

정서발달의 관점에서 본 우리나라의 전통태교:
태교신기를 중심으로정순화
고려대학교 가정교육과The Korean Tradition of *Taegyo* for Supporting Prenatal Development:
Focusing on Emotion in *Taegyo-Singi*Soon Hwa Chung
Department of Home Economics Education, Korea University, Seoul, Korea

Abstract

The purpose of this study was to analyse the principles and methods of *Taegyo-Singi* with regard to emotion and to review basic informations on *Taegyo* programs for promoting prenatal development. *Taegyo-Singi* was analyzed as follows. First, the contents of *Taegyo-Singi* were classified into principles and methods of *Taegyo*. Second, the domains of emotion were categorized into emotional perception, emotional expression, emotional understanding, and emotional regulation based on the classification of Mayer and Salovey, and Moon. Third, the contents of *Taegyo-Singi* were classified into the four domains of emotion. Finally, the reliability and validity of the classification were obtained through inter-rater agreement and analysis of content validity. The results indicated that first, the principles of *Taegyo* presuppose parental influence on temperament formation, and that the emotional states of the mother in the prenatal and prepregnancy period is the most influential variable in a child's temperament formation. Second, the methods of *Taegyo* presuppose that the human mind interacts with their behavior. Therefore, through emotional support of family members, 'jon-sim (the serene mind)' and 'chung-sim (the mind from rectitude)' are the key methods of *Taegyo*. This means that the Korean tradition of *Taegyo* focused on the emotional domain of development, especially emotional regulation. This coincides with the emotion-focused temperament theory that individual differences in temperament reflect individual differences in emotion.

Keywords

Taegyo-Singi, emotional regulation, temperament

Received: April 3, 2013

Revised: July 1, 2013

Accepted: July 18, 2013

This article was presented as a poster session at the Korean Home Economics Association Spring Symposium in 2013.

Corresponding Author:

Soon Hwa Chung

Department of Home Economics Education, Korea University, 145 Anam-ro, Seongbuk-gu, Seoul 136-701, Korea
Tel: +82-2-3290-2321
Fax: +82-2-927-7934
E-mail: eigles@korea.ac.kr

서론

최근 태교의 필요성 및 중요성에 대한 인식의 변화로 태교의 구체적인 방법에 대한 관심도 고조되고 있다. 그러나 증대되고 있는 관심만큼 태교에 대한 체계적인 정보는 부족하여 임신 부부들은 태교에 대한 대부분의 정보를 인터넷 등을 통해 단편적으로 얻고 있는 실정이다. 그나마 제공되고 있는 정보조차도 상품화되어 있을 뿐 아니라 특정 영역에 치우쳐 있어 태교의 궁극적인 의미가 퇴색되고 있는 상황이다. 이와 동시에 태아학(embryology)의 발달로 최근 서구에서도 태교문화가 확산되고 있음을 감안해 볼 때에 일찍이 그 중요성을 강조한 우리나라 전통태교의 의미를 평가해보고 이를 통해 현대태교의 방법을 모색해 보고자하는 노력이 필요하다.

태교에 대한 기록은 세계 여러 문화권에서 발견되고 있으나 특히 중국을 위시한 동아시아 문화권에서 그 기록이 다수 남아 있고, 널리 보급된 것으로 볼 수 있다. 태교와 관련하여 널리 알려진 유향(劉向)의 열녀전(列女傳)에는 태임을 중국에서 가장 먼저 태교를 실천한 여성으로 소개하고 있다. 그러나 우리나라는 중국이나 일본과는 달리 태중 10개월을 나이로 인정해주는 관습에서 나타나듯이 잉태된 아이를 태중에서부터 하나의 생명체로서 소중하게 생각하고 존중해주는 문화였으며, 따라서 우리 고유의 독자적인 태교문화를 형성해 왔다고 볼 수 있다.

태중교육을 의미하는 태교의 사전적 의미는 임부가 태아에게 좋은 영향을 주기 위하여 말과 행동, 마음가짐 등을 조심하는 것으로[45], 섭식, 언행 등 몸과 마음을 삼가는 것을 지나치게 강조한 전통태교의 내용은 한 때 고리타분한 구시대의 관습으로 간주되기도 하였다. 그러나 태교의 궁극적인 목표는 단순히 몸과 마음을 삼가는 것에서 끝나는 것이 아니라 임신부의 마음을 다스리고자 했던 것이며[24], 이는 바로 임신부의 정서상태가 태아에게 지대한 영향을 미친다고 보았기 때문이다.

최근 태아학의 발달로 태내에서 어머니의 정서상태가 태아에게 미치는 영향에 대한 연구가 다수 이루어졌다. 정서적으로 안정되지 못한 어머니에게서 태어난 아기는 과잉행동이나 성급한 성격특성을 보이거나 소화기 장애를 보이는 것으로 나타났다[36]. 그리고 어머니의 불안은 신진대사율을 증가시켜 저체중을 유도하거나 불안을 극복하기 위해 호르몬 분비를 촉진시킴으로써 조산을 유발하는 요인으로 작용하는 것으로 나타났다[4]. 임신부의 정서상태와 섭생이 태아에게 미치는 영향을 살펴본 국내의 연구에서도 스트레스를 많이 받은 임신부의 아이는 알레르기 질환에 걸릴 가능성이 높고, 임신부의 정서상태 가운데 분노와 우울이 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다[28]. Yeun [49]도 임신 중 모체의 정서상태와 출생 후 자녀의 정서적 성향 간에 유의한 관계가 있음을 보고하였다. 특히 임신부가 임신 초기에 안정되고 행복감을 많이 느낄수록 출생 후 자녀의 정서도 밝고 순하며 안정적이었고, 불안정한 정서상태를 경험한 어머니의 자녀는 유아기에 불안정한 정서를 많이 표출하는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 태교에서 정서적 측면의 중요성에 대한 인식과 이에 대한 연구의 필요성을 다시금 되새기게 된다.

태교에 대한 우리나라의 연구는 상당 부분 태교신기(胎敎新記)를 중심으로 이루어졌으며, 이에 대한 본격적인 연구의 시작은 Kweon [26]의 태교신기 연구에서 비롯되었다. 그는 태교신기의 한문본과 한글본 주석, 서문, 발문 등을 망라하여 소개하였다. 이후 태교신기의 해석본[9, 30]이 발간되고, 태교사상[7, 17, 27,

48], 교육학적 관점[1, 16, 21-23, 31, 41, 42], 국문학적 관점[12], 의학적 관점[2, 20] 등 다양한 관점에서 태교신기를 분석한 연구가 다수 이루어졌다. 태교의 원칙, 효과, 필요성, 중요성, 방법 등 전반적인 태교의 내용을 두루 언급하고 있는 태교신기에 대한 연구가 이처럼 널리 이루어졌음에도 불구하고 발달적 관점, 특히 정서발달적 관점에서의 연구는 많이 이루어지지 않았다. 또한 실제적인 태교실천과 관련된 연구들[8, 10, 11]도 임신 기간 동안의 급기사항을 약물, 식품, 행동 등을 중심으로 다루고 있거나 인성발달과 관련된 내용을 부분적으로만 다루고 있으므로 태교실천에 영향을 미치는 정서적 변인들을 포함시킨 연구의 필요성이 제기되고 있다.

우리나라를 위시한 동양문화권에서는 옛날부터 사람의 마음은 수정하는 순간부터 갖게 되는 것이라고 생각하였고 그래서 태교를 매우 중요하게 생각하였다. 사주당도 신체가 마음에 상응하여 움직이므로 마음이 신체를 포괄하는 것으로 설명하였다. 즉, 마음에 따라 행동이 조절가능하다고 보았으므로 어떻게 마음을 먹는가는 태교신기의 핵심적인 내용이다. 더구나 태교법의 근간을 이루고 있는 행동을 삼가는 것의 목적도 마음을 바로 세우는 데 있다[24]. 이처럼 태교신기의 핵심적인 내용이 마음을 다스리는 것과 관련된 문제임에도 불구하고 지금까지 정서발달적 관점에서의 연구는 미비한 실정이다.

따라서 본 연구에서는 가장 체계적인 태교지침서인 태교신기의 내용을 Chang [7], Choi와 Park [9]의 연구를 근거로 태교의 원리와 방법으로 구분하여 분석하고자 하며, 이를 위해 설정한 연구모형은 Figure 1과 같다. Figure 1에 제시된 바와 같이 태교의 원리는 기질이 부모로부터 만들어짐을 전제로 한다. 기질이 부모

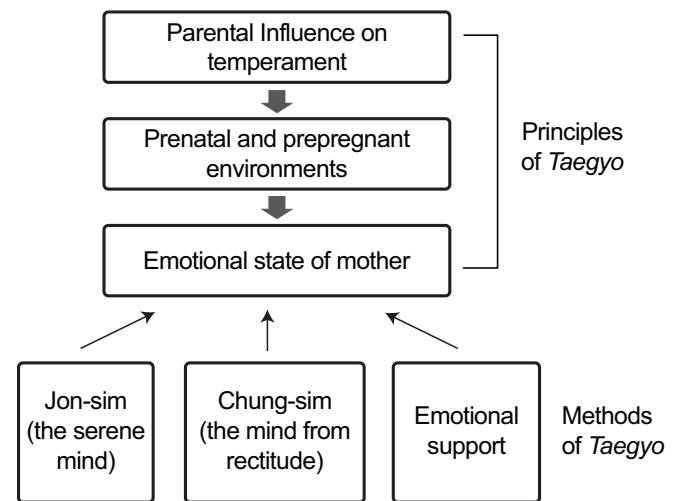


Figure 1. A model of Taegyo-Singi with its implications for emotion.

로부터 만들어진다 함은 기질의 형성에서 유전뿐 아니라 환경요인을, 환경요인 가운데서도 태내환경 및 잉태 이전 환경의 중요성을 강조하였으며, 그 가운데서도 임부의 정서조절의 중요성을 특히 강조하였다. 또한 태교의 방법으로는 정서의 여러 영역 가운데 존심(存心), 정심(正心), 가족원의 정서적 지지를 통한 정서조절을 특히 강조하였다. 따라서 본 연구에서는 정서조절을 중심으로 전통태교의 의미를 평가해보고 이를 통해 현대 사회의 태교프로그램 구성을 위한 기초자료를 제공하고자 한다. 이러한 연구목적을 달성하기 위해 본 연구에서 설정한 연구문제는 다음과 같다.

- 연구문제 1. 전통태교의 원리는 어머니의 정서조절에 어떠한 함의를 갖는가?
- 연구문제 2. 전통태교의 방법은 어머니의 정서조절에 어떠한 함의를 갖는가?

연구방법

1. 분석자료

본 연구의 분석자료인 태교신기는 태교에 관한 원리와 구체적인 행동지침을 다루고 있는 본격적인 태교지침서로서, 1800년 이사주당(李師朱堂)에 의해 완성되었다. 사주당은 자신의 아들 유희(柳禧)에게 이를 언해(諺解)하도록 명하였으며, 이에 유희는 그 내용을 장과 절로 나누고 음과 풀이를 적어 우리말로 알기 쉽게 번역하여 1801년 태교신기장구대전(胎教新記章句大全)을 완성하였다[12]. 이후 태교신기는 1821년 신작(申緯)의 태교신기서(胎教新記序)와 수차례에 걸친 발문(跋文)의 추가에 이어 1936년 정인보의 태교신기음의서략(胎教新記音義序略) 등이 추가되어 1938년 경상북도 예천에서 출간되었다[26]. 본 연구의 분석자료는 고려대학교 한적실에 소장되어 있는 태교신기(李氏 撰; 柳敬 釋音義)[29]를 근간으로 하고, Kweon [26]의 태교신기연구, Choi와 Park [9]의 역주태교신기 등을 참고로 하였다. 또한 이해를 돕기 위하여 필요한 경우 한자를 병기하였다.

태교신기를 분석자료로 사용하는 이유는 다음과 같다. 태교에 대한 내용은 고려 말 태증훈문에서 시작하여, 이후 조선시대의 여러 문헌에서 언급되고는 있으나 태교의 내용이 단편적으로 다루어지고 있을 뿐이다. 이에 반해 태교신기는 그 제목이 말해주듯 기존의 태교서에서 언급되지 않은 임부의 몸가짐과 마음가짐에 대한 내용을 체계적으로 언급하고 있을 뿐 아니라 부성태교와 가족원의 동참의 중요성을 강조하는 등 새로운 내용들이 상당 부분 수록되어 있다는 점에서 다른 태교문헌과 차별화되기 때문이다.

태교신기에도 “내칙(內則)의 빠진 점을 보완하는 까닭에 태교신기라 이름하였다(然猶可備內則之遺闕也 故名之日胎教新記).”[9]고 기록하고 있다. 또한 태교신기는 실증적인 자료로서 현대사회의 태교문화에 시사하는 바가 크기 때문이다. 태교신기에는 “내가 일찍 여러 번 아기를 가져 낳아 기름에 시험한 바를 기록하여 한편을 만들어 딸에게 보이니, 감히 멋대로 스스로 글을 지어 남의 눈에 자랑함이 아니라.”[9]고 하였다. 정인보의 태교신기음의서략(胎教新記音義序略)에서도 “숙인이 이 책을 지음은 크고 작고 모두가 몸소 체험한 바라 분명히 참고할 만하니, 헛되이 이론에 따라 말을 설정해 나가는 것과는 찬술함이 다르다.”[9]고 하였다. 이는 실제 양육경험에 근거한 태교신기의 과학적이고 실증적인 가치를 높이 평가하였기 때문이다.

태교신기의 내용은 10장으로 구성되어 있는데, 이를 구체적으로 살펴보면 Table 1과 같다. Table 1에 제시한 태교신기의 내용을 살펴보면 제1장-제3장에서는 태교의 이치와 효과, 필요성 등 태교의 원리를 논하고 있다. 제4장에서는 태교의 방법을 논하고 있는데, 그 내용이 태교신기 전체 내용의 거의 절반을 차지할 정도로 큰 비중을 차지하고 있다. 제5장 이하는 잡론태교(五章以下 雜論胎教)라 하여 이를 보다 세부적으로 논하고 있다. 이에 비추어 볼 때 태교신기의 내용은 크게 태교의 이치와 효과, 필요성 등 태교의 원리에 대한 내용과 태교의 방법에 대한 내용으로 구분할 수 있다.

2. 분석절차

본 연구의 목적은 태교신기에 나타난 정서발달적 함의가 무엇인지를 분석하기 위한 것이다. 따라서 분석절차는 태교신기의 내용구분, 정서발달의 영역구분 그리고 정서발달의 영역별로 태교신기의 내용 범주화하기, 신뢰도와 타당도 구하기의 네 단계로 구

Table 1. The Contents of the *Taegyo-Singi* Book

Chapter	Content
1	The principles of <i>Taegyo</i>
2	The effects of <i>Taegyo</i> based on quotations and citations
3	The necessity of <i>Taegyo</i>
4	The methods of <i>Taegyo</i>
5	The importance of <i>Taegyo</i>
6	The danger of not performing <i>Taegyo</i>
7	The benefit of wariness of witchcraft
8	The verification of the logic in <i>Taegyo</i>
9	Ancient examples of <i>Taegyo</i>
10	Additional remarks on <i>Taegyo</i>

성된다.

1단계에서 먼저, 태교신기의 내용을 분석함에 있어 Table 1과 Chang [7], Choi와 Park [9]의 연구를 근거로 태교신기의 내용을 태교의 원리와 방법으로 구분하였다.

2단계로는 정서발달의 영역을 Mayer와 Salovey [33], Moon [34] 그리고 Salovey와 Mayer [43]의 연구를 토대로 정서인식(지각), 정서표현, 정서이해, 정서조절의 네 영역으로 구분하였다.

3단계로는 분석자료인 태교신기의 내용을 반복하여 읽으면서 이들 내용 가운데 정서와 관련된 내용을 발췌하여 이를 정서의 하위영역별로 범주화하였다. 그 결과, 21개의 절에서 정서조절을, 9개의 절에서 정서조절과 동시에 정서인식과 관련된 언급이 있었다. 그러나 정서인식을 언급한 9개의 절에서도 궁극적으로는 정서인식을 통한 정서조절을 강조하고 있었으므로(예: 분하여도 모진 소리를 하지 말며), 본 연구에서는 정서조절을 중심으로 태교신기의 내용을 분석하였다.

마지막 4단계에서는 범주화과정에 대한 평정자 상호간의 일치도를 나타내는 신뢰도(interrater reliability; 93.3%; 평정자간 신뢰도[%]=일치하는 경우의 수/일치하는 경우의 수+일치하지 않는 경우의 수×100)를 산출하였으며, 아동발달 전공교수 1인으로부터 범주내용의 타당성을 검증받았다.

연구결과

1. 태교의 원리

태교의 원리는 인간의 기질이 부모로부터 만들어짐(氣質成於父母)을 전제로 한다. 또한 기질의 형성에서 태내환경 및 잉태 이전 환경의 중요성을 강조하였으며, 그 가운데서도 임부의 정서조절의 중요성을 특히 강조하였다.

1) 기질성어부모(氣質成於父母)

태교신기는 인간의 기질이 부모로부터 만들어짐을 전제로 한다. 즉, 기질의 형성에서 환경의 영향을 강조한 것이다. 그리고 태교신기에서 언급한 기질의 의미는 정서와 밀접한 관련을 가지고 있다.

인간발달을 주도하는 주요 기제가 타고난 천성에 의한 것인지 혹은 양육에 의한 것인지(nature vs. nurture)는 발달의 주요 쟁점 가운데 하나이다. 그리고 이에 대한 논쟁은 유전과 환경의 상호작용(nature plus nurture)을 강조하는 입장으로 정리가 되었다. 우리나라의 전통태교도 인간의 발달이 타고난 천성뿐 아니라

환경과의 상호작용을 통해 이루어짐을 전제로 한다. 태교신기 제 1장 1절에는 “사람의 성품은 하늘의 이치를 근본으로 하고, 그 기질은 부모로부터 형성된다(人生之性本於天 氣質成於父母). 기질이 한 쪽으로 치우치면 점점 타고난 성품을 가리게 되므로 부모는 마땅히 낳고 기르는 것을 삼가 하지 않을 수 없다.”(p. 33) [9]라고 하였다. 사람의 성품이 하늘의 이치를 근본으로 한다는 것은 타고난 천성, 인간 성품의 선한 본성을 강조하는 것인 반면, 기질이 부모에 의해 만들어진다는 것은 환경의 중요성을 강조하는 것이다. 이는 Thomas와 Chess [46]의 기질이론의 관점과 부합하는 것이다.

Strelau [44]는 다양한 기준을 중심으로 기질이론을 분류하면서 그 가운데 하나로 정서중심적/전반적 행동중심적(emotion vs. whole behavior) 기준에 근거하여 기질이론을 분류하였다. 전반적 행동을 중심으로 기질을 설명하는 성격발현이론(emergent-personality theory)에서는 기질의 유전적 측면을 강조하고 기질을 발달 초기부터 나타나는 인간의 타고난 성격특성으로 간주한 반면, Thomas와 Chess [46]는 타고난 기질과 환경 간의 상호작용을 강조하였다. 이들이 언급한 조화의 적합성(goodness of fit)과 조화의 부적합성(poorness of fit)의 개념은 바로 기질의 유전적 측면보다는 부모자녀 간의 상호작용을 통한 변화가능성을 강조한다는 점에서 우리 전통태교의 기질에 대한 관점과 유사하다. 그러나 태교신기에서는 그 범위가 태내의 임부와 태아에게 초점을 맞춘 것이라면, 이들의 기질에 대한 관점은 출생 이후 자녀와 양육자 간의 상호작용에 초점을 맞춘 것이라는 점에서 차이가 있다.

또한 태교신기에서 부모가 제공하는 양육환경에 따라 그 기질이 달라진다는 것은 곧 칠정(七情)이 달라짐을 의미한다고 하였다 [9]. 그러므로 태교신기에서 말하는 기질이 한쪽으로 치우친다는 의미는 부모의 칠정, 즉 기쁨, 성냄, 두려움, 서러움, 사랑, 미움, 욕심 등과 같은 정서의 조절이 균형있게 이루어지지 못하여 극단적인 방식으로 표출되어 이것이 자녀에게 영향을 미침을 의미한다고 볼 수 있다. 따라서 부모는 태내에서부터 정서조절을 통해 자녀의 기질형성에 영향을 미칠 수 있음을 강조한 것이다. 이 같은 정서와 기질 간의 관련성은 정서의 구성요인으로서 기질을 이해한 Goldsmith나 Bates [5]의 관점과 일치하는 것으로, 이들은 기질에서의 개인차는 바로 정서에서의 개인차를 반영한다고 하였다. 이처럼 정서를 중심으로 기질을 설명하는 이론들에서는 기질의 중요한 구성요소가 바로 정서이므로 기질은 곧 개인의 정서와 유사한 개념으로 이해할 수 있다고 본다. 이러한 관점에서 본다면 태교신기에서 기질이 부모로부터 만들어진다고 함은 바로 부모의 정서반응이 자녀의 정서에 영향을 미치며, 이것이 기질의 중요한

부분이 됨을 의미하는 것이다.

2) 태내환경 및 잉태 이전 환경

태교신기는 기질의 형성에서 환경요인 가운데 태내환경 및 잉태 이전 환경의 중요성을 강조한다. 태교신기 제2장 1절에는 “태(胎)라는 것은 성품의 바탕이요, 그 형상을 이룬 다음에 가르치는 것은 말단이다(胎也者 性之本也 一成其形 而教之者 末也).”(p. 51) [9]라고 하였다. 태가 성품의 바탕이 되므로 발생 초기의 중요성과 아울러 태중교육의 중요성을 강조한 것이다. 제5장 2절에는 “어찌 열 달의 수고를 꺼려하여 그 자식을 못나게 하고 스스로 소인의 어머니가 되겠는가? 어찌 열 달 공부를 힘써 행하여 그 자식을 어질게 하고 스스로 군자의 어머니가 되지 않겠는가?”(pp. 108-109) [9]라고 하였다. 또한 태교신기 제8장 2절에는 “쌍둥이의 얼굴이 반드시 같은 것은 진실로 태의 기름이 같기 때문이요, 한나라 사람의 버릇과 숭상함이 서로 같은 것은 태를 기를 때 먹는 음식이 가르쳐 된 것이요, 한 세대의 기품과 골격이 서로 닮은 것은 태를 기를 때 보고 듣는 것이 가르쳐 된 것이니”(pp. 124-125) [9]라고 하였다. 이처럼 쌍둥이의 얼굴이 같은 것도 유전적인 요인보다 태의 양육이 같은 것에 기인하고, 한나라 사람의 버릇과 숭상함, 기품과 골격이 유사한 것까지도 임신 기간 중의 섭생이나 몸가짐에서 비롯된다고 보았다. 이는 태중교육이 모든 교육의 기초가 되므로 출생 이후의 다른 교육에 앞서 태교가 이루어져야 함을 강조하는 것이다. 뇌의 세 가지 구조 가운데 정서기능을 관장하는 변연계가 인지기능을 관장하는 대뇌피질보다 이른 시기에 발달한다[32]는 사실에 비추어 볼 때에 임부의 마음가짐을 강조하는 것은 보다 효과적인 태중교육의 방법이라고 볼 수 있다.

나아가 태교신기에서는 기질의 형성에서 일찍 가르칠수록 그 효과가 크다고 하여 잉태 이전의 경험까지를 강조하였다. 태교신기 제1장 2절에는 “의술을 잘하는 의사는 병들이 이전에 다스리고 가르치기 잘하는 사람은 태어나기 이전에 가르친다. 그러므로 스승의 십 년 가르침이 어머니가 임신하여 열 달 기름만 같지 못하고, 어머니 열 달 기름(母育十月)이 아버지 하루 낳는 것(父一日之生)만 같지 못하다.”(pp. 35-36) [9]고 하였다. 또한 태교신기 제1장 3절에는 “남편이 몸에 질병이 있으면 잠자리를 같이 하지 아니하며, 상복을 입었을 때는 내침(內寢)에 들어가지 아니하고 음양이 고르지 않거나 하늘기운이 좋지 않으면 또한 잠자리를 같이 하지 않아야 한다. 이는 허욕이 싹트거나 사똥 기운이 몸에 붙지 않게 함이니 이렇게 하여 자식을 낳는 것이 아버지의 도리이니”(pp. 38-40) [9]라고 하였다. 이는 모두 잉태 이전 아버지의 몸과 마음가짐의 중요성을 강조하는 것이다. 이처럼 부성태교를

강조한 것은 아버지가 비록 임신의 주체는 아니지만 잉태 이전부터 이러한 아버지의 마음가짐은 어머니를 통해 간접적으로 태아에게 미치는 영향을 강조한 것으로 볼 수 있다.

잉태 이전의 정서상태가 미치는 영향은 신체적으로 아무런 이상이 없음에도 불구하고 나타나는 불임의 경우를 예로 들 수 있다. 이러한 경우 불임의 주요 원인 가운데 하나는 스트레스이다. 따라서 스트레스를 해소하기 위해 이완훈련에 참가한 경우 임신 성공 비율은 높아지며, 극도의 스트레스를 받고 있는 집단은 정서적으로 안정적인 집단에 비해 불임치료 효과도 낮은 것으로 나타났다[13]. 심신 임신프로그램이 이완요법과 동시에 부정적인 사고를 긍정적인 사고로 변화시키기 위한 인지행동치료요법을 사용한다는 공통점을 가지고 있는 것도 바로 태교에서 임부의 긍정적인 정서상태를 강조하는 것과 유사한 의미로 해석할 수 있다. Nash [35]도 정서적인 지지를 받는 여성들의 임신, 출산율이 그렇지 않은 집단에 비해 3배나 더 높다고 하였다. 이러한 측면에서 볼 때에 잉태 이후뿐 아니라 이전의 몸가짐을 강조했던 우리의 태교문화는 바로 마음을 편안하게 함으로써 스트레스를 감소시키고 결과적으로 불임의 비율을 낮추는 데에도 큰 기여를 했을 것으로 추정해 볼 수 있다.

또한 전통태교에서 잉태 이전의 마음가짐을 강조한 것은 사람의 마음이 수정하는 순간부터 갖게 되는 것이라는 생각에서 비롯된다. 증일아함경(增壹阿含經)에는 수태에는 부모의 정자와 난자의 결합 외에 ‘식(識)’이라고 하는 정신적 요소가 필요하다고 기록되어 있다[25]. 이처럼 우리 문화에서는 수태하는 순간부터 마음이 작용하기 시작한다는 생각이 지배적이었기 때문에 태교의 기간을 잉태 이후에만 국한시키지 않고 백일치성을 드리는 등 임신 이전의 시기까지를 포함시켰던 것으로 볼 수 있다. 우리나라의 아동존중사상은 이처럼 잉태 시에 이미 마음이 깃든다는 생각에 뿌리를 두고 있으며, 따라서 우리 태교문화가 정서영역에 초점을 맞추고 잉태 이전의 환경을 강조한 것도 이와 같은 맥락에서 이해할 수 있다.

3) 임부의 정서상태

우리나라의 태교에서는 태내환경 가운데서도 임부의 정서상태를 가장 중요한 요인으로 간주하였다. 태교신기 제4장 2절에는 “벗과 오래 함께 하여도 그 사람됨을 배우거든 하물며 자식은 그 어머니에게서 나온 기쁨, 성냄, 두려움(주립), 서러움(설움), 사랑, 미움, 욕심 등 칠정을 닮는다.”(pp. 66-67) [9]고 하였다. 이는 모두 태교의 효과를 강조함과 동시에 태아의 정서가 바로 태내에서의 어머니의 정서에 따라 그대로 조율이 됨을 말해주는 것이

다. 또한 태교신기 제8장 1절에는 “의원이 말하기를 어머니가 찬 병을 얻으면 아이도 차지고 더운 병을 얻으면 태아도 더워진다 하였으니 이런 이치를 알면 자식이 어머니에게 있는 것은 오이가 그 농쿨에 달려있는 것과 같은지라 젖으며, 마르며, 설며, 익음이 바로 그 뿌리의 물대춤과 물대주지 아니함에 달려 있으니 어머니가 조섭을 못하고도 능히 태를 길러내고, 태를 잘 기르는 법을 얻지 못하고도 자식이 능히 재주 있고 오래 사는 자를 내 일찍이 보지 못하였노라.”(pp. 121-123) [9]고 하였다. 또한 제4장 14절에는 “뱃속의 자식과 어머니는 혈맥으로 이어져 있어서 어머니가 숨 쉴 때 따라 태아도 움직이므로 그 기쁘며 성내는 것이 자식의 성품이 되고, 보고 듣는 것이 자식의 기운이 되며, 마시고 먹는 것이 자식의 살이 되니, 어머니 된 이가 어찌 삼가지 않으리오.”(pp. 104-105) [9]라고 하였다. 이는 모두 태교의 효과를 강조함과 동시에 태아의 정서가 바로 태내에서의 어머니의 정서에 따라 그대로 조율이 됨을 말해주는 것이다.

모체의 생리적, 정서적 변화가 태아의 생리적, 정서적 변화와 연결된다는 이러한 주장은 여러 연구결과를 통해 증명되고 있다. 임신 중 모체가 alpha파 생성음향이나 자연음향을 청취한 후 태아의 심박동이 안정화되는 경향을 보이며[37], 임신 기간 중 불안이나 심한 스트레스를 경험한 임신부에게서 태어난 신생아들은 체중이 정상분만아보다 적은 것으로 나타났다[3, 4]. 또한 임신 중 모체의 정서상태와 출생 후 자녀의 정서적 성향 간에도 유의한 상관성이 있는 것으로 나타났다[28, 36, 49].

또한 ‘칠정(七情)’이라는 말에서 알 수 있듯이 우리 문화에서는 일곱 가지 정서를 중요한 정서로 간주하였음을 알 수 있다. 이는 정서이론에서 말하는 기본정서, 일차정서와 유사한 개념으로 이해할 수 있다. 기본정서를 지지하는 학자들 가운데 Tomkins [47]는 신경발화패턴을 중심으로 공포, 분노, 놀람, 흥미, 혐오, 즐거움, 수치심, 모욕, 고통의 9가지 정서를, Izard [19]는 동기화 시스템에 근거하여 분노, 공포, 기쁨, 고통, 혐오, 놀람, 수치심, 모욕, 흥미, 죄책감의 10가지 정서를, Plutchik [39]은 진화적 기능에 근거하여 공포, 분노, 기쁨, 혐오, 슬픔, 놀람, 수용, 기대의 8가지 정서를, Ekman [14]은 보편적인 얼굴표정을 중심으로 공포, 분노, 행복, 혐오, 슬픔, 놀람의 6가지 정서를 기본정서로 간주하였다. 우리 태교문화에서 강조한 7가지 정서는 이들 정서이론가들이 열거한 기본정서와 상당 부분 일치하는 것으로 볼 수 있으며, 이러한 사실은 우리 전통사회에서 정서에 대한 이해가 상당히 발전된 수준이었음을 보여주는 것이다.

Tomkins [47]는 놀람, 공포, 호기심의 정서는 자극의 속도와 관련이 있다고 하였다. 자극의 속도가 느릴 때에는 우리의 뇌가

자극의 속성을 파악할 수 있는 시간적 여유가 있으므로 호기심의 정서가 작동하지만 속도가 빨라지면 공포나 놀람의 정서가 나타난다. 또한 고통과 분노는 자극의 양과 관련이 있는데 자극의 양이 적은 경우에는 고통이 나타나지만 점차 증가하면 분노의 정서가 유발된다고 한다. 그러므로 자극의 양이나 속도를 조절함으로써 부정적인 정서를 조절하여 최소화하는 것이 가능하다. 이러한 주장은 임부의 정서상태를 조절함으로써 태아에게 긍정적인 영향을 미치고자했던 전통태교의 이념과 일맥상통하는 것이라 볼 수 있다.

2. 태교의 방법

태교의 방법은 태교신기 제4장 태교지법(胎敎之法)을 중심으로 여러 장에서 다루고 있다. 이들 태교의 방법은 공경하는 마음을 갖는 것(存心)과 행동을 삼감(謹)으로써 마음을 바로 하는 것(正心)이 그 핵심내용이다. 그리고 가족원 모두의 동참을 통한 정서적 지지를 강조하였다.

1) 공경하는 마음(存心)

사주당이 태교의 핵심으로 강조한 것은 임신한 여성의 마음가짐이었다. 임부의 마음가짐이 어떠해야하는가에 대해 태교신기 제4장 5절에서는 “자식이 피로 말미암아 이루어지고 피는 마음으로 인하여 움직이므로 그 마음이 바르지 못하면 자식의 이루어짐도 바르지 못하니, 임부의 도리는 공경으로서 마음을 앓히어 방심하지 아니하며....만일 잠깐이라도 공경한 마음을 잊어버리면 이미 피가 그릇되나니 이것이 임부의 마음가짐이다(若斯須忘敬 已失之血矣 妊婦存心).”(pp. 75-77) [9]라고 하였다. 여기서 사주당이 말한 존심의 개념은 단순히 눈에 보이는 예절만을 의미하는 것이 아니라 보다 근본적으로 마음을 스스로 조절하고 공경하는 마음을 갖는 것을 의미하는 것이다. 또한 제4장 1절에는 “임산부가 성내면 태아의 피가 병들고, 두려워하면 자식의 정신이 병들고, 근심하면 자식의 기(氣)가 병들고, 놀래면 자식에게 전간(癲癎)이 생기게 되니라.”(pp. 64-65) [9]라고 하였다. 이 또한 임신의 주체인 임산부가 공경하는 마음을 갖는 것을 강조하는 것이다. 이처럼 임부의 마음가짐을 강조한 것은 임부의 마음, 즉 정서상태가 바로 임부의 몸을 주재하며, 이 임부의 몸의 상태는 다시 태아의 몸을 거쳐 그 마음에 영향을 미치게 될 것이라고 생각했기 때문이다.

Henry [18]는 분노상황에서는 노르에피네프린이 많이 분비되고 테스토스테론의 수준이 높아지며, 공포를 느낄 때에는 에피네프린이 다량 분비되고 코르티솔이 이러한 활성화를 유지하도록 돕는다고 하였다. 또한 불안하거나 놀란 사람이 자신이 처한 상

황을 변화시킬 수 없다는 무력감을 느낄 때에는 스트레스 호르몬인 adrenocorticotrophic hormone (ACTH)이 증가하기 시작한다고 하였다. 정서로 인한 생리적 활성화는 심장이나 폐, 면역체계 등에 영향을 미치며, 지나친 각성상태가 지속되면 신체가 손상되고 질병으로 연결될 수 있다고 하였다. 분노, 공포, 불안과 같은 정서적 스트레스는 자율신경계에 영향을 미쳐 부신피로몬의 분비를 촉진시킨다고 하였다. 그러므로 스트레스에 반응하기 위해 분비되는 호르몬은 혈관을 수축시키고, 이로 인한 태반 내 혈액량의 감소는 태아에게 산소나 영양부족을 초래할 수 있다. 또한 임부의 정서적 스트레스는 흡연, 음주 등과 같은 태내환경에 위협이 되는 다른 행동들을 복합적으로 수반할 가능성이 높다는 점에서 더욱 더 문제가 된다.

이러한 사실에 비추어 볼 때에 공경으로서 마음을 가라앉히어 평안함을 유지하고자 했던 태교의 가르침은 현대 사회에도 시사하는 바가 크다. 우리나라의 태교문화에서 마음을 다스리기 위해 명상과 같은 방법이 발달한 것도 바로 이러한 맥락에서 이해할 수 있다. 그리고 이와 같은 심신상호연관성의 개념은 인간이 기능하는 데에는 생물학적 요소와 심리사회적 요소가 상호관련되어 순환작용을 한다는 생체심리사회적 접근(biopsychosocial approach)으로 발전하였다[15].

2) 바른 마음(正心)

임부의 마음에 상응하여 신체반응이 나타나기도 하지만 임부의 행동 또한 마음에 영향을 미친다. 따라서 태교신기에서는 삼감을 통해 마음을 바르게 하는 것(正心)을 강조하였다. 마음가짐을 바르게 하는 일은 일상생활에서의 행실들을 법도에 맞게 행함으로써 가능하므로 태교신기에서는 임부가 적극적으로 마음을 내어 실천해야 할 구체적인 행실에 관한 지침을 제시하였다.

태교신기 제4장 6절에는 “임부의 말하는 도리는 분하여도 모진 소리를 하지 말며, 성나도 몹쓸 말을 하지 말며....근거가 분명치 않은 말을 전하지 말 것이고 자기가 당한 일이 아니거든 말을 많이 하지 말 것이다. 이것이 임신부의 말하는 도리이다.”(pp. 78-79) [9]라고 하였다. 태교신기 제1장 4절에는 “지아비의 성을 받아 그 자식을 낳을 때까지 잉태한 열 달 동안은 몸을 함부로 하지 않아야 하니, 예가 아니거든 보지 말며, 예가 아니거든 듣지 말며, 예가 아니거든 말하지 말며, 예가 아니거든 행동하지 말며, 예가 아니거든 생각지도 말아서 이렇게 마음과 지각과 온몸을 모두 순하고 바르게 하여서 자식을 기르는 것이 어머니의 도리이니”(pp. 42-44) [9]라고 하였다. 또한 태교신기 제5장 1절에는 “태교를 알지 못하면 어머니 될 자격이 부족한 것이니 반드시 마음

을 바르게 가질 것이다(不知胎教 不足以爲人母 必也正心乎). 마음을 바로 함에는 길이 있으니 보고 듣는 것을 삼가고, 앉고 서는 것을 삼가며, 잠자고 먹는 것을 삼가되 잡됨이 없으면 무던할 것이니 잡됨이 없는 공이 넉넉하고 능히 마음을 바로 하겠으니 그것은 삼감(謹)에 있을 뿐이다.”(pp. 106-107) [9]라고 하였다. 이처럼 훌륭한 자녀를 출산하기 위해서 태교신기에서 강조한 내용은 행동을 삼가는 것이었고, 삼감을 강조한 것은 바른 몸가짐에서 바른 마음이 생기며, 이러한 마음이 자녀에게 영향을 미치는 것으로 보았기 때문이다. 이 외에도 제4장 태교지법에서 거처나 잡자는 것, 먹는 것 등 세부적인 행동에서의 삼감을 강조하는 것도 바로 정심과 관련된 내용으로 볼 수 있다.

실제로, 자궁 속 태아의 건강은 태아가 자궁 속에 있을 당시의 어머니의 몸가짐에 영향을 받는 것으로 나타났다. 태내의 낮은 산소수준이나 임부의 스트레스, 영양실조 등과 같은 태내환경요인은 어떤 유전자가 작동하고 혹은 작동을 멈추는가에 영향을 미친다(p. 18) [38]. 따라서 전통태교에서는 임부가 행동을 삼가는 것을 강조하였던 것이다. 그리고 이는 단순히 행동을 삼가는 것 자체가 목적이 아니라 궁극적으로 바른 마음을 갖는 것을 지향하는 것이다.

공경하는 마음, 바른 마음을 갖기 위해 행동을 삼가는 것은 Mayer와 Salovey [33]의 정서지능 가운데 정서조절의 관점에서 이해할 수 있다. 이들은 정서지능을 4단계로 구분하고 정서조절을 가장 상위의 개념으로 설정하였다. 정서조절은 정서적, 지적 성장을 위해 정서를 반영적으로 조절하는 능력으로, 이는 정서를 개방적으로 수용하는 능력, 정서적 상황에 개입·지속·초연할 수 있는 능력, 정서를 반영적으로 평가하는 능력, 자신과 타인의 정서를 조절하는 능력의 4가지 수준으로 구성되어 있다. 태교신기에서 삼감의 의미는 일상생활에서의 행동을 삼가는, 즉 수신, 수양을 통해 자신의 정서를 조절하고자 했던 정서조절전략의 일환으로 볼 수 있다. 일상생활에서의 수신, 수양을 통해 임부의 정서를 조절하고자 하였던 존심이나 정심의 개념은 바로 정서를 개방적으로 수용하고 정서적 상황에 초연할 수 있는 능력을 함양함으로써 정서조절이 가능하다고 보았던 Mayer와 Salovey [33]의 정서조절능력의 개념과 일맥상통하는 것으로 볼 수 있다.

3) 정서적 지지

태교신기는 태교를 임부에게 전적으로 일임한 것이 아니라 가족원 모두의 동참을 통한 정서적 지지를 강조하였다는 점에서 다른 태교서와 차별화된다. 태교신기 제1장 2절에는 “어미 열 달 기름이 아버 하루 낳은 것만 같지 못하니라.”(p. 35) [9]고 하였으

며, 태교신기 제1장 3절에는 “남편은 아내가 거처하는 안방이 아니거든 감히 머물지 아니하며 몸에 질병이 있으면 잠자리를 같이 하지 아니하며, 상복을 입었을 때는 내침에 들어가지 아니하고 음양이 고르지 않거나 하늘기운이 좋지 않으면 또한 잠자리를 같이 하지 않아야 한다. 이는 허욕이 싹트거나 사된 기운이 몸에 붙지 않게 함이니 이렇게 하여 자식을 낳는 것이 아버지의 도리이니”(pp. 38-40) [9]라고 하였다. 여기서 아버지의 하루 낳음을 강조한 것은 단순히 하루를 의미하는 것이 아니라, 잉태 이전부터 장기간에 걸친 마음가짐을 강조하는 것으로 볼 수 있다. 또한 전통적인 여훈서들이 남편을 대하는 아내의 도리만을 강조하는 것과는 달리 태교신기에서는 아내에 대한 남편의 도리와 예의를 강조함으로써 남편의 정서적 지지가 미치는 영향을 강조한 것으로 볼 수 있다.

나아가 이사주당은 남편뿐 아니라 주변인들의 동참과 지지를 논하였다. 태교신기의 제4장 태교지법(胎敎之法)의 1절과 2절은 주변인이 행해야 할 태교의 법을 논하고 있다. 제4장 1절에서 사주당 이씨는 “태를 기르는 데에서 임신부뿐 아니라 온 집안사람이 항상 거동을 조심해야 한다. 감히 분한 일을 듣게 해서 안 되나니 성낼까 두려워함이고, 감히 흥한 일을 듣게 해서 안 되나니 두려워할까 걱정해서이며, 감히 난처한 일을 듣게 해서 안 되나니 그로써 근심할까 걱정해서이다.”(pp. 64-65) [9]라고 하였다. 또한 2절에는 “임산부를 대하는 도리는 기쁨과 성냄과 설움과 즐거움이 절도를 지나치지 못하게 할 것이다. 그러므로 임부의 곁에는 항상 선한 사람이 있어 그 거동을 돕고 그 마음을 기쁘고 즐겁게 하며 본받을 말과 마땅히 해야 할 일을 귀에 끊임없이 들려준 이후에는 게으르고 사기만 마음 생겨날 수 없을 것이다. 이것이 임부를 대하는 방도일 것이다.”(pp. 66-67) [9]라고 하여 주변인들이 미칠 수 있는 정서적 영향을 강조하였다.

사주당은 자녀를 임신하고 출산하며 양육하는 일이 여성 개인의 일이라는 편견을 뛰어넘어 부부 공동의 일이며 가족 모두의 역할임을 강조한 것이다. 이처럼 모든 가족구성원의 참여를 강조한 것은 정서반응에 따른 생리적 변화의 중요성과 아울러 임신부에 대한 정서적 지지, 가족 내 정서적 분위기의 중요성을 강조한 것이다. 연구결과, 정서적 지지는 임신 초기와 말기의 임신우울증을 사전에 예방하거나 감소시키기 위한 효율적인 방법이라고 한다[6]. 또한 남편의 지지는 부부간의 결혼만족도를 향상시킴으로써 태교 실천에 도움을 주었을 것으로 볼 수 있다[11]. 나아가 가족원의 동참과 정서적 지지를 강조한 것은 자녀양육의 책임은 전적으로 여성의 몫이라고 생각했던 가부장적 이념이 팽배한 사회에서 임신한 여성의 심리적 부담을 덜어주고 궁극적으로 긍정적인 정서상태를 유지할 수 있는 효율적인 방법이었을 것으로 볼 수 있다.

결론 및 제언

본 연구에서는 가장 체계적인 전통태교지침서인 태교신기의 내용을 태교의 원리와 방법으로 구분하고, 정서발달의 영역별로 태교신기의 내용을 범주화하였다. 태교신기의 내용은 정서영역 가운데 정서조절에 초점을 맞추고 있으므로 이를 중심으로 분석 결과를 연구문제에 따라 요약하면 다음과 같다.

첫째, 태교의 원리는 기질이 부모로부터 만들어짐을 전제로 한다. 기질이 부모로부터 만들어진다는 함은 기질의 형성에서 유전뿐 아니라 환경요인이 영향을 미침을 전제로 한 것이다. 태교신기에서 말하는 기질의 의미는 정서와 밀접한 관련을 가지고 있는데, 이는 기질에서의 개인차는 바로 정서에서의 개인차를 반영한다는 현대의 정서중심적 기질이론의 관점과 부합되는 것이다. 따라서 전통태교의 원리는 태내발달에서 정서발달의 중요성을 강조함과 동시에 부모의 정서가 자녀의 정서에 영향을 미치므로 임부의 정서조절을 통해 태아에게 미치는 긍정적인 영향을 극대화하고자 한 것이다. 또한 기질이 부모로부터 만들어짐을 전제로 하였으므로 임신의 주체인 어머니의 모성태교뿐 아니라 아버지의 부성태교의 중요성을 강조하였다. 나아가 태교의 시기에서는 잉태 이전부터 이루어지는 것이 효과적인 것으로 간주하였으므로 잉태 이후의 태교뿐 아니라 잉태 이전 태교의 중요성을 강조하였다.

둘째, 태교의 방법은 신체가 마음에 상응하여 움직이며, 마음 또한 신체에 상응하여 움직임을 전제로 한다. 따라서 공경하는 마음을 갖는 것, 행동을 삼가는 것을 통해 바른 마음을 갖는 것, 즉 존심과 정심의 원리는 태교의 방법상의 핵심이라고 볼 수 있다. 그리고 이러한 존심과 정심의 원리에 근거한 태교가 이루어지기 위해서는 임부 자신이 몸과 마음을 삼가는 것뿐 아니라 남편을 위시한 가족원 모두로부터의 정서적 지지가 중요함을 강조하였다.

이상과 같은 연구결과를 중심으로 다음과 같은 결론을 내릴 수 있다. 첫째, 태교신기는 기질이 부모로부터 만들어지며, 기질에 영향을 미치는 가장 중요한 요인은 어머니의 정서상태임을 말해주는 것이다. 이는 현재 우리 사회에서 널리 성행하고 있는 태아를 대상으로 한 인지중심교육의 문제점을 말해주는 것이기도 하다. 우리 전통태교에서 강조했던 것은 기질형성과 관련된 부모의 마음가짐을 강조한 것이지 조기 인지교육을 강조한 것은 아니었다. 그러므로 지나치게 인지중심적인 태교문화에 대한 방향수정과 아울러 스트레스 없는 태교문화의 정착을 위한 인식의 전환이 필요하다. 또한 많은 기질이론가들은 기질은 출생시부터 타고나는 개인의 특성으로 간주한다. 그러나 태교신기에서는 출생시부터 타고나는 기질도 태내환경, 태내에서 모체의 정서상태에 따라

상기한 형태로 발달할 수 있음을 말해주고 있다. 특히 유전과 환경의 상호작용에서 유전적 성향이 환경적 결손과 결합할 때 부적응적인 행동특성이 보다 배가 된다[40]는 사실을 감안한다면 환경결손의 문제를 경험하기 쉬운 저소득층 임신부들을 대상으로 태교문화를 확산시켜나가는 것이 필요하다. 또한 전통태교에서 잉태 이전 태교의 중요성을 강조한 것은 임신부의 정서조절 능력이 임신에 영향을 미친다고 해서 하루아침에 향상되는 것은 아니기 때문이다. 따라서 태교가 임신 이후부터라는 일반적인 통념을 넘어서 잉태 이전의 임신전 태교까지를 포함하는 것으로 그 개념이 확장될 필요가 있다.

둘째, 태교의 핵심적인 방법인 존심과 정심의 원리를 보다 구체화시키고 남편과 가족원의 정서적 지지와 동참을 유도함과 동시에 이를 태교실천을 위한 프로그램 개발과 연계시켜야 할 것이다. 따라서 정서와 기질의 관련성에 근거하여 현대의 기질이론에서 규명된 많은 연구결과들을 정서조절 능력을 향상시키기 위해 접목시키려는 노력이 필요하다. 예를 들어 Rothbart [40]의 기질 척도(children's behavior questionnaire, CBQ)의 구성요인인 의도적 통제(effortful control)는 정서조절과 관련된 내용으로, 그 하위문항 가운데 하나는 주의집중하여 선을 긋거나 색칠하는 것을 통해 주의집중하는 성향을 측정하고 있다. 그러므로 기질을 측정하기 위해 만들어진 이들 문항들의 내용을 정서조절 능력을 향상시키기 위한 활동으로 활용할 수 있을 것이다. 또한 남편의 정서적 지지와 동참이라는 측면에서 본다면 라마즈 분만법과 같은 분만방법은 단순히 출산의 고통을 경감시켜주는 효과만 있는 것이 아니라 태아에게도 긍정적인 영향을 미치는 태교방법으로도 평가할 수 있을 것이다. 특히 이를 구성하는 명상법은 임신부의 정서조절에 긍정적인 영향을 미쳤을 것으로 평가할 수 있다. 그러므로 태교와 출산방법을 연계한 통합적인 프로그램의 개발도 가능할 것이다. 따라서 본 연구는 정서교육에 초점을 맞춘 우리나라 태교문화의 우수성을 재확인하고, 이를 토대로 앞으로의 바람직한 태교문화의 정립을 위한 기초자료를 제시하였다는 점에서 연구의 의의를 찾을 수 있다.

최근 태교의 긍정적인 측면이 강조되면서 서구에서도 태교가 태아의 발달을 촉진시키기 위한 문화로 발전되고 있고, 국내에서도 다양한 태교방법이 확산되고 있다. 다양한 태교방법의 확산은 출생 이후 잘못된 행동을 수정하려는 노력에 비해 훨씬 용이하고 경제적인 방법이라는 점에서 긍정적으로 평가할 수 있다. 그러나 한편으로는 태교의 방법이나 의미에 대한 충분한 이해 없이 많은 종류의 태교가 범람하고 있고, 대부분의 사람들이 태교에 대한 정보를 얻고 있는 인터넷상에는 체계적인 정보는 제공되지 못한 채

단편적이고 상품화된 태교정보가 범람하고 있다. 따라서 후속연구들에서는 태내 정서상태의 중요성을 인식시키고 확산시킬 수 있는 현대 사회에 적절한 태교프로그램 개발을 위한 구체적인 지침이 제시되기를 기대한다.

Declaration of Conflicting Interests

The authors declared that they had no conflicts of interest with respect to their authorship or the publication of this article.

References

- Ahn, K. S. (2005). *Korean traditional educational philosophy on children*. Seoul: Hakjisa Publisher.
- Ahn, M. O. (2001, November). *Taegyo and mind-body medicine*. Paper presented at the 15th Conference of the Korean Society of Jungshin Science, Seoul, Korea, pp. 16-22.
- Alvarado, R., Medina, E., & Aranda, W. (2002). The effects of psychosocial variables during pregnancy and in birth weight and gestational age of the newborn. *Revista Médica de Chile*, 130(5), 561-568.
- Azar, B. (1997, December). Maternal emotions may influence fetal behaviors. *APA Monitor*, p. 15.
- Bates, J. E. (2004). Temperament as an emotion construct: Theoretical and practical issues. In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (2nd ed., pp. 382-396). New York, NY: Guilford Press.
- Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. *Child Development*, 55(1), 83-96.
- Chang, J. H. (2005). A study on the antenatal training theory of 『Taegyosingi』 from the perspective of Confucian education. *Daedong-munhwa-yongu*, 50, 475-502.
- Chang, W. D. (2001). The comparison research of traditional Taegyo and modern Taegyo. *The Journal of Unification Affairs*, 6(1), 149-160.
- Choi, S. S., & Park, C. K. (1991). *Taegyo-Singi*. Seoul: Seongbosa.
- Choi, Y. S., & Kim, H. O. (1995). A survey on the practice of Taegyo among childbearing couples. *Journal of Korean Academy of Womens Health Nursing*, 1(2), 153-173.
- Chung, M. R., Kang, S. K., & Kim, M. J. (2013). The study of marital satisfaction, parenting attitude and practice of Taegyo in pregnant women. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 51(2), 241-251.
- Chung, Y. W. (2000). A study of Taegyo-Singi. *New Korean Life*, 10(3),

- 77-98.
13. Domar, A. D. (2004). Impact of psychological factors on dropout rates in insured infertility patients. *Fertility and Sterility*, 81(2), 271-273. <http://dx.doi.org/10.1016/j.fertnstert.2003.08.013>
 14. Ekman, P. (1992). Facial expression of emotion: New findings, new questions. *Psychological Science*, 3(1), 34-38.
 15. Engel, G. L. (1981). The clinical application of the biopsychosocial model. *Journal of Medicine and Philosophy*, 6(2), 101-123.
 16. Ha, C. H. (1988). *A study on Taegyo philosophy and women's education of Joseon Dynasty: Focused on 「Taegyo-Singi」* (Unpublished master's thesis). Korea University, Seoul, Korea.
 17. Ha, K. S. (1989). *A study on Taegyo philosophy of Joseon Dynasty* (Unpublished master's thesis). Kookmin University, Seoul, Korea.
 18. Henry, J. P. (1980). Neuroendocrine patterns of emotional response. In R. Plutchik & H. Kellerman (Eds.), *Emotion, theory, research and experience* (Vol. 3, pp. 37-60). New York, NY: Academic Press.
 19. Izard, C. E. (1994). Innate and universal facial expressions: Evidence from developmental and cross-cultural research. *Psychological Bulletin*, 115(2), 288-299.
 20. Kang, K. C. (2001, November). *Taegyo in mind-body medicine*. Paper presented at the 15th Conference of the Korean Society of Jungshin Science, Seoul, Korea, pp. 145-153.
 21. Kim, B. H. (2010). The educational implication of traditional Taegyo in 『Taegyo-Singi』. *Philosophy of Education*, 41, 69-92.
 22. Kim, B. H. (2012). The educational characteristics and topology of prenatal education. *The Journal of Child Education*, 21(3), 169-180.
 23. Kim, Y. C. (2005). The educational meaning of 'serious mind' and 'right mind': An interpretation of 「Taekyosinki」. *The Journal of Moral Education*, 17(1), 133-156.
 24. Kim, Y. C. (2006). The principle of traditional Taegyo and modern Taegyo. *Chungbuk Journal of Education*, 27(3), 1-23.
 25. Kweon, E. J. (1989). A study of Buddhist theory on human and child development. *The Korean Association for Buddhist Studies*, 14, 433-452.
 26. Kweon, Y. C. (1972). A study on Tae-Kyo-Sin-Ki. *Journal of the Women's Problems Research Institute*, 2, 153-178.
 27. Lee, H. S. (2007). *The history of women's mentality in the latter part of Joseon Dynasty*. Seoul: Ewha Womans University Press.
 28. Lee, J. E., Park, K. M., Lee, B. R., Jung, J. H., & Yoo, D. Y. (2002). Research of influence of regimen of pregnant woman on infant allergic disease(focusing on traditional prenatal care). *The Journal of Oriental Gynecology*, 15(4), 149-162.
 29. Lee, S. (1938). *Taegyosingi Janggudaejeon*. Yecheon: Caehanjobang.
 30. Lee, Y. J. (1991). *Taegyosingi*. Seoul: Moonduksa.
 31. Lim, J. I. (2011). *Sajudang Lee's writing of <Taegyosinegi> and prenatal education* (Unpublished master's thesis). Dongguk University, Seoul, Korea.
 32. MacLean, P. D. (1985). Brain evolution relating to family, play, and the separation call. *Archives of General Psychiatry*, 42(4), 405-417.
 33. Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3-31). New York, NY: Basic Books.
 34. Moon, Y. (1999). *EQ episode test*. Seoul: Institution of Education, Seoul National University.
 35. Nash, J. M. (2002, November 11). Inside the womb. *Time*, pp. 68-78.
 36. Omer, H., & Everly, G. S. Jr. (1988). Psychological factors in preterm labor: Critical review and theoretical synthesis. *American Journal of Psychiatry*, 145(12), 1507-1513.
 37. Park, M. I., Shin, D. Y., Ho, J. K., Hwang, J. H., Cha, K. J., & Park, Y. S. (2000). Correlation between alpha-brain wave, natural sounds and computerized analysis of FHR. *Korean Journal of Perinatology*, 11(2), 213-220.
 38. Pekkanen, J. (2011). The mystery of fetal life: Secrets of the womb. In K. L. Freiberg (Ed.), *Human development 2010/2011* (39th ed., pp. 17-25). New York, NY: McGraw-Hill.
 39. Plutchik, R. (1980). *Emotion: A psychoevolutionary synthesis*. New York, NY: Harper & Row.
 40. Rothbart, M. K. (2011). *Becoming who we are: Temperament and personality in development*. New York, NY: Guilford Press.
 41. Ryoo, J. (1981). Analytical researches on the Tae Gyo Sin Gi(1). *Andong-moon-hwa*, 6, 15-34.
 42. Ryoo, J. (1983). Analytical researches on the Tae Gyo Sin Gi(2). *The Journal of Social Science*, 3(1), 303-316.
 43. Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9(3), 185-211.
 44. Strelau, J. (2002). *Temperament: A psychological perspective*. New York, NY: Kluwer Academic Publishers.
 45. The Academy of Korean Studies. (1996). *EncyKorea*. Retrieved March 20, 2013, from <http://terms.naver.com>
 46. Thomas, A., & Chess, S. (1977). *Temperament and development*. New York, NY: Brunner-Mazel.
 47. Tomkins, S. S. (1970). Affect as the primary motivational system. In M. B. Arnold (Ed.), *Feelings and emotions: The Loyola Symposium* (pp. 101-110). New York, NY: Academic Press.
 48. Yeo, J. H. (2005). *Study on the antenatal training thought of Tae-Kyo-Sin-Ki* (Unpublished master's thesis). Sungkyunkwan University, Seoul, Korea.
 49. Yeun, J. E. (2001). *A comparison of perceptions and daily practices of Taigyo between parents-to-be* (Unpublished master's thesis). Graduate School of Health Science, Yonsei University, Seoul, Korea.