

## 한국형아유르베다 연구에 관한 동향분석

김미선\*

### 초 록

본 연구는 한국형아유르베다 연구에 관한 분석을 통해 한국형아유르베다 연구의 현재 상황과 동향을 알아보기 위해 시행되었다. 이를 위해 학술정보 사이트인 RISS와 Google Scholar에서 검색한 논문 25편중에서 중복된 학술논문 1편과 한국형아유르베다의 직접적인 연구가 아닌 박사학위논문 1편을 제외한 총 23편을 분석하였다.

본 연구는 한국형아유르베다 연구에 관한 동향분석을 통해 어떤 분야에서 연구되고 활용되는지 살펴보고, 한국형아유르베다 연구의 발전과 방향성을 제시하였다.

본 연구주제와 관련된 논문을 분석해 보면, 첫째, 분석대상 논문은 총23편이며, 박사학위논문4편, 석사학위논문1편, 학회지논문18편으로 학회지논문의 비중이 높았다. 둘째, 연구목적에 따른 분석결과를 살펴보면, 기술연구, 탐색연구, 설명연구 순으로 나타났으며, 기술연구가 가장 많은 비중을 차지하였다. 셋째, 연구방법에 따른 분석결과를 살펴보면, 조사연구의 비중이 가장 많았고, 넷째, 연구내용에 따른 분석결과를 살펴보면, 실천적 접근의 연구가 70%로 주를 이루었으며, 실천적 접근으로 상담 및 심리영역과 프로그램영역 각 5건(21.73%), 건강과 미용 4건(17.39%), 사회성 및 대인관계 2건(8.69%)순으로 연구되었다.

이상의 연구결과를 토대로 첫째, 향후에는 교육, 경영, 복지, 심리, 뷰티 등 다양한 연구 분야로 확대할 필요성이 있다. 둘째, 연구방법에 따라 양적연구인 조사연구가 주로 이루어지고 있으나 한국형아유르베다 활성화를 위해서 사회복지현장, 교육현장, 상담현장, 의료현장, 뷰티 산업현장 등에서 쉽게 적용할 수 있는 다양한 프로그램 개발이 요구된다. 또한 향후에는 한국형아유르베다를 활용한 다양한 프로그램의 효과성에 관한 실험연구가 진행될 것으로 사료된다.

본 연구는 윤천성(2016)에 의해 한국인들의 성격특성을 측정할 수 있는 표준화 된 측정도구인 한국형아유르베다 심리유형이 개발된 이후, 다양한 연구가 진행되었고 한국형아유르베다 연구에 관한 동향분석을 최초로 시도하였다는데 의의가 있다.

**주제어 :** 한국형아유르베다, 동향분석

\* 부천대학교 사회복지학과 교수 (E-mail: kms9642@bc.ac.kr)

투고일: 2021년 5월 20일, 수정일: 2021년 6월 2일, 게재확정일: 2021년 6월 17일

## I. 서론

우리가 살아가고 있는 현대사회는 건강한 삶에 대한 관심이 고조되면서 인간 삶의 질적 향상을 가져왔다. 현대인들은 급속한 경제성장과 사회변화에 따라 심각한 환경위기와 전 세계적 질병의 대유행으로 심각한 팬데믹 상황에서 살아가고 있다. 이런 환경적 위기 속에서 의학이 발달하고 삶이 풍요로워지면서 개인들의 신체적·정신적 건강과 예방법에 대한 다양한 연구가 이루어지고 있다.

아유르베다(Ayurveda)는 고대 인도의 전통의학으로 5천년 이상의 역사를 통해 체계화되었다. 이것은 인간의 마음과 몸, 그리고 영혼을 하나의 시각으로 보며, 우주를 구성하는 모든 물질이 개개인에게 존재하며 인간 스스로가 치유할 수 있는 능력이 있는 것으로 말하고 있다. 따라서 아유르베다가 추구하는 이상적 방향은 창조와 연관된 생명 자체 안에 본래 내재한 에너지의 모든 면을 보여주는 것이다. 이런 점에서 아유르베다(Ayurveda)는 다른 의학 체계들을 위한 모범이 된다. 뿐만 아니라 이는 생명 자체에 비견될 만큼 오래된 전통이다(Frawley David, 2007).

불확실성과 불안정성의 시대에 살고 있는 현대인들이 추구하는 삶은 신체와 정신 그리고 영혼의 건강과 균형일 것이다. 개인의 삶의 질은 소득, 학력, 성별, 직업 등과 같은 외적요인과 성격, 자아존중감, 자기효능감 등과 같은 내적요인에 영향을 받으며(Diener, Shu, Lucas, & Smith, 1999) 특히 내적요인인 성격은 기질적인 측면이 인간의 삶에 직접적인 영향을 주는 것으로 나타났다(McCare & Cota, 1991).

본 연구주제인 아유르베다(Ayurveda)는 외부의 우주를 대우주로, 사람을 소우주로 보았다. 이는 인간과 자연의 5대 요소인 바람(風, vayu), 공간(空, akasha), 물(水, jala), 불(火, tejas), 땅(地, prthivi)을 기반으로 구성된 특질에 따라 바타(vata), 피타(pita), 카파(kapha)의 세 가지 유형으로 구분하였다. 이러한 세 가지 특질은 사람의 체형과 체질로 구분하며 성격적 특질까지 설명해 주고 있다. 아유르베다를 기반으로 한 선행연구에서 아사나요법(김은옥, 2015; 이겨룡, 2017), 정화요법(김의향 외, 2018; 이주희 외, 2018), 식이요법(연주현, 2017, 2019; 안선미 외, 2020 등), 마르마요법(김현남, 2004), 마사지요법(박옥란, 2008; 김해남 외, 2006) 등은 정신적, 육체적 건강에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

아유르베다(Ayurveda)에서는 어떤 유형을 얼마큼 가지고 있느냐에 따라 달진다. 이것은 정신구성과 성격유형에 따라 인간의 본질을 파악하는 데 좀 더 세밀하다. 이처럼 인간의 생물학적 기질과 정신적·영적·정서적인 성장에 영향을 미치는 아유르베다는 다양한 분야에서 활용할 가치가 많다.

윤천성(2017)은 아유르베다 철학과 이론의 체계화를 통하여 한국인들의 성격특성을 측정할 수 있는 표준화 된 측정도구인 한국형아유르베다 심리유형을 개발하였으며, 이와 관

련 된 연구들이 이루어지고 있다. 따라서 본 연구의 목적은 5천년 역사를 가진 인도 대체의 학인 아유르베다 철학과 이론의 체계화를 통하여 윤천성(2017)에 의해 개발된 한국형아유르베다 연구동향을 파악하고자 한다.

## II. 이론적 배경

### 1. 한국형아유르베다

한국형아유르베다는 아유르베다를 기초로 윤천성 교수(2016)에 의해서 인도의 전통의학으로 5천년의 역사를 통해 체계화되었다. 아유르베다는 동양에 뿌리를 두고 있으며, 한의학의 체질과 연관성이 있다. 이런 특성은 국내 환경에 적용이 가능하며, 아유르베다를 국내 환경에 적합하도록 표준화시키고 심리적 접근을 한 것이 한국형아유르베다 심리유형이다.

이는 한국인의 문화와 정서적 특성을 고려하여 표준화되었고, ‘한국형아유르베다 심리유형검사(KAPTI : Korean Ayurveda Psychology Type Indicate)’ 활용을 통해 개개인의 타고난 기질을 이해하고 기질에 따른 심리유형을 수용함으로써 행복하고 건강한 삶을 살아가는데 도움이 된다. 또한 이 검사를 통해서 자기탐색 해 봄으로써 자기행복과 자기치유에 사용되며, 심리, 복지, 경영, 교육, 뷰티 등 다양한 분야에서 성장의 도구로 활용될 수 있다.

아유르베다에서는 인간을 하나의 소우주로 인식하여 자연을 구성하는 다섯 가지 원소인 ‘바람(風, vayu)’, ‘불(火, tejas)’, ‘공간(空, akasha)’, ‘땅(地, prthivi)’, ‘물(水, jala)’을 인간의 신체특성에 그대로 적용하였다. 이 다섯 가지 요소를 인간의 신체 특성의 관련성 보고 적용시켜 5원소의 특질에 따라 ‘바타(vata)’, ‘피타(pitta)’, ‘카파(kapha)’의 세 가지 도샤로 구분한다. 아유르베다에서는 이러한 세 가지 체질 요소는 별개의 요소가 아닌 한 사람 안에 모두 내재되어 있다고 보았으며, 그중 가장 지배적인 요소에 따라 유형을 구분한다. 5원소가 반영이 되어 개인의 신체적, 정신적, 심리적 특성으로 나타난다. 여기에서 특정 도샤가 과하거나 부족하여 균형이 무너지지 않도록 바타, 피타, 카파의 균형을 유지한다면 심리적, 신체적으로 건강한 삶을 영위할 수 있게 된다(윤천성, 2017b).

〈표 1〉 이유르베다의 다섯가지 요소의 개념과 기본 속성

요소	개념	감각기능	기본속성
공간	시각, 가능성	청각(귀)	미세한 소리, 저항과 경계없이 가볍게
바람	미세한 움직임, 변화	촉각(피부)	압박감, 한랭감, 거침, 건조함
불	지각, 창조	시각(눈)	불, 빛, 활동성, 깨끗함, 신랄함
물	정화력, 유연한 순리	미각(혀)	액체, 한랭감, 점착성, 부드러움
땅	견고함, 저항	후각(코)	고무, 무거움, 견고함, 느낌, 정지

출처: 윤천성(2017c), 한국형아유르베다 VATA 단계: 나는 어디로부터 왔는가?, 휴마인드연구원

한국형아유르베다는 개인이 자신의 심리적 특성에 대해 탐색하고 이해함으로써 성장하는데 도움이 된다. 이것은 건강한 삶을 살아가는데 있어 바타, 피타, 카파의 균형이 중요함을 강조하였다. 이러한 세 가지 체질특성은 다음과 같다.

### 1) 바타형(V, 관계형)

바타는 공간과 바람요소의 조합으로 구성되어 있으며, 산스크리트어로 ‘움직인다’, ‘냄새 맡다’라는 단어에서 파생된 것이다. 바타유형은 능동적으로 활동하고 빠르게 움직이지만 쉽게 지치며 인내심이 부족하다. 이들은 타인과 연결되려는 근원을 지니고 있으며, 호기심이 강하고 주변 상황에 대해 관심이 높다. 그리고 한자리에 머물지 않고 지속해서 이동하는 바람처럼 이동하려는 경향은 몰입을 방해하며, 번덕스럽고 산만한 경향으로 나타난다(윤천성, 2017c).

### 2) 피타형(P, 성장형)

피타는 불의 요소로 구성되어 있으며 산스크리트어로 ‘집중’ 그리고 ‘열’을 뜻하는 타프(Tap)에서 파생되었다. 피타유형은 역동적이고 열정적으로 행동하며, 자신이 믿는 것에 대해 확실한 신념을 갖고 있다. 확장하려는 근원을 지닌 피타형은 자신이 추구하는 것을 획득하기 위해 언행을 분명히 하고 열정적으로 행동하며 환경이나 상황의 압력에 굴하지 않는다. 이들은 명석하고 지적이며 예리한 기억력을 지녔으나 독선적이고 지나치게 비판적이며, 분노를 잘 표출하는 경향을 지닌다(윤천성, 2017b; 정미숙, 2014).

### 3) 카파형(K, 안정형)

카파는 물과 땅의 요소로 구성되어 있으며 산스크리트어로 포용을 의미하는 Slish이다. 정착하려는 근원을 지닌 카파형은 행동이 느리고 자제력이 높으며, 조심스럽고 잘 변하지 않으려는 성향을 갖고 있다. 이들의 특성은 긍정적으로는 높은 신뢰감, 사랑과 헌신, 정이

많고, 부정적으로는 지나치게 집착이나 욕심이 많아 탐욕스러울 수 있다(윤천성, 2017c). 또한 자기만의 공간에서 안정되는 것을 중요시하며, 타인에게 보호 받는 것으로 만족하는 의존적 모습을 보이고, 타인이 자신에 대한 과대망상으로 사로잡히고 추상적 사고로 새로운 환경에 수동적으로 반응한다(윤천성, 2017a).

### Ⅲ. 연구방법

#### 1. 연구설계 및 자료수집방법

본 연구를 하기 위한 연구 대상 선정을 위해 논문정보를 제공하는 RISS와 Google Scholar에서 제목의 키워드 ‘한국형아유르베다’를 검색하였다. RISS에서 검색한 결과 17편의 학술논문과 6편의 학위논문이 검색되었다. 이중에서 중복된 학술논문1편과 한국형아유르베다에 관한 직접적인 연구가 아닌 박사학위논문1편을 제외하여 21편의 논문과 Google Scholar에서 제목의 키워드 ‘한국형아유르베다’를 검색하여 RISS에서 검색되지 않은 학술지논문 2편을 추가하여 총23편의 논문을 분석대상으로 선정하였다.

#### 2. 분류기준

##### 1) 연구목적별 분류

본 연구에서는 연구목적에 따라 탐색연구, 기술연구, 설명연구로 분류하여 그 빈도를 기록하였다. 연구목적에 따른 동향분석 중 탐색적 연구는 선행논문이나 문헌 고찰을 통해서 이루어진 연구를 지칭한다. 그리고 기술적 연구는 어느 한 시점에서 측정 또는 조사하거나 설문문항의 신뢰성 및 타당성 검사 결과를 서술하거나 두 변수 간의 상호관계를 서술한 경우이다. 설명적 연구는 전, 후의 관계 시점에서 한 변수가 다른 변수에 미치는 인과관계를 시험 등을 통하여 설명하는 경우이다.

##### 2) 연구방법별 분류

본 연구에서는 김영례(2021)의 「국내 아유르베다 연구에 관한 논문 동향 분석」에서 분류한 기준을 적용하여 연구방법에 따라 문헌연구, 양적연구, 질적 연구, 혼합연구로 분류하였으며, 그 빈도수를 기록하였다.

### 3) 연구주제별 분류기준

선행연구인 김미선(2008)의 「국내 에니어그램에 관한 동향분석」을 참고하여 한국형아유르베다의 이론적 접근과 실천적 접근을 대분류로 하고, 연구주제에 따라 중분류로 구분하였다.

### 3. 자료분석방법

수집된 자료들은 연구목적별, 연구방법별, 연구주제별로 각 문항의 빈도수를 실수와 백분율로 제시하였다.

## IV. 연구결과

분석을 위한 자료의 처리는 빈도, 백분율을 사용하였고, 연구의 분석대상 논문은 총23편이며, 박사학위논문4편, 석사학위논문1편, 학회지논문18편으로 학회지논문의 비중이 높았다.

### 1) 연구목적별 분류

본 연구를 위해 선정된 논문의 연구목적별 분석결과는 <표 1>와 같다. 연구목적별로 살펴보면, 기술연구가 10편(43.5%), 탐색연구가 7편(30.4%), 설명연구가 6편(26.1%)으로 기술연구가 가장 많은 비중을 차지하였다.

<표 2> 연구목적별 분류

목적구분	계
탐색연구	7(30.4%)
기술연구	10(43.5%)
설명연구	6(26.1%)
계	23(100%)

### 2) 연구방법별 분류

본 연구를 위해 선정된 논문을 연구방법별로 분석해보면, 분석결과는 <표 2>와 같다. 조사연구가 13편(57%)으로 1순위이고, 문헌연구가 4편(17%)으로 2순위, 다음 순위로 질적연구와 혼합연구가 각 3편(13%)이다.

&lt;표 3&gt; 연구방법별 분류

방법구분	계
문헌연구	4(17%)
양적연구(조사연구)	13(57%)
질적연구	3(13%)
혼합연구	3(13%)
계	23(100%)

### 3) 연구내용(주제)별 분류

연구내용별로는 크게 이론적 접근, 실천적 접근으로 나누었다.

한국형 아유르베다 연구의 주제를 살펴본 결과, 유사한 선행연구들을 살펴본 결과 에니어그램의 연구동향을 분석한 김미선(2008)의 연구 분류기준이 아유르베다 동향을 분석하는데 있어 충분히 적용가능 하다는 판단에 이를 토대로 아유르베다의 선행연구를 분석하였다. 아유르베다의 선행연구들을 살펴본 결과 한국형아유르베다 심리유형에 대한 탐색과 고찰을 주로 하는 이론적 접근과 한국형아유르베다의 효과성을 검증하거나 활용하기 위한 연구인 실천적 접근으로 구분하였다.

본 연구를 위해 선정된 논문을 연구주제별로 분석해보면, 분석결과는 <표 3>와 같다.

&lt;표 4&gt; 연구주제별 분류

대분류	중분류	연구주제
이론적 접근 (7)	한국형아유르베다 이해(5)	사상체질의 이론적 고찰(1), 바디오일관리 프로그램(1), 경영자사례분석(1), 두피관리(1), 식이요법(1),
	한국형아유르베다 분석(2)	타당성연구(1), 표준화연구(1)
실천적 접근(16) (효과 및 활용)	건강과 미용(4)	우울 및 스트레스(1), 체질(3),
	상담 및 심리(5)	상담사례(2), 양육태도(1), 삶의 만족도(1), 참여동기(1),
	사회성 및 대인관계(2)	진정성리더십(1), 셀프리더십(1)
	프로그램(5)	피타형 복부관리프로그램개발(1), 체질유형에 따른 복부 관리프로그램개발(1), 카파형 치유프로그램개발(1), 교육프로그램만족도(1), 뷰티요가 프로그램만족도(1)

연구내용에 따른 분석을 살펴보면, 실천적 접근이 16건(70%)으로 가장 많은 비중을 차지하였으며, 이론적 접근이 7건(30%)을 차지하였다. 이론적 접근에 비해 실천적 접근이 많이 이루어 졌고, 본 연구를 위해 선정된 학술지18건 중에서 11건과 박사논문4건과 석사논문1건도 모두 실천적 접근에 해당되었다. 윤천성(2017)에 의해 ‘한국형아유르베다 심리유형척도(KAPTI)타당성 연구’를 시작으로 한국형아유르베다의 활용을 위해 실천적 접근이 많아진

것으로 사료된다. 좀 더 구체적으로 살펴보면, 이론적 접근으로 한국형아유르베다의 이해영역이 5건(21.73%), 한국형아유르베다의 분석영역은 2건(8.69%)이 연구되었으며, 실천적 접근으로 상담 및 심리영역과 프로그램영역 각 5건(21.73%), 건강과 미용 4건(17.39%), 사회성 및 대인관계 2건(8.69%)순으로 연구되었다.

## V. 결론 및 제언

아유르베다는 1997년 한의학 박사학위 논문을 효시로 국내에서 많은 연구가 이루어지고 있으나 윤천성(2017)에 의해 국내 환경 특성에 적합하게 표준화시키고 심리적으로 접근한 한국형아유르베다 심리유형 척도가 개발되었다.

본 연구는 한국형아유르베다 연구에 관한 동향분석을 통해 어떤 분야에서 연구되고 활용되는지 살펴보고, 한국형아유르베다 연구의 발전과 방향성을 제시하고자 한다. 본 연구결과를 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 분석대상 논문은 총23편이며, 박사학위논문4편, 석사학위논문1편, 학회지논문18편으로 학회지논문의 비중이 높았다. 시기별로 살펴보면, 2017년 학술지 2건, 2018년 학술지 5건, 2019년 학술지 2건과 박사논문 1건, 2020년 학술지 9건과 박사논문 3건, 석사논문 1건으로 2020년에는 연구가 활발하게 이루어졌다. 이러한 연구결과로 볼 때, 향후 한국형아유르베다 연구의 양적·질적 성장의 가능성이 충분한 것으로 판단된다.

둘째, 연구목적에 따른 분석결과를 살펴보면, 기술연구가 10편(43.5%), 탐색연구가 7편(30.4%), 설명연구가 6편(26.1%) 순으로 나타났으며, 기술연구가 가장 많은 비중을 차지하였다.

셋째, 연구방법에 따른 분석결과를 살펴보면, 조사연구가 13편(57%), 문헌연구가 4편(17%), 질적연구와 혼합연구가 각 3편(13%) 순으로 나타났으며, 향후 좀 더 활발한 질적연구와 혼합연구가 요구된다.

넷째, 한국형아유르베다 연구내용에 따른 분석결과를 살펴보면, 실천적 접근이 16건(70%), 이론적 접근이 7건(30%)을 차지하였다. 이론적 접근에 비해 실천적 접근이 많이 이루어졌고, 본 연구를 위해 선정된 학술지 18건 중 11건과 학위논문 5건 모두 실천적 접근에 해당되었다. 이는 윤천성(2017)에 의해 ‘한국형아유르베다 심리유형척도(KAPTI) 타당성 연구’를 시작으로 한국형아유르베다의 활용을 위해 실천적 접근이 많아진 것으로 사료된다. 좀 더 구체적으로 살펴보면, 이론적 접근으로 한국형아유르베다의 이해영역이 5건(21.73%), 한국형아유르베다의 분석영역은 2건(8.69%)이 연구되었으며, 실천적 접근으로 상담 및 심리영역과 프로그램영역 각 5건(21.73%), 건강과 미용 4건(17.39%), 사회성 및 대인관계 2건(8.69%)순으로 연구되었다.



이와 같은 연구결과를 토대로 한국형아유르베다에 관한 연구동향의 흐름을 파악함으로써 연구의 방향성을 제시하고자 한다. 첫째, 한국형아유르베다 심리유형 척도가 개발된 지 5년이 채 되지 않았으나 다양한 연구주제로 이론적 접근과 실천적 접근이 이루어졌다. 향후에는 교육, 경영, 복지, 심리, 뷰티 등 다양한 연구 분야로 확대할 필요성이 있다. 둘째, 연구방법에 따라 양적연구인 조사연구가 주로 이루어지고 있으나 한국형아유르베다 활성화를 위해서 사회복지현장, 교육현장, 상담현장, 의료현장, 뷰티산업현장 등에서 쉽게 적용할 수 있는 다양한 프로그램 개발이 요구된다. 또한 향후에는 한국형아유르베다를 활용한 다양한 프로그램의 효과성에 관한 실험연구가 진행될 것으로 사료된다.

본 논문은 학술정보사이트(RISS)와 Google Scholar에서 제목의 키워드 ‘한국형아유르베다’를 검색하고, 관련논문을 연구대상으로 선정하는 과정에서 등록되지 않은 논문이 누락될 수 있다는 한계가 있다. 윤천성(2016)에 의해 한국인들의 성격특성을 측정할 수 있는 표준화 된 측정도구인 한국형아유르베다 심리유형이 개발된 이후 다양한 연구가 진행되었고, 한국형아유르베다 연구에 관한 동향분석을 최초로 시도하였다는데 의의가 있다.

본 연구결과를 토대로 향후 한국형아유르베다 연구의 양적·질적인 성장을 기대해본다.

## 참고문헌

- 강화진(2019). 피부미용실 종사자의 한국형아유르베다 심리유형과 조직성과 관계에서 진정성리더십 매개효과 연구, 박사학위논문, 서울벤처대학원대학교.
- 강화진·윤천성(2018a). 한국형아유르베다 기본심리유형에 따른 체질에 관한 연구. 인문사회 21. 9(5). 아시아문화학술원. 11-26.
- 강화진·윤천성(2018b). 한국형아유르베다 7유형에 따른 체질에 관한 연구. 뷰티산업연구. 12(2). 한국뷰티산업학회. 63-81.
- 김지은·윤천성(2020). 한국형아유르베다 기본심리유형과 부모양육태도 상관관계 연구. 인문사회 21. 11(6). 사)아시아문화학술원. 3241-3253.
- 김미선(2008). 국내에니어그램 연구에 관한 동향분석. 숙명여자대학교 아동연구. 21(1). 숙명여자대학교 아동연구센터. 1-20.
- 김엘리사벳(2020). 뷰티힐링센터 이용자의 한국형아유르베다 심리유형과 삶의 만족도와 참여동기의 관계에서 셀프리더십 매개효과 연구, 박사학위논문, 서울벤처대학원대학교.
- 김엘리사벳·윤천성(2020a). 뷰티힐링센터 이용자의 한국형아유르베다 심리유형과 삶의 만족도 관계에 관한 연구. 인문사회 21. 11(5). 아시아문화학술원. 85-97.
- 김엘리사벳·윤천성(2020b). 뷰티힐링센터 이용자의 한국형아유르베다 심리유형과 참여동기 관계 연구. 뷰티산업연구. 14(2). 한국뷰티산업학회. 39-52.
- 김영규·윤천성(2016). 국내 아유르베다 연구에 관한 석·박사 학위논문 동향분석. 평생교육리더십연구. 3(2). 한국평생교육리더십학회. 5-24.
- 김영례(2021). 국내 아유르베다 연구에 관한 논문 동향 분석. 학습자중심교과교육연구. 21(11). 학습자중심교과교육학회. 607-624.
- 김은옥(2015). 요가를 품은 아유르베다: 심신의 건강을 통해 영적 자유를 추구하다. 요가학저널. 3(1). 원광대학교 요가학연구소. 35-64.
- 김의향·유은주·윤천성(2018). 아유르베다 체질별 오일 사용에 관한 탐색적 연구. 뷰티산업연구. 12(1). 한국뷰티산업학회. 51-72.
- 김지은·윤천성(2020). 한국형아유르베다 심리유형을 통한 경영자 사례 분석 연구. 평생교육리더십연구. 7(1). 한국평생교육리더십학회. 5-19.
- 김지은·윤천성(2020). 한국형아유르베다 기본심리유형과 부모양육태도 상관관계 연구. 인문사회 21. 11(6). 사)아시아문화학술원. 3241-3524.
- 김해남·엄성희·김봉남(2006). 아유르베다 피부·체형 프로그램 개발. 한국피부향장학회지. 1(1). 한국피부미용향장학회. 7-22.
- 김현남(2004). 아유르베다 마사지와 마르마요법에 관한 연구. 한국뷰티아트학회지. 2(1). 한국뷰티학회. 109-126.

- 박옥란(2008). 차크라 마사지가 직장여성의 스트레스 및 뇌기능에 미치는 영향. 한국미용향장학회지. 3(4). 한국피부미용향장학회. 103-115.
- 서혜린·윤천성(2020). 한국형아유르베다를 활용한 두피관리에 관한 탐색적 연구. 뷰티산업연구. 14(1). 한국뷰티산업학회. 35-49.
- 안선미·강혜진·김미영(2020). 한국형아유르베다 기본심리유형과 식이요법 관계에 관한 탐색적 연구. 뷰티산업연구. 14(1). 한국뷰티산업학회. 23-34.
- 연주현(2017). 아유르베다 식이요법이 불안장애에 미치는 영향. 아유르베다 융합 연구. 5. 한국아유르베다학회. 69-81.
- 연주현(2019). 아유르베다 체질별 식이요법과 생리적 변화 관계 연구. 아유르베다 융합 연구. 7. 한국아유르베다학회. 20-33.
- 유승희(2020). 한국형아유르베다 심리유형에 따른 뷰티요가 프로그램 만족도 연구, 석사학위논문, 서울벤처대학원대학교.
- 윤천성(2017b). 한국형아유르베다 심리유형척도(KAPTI) 타당성 연구. 평생교육리더십연구. 4(1). 한국평생교육리더십학회. 5-23.
- 윤천성(2017c). 한국형아유르베다 VATA 단계: 나는 어디로부터 왔는가?. 휴마인드연구원.
- 윤천성(2017d). 한국형아유르베다 심리유형검사(Korean Ayurveda Psychology Type Indicator). 휴마인드연구원.
- 윤천성(2018a). 한국형아유르베다 심리유형검사(KAPTI) 표준화 연구. 평생교육리더십연구. 5(1). 한국평생교육리더십학회. 5-29.
- 윤천성(2018b). 한국형아유르베다 PITTA단계 교재: 나는 어떻게 성장하고 있는가?. 휴마인드연구원.
- 윤천성, 김영규(2020). 한국형아유르베다 심리유형 교육프로그램 만족도 연구. 평생교육리더십연구. 7(1). 한국평생교육리더십학회. 21-35.
- 이거룡(2017). 아유르베다에 의거한 요가 아사나(asana) 수련의 마음치유원리. 印度哲學. 51. 인도철학회. 5-38.
- 이여주(2020). 한국형아유르베다 심리유형에 따른 카파형 치유프로그램 개발연구, 박사학위논문, 서울벤처대학원대학교.
- 이여주·윤천성(2018a). 뷰티전공 대학생의 한국형아유르베다 심리유형에 따른 우울 및 스트레스 관계 연구. 인문사회 21. 9(6). 아시아문화학술원. 923-938.
- 이여주·윤천성(2018b). 한국형아유르베다 7유형과 체질의 관계 연구: 뷰티전공 대학생을 대상으로. 뷰티산업연구. 12(2). 한국뷰티산업학회. 45-61.
- 이주희·양재찬·김보애(2018). 오일풀링(Oil pulling) 요법의 유효성 검증방법에 관한 연구-식물성 오일 2종의 미생물 시험. 문화와 융합. 40(8). 한국문화융합학회. 926-946.
- 이홍숙(2017). 한국형아유르베다 심리유형 검사를 통한 상담사례연구. 평생교육리더십연구. 4(2). 한국평생교육리더십학회. 27-54.

- 이흥숙(2019). 학교부적응 가족을 위한 한국형아유르베다 심리유형 검사를 활용한 상담사례연구. *평생교육리더십연구*, 6(1). 한국평생교육리더십학회, 27-53.
- 전미정(2020). 한국형아유르베다 체질유형(KACT)에 따른 복부관리 프로그램 개발 연구, 박사학위논문, 서울벤처대학원대학교.
- 전미정 · 윤천성(2019). 한국형아유르베다 체질유형(KACT)에 따른 바디오일 관리 프로그램에 관한 탐색적 연구. *뷰티산업연구*, 13(2). 한국뷰티산업학회, 41-57.
- 전미정 · 윤천성(2020). 한국형아유르베다 피타형 복부관리 프로그램 개발 연구. *뷰티산업연구*, 14(1). 한국뷰티산업학회, 83-99.
- 최춘이 · 곽용기 · 윤천성(2020). 한국형아유르베다 심리유형과 사상체질의 이론적 고찰연구. *평생교육리더십연구*, 7(2). 한국평생교육리더십학회, 83-95.
- 정미숙(2014). 아유르베다의 체질별 식이요법을 통한 몸과 마음의 변형. *인도연구*, 19(1). 한국인도학회, 139-173.
- Diener, E., Shu, E., Lucas, R. E., & Smith, H. L.(1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Fawley, D.(2007). 요가와 아유르베다 [Yaga & Ayurveda]. 김병채, 정미숙 역. 창원: 슈크리슈나다스 아쉬람.
- 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.

## ABSTRACT

### Study on the analysis of research trends on the Korean Ayurveda

Kim Mi-Seon\*

\*Professor, Department of Social Welfare, Bucheon University

(E-mail: kms9642@bc.ac.kr)

This study was conducted to find out the current situation and trends of Korean Ayurveda research through an analysis of the Korean Ayurveda study. To this end, 23 of the 25 papers searched on the academic information site RISS(Research Information Sharing Service) and Google Scholar were analyzed, excluding one duplicated academic journal and one doctoral dissertation which is not a direct study by Korean Ayurveda.

This study examines what areas are studied and utilized through the analysis of research trends on the Korean Ayurveda, and suggests the development and direction of Korean Ayurveda research.

According to the analysis of papers related to this research topic, a total of 23 papers were analyzed, with 4 doctoral dissertation, 1 master dissertation, and 18 academic journals. Second, according to the research purpose, description research, exploratory research, and explanatory research followed, and description research accounted for the largest portion. Third, according to the research method, the proportion of investigation research was the highest, and fourth, 70% of research was conducted on practical approaches, followed by 5 counseling and psychological area and program area (21.73%), 4 health and beauty (17.39%), 2 sociality and interpersonal relationships (8.69%).

Based on the above research results, first, there is a need to expand to various research fields such as Education, Management, Welfare, Psychology, and Beauty in the future. Second, according to the research method, mainly are conducted investigation research among quantitative researches, but various programs that can be easily applied to social welfare field, education field, counseling field, medical field, and beauty industry field are required to revitalize Korean Ayurveda. In addition, experimental studies on the

effectiveness of various programs using Korean Ayurveda are expected to be conducted in the future.

This study is meaningful that after the development of the Korean Ayurveda Psychology Type Indicator(KAPTI), a standardized measuring tool that can measure the characteristics of Koreans, by Chun-Sung Youn(2016), the first attempt was made to analyze trends in the Korean Ayurveda study.

**Keywords :** Korean Ayurveda, Korean Ayurveda Psychology Type Indicator(KAPTI),  
Research trends