

대학생의 플로우 성향 척도에 관한 타당도 검증*

장 인 회¹⁾

단국대학교대학원 문화예술학과

김 리 진²⁾

전북대학교 아동학과

본 연구는 한국의 대학생을 대상으로 일본의 石村(2014)가 개발한 플로우 성향 척도의 타당도 검증을 위해 수행되었다. 본 연구의 연구대상은 서울 및 전북에 소재한 2개 대학교에 재학 중인 학생 269명이다. 자료분석은 타당도 검증을 위해 전문가 집단을 통한 내용타당도와 탐색적 요인분석과 확증적 요인분석을 통한 구성타당도를 검증하고, 신뢰도 검증을 위해 내적 합치도와 반분신뢰도 분석을 실시하였다. 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 石村(2014)가 개발한 척도 32문항의 5요인 모형에 관하여 탐색적 요인분석을 실시한 결과, 원척도 중 5개 문항을 제외한 5 요인(만족감, 무아지경, 향상심, 통제감, 일체감)의 27문항이 추출되었다. 둘째, 탐색적 요인분석을 통해서 확인된 5개 요인 구조와 플로우 성향 척도 5개 요인 구조에 대해 확증적 요인분석을 실시한 결과, 카이제곱값을 제외한 4개의 모형적합도 지수에서 탐색적 요인분석 5요인 구조가 더 적합한 것으로 나타났다. 셋째, 일상생활에서 플로우 성향을 살펴본 결과, 전반적으로 '보통' 수준으로 경험하는 것으로 나타났다. 구체적으로 살펴보면, 우리나라 대학생들은 만족감과 일체감은 상대적으로 높게 느끼는 반면, 무아지경의 즐거운 경험은 적은 것으로 나타났다. 본 연구에서 개발된 척도는 한국 문화에 적합하고 플로우 성향에 초점을 둔 척도란 점에서 의의가 있으며, 앞으로 청년기 후기 또는 성인기의 개인 내적 경험 및 심리상태를 파악하는 데 사용될 뿐만 아니라 새로운 플로우 관련 프로그램 개발 및 적용 시에도 유용하게 활용될 것으로 기대된다.

주요어 : 대학생, 플로우 성향 척도, 타당도 검증

* 본 연구는 2016년 인간발달학회 춘계학술대회 포스터논문을 수정보완한 것임.

이 논문은 2015년도 전북대학교 신입교수 연구비 지원에 의하여 연구되었음.

1) 단국대학교대학원 문화예술학과, 시간강사

2) 교신저자 : 전북대학교 아동학과, 조교수 (E-mail: ljkim@jbnu.ac.kr)

I. 서론

최근 들어 주목받고 있는 긍정심리학은 Seligman이 “인간이 인간으로서의 좋은 삶의 질 향상을 위하여 어떻게 하면 좋을까?” 라는 연구를 지금까지 무시해 왔다고 문제를 제기 하면서 새롭게 등장한 학문이다. Seligman에 의해 등장한 긍정심리학이 최근 들어 주목받게 된 데에는 Csikszentmihalyi의 플로우(flow, 이하 생략)에 관한 연구가 가장 큰 기여를 하였다고 볼 수 있다. Csikszentmihalyi(1975)에 따르면, 플로우란 “현재 하고 있는 일에 흠뻑 빠져 있는 무아지경의 심리적 상태”를 의미한다. 플로우라는 용어는 초기에 우리나라에서 ‘몰입’이라고 번역되어 사용되어 왔다. 몰입의 사전적 정의는 “깊이 파고들거나 빠짐”이다. 하지만 플로우는 단순히 어떤 일에 빠진 상태뿐만 아니라 보다 적극적으로 자신의 주의를 통제하는 과정, 더 나아가 이런 과정을 통해 자아가 확장되고 확장된 자아가 창조의 동인이 되는 개념까지 아우른다(최인수, 2011). 따라서 몰입이라는 용어는 플로우의 단면만을 설명하는 것이기에, 최근에서 심리학, 교육학, 경영학 등 여러 분야에서 한국어로 억지로 번역한 몰입보다는 ‘플로우’라는 용어를 고유명사로 채택하여 사용하고 있다.

그렇다면 사람들은 플로우 경험을 언제, 어떻게, 어떤 과정으로 플로우 경험을 하게 되는 것일까? 개인 또는 상태에 따라서 플로우 경험 강도(intensity)와 복잡성(complexity)에는 차이가 있을 수 있으나, 플로우 상태에서는 평소와는 다른 독특한 심리적 특성을 나타낸다(Csikszentmihalyi, 1992). Csikszentmihalyi의 연구

를 종합해 보면, 플로우 경험의 특징은 보편적으로 세 가지의 전제 조건(난이도와 능력의 조화, 분명한 목표, 즉각적이고 명확한 피드백)과 6가지의 주관적 상태(과제에 대한 주의집중, 행위와 의식의 융합, 자의식의 상실, 통제감, 시간 감각의 왜곡, 자기목적적 경험)가 있음을 알 수 있다(Csikszentmihalyi, 1975; Nakamura & Csikszentmihalyi, 2002). Csikszentmihalyi가 말한 보편적 특징들이 플로우 상태에서 나타난다는 연구는 지금까지 지속적으로 검증되어 왔으며, 많은 연구자들이 각기 다른 문화권에서도 플로우의 보편적 특징이 나타나지지를 조사하였다. 그 결과, 각기 다른 문화권일지라도 위와 같은 보편적인 플로우의 특징이 나타난 것으로 밝혀졌으나, 플로우 경험의 강도와 복잡성 측면에서는 다소 차이가 나타났다(Moneta, 2004). 예를 들어, 佐藤(1984)는 폭주족의 플로우 경험을 알아보는 연구를 수행하였는데, Csikszentmihalyi가 주장한 보편적 특징 이외에 “동료들과의 일체감”이라는 특징이 추가되었다. 이는 일본 특유의 문화의 영향을 반영한 것으로 해석할 수 있으며, 문화에 따라 플로우 상태와 특징에 차이가 있을 것으로 추측되는 부분이다. 그렇다면, 개인은 작업수행 시 어떤 환경에서 가장 기능적으로 플로우에 이르는 것일까? 플로우 경험은 개인과 환경적 요인에 의해 영향을 받는다고 논의되고 있다(Magnusson & Sattin, 1998). 플로우는 개인이 느끼는 일상생활에서의 플로우의 개인 경험이 매우 중요하다. 플로우에 대한 관심이 최근 높아진 데에는 의료·보건 분야에서 기존의 병원 모델이 예방을 중시하는 모델로 변화하는 상황이라는 배경이 있다. 특히

복지가 발달한 선진국을 중심으로 이와 같은 현상이 나타나고 있으며, 정신병리의 원인, 증상, 치료법뿐만 아니라 개인의 적극성과 정신병리의 예방에 더 많이 주목하고 있다. 이러한 학문적 분위기 속에서 인간의 강점, 미덕 등과 같은 긍정적인 특성을 밝히고, 인간의 행복에 영향을 주는 요인을 탐색하는 등 긍정심리학이라는 새로운 방향을 제시하고 있다 (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). 현재 한국에서는 플로우를 경험하는 사람들의 특징이 무엇인지를 탐색하는 연구가 활발히 진행되어 왔는데, 이를 통해 플로우를 경험하지 못한 사람들 또는 플로우 경험 빈도가 낮은 사람들에게 적절한 개입 프로그램을 제공하는 것이 최종목적이다. 플로우를 경험하지 못하였거나 그 경험 빈도가 낮은 사람들의 배경을 살펴보면, 의욕저하, 내적동기 부족, 우울감 등과 같은 현대사회인의 문제점들을 가지고 있는 경우가 많다. 그러한 사람들에게 플로우를 느낄 수 있는 경험적 프로그램을 제공하고, 과연 플로우가 실제로 행복감, 안녕감 등 긍정심리에 기여하는 효과가 어느 정도인지 검증해 보는 것은 의미 있는 것이라고 생각한다.

지금까지 이루어진 플로우 연구를 살펴보면, 공통적으로 다음과 같은 문제점을 가지고 있다. 첫째, 개인의 플로우 특징을 알아보기 위하여 일반적으로 경험추출법(ESM: experience sampling method)을 이용하고 있는데, 이는 연구에 참여하는 동안 피험자에게 많은 부담을 줌과 동시에 최근 연구윤리의 중요성을 감안할 때 연구 윤리적인 면에서 문제가 제기될 가능성이 많다. 둘째, 조작화에 의해 추출된 경험이 반드시 플로우 경험에 속한다고 해석

할 수는 없다. 셋째, 지금까지 한국에서는 플로우 경험과 관련하여 인터넷 이용자의 플로우 경험 척도(신명희, 2004), 인터넷 게임 몰입 척도(이채호, 최인수, 2008), 독서 플로우 검사 도구(이병기, 2011), 학습플로우 척도(이화선, 최인수, 2012), 온라인 플로우 측정의 개발(박진용, 강명주, 2012) 등의 심리학, 교육학, 경영학 등 여러 분야에서 광범위하게 플로우를 측정하고자 하는 시도가 이루어졌다. 하지만 일상생활에서의 플로우 경험을 측정하는 척도 개발은 아직 미미한 편이라 할 수 있다. 선행 연구들의 플로우 측정법을 살펴보면, 경험추출법(ESM)을 이용하여 주로 측정하고 있다. 경험추출법(ESM)이 아닌 질문지법을 사용할 때는 플로우의 세 가지 조건(명확한 목표, 즉각적인 피드백, 도전과 능력의 조화)과 플로우 경험의 특성 여섯 가지(과제에 대한 집중, 행동과 의식의 통합, 통제감, 자의식의 상실, 시간감각의 왜곡, 자기목적적 경험)의 아홉 가지 요소에 근거한 척도를 주로 사용하였다. 그러나 아홉 가지 요소만으로 플로우의 개인 경험을 측정하기에는 개인이 플로우라고 느끼는 일상 활동의 종류와 상황이 단순하지 않다. 따라서 앞으로 다양한 일상적 플로우 경험을 측정할 수 있는 신뢰롭고 타당한 척도 개발이 필요성이 제기된다. 또한 내적 동기에 의한 활동에서의 플로우 상태를 측정함과 동시에 플로우 성향을 측정할 수 있어야 한다. 즉, 플로우 경험의 전제조건을 기본 측정항목으로 함과 동시에, 일상생활에서의 플로우 개인 경험 요인들을 추가하여 척도를 구성하는 것이 필요하다.

일본에서는 플로우를 양적으로 측정하는 척

도인 Flow State Scale(Jackson & Marsh, 1996)을 스포츠 분야에서 타당화 시키고자 하는 시도가 이루어져 왔다. 이 척도는 스포츠라는 특정 활동에서의 플로우 상태를 측정하고자 개발되었고, 과거 기억을 회상함으로써 플로우 경험의 빈도와 강도를 주관적으로 평가하게 되며, 스포츠 분야에서의 특정 활동을 전제로 하는 내용들로 구성되어 있다. Flow State Scale을 일본에서 타당화하기 위하여 수행되어 온 선행연구들을 살펴보면 다음과 같다. Jackson과 Marsh(1996)가 개발한 원척도는 9요인 모델이었으나, 일본에서는 체육 수업에서의 4요인(小橋川久光・金城文雄・平良勉・張本文昭・大村三香, 1998), 일반 스포츠 경기에서의 5요인(小橋川久光, 2004), 육상경기에서의 7요인(張本文昭・川端雄人・小橋川久光, 2000), 등산에서의 8요인(佐藤, 1989), 일반 스포츠 경기에서의 9요인(谷木, 2003), 등산에서의 10요인(張本文昭・大村三香・平良勉・小橋川久光・川端雄人, 2000) 등으로 나타났다. Flow State Scale은 스포츠라는 특정 분야에서의 활동을 기본 전제로 하는 내용으로 구성되어 있기 때문에, 일반 대학생을 대상으로 플로우 경험을 측정하는데 많은 한계점을 가지고 있었다. 다시 말해, 스포츠 이외의 활동에 대한 플로우 경험을 측정하고자 할 때는 요인구조가 안정적이지 않은 단점을 갖고 있다(石村, 2014). 石村(2014)는 이 척도가 예술 활동, 일상생활에서의 인간관계, 수업 또는 학업 등에서의 지적 통찰, 취미 활동 등에서의 느낌 등을 기술하는 데에는 적절하지 않다고 하였다. 그는 이와 같은 한계점에 착안하여 일본 대학생들을 대상으로 플로우 경험에 관한 질적연구와 양적연구를 순

차적으로 수행하여 “플로우 성향 척도”를 개발하였다. 앞서 말한 Flow State Scale의 항목들의 문장을 수정하여 플로우의 성향을 측정하려는 시도가 일본에서 있었으나, 그 항목들만으로는 측정이 어렵다고 판단하였다. 이에 石村(이시무라, 이하 생략, 2014)가 플로우를 경험하는 개인의 성향을 측정하기 위하여 간편하게 측정할 수 있는 척도를 독자적으로 개발하게 된 것이다. 앞으로 한국에서도 보편적으로 사용가능하면서도 수량화 시킬 수 있는 플로우 경험에 관한 측정법 개발이 필요하다. 심층면접을 통한 플로우 경험에 관한 연구결과들이 우리나라에서 여러 학자들에 의해서 상당히 축적된 시점이기때 수량화가 가능한 플로우 경험 측정법을 개발하기에 시기가 적절하다고 사료되기 때문이다.

따라서 본 연구에서는 한국의 대학생들을 대상으로 일본의 石村(2014)가 개발한 플로우 성향 척도¹⁾의 타당도를 검증하는 것을 주요 목적으로 한다. 石村(2014)의 척도가 대학생들을 대상으로 개발된 척도였기에 본 연구에서도 타당도를 검증하는 과정에서 동질성을 갖기 위하여 대학생들을 연구대상으로 선정하였다. 그리고 대학생 시기인 청년 후기는 신체적 성숙과 인지적 발달이 정점이 이루는 시기로, 입시위주의 공부에서 벗어나 본인의 적성을 새롭게 탐색해보고 도전해 보는 시기이기도 하다. 특히 우리나라는 대학입시위주의 교육으로 대학생 시기에서조차 진로선택의 고민이 많은 특징이 있다. 이에 대학생들이 일상생활에서 플로우 경험을 제공함으로써 진로선택을

1) 石村가 개발한 원척도명은 フロー体験の個人傾向を測定する尺度임

함에 있어 내적 동기부여 측면을 제공해 주어야 한다고 생각한다. 이에 연구대상자를 대학생 선정하였으며, 본 연구를 통하여 청년실업과 불안정한 고용실태 등의 거시환경적 불안요인에도 각자의 진로와 학업수행을 통한 플로우 경험을 대학생들로 하여금 이해하게 함으로써 대학의 구조조정과 청년정책 등에 기여하고자 한다. 또, 학교교육 현장에서 플로우 경험을 할 수 있도록 한다면, 공교육 강화와 학생들의 심리적 안정 및 내적동기유발, 학교 폭력 방지 등 교육정책의 일환으로도 활용 가능하게 될 것으로 기대한다.

본 연구에서의 연구문제는 다음과 같다.

- 1) 일상생활에서 플로우 성향 척도를 측정하는 문항의 타당도 관련 증거는 적절한가?
- 2) 일상생활에서 플로우 성향 척도를 측정하는 문항의 신뢰도 관련 증거는 적절한가?
- 3) 일상생활에서 플로우 성향 척도의 일반적 경향은 어떠한가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 연구대상은 서울 및 전북에 소재한 2개 대학교에 재학 중인 학생 280명이었다. 그 중 문항이 작성이 불성실한 11부를 제외한 최종 269명이다. 연구대상은 임의표집하였고, 연구대상 중 남학생은 109명(40.5%), 여학생은 160명(59.5%)이다. 연구대상의 전공계열은 인문사회계열 70명(26%), 자연계열 38명(14.1%),

공학계열 71명(26.4%), 예술계열 24명(8.9%), 의학계열 38명(14.1%), 기타 28명(10.4%)으로 나타났다.

2. 조사방법 및 연구절차

본 연구에서는 石村(2014)가 일본 대학생 대상으로 개발한 일상생활에서의 플로우 성향 척도(32문항)를 번안하여 사용하였다. 설문 문항의 내용타당도 검토과정은 다음과 같다. 총 32문항으로 된 원척도를 번역하는 것은 발달심리학 전공 일본박사학위취득자 1인이 실시하였다. 그리고 일본에서 박사학위를 취득하고 일본 F대학에 재직 중인 한국인 교수 1인이 한글번역이 된 척도에 대한 일어 역번역 작업을 수행하였다. 번역과 역번역 작업 과정에서 서로 맞지 않는 점이 나온 경우, 한국대학교수 1인과 논의하여 가장 적절한 해석을 취하는 방식을 채택하였다. 마지막으로 아동학 전공 박사수료생 1인, 대학재학생 1인이 한국어로 번역된 설문 문항의 적합성, 문장 표현 등을 검토한 후, 수정 작업을 거쳐 최종 작성되었다.

예비조사는 연구대상 전체 표본의 10%에 해당하는 30부를 하였으며, 이를 통해 문장의 이해도가 낮은 3개 문항을 수정하였다. 예비조사를 통해 수정이 이루어진 문항의 예를 들면, “그 때 느꼈던 감각을 다시 살려 또 하고 싶다”는 “그 때의 좋았던 느낌을 되살려 다시 경험하고 싶다”로, “충만감을 느낄 수 있도록 끝까지 해 낸다”는 “무엇인가를 끝까지 해 냄으로써 나 자신을 만족시키는 충만감을 맛본다”로, “상대의 마음과 내 마음이 공유된다는

느낌이 든다”는 “나는 내 마음을 상대방과 함께 나눌 수 있다” 등으로 수정하였다. 본 조사는 연구대상자들의 대학 강의시간 내에 해당 교과목 담당교수의 사전동의 및 양해를 구한 후, 연구자가 직접 방문하여 무기명 개별기입 형식의 설문조사를 실시하였다. 설문지의 회수는 현장에서 바로 이루어졌으며, 설문지의 첫 페이지에는 연구자에 대한 윤리적 배려에 관한 사항을 자세히 설명하였다.

3. 자료분석

수집된 자료는 SPSS 18.0와 Amos 4.0을 이용하여 분석하였다.

연구대상자의 일반적 특성 및 플로우 경험 경향 및 차이를 알아보기 위해 기술통계치를 산출하였고, 대학생의 플로우 경험 척도의 타당도 검증을 위하여 탐색적 요인분석(exploratory factor analysis)과 확증적 요인분석(confirmatory factor analysis)을 실시하였다. 대학생의 플로우 경험 척도의 신뢰도 검증을 위해, 하위영역 별 내적 합치도 계수와 반분신뢰도를 산출하였다.

III. 결과 및 해석

1. 일상생활에서 플로우 성향 척도의 타당도 검증

대학생을 대상으로 플로우 성향 척도의 타당도를 알아보기 위하여, 탐색적 요인분석과 확인적 요인분석을 실시하였다. 탐색적 요인

분석을 통하여 하위요인들을 추출하였고, 확증적 요인 분석을 통해 측정모형의 적합도를 평가하였다.

첫째, 탐색적 요인분석은 먼저 자료의 요인 분석의 적절성을 확인하기 위하여 KMO의 표준적합도(measuring of sampling adequacy) 지수를 측정한 결과 0.898로 나타났으며, Bartlett의 구형성 검정결과 카이제곱 검정통계량 값이 4484.323($p < .001$)로서 본 연구의 측정도구가 요인분석을 하기에 적절함을 확인하였다. 요인추출은 주성분분석(principle component analysis: PCA)을 이용하였으며, 회전은 사회과학에서 주로 사용하는 PROMAX 회전방법을 적용하였다. 대학생 플로우 성향 척도의 원척도 32문항에 대한 요인분석을 하기 위하여, 요인분석 적용 시 요인적재(factor loading)의 기준을 0.50 이상으로 설정하였고, 고유값(eigenvalue) 1.0 이상이 5요인이 나타났고, 전체 변량의 65.84%를 설명하였다. 원척도 중 5문항(5번, 6번, 9번, 16번, 26번)을 제외하여 최종적으로 27문항이고, 이를 정리한 결과가 표 1과 같다.

둘째, 탐색적 요인분석을 통해 검증된 척도와 원척도의 타당도를 비교하기 위하여 확증적 요인분석을 실시하였다. 확증적 요인분석은 상대적합지수와 절대적합지수, 개념신뢰도와 분산추출지수를 고려하여 판단하였다. 일상생활에서 플로우 성향에 대한 확증적 요인 분석결과는 표 2, 표 3, 그림 1과 같다. 모형의 적합도 지수는 기존의 5요인보다 탐색적 요인분석 5요인 모형이 RMSEA, NFI, CFI, IFI는 모두 만족할 만한 수준으로 나타났다. 측정변수가 각 하위 척도를 어느 정도 설명하는

가를 알아보기 위한 개념신뢰도와 분산추출지수를 계산한 결과, 개념신뢰도는 .93으로 나타났다, 분산추출지수는 .77로 나타났다. 각 요인을 구성하는 문항들은 높은 요인부하량을 나타내고 있고 각 요인에 적절한 문항임을 알 수 있다.

표 1. 플로우 성향 척도의 탐색적 요인분석 후 고유치, 설명분산, 최종 문항의 요인부하량 (N=269)

		요인1	요인2	요인3	요인4	요인5	공통성
만 족 감	3) 가슴 설렘을 느낀다	.908	-.024	-.039	-.004	-.047	.744
	4) 온 몸에 힘이 솟는다	.895	.000	.032	-.088	-.037	.741
	1) 기분이 고조된다	.893	.015	-.014	-.129	.026	.734
	2) 매우 흥분된다	.877	.012	-.020	.009	-.007	.762
	8) 그 상황 자체가 즐겁다	.790	-.060	-.057	.033	.070	.631
	10) 에너지가 넘치고 활기차게 느껴진다	.744	.011	.068	-.034	.117	.686
	7) 그 때의 좋았던 느낌을 되살려 다시 경험하고 싶다	.621	-.093	.072	.060	.102	.509
무 아 지 경	12) 내 자신이 누구인지 일시적으로 잊을 수도 있다고 생각한다	-.184	.931	-.050	-.149	.104	.724
	11) 내가 사라지고, 나 자신이 아닌 것 같음을 느낀다	-.138	.853	-.062	-.171	.154	.611
	18) 순간적으로 시간이 멈춘 것 같은 느낌이 든다	-.039	.749	-.015	.068	.015	.575
	13) 나도 모르는 어떤 흐름 속에 내 몸을 맡기게 되는 것 같다	.005	.739	.219	-.128	.034	.660
	14) 온 몸이 우주 속에 있는 듯 압도적인 황홀감에 빠진 적이 있다	.173	.722	-.038	.203	-.162	.728
	17) 이야기의 주인공이 된 것 같은 느낌이 든다	.194	.602	.064	.185	-.088	.636
	15) 넓은 바다와 하나가 된 것 같은 느낌에 휩싸인 적이 있다	.122	.584	.023	.226	-.152	.545
향 상 심	22) 무엇인가를 끝까지 해 냄으로써 나 자신을 만족시키는 충만감을 맞본다	-.092	-.040	.832	.055	.084	.512
	21) 나는 내가 하고 싶은 것이 무엇인지 정확히 알고 있다	-.033	-.074	.765	.084	-.138	.705
	19) 보다 높은 목표를 향해 언제나 도전하고 있다는 생각이 든다	-.035	.054	.729	.031	.014	.571
	20) 위로 올라가고 싶다는 기분은 끝이 없다고 생각한다	.124	.051	.715	-.011	-.124	.563
	23) 나의 의식을 한 곳에 집중한다	-.053	.190	.604	-.037	.135	.518
통 제 감	31) 나의 일은 모두 내 생각대로 통제할 수 있다고 느낀다	-.051	-.132	.098	.895	-.139	.720
	32) 나를 중심으로 모든 것이 돌고 있다는 느낌이 든다	-.022	.115	-.050	.865	-.145	.721
	30) 나는 완전히 만족하는 것 같은 느낌이 든다	.056	.009	.015	.756	.061	.662
	29) 나의 일은 내가 바라는 대로 진행되는 것 같다	-.132	-.156	.187	.733	.223	.696
	28) 나의 이상세계와 현실세계가 조화를 이루고 있는 것 같다	-.049	.125	-.170	.685	.303	.606
일 체 감	25) 같은 목표를 가진 동료와 함께 할 때 일체감을 느낀다	.065	.019	.008	-.043	.879	.815
	24) 누군가와 함께 일을 끝까지 해 냈을 때, 상대방과 충분히 나누었다는 생각이 든다	.008	.045	.068	-.002	.846	.787
	27) 나는 내 마음을 상대방과 함께 나눌 수 있다	.252	-.006	-.117	.215	.607	.643
고유치		9.70	3.30	2.32	1.81	1.31	
설명변량(%)		34.64	11.79	8.28	6.47	4.66	
누적변량(%)		34.64	46.43	54.71	61.18	65.84	

표 2. 적합도 지수

모형	$\chi^2(df)$	적합도 지수			
		RMSEA	NFI	CFI	IFI
기존5요인	32.277(5)***	.096	.905	.918	.915
본 연구의 요인분석 5요인	30.296(5)***	.078	.910	.921	.924

*** $p < .001$.

표 3. 구조방정식 모형의 모수 추정치

구분	표준화계수	표준오차	임계치	개념신뢰도	분산추출지수
만족감→플로우	0.687				
무아지경→플로우	0.504	0.142	6.434***		
향상심→플로우	0.713	0.126	8.316***	0.928	0.765
통제감→플로우	0.622	0.117	7.769***		
일체감→플로우	0.668	0.104	9.094***		

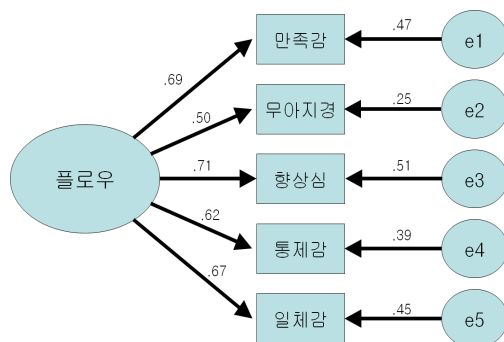
*** $p < .001$.

그림 1. 본 연구의 요인분석 5요인 구조

2. 일상생활에서 플로우 성향 척도의 신뢰도 검증

개발된 척도의 신뢰도 검증을 위해 내적 합치도와 반분 신뢰도를 산출하였다(표 4 참조). 일상생활에서 플로우 성향 척도의 내적 합치도 Cronbach's α 계수를 산출한 결과 .81~.92로 나타났다. 반분신뢰도 Spearman-Brown 계수는 .77로 나타났다.

표 4. 요인, 하위문항, 신뢰도

요인	문항번호	문항수	내적 합치도	반분신뢰도
만족감	1,2,3,4,7,8,10	7	.92	
무아지경	11,12,13,14,15,17,18	7	.88	
향상심	19,20,21,22,23	5	.81	.77
통제감	28,29,30,31,32	5	.86	
일체감	24,25,27	3	.85	
전체		27	.92	

표 5. 하위요인 및 문항의 평균 및 표준편차

하위요인	문항	평균(표준편차)
만족감	기분이 고조된다	5.18(1.21)
	매우 흥분된다	4.79(1.40)
	가슴 설렘을 느낀다	5.15(1.26)
	온 몸이 힘이 솟는다	4.95(1.38)
	그 때의 좋았던 느낌을 되살려 다시 경험하고 싶다	5.54(1.36)
	그 상황 자체가 즐겁다	5.57(1.28)
	에너지가 넘치고 활기차게 느껴진다	5.23(1.22)
소계		5.20(1.07)
무아 지경	내가 사라지고, 나 자신이 아닌 것 같음을 느낀다	3.63(1.71)
	내 자신이 누구인지 일시적으로 잊을 수도 있다고 생각한다	3.51(1.80)
	나도 모르는 어떤 흐름 속에 내 몸을 맡기게 되는 것 같다	4.32(1.69)
	온 몸이 우주 속에 있는 듯 압도적인 황홀감에 빠진 적이 있다	3.35(1.65)
	넓은 바다와 하나가 된 것 같은 느낌에 휩싸인 적이 있다	3.28(1.98)
	이야기의 주인공이 된 것 같은 느낌이 든다	4.23(1.71)
	순간적으로 시간이 멈춘 것 같은 느낌이 든다	3.85(1.69)
소계		3.74(1.34)
항상심	보다 높은 목표를 향해 언제나 도전하고 있다는 생각이 든다	4.92(1.53)
	위로 올라가고 싶다는 기분은 끝이 없다고 생각한다	4.74(1.64)
	나는 내가 하고 싶은 것이 무엇인지 정확히 알고 있다	4.65(1.48)
	무엇인가를 끝까지 해냄으로써 나 자신을 만족시키는 충만감을 맛본다	5.39(1.27)
	나의 의식을 한 곳에 집중한다	5.13(1.22)
소계		4.96(1.08)
통제감	나의 일은 내가 바라는 대로 진행되는 것 같다	4.09(1.28)
	나의 일은 내가 바라는 대로 진행되는 것 같다	4.34(1.28)
	나는 완전히 만족하는 것 같은 느낌이 든다	4.38(1.27)
	나의 일은 모두 내 생각대로 통제할 수 있다고 느낀다	3.97(1.35)
	나를 중심으로 모든 것이 돌고 있다는 느낌이 든다	3.67(1.47)
소계		4.10(1.07)
일체감	누군가와 함께 일을 끝까지 해냈을 때, 상대방과 충분히 나누었다는 생각이 든다	5.09(1.21)
	같은 목표를 가진 동료와 함께 할 때 일체감을 느낀다	5.21(1.21)
	나는 내 마음을 상대방과 함께 나눌 수 있다	4.88(1.17)
소계		5.06(1.05)
플로우전체		4.61(.81)

3. 일상생활에서 플로우 성향의 일반적인 경향

일상생활에서 플로우 성향의 평균과 표준편차는 표 5와 같다. 본 척도 평균의 범위는 1-7 점이다. 플로우 성향 전체는 4.61($SD = .81$)로 '보통' 수준이었다. 하위요인별로 살펴보면, 만족감이 5.20($SD = 1.07$)로 가장 높았고, 그 다음으로 일체감($M = 5.06$, $SD = 1.05$), 향상심($M = 4.96$, $SD = 1.08$), 통제감($M = 4.10$, $SD = 1.07$), 무아지경($M = 3.74$, $SD = 1.34$) 순으로 나타났다.

IV. 논의 및 결론

본 연구는 石村(2014)가 개발한 일상생활에서의 플로우 성향 척도를 한국의 대학생들을 대상으로 타당화하는 것을 목적으로 실시되었다. 이를 위해 石村(2014)가 일본 대학생들을 대상으로 개발한 플로우 성향 척도(32문항)를 번안하여 사용하였다. 타당도 검증을 위해 전문가 집단을 통한 내용타당도와 탐색적 요인분석과 확증적 요인분석을 통한 구성타당도를 검증하고, 신뢰도 검증을 위해 내적 합치도와 반분신뢰도 분석을 실시하였다.

본 연구의 타당도 검증결과는 첫째, 石村(2014)가 개발한 척도의 32문항의 5요인 모형에 관하여 탐색적 요인분석을 실시한 결과, 원척도 중 5개 문항을 제외한 5요인의 27문항이 추출되었다. 원척도가 일본 대학생들을 대상으로 개발된 척도이기 때문에, 우리나라 대학생들을 대상으로 타당화 연구를 하였기에 언어 표현 및 문화적 차이를 드러내는 내용을

담고 있는 5개 문항이 제외된 것으로 사료된다. 제외된 문항들은 일본 특유의 장인정신, 끝까지 포기하지 않는 집착력 등을 표현한 문장과 개인의 플로우 상태임에도 불구하고 “모두가 하나의 목표로 향하고 있다는 느낌이 좋다”는 등과 같은 개인보다는 집단의 결속력을 강조하는 집단주의문화에서의 의식이 강하게 드러나는 것이었다. 둘째, 탐색적 요인분석을 통해서 확인한 요인 구조와 플로우 성향 척도 5요인 구조(원척도)에 대해 확증적 요인분석을 실시한 결과, 카이검증을 제외한 4개의 모형적합도 지수에서 탐색적 요인분석 5요인 구조가 적합한 것으로 나타났다. 원척도보다 탐색적 요인분석을 통해서 확인한 5개 요인 구조가 더 적합한 것으로 나타난 것은 石村(2014)의 원척도가 한국에서 사용되기 위해서 언어 표현 및 문화적 차이가 나타나는 5개 문항을 제외하는 것이 더 타당함을 지지하는 결과로 볼 수 있다. 본 척도에는 Csikszentmihalyi가 말한 “시간감각의 왜곡”과 관련된 문항이 없는 것이 특징이다. 石村(2014)가 일본인을 대상으로 탐색적 요인분석을 통하여 척도를 개발하는 과정에서 그 문항들은 제외되었다. Jackson과 Eklund(2002)에 의하면, 활동의 종류와 주변 환경 여건에 따라 시간에 대한 인식이 달라질 수 있다. 사람들이 플로우를 느끼는 활동 중 시간을 의식하면서 해야 하는 스포츠 경기 등을 예로 들 수 있다. 그리고 일명 “빨리빨리 문화”가 오랜 전통처럼 남아 있고, 급변하는 현대사회에서 속도로 경쟁력을 가지게 된 한국 특유의 상황과 문화를 고려할 때, 본 연구에서 개발된 척도가 한국문화에서의 플로우 연구에 보다 적합함을

입증하는 것이다.

다음으로, 일상생활에서 플로우 성향을 살펴보면 전반적으로 ‘보통’ 수준으로 경험하는 것으로 나타났다. 하위요인별로 살펴보면, 만족감과 일체감은 상대적으로 높게 느끼는 반면, 무아지경의 즐거운 경험은 적은 것으로 나타났다. 한국에서는 플로우에 대한 정의를 내림에 있어서 그 동안 행위에 깊게 몰입하여 시간의 흐름 및 공간, 자기에 대한 인식까지도 잊어버리게 될 때는 일컫는 심리적 상태라는 것을 보편적으로 사용하여 왔다. 하지만 본 연구에서 플로우를 느끼는 활동에서 무아지경이 보통 수준을 보인 것은 한국의 대학생들은 일상생활에서 플로우 경험을 그렇게 많이 하지 못하고 있는 것으로 해석할 수 있다. 이는 한국의 최근 이슈인 청년실업과 불안정한 고용상태로 인한 불안한 대학생활을 반영하는 것으로 보인다. 그리고 일본에서 개발된 척도라는 점을 고려할 때, 무아지경 요인의 문항 내용은 비유적·은유적 표현이 많이 쓰였기 때문에 직설적 표현을 많이 사용하는 한국인에게는 낯선 표현이었을 것이다. 이로 인해 플로우의 핵심 개념이라고 생각했던 무아지경의 즐거운 경험이 예상보다 낮게 나왔다고 추론할 수 있다.

지금까지 국내의 플로우에 관한 연구를 살펴보면, 일반적인 플로우 상태를 측정하기 위한 Csikszentmihalyi의 플로우 설문지를 수정·보완하여 주로 사용하였다(이미나, 최인수, 2008; 이화선, 최인수, 2012). 그러나 본 연구에서 개발된 척도는 한국 문화에 적합하고 플로우 성향에 초점을 둔 척도란 점에서 의의가 있다고 생각한다. 본 측정도구는 청년기 후기

또는 성인기 개인 내적 경험 및 심리상태를 파악하는 데 사용될 뿐만 아니라 새로운 플로우 관련 프로그램 개발 및 적용 시에도 유용하게 활용될 것으로 기대된다.

본 연구의 한계와 추후연구에 대한 방향을 제시하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 石村(2014)가 일본 대학생들을 대상으로 개발한 플로우 성향 척도를 한국 대학생들을 대상으로 요인분석 방법을 통하여 타당도 검증을 시행하는 데 그치고 있다. 따라서 추후에 본 연구를 통해 밝혀진 요인과 다른 검사와의 공인타당도를 제시할 필요가 있다. 둘째, 연구대상을 임의표집하여, 대학생이 속한 지역별이나 전공계열별 등 이질적인 특성을 통제하지 못하여 추후연구에 이를 보완할 필요가 있다. 셋째, 본 연구는 일본 대학생들을 대상으로 하여 개발된 플로우 경험의 개인 성향 척도 32 문항을 타당화하는 연구를 실시하였기에 한국 대학생들이 경험하는 플로우의 특징이 많이 반영되지 않았다는 한계점을 지니고 있다. 따라서 앞으로는 한국 대학생들은 어떤 활동을 할 때 플로우를 경험하는지, 플로우를 경험할 때 어떤 특징을 보이는지에 관한 심층적인 질적 연구와 검증 가능한 양적연구가 이루어져야 한다.

참고문헌

- 박진용, 강명주 (2012). 온라인 플로우 측정의 개발과 타당성 분석. *Journal of the Korean Data Analysis Society*, 14(2), 1063-1078.

- 이미나, 최인수 (2008). 아동의 동기와 플로우가 창의성에 미치는 영향: 과학영역을 중심으로. *인간발달연구*, 15(3), 45-61.
- 이병기 (2011). 구조방정식 모형에 의한 독서 플로우의 유형 분류와 검사도구 개발에 관한 연구. *한국도서관정보학회지*, 42(1), 29-49.
- 이채호, 최인수 (2008). 아동용 인터넷 게임물 입력도 개발 및 타당화. *한국인간발달학회 학술대회자료집*, 139-143.
- 이화선, 최인수 (2012). 플로우 관련 변인 간의 구조적 관계분석을 통한 학습플로우 경험의 증진 방안 모색. *교육심리연구*, 26(4), 1053-1074.
- 신명희 (2004). 플로우 경험 측정 척도개발 및 타당성 검증. *경희대학교대학원 고향논집*, 34, 173-189.
- 최인수 (2011). 창의성의 발견(창의성은 언제, 어디서, 무엇에 의해, 어떻게 발현되는가). 서울: 쌤앤파커스.
- Csikszentmihalyi, M. (1975). *Beyond boredom and anxiety*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Csikszentmihalyi, M. (1992). A response to the Kimiecik & Stein and Jackson papers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 4, 181-183.
- Jackson, S. A., & Eklund, R. C. (2002). Assessing flow in physical activity: The Flow State Scale-2 and Dispositional Flow Scale-2. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 24, 133-150.
- Jackson, S. A., & Marsh, H. W. (1996). Development and validation of a scale to measure optimal experience: The Flow State Scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18, 17-35.
- 張本文昭・川端雄人・小橋川久光 (2000). 陸上競技選手のフロー経験について - Flow State Scaleを用いて - *東京電機大學理工學部紀要*.
- 張本文昭・大村三香・平良勉・小橋川久光・川端雄人 (2000). 登山におけるフロー経験. *野外教育研究*, 4, 27-37.
- 石村郁夫 (2014). フロー体験の促進要因と肯定的動機に関する心理學的研究. 風間書房.
- 小橋川久光 (2004). スポーツフロー尺度と運動のポジティブな心理的特性と關係. 第55回本体育學會大會号, 220.
- 小橋川久光・金城文雄・平良勉・張本文昭・大村三香 (1998). 最適經驗: 運動學習時におけるフローの因子構造. *琉球大學教育學部紀要 (第一部・第二部)*, 53, 219-226.
- Magnusson, D., & Sattin, H. (1998). Personal-context interaction theories. In W. Damon (Series Ed.) & R. M. Lerner (Vol. Ed.), *Handbook of child psychology. Theoretical model of human development* (Vol.1. pp. 685-759). New York: Wiley,
- Moneta, G. B. (2004). The flow model of intrinsic motivation in Chinese: Cultural and personal moderators. *Journal of Happiness Studies*, 5, 181-217.
- Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M. (2002). The concept of flow. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 89-105). New York: Oxford University Press.,
- 佐藤知行 (1984). 暴走族のエスノグラフィー - モードの叛亂と文化の呪縛 -. 新曜社

佐藤知行 (1989). クライマーの動機とフロー経験に関する研究. 筑波大學体育研究科修士論文抄録, 11, 41-44.

Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.

谷木龍男 (2003). スポーツにおけるフローの質的検討と尺度の作成. 筑波大學人間総合科学研究科修士論文.

1 차원고접수 : 2016. 07. 12.

수정원고접수 : 2016. 08. 16.

최종게재결정 : 2016. 09. 02.

A Validation Study on the Flow Experience Scale Measuring Personal Inclinations of South Korea's University Students

Chang, Inhee

Graduate School of Culture and Art,
Dankook University

Kim, Leejin

Dept. of Child Studies,
Chonbuk University

The purpose of this study was to validate the South Korean flow experience scale measuring personal inclinations of university students that were developed by Ishimura in Japan. The participants were 269 university students in Seoul and Chonbuk, South Korea. The collected data was analyzed by exploratory factor analyses, confirmatory factor analyses, and reliability analyses. The results are as follows. First, five factors(satisfaction, trance, improvement, control ability, unity) and twenty-seven items were extracted after conducting an exploratory factor analysis on thirty-two items of five factors of the scale model developed by Ishimura. Second, the five factors model of exploratory factor analysis was more appropriate than the Ishimura's five factors model of flow experience scale measuring personal inclinations after conducting confirmatory factor analysis. Third, the result of flow tendencies in everyday life was that university students experienced a normal level in general. For example, while South Korean university students had high level of satisfaction and unity, they had few enjoyment of trance. The scale that developed in this study is meaningful and appropriate to South Korean culture and the point of flow experience scale of measuring personal inclinations. In the future, flow experience measuring personal inclinations of university students will be used not only to understand the experience and psychological state of adolescence and adulthood but also to develop new programs about flow.

Keywords: university students, flow experience scale measuring personal inclinations, validation