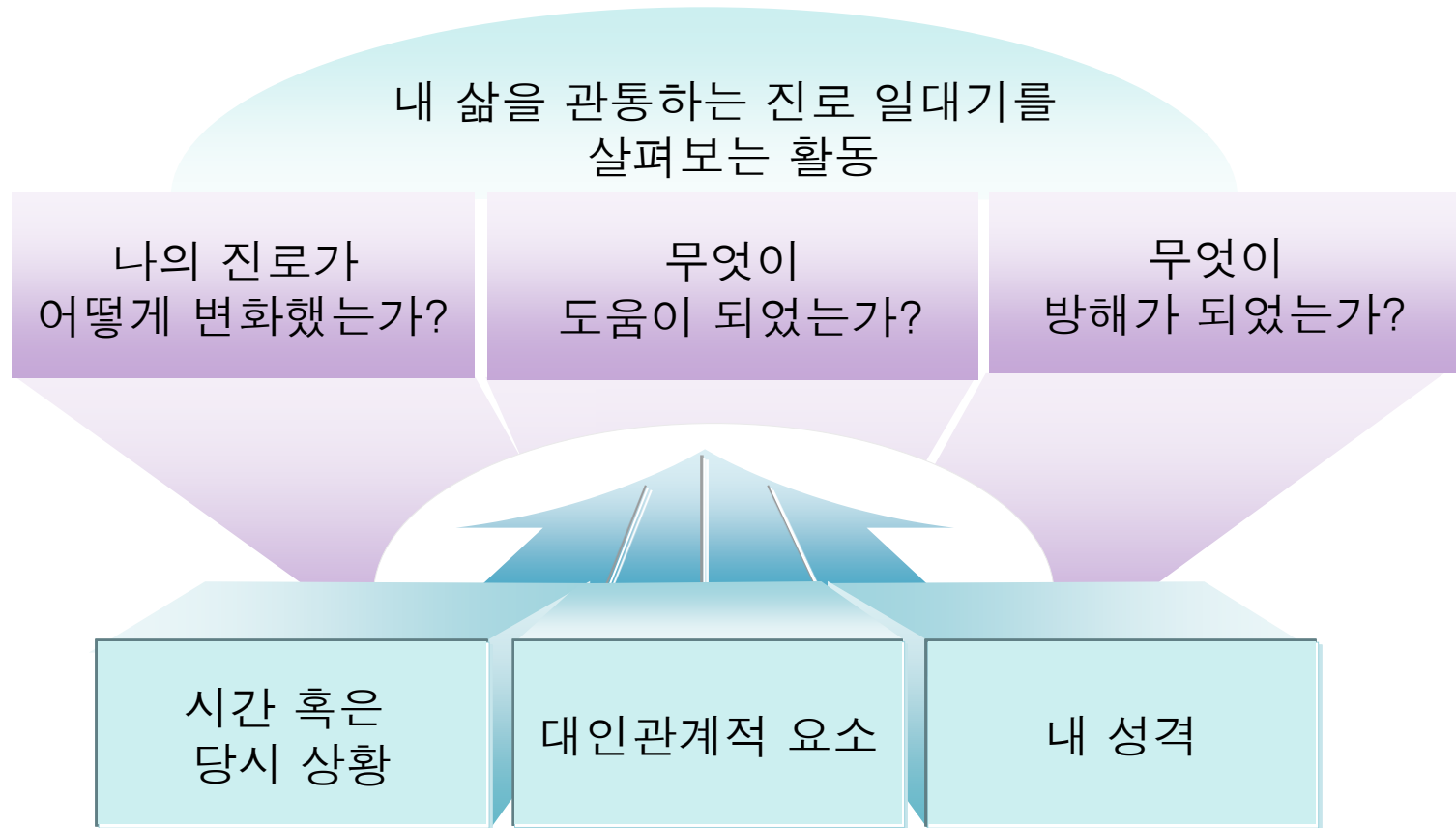
# ❖ 직업 가치 검사

## 참고: 직업 가치 검사

커리어넷([www.career.go.kr](http://www.career.go.kr))이나 워크넷([www.work.go.kr](http://www.work.go.kr))에 들어가서 자신의 직업가치에 대한 검사를 받아볼 수 있다.

커리어넷 직업가치관검사에 포함되는 하위 요소별 정의	
하위요소	정의
능력발휘	직업을 통해 자신의 능력을 발휘하는 것입니다.
자율성	일하는 시간과 방식에 대해서 스스로 결정할 수 있는 것입니다.
보수	직업을 통해 많은 돈을 버는 것을 말합니다.
안정성	한 직장에서도 오랫동안 일할 수 있는 것입니다.
사회적인정	내가 한 일을 다른 사람에게 인정받는 것입니다.
사회봉사	다른 사람들에게 도움이 되는 일을 하는 것입니다.
자기계발	직업을 통해 더 배우고 발전할 기회가 있는 것입니다.
창의성	스스로 아이디어를 내어 새로운 일을 해볼 수 있는 것입니다.

# ❖ 커리어 오 그램(Career- O-Gram)




## ❖ 생각해 볼 문제

**Q.** 다음 질문에 대하여 자신의 생각을 구체적으로 적어봅시다.

1. 어릴 적 내 장래희망은 무엇이었나?
2. 그 장래희망과 관련하여 현재 자신은 어느 정도 목표를 달성하고 있는가?
3. 장래희망이 바뀌었다면, 바꿀 수밖에 없게끔 만든 요인은 무엇이었나?



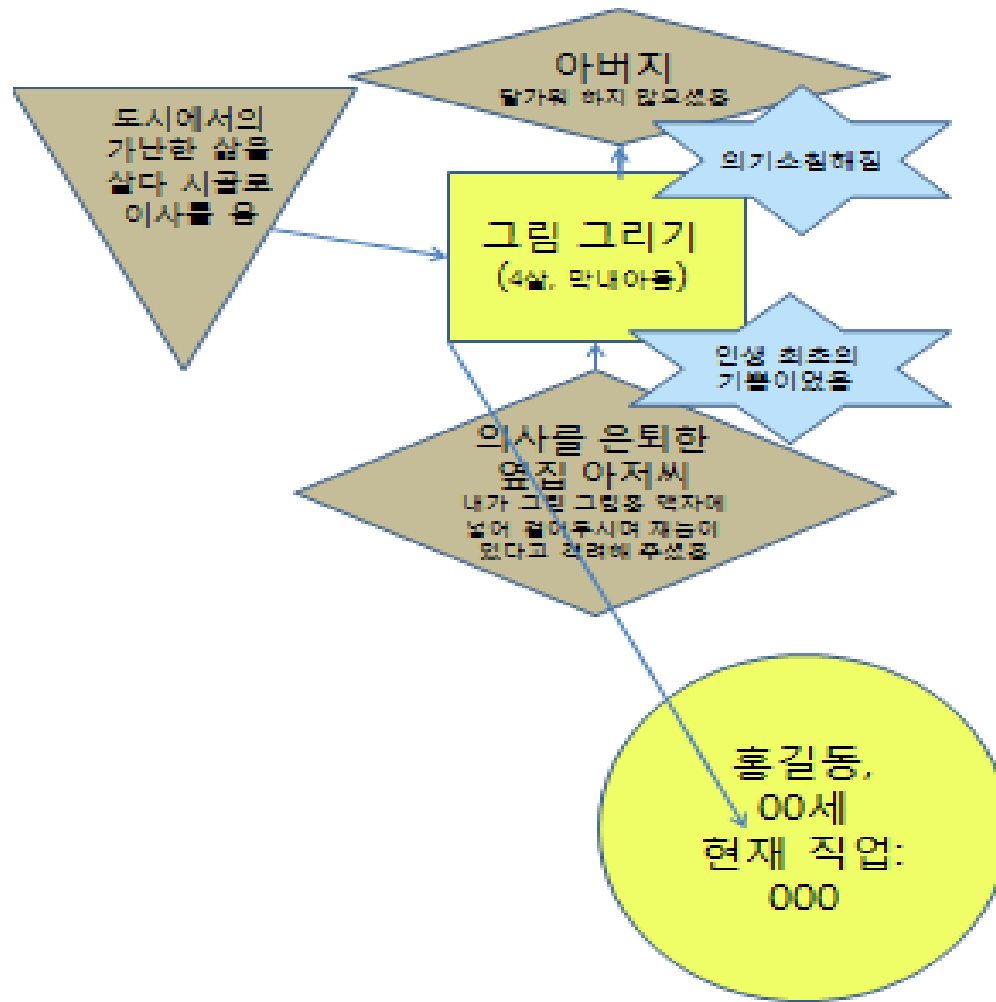
# ❖ Career- 0-Gram 예시 : 나는 누구일까요?



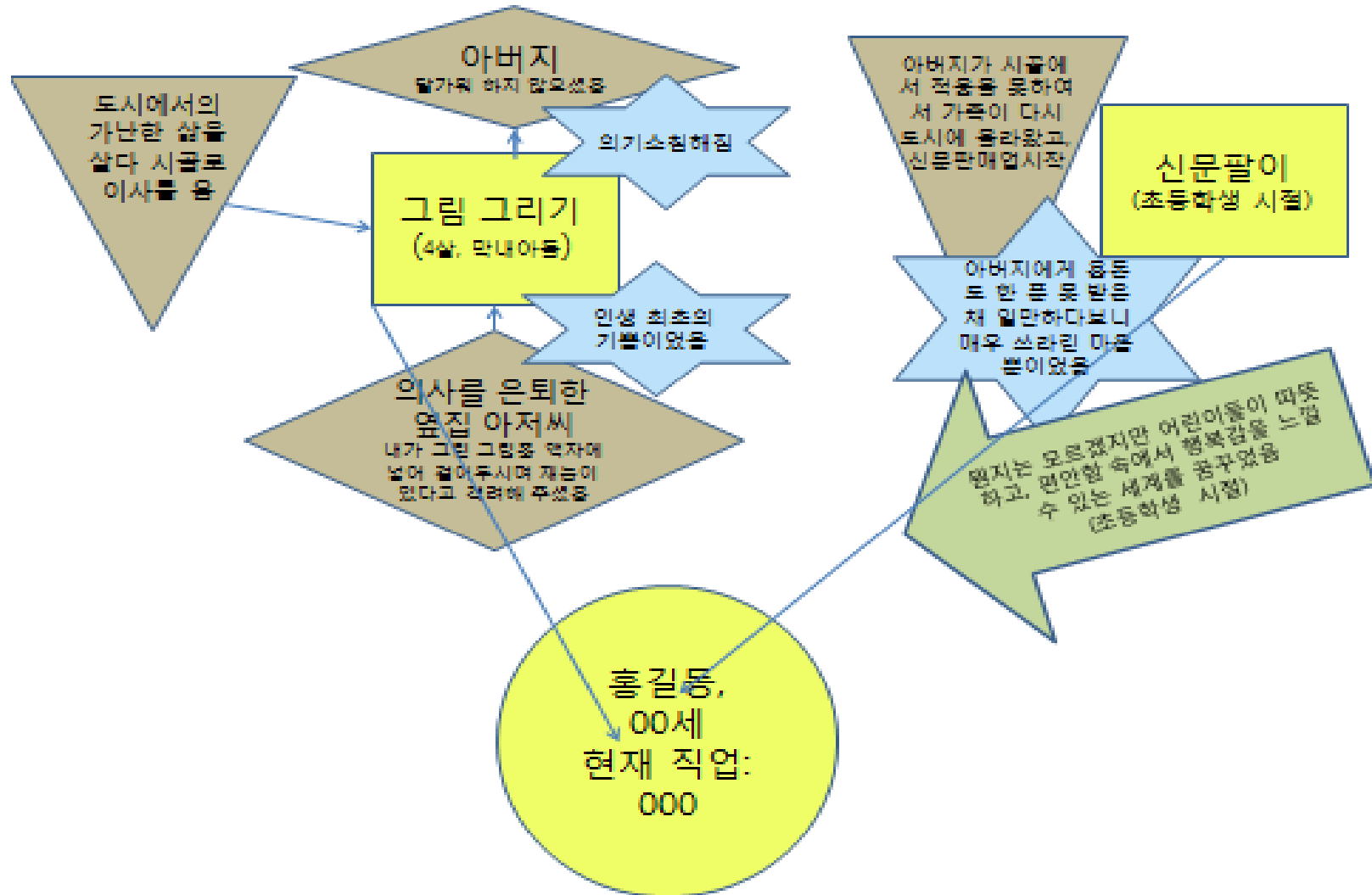
① 이름, 현재 직업  
홍길동,  
00세  
현재 직업:  
000



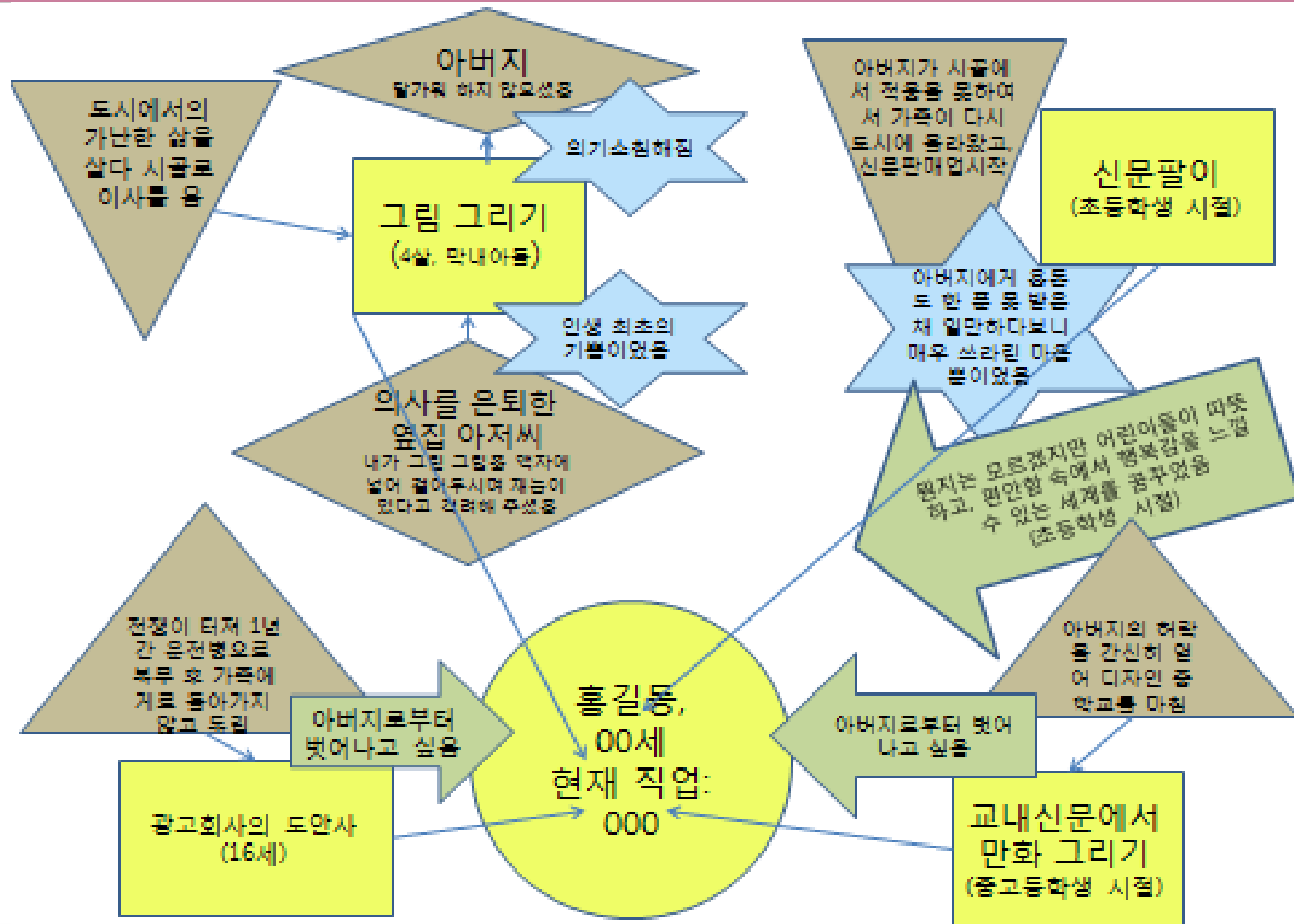
# ❖ Career- O-Gram 예시 : Guess Who I am?



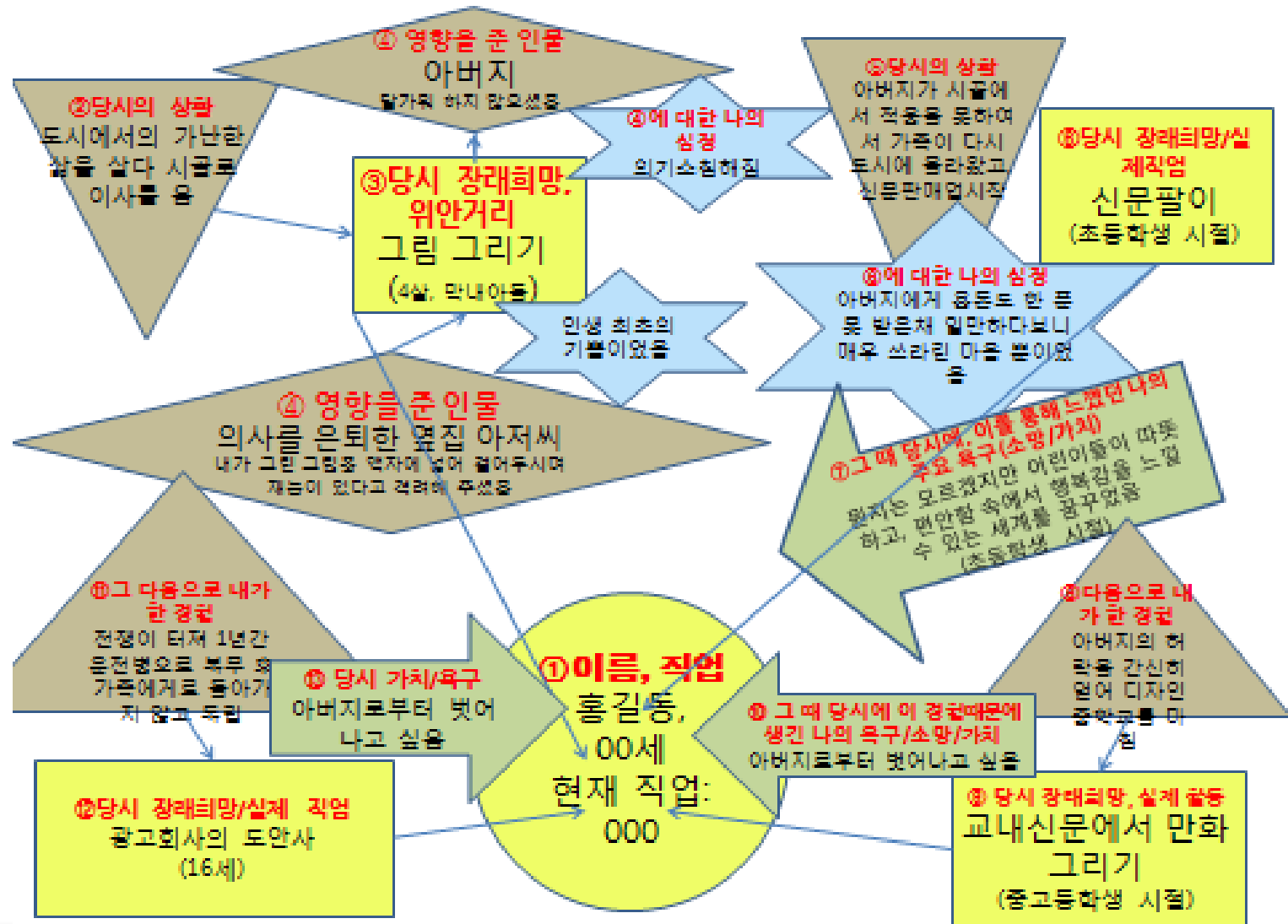
# ❖ Career- O-Gram 예시 : Guess Who I am?



# ❖ Career- O-Gram 예시 : Guess Who I am?



# ❖ Career- O-Gram 예시 : Guess Who I am?



# ❖Career- O-Gram 그리는 방법

## <각 도형이 의미하는 바>

□ : 장래 희망직업, 실제로 했던 직업명

◆: 내게 영향을 준 인물(관계)

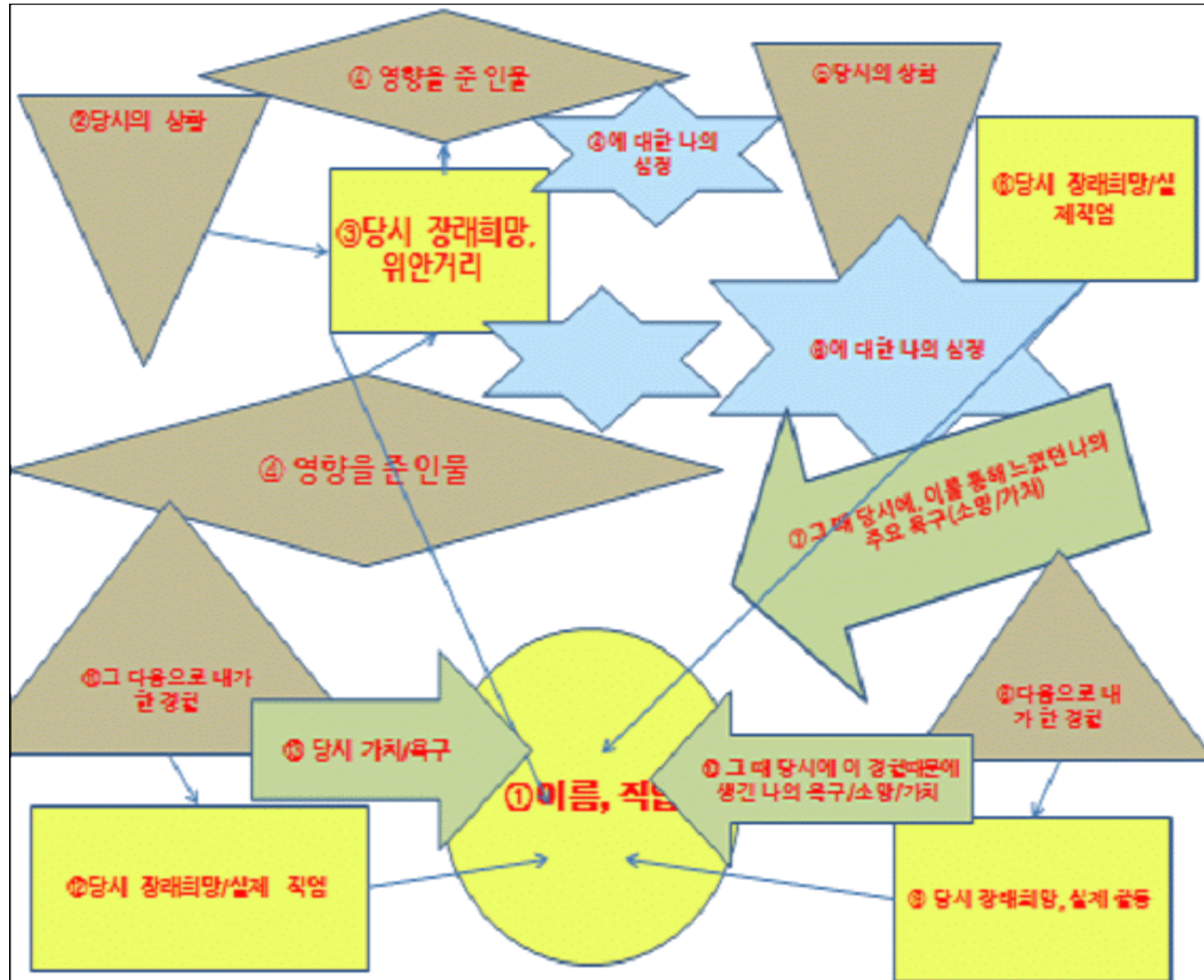
▽ : 당시 상황

△ : 당시 나의 주요 경험(사건)

⇒ : 당시 주요 욕구나 소망(내 삶의 테마)

→ : 영향을 주고 받은 것을 표시하는 연결선

# ❖ Career- O-Gram 그리기 활동



# ❖ 커리어 오 그램을 각자 그리기(교수님의 안내에 따라)

- 1) 눈을 감으시고, 아주 어렸을 때로 돌아가 봅시다. 내 인생 가장 최초의 장래희망은 무엇이었나요? 떠오르시면 눈을 뜨고, 직사각형에 그 직업을 적어 봅니다.

-추가 질문-

- 2) 마쳤다면, 그 이후에 이어진 장래희망(꿈)을 또 다른 직사각형에 그려봅시다. 이번에도 위의 사항들을 생각해 보며, 그려봅니다.

-추가 질문-

- 3) 다 마치셨으면, 또 다음에 이어진 장래희망을 직사각형에 그려봅니다. 만약 아르바이트 등 직접 무엇인가를 하셨다면 그 직업이나 진로를 적으시면 됩니다. 역시 위의 질문들을 생각해 보며 그려봅니다.



## ❖ 진로 테마[가치] 찾아주고 이야기 하기

1. 각자 자신의 커리어 오 그래프에 대해 설명합니다.
2. 동료의 동료의 커리어 오 그래프 설명을 듣고 그 친구의 삶을 관통하는 '인생의 테마'(가치)를 찾아줍니다.  
이에 대해 서로 이야기 해 봅시다.

## ❖ 성찰하기

※ Career-O-Gram 실습을 통해 탐색한 자신의 진로 발달 과정에서 진로 발달에 영향을 준 요인들이 무엇인가?

※ Career-O-Gram 분석을 통해 자신의 진로에 대해서 새로 알게 된 사실이 있다면 무엇인가?