

과제 간의 전환 없이도 멀티태스킹이 가능할까?*

Multitasking without task switching

이주미¹, 차옥균^{1†}

Jumi Lee¹, Oakyoon Cha^{1†}

¹성신여자대학교 심리학과

¹Department of Psychology, Sungshin Women's University

멀티태스킹에 관한 선행 연구들은 개인의 멀티태스킹 경험과 과제 전환 능력 간 상관에 대해 일관적이지 않은 결과들을 보고했다. 이러한 일관되지 않은 결과들을 설명하기 위해 몇몇 연구자들은 멀티태스킹에 서로 다른 두 가지 전략이 사용될 수 있다고 제안하였다. 두 과제 사이에서 주의를 전환하는 전략(과제 전환)과 두 과제에 주의를 분배하는 전략이다. 일상 속에서 흔히 나타나는 멀티태스킹 상황 중 하나는 스마트폰 알림에 즉각적으로 응답할 준비가 된 채로 TV를 보는 등의 다른 과제를 수행하는 것이다. 이러한 상황에서는 주의 분배 전략이 더 유용할 것이다. 본 연구에서는 개인의 실질적 멀티태스킹 능력이 다수의 과제/자극에 주의를 분배하는 능력과 상관이 있을 것이라고 예측하였다. 이 예측을 검증하기 위해서 개인의 실질적인 멀티태스킹 능력을 측정하는 새로운 과제를 고안하였고, 이 과제로 측정한 멀티태스킹 능력이 주의 분산 능력과 상관이 있는지 확인하였다. 더불어, 미디어 사용 설문지(MUQ; Ophir et al., 2009)를 사용하여 참가자의 멀티태스킹 경험 및 빈도를 측정하였고, MUQ 점수가 멀티태스킹 능력을 예측하는지 알아보았다. 멀티태스킹 과제에서 참가자들은 화면 중앙에 연속적으로 나타나는 사진들을 보고 마지막에서 두 번째로 제시되었던 사진이 무엇인지 응답했으며 동시에 주변부에 무작위적으로 제시되는 얼굴의 성별을 판별했다. 실질적 멀티태스킹 능력 지수는 두 과제의 표준화 점수 합으로 계산하였다. 참가자들은 멀티태스킹 과제를 마친 후 주의 분배 능력을 측정하기 위한 얼굴 다양성 판단 과제(Cha et al., 2021)와 얼굴 재인 능력을 측정하기 위한 Cambridge Face Memory Test(Duchaine & Nakayama, 2006)를 수행하였다. 그 결과, 개인의 얼굴 재인 능력을 통제한 후에도 멀티태스킹 능력과 주의 분배 능력 간의 정적 편상관이 관찰되었고, 멀티태스킹 능력과 MUQ 점수 간의 상관은 나타나지 않았다. 이러한 결과들은 두 과제에 주의를 분배하는 능력이 멀티태스킹에 사용될 수 있으며, 멀티태스킹 능력이 경험으로 인해 향상되지 않을 가능성이 있다고 시사한다.

주제어: 멀티태스킹, 양상블 지각, 주의 분배, 개인차

* 이 성과는 정부(과학기술정보통신부)의 재원으로 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임(2022R1C1C1008628).