

U&I

진로탐색 프로그램

대학생용



대학생
진로탐색 프로그램
제안서



U&I 진로탐색 프로그램 제안서의 목차

about YONWOO	연우심리연구소 CEO 인사말	1
	연우심리연구소 연혁	1
about U&I TEST	U&I 심리검사 소개	2
	결과보고서 샘플 및 활용방안	3
about PROCESS	U&I 진로탐색 프로그램의 목적	4
	U&I 진로탐색 프로그램의 대상	4
	프로그램 의의 및 진행절차	5
about PROGRAM	U&I 진로탐색 프로그램 주요테마	6
	U&I 진로탐색 프로그램 성과분석요인	7
	U&I 진로탐색 프로그램 회기별 내용	8
	학생 소감문 샘플	12



연우심리연구소 대표 김만권

심리검사 및 상담전문기관으로,
자기 이해를 통한 개인의 행복한 삶을 가치로 표방하고 있습니다.
1996년 설립된 이후, 현재 본원 산하에 지역 지부를 두고 있으며,
일반인을 대상으로 심리학을 연구·적용·보급한다는 가치를 추구합니다.

연우심리연구소의 오랜 임상결과를 토대로
국내 실정과 정서에 맞게 표준화하여 개발된 심리검사로는
「U& 학습유형검사」 「U& 교육유형검사」 「U& 진로탐색검사」 가 있습니다.

앞으로도 더욱 많은 연구를 통해
더 나은 검사를 개발하도록 노력할 것입니다.

1996

〈연우정신건강센터〉 개원

병원연계 종합심리검사 실시(국립의료원, 대림성모병원 신경정신과 등)
2001년 〈연우심리연구소〉로 센터명 변경

2002

학습상담전문가과정 개설

학습상담전문가 초급·중급과정 개설(학습·진로상담전문가 활용가이드발간)
학습능력향상프로그램 Workbook 발간

2004

온라인검사시스템 개발

「성격을 알면 성적이 오른다」 「학교성적 끌어올리기」 (이지북 출간)
학습상담전문가 보수·고급·강사과정 개설
U& 학습유형검사 온라인검사시스템 개발 및 서비스 실시

2007

집단프로그램 개발 및 지부설립

학교별 집단프로그램 개발 및 진로캠프 진행(고등학교)
한국학습상담전문가협회 발족 및 제1기 학습상담전문강사 배출
연우심리연구소 지부 개설(부산지부, 대경지부, 전주지부)

2012

사옥 설립 및 경기지부 개설

연우심리연구소 서초동 사옥 설립(2012. 3. 15.)
경기지부 및 평촌지점 추가 개설



HISTORY 연혁

학습상담전문가 교육과정

- 초급과정 : 374차 (8,541명 수료)
- 보수과정 : 133차 (3,727명 수료)
- 중급과정 : 83차 (2,481명 수료)
- 고급과정 : 17차 (204명 수료)

2013년 4월 기준



U&I 심리검사의 종류

U&I 학습유형검사

검사소개
Information

▶ 학생이 학습과정에서 나타나는 심리적 문제와 성격적 특징을 이해하여 학생에게 가장 적합한 학습방법을 제안하는 검사입니다.

검사대상
Target of Test

초등학생 (4학년 이상)
중·고·대학생 / 일반인

검사시간
Time

30분 ~ 40분

측정요소
Subscale
of Test



성격유형

행동 특성, 선호하는 공부 방법, 고유한 성격 특성을 알아보는 척도



행동유형

공부와 관련하여 현재 보이고 있는 독특한 행동, 심리적 상태를 알아보는 척도



학습기술

학습시 학생이 사용하는 구체적인 전략의 효율성을 알아보는 척도

U&I 교육유형검사

학생과 학부모 간의 가치관 및 교육관의 차이를 알아봄으로써 부모-자녀간에 발생할 수 있는 갈등의 요소를 찾고 이에 적절한 해결방법을 제시합니다.

학생 (초등학교 4학년 이상)
학부모

10분 ~ 20분



A 실행

자녀의 지속적인 성장과 발달에 책임을 느끼는 것



B 지식

자녀의 성장을 도와줄 수 있는 부모의 능력



C 관심

문제상황에서 그 해결책을 파악하는 것



D 존중

자녀가 있는 그대로 성장해야 한다는 것을 인식하는 것

U&I 진로탐색검사

진로탐색을 하는 과정에서의 진로 태도의 성숙 정도를 알아보고, 학생의 흥미 및 재능의 적합도를 파악하여 가장 적합한 학과와 직업 정보를 제공합니다.

중학생 이상

40분 ~ 50분



진로성숙

현재 학생이 자신에게 맞는 직업을 선택·준비하는 정도와 진로에 대한 전반적인 태도를 알아보는 척도



진로흥미

현재 학생이 가지고 있는 관심영역이나 선호하는 활동 성향 등을 나타내는 척도



진로성격

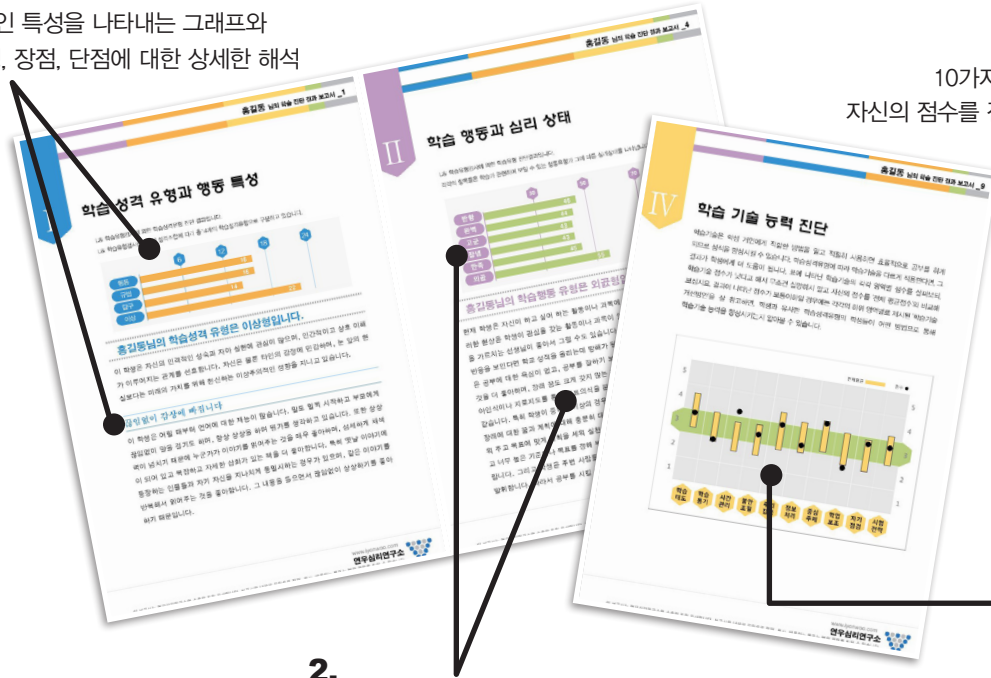
각 흥미영역에 관심을 가지는 학생들의 성격적인 특징과 행동특성을 나타내는 척도



U&I 학습유형검사 결과보고서

1.

성격적인 특성을 나타내는 그래프와
각 특징, 장점, 단점에 대한 상세한 해석



3.

10가지 학습기술 척도에서
자신의 점수를 전체평균과 비교해볼
수 있는 그래프로,
부족한 영역을
파악하여 전략을
수립할 때
활용도가 높음.
(전문해석보고서)

2.

현재 이 학생이 잘 지내고 있는지, 힘든 상태인지
심리적인 상태를 나타내는 그래프와 해석

※ 기초진단보고서는 7~8 p, 전문해석보고서는 30~32 p 분량의 PDF 파일에 제공됩니다. (홈페이지에서 로그인 없이 샘플 보고서 다운로드 가능)





U&I 진로탐색 프로그램이란?

U&I 진로탐색 프로그램에서는 **진정한 의미에서의 진로개발**을 위해, 학생 개개인의 **적성**을 탐색하는 프로그램입니다. 이때, 한 개인의 적성을 제대로 파악하기 위해서는 **인지능력**과 함께 고유한 **성격**특성, 그리고 현재의 **흥미**를 갖고 있는 관심사와 **재능**에 대해 종합적으로 모색하고 분석해야 합니다.

이를 통해 구체적인 진로의 방향을 설계하고, 이러한 과정을 통해 자신의 성격특성과 장점에 대해서 새롭게 인식하게 되면 자연스럽게 **꿈과 목표가 재정립**되고 **학습에 대한 동기**가 높아지게 됩니다. 다양한 직업 및 진로의 세계를 직/간접적으로 접근하고, 구체적인 실천계획인 **진로 로드맵**을 작성하여 미래 청사진을 설계할 수 있도록 합니다.

U&I 진로탐색 프로그램의 대상

- 앞으로의 진로에 대해 정하지 못해서 현재 학습에 집중을 못하고 있는 학생
- 하고 싶은 일은 있는데, 그것이 자신의 적성에 맞는지 확신이 서지 않는 학생
- 진로는 정했으나, 그 길에 대한 구체적인 정보가 없어서 준비를 못하고 있는 학생
- 진로에 대해 주변 사람들과의 갈등으로 어려움을 겪는 학생
- 진로를 막연하게 정해 놓아서 실질적인 준비를 하지 못하는 학생
- 하고 싶은 것이 너무 많아서 무엇을 골라야 할지 결정을 못하는 학생

프로그램 의뢰 및 진행과정



의뢰 전 고려할 사항

- **대상 및 목적:**
학년별 의뢰가능
(예시: 신입생 대상으로 자기주도 학습능력 함양을 위한 프로그램)
- **총 참가인원:**
한 집단 당 15명 내외
(예시: 150명을 10집단으로)
- **시기 및 기간:**
4회기를 1일 동안, 혹은
8회기를 2일 동안 진행

※ 회기 및 집단의 수는 의뢰기관의 상황에 따라 조정할 수 있습니다.

사전에 준비할 사항

- 심리검사 실시
- 유형별목적별 집단분류
- 전문가 지도
- 프로그램 진행
- 행정 및 성과분석 사후 제반사항 정리

통계 및 결과

- 집단 구성원 설문조사를 통한 성과분석 및 검증
(성과분석샘플: 7page)
- 집단 구성원 각각에 대한 전문가 제언을 작성하여, 책자 형태로 제작

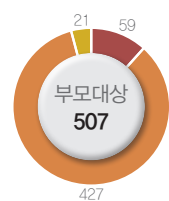
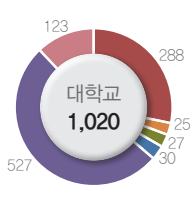
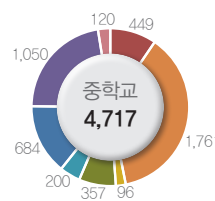
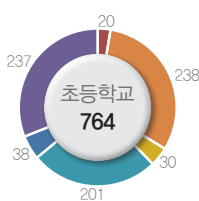
※ 프로그램 종료 후 약 10일 ~ 2주 이후에, 해당 기관으로 택배 발송 됩니다.



2013년 4월 기준, 누적 참가인원 18,305명 지역별 분석

프로그램 참가인원

■ 서울 ■ 경기·인천 ■ 부산·경남 ■ 대구·경북 ■ 전북 ■ 전남 ■ 대전·충청 ■ 기타(강원,제주)





U&I 진로탐색 프로그램 구성의 주요테마



꿈과 비전의 장

각 개인이 지니고 있는 현재의 목표 및 꿈을 탐색하고 이를 구체적인 실행으로 옮기기 위한 노력과 의지를 발현시키도록 합니다.

- 꿈과 비전의 정의
- 꿈을 이룬 사람들의 성공요인 탐색
- 나에게 맞는 비전의 수립



비전 실행의 장

개인이 공부하는 이유와 목적이 무엇인지를 살펴보고 이전과 이후의 주도적인 학습을 해나갈 수 있도록 성격유형에 따라 동기를 고취하도록 합니다.

- 공부하는 이유와 목적 탐색
- 개인별 성격유형에 따른 비전 탐색
- 개인별 성공요인 탐색



자기 인식의 장

각 개인의 성격적인 특성을 탐색하고 이를 인식함으로써 자신에게 맞는 진로 선택의 기초를 수립하고 현재 상태에서의 진로 적성 탐색을 모색하도록 합니다.

- 개인별 성격유형 탐색
- 자신의 장점에 대한 인식
- 자신의 단점에 대한 인식



진로 및 직업탐색의 장

각 개인이 지닌 능력, 흥미, 재능, 가치관 등을 모색하여 미래 직업의 전망과 적성, 연계된 학과 및 분야에 대한 탐색을 하도록 합니다.

- 진로의식의 자기점검
- 개인별 흥미·재능·가치관의 통합
- 자신에게 맞는 진로계획 수립



진로설계를 위한 의사결정의 장

진로란 주변인 특히 가족과 의논해 갈 필요가 있음을 인식하고 개인의 주체적 결정과 더불어 주변인과의 합리적인 의사소통 구조를 습득하도록 합니다.

- 진로 의사 결정을 위한 주제 탐색
- 진로 의사결정의 취약점 인식
- 합리적인 진로 의사 결정 수립



진로 설계 실행의 장

자신에게 적합한 진로 및 적성 탐색을 종합하여 구체적인 학교 생활 및 학업, 학업 외 계획과 진로 맵을 실행할 수 있도록 합니다.

- 개인별 성격, 흥미, 재능의 통합
- 진로 설계를 위한 계획 수립
- 진로 설계 달성을 위한 실행

U&I 진로탐색 프로그램 성과분석요인



진로란, 한 개인의 적성 뿐만 아니라 인생 전반에 걸친 행로를 의미한다고 볼 수 있다. 따라서 이 프로그램의 목표는 각 개인이 진로 선택에 필요한 진로의식의 성숙정도, 진로계획의 준비정도, 아울러 진로계획 실행을 위한 자신감과 효능감을 향상시키는 것에 있다.

진로인식 | 개인의 진로발달 과정에서 일의 진가와 진로선택의 준거를 이해하며 여러 가지 직업에 대한 소양을 갖추는 척도로, 직업의 기능에 대한 인식의 정도를 측정한다.

진로성숙도 | 현재 보이고 있는 진로행동이 해당 연령층에 기대되는 것과 얼마나 일치하는가를 평가하는 것으로, 진로를 합리적으로 계획, 탐색, 선택할 수 있는 준비를 측정한다.

진로자기효능감 | 목표를 산출하기 위해 필요한 행동과정에서 조직능력과 실행능력에 대한 자기 자신에 대한 신념을 말하며, 어느 정도 확신 및 자신감을 가지고 있는가를 측정한다.

진로정체감 | 진로에 대한 목표, 흥미, 능력에 대한 명확하고 안정된 상을 갖추었는지에 대한 평가이며, 자신에 대한 객관적 이해를 바탕으로 한 합리적인 미래설계 가능성을 측정한다.

진로의사결정수준 | 진로의사결정 수준은 자신의 진로에 대한 확신 정도를 측정하는 것으로 자신의 진로를 적절한 시기에 합리적으로 결정할 수 있는 상태를 평가한다.

진로발달 | 개인이 평생 동안 수행하게 되는 일과 관련하여 중요하게 영향을 미치는 심리적·사회적·교육적·물리적·경제적·우연적 요인 등의 발달과정을 평가한다.





U&I 진로탐색 프로그램 회기별 내용



SESSION 1

SESSION 2

SESSION 3

SESSION 4

SESSION 5

SESSION 6

SESSION 7

SESSION 8

1회기

Dream
&
VISION



현재 상태에서의 진로에 대해 가지는 생각을 표현하고 꿈으로 나타내며, 미래 vision의 상을 수립한다.



<꿈을 이룬 사람들>을 통해 동기 부여를 고취하고, vision으로 승화시키기 위한 전략을 탐색한다.



막연한 동기에서의 희망인 dream과 그것을 위한 구체적 행동전략의 필요성을 수립하여 실천하게 한다.



SESSION 1

SESSION 2

SESSION 3

SESSION 4

SESSION 5

SESSION 6

SESSION 7

SESSION 8

2회기

진로
요인
탐색



이전 회기에서 다룬 dream과 vision이 나에게 적합한지를 진로 요인별 구성으로 탐색하고 측정하여, 진로설계를 준비하고 채워나갈 수 있는 자세와 목표를 추구한다.



U&I 진로탐색검사 I, II를 통한 진로방향의 확고함의 여부, 정보체계의 준비, 다양한 진로 세계의 구체적 앎, 의사결정구조 등에 입각한 문제점을 진단하고, 이를 인식할 수 있도록 한다.



구체적 진로 요인을 측정하고 인식하여, 스스로 진로에 관한 의식을 성숙하게 하고 준비하도록 고취한다.



SESSION 1

SESSION 2

SESSION 3

SESSION 4

SESSION 5

SESSION 6

SESSION 7

SESSION 8

3회기

Who
am I ?



진로발견과 설계를 위해 자신의 성격적인 특징을 이해하고 연구해 나가는 과정을 목표로 한다.



〈Who Am I?〉 활동지를 통해 현재 자기인식의 수준을 점검하고, 자아의식 모델을 통해 나의 강점과 약점, 장점과 단점 등과 아울러 계발요소를 인식하도록 한다.



자기 자신에 대한 긍정적인 자아인식을 토대로 자신감과 효능감을 고취하도록 이끈다.



SESSION 1

SESSION 2

SESSION 3

SESSION 4

SESSION 5

SESSION 6

SESSION 7

SESSION 8

4회기

career
발걸음 1



진로설계를 위한 진로탐색요인분석에 따른 각 개인의 준비해야 할 부분과 이를 위한 구체적 행동전략을 수립한다.



- A.** 이전 회기에서 다룬 U&I 진로탐색검사 I, II 를 통한 ‘나’의 진로의식 및 진로 준비 전반의 과정을 재확인하고, 각 개인별로 취약 요인을 갖추어 갈 수 있도록 개인별 맞춤형 설계를 해 가도록 한다.
- B.** 성격적인 특징에 따른 미래 vision을 설계하고 이를 달성하기 위한 인생설계 및 진로선택에 따른 직업 전망의 설계를 수립하도록 한다.



진로설계란 바다를 향해하는 배와 같듯이, 목표를 설정한 후 구체적인 준비과정과 자기점검을 통해 수정·보완해 나가는 노력이 필요함을 알리고, 이를 추진해 나가는데 진로의식의 함양을 이끌어낸다.



- SESSION 1
- SESSION 2
- SESSION 3
- SESSION 4
- SESSION 5**
- SESSION 6
- SESSION 7
- SESSION 8

5회기

나의
가치관과
인생관



각 개인이 소중하게 생각하는 가치를 따져보고, 이것을 삶의 목적 및 진로·직업의 세계와 연관짓는 의식의 성숙을 이루도록 한다.



세상 속의 '내'가 살아가기 위한 가치관과 인생관을 활동지 작성 후 인터뷰 형식으로 표현하며, 그런 선택을 한 이유를 자기정체성과 연관지어 확립하도록 이끈다.



성격유형에 따른 개인적인 가치의 선호를 인식하고 진지하게 탐색하여, 이를 추구하는 삶, 즉 진로 설계로 이끌도록 독려한다.



- SESSION 1
- SESSION 2
- SESSION 3
- SESSION 4
- SESSION 5
- SESSION 6**
- SESSION 7
- SESSION 8

6회기

career
발걸음 2



진로설계를 위해 필요한 직업 및 진로 준비와 아울러 진학 정보 등을 수집할 수 있도록 한다.



U&I 진로탐색검사를 통해 흥미, 재능, 선호하는 분야를 선별하고 이에 대한 구체적 직업세계 및 학과정보, 취업정보 등을 수집하도록 전개한다.



다양한 직업·학과·취업정보 등의 제공 뿐만 아니라, 개인의 적성을 살린 구체적 분야를 선별하고 이를 수집할 수 있도록 집약시킨다.



- SESSION 1
- SESSION 2
- SESSION 3
- SESSION 4
- SESSION 5
- SESSION 6
- SESSION 7**
- SESSION 8

7회기

career

의사결정력

진로 결정을 위해 스스로의 의사결정력을 고양하고 아울러 주변인들과의 합리적 의사결정력을 향상하는 데에 목표를 두고 있다.

학교 및 학과 선택 과정에서의 의사소통구조를 분석함으로써 개인별 취약점과 보완점을 탐색하며, 가족간 의사소통구조를 분석하여 요인에 따라 합리적 의사결정구조를 위한 해법을 찾도록 전개한다.

진로 결정의 가장 중요한 요소인 개인과 주변의 의견을 존중하고, 이를 합리적으로 표출하는 의사결정력 함양을 달성하도록 독려한다.



- SESSION 1
- SESSION 2
- SESSION 3
- SESSION 4
- SESSION 5
- SESSION 6
- SESSION 7
- SESSION 8**

8회기

[From Now]
career
Plan


이전까지의 회기를 총정리하고 이를 위한 진로 계획과 구체적 실천계획을 수립할 수 있도록 한다.

개인의 성격, 흥미, 재능, 가치관, 학습 및 경험을 종합하여 미래 나의 능력 개발의 지점을 설정하고 이를 개발하기 위한 구체적 진로계획을 수립하도록 한다.

개인의 적성을 탐색하는 요인들을 종합하여 진로결정력을 높이고, 이를 달성할 수 있도록 진로 로드맵을 구축한다.

나의 흥미와 내 성격은 이제 잘 맞추나 등을 깨달으며 신기하기도 하고 속이 뻥하고 뚫리는 듯 하였습니다. 특히, 선생님 두 분이 친절하고 명확한 진로 설명을 해주셔서 감사했습니다.

같은 과 친구가 교수님의 소개로 이 프로그램에 참여한다고 했을 때, 같이 가겠다고 한 말이 저에게 이렇게 큰 도움으로 다가올지 상상도 못했습니다. 평소엔 진로와 나의 성격, 흥미, 가치관 등 고민이 많고 생각도 많았는데 이번 시간을 통해서 아주 확실하게 답을 찾는 듯하여 매우 기쁩니다. 감사합니다 ^^

대학에 입학하고 이제 현실적으로 정말 진로를 분명하게 정해야 할 시기가 왔음에도 불구하고 혼란스럽고 무기력했던 것 같다. 이러한 시점에서 나에 대해 정확히 파악할 수 있도록 알려주는 이 프로그램은 내 인생에 있어서 또 하나의 터닝 포인트가 될 것 같다. 

프로그램을 마치면서

(학생소감문)

정말 좋고 뜻깊은 시간이었습니다. 진로에 대한 고민으로 공부에 집중이 안되어 힘이 들었는데, 앞으로는 그럴 일 없이 공부에 집중할 수 있을 듯합니다.

내 목표는 서울대 입학이 아니었는데 어느순간 현실에 안주하고 있던 나에게 생각할 거리를 만들어 줬다. 어짜피 한번 밖에 못사는 인생인데 제대로 살고 싶다. 그 일만 생각해도 가슴이 뛰는, 꿈에 그리던 일을 하며 살고 싶다. 아직 나는 20살이니깐!!

행규이 WHO ARE WE? 서울대 1학년 2차

① 우리의 성격 특성? **활발하다**, **잘 웃는다**, **노력파**

② 상징물? **우물** → 마음이 넓고 깊은 - 한번 빠지면 나오기 어려운
 * 자명종 → 조용할때도 있고 시끄러울 때도 있다.
 * 악보 → 같이 있어야 음악이 흐르듯이 **크롬피어 단체활동** **단점**


③ 대인관계에서 장점 **친절하다 (어색함 없애준다)**, **말을 잘 걸고 웃음도 많이 준다**, **이해심 많다**

④ 싫어하면 피하게? **무시한다**, **소수와 친하게 지낸다**, **너무 친해지면 경난끼가 심해진다**

⑤ 내가 좋아하는 타인의 사람은? **친절한**, **활발한**, **이해심 많은**, **자나와 가치관이 비슷한**

⑥ 싫어하는 사람은? **이기적인**, **질박력한**, **부담스러운**

⑦ 말할때 언어적, 행동적 특성은? **말 많다 (수다)**, **눈물 안우리지 못한다**, **높이 크다**, **가만히 못 앉는다 (수다)**



프로그램을 하면서 나와 비슷한 유형의 친구들이 의외로 많아서 편하게 느껴졌고, 내 성격을 정확하게 알고 행동지침을 자세하게 알려주셔서 신뢰감이 들었다. 나중에 진로를 결정할 때 큰 도움이 될 것 같다.

U&I 직업단프로그램

	Learning	Career	Leadership	Self
대학생				
대학원생				
중학생				
초·중·고생				