

해보자 직업 로마 설계하기

진로탐색 워크북



차 의과학대학교
학생 상담 센터

CONTENTS

들어가기 _ 1

Step 1. 자기이해 _ 5

Step 2. 직업정보 탐색 _ 19

Step 3. 의사결정 및 목표설정 _ 39

마무리하기 _ 47



C H A U n i v e r s i t y

차의과학대학교 학생상담센터



행복한 삶 설계하기

진로탐색 워크북

들어가기

진로결정이란

직업은 개인의 정체성을 규정하고 삶의 방식과 질을 결정하므로 직업의 선택과 진로결정은 인생의 매우 중요한 결정 중에 하나입니다.

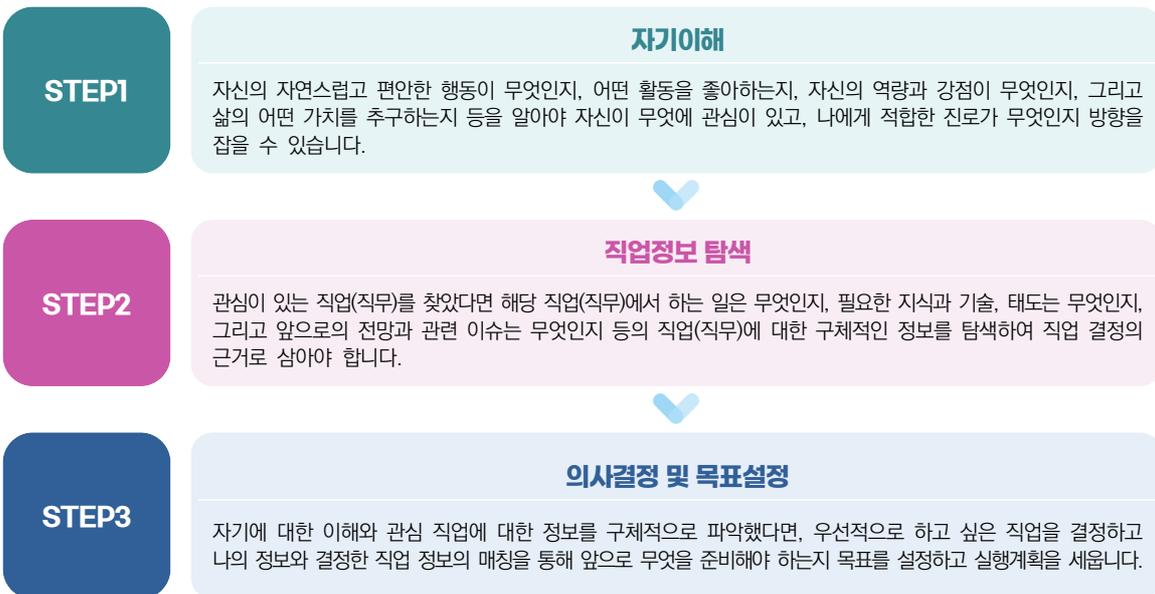
진로의 관점에서 보면 대학생 시기는 본격적인 사회진출을 위해 진로결정을 구체화하고 이를 준비하는 단계라고 할 수 있습니다. 즉, 진로결정은 대학생의 성공적인 사회진출을 위한 선결과제입니다.

하지만 진로결정이 쉽지 않은 것이 현실입니다. 우선 많은 대학생들이 충분한 진로고민 없이 대학에 입학하여 스스로 자신의 진로결정을 내려본 경험이 거의 없고, 4차 산업혁명 시대를 맞이하면서 매우 빠르게 변화하는 사회에 적응해야 하며, 더구나 사회 저성장으로 인한 높은 청년 실업률을 마주하게 되면서 대학생들이 겪는 혼란스러움과 당황스러움은 더 커졌기 때문입니다. 그렇다고 이 혼란스러움에 머무를 수 없는 것도 현실입니다. 힘겨운 일이겠지만 이런 어려움을 극복하기 위해 미리 이 현실을 직시하고 한발 앞서 준비할 마음이 필요합니다.

학생상담센터에서는 여러분의 행복한 삶을 설계하는데 조금이나마 도움이 될 수 있도록 진로탐색 워크북을 제작하게 되었습니다. 물론 이 워크북만으로 진로결정을 하는데 완벽한 도움이 될 수 없겠지만 여러분의 진로탐색 여정에 연습 과정으로서의 도움은 될 것입니다. 아무쪼록 이 워크북이 여러분의 진로결정에 조금이나마 도움이 되었으면 하는 바람과 함께 여러분의 앞날을 응원하겠습니다.

내용 구성

진로탐색 과정은 크게 3단계로 볼 수 있습니다. 자기이해, 직업정보 탐색, 그리고 의사결정 및 목표설정이 그것입니다. 지면의 한계상 각 단계의 모든 내용을 다 다룰 수 없지만 각 단계별로 최소한 알아야 할 것들로 내용을 구성하였습니다. 워크북 작성 과정 중 모르거나 막히는 부분이 있으면 언제든지 학생상담센터(미래관 112호)로 방문하시거나 연락(031-850-8937, 8938, 9013, 9077)을 주시면 도움을 받을 수 있습니다.



C H A U n i v e r s i t y

차의과학대학교 학생상담센터



행복한 삶 설계하기

진로탐색 워크북

Step 1.

자기 이해

자기이해

지도를 보고 목적지를 찾아가고자 할 때 우리가 제일 먼저 확인해야 하는 것은 ‘현 위치’입니다. 현재 위치를 알아야 목적지로 가기 위해 무엇이 필요한지, 어떻게 가야 할지 등을 알 수 있습니다. 진로탐색에 있어서 현재의 위치는 곧 나에 대한 이해와 같습니다. 내가 어떤 사람인지 알아야 내가 가고 싶은 목적지가 어딘지인지도 알 수 있고, 그리고 그곳에 어떻게 가야할지를 알 수 있습니다.

그럼 진로탐색을 위해서 자신에 대해서 알아야 할 부분은 무엇일까요? 진로탐색을 위한 자기이해를 위해서는 크게 4가지 영역을 파악하면 좋습니다. 4가지 영역은 성격, 흥미, 능력, 가치입니다.

나는 무슨 일에 도전하기에 앞서 항상 세 가지 리스트를 작성한다.
 첫째, 나에게 꼭 필요한 것은 무엇인가
 둘째, 내가 가지고 있는 것은 무엇인가
 셋째, 나는 무엇을 준비해야 하는가

이 세 가지 문제에 답할 수 있다면, 현재의 나를 정확히 파악하고 있는 것이다.
 희망에 도전하려는 나를 알고 있다면, 그 희망은 이미 절반을 이룬 셈이다.
 그런 후엔, '죽을 각오'를 하고 희망을 향해 돌진하는 것이다.

- 나는 희망의 증거가 되고 싶다(서진규) 중에서



자기 자신을 이해할 수 있는 가장 간편하고, 쉬운 방법은 심리검사를 통해 알아보는 것입니다. 학생상담센터(미래관 112호)에서는 직업/진로 관련 다양한 심리검사를 무료로 이용하실 수 있습니다. 그리고 워크넷 및 커리어넷과 같은 진로사이트에서도 무료로 할 수 있는 검사가 다양하게 있습니다. 다만 심리검사는 전문상담가에게 해석을 받을 때 검사에 대해 제대로 알고, 더 깊은 자기이해를 할 수 있기에 검사 후에는 꼭 전문가에게 해석상담 받기를 권해드립니다.

☎ 학생상담센터 진로검사

개인특성	검사명	소요시간	방법
성격	MBTI 성격유형검사	20분	1) 개인 : 학생상담센터 방문, 연락 (미래관 112호, 031-850-8937, 8938) → 예약 → 검사 실시 2) 학과(단체) : 학과(단체)에서 학생상담센터로 사전 연락 → 예약 → 검사 실시
	TCI 기질 및 성격 검사	15분	
	LCSI 종합성격검사	20분	
흥미	STRONG 직업흥미검사	30분	
	U&I 진로탐색 검사	30분	
능력	CST 성격강점 검사	20분	
	KVCT 직무역량 검사	20분	

* 소요시간은 개인에 따라 달라질 수 있습니다.

☎ 직접 해볼 수 있는 인터넷(워크넷) 무료 검사

개인특성	검사명	소요시간	방법
흥미/성격	직업선호도 검사 L형	60분	워크넷 www.work.go.kr ▶ 직업·진로 ▶ 직업심리검사 ▶ 성인대상 심리검사(총12종)
	직업선호도 검사 S형	25분	
능력	성인용 직업적성검사	80분	
가치	직업가치관 검사	20분	
진로준비	대학생 직업 준비도 검사	20분	

☞ 성격 탐색

1) 나의 성격 탐색하기

- * 성격탐색하기에 앞서 성격 관련 용어가 떠오르지 않는다면 검색엔진에 '성격 형용사'를 검색하면 성격 관련한 다양한 형용사를 확인할 수 있습니다. 이를 참조하시면 내용을 작성하는데 도움이 됩니다.
- * 각 질문에 대해서 떠오르는 생각이나 내용들을 가급적 모두 작성해주세요.

평소 내가 생각하는 나의 자연스러운 모습(성격)	나를 잘 아는 다른 사람이 나에게 대해서 자주 말하는 모습(성격)

2) MBTI 성격 유형 검사 결과(학생상담센터 검사 신청)

나의 성격유형	내 성격 유형의 주요 키워드
	- -
	검사 결과 중 나의 실제 성격과 일치하는 내용
	- - - - - -

3) 위 1), 2)에서 작성한 내용 중에 나온 공통적으로 언급된 특성은 무엇입니까? (혹은 비슷한 특성을 묶어서 그룹화해보세요)

| [참고] MBTI 성격 유형 검사 결과(유형별 특징) |

ISTJ	ISFJ	INFJ	INTJ
한번 시작한 일은 끝까지 해내는 사람들	성실하고 온화하며 협조를 잘하는 사람들	사람과 관련된 것에 통찰력이 뛰어난 사람들	전체적으로 조화하여 비전을 제시하는 사람들
ISTP	ISFP	INFP	INTP
논리적이고 뛰어난 상황 적응력을 가지고 있는 사람들	따뜻한 감성을 가지고 있는 겸손한 사람들	이상적인 세상을 만들어 가는 사람들	비평적인 관점을 가지고 있는 뛰어난 전략가들
ESTP	ESFP	ENFP	ENTP
친구, 운동, 음식 등 다양한 활동을 선호하는 사람들	분위기를 고조시키는 우호적인 사람들	열정적이고 새로운 관계를 만드는 사람들	풍부한 상상력을 가지고 새로운 것에 도전하는 사람들
ESTJ	ESFJ	ENFJ	ENTJ
사무적, 실용적, 현실적으로 일을 많이 하는 사람들	친절과 현실감을 바탕으로 타인에게 봉사하는 사람들	타인의 성장을 도모하고 협동하는 사람들	비전을 가지고 사람들을 활력적으로 이끌어가는 사람들



☞ 흥미 탐색

1) 나의 흥미 탐색을 위한 질문

* 아래 질문에 대해서 깊이 생각하지 말고, 생각나는 것을 모두 작성해주세요.

만약 실패하지 않는다면, 내가 하고 싶은 일(활동)은 무엇인가요?	내가 오랫동안 좋아한(관심있는) 활동은 무엇인가요? 혹은 예전에 좋아했던(관심있었던) 활동은 무엇이었나요?	내가 흠뻑 빠져서, 시간가는 줄도 모르고 배운 것, 또는 활동은 무엇인가요?

2) 직업선호도(L형) 검사 결과(워크넷 무료검사 이용)

나의 흥미코드						
구분	현실형(R)	탐구형(I)	예술형(A)	사회형(S)	진취형(E)	관습형(C)
원점수						
표준점수						
흥미코드에 맞는 직업군						
흥미검사 결과 표현 단어						

**3) 위 1), 2)에서 작성한 내용 중에 나온 공통적으로 언급된 활동(일)은 무엇입니까?
(혹은 비슷한 내용을 묶어서 그룹화해보세요)**

| [참고] 직업선호도 검사 결과(흥미 유형) |

흥미유형	유형설명
현실형(R)	<p>현실형 점수가 높은 사람은 활동적이며 실물적인 일을 좋아합니다.</p> <p>명확하고 체계적이며 질서정연한 일을 좋아하고, 기존의 가치와 신념체계에 위배되지 않는 선에서 원리 원칙적으로 사고하고 명확한 방법을 사용하여 행동하는 경향이 강합니다. 전기나 기계, 공학계열 분야와 같이 실제적이고 규칙적인 행동양식이 존재하는 분야를 선호하는 편입니다. 사물을 다루고 조작하는 것을 좋아해 손재주가 있다는 평을 듣는 경우가 많으며 겸손하고 솔직하지만, 스스로 사회적인 영향력을 발휘해야 하는 일과 학문적이고 창의적인 일에 서투다고 여기는 편입니다.</p>
탐구형(I)	<p>탐구형 점수가 높은 사람은 관찰하고 탐구하며 사고하는 일을 좋아합니다.</p> <p>현상을 비판적이고 분석적으로 관찰하고, 체계적이고 창조적으로 탐구하는 것을 좋아하는 반면, 규칙적이고 반복적인 활동이나 리더십을 발휘해야 하는 활동은 별로 좋아하지 않습니다. 인간적 감정이나 사회적 환경보다는 자연현상이나 사회현상에 대한 탐구활동에 대한 관심이 많습니다. 독립적이며 개방적인 태도로 정보를 수집하고 자료를 분석하며 현상에 대한 결론을 내리는 과정을 거쳐 문제를 해결하는 방식의 일을 선호합니다.</p>
예술형(A)	<p>예술형 점수가 높은 사람은 창의적이고 변화를 추구하는 일을 좋아합니다.</p> <p>창의적이고 유연한 사고를 즐기며 아름다움을 추구하는 경향이 강합니다. 틀에 박힌 일이나 같은 패턴의 일, 변화가 없이 틀에 맞추어 해야 하는 일을 별로 좋아하지 않습니다. 같은 사물이나 현상을 보고도 획일적으로 판단하지 않으며 상상력이 풍부하고 독창적인 편입니다. 예술적 감수성이 뛰어나고 능력을 발휘하며 즐기는 반면, 명확하고 규칙적인 활동이나 객관적 사실을 추구하는 활동에는 약한 편입니다. 개방적인 사고체계를 소유하고 있어 변화를 주도하고 추구하며 자신의 직감에 의존하여 문제를 해결하려는 경향도 있습니다.</p>
사회형(S)	<p>사회형 점수가 높은 사람은 사람들과 교류하고 협력하는 일을 좋아합니다.</p> <p>타인의 문제를 듣고 공감하고, 도와주고, 치료해주는 것을 선호하며 사람을 상대하는 활동에 능숙합니다. 일반적으로 이타적이며 자애롭고 배려심이 깊은 인물로 평가를 받습니다. 사물을 지향하기보다는 사람과 사람 사이의 관계에 주목하는 경향이 강하여, 다른 사람들에게 어떤 사실을 가르쳐주고 도와주거나 지원해주는 활동을 좋아합니다.</p>
진취형(E)	<p>진취형 점수가 높은 사람은 목표를 정하고 성취하도록 이끄는 것을 좋아합니다.</p> <p>자신이 기획하고 목표설정된 것을 실행시키는 데 탁월한 능력을 보이는 유형입니다. 개인과 조직의 목표를 달성하거나 경제적인 이익을 추구하기 위한 활동을 선호하며, 타인에게 영향력을 발휘하는 일을 하고 싶어 합니다. 계획하고 목표설정하며 추진하고 있는 일을 성공적으로 이끌기 위해 다른 사람들을 설득하거나 협상을 하는 등 사회성을 발휘하기도 합니다.</p>
관습형(C)	<p>관습형 점수가 높은 사람은 조직적이고 안정적이며 체계적인 일을 좋아합니다.</p> <p>조직적이고 체계적이며 규칙과 시스템이 잡혀 있는 일을 좋아하고, 규정이나 시스템 등이 없이 불확실하고 애매하며 시시각각 변화하는 일을 피하려는 경향이 강합니다. 수립되어 있는 시스템에 적응하여 규칙에 맞게 성실하고 분명하면서도 체계적으로 일을 하는 것을 좋아하여, 서류 작성 및 기록 등과 같은 사무적인 일에 능력을 발휘합니다. 문제 상황에서 변화를 추구하거나 비판하기 보다는 조심스럽고 체계적으로 해결계획을 세우는 편입니다.</p>

📌 능력 탐색

1) 능력 탐색

* 아래 질문에 대해서 너무 깊이 생각하지 말고, 생각나는 것을 모두 작성해주세요.

내가 가지고 있는 여러 능력 중에서 비교적 잘하는 것들은 무엇입니까? (타인과 비교하는 것이 아닌 내 능력들 중에서 비교합니다)	만약 신께서 “너의 장점만 선택하면 그 장점을 최대한 이끌어 낼 최고의 트레이너를 붙여준다고 할 때”, 나의 어떤 장점을 선택하겠습니까?	현재 혹은 과거에 다른 사람들이 나에게 자주 칭찬하는(했던) 말은 무엇인가요?

2) 직업적성검사 결과(워크넷 무료검사 이용)

구분	언어력	수리력	추리력	공간 지각력	사물 지각력	상황 판단력	기계 능력	집중력	색채 지각력	문제 해결 능력	사고 유창력
수준											
백분위											

적합 직업군(우선 순위 3가지)

직업분류	세부직업 목록	중요 적성요인

3) 위 1), 2)에서 작성한 내용 중에 나온 공통적으로 언급된 능력은 무엇입니까?
(혹은 비슷한 내용을 묶어서 그룹화해보세요)

| [참고] 직업 적성검사 결과(적성 요인) |

적성 요인	의미	하위 검사
언어력	일상생활에서 사용되는 다양한 단어의 의미를 정확히 알고 글로 표현된 문장들의 내용을 올바르게 파악하는 능력	어휘력, 문장독해력
수리력	사칙연산을 이용하여 수리적 문제들을 풀어내고 일상생활에서 접하는 통계적 자료(표와 그래프)들의 의미를 정확하게 해석하는 능력	계산력, 자료해석력
추리력	주어진 정보를 종합해서 이들간의 관계를 논리적으로 추론해 내는 능력	수열추리 I, 수열추리 II, 도형추리
공간지각력	물체를 회전시키거나 재배열했을 때 변화된 모습을 머릿속에 그릴 수 있으며, 공간 속에서 위치나 방향을 정확히 파악하는 능력	조각맞추기, 그림맞추기
사물지각력	서로 다른 사물들간의 유사점이나 차이점을 빠르고 정확하게 지각하는 능력	지각속도
상황판단력	실생활에서 자주 당면하는 문제나 갈등 상황에서 문제를 해결하기 위한 여러 가지 가능한 방법들 중, 보다 바람직한 대안을 판단하는 능력	상황판단력
기계능력	기계의 작동원리나 사물의 운동 원리를 정확히 이해하는 능력	기계능력
집중력	직업을 방해하는 자극이 존재함에도 불구하고 정신을 한 곳에 집중하여 지속적으로 문제를 해결할 수 있는 능력	집중력
색채지각력	서로 다른 두 가지 색을 혼합하였을 때의 색을 유추할 수 있는 능력	색혼합, 색구분
문제해결능력	문제 및 장애요소를 해결하기 위해 논리적 사고와 올바른 의사결정 과정을 통해 구체적인 행동으로 연계될 수 있는 해결 방안을 찾아내는 능력	문제해결능력
사고유창력	주어진 상황에서 짧은 시간 내에 서로 다른 많은 아이디어를 개발해내는 능력	사고유창력

가치 탐색

1) 가치 탐색

: 아래 각 질문에 대해서 충분히 생각해보시고, 생각나는 것을 다 작성해주시기 바랍니다.

나는 왜 일하려 하는가? (일을 통해서 얻고자 하는 궁극적인 목적(가치)는 무엇인가?)	가장 중요한 결정을 내릴 때 무엇을 기준으로 결정하는가?	나의 시간과 돈, 노력을 주로 어떤 활동이나 대상에 투자하는가? 그 이유는 무엇인가?

2) 직업가치관 검사 작성하기(워크넷 무료검사 이용)

순위	가치관	추천 직업	희망 직업
1			
2			
3			



순위	내가 중요하게 생각하는 가치관	선택 이유
1		
2		
3		

3) 위 1), 2)에서 작성한 내용 중에 나온 공통적으로 언급된 가치는 무엇입니까?
(혹은 비슷한 내용을 묶어서 그룹화해보세요)

| [참고] 직업 가치관 검사 결과(가치 요인) |

가치 요인	가치 설명	관련 직업
1. 성취	스스로 달성하기 어려운 목표를 세우고 이를 달성하여 성취감을 맛보는 것을 중시하는 가치	대학교수, 연구원, 관리자 등
2. 봉사	자신의 이익보다는 사회의 이익을 고려하며, 어려운 사람을 돕고, 남을 위해 봉사하는 것을 중시하는 가치	판사, 소방관, 사회복지사 등
3. 개별활동	여러 사람과 어울려 일하기 보다 자신만의 시간과 공간을 가지고 혼자 일하는 것을 중시하는 가치	디자이너, 운전자, 교수 등
4. 직업안정	해고나 조기퇴직의 걱정 없이 오랫동안 안정적으로 일하며 안정적인 수입을 중시하는 가치	연주가, 미용사, 교사 등
5. 변화지향	일이 반복적이거나 정형화되어 있지 않으며 다양하고 새로운 것을 경험할 수 있는지를 중시하는 가치	연구원, 컨설턴트, 소프트웨어개발 등
6. 몸과 마음의 여유	건강을 유지할 수 있으며 스트레스를 적게 받고 마음과 몸의 여유를 가질 수 있는 업무나 직업을 중시하는 가치	교사, 화가, 조경기술자 등
7. 영향력 발휘	타인에게 영향력을 행사하고 일을 자신의 뜻대로 진행할 수 있는지를 중시하는 가치	감독, 성직자, 변호사 등
8. 지식추구	일에서 새로운 지식과 기술을 얻을 수 있고 새로운 지식을 발견할 수 있는지를 중시하는 가치	판사, 연구원, 디자이너 등
9. 애국	국가의 장래나 발전을 위하여 기여하는 것을 중시하는 가치	군인, 경찰관, 소방관 등
10. 자율	다른 사람들에게 지시나 통제를 받지 않고 자율적으로 업무를 해나가는 것을 중시하는 가치	연구원, 자동차영업원, 광고전문가 등
11. 금전적 보상	생활하는데 경제적인 어려움이 없고 돈을 많이 벌 수 있는 것을 중시하는 가치	프로운동선수, 공인회계사, 증권 및 투자중개인 등
12. 인정	자신의 일이 다른 사람들로부터 인정받고 존경받을 수 있는 것을 중시하는 가치	항공기조종사, 판사, 교수 등
13. 실내활동	주로 사무실에서 일할 수 있으며 신체활동을 적게 요구하는 업무나 직업을 중시하는 가치	번역사, 관리자, 상담원 등

* 앞서 제시한 MBTI 성격검사, 직업선호도 검사(L형), 직업적성검사, 직업가치관 검사 외에도 유사한 다른 검사들이 많이 있습니다. 예시로 들었을 뿐 학생상담센터에서 보유하고 있는 검사, 혹은 무료 검사 표를 확인하시고 여러분이 관심있는 검사를 선택하셔서 진행하시면 됩니다. 중요한 것은 검사를 실시하시고 상담전문가에게 해석상담을 받는 것이 더 중요합니다. 검사를 실시하고 나서 꼭 학생상담센터 상담사에게 해석상담을 받기를 권유해드립니다.

종합적 나의 이해

지금까지 작성해왔던 나의 성격, 흥미, 능력, 가치 등을 종합하여 나에 대해서 작성합니다.

성격

흥미

나

능력

가치

C H A U n i v e r s i t y

차의과학대학교 학생상담센터



행복한 삶 설계하기

진로탐색 워크북

Step 2.

직업정보 탐색

나의 전공 찾기

📌 전공(학과) 탐색의 중요성

전공(학과)에 대한 정보를 바탕으로 앞으로의 대학생활의 목표를 수립하고, 구체적인 계획 및 대학생활의 방향성을 설계할 수 있기에 전공(학과)탐색은 매우 중요 과정입니다. 전공이 정해져 있는 세부전공에 대한 구체적인 탐색이 필요할 것이고, 아직 전공이 정해지지 않은 경우 우선 여러 전공을 살펴보고 나에게 적합한 전공이 무엇인지 결정해야 할 것입니다.

📌 전공(학과) 탐색 내용

- 전공개요(교육 목표, 차별성, 전공 이수 요건 등)
- 강의 교수진
- 교육 커리큘럼
- 진로별 교육과정 로드맵
- 전공 세부별 커리큘럼
- 졸업 후 주요 진출분야
- 학과 관련 자격증
- 학과 행사

📌 학과 홈페이지를 통해 알아보기

<http://www.cha.ac.kr> ▶ 대학·대학원 ▶ 대학 ▶ 학과명(학부명) 자세히 보기 클릭 ▶ 학과(학부) 홈페이지 ▶ 세부전공 클릭

📌 워크넷, 커리어넷을 통해 알아보기

<http://www.work.go.kr> ▶ 직업·진로 ▶ 학과 검색
<http://www.career.go.kr> ▶ 학과정보 ▶ 학과명 검색

| 전공 정보 알아보기(예시) |

관심 학과: 심리학과

적성과 흥미

인간에 대해 지속적인 관심을 갖고 사람들의 성격, 사고, 행동 등에 지적 호기심이 있는 학생들이 공부하기에 좋은 학과임. 사회현상을 탐구하고 심리현상에 대한 각종 조사와 실험결과를 논리적으로 분석할 수 있어야 하며 세밀한 관찰력 필요함.

전공 과목

심리학개론, 성격심리학, 발달심리학, 사회심리학, 인지 및 학습심리학, 이상심리학, 임상심리학, 상담심리학, 신경심리학, 심리검사, 심리학 현장실습, 미술치료학 개론, 심리통계 및 연구방법 등

진출 가능 분야

연구/개발: 심리학연구원, 빅데이터전문가, 사회과학연구원 등
보건/복지: 상담전문가, 임상심리사, 아동발달전문가, 정신건강전문가, 직업상담사, 스포츠심리상담사 등
기획/사무: 마케터, 광고기획자 등
사회/마케팅조사: 마케팅조사전문가, 사회조사전문가
경찰/교도: 범죄심리전문가, 공무원(교정직) 등

나의 관심 분야

광고기획자, 상담전문가, 스포츠심리상담사, 사회조사전문가

관련 자격증 및 교육과정

국가자격: 전문상담교사, 청소년상담사, 직업상담사, 정신보건임상심리사
민간자격: 상담심리사, 예술심리상담사, 범죄심리사, 미술심리상담사, 중독심리상담사, 커리어코치 등

| 전공 정보 알아보기 |

관심 학과 1:

적성과 흥미

전공 과목

진출 가능 분야

나의 관심 분야

관련 자격증 및
교육과정

| 전공 정보 알아보기 |

관심 학과 2:

적성과 흥미

전공 과목

진출 가능 분야

나의 관심 분야

관련 자격증 및
교육과정

직업에 대한 이해

☞ 직업의 정의

직업이란 생계의 유지와 사회적 역할분담, 개성의 발휘 및 자아실현을 목적으로 하는 어느 정도 계속적으로 행하는 노동 또는 일이라 할 수 있습니다.

☞ 직업정보의 중요성

우리가 경험해본 적이 없는 외국으로 여행을 가게 된다면 그 나라, 혹은 도시에 대해서 상세히 알아보고 여행 계획을 짜게 됩니다. 왜냐하면 시간과 비용이 제한적이기에 그 안에서 최대한 만족감을 누리고 싶기 때문입니다. 직업선택도 마찬가지입니다. 내가 앞으로 선택할 직업에서 만족감을 누리기 위해서는 그 직업에 대한 정확한 정보를 수집하는 것이 중요합니다. 즉 직업정보는 직업선택 및 만족감, 나아가 경력관리를 위해서 반드시 필요한 정보입니다.

☞ 직업정보 수집 방법

모든 정보는 다양한 방면에서 수집을 해서 정확도를 높여야 합니다. 학교 홈페이지, 진로/취업 관련 사이트(워크넷, 커리어넷, 한국고용정보원 '대학전공별 진로가이드' 등) 등의 자료는 비교적 정확도는 높지만 최신성은 떨어지기에 관련 학과 교수와의 면담, 학과 선배 상담, 혹은 유튜브 관련 학과 영상이나 블로그 등의 자료 등도 활용하면 도움이 됩니다. 인터넷을 활용하면 직업관련 정보를 찾는 것이 쉽고 간편하지만, 정보의 홍수 속에서 신뢰할 만한 정보를 찾아내고, 나에게 필요한 정보를 선별하는 능력을 갖춰야 합니다.

• 차의과학대학교 취창업지원센터를 통해 알아보기

<http://career.cha.ac.kr> ▶ 진로 is 100, 진로/직무 인터뷰 영상, 잡플랫폼 콘텐츠 등

• 워크넷, 커리어넷을 통해 알아보기

<http://www.work.go.kr> ▶ 직업 · 진로 ▶ 직업 검색, 직업인 인터뷰, 취업 동영상 검색 등

<http://www.career.go.kr> ▶ 직업정보 ▶ 직업 검색, 직업인 인터뷰 검색 등

• 국가직무능력표준(NCS)을 통해 알아보기

<http://www.ncs.go.kr> ▶ 직무기술서, NCS 및 학습모듈 검색

| 관심직업 탐색(예시) |

관심 직업명: 마케팅 전문가

<p>하는 일</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 직무개요 : 특정상품 및 서비스에 대한 마케팅, 광고, 홍보의 필요성을 분석하고 그에 따른 적절한 방안을 계획하며 실행한다. 또한 고객을 위한 광고물 제작 및 광고행사를 기획, 감독하고 조정 등을 한다. - 수행직무 <ul style="list-style-type: none"> • 사업체의 마케팅, 광고, 홍보 전략에 대해 자문한다. • 인쇄나 전자매체에 적절한 마케팅, 광고캠페인을 개발하고 실행한다. • 광고제작에 소요되는 예산을 수립·조정한다. • 제작된 광고를 검토·평가한 후 광고를 실시하며, 시행광고의 효과를 조사·분석한다.
<p>교육/자격/훈련</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 관련 학과 : 경영학과, 신문방송학과 등 - 관련 교육(자격) : 컨벤션기획사(국가기술) - 필요 훈련 : 광고·홍보전문가
<p>임금수준 및 직업 만족도</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 광고·홍보·마케팅전문가 하위(25%) 3,550만원, 중위값 4,248만원, 상위(25%) 5,599만원 - 광고·홍보·마케팅전문가에 대한 직업 만족도는 69.2% (백점 기준)
<p>일자리 전망</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 향후 5년간 광고·홍보전문가의 고용은 현상태를 유지할 것으로 전망된다. 글로벌 경쟁시대에 광고 및 홍보는 기업을 적극 알리는 필수적인 도구이며, 제품과 서비스, 그리고 기업의 이미지를 어떻게 알리느냐에 따라 기업의 매출과 나아가 생존이 결정되기도 한다. 대기업뿐만 아니라 중소기업, 공공기관, 그리고 소규모 판매업자에 이르기까지 다양한 홍보방안을 마련하고자 하는 수요는 지속적으로 늘어날 것으로 보여 고용증가에도 긍정적 영향을 미칠 것으로 보인다.
<p>업무수행에 필요한 능력 및 지식</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 필요능력 : 읽고 듣고 이해하기, 창의력, 글쓰기, 말하기 능력 등 - 필요지식 : 의사소통과 미디어, 영업과 마케팅, 고객서비스, 사무행정, 국어 등
<p>성격/흥미/가치</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 성격 : 신뢰성, 적응성/융통성, 책임과 진취성, 스트레스 감내성 등 - 흥미 : 1순위 진취형, 2순위 관습형 - 가치 : 성취감 선호, 다양성, 타인에 대한 영향, 경제적 보상 등
<p>유사 직업</p>	<p>광고영상 감독, 방송작가, 상품기획자, 공연/영화/음반기획자 등</p>

| 관심직업 탐색 |

관심 직업명 1:

- 하는 일
- 직무개요
 - 수행직무

- 교육/자격/훈련
- 관련 학과
 - 관련 교육(자격)
 - 필요 훈련

- 임금수준 및
직업 만족도
- 임금수준
 - 직업만족도

일자리 전망

- 업무수행에 필요한
능력 및 지식
- 필요 능력
 - 필요 지식

- 성격/흥미
- 성격
 - 흥미
 - 가치

유사 직업

| 관심직업 탐색 |

관심 직업명 2:

- 하는 일
- 직무개요
 - 수행직무

- 교육/자격/훈련
- 관련 학과
 - 관련 교육(자격)
 - 필요 훈련

- 임금수준 및
직업 만족도
- 임금수준
 - 직업만족도

일자리 전망

- 업무수행에 필요한
능력 및 지식
- 필요 능력
 - 필요 지식

- 성격/흥미
- 성격
 - 흥미
 - 가치

유사 직업

| 관심직업 탐색 |

관심 직업명 3:

- 하는 일
- 직무개요
 - 수행직무

- 교육/자격/훈련
- 관련 학과
 - 관련 교육(자격)
 - 필요 훈련

- 임금수준 및
직업 만족도
- 임금수준
 - 직업만족도

일자리 전망

- 업무수행에 필요한
능력 및 지식
- 필요 능력
 - 필요 지식

- 성격/흥미
- 성격
 - 흥미
 - 가치

유사 직업

부록: 직업정보 이해

☛ 산업분석

산업이란 물질 재화의 생산과 더불어 서비스의 생산을 포함하며, 각종 상품과 서비스의 생산활동을 일정한 분류 기준과 원칙을 적용하여 체계적으로 분류한 것을 산업분류라고 합니다.

☛ 산업분석의 중요성

산업분석은 산업의 특성과 전망에 대한 분석으로 경제사회 여건 변화에 따른 산업의 변화와 이것이 개별기업에 미치는 영향을 파악하는 것이라고 할 수 있습니다. 현재 유망한 산업을 파악해 진출 분야를 알아보거나 내가 희망하는 기업의 주 사업 분야가 어느 부류에 속해 있는지 확인하고, 해당 산업의 동향을 파악해 장기적인 대안을 마련하는 것이 필요합니다.

☛ 산업의 분류(한국표준산업분류)

01. 농업, 임업 및 어업	02. 광업	03. 제조업
04. 전기, 가스, 증기 및 공기조절 공급업	05. 수도, 하수 및 폐기물 처리, 원료재생업	06. 건설업
07. 도매 및 소매업	08. 운수 및 창고업	09. 숙박 및 음식점업
10. 정보통신업	11. 금융 및 보험업	12. 부동산업
13. 전문, 과학 및 기술 서비스업	14. 사업시설 관리, 사업지원 및 임대 서비스업	15. 공공행정, 국방 및 사회보장 행정
16. 교육서비스업	17. 보건업 및 사회복지 서비스업	18. 예술, 스포츠 및 여가관련 서비스업
19. 협회 및 단체, 수리 및 기타 개인 서비스업	20. 가구 내 고용활동, 자가소비 생산활동	21. 국제 및 외국기관

☛ 기업분석

직업과 직무가 정해졌다면 실제 내가 가고 싶은(혹은 가야 할) 기업(회사)에 대한 정보를 수집하는 것이 필요합니다. 그 회사의 핵심 비전, 가치는 무엇인지, 어떤 사람을 뽑는지, 그 회사의 전망은 어떠한지, 올해 사업전략은 무엇인지 등을 파악하여 입사 준비를 해야 합니다.

기업은 크게 국내 기업과 외국 기업으로 나눌 수 있으며 국내 기업은 대기업, 중견기업, 중소기업, 외국계기업, 공공기관 등으로 분류되고 있습니다.

산업 및 기업정보 탐색을 위한 참고 사이트

- **관심 산업분야 협회 or 진흥원 or 이슈 검색**
Google > 산업명 탐색(예: 무역협회, 건설협회, 자동차협회, 화장품협회, 바이오협회 등)
- **기본적인 기업분석과 산업분석 방법**
희망 기업 홈페이지(미션, 비전, CEO인사말, 핵심가치, 사업분야, 조직도, 직무소개, 채용공고 등)
- **알리오(공공기관경영정보공개시스템)**
<http://www.alio.go.kr> > 경영공시
- **KISLINE**
<http://www.kisline.com> > 기업, 산업, 뉴스
- **산업연구원**
<http://www.kiet.re.kr> > 동향 > 전망·동향, 주제별 자료보기
- **전자공시시스템**
<http://dart.fss.or.kr> > 정기공시 > 사업보고서, 반/분기보고서 > 회사의 개요, 사업내용, 재무제표 등
- **금융사 산업 분석보고서(BNK 투자증권)**
<https://www.bnkfn.co.kr> > 리서치 > 기업분석, 산업분석
- **한국거래소 스마일**
<https://smile.krx.co.kr> > 기업분석보고서
- **잡코리아**
<http://www.jobkorea.co.kr> > 공채정보 > 기업명 검색
- **CompanyGuide**
<https://comp.fnguide.com> > 기업정보, 랭킹분석
- **캐치**
<https://www.catch.co.kr> > 기업 > 기업분석, 기업분석리포트
- **히든챔피언**
<http://www.career.co.kr> > 지역별, 직무별 > 기업정보
- **중소기업현황정보시스템**
<http://sminfo.mss.go.kr> > 중소기업현황 > 기업정보
- **청년친화강소기업**
<https://www.work.go.kr/jobyoung> > 청년친화강소기업
- **썬트렌드**
<https://www.some.co.kr> > 생활변화관측소 > 브랜드 관측소

| 관심분야 산업동향 분석하기(예시) |

관심분야 산업 : 제약산업

산업의 개요

의약품의 정의는 「약사법」 제2조 4호에 따라 사람이나 동물의 질병을 진단, 치료, 경감, 처치, 예방 등의 목적으로 사용하는 대한민국약전에 실린 물품으로 의약외품이 아닌 것을 말하며, 제약산업은 의약품을 연구개발, 제조, 가공, 보관 및 유통하는 것과 관련된 산업을 의미한다.

산업의 특징

제약산업은 인간의 생명과 보건에 관련한 고부가가치 산업이자 지식기반 산업으로 원료 및 완제 의약품의 생산과 판매에서부터 신약개발을 위한 연구 등 모든 과정을 포괄하는 첨단 부가가치 산업이다. 또한, 타 업종에 비해 기술 집약도가 꽤 높은 편이며 고도의 전문성과 함께 긴 투자기간과 높은 위험을 수반하지만, 글로벌 블록버스터급 신약 개발에 성공할 경우 막대한 고부가가치 창출이 가능하므로 미래 성장산업으로 분류되고 있다.

선도 기업 5곳

(국내) 유한양행, 녹십자, 종근당, 광동제약, 한미약품
(해외) 화이자, 존슨앤존슨, 로슈, 머크, 애브비

내가 발굴한 기업 3곳

SK 케미컬, 셀트리온 제약, 존슨앤존슨

관심분야 산업 동향 조사

국내 주요 이슈

- 제약 바이오 분야에서 머신러닝이 많은 변화를 불러일으킬 것이라는 전망이 있음.
- 오믹스 기술을 활용한 표적 약물 개발이 크게 증가할 전망

해외 주요 이슈

- 식물을 기반으로 한 의약품 개발이 활발히 이루어지고 있음.

| 관심분야 산업동향 분석하기 |

관심분야 산업 1:

산업의 개요

산업의 특징

선도 기업 5곳

내가 발굴한
기업 3곳

관심분야 산업 동향 조사

국내 주요 이슈

해외 주요 이슈

| 관심분야 기업 분석하기(예시) |

기업명	이마트	기업구분	대기업 / 중견, 중소기업 / 외국계기업 / 공공기관 / 기타()
주요 연혁 및 특징	<p>이마트는 1993년 11월 12일에서 울창동에 이마트 1호점을 오픈하며 시작되었다.</p> <p>1996년 국내 할인점 최초로 경기도 용인시에 물류센터를 오픈하고 바로 다음해 1997년 2월 한국유통업계 최초의 해외점포인 중국이마트 1호점 상하이 취양점이 오픈하였다. 또 2006년 월마트코리아를 인수했으며, 2011년 5월 신세계로부터 인적 분할하면서 별도의 법인으로 분리되었다.</p>		
소재지	<p>(주) 이마트 본사: 서울시 중구 세종대로7길 37(순화동, 이마트타워)</p>		
매출액 및 직원수	<p>매출액 24조, 직원 수 2,455명(21년 기준)</p>		
미션 및 비전 핵심가치	<p>풍요로운 가치를 창조하는 기업: 고객의 행복한 라이프스타일을 만들고 지역사회와 함께 발전하는 국민 기업</p> <ul style="list-style-type: none"> - 언제나 어디서나 고객 결의 이마트 - 풍요로운 일상을 만드는 이마트 - 가격 혜택을 약속하는 이마트 - 지역사회와 함께하는 이마트 		
인재상	<p>고객에 대한 집중, 상호존중과 소통, 경계없는 협력, 공유와 공감, 주도적 업무 추진 등</p>		
사업(업무) 영역	<p>이마트는 현재 이마트, 이마트 트레이더스, SSM(이마트에브리데이), 편의점(이마트24), 온라인몰(이마트몰), 가전전문점(일렉트로마트) 등을 운영하고 있다.</p> <p>이마트는 마케팅이나 유통비용이 절약되어서 소비자들에게 저렴하게 제공이 가능한 'NoBrand'와 'PEACOCK' 같은 PB상품을 도입하기도 했다.</p>		
관련 이슈	<p>전문점 사업 등을 점차 재편하면서 사업성이 높은 점포를 확대 운영하면서도 효율이 떨어지는 전문점은 과감히 폐점과 철수하는 등 투트랙 전략을 시도하고 있는데, 이에 대한 효과성이 검증할 필요가 있음.</p>		

| 관심분야 기업 분석하기 |

기업명		기업구분	대기업 / 중견, 중소기업 / 외국계기업 / 공공기관 / 기타()
주요 연혁 및 특징			
소재지			
매출액 및 직원수			
미션 및 비전 핵심가치			
인재상			
사업(업무) 영역			
관련 이슈			

| 관심분야 기업 분석하기 |

기업명		기업구분	대기업 / 중견, 중소기업 / 외국계기업 / 공공기관 / 기타()
주요 연혁 및 특징			
소재지			
매출액 및 직원수			
미션 및 비전 핵심가치			
인재상			
사업(업무) 영역			
관련 이슈			

☞ **현직자 인터뷰 질문하기**

인터넷이나 공용정보 외에 현직자와의 인터뷰를 통해 실제 업무 및 조직의 환경, 분위기 등 생생한 정보를 파악할 수 있습니다. 다만 현직자와 인터뷰를 진행할 경우 제한된 시간에 정확한 정보를 얻기 위해서 인터뷰 질문을 세심하게 준비해야 원하는 답을 얻을 수 있습니다. 아래는 인터뷰 질문들을 모아둔 것입니다. 해당 질문을 자신의 필요에 맞게 변형하여 사용하실 수 있습니다.

- 현재 **수행하고 계신 직무에 대해서 간략하게 설명**하여 주시기 바랍니다.
- 하루 또는 한 주의 일과를 생각해볼 때 **다른 직무와 비교하여 구별되거나 특징적인 것들이 있습니까?**
- 해당 직무와 관련하여 **신입직원은 주로 어떤 역할**을 담당하고 있습니까?
- 말씀하신 역할이나 직무(신입직원)들을 **실제 업무에서 어떻게 수행**하고 있습니까?
- 각 **역할별로 관련된 활동**들을 구체적으로 설명하여 주십시오.
- 그러한 역할들을 잘 수행하기 위해 **어떤 역량(지식, 기술, 능력, 자질, 인성 등)**을 갖추어야 하겠습니까?
- 실제 업무에서 위의 지식/기술/태도 등을 활용하여 **탁월한 성과를 거둔 사례**가 있다면 말씀해 주실 수 있으신가요? (S:상황, T:과업, A:행동, R:결과)
- 해당 직무별 **필요한 교육사항/자격사항(자격증)**이 있다면 무엇입니까?
- **조직(직무 혹은 회사)문화의 특징**이 있다면 어떤 것입니까?
- 현재 수행하는 직무에서 주로 발생하는 **어려움(문제점 등)**은 무엇입니까?
- 직무활동을 원활히 수행하기 위해 **대학생활 동안 추천할 만한 활동**은 무엇입니까?

C H A U n i v e r s i t y

차의과학대학교 학생상담센터



행복한 삶 설계하기

진로탐색 워크북

Step 3.

의사결정 및 목표 설정

의사결정하기

1. 다음 각 항목들의 직업들을 각각 리스트합니다.

1) 진로검사 결과에서 추천한 직업들

2) 나의 전공 분야에서 진출 가능한 직업들

3) 현재 내가 고려하고 있는(관심있는) 직업(혹은 Step 2에서 작성한 직업(직무, 산업))

4) 주변 친구들이나 부모님이 추천하시는 직업

2. 위 1에서 적은 각각의 직업들 중 서로 비슷하여 통합할 수 있는 것들은 그룹화해보세요.

3. 각각의 리스트에서 두 영역 이상 공통되게 언급된 직업들을 작성하고, 우선순위 3개만 적어보세요.

📌 직업 선택하기

지금까지 찾았던 직업(회사)들을 적어봅니다. 리스트한 직업들을 대상으로 나만의 직업을 고르는 기준을 항목 칸에 나열하여 각 항목당 1~10점으로 점수를 매겨 총합을 살펴봅니다.

항목	직업1: _____ (점수 각 1~10)	직업2: _____ (점수 각 1~10)	직업3: _____ (점수 각 1~10)
총점			

* 직업선택 기준 항목에는 “자기 이해”에서 발견한 내용들 중 자신이 직업선택할 때 중요하게 고려해야 하고 싶은 항목으로 넣으시면 되시고, 혹 직업선택 기준 항목을 모르겠다면 만족스러운 직업을 얻기 위한 10가지(Warr, 1999)를 참조해보시기 바랍니다(개인적 통제의 기회, 기술을 사용할 기회, 외부적으로 주어진 합리적 목표, 다양성, 환경적 명확성, 급여의 상대적 위치, 신체적 안전, 친절한 상급자, 대인관계 접촉기회, 사회적 인정).

목표 세우기

☞ 매칭하기

진로의 방향 혹은 직업이 결정되었다면 해당 직업(직무)목표 세우기가 필요합니다. 이를 위해 직무수행 요건과 현재 나의 능력과 비교(Gap 분석)하여 경력개발 계획을 세우는 것이 필요합니다. 수행능력은 국가직무능력(NCS)에서 참조할 수 있습니다.

작성 예시

희망하는 직업명	마케터	
수행능력	나의 현재 역량	직무수행시 필요 역량
직무수행 요건 (지식)	<ul style="list-style-type: none"> - 소비자 심리학 개론 - 마케팅 관련 이론 - 통계학 기초 이론 - 고객만족과 소비자 경영 	<ul style="list-style-type: none"> - 고객 요구조사 방법 - 마케팅 전략 수립 방법 - 신규 아이템 수요 예측 방법 - 신상품 기획 방법 - 아이디어 정보 수집 방법 - 판매계획 및 매출계획 수립 방법
직무수행 요건 (기술)	<ul style="list-style-type: none"> - 통계 프로그램(spss) 기초 실무 - 파워포인트, 엑셀 활용 능력 - 자료 수집 및 분석 능력 - 요구분석 및 설문 질적 분석 능력 	<ul style="list-style-type: none"> - 고객 수요 예측 기술 - 고객 조사 기술 - 시장 현황 분석 기술 - 인터뷰 결과 분석 기술 - 제품 테스트 기술 - 판매 수량 예측 기술
직무수행 요건 (태도)	<ul style="list-style-type: none"> - 타인의 의견을 끝까지 경청하는 태도 - 새로운 것에 대한 호기심이 많고 적극적으로 경험해보려는 태도 - 결과물에 피드백을 수용하는 태도 - 다양한 경험도 수용하는 융통적 태도 - 타인과 적극적으로 소통하는 태도 	<ul style="list-style-type: none"> - 상품에 대한 문제점을 발견하려는 태도 - 다양한 의견을 수렴하는 태도 - 반복적인 수정 보안을 위한 인내력 - 사업 타당성의 적극적 분석 태도 - 새로운 트렌드의 적극적 수용 자세 - 소비자의 필요와 욕구에 대한 분석적 태도
직업기초능력	<ul style="list-style-type: none"> - 대인관계능력 - 정보능력 - 문제해결능력 	<ul style="list-style-type: none"> - 문제해결능력 - 자원관리능력 - 조직이해능력 - 직업윤리
관련자격사항	<ul style="list-style-type: none"> - 컴퓨터활용능력 2급 	<ul style="list-style-type: none"> - 사회조사분석사 1급 - 파이썬 마스터 2급

| 목표 세우기 |

희망하는 직업명		
수행능력	나의 현재 역량	직무수행시 필요 역량
직무수행 요건 (지식)		
직무수행 요건 (기술)		
직무수행 요건 (태도)		
직업기초능력		
관련자격사항		

☞ GAP분석을 통한 역량개발 로드맵 작성

목표를 달성하기 위해 학년별로 자신이 이루고자 하는 목표를 세우고, 그 목표를 달성할 수 있는 구체적인 계획을 수립해봅니다. 목표는 측정가능하고 행동지향적으로 작성하는 것이 필요합니다.

희망하는 직업명	
----------	--

기간		목표	달성방법
1학년	1학기		
	2학기		
2학년	1학기		
	2학기		
3학년	1학기		
	2학기		
4학년	1학기		
	2학기		

📌 목표설정을 위한 SMART 기법

실행력이 높은 목표를 세우기 위해서는 목표가 매우 구체적이어야 합니다. 목표 구체화하기 위한 SMART 기법을 소개해드립니다.

• SMART 기법

Specific	구체적 목표 설정
Measurable	측정 가능한 목표 설정
Action-Oriented	행동 지향적 목표 설정
Realistic	현실적인 목표 설정
Timely	목표를 달성하기 위한 시간 설정

Specific	<p>목표는 모호하지 않게 가급적 작은 행동 단위로 세워야 합니다.</p> <p>예) 토익 공부를 한다 → 토익 part 7을 공부한다. → ** 문제집 part 7 문제를 푼다.</p>
Measurable	<p>측정가능해야 한다는 것은 평가기능한 구체적인 수치로 목표를 세우는 것을 의미합니다.</p> <p>예) ** 문제집 part 7 문제를 푼다 → ** 문제집 part 7의 매일 4개의 지문을 푼다.</p>
Action-Oriented	<p>목표 행동을 했는지 증명할 수 있게 관찰 가능한 행동으로 표현하는 것이 필요합니다.</p> <p>예) ** 문제집 part 7의 매일 4개의 지문을 푼다. → 4개 지문을 풀고 요약 자료를 만든다(혹은 SNS에 인증한다)</p>
Realistic	<p>나의 수준과 환경을 고려하여 실현 가능한 목표를 설정해야 합니다.</p> <p>예) 독해 4개 지문을 풀고 요약 자료를 만든다 → 독해 2개 지문을 풀고 요약 자료를 만든다.</p>
Timely	<p>목표 행동의 집중도를 높이기 위해서는 수행 완료 시간(deadline)이 있어야 합니다.</p> <p>예) 독해 2개 지문을 풀고 요약 자료를 만든다 → 지문 2개를 20분 안에 풀고 요약 자료를 만든다.</p>

C H A U n i v e r s i t y

차의과학대학교 학생상담센터



행복한 삶 설계하기

진로탐색 워크북

마무리하기

워크북을 작성하면서 기억에 남는 것은 무엇이었나요? 두 가지만 적어보세요.

앞으로 힘들고 어려운 일에 처하게 될 때, 나에게 응원이 되는 말(문장)을 적어보세요.
(혹은 나에게 도움이 되어줄 사람은 누가 있는지 적어보세요)

졸업하는 나에게 쓰는 편지를 작성해보세요.

(졸업 후 내가 원하는 직업을 갖게 되었을 때 어떤 행동과 생각을 하며 무엇을 느낄 것 같은지 눈 앞에 보이듯 생생하게 묘사해보세요)

뇌 과학자들은 '뇌가 과거만 기억하는 것이 아니라 미래도 기억한다'고 말한다.
미래를 기억한다? 이게 도대체 무슨 의미일까?
자기가 이루고 싶은 것을 머릿속으로 꾸준히, 그리고 구체적으로 상상하려고 노력하다 보면
마치 우리의 뇌가 과거에 경험한 것을 생생히 기억해 내듯
아직 일어나지도 않은 미래의 일을 마치 실제로 경험한 것처럼 선명하게 기억한다는 뜻이다.

신기하지 않은가!

그렇게 되면 그것이 머릿속에만 들어 있는 공허한 상상으로 끝나지 않고
머지않은 미래에 현실로 이루어지게 되는 것이다.

생각의 텃밭에 포도 씨를 심으면 포도나무의 싹이 튼다.
그 밭에 꿈의 씨를 뿌리면 그 꿈은 언젠가 현실이 된다.
미래를 위해 생각이라는 자산을 투자하는 방법은 간단하다.
눈을 감고 자신이 이루고 싶은 것을 머릿속에서 구체적으로 그려 보면 된다.

출처 : 한국강사신문, 김이올 칼럼리스트(과거에게 먹이를 주지 말라 저자)





에필로그

이 워크북이 여러분의 진로탐색 여정을 모두 담아내기에는 부족했는지 모르겠습니다. 그리고 여러분도 워크북을 작성하면서 "내가 제대로 작성하고 있는 건가?", "이것만 작성하면 내 진로를 찾을 수 있긴 한건가"하는 의문도 들었을 것입니다.

이 워크북이 여러분의 진로탐색 고민을 모두 해결해주지 못하겠지만, 자신을 좀 더 깊게 이해하고, 삶의 방향을 생각해보며 목표를 가지고 나아갈 수 있는 기회가 되었으면 하는 바람입니다.

그 누구도 나와 똑같은 사람은 없기에,
내 진로를 찾는 길은 나 스스로만 해야 하는 외롭고 힘겨운 일입니다.
그러나 그 길은 나만의 길이기에 그 자체로 의미있고 소중한 것입니다.

언제나 여러분의 가는 길을 응원하겠습니다.

- 학생상담센터 올림 -



학생상담센터 업무 안내

01

심리 상담 재학생의 적응과 심리적 안정, 위기에방을 위한 심리 상담

[온라인] <https://counseling.cha.ac.kr>

[전화] 031-850-8937~8, 9013, 9077

[방문] 미래관 1층 112호

02

진로 지원 재학생의 도전, 성취 역량 강화를 위한 진로 지원

프로그램

03

프로그램 재학생 만족 향상, 행복 증진을 위한 프로그램 운영

[온라인] <http://h-cube.cha.ac.kr>



“

학생상담센터는 대학생활에서 겪을 수 있는 정서, 학업, 대인관계, 진로 등 다양한 심리적 문제의 해결을 돕기 위한 전문적인 상담 및 프로그램 서비스를 제공합니다. 여러분 곁에는 학생상담센터가 있습니다.

”

“

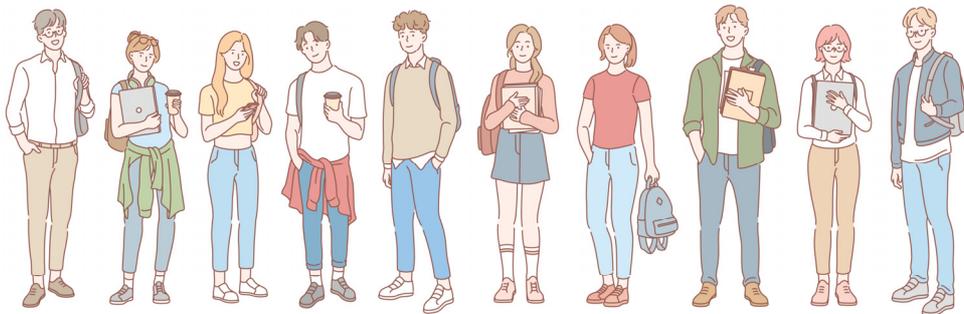
운영 시간

학기 중: 월 ~ 금 09:00~18:00

방학 중: 월 ~ 금 09:30~16:00

점심 시간: 12:00~13:00

”



행복한 삶 설계하기

진로탐색 워크북

발행일 2023년 8월
발행인 정미현
발행처 차의과학대학교 학생상담센터
주소 경기도 포천시 해룡로 120
차 의과학대학교 미래관 112호
전화 (031) 850-8937, 8938, 9013, 9077
홈페이지 <https://counseling.cha.ac.kr>



주소 : 경기도 포천시 해룡로 120 차 의과대학교 미래관 1층 112호

TEL : 031-850-8937, 8938, 9013, 9077

<https://counseling.cha.ac.kr>

 http://pf.kakao.com/_AXvVK

 [cha_counseling_center](https://www.instagram.com/cha_counseling_center)