

## 여가 동기와 체험의 이해: 이중추동 모형과 이중통로 여가체험 모형

고 동 우<sup>†</sup>  
경주대학교 관광학부

본 연구는 여가 동기와 여가 체험에 대한 기존 연구들을 고찰하고 새로운 이론적 모형을 제안 하는데 그 목적이 있다. 여가 동기에 대한 기존 연구 관점을 고찰하여 동기는 기본적으로 두가지 추동의 함수에 의해 결정된다는 결론을 도출하였고, 이에 근거하여 최적각성 추동(optimal arousal seeking)과 이완추동(relaxation seeking)의 함수로 묘사되는 이중추동 모형을 제시하였다. 이중 추동이 작용하는 맥락을 다시 활동의 중심 속성과 주변속성으로 구분하고 내재적 동기의 실현함수인 여가 활동에 외재적 보상이 주어지는 경우를 고려하여 이중통로 여가체험 모형을 제안하였다. 이중통로 여가체험 모형을 통해 내재적 동기로 시작한 여가 활동이 지속되거나 반복되는 조건을 제시하였고, 특히 외재적 보상이 주어지더라도 그것은 내재적 보상과 비교되는 과정을 통해 긍정적이거나 부정적인 영향을 줄 수 있다고 보았다. 향후 경험적 연구를 위해 구체적인 8가지 명제를 제시하였다.

주제어 : 여가 동기, 여가 체험, 최적각성, 이완, 이중추동모형, 이중통로 여가체험모형

---

† 교신저자 : 고 동 우, kodongwoo@kyungju.ac.kr

여가 현상이 심리학의 주요 연구대상이 된다는 사실은 더 이상 강조하지 않아도 될 것 같다. 노동 생산성이 강조되고 놀이와 여가를 게으름의 대표 명사로 간주하던 시절에는 여가 연구가 단지 가십거리에 불과하기도 하였으나 이제 분위기는 완전히 달라진 것 같다. 엄밀히 말하면, 여가 연구의 역사는 경제산업 혹은 일의 본질에 대한 연구 역사보다 훨씬 오래되었다. 이러한 사실은 여가 현상을 통하여 인간 행동의 본질을 이해하고자 하는 노력이 역사적 혹은 학문적 정통성을 지닌다는 주장으로 이어질 수 있음을 의미한다. 왜냐하면 여가란 개인 스스로가 결정하고 선택하는 자발적인 행동이라는 점에서 가장 자연스러운 인간 현상이기 때문이다. 다시 말해서 여가 현상을 말하지 않고 인간을 이해하려는 노력은 단지 단편적이거나 완전하지 않은 지식을 구하는 것에 불과할 것이다.

그럼에도 불구하고 여가행동의 본질을 이해하기란 매우 어려워 보인다. 여가 행동은 마치 너무 당연하게 받아들여지는 상식 혹은 현상처럼 이해되고 있고, 상식적인 현상을 이론적으로 분석하고 체계적으로 정리하는 것은 단지 玄學으로 간주될 수도 있기 때문이다. 그러나 심리학의 역사와 이론은 단지 상식을 정리하는 것에 불과할 수도 있다. 예컨대 학습심리학의 제반 이론은 그저 상식으로 받아들여지던 현상을 체계적으로 설명하고 있고, 동기심리학의 여러 이론 역시 누구나 당연히 겪는 현상을 예측 가능하게 정리하고 있다. 이러한 정리를 통해 보다 복잡한 행동을 설명하고 예측하고자 할 뿐이다. 이런 점에서 본다면 “여가 행동”이야말로 인간의 상식 혹은 본질을 가장 잘 반영하는 현상이라는 점에서 심리학의 근본적인 연구 대상이 되어야 할 것이다.

심리학의 역사에서 보면 여가 행동은 오래 전부터 연구 대상이 되어 왔다. 예컨대, Piaget의 인

지 발달이론이 아이들의 놀이 행동에 대한 분석을 통하여 나왔음은 이미 잘 알려져 있다. 단지 후대의 학자들은 인지 발달 개념에만 주의하였지 놀이 현상에는 관심을 두지 않았을 뿐이다. 여가 심리라는 주제 하에서 이루어진 연구 성과는 아마도 성격심리학자 Neulinger(1974)의 저서가 가장 앞선 연구물이 아니었나 싶다. 이후 사회심리학자인 Seppo Iso-Ahola(1980)의 여가사회심리학 저서가 나왔고, Pearce(1982)는 관광사회심리학이라는 저서를 내놓았다. 비교적 최근에 나온 여가 심리학 교과서는 Mannell과 Kleiber(1997)가 기술하였다. 또한 Fishbein, Ajzen, Csikszentmihalyi, Deci, Ryan 등과 같은 저명한 심리학자들도 자신의 이론을 적용하여 여가 현상을 설명하고자 시도하여 왔다. 이제 여가 행동이 심리학의 주요 주제 중 하나라는 것은 부인하기 어렵다.

여가 행동을 이해하기 위해서는 여가 행동의 과정을 심리학적 범주로 나누어서 볼 수도 있다. 가령, 여가 동기, 여가 체험, 여가 결과와 같은 영역으로 구분할 수도 있다(성영신·고동우·정준호, 1996a). 사실 여가 행동 연구에서 가장 오래되고 많은 주의를 받아온 분야는 여가 동기에 관한 것이었다. 여가 체험 분야는 비교적 미개척 분야로 남아있다고 할 수 있고, 여가 결과에 대한 관심은 특히 여가의 기능적 측면에서 고려되고 있다.

그러나 여가 행동의 본질에 대한 이해 노력이 산발적으로 이루어져 왔고, 특히 이론적인 수준에서 폭넓게 적용될 만한 연구 모형을 찾기는 어렵다. 특히 여가 체험과 관련하여 이론적 진전은 거의 없었으며, 심리학적 접근은 더더욱 미흡하였다. 따라서 본 연구에서는 여가 동기와 체험을 이해하는데 도움이 되는 기존 연구들을 살펴보고, 새로운 대안으로서 이론적인 모형을 제시하고자 하며, 나아가 이 모형이 여가 현상을 이해하는

데 적용될 수 있는 가능성을 알아보고자 한다.

### 여가의 본질: 내재적 동기

여가 연구에 있어서 가장 중요한 것은 개념 정의이다. 지금까지 알려진 여가 정의는 약 8가지 정도이나(Bammel & Bammel, 1982) 크게 보면 세 가지 정도로 간추려진다. 첫째는 자유시간으로서 여가 개념이고, 둘째는 자유 활동으로서 여가 개념이며, 셋째는 심리적 체험으로서 여가 개념이다(성영신 등, 1996a; Kelly, 1990). 이 중 처음 두 가지는 다분히 사회학적 접근이라고 할 수 있고, 심리적 체험을 강조하는 세 번째 관점은 심리학의 접근방식이다. 시간이나 활동의 용어로 여가 개념을 정의하려는 시도는 비교적 객관적인 영역으로 여가 현상을 묘사하고자 하는 의도에서 출발한다. 가령, 시간의 용어를 사용하면 일과 여가 시간을 구분할 수 있고, 활동의 용어를 사용하면 여러 종류의 여가활동을 사회적 수준에서 구분할 수 있다. 예를 들어, 테니스, 수영, 등산 등등은 대표적인 여가 활동이 된다. 이러한 접근은 무엇이 여가이고 또 어떤 시간이 여가시간인지를 미리 구획할 수 있다는 점에서 ‘여가 행동’을 제도적으로(institutionally) 관리하는 데 도움을 줄 수 있다(Kelly, 1990). 그러나 자기자신을 돌아다보면 여가가 되기도 하고 동시에 일이 되기도 하는 구체적인 활동이 있으며, 어떤 사람에게서는 여가가 되지만 다른 사람에게서는 치료가 되는 활동이나 시간을 종종 발견하게 된다. 가령, 수영이나 등산은 대표적인 여가 활동으로 간주될 수 있지만 동시에 일이나 건강관리의 수단이나 처방으로 간주될 수도 있다. 그러므로 여가현상이 외현적인 특징에 의해 정의되는 것은 한계를 지닌다.

사실 여가 심리학을 연구하여 온 대부분의 학자들은 이들 사회학적 접근과는 다른 차원에서

여가 행동을 이해하여 왔다. 여가 심리학자들은 여가 행동과 다른 행동을 구분하는 일차적인 차원이 바로 동기적 측면에 있다고 주장한다(성영신 등, 1996a; Howe & Rancourt, 1990; Mannell & Kleiber, 1997; Neulinger, 1974, 1981a,b). 특히 ‘지각된 자유감(perceived freedom)’의 개념은 여가행동을 결정짓는 핵심적인 요소로 간주되어 왔는데, De Charm(1964)에 따르면 사람은 어떤 행동을 할 때 그 행동의 원인이 자기 내부에 있다는 사실을 확인하고 싶어한다. 또 Iso-Ahola(1980)는 ‘어떤 행동을 자발적으로 선택하였다는 느낌’으로 이 개념을 정의하였다. 물론 사회학적 접근을 하는 학자들 사이에서도 여가 현상에서 자유라는 개념의 중요성은 공통적으로 인식되고 있다(예, Dumazedier, 1967; Kelly, 1990; Shivers, 1981). 그런데 지각된 자유감의 개념은 객관적이거나 절대적인 것이 아니라 상대적이고 주관적인 마음의 상태를 반영하는 것으로 이해된다. 다시 말해 어떤 하나의 활동을 할 때 그 활동이 참여자의 자유로운 선택인지 아니면 어떤 의무의 발로인지는 상대적인 수준에서만 가능할 수 있다. 가령, 우리가 가족 여행을 한다고 할 때 그 여행이 순전히 자신의 결정에 의해 이루어질 수도 있겠지만 대개의 경우 가족 구성원의 양보와 타협에 의한 결정일 수도 있으며 이런 경우 그 여행은 타협적 선택의 결과에 불과하지만 ‘여가’로 인식된다. 결국 구체적인 하나의 활동에는 지각된 자유감의 정도가 상대적인 수준에서 관련이 있고, 객관적으로 여가와 여가가 아닌 것 혹은 자유와 자유가 아닌 것으로 구분하는 것은 사실상 불가능하다(Neulinger, 1981a). 동기심리학의 역사에서는 지각된 자유감을 자기결정감(self-determination)이라는 개념으로 정의하여 왔다(즉, Deci & Ryan, 1985). Deci 와 Ryan(1985)은 지각된 자유감의 정도만이 아니라 어떤 구체적인 행동을 스스로 선택할 수

있는 능력의 지각도 중요하다고 주장하면서 지각된 자유감과 결정 능력의 지각을 통합하여 “지각된 내외 인과성(perceived locus of causality)의 과정”으로 정리하였으며, 이러한 심리적 과정을 거치면서 개인은 ‘자기결정감’을 가지게 된다고 보았다. 그래서 어떤 활동에 참여하는 것을 자유롭게 선택하는 것은 이미 어느 정도의 자기 결정 욕구가 실현되는 것을 의미한다(Deci & Ryan, 1985, pp.313-317).

하나의 행동이 여가인지를 확인하여 주는 두 번째 요인은 내재적 동기(intrinsic motivation)의 개념이다. 동기심리학의 흐름에서 내재적 동기의 개념에 대한 체계적인 정리가 상대적으로 짧은 역사를 지니는 것으로 인식되나, 여가 심리학의 역사에서는 초기부터 이 개념이 강조되어 왔다. 사실 여가 심리학 교과서를 처음으로 출간하였던 Neulinger(1974)의 경우 여가의 조건으로서 ‘지각된 자유감’과 더불어 ‘내재적 동기 여부’ 및 ‘활동의 목표’를 설정하는 여가 패러다임 모형을 제안하면서 모든 인간 행동을 순전한 여가(pure leisure)에서 순전한 직업(pure job)까지 상대적으로 배열할 수 있다고 주장하였다. 그러나 그의 초기 모형에서 ‘내재적 동기’와 ‘활동의 목표’라는 개념 사이에는 상당한 수준의 공통성이 있었으며 따라서 그가 1981년에 수정한 여가 모형은 지각된 자유감과 내재적 동기라는 두가지 차원의 조합으로만 재구성되었다. Neulinger(1981b)의 수정모

Perceived Freedom	Type of Motivation	
	Extrinsic	Intrinsic
Constrained	Pure Job	Pure Work
Free	Leisure-Job	Pure Leisure

그림1. Neulinger(1981)의 Leisure Paradigm  
(Mannell & Kleiber, 1997, p.126)

형에서는 지각된 자유감의 상태와 동기의 형태에 따라 모든 인간행동을 4가지 유형으로 분류할 수 있다(그림 1).

이러한 제안은 일과 여가를 이분법적으로 구분하던 관행에 대한 반대일 뿐 아니라 여가의 속성과 일의 속성을 동시에 담고 있는 제 3의 구체적인 활동을 분류해 낸다는 점에서 시사점이 있다. 그런데 이 모형에서 보면, 내재적 동기와 지각된 자유감은 상호 독립적인 차원으로 간주되고 있다. 사실 Neulinger(1974, 1981a)는 Deci(1971), Lepper, Greene 및 Nisbett(1973) 등의 심리학 문헌에 근거하여 내재적 동기 개념의 중요성을 진술하고 있으나, 내재적 동기와 지각된 자유감의 관계에 대한 이러한 가정은 정작 전통적인 동기 심리학의 관점과 일치하는 것은 아니다.

내재적 동기의 개념을 집대성했던 Deci(1975; Deci & Ryan, 1985)의 관점에 따르면, 지각된 자유감(즉, 자기결정감)은 내재적 동기의 전제 조건에 해당된다. 즉, ‘어떤 행동의 목표가 그 자체를 이끄는 여부’로 정의되는 내재적 동기의 개념은 자발적인 선택을 전제로 할 때 가능하다고 본다. Deci와 Ryan(1985)의 이러한 주장은 Neulinger(1974, 1981a, b)의 관점과는 분명히 다른 것으로서 자기결정감(혹은 지각된 자유감)이 내재적 동기와 독립적인 차원에서 작용하는 게 아니라 내재적 동기의 하위 요소가 된다는 것을 의미한다. 한편, Deci와 Ryan(1985)은 내재적 동기가 활성화되는 다른 조건으로서 모든 인간이 공통적으로 지니고 있는 자기유능감의 욕구(need for self-competency)도 제안하였는데 이 유능감의 욕구 때문에 내재적으로 동기화된 활동을 수행하는 동안 자기 능력에 대한 내재적 보상을 받지 못하면 그 활동에 대한 내재적 동기 자체가 사라질 수 있다고 보았다. 이러한 이론적 모형이 가능했던 이유는 바로 최적 각성 추구(optimal arousal seeking)라는 인간의

기본적인 추동(drive)을 내재적 동기의 전제로 삼고 있기 때문이다(이 문제는 뒤에서 다시 논의될 것이다). 한편 나중에 이들 연구자들은 내재적 동기가 활성화는 조건으로 자기결정감과 자기 유능감의 욕구와 더불어 사회적 관계 욕구(need for social relatedness)를 포함함으로써 내재적 동기 현상에 미치는 문화적 배경의 차이같은 주제를 다룰 수 있는 근거를 제시하였다(Deci & Ryan, 1991).

내재적 동기가 합목적적(autotelic)이라는 점에 대해서는 대부분의 학자들이 동의하고 있으며 더불어 이 개념이 여가행동의 본질이라는 점에 대해서도 심리학자들 사이의 이견은 없는 듯 하다(고동우, 2001; 성영신 등, 1996a, b; Csikszentmihalyi, 1975, 1990; Deci, 1975; Deci & Ryan, 1985, 1991; Iso-Ahola, 1980; Levy, 1978; Neulinger, 1974, 1981a, b). 다만 내재적 동기가 지각된 자유감을 포함하는 개념인지 혹은 지각된 자유감과 독립적인 차원의 개념인지는 논의의 여지가 있다. 이 논의는 그림 1에서 “pure work”(즉, 강제로 시작하였으나 내재적으로 동기화된 활동)과 “leisure-job”(즉, 지각된 자유감이 있으나 외재적 동기에 의한 활동)이 현실적으로 존재할 수 있는지의 여부와 관련이 있다.

우리 생활을 돌아다보면 leisure-job의 형태를 지닌 경우는 쉽게 발견할 수 있다. 우리가 직업을 선택할 때, ‘능력 있는 사람’에게 있어서 이러한 선택은 자유선택의 기회가 되지만, 동기는 다분히 외재적이라고 할 수 있다. 왜냐하면 대개 직업은 사회적 지위와 경제적 소득을 목표로 하기 때문이다. 그런데 pure work의 형태를 지니고 있는 활동이 존재하는가의 문제는 다소 어렵다. 어떤 활동을 자의적인 기준이 아니라 외부의 결정에 의해 수행하게 된다면 그러한 선택의 목표는 강제를 따르는 복종이라고 할 수 있다는 점에서 ‘강제’와 ‘내재적 동기’는 양립할 수 없는 것처럼

보인다. 그러나 어떤 행동을 강제로 시작하게 되더라도(즉, 부모나 선생의 지시) ‘기왕 하는 것 재미있게 하자’라고 마음을 먹었다면, 다분히 내재적 동기의 작용이 있다고 할 수 있다. 이런 경우 외재적 동기와 내재적 동기가 공존하는 형태의 활동이 될 수 있다. 운동 선수들이 지시에 의한 훈련을 잘 따르는 경우는 대개 이러한 사례에 해당된다. 이러한 논의가 옳다면 Neulinger(1981b)의 여가 패러다임은 타당한 것 같다. 즉, 지각된 자유감이 내재적 동기의 전제 조건이 아니라, 두 가지 동기가 독립적일 수 있다고 보는 것은 타당해 보인다.

내재적 동기와 외재적 동기 사이의 관계에 대해서도 Neulinger의 모형은 전통적인 내재적 동기로자의 관점과 다르다. 그의 모형에서 내재적 동기와 외재적 동기는 자유감이 지각되는 상황에서만이 아니라 ‘강제 혹은 의무 상황’에서도 양립 가능한 것으로 묘사되었다(1981a, p.30). 실제 이루어지는 많은 활동은 내재적 동기와 외재적 동기가 동시에 활성화된 결과일 수 있다. 가령, 고등학교의 ‘즐거운’ 체육시간을 예로 들어보자. 교과목의 결정이 교사라는 외부에서 이루어졌지만 또한 체력단련이나 성적이라는 외재적 동기가 개입되어 있지만, 학생들은 그 시간을 기다리기도 한다. 그 시간에는 즐거움이라는 체험이 내재적 보상으로 주어지기 때문이다. 이러한 현상을 고려한다면 자기 결정이 없는 강제 상황에서도 내재적 동기와 외재적 동기는 양립 가능하며 이 점은 전통적인 내재적 동기론자들이 주장한 “과정당화 가설(overjustification hypothesis)”과 합치되지 않는다. Neulinger의 동기모형을 더 간단히 정리하여 그림 2의 형태로 묘사할 수 있다. 그림 2에서 보면, 내재적 동기가 활성화되어 이루어지는 활동 혹은 경험을 순수 여가라고 할 수 있고, 반대로 외재적 동기의 활성화에 의존하는 경우는 순수한

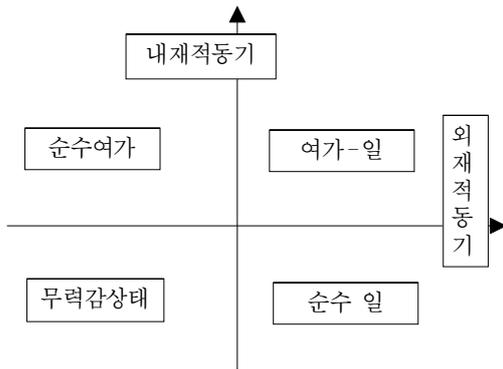


그림 2. 동기 구조에 따른 여가 분류 모형

일이라고 할 수 있으며, 두 가지 동기가 동시에 활성화된 경우에는 일인지 여가인지를 구분할 수 없는 경우라고 할 수 있다. 우리의 현실 생활에서는 이러한 경우가 대부분일 것이다. 물론 어떠한 동기도 작용하지 못하는 무감각(apathy)한 상태가 있으며 이런 경우는 마치 무력감(helplessness) 상태라고 할 수 있다(Seligman, 1975).

물론 내재적 동기와 외재적 동기가 변하지 않는 것은 아니다. 이미 잘 알려진 것처럼 내재적 동기로 시작한 놀이나 게임에 외재적 동기를 부여하면 ‘과정당화’ 지각이 이루어져서 처음의 내재적 동기가 사라진다는 연구 결과들이 많다(참조, Deci & Ryan, 1985). 그러나 반대로 외재적 동기로 시작한 어떤 행동이라 할지라도 내재적 보상을 받으면 내재적 동기가 활성화 될 수도 있으며 처음의 외재적 동기를 대체할 수도 있을 것이다. 이러한 사례는 치료나 건강을 위한 운동의 장면에서 발견할 수 있다. 가령, 어떤 환자가 의사의 권고를 받아들여(즉, 강제) 등산을 시작한 경우라고 하더라도 등산을 통해 다양한 즐거움을 얻게 되면(즉, 내재적 보상) 그 환자에게 있어서 등산은 더 이상의 일(work)이 아니라 여가의 특성을 지니게 된다. 즉, 이러한 사례가 우리 주변에

서 발견된다는 가정을 할 때 결국 하나의 활동과정에서도 pure work과 leisure-job 사이에는 많은 변화가 이루어진다고 보아야 한다. 내재적 동기로 시작한 활동에 외재적 보상이 주어지면 내재적 동기가 사라지는 현상과 더불어(Deci, 1975; Deci & Ryan, 1985), 그 반대의 경우도 성립할 수 있음을 의미한다. 그러므로 일이나 공부를 보다 즐겁게 만드는 것은 가능하다.

결국, 여가의 본질이 지각된 자유감과 내재적 동기의 수준에 있다고 가정할 때, 내재적 동기와 외재적 동기의 공존 및 변화가 가능하다는 점에서 일과 여가를 이분법적으로 구분하기는 어렵다. 여가 현상은 활동 영역으로서 존재하는 것이 아니라 경험의 본질로서 존재하는 것이라고 할 수 있고, 모든 인간 현상은 여가와 일의 연속선상에서 이해되어야 한다고 말할 수 있다. 더불어서 여가 경험이 보다 자유로운 상태에서 이루어진다는 점에서 인간의 본질을 이해하기 위해서는 일의 장면보다 여가 장면을 대상으로 연구하는 것이 요구된다고 하겠다.

#### 여가 동기: 내재적 동기의 심리학적 원인

여가의 본질이 내재적 동기의 정도에 있다면, 무엇이 내재적 동기를 유발하는지를 설명하여야 한다. 다시 말해 합목적적 행동의 전제 조건을 설명해야만 내재적 동기의 과정을 이해 할 수 있고 나아가 여가 동기를 이해할 수 있게 된다. 전통적으로 여가 동기에 대한 연구들은 여가 장면에서 드러나는 욕구(need)의 종류에 주의하여 왔다(성영신 등, 1996a, b; Beard & Ragheb, 1983; Bello & Etzel, 1985; Cohen, 1972; Crompton, 1979; Iso-Ahola, 1980, 1982; London, Crandall, & Fitzgibbons, 1977; Lounsbury & Polik, 1992; Tinsley, Barrett, & Kass, 1977). 그러나 내재적 동기를 여가 동기라고

가정하였던 심리학자들은 내재적 동기를 유발하는 심리적인 이유 즉, 추동(drive)의 개념을 전제하고 있다(성영신 등, 1996a.; Csikszentmihalyi, 1975, 1990; Deci, 1975; Deci & Ryan, 1985, 1991; Iso-Ahola, 1980, 1982). 이들 연구는 기본 욕구와 내재적 동기 및 심리적 추동의 관계에 대하여 각기 다른 관점에서 접근하고 있는데 크게 보아서 최소한 세 종류로 정리할 수 있다.

우선 가장 간단한 접근인 기본 욕구의 나열 방식으로 여가 동기를 이해하고자 하는 경우가 있다. 예를 들어 Beard와 Ragheb(1983)은 여가 활동에 참여하는 이유를 설명하는 기본적인 여가 욕구를 4 종류의 요인으로 분류하였는데, 지적(intellectual) 요인, 사회적(social) 요인, 유능성(competence mastery) 요인, 자극회피(stimulus avoidance) 요인 등이 그것이다. 그는 경험적 연구를 통해 이들 4개 요인으로 구성된 일반적인 여가 동기 척도를 개발하였다. 이러한 접근은 전통적인 욕구 이론이 표방하는 것처럼(즉, Murray) 다양한 욕구들을 나열한 다음 그것들의 상위 요인으로 정리하는 방식을 택하고 있다(London *et al.*, 1977; Tinsley *et al.*, 1977). 일부의 학자는 구체적인 종류의 여가 활동을 선정하여 그 활동에서 추구되는 욕구들을 제시하기도 하였는데 가령 순수여행(pleasure travel) 장면에서 신기성 추구는 대표적인 욕구 차원으로 제시되고 있다(Cohen, 1972; Bello & Ertzel, 1985; Plog, 1974). 여가 욕구에 대한 기존 연구 경향을 고찰하였던 Iso-Ahola(1980)는 기존 연구들이 다양한 여가 욕구 내용을 여가 맥락과 연구 상황에 따라 다르게 제시하고 있으나 욕구의 명칭만 다를 뿐 내용 면에서는 많은 유사성이 있다고 결론지었다. 그러나 여가 욕구의 나열 방식을 통한 동리적 접근은 다양한 욕구 사이의 관계를 설명하지 못하고 있고, 때때로 욕구(혹은 동기)와 욕구대상 사이의 의미를 혼동함으로써 개념적 타당성을 확

보하지 못하는 한계를 보이기도 한다. 사실 욕구의 나열은 한도 끝도 없는 작업이 될 수 있으며 오해의 여지를 보이기 쉽다. 예컨대, 순수 여행의 동기 차원을 구명하고자 하였던 Crompton(1979)의 연구는 관광학 분야에서 동기 연구의 고전으로 인식되고 있지만 심리학자의 눈에는 매우 거칠어 보인다. 그는 비구조화된 면접을 통하여 순수 여행의 동기 차원을 크게 ‘사회심리적 측면’과 ‘문화적 측면’으로 구분하면서 문화적 측면의 동기는 여행 목적지가 지니고 있는 유인요인(pull factor)으로, 사회심리적 측면은 목적지 특성에 관계없는 개인 내부의 방출 요인(push factor)으로 간주하였다. 그러나 연구자들이 지칭한 문화적 측면의 동기는 심리적 욕구의 실현 대상에 해당된다는 점에서 이를 평형한 수준의 욕구로 보는 것은 목표대상과 욕구의 개념을 혼동하는 것에 불과하다. 반면 사회학자 Dann(1981)의 경우에는 유인요인과 방출요인을 순차적 관계 구조로 설정함으로써 Crompton의 제안을 진일보시키고 있다.

여가 욕구를 정리하는 데 있어서 한가지 염두에 두어야 할 부분은 여가 욕구의 변화 가능성이라고 할 수 있다(Iso-Ahola, 1980, p. 245). 개인이 지니고 있는 욕구라 할지라도 인생 전반에 걸쳐 그 욕구는 변화하기 나름이며 개인간이나 여가 장소에 따라서도 욕구는 달라질 수 있다. 이러한 인식은 모든 종류의 여가 욕구가 안정적이고 보편적으로 활성화된다고 보는 전통적인 여가욕구 이론의 접근 방식이 한계가 있음을 의미한다.

여가 동기에 대한 두 번째 접근은 전통적인 내재적 동기론자의 입장이다. 여가의 본질이 내재적 동기에 있다고 보는 심리학적 관점의 출발선은 내재적 동기가 활성화되는 조건으로서 최적각성추구(optimal arousal seeking)를 가정한다는 것이다(즉, Csikszentmihalyi, 1975, 1990; Deci, 1971, 1975; Deci & Ryan, 1985, 1991). Deci는 개인이 어

면 행동을 자발적으로 선택할 때 자신의 능력에 맞는 최적의 도전할 만한 활동이나 과업(optimally challengeable task)을 선택하는 경향이 있음을 지적하면서 모든 인간은 구체적인 활동이나 과업을 수행하는 데 필요한 능력을 확장하거나 확인하려는 유능감의 욕구(need for competency)가 있다고 보았다. Csikszentmihalyi(1975, 1990)는 직접적으로 최적 각성 추구 혹은 최적의 도전할 만한 자극을 추구하는 성향이 내재적 동기의 원인이 된다고 본다. Iso-Ahola(1980, 1982) 역시 여가 활동의 원인으로 내재적 동기가 활성화되는 과정에서 자기 능력을 확인하고자 하는 욕구가 중요하다고 지적하면서 내재적 동기의 실현은 최적 각성의 개념적 틀 내에서 이해해야 한다고 주장하였다. 이러한 관점이 옳다면 하나의 여가 활동이 이루어지기 위해서는 최적 각성을 추구하려는 성향이 우선 활성화되어야 하며, 또 내재적 동기가 유지되어 그 여가 활동이 지속적으로 혹은 반복적으로 이루어지기 위해서는 활동 동안에 최적 각성의 체험을 보상받아야 한다. 다시 말해 내재적 보상으로서 최적 각성과 관련있는 유능감, 정복감, 성취감 및 신기함 등의 체험이 주어져야 한다. 이러한 체험을 동반할 때 우리는 재미를 느끼게 된다.

그러나 최적 각성 추구 성향만을 내재적 동기의 원인으로 간주할 수 있는가 하는 문제는 다른 논쟁거리가 된다. 가령, 최적 각성 추구만을 내재적 동기의 전제로 삼는다면, 그래서 심리적 흥분을 동반하는 체험만을 내재적 보상으로 간주한다면 소위 편안함이나 친숙성을 즐기는 여가활동 즉, casual leisure의 현상(Stebbins, 1982, 1992)은 설명하기 어렵다.

세 번째 접근은 여가 행동을 야기하는 내재적 동기의 기본적인 전제로서 최적 각성 추구하고 이완 추구를 동시에 가정하는 관점이다(성영신 등,

1996a; Iso-Ahola, 1980<sup>1)</sup>, 1982). 사실 최적각성이론이 대두되기 전에는 여가행동의 유일한 전제로서 이완추구(relaxation seeking) 혹은 긴장감소 추동(tension reduction drive)의 개념이 유용하게 사용되어 왔다. 이미 잘 알려진 것처럼 긴장감소 추동은 신체의 생리적 균형 즉 항상성(homeostasis)을 유지하고자 하는 유기체의 기본적인 경향성과 밀접한 관련이 있으며, 여가 장면에서는 이완추구 이론이나 과잉에너지 이론이라는 이름으로 다루어져 왔다(Bammel & Bammel, 1980; Kelly, 1990; Russell, 1996). 그러나 과잉에너지 이론은 많은 여가 활동이 왜 ‘목적없는 소비’의 형태가 되는지, 가령 아이들은 왜 기진맥진한 상태에서도 놀이를 계속하는지를 설명하지 못하며, 편안함이 지속될 때 왜 권태를 느끼는지 그리고 왜 많은 사람들이 일과 같이 긴장을 유발하는 진지한 여가(serious leisure)를 좋아하는지를 설명하지 못한다. 이러한 비판은 심리학자 Hebb(1955)의 주장과도 일맥상통한다. 나아가 이러한 비판이 이미 설명하였던 최적각성 추구 이론을 낳았다(Berlyne, 1960, 1963). 물론 심리학의 제반이론이 이 두 가지 전제 중 하나를 따르고 있음도 부인할 수는 없다. 가령, 학습이론, 인지일관성 이론, 정신분석이론, 기대이론 등은 모두 긴장감소추구를 전제하고 있고, 성취동기이론, 내재적 동기론, flow 이론 등은 최적각성추구를 전제로 하고 있다.

그런데 여가심리학 분야에서 이 두 가지 추동이 동기의 핵심적이고 공통적인 차원이라는 점에 대해서는 이견이 없는 것 같다. 그리고 이 점이

1) Iso-Ahola(1980)는 선구적인 여가심리학 교과서를 기술하였는데, 전반적으로 최적각성추구를 전제로 하는 내재적 동기 이론과 지각된 자유감을 여가 행동의 핵심으로 진술하고 있으나, 발달과정과 여가 행동의 관계 그리고 여가레퍼토리에 대해서는 이완추구와 최적각성 추구의 틀을 따르는 여가 동기 과정을 적용시키고 있다.

바로 최적각성 추구만을 전제로 하고 있는 전통적인 내재적 동기이론의 관점과 다른 부분이다. Iso-Ahola(1980)는 이 두 가지 추동을 내재적 동기의 원인으로 동시에 고려하고 있으며, 성영신 등(1996a)도 유사하게 가정하였다. 다만 Iso-Ahola는 최적각성추구와 이완추구 경향이 길항적으로 작용한다고 본 반면, 성영신 등은 하나의 여가 장면에서 두 가지 추동이 동시에 발현될 수 있다고 주장하였다. 가령, 순수 관광과 같은 여가 현상에서 핵심적인 동기 차원으로 구분되는 친숙성 욕구는 이완 추구의 연장선상에서 이해되고, 신기성 추구는 최적각성 추구의 다른 이름으로 이해된다.

다만 여전히 논란의 여지가 남는 부분은 두 가지 추동이 연속선상의 양극에 해당되는지(Bell & Etzel, 1985; Iso-Ahola, 1980; Lee & Crompton, 1990; Plog, 1974; Zuckerman, 1979), 아니면 동시에 작용할 수 있는 서로 다른 기제이냐의 문제이다(성영신 등, 1996a; Evans, 1989). 이는 이완 추구와 최적 각성 추구의 개념이 인간 행동의 동일 기제를 단지 다른 용어로 설명하는 것인지 혹은 서로 다른 기제를 설명하는 것인지에 대한 논의거리이다.

만약 동일 기제를 설명하는 양극의 개념이라면, 긴장이 없는 상태의 정서(즉, 편안함, 안정감 및 친숙성 등)와 긴장이 있는 상태의 정서(즉, 흥분, 재미, 즐거움 등)가 서로 반대의 의미를 지녀야 한다. 그런데 과연 ‘편안함/안정감/친숙성’과 ‘재미/흥분/즐거움’이 서로 반대되는 의미의 체험이라고 할 수 있을까? 편안함의 반대 의미는 오히려 불편이나 불안이라고 할 수 있고, 즐거움이나 재미의 반대 의미는 권태나 짜증이라고 할 수 있다. 즉, 각성(arousal)이라는 차원만 생각하면 단지 긴장이 있는 상태와 긴장이 없는 상태가 연속선상에 있다고 할 수 있지만 심리적 경험이라는

측면에서 본다면 두 개념은 서로 다른 기제를 반영하고 있다. 구체적으로 말하면 최적각성추구 이론은 ‘과도한 긴장상태’에서 각성 수준을 적절히 줄이려는 경향성을 설명하는 데 있어서 ‘긴장 감소추구 이론’의 대안 설명이 될 수 있으나, ‘편안함’을 추구하는 행동을 설명할 수는 없다(성영신 등, 1996a, p.28). 편안함과 권태는 동일하게 이완 상태를 반영하는 체험이지만 ‘쾌-불쾌’의 지각 차원에서는 서로 다른 경험이기 때문이다(Russell, 1980). 이러한 설명은 최근의 정서이론과도 매우 합치되는 논리이다. 최근의 정서이론을 정리한 이수정(2001)에 따르면, 긍정적 정서 평가 체계와 부정적 정서평가 체계는 양극적인 하나의 반응 채널이 아니라 각기 독립적으로 작동하며 나아가 상보적인 기능을 한다는 것이다. 정서반응은 곧 각성의 활성화를 반영한다는 점에서, 긍정/부정 정서체계가 독립적이라는 설명은 각성추구와 이완추구의 기제 역시 독립적으로 기능할 수 있음을 의미한다. 따라서 자발적 행동의 촉발요인(emerging forces)은 ‘긴장을 추구하는 것’과 ‘긴장을 줄이려는 것’ 둘 다라고 보는 것이 타당해 보인다(Evans, 1989, pp.86-112). 이러한 추론으로부터 인간 행동을 긴장추구와 긴장감소추구의 함수로 이해할 때 다음과 같은 명제를 정리할 수 있다.

명제 1. 긴장추구와 이완추구는 하나의 여가 활동 상황에서 동시에 작용할 수 있으며, 따라서 둘 다 내재적 동기의 선행요인이 된다.

명제 2. 긴장추구와 이완 추구는 독립적으로 작용할 수 있다.

하나의 여가활동에서 두 가지 추구경향이 어떻게 작용하는지를 고려할 필요가 있다. 뒤에서 다시 설명되겠지만, 욕구나 추구의 충족이라는 최종 목표를 위해 사람들은 도구나 수단을 활용할

것이며, 여가 장면에서의 수단은 곧 여가 속성이 된다. 즉, 여가 활동 자체의 구조적인 특징과 더불어 그 활동이 수행되는 환경 맥락이 여가 속성으로 간주된다(고동우, 1998a, b). 이는 긴장추구와 긴장감소의 실현이 여가 장면의 여러 속성에 대한 체험을 통하여 이루어질 수 있음을 의미한다. 긴장 추구하고 긴장감소 추구가 독립적으로 작용한다면 그 작용의 방향 혹은 목표대상 역시 독립적으로 지각될 것이다. 그리고 개별 속성에 관련된 여가체험은 곧 내재적 보상이 될 것이다. 명제2를 확장하여 다음 명제를 정리할 수 있다.

명제 3. 하나의 여가 장면에서 긴장추구와 이완추구는 각각 다른 속성별로 방향 지워질 것이다.

그렇다고 해서 하나의 여가 속성에 대하여 한 가지 추구만이 지속적으로 작용하지는 않을 것이다. 실제로 외재적 보상이 없는 순수 여가 장면에서 긴장만을 추구하고 지속적으로 유지하는 경우는 거의 없다. 운동과 같은 여가 활동 장면에서도 긴장과 이완은 반복으로 경험되며 이러한 경험은 환경의 조건에 의해서가 아니라 인간의 동기적 혹은 생물학적 기제에 따른다고 볼 수 있다. 사실 인생 전반에 걸쳐 긴장을 추구하는 경향과 이완을 추구하는 경향은 발달 단계에 따라 그 강도가 달라질 뿐 죽을 때까지 동시에 추구되는 것으로 이해된다(Iso-Ahola, 1980). 긴장추구는 ‘변화에 대한 추구’라고 할 수 있고, 이완 추구는 ‘안정에 대한 추구’라고 할 수 있다. 어린 시절에는 변화 추구보다 안정추구가 강하며 청소년기 및 성인기에는 변화추구가 더 강해지고, 노년이 되어서는 다시 안정에 대한 추구가 더 강해지기 때문에 청소년 및 성인기에 이르렀을 때 소위 여가 레퍼토리의 범위가 가장 넓어진다(Iso-Ahola,

1980, pp.175-177). 인생 전반에 걸쳐 안정에 대한 욕구와 변화에 대한 욕구가 지속적으로 유지되다는 사실은 긴장추구와 이완추구가 독립적인 기제임에도 불구하고 상보적인 관계에 놓일 수 있음을 의미한다.

명제 4. 유기체의 생존과 발전을 위해 긴장추구와 이완추구는 상보적인 관계에 놓일 수 있다.

한편, 내재적 동기의 전제로서 두 가지 추동을 가정한다면, 이러한 추동의 작용으로 이루어지는 개별 욕구에 대한 검토도 있어야 한다. 예컨대 Deci와 Ryan은 초기에는 최적 각성 추구만을 전제로 하였기 때문에 자기 결정 욕구와 더불어 ‘자기유능감 욕구’를 내재적 동기의 촉발 요인으로 보았으며 나아가 활동 수행 동안 지각하는 유능감 체험이 내재적 보상의 역할을 할 것이라고 주장하였다(Deci & Ryan, 1985). 이는 Csikszentmihalyi (1990)가 주장한 ‘최적의 도전할만한 과업’을 추구하는 내재적 동기의 모형 및 flow의 개념과도 일치되는 관점이다.

그런데 나중에 Deci와 Ryan(1991)은 문화적 차이를 고려하여 내재적 동기의 촉발요인으로서 ‘관계욕구’(need for relatedness)를 추가로 제안하였다. 그들의 수정 이론에서 사회적 관계 욕구가 중요하게 고려된 이유는 외재적 보상으로 간주되었던 수행에 대한 사회적 평가 혹은 타인의 평가 등도 내면화(internalization)라는 심리적 기제를 통해 문화에 따라 내재적 보상으로 간주될 수 있다고 믿었기 때문이다. 사회적 관계의 경향성이란 유의미한 방식으로 타인들과 상호작용하는 것을 통하여 만족스런 인간 관계를 경험하고 나아가 더 큰 사회질서에 조화로운 관계(harmonious relation)를 경험하려는 것으로 진술된다(Deci & Ryan, 1991, pp.243-244). 이러한 진술에서, 다른 개인이

나 사회질서에 대한 조화라는 것은 곧 개인의 안정적인 혹은 편안한 관계성을 의미한다는 사실을 알 수 있다. 결국, Deci & Ryan(1991)은 사회적 관계 욕구를 내재적 동기의 촉발요인으로 가정함으로써 이완추구 추동을 직접 언급하지는 않으면서도 그러한 추동과 직접 관련된 사회적 편안함이나 안정 추구를 고려한 셈이 되었다.

이완 추구 역시 내재적 동기의 원인이 된다면, 연장선상에 이해되는 편안함이나 친숙성의 욕구(need for familiarity) 역시 내재적 동기의 요소로 볼 수 있다. 나아가 기존 여가 동기 연구에서도 출하였던 많은 종류의 여가 욕구들도 이 두 가지 추동이 작동하는 내재적 동기의 패러다임으로 정리될 수 있으며, 그림 3으로 이를 묘사하였다. 그림3에서 개별 욕구들은 단지 가설적 수준의 개념이다.

그림 3의 1사분면은 최적 각성추구와 이완추구가 동시에 높은 경우인데, 가령 이미 여러 번 갔던 여행지를 새로운 동료와 함께 여행한다면 행위 당사자는 아마도 여행지 환경을 통하여 친숙함(즉, 이완)을 추구하면서 동시에 여행동료를 통해서 새로운 경험을 만끽할 수 있다. 또는 편

안한 장소에서 추리소설을 읽는 경우에도 해당될 수 있다. 2사분면은 레프팅(rafting)같이 탐험이나 모험을 감행하는 경우, 게임에 완전히 몰두하여 주변 상황을 전혀 의식하지 않을 때 등이 사례가 될 수 있다. 4사분면은 이완추구만이 강한 경우인데 집에서 낮잠을 자거나 가벼운 책을 읽을 때 등이 해당될 것이다. 물론 3사분면에 해당되는 여가활동은 없다. 이 조건에서 여가 행동이 촉발되지 않을 것이다.

### 여가체험 과정과 이증 추동의 작용

그림 3의 내용처럼 내재적 동기가 최적각성 추구와 이완 추구라는 두 가지 추동의 영향하에 있는 욕구들의 작용에 근거하는 결과라면, 여가 현상에서의 체험(on-site experience) 역시 그러한 욕구들의 실현 함수에 의해 결정된다고 볼 수 있다. 그런데 하나의 여가 활동은 두 가지 추동 중 하나가 작동되는 조건이거나 혹은 두 가지 추동이 동시에 활성화되는 조건에서 이루어질 수도 있다. 다시 말하면, 하나의 여가 활동에서 내재적 보상으로 작용할 수 있는 체험은 이완추구 충족과 최적각성추구 충족이라는 각각의 조건에서 구할 수 있고, 또한 이 두 가지 충족이 동시에 이루어지는 경우에도 지각될 수도 있다. 예를 들어 우리는 친하게 지내는 친구들과끼리 술을 마시고자 한다. 술에 취하면서 감정의 고양을 추구하고 동시에 친구 사이의 친밀감을 확인하고자 한다. 친구관계 맥락에서는 친숙성을 원하고 술이라는 속성을 통해서 흥분감을 추구하고 있다. 이처럼 많은 여가 현상은 이완 체험과 각성체험이 복합적으로 구성되는 경우가 많다. 역으로 말하면 내재적 동기의 하위 요소로서 기본 욕구들은 복합적일 수 있으며, 여가 체험은 그러한 욕구가 충족되는 정도로 가능할 수 있다. 따라서, 여가 장면의 거의

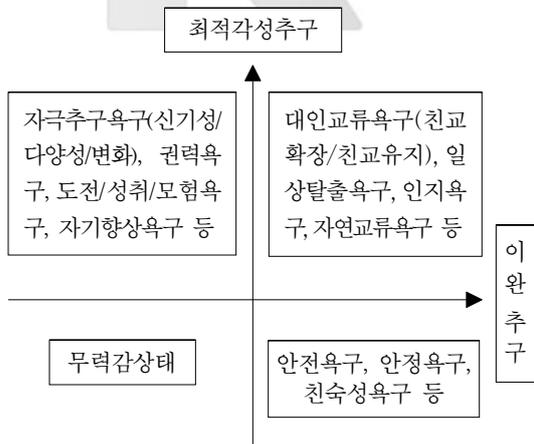


그림 3. 여가 동기의 이증 추동 모형

공통적인 체험인 동시에 내재적 보상으로 작용한다고 간주되는 “재미”는 한 두 가지 욕구의 충족으로 지각되는 것은 아니다. 재미는 물리적인 환경 요소와 활동의 구조적 특징 및 사회적 환경요소를 통하여 여러 가지 기본 욕구가 충족될 때 지각되는 심리적 판단이다. 이러한 여가 체험은 이미 기술한 그림 3의 이중추동 모형을 통하여 다시 정리될 수 있다.

이중추동 모형으로 여가 체험을 설명할 때 주의할 부분은 여가 체험의 맥락을 고려하여 두 가지 추동의 작동 근거를 찾아야 한다는 점이다. 이미 명제3에서 보았던 것처럼 여가 활동이 이루어지는 맥락을 고려함으로써 여가 속성을 두 가지 추동에 근거하여 분류할 수 있다. 물론 두 가지 추동이 방향 지워진 맥락 혹은 속성은 사람과 상황에 따라 달라질 것이다. 앞서 예를 들었던 ‘친구와 술 마시기’라는 여가활동은 친구라는 맥락과 술이라는 맥락에서 추구하고 욕구와 그것의 충족 체험이 다른 종류라는 것을 알 수 있다. 이러한 논의는 ‘위락여행은 변화에 대한 욕구와 안정에 대한 욕구의 모순이 최적각성추구의 틀 내에서 변증법적으로 해결되는 과정’이라고 인식한 Iso-Ahola(1983, p.50)의 관점과 유사하다. 다만, 변화에 대한 욕구는 최적각성 추구를 반영하는 욕구이고, 안정에 대한 욕구는 이완추구를 의미하는 욕구라는 점에서 여가 활동은 최적각성추구의 틀 속에서가 아니라 두 가지 추동 자체가 변증법적으로 작용하는 과정이라고 보는 것이 본 연구의 관점이다.

여가 참여자가 지각할 수 있는 체험이 그 여가 활동의 여러 맥락과 관련이 있다고 볼 때, 활동 맥락은 크게 ‘활동 그 자체가 지니고 있는 구조적인 속성’과 ‘활동이 이루어지는 환경 속성’으로 구분할 수 있다(고동우, 1998a). Ewert와 Hollenhorst(1994) 역시 모험여가 활동의 체험을 두 범주로 구

분하였는데 첫째는 활동의 구조적 특성으로부터 야기되는 ‘참여자 개인의 심리적 속성(individual attributes)’이었고 두 번째는 활동 장면의 사회·물리적 환경 조건 혹은 속성에 대한 지각에 해당되는 ‘현장속성(setting attributes)’이었다. 전자에는 기술수준, 통제소재, 관여 등이 포함되었고, 후자에는 자연성(naturalness), 사회적 경향(social orientation), 장비, 위험요소 등이 포함되었다. 특히 이 연구자들은 Whitewater Boaters와 Rock Climbers를 대상으로 연구하였는데 두 속성 범주 사이의 정준분석 결과, 어떤 모험 활동에 전문가가 되어 갈수록 그 활동의 구조적 특징에 대한 경험의 질은 깊어간다는 결론을 도출하였다. 결국, 여가 활동의 체험은 활동 자체에 연관된 체험과 활동의 주변 속성에 관련된 체험으로 구분할 수 있다. 과제에 대한 외재적 보상의 경우라고 생각하면 ‘과제-연계 보상(task-contingent rewards)’과 ‘과제-비연계 보상(task-noncontingent rewards)’의 구분이다.

여가체험은 이미 전제한 최적각성추구와 이완추구의 실현함수로 이해된다는 점에서 체험 맥락 혹은 속성은 곧 이 두 가지 추동이 작용하는 방향의 의미를 가진다. 중심체험을 통하여 최적각성에 관련된 욕구가 충족되고 주변체험을 통하여 이완관련 욕구가 충족될 수 있으며 혹은 반대의 경우도 가능하다. 추동의 두 종류와 체험의 두 종류를 조합하면 모두 4가지 경우의 수가 발생한다. 중심체험-최적각성/주변체험-최적각성의 경우, 중심체험-최적각성/주변체험-이완의 경우, 중심체험-이완/주변체험-최적각성의 경우, 그리고 중심체험-이완/주변체험-이완의 경우가 그것이다. 그런데 두 가지 추동이 인간 생존과 발전을 위한 상보적인 관계를 지닌다고 가정을 받아들일 때(명제4), 이 두 가지 추동이 동시에 충족되는 상보적인 조건의 여가는 다른 조건의 여가

에 비해 지속가능성과 반복가능성이 동시에 높을 것이라고 예상할 수 있다. 즉, 두 가지 추구의 충족 체험은 곧 하나의 여가 활동이 지속되고 반복되기 위한 조건이라고 할 수 있다.

명제 5. 긴장 체험과 이완체험이 복합적으로 구성된 여가활동은 어느 한가지 체험으로 이루어진 여가 활동에 비해 반복 가능성과 지속가능성이 높다.

여가 체험의 4가지 조건 중 긴장과 이완이 상보적인 경우는 두 가지이다. 4가지 조건 각각을 고려했을 때 지각할 수 있는 긍정적인 체험 및 여가 형태를 표 1에 정리하였다. 표 1에서 보면 어떤 종류의 조건이든지 체험이 긍정적이면 그것은 곧 내재적 보상이 되어 향후 그 활동에 대한 내재적 동기는 유지되거나 강화될 것이다. 그러나 중심체험과 주변 체험이 최적 각성 추구과 이완추구의 상보적인 관계로 이루어져 있지 않다면, 참여 중인 여가 활동이 오랫동안 지속되기는 어려울 것이다. 왜냐하면 그러한 경험은 과도한 긴장으로 이어지거나 반대로 따분함으로 이어질 가능성이 있기 때문이다. 한편 중심체험과 주변

체험이 긴장과 이완이라는 두 가지 기제의 상보적인 관계로 구성되는 경우 지속가능성과 반복가능성은 모두 높다고 예상할 수 있다.

활동의 구조적 특징에 관련 있는 중심체험이 최적 각성을 지각하는 형태로 이루어진다면 비교적 강한 재미(fun)나 즐거움(pleasure)을 동반하게 될 것이다. 중심체험과 주변체험이 동시에 최적 각성의 기제에 의해서 이루어진다면 상대적으로 과도한 긴장이 유지되는 재미와 흥분상태가 나타날 것이며, 대개 이러한 체험을 동반하는 여가 활동은 주로 신체적인 역동성과 정신적인 주의를 동시에 요구하는 유형의 여가라고 할 수 있다. 이는 곧 ‘진지한’ 수준을 넘어서는 형태의 체험이라고 할 수 있다. 중심체험이 최적 각성의 기제에 의해 이루어지는 반면 주변체험이 이를 기능적으로 보상하여 주는 이완 체험으로 이루어진다면 강한 재미와 즐거움 및 편안함이 동시에 지각될 것이라고 본다. 소위 바둑같은 게임 여가, 독서, 관람형 여가와 같이 정신적인 주의를 요구하는 동시에 신체적으로 편안한 상태를 유지하는 형태 또는 반대 구조의 여가 활동이 이 범주에 포함된다고 본다. 특히 ‘진지한 여가(serious leisure)’의 형태가 이 범주에 해당될 것이다. ‘진지

표 1. 활동 속성과 두 가지 추동의 관계에서 나온 여가 체험 및 형태

중심속성 추구	최적각성 추동		이완 추동	
	최적각성 추동	이완추동	최적각성추동	이완추동
주변속성 추구				
여가체험지각 (욕구충족)	강한 재미 / 약한 흥분 (즉, flow)	강한 재미 / 약한 편안함	강한 안정감 / 약한 재미	강한 안정감 및 편안함
여가활동의 지속 가능성	낮음	높음	높음	낮음
여가활동의 반복 가능성	높음	매우 높음	매우 높음	높음
여가 형태	over-serious leisure : 스키, 모험관광, 암벽등반, 콘서트참여 등	serious leisure : 독서, 게임, 조깅, 글쓰기, 능동적 TV 시청, 관람형 여가 등	semi-casual leisure : 크루즈 관광, 외식, 소풍 등	casual leisure : 수동적 TV시청, 낮잠 등

한 여가<sup>2)</sup>란 ‘어떤 활동을 통하여 구체적인 기술과 지식을 습득하는 동안 자신의 경력(career)을 발견할 수 있을 만큼 충분한 구조와 흥미성을 갖춘 아마추어, 취미 및 자원 활동’이라고 정의된다 (Stebbins, 1992, p.3).

한편 중심체험이 이완 지각과 같은 구조로 이루어진다면 여가 참여자는 대개 편안함, 친숙함, 안정 등을 강하게 지각할 것이다. 특히 주변체험도 이완으로 이루어진다면 지나치게 강한 이완 상태가 될 것이다. ‘아무 생각 없이’ TV를 보는 경우<sup>3)</sup> 혹은 낮잠을 자는 경우와 같이 가벼운 여가(casual leisure)의 형태가 이런 체험을 야기한다고 본다. 그러나 너무 강한 이완은 지루함으로 이어지기가 쉽다. 반면 주변체험이 최적 각성으로 구성되면 강하지는 않지만 재미요소를 지각하게 될 것이며 상보적인 심리 상태에 놓이게 된다. 소위 나들이나 소풍과 같은 경우가 여기에 포함될 것이다.

여가 체험을 맥락에 근거하여 중심체험과 주변체험으로 구분하는 접근방식은 마치 태도이론 중

Petty & Cacioppo(1981)의 정교화 가능성 모형 (Elaboration Likelihood Model)과 유사할 수 있다. 하나의 여가활동을 수행하는데 있어서 그 활동이 참여자에게 매우 중요하고 활동의 구조 및 과정을 향한 내재적 동기가 강하게 활성화된 것이라면 참여자는 중심체험을 통한 내재적 보상을 받을 때 그 활동에 대한 내재적 동기가 유지·강화될 것이다. 반대로 여가 활동을 수행하게 된 목적이 핵심적 특성을 체험하기 위한 것이 아니고, 큰 흥미 없이 혹은 주변 요소(예를 들어, 동료와 관계 고려)에 초점을 둔 상태에서 이루어진 여가 활동이라면 주변 체험을 통하여 그 활동을 평가할 것이다. 주변 체험에 근거하여 참여했던 활동을 평가하는 경우 그 활동에 대한 동기나 태도는 비교적 약하며 덜 안정적이라고 예상할 수 있다. 그러나 주변체험과 중심체험은 길항적 관계이거나 양방적 관계가 아니고, 오히려 상호 독립적으로 지각될 수 있다는 점에서 양립 가능한 관계를 가진다고 보아야 한다. 이러한 논리는 두 개의 태도 형성 통로가 상보적인 관계를 가질 수 있다는 Eagly 와 Chaiken(1993)의 관점과 유사하다. 다시 말하면 주변체험을 위하여 시작한 활동이라 할지라도 중심체험을 통한 내재적 보상을 겪게 되면 그 활동에 대한 내재적 동기가 활성화될 수 있다는 것을 의미한다. 그리고 중심체험과 주변 체험 모두를 긍정적으로 지각하면 그 활동에 대한 내재적 동기(즉, 반복 가능성)는 강화될 것이다. 그림 4는 이러한 논리를 정리하고 있다. 다만, 진행중인 활동의 지속가능성과 관련된 부분은 묘사하지 않았다.

그림 4에 제시한 ‘이중통로 여가체험 모형’의 논리는 내재적 동기와 외재적 보상의 관계에 대한 전통적인 관점을 벗어난다. 전통적인 관점에서는 내재적 동기로 시작한 활동의 경우 외재적 보상이 주어지면 원래의 내재적 동기가 사라진다

2) Stebbins는 또 진지한 여가를 ‘가벼운 여가(casual leisure)’나 ‘휴식여가(relaxing leisure)’와 구분하였는데, 그 둘 사이의 중요한 차이점을 제안하였다. 구체적으로 습득되는 지식과 기술의 발달을 위해서, 또 그 활동에서의 경력 개발을 위해서 그리고 그 활동에 대한 강한 애착이나 동일시를 위하여 집요하고 개인적인 노력이 요구되는가의 여부를 구분 기준으로 삼았다.

3) TV 시청은 보통 수동적 여가로 구분되며, 수동적 TV시청은 이완추구추동의 작용으로 이해된다. 그러나 월드컵 축구 경기나 중요한 정보탐색과 같이 관여 수준이 높은 상태에서 이루어지는 TV시청은 능동적 시청이 될 것이고, 따라서 최적각성추구의 작용 결과로 이해할 수도 있다. 그러나 이러한 경우는 독특한 상황이며, 하루 평균 4시간에 해당되고 인생의 여가시간 중 거의 반 정도를 차지하는 TV 시청 현상에서 시청하는 동안 사람들은 대부분 각성이나 흥분은 낮은 반면 이완감을 크게 경험하는 것으로 보고되고 있다(Kubey & Csikszentmihalyi, 1990).

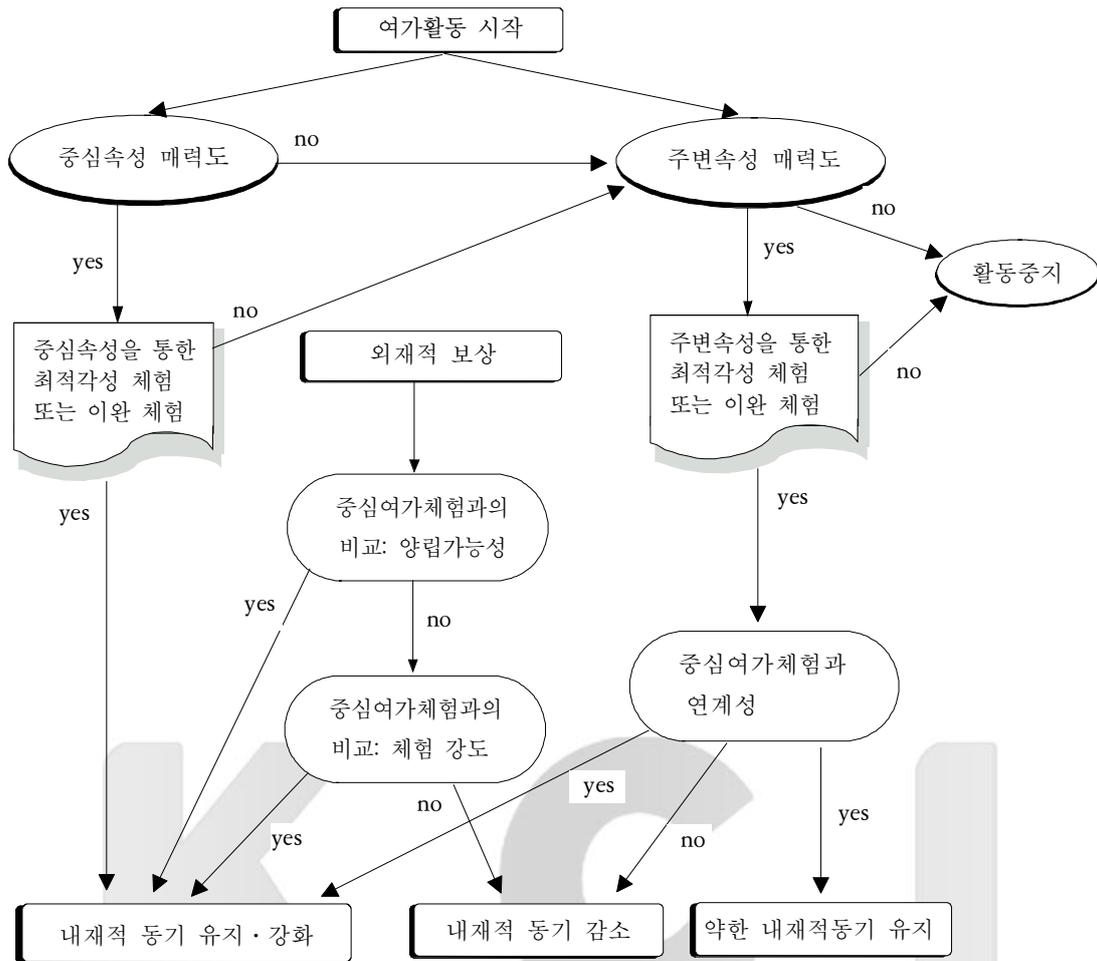


그림 4. 이증통로 여가체험 모형

거나 혹은 외재적 보상은 수행 수준에 대한 정보  
 가의 역할을 담당할 수 있다고 보았다(Amabile,  
 1993; Deci & Ryan, 1985). 그러나 그림 4의 경우  
 외재적 보상이 주어진 활동이라 할지라도 그것이  
 주변체험으로 지각되고 동시에 내재적 보상이 중  
 심체험으로 지각되면 그 활동에 대한 내재적 동  
 기는 활성화 될 수 있다는 것이다. 다만 이 논리  
 는 활동초기의 외재적 동기나 수행과정의 외재적  
 보상이 주변 속성에 방향 지워지는 경우에 한하

여 가능할 것이다. 다시 말해서, 내재적 동기로  
 어떤 활동을 수행할 때 외재적 보상이 주어지는  
 경우 그 보상이 주변적인 것으로 지각된다면 초  
 기의 내재적 동기에는 영향이 없을 것이다.

명제 6. 여가 활동에 대한 외재적 보상이 주어  
 지더라도 그것이 주변 체험으로 지각되고 중심여  
 가체험의 내재적 보상이 제대로 지각되는 경우 그  
 활동에 대한 내재적 동기는 줄어들지 않을 것이다.

외재적 보상이 주변체험으로 지각되느냐 혹은 중심체험으로 지각되느냐 하는 것은 보상의 구조적 특성(즉, 과제-비연계 보상, 과제-연계보상 혹은 수행-연계보상)과 관련이 있을 것이다. 하나의 여가 활동에 외재적 보상이 주어지더라도 그것이 활동의 구조적 특성과 관련이 없는 종류의 보상(즉, 과제-비연계 보상)이라면 행위자는 그 보상을 활동 주변적인 것으로 지각할 것이고 따라서 본래의 내재적 동기는 감소하지 않는다. 실제로 내재적 동기와 외재적 동기의 관계에 대한 메타 분석 결과들은 과제-비연계 형태의 외재적 보상이 활동 수행 중에 주어지고 향후 그 외재적 보상이 주어지지 않더라도 내재적 동기를 감소시키지 않는다는 결론을 내리고 있다(Amabile, 1993; Cameron & Pierce, 1994; Tang & Hall, 1995). 이러한 현상이 소위 “넘도 보고 뿔도 따는 경우”라고 할 수 있겠다.

그러나 주어지는 외재적 보상이 활동의 구조적 특성과 관련이 있는 경우라면(즉, 과제-연계 보상 및 수행-연계 보상) 예상은 조금 복잡하다. 기존 연구들의 일관된 결과는 과제-연계 보상이 주어지는 경우, 향후(그것이 제거되면) 내재적 동기가 감소하고(Deci & Ryan, 1985; Tang & Hall, 1995), 수행-연계된 보상은(향후 그것이 제거되더라도) 내재적 동기를 유지 혹은 증가시킨다는 것이다(Cameron & Pierce, 1994). 기존 연구들은 과제-연계된 보상의 부적 효과에 대하여 과정당화 가설로 설명하고, 수행-연계 보상의 정적 효과에 대해서는 능력에 대한 정보가 가설로 설명한다(장재윤 · 구자숙, 1998; Cameron & Pierce, 1994; Deci & Ryan, 1985; Tang & Hall, 1995). 그러나 두 가지 외재적 보상의 반대 효과를 각각 다른 기제로 설명하는 것은 논리적 모순이 될 수 있다. 특히 수행-연계 보상의 경우 자기결정감은 감소시키는 반면 유능감을 증진시킨다는 논리를 따르기 위해

서는 내재적 동기의 작용에서 유능감 지각이 자기결정감 지각보다 더 중요하다는 가정을 해야만 한다. 이러한 가정은 내재적 동기 과정에서 자기결정감이 유능감 지각보다 더 중요하다고 가정하는 ‘과정당화 가설’의 논리와 모순되는 것이다. 더불어서 유능감을 제외한 다른 종류의 여가 체험들이 내재적 보상으로 작용한다는 사실을 무시하게 된다.

이에 대한 대안 설명은 중심체험과의 관련성으로 간단히 설명할 수 있다. 주어지는 외재적 보상이 중심체험과 조화를 이루는 경우라면(가령, 수행-연계 보상 vs 유능감 및 최적 각성) 그러한 외재적 보상은 내재적 동기에 오히려 긍정적인 효과를 지닐 것이다. 이러한 현상에 대하여 Amabile (1993)은 내재적 보상과 외재적 보상의 가산성을 고려한 동기적 시너지(motivational synergy)라는 개념을 제시하였다(장재윤 · 구자숙, 1998, p.57).

그러나 주어지는 외재적 보상이 중심 체험과 조화를 이루지 못할 뿐 아니라 그것이 야기하는 감정의 강도가 여가 체험의 강도보다 크다면 그것은 내재적 동기에 부정적인 영향을 미칠 것이다. 외재적 보상은 여가의 반대 조건을 의미하기 때문에 그 보상이 야기하는 체험은 여가 활동이 야기하는 체험과 비교될 수밖에 없을 것이다. 즉, 과제-연계적 보상이 주어지는 경우, 외재적 보상 체험의 강도가 여가 중심체험의 강도보다 크다면 행위자는 내재적 보상이 과소하게 지각될 것이고, 그 활동에 대한 내재적 동기가 줄어들 것이다. 그러나 반대로 외재적 보상 체험이 여가 중심 체험의 강도보다 약하다면 오히려 내재적 보상 체험의 강도는 과대하게 지각될 것이고, 내재적 동기는 줄어들지 않을 것이다. 후자의 경우 과제-연계적 보상이라 하더라도 그것은 단지 활동 주변체험으로 지각될 수도 있다.

명제 7. 여가 활동에 대한 외재적 보상이 주어지는 경우 그것이 중심체험과 조화를 이루는 조건이라면, 동기적 시너지 효과가 나타날 것이고, 그 활동에 대한 내재적 동기가 증가할 것이다.

명제 8. 여가 활동에 대한 외재적 보상이 중심체험과 조화를 이루지 못하는 경우, (향후 그 외재적 보상이 제거되면) 그 활동에 대한 내재적 동기는 외재적 보상 체험의 강도와 여가 중심 체험의 강도 사이의 비교 함수에 의해 결정될 것이다.

이처럼 활동 중심체험으로서 내재적 보상과 외재적 보상이 공존하는 경우, 어느 보상을 더 중요한 것으로 지각하느냐에 따라 그 활동은 여가가 될 수도 있고 일(혹은 의무)이 될 수 있다. 따라서 외재적 동기를 가지고 시작한 활동이라고 하더라도(가령, 운동 선수) 활동의 중심 체험으로서 여가체험(즉, 내재적 보상)이 외재적 보상보다 더 크게 지각된다면 그 개인에게 있어서 그 활동은 여가 현상으로 혹은 여가적 활동으로 인식될 것이다. 또한 반대의 변화 과정이 발생할 수도 있다. 이런 점에서 하나의 활동이 언제나 여가나 일로 지각되는 것은 아니며, 개인의 체험 과정에 따라 달라진다. 예를 들어, 어떤 목적지를 사업차 여행하는 사람에게 있어서 여행동안에 어떤 체험을 하느냐에 따라 나중에는 동일한 여행지를 순수 관광의 목적으로 가기도 한다.

이러한 관점으로 내재적 동기에 대한 선행 연구들을 다시 검토하여 재해석할 수 있다. 예를 들어 기존 연구들을 메타분석한 Tang & Hall (1995)은 외재적 보상을 제공함으로써 활동에 대한 내재적 동기가 감소한 경우와 반대로 내재적 동기가 증가한 경우를 10가지 조건을 고려하여 제시하였다. 그러나 이러한 해석은 매우 복잡하여 외재적 보상과 내재적 동기의 관계를 간략히

묘사하는 데 어려움을 야기한다. 본 연구의 관점으로 보면, 이러한 결과는 간단히 세가지 조건을 가정하여 설명할 수 있다. 첫째, 외재적 보상이 중심체험으로 지각되느냐 주변체험으로 지각되느냐의 문제(즉, 과제-연계 보상 vs 과제-비연계 보상), 둘째, 외재적 보상이 활동 중심체험으로 지각되더라도 그것이 여가 중심체험과 조화를 이루느냐 부조화냐의 문제(즉, 수행-연계보상의 경우와 긍정적 피드백 유무의 경우), 셋째, 외재적 보상의 강도가 여가 중심체험의 강도보다 강하나 약하냐의 기준(즉, 최초의 흥미 수준)으로 설명할 수 있다.

특히 세 번째 조건의 경우는 부연 설명이 필요한데, 피험자들의 최초 흥미 수준이 낮은 과제를 사용한 연구들에서 과제-연계된 보상이 주어졌음에도 나중에 그 과제에 대한 흥미(즉, 내재적 동기수준)가 증가하였다는 결과는 사실 전통적인 내재적 동기론의 관점으로(Deci & Ryan, 1985) 설명하기 힘들다. 그럼에도 불구하고 최초 흥미 수준이 높은 과제만을 대상으로 외재적 보상의 부적 효과를 말하는 것은 기존 이론의 한계를 의미할 뿐이다. 엄밀히 말하면, 대부분의 내재적 동기 연구들은 놀이나 게임같이 최적 각성추구를 전제로 하는 활동을 소재로 활용하였고, 나아가 그것에 대한 흥미가 높은 피험자 조건에서만 외재적 보상의 부적 효과가 발견되었다는 사실은 성취동기가 높은 경우이거나 그러한 사람에게만 연구 결과가 적용된다고 해석할 수도 있다. 성취동기는 개인의 기술과 과제의 난이도 사이의 적절한 조화의 결과로서 Deci의 유능감이나 Csikszentmihalyi의 flow 이론처럼 최적 각성 추구를 전제로 하기 때문이다. 결국, 과제에 대한 흥미 수준이 낮은 경우 기존 내재적 동기이론의 예언이 맞지 않는다는 연구결과는 과제에 대한 초기 성취동기 수준을 고려하지 못했기 때문일 수 있다. 그리고

어떤 과제에 대한 초기의 성취동기는 수행 경험에 대한 사전 기대를 포함하고 있다는 것을 쉽게 짐작할 수 있다.

최초흥미 수준의 한계는 이중통로 여가체험 모형으로 설명할 수 있다. 최초 흥미가 낮은 과제라고 할지라도(즉, 활동 중심속성에 흥미수준이 낮은 경우), 과제를 수행하는 동안 여가 중심체험을 지각한다면 ‘기대 이상의 재미’(즉, positive dis-confirmation between expectation and performance)를 지각하게 될 것이며, 과제-연계형 외재적 보상이 주어지더라도 그것이 예측되는 상황에서 지각되는 보상은 기껏해야 기대충족 수준의 체험(confirmation between expectation and performance)에 불과하다. 이런 경우 여가중심체험의 강도(즉, 기대이상)는 보상체험의 강도(즉, 기대수준)보다 클 것이고, 내재적 동기는 오히려 증가할 것이다. 기존 연구들의 또 다른 한계는 외재적 보상이 내재적 동기에 미치는 영향을 조사하면서 정작 내재적 보상과 외재적 보상의 관계나 내재적 보상의 직접 효과에 관한 탐구 시도가 없다는 점이다. 본 연구의 이중통로 여가체험 모형은 내재적 보상으로서 여가 체험의 역할을 직접 다룰 수 있다는 점에서 기존 연구들의 이러한 한계를 개선하고 있다.

## 결론 및 시사점

지각된 자유감과 내재적 동기를 여가행동의 결정적 요소로 간주한 본 논문에서는 일상 생활의 대부분 활동들이 이 두 가지 요소를 포함한다고 가정함으로써 대부분의 인간 활동은 상대적인 수준에서 여가적 속성을 지닌다고 보았다. 이러한 관점은 전통적인 여가심리학의 입장과 일치하고 있으며, 따라서 하나의 구체적인 활동을 여가인

가 일인가로 구분하는 이분법적 여가 기준은 적합하지 않다는 것이 본 연구의 입장이다.

또한 전통적인 내재적 동기 이론에서는 최적각성추구 경향만을 전제로 하여 자기유능감의 욕구와 유능감 체험을 내재적 동기의 결정 요인으로 간주하였으나, 본 연구에서는 내재적 동기의 전제로서 이완추구 경향이 동시에 고려되어야 한다고 보았다. 여가 장면에서 이완추구와 최적각성추구는 동시에 활성화될 수 있다고 보았고, 인간의 거의 모든 여가 욕구들은 이 두 가지 추구 성향의 조합 속에 포괄되어 나타난다고 보았다. 여가 동기의 구조를 제시한 그림 3의 이중추동 모형은 한가지 여가 활동에서도 다양한 욕구가 복합적으로 작용할 수 있는 이유를 설명해 준다.

두 가지 추동에 근거한 동기의 방향은 곧 활동이 이루어지는 속성이나 맥락을 고려함으로써 이해된다. 하나의 여가 활동을 하는 동안 행위자가 접하는 환경속성이나 구조적 맥락은 곧 동기의 작용 방향이며, 이러한 맥락은 다시 중심요소와 주변요소로 구분될 수 있다. 여가 체험은 이러한 맥락 요소들에 근거하여 중심체험과 주변체험으로 나누어질 수 있으며, 체험의 두 종류와 동기 경향성 두 가지의 관계성은 다시 2×2의 조합으로 이해된다.

그림 4의 이중통로 여가체험 모형은 이러한 관계를 설명하고 있으며, 이 모형은 다시 중심체험과 주변체험의 특징이 이미 수행한 활동을 추구하는 내재적 동기에 어떻게 영향을 미치는지를 예언하고 있다. 더불어서 내재적 보상으로 작용하는 중심 여가 체험과 외재적 보상의 관계에 대해서도 전통적인 내재적 동기 연구들이 제시한 복잡한 조건들 대신에, 두 보상의 연관성과 체험 강도의 비교라는 기준으로 간단히 설명하였다. 마지막 부분에서는 여가행동의 이중추동 모형과 이중통로 여가체험 모형이 일반적이며 가장 복합

적인 여가라고 일컬어지는 순수관광 행동에도 타당하게 적용될 수 있음을 설명하였다.

결국, 본 연구에서 제안한 이증추동 모형과 이증통로 여가체험 모형은 하나의 활동이 왜 지속되고 왜 반복되며, 또 왜 다른 여가 종류로 대체(substitution)되는지를 잘 설명해준다. 나아가 일로 시작한 활동이 나중에는 여가활동이 될 수 있는 이유를 설명하고 있고, 반대로 여가 행동이 일로 변하는 과정도 설명해 준다. 여가 장면의 중심 맥락과 주변맥락을 구분하고 나아가 각 맥락에 맺혀있는 동기적 경향성을 고려하면 하나의 여가 활동이 지니는 생명곡선은 쉽게 그려질 것이다.

이러한 여가체험 모형은 곧 여가 프로그램을 진단하는 데에도 쉽게 적용될 수 있다. 어떤 종류의 여가 프로그램이라 할지라도 중심체험과 주변체험의 조화를 만들어내고 최적작성과 이완 체험의 조화만 이루어낸다면 결코 재미없거나 혹은 버거운 프로그램은 되지 않을 것이다. 두 가지 추동의 조합과 맥락을 고려하여 여가 참여자의 동기적 위치를 확인하면, 참여자에 맞는 여가 프로그램을 개발할 수도 있다.

그럼에도 불구하고 본 연구에서 제시한 여가체험 모형은 아직 제안에 불과하다. 제안한 8 개의 명제를 중심으로 경험적 연구가 이루어질 필요가 있다는 주장은 당연하다. 지속적으로 많은 후속 연구가 이루어져야만 이 모형이 타당한지를 확인할 수 있다. 더불어서 이증통로 여가체험 모형의 적용 범위가 여가 장면에만 국한되는지의 여부도 확인되어야 한다. 서론에서 언급한 것처럼 일반적으로 여가라고 부르지 않는 현상이라고 할지라도 상식적인 수준에서 이루어지는 모든 인간 행동은 곧 여가장면의 현상과 일맥 한다. 여가 행동이 가장 자연스러운 조건에서 이루어진다는 점에서 여가의 본질은 곧 상식적 가치를 지니기 때문이다. 이러한 상식적 가치 중의 하나가 바로

내재적 동기의 전제인 변화와 안정에 대한 추구이다. 변화를 원하면서 동시에 안정을 희구하는 양면성의 가치가 여가 현상을 지배하는 것이다. 우리의 정치사에서 “안정 속의 개혁”이라는 정치적 슬로건이 어떻게 그토록 큰 대중적 효과를 야기했는지를 이해할 수 있다.

## 참고문헌

- 고동우 (1998). 관광의 심리적 체험과 만족감의 관계. 고려대학교대학원 박사학위 청구논문.
- 고동우 (1998a). 선행 관광행동 연구의 비판적 고찰: *Annals of Tourism Research*의 연구논문을 중심으로. *관광학연구*, 22(1), 207-229.
- 고동우 (1998b). 관광 후 평가 개념의 경험적 구분. *관광학연구*, 22(2), 309-316.
- 고동우 (2001). 기획축제 참가자의 여가 경험: 내재적 동기론을 중심으로. *한국심리학회지: 소비자 광고*, 1(2), 187-203.
- 성영신 · 고동우 · 정준호(1996a). 여가의 심리적 의미. *한국심리학회지: 산업 및 조직*, 9(2), 17-40.
- 성영신 · 고동우 · 정준호 (1996b). 여가 경험의 심리적 본질: 재미란 무엇인가?. *소비자학 연구*, 7(2), 35-57.
- 이수정 (2001). 정서의 이론적 접근에 입각한 정서관리 방략. *한국심리학회: 일반*, 20(1), 67-90.
- 장재윤 · 구자숙 (1998). 보상이 내재적 동기 및 창의성에 미치는 효과: 개관과 적용. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 12(2), 39-77.
- Amabile, T. M. (1993). Motivational synergy: Toward new conceptualizations of intrinsic and extrinsic motivation in the work place. *Human Resource*

- Management Review*, 3, 185-201.
- Bammel, G. & Bammel, L. L. B. (1982). [하헌국 역 (1993). *여가와 인간행동*. 백산출판사]
- Beard, J. G. & Ragheb, M. G. (1983). Measuring leisure motivation. *Journal of Leisure Research*, 15(3), 219-228.
- Bello, D. C. & Etzel, M. J.(1985). The role of novelty in the pleasure travel experience. *Journal of Travel Research*, 24(1), 20-26.
- Berlyne, D. E. (1960). *Conflict, Arousal, and Curiosity*. NY: McGraw-hill.
- Berlyne, D. E. (1963). Motivational Problems Raised by Exploratory and Epistemic Behavior. In Sigmund Koch (Ed.), *Psychology : A study of a science, v.5*, 284-386, NY: McGraw-hill.
- Cameron, J. & Pierce, W. D. (1994). Reinforcement, Reward and Intrinsic Motivation: A meta-analysis. *Review of Educational Research*, 64, 363-423.
- Cohen, E. (1972). Toward a Sociology of International Tourism. *Social Research*, 39(1), 164-89.
- Cohen, E. (1974). Nomads from Affluence: Notes on the Phenomenon of Drifter-tourism. *International Journal of Comparative Sociology*, 14(1-2), 89-103.
- Cohen, E. (1979). A Phenomenology of Tourist Experiences. *Sociology*, 13(2), 179-201.
- Cohen, E. (1988). Authenticity and Commoditization in Tourism, *Annals of Tourism Research*, 15, 371-386.
- Crompton, J. L. (1979). Motivations for Pleasure Vacation. *Annals of Tourism Research*, 6, 408-424.
- Csikszentmihalyi, M.(1975). *Beyond Boredom and Anxiety*. SF: Jossey-Bass.
- Csikszentmihalyi, M.(1990). *Flow: The psychology of Optimal Experience*. NY: Harper & Row.
- Dann, G. M. S. (1977). Anomie, Ego-enhancement and Tourism. *Annals of Tourism Research*, 4, 184-194.
- Dann, G. M. S. (1978). Tourist Satisfaction: A highly complex variable. *Annals of Tourism Research*, 5, 440-443.
- Dann, G. M. S. (1981). Tourist Motivation: An appraisal. *Annals of Tourism Research*, 8, 187-219.
- De Charms, R. (1968). *Personal Causation: The Internal Affective Determinants of Behavior*. NY: Academic Press.
- De Grazia, S. (1962). *Of Time, Work and Leisure*. NY: Twenties Century Fund.
- Deci, E. M. (1971). The Effects of Contingent and Noncontingent Reward on Intrinsic Motivation. *Organizational Behavior and Human Performance*, 8, 217-229.
- Deci, E. M.(1975). *Intrinsic Motivation*. NY: Plenum Press.
- Deci E. M. & Ryan, R. L. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. NY: Plenum Press.
- Deci E. M. & Ryan, R. L. (1991). A Motivational Approach to Self: Integration in Personality. *Nebraska Symposium on Motivation(1990)*, 38, 237-288.
- Eagly, A. H. & Chaiken, S. (1993). *The Psychology of Attitudes*. Harcourt Brace Jovanovich College.
- Evans, P. (1989). *Motivation and Emotion*. London: Routledge.
- Ewert, A. & Hollenhorst, S. (1994). Individual and Setting Attributes of the Adventure Recreation Experience. *Leisure Science*, 16, 177-191.
- Fishbein, M. & Ajzen I. (1975). *Belief, Attitude,*

- Intention and Behavior*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Fodness, D. (1994). Measuring tourist motivation. *Annals of Tourism Research*, 21(3), 555-581.
- Geva, A., & Goldman, A. (1991). Duality in consumer post-purchase attitude. *Journal of Economic Psychology*, 12, 141-164.
- Hebb, D. O. (1955). Drives and the Conceptual Nervous System. *Psychological Review*, 62, 243-254.
- Hu, Y. & Ritchie, J. R. B. (1993). Measuring destination attractiveness: A contextual approach. *Journal of Travel Research*, 32(fall), 16-24.
- Hughe, G. (1995). Authenticity in tourism. *Annals of Tourism Research*, 22(4), 781-803.
- Iso-Ahola, S. E. (1980). *The social psychology of leisure and recreation*. Dubuque, Iowa: Wm. C. Brown.
- Iso-Ahola, S. E. (1982). Toward a social psychological theory of tourism motivation: A rejoinder. *Annals of Tourism Research*, 9(2), 256-262.
- Iso-Ahola, S. E. (1983). Toward a social psychology of recreational travel. *Leisure Science*, 2, 45-56.
- Jackson, M. S., White, G. N., & Schmierer, C. L. (1996). Tourism experiences within an attributional framework. *Annals of Tourism Research*, 23(4), 798-810.
- Kelly, J. R. (1990). *Leisure(2nd ed.)*. NJ: Prentice-Hall.
- Kubey, R., & Csikszentmihalyi, M.(1990). *Television and the Quality of Life : How viewing shapes everyday experience*. Hillsdale, NJ : Lawrence Erlbaum.
- Lee, T-H. & Crompton, J. (1992). Measuring novelty seeking in tourism. *Annals of Tourism Research*, 19, 732-751.
- Lepper, M. R., Greene, D., & Nisbett, R. E. (1973). Undermining Children's Intrinsic Motivation with Extrinsic Reward: A test of the "overjustification" hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 28, 129-137.
- Levy, J. (1978). *Play Behavior*. NY: Wiley.
- London, M., Crandall, R., & Fitzgibbons, D. (1977). The Psychological Structure of Leisure: Activities, needs, people. *Journal of Leisure Research*, 9, 252-263.
- Lounsbury, J. W. & Polik, J. R. (1992). Leisure needs and vacation satisfaction. *Leisure Science*, 14, 105-119.
- MacCannell, D. (1973). Staged authenticity : Arrangements of social space in tourist settings. *American Journal of Sociology*, 79, 589-603.
- MacCannell, D.(1976). *The tourist: A new theory of the leisure class*. [오상훈 역(1994). *관광객. 일신사*].
- Mannell, R. C., & Iso-Ahola, S. E. (1987). Psychological nature of leisure and tourism experience. *Annals of Tourism Research*, 14, 314-331.
- Mannell, R. C. & Kleiber, D. A. (1997). *A Social Psychology of Leisure*. PA: Venture.
- Mansfeld, Y. (1992). From Motivation to Actual Travel. *Annals of Tourism Research*, 19, 399-419.
- Mo, C., Howard, D. R., & Havitz, M. E.(1993). Testing an International Tourist Role Typology. *Annals of Tourism Research*, 20(2), 319-335.
- Moscardo, G. M., & Pearce, P. L. (1986). Historic Theme Parks : An Australian experience in authenticity. *Annals of Tourism Research*, 13, 467-479.
- Neulinger, J. (1974). *The Psychology of Leisure : Research approaches to the study of leisure*. Springfield, III.: Charles C. Thomas.

- Neulinger, J. (1981a). *To Leisure: An Introduction*. Boston: Allyn & Bacon.
- Neulinger, J. (1981b). *The Psychology of Leisure*. (2nd ed.). Springfield, III.: Charles C. Thomas.
- Pearce, P. (1982). *The social psychology of tourist behavior*. Oxford: Pergamon.
- Pearce, P. (1988). *The Ulysses Factor*, NY: Springfielder-Verlag.
- Pearce, P. (1993). Fundamentals of Tourism Motivation (Ch.7). In Edited by D. G. Pearce & R. W. Butler, *Tourism Research*, London: Routledge.
- Pearce, P., & Stringer, P. F. (1991). Psychology and Tourism. *Annals of Tourism Research*, 18, 136-154.
- Petty, R. E. and Cacioppo, J. T. (1981). *Attitudes and Persuasion: Classic and Contemporary Approaches*. Dubuque, IA: Wm. C. Brown.
- Pizam, A., Neumann, Y., & Reichel, A. (1979). Tourist Satisfaction : Uses & misuses. *Annals of Tourism Research(Rejoinders and commentary)*, 6(1), 195-197.
- Plog, S. C. (1974). Why Destination Areas Rise and Fall in Popularity. *Cornell Hotel and Restaurant Administration Quarterly*, November, 13-16.
- Ritchie, T. R. B. & Zins, M. (1978). Culture as Determinant of the Attractiveness as a Tourism Region. *Annals of Tourism Research*, 5(2), 252-268.
- Ross, G. F., & Iso-Ahola, S. E. (1991). Sightseeing Tourists' Motivation & Satisfaction. *Annals of Tourism Research*, 18, 226-237.
- Russell, J. A. (1980). A Complex Model of Affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(6), 1161-1178.
- Russell, R. V. (1996). *Pastimes: The context of contemporary leisure*. Iowa: Brown & Benchmark.
- Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness: On depression, development, and death*. SF: W. H. Freeman & Co.
- Shivers, J. S. (1981). *Leisure and Recreation Concepts: A critical Analysis*. Boston: Allyn & Bacon.
- Smith, S. L. J. (1990). A test of Plog's allocentric/psychocentric model: Evidence from seven nations. *Journal of Travel Research*, 28(4), 40-43.
- Stebbins, R. A. (1982). Serious Leisure: A conceptual statement. *Pacific Sociological Review*, 25, 25-72.
- Stebbins, R. A. (1992). *Amateurs, Professionals, and Serious Leisure*. Montreal, PQ: McGill-Queen's University.
- Tang, S. & Hall, V. C. (1995). The Overjustification Effect: A meta-analysis. *Applied Cognitive Psychology*, 9, 365-404.
- Tinsley, H. E. A., Barrett, T. C., & Kass, R. A. (1977). Leisure Activities and Need Satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 9, 110-120.
- Zuckerman, M.(1979). *Sensation Seeking: Beyond the Optimal Level of Arousal*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.

## **Leisure Motivation and Experiences: Dual drives model and Dual paths experiences model**

**Dong-Woo Ko**

**Faculty of Tourism, Gyeongju University**

This study suggests two types model for understanding the leisure motivations and onsite experiences through theoretical review. Past studies on leisure motivations made the author to take a conclusion that all leisure motivations were decided on one or both of the optimal arousal seeking drive and relaxation seeking drive. Dual drives model have been explained in context with leisure activity attributes which might be discriminated into primary path and peripheral one. In addition, it was considered that extrinsic rewards have functions to facilitate or inhibit the intrinsically motivated leisure activities. These processes were described on the suggested Dual Paths Experiences Model of leisure. With 8 kinds of statements for the models, directions for empirical research on leisure motivations and experiences were suggested.

*keywords : leisure motivation, leisure experiences, optimal arousal, relaxation, Dual drives model, Dual paths experiences*