

<진로불안>

번호	항 목	전 혀 아 니 다	아 니 다	보 통 이 다	그 렇 다	매 우 그 렇 다
1	내가 미래에 무슨 일을 하고 싶은지 잘 몰라서 답답하다.	①	②	③	④	⑤
2	내 적성에 맞는 진로가 뭔지 몰라서 답답하다.	①	②	③	④	⑤
3	현재 계획 중인 진로가 내가 원하는 길인지 확신이 없어 힘들다.	①	②	③	④	⑤
4	진로를 확실히 정하지 않아 불안하다.	①	②	③	④	⑤
5	나의 적성이 내가 희망하는 진로에 적합하지 않은 것 같아서 고민이다.	①	②	③	④	⑤
6	취업 경쟁률이 너무 높다는 것이 걱정이다.	①	②	③	④	⑤
7	취업준비를 위해 해야 할 것이 너무 많다는 것이 스트레스이다.	①	②	③	④	⑤
8	학교생활과 취업준비를 같이 하는 것이 힘들어 스트레스이다.	①	②	③	④	⑤
9	내가 원하는 곳에 취업을 할 수 있을지 걱정이다.	①	②	③	④	⑤
10	취업을 위한 시험에 한 번에 통과할 수 있을지 걱정된다.	①	②	③	④	⑤
11	진로준비를 하는데 무엇이 필요한지 잘 몰라서 막막하다.	①	②	③	④	⑤
12	직업에 대한 정보가 부족해서 막막하다.	①	②	③	④	⑤
13	진로에 대비하여 어떤 시기에 무엇을 준비해야 할지 잘 몰라서 답답하다.	①	②	③	④	⑤

<진로 정체감>

번호	항 목	전 혀 아 니 다	아 니 다	보 통 이 다	그 렇 다	매 우 그 렇 다
1.	나는 직업선택을 올바르게 했는가에 대해서 다시 검토해 볼 필요가 있다.	1	2	3	4	5
2.	나는 현재의 나의 흥미가 시간이 지남에 따라 바뀔지 몰라서 염려가 된다.	1	2	3	4	5
3.	나는 내가 잘 할 수 있는 직업이 무엇인지에 대해서 아직 확신이 없다.	1	2	3	4	5
4.	나는 나의 장점이 무엇이고 약점은 무엇인지를 모른다.	1	2	3	4	5
5.	내가 할 수 있는 직업은 내가 원하는 종류의 삶을 살 수 있을 만큼 충분한 급여를 줄 수 없을지도 모른다.	1	2	3	4	5
6.	만약 내가 지금 당장 직업선택을 해야만 한다면, 잘못 된 선택을 할까봐 걱정이 된다.	1	2	3	4	5
7.	나는 내가 어떤 종류의 진로를 탐색해야만 할 것인가를 알아야 할 필요를 느낀다.	1	2	3	4	5
8.	나에게 있어서 진로에 관한 결심을 하는 것은 오래 된 문제임과 동시에 어려운 문제이다.	1	2	3	4	5
9.	나는 진로에 관한 결정의 전반적인 문제에 관하여 혼란을 느낀다.	1	2	3	4	5
10.	나는 직업선택에 관한 현재의 내 결정이 올바른 것인지에 대해서 확신이 없다.	1	2	3	4	5
11.	나는 여러 가지 직업분야에서 근로자들이 실제로 어떤 일들을 하고 있는지에 대해서 충분히 알지 못한다.	1	2	3	4	5
12.	특정한 어느 한 직업이 나에게 강한 매력을 주지는 않는다.	1	2	3	4	5
13.	나는 내가 즐겁게 일할 수 있는 직업이 어느 것인지에 대해서 확신이 없다.	1	2	3	4	5
14.	나는 내가 고려할 수 있는 직업의 숫자를 늘리고 싶다.	1	2	3	4	5
15.	나의 능력이나 재능에 관한 나의 평가는 해마다 다소간의 변화가 있다.	1	2	3	4	5
16.	여러 가지 생활영역에 있어서 나 자신에 관하여 확신이 없다.	1	2	3	4	5
17.	내가 원하는 직업이 무엇인가를 알아낸 지는 채 일 년이 되지 않았다.	1	2	3	4	5
18.	나는 사람들이 어떻게 자신들이 원하는 것을 그렇게 착수할 수 있는지를 이해할 수 없다.	1	2	3	4	5

<진로 효능감>

진로결정자기효능감 척도	전혀 그렇 지 않다	그렇 지 않다	보통 이다	그렇 다	매우 그렇 다
1. 내가 관심가지고 있는 직업들에 대한 정보를 도서관에서 찾을 수 있다.	1	2	3	4	5
2. 선택 가능한 전공목록들에서 원하는 전공을 선택할 수 있다.	1	2	3	4	5
3. 앞으로 5년간의 계획을 세울 수 있다.	1	2	3	4	5
4. 내가 선택한 전공과 관련해 학업 상 어려움이 있을 경우 취해야 할 방법들을 결정 할 수 있다.	1	2	3	4	5
5. 나의 능력을 정확히 평가할 수 있다.	1	2	3	4	5
6. 마음에 두고 있는 직업목록들에서 한 가지 직업을 선택 할 수 있다.	1	2	3	4	5
7. 선택한 전공을 이수하는데 요구되는 교과과정들을 알 수 있다.	1	2	3	4	5
8. 힘든 상황에서도 전공이나 진로목표를 위한 일들을 지속적으로 수행할 수 있다.	1	2	3	4	5
9. 나에게 이상적인 직업이 무엇인지 알 수 있다.	1	2	3	4	5
10. 향후 10년간 직업에 대한 고용경향을 알 수 있다.	1	2	3	4	5
11. 선호하는 생활방식에 맞는 진로를 결정할 수 있다.	1	2	3	4	5
12. 나는 나의 이력서를 잘 쓸 수 있다.	1	2	3	4	5
13. 처음 선택이 만족스럽지 않다면 전공을 바꿀 수 있다.	1	2	3	4	5
14. 직업선택과 관련된 가치에 대해 우선순위를 정할 수 있다.	1	2	3	4	5
15. 고려하고 있는 직업의 평균 수입과 연봉을 알아볼 수 있다.	1	2	3	4	5
16. 진로결정 후, 잘한 것인지 못한 것인지에 대해 염려하지 않을 수 있다.	1	2	3	4	5
17. 선택한 직업이 만족스럽지 않으면 바꿀 수 있다.	1	2	3	4	5
18. 진로목표를 달성하기 위해, 내가 어떤 희생은 감수할 수 있고, 어떤 것은 감수 할 수 없는지를 구분할 수 있다.	1	2	3	4	5
19. 관심 있는 분야에서 일하고 있는 사람들과 이야기 해 볼 수 있다.	1	2	3	4	5
20. 관심 있는 전공이나 진로를 선택할 수 있다.	1	2	3	4	5
21. 적성이나 능력에 맞는 직종과 관련된 기관이나 기업에 대해 알아볼 수 있다.	1	2	3	4	5
22. 내가 원하는 생활방식이 무엇인지 알 수 있다.	1	2	3	4	5
23. 대학 혹은 대학원에 대한 정보를 찾을 수 있다.	1	2	3	4	5
24. 취업면접과 관련되는 절차들을 잘 다루어 나갈 수 있다.	1	2	3	4	5
25. 처음의 선택이 불가능하다면 다른 전공이나 진로의 대안을 생각해 볼 수 있다.	1	2	3	4	5