

# 학교와 학원의 비교를 통해 본 청소년의 플로우 및 내적경험\*

## Flow and Internal Experiences of Korean High School Students in view of the Comparison between Public and Proprietary School\*

성균관대학교 생활과학부 가족경영·소비자학과  
교수 김기옥  
성균관대학교 생활과학부 아동학과  
교수 현은자  
부교수 최인수  
충북대학교 생활과학대학 주거환경·소비자학과  
전임강사 유현정

School of Human Life Sciences, Sungkyunkwan University

*Professor : Kim, Kee-Ok*

*Professor : Hyun, Eun-Ja*

*Associate Professor : Choe, In-Soo*

College of Human Ecology, Chungbuk University

*Full-time Lecturer : Yoo, Hyun-Jung*

### ● 목 차 ●

- |            |          |
|------------|----------|
| I. 서론      | IV. 연구결과 |
| II. 이론적 배경 | V. 결론    |
| III. 연구방법  | 참고문헌     |

### <Abstract>

The purpose of this study was to compare the school life of Korean high school students between public and proprietary schools, especially focused on their internal experiences and flow.

Internal experiences were composed of three dimensions: emotion, cognitive efficiency, and satisfaction.

Corresponding Author: Hyun Jung Yoo, College of Human Ecology, Chungbuk University, 48 Gaesin-dong, Cheongju, Chungbuk, Korea  
361-763 Tel: 82-43-261-2728 E-mail : yoohj@chungbuk.ac.kr

\* 본 연구는 성균관대학교 2000년도 우수연구소 연구비 지원에 의한 것임.

Flow was classified into four conditions: apathy, boredom, anxiety, and flow.

The study results are:

1. Korean high school students felt more flow when they were in public school than in proprietary school. In public school, they felt relatively more bored, and on the other hand, they were relatively more anxious in proprietary school.
2. Korean high school students felt more positive emotions when they were in public school than in proprietary school.
3. Korean high school students were more involved into study when they were in public school than in proprietary school.
4. Korean high school students were more satisfied when they were in public school than in proprietary school.

**주제어(Key Words):** 경험표집법(ESM: Experiential Sampling Method), 플로우(Flow), 내적경험(Internal Experience)

## I. 서론

한국무역협회 발표(한국일보, 2003. 10. 13)에 따르면 우리나라의 사교육비 지출이 OECD 국가 중 1위인 것으로 나타난 반면 토폴점수는 152개국 중 110위를 차지해 과도한 교육열에 비해 현저히 떨어지는 교육의 효율성에 대해 많은 문제가 되고 있다. 최근 사교육비 경감을 위한 방안으로 학제의 개편 및 사설 학원들의 관리·감독 강화, 수능능력시험의 등급제로의 전환, 학원강사의 허가제 등 다양한 방안이 모색(한국교육개발원, 2003)되고 있지만 유명학원의 위치가 아파트 가격 인상을 주도하는 가장 강력한 요인이 될 정도로 우리나라는 현재 비정상적인 교육열에 시달리고 있다. 사교육비의 문제는 부동산 폭동의 선을 넘어서 조기유학의 붐까지 몰고와 소위 '기러기 아빠'라는 새로운 신조어를 낳고 있다.

우리나라는 전통적으로 교육열이 높은 국가로서 지나친 입시위주의 교육이 학부모에게는 이와 같은 과도한 사교육비의 부담을 안겨주고 있는데, 정작 이러한 과도하고 왜곡된 교육열이 학업의 당사자인 청소년에게는 어떠한 영향을 미치고 있는지 질문을 던져볼 필요가 있다. 실제로 사교육을 통해 원하던 수준의 학업성취를 과연 가져왔는지, 또한 과도한 학업활동이 청소년들에게 정신적, 육체적으로 스트레스를 주지는 않았는지 반문해 봐야 할 것이다. 성

적이라는 학업활동의 결과에만 치중하게 되는 사교육의 목표는 전인교육을 전담하는 공교육과는 차이를 보일 수밖에 없고 성적이라는 명확한 목표의 달성을 위해 고도의 집중된 훈련을 요구하게 된다. 때문에 사교육을 통해 다소 성적이 향상되는 성과를 얻을 수 있다 하여도 그 과정에서 청소년이 경험하는 삶의 질은 매우 가혹한 것이 될 수밖에 없을 것이다.

일상생활의 대부분을 학업활동을 위해 할애할 수밖에 없는 현실은 청소년기의 인지적, 정서적 측면의 고른 발달과 성장을 저해하는 요소가 되고 있다. 따라서 성적향상에만 치중할 것이 아니라 우리의 청소년들이 과도한 입시교육 하에서 어떠한 내적 경험을 하고 있으며 그들의 삶의 질이 과연 어떠한 수준인지 관심을 갖고 들여다볼 필요가 있다. 즉 현재의 교육환경에서 청소년들이 경험하는 학업활동의 내용을 있는 그대로 들여다 볼 수 있는 학생생활에 대한 기초연구가 매우 필요한 실정이다.

이에 본 연구에서는 학업활동을 공교육의 장(場)인 학교와 사교육의 장인 학원으로 분리하여 청소년의 플로우 및 내적 경험을 비교, 분석하고자 한다. 이로써 삶의 질 향상과 복지의 증진이라는 차원에서 현 교육의 문제점을 진단하고 앞으로의 개선방향을 찾는 데 중요한 기초자료를 제공하는 것이 본 연구의 목적이다.

## II. 이론적 배경

### 1. 공교육과 사교육의 개념 및 실태

#### 1) 공교육과 사교육의 개념

공교육이란 “공공성 있는 교육, 공적 성질을 지닌 교육(伊藤和衛, 1988 : 6)”이라고 일반적으로 정의하고 있지만 공공성이 전혀 없는 교육이란 없다고 볼 수 있으므로 좀 더 협의의 개념으로 공교육을 정의하자면 국가와 공공단체가 설립·경영하는 국·공립의 학교 교육을 의미한다(나병현, 2002). 같은 맥락에서 사교육은 민간인이나 민간인의 집단이 자발적으로 설립·운영하는 사립의 학교에서 실시하는 교육을 뜻한다. 이러한 관점에서 가장 중요하게 생각하는 것은 교육을 위한 비용부담과 정부의 지원 혹은 규제가 된다. 엄밀히 말해 공교육이란 “공비”에 의한 교육이라고 할 수 있으며 때문에 정부의 재정지원을 받지 않는 사립학교의 경우는 사교육에 포함되어야 하며, 반대로 공립학교의 경우는 학생으로부터 납입금을 받지 않아야 할 것이지만 한국의 현 상황에서는 이러한 경계가 애매모호한 실정이며 결국 공교육과 사교육에 대한 명확한 경계나누기가 곤란해진다. 때문에 통상적으로 공교육은 제도교육으로서 학력을 인정받을 수 있고, 정부의 재정지원과 함께 규제 또한 받게 되는 교육의 형태로 정의하고, 이에 비해 사교육은 시장기능에 의해 규제되며 이윤추구를 목적으로 하는 제도권 밖의 교육이라고 정의내리게 된다(나병현, 2002).

최근 들어 사교육비의 문제와 공교육 내실화에 대한 논의들(김용일, 1998; 김시월, 1999; 송기창, 1999)을 통해 보면, 공교육은 통상적으로 학교교육을, 사교육은 학원에서의 학습이나 학습지, 개인지도 등의 소위 과외학습을 의미하는 경우가 대부분이다. 사교육비의 문제는 공교육의 내실화와 항상 함께 거론되곤 하는데, 이러한 문제가 본격적으로 논의되기 시작한 것은 2000년 4월 27일 헌법재판소가 과외교습을 금지한 법 조항을 위헌이라고 판시한 이후이다(나병현, 2002). 그 이전에는 오랫동안 입시와 관련하여 “학교교육의 정상화”가 우리나라

교육의 최대 현안이었다. 과외금지 위헌 판결이 있자 과외로 대표되는 사교육에 대비되는 개념으로 공교육을 충실하게 해야 한다는 의미의 “공교육 내실화” 표현을 사용하게 되었다. 이 때의 공교육에서는 다시 과외학습과 대비되는 것으로 “학교 교육”을 지칭하고 있다.

이러한 의미에서 본 연구에서는 고등학생의 학업 활동을 공교육과 사교육으로 구분하여 살펴보고자 한다. 이 때의 공교육이란 학교에서의 교육활동을, 사교육이란 학원으로 대표되는 과외학습을 의미한다.

#### 2) 사교육의 실태

최근 심각한 사회적 문제로 대두되고 있는 사교육의 실태를 살펴보면, 서울지역 고등학생 10명 가운데 7명 정도가 사교육을 받고 있는 것으로 나타났다. 지역별, 계층별 사교육 격차도 심각한 것으로 나타났다. 한국교육개발원(2003)에서 2003년 7월 전국 126개 인문계 고등학교 2학년생 8,542명을 대상으로 조사한 결과 응답자의 49.1%가 과외 등 사교육을 받고 있다고 응답했다. 이와 같이 사교육을 받고 있는 고교생의 비율은 1997년 32%에서 2000년 39.8%, 2001년 48.3% 등으로 해마다 증가되는 추세에 있다. 특히 서울지역에서는 고등학생의 72.4%가 사교육을 받고 있는 것으로 조사되었으며, 학생 1인당 48만3000원의 사교육비를 지출하는 것으로 나타났다. 전국 평균으로도 월 34만7000원의 사교육비를 지출하는 것으로 나타나 경기침체에도 불구하고 학부모들이 자녀 교육비만은 줄이지 않음을 짐작케 한다. 1997년 한국소비자보호원의 연구에 의하면 가계의 지출비목 중 교육비가 전체의 32.1%로 가계경제적으로 가장 큰 부담을 주는 비목으로 나타났다. 또한 저축목적에 있어서도 자녀의 교육비 마련이라는 응답이 23.3%로 나타났다. 사교육비에 대해 사교육을 행하는 학부모의 75%가 가계에 부담을 느끼는 것으로 나타났으며(이동원, 1997) 사교육비를 감당하기 위해 부업을 하거나(9%), 파출부를 나가는 경우(7%)도 쉽지 않게 찾아볼 수 있는 현상이 되었다. 이와 같이 자녀의 교육기에 과도한 사교육비 지출로 인해 교육기 당시는 물론이며, 이후 은퇴시기

에 대한 계획이나 준비를 할 수 없음으로 인해 더욱 큰 경제적 곤란을 경험하는 것으로 나타났다(한국교원단체총연합회, 1999).

사교육의 팽창은 비용의 차원에서 가계에 경제적 부담을 줄뿐만 아니라 교육을 받는 청소년 자신에게도 정신적, 육체적으로 부정적인 영향을 미치고 있다. 새벽까지 학원 수업에 시달리다보면 절대적으로 수면부족의 문제에 부딪히게 되고, 이로 인해 학교수업에 몰입하지 못하게 되어 결국 부족한 학습을 학원에서 보충할 수밖에 없는 악순환이 계속된다. 이러한 현상들은 공교육의 부실을 가져오는 부작용을 낳고 있다.

## 2. 일상생활의 플로우와 내적경험

### 1) 플로우(flow)

Deci의 내재적 동기이론에 영향을 미친 Csikszentmihalyi(1975)의 플로우 이론은 Deci(1975)가 내재적으로 동기화된 행동과 행동에 내재적으로 지각되는 조건 및 인지과정에 주로 초점을 맞춘 것에 비해 긍정적인 정서 그 자체를 직접적으로 연구하고 있다는 점에서 차이가 있다. Csikszentmihalyi(1985, 1990, 1993)는 특정 행동을 내재적으로 보상적이게 만드는 주관적 경험의 질과 조건에 특히 관심을 보이며 내재적 행동이란 행동을 하는 그 자체가 흥미롭고 즐거운 것이므로 외부적인 보상이 없더라도 지속되는 행동이라고 주장한다. 따라서 내재적 행동에 의한 보상이란 바로 행동 그 자체가 되는데 이와 같은 행동을 통해 얻는 경험을 플로우라고 정의한다.

Csikszentmihalyi(1990)에 의하면 플로우는 능력(skill)과 도전(challenge)이라는 두 가지 요인의 함수 관계에 의해 결정된다. 즉 개인이 수행하는 과제와 도전적 수준과 개인이 가지고 있는 능력이 균형을 이룰 때 플로우를 경험하게 된다. 이 때 만약 한 개인이 수행하는 과제의 도전적 수준이 능력수준에 비해 상대적으로 낮을 때는 과제에 몰두할 수 없는 권태감(boredom)을 느끼게 되며, 반대로 과제의 도전적 수준이 능력에 비해 높으면 불안(anxiety)을

경험하게 된다. 그러므로 이러한 상황 하에서는 개인은 자신의 행위에 몰입하지 못하고 여러 가지 부정적인 정서를 경험하게 된다. 일반적으로 플로우 상태에서 수반되는 정서는 즐거움, 성취감, 새로운 것을 발견한 느낌, 그리고 자신과 환경이 제공해주는 많은 기회와 새롭게 상호작용 할 수 있는 가능성을 느끼는 등의 긍정적 정서가 된다.

Csikszentmihalyi의 플로우 이론에 따르면, 인간은 자기의 잠재력이나 자아를 실현하고자 하는 내재적 동기를 선천적으로 가지고 있고 이러한 경향은 생산적이고 적극적인 활동을 통해 발달되고 실현되며(Rogers, 1959) 이러한 행동을 통해 삶에 대한 만족감, 즐거움, 행복감과 자신의 삶이 의미 있고 가치 있다는 느낌을 가지게 되므로(Rogers, 1959) 이는 곧 궁극적으로 플로우가 삶의 질 연구에 있어 중요한 측정의 수단이 될 수 있음을 의미한다.

이와 같은 맥락에서 플로우에 관한 연구는 많은 연구분야에 활용되고 있다. 일반적으로 플로우 연구의 초점은 두 개의 범주로 나누어진다고 할 수 있는데 하나는 도전과 기술의 비율에 따른 플로우 채널을 세분화하는 연구이며, 다른 하나는 플로우 경험 이후의 감정상태를 플로우의 결과변수로 두고 선행 변인들간의 인과관계를 밝히는 연구이다(최인수·김순옥·황선진·이수진, 2003). 여기에서 중요한 논점이 되는 것이 플로우의 구성요소로 사용되는 즐거움, 기쁨, 최적의 경험, 몰입, 호기심, 기술과 도전의 균형 등과 같은 감정들을 플로우 자체로 봐야 할 것인지, 플로우를 경험함으로써 얻어지는 감정변화의 결과로 봐야 할 것인지의 문제라 할 수 있다(최인수 외, 2003).

### 2) 일상생활의 내적경험

일상생활 속에서 인간은 수없이 다양한 일과 사건과 활동을 경험하게 된다. 이러한 외적 활동을 하면서 그 순간마다 다양한 내적경험을 하게 되는데, 이러한 경험의 객관적 조건에 대한 개인의 주관적 평가가 어떻게 이루어지는지에 따라 개인의 삶의 질은 달라진다고 할 수 있다. 인간의 삶의 질이란 그 자체로서 객관적으로 평가되는 것이 아니라 개

인마다 서로 다르게 자신의 삶을 평가하는 가운데 주관적으로 느끼는 매우 개인적인 것이라 할 수 있다. 이와 같이 주관적 차원에서 본 삶의 질은 “한 개인이 자신의 삶에 대해 주관적으로 느끼는 즐거움, 행복감, 유능함, 자긍심, 보람, 삶의 의미 등의 긍정적 정서”(한성열, 1995, p.3)로 파악할 수 있다. 즉 자신의 삶에 대해 긍정적 정서를 많이 경험하게 될 때 삶의 질은 높아짐을 의미한다.

삶의 질 연구에 있어 주관적·내적 평가의 수단으로 ‘심리적 안녕’의 개념을 사용하기도 하는데, 이 경우 심리적 안녕은 삶의 질과 동의어로 간주되며(이희정·이숙현, 1995), 행복감, 긴장정도, 개인적 유능감 등을 심리적 안녕의 주요요인으로 본다(Bryant&Verloff, 1982). Diener(1984)는 주관적 안녕을 심리적 안녕과 동의어로 사용하면서 행복감, 생활만족도, 긍정적 정서 등을 포함시키기도 하였으며, Ross, Mirowsky와 Goldsteen(1990)은 심리적 안녕이란 만족감이나 자아 통제감 및 유능감과 구분되는 감정이라고 정의하기도 하였다. 이러한 다양한 연구들에서도 알 수 있듯이 삶의 질이나 생활만족, 심리적 안녕과 같은 유사 개념에 대한 명확한 정의가 이루어지지 않는다고 있지만, 적어도 인간의 삶에 있어 긍정적 정서, 인지적 효율성, 만족도 등이 중요하게 관련되는 요소임은 부인할 수 없다.

Deci는 내재적 동기이론을 통해 인간행동의 동기를 크게 내재적 동기(intrinsic motivation)와 외재적 동기(extrinsic motivation)로 구분하고, 외재적 동기란 행동을 하는 이유가 그 행위 자체의 흥미가 아닌 다른 것을 목표로 하는 것이며, 내재적 동기는 행위 그 자체가 즐거움을 주기 때문인 것이라 하였다(한성열, 1995 재인용). 즉 인간이 생활 속에서 경험하는 긍정적인 정서는 자신이 하고 있는 일과 밀접한 관련이 있으며 그 일을 주도적으로 해결해 나가고 있다고 느끼고, 일 해결의 효율성이 높음을 인지할 때 즐거움이나 행복감과 같은 긍정적 정서를 경험한다고 할 수 있다.

정서와 인지적 과정에 대해서는 무엇이 더 중요하다고 단언하기 곤란하지만 1970년대의 인지 혁명

이후 인간을 보는 합리적 모델이 선호되면서(조은경, 1995) 삶의 질에 있어서도 인지적 과정을 중시하는 경향이 높아졌던 것이 사실이다. 그러나 고차적 인지과정이 반드시 정서보다 상위의 개념이라 할 수는 없으며(조은경, 1995), 정서의 체계가 학습의 결과로 파생되는 것이 아니라 오히려 학습을 가능케 해주는 기제가 바로 정서라고 할 수 있다(Tomkins, 1984). 용(1968)은 감정이 있기에 나와 환경이 구분될 수 있으며, 어떤 사건이 유의미한지 결정할 수 있으며, 만약 감정이 없다면 내적, 외적 세계에 대한 평가와 적응이 불가능하다고 하여 인지과정보다 정서의 중요성을 강조하였다. 그러나 청소년의 일상생활에서 가장 많은 비중을 차지하는 활동은 학습활동이며 학습활동과 인지적 과정의 관련성의 중요함은 굳이 언급하지 않아도 될 것이다. 특히 대학입시라는 중압감에 시달리며 짧은 시간 안에 눈에 보이는 성적의 향상을 거두어야 하는 우리나라 고등학생에게 있어서 학습의 성과와 직결되는 인지적 효율성의 측면은 매우 중요한 내적 경험의 한 차원이라 할 수 있을 것이다.

반면에 만족도란 일상생활 속에서 얻어진 성취와 보다 관련되는 개념으로서 하고 있는 일 자체에 대한 만족 또는 그 일을 하고 있는 자신에 대한 만족을 통해 긍정적 정서와 심리적 안녕에 이를 수 있다. 따라서 만족도란 인지적 과정을 통한 객관적 성과에 대한 주관적 평가와 관련된다 할 수 있다. 결국 일상생활에 대한 만족도가 높다면 이는 성과에 대한 주관적 평가가 긍정적임을 의미하며 이러한 만족의 결과로서 보다 많은 긍정적 정서를 경험하게 되고 이는 삶의 질을 높이는데 기여하게 된다.

이와 같은 맥락에서 볼 때 인간이 경험하는 일상생활 속의 다양한 활동들은 매 순간순간 그 활동을 어떻게 느끼고 있는가에 따라 보다 풍요로운 삶으로 느껴질 수도 있고, 혹은 부정적인 경험으로 느껴질 수도 있다. 그러므로 삶의 질을 높이기 위해서는 개개인이 자신의 삶에 대해서 주관적으로 어떻게 느끼고 있는가에 대한 경험적인 자료의 획득이 매우 중요해진다.

### III. 연구방법

#### 1. 연구문제

본 연구에서는 청소년의 학업활동시에 경험하는 내적경험과 플로우를 학교와 학원 두 장소로 나누어 비교해 봄으로써 현재 쟁점이 되고 있는 우리나라 공교육과 사교육의 현실을 진단하고 특히 학업활동이 청소년의 삶에 부여하는 의미를 탐색해 보고자 한다. 이와 같은 연구목적에 수행하기 위한 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

[연구문제 1] 학교와 학원에서 경험하는 청소년의 플로우간에는 어떤 차이가 있는가?

[연구문제 2] 학교와 학원에서 경험하는 청소년의 내적 경험간에는 어떤 차이가 있는가?

[2-1] 학교와 학원에서 경험하는 청소년의 정서는 어떤 차이가 있는가?

[2-2] 학교와 학원에서 경험하는 청소년의 인지적 효율성은 어떤 차이가 있는가?

[2-3] 학교와 학원에서 경험하는 청소년의 만족도는 어떤 차이가 있는가?

[연구문제 3] 청소년의 플로우상태와 성적간에는 어떠한 관련이 있는가?

#### 2. 측정도구

본 연구를 수행하기 위해 두 종류의 질문양식과 조사대상 청소년의 성적자료가 사용되었다. 질문지 하나는 조사대상 청소년의 인적사항을 알기 위한 것이며, 또 하나는 경험표집법에 의해 청소년의 일상생활의 경험을 측정할 수 있는 경험표집양식(ESF : Experiential Sampling Form)이다.

경험표집법은 휴대폰을 휴대한 참여자들이 무작위적인 시간에 문자메시지를 받았을 때 그 순간의 그들의 활동을 미리 준비된 경험표집양식에 생생하게 보고하는 방식이다. 본 연구에서는 미국 시카고 대학에서 사용한 양식을 한국의 정서에 맞게 변안한 뒤 한국 학생들 15명을 대상으로 설문 내용의 이해도를 조사하고, 그 결과 양식을 수정·보완하여 본조사에 활용하였다.

플로우는 당연하고 있는 주된 활동이 얼마나 도전(challenge)적으로 느껴지는가와 그 활동을 실행할 수 있는 기술(skill) 수준이 균형을 이룰 때 경험된다(Csikszentmihalyi, 1990). 따라서 도전도 높고, 또 그것을 실행할 수 있는 기술도 높을 때 인간은 가장 심리적으로 충만된 플로우의 상태를 경험하게 된다. 그러나 도전보다 기술이 높을 때는 지루함(boredom)을, 반대로 도전이 기술보다 높을 때는 불안감(anxiety)을 경험하게 된다. 또한 도전과 기술이 모두 낮은 경우에는 무관심(apathy)에 빠지게 된다.

본 연구에서는 이와 같이 Csikszentmihalyi의 4채널 플로우 모델을 채택하여 도전과 기술의 비를 구해 플로우(flow), 지루함(boredom), 불안감(anxiety), 무관심(apathy)의 4채널의 플로우 집단으로 구분하였고 이를 측정하기 위해 도전 4문항, 기술 2문항을 5점 리커트형 척도로 질문하였다. 도전 4문항에 대한 평균값과 기술 2문항에 대한 평균을 구하여 도전의 평균값이 기술의 평균값보다 큰 경우는 불안감, 도전의 평균값이 기술의 평균값보다 낮은 경우는 지루함으로 규정한다. 도전과 기술의 평균이 같아 그 비(ratio)가 1이 되는 경우는 다시 도전과 기술의 평균이 5점척도의 중간값 이상이라 볼 수 있는 3점 이상이 될 때 플로우 상태로 규정하며, 3점 미만인 경우는 도전과 기술이 모두 낮은 무관심의 상태로 규정한다.

청소년의 내적경험은 정서, 인지적 효율성, 만족도의 세가지 측면으로 구성되는데, 각기 정서 10문항, 인지적 효율성 6문항, 만족도 2문항으로 경험표집양식을 구성하였다. 정서나 인지적 효율성, 만족도의 내적경험은 각기 고유한 차원을 구성하고 있기 때문에 개별적으로 분석하였다.

본 연구에서 사용한 도전, 기술, 정서, 인지적 효율성, 만족도의 척도는 모두 미국 시카고대학에서 이미 신뢰도와 타당도를 검증받은 척도를 한국어로 번역하여 사용하였으며, 번역상의 오류를 보완하기 위해 예비조사를 실시하는 등 타당도를 높이기 위해 노력하였으며, 도전 4문항, 기술 2문항, 인지적 효율성 6문항, 만족도 2문항의 신뢰도 계수는 각각 .87, .72, .52, .69로 나타났다. 인지적 효율성 6문항의 경우

신뢰도가 다소 떨어지는 것으로 볼 수 있으나 각각의 항목들이 갖는 개별적 의미가 본 연구에 있어 보다 중요하게 이용된 관계로 척도의 생략은 하지 않았다. 측정도구의 내용과 신뢰도는 <표 1>과 같다.

### 3. 자료수집 및 조사대상자의 일반적 특성

본 연구에서는 두 차례에 걸친 예비조사와 1차의 본조사를 수행해 자료를 수집하였다.

우선 미국 시카고대학에서 사용하던 경험표집양식을 한국의 정서에 맞게 변안하여 조사에 사용하기 위해 한국 청소년 15명을 대상으로 설문내용의 이해도를 알아보기 위한 예비조사를 실시하였다. 1차 예비조사를 바탕으로 설문문의 내용을 수정한 뒤

본조사를 실시할 고등학교의 1학년 학생 중 10명을 대상으로 2차 예비조사를 실시하였다. 2차 예비조사는 휴대폰 신호전달과 설문내용 및 하루 8번의 휴대폰 문자신호에 따른 경험표집양식의 문제점 여부 등을 점검하였다.

본조사는 2001년 9월 7일 금요일부터 2001년 9월 13일 목요일까지 일주일간 실시되었다. 조사대상은 서울시 강동구 소재의 고등학교 1학년 남녀 학생 120명으로서 휴대폰을 소지하고 조사에 자발적으로 참여의사를 밝혀온 학생들로 하였다.

신호는 기상시간인 오전 6시부터 새벽 2시까지 하루 20시간동안 2시간 간격을 하나의 시간단위로 해서 각각의 시간 단위 안에서 무선적으로 문자가 발송되도록 하였다.

<표 1> 척도의 내용

	질문내용	척도유형	크론바하알파값
도전	1. 그 일은 해 볼만한 의미가 있습니까?	5점 리커트형	.87
	2. 그 일을 해보겠다는 의지가 있습니까?		
	3. 그 일은 여러분이 도전해 볼 만합니까?		
	4. 그 일은 여러분에게 중요합니까?		
기술	1. 그 일에 여러분의 능력을 얼마만큼 발휘했습니까?	5점 리커트형	.72
	2. 그 일을 할 수 있는 능력이 있다고 생각하십니까?		
정서	1. 슬픈----행복한	7점 어의분별	N/A
	2. 힘이 없는----힘이 넘치는		
	3. 풀이죽은----활기찬		
	4. 외로운----사교적인		
	5. 창피한----자랑스러운		
	6. 폭 빠져있는----대충하는		
	7. 따분한----신나는		
	8. 혼돈스러운----명확한		
	9. 초조한----편안한		
	10. 경쟁적인----협동적인		
인지적 효율성	1. 얼마나 잘 집중하고 있었습니까?	5점 리커트형	.52
	2. 집중하기 어려웠습니까?		
	3. 다른 사람들이 나를 어떻게 볼까 걱정하고 있었습니까?		
	4. 자발적으로 그 일을 하였습니다습니까?		
	5. 여러분은 다른 사람들의 기대에 맞춰 살고 있습니까?		
	6. 그 일은 여러분이 마음먹은대로 진행할 수 있다고 느끼십니까?		
만족도	1. 그 일을 하는 자신에 대해 만족하고 있었습니까?	5점 리커트형	.69
	2. 그 일을 즐기고 있었습니까?		

조사 참여중에 휴대폰을 분실하거나 경험표집양식을 휴대하지 않아 신호에 응답하지 못한 학생들을 제외한 총 116명의 경험표집양식이 수거되었다. 1명의 조사대상자로부터 하루 8회, 7일간의 경험표집양식이 작성되었으므로 총 6496개의 경험표집양식이 본조사의 분석자료로 사용되었다.

본 조사의 조사대상자는 남학생 52명(44.8%), 여학생 64명(55.2%)이었다. 조사대상자의 일반적 특성은 <표 2>와 같다.

#### 4. 분석방법

본 연구에서는 자료의 분석을 위해 SPSSWIN 10.0 프로그램을 이용해 기술통계, t-검증, 일원변량분석(ANOVA)을 실시하였다. 일원변량분석(ANOVA)후 scheffé 검증을 통해 사후검증을 시도하였다.

### IV. 연구결과

#### 1. 학교와 학원에서 청소년이 경험하는 플로우 상태

신호가 울렸을 때 하고 있던 주된 일이 어느 정

<표 2> 조사대상자의 일반적 특성

변수		빈도	백분율(%)
성별	남	52	44.8
	여	64	55.2
종교	기독교	41	35.7
	천주교	17	14.8
	불교	14	12.2
	종교없음	42	36.5
	기타	1	0.9
월평균 가계소득	100만원 미만	4	3.9
	100-200만원 미만	15	14.7
	200-300만원 미만	43	42.2
	300-400만원 미만	19	18.6
	400-500만원 미만	10	9.8
500만원 이상	11	10.8	

도의 도전과 기술을 요하는 것인지에 따라 청소년의 플로우 상태를 ① 무관심(apathy), ② 지루함(boredom), ③ 불안감(anxiety), ④ 플로우(flow)의 네가지로 구분하고 각각의 경우 빈도 및 백분율을 구해본 결과 ① 무관심(apathy)이 15.2%, ② 지루함(boredom)이 34.6%, ③ 불안감(anxiety)이 39.6%, ④ 플로우(flow)는 10.7%로 조사되어 청소년들이 일상생활 속에서 불안감을 많이 느끼고 있음을 알 수 있었다. 이를 다시 청소년에게 있어 가장 주된 활동이 되는 학업활동에 초점을 맞추어, 공교육의 공간인 학교와 사교육의 공간인 학원에서의 플로우 상태를 살펴보았다. 분석 결과 학교와 학원에서 청소년이 경험하는 플로우 상태는 통계적으로 유의한 차이( $\chi^2=67.227^{***}$ )를 보였다.

먼저 학교에서는 ① 무관심(apathy)이 326케이스로 14.2%를 차지했으며, ② 지루함(boredom)은 34.8%, ③ 불안감(anxiety)은 41.0%, ④ 플로우(flow)는 10.0%로 나타났다. 반면에 학원에서는 ① 무관심(apathy)이 7.7%, ② 지루함(boredom)이 21.8%, ③ 불안감(anxiety)이 54.9%, ④ 플로우(flow)가 15.6%로 나타나 학교에서는 상대적으로 무관심과 지루함의 빈도가 높았으며, 학원에서는 불안감을 현저히 높게 경험하는 것으로 조사되었다. 반면에 학교에서의 플로우(10.0%)보다 학원에서의 플로우(15.6%)가 높게 나타나 학원이 학교에 비해 높은 도전을 제시하며 이에 대해 기술이 따라가는 청소년에게는 플로우를 경험하게 하지만 대부분의 많은 청소년들은 높은 도전에 비해 낮은 기술로 인해 불안감을 경험하는 것으로 해석할 수 있다(<표 3> 참조).

#### 2. 학교와 학원에서 청소년이 경험하는 내적 경험

##### 1) 정서

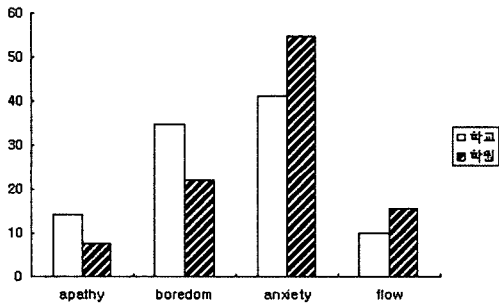
정서에 관한 10문항은 7점의 어의분별척도로 측정이 되었으며 리코딩 과정을 거쳐 점수가 높을수록 긍정적인 정서를 갖는 것으로 해석하였다. 즉 7점 중 중간값이 되는 4점을 기준으로 하여 4점 이상이 될수록 행복하고, 힘이 넘치고, 신나는 등의 긍정적인 정서가 강하게 나타나고, 4점 미만으로 갈수록



<표 3> 학교와 학원에서의 플로우 상태 경험 비율

구분	학교(%)	학원(%)	계	chi-square
무관심(apathy)	326 (14.2)	40 (7.7)	366 (13.0)	67.23*** (df=3)
지루함(boredom)	798 (34.8)	113 (21.8)	911 (32.4)	
불안감(anxiety)	939 (41.0)	285 (54.9)	1224 (43.6)	
플로우(flow)	228 (10.0)	81 (15.6)	309 (11.0)	
총합	2291 (100.0)	519 (100.0)	2810 (100.0)	

(\*p<.01, \*\*p<.05, \*\*\*p<.001)



<그림 1> 학교와 학원에서의 플로우 상태 경험 비율

상대적으로 덜 행복하고, 덜 힘이 넘치는, 그래서 슬프고, 힘이 없고, 따분한 부정적 정서에 가까워지는 것으로 해석하였다.

분석결과 청소년들이 경험하는 10가지 정서는 대부분 4점대에 해당하는 것으로서 의미상으로는 긍정적이지도, 부정적이지도 않은 보통 정도의 상태라고 볼 수 있다. 이는 단조로운 청소년들의 일상에 대한 일반적인 평가라고 볼 수 있으며, 그 자체로서 청소년의 삶의 질이 높지 않음을 암시하는 것이라 하겠다.

본 연구에서 특히 관심을 갖고 있는 공교육과 사교육의 장인 학교와 학원의 비교를 위해 학교와 학원에서 청소년이 느끼는 정서의 차이를 t검증을 통해 살펴보았다. 정서의 10문항 중 '슬픈-행복한', '풀이죽은-활기찬', '외로운-사교적인', '초조한-편안한', '경쟁적인-협동적인'의 다섯가지 항목은

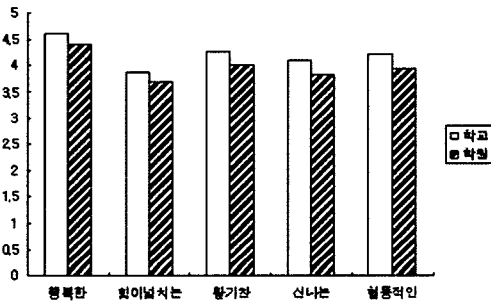
Levene의 등분산 검증 결과 등분산이 가정되지 않았고, 나머지 5가지 항목에서는 등분산이 가정되었다. t검증 결과 다섯가지의 정서 차원에서 통계적으로 유의한 차이가 발견되었다. 차이를 보인 측면은 '슬픈-행복한', '힘이없는-힘이 넘치는', '풀이 죽은-활기찬', '따분한-신나는', '경쟁적인-협동적인'이었으며, 청소년들은 학교에서 활동할 때 학원에서 보다 좀 더 행복하고, 힘이 넘치며, 활기차고, 신나며, 협동적인 느낌을 받고 있음을 알 수 있다. 그러나 앞서서도 언급한 바와 마찬가지로 정서의 평균이 대부분 7점척도의 중간값인 4점 안팎의 수준이며 표준편차가 0.94에서 1.54까지로 나타나고 있으므로 학교에서의 청소년의 생활이 학원에서보다 월등하게 높은 삶의 질을 경험하게 한다고 보기는 어려울 것이다. 오히려 전반적으로 청소년의 정서감이 그다지 긍정적이지 못한 상황에서 특히 학원에 있을 때 학교에서보다 좀 더 부정적인 정서를 경험하는 것으로 보는 것이 옳을 것이다.

4점에 밑도는 값으로서 부정적인 정서감을 보인 측면이 무엇인지를 보면, 학교에서는 '힘이없는-힘이넘치는'의 한가지뿐이었으나 학원에서는 이밖에도 '따분한-신나는', '경쟁적인-협동적인'의 두가지 측면이 4점 미만의 값을 보였으며, 통계적으로도 유의하게 학교와 차이를 보였다. 학원에서 느끼는 정서가 학교에 비해 경쟁적이라는 점은 이해하기 쉬운 측면이나 따분하다고 느끼는 것은 중요한 시사점을 갖는다고 할 것이다. 일반적으로 학원은 학교와 달리 성적향상이라는 목표가 뚜렷하기 때문에 성적을 올리기 위해서는 친구도 경쟁의 대상이 될 수밖에 없고, 본인의 의지에 의해 선택한 것이 아니라 부모나 다른 주변의 강제에 의해 학원수업을 받는 경우가 많기 때문에 이러한 수동적인 선택에 대해 무력감을 느끼는 것으로 해석해 볼 수 있을 것이다. 학원에서의 학습활동은 청소년에게 심리적으로 불안감을 조성하고 긴장을 늦출 수 없게 함으로써 학업 스트레스를 가져올 것으로 예상된다. 이와 같은 결과는 학교가 학원보다 전인교육에 주안점을 두고 있으며, 많은 친구들과 학업 이외의 다양한 활동을 할 수 있는 공간이기 때문인 것으로 해석해

〈표 4〉 학교와 학원에서의 청소년이 느끼는 정서의 차이

항목	학교		학원		t-Value
	평균	표준편차	평균	표준편차	
슬픈---행복한	4.61	1.26	4.41	1.19	3.301***
힘이없는---힘이 넘치는	3.88	1.54	3.69	1.43	2.585**
풀이죽은---활기찬	4.25	1.39	4.00	1.30	3.739***
외로운---사교적인	4.48	1.25	4.38	1.10	1.635
창피한---자랑스러운	4.20	0.94	4.26	0.98	-1.380
대충하는---꼭 빠져있는	4.14	1.35	4.08	1.31	.789
따분한---신나는	4.11	1.53	3.82	1.41	3.891***
혼돈스러운---명확한	4.03	1.11	4.04	1.13	-.284
초조한---편안한	4.15	1.12	4.11	1.02	.765
경쟁적인---협동적인	4.21	1.03	3.95	0.92	5.447***

(\*p<.01, \*\*p<.05, \*\*\*p<.001)



〈그림 2〉 학교와 학원에서의 청소년이 느끼는 정서의 차이

볼 수 있을 것이다. 학교와 학원에서의 정서의 차이는 〈표 4〉 및 〈그림 2〉와 같다.

## 2) 인지적 효율성

인지적 효율성은 모두 6문항으로 측정되었는데 각각의 문항은 질문의 의미에 따라 ① 집중도, ② 집중용이성, ③ 타인의식하지 않음, ④ 자발성, ⑤ 타인기대부응, ⑥ 일 진행능력으로 명명해 볼 수 있다.

인지적 효율성의 6문항 중에서 타인의식하지 않음과 일 진행능력을 제외한 4가지 차원에서 학교와 학원간의 통계적 차이가 발견되었다. 그러나 정서의 5가지 차원이 모두 학교가 더 긍정적이었던 것과는 달리 인지적 효율성에서는 흥미로운 결과가 나타났다.

먼저 집중도에서는 학교보다 학원이 더 높게 나

타났다. 집중도란 집중의 강도를 의미하는 것으로서 신호가 올렸을 때 얼마나 하고 있는 주된 일에 집중하고 있었는가를 의미한다. 반면에 집중용이성에서는 학원보다 학교가 더 높은 평균을 보였다. 집중용이성이란 집중하기 어려웠는가의 질문에 대한 응답을 리코딩한 것으로서 하고 있는 일에 얼마나 쉽게 집중해 들어갈 수 있는가를 의미하는 것이다. 결과적으로 학교에서는 쉽게 집중할 수는 있으나 집중의 강도는 떨어지며, 반대로 학원에서는 집중이 용이하지는 않지만 한번 집중을 하면 그 강도는 학교에서보다 높은 것으로 해석해 볼 수 있다. 이는 학교에서의 교육이 학원보다 많은 수의 학생들을 대상으로 평균적인 난이도로 수업을 진행하기 때문에 학원수업에 비해 비교적 평이한 반면 많은 수의 인원 때문에 교사의 통제가 쉽지 않고 수업의 분위기도 보다 자유롭게 때문인 것으로 해석해 볼 수 있을 것이다. 그러나 학원은 일반적으로 비슷한 성격의 학생들이 학교에 비해 소수 인원으로 모여 학습을 하기 때문에 수업의 난이도가 학교보다 높고 수업의 내용 자체도 직접적으로 성적을 올리기 위한 핵심적인 내용을 빠른 속도로 전달하기 때문에 한번 수업에 몰입하게 되면 집중의 강도가 학교에 비해 높아지는 것으로 해석해 볼 수 있을 것이다.

다음으로 자발성의 측면에서는 학교의 평균점수

가 높았으며, 타인기대부응의 측면에서는 학원의 평균점수가 높았다. 자발성이란 자발적으로 그 일을 하고 있었는가의 질문에 대한 답으로서 학교에서의 생활이 청소년의 자발적인 의사에 의해 수행될 여지가 학원에 비해 많으며, 반대로 학원에서는 자유로운 의지보다는 어쩔 수 없는 외부적 요인에 의해 활동을 하는 경우가 많음을 알 수 있다. 타인기대부응은 다른 사람의 기대에 맞춰 살고 있는가의 질문에 대한 답으로서, 학원에 있을 때 청소년들은 더 타인의 기대 때문에 살고 있다는 느낌을 많이 받을 수 있다.

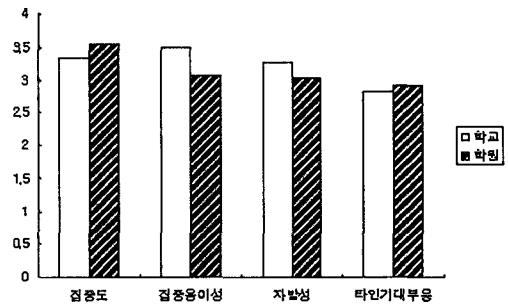
이와 같은 결과를 정리해 보면 학원에서의 활동이 학교에 비해 집중이 쉽지 않고 비자발적으로 행하는 활동인 경우가 많지만, 타인의 기대에 부응하고자 수동적으로 참여하게 되며, 일단 집중을 하게 되면 그 강도는 학교보다 커짐을 알 수 있다. 학업 성취라는 단순한 측면만을 고려하면 집중도가 높은 학원의 효율성이 학교보다 높을 수도 있음을 시사한다. 그러나 그러한 효율성은 청소년의 자발적인 선택에 의한 것이 아니며, 타인의 기대에 부응하기 위한 수동적인 것이므로 청소년의 삶의 질에는 역행하는 것이라 할 수 있을 것이다. 학교와 학원에서의 청소년의 인지적 효율성의 차이는 <표 5> 및 <그림 3>과 같다.

3) 만족도

만족도는 두가지 항목으로 구성되는데, 하나는 일을 하고 있는 자신에 대한 만족이며, 또 하나는 일

자체에 대한 만족이다. 만족도는 두가지 모두에서 학교와 학원간에 통계적으로 유의한 차이가 발견되었는데, 일 자체에 대한 만족은 학교가 큰 반면에 일을 하고 있는 자신에 대한 만족은 학원이 더 높게 나타났다.

학교와 학원에서 주로 하는 활동은 모두 학업활동이 되지만 학원에서의 학업활동은 학교에서의 학업활동에 비해 난이도가 높고 성적향상이라는 뚜렷한 목표를 달성하기 위해 선택한 활동이기 때문에 상대적으로 학교에서의 학업활동에 비해 어렵고 힘든 일이 되기 쉽다. 따라서 일 자체에 대한 만족도는 떨어지지만 그렇게 힘든 일을 목표달성을 위해 묵묵히 행하고 있는 자신에 대해서는 긍정적으로 평가를 하는 것으로 볼 수 있다. 즉, 다른 곳으로 이 탈하지 않고 성실하게 학원에 출석해서 학업을 수행하고 있는 자신을 스스로 대견하게 생각할 수 있으며 이것이 학원에서 학업활동을 하고 있는 자신



<그림 3> 학교와 학원에서의 청소년의 인지적 효율성의 차이

<표 5> 학교와 학원에서의 청소년의 인지적 효율성의 차이

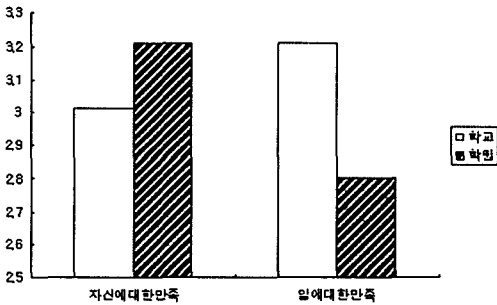
항목	학교		학원		t-Value
	평균	표준편차	평균	표준편차	
집중도	3.33	1.16	3.55	1.06	-4.056***
집중용이성	3.49	1.15	3.07	1.16	7.381***
타인인식하지 않음	3.52	1.22	3.52	1.11	.047
자발성	3.27	1.21	3.03	1.15	4.252***
타인기대부응	2.82	1.01	2.92	0.98	-2.092*
일진행능력	3.08	1.14	3.02	1.10	.965

(\*p<.01, \*\*p<.05, \*\*\*p<.001)

〈표 6〉 학교와 학원에서의 청소년의 만족도

항목	학교		학원		t-Value
	평균	표준편차	평균	표준편차	
일을 하고 있는 자신에 대한 만족	3.01	1.09	3.21	1.05	-3.666***
일 자체에 대한 만족	3.09	1.22	2.80	1.11	5.339***

(\*p&lt;.01, \*\*p&lt;.05, \*\*\*p&lt;.001)



〈그림 4〉 학교와 학원에서의 청소년의 만족도

에 대해 만족도를 높여주는 것으로 해석할 수 있을 것이다. 그러나 학교와 학원 모두 만족도가 5점의 리커트척도에 대해 3점에 근접한 값을 보임으로써 청소년들의 만족도는 보통정도의 수준이라고 볼 수 있다.

### 3. 플로우상태에 따른 성적의 차이

마지막으로 청소년이 경험하는 플로우 상태에 따라 성적에 차이가 있는지를 알아보기 위해 플로우 상태를 ① 무관심(apaty), ② 지루함(boredom), ③ 불안감(anxiety), ④ 플로우(flow)의 4가지로 구분하고 각각의 집단별 성적의 차이를 검증하였다. 분석 결과 플로우 상태에 있을 때 가장 성적이 높았으며, 다음으로는 불안감, 지루함, 무관심의 순으로 나타났다. 사후검증결과 무관심의 상태에 있을 때 청소년은 다른 3가지 경우에 비해 통계적으로 유의하게 낮은 성적을 보이는 것으로 나타났다. 결과적으로 성적을 향상시키기 위해 과도하게 부과되는 도전이 청소년에게는 많은 스트레스를 경험할 수 있는 불안상태를 가져오지만 그 결과 성적은 어느 정도 향상될 수 있는 것으로 보인다.

성적을 각 과목별로 나누어 살펴보면 공통수학의 경우에서만은 다른 결과를 찾아볼 수 있다. 국어, 수학, 사회, 과학, 영어의 5개 과목의 성적을 플로우 상태별로 평균에 차이가 있는지 살펴본 결과 수학을 제외한 나머지 4과목은 모두 플로우, 불안감, 지루함, 무관심의 순으로 성적이 높게 나타났으나 수학에서만은 지루함의 상태에서 가장 평균점수가 높게 나타났다. 다음은 플로우, 불안감, 무관심의 순이었다.

이와 같이 청소년의 일상생활 경험이 플로우 상태에 있을 때 삶의 질과 복지가 향상되는 것은 물론이요, 성적향상에도 긍정적 효과가 있음을 알 수 있다. 따라서 청소년에게 지나치게 높은 목표와 달성하기 힘든 과제는 지양하는 것이 바람직할 것이다. 그러나 사후검증결과 무관심 상태에 있을 때 다른 세가지 상태에 비해 두드러지게 성적이 낮게 나타난 것은 학업성취와 같이 목표가 뚜렷하고 그에 따른 성과 또한 객관적으로 평가가 되는 측면에 있어서는 다소 높은 난이도의 도전이 제시된다 하더라도 안이하게 낮은 수준의 도전과 기술에 머무르는 것보다는 그 결과가 긍정적일 수 있음을 시사한다고 하겠다. 플로우 상태별 성적의 차이는 〈표 7〉과 같다.

## V. 결 론

### 1. 요약 및 결론

본 연구에서는 청소년들의 생활시간 대부분이 할애되고 있는 학업활동의 장인 학교와 학원을 선택하여 각각의 공간에서 청소년들이 느끼는 플로우

〈표 7〉 청소년의 플로우 상태별 성적의 차이

과목	구분	평균	표준편차	F값
전체	무관심(apaty)	76.00a	11.38	14.582*** (df=3/5369)
	지루함(boredom)	78.14b	10.88	
	불안함(anxiety)	78.82b	10.78	
	플로우(flow)	79.19b	11.72	
국어	무관심(apaty)	78.20a	11.05	7.308*** (df=3/5369)
	지루함(boredom)	79.94a	12.22	
	불안함(anxiety)	80.69b	12.28	
	플로우(flow)	81.60b	13.46	
수학	무관심(apaty)	71.10a	38.05	17.601*** (df=3/5369)
	지루함(boredom)	85.01b	82.74	
	불안함(anxiety)	74.33a	24.64	
	플로우(flow)	76.10a	43.61	
사회	무관심(apaty)	69.15a	18.11	6.686*** (df=3/5369)
	지루함(boredom)	71.66b	17.20	
	불안함(anxiety)	71.81b	18.16	
	플로우(flow)	73.18b	17.80	
과학	무관심(apaty)	66.08a	16.80	16.346*** (df=3/5369)
	지루함(boredom)	69.88b	15.85	
	불안함(anxiety)	70.34b	16.43	
	플로우(flow)	71.27b	16.14	
영어	무관심(apaty)	59.59a	19.91	10.359*** (df=3/5369)
	지루함(boredom)	63.12b	19.33	
	불안함(anxiety)	63.65b	18.67	
	플로우(flow)	64.46b	20.58	

(\*p<.01, \*\*p<.05, \*\*\*p<.001)

(a, b는 scheffé 결과 유의한 차이를 보인 집단군을 구별하기 위한 표식임. 비교대상인 4집단군 사이에서 동일 문자로 표식된 집단간에는 scheffé 결과 통계적으로 유의한 차이가 없으며 a로 표식된 집단의 평균이 b로 표식된 집단에 비해 낮은 평균값을 보임.)

및 정서, 인지적 효율성, 만족도와 같은 내적경험을 생생하게 조사함으로써 최근에 쟁점이 되고 있는 사교육비 경감대책 및 공교육 활성화 방안 모색의 기초자료를 제공하고자 하였다. 이를 위해 경험표집법이라는 새로운 연구방법을 통해 청소년의 일상생활경험을 순간순간 생생하게 포착하고 이를 통해 회상에 의존하던 기존의 자료수집방법보다 청소년의 생활에 대한 이해를 훨씬 사실적으로 할 수 있게 하였다. 본 연구는 서울시 소재의 고등학교 1학

년생 116명을 대상으로 하루 8차례의 휴대폰 문자메시지를 약 두시간 간격으로 보내 미리 휴대하고 있던 경험표집양식에 응답하게 하였으며 조사는 일주일간 실시되었다. 이로써 조사대상 1인당 56개의 경험표집양식이 완성됨으로써 총 6496개의 방대한 자료를 획득할 수 있었다. 본 연구를 통해 청소년들이 학교와 학원에서 느끼는 도전(challenge)과 기술(skill)에 따른 플로우(flow)를 구하였으며, 학교와 학원에서의 정서, 인지적효율성, 만족도의 내적경험을 비교 분석하였다.

### 1) 학교와 학원에서의 플로우

인간은 능력을 발휘하고 증가시키려는 내재적 동기 때문에 최적의 도전(challenge)을 찾고 이것을 해결하려는 지속적인 노력을 하게 되는데, 도전과 기술의 비(ratio)가 일치하는 순간 심리적으로 가장 충만한 만족감을 경험함으로써 삶의 질과 복지수준이 가장 높아진다고 할 수 있다(Csikszentmihalyi, 1990). 본 연구에서는 4체널의 플로우이론을 통해 플로우 상태를 무관심, 지루함, 불안함, 플로우의 4가지로 구분하고 학교와 학원에서 청소년들이 느끼는 플로우 상태에 차이가 있는지 분석하였다.

학교의 경우는 학원에 비해 무관심과 지루함의 빈도가 높은 반면 학원은 불안감의 빈도가 높았다. 이러한 결과는 학원이 학교에 비해 높은 도전을 제시하고 있음을 암시하는데, 학교는 학원에 비해 많은 학생들을 대상으로 교육하기 때문에 평균적인 난이도수준에서 학습을 이끌다보면 상위권의 학생들에게는 도전이 너무 낮아 지루한 느낌을 줄 수 있고 이로 인해 학습효과가 떨어지는 부작용이 나타날 수 있다. 반면에 학원은 학생들의 수준이 비슷하고 밀도 높게 강의가 이루어지기 때문에 상대적으로 높은 도전을 느끼는 것으로 해석해 볼 수 있을 것이다. 학교가 지루함과 무관심에 빠져들게 하는 공간으로 인식되고 학원에 비해 플로우 경험빈도가 떨어진다는 것은 우리나라 공교육이 해결해야 할 심각한 문제라 할 수 있을 것이며, 공교육의 활성화를 위해서도 교육환경 및 교육의 질 향상에 더욱 매진해야 할 부분이라고 하겠다.

학원에서의 활동은 높은 도전으로 인해 불안함을 느끼게 되는 경우가 많으며 이는 청소년의 삶의 질에 심각한 부작용을 미칠 것으로 우려된다. 우리나라 고등학생의 70% 이상이 학원과 같은 사교육을 받고 있는 실정에서 대부분 학원 학습이 밤시간에 이루어진다는 점을 고려한다면 휴식이 필요한 대부분의 청소년들이 휴식 대신 과도한 학습량과 도전으로 인해 학업스트레스를 경험하고 있을 것으로 추론할 수 있다.

## 2) 학교와 학원에서의 내적경험

청소년이 학교와 학원에서 느끼는 내적경험을 정서, 인지적 효율성, 만족도의 세 차원에서 살펴본 결과 대부분의 항목들에서 통계적으로 유의한 차이가 발견되었다. 이를 종합해 보면, 청소년들이 느끼는 정서는 일반적으로 그다지 긍정적이지 못하지만 그중에서도 비교적 학교가 학원에 비해 정서적으로 긍정적인 느낌을 주는 공간임을 알 수 있다. 청소년들은 학원에 있을 때보다 학교에 있을 때 행복하고, 힘이 넘치며, 활기차고, 신나고, 협동적인 정서를 경험하게 된다. 이러한 정서들은 성적과는 직접적으로 관련이 되지 않을 수 있지만 청소년기가 단순히 대학에 들어가기 위해 모든 것을 희생하고 포기해야 하는 시기가 아니라 성숙된 성인으로 나아가기 위한 중요한 과정임을 인식한다면 청소년기 자체의 경험과 삶의 질 또한 어느 시기 못지 않게 중요한 시기라고 할 수 있을 것이다. 이러한 면에서 아직 우리의 학교는 학원이 제공하지 못하는 따뜻한 공동체로서의 역할을 하고 있다고 평가할 수 있다.

그러나 우리나라 학교교육은 인지적 효율성의 측면에서 봤을 때 일부 문제점을 드러내고 있다. 청소년기의 주된 활동은 어쩔 수 없이 학업활동이 될 수밖에 없는데, 학업활동을 함에 있어 집중도가 떨어진다라는 것은 공교육이 사교육에 밀려날 수밖에 없는 사유가 될 것이다. 학교가 학원에 비해 정서적으로 긍정적인 느낌을 많이 느끼게 한다 하더라도 성적이라는 최고의 관심사에 있어 그 성과가 뒤떨어진다면 학교는 계속해서 공교육 부실의 문제에서 벗어날 수 없을 것이다. 비록 정서적으로 부정적인

느낌을 받고, 불안함을 많이 경험하며 이로 인해 스트레스를 받는다 하더라도 성적 향상이라는 가시적인 성과가 있다면 청소년들은 만족할 것이며, 이는 본 연구에서 만족도에 대한 분석을 통해서도 입증되었다. 청소년들은 하고 있는 일 자체에 대해서는 학원보다 학교에서의 만족이 높았지만 일을 하고 있는 자신에 대한 만족은 학원이 더 높았다. 이는 상대적으로 도전이 높은 학원에서의 활동에 대해 불안과 부담을 느끼지만 그렇기 때문에 그토록 힘들고 어려운 일을 해내고 있는 자신에 대해서는 만족을 느끼는 것으로 해석할 수 있고, 상대적으로 도전이 낮아 지루함 또는 무관심에 빠지게 되는 학교에서의 학업활동은 일 자체는 어렵지 않아 만족스럽게 생각하지만 그러한 일을 하고 있는 자신에 대해서는 만족이 크지 않음을 알 수 있다.

마지막으로 청소년의 플로우 경험과 성적과의 관계를 살펴보면, 플로우를 경험할 때 성적 또한 대부분 높게 나타남을 알 수 있었다. 특히 무관심의 상태에서는 성적이 두드러지게 나타나 삶의 질이라는 복지적 측면뿐만 아니라 성적향상이라는 실질적인 성과를 위해서 청소년의 학업능력을 자극하는 적정 수준의 도전이 주어지는 것이 바람직함을 알 수 있었다.

본 연구를 통해 우리나라 청소년은 이미 보편화된 사교육 활동에 대해 순응하고 있으며 입시라는 피해갈 수 없는 목표 앞에서 다소 힘들고 부담스러운 부정적 경험이라 하더라도 그로 인한 성과가 좋다면 그에 더 만족하는 것을 알 수 있었다. 이는 적극적 의미의 만족이라기보다는 순응을 통한 불만족의 회피에 가깝다고 볼 수 있으므로 이러한 구조가 개선되지 않는다면 청소년의 삶의 질은 더욱 저하될 수밖에 없을 것이다.

## 2. 연구의 제한점

본 연구에서는 경험표집법이라는 새로운 연구방법을 도입하여 청소년의 일상생활을 탐색적으로 들여다보고, 그 속에서 학업활동시 청소년이 느끼는 플로우 및 내적 경험을 학교와 학원으로 나누어 비

교하였다. 이러한 연구를 통해 청소년에 대한 보다 심층적이고 생생한 데이터를 확보할 수 있었으며, 이는 다양한 교육 및 행정정책을 다루는데 중요한 기초자료로 사용될 수 있을 것이라는 점에서 연구의 의의를 찾을 수 있다. 그러나 본 연구는 다음과 같은 제한점을 갖는다.

첫째, 조사대상자가 서울시 강동구 소재의 한 고등학교 1학년생으로 한정됨으로써 일반적인 고등학생들의 실태로 일반화하는데 무리가 있다.

둘째, 미국에서 사용하던 경험표집양식을 번역하여 사용하는 과정에서 한국인, 특히 한국의 청소년의 정서와 부합되지 않는 측면이 포함되었을 수 있으므로 척도의 타당도를 확보하기 위한 노력이 지속되어야 할 것이다.

셋째, 활동 공간을 학교와 학원으로 구분하여 이를 공교육, 사교육으로 대변하였으나 이 결과만으로 공교육과 사교육의 질을 단정하는 것은 무리가 있으며, 보다 다양한 변수들이 추가 분석되어야 할 것이다. 또한 다양한 특성의 학원에 대한 표집을 고려하지 않은 점은 이후 청소년의 학원생활에 대한 후속연구를 통해 해결할 필요가 있다.

넷째, 청소년이 경험하는 학업활동에 대한 플로우 및 내적경험은 학년에 따라 차이가 있을 것이므로 조사대상을 고등학교 1, 2, 3학년생 모두로 확장시키는 연구가 이루어진다면 매우 유용한 자료를 획득할 수 있을 것이다.

마지막으로, 정서에 대한 학교와 학원간의 차이 분석은 7점의 어의분별척도에 대한 차이 검증으로서 5점의 행복한 정서가 정확히 2점의 슬픈 정서를 의미한다고 보기 어려운 측면이 있다. 따라서 후속 연구에서는 이러한 문제를 해결하기 위한 척도의 정교화가 시도되어야 할 것이다.

## ■ 참고문헌

- 김시월(1999). 가계의 사교육비 지출 부담감과 경제적 복지감과의 관련성 연구. *소비자학연구*, 10(3), 101-122.
- 김용일(1998). 교육행정에서 공교육의 원리에 대한 재조명. *교육학연구*, 36(2), 99-125.
- 나병현(2002). 공교육의 내실화와 학교교육체제의 변화. *교육철학*, 27, 37-54.
- 송기창(1999). 한국에서 사교육의 성장과 공교육의 위기. 한국공교육체제의 평가와 전망: 한국교육연구소.
- 이동원(1997). 교육개혁에 적응하는 교육평가의 방향 탐색. *교육학논총*, 18, 215-238.
- 이희정, 이숙현(1995). 취업모의 심리적 안녕-긍정적 정서와 생활만족도를 중심으로-. *대한가정학회지*, 33(6), 25-41.
- 조은경(1995). 정서적 균형과 삶의 질. *한국심리학회 춘계심포지움 자료집*. 주제: 삶의 질의 심리학.
- 최인수, 김순옥, 황선진, 이수진(2003). 경험표집법을 이용한 고등학생들의 생활경험에 관한 연구: 주된 활동과, 활동 공간 및 플로우를 중심으로. *대한가정학회지*, 41(8), 213-227.
- 한국교원단체총연합회(1999). 학생 생활/의식 실태 조사.
- 한국교육개발원(2003). 사교육비 경감 방안(제2차 공청회 자료집). 한국교육개발원.
- 한성열(1995). 삶의 질과 내재적 동기의 실현. *한국심리학회 춘계심포지움 자료집*. 주제: 삶의 질의 심리학.
- 한국일보(2003. 10. 13). 한국, 사교육비 1위 신용카드 발급 4위. 박일근 기자.
- Bryant, F. B. & Verloff, J. (1982). The structure of psychological well-being: A socio-historical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43(3), 653-673.
- Csikszentmihalyi, M. (1975). *Beyond boredom and anxiety*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Csikszentmihalyi, M., R., & Prescott, S. (1977). The ecology of adolescent activity and experience. *Journal of Youth Adolescent*, 6, 281-294.
- Csikszentmihalyi, M. (1985). Reflections on enjoyment. *Perspectives in Biology and Medicine*, 28(4), 469-497.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of*

- Optimal Experience*. New York: Harper Collins.
- Csikszentmihalyi, M., Rathunde, K., & Whalen, S. (1993). *Becoming talented: a longitudinal study with adolescents*. Cambridge University Press.
- Deci, E. L. (1975). *Intrinsic Motivation*. New York: Plenum Press.
- Diener, E., (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Rogers, C. (1959). A Theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework. In S. Koch(Ed.), *Psychology: A Study of a science*, 3. New York: McGraw-Hill.
- Ross, C. E., Mirowsky, J. & Goldsteen, K. (1990). The impact of the family on health: The decade in review. *Journal of Marriage and the Family*, 52, 1059-1078.
- Tomkins, S. (1984). Affect theory. In K. R. Scherer & P. Ekman(Eds.), *Approaches to emotion*, 163-195. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- 
- (2003년 11월 30일 접수, 2004년 2월 26일 채택)