

# 목회자의 스트레스가 소진에 미치는 영향: 가족탄력성과 소명의식의 매개효과

최성상\* 김미경\*\*

## 국문초록

본 연구의 목적은 목회자의 스트레스와 소진의 관계에서 가족탄력성과 소명의식의 매개효과를 확인하는 것이다. 먼저 목회 스트레스와 소진 그리고 가족탄력성과 소명의식에 대해 이론적 고찰을 하였다. 선행 연구를 토대로 가족탄력성과 소명의식이 스트레스와 소진에 매개효과를 지니는지 추론하였다. 구성된 문항을 중심으로 상관분석과 구조방정식을 통해 각 변인들이 어떤 관계를 갖고 있는지 검증하였다. 그리고 Sobel 검증으로 가족탄력성과 소명의식이 매개효과를 지니는지 확인하였으며, 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 목회자의 목회스트레스와 가족탄력성 및 소명의식과의 관계에서는 부적 상관이 나타났으며, 심리적 소진과는 정적 상관을 보였다. 둘째, 목회자의 가족탄력성은 심리적 소진과는 부적인 상관을 나타냈다. 목회자의 목회 스트레스와 심리적 소진 간의 관계를 가족탄력성이 매개함을 보여줌으로써 가족탄력성은 목회스트레스를 줄여주고 목회자의 심리적 소진에 대한 완충역할을 할 수 있음을 알 수 있었다. 셋째, 목회스트레스와 심리적 소진과의 관계에서 소명의식이 아무런 매개효과를 갖지 않았다. 위와 같은 연구결과를 바탕으로 연구의 함의와 후속 연구를 위한 제언을 하였다.

**주제어:** 목회스트레스, 소진, 가족탄력성, 소명의식, 매개효과

• 논문 투고일: 2021년 4월 3일

• 논문 수정일: 2021년 4월 30일

• 게재 확정일: 2021년 5월 8일

\*로템상담센터 소장

\*\*서울한영대학교 재활상담심리학과 부교수

• 본 연구는 서울한영대학교 대학원 최성상의 박사학위논문(2018년 2월, 지도교수: 김미경)을 요약·재구성한 논문임

## I. 여는 글

목회자는 구조적으로 스트레스에 노출되어 소진할 수 있게 된다. 목회자가 담당해야 하는 업무는 그 경계가 불분명하고, 퇴근의 개념을 적용하기가 모호하기 때문이다. 수많은 심방과 설교, 교인들의 경조사, 주일 오전·오후 예배, 금요철야 예배, 새벽예배 등의 인도를 모두 소화해야 한다. 이에 목회자는 신체적으로나 심리적으로 소진에 이를 수 있게 된다(안덕수, 2008). 목회자가 현재 처한 자신의 역경과 고난에 대해 이야기하면, 이를 믿음의 부족이나 어떤 잘못으로 인해 겪게 되는 일이라고 해석하는 사람들의 왜곡된 시선 때문에 자신의 스트레스를 제대로 드러내지 못하는 실정이다. 이에 목회자는 스트레스에 대해 소극적인 대처를 하게 됨으로써 심리적 소진에 이르게 된다(황지원, 2012).

목회자가 소진에 이르게 되면 사역지를 옮기거나 심지어 목회 활동을 정리할 수밖에 없게 된다. 한국기독교공보(2010)의 보고에 의하면, 목회자에게 목회를 포기하고 다른 업을 할 생각을 가진 적이 있는지를 조사한 결과, 미자립 교회 목회자가 21.3%, 미자립 교회를 지원하는 교회의 목회자는 19.1%가 그렇다고 응답하였다. 실제로 한국교회의 성장은 정체, 둔화되고 있으며 기독교에 대한 사회적 시각이 곱지 않기 때문에 목회자의 스트레스 지수는 더더욱 높아질 것이며 이로 인해, 목회자는 더욱 육체적, 정신적, 영적인 소진으로 내몰리게 될 것이다.

현재 한국교회 상황은 교회의 건물과 출석교인의 숫자, 십일조 현황 등의 수치에 의해서 목회자가 암암리에 등급이 매겨지고 있으므로 이는 목회자들에게 스트레스로 작용하여 소진을 일으킬 수 있는 충분한 구조이다. 그러나 목회자들은 자신의 힘겨운 소진상태를 겉으로 드러내지를 못하며 누구의 도움을 받기도 쉽지 않다. 목회자는 소진상태를 목회의 실패로 여기고 감추고자 하며 더욱이 대다수의 목회자들은 자신이 심각

한 소진 상태에 있음도 인정하지 않으려고 한다.

오늘날 한국교회가 눈부시게 성장한 것은 자신과 가족을 돌보기보다는 교회를 향한 목회자들의 헌신적인 노고가 있었기 때문이다. 그러나 역설적인 것은 자신을 돌보지 않고 목회사역에만 온 힘을 기울여 온 희생의 대가는 소진의 원인으로 작용하고 있음이다. 목회자들은 더 많이 전도하여 교인들을 교회로 인도하여 더 큰 성전을 짓는 것이 자칫 참다운 목회라는 성공신화에 쫓기지만 목회현장은 녹록하지 않아 이상과 현실의 괴리에서 주저앉게 되어 결국 소진에 이르게 된다. 그러므로 목회자가 소진하기 전에 스트레스에 적절하게 대처하도록 돕는 방안들이 검토되고 지원되어야 할 것이다. 따라서 본 연구에서는 목회자에게 불가피한 스트레스와 이에 따른 소진을 감소시키기 위해 가족의 탄력성과 소명의식의 관계를 살펴봄으로써 대안을 탐색해 보고자 한다.

## II. 펴는 글

### 1. 이론적 배경

#### 1) 목회 스트레스

스트레스란 인간이 신체적, 심리적으로 감당하기 어려운 상황에 처했을 때 느끼는 불안과 위협의 감정으로(한국심리학회, 2014), 어원은 ‘팽팽히 죄다’, ‘긴장’ 등의 의미를 지닌 라틴어 ‘stringere’에서 유래하였다(Thompson & Stradling, 1994). 즉 스트레스는 개인이 내적, 외적 자극에 대해 감당할 범위를 넘어설 때 발생하는 것으로 장기간 반복적으로 노출되면 정서적 불안이나 신경과민, 신체적 기능장애 등의 질병을 유발하게 된다. 따라서 장기간 누적된 목회 스트레스는 심리적 소진이 불가피한

데, Rudow(1999)는 극도의 피로감과 스트레스 상태가 심리적 소진을 일으킨다고 보았으며, 특히 직무로 인한 스트레스가 심리적 소진을 야기한다는 연구 결과들이 밝혀졌다(김정미, 2017; 윤광묵, 2017; 이현아, 이기학, 2009; 정동하, 2010). 그러므로 스트레스에 의해 정신적, 신체적 능력이 고갈이 되는 소진은 스트레스와 밀접한 관련이 있다(Maslach & Schaufeli, 1993).

한편, 스트레스에는 긍정적인 기능과 부정적인 기능이 있는데, 긍정적인 기능은 약간의 긴장을 바탕으로 직무를 수행할 때 통제력 유지와 동기부여를 준다(Ornelas & Kleiner, 2003). 즉, 문제에 직면했을 때, 냉철한 판단을 할 수 있도록 도움을 준다는 것을 의미한다. 반면, 부정적 기능은 과도한 긴장으로 인해 개인 스스로가 통제력을 잃게 되어 위기감과 극도의 불안감을 경험할 수도 있다. 이에 스트레스에 처해 있는 개인은 자신이 해결할 수 있는 문제임에도 감당할 수 없는 문제로 인식하게 된다. 따라서 스트레스는 경우에 따라 개인에게 만족과 충족감 그리고 통제력의 긍정적인 기능을 줄 수 있지만 디스트레스(distress)로서 우리를 파괴하는 역효과를 주면서 부정적인 기능으로 작용할 수도 있다(김미경, 2009).

## 2) 목회자의 소진

소진이란 신체적, 정신적으로 고갈된 상태를 의미한다(한국심리학회, 2014). 소진은 갑자기 나타나는 현상이 아니라 누적된 스트레스로 인해 점진적으로 나타나는 과정으로, 대개 극도의 스트레스 상태에서 소진을 경험하게 되는데, 이때 극도의 피로감과 상실감을 느끼게 되며, 삶에 대해서도 무기력해져 건강까지 위협받게 된다. 그러므로 소진은 스트레스와는 달리, 회복할 수 있는 능력이 고갈되어 위기와 역경을 극복하기 힘든 상태가 됨으로써 주변의 사람들과의 관계나 가족 그리고 그가 속한

조직에게도 부정적인 영향을 미치게 된다(Pine & Aronson, 1980).

### 3) 가족탄력성

탄력성이란 어려움을 딛고 보다 더 나은 방향으로 나아갈 수 있는 능력을 뜻한다(한국심리학회, 2014). Werner(1982)는 환경적 어려움에도 불구하고 그 상황에 잘 적응하는 것을 탄력성으로 정의하였다. 이처럼 탄력성은 위험상황이 주어지더라도 역경에 잘 대처함으로써 적응적인 기능을 유지하여 더욱 강하게 성장할 수 있게 되는 능력을 뜻한다(김미경, 2011). 가족탄력성은 이러한 탄력성의 개념을 가족에게 확장 적용한 것으로, 가족이 스트레스 상황에 처했을 때, 이를 극복하고 적응하며 성장하게 되는 능력을 말한다. 즉 가족구성원의 결정에 초점을 두기 보다는, 강점을 지닌 가족이 체계간의 관계적 탄력성을 통하여 어려운 상황을 극복 및 회복하는 능력으로, 기능적 단위로 적응하는 과정을 뜻한다(Walsh, 1996).

따라서 가족탄력성은 개인과 가족에게 부적응을 야기한 도전과 역경 상황으로부터 개인과 가족의 발달 및 회복을 돕는 중요 기제로(Garmezy, 1991), 외부 스트레스로 인해 가족체계 내 혼란이 가중되어도 균형 상태와 성장을 도모할 수 있게 된다. 이는 문제 상황에 대처할 때 높은 수준의 문제해결능력과 효과적인 대처 방법을 발견하기 위한 시도를 위해서는 개인의 능력보다 가족탄력성이 도움이 될 수 있음을 의미한다(박지현, 2011). 그러므로 가족탄력성이 높을수록 스트레스 요인을 긍정적으로 수정하여 적극적인 대처행동을 할 가능성이 높게 되어 스트레스에 대한 통제력 강화 및 스트레스 자체를 희석시킬 수도 있다(장경문, 2003). 이러한 관점에서 가족체계의 탄력성은 개인의 스트레스 대처 방식에 있어서 위기상황에 대한 이해를 높이고 빠르게 이를 해결할 수 있도록 돕는다(이희운, 박정윤, 2011; 최희정, 이인수, 2009). 다시 말해

가족이 지닌 자원에 따라 스트레스에 대처해 나가는 양식이 달라지며 어려운 상황을 성공적으로 극복하고 성장을 이룰 수 있는 가족탄력성은 소명과 함께 목회자의 소진을 예방할 수 있는 중요한 요인이라고 본다.

#### 4) 목회자의 소명인식

소명(calling)은 종교적인 기원을 가지고 있으며, 신의 부름을 받은 일이라는 의미로 사용되었으나 점차 일반화되어 사회적, 개인적으로 가치 있는 일을 발견하여 그것에 헌신하는 것을 말한다(한국심리학회, 2014). 즉, 소명에는 보편적 소명과 특별한 소명으로 구분할 수 있는데, 보편적 소명은 평신도와 같은 일반인이나 목회자 구분 없이 모두가 구별 없이 받는 것이며, 특별한 소명은 개별적으로 교회 직무를 감당하도록 목회자를 부르는 소명이자 성령의 내적 확신과 믿음의 공동체로부터 추천되어 교단의 조직에 의해 승인된 소명으로 볼 수 있다(Ben, 1998). 한편, 소명은 ‘내적인 부름’과 ‘외적인 부름’이 있는데 내적인 부름은 개인이 하나님으로부터 소명을 받은 이른바, 자아 초월적인 부름을 인식(Dik & Duffy, 2009)하는 것이며 반면에, 외적인 부름은 교회 공동체와 같은 외적인 기관에서 그의 부르심을 확증하는 것이다(이내강, 1998). 따라서 목회자의 소명은 하나님의 특별한 목적을 이루기 위해 부르심을 받은 것으로 일반 신자들의 소명과 다르다고 볼 수 있다.

Davidson과 Caddell(1994)은 소명이란 지금 하고 있는 일을 하도록 부름을 받았기 때문에, 얼마의 돈을 버는가와 상관없이 그 일 자체가 특별한 의미를 지니는 것이며, 그 일을 하기 위해 이 땅에 자신이 태어났다고 생각하는 것이라고 했다. 즉 소명이란 어떤 초월적 부름에 부응하는 타인 지향적인 특별한 삶의 목적과 의미를 위해 특정한 역할을 감당하는 것이라고 볼 수 있다(Dik & Duffy, 2009).

따라서 동일한 수준의 스트레스 상황에서도 자신의 직무에 대한 높은

소명의식을 가진 사람은 보다 스트레스를 잘 관리할 수 있게 된다. 즉, 소명의식이 높을 경우 긍정적인 정서가 관여되어 자신의 직무를 바라보게 됨으로써, 삶의 만족이 높아질 수 있게 된다(Duffy, Dik, & Steger, 2011). 소명의식은 직무 스트레스와 심리적 소진의 관계에서 매개효과가 있는 것으로 나타났다(김연우, 2016; 백정은 2017). 목회자 역시 소명의식이 높을 경우 스트레스에 적절하게 대처할 수 있게 되어(이희정, 2010; 송미옥, 심은정, 2018), 목회 사역을 긍정적으로 감당하고 심리적 소진을 예방해주는 역할을 할 수 있을 것으로 보았다.

## 2. 연구방법

### 1) 연구대상

본 연구는 국내에 거주하는 담임 목회자들을 대상으로 목회스트레스, 소진, 가족탄력성, 소명의식으로 구성된 설문지를 배포하여 총 389부의 설문지를 회수했으며, 이 중 불성실하게 응답한 설문지 27부를 제외한 362부가 분석에 사용되었다. 본 연구대상의 성별 분포는 남자 목회자 335명(92.5%), 여자 목회자는 27명(7.5%)이었으며, 연령대는 50대가 196명(55.2%)으로 가장 많았다. 주거형태는 대략 절반 정도가 교회에서 제공받는 사택(40.9%)에서 가장 많이 거주하고 있었으며, 목회기간은 20년 이상이 167명(46.3%)로 나타났다.

### 2) 연구모형

본 연구에서는 이론적 배경을 바탕으로 다음과 같은 가설을 설정하였고, <그림 1>과 같이 연구모형을 작성하였다.

가설 1. 목회자의 목회 스트레스는 심리적 소진에 정적 영향을 미칠 것이다.

가설 2. 목회자의 목회 스트레스는 가족탄력성에 부적 영향을 미칠 것이다.

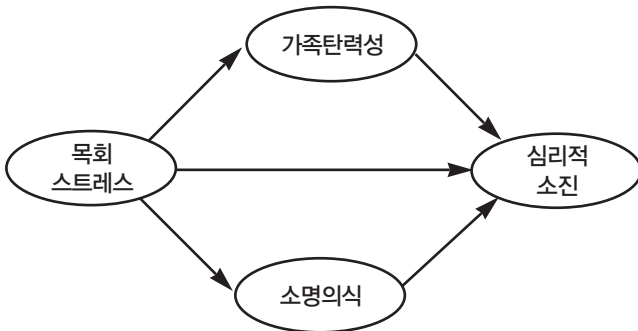
가설 3. 목회자의 목회 스트레스는 목회자 소명의식에 부적 영향을 미칠 것이다.

가설 4. 가족탄력성은 목회자의 심리적 소진에 부적 영향을 미칠 것이다.

가설 5. 목회자의 소명의식은 심리적 소진에 부적 영향을 미칠 것이다.

가설 6. 목회자의 목회 스트레스와 심리적 소진 간의 관계를 가족탄력성이 매개할 것이다.

가설 7. 목회자의 목회 스트레스와 심리적 소진 간의 관계를 목회자 소명의식이 매개할 것이다.



〈그림 1〉 연구모형

### 3) 측정도구

#### (1) 목회 스트레스

본 연구에서는 이상실(2003)이 개발한 목회 스트레스 검사지를 오세준(2009)이 수정한 척도를 본 연구의 대상에 맞게 재수정하여 사용하였다. 이 척도는 총 5요인의 51문항으로 구성되어 있는 5점 Likert 척도로, 오세준(2009)의 연구에서 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 목회활동 .96, 목회자



자신 .91, 가족관계 .96, 대인관계 .98, 경제문제 .97로 나타났다. 본 연구에서 신뢰도는 .93으로 나타났으며 목회활동 .82, 목회자 자신 .85, 가족관계 .78, 대인관계 .82, 경제문제 .86으로 나타났다. <표 1>에 목회 스트레스 척도의 하위요인 및 신뢰도를 제시하였다.

<표 1> 목회 스트레스 하위 요인 구성 및 신뢰도 계수

하위요인	문항번호	문항수	신뢰도
목회활동	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	10	.82
목회자 자신	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21	11	.85
가족관계	22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31	10	.78
대인관계	32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41	10	.82
경제문제(교회, 가정)	42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51	10	.86
전체	1~51	51	.93

## (2) 가족탄력성

가족탄력성 측정은 Walsh(1998)에 의해 개발된 척도를 박주연(2011)이 번안, 수정한 것을 사용하였다. 이 척도는 신념체계, 조직패턴, 의사소통과정의 3개 영역으로써 총 30문항의 5점 Likert 척도로 구성되어 있다. 신념체계는 총 12문항으로 역경에 대한 의미부여, 긍정적인 시각, 초월과 영성의 세 가지 하위영역으로 구성되어 있다. 조직패턴은 융통성, 연결성, 사회·경제적 자원의 세 가지 하위영역으로 구성되며 총 8문항이다. 의사소통 과정은 명확성, 개방적 정서표현, 상호 협력적 문제해결의 세 하위영역으로 구성되며 총 10문항이다. 박주연(2011)의 연구에서는 모든 하위요인의 신뢰도가 .95로 나타났다. 본 연구에서는 신뢰도는 .96으로 나타났으며 역경에 대한 의미부여 .82, 긍정적인 시각 .86, 초월과 영성 .90, 융통성 .83, 연결성 .83, 가족의 사회·경제적 자원 .68, 명확성 .75, 개방적인 정서표현 .80, 상호 협력적 문제해결 .90

로 나타났다. <표 2>에 가족탄력성 척도의 하위요인 및 신뢰도를 제시하였다.

<표 2> 가족탄력성 하위 요인 구성 및 신뢰도 계수

하위요인	문항번호	문항수	신뢰도
역경에 대한 의미부여	1, 2, 3, 4	4	.82
긍정적 시각	5, 6, 7, 8	4	.86
초월과 영성	9, 10, 11, 12	4	.90
융통성	13, 14, 15	3	.83
연결성	16, 17, 18	3	.79
가족의 사회적·경제적 자원	19, 20	2	.68
명확성	21, 22	2	.75
개방적인 정서표현	23, 24, 25, 26	4	.80
상호 협력적 문제해결	27, 28, 29, 30	4	.90
전체	1~30	30	.96

### (3) 목회자 소명의식

본 연구에서는 이흥배(2007)가 개발한 목회자 소명척도를 사용하였다. 이 척도는 전국의 신학대학 교수와 목회자, 신학대학생과 신학대학원생 391명을 대상으로 개방형 설문지로 검사를 실시하여 목사소명의 구인을 탐색한 것이다. 확정된 구인으로 목회자와 신학대학생 및 신학대학원생 184명에게 예비검사를 실시했으며, 264명을 대상으로 본 검사를 실시하여 검사의 타당도와 신뢰도를 확인하였다. 이 척도는 총 45문항으로 10개의 하위요인으로 구성되어 있다. 각 하위요인들은 리더십, 믿음, 긍휼, 메시지, 부르심, 돌봄, 전도, 환경, 기도, 서원 등이다. 원 척도에서의 신뢰도는 .72부터 .88 사이로 나타났다. 본 연구에서 신뢰도는 .93으로 나타났으며 돌봄 .90, 리더십 .90, 메시지 .88, 긍휼 .85, 전도 .81, 믿음 .88, 환경 .66, 기도 .55, 부르심 .64, 서원 .81로 나타났다. <표 3>에 목회자 소명의식 척도의 하위요인 및 신뢰도를 제시하였다.

〈표 3〉 목회자 소명의식 하위 요인 구성 및 신뢰도 계수

하위요인	문항번호	문항수	신뢰도
돌봄	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	8	.90
리더십	9, 10, 11, 12, 13, 14, 15	7	.90
메시지	16, 17, 18, 19, 20, 21	6	.88
공홀	22, 23, 24, 25	4	.85
전도	26, 27, 28	3	.81
믿음	29, 30, 31	3	.88
환경	32, 33, 34, 35	4	.66
기도	36, 37, 38, 39, 40	5	.55
부르심	41, 42, 43	3	.64
서원	44, 45	2	.81
전체	1~45	45	.93

#### (4) 심리적 소진

본 연구에서는 Maslach와 Jackson(1996)이 개발한 Maslach Burnout Inventory(MBI)를 유성경과 박성호(2002)가 변안하여 신뢰도와 타당도를 검증한 심리적 소진 척도를 수정한 것을 사용하였으며, 하위요인으로는 정서적 고갈, 비인간화, 개인적 성취감으로 구성되어 있다. 원 척도인 MBI는 Likert 7점 척도이며, 총 22문항이다. 개인적 성취감을 묻는 8개 문항은 역점수로 환산하여, 총점이 높을수록 더 많이 소진된 것으로 해석한다. 본 연구에서는 유성경과 박성호(2002)가 변안(5점 척도)한 것을 사용했는데, 원 척도와 마찬가지로 3개 하위요인이며 총 22문항이다. 유성경과 박성호(2002)의 척도에서의 신뢰도는 정서적 고갈 요인 .89, 비인간화 요인 .77, 개인적 성취감 .85로 나타났다. 본 연구에서 신뢰도는 .92로 나타났으며 정서적 소모 .81, 비인간화 .71, 개인적 성취감 감소 .79로 나타났으며 각 하위요인들의 신뢰도는 다음의 〈표 4〉와 같다.

〈표 4〉 목회자 심리적 소진 하위 요인 구성 및 신뢰도 계수

하위요인	문항번호	문항수	신뢰도
정서적 소모	1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20	9	.81
비인간화	5, 10, 11, 15, 22	5	.71
개인적 성취감 감소	4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21	8	.79
전체	1~22	22	.92

#### 4) 자료분석

본 연구에서 수집한 자료는 SPSS 23.0과 Amos 23.0 프로그램으로 분석하였으며, 구체적인 방법은 다음과 같다. 첫째, 연구대상자들의 인구통계학적 특성을 파악하고자 빈도분석을 실시하였다. 둘째, 각 척도의 신뢰도를 확인하기 위하여 문항내적합치도(Cronbach') 계수를 산출하였다. 셋째, 각 측정변인의 일반적 경향성을 확인하기 위하여 평균과 표준편차를 산출하였고 데이터가 정규분포 가정을 충족하는지 알아보기 위하여 왜도와 첨도값을 확인하였다. 넷째, 인구통계학적 변인에 따른 주요 변인들에 차이가 있는지를 검증하기 위하여 독립표본 t검증 및 one way ANOVA를 사용하였다. 다섯째, 심리적 소진에 미치는 직무 스트레스와 가족탄력성의 영향력을 검증하기 위하여 다중회귀분석을 실시하였다. 여섯째, 측정모형을 구성하는 변인들의 타당성을 검증하기 위하여 확인적 요인분석을 실시하여 적합도와 요인부하량을 확인하였다. 또한 측정모형을 검증하는 데에는 문항 꾸러미(Item Parcels) 방법을 사용하였다. 일곱째, 구조방정식모형을 이용하여 이론적 연구모형을 구성하고 경쟁모형과 적합도 비교를 실시한 후 채택된 모형 내 개별경로 추정치로부터 가족탄력성과 소명의식의 매개효과를 검증하였다. 이때 간접효과를 추정하기 위하여 부트스트래핑을 사용하였다. 여덟째, Sobel 검증으로 매개효과를 분해하여 분석하였다.

### 3. 연구결과

#### 1) 측정변인의 기술통계

본 연구의 각 변인들의 일반적인 경향성과 정규분포 가정 충족 여부를 확인하기 위하여 평균, 표준편차, 첨도와 왜도를 산출하였고 결과는 <표 5>에 제시하였다.

<표 5> 주요 변인의 기술통계 (N=362)

척도명	하위요인	평균	표준편차	왜도	첨도
목회 스트레스	목회활동	2.94	.61	-.44	.18
	목회자 자신	2.39	.57	.08	.09
	가족관계	2.32	.53	.25	.26
	대인관계	2.16	.18	.18	.91
	경제문제 (교회, 가정)	2.65	.69	.18	.05
	전체	2.49	.44	-.04	.46
가족탄력성	역경에 대한 의미부여	4.01	.53	-1.22	3.68
	긍정적 시각	3.94	.55	-.88	3.04
	초월과 영성	3.97	.55	-.62	1.84
	융통성	3.83	.57	-.53	1.20
	연결성	3.94	.52	-.72	2.15
	가족의 사회·경제적 자원	3.59	.64	-.39	.22
	명확성	3.83	.60	-.42	.71
	개방적인 정서표현	3.73	.56	-.07	.37
	상호 협력적 문제해결	3.83	.57	-.50	1.20
전체	3.87	.45	-.61	2.28	
목회자 소명의식	돌봄	4.13	.50	-.36	.71
	리더십	3.81	.51	.11	-.10
	메시지	4.11	.54	-.22	.07
	공홀	4.10	.51	-.60	3.46
	전도	3.69	.66	-.20	.65
	믿음	4.47	.55	-.83	.75

목회자 소명의식	환경	3.53	.59	.27	.27
	기도	3.74	.49	.11	1.14
	부르심	3.87	.68	-.55	.38
	서원	2.27	1.24	.72	-.62
	전체	3.87	.38	.02	1.05
심리적 소진	정서적 소모	2.30	.47	.06	.32
	비인간화	2.11	.49	.23	.52
	개인적 성취감 감소	2.28	.50	.18	.21
	전체	2.25	.46	.09	.26

2) 주요변인의 상관분석

본 연구의 주요 변인인 목회 스트레스, 가족탄력성, 목회자 소명의식, 심리적 소진이 서로 어떠한 관련성이 있는지를 알아보기 위하여 상관분석을 실시하였으며, 그 결과는 <표 6>과 같다. 목회 스트레스는 가족탄력성( $r=-.29, p<.001$ )과 목회자 소명의식( $r=-.19, p<.001$ )과는 부적상관, 심리적 소진( $r=.75, p<.001$ )과는 정적상관이 있는 것으로 나타났다. 즉, 목회 스트레스가 높아지게 되면 가족탄력성과 목회자 소명의식은 낮아지고 소진은 높아지는 것으로 확인되었다. 가족탄력성은 목회자 소명의식( $r=.64, p<.001$ )과 정적상관, 심리적 소진( $r=-.40, p<.001$ )과는 부적상관으로 나타났다. 즉, 가족탄력성이 높을수록 목회자 소명의식이 높아지고 심리적 소진은 낮아지는 것으로 확인되었다. 목회자 소명의식은 심리적 소진( $r=-.28, p<.001$ )과 부적상관이 있는 것으로 나타났다. 다시 말해, 목회자의 소명의식이 높을수록 심리적 소진은 낮아지는 것으로 확인되었다.

<표 6> 주요 변인 간의 상관계수 (N=362)

	목회 스트레스	가족탄력성	목회자 소명의식	심리적 소진
목회 스트레스	1			
가족탄력성	-.29***	1		
목회자 소명의식	-.19***	.64***	1	
심리적 소진	.75***	-.40***	-.28***	1

\*\*\* $p <.001$

### 3) 각 변인의 차이 검증

#### (1) 목회 스트레스가 심리적 소진에 미치는 영향

목회 스트레스의 하위요인이 심리적 소진에 미치는 영향을 검증하기 위하여 다중회귀분석을 실시하였으며 그 결과는 <표 7>에 제시하였다. 먼저, 다중공선성 가정을 충족하는지를 확인하기 위하여 분산팽창계수를 살펴본 결과, 모든 독립변인의 수치가 10을 넘지 않으므로 다중공선성 가정을 충족하는 것으로 판단하였다. 분석결과, 가족관계( $\beta=.42, p<.001$ ), 경제문제( $\beta=.26, p<.001$ ), 대인관계( $\beta=.21, p<.001$ ) 순으로 심리적 소진에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면 목회활동과 목회자 자신은 통계적으로 유의미한 영향을 미치지 못하는 것으로 확인되었다.

<표 7> 심리적 소진에 관한 다중회귀모형 분석 결과(목회스트레스)

변인	B	S.E.	$\beta$	VIF	R <sup>2</sup>	F
목회활동	.04	.03	.06	1.58	.63	118.61***
목회자 자신	.04	.04	.04	1.68		
가족관계	.40	.04	.42***	1.68		
대인관계	.14	.03	.21***	1.57		
경제문제	.21	.04	.26***	1.85		

\*\*\* $p < .001$

#### (2) 가족탄력성이 심리적 소진에 미치는 영향

가족탄력성의 3개 영역이 심리적 소진에 미치는 영향을 검증하기 위하여 다중회귀분석을 실시하였고 그 결과를 <표 8>에 제시하였다. 먼저, 다중공선성 가정을 충족하는지를 확인하기 위하여 분산팽창계수를 살펴본 결과, 모든 독립변인의 수치가 10을 넘지 않으므로 다중공선성 가정을 충족하는 것으로 판단하였다. 분석결과, 조직패턴( $\beta=-.25, p<.05$ )이 심리적 소진에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면 신념체계와 의사소통과정은 통계적으로 유의미한 영향을 미치지 못하는 것으로 확인되었다.

〈표 8〉 심리적 소진에 관한 다중회귀모형 분석 결과(가족탄력성)

변인	B	S.E.	$\beta$	VIF	R <sup>2</sup>	F
신념체계	-.05	.08	-.05	2.60	.16	23.21***
조직패턴	-.24	.09	-.25*	4.43		
의사소통과정	-.11	.08	-.12	3.52		

\* $p < .05$ , \*\*\* $p < .001$ 

## 4) 측정모형의 검증

측정모형을 검증하기 위해 앞서 Russel, Kahn, Spoth와 Altmaier(1998)이 제안한 문항 꾸러미(Item Parcels)를 제작하였다. 하나의 잠재변인에 속하는 측정변인은 3~4개 정도가 적당한 것으로 알려져 있는데, 측정문항이 많을 경우 여러 문항을 몇 개씩 결합하여 각 문항의 측정변수를 문항 꾸러미로 사용하게 되면 여러 가지 이점이 있다. 개별문항을 그대로 사용했을 때 발생할 수 있는 비정규성 문제를 줄이고, 측정변인이 몇 문항의 합이나 평균으로 이루어지므로 신뢰도가 상승한다. 또한 추정해야 할 모수가 감소하여 측정오차가 감소하고 모형의 적합도가 좋아진다(서영석, 2010). 본 연구에서는 가족탄력성과 목회자 소명의식이 하위요인의 수가 각각 9개와 10개로 구성되어 있으므로 두 변인에 대해 문항 꾸러미를 제작하여 분석을 실시하였다.

측정모형의 적합도는 NFI, CFI, TLI, IFI 지수를 중심으로 판단하였다. NFI, TLI, CFI, IFI는 .90이상이면 좋은 적합도(Bentler, 1990; Bentler & Bonett, 1980)로 본다. 그리고 카이제곱값은 표본의 크기에 민감하므로 적합도 판단지표에서 제외하였다(설현수, 2003). 본 연구의 측정모형 적합도 지수는 〈표 9〉에 제시되어 있는 바와 같이 NFI .964, TLI .973, CFI .979, IFI .979로 나타났으므로 양호한 모형임을 알 수 있었다.



〈표 9〉 측정모형의 적합도 지수

	$\chi^2$	df	NFI	TLI	CFI	IFI
측정모형	165.63***	71	.964	.973	.979	.979

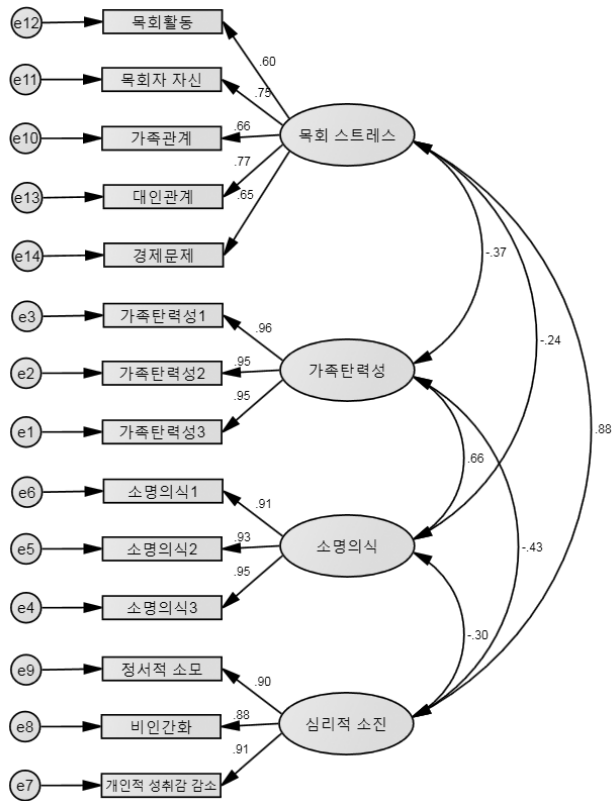
\*\*\* $p < .001$ 

측정모형의 경로계수와 요인 부하량을 〈표 10〉과 〈그림 2〉에 제시하였다. 목회 스트레스는 .60~.77, 가족탄력성은 .95~.96, 소명의식은 .91~.95, 심리적 소진은 .88~.91로 나타났다. 모든 요인 부하량이 Cohen이(1988) 제시한 최소 기준인 .30보다 크므로 14개의 측정변인으로 4개의 잠재변인을 구성한 본 연구의 측정모형이 자료에 타당함을 알 수 있었다.

〈표 10〉 측정모형의 경로계수

변인		B	$\beta$	SE	t
목회 스트레스	→ 목회활동	1.04	.60	.10	10.10***
	→ 목회자 자신	1.35	.75	.11	12.20***
	→ 가족관계	1.00	.66		
	→ 대인관계	1.04	.77	.08	12.39***
	→ 경제문제	1.29	.65	.12	10.85***
가족탄력성	→ 가족탄력성1	.98	.96	.02	41.13***
	→ 가족탄력성2	.98	.95	.02	39.13***
	→ 가족탄력성3	1.00	.95		
목회자 소명의식	→ 소명의식1	.91	.91	.03	32.31***
	→ 소명의식2	.95	.93	.03	34.21***
	→ 소명의식3	1.00	.95		
심리적 소진	→ 정서적 소모	1.06	.90	.04	26.69***
	→ 비인간화	.59	.88	.02	25.14***
	→ 개인적 성취감 감소	1.00	.91		

\*\*\* $p < .001$

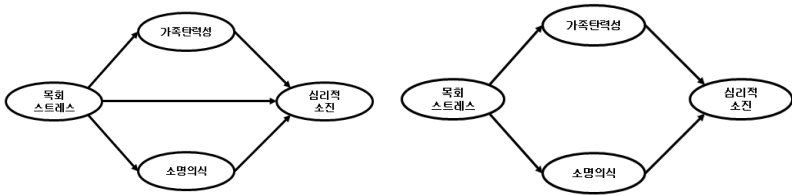


〈그림 2〉 측정모형의 요인 부하량

## 5) 연구모형의 검증

### (1) 연구모형 적합도 분석

연구모형으로 목회 스트레스가 심리적 소진에 직접적으로 영향을 미치기도 하며 가족탄력성과 소명의식을 거쳐 간접적으로 영향을 미치는 부분매개 모형을 설정하였다. 경쟁모형으로는 목회 스트레스가 심리적 소진에 직접적으로 영향을 미치는 경로를 삭제한 완전매개 모형을 설정하였다.



〈그림 3〉 연구모형(좌측)과 경쟁모형(우측)

연구모형과 경쟁모형의 적합도 지수를 산출한 결과를 〈표 11〉에 제시하였다. 연구모형의 적합도는  $\chi^2(72)=328.88$ , NFI=.928, TLI=.928, CFI=.943, IFI=.943으로 나타나 카이제곱값을 제외한 모든 지표가 허용치보다 높은 것으로 나타났다. 경쟁모형의 적합도는  $\chi^2(73)=612.65$ , NFI=.867, TLI=.851, CFI=.880, IFI=.880으로 나타났다. 연구모형(=328.88)과 경쟁모형(=612.65)의 카이제곱값의 차이는  $\Delta\chi^2(1)=283.77, p<.001$ 로 유의미한 것으로 나타났다. 이는 연구모형이 경쟁모형에 비해 자료에 더 적합한 모형임을 의미하므로 연구모형을 최종모형으로 선택하였다.

〈표 11〉 연구모형과 경쟁모형 적합도 지수 (N=362)

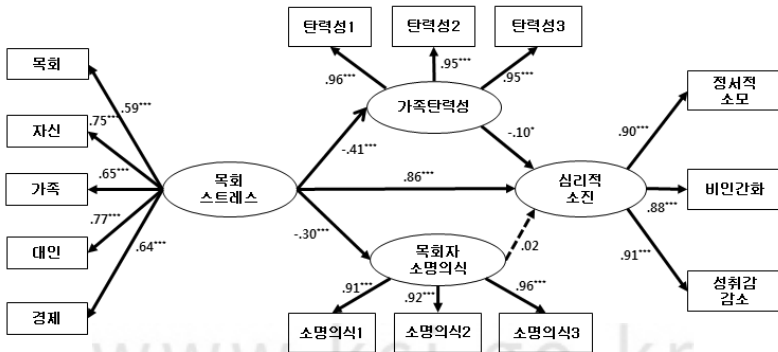
	$\chi^2$	df	NFI	TLI	CFI	IFI
연구모형	328.88***	72	.928	.928	.943	.943
경쟁모형	612.65***	73	.867	.851	.880	.880

\*\*\* $p<.001$

(2) 최종모형 경로계수

목회 스트레스가 심리적 소진에 미치는 영향에서 가족탄력성과 소명의식의 매개효과를 나타낸 모형과 결과를 〈그림 4〉와 〈표 12〉에 제시하였다. 먼저 직접효과를 살펴보면 목회 스트레스는 심리적 소진( $\beta=.86, p<.001$ )을 정적으로 유의미하게 예측하고 가족탄력성( $\beta=-.41, p<.001$ )

과 목회자 소명 의식( $\beta = -.30, p < .001$ )을 부적으로 유의미하게 예측하는 것으로 나타났다. 따라서 가설 1(목회자의 목회 스트레스는 심리적 소진에 정적 영향을 미칠 것이다), 가설 2(목회자의 목회 스트레스는 가족탄력성에 부적 영향을 미칠 것이다), 가설 3(목회자의 목회 스트레스는 목회자 소명 의식에 부적 영향을 미칠 것이다)이 채택됨을 알 수 있었다. 가족탄력성은 심리적 소진( $\beta = -.10, p = .017$ )을 부적으로 유의미하게 예측하는 것으로 나타났다. 따라서 가설 4(가족탄력성은 목회자의 심리적 소진에 부적 영향을 미칠 것이다)가 채택됨을 알 수 있었다. 목회자 소명 의식은 심리적 소진( $\beta = .02, p = .576$ )에 통계적으로 유의미한 영향을 미치지 못하는 것으로 나타나 가설 5(목회자의 소명 의식은 심리적 소진에 부적 영향을 미칠 것이다)가 기각됨을 알 수 있었다. 다음으로 부트스트래핑을 이용한 간접효과를 살펴보면 목회 스트레스는 심리적 소진에 통계적으로 유의미한 간접효과가 없는 것으로 나타났다( $\beta = .02, p = .109$ ). 그런데 이는 목회 스트레스가 가족탄력성을 거쳐 심리적 소진에 미치는 영향과 목회 스트레스가 목회자 소명 의식을 거쳐 심리적 소진에 미치는 영향을 합산한 값이므로 매개효과를 분해해서 살펴보기 위해 이후의 분석에서 Sobel 검증을 활용하였다. 가족탄력성의 설명력은 14%, 목회자 소명 의식은 49%, 심리적 소진은 82%인 것으로 나타났다.



〈그림 4〉 최종모형 경로계수

〈표 12〉 최종모형 효과분석

경로	직접 효과	간접 효과	총 효과
목회 스트레스 → 가족탄력성	-.41***	-	-.41***
목회 스트레스 → 목회활동	.59***	-	.59***
목회 스트레스 → 목회자 자신	.75***	-	.75***
목회 스트레스 → 가족관계	.65***	-	.65***
목회 스트레스 → 대인관계	.77***	-	.77***
목회 스트레스 → 경제문제	.64***	-	.64***
목회 스트레스 → 심리적 소진	.86***	.03	.89***
목회 스트레스 → 목회자 소명의식	-.30***	-	-.30***
목회자 소명의식 → 소명의식1	.91***	-	.91***
목회자 소명의식 → 소명의식2	.92***	-	.92***
목회자 소명의식 → 소명의식3	.96***	-	.96***
가족탄력성 → 심리적 소진	-.10*	-	-.10*
가족탄력성 → 가족탄력성1	.96***	-	.96***
가족탄력성 → 가족탄력성2	.95***	-	.95***
가족탄력성 → 가족탄력성3	.95***	-	.95***
목회자 소명의식 → 심리적 소진	.02	-	.02
심리적 소진 → 정서적 소모	.90***	-	.90***
심리적 소진 → 비인간화	.88***	-	.88***
심리적 소진 → 성취감 감소	.91***	-	.91***
$R^2$	가족탄력성=.14 목회자 소명의식=.49 심리적 소진=.82		

\* $p < .05$ , \*\*\* $p < .001$ 

Sobel 검증을 통해 매개효과를 분해하여 분석한 결과를 〈표 13〉에 제시하였다. 목회 스트레스가 가족탄력성을 거쳐 심리적 소진으로 가는 간접경로( $\beta = .04, p < .05$ )가 유의미하고 앞선 분석에서 목회 스트레스는 심리적 소진에 직접적인 영향( $\beta = .86, p < .001$ )을 미치는 것으로 나타났다. 또한 위의 결과에서 목회 스트레스가 심리적 소진에 유의미한 직접효과

가 확인되었으므로 목회 스트레스와 심리적 소진 간의 관계에서 가족탄력성이 부분매개함과 가설 6(목회자의 목회 스트레스와 심리적 소진 간의 관계를 가족탄력성이 매개할 것이다)이 채택됨을 알 수 있었다. 목회 스트레스가 목회자 소명의식을 거쳐 심리적 소진으로 가는 간접경로 ( $\beta = -.01, p = .578$ )는 유의미하지 않은 것으로 나타나 가설 7(목회자의 목회 스트레스와 심리적 소진 간의 관계를 목회자 소명의식이 매개할 것이다)이 기각됨을 알 수 있었다. 즉, 목회 스트레스는 심리적 소진에 직접적인 영향을 미치고 가족탄력성을 통해 간접적으로 영향을 미치기도 하지만 목회자 소명의식을 통해 간접적으로 영향을 미치지 않는 것을 확인하였다.

〈표 13〉 매개효과의 분해

경로	$\beta$	SE	z
목회 스트레스 → 가족탄력성 → 심리적 소진	.04	.02	2.23*
목회 스트레스 → 목회자 소명의식 → 심리적 소진	-.01	.01	-.56

\* $p < .05$ 

#### 4. 결론

본 연구의 목적은 목회자의 소진에 영향을 주는 요인들 중에서 목회 스트레스, 가족탄력성, 소명이 어떠한 영향을 주는지 분석함으로써 이들의 상호 관련성을 규명하고자 하였다. 본 연구의 주요 결과들을 기술하면 다음과 같다. 첫째, 목회 스트레스 측면에서 소명의식과 심리적 소진, 가족탄력성의 상관관계 분석에서는 목회 스트레스는 가족탄력성( $r = -.29, p < .001$ )과 목회자 소명의식( $r = -.19, p < .001$ )과는 부적상관, 심리적 소진( $r = .75, p < .001$ )과는 정적상관이 있는 것으로 나타났다. 이는 목회

스트레스가 높을수록 가족탄력성과 목회자 소명의식은 낮아지고 심리적 소진은 높아짐을 의미한다. 그러나 상관관계 분석은 모든 변인이 투입되지 않기에 신뢰도가 낮다. 이에 구조방정식을 이용하여 연구결과를 얻고자 했다. 모든 변인이 투입된 구조방정식에서 목회 스트레스는 심리적 소진( $\beta=.86, p<.001$ )을 정적으로 유의미하게 예측하고 가족탄력성( $\beta=-.41, p<.001$ )과 목회자 소명의식( $\beta=-.30, p<.001$ )을 부적으로 유의미하게 예측하는 것으로 나타났다. 이는 스트레스가 단순히 목회자에게 신체적, 심리적 소진을 넘어 가족과의 관계와 소명의식에도 영향을 준다는 점을 의미한다. 즉, 목회자의 스트레스 지수가 높게 나타나면 목회자의 가정과 소명에도 부정적 영향을 미치게 한다는 것이다. 따라서 가설 1(목회자의 목회 스트레스는 심리적 소진에 정적 영향을 미칠 것이다), 가설 2(목회자의 목회 스트레스는 가족탄력성에 부정적 영향을 미칠 것이다), 가설 3(목회자의 목회 스트레스는 목회자 소명의식에 부정적 영향을 미칠 것이다)이 채택됨을 알 수 있다.

둘째, 가족탄력성 측면에서 소명의식과 심리적 소진과의 상관관계 분석에서 가족탄력성은 목회자 소명의식( $r=.64, p<.001$ )과 정적상관, 심리적 소진( $r=-.40, p<.001$ )과는 부적상관이 있는 것으로 나타났다. 즉, 가족탄력성이 높을수록 목회자 소명의식이 높아지고 심리적 소진은 낮아진다. 그리고 구조방정식을 통해 분석한 결과 가족탄력성은 심리적 소진( $\beta=-.10, p=.017$ )과 부적으로 유의미하게 예측하는 것으로 나타났다. 따라서 가설 4(가족탄력성은 목회자의 심리적 소진에 부정적 영향을 미칠 것이다)가 채택됨을 알 수 있었다.

셋째, 목회자 소명의식과 심리적 소진과의 상관관계 측면에서는 부적상관( $r=-.28, p<.001$ )이 있는 것으로 나타났다. 그러나 상관분석에는 본 연구에서 제시하는 모든 변인들이 투입되지 않았으므로 최종 모형 즉, 모든 변인이 투입되어 있는 구조 방정식을 통해 보다 정확한 결과를 얻고자

하였다. 또한 변인간의 직접적인 관계와 간접적인 관계를 알아보고자 하였다. 구조방정식 결과에서 목회자 소명 의식은 심리적 소진( $\beta=.02, p=.576$ )에 통계적으로 유의미한 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다.

넷째, Sobel 검증을 통해 세부적으로 매개효과를 분해하여 분석한 결과, 목회 스트레스가 가족탄력성을 거쳐 심리적 소진으로 가는 간접경로( $\beta=.04, p<.05$ )가 유의미함을 보여주었다. 또한 앞의 결과를 통해 목회 스트레스는 심리적 소진에 직접적인 영향( $\beta=.86, p<.001$ )을 미치는 것으로 나타났으므로 목회 스트레스가 심리적 소진에 유의미한 직접효과가 확인되었다. 그러나 목회 스트레스가 목회자 소명 의식을 거쳐 심리적 소진으로 가는 간접경로( $\beta=-.01, p=.578$ )는 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 이는 아마도 본 연구의 조사대상자 중 20년 이상 장기간 목회를 한 목회자가 거의 절반을 차지하였으므로 그동안 목회 스트레스가 누적됨으로써 소진될 수 있는 개연성이 높은 것으로 해석된다.

### III. 닫는 글

본 연구는 목회자의 스트레스와 소진의 관계에서 가족탄력성과 소명 의식의 매개효과를 확인해 보았고 위의 연구결과를 바탕으로 논의를 해 보면 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서 목회 스트레스와 소진과의 관계에서 목회자의 스트레스가 높으면 소진도 역시 커짐을 확인하였다. 이러한 결과는 스트레스와 목회자의 심리적 소진은 역시 높게 나타난다는 연구(기종서, 2009; 이용우, 2005; 송미옥, 심은정, 2018)와 일치한다. 소진 상황에서는 타인에 대해 무감각해지고 비인간화를 유발하며 자신과 관계된 사람들에게 부정적인 태도로 반응할 수도 있다(Maslach, Jackson, & Leiter, 1996). 목회자가 소진에 이르게 되면 고립된 생활로 인해 정상



적인 목회업무가 불가능한 뿐더러 가족에게도 스트레스를 주어 탄력적인 가족을 형성하기가 어렵다. 또한 성도들과의 관계에서도 자칫 냉소적이고 무감각한 반응을 통해 갈등을 만들 수도 있으므로 스트레스를 적절히 대응하여 소진에 이르지 않도록 예방해야 할 것이다.

본 연구에서는 목회자의 스트레스가 소명의식에 유의미한 영향을 미치고 있음을 확인할 수 있었는데, 이는 교사를 대상으로 한 연구에서도 동일하게 나타났다. 즉 교사의 스트레스가 소명의식에 유의미한 영향을 미치고 있었다(백정은, 2010; 김연우, 2016). 이를 통해 목회자가 스트레스에 대한 적절한 대처를 하지 못한다면 낮은 소명의식에서 목회활동을 하게 되어 하나님의 뜻 보다는 목회자 자신의 만족과 이익을 먼저 고려할 수 있게 되어 결국 교인들과의 갈등을 일으켜 교인들까지 스트레스를 받게 할 수도 있을 것이다(오세준, 2009).

한편, 본 연구에서는 선행연구와 다르게 소명의식이 소진에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났기 때문에, 이에 대한 추가적인 해석이 필요하다. 본 연구는 근속연수(시무기간)가 20년 이상인 목회자가 167명으로 전체 46.3%에 달한다. 자신의 직무를 처음 시작하는 일반 직업군의 신입사원들을 대상으로 한 김광태(2017)의 연구에서는 신입사원들의 직무만족과 성과에서 소명의식의 영향력이 크게 나타났지만, 목회자는 성도들을 돌보는 업무가 장기화 되어 목회가 자신에 대한 가치와 목회사역에 있어서 목적의식이 약화될 수 있으므로 소명의식에도 부정적인 영향을 미칠 수 있게 된다(이희정, 2010). 더구나 본 연구의 조사대상자 중 55.2%가 50대 이상의 목회자였다. 자신의 직무에 열의를 갖고 시작하는 신입사원들에게서 높게 나타난 직무 소명의식과는 달리, 중년기에 처한 목회자들의 소명의식은 낮아지고 흔들릴 수 있을 것이다. Fenton(2005)도 중년 목회자의 위기에서 목회시무기간이 길수록 소명의식이 약화된다고 하였다. 즉, 세월이 지남에 따라 처음에 가졌던 열정과

하나님을 섬기는 소명이 서서히 약화되고 교회 성장이 멈추게 되며 심할 경우에는 목회직에서 은퇴할 수도 있음을 주변에서 그 사례를 접할 수 있다. 그러므로 목회활동에서 중요한 소명의식을 고취시킬 수 있는 실질적으로 도움이 되는 체계적인 프로그램이 시급하다고 본다.

한편, 가족탄력성이 스트레스를 줄여준다는 연구결과(김현주, 이성애, 2011; 박지현, 김태현, 2011; 이원남, 2016; 이인혜, 2008; 차운숙, 2013)와 마찬가지로 목회자의 가족탄력성은 스트레스를 완화시켜주는 요인임을 확인하였다. 즉, 가족탄력성의 하위변인들인 신념체계, 조직패턴, 의사소통 수준에 따라 목회자의 스트레스가 완화되는 것으로 나타났다. 따라서 목회자 가족이 탄력적이라면 가족의 응집력과 적응력을 통해 목회자가 목회현장에서 주어지는 스트레스에 적응하고 극복할 수 있으며, 적극적인 대처 행동을 할 수 있게 된다. 종합해보면 목회자의 스트레스는 심리적 소진에 유의미한 영향을 미침으로 소진에 이르기 전에 스트레스를 적절히 해소시켜 주어야 하며, 스트레스를 충분히 극복하고 적응할 수 있도록 건강한 가족관계를 만들어 스트레스의 완충역할이 될 수 있도록 해야 한다. 또한 스트레스가 소명의식에 영향을 미친다는 점을 인식하고 과도한 스트레스를 받았을 경우 목회를 단순 직업이나 자신의 이익과 만족을 위해 하지는 않았는지 재차 점검하고 대응해야 한다. 결국 목회자의 스트레스는 목회자 개인의 문제가 아니라는 점을 숙지하여 자신의 스트레스를 감추지 말고 긍정적인 방법을 통해 적극 해결해야 할 것이다.

둘째, 목회자의 스트레스와 심리적 소진과의 관계에서 가족탄력성이 매개역할을 함으로써 가족탄력성이 목회 스트레스와 심리적 소진 간의 조절역할이 가능함을 알 수 있었다. 즉, 가족탄력성은 스트레스가 심리적 소진에 이르게 되는 것을 예방해주는 보호요인으로 작용한다. 따라서 높은 가족탄력성은 스트레스에 적절하게 대처하게 만든다. 이는 목회자가 자신의 가정에 충실하고 교회가 목회자의 가정을 지원할 때, 목회자

의 스트레스에 의한 소진을 효과적으로 예방할 수 있게 되며, 목회활동에서도 매우 긍정적인 영향을 미칠 수 있다. 반면, 낮은 가족탄력성을 갖는 목회자일수록 스트레스에 취약하여 목회활동에서 감정의 표출이나 회피와 같은 부정적인 대처를 할 가능성이 매우 크며 스트레스에 대해서 쉽게 소진에 이르게 될 수 있다.

셋째, 목회자의 소명의식이 갖는 의미에 대해 고찰해볼 수 있었다. 본 연구 결과에서는 목회자의 소명의식은 소진에 매개효과를 미치지 못하였다. 이는 설경옥과 임정임(2013)의 연구에서 청소년동반자의 직무환경 스트레스가 심리적 소진에 미치는 영향에서 소명의식의 매개효과가 없음과 일치하고 있다. 반면, 송미옥, 심은정(2018)과 소형교회리포트(2017)의 목회자를 대상으로 한 연구결과와는 다르다. 송미옥, 심은정(2018)은 목회자의 스트레스에 대한 심리적 소진의 관계에서 소명의식이 매개효과가 있음을 보여 주었고 소형교회리포트(2017)의 경우 힘든 상황에서도 목회자에게 소명의식이 흔들리지 않는다는 점에서 소명의식이 심리적 소진에 대한 조절효과로서 작용함을 추론할 수 있다.

따라서 목회자의 심리적 소진의 예방을 위해서 다음과 같은 제언을 함으로써 연구를 맺고자 한다. 첫째, 목회자는 가족의 위기 상황에서 역할을 분담하고 변화시키는 유연성과 그 능력을 활용하여 역경을 극복하는 능력을 키워야 한다. 둘째, 목회자는 가족 구성원에 대한 정서적 연대를 키우고 위기의 상황에서 가족이 상호협력을 통해 서로를 지지하고 적극적으로 돕는 역할을 하도록 가족관계를 만들어야 한다. 셋째, 가족이 내·외부적인 자원을 적절하게 활용할 수 있도록 해야 한다. 이에 교단이나 지방회 같은 곳에서 목회자의 가족탄력성을 증진시키기 위한 다차원적인 지원 방안을 마련하여 목회자의 심리적 소진을 효과적으로 예방할 수 있도록 노력해야 할 것이다.

【 참고문헌 】

- 기종서 (2009). 목회자의 스트레스 대처방식이 탈진에 미치는 영향. 고려대학교 경영정보대학원 석사학위논문.
- 김광태 (2017). 신입사원의 조직 동일시, 직무소명의식, 직무만족, 직무성과의 구조적 관계. 중앙대학교 글로벌인적자원개발대학원 석사학위논문.
- 김미경 (2009). 기독교 상담자의 스트레스와 대처양식. **韓榮論叢**, 13, 290-311.
- 김미경 (2011). 다문화가정 청소년의 적응을 위한 기독교상담: 자아탄력성을 중심으로. **복음과 상담**, 17, 74-100.
- 김연우 (2016). 중등교사의 직무스트레스와 심리적 소진의 관계에서 감사성과 소명의식 조절효과. 이화여자대학교교육대학원 석사학위 논문.
- 김현주, 이성애 (2011). 청소년의 스트레스와 학교생활 적응간의 관계에서 가족탄력성의 매개효과: 한부모가족과 양부모가족의 비교. **한국청소년 복지학회**, 13(3), 215-241.
- 김정미 (2017). 보육교사의 직무스트레스가 심리적 소진에 미치는 영향: 자아존중감의 매개효과를 중심으로. 한세대학교대학원 박사학위논문.
- 박지현, 김태현 (2011). 중년기의 가족스트레스 및 가족탄력성이 사회적 문제 해결능력에 미치는 영향. **한국가족관계학회지**, 16(1), 229-257.
- 백정은 (2016). 초등학교사의 직무 스트레스와 직업 및 삶의 만족 간의 관계: 자아존중감과 소명의식의 조절효과. 서강대학교교육대학원 석사학위 논문.
- 설경옥, 임정임 (2013). 청소년동반자의 직무환경 스트레스와 심리적 소진의 관계에서 집단 자존감과 소명의식의 매개효과 연구. **한국심리학회지**, 25(2), 187-201.
- 송미옥, 심은정 (2018). 목회자의 직무 스트레스와 소진의 관계에서 소명감과 자아존중감의 매개효과. **한국기독교상담학회지**, 29(2), 163-190.
- 안덕수 (2009). 한국교회 중년 남성목회자의 스트레스와 탈진에 관한 연구. 연세대학교연합신학대학원 박사학위논문.
- 오세준 (2009). 牧會 스트레스 分析 및 解消 方案. 성결대학교신학전문대학원 박사학위논문.
- 왕영선 (2013). 발달장애아동 가족의 가족탄력성 강화를 위한 인지행동치료 프로그램 개발 및 효과: 발달장애아동 어머니와 비장애형제를 대상으로

로. 명지대학교대학원 박사학위논문.

- 윤광목 (2017). 요양보호사의 직무스트레스와 소진의 관계에서 직무만족의 매개효과에 관한 연구. 대구한의대학교대학원 박사학위논문.
- 이내강 (1998). 목회자의 소명에 대한 성서, 신학적 연구. 목원대학교신학대학원 석사학위 논문.
- 이용우 (2005). 목회자 탈진에 관한 연구. 총신대학교신교대학원 석사학위논문.
- 이원남 (2016). 발달장애 성인자녀 부모의 돌봄 스트레스와 삶의 만족도: 사회적지지, 가족 탄력성, 대처방식의 매개효과. 전남대학교대학원 사회복지학협동과정 박사학위논문.
- 이인혜 (2008). 청소년이 인지한 가족탄력성과 학교스트레스가 학교적응에 미치는 영향. 서울기독교대학교대학원 석사학위논문.
- 이현아, 이기학 (2009). 전문상담 교사의 직무스트레스요인과 직무 만족도, 심리적 소진의 관계. *한국심리학회지*, 6(1): 83-102.
- 이희운, 박정운 (2011). 기혼중년남성의 가족탄력성이 스트레스 대처행동에 미치는 영향. *한국가족관계학회지*, 16(2), 169-192.
- 이희정 (2010). 한국교회 목회자의 스트레스에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 장로회대학교목회전문대학원 석사학위논문.
- 장경문 (2003). 자아탄력성과 스트레스대처방식 및 심리적 성장환경의 관련. *청소년학연구*, 10(4), 143-161.
- 정동하 (2010). 교정복지서비스 종사자의 직무스트레스와 직무소진이 직무태도에 미치는 영향에 관한 연구: 교정공무원 중심으로. 성균관대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 차윤숙 (2013). 가족탄력성과 가족스트레스 관계에 관한 탐색적 연구. *한국복지실천학회지*, 4(1), 203-232.
- 최희정, 이인수 (2009). 가족탄력성이 정신장애인의 자기효능감, 스트레스 대처능력에 미치는 영향. *한국가족치료학회지*, 17(2), 175-194.
- 황지원 (2012). 목회자의 스트레스 해소를 위한 목회상담 방법론 연구. 장로회신학대학교신학대학원 석사학위논문.
- Ben, C. J. (1998). *Pastoral spirituality: A focus for ministry*. Philadelphia: Westminster.
- Davidson, J. C., & Caddell, D. P. (1994). Religion and the meaning of work. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 33, 135-147.
- Dik, B. J., & Duffy, R. D. (2009). Calling and vocation at work definitions

- and prospects for research and practice. *The Counseling Psychologist*, 37(3), 424–450.
- Dik, B. J., Sargent, A. M., & Steger, M. F. (2008). Career development strivings: Assessing goals and motivation in career decision-making and planning. *Journal of Career Development*, 35, 23–41.
- Duffy, R. D., Dik, B. J., & Steger, M. F. (2011). Calling and work-outcome: Career commitment as a mediator. *Journal of Vocational Behavior*, 78(2), 210–218.
- Fenton, G. (2005). *Your ministry? Next chapter restoring the passion of the mid-career pastor*. Grand Rapids: Baker Books.
- Garmezy, N. (1991). Resilience and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *American Behavioral Scientist*, 34, 416–430.
- Maslach, C., Jackson, S., & Leiter, M. (1996). *Maslach burnout inventory manual*. (3rd ed.). Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press.
- Maslach, C., & Schaufeli, W. B. (1993). Historical and conceptual development of burnout. In W. B. Schaufeli, C. Maslach, & T. Marek (Eds.), *Professional burnout: Recent developments in theory and research* (pp. 1–16). Washington, DC: Taylor & Francis.
- Ornelas, S., & Kleiner, B. H. (2003) New developments in managing job related stress. *Equal Opportunities International*. 22(5), 64–70.
- Pine, A., Aronson, E., & Kafry, D. (1980). *Burnout : From tedium to personal Growth*. NY: Free Press.
- Rudow, B. (1999). Stress and burnout in the teaching profession: European studies, issues, and research perspectives. In R. Vendenbergh & A. M. Huberman (Eds.). *Understanding and preventing teacher burnout*. NY: Cambridge University Press.
- Thompson, N., & Strading, S. (1994). *Dealing with stress*. London: The Macmilan Press Ltd.
- Walsh, F. (1996). The concept of family resilience: Crisis and challenge. *Family Process*, 35, 261–281.
- Werner, E. E. (1982). *Vulnerable but invincible: A longitudinal study of resilient children and youth*. New York: McGraw-Hill.

한국기독교공보 (2010.7.1.) 한국교회 목회자, 휴식이 필요하다: 예수님도, 모세도 쉬이 필요했다. <https://www.pckworld.com/article.php?aid=4738868169>에서 2021년 2월 10일 인출.

한국심리학회 (2014). 심리학용어사전. 한국심리학회 웹사이트 <https://www.koreanpsychology.or.kr/psychology/glossary.asp>에서 2021년 1월 15일 인출.

【 Abstract 】

The Influence of Pastor's Stress on Burnout: The Mediating Effect of Family Resilience and Calling Consciousness

Choi, Sung Sang\* Kim, Mi Kyung\*\*

The purpose of this study is to identify the mediating effects of family resilience and calling consciousness on a relationship between pastor's stress and burnout. First, this study conducted a theoretical consideration on pastor's stress, burnout, family resilience, and calling consciousness. Also, this study inferred the mediating effects of family resilience and calling consciousness on stress and burnout based on precedent studies. A relationship between each variable was verified through correlation analysis and structural equation modeling. Also, this study identified mediating effects of family resilience and calling consciousness using Sobel test, and the research results are as follows. First, a relationship between pastor's stress, family resilience, and calling consciousness showed a negative correlation, and showed a positive correlation with psychological burnout. Secondly, family resilience and psychological burnout of pastor showed a negative correlation. Also, it was identified that family resilience reduces pastor's stress and acts as a buffer against psychological burnout of pastor as it mediates a relationship between pastor's stress and psychological burnout. Thirdly, calling consciousness did not have any mediating effect on a relationship between pastor's stress and psychological burnout. Fourthly, among subfactors of pastor's stress, it was identified that pastors perceive stress in the order of pastoral activity > economic problem > pastor himself. Finally, the implications and limitations of this study and follow-up studies were discussed.

**Key words:** pastor's stress, burnout, family resilience, calling consciousness, mediating effect

\* Rodem Counseling Center / Director

\*\* Seoul Hanyoung University, Department of Psychology for Rehabilitation Counseling / Associate Professor