

몰입(flow) 기능의 재구성: 몰입과 행복 관계에 대한 타인맥락의 조절효과를 중심으로

장 훈* 한성열
고려대학교

기존 몰입연구는 개인적인 경험측면과 몰입경험이 개인에게 어떠한 긍정적 기능이 있는지 밝히는데 주안점을 두었다. 하지만 본 연구는 몰입경험과 경험의 기능적 측면을 통합적으로 이해하기 위해서 몰입경험에 대한 중요타인의 평가, 중요타인의 평가에 따른 몰입의 심리적 결과물이 어떻게 달라지는지 알아보았다. 이를 위해 연구 1에서는 중요타인의 개인몰입에 대한 동의여부, 몰입으로 인한 자의식 유무, 타인과 의견공유 여부가 몰입과 행복의 관계를 어떻게 조절하는지 알아보았다. 연구 결과, 개인몰입에 대한 중요 타인의 동의여부, 몰입자의식, 의견조율은 몰입수준과 상호작용하여 몰입의 결과물에 영향을 주는 것으로 나타났다. 동의여부, 자의식은 동일한 패턴의 조절효과를 보였고, 의견공유는 반대 패턴의 조절효과를 보였다. 이와 관련해서는 논의부분에 논의 하였다. 연구 2에서는 무엇 때문에 개인의 몰입에 타인이 동의/비동의를 하는지 알아보았다. 연구 결과, 사회적으로 가치 없는 활동, 다른 활동에 지장을 주는 활동에 몰입하는 경우 중요타인은 개인의 몰입에 동의하지 않았고, 사회적 가치가 있는 영역에 몰입하는 것에 동의하는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 종합해보면, 타인이 인정할 수 없는 활동에 몰입할 경우, 타인은 개인의 몰입에 대해 부정적인 태도를 취하고, 이는 다시 개인의 몰입의 결과물에 영향을 줄 수 있다고 추론되었다. 이와 관련된 문제를 추가적으로 논의하였다.

주요어 : 몰입, 중요타인, 맥락효과, 몰입의 부정적 기능

몰입은 의식을 심리적 반 엔트로피 상태(질서의 상태)로 이끌기 때문에 긍정적인 경험이라고 주장되어왔다(Csikszentmihalyi, 1997, 2000). 의식의 무질서 상태가 되면 심리적 질의 기복이 커 부정적이 될 가능성이 크기 때문이다. 의식의 질서를 추구하는 것은 인간의 기본적인 본성이

기도 하다(Csikszentmihalyi, 1997, 2000). 의식의 질서를 자주 반복하는 것은 자아의 일관성에 영향을 미치고 자아의 일관성은 자아를 존중하게 만드는 원천이 된다. 때문에 가장 좋은 삶은 자신이 하는 일에 온전히 몰입하는 것으로 규정되기도 한다(Nakamura & Csikszentmihalyi, 2002).

* 교신저자: 장 훈, 고려대학교 BK21 뇌기반 심리학 사업단, (136-701) 서울시 성북구 안암동 5가 1번지
Tel : 02-3290-1636, Email : jhoon99@hanmail.net

몰입의 조건과 특징은 의식을 질서 있게 하는데 중요한 역할을 한다. 몰입의 조건과 특징에 속하는 과제와 난이도와 과제를 해결할 기술의 균형, 명확한 목표와 규칙, 즉각적 피드백, 자동적, 자기 목적적 특성은 근접 목표를 제공하고 정신을 한곳으로 모으는데 유리한 조건이 된다(Csikszentmihalyi, 1997). 또한 몰입의 조건과 특징은 동화(assimilation), 숙달(mastery), 자발적 흥미(spontaneous interest), 탐구(exploration)로 향하는 경향이 끌어 내게 된다(Csikszentmihalyi, 1997, 2000). 이러한 경향은 인지적으로나 사회발달에 가장 중요한 요소 중 하나이며, 삶에 즐거움과 왕성함에 원천이 된다(Csikszentmihalyi & Rathunde, 1993). 하지만 몰입경험은 몰입활동을 하고 있는 중에는 자신을 자각하지 못하고, 평가와 같은 인지작용이 가미 되지 않기 때문에 자신이 얼마나 행복한지 느끼거나 평가하지 못한다(Csikszentmihalyi, 1997, 2000). 몰입활동이 끝난 후에는 자아의 확장을 깨닫게 되고, 평가할 수 있기 때문에 다양한 긍정적인 결과물이 뒤따르게 된다고 주장되고 있다(Csikszentmihalyi, 1997, 2000).

몰입의 긍정적 기능

몰입경험의 개인적 기능 중 가장 중요한 점은 몰입경험이 개인으로 하여금 성장하도록 한다는 점에 있다. 몰입경험의 조건인 대상과제의 난이도와 난이도를 해결할 수 있는 기술의 균형은 개인의 기술향상과 직접적으로 연관되어 있다(Csikszentmihalyi, 1997, 2000). 몰입을 경험하기 위해서는 과제의 난이도가 높아짐에 따라 개인의 과제 해결 기술이 동등한 수준으로 뒷받침되어야 한다. 몰입을 하게 되면 과제와 기술의 상호 피드백을 통해 과제난이도와 기술수준의 점차적인 증가를 이루어낸다. 다시 말하면 몰입의 기본적인 조건을 통해 개인은 과제의 난이도에 맞추어 점차적인 기술의 증가, 성장을 이룰 수 있다. 다양한 몰입연구에서 개인의 성장과 관련된 긍정적인 결과물들이 보고 되어왔다. 몰입경험이 학생들의 참여와 성취감을 높여주기도 하고(Carli, Delle Fave, & Massimini, 1988; Nakamura, 1988), 몰입경험에 시간을 많이 투자한 경우 자존감이 높아지기도 한다고 보고되었다(Adlai-Gaile, 1994; Wells, 1988).

Csikszentmihalyi 와 LeFevre(1989)의 도시근로자 연구에서는 몰입이 개인의 활동, 집중, 창조성, 수행을 강화시키고, 개인의 동기와 만족수준을 높이는 데도 도움을 준다고 나타났다. 한국에서 몰입경험을 기업현장에 적용한 박근수, 유태용(2007)의 연구에서는 일에 대한 몰입이 과업수행, 직무만족, 정신건강, 삶의 만족 등에 긍정적인 상관관이 있었으며, 이직의도, 부정정서와는 부적의 상관관이 있다고 보고하였다.

몰입의 두 번째 개인적 기능은 몰입경험이 개인의 즐거움과 행복에 기여한다는 점이다(Csikszentmihalyi, 1997, 2000). 몰입처럼 내적동기가 강하게 반영되는 경험을 할 경우 재미와 같은 즐거운 정서를 경험하게 되고 궁극적으로 행복해 질 수 있다(Patall, Cooper & Robinson, 2008) 몰입경험의 누적은 자아의 확장, 정돈된 심리적 질을 통해 개인의 행복에 기여하게 된다고 주장되고 있다(Csikszentmihalyi, 1997, 2000). 일련의 경험적 연구들은 몰입과 개인의 행복과의 상관관계에 대한 주장을 뒷받침한다. 예를 들면, Csikszentmihalyi와 Hunter(2003)의 연구에서 몰입활동과 관련된 활동에 보다 많은 시간을 투자하는 것은 행복을 높여주는 것을 나타냈다. 또한 몰입경험은 전반적인 삶의 만족을 높인다는 연구들도 있다(장훈, 2001; Hills, Argyle, & Reeves, 2000). 몰입 외에도 행복에 영향을 미치는 요인은 수없이 많이 존재하지만 몰입이 중요한 이유는 외부적 조건에 상관없이 내부적 보상 경험으로 행복해 질 수 있다는 점이다.

몰입영역의 사회적 의미

기존에 몰입과 관련된 연구들에 나타나는 몰입활동의 두 가지 특징은 몰입이 일어나는 활동이 과제의 난이도가 구조화¹⁾되어 있다는 점과 몰입활동 영역이 일반적으로 긍정적인 활동으로 인정받는 영역이었다는 점이다(한성열, 장훈, 2010). 몰입 연구들에 의하면 개인이 특정 활동을 할 때 과제와 기술의 균형이 일어나면 어떤

1)활동이 구조화 되어 있다는 의미는 활동의 과제(Challenge) 난이도가 위계적으로 되어 있다는 것을 의미하고, 몰입을 유사한 다른 개념과 구분하는 가장 중요한 특징이다. -> 각주 전부다.. 숫자로

활동에서도 몰입경험을 할 수 있다고 주장한다(Csikszentmihalyi, 1997; Hekner, 1996; Keller & Bless, 2008). 몰입이 글쓰기(Perry, 1996), 컴퓨터(Trevino & Trevino, 1992), 가르치기(Coleman, 1994), 읽기(McQuillan & Conde, 1996), 운동(Jackson, 1996) 등과 같이 다양한 영역에서 보고되는 것은 이와 같은 맥락이다. 몰입활동의 조건인 활동의 과제난이도와 기술의 균형이 이루어지지 않으면 불안, 권태, 근심 등 몰입과는 다른 심리적 경험을 하게 된다고 밝혀졌다(Csikszentmihalyi, 1997, 2000; Keller & Bless, 2008). 즉, 몰입의 조건인 과제와 기술의 균형이 불균형으로 바뀌면 몰입경험에서 얻을 수 있는 긍정적인 경험이 아닌 부정적인 경험을 하게 된다. 나이가 이러한 경험들은 개인의 성장과 행복에 부정적인 영향을 줄 수 있다(Csikszentmihalyi, 1997, 2000).

그렇다면 몰입활동에 대한 사회적 평가가 부정적이려면 어떻게 되는가? 예를 들면 개인이 인터넷 게임, 오토바이족, 위험행동과 같은 사회적으로 부정적인 활동에 몰입 할 때도 사회적으로 긍정적인 활동에 몰입 할 때와 똑같은 심리적 결과물을 얻을 수 있을까? 이러한 질문이 유효함에도 불구하고 아직까지 충분히 검토된바 없다. 이와 관련해서 일본의 오토바이족 연구(Sato, 1988)와 인터넷 게임 연구(장훈, 2001) 등은 몰입과 사회평가와 관련된 질문에 대한 단서를 제공할 수 있다. 우선 사회적으로 부정적인 인식이 확고한 오토바이족은 비교적 명확하게 개인의 경험과 사회적 평가의 충돌이 나타날 수 있다. 오토바이를 타는 구조는 일종의 과제와 기술의 균형을 위계화 할 수 있는 구조이기 때문에 몰입을 경험할 수 있다(Sato, 1988). 그러나 통상적으로 오토바이족은 사회적 가치상 부정적으로 인식된다. 이러한 경우 개인의 긍정경험과 사회적 부정적 가치는 서로 충돌하게 된다. 내재화된 사회적 규범과 개인행위가 충돌하게 되면 죄책감과 같은 자의식 정서(self conscious emotion)를 느낄 가능성이 생길 수도 있고(Higgins, 1987), 보다 직접적으로 중요타인과의 갈등을 경험할 수도 있다(문숙재, 최자경, 2008; Berscheid & Ammazalorso, 2001).

오토바이 타기와 같이 사회적으로 부정적인 인식이 확고한 영역과는 다르게 사회적 평가가 보류된 영역에서는 때때로 몰입이 중독으로 혼용되어서 사용되기도 한다. 예를 들면, 인터넷 게임에 몰입하는 경우는 게임에

대한 과도한 몰입이 중독으로 인식되기도 한다(Young, 1998). 몰입이 중독적 특성(내성, 금단 등)을 지녔다는 의미다. Csikszentmihalyi 와 Rathunde(1993)도 몰입경험의 중독의 위험성에 대해서 경고하기도 했다. 그러나 실제로 몰입이 중독과 경험적 측면에서 어떻게 유사한지는 중요한 문제가 아니다(허태균, 장훈, 2007). 왜냐하면 현재 중독을 판별하는데 경험이 아니라 사회적 평가에 의한 사회적 기능 여부가 더 중요하게 작동하기 때문이다(허태균, 장훈, 2007). 중독의 준거 중 사회적 기능과 관련된 부분은 행위, 경험에 대한 사회적 평가에 영향을 미치고, 사회적으로 부정적으로 평가되는 순간 특정 행위, 경험은 중독적 특성을 가진 경험으로 이해될 수 있다(허태균, 장훈, 2007). 때로는 운동에 대한 몰입이 일상생활의 사회적 기능을 마비시킴으로써 중독적 특성을 보이기도 한다는 연구결과(Wanner, Ladouceur, Auclair & Vitaro, 2006)는 사회적 평가가 사회적 기능을 준거로 하여 개인 경험의 의미를 구성한다는 점을 간접적으로 뒷받침 하고 있다.

이러한 맥락에서 보면, 몰입의 특징 중 몇 가지는 사회적 기능측면에서 살펴보면 부정적 일 수도 있을 것이라는 단서를 제공한다. 개인은 몰입경험을 통해 자의식을 상실하고, 시간개념을 상실하고, 완전히 몰두했다고 해석한다(Csikszentmihalyi, 1997). 또한 몰입은 가장 전형적인 내적동기와 자율성의 증거로 여겨지고 있다(Csikszentmihalyi, 1997; Deci, 1975; Waterman, Schwartz, Goldbacher, Green & Miller, 2003). 개인적 맥락에서는 긍정적으로 보이는 이러한 몰입의 특징들은 대인관계 맥락에서 부정적 성격을 지닐 수 있다는 점을 내포하고 있다. 몰입으로 인한 자의식의 상실은 자기조절(self regulation)의 실패를 의미할 수 있고, 자의식의 상실로 인한 탈개인화(de-individuation)는 사회적 기능의 감소를 의미할 수도 있다(Leary, Adams, & Tate, 2006; Zimbardo, 1970). 또한 자기 자신만을 위한 긍정적 경험에 몰두하다보면 중요타인의 욕구를 소홀히 할 가능성도 내포한다(Jonson & Jonson, 2005; Van lange, De Cremer, Van Dijk & Van Vugt, 2007). 계속해서 자율성과 내적동기가 너무 강하면 관계성을 침해할 수도 있고(장수지, 2009; Schwartz, 2000; Silverberg & Steinberg, 1987), 맥락에 따라 자율성보다는 보다는 관계성이 더욱

요구될 때도 있다(곽소영, 손은정, 2008). 이러한 맥락들은 기존의 몰입연구에서 다루어지지 않던 영역이다. 관계차원에서 보면 때로는 개인의 일방적인 몰입이 중요 타인에게 부정적인 의미를 지닐 수도 있게 된다. 그렇게 된다면 중요타인은 개인의 몰입에 대해 부정적인 맥락을 형성할 수 있게 된다. 예를 들면, 남편이 내적 동기가 충만하여 바둑 두는데 몰입을 하고 있으면 관계적 욕구를 원하는 아내는 옆에서 잔소리를 할 수 있다. 그런 상황에서도 몰입은 개인에게 기능적일 수 있을까? 현실 속에 이러한 맥락이 존재할 수 있고, 몰입의 기능이 달라질 수 있음에도 불구하고 몰입의 기능을 밝히는 연구들은 이점을 간과하고 있었다.

몰입의 사회적 적합성(Social regulatory fit)

몰입연구는 사회적 적합성차원이 배제된 채 철저하게 개인의 적합성(Higgins, 2006) 차원에서 다루어왔다. 개인적 적합성은 개인과 환경, 개인 내적 일관성과 관련된 문제다(Keller & Bless, 2008; Higgins, 2006). 반면에 사회적 적합성은 중요타인, 사회, 문화와의 간주간성(inter-subjectivity)의 확보와 관련된다.

몰입경험은 환경과 맞물림으로 환경을 적절하게 통제할 수 있게 하는 개인적 적합 경험(Keller & Bless, 2008)이다. 개인적 적합성은 개인에게 긍정적으로 작용한다(Higgins, 2006). 그렇기 때문에 몰입경험은 자기성장, 자아실현, 개인적 행복의 위한 수단으로서 역할을 할 수 있는 것이다(Csikszentmihalyi, 1997). 그러나 개인의 경험은 개인적 가치와 사회적 가치 모두를 충족시켰을 때 가장 바람직한 결과로 이어질 수 있다고 주장되고 있다(Diener & Suh, 2000; Oishi, Diener, Suh, & Lucas, 1999; Suh, Diener, Oishi & Triandis, 1998). 이러한 주장은 두 가지 연구 패러다임 속에서 확인된다.

첫 번째 패러다임은 사회적 영향이론이다. 사회적 영향 이론에서는 인간의 행동, 인지, 정서는 개인적인 의미와 동시에 사회적 의미를 지닌다고 주장한다(Cialdini & Trost, 1998). 자신의 행동이 자신에게 적합한 것인지, 혹은 사회적으로 적합한 것인지 끊임없이 반추된다. 이러한 과정 속에서 사회적 규범, 가치 등이 형성되고, 사회 규범 및 가치는 다시 개인의 행위의 범위를 제공하게

된다. 다시 사회적 규범 및 가치 등은 개인의 정서, 인지, 태도에 대한 중요한 영향을 주는 요인이 된다(Andersen & Berk, 1998; Andersen, Reznik & Chen, 1997; Baum & Andersen, 1999; Cialdini & Trost, 1998; Ferguson, 2007; Fishbach & Ferguson, 2007). 사회적 영향과 관련된 연구들에 의하면 타인 혹은 타인과 상호작용으로 생성된 규범이 명시적 혹은 암묵적으로 개인의 목표추구행동(Bandura, 1986; Shah, 2003a), 자신에 대한 평가(Baldwin, Carrell & Lopez, 1990), 심리적 안녕(Chartrand & Bargh, 2002; Shah, 2003b) 등과 같은 개인적 영역에 중요하게 영향을 준다고 밝혀진 바 있다. 두 번째 패러다임은 개인과 사회(문화) 규범의 일치와 관련된 연구들이다. Suh와 동료들(1998)은 개인과 문화의 일치가 개인의 삶의 만족을 높이는 주요한 요인임을 밝혀냈다. 예를 들면, 동양권 문화는 동거가 장려되는 문화가 아니다. 서양의 경우 결혼을 한 부부보다 동거자가 더 행복하다고 보고한 반면, 동양의 경우 동거자의 행복은 부부나 싱글보다 행복이 낮았다(Diener, Gohm, Suh & Oishi, 2000). Cozzarelli 와 Karafa(1998)의 연구에서도 이와 유사한 결과를 보여주었는데, 문화적 괴리감(Cultural estrangement)이 높을수록 자기 존중감과 삶의 만족을 낮추는 것으로 나타났다(Ratzlaff, Matsumoto, Kouznetsova, Raroque, & Ray, 2000). 사회적 영향과 자기불일치 이론에 따르면 개인맥락에서 개인적 가치(현실적 자기 혹은 이상적 자기)와 사회적 가치(의무적 자기)의 불일치가 부정적인 상태중 하나인 자의식 감정들을 야기한다(Higgins, 1987; Moretti & Higgins, 1999). 마찬가지로 관계맥락에서 사회로 간주될 수 있는 중요타인에 의해 자신이 하는 활동이 나쁜 활동이라고 인식될 때 부정적 정서(Negative emotion)와 자의식 정서(Self conscious emotion)²⁾를 느끼게 된다고 밝혀졌다(Niedenthal et al., 1994; Tangney & Dearing, 2002). 나아가 자의식 감정이 드는 활동에 참여는 개인의 관계성 욕구를 위협하거나

2) 자의식 정서(죄책감, 수치, 자신감 등)는 사회적 가치평가와 관련된 정서로 나타난다(Tracy & Robins, 2004). 자기불일치 이론에 따르면 수치심과 같은 자의식 정서는 현실자기와 이상자기 사이(자신 관련)의 불일치를 통해 나타나며, 죄책감과 같은 자의식 정서는 현실적 자의 의무적 자기(타인관련)의 불일치 때문에 나타난다(Higgins, 1987).

관계 불안에 영향을 줄 수도 있기 때문에(Reis et al., 2000) 타인이 인정하지 않는 경험은 개인의 행복에는 긍정적으로 영향을 줄 수 없다. 이러한 사회적 영향, 개인과 사회의 일치와 관련된 연구들은 개인이 긍정적인 의미를 생성해 내기 위해서는 개인적 적합성 뿐 아니라 사회적 적합성을 수반하여야 한다는 점을 잘 나타내준다.

몰입경험이 과제의 난이도와 기술의 맞물림만 일어나면 사회적으로 긍정적 활동뿐 아니라 부정적 활동에서도 일어날 수 있다는 점은 ‘개인적 적합성’뿐 아니라 ‘사회적 적합성’의 문제도 동시에 고려되어야 할 필요를 제기한다. 기존 몰입연구에서 다루던 몰입은 개인 경험과 관련된 것이기 때문에 사회적 가치상 긍정적 활동과 부정적 활동을 구분하지 않는다. 하지만 몰입의 기능을 논의할 때는 사회적 기능을 고려해야만 한다. 사회적 측면에서 개인의 몰입 경험과 적합성은 재구성될 수 있기 때문이다. 몰입이 개인에게 문제없이 기능적이기 위해서는 몰입하는 영역이 사회-문화적인 가치에 있어서 긍정적인 때 가능하다. 반대로 개인의 몰입이 사회적으로 중요타인의 기대나 욕구와 충돌할 경우 개인은 몰입으로 인해 부정적인 결과물을 가질 수도 있게 된다. 예를 들면, 앞서 살펴보았던 오토바이족은 오토바이를 타면서 몰입경험을 할 수 있다(Sato, 1988). 오토바이족 개인의 즉자적 해석(actor perspective)은 오토바이를 타면서 느꼈던 내적동기의 충족 경험을 이야기 할 것이다. 하지만 오토바이를 타는 행위를 자신의 중요한 타인의 표상 속에서 해석(observer perspective)할 때는 해석의 양상을 달라질 수 있다. 흔히 오토바이 타는 행위는 위험한 활동으로 생각된다. 중요한 타인은 오토바이 타는 개인을 걱정 할 수도 있는 것이고, 단지 직관적으로 마음에 들지 않을 수도 있다. 이러한 경우 개인의 오토바이 타는 행위는 사회적 시각에 의해 사회 기능적으로 재해석되어 불편한 감정도 유발 시킬 수 있게 된다.

현재까지 몰입경험은 행위자적 관점에서 긍정적인 의미만 부여되어 왔다. 몰입이 개인에게 의식의 일관성을 가져다주는 점, 개인의 성장에 기여하는 점 등은 긍정적인 것이 분명하다. 하지만 몰입활동의 종류 혹은 몰입과 다른 의무적 활동과 조화여부에 따라 타인의 태도나 평가가 달라 질수 있고, 이는 다시 명시적 혹은 암묵적(자동적)으로 개인에게 영향을 미칠 수 있다. 중요타자가

개인의 몰입에 대해 부정적인 태도를 지닌다면 몰입은 개인에게 긍정적 기능을 주지 못할 수도 있다. 경험 혹은 행위를 개인내적 적합성 차원에서 논의하면 순수하게 개인내적인 체험이지만 문화적으로 정당화 되어야 긍정적으로 기능할 수 있기 때문이다(한규석, 최상진, 2008; Kitayama, 2002). 요컨대, 경험자체가 즉각적 혹은 현상적 의미에서 긍정적이라고 할지라도 장기적 혹은 사회적 의미 혹은 기능은 달라질 수 있다(Vallacher & Wegner, 1985, 1987).

이러한 논의를 몰입의 기능 중 중요한 기능인 행복과 관련해서 살펴보면 몰입이 제한된 방식의 행복과 연결되어 왔다는 점을 추론할 수 있다. 기존의 몰입연구는 몰입을 개인과 활동대상과의 체계적 맞물림을 통한 쾌락이 있다는 점에서 쾌락적 행복(hedonic happiness), 개인의 성장의 원동력이라는 의미에서 자아실현적 행복(eudamonic happiness)³⁾ 차원에서만 논의되어 왔던 것으로 판단된다. 그리고 이것은 몰입의 개인적 적합성에만 관련된 행복이다. 개인은 몰입을 통해 개인적으로 적합한 경험을 하고 그 경험의 축적은 행복을 가져다주지만 쾌락적 행복과 자아 실현적 행복에만 연결되어 있었다는 것이다. 반면에 일반적으로 몰입경험이 사회적 수용될 것이라고 전제(한성열, 장훈, 2010)하기 때문에 몰입이 어떻게 사회적으로 혹은 타인에게 인증된 행복으로 연결되는지에 대해 검토되지 못했다.

이를 검토하기 위해 본 연구에서는 타인으로부터 인증되었을 때와 그렇지 않을 때 몰입이 행복에 어떤 방식으로 관련되는지 알아보고자 한다. 몰입경험이 개인적 의미의 장을 넘어 사회의 의미의 장에서 어떻게 인증되고 어떻게 충돌할 수 있는지에 대해 탐색하고자 한다. 어떤 활동이 인증될 수 있는 활동이며, 만약 인증되지 않은 활동을 할 경우 타인과의 상호작용 속에서 갈등적 요소가 어떤 방식으로 개인에게 영향을 미칠 수 있는지 알아보고자 한다. 요컨대, 개인의 몰입이 어떤 조건에서

3) Eudamonic happiness는 종종 도덕적, 복리적, 인증된 행복과 혼용되어 사용된다. 서구문화권에서 개인의 자기 실현은 사회적 도덕률에 합치하기 때문에 포괄적인 개념으로 사용된 것으로 판단된다. 하지만 도덕적 행복, 복리적 행복, 인증된 행복 등은 ‘중요타인과 함께 행복해지자’는 의미에서 다른 방식으로 사용되어야 한다고 판단된다.

가능적이며, 개인의 몰입 참여와 타인이 이해가 상충될 때 개인에게 몰입으로 인한 갈등이 어떻게 나타나는지 알아보고자 한다. 이러한 의미에서 몰입활동이 항상 긍정적인 것이고, 몰입활동의 결과는 좋은 것이라기보다는 특정 조건에서 선택된 몰입활동만 개인에게 긍정적일 수 있다. 따라서 ‘몰입은 개인에게 긍정적인가?’라는 질문보다는 ‘어떤 사회적 조건에서 몰입경험이 개인에게 긍정적인가?’라는 질문이 유효하다고 할 수 있다.

연구 1

기존 몰입연구에 의하면 몰입의 개인의 행복에 기여한다고 지속적으로 주장되고 있다. 그러나 타인의 인정이 전제되지 않은 맥락에서도 몰입이 개인의 행복에 기여할 수 있는지는 알려지지 않았다. 따라서 연구 1의 목적은 조절변인으로써 타인의 맥락이 추가된 상태에서 몰입이 개인의 행복과 어떤 관련이 있는지 알아보는 것이었다. 조절변인으로 사용된 첫 번째 변인은 중요타자의 몰입에 대한 동의여부였다. 앞서 이론적 배경에서 중요타인의 동의여부는 검토되지 않았음을 보았다. 그런데, 행위에 대한 중요타인의 동의여부는 자신의 행위 경험을 평가하는데 중요한 영향이 있다고 주장(Chartrand & Bargh, 2002; Shah, 2003b)되고 있기 때문에 이를 확인하는 것이 필요하였다. 두 번째는 타인의 욕구와 자신의 욕구를 조절하는 능력인 타인과의 의견조율을 사용하였다. 의견조율 능력은 중요타인으로부터 행위에 대한 인정을 이끌어내는 중요한 수단이 된다. 때문에 몰입에 대한 긍정적인 맥락을 형성하는 중요한 요인으로 판단하였다. 마지막으로 타인과의 갈등의 일차적 결과물인 자의식 감정을 사용하였다. 이는 몰입 경험과 경험에 대한 평가로 인한 일차적 결과물이 어떻게 상호작용하여 최종적 결과물인 행복으로 연결되는지 알아보기 위함이었다.

연구 방법

연구 대상

서울 소재 3개 대학에서 심리학 교양 과목을 수강하

는 대학생들을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 총 126명의 학생이 설문에 참여하였고 불성실한 응답자를 제외한 분석 대상은 120명이었고 남학생은 75(평균연령=23.34세)명, 여학생은 45(평균 연령=23.06세)명 이었다.

측정 도구

몰입추구

개인이 특정행위에 몰입하는 수준을 측정하기 위해 우선 몰입개념과 예를 지시문을 통하여 설명하였다. 이는 몰입의 개념을 피험자에게 정확하게 알려주는 동시에 뒤에 제시되는 문항에 적절한 답변을 유도하기 위함이었다. 지시문을 읽고 난 후 본인이 어떤 활동에서 몰입경험(유사몰입경험)을 하는지 개방형 질문으로 쓰게 하였다. 그리고 Waterman과 동료들(2003)이 Csikszentmihalyi(1997)의 몰입경험의 9가지 기준을 적용해 제작한 몰입수준 측정문항을 얼마나 자주 경험을 하는지로 바꿔서 개인의 몰입추구를 5점 척도로 측정하였다(예: 나는 위 활동을 할 때 명확한 목표를 느낀다, 나는 위 활동을 할 때 나 자신을 잊고 무아의 경지가 된다, 나는 위 활동을 할 때 시간가는 줄 모른다, 나는 위 활동을 할 때 전적으로 몰입 한다 등). 본 연구에서 신뢰도는 .70이었다.

중요타인요인

몰입에 영향을 미치는 관계요인으로 몰입활동에 대한 중요타인의 동의와 비동의를 측정하였다. 먼저 몰입활동에 대한 중요타인의 동의여부는 자신이 하고 있는 몰입활동을 자신의 중요타인(아버지, 어머니, 애인 등)이 얼마나 동의하는지를 ‘예’, ‘아니오’로 물었다. 본 연구에서는 동의를 ‘0’으로 비동의를 ‘1’로 코딩하여 사용하였다.

관계 상호작용 요인

관계 상호작용 요인은 중요타인과의 의견조율은 중요타인과 중요한 문제와 관련해서 의견을 조절하는 능력을 3문항 5점 척도로 측정하였다(예: 나는 중요타자와 의견을 잘 조절한다). 본 연구에서 문항 간 신뢰도는 .85였다

중요타인과 관련된 개인요인

중요타인과 관련된 개인 내적 요인은 몰입으로 인한 자의식으로 측정하였다. 자의식은 타인의 평가와 밀접하게 관련되어 있기 때문에(Tracy & Robins, 2004) 개인 요인인 동시에 타인과 관련된 요인으로 볼 수 있다고 판단하였다. 몰입으로 인한 자의식은 Orth 와 동료들(2006)의 사건관련 죄의식 척도(Event related guilt)를 참고하여 3문항을 제작하여 사용하였다. 본 연구에서 추가한 타인의 맥락은 의무적 자기와 관련이 깊기 때문에 현실적 자기와 의무적 자기의 불일치가 있을 때 생성될 수 있는 자의식 경험(agitation - related emotions)인 죄책감, 공격성, 회피를 5점 척도로 측정하였다(예: 내 몰입 활동으로 인해 중요타자에게 죄책감을 느낄 때가 있다, 내가 어떤 활동에 몰입할 때 중요타자가 잔소리하면 회피 한다 등). 본 연구에서 문항 간 신뢰도는 .71이었다.

행복

개인의 행복은 Hills & Argyle(2002)이 제작 사용한 Oxford happiness scale을 사용하였다. 본 연구에서 사용된 문항은 원척도의 간편 척도 7문항을 사용하여 5점 척도로 측정하였다. 본 연구에서 신뢰도는 .93이었다.

연구 결과

몰입수준과 몰입갈등, 행복과의 상관분석

우선 기존의 맥락이 배제된 몰입연구(장훈, 2001; Csikszentmihalyi & Hunter, 2003; Hills, Argyle, & Reeves, 2000)에서 나타난 것처럼 몰입이 개인의 행복과 상관이 있는지 검증하는 것이 필요하였다. 한편, 본

연구에 추가한 내용 중 부정적인 기능과 관련된 몰입동의 여부, 의견공유, 몰입으로 인한 자의식과의 상관도 알아보았다.

상관분석 결과 개인의 몰입수준* 은 개인의 행복에만 유의미한 정적 상관이 있었다($r=.273, p<.01$). 이는 기존 몰입연구들과 동일하게 몰입이 개인에 행복과 관련이 있다는 것을 나타내고 있었다. 한편, 개인의 몰입수준은 의견조율 능력, 몰입으로 인한 자의식과는 상관이 나타나지 않았다.

본 연구에서 연구문제와 직접적으로 관련된 몰입에 대한 중요타인의 비동의가 몰입의 개인적 기능과 어떤 관련이 있는지 알아보았다. 몰입에 대한 타인의 비동의(동의=0, 비동의=1)는 몰입으로 인한 자의식과 유의미한 정적 상관이 있었고($r=.323, p<.01$), 개인의 행복과는 부적 상관이 나타났다($r=-.347, p<.01$).

중요타인의 몰입에 대한 동의에 따른 몰입갈등과 행복의 차이

상관분석 결과 중요타인의 몰입에 대한 동의가 개인의 행복, 몰입갈등에 중요한 요인임이 확이 되었기 때문에, 중요타인의 몰입동의 여부에 따른 몰입자의식, 개인의 행복의 차이를 일원변량분석(one way ANOVA)를 통해 알아보았다. 분석 결과 개인의 몰입에 대해 중요타자가 동의하는 경우 몰입자의식은 동의하지 않는 경우에 비해 유의미하게 낮게 나타났다 $F(1, 118)=13.768, p<.001$. 한편, 중요타인이 개인의 몰입에 동의하는 경우는 그렇지 않은 경우에 비해 행복은 유의미하게 높은 것으로 나타났다 $F(1, 118)=16.124, p<.001$.

표 1. 몰입수준, 몰입비동의, 몰입갈등, 몰입자의식, 행복의 상관(N=120)

	몰입수준	몰입 비동의	몰입 자의식	의견공유	행복
몰입수준					
몰입비동의	-.118				
몰입자의식	-.017	.323**			
의견공유	.110	-.108	-.056		
행복	.273**	-.347**	-.209*	.361**	

주. * $p < .05$, ** $p < .01$

조절 효과 검증: 타자 동의여부

상관분석과 변량분석 결과 개인의 몰입이 개인의 행복에 관련이 있지만, 상관이 높지 않고, 중요타인의 몰입 동의 여부가 행복에 중요한 조절역할을 하는 것으로 판단되어 중요타인의 동의 여부, 중요타인과의 의견조절, 몰입으로 인한 자의식이 몰입과 행복의 관계를 어떻게 조절하는지 알아보았다.

조절효과 검증은 Baron & Kenny(1986)에서 제안한 3단계 회귀분석 중 흔히 쓰이는 2단계 조절회귀분석 방식을 사용하여 조절효과를 검증하였다. 2단계 조절회귀분석은 1단계에서 독립변수와 조절변수를 투입하고 2단계에서 독립변수, 조절변수, 상호작용변수(독립변수와 조절변수의 곱)를 투입하는 것이다. 여기서 조절효과는 2단계의 상호작용 항이 통계적으로 유의미하게 나타나는지 여부에 달려있다. 조절분석 결과 회귀모형 1과 회

귀모형 2는 모두 유의미하게 나타났다. <표 3>에서 보듯 상호작용 항이 투입되었을 때, 설명량이 증가 하였으며, 통계적으로 유의미 하였다. 즉, 몰입이 행복과 관계에 중요타인의 동의가 조절변인으로 작용하는 것이 나타났다.

다음으로 조절효과가 어떤 방식으로 일어나는지 알아보기 위해서 회귀방정식과 4가지 점수를 사용하여 조절효과 그림을 완성하였다. 4가지 점수는 독립변인과 조절변인 각각 평균에서 표준편차를 더한 값과 뺀 값($M \pm SD$)을 사용하였다. 4가지 점수를 회귀방정식에 대입하여 조절효과 그림을 완성하였다. 그림1을 통해 보면, 몰입이 높은 집단에서는 중요타인동의 변수의 조절효과가 약하게 나뉘었으며, 몰입이 상대적으로 낮은 집단에서는 중요타인동의 변수의 조절효과가 증가하는 것으로 나타났다.

표 2. 중요타인의 몰입에 대한 동의여부에 따른 몰입갈등과 행복의 차이

구 분	몰입동의	몰입비동의	평균	표준편차	F
사례수	80	40			
몰입관련 자의식	10.97(2.41)	12.72(2.47)	11.55	2.56	13.768***
행복	31.30(4.37)	27.70(5.11)	30.91	4.91	16.124***

주. *** $p < .001^4$

표 3. 조절효과 검증: 타자 비동의

모 델	B	β	t	p	ΔR^2	F
1 (상수)	26.341		7.946	.000	.161	12.391***
몰입추구	.250	.235	2.782	.006		
타자비동의	-3.312	-.319	-3.772	.000		
2 (상수)	44.278		5.051	.000	.187	10.153***
몰입추구	-.302	-.284	-1.138	.258		
타자비동의	-16.946	-1.632	-2.714	.008		
상호작용	.442	1.366	2.204	.029		

주. *** $p < .001$, 종속변인: 행복

4) 본 분석에서 사용된 몰입수준 점수는 모든 활동에 대한 몰입의 평균 점수를 사용하였다.

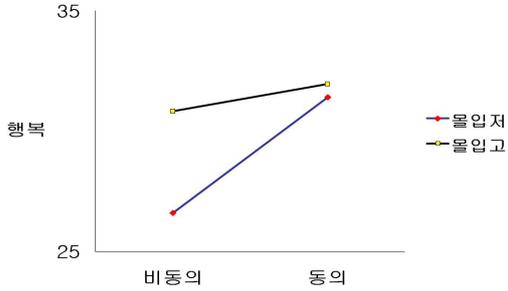


그림 1. 조절효과(몰입에 대한 중요타자의 동의)

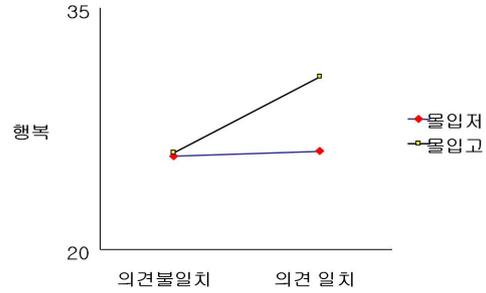


그림 2. 조절효과(중요타자와 의견공유)

표 4. 조절효과 검증: 중요타인과 의견공유

모델	B	β	t	p	ΔR2	F
1 (상수)	14.669		4.462	.000	.171	13.287***
몰입추구	.251	.236	2.810	.006		
의견공유	.666	.335	3.986	.000		
2 (상수)	47.112		3.349	.001	.203	11.078***
몰입추구	-.780	-.734	-1.758	.081		
의견공유	-2.380	-1.196	-1.836	.069		
상호작용	.096	1.910	2.369	.019		

주. *** $p < .001$ 종속변인: 행복

조절 효과 검증: 의견조율

중요타인의 동의여부와 같은 맥락에서 관계변인인 중요타인과의 의견조율을 조절변인으로 투입하여 조절효과 검증을 실시하였다. 중요타인과의 의견공유의 조절효과 검증을 한 결과, 중요타인과의 의견공유도 몰입과 행복의 관계에 유의미한 조절변인으로 나타났다.

다음으로 조절효과가 어떤 방식으로 일어나는지 알아보기 위해서 그림1을 작성한 방식과 동일한 방식을 사용하여 조절효과 그림을 완성하였다. 그림2를 통해 보면, 몰입이 높은 집단에서는 타인과의 의견공유의 조절효과가 크게 나타났으며, 몰입이 상대적으로 낮은 집단에서는 타인과의 의견공유의 조절효과가 크지 않은 것으로 나타났다.

표 5. 조절효과 검증: 몰입으로 인한 자의식

모델	B	β	t	p	ΔR2	F
1 (상수)	25.262		6.947	.000	.101	7.677***
몰입추구	.286	.269	3.098	.002		
몰입자의식	-.391	-.204	-2.346	.021		
2 (상수)	50.473		3.944	.000	.125	6.662***
몰입추구	-.485	-.456	-1.254	.212		
몰입자의식	-2.624	-1.368	-2.385	.019		
상호작용	.068	1.372	2.052	.042		

주. *** $p < .001$, 종속변인: 행복

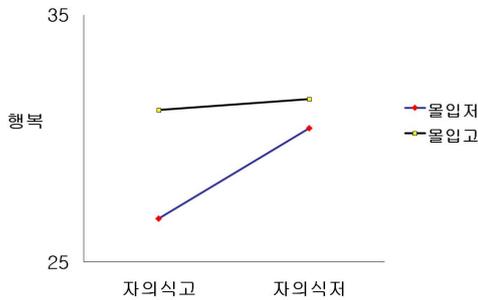


그림 3. 조절효과(몰입으로 인한 자의식)

조절 효과 검증: 몰입으로 인한 자의식

자의식은 개인내적변인으로 볼 수 있지만 타인의 평가가 중요하게 영향을 미친다는 점(Tracy & Robins, 2004a)에서 타인맥락과 유사한 효과를 지닐 수 있을 것으로 판단하였다. 따라서 타인관련 내적변인이 몰입으로 인한 자의식의 조절효과 검증을 실시하였다. 몰입으로 인한 자의식의 조절효과 검증을 한 결과, 몰입과 행복의 관계에 몰입으로 인한 자의식 또한 조절변인으로 작용하는 것이 확인되었다.

다음으로 조절효과가 어떤 방식으로 일어나는지 알아보기 위해서 그림1을 작성한 방식과 동일한 방식을 사용하여 조절효과 그림을 완성하였다. 그림 3을 통해 보면, 몰입이 높은 집단에서는 몰입으로 인한 자의식의 효과가 약했으며, 몰입이 상대적으로 낮은 집단에서는 몰입으로 인한 자의식의 효과가 높은 것으로 나타났다.

연구 2

연구 1에서 기존에 몰입연구에서 검토되지 않았던 맥락인 몰입에 대한 타인의 맥락 효과가 있음이 검증되었다. 중요타인의 비동의 맥락은 직접적으로 혹은 간접적으로(자의식 감정을 통해) 몰입과 행복의 관계에 부정적으로 관련되어 있었다. 한편, 동의맥락은 직접적으로 간접적으로(개인의 의견공유 능력을 통한 긍정적 맥락 형성을 통해) 몰입과 행복의 관계에 긍정적으로 관련되어 있었다. 연구 2는 무엇이 중요타인이 개인의 몰입을 반대하게 되는지를 알아보았다. 연구 1을 통해 긍정적인 맥락과 부정적인 맥락이 몰입과 행복의 관계를 변화시

킨다는 것을 밝혔지만, 몰입에 대해 부정적인 맥락이 존재한다는 구체적인 증거들을 제시하지 못하였기 때문에 개인의 몰입에 대한 타인의 반대를 나타나는지 대해 알아볼 필요가 있었다. 이를 위해 대학생들 대상으로는 개인이 지각하는 중요타자의 몰입동의 이유와 비동의 이유를 알아보았다.

연구 방법

연구대상

서울에 소재하는 모 대학에서 심리학 교양 과목을 수강하는 대학생들을 대상으로 설문을 실시하였다. 총 141명이 설문에 응답하였고, 불성실하게 응답한 5명을 제외한 분석 대상은 137명이었다. 분석대상 중 남학생은 47명(평균연령=24.02세), 여학생은 90명(평균연령=21.66세)이었다.

측정절차 및 문항

몰입 동의 vs 비동의: '몰입'의 표상을 분명히 하기 위해 몰입이 무엇이며, 어떻게 일어나는지에 대한 설명을 하였다. 그리고 자신이 무엇에 가장 몰입하는지 개방형으로 질문하였다. 다음으로 중요타자(가족, 애인 등⁶⁾)가 자신의 몰입에 대한 동의정도, 태도가 어떤지 질문한 후(7점 척도), 전반적으로 부정적인 태도를 지녔다고 생각하는 사람은 왜 중요타자가 부정적인 태도를 취하는지에 대해 개방형으로 기술하게 하였다. 반대로 중요타자가 자신의 몰입에 전반적으로 긍정적인 태도를 지녔다고 생각하는 사람은 왜 긍정적인 태도를 가지고 있는지 개방형으로 질문하였다.

분석 절차

몰입동의 vs 몰입비동의

몰입에 대한 동의/비동의 이유는 개방형으로 질문되었기 때문에, 별도의 범주화 작업이 필요했다. 이를 위해 3명의 심리학자가 각각 독립적으로 개방형 질문에 기술된 내용을 단계적으로 상위유목화 하였다. 이때 대략 일치하는 정도가 80%정도였고, 20%는 불일치하여 논의를 통해 삭제하거나 합의하였다. 최종적으로 개인의

표 6. 몰입에 대한 중요타인의 동의와 비동의 이유(단위 %)

		개인
동의 이유		자기계발(33.3)
		정신, 신체 건강(25.0)
		사생활 존중(15.6)
		사회적 무해(14.6)
		다른 활동과 조화(7.3)
	기타(4.1)	
비동의 이유		사회적 가치 없음(45.7)
		다른 활동 지장(28.6)
		시간낭비(25.7)

표 7. 몰입영역에 따른 중요타인의 몰입에 대한 동의와 태도 차이 검증

구 분	1	2	3	4	5	6	7	8	F
사례수	30	36	18	16	10	6	17	3	
동의	6.00a (.83)	4.72ab (1.23)	5.89a (1.02)	4.88ab (1.36)	4.10ab (.99)	5.50a (.83)	3.53b (1.32)	5.00ab (1.00)	10.599***
태도	6.00a (.87)	4.69abc (1.30)	5.67ab (.97)	4.50abc (1.41)	3.80bc (1.03)	4.50abc (1.51)	3.59c (1.17)	5.00 (1.00)	9.866***

주. *** $p < .001$ a, b, c는 scheffe 사후검증 결과

1=일, 2=보기(TV, 영화, 만화책 보기 등), 3=운동, 4=기술요구 취미(퍼즐, 모형 만들기, 사진 찍기, 피아노치기 등), 5=인터넷(서핑, 홈페이지, 동아리 활동 등), 6=사교(연예, 사교, 동아리 활동 등), 7=게임(인터넷 게임), 8=기타

동의 이유는 6가지, 비동의 이유는 3가지로 나타났고, 기혼자의 동의이유는 6개, 비동의 이유는 3가지로 나타났다. 이렇게 추출된 자료를 재코딩 작업을 통해 양적 분석이 가능하게 하였다.

몰입영역

몰입영역은 허태균, 박정열, 장훈, 김소혜(2007)의 여가분류, Csikszentmihalyi(1997)의 몰입영역 분류, Hill, Argyle & Reeves(2000)의 여가분류를 참고하여 일, 보기(TV, 영화, 만화책 보기 등, 운동, 기술요구 취미(퍼즐, 모형 만들기, 사진 찍기, 피아노치기 등), 인터넷(서핑, 홈페이지, 동아리 활동 등), 사교(연예, 사교, 동아리 활동 등), 게임(인터넷 게임), 기타(유지, 휴식 등)로 분류하였다. 몰입영역도 개방형으로 질문되어 양적인 분석을 위해 재코딩 하였다.

5) 중요타자에 친구는 제외하고 답변하게 하였다. 왜냐하면

연구 결과

개인 몰입에 대한 타인의 동의와 비동의 이유

우선 개인이 자신이 몰입할 때, 중요타인이 동의하는 지 안하는지를 알아보았다. 자신의 몰입에 대한 상대방의 동의와 비동의의 비율은 동의가 70.1%로 나타났고, 비동의가 25.5%로 나타났다. 이는 한성열, 장훈(2010)의 대규모 샘플을 대상으로 한 연구와 유사한 결과였다.

개인이 자신이 좋아하는 것에 몰입할 때 중요타인이 동의하는 이유로 첫 번째 자신의 몰입이 자기계발(33.3%)에 도움이 된다고 평가하기 때문이라고 답변하였고, 정신과 신체건강에 도움(25%), 사생활존중(15.6%),

친구의 경우 개인이 몰입하는 활동과 유사한 활동에 같이 몰입할 가능성도 있기 때문이었고, 같은 활동에 몰입하지 않는다고 해서 개인이 하는 몰입에 특별히 반대할 이유가 없기 때문이었다.

사회적 무해(14.6%), 다른 활동에 지장을 주지 않음(7.3%), 기타(4.1%)순으로 동의의 이유가 나타났다. 반대로 중요타인의 비동의 이유는 사회적 가치가 없음(45.7%), 다른 활동에 지장(28.6%), 시간낭비(25.7%) 순으로 나타났다. 전반적으로 사회적 가치상 인정될만한 것이라고 판단될 때, 중요타인은 개인적 몰입에 대해 동의하는 것으로 나타났으며, 그렇지 않은 경우 동의하지 않는 것으로 나타났다.

몰입영역에 따른 중요타인의 몰입에 대한 동의와 태도

사회적으로 가치 있는 것에 몰입해야 동의할 수 있다는 결과는 몰입영역에 따라 동의여부를 결정할 수도 있다는 것을 의미할 수 있다. 이에 몰입영역에 따른 중요타인의 동의여부, 태도의 차이를 살펴보았다.

몰입영역은 주2와 같이 8가지로 유형화 되었고, 각 영역에 몰입할 때 얼마나 동의하는지 어떤 태도(부정적-긍정적)를 가지는지 알아보았다. 몰입영역에 따른 중요타인의 몰입동의와 $F(7, 128)=10.599, p<.001$, 몰입에 대한 태도를 $F(7, 128)=9.866, p<.001$ 알아본 결과 유의미한 차이가 나타났다. 구체적으로 살펴보면 일에 몰입하는 것에 가장 동의 하는 것으로 나타났고, 운동, 사교활동, 기타, 기술요구 취미활동, 보기활동, 인터넷활동, 게임 순으로 나타났다. 태도 또한 전반적으로 동의와 비슷한 방향성을 보였다. 활동영역으로 통해 동의와 태도를 유추해보면, 전반적으로 생산적인 활동에 대해 동의하고 긍정적인 태도를 보였으며, 비생산적인 활동에 대해 비동의 하는 것으로 나타났다. 그러나 사례수가 충분하지 않기 때문에 이를 확대해석하는 것은 삼가 할 것으로 판단된다.

종합 논의

몰입(flow)은 현대 심리학의 개념 중 일반인들에게 가장 널리 알려진 개념 중 하나다. 일반인들은 몰입이 개인에게 주는 긍정성과 행복의 열쇠가 될 수 있다는 점에 주목하고 있으며, 생산현장에서는 몰입이 창의성과 생산성에 기여할 수 있다는 점에서 매력적인 개념으로 여겨지고 있다. 요컨대, 몰입은 현대사회가 요구하는 개

인의 창의성, 성취, 재미, 여가, 행복 등과 연결되면서 인간의 가장 강력한 긍정적 경험중 하나로 받아들여지고 있다(Csikszentmihalyi, 1997, 2000). 이와 같은 몰입에 대한 사회적 인식에 더해져 최근 부상한 긍정심리학 열풍, 개인의 행복에 대한 관심의 증가는 몰입개념의 긍정성에 의문을 품지 못하게 하고 몰입을 긍정적으로 '신화'하고 있는 것처럼 보인다. 즉, 몰입 연구의 기존 패러다임은 몰입에 대한 부정적 정보를 수집하지 못하게 만들며, 긍정적으로 편향된 결과들만 양산하고 있다. 이렇게 된 가장 큰 이유 중 하나는 몰입을 철저히 개인차원의 문제로 국한시켜서 연구되어왔기 때문으로 추정된다. 보통 서구의 개인은 개인이 독립적으로 기능한다고 가정하고 강조되어 왔기 때문이다(최상진, 1997; Oyserman, coon & Kemmelmeier, 2002). 그러나 심리학의 많은 영역에서 맥락의 중요성이 언급되어 왔고, 동기와 관련되는 연구들에서도 맥락은 중요한 것으로 여겨지고 있다(Eccles & Midgley, 1989; Turner & Meyer 1999). 예를 들면 동거나 육구의 문제를 다루는데 있어 개인으로 분리해서 연구하는 것과 개인이 어떤 관계 안에 있을 때, 연구하는 것은 전혀 다른 결과를 만들어 낸다고 밝혀졌다(Eccles, Wigfield & Schiefele, 1998).

따라서 본 연구는 '개인의 몰입이 개인에게 긍정적인가?'에서 '개인의 몰입이 어떤 맥락에서 긍정적이고 부정적인가?'로 질문을 바꾸어 연구를 진행했다. 이러한 근본적인 질문은 몰입의 사회적 혹은 관계적 의미, 긍정성, 부정성을 맥락에 따라 보다 정교하게 파악할 수 해 줄 것이라고 기대하였다. 이를 위해 본 연구는 두 가지 연구를 진행하였다. 첫째, 개인 몰입에 대한 타인의 태도는 긍정적 혹은 부정적으로 나타날 수 있기 때문에 기존 연구에서 다루지 못한 개인의 몰입에 대한 중요타인의 비동의 혹은 부정적 태도가 개인의 몰입의 기능을 어떻게 조절하는지 알아보았다. 둘째, 개인의 몰입에 대한 중요타인의 부정적 태도, 비동의는 무엇 때문에 나타나게 되는가? 그리고 몰입영역에 따라 부정적 태도, 비동의의 차이가 있는지 알아보았다. 연구 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째 연구 1에서는 개인의 몰입이 행복에 영향을 미치는 데 있어서 중요타인 맥락이 추가되었을 때 나타는 몰입의 기능적 변화를 알아보는 것이었다. 이를 위해 기

존방식과 동일하게 몰입과 행복의 상관을 알아보았다. 상관분석 결과 몰입은 기존의 연구결과들과 마찬가지로 행복에 정적인 상관을 보여주었다. 한편, 몰입에 대한 중요타인 변인인 몰입동의여부, 의견공유, 몰입자의식과 몰입은 직접적인 상관을 나타내지 않았다. 이는 몰입수준 자체는 행복과 관련이 있지만 몰입에 대한 비동의, 자의식과는 직접적인 관련이 없다는 것을 의미하고, 다른 요인이 비동의, 자의식을 유발하는 요인일 수 있다는 점을 간접적으로 나타내 주었다. 다음으로 개인 몰입에 대한 중요타인의 동의여부에 따른 몰입으로 인한 자의식, 행복수준의 차이를 검증한 결과, 개인의 몰입에 대해 타인 비동의 할 경우에 자의식은 상대적으로 높은 것으로 나타났고, 행복은 상대적으로 낮은 것으로 나타났다. 상관분석과 차이분석결과 몰입수준이 행복에 정적인 상관을 보였고, 타인의 동의여부가 차이를 나타내는 것으로 나타나 상호작용이 있을 것이라고 판단하여 몰입수준과 행복의 관계에 중요타인의 몰입동의여부, 중요타인과 의견공유, 몰입으로 인한 자의식이 어떻게 조절하는지 알아보았다.

조절효과 검증에서는 몰입에 대한 타자의 동의(타인 변인), 몰입으로 인한 자의식(자신변인), 중요타자와 의견공유(상호작용변인)를 각각 조절변인으로 사용하였다. 세 가지 조절변인에서 조절효과가 각각 유의미하게 나타났다. 조절효과와 관련된 결과를 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 몰입에 대한 타자의 동의의 경우, 몰입수준이 상대적으로 높은 경우 타자의 영향을 덜 받고, 몰입수준이 낮은 경우 타자의 영향을 더욱 많이 받는 것으로 나타났다. 둘째, 몰입으로 인한 자의식도 동일한 패턴의 조절효과를 보였다. 몰입수준이 높은 경우 자의식과 상관없이 행복을 유지하는 반면, 몰입수준이 상대적으로 적은 경우 몰입으로 인한 자의식이 생길 경우 행복이 급격히 낮아지는 것으로 나타났다. 이 두 결과는 상호 독립적 성격이 강한 사람이 타인의 영향을 덜 받는다는 연구결과(Iyengar & Lepper, 1999)에 의해 해석 될 수 있을 수 있을 것 같다. 몰입은 강한 내적동기이기 때문에 자율성과 연결되고, 다른 한편으로 유능감과 연결된다(Deci & Ryan, 2000; Waterman et al, 2003). 때문에 강한 몰입은 강한 자율성과 강한 유능감으로 나타나고, 이때는 타인의 영향이 상대적으로 적어 질 수 있다는

점을 나타내준다. 반면, 몰입이 상대적으로 낮은 경우는 타인과 관련된 변인이 개인에게 영향을 더욱 주는 것으로 판단된다. 셋째, 중요타인과 의견공유를 하는 경우 몰입이 높은 집단이 더욱 높은 행복감을 나타냈으며, 몰입이 낮은 집단은 행복감의 차이가 거의 없었다. 이는 몰입이 긍정적인 맥락에서 더욱 효과가 발휘된다는 기존의 연구결과(Rathunde, 1988, 1996)의 결과와 일치하는 결과라 할 수 있다. 요컨대, 중요타인의 비동의 맥락은 직접적으로 혹은 간접적으로(자의식 감정을 통해) 몰입과 행복의 관계에 부정적으로 관련되어 있었고 동의맥락은 직접적으로 간접적으로(개인의 의견공유 능력을 통한 긍정적 맥락 형성을 통해) 몰입과 행복의 관계에 긍정적으로 관련되어 있었다.

흥미로운 점은 타인의 동의/비동의, 몰입으로 인한 자의식의 경우 거시몰입(몰입수준이 높을 때)을 하는 집단은 타인의 영향을 거의 받지 않았으며, 미시몰입(몰입수준이 낮을 때)을 하는 집단은 타인의 영향이 큰 것으로 나타났다. 한편, 타인과의 의견공유는 위의 결과와는 반대로 미시몰입을 하는 집단에서는 의견공유에 의해 몰입이 행복에 기여하는 바가 적었지만, 거시몰입을 하는 집단의 경우 의견공유는 행복에 크게 기여하는 것으로 나타났다. 이러한 상반된 결과는 거시 몰입과 미시몰입의 특징과 개인의 성향 때문인 것으로 해석된다. 거시몰입을 즐겨하는 사람들은 자율성과 능동성이 강한 집단이다(Waterman et al., 2003). 이때는 타인의 제약(타인의 비동의, 혹은 그에 따른 자의식)이 별반 영향을 주지 못하고 타인의 지지(타인과 의견공유를 통한 지지)에 민감한 것으로 볼 수 있다. 반대로 미시몰입을 즐겨하는 사람은 타인의 지지보다는 타인의 제약(타인의 비동의, 자의식)에 더욱 민감하기 때문이라고 해석할 수 있겠다.

연구 1를 통해서 타인의 맥락이 몰입의 결과물을 어떻게 조절하는지 알아보았지만 몰입이 무엇 때문에 타인과의 갈등을 야기할 수 있는지에 관해 알 수 없었다. 따라서 몰입이 무엇 때문에 타인과 충돌이 가능해지는지 알아보는 것이 필요하여 연구 2를 진행하였다. 연구 2는 중요타자가 개인의 몰입에 동하는 이유와 반대하는 이유를 알아보는 것이었다. 우선 몰입에 동의하는 비율이 70.1% 이었고, 반대하는 비율이 25.5% 이었다. 이는 현실적으로 몰입에 반대하는 사람이 30% 정도 된다는

기존의 연구결과(한성열, 장훈, 2010)와 일치하는 연구 결과였다. 몰입활동에 동의하는 이유는 몰입으로 인한 자기개발이 가장 중요한 이유였고, 정신적 건강/신체적 건강, 사생활존중, 다른 활동과의 조화 순으로 나타났다.

이는 개인적으로 적합한 활동이 사회적으로 적합한 활동일 경우에 해당하는 경우라고 해석되었다. 예를 들면 자기개발을 통한 개인의 성장은 중요타인이 원하는 바와 일치할 수 있다. 한편 몰입에 반대하는 이유는 몰입활동의 가치, 다른 활동에 지장, 시간낭비와 같은 사회적 가치의 문제와 관련되어 나타났다. 예를 들면 개인이 몰입하는 영역이 포커게임⁶⁾이라고 해보자. 이럴 경우 포커게임은 중독을 일으킬 가능성도 있고, 도박중독으로 인해 다른 사회적 활동을 못하게 될 수도 있다. 나아가 중요타인에게 재산상의 피해, 심리적 피해도 동시에 안겨줄 가능성도 높기 때문에 포커게임에 대한 몰입은 중요타인이 인정할 수 없는 영역일 것이다. 최근 논란이 되는 인터넷 게임중독도 이와 같은 선상에서 해석될 수 있다. 학생들이 인터넷 게임에 장시간 몰입하면 학업에 지장을 받을 수 있다. 공부 잘하길 바라는 부모는 이를 용인할 수 없는 것이다. 이와 같은 해석은 사회적으로 가치 있는 몰입영역이 존재할 수 있다는 것을 의미한다. 따라서 몰입영역과 동의여부를 분석하였다. 분석결과, 전반적인 수준에서는 몰입이 긍정적인 것이라는 인식이 높았고, 몰입으로 인해 개인이 긍정적인 결과를 가져올 것이라는 믿음 때문에 몰입에 동의하는 경우가 많은 것으로 나타났다. 그러나 일반적으로 사회적으로 긍정적이고, 생산적이라고 여겨지는 일영역에서 몰입의 동의 비율이 높았고, 현재 중독과 몰입의 논란이 있는 인터넷 게임 영역에서 반대의 비율이 높았다.

이러한 연구 결과를 종합해서 연구의 의의를 살펴보면, 몰입을 하는데 있어서 사회적으로 용인되는 영역에서 혹은 사회적 인정을 전제로 할 때, 몰입이 행복과 긍정적인 관계를 가질 수 있다는 점을 밝혔다는 점에 있다. 이는 개인적 행복에 사회적 맥락(중요타인, 문화 등)이 중요한 역할을 한다는 여러 연구들과 맥을 같이 한다. 요컨대, 몰입 경험에서 간과되어 왔던 사회적 수용

이라는 변인에 초점을 맞춰 몰입이 긍정적이기만 할까라는 빈번한 질문에 부분적인 답을 제공했다는 점에서 의의를 찾을 수 있겠다. 또한 이러한 관점의 전환은 이와 관련된 다양한 연구들을 촉진할 수 있는 기회로 작용할 수 있을 것이다.

위와 같은 의의에도 불구하고 제한점과 향후 연구 과제를 남겼다. 첫 우선 피험자가 대학생들이라는 점에서 연구결과를 일반화 하는 데 주의를 요한다. 이는 피험자의 중요타인이 누구인가와도 직접적으로 연결되는데, 대학생의 경우 중요타자는 부모님일 가능성이 높다. 하지만 결혼한 부부의 경우에는 중요타자가 아내 혹은 남편일 경우가 더 많을 것이다. 중요타자가 누구인가에 따라 사회적 인증과정에 차이가 나타날 수 있다. 부모가 자식에게 기대하는 것과 아내 혹은 남편이 남편 혹은 아내에게 기대하는 것이 다를 수 있기 때문에 다양한 대상을 통한 연구가 필요 할 것으로 보인다. 둘째, 본 연구의 변량분석표(표2, 표7)는 사례수 불균형과 적은 사례수로 인해 해석에 주의를 요한다. 몰입의 동의와 비동의, 몰입영역 사례수 불균형은 일정부분 현실을 반영하므로 일부 현실타당성이 있지만, 논리적 타당성 면에서는 부족하기 때문에 일반화에 주의가 필요할 것으로 판단된다. 셋째로 조절효과 분석에 있어 몰입동의여부, 몰입으로 인한 자의식은 같은 방향성의 조절효과가 나타났는데, 의견공유는 다르게 나타난 이유가 불분명하기 때문에 이를 추후 연구를 통해 밝히는 것이 필요할 것으로 보인다. 또한 조절효과를 통해 몰입추구 수준이 높은 집단이 맥락에 상관없이 긍정적인 기능만 있다고 보는 것은 여전히 무리가 있다. 왜냐하면 몰입수준이 높을 때 개인에게는 항상 좋은 결과를 주지만 중요타인에게는 어떠한 결과를 주게 되는지 여전히 알 수 없기 때문이다. 도리어 개인의 몰입의 중요타인에 대한 영향 측면에서 보면 때로는 타인의 제약에 민감하지 못한 거시몰입이 더욱 타인의 기대에 민감하지 못하기 때문에 타인의 행복을 방해할 가능성은 더욱 커질 수도 있다. 본 연구에서는 이점을 확인하지 못하였기 때문에 추후 연구가 필요할 것으로 보인다. 넷째로 몰입영역에 따라 동의와 비동의가 나누어지는 것은 몰입영역이 직접적으로 영향을 주는 것인지, 아니면 몰입영역과 상관없이 개인의 에너지 분배의 문제인지 명확하지 않다는

6) 도박의 일종인 포커 게임에서도 몰입경험이 보고되고 있다(Csikszentmihalyi, 1997)

점이다. 예를 들면, 일이라고 하는 영역은 기본적으로 사회적으로 가치 있는 영역에 속한다. 하지만 부부관계에 있어 일에 개인의 에너지를 모두 집중시켜 몰입하게 되면 가정에 소홀할 수 있다. 이러한 경우는 사회적으로 가치 있는 일이라고 할지라도 비동의를 나타낼 수도 있다. 따라서 보다 정밀한 연구를 통해 이를 밝히는 것이 필요할 것으로 보인다.

참고문헌

- 곽소영, 손은정. (2008). 이성 관계에서 심리적 욕구충족이 관계만족에 미치는 영향: 내재적 동기와 갈등해결전략의 매개역할. *한국심리학회지: 여성*, 13(2), 177-195.
- 문숙재, 최자경 (2003). 진지한 여가활동 몰입과 가족여가 갈등에 관한 연구. *여가학연구*, 1(1), 23-39.
- 박근수, 유태용. (2007). 일 몰입의 선행변인 및 결과변인에 관한 연구. *한국심리학회지: 산업 및 조직*, 20(3), 219-251.
- 장수지. (2009). 부부관계 심리적 자립으로 본 부부유형에 따른 부부관계의 질: 갈등해결전략의 매개효과. *한국심리학회지: 여성*, 14(1), 133-151.
- 장훈. (2001). 몰입경험과 심리적 적응지표의 관계와 관한 연구: 인터넷 활동 중심으로. *고려대학교 석사학위 논문*.
- 최상진. (1997). 당사자 심리학과 제 3자 심리학: 인간관계 조망의 두 가지 틀. *한국 심리학회 추계심포지움*, 131-143.
- 한규석, 최상진. (2008). 마음의 연구와 심리학: 마음의 문화심리적 분석에 바탕한 심리의 작용 틀. *한국심리학회지: 일반*, 27(2), 281-307.
- 한성열, 장훈. (2010). 관계맥락과 몰입의 부정적 효과. *여가학연구*(In Press).
- 허태균, 장훈. (2007). 중독과 여가, 양적인 차이인가 질적인 차이인가? 중독, 하나인가? 여럿인가? 즐김과 중독. *한국 심리학회 심포지움*, 29-35.
- Adlai-Gail, W. (1994). *Exploring the autotelic personality*. Unpublished doctoral dissertation, University of Chicago.
- Andersen, L. M., & Berk, M. S. (1998). Transference in everyday experience: Implications of experimental research for relevant clinical phenomena. *Review of General Psychology*, 2, 81-120.
- Andersen, L. M., Reznik, I., & Chen, S. (1997). The self in relation to others: Motivational and cognitive underpinnings. *Annual of New York Academy of Sciences*, 818, 233-275.
- Baldwin, M. W., Carrell, S. E., & Lopez, D. F. (1990). Priming relationship schemas: My advisor and the pope are watching me from the back of my mind. *Journal of Experimental Social Psychology*, 26, 435-454.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Upper Saddle River, NJ: Prentice-Hall.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Baum, A., & Andersen, S. M. (1999). Interpersonal roles in transference: Transient mood effects under the condition of significant-other resemblance. *Social Cognition*, 17, 161-185.
- Bergsma, Ad., G. Poot., & Liefbroer, A. C. (2008). Happiness in the garden of epicurus. *Journal of Happiness Studies*, 9(3), 397-423.
- Berscheid, E., & Ammazalorso, H. (2001). Emotional experience in close relationships. In G. J. O. Fletcher & M. S. Clark (Eds.), *Blackwell handbook of social psychology: Interpersonal processes* (pp. 308-330). Malden, MA: Blackwell.
- Carli, M., Delle Fave, A., & Massimini, F. (1988). The quality of experience in the flow channels: Comparison of Italian and U.S. students. In M. Csikszentmihalyi & I. Csikszentmihalyi (Eds.), *Optimal experience* (pp. 288-306). Cambridge,

- England: Cambridge University Press.
- Cialdini R. B., & Trost, M. R. (1998). Social influence: Social norms, conformity, and compliance. In *The handbook of social psychology*, ed. D. T Gilbert, S. T Fiske, G. Lindzey, 2, 151 -192. Boston: McGraw-Hill. 4th ed.
- Chartrand, T. L., & Bargh, J. A. (1999). The chameleon effect: The perception-behavior link and social interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 893-910.
- Coleman, L. J (1994). Being a teacher: Emotional and optimal experience while teaching gifted children. *Gifted Child Quarterly*, 38(3), 146-152.
- Cozzarelli, C., & Karafa, J. A. (1998). Cultural estrangement and terror management theory. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24(3), 253-267.
- Csikszentmihalyi, M. (1997). *Finding flow*. New York: Basic.
- Csikszentmihalyi, M. (2000). *Beyond boredom and anxiety*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Csikszentmihalyi, M., & Csikszentmihalyi, I. (Eds). (1988). *Optimal experience*. Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Csikszentmihalyi, M., & Hunter, J. (2003). Happiness in everyday life: The uses of experience sampling. *Journal of Happiness Studies*, 4, 185-199.
- Csikszentmihalyi, M., & LeFevre, J. (1989). Optimal experience in work and leisure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 815-822.
- Csikszentmihalyi, M., & Rathunde, K. (1993). The measurement of flow in everyday life. *Nebraska Symposium on Motivation*, 40, 57-97.
- Deci, E(1975) *Intrinsic motivation*. New York: Plenum.
- Deci, E., & Ryan, R. (2000). Self-Determination theory and the facilitation of intrinsic motivations, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
- Diener, E., Gohm, C. L., Suh, E., & Oishi, S. (2000). Similarity of the relations between marital status and subjective well-being across cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31, 419-436.
- Diener, E., & Suh, E. M.(Eds.). (2000). *Subjective well-being across cultures*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Eccles, J. S., & Midgley C. (1989). Stage/environment fit: Developmentally appropriate classrooms for early adolescents. In Ames R, Ames C, (Eds). 1989. *Research on Motivation in Education*, Vol. 3(pp. 139 -181). New York: Academic.
- Eccles, J. S., Wigfield, A., & Schiefele U. (1998). Motivation. In Eisenberg N, (ed). *Handbook of child psychology*, Vol. 3(pp. 1017-1095). New York: Wiley. 5th ed.
- Ferguson, M. J. (2007). The automaticity of evaluation. In J, A Bargh (Eds), *Social psychology and the unconscious* (pp. 219-264). New York: Psychology Press.
- Fishbach, A., & Ferguson, M. J. (2007). The goal construct in social psychology. In A. M. Kruglanski., & E. T. Higgins. (Eds), *Social psychology handbook of basic principles* (pp. 490-515). New York: The Guilford Press.
- Hektner, J. (1996). *Exploring optimal personality development: A longitudinal study of adolescents*. Unpublished doctoral dissertation, University of Chicago.
- Higgins, E. T (1987). Self-discrepancy theory: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94, 319-340.
- Higgins, E. T. (2006). Value from hedonic experience and engagement. *Psychological Review*, 113(3), 439-460.
- Hills, P., Argyle, M., & Reeves, R. (2000). Individual differences in leisure satisfaction: An investigation of four theories of leisure motivation. *Personality and Individual Differences*, 28, 763-779.
- Hills, P., & Argyle, M (2001). The oxford happiness

- questionnaire: A compact scale for the measurement of psychology well-being. *Personality and Individual Differences*, 33, 1073-1082.
- Iyengar, S. S., & Lepper, M. R. (1999). Rethinking the value of choice: A cultural perspective on intrinsic motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(3), 349-366.
- Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (2005). New developments in social interdependence theory. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 131(4), 285-358.
- Keller, J., & Bless, H. (2008). Flow and regulatory compatibility: An experimental approach to the flow model of intrinsic motivation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(2), 196-209.
- Kitayama, S. (2002). Culture and basic psychological theory: Toward a system view of culture: Comment on Oyserman et al. (2002). *Psychological Bulletin*, 128, 89-96.
- Leary, M. R., Adams, C. E., & Tate, E. B. (2006). Hypo-egoic self-regulation: Exercising self-control by diminishing the influence of the self. *Journal of Personality*, 74(6), 1083-1831.
- McQuillan, J., & Conde, G. (1996). The condition of low in reading: Two studies of optimal experience. *Reading Psychology*, 17(2), 109-35.
- Moretti, M., & Higgins, E. T. (1999). Internal representations of others in self-regulation: A new look at a classic issue. *Social Cognition*, 17(2), 186-208.
- Nakamura, J. (1988). Optimal experience and the use of talent. In M. Csikszentmihalyi & I. Csikszentmihalyi (Eds.), *Optimal experience* (pp. 319-326). Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M. (2002). The concept of flow. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 89-105). Oxford, New York: Oxford University Press.
- Niedenthal, P. M., Tangney, J. P., & Gavanski I. (1994). "If only I weren't" versus "if only I hadn't": Distinguishing shame and guilt in counterfactual thinking. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(4), 585-95.
- Oishi, S., Diener, E., Suh, E., & Lucas, R. E. (1999). Value as a moderator in subjective well-being. *Journal of Personality*, 67(1), 157-184.
- Oishi, S., Diener, E., Lucas, R. E., & Suh, E. (1999). Cross cultural variations in predictors of life satisfaction: Perspective from needs and values. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25, 980-990.
- Orth, U., Berking, M., & Burkhardt, S. (2006). Self-conscious emotions and depression: Rumination explains why shame but not guilt is maladaptive. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(2), 1608-1619.
- Oyserman, D., Coon, H., & Kemmelmeier, M. (2002). Rethinking individualism and collectivism: Evaluation of theoretical assumptions and meta-analyses. *Psychological Bulletin*, 128, 3-73.
- Patall, E. A., Cooper, A., & Robinson, J. C. (2008). The effects of choice on intrinsic motivation and related outcomes: A meta-analysis of research findings. *Psychological Bulletin*, 134(2), 270-300.
- Perry, S. K. (1999). *Writing in flow*. Cincinnati, OH: Writer's Digest Books.
- Ratzlaff, C., Matsumoto, D., Kouznetsova, N., Raroque, J., & Ray, R. (2000). Individual psychological culture and subjective well-being. In E. Diener & E. M. Suh (Eds.), *Cross-cultural psychology of subjective well-being* (pp.37-60). Boston: MIT Press.
- Rathunde, K. (1988). Optimal experience and the family context. In M. Csikszentmihalyi & I. Csikszentmihalyi (Eds.), *Optimal experience* (pp. 342-363). Cambridge, England: Cambridge

- University Press.
- Rathunde, K. (1996). Family context and talented adolescents' optimal experience in school-related activities. *Journal of Research on Adolescence, 6*, 605-628.
- Sato, I. (1988). Bosozoku: Flow in Japanese motorcycle gangs. In M. Csikszentmihalyi & I. Csikszentmihalyi (Eds), *Optimal experience* (pp. 92-117). Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Schwartz, B. (2000). Self-Determination: The tyranny of freedom. *American Psychologist, 55*(1), 79-88.
- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress empirical validation of interventions. *American Psychologist, 60*(5), 410-421.
- Shah, J. (2003a). Automatic for the people: How representation of significant others implicitly affect goal pursuit. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(4), 661-681.
- Shah, J. (2003b). The motivational looking glass: How significant others implicitly affect goal appraisals. *Journal of Personality and Social Psychology, 85*(3), 424-439.
- Silverberg, S. B., & Steinberg, L. (1987). Adolescent autonomy, parent-adolescent conflict, and parental well-being. *Journal of Youth and Adolescence, 16*(3), 293-312.
- Suh, E., Diener, E., Oishi, S., & Triandis, H. C. (1998). The shifting basis of life satisfaction judgments across culture: Emotion versus norms. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*, 482-493.
- Tangney, J. P., & Dearing, R. L. (2002). Gender differences in morality. In R. F. Bornstein and J. M. Masling (Eds.), *Empirical studies in psychoanalytic theories: Vol. 10. The psychodynamics of gender and gender role* (pp. 251-269). Washington, DC.
- Tracy, J. L., & Robins, R. W. (2004). Putting the self into self-conscious emotions: A theoretical model. *Psychological Inquiry, 15*(2), 103-125.
- Trevino, L., & Trevino, J. (1992). Flow in computer-mediated communication. *Communication Research, 19*, 539-573.
- Turner JC, Meyer DK. 1999. Integrating classroom context into motivation theory and research: Rationale, methods, and implications. In T. Urdan (Ed) *The role of context: Advances in motivation and achievement*. Vol. 11 (pp. 87 - 122). Stamford, CT: JAI Press
- Vallercher, R. R., & Wegner, D. M. (1985). *A theory of action identification*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Vallercher, R. R., & Wegner, D. M. (1987). What do people think they're doing: Action identification and human behavior. *Psychological Review, 94*, 3-15.
- Van Lange, P. A. M., De Cremer, D., Van Dijk, E., & Van Vugt, M. (2007). Self-interest and beyond: Basic principles of social interaction. In Kruglanski, A. M., & Higgins, E. T. (Eds), *Social psychology handbook of basic principles* (pp. 540-561). New York: The Guilford Press.
- Wanner, B., Ladouceur, R., Auclair, A. V., & Vitaro, F. (2006). Flow and dissociation: Examination of mean levels, cross-links, and links to emotional well-being across sports and recreational and pathological gambling. *Journal of Gambling Studies, 22*, 289-304.
- Waterman, A. S., Schwartz, S. J., Goldbacher, E., Green, H., Miller, C., & Philip, S. (2003). Predicting the subjective experience of intrinsic motivation: The roles of self-determination, the balance of challenge and skills, and self-realization values. *Personality and Social Psychology Bulletin, 29*(11), 1447-1458.
- Wells, A. (1988). Self-esteem and optimal experience. In M. Csikszentmihalyi & I. Csikszentmihalyi (Eds), *Optimal experience* (pp. 327-341). Cambridge, England: Cambridge University Press.

- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychology and Behavior*, 1(3), 237-244.
- Zimbardo, P. G. (1970). The human choice: individuation, reason, and order versus deindividuation, impulse, and chaos. In W. J. Arnold & D. Levine (Eds.), *Nebraska symposium on motivation: Vol. 18*. Lincoln: University of Nebraska Press.

Reconstructing the Function of Flow: Moderate Effects of Significant Other on Relationship between Flow and Happiness

Hoon Jang Seong-Yeul Han
Korea University

The purpose of the present study was to investigate the function of flow in relational context. Previous studies on the function of flow suggested that flow has a positive effect on personal growth and happiness. However, Previous studies were only focused on individual context and aspect of flow. However it was supposed that the function of flow could be changed according to the contexts, the present study focused relational function of flow. In study 1, moderate effects were found that significant other's approval/disapproval, regulation with significant other and self conscious emotion moderated relationship between on flow and happiness. In study 2, the reasons of disapproval on person's flow were that flow activities were not socially valuable and flow pursuing frequently violated relational expectancy. The Results of present studies suggested that the functions of flow could be changed and reconstructed along the contexts. Results of the present research had a valuable implication in that it is not sufficient to conduct a research on individual happiness and positivity only in individual context. Instead, It is necessary that individual positive concepts should be reappraised carefully in relational, interdependent, moral context.

Keywords: flow, negative function of flow, significant other, relational context

1차원고 접수일 : 2010년 9월 13일
수정원고 접수일 : 2010년 11월 25일
게재 확정일 : 2010년 11월 26일