

한국형아유르베다 심리유형을 활용한 치유정원디자인 방안 연구

이선화* · 윤천성**

초 록

본 연구는 한국형아유르베다 심리유형을 활용한 치유정원디자인 방안 연구를 하였으며 이는 한국형아유르베다의 기본심리유형 교육프로그램의 이론적인 고찰 연구로 접근하였고 치유정원과 정원교육체험 논문 및 문헌을 연구하고 분석하였다.

연구결과 바타형은 치유의 감정적 반응은 교감이며, 커뮤니케이션 치유의 회복환경은 일상으로부터의 ‘벗어남’, 미학적인 즐거움을 주는 ‘매혹감’으로 사료된다. 쾌적성, 커뮤니케이션의 치유경험이 필요할 것으로 사료되어 ‘심미성’과 ‘실용성’을 염두하고 치유정원디자인이 되어야 한다. 피타형은 치유의 감정적 반응은 몰입과 확장으로 보이며 회복환경은 물리적 심리적 ‘넓이감’으로 정원을 좀 더 실용인 공간으로 확장하여 디자인 해야 될 것으로 보인다. 카파형은 치유의 감정적 반응이 이해이며 사색을 즐겨하는 성향으로 보아 프라이버시가 중시되는 공간을 선호할 것으로 예측된다. 회복환경은 개인이 하고자하는 활동과 환경의 ‘적합성’이 우선으로 고려되어야 한다. 또한 정원의 ‘심미성’ 측면을 적극 활용하여 치유정원디자인이 되어야 할 것으로 사료된다.

본 연구는 한국형아유르베다 심리유형을 활용한 치유정원디자인 방안에 대한 의의를 제안하였으며 향후 연구로 한국형아유르베다 기본심리유형별 치유정원디자인교육의 학습동기에 대하여 연구할 필요성이 있겠다.

주제어 : 한국형아유르베다, 심리유형, 치유정원, 공간디자인

* 서울벤처대학원대학교 HRD리더십전공 박사과정(주저자) (E-mail: fmsilee90@hanmail.net)

** 서울벤처대학원대학교 HRD리더십전공 교수(교신저자) (E-mail: staryoun@hanmail.net)

투고일: 2021년 11월 23일, 수정일: 2021년 12월 2일, 게재확정일: 2021년 12월 9일

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

현대사회는 과거 산업화 이후 빠른 통신 발달과 고도화된 인공지능 기술 산업화로 진입하게 되었고, 최근에 발생한 COVID-19로 인하여 건강, 행복, 치유와 일상의 회복이라는 키워드가 부각되고 있다고 해도 과언이 아니다. 이와 같은 외부적 환경으로 인해서 실내외의 한시적 공간 내에서 다양한 사람들과 교감 없이 생활을 할 수 밖에 없는 실정이다.

고도로 발달된 과학 산업기술은 인간 삶의 질적 향상을 꾸준히 가져왔음에도 불구하고 과도한 업무와 사회적인 인간관계로 인한 지나친 스트레스는 현대인의 몸과 마음에 상처를 주어 여유 없이 살아가게 하고 있는 것이 현실이다. 이는 신체적인 것뿐만 아니라 정서적인 부분에도 영향을 주어 불안증상, 심리적 고통, 사회부적응 등 어려움을 초래하고 있다. 심리적이고 정신적인 혼란과 장애로 모든 활동에서 자신의 능력을 제대로 발휘해 보지도 못함으로써 부적응을 나타나게 된다.(권석만, 2014)

인도의 전통의학인 아유르베다를 자연의학으로 사용함으로써 신체적, 정신적인 효과면에서 탁월한 것으로 널리 알려지고 있으며 한국형아유르베다 기본심리유형을 기반으로 한 다양한 융복합 연구가 진행되고 있다.(윤천성, 2017)

또한 사회·환경적 변화로 인해 자연환경에 대한 많은 관심과 연구가 진행되고 있는데 이러한 사회·환경에서 우리 인간이 심리적 안정과 정서적 감정 조절을 위해 꽃, 식물과 정원을 가꾸고 체험하며 학습하는 것으로 심리적 장애 발생을 최소화하거나 심리적 장애를 겪는 사람들에게 치료 또는 치유적 효과를 얻을 수 있다.

자느 브누아 메샹(JaquesBenoit-Méchin)에 의하면 정원은 ‘자연 자체의 요소를 사용하여 행복한 개념을 보이고자 하는 희망’이 표현된 공간이며, 정원을 만드는 행위는 인간의 삶의 근원적인 욕망과 연결되어 있다고 한다. 정원을 공간디자인의 한 요소로 보고 치유경험을 수반하는 정원디자인을 시도한 연구는 정원환경이 치유경험의 이해도를 높일 수 있다고 하였다.(권소영, 2015)

힐링정원 문화를 통한 녹색디자인 체험학습 효과가 청소년들의 스트레스, 학업향상, 자존감 상승에 매우 큰 효과를 가져왔으며, 지속적인 생태체험교육을 통해 녹색복지의 인식을 확산시키고 청소년들의 삶의 질 향상을 위한 프로그램들이 연구가 진행되고 있다.(박미옥, 2019) 꽃, 식물과 정원을 가꾸고 체험하며 학습하는 것은 우리 인간의 신체적 정서적 변화에 크게 관여하여 영향을 미칠 수 있다.

따라서 본 연구는 한국형아유르베다 심리유형을 활용한 이론적 고찰을 통해 치유정원디자인 방안을 연구하는데 그 목적이 있다.

II. 연구방법

본 연구를 하기 위해서 한국형아유르베다 기본심리유형과 치유정원디자인 관련 교재와 논문을 2002년부터 2021년 12월까지 연구가 된 것을 국회도서관과 RISS에서 키워드 검색을 통하여 조사하였으며, 한국형아유르베다 심리유형을 활용한 치유정원디자인 방안 연구를 위해 이론적 고찰 및 분석을 하였다.

III. 이론적 배경

1. 아유르베다

아유르베다(Ayurveda)는 5천년의 역사를 통해 체계화된 인도의 전통의학으로서 ‘아유(ayur)’는 생명, 삶의 의미이고, ‘베다(veda)’는 지식 또는 지혜, 과학의 의미가 합쳐져 삶의 지혜, 생활의 과학을 뜻한다.

아유르베다가 추구하는 근본적인 목적은 인간의 우주의 근원과 맞닿아 있기 때문에 육체에 갇힌 제한적 존재가 아니며, 진정한 행복과 자유는 자신의 참된 자아를 이해하고 깨닫는 과정에서 시작된다고 한다.

아유르베다의 본질의 추구 목적을 바탕으로 윤천성 교수는 한국형아유르베다 교육훈련체계를 설계하였으며 단계적 설계는 태동을 시작으로 성장, 안착, 성숙을 통해 최종 우주와 자아의 일치를 이루는 균형단계로 구성하였다.(윤천성, 2016)

또한 한국형아유르베다 교육훈련의 목적을 이루기 위해 한국형아유르베다 심리유형 단계별 교육과정을 설계하여 개발하였다.

아유르베다는 인간을 하나의 작은 우주로 인식하고 있으며, 자연의 기본 원소인 공간, 바람, 불, 물, 땅의 다섯 가지원소(5원소)를 인간의 신체에 적용하였다.

아유르베다의 다섯가지 요소의 개념과 기본 속성은 <표 1>과 같다.

<표 1> 아유르베다의 다섯가지 요소의 개념과 기본 속성

| 요소 | 개념 | 감각기능(감각기) | 기본속성 |
|----|-------------|-----------|----------------------|
| 공간 | 연결, 자기표현 | 청각(귀) | 미세한 소리, 저항과 경계없이 가볍게 |
| 바람 | 미세한 움직임, 변화 | 촉각(피부) | 압박감, 한랭감, 거침, 건조함 |
| 불 | 빛, 지각과 이동 | 시각(눈) | 불, 빛, 활동성, 깨끗함, 신랄함 |
| 물 | 유동성, 삶 | 미각(혀) | 액체, 한랭감, 점착성, 부드러움 |
| 땅 | 견고함, 저항 | 후각(코) | 고무, 무거움, 견고함, 느낌, 정지 |

*출처: 박종훈(1997), 고대 인도의학(AYURVEDA)의 형성과 체계; 연구자 재구성

2. 한국형아유르베다 기본심리유형

5원소의 조합에 따라 공간과 바람의 조합인 바타(Vata), 불과 물의 조합인 피타(Pitta), 물과 땅의 조합인 카파(Kapha)의 세도샤로 표현한다. 세 도샤중 바타(Vata)는 미세한 움직임과 변화 등과 관련성이 있으며, 피타(Pitta)는 지각과 역동성, 카파(Kapha)는 견고함과 안전성에 관련성이 있다(윤천성, 2017).

기본심리유형의 의미는 스트레스가 없고 안정을 유지할 때 가장 큰 에너지 유형으로 표현되는 개인의 심리적인 특성이며, 이는 태도에 영향을 주고 행동으로 나타난다. 이 세가지는 인체의 기능 체계로서 작용을 하는데, 바타(Vata)는 체내의 모든 이동(이화작용)을, 피타(Pitta)는 모든 변형(변화작용)을, 그리고 카파(Kapha)는 모든 포용(동화작용)을 주관한다.

1) 바타형(V, 관계형)

바타형(V, 관계형)은 공간과 바람요소의 조합으로 공간 내에서 순환되는 바람의 움직임이 바타형의 심리적 특성을 표현하고 있다고 하며, 한자리에 머물러있지 않고 지속적으로 이동하는 바람처럼 지속적으로 이동하려는 경향을 지닌다. 또한 호기심이 높고, 주변 상황에 대한 관심이 크다. 연결하고자 하는 근원을 지녀서 활력이 있고, 활발하며 폭 넓은 인간관계를 형성하게 된다. 높은 적응력을 가지고 빠르게 이해하고 상황판단을 잘 하지만 기억력이 불규칙하고 인내심이 부족하며, 변덕스럽고 산만한 경향을 지닌다고 볼 수 있다.(윤천성, 2017)

바타형의 상징은 달로 비유 할 수 있는데, 달이 지닌 정서적 느낌과 무의식적인 반응을 교감, 어머니와 같은 친밀감으로 표현된다. 에너지가 긍정적으로 표현될 때, 내적 만족, 유연성, 포용력, 타인이 정서에 대한 긍정적으로 반응하지만, 부정적으로 표현될 때는 과도하게 민감한 부분을 보이며, 불안, 초저, 억제된 느낌, 심리적 동요를 불러일으킨다.

2) 피타형(P, 성장형)

피타형(P, 성장형)은 불의 요소로 구성되어 있다. 열정, 뜨거움, 강력한 확장성을 지닌 불의 심리적 특성을 잘 표현하고 있다. 자기와 대상을 확장하려는 근원을 지니며, 역동적인 에너지로 표출된다. 역동적이며 화력이 있고 강한 확장성을 지닌 불의 특성은 흥분과 열정이 가미되어 생동감 넘치는 활력을 지녀 분위기를 밝고 화사하게 만든다. 자신이 믿는 것에 대한 확고한 신념을 지니고 주도적으로 행동한다. 자신이 추구하는 것을 달성하기 위해 열정적으로 임하며, 언행을 분명히 하고 상황이나 환경의 압력에 굴하지 않는다. 논쟁하는 것을 즐기는 피타형은 지적이며, 명민하고 논리적이고 날카로운 기억력을 지녔지만, 지나치게 비판적이며 직선적인 언어를 사용하는 한편, 독선적으로 화를 잘 내는 경향을 지닌다. 해에 비유되는 생명에너지, 활기, 의지력, 자아인식, 아버지, 권위자 등의 표상의 상징이다.

이러한 에너지가 긍정적으로 표현될 때는 관대함, 활기반사, 자신감, 창조적인 자기표현을 하지만, 부정적으로 표현될 때는 교만, 오만함, 자기과시, 특별한 존재가 되려는 갈망을 갖게 되기도 한다.(윤천성, 2017)

3) 카파형(K, 안정형)

카파형(K, 안정형)은 물과 땅 요소의 조합으로 구성되어 있다. 이들은 대상에서 자기의 영역에 정착하려는 근원을 지니고 있으며 사색적 에너지로 표출된다. 카파형의 심리적 특성은 물과 땅의 성질과 관련성을 지닌다. 물은 점착성과 고요함은 사람들이 알아차리지 못하는 미세한 느낌을 이해하고 깊은 정서 차원의 반응영역에 담당한다. 충동적인 정열, 알 수 없이 엄습하는 두려움, 느낌에 따라 무차별적인 수용 등이 물의 속성에 해당한다. 물의 속성은 사람들로 하여금 내면의 갈망을 실현하고자 하는 본능적 욕구를 갖게 하며, 땅의 속성은 감각과 현실성에 의지하도록 한다. 정착하려는 근원을 지닌 이들은 느긋하고 높은 자제력을 지녀, 조심스럽고 사려 깊으며 잘 변하지 않으려는 성향을 지닌다. 사람에 대해 높은 신뢰감을 갖고, 사랑과 헌신을 다하며 잘 변하지 않지만 대상에 대해 지나치게 집착하거나 욕심이 많은 경향을 지닌다. 이들은 무기력해 질 수 있으며, 상황을 판단하거나 명확히 이해하는데 시간이 필요하지만 한번 기억한 것은 잘 잊어버리지 않는다. 늘 같은 자리에서 안정적이며 고요히 빛을 밝혀 여행객에게 지침이 되는 별에 비유할 수 있다. 카파형의 에너지가 긍정적으로 표현될 때는 정이 많고 인내심이 강하며, 안정감이 있지만, 부정적으로 표현될 때는 잘 드러내려하지 않고, 무기력감을 표현할 수 있다.(윤천성, 2017)

3. 치유정원디자인

1) 치유환경

재해, 전쟁과 질병 같은 스트레스로 인해서 인간은 강력한 트라우마를 경험하게 되며 이러한 정신적 외상은 자율성, 주도성, 능력, 정체성, 친밀감과 관련된 새로운 경험을 하도록 하게 하며 건강한 삶을 위협하게 한다. 이러한 스트레스나 정신적 외상이 심해지는 경우 개인의 삶은 정신적으로 고통을 줄 뿐만이 아니라 신체적인 건강에도 문제를 초래 할 수 있다. 그러므로 치유가 필요한 이유는 건강한 삶의 영유, 과도한 스트레스 해소, 긍정적인 소통을 하기 위함이다.

인간의 감성적, 정서적, 심리적 불안정상태를 근본적인 의학적 치료로 해결하는 것 이외에 다른 방법을 통한 치유의 필요성이 대두되고 있다. 물론 정신분석학이나 심리학 등의 분야에서 다루어지는 인간 내면의 연구와 근본적이 상처 치유 등을 목적으로 한 연구들은 지속적으로 행해지고 있다. 그러나 아직 연구와 활용은 의학적 치료를 우선시하여 행해지고 있는

실정이며, 우울증, 불안과 같은 무형의 스트레스에 관한 사회적 관심과 지원이 미흡한 실정이다. 그래서 치유의 개념에 세분화된 이론적 고찰을 통해서 개인의 문제와 성향에 맞게 선택하고 실행할 수 있어야 한다.

인간은 소진된 정신적 에너지를 보충하기 위해서는 의도적 주의를 적게 요구하는 환경이 필요하다. 이러한 환경을 ‘회복환경(restorative environments)’이라고 한다. 따라서 회복환경은 일상으로부터의 ‘벗어남’, 물리적 심리적 ‘넓이감’, 미학적인 즐거움을 주는 ‘매혹감’, 개인이 하고자하는 활동과 환경의 ‘적합성’ 필요하다.(이승훈, 2003) 이러한 학자들의 제안을 통해 건강한 삶을 영위하기 위해서는 환경적 요인과 심리적, 정서적 교감이 함께 고려되어야 한다.

<표 2> 치유환경의 구성요소에 관한 선행연구

| 연구자 | 구분 | 내용 |
|-------------------|---------------------|---|
| Tain Malkin(1992) | 치유환경에 영향을 미치는 디자인요소 | 온도, 소음, 환기, 프라이버시, 빛, 커뮤니케이션, 색상 및 질감, 자연경관 |
| Moonz(2002) | 치유환경에 영향을 주는 요소 | 프라이버시, 영역성, 통제가능성, 방향성 사회적 접촉 |
| 최광식 외(2002) | 치유환경적 디자인요소 | 인간의 요구(조절성), 공간적 요소(물리적 환경), 행위적 요소(상호작용) |
| 황연숙 외(2006) | 치유환경의 지각환경요소 | 쾌적성, 프라이버시, 커뮤니케이션, 거주성, 자연친화성 |
| 박승환 외(2007) | 치유환경의 범주와 항목 | 환경지각-인지적 관점, 물리적 환경의 구조적 관점, 커뮤니케이션적 관점 |
| 박영주(2010) | 치유와 디자인과의 관계성 | 색상, 선, 질감, 형태, 여백 |
| 이재규(2010) | 치유환경의 지각환경요소 | 빛, 색채, 질감, 물, 식물(자연) |

*출처: 박수경외 (2011), 치유적 환경을 위한 공간디자인 연구경향에 관한 연구

2) 치유정원

정원의 정의를 살펴보면 인간이 창조해 낸 각종 유형의 공간에 생명력을 가진 각종 생물과 무생물 소재를 중심으로 디자인의 요소와 원리를 적용하여 보다 기능적이고 경제적으로 아름다운 공간을 창조하여 질 높은 생활을 영위할 수 있도록 하는 종합적인 예술 활동을 말한다.

자느 브누아 메상(Jaques Benoit-Méchin)에 의하면 정원은 ‘자연 자체의 요소를 사용하여 행복한 개념을 보이게 하는 희망’이 표현된 공간이며, 정원을 만드는 행위는 인간의 삶의 근원적인 욕망과 연결되어 있다고 한다. (자크 브누아 메상, 이봉재, 2005)

정원 문화 연구자인 마크 프랜시스와 헤스터는 정원이 가지는 의미를 ‘신앙(Faith), 힘(Power), 질서(Ordering), 문화의 표현(Cultural expression), 개인의 표현(Personal expression)

그리고 치유(Healing)' 여섯 가지로 세분화했다.

본 연구는 정원이 가지는 여섯 가지 세분화된 의미 중 치유를 결합시켜서 치유정원의 의미와 가치를 선행 연구를 분석하여 살펴보고자 한다.

치유정원으로서의 선호도와 치유감을 분석하기 위해 '힐링'을 주제로 전시한 정원을 사례로 하여 작가와 이용자의 설계 언어의 차이점에 대한 정리하고 개별 작품과 유형별에 따른 선호도와 치유감의 상관관계, 남녀 간의 차이, 유년시절에 따른 차이를 살펴본 선행 연구 결과는 첫째, 선호도와 치유감의 상관관계를 입증할 수 있었다. 선호도가 높은 경우 대부분 치유감도 높게 나타났다. 개별 작품과 주제별 유형화의 경우 둘 다 비슷하게 나타났다.

둘째, 성별에 따라서는 선호도는 비슷하게 나타났으나 치유감은 여성은 초화, 색깔에 더욱 반응하고, 남성은 자연/야생, 놀이의 정원에 대해 반응하였다.

셋째, 유년시절의 경험에 대해서는 농촌과 도시에서의 차이에서 농촌출신이 선호도와 치유감에서 '전통'에 대해 더욱 크게 반응하였다.

넷째, 작가와 이용자의 설계언어는 '자연/야생', '휴식'에 대해서는 유사하게 나타나고 있으나, 작가의 '놀이/동적'에 비해 이용자들은 '정적/편안함'을 더욱 원하고 있었다.(박은영, 이형숙, 2014)

<표 3>정원의 치유경험에 대한 인지반응구조

| 정원의 물리적 구축환경 | 감각작용의 효과 | 인지적 수용구조 | 감정적 반응구조 |
|------------------|---|-------------------|----------------|
| 자연적 요소 인공적 요소 | 시각적 효과 청각적 효과 후각적 효과 촉각적 효과 공감각적 효과 | 심미성 시간성 체험성 | 몰입 교감 이해 |

*출처: 권소영(2015), 정원의 치유경험에 대한 인지반응기제에 관한 연구

3) 공간디자인

공간의 사전적 의미는 '어떤 물질 또는 물체가 존재할 수 있거나 어떤 일이 일어날 수 있는 장소'라고 한다. 또한 디자인은 동사와 명사로 함께 쓰일 수 있는데 명사로서의 디자인은 '다양한 사물, 시스템의 계획, 제안의 형식 또는 물건을 만들어내기 위한 제안이나 계획을 실행에 옮긴 결과'를 의미한다. 동사로서의 디자인은 '이러한 것들을 만드는 것'을 의미한다.

따라서 공간디자인은 물건을 창조하는 행위나 그 행위의 결과가 일어날 수 있는 장소가 있어야 한다.

공간디자인은 인간의 삶과 직접적으로 상호작용을 하는 밀접한 물리적인 장소임과 동시에 더 이상 시각적 특성과 형태적 특성, 외형적 특성, 새로운 특성, 화려하게 드러나는 특성

만으로 정의되어서는 안 되며, 진정으로 인간의 삶과 질을 지속적으로 증진시켜 줄 수 있어야 한다.(이연숙 외, 2009)

최근 다양한 외부 환경요인의 변화로 인하여 실내 공간에서의 활동이 급격히 늘어나고 있다. 이에 따라서 실내오염물질이 인체에 미치는 영향이 보고되면서 실내 공기의 체계적인 질적 관리가 필요하다.(박수경, 문정민, 2011)

에너지 절약을 위한 건축적인 환경이 대두되면서 인간이 머무르는 공간디자인에 관심이 집중되고 있는 것이 현실이다. 그러므로 정원은 공간을 아름답게 디자인 할 뿐만 아니라 인간의 스트레스를 감소시키는 공간으로서의 역할을 하는 것은 물론이다. 따라서 정원을 활용한 공간디자인은 신체적, 심리적 및 물리적 환경을 개선 할 수 있다고 판단된다.

4) 정원교육

정원교육에 대한 성인학습자의 정원교육 만족도 및 학습성과에 대한 분석을 통한 선행 연구는 정원교육 학습동기(학습지향형, 활동지향형, 목표지향형)가 정원교육만족도 및 정원교육 학습성과에 미치는 영향을 분석하였는데 정원교육만족도가 학습성과(자아실현성과, 교육성과)에 미치는 영향 요인을 살펴보면 정원교육 수업내용에 있어서는 남성과 여성간의 인식 차이가 있었는데 정원에서의심미성 및 실용성을 추구할 수 있다는 점에서 성별에 따른 공감감이 다르게 나타났다.

정원교육에 참여하는 동기를 분석한 결과는 나의 정원 만들기 · 자아실현 · 취미 · 특기 등의 배움이라는 학습지향형이 활동지향형(일상변화 · 삶의활력 · 창업)및 목표지향형(정원프로그램 참여 · 소질계발)보다 학습동기에 높은 영향을 미친것으로 사료되었다. 학습지향형은 정원교육으로 통한 정원 이해도 상승 등의 배움 그 자체가 자아실현으로 이어져 정원교육 만족도 및 학습성과에 영향을 주는 것으로 나타났다. 정원교육 만족도는 학습성과에 영향을 미쳤는데 특히, 교육의 혜택, 식물 이해도 향상 및 정원지식 함양, 정원의 관점변화 등의 자아실현성과라는 학습성 요인과 정원교육 전체 만족도에 큰 영향을 준다고 분석되었다.(김선화, 2019)

녹색디자인 교육체험프로그램이 청소년 활동역량에 효과가 있다고 하였으며 녹색디자인 교육체험프로그램이 생태흥미성, 보호성, 필요성에 긍정적인 효과가 있었다. 힐링정원 문화를 통한 녹색디자인 체험학습 효과가 청소년들의 스트레스, 학업향상, 자존감 상승에 매우 큰 효과를 가져 온 것으로 판단되었다.(박미옥, 구분학, 서주영, 2019)

4. 한국형아유르베다 심리유형을 활용한 치유정원디자인

1) 바타형(V, 관계형)

바타형(V, 관계형)은 치유의 감정적 반응은 교감이며, 치유의 회복환경은 일상으로 부터의

‘벗어남’, 미학적인 즐거움을 주는 ‘매혹감’으로 보여 진다. 이들의 한국형아유르베다 기본심리유형 특성으로 보아 쾌적성과 커뮤니케이션이 보다 중요한 치유경험이 필요한 것으로 사료된다. 특히 공간적 요소로서의 물리적 환경과 행위적 요소의 상호작용은 바타형에게 치유 환경적 디자인 요소로 고려 되어야 함은 물론이다. 따라서 정원의 ‘심미성’과 ‘실용성’을 강조해서 정원을 디자인한다.

2) 피타형(P, 성장형)

피타형(P, 성장형)은 치유의 감정적 반응은 몰입과 확장으로, 치유의 회복환경은 물리적 심리적 ‘넓이감’으로 이들의 한국형아유르베다 기본심리유형 특성으로 보아 영역성, 통제 가능성, 방향성, 쾌적성, 공간의 확장이 주는 치유경험이 필요하다고 보여 진다. 따라서 ‘실용성’을 고려해서 치유정원디자인을 한다.

3) 카파형(K, 안정형)

카파형(K, 안정형)은 치유의 감정적 반응은 이해이며, 사색과 안정을 중요시하는 성향으로 보아 프라이버시가 중시되는 공간을 선호할 것으로 예측된다. 정원의 역사를 살펴보면 중세시대의 ‘명상’을 위한 정원이 있는데, 이러한 정원의 공간이 카파형에게 치유정원으로 적합하다고 사료 된다.

회복환경은 개인이 하고자하는 활동과 환경의 ‘적합성’을 우선적으로 고려하며, ‘실용성’을 부가적으로 활용하여 치유정원디자인을 한다.

IV. 결론

1. 연구결과 및 시사점

한국형아유르베다 심리유형을 활용한 치유정원디자인의 방안을 연구한 결과는 다음과 같다.

첫째, 바타형은 감정적 반응이 교감과 연결의 특성을 고려해 볼 때, 정원을 쾌적하고 커뮤니케이션이 이루어지는 공간으로 디자인한다. 공간적 요소로서 물리적 환경과 행위적 요소의 상호작용은 바타형에게 정서적 치유 경험을 높여서 긍정적 삶을 영위하도록 하는데 기여할 것으로 판단된다.

둘째, 피타형은 감정적 반응이 몰입과 확장으로, 정원에서 집중할 수 영역성, 통제가능성, 방향성을 세분화하고 공간을 확장시켜 디자인을 함으로써 피타형의 역동적 에너지에 긍정적으로 기여할 것으로 판단된다.

셋째, 카파형 감정적 반응은 이해이며, 정착과 사색을 중요시하는 성향으로 보아 프라이버시가 중요시되는 사색의 정원을 디자인함으로써 카파형의 안정감에 긍정적으로 기여할 것으로 판단된다.

한국형아유르베다는 신체, 정신, 영혼의 치유에 그 목적을 두고 있어서 치유정원디자인을 할 때 정원의 미학적인 즐거움뿐 만이 아니라 치유적 경험을 통하여 정원이 신체적, 정신적으로 안정감을 찾는 회복의 공간으로 거듭나기를 바란다.

본 연구는 한국형아유르베다의 심리유형을 활용한 치유정원디자인의 방안을 이론적으로 고찰함으로써 심리유형별로 치유의 개념적인 측면을 강조하여 정원계획 및 설계디자인에 반영되어야 할 것으로 사료된다.

2. 제언

본 연구는 한국형아유르베다 심리유형을 활용한 치유정원디자인의 방안을 연구 하였다는 데 의의를 두고 있다. 추 후 실증연구를 통한 한국형아유르베다 기본심리유형과 치유정원디자인의 연계성 연구를 진행해야 할 것으로 사료된다.

또한 향후 연구로 한국형아유르베다 심리유형별 치유정원교육의 학습동기에대해서 연구 할 필요성이 있겠다.

참고문헌

- 권석만(2008). 긍정심리학: 행복의 과학적탐구. 서울: 한국연구재단.
- 계미량(2009). 아유르베다에서 보는 몸과 마음의 상관성 연구: Caraka Samhita 의 Sarirasthanam 을 중심으로, 석사학위논문, 원광대학교.
- 윤천성(2017). 한국형아유르베다 VATA 단계. 휴마인드연구원.
- 김영규(2017). 자아개념에 기반 한 리더십 프로그램개발 및 효과 연구, 박사학위논문, 서울벤처 대학원대학교.
- 강화진·윤천성(2018). 한국형아유르베다 기본심리유형에 따른 체질에 관한 연구. 인문사회21. 9(5). (사)아시아문화학술원. 11-26.
- 윤천성·김영규(2020). 한국형아유르베다 심리유형 교육프로그램 만족도 연구. 평생교육리더십 연구. 7(1). 한국평생교육리더십학회. 21-35.
- 김지은·윤천성(2020). 한국형아유르베다 심리유형을 통한 경영자 사례 분석 연구. 평생교육리더십연구. 7(1). 한국평생교육리더십학회. 5-19.
- 안선미·김영규·윤천성(2021). 한국형아유르베다 기본심리유형과 컬러치유관계 고찰연구. 평생교육리더십연구. 8(1). 한국평생교육리더십학회.45-93.
- 이승훈(2003). 회복환경(restoraive environment): 스트레스 극복에서 자연이 갖는 중요성. 심리학연구. 8(3). 한국심리학회지. 525-545.
- 박수경·문정민(2011). 치유적 환경을 위한 공간디자인 연구경향에 관한 연구. 한국실내 디자인 학회논문집. 20(4). 한국실내디자인학회. 21-26.
- 권소영(2015). 정원의 치유경험에 대한 인지반응기체에 관한 연구, 석사학위논문, 홍익대학교, 산업미술대학원.
- 윤선진(2002). 자연에서의 체험 활동에 중점을 둔 미적 체험 활동 프로그램 개발 연구, 석사학위 논문, 인천교육대학교 교육대학원.
- 자크 브누아 메상·이봉재(2005). 정원의 역사: 지상 낙원의 삼천년. 서울: 르네상스.
- 이연숙·김영주·조진상(2009). 친환경 공간디자인. 서울: 연세대학교 출판부.
- 김선화(2019). 정원교육의 만족도 및 학습성파에 관한 연구- 전남 순천시 성인 학습자를 대상으로, 석사학위논문, 순천대학교.
- 박은영·이형숙(2014). 코리아 가든쇼 치유정원 작품의 선호도와 치유감 분석. 인간식물환경학회지. 17(5). 한국인간·식물·환경학회. 379-385.
- 김상범·손호기·김은자·최진아(2010). 경남 산청군남사예담촌 전통정원계획수립에 관한 연구: 치유정원 기능을 사례로. 한국지역사회생활과학회학술대회자료집. 10(2). 한국지역사회 생활과학회. 92-96.
- 박미옥·구분학·서주영(2019). 녹색 디자인 교육 체험 프로그램이 청소년 녹색복지 활동 역량에 미치는 영향 연구 - 충청남도 천안시 중고교 재학생을 대상으로. 한국정원디자인학회지. 5(2). (사)한국정원디자인학회. 113-120.

ABSTRACT

A Study on Using Korean Ayurveda Psychology Type for Healing Garden Design

Lee, Sun-Hwa* · Youn, Chun-Sung**

*Doctor's Course, Major in HRD Leadership, Seoul Venture University(Lead author)

(E-mail: fmshlee90@hanmail.net)

**Professor, Major in HRD Leadership, Seoul Venture University(Corresponding)

(E-mail: staryoun@hanmail.net)

This study sought to link the Korean Ayurveda psychological type with the healing garden design. Approached as a theoretical study of the basic psychological type of Korean Ayurveda educational program, numerous research on trends in literature related to recovery environment, healing environment, and garden healing experience are analyzed. 'Korean Ayurveda' utilizes basic Korean Ayurveda psychological type which is developed and standardized by Humind Laboratory.

As a result of the study, the emotional response of the 'Vata' type of healing is through sympathy. The recovery environments of communication healing are the 'sense of escape' from daily life and 'enchantment' through aesthetic pleasure. Considering the necessity of comfort, communication, and expanded space, the garden should be mindfully designed with 'esthetic' and 'practicability'.

The 'Pitta' type demonstrates an emotional response to healing as immersion. The recovery environment should be practically designed as a garden that provides physical and psychological "sense of spaciousness" and aesthetic pleasure through 'fascination'.

The 'Kapha' type's emotional response to healing is understanding. With a tendency to enjoy contemplation, it is predicted that privacy emphasized spaces will be preferred. The recovery environment should prioritize 'suitability' of individuals' personal activities and environment. In addition, it should be designed by leveraging the 'esthetic' aspect of a garden.

This study suggests the significance of the connection plan between the Korean Ayurveda psychological type and the healing garden design. As a future study, the necessity of

comprehending the learning motives of healing garden design education for each basic type of Korean Ayurveda psychology is emerging.

Keywords : Korean Aurveda, Psychological Type, Healing Garden, Space Design