

## 한국형아유르베다 심리유형 검사를 통한 상담사례연구

이홍숙\*

### 초 록

본 연구는 한국형아유르베다 심리유형검사로 이혼위기부부 및 학교폭력피해자에 대한 상담사례에서 그 효과성을 알아본 것이다. 이를 시행하기 위해 질적 분석 방법을 사용하였으며, 2017년 10월부터 2017년 12월까지 의뢰된 대상자 중에 사전·사후 검사가 이루어진 사례를 선정하였다.

한국형아유르베다 심리유형검사는 2017년 윤천성교수에 의하여 개발되어진 심리유형검사이다. 이 검사에서 피검자의 기질과 심리유형이 드러나는 심리검사이므로 사전·사후검사 활용에 유용하였다. 본 검사를 통해 본 연구자에게 유익하였던 점은 대상자 심리의 객관적 이해, 목표설정, 개입 방향성을 정립 하는데 도움이 되었다. 시사점은 첫째, 다양한 심리검사와 같이 피험자에게 피검자에 대한 다양한 정보를 제공하여 준다는 점이다. 둘째, 피검자가 검사시에 간결한 문항 구성에서 가볍게 접근을 할 수 있다는 점이다. 셋째, 피검자 자신에 대한 이해와 균형의 필요성을 제시하며 내·외적 통합을 할 수 있는 길잡이를 하게 된다는 점이다. 넷째, 다른 검사에 비하여 피험자와 피검자의 오류발생을 저하 할 수 있었다는 점이다.

그리고 대상자에게 유익하였던 점은 첫째, 대상자 자신의 기본적 기질과 심리유형에 대한 이해를 하게 하였다. 둘째, 대상자 자신의 심리유형에 따라 선호 방향성에 대한 알아차림을 하였다. 셋째, 대상자 자신의 강점과 약점들이 문제 상황에서 어떤 반응을 하고 있었는지 대하여 알아차림을 하였다. 넷째, 대상자 자신을 위하여 나아가야할 방향성에 대한 필요성을 각성하였다. 다섯째, 대상자 자신의 기능을 완화 하게 하였다.

본 연구 결과 한국형아유르베다 심리유형검사는 연구자와 대상자에게 효과적 영향이 있음이 드러났다. 이에 따라 본 연구가 상담자와 대상자에게 미치는 효과적 영향이 있었다는 데에 의의를 가지며 앞으로 상담 및 교육의 현장에서 활용되는데 기여할 수 있기를 바란다.

**주제어 :** 한국형아유르베다 심리유형검사

\* 우주심리상담아카데미 대표(경영학 박사)(Email: sugenci@hanmail.net)

투고일: 2017년 11월 20일, 수정일: 2017년 12월 1일, 게재확정일: 2017년 12월 12일

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성 및 목적

오랜 기간 동안 다양한 심리검사를 활용한 사례연구들이 있다. 인도의 5천년의 역사를 지니고 있는 전통 의학인 아유르베다를 2017년 윤천성교수에 의해 한국형아유르베다 심리 유형검사로 개발되어진 검사가 상담사례에서 그 효과성에 대한 질적 사례연구가 전무하기에 이 연구의 필요성이 있다.

본 연구자는 한국형아유르베다 심리유형검사가 검사도구로서의 효과성을 드러내고자 하는데 목적이 있다. 연구 목적을 살펴보면 다음과 같다.

본 연구자는 첫째, 대상자 심리의 객관적 이해. 둘째, 목표설정. 셋째, 적절한 개입 방향성을 정립 하는데 목적이 있다.

대상자인 피검자에게서 드러날 수 있는 예상 효과성을 경험하는데 목적이 있다.

첫째, 피검자 자신의 기본적 기질과 심리유형에 대한 이해

둘째, 피검자 자신의 심리유형에 따라 선호 방향성에 대한 알아차림

셋째, 피검자는 자신의 강점과 약점들이 문제 상황에서 어떤 반응을 하고 있었는지 대하여 알아차림

넷째, 피검자는 자신을 위하여 나아가야할 방향성에 대한 필요성 각성

다섯째, 피검자 자신의 기능을 완화 등이다.

이러한 목적에 따라 자기이해 및 타인이해를 하며 상황적 대응을 안정적으로 이끌어 갈 수 있도록 하는데 있다.

## II. 이론적 배경

### 1. 아유르베다

아유르베다는 인도의 전통의학으로써 대체 의학으로 발전하면서 5천년의 내력을 지닌 역사로 체계화 되었다. ‘아유르베다(Ayurveda)’란 어원으로는 ‘생명’을 뜻하는 ‘아유(Ayus)’와 ‘지식’ 또는 ‘지혜’를 뜻하는 ‘베다(Veda)’가 합쳐진 것이다. 아유르베다(Ayurveda)는 산스크리트어로 ‘지혜(Knowledge)’를 뜻하는 ‘베다(Veda)’이며, 산스크리트어로 ‘생활의 과학’이란 뜻을 지닌다. 아유르베다에 전반적인 개념이 삼키아(Samkhya)학파에 의한 창조 이론을 토대로 하고 있다. 삼키아(Samkhya)는 두 가지의 산스크리트 언어로 되어 있다. 사트(sat)는 ‘진리’이며, 키아(khya)는 ‘앎’을 뜻한다(이호준, 2003). 아유르베다는 인간의

몸과 마음이 물질로 보며, 신체(Body), 정신(Mind), 영혼(Soul)의 복합적 존재로 인식하고 건강한 생활을 하기 위해서는 이 세 가지의 균형이 중요하다고 주장한다. 아유르베다는 인간을 소우주로 보면서 몸과 마음에 대하여 물질로 간주한다.

아유르베다는 인간을 소우주로써 다섯 가지 원소인 공간(空, akasha), 바람(風, vayu), 불(火, tejas), 물(水, jala), 땅(地, prthivi)으로 구성하여 설명하고 있다.

다섯 가지 원소인 공간(空, akasha)은 바람, 불, 물, 땅의 원소가 공유할 수 있는 곳으로 기분이 된다. 공간은 다른 속성들과의 연결이란 개념을 지니고 있다. 바람(風, vayu)은 형상은 없지만 분명히 머무르고 있다. 바람인 공기는 모든 생명체의 생존에는 반드시 필요로 하는 존재이다. 바람은 미세한 움직임과 변화라는 개념을 지니고 있다. 불(火, tejas)은 온도가 있어 온도에 따라 파괴적이기도 하고 온화하기도 한다. 불은 빛이라는 개념을 지니고 있다. 물(水, jala)은 생명력이 있어 모든 생명의 원천이 되고 있다. 물은 유동성이란 개념을 지니고 있다. 땅(地, prthivi)은 무게가 있어 중심을 유지하고 있어 생명체가 안전하게 정착할 수 있게 한다. 땅은 견고함이란 개념을 지니고 있다.

이러한 아유르베다의 다섯 가지 원소를 인간의 신체 특이성에 적용하여 바타(vata), 피타(pitta), 카파(kapha)인 세 가지 속성으로 ‘트리도샤(Tridosha)’라 하였다. 이 특이성을 체질과 심리를 이해할 수 있도록 하였다.

트리도샤(Tridosha)인 바타(vata)는 공간과 바람의 조합이다. 바타는 몸의 공기, 신경, 혈액, 음식, 노폐물, 생각 등의 역동성과 관련이 있다. 바타는 생명력의 원천이다. 바타는 미세함, 가벼움, 불규칙한 움직임, 시원함, 건조함, 맑음의 성질을 지녔다. 피타(pitta)는 불이다. 물체 대사 작용과 관련이 있다. 육체조직과 각 기관 등의 기능에 활력을 주는 요소이다. 특히 신진대사를 관장하는 소화 효소 및 호르몬 등에 관련이 있다. 피타는 신맛, 뜨거움, 산성, 액성, 매운 맛, 움직임, 열성, 예민함의 성질을 지녔다. 카파(kapha)는 물과 땅의 조합이다. 신체 장기를 구성하고 있는 세포 구조이다. 이 구조는 조직 보호와 유지 및 영양 공급하는데 있어 안정과 정착에 관련이 있다. 카파는 무거움, 견고함, 점성, 기름진, 단맛, 안정성, 부드러움, 고요함, 차가움, 느낌의 성질을 지녔다. 트리도샤는 사람에게 내제되어 있다. 그 중 독보적인 요소에 중점을 두고 유형을 구분하여 신체적·정신적·심리적 특성으로 드러낸다. 트리도샤의 균형에 따라 과하거나 부족할 때에 다양한 증상이 나타남으로 아유르베다에서는 건강한 삶을 위해 균형을 유지하도록 하고 있다.

## 2. 한국형아유르베다 심리유형

### 1) 과정

바라니스대학의 R.H. Singh 교수는 서양의학과 아유르베다의 차이점에 대하여 정리하였

다. 서양의학은 한 관점에 대한 실험을 통하여 결론을 이끌어 내는 분석 방식을 취하지만 아유르베다는 전반적인 경험을 기초하여 결론을 끌어낸다. 서양의학은 구조체제를 강조하나 아유르베다는 기능을 우선으로 하여 관찰과 체험을 통하여 체득되어진 것을 기틀로 하고 있다(송한영, 2015).

아유르베다는 동양에 뿌리를 두고 있기에 한의학에서의 체질과 연관성이 있어 국내의 환경에 적용이 가능하다. 국내 선행연구에서는 전통의학적 질병관에 의한 홍채진단(임정희, 2009), 대체의학으로서의 아유르베다의 역사와 그 특징(기지에, 김나현, 김민철, 고장호, 김동현, 김성희, 2010) 등이 있다.

윤천성(2017)교수는 아유르베다를 국내의 환경에 적용하여 심리적 접근을 하였다. 한국형아유르베다 심리유형은 인간을 소우주로 보고 자연의 5대 요소인 공간, 바람, 불, 물, 땅을 인간의 신체 특이성에 적용시켜 5대 요소를 바타(vata, 공간과 바람), 피타(pitta, 불), 카파(kapha, 물과 땅)로 구성을 하는데 토대로 하였다. 세 가지 구성요소로 체질적 특이성과 심리적 특이성을 이해함으로써 인간의 본질을 이해할 수 있도록 하였다.

인간은 문제 상황에서 자신이 만족할 수 있고, 안정적인 행복을 소망하고 행복한 생활을 하고자 하는 것이 본성이다. Ryff(1989)의 행복에 대한 연구에서 행복의 여섯 가지 요소로 첫째, ‘자아인식 (Self-awareness)’은 자신의 기질과 성격에 대하여 인지하고 수용하는 과정이다. 둘째, ‘자율성(autonomy)’은 자신의 가치적 판단에 의해 행동하는 것이다. 셋째, ‘환경 통제력(environment mastery)’은 자신과 환경에 의한 상황을 알아차리고 통제적 대응을 행사하여 상황적 안정을 이루어 가는 것이다. 넷째, ‘개인적 성장(personal growth)’은 자신의 역량을 개발하고 성취적 성장을 이루어 가는 것이다. 다섯째, ‘삶의 목적(purpose in life)’은 자신의 삶에 관련하여 목적과 방향을 설정할 수 있어야 한다. 이때에는 삶의 방향을 주도적으로 실행하는데 유익하다. 여섯째, ‘긍정적 대인관계 (positive relations others)’는 인과관계에서 상호적 관계를 유지하며 함께 하는 생활이다. 생활을 상황에 적합하게 대응을 하는 태도는 존재감을 가지게 하는데 매우 소중하다. 이 것은 관계를 유지하는데 있어 매우 소중한 요소이다(윤천성, 2017).

한국형아유르베다 심리유형은 아유르베다를 토대로 하여 Ryff(1989)의 행복 6요소와 조화를 이루며 윤천성(2017) 교수에 의하여 체계화 되어진 표준화 검사로써 ‘한국형 아유르베다 심리유형검사(KAPTI : Korean Ayurveda Psychology Type Indicate)’가 초생으로 개발되었다. 이 검사 도구를 통하여 개인의 타고난 기질과 심리유형을 이해하며 수용함으로써 자기탐색을 하게 한다. 이 검사도구는 교육과정과 경영, 심리, 복지, 뷰티 등과 관련한 다양한 분야에 검사 도구로 활용 될 수 있다.

## 2) 한국형아유르베다 심리유형 개요

윤천성(2017) 교수는 한국형아유르베다 심리유형을 표준화된 프로그램으로 개발하였다. 아유르베다의 다섯 가지 원소 조합을 토대로 하여 한국형아유르베다 기본심리유형으로 하였다. 한국형아유르베다 심리유형은 다섯 가지 원소의 특이성에 따라 공간과 바람의 조합인 바타(Vata)를 ‘관계형’으로, 불의 조합인 피타(Pitta)를 ‘성장형’으로, 물과 땅의 조합인 카파(Kapha)를 ‘안정형’으로 하여 개인의 내면에 내재 되어 있는 기본심리유형으로 명명하였다. 기본심리유형의 의미는 스트레스를 약화하게 하고 안정을 유지할 때 가장 상승된 에너지 유형으로 표현되어지는 개인의 심리적 특성이다. 개인의 심리적 특성이 태도에 영향을 주고 행동으로 나타난다. 심리유형을 바타형(V, 관계형), 피타형(P, 성장형), 카파형(K, 안정형)로 명명하였다.

### (1) 바타형(V, 관계형)

바타형(V, 관계형)은 공간과 바람 요소로 구성되어 있다. 공간에 있는 바람의 움직임은 심리적 특성을 잘 표현하고 있다. 공간·바람은 타인 또는 대상과 연결하려는 성향을 지니며 정서적 에너지로 표출된다. 바람은 공간 속에서 흐른다. 이러한 특이성은 현실에 대하여 관찰하고자 하는 욕구를 지닌다. 공간을 순환하며 움직이는 바람처럼 바타는 지속적으로 이동하려고 하는 경향성을 지닌다. 타인에게 먼저 다가가서 자신을 표현하는 것을 좋아하며 즐기는 이들은 타인과의 정서적인 교감을 매우 중요하게 여긴다. 언제나 이동하려고 하는 바람처럼 이들은 활발하고, 호기심이 많고, 주변 환경에 높은 관심을 가지고 있다. 이들이 지닌 강한 점은 적응력이 뛰어나고 이해력이 빠른 편이다. 폭 넓은 인간관계를 형성하고자 타인과 지속적으로 연결하려고 한다. 약한 점은 지나치게 산만하게 보일 수 있고 인내심이 부족하다는 것과 한 가지 일에 집중하는 것이 어려우며 변덕스러운 경향성을 지닌다. 이러한 특이성을 달(Moon)에 비유할 때, 태양으로부터 빛을 받아 빛을 내는 달이다. 달은 무의식적이며 정서적인 반응을 하는 기능이다. 즉 생각보다는 정서적인 느낌에 의해 본능적으로 반응을 하는 것을 의미한다. 바타형(V, 관계형)의 에너지가 안정적으로 표출이 될 때는 유연성, 표용력, 내적 만족도, 타인 정서에 적합하게 반응을 하게 되지만 불안정적일 경우에는 불안하며, 초조하고, 억압된 느낌, 지나치게 민감하고, 심리적인 동요를 하게 된다(윤천성, 2017).

### (2) 피타형(P, 성장형)

피타형(P, 성장형)은 불의 요소로 구성되어 있다. 불은 열정과 뜨거움, 강력한 확장성이 심리적 특이성으로 잘 표현된다. 피타는 자기와 대상을 확장하려는 성향을 지니고 역동적 에너지로 표출된다. 이러한 특이성은 흥분과 열정의 어울림이 생동감을 드러내게 하고 분

위기를 밝게 하고, 자신감 넘치고 직선적이고 솔직한 편이다. 이 특이성은 추구하는 것을 달성하기 위해서는 현실적으로 그 일을 왜 해야 하는지에 대한 이유를 살펴보는 것을 하기 보다 먼저 행동으로 뛰어드는 열성적 경향이 있다. 피타의 역동성은 자신이 정해 놓은 것은 흔들림 없이 진행한다. 그리고 세차게 흘러가는 물에 비유되기도 한다. 자신이 정한 것에 대하여 강하고 확고한 신념을 지니고 있기에 자기주장이 강하며 주도적이다. 그리고 언행이 분명하며 논리적이고 논쟁하는 것을 자연스럽게 한다. 이들이 지닌 강한 점은 지적이고 명민하면서 논리적이고, 매서운 기억력이 있어 잘 잊어버리지 않는다. 주도적인 경우에는 상황적 환경의 압력에 굴복하지 않고 추구하는 것을 이루어 간다. 약한 점은 타인과의 관계에서 과하게 비판하거나 독선적일 수 있다. 또한 화를 잘 내며 직선적 언어를 사용하여 의향과 다르게 상대방에게 상처를 주게 됨으로 조심을 할 필요가 있다. 이러한 특이성을 태양(Sun)에 비유할 때, 스스로 에너지 발산하는 강한 생명에너지며 활기가 있고, 의지력이 강하며, 자아인식을 한다. 피타형(P, 성장형)의 에너지가 안정적으로 표출될 때는 활기차고, 관대하고, 자신감 있고, 창의적 자기표현을 하지만 불안정적으로 표출될 때는 자기과사, 교만함, 오만함, 특별한 존재가 되려는 갈구를 하게 한다(윤천성, 2017).

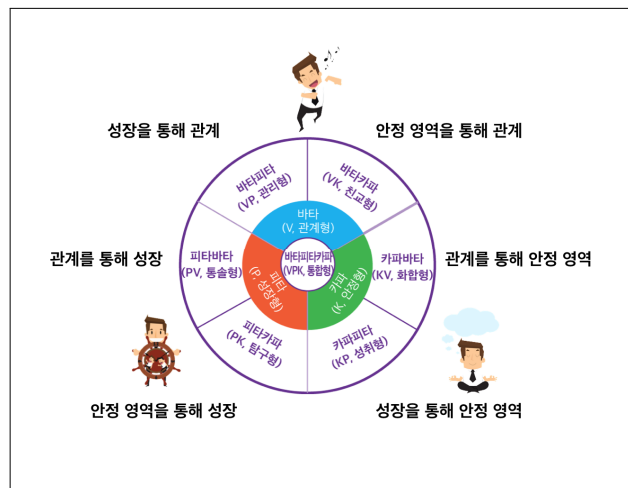
### (3) 카파형(K, 안정형)

카파형(K, 안정형)은 물과 땅 요소로 구성되어 있다. 여유 있게 흘러가는 물과 땅의 견고함이 심리적 특이성으로 잘 표현된다. 카파는 대상으로부터 자신의 범위 안에 정착하게 하려는 성향을 지니고 사색적 에너지로 표출된다. 이러한 심리적 특이성은 물과 땅의 성질과 관련이 있다. 물의 유연성과 고요함은 세심하게 느낌으로 알아차리며 이해하는 깊은 정서적 차원에 반응하는 영역이다. 충동적인 열성과 알 수 없이 스며드는 두려움, 느낌에 의하여 무차별적인 수용 등이 가능한 물의 속성이다. 이러한 물 에너지는 사람들로 하여금 자신의 내면에 있는 깊은 갈망을 실현하려는 본능적인 욕구를 갖도록 한다. 자연의 모든 현상들은 땅의 견고한 터전 위에서 일어나고 있다. 땅의 성향은 감각과 현실의 속성이 있어 본질에 따르는 원칙성이 본능적으로 잘 이해가 된다. 카파의 물과 땅의 요소는 사람들이 유연하고 높은 인내력이 있으며 사려 깊고 조심스러움과 잘 변화하지 않는 보수적인 경향이 있다. 이러한 특이성은 자신만의 공간에서 안정되는 것이 매우 중요하다. 이들의 강한 점은 유연하고 인내심이 많고 보수적인 성향으로 강한 신뢰감을 가지고 있는 안정적인 사람이다. 그리고 신뢰감으로 사랑과 헌신적인 면이 잘 변하지 않고, 기억한 것은 잘 잊어버리지 않는다. 약한 점은 욕심이 많으며, 사람이나 대상에게 지나치게 집착할 수 있다. 스트레스가 누적되면 무기력해지고 나태함이 밀려와 활동을 하지 않으려한다. 이러한 특이성은 밤하늘에 떠있는 별(Star)에 비유할 수 있다. 오랜 전부터 그 자리에 머물고 있는 별을 통해 길항을 가늠하기도 하였다. 언제나 한결같은 모습으로 떠 있는 밤하늘의 별이 계절을 알게

하며 사람들의 길잡이가 된다. 카과의 이러한 모습은 자신의 자리에서 중심을 갖는 모습이다(윤천성, 2017).

**(4) 7유형**

한국형아유르베다 7유형은 바타형(V, 관계형), 피타형(P, 성장형), 카과형(K, 안정형)를 토대로 하고 있다. 한국형아유르베다 심리유형검사를 한 피검자의 결과에서 드러나는 1차 도샤와 2차 도샤의 조합으로 구성된다. 각각의 7유형은 피검자의 특이성에 따라 심리적인 특이성이 드러난다. 7유형은 한국형아유르베다 기본심리유형의 조합에 따라, 바타피타(VP, 관리형)는 성장에 의한 관계형이다. 바타카과(VK, 친교형)는 안정에 의한 관계형이다. 피타바타(PV, 통솔형)은 관계에 의한 성장형이다. 피타카과(PK, 탐구형)는 안정에 의한 성장형이다. 카과바타(KV, 화합형)는 관계에 의한 안정형이다. 카과피타(KP, 성취형)는 성장에 의한 안정형이다. 이 6가지 유형과 세 가지 도샤가 균형을 이루는 바타피타카과(VPK, 통합형)와 함께 7가지 유형으로 구분한다. 각 유형에서 1차 도샤는 목표를 달성하기 위하여 2차도샤를 수단으로 활용한다. <그림 2-1>과 같다(윤천성, 2017).



<그림 2-1> 한국형아유르베다 7유형

\* 출처 : 윤천성(2017), 한국아유르베다심리연구소

① 바타피타(VP, 관리형)

바타피타(VP, 관리형)는 대상과 연결하려는 근원을 지닌 바타를 1차도샤로 하고, 확장하고자 하는 근원을 지닌 피타를 2차 도샤로 구성하고 있는 유형이다. 이 특이성은 관계를 위해서 성장을 추구하려고 하는 유형이다. 즉, 다른 사람과의 연결을 하기 위하여 자신의 성장이 중요하다고 여긴다. 그러므로 이 유형은 지속적으로 자신을 성장시켜 가기 위해

노력을 한다. 자신이 지속적인 성장으로 타인과 관계하려는 이들은 자신과 함께 소속된 조직 및 관련된 사람들과 함께 성장하는 것을 중요하게 여긴다. 그렇기 때문에 조력을 하며 함께 성장하려 한다. 이 유형의 특이성으로 인하여 7유형의 ‘관리형’으로 분류한다. 관리형의 특징은 첫째, 연결을 위해서 자신과 조직을 성장시키려고 한다. 둘째, 조직과 관련된 사람들이 성장할 수 있도록 조력을 한다.

② 바타카파(VK, 친교형)

바타카파(VK, 친교형)는 대상과 연결되려고 하는 근원을 가진다. 바타를 1차도샤로 하고, 정착하려고 하는 근원을 가진 카파를 2차도샤로 구성하고 있는 유형이다. 이 특이성은 관계를 위해서 안정을 추구하려고 하는 유형이다. 즉, 다른 사람과 연결되기 위하여 정서적으로 안정이 되는 것이 중요하다고 여긴다. 그러므로 이 유형은 자신의 안정적 공간을 확보하는 것에 대하여 중요하게 생각한다. 그렇기 때문에 안정적인 가운데서 타인과 관계를 견고하게 하려고 함으로 친밀한 관계를 유지하려고 한다. 이 유형의 특이성으로 인하여 7유형의 ‘친교형’으로 분류한다. 친교형의 특징은 첫째, 연결을 위해서 자신의 안정적인 공간을 요청한다. 둘째, 다른 사람들과의 안정적인 친밀한 관계를 가지기를 원한다.

③ 피타바타(PV, 통솔형)

피타바타(PV, 통솔형)는 자신과 대상과의 확장을 하려고 하는 근원을 가진다. 피타를 1차도샤로 하고, 연결하려고 하는 근원을 가진 바타를 2차도샤로 구성하고 있는 유형이다. 즉, 이 유형은 성장을 위해서 관계 하는 것이 중요하게 여긴다. 그러므로 자신이 성장하기 위해서 긍정적인 관계를 하는 것이 중요함으로 자신과 조직에서 성과를 내기위하여 노력을 한다. 관계를 하면서 성과를 내고자 하려는 이 유형은 자신의 성과를 위해서 구성원들과 관계를 하며 영향력을 행사하려 한다. 이 유형의 특이성으로 인하여 7유형의 이들의 이러한 특성으로 인해 ‘통솔형’으로 분류한다. 특징은 첫째, 성장을 위해서 집단이나 팀을 이루어서 관계를 한다. 둘째, 자신을 위해서 구성원이 성과를 낼 수 있게 관계를 하며 영향력을 행사한다.

④ 피타카파(PK, 탐구형)

피타카파(PK, 탐구형)는 자기와 대상과 확장하려고 하는 근원을 가진다. 피타를 1차도샤로 하고, 정착하려고 하는 근원을 가진 카파를 2차도샤로 구성하고 있는 유형이다. 즉, 이 유형은 성장을 위해서 안정을 중요하게 여긴다. 그러므로 자신이 성장하기 위해서 자신의 역량을 향상시키는 것을 중요하며, 자신의 고유한 영역의 전문성과 역량을 향상시키기 위해서 지속적인 연구와 꾸준한 탐구를 하며 자신의 역량을 확장하려고 한다. 이 유형의 특이성으로 인하여 7유형의 ‘탐구형’으로 분류한다. 특징은 첫째, 성장을 위해서 자신의



전문성과 역량을 향상시키고자 한다. 둘째, 전문분야에서 꾸준한 연구와 탐색을 통해서 역량을 확장하려고 한다.

#### ⑤ 카파바타(KV, 화합형)

카파바타(KV, 화합형)는 대상으로부터 자기의 영역 범위에 정착하게 하려는 근원을 가진 카파를 1차 도샤로 하고, 타인 또는 대상과 연결되려고 하는 근원을 가진 바타를 2차 도샤로 구성하고 있는 유형이다. 즉, 이 유형은 안정을 위해서 관계를 구축하는 것을 중요하게 여긴다. 그러므로 자신이 안정되기 위해서는 타인과 안정적이면서 호혜적으로 관계를 하는 것을 중요하게 여기고, 타인과 긍정적 관계를 형성하기 위해서 노력한다. 관계를 함에 있어서 화합으로 영역을 구축하며 안정을 하려고 한다. 이 유형의 특이성으로 인하여 7유형의 ‘화합형’으로 분류한다. 특징은 첫째, 자신의 안정을 위해서 긍정적인 관계를 유지하려고 한다. 둘째, 타인과 화합을 하고 조율하는 것을 통해서 상호 호혜적 관계를 형성하려고 한다.

#### ⑥ 카파피타(KP, 성취형)

카파피타(KP, 성취형)는 대상으로부터 자기의 영역 범위에 정착하게 하려는 근원을 가진 카파를 1차 도샤로 하고, 확장하려고 하는 근원을 가진 피타를 2차 도샤로 구성하고 있는 유형이다. 즉, 이 유형은 안정을 위해서 성장을 구축하는 하는 것을 중요하게 여긴다. 자신의 안정을 위해서는 자신만의 영역을 갖는 것이 중요하게 여기고, 자신의 영역을 견고하게 하기 위해서는 꾸준히 역량을 향상시키며 성장을 하기 위해서 노력한다. 성장을 하기 위해서 영역을 구축하며 꾸준히 성과를 내고 자신의 기반을 견고하게 한다. 이 유형의 특이성으로 인하여 7유형의 ‘성취형’으로 분류한다. 특징은 첫째, 자신 영역을 구축하기 위해서 성장하려고 한다. 둘째, 역량을 견고히 하기 위해서 자신의 성장을 향상시키고자 한다.

#### ⑦ 바타피타카파(VPK, 통합형)

바타피타카파(VPK, 통합형)은 바타, 피타, 카파의 세 가지 속성이 유형에 따라 개인의 보완이 요구되는 요소를 향상함에 따라 모두 균형을 이루게 되는 유형을 의미한다. 모든 속성이 균형을 이루는 모습이 한국형아유르베다에서 추구하는 지향점이며 완성된 모습을 의미한다.

### 3) 한국형아유르베다 심리유형의 균형

아유르베다에는 인간에게 내재 되어 있는 바타, 피타, 카파의 세 가지 요소의 균형을 중요하게 여긴다. 피검자의 결과에서 드러난 트리도샤의 차이에 근거한다. 즉, 균형을 이루기

위하여 피검자의 결과에서 나타난 3차 도샤를 1차 도샤로 보고, 2차 도샤가 동일한 에너지의 유형으로 구분한다. 개인이 건강하고 안정된 삶을 살기 위해서는 도샤의 균형이 중요하다. 도샤의 불균형은 신체적·정신적·심리적으로 스트레스 상황이 된다.

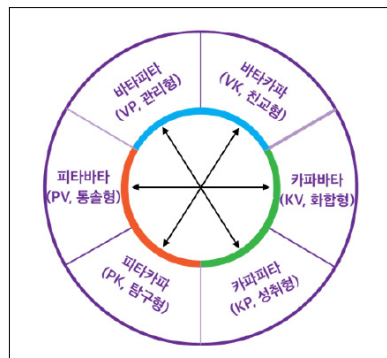
첫째, 바타 성질이 지나치게 높을 경우에는 정신이 맑지 못하며, 위에 가스가 차고, 고혈압과 신경과민 증상을 호소한다. 바타 성질이 부족한 경우에는 울혈과 변비가 생기고 매사에 무신경하거나 무감각해지며 회피적이 될 수 있다.

둘째, 피타 성질이 지나치게 높을 경우에는 여드름이 발생하며 내분비계 이상을 초래한다. 위궤양이 생기게 되기 쉽고 분노와 화를 잘 내는 경우가 있다. 치타 성질이 부족한 경우에는 신진대사가 느려지고 소화 장애가 생길 수 있다.

셋째, 카파 성질이 지나치게 높을 경우에는 비만과 부종, 당뇨와 고혈압, 폐렴과 비강 울혈 등에 대한 증세가 나타난다. 카파 성질이 부족한 경우에는 호흡기에 문제가 생겨서 기관지염과 기관지 천식, 위경련 등과 관련한 증세가 생길 수 있다. 이처럼 성질의 불균형은 스트레스 상황에서 발생 되므로 건강한 생활을 위해서 부족한 성질을 증가시키는 것이 필요하다. 그리하여 부족한 부분을 보강하여 지나치게 부족하거나 과하지 않도록 균형을 이루어가기 위한 방향성을 의미한다.

### (1) 대칭유형

대칭유형은 한국형아유르베다 심리유형의 용어으로써 자신의 기본심리유형의 균형을 이루기 위한 유형으로 한국형아유르베다 심리유형 상징에서 대칭을 이루고 있는 것을 의미한다. 대칭유형의 방향은 건강하고 안정적인 생활을 위하여 부족한 성질을 채우기 위한 방향을 의미한다. 대칭유형의 방향에서 살펴본다. 바타에 근원을 둔 바타피타(VP, 관리형)의 경우에는 카파피타(KP, 성취형)이다. 바타카파(VP, 친교형)의 경우에는 피타카파(PK, 탐구형)이다. 피타에 근원을 둔 피타바타(PV, 통솔형)의 경우에는 피타카파(PK, 탐구형)이다. 피타



<그림 2-2> 한국형아유르베다 균형유형

\* 출처 : 윤천성(2017), 한국아유르베다심리연구소

카파(PK, 탐구형)의 경우에는 비타카파(VK, 친교형)이다. 카파에 근원을 둔 카파바타(KV, 화합형)의 경우에는 피타바타(PV, 통솔형)이다. 카파피타(KP, 성취형)의 경우에는 바타피타(VP, 관리형)이다. 이러한 균형의 방향은 개인이 건강하고 행복한 생활을 살아가는데 있어 향상시켜야 하는 방향성에 있다. 대칭유형 방향은 <그림 2-2>와 같다.

### 3. 아유르베다 선행연구

아유르베다는 동양에 뿌리를 두고 있기에 한의학에서의 체질과 연관성이 있어 국내의 환경에 적용이 가능하다. 이와 관련한 선행연구 ‘인본주의 심리학 비교’, ‘현대과학, 한의학, 아유르베다의 관점’, ‘아유르베다 상담이론연구’(정미숙, 2003, 2006, 2009) 등이 있다. 국내에서도 아유르베다와 관련한 다양한 연구가 이루어지고 있어 이에 관련한 선행연구 동향은 아래 <표 2-1>과 같다.

<표 2-1> 연구목적에 따른 국내 아유르베다 연구동향

대분류	중분류	연구목적
이론적 접근	아유르베다 이해	심리적 접근, 의학적 접근, 체질론 탐구, 유형론 탐구, 고찰, 편역
	아유르베다 분석	식이요법, 색채심리, 보석처방, 마사지, 체형별 건강관리(실버세대)
실천적 접근 (효과 및 활용)	건강과 미용	체중관리, 두피, 모발, 피부 관리, 노화, 면역, 체질개선
	프로그램	프로그램 개발, 프로그램 효과
	정신건강	스트레스, 우울, 무력감, 중독
	상담과 심리	자아존중감, 공격성, 노년기 심리, 주의집중
	선호도 및 만족도	선호도, 만족도

\* 출처 : 김영규, 윤천성(2016), 국내 아유르베다 연구에 관한 석·박사 학위논문 동향분석

### 4. 심리유형검사

#### 1) 웨슬러 지능검사(WAIS)

지능의 추상적 개념을 Binet와 Simon(1916)에 의하여 최초로 지능이라는 개념이 정의되었다. ‘지능은 분별력과 독창성이며 환경에 자신을 적응시키려는 능력이다. 즉 주어진 자극 환경을 잘 판단하고 이해하고 추론을 하는 능력이다’라고 하였다. 웨슬러는 지능을 ‘결단력 있게 행동하며 합리적으로 생각하고 환경에 효과적으로 대처해 가는 종합적인 능력이다’고 정의하여 개인의 성격특성도 함께 포함되어 있음을 강조하였다. 웨슬러는 1930년에 표준화된 검사들의 연구로 11가지의 소 검사를 추려내어 군대용으로 활용이 되었으며 1939년에 Wechsler-Bellevue Intelligence Scale이 출판되었다. 1955년에 Wechsler Adult Intelligence

Scale(WAIS), 1981년에 WAIS-R로 개정되었다. 그리고 1949년에 아동용으로 Wechsler Intelligence Scale for Children(WISC)로 5세 이상의 아동에게 활용되었으며 1974년에 WISC가 개정되었다.

1963년에 전용신, 서봉연, 이창우가 웨슬러 지능검사를 한국형 웨슬러 지능검사인 Korean Wechsler Intelligence Scale(K-WAIS)로 표준화되었다. 1947년에는 이창우, 서봉연에 의해 한국형 아동용 웨슬러 지능검사(K-WISC)가 표준화 되었던 것을 한국교육개발원에서 1987년에 KEDI-WISC(Korean Educational Developmental Institute-Wechsler Intelligence Scale for Children)으로 개정하였다.

지능의 다섯 가지요소는 첫째, 추상적인 사고력이다. 둘째, 자신의 경험으로부터 학습하기이다. 셋째, 통찰력을 가지고 문제 해결하기이다. 넷째, 새로운 상황에 적응하기이다. 다섯째, 목표를 세우고 이를 달성하기이다.

Slate et al(1991)은 웨슬러 지능검사에는 검사실시의 지침과 주의점이 명확하게 있으나 가장 빈번하게 오류가 발생 하는 순서를 살펴본 것이다. 첫째, ‘시행자의 오류’로써 피험자의 반응, 채점, 기록 시간을 기록하지 않는 것이다. 둘째, ‘검사자의 관대’로써 피검자의 반응에 많은 점수를 주는 것이다. 셋째, ‘매뉴얼을 읽지 않아 부정확한 이해’로써 검사 매뉴얼에 따라 질문을 하지 않는 것이다. 넷째, ‘너무 엄격한 검사자’로써 검사 매뉴얼 달만 너무 적은 점수를 주는 것이다. 다섯째, ‘사무적 오류’로써 원점수를 표준점수로 부정확하게 변환하는 것이다. 여섯째, ‘사무적, 시간 측정 오류’로써 동작성 문항의 부정확한 채점인 것이다. 일곱째, ‘사무적 오류’로써 소 검사 총점 원점수의 부정확한 계산인 것이다. 여덟째, ‘사무적 오류’로써 신체연령의 부정확한 계산인 것이다. 이러한 실수가 있어 빈번하게 오류가 발생하고 있어 주의가 요구되었다(박경, 최순영, 2002).

## 2) 다면적 인성검사(MMPI)

다면적 인성검사(Minnesota Multiphasic Inventory)는 정서적 적응수준과 검사에 임하는 태도를 양적 수치로 측정하여 자기기술을 들어내도록 하는 표준화된 질문지이다. MMPI는 1939년에 Starke R. Hathaway와 J. Charnley McKinley가 미네소타 대학에서 정신과 병동의 성인 환자를 평가하고 장애 정도를 파악하며 심리치료에 따라서 변화하는 것을 객관적으로 평가하기 위해서 만들어 1940년에 개발되었다. MMPI의 구성은 경험적 준거를 사용하여 504문항을 선별하였다. MMPI는 정신의학적, 심리적, 신체적 증후와 관련된 내용으로 구성되어 있다(박경, 최순영, 2002). 이 후로 1989년에 MMPI-2 는 사회문화적인 제한점 개선하고 새로운 문항과 척도를 보충하여서 재 표준화하여 567문항으로 개정하였다. MMPI-A는 청소년에게 부적합한 문항을 삭제 및 수정을 통하여 478문항으로 개정되었다. 국내에서는 MMPI를 1963년(정범모, 이정균, 진위교)에 의해 표준화 작업이 되었고 1989년에 한국임상

심리학회에서 재표준화를 하였다. 또한 2000년(김중술 등)에는 한국판 MMPI-2 및 MMPI-A가 표준화 위원회에 의해 출시되었으나 2005년에 (주)마음사랑에서 재표준화하여 출시하였다.

### 3) 다양한 검사유형

MMTIC, MBTI, K-ABC, 문장완성검사, 주제통각검사, 벡의 우울검사, 진로탐색검사, 학습유형검사, 에니어그램, 성격유형검사, 인터넷중독검사, TAT주제통각검사, Projective drawing(DAP, HTP), 로샤검사 등의 사회문화적으로 필요로 하는 검사들이 지속적으로 개발되고 있다.

이러한 심리유형검사가 필요로 하였던 이유는 사람 마음에 대한 상태에 대한 알아차림으로써 사람에게 도움이 되고자 하는데 있으며, 목적으로는 심리검사를 통하여 상담과정에서 내담자의 문제 및 임상 등에 대하여 진단하고 어떠한 치료 목표를 세울 수 있으며, 예상되는 결과에 대하여 추론은 어떻게 할 수가 있는가에 있다. 또한 사례를 개념화하여 내담자의 성격, 정서, 행동, 대인관계, 촉발요소 등에서 자신의 나아가야할 방향성을 설정할 수 있도록 하는데 도움이 되고자 심리검사를 활용하고 있다.

### 4) 한국형아유르베다 심리유형 검사와 각종 심리유형검사와의 다른 점

본 연구자가 살펴본 결과 웨슬러의 지능검사와 MMPI, MMPI-2, MMPI-A 등의 검사의 구성 문항에 비하여 한국형아유르베다는 표준화한 간결하고 소량의 문항 구성으로 사람의 근원 및 정서, 역동, 사색 에너지의 특성을 구분하였다는 점이다. 그리고 오류에서 채점, 기록 시간, 피험자의 태도, 사무적 오류 발생률이 저하될 수 있다는 점이다. 한국형아유르베다는 심리적인 부분에서 임상적인 부분의 접근은 매우 부족하지만 자신에 대한 이해와 균형의 필요성을 제시하며 내·외적 통합을 할 수 있는 길잡이를 하며 안정적인 행복을 누릴 수 있도록 하는데 최종적인 목표를 가지고 있다는 점이다. 무엇보다 간결하며 소량의 문항과 청소년 및 성인인 피검자에게 부담 없이 접근을 할 수가 있다는 것이 다른 점이다.

## Ⅲ. 연구방법

### 1. 연구모형

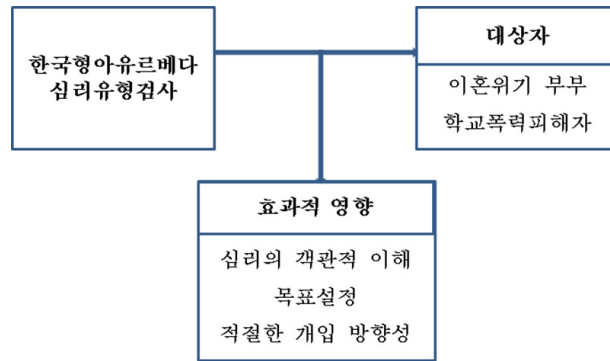
본 연구에서는 2017년 10월부터 2017년 12월까지 의뢰된 대상자 사례를 선정하였다. 질적 분석 방법을 하기 위하여 2017년 윤천성 교수에 의해 개발된 한국형 표준화 검사를 활용하여 사전·사후 검사가 이루어진 대상자에게서 어떤 효과성이 드러나는가에 대하여

알아보고자 하였다.

한국형아유르베다 심리유형검사를 독립변수로 하고 대상자인 이혼위기부부와 학교폭력 피해자를 종속변수로 설정하였다.

한국형아유르베다 심리유형검사의 긍정할만한 효과적인 영향들을 매개변수로 하여 대상자들에게 적용하였을 때에 어떠한 효과가 있는가에 대해 변수를 설정하였다. <그림 3-1>은 연구모형이다.

새롭게 개발된 검사유형이므로 아직까지 이에 관련된 선행연구가 전무하다. 그러므로 앞으로 이 연구가 귀추가 될 것으로 여긴다.



<그림 3-1> 연구모형

## 2. 연구대상

지역에 있는 이혼위기부부 1쌍과 모의 중학교(가명)에서 학교폭력피해자로 의뢰된 세 명이 표집대상이다. 이혼위기 부부는 8회, 학교폭력 피해자는 4회 이상을 상담하였다. 대상자의 인구학적 정보는 <표 3-1>과 같다.

<표 3-1> 대상자의 인구학적 정보

사례	이름(가명)	성별	연령	학력	직업	의뢰사유	개입회기
1	고의지	남	40대	대졸	회사원	이혼위기부부	8
2	기다림	여	40대	대졸	회사원		
3	호미남	남	14	중1	학생	학교폭력피해자	6
4	새초롬	여	14	중1	학생	학교폭력피해자	4
5	해맑음	여	14	중1	학생	학교폭력피해자	4

## 3. 검사도구

본 연구에서 한국형아유르베다 심리유형검사는 2017년에 윤천성 교수에 의해 개발된 한국형 표준화 검사이며, 바타형(V, 관계형) 피타형(P, 성장형) 카파형(K, 안정형) 각각 13개의 문항씩 총 39개의 문항으로 응답범주가 리커트 5점 척도인 것은 사용하였다. 한국형아유르베다 심리유형검사 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 0.90으로써 국내 환경에 적합한 검사도구로 드러났다.

#### 4. 사전·사후검사실시

##### 1) 한국형아유르베다 심리유형검사의 사전·사후검사

이혼위기부부 대상자 1과 대상자 2와 학교폭력피해자 대상자 3과 대상자 4와 대상자 5의 검사결과를 <표 3-2>와 같다.

<표 3-2> 대상자의 한국아유르베다 심리유형검사 결과

검사 유형	사전·후 검사	이혼위기부부		학교폭력피해자		
		1. 황의지(남편)	2. 기다림(아내)	3. 호미남(남)	4. 새초롬(여)	5. 해맑음(여)
기본 심리 유형	사전	카파형 (K, 안정형)	카파형 (K, 안정형)	카파형 (K, 안정형)	바타형 (V, 관계형)	카파형 (K, 안정형)
	사후	카파형 (K, 안정형)	카파형 (K, 안정형)	카파형 (K, 안정형)	바타형 (V, 관계형)	카파형 (K, 안정형)
1차 도사	사전	(K) 53	(K) 48	(K) 53	(V) 46	(K) 46
	사후	(K) 51	(K) 50	(K) 51	(V) 43	(K) 45
2차 도사	사전	(P) 44	(P) 40	(P) 45	(P) 43	(P) 41
	사후	(P) 42	(P) 48	(P) 45	(P) 49	(P) 43
3차 도사	사전	(V) 31	(V) 30	(V) 42	(K) 41	(V) 37
	사후	(V) 35	(V) 30	(V) 42	(K) 40	(V) 39
7유형	사전·후	카파피타 (KP, 성취형)	카파피타 (KP, 성취형)	카파피타 (KP, 성취형)	바타피타 (VP, 관리형)	카파피타 (KP, 성취형)
균형	사전·후	바타피타 (VP, 관리형)	바타피타 (VP, 관리형)	바타피타 (VP, 관리형)	카파피타 (KP, 성취형)	바타피타 (VP, 관리형)
통합		바타피타카파 (VPK, 통합형)	바타피타카파 (VPK, 통합형)	바타피타카파 (VPK, 통합형)	카파피타바타 (KPV, 통합형)	바타피타카파 (VPK, 통합형)

\* 바타형(V, 관계형) 피타형(P, 성장형) 카파형(K, 안정형)

\* 바타피타(VP, 관리형), 바타카파(VK, 친교형), 피타바타(PV, 통솔형), 피타카파(PK, 탐구형), 카파바타(KV, 화합형), 카파피타(KP, 성취형) 바타피타카파(VPK, 통합형)

## 2) 미치는 효과적 영향

### (1) 이혼위기 부부

이혼사유는 부부가 현재 별거중이며, 이혼위기를 겪고 있고 자녀의 면접교섭에서 문제가 원활하게 진행되지 못하여 지속적으로 다툼이 발생되고 있다.

#### ① 심리의 객관적 이해

이혼위기 부부의 대상자 1과 대상자 2의 한국형아우르베다 심리유형검사 사전·사후 결과가 <표 3-3>과 같다.

사전 검사에서 대상자 1과 대상자 2의 기본심리유형이 카파형(K, 안정형)유형으로 드러났다. 대상자 1의 1차 도사는 카파(K) 53이며, 대상자 2의 1차 도사는 카파(K) 48이다. 대상자 1의 2차 도사는 피타(P) 44이며, 대상자 2의 2차 도사는 피타(P) 40이다. 7유형으로는 대상자 1은 카파피타(KP, 성취형)이며, 대상자 2도 카파피타(KP, 성취형)으로 드러났다. 균형으로는 대상자 1과 대상자 2가 바타피타(VP, 관리형)으로 같이 드러났다.

<표 3-3> 이혼위기 부부의 검사결과표

검사유형	사전·후검사	이혼위기부부	
		1. 황의지(남편)	2. 기다림(아내)
기본심리유형	사전	카파형(K, 안정형)	카파형(K, 안정형)
	사후	카파형(K, 안정형)	카파형(K, 안정형)
1차 도사	사전	(K) 53	(K) 48
	사후	(K) 51	(K) 50
2차 도사	사전	(P) 44	(P) 40
	사후	(P) 42	(P) 48
3차 도사	사전	(V) 31	(V) 30
	사후	(V) 35	(V) 30
7유형	사전·후	카파피타(KP, 성취형)	카파피타(KP, 성취형)
균형	사전·후	바타피타(VP, 관리형)	바타피타(VP, 관리형)

이 결과와 관련하여 대상자 1과 대상자 2와 함께 한국형아우르베다 심리유형프로파일로 자신의 유형에 대하여 살펴보기를 하였다.

대상자 1과 대상자 2의 기본심리유형이 같은 카파형(K, 안정형)였으나 대상자 1은 부부 생활태도에서 카파형(K, 안정형)의 약점인 ‘욕심이 많음’, ‘집착적’, ‘무기력’, ‘이해하는데 오래 걸림’이 지속적인 것으로 드러났고, 대상자 2는 카파형(K, 안정형)의 강점인 ‘사랑과 헌신’, ‘높은 신뢰감’, ‘안정적’, ‘강한 인내심’으로 혼인지속기간 동안 참고 견뎌왔다는 것





적응을 하지 못하고 친구관계에서 괴롭힘을 당하고 있다.

① 심리의 객관적 이해

학교폭력피해자 대상자 3에게 한국형아유르베다 심리유형검사 사전·사후 결과가 <표 3-4>와 같다.

사전 검사에서 대상자 3의 기본심리유형이 카파형(K, 안정형)유형으로 드러났다. 대상자 1의 1차 도사는 카파(K) 53이며, 2차 도사는 피타(P) 45이다. 7유형으로는 카파피타(KP, 성취형)이며, 균형으로는 바타피타(VP, 관리형)으로 드러났다.

<표 3-4> 학교폭력피해자 검사결과표

검사유형	사전·후검사	학교폭력피해자
		3. 호미남(남)
기본심리유형	사전	카파형(K, 안정형)
	사후	카파형(K, 안정형)
1차 도사	사전	(K) 53
	사후	(K) 51
2차 도사	사전	(P) 45
	사후	(P) 45
3차 도사	사전	(V) 42
	사후	(V) 42
7유형	사전·후	카파피타(KP, 성취형)
균형	사전·후	바타피타(VP, 관리형)

이 결과와 관련하여 대상자 3과 함께 한국형아유르베다 심리유형프로파일로 자신의 유형에 대하여 살펴보기를 하였다.

대상자 3의 기본심리유형이 같은 카파형(K, 안정형)였다. 대상자 3은 학교 및 가정에서의 생활태도를 살피는 가운데 카파형(K, 안정형)의 강점인 ‘안정적’인 것을 원함에 있어 상실감을 경험하고, 약점으로 ‘무기력’에 머무르고 있었다. 또한 나름 가족관계에서 ‘보수적인 경향성’을 보였다. 현재 대상자가 겪고 학교생활에서는 2차 도사의 약점이 드러났다. 자신의 성장과정에서 경험되어진 ‘독선적’, ‘직선적인 언어’로 말을 함에 따라 친구를 자극하게 하는 태도가 드러났다. 이에 따라 자신이 학교 폭력 가해자이며 피해자가 되어 있음을 볼 수가 있다. 대상자 3의 7유형은 카파피타(KP, 성취형)이다. 이 성취형은 안정을 위해서 성장을 추구하는 유형이다. 즉, 자신의 성장을 통해서 자신의 영역을 구축하려고 한다는 의미를 지니고 있다. 대상자 3은 자신이 구축하려고 하는 것이 무엇인지 방향성이 다름을 알아

차리는데 도움이 되었다. 가족 중에서 솔직하고 당당하게 표현을 하고 있는 형을 본 받고 싶다고 하며, 자신의 언행에서 얽 보이기 싫어서 독선적이며 직선적인 언어를 사용하고 있다고 한다. 자신의 안정을 구축하는 과정에서 드러난 부분이다. 대상자 3의 3차 도샤는 바타(V)로 드러났다. 3차 도샤로 드러난 바타형(V, 관계형) 에서는 약점인 ‘산만함’, ‘인내심 부족’, ‘불규칙한 기억력’, ‘변덕스러움’으로 친구관계를 하고 있다는 것을 알아차리게 되었다. 그러므로 대상자 3은 균형을 갖추기 위해서는 바타피타(VP, 관리형)의 필요성이 강조 되었다. 그러므로 자신이 정서적으로 공유를 할 수 있는 안정적인 친구 관계 형성할 수 있는 대상자 찾기에 대하여 나눔을 한다.

## ② 목표설정

본 연구자는 한국형아유르베다 심리유형검사의 결과에 따라 대상자 3과 함께 아래와 같이 목표설정을 하였다.

첫째, 자신의 마음 알아주기

둘째, 생활태도에서 상황 분별하기

셋째, 문제 상황에서 자신이 원하는 안정적 대응 방안 찾기

## ③ 적절한 개입 방향성

본 연구자는 한국형아유르베다 심리유형검사의 결과에 따라 대상자 3검사결과에 따라 아래와 같이 적절한 개입 방향성을 설정하였다.

첫째, 자신이 경험한 학교폭력피해자이며 가해자로서 자신의 마음 살펴보며 해소하기 - 자기 마음 인정하기

둘째, 대상자의 모델링이 되는 사람의 태도 및 상황 분별하기 및 자신을 위한 결정권 행사하기 - 안정적 언어사용

셋째, 친구관계를 형성 할 수 있도록 하는 방안 모색하기 - 안정적 친구관계형성하기

## (3) 학교폭력피해자 대상자 4와 대상자 5

의뢰사유에서 대상자 4와 대상자 5는 절친한 친구관계이다. 대상자 4가 교내에서 친구들이 보는 가운데 심하게 폭행을 당하였으며, 대상자 5가 대상자 4를 보호하고자 하는 상황에서 대상자 4를 폭행한 학생이 대상자 5를 발차기로 날려버리는 폭행피해자이다. 두 사람이 함께 상담에 참여함. 두 사람이 학교와 거리 행보에서 보복 폭행에 두려움을 가지고 움츠리며 생활하고 있다.

① 심리의 객관적 이해

학교폭력피해자 대상자 4와 대상자 5에게 한국형아유르베다 심리유형검사 사전·사후 결과가 <표 3-5>와 같다.

사전 검사에서 대상자 4의 기본심리유형이 바타형(V, 관계형)유형이며, 대상자 5의 기본심리유형이 카파형(K, 안정형)유형으로 드러났다. 대상자 4의 1차 도샤는 바타(V) 46이며, 대상자 5의 1차 도샤는 카파(K) 46이다. 대상자 4의 2차 도샤는 피타(P) 43이며, 대상자 5의 2차 도샤는 피타(P) 41이다. 7유형으로는 대상자 4는 바타피타(VP, 관리형)이며, 대상자 5는 카파피타(KP, 성취형)으로 드러났다. 균형으로는 대상자 4는 카파피타(KP, 성취형)이며, 대상자 5는 바타피타(VP, 관리형)으로 같이 드러났다.

<표 3-5> 학교폭력피해자 검사결과표

검사유형	사전·후검사	학교폭력피해자	
		4. 새초롬(여)	5. 해맑음(여)
기본심리유형	사전	바타형(V, 관계형)	카파형(K, 안정형)
	사후	바타형(V, 관계형)	카파형(K, 안정형)
1차 도샤	사전	(V) 46	(K) 46
	사후	(V) 43	(K) 45
2차 도샤	사전	(P) 43	(P) 41
	사후	(P) 49	(P) 43
3차 도샤	사전	(K) 41	(V) 37
	사후	(K) 40	(V) 39
7유형	사전·후	바타피타(VP, 관리형)	카파피타(KP, 성취형)
균형	사전·후	카파피타(KP, 성취형)	바타피타(VP, 관리형)

이 결과와 관련하여 대상자 4와 대상자 5와 함께 한국형아유르베다 심리유형프로파일로 자신의 유형에 대하여 살펴보기를 하였다.

대상자 4는 기본심리유형이 바타형(V, 관계형)로써 연결의 근원 중시하며 정서적인 에너지를 사용함에 있어서 바타의 약점인 ‘산만함’, ‘변덕스러움’이 있고, 강점인 ‘높은 적응력’이 타인(친구)에게 자기주장을 하지 못하는 태도로 드러났다. 그러므로 자신이 좋아하는 정서적인 교감을 형성하기 위해 자신의 마음과 생각을 표현에 자신감을 가질 필요성이 있음을 깨우친다. 대상자 5의 기본유형심리는 카파형(K, 안정형)이다. 대상자 5는 카파형(K, 안정형)의 강점인 ‘사랑과 헌신’, ‘높은 신뢰감’으로 친구인 대상자 4를 보호하고자 하였음에 따라 발생한 학교폭력피해자가 되었다. 2차 도샤는 대상자 4와 대상자 5가 피타(P)로 서로의 필요성을 느끼며 서로의 관계를 하고 있었다. 대상자 4가 피타의 약점인 ‘화를 잘

내고’, ‘비판적’, ‘직선적인 언어’를 대상자 5에게 하면 대상자 5는 대상자 4에 대한 피다(P)의 특징인 ‘확고한 믿음’과 카파(K)의 강점인 ‘강한 인내심’으로 친구관계를 확장하고 있다는 것을 알아차리게 된다.

7유형으로는 대상자 4는 바타피타(VP, 관리형)이다. 대상자 5는 카파피타(KP, 성취형)이 두 사람의 친구관계를 지속적으로 유지하기 위하여 문제 상황에서 자신의 생각과 마음을 상대방에게 의사표현을 하며 서로 문제 해결을 해 갈 수 있어야 하는 필요성을 갖는다. 그러므로 대상자 4는 카파피타(KP, 성취형)이며, 대상자 5는 바타피타(VP, 관리형)인 각자의 자신의 균형으로 서로를 보완하며 절친한 친구관계를 유지하는데 도움이 된다는 것을 알게 된다.

## ② 목표설정

본 연구자는 한국형아유르베다 심리유형검사의 결과에 따라 대상자 4과 대상자 5와 함께 아래와 같이 목표설정을 하였다.

첫째, 자신 및 상대방의 마음 알아주기

둘째, 상대방에게 의사표현하기

셋째, 문제 상황에 대하여 대응 방안 찾기(도움청하기)

## ③ 적절한 개입 방향성

본 연구자는 한국형아유르베다 심리유형검사의 결과에 따라 대상자 4과 대상자 5의 검사 결과에 따라 아래와 같이 적절한 개입 방향성을 설정하였다.

첫째, 학교폭력피해자로써 두려움과 무기력함에서 벗어나기- 마음 돌보기

둘째, 절친한 친구의 언행에서 느껴지는 부분에 대하여 표현하기 - 자기보호

셋째, 경험되어진 문제 상황에 대하여 안정적인 재 경험을 하게 한다. - 행동수정하기

## IV. 연구결과

본 연구에서 2017년 10월부터 2017년 12월까지 이혼위기부부 및 학교폭력피해자를 대상으로 한국형아유르베다 심리유형검사의 효과적 영향이 있었다.

효과적 영향으로 대상자 심리의 객관적 이해, 목표설정, 개입 방향성을 정립 하는데 기여하였다. 그리고 대상자에게 효과적으로 드러난 점은 아래와 같다.

대상자 자신의 기본적 기질과 심리유형에 대한 이해를 하게 하였고, 자신의 심리유형에 따라 선호 방향성에 대한 알아차림을 하였다. 그리고 자신의 강점과 약점들이 문제 상황에

서 어떤 반응을 하고 있었는지 대하여 알아차림을 하였으며, 자신을 위하여 나아가야 할 방향성에 대한 필요성을 각성하였고, 자신의 기능을 완화 하게 하였다.

## (1) 이혼위기부부

의뢰된 문제 상황에서 자신이 하고 싶은 말을 하였으며, 상대방의 이야기를 듣고 서로 억울하여 비난을 하던 태도가 누그러지며 혼인지속기간에 대하여 미안함과 고마움을 표현 하게 되었다. 또한 자녀의 면접교섭과 관련한 문제 사항이 원활하게 이끌어갈 수 있게 되어 안정적인 관계를 유지하게 되었다.

## (2) 학교폭력 피해자

### ① 대상자 3은 상담과정 소감에서 아래와 같이 표현하였다.

답답했던 속이 살짝 나아졌다고 한다(수치 10에서 5,5가 되었다고 함).

‘지금 까지 아무 생각 없이 지냈지만 이제부터는 공부에 흥미를 붙이고 학교에서 재미있는 것을 찾기로 한 것은 참 잘했다’고 함.

제가 앞으로 살아가는데 도움을 주는 말을 해 주셔서 감사합니다. 나중에 제가 하고 싶어 하는 일을 꼭 이루겠습니다.

### ② 대상자 4의 상담과정 소감은 아래와 같이 표현하였다.

가해자에 대한 두려움을 덜어 주셔서 감사하고 나의 성격을 알 수 있게 해 주셔서 감사하고 선생님이 상담 해 주신게 헛되지 않게 차차 두려움 보다는 당당하고 밝은 모습만 보이도록 할 것이고 00이(대상자 5)와 많은 얘기 나눌 수 있게 기회를 만들어 주셔서 00이(대상자 5)에 대해 더 잘 알게 되고 내가 잘 못한 점과 나의 장점이 무엇이고 단점이 무엇인지 알게 되고 앞으로는 그러지 말아야겠다고 느꼈다.

### ③ 대상자 5의 상담과정 소감은 아래와 같이 표현하였다.

첫 날 상담은 많이 도움이 되었어요, 제가 가해자를 길에서 만날까봐 두려웠던 적이 많았는데 선생님이랑 상담을 하면서 ‘아 이제 괜찮구나’라고 생각도 되고 선생님이 해 주시는 말들이 도움이 되면서 길을 걸을 때 그 아이를 마주칠까 보복을 당할까 하는 생각이 많이 사그라 들었습니다. 감사해요. 그리고 상담 때에 제가 알지 못한 친구의 생각을 알게 되어 많이 깨닫고 저의 고쳐야 할 점을 확실히 알게 되었습니다. 저도 이제부터 많은 것들을 바꾸어 가겠어요, 감사합니다.

본 연구 결과 한국형아유르베다 심리유형검사는 연구자와 대상자에게 효과적 영향이 있음이 드러났다. 이에 따라 본 연구가 상담자와 대상자에게 미치는 효과적 영향이 있는 상담 사례연구에 의의를 가지며 앞으로 상담 및 교육의 현장에서 활용되는데 기여할 수 있기를 바란다.

## V. 결론

### 1. 연구결과 요약 및 시사점

본 연구에서는 한국형아유르베다 심리유형검사로 이혼위기부부와 학교폭력대상자에게 검사를 실시한 후, 연구자는 대상자의 심리유형을 파악하고 대상자 심리의 객관적 이해, 목표설정, 적절한 개입 방향성을 정립 하였다. 그 결과 각 대상자에게 명료한 상담 개입이 진행될 수가 있었다.

본 연구 결과 한국형아유르베다 심리유형검사가 표준화된 심리검사로서 상담초기 활용에 유의하였다. 검사 결과에 입각하여 한국형아유르베다 심리유형 프로파일로 대상자 자신의 기본적 기질과 심리유형에 대한 이해하는데 유용하였다. 각 대상자 심리유형에 따라 자신의 선호 방향성에 대한 알아차림을 하는데 유용하였다. 자신의 강점과 약점들이 문제 상황에서 어떤 반응을 하고 있었는지 대하여 알아차림을 하는데 유용하였다. 자신을 위하여 나아가야할 방향성에 대한 필요성을 각성하는데 유용하였다. 자신의 기능을 완화 하기에 유용하였다. 이와 같은 점을 다른 심리검사와 비교하여 한국형아유르베다 심리유형 검사의 공헌한 점을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 다양한 심리검사와 같이 피험자에게 피검자에 대한 다양한 정보를 제공하여 준다는 점이다.

둘째, 피검자가 검사시에 간결한 문항 구성에서 가볍게 접근을 할 수 있다는 점이다.

셋째, 피검자 자신에 대한 이해와 균형의 필요성을 제시하며 내·외적 통합을 할 수 있는 길잡이를 하게 된다는 점이다.

넷째, 웨슬리의 지능검사와 MMPI, MMPI-2, MMPI-A 등의 검사에 비하여 피험자와 피검자의 오류발생을 저하 할 수 있었다는 점이다.

그러므로 한국형아유르베다 심리유형검사는 연구자와 대상자에게 효과적 영향이 있음이 드러났다. 이에 따라 본 연구가 상담자와 대상자에게 미치는 효과적 영향이 있다는 점에 의의를 두고 앞으로 상담 및 교육의 현장에서 활용되는데 기여할 수 있다는 점을 시사한다.

## 2. 연구의 한계점 및 제언

본 연구에서 한국형아유르베다 심리유형검사가 초기상담에 매우 유용함이 있음에도 불구하고 나타난 한계점은 다음과 같다.

사전 검사결과에 따라 표준화된 프로파일에서 유용하였지만 사후 검사에서 연구자가 보는 대상자의 미세한 변화가 있음에도 불구하고 대상자 자신에 대한 인식도에 따라서 검사의 결과가 세심하게 드러나지 않는 점에서 한계가 있었다.

다른 심리검사에 비하여 임상적인 접근성에는 매우 한계가 있었다.

본 자는 표준화된 검사를 활용한 다양한 연구의 해석적 자료가 있듯이 앞으로 한국형아유르베다 심리유형검사를 활용한 다양한 연구가 활성화되어 다각적으로 상담 및 교육의 현장에 기여할 수 있기를 제언한다.



## 참고문헌

- 강혜숙(2011). 부부의 성격특성과 비합리적 신념 및 부정적 정서가 결혼만족도에 미치는 영향- 자기효과와 상대방효과분석, 석사학위논문, 충북대학교대학원.
- 계미량(2009). 아유르베다에서 보는 몸과 마음의 상관성 연구: CarakaSamhita 의 Sarirasthanam 을 중심으로, 석사학위논문, 원광대학교.
- 고경자·김갑숙(1999). 부부의 심리적 복지와 삶의 질에 관한 연구. 대한가정학회지. 37(6). 59-76.
- 권옥분(2014). 아유르베다와 현대 식이요법 비교 연구, 석사학위논문, 원광대학교.
- 권정혜·이종선(2002). 부부의 대인관계, 의사소통 방식, 결혼만족도가 부부폭력에 미치는 영향의 연구. 한국심리학회지. 임상 21(2). 313-330.
- 김미선(2008). 국내 에니어그램 연구에 관한 동향분석. 숙명여자대학교 아동연구. 21(1). 1-20.
- 김미숙(2006). 아유르베다 테라피를 이용한 카파체질의 비만관리, 석사학위논문, 고신대학교.
- 김민채(2016). 여성의 아유르베다 체질과 비만과의 관계 연구, 석사학위논문, 서울벤처대학원대학교.
- 김민채·유은주·윤천성(2015). 아유르베다 의학의 도사에 따른 건강관리의고찰. 뷰티산업연구. 9(1). 한국뷰티산업학회. 95-108.
- 김승희(2011). 아유르베다와 사상의학의 비교연구: 체질에 따른 치료법을 중심으로, 석사학위논문, 동국대학교.
- 김연태(2014). 아유르베다와 한의학의 양생론 비교 고찰, 석사학위논문, 선문대학교.
- 김영규·윤천성(2016). 국내 아유르베다 연구에 관한 석·박사 학위논문 동향분석. 평생교육리더십연구. 3(2). 한국평생교육리더십학회. 5-24.
- 김영규·윤천성(2017). 진정성리더십과 심리적 안녕감의 관계에서 자아탄력성의 조절효과 연구. 인문사회21. 8(4). (사)아시아문화학술원. 828-852.
- 김영미(2009). 사상체질과 아유르베다 체질에 따른 피부유형 분석에 관한연구, 석사학위논문, 한서대학교.
- 김현주·유은주·윤천성(2015). 아유르베다(Ayurveda)오일이 인체에 미치는 치료적 효과에 관한 고찰. 뷰티산업연구. 9(1). 한국뷰티산업학회. 71-85.
- 박경·최순영(2002). 심리검사의 이론과 활용. 학지사. 67-144.
- 손은선·윤천성(2011). 미용요가의 탐색적 연구. 뷰티산업연구. 5(2). 한국뷰티산업학회. 45-65.
- 안영임(2015). 아유르베다 요법을 활용한 마음치유 프로그램 개발 및 효과, 석사학위논문, 동방문화대학원대학교.
- 윤정현(2008). 아유르베다와 에니어그램의 성격유형 비교, 석사학위논문, 창원대학교.
- 윤천성(2012). 뷰티산업경영론. 훈민사.
- 윤천성(2015). 인간행동과 관계. 무역경영사.

- 윤천성(2017). 미용심리학. 훈민사.
- 윤천성(2017). 한국형아우르베다 심리유형척도(KAPTI) 타당성 연구. 평생교육리더십연구. 4(1). 한국평생교육리더십학회. 5-23.
- 윤천성 · 김미선(2008). 에니어그램에 근거한 어머니의 성격유형과 양육태도의 관계. 에니어그램연구. 5(1). 한국에니어그램학회. 9-36.
- 이홍숙 · 윤천성(2016). 성격특성(Big 5 Type)과 셀프리더십, 결혼만족도의 관계 연구. 인문사회21. 7(4). (사)아시아문화학술원. 523-546.
- 임정희(2009). 전통의학적 질병관에 의한 홍채진단: 동양면역사상을 중심으로, 박사학위논문, 동방대학원대학교.
- 전현숙 · 손정락(2010). 마음챙김, 특성분노 및 비합리적 신념의 관계. 한국심리학회지. 29(3). 989-1007.
- 전현숙 · 손정락(2011). 역기능적 분노표현 및 비합리적 신념과 마음 챙김의 관계. 한국심리학회지 일반. 30(2). 377-396.
- 정미숙(2006). 현대과학, 한의학, 아우르베다의 관점에서 본 웰빙 및 프로그램, 박사학위논문, 창원대학교.
- 허선희 · 윤천성(2014). 에니어그램 유형에 따른 행동방식과 사상체질의 상관관계 연구. 뷰티산업연구. 8(1). 한국뷰티산업학회. 43-61.
- 황완희 · 윤천성(2016). 성격특성이 진로결정수준과 고용가능성 간의 관계에서 셀프리더십의 매개효과에 관한 연구. 인문사회21. 7(4). (사)아시아문화학술원. 493-522.
- Diener, E., Shu, E., Lucas, R. E., & Smith, H. L.(1999). Subjective well-being: Three decades of progress. Psychological Bulletin. 125. 276-302.
- McCrae, R., & Costa, P. T.(1991). Adding Liebe und Arbeit: The full five-factor model and well-being. Personality and Social Psychology Bulletin. 17(2). 227-232.
- Ryff, C. D.(1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. Journal of Personality and Social Psychology. 57. 1069-1081.

## ABSTRACT

### A case study of Korean Ayurveda psychological type test

Lee, Heung-Sook\*

\*Seoul Venture University Graduate School of Management HRD Leadership Major  
(Email: sugenei@hanmail.net)

This study investigated the effectiveness of Korean - style Ayurveda psychological type test in counseling cases about divorced couple and victims of school violence.

Qualitative analysis methods were used to perform this study. Pre - and post - test cases were selected among the subjects who were referred from October, 2017 to December, 2017.

The Korean Ayurveda Psychological Type Test is a psychological type test developed by Professor Yoon Chun Sung in 2017. This test was useful for pre- and post-test because it is a psychological test revealing the subject's temperament and psychological type. The results of this study were helpful for the objective understanding of the subject psychology, goal setting, and direction of intervention. The implication is that firstly, it gives various information about the subject to the subject like various psychological tests. Second, the subject can have a light access to the simple item composition at the time of examination. Third, it suggests the necessity of understanding and balance of the subject himself, and provides guidance for internal and external integration. Fourth, it is possible to reduce errors of subjects and subjects compared to other tests.

The first thing that was beneficial to the subject. The subjects were asked to understand their basic temperament and psychological types. Second, they perceived preference direction according to subject 's own psychological type. Third, the subject 's own strengths and weaknesses were perceived as to how they reacted to the problem situation. fourth. And awakened to the necessity of direction for the subject himself. Fifth, the subject 's own function was relaxed.

The results of this study showed that Korean - style Ayurveda psychological type test has an effective effect on researchers and subjects. Therefore, it is meaningful that this

study has an effective effect on counselors and subjects, and I hope that it will contribute to the utilization of counseling and education in the future.

**Keywords :** Korean type ayurveda psychological type test