

## 자기 인식에서 바라본 목회자와 중독

곽 은 진\*

### 국문 초록

자기 인식이 발달되지 못한 목회자는 과중한 업무와 관계의 몰입으로 인해 존재론적 자신과 기능적 자신을, 하나님과 하나님의 일을, 돌봄의 대상과 친밀의 대상 등의 일과 관계의 경계를 짓는데 어렵다. 이러한 관점은 목회 안에 중독의 속성은 늘 존재하지만 사역이라는 이름으로 이루어지는 모든 관계와 일이 목회자에게 중독에 노출될 수 있다는 인식을 어렵게 만든다. 중독에 대한 인정이나 자각이 어려우면 치유와 회복은 더욱 힘들어 진다. 이것들이 탈진의 원인이 되고 누구보다 헌신된 자리에서 오히려 자신은 소외되고 창조의 자기로서 존재하지 못하는 가장 큰 장애요인으로 작용한다.

본 논문은 자기 인식은 건강한 삶을 위한 가장 기본적 단계이자 개인이 가지고 있는 결핍이나 상처의 회복을 위한 첫 출발점임을 강조한다. 이를 위해 문장완성 검사를 통해 관계-일-자기 인식의 상관성을 목회자가 놓이기 쉬운 중독과 연결시킨 결과 설문에 응한 대부분의 목회자가 자기 인식과 연결하여 중독적 성향이나 태도를 보이고 있는 것으로 나타난다. 결과는 성도와의 관계적 측면에서 친밀함과 동시에 불안과 염려, 단절의 두려움 등을, 사역의 부분에서 무기력, 무능감, 완벽주의 성향을 보이고 있는 것으로 보고되었다. 정서적 관리나 인식 능력 또한 실제 인식과 다른 양상을 보임으로써 당위나 주지화 등 낮은 현실 지각력을 나타내고 있었다. 검사 결과는 중독적 환경에 노출되기 쉬운 목회자가 보다 건강한 존재로서 목회의 중심에 있기 위해 자기 인식의 필요성과 중요성을 시사하고 있다.

**주제어:** 자기 인식, 일 중독, 관계 중독, 목회자, 회복

\* 아신대학교 상담대학원 초빙교수

• 이 연구는 한국복음주의신학회 상담분과 발표(2024년 4월 27일) 논문임.

## I. 여는 글

목회자는 그 누구보다 자신을 볼 수 있는 자이어야 한다. 고유한 정체성을 토대로 자신의 고통과 아픔, 결핍과 상처에 정직하게 반응할 수 있어야 함을 말한다. 자신을 돌볼 수 있는 자라야 타인의 아픔을 일이 아닌 가슴으로 안을 수 있기 때문이다. 자신이 소외된 목회자의 돌봄 사역은 시간이 지나면 내면에서 채워지지 않는 결핍과 공허를 대신할 대체물-사람, 물질, 권력, 인정 등-로 채워지기 쉽다. 인간의 결핍된 욕구의 본능은 충족의 원리를 따르기 때문이다(곽은진, 2020).

중독은 인간 그 누구에게도 삶의 그 어느 영역에서도 자유로운 주제가 아니다. 목회자라 할지라도 중독이 비켜가지 않는다는 의미이다. 모순되게도 잘못된 뿌리에 기초하여 건강하지 못한 목회자의 열정과 열심 그리고 왜곡된 헌신의 행위는 믿음으로 포장되어 평가 받는다. 그리고 세상에서는 이 모습의 일부 특징을 중독이라 부를지라도 목회 현장에서는 이를 믿음과 신앙으로 “자신을 돌보지 않는 헌신”(하재성, 2015; 한병철, 2014)이라 칭한다.

현 시대는 사회적으로 중독이라는 일부의 성향과 기능이 요구되고 용납되는 분위기다. 한 예로 유능함의 평가는 일정 부분 일에 몰입하고 강박적으로 체계화된 패턴의 열정이나 열심을 통해 드러난 능력과 성취의 결과를 의미한다. 시대적으로 수용 받고 인정받는 역할에 충실하기 위해 수반되는 모습에서 감춰진 중독의 속성에 대한 경계나 인식은 그리 쉬운 것이 아니다. 특히 중독 행위가 절대성을 띄는 신앙과 만나면 그 영향력은 우리가 감당할 수 없는 영역에까지 미치게 된다.

소명이라는 부르심의 순종은 사역이라는 이름의 많은 헌신들을 요구한다. 사역 가운데 목회자가 감당하는 일들은 목회자의 존재 이유이자 삶의 목적이기도 하지만 이 역할을 수행하기 위한 부담감과 책임감으로 힘들기도 하다. 목회자는 교회라는 공동체의 특성상 성도와 분리될 수 없는 돌봄과 양육이라는 상호 의존이 필수적인 요구일 수 있고, 구원사역과 영적 성장으로 하나님 나라의 확장이라는 사역적 부흥의 일이 주요한 역할이 된다. 이 과정에서 보여지는 목회자의 열정과 열심 그리고 성도를 향한 돌봄과 정서적 관계의 연결 등은 일중독과 관계중독이라는 중독의 유혹으로부터 결코 자유로울 수 없는 것이다.

본 논문은 목회자나 교회 지도자 역시 예외일 수 없는 중독 성향을 자각하고 인식을 돕고자하며 이를 위한 첫 단계가 자기 이해와 인식 그리고 통찰임을 강조하고자 한다. 치유와 변화 그리고 성장의 근본적 힘은 자기를 보는 곳에서 출발하기 때문이

다. 목회자의 자기인식 능력과 관련하여 목회 환경에서 경험하기 쉬운 내재된 중독적 특징-일중독과 관계 중독-의 가능성을 강조하고 이를 분별하는 계기와 경계의 필요성을 투사 검사 중 하나인 문장완성검사를 통해 접근해보고자 한다.

목회자가 목회적 사역의 일이나 성도와의 관계 자각에서 보여주는 인식의 의식 수준과 실제 자기 자신에 대한 의식 수준의 차는 중독에 보다 쉽게 빠져들게 만들어 상황을 왜곡하고 자기 자신과 혹 성도, 나아가 교회와도 갈등을 일으킬 수 있는 요인으로 작동할 수 있다. 이러한 관점에서 본 논문은 목회 현장에서 경험된 일에 대한 인식, 성도와의 관계적 인식 그리고 자기 자신에 대한 인식의 의식 수준을 자기보고식 투사검사를 토대로 이 세 측면의 상관성을 보고자 한다.

## II. 떠는 글

중독은 분별되거나 인식되기 쉽지 않은 증상이다. 중독의 유혹에 누구도 자유롭지 못하다는 사실은 우리가 깨어있어 분별과 함께 은혜 안에 있어야 한다는 것을 말한다. 중독자 회복 모임에서 참가자들이 매일 되새기는 단어가 하나 있다. “오늘 하루만”이다. 중독자가 아니어도 그리스도인의 삶 역시 매 순간 오늘 하루에 임하는 오직 하나님의 은혜에 감사하며 산다. 신앙이든 중독의 회복이든 인간은 매 순간 하나님의 은혜 안에 있는 것이 본질적 모습이다.

중독은 흔히 어느 비정상적 상황에 놓인 특정한 사람들에게만 적용되는 것이라 생각하기 쉽다. 중독하면 가장 먼저 알코올 중독을 비롯한 약물 중독을 떠올리기 때문이다. 그러나 중독의 개념을 어떤 대상, 즉 물건, 사람 혹은 행동에 대한 강한 욕구적 집착과 실행의 과정(May, 2002)이라고 정의할 때, 인간 삶의 많은 영역들이 중독에 노출되어 있고 이 안에서 우리가 살아가고 있음을 알아야 한다. 중독의 영역에서 나 역시 예외가 될 수 없다는 인식은 목회자이든 성도이든 어느 위치에 있든 그리스도인으로서 하나님 앞에 어떠한 자세로 살아야 하는지 방향성과 태도를 결정짓는 중요한 실마리를 제공하리라 본다.

목회자는 중독이라는 영역에서 가장 자유롭지 못하면서도 이를 분별하기 어려운 위치에 놓인 사람들이다. 영적인 행위나 신념, 가치 등으로 드러나는 모습 속에 함께 공존하는 과도한 열심과 열정, 헌신과 소명의 실천, 타인을 돕고자 하는 이타주의의 헌신, 삶의 가치와 의미 추구 등의 모습들은 깊은 믿음과 신실한 신앙의 모습으로 평가

할 뿐 이 안에 중독적 속성들이 함께 존재하리라 보지 않기 때문이다.

## 1. 중독의 주요 특징

중독은 특정한 대상을 향한 욕구의 집착이나 속박에서 야기되어 인간 욕구의 자유를 제한하는 강박적이고 습관적인 모든 행동을 말한다(May, 2002). 중독의 기본 요소는 갈망, 반복 사용과 통제력 상실, 금단 및 내성, 사회적 직업적 기능 장애이다. 이 요소들 중 하나라도 작동할 경우, 조절력의 어려움이나 신체적 심리적 의존이 되고 반복적 행위로 인해 결국에 기능적 수행에 문제를 일으킨다(보건 복지부, 2014). 중독은 크게 약물중독과 같은 물질 중독과 쇼핑중독과 같은 행위를 중심으로 이루어지는 과정중독으로 분류 된다(강수돌, 2007). 그러나 실제 중독은 뇌에서 일어나는 신경전달 물질에 이미 중독된 패턴으로 본다면 모두 물질중독이라고 볼 수 있다.

관계 중독은 중독의 특징인 의존, 내성, 금단 증상이 관계에 대한 갈망과 감정의존, 관계 단절시 찾아오는 금단 증상, 통제 불능의 일상생활의 지장을 초래하게 된다. 관계 중독은 사람과의 관계를 통해 지속적으로 자신의 욕구를 충족하고자 관계를 갈망하고 유지하고자 하는 자기중심적 태도이다(정인숙, 2017). 관계 중독은 의존적일 때 안정감을 느끼며, 서로 의존된 상태를 사랑이나 돌봄 혹은 연결감의 친밀이라고 본다. 이는 상대를 좋아하고 연결된 것이 아니라 내면의 미해결 과제 즉 결핍된 정서적 문제가 상대에게 투사되어 충족하려는 것이다, 관계 자체가 도구가 되고 진정한 의미의 친밀감이나 사랑, 돌봄 등의 정서적 교류는 경험되지 않는다. 관계 중독에 있는 사람은 이 공동의존의 상태를 사랑이라고 인식하기에 이것이 문제라는 의식은 쉽지 않게 된다(박수경, 2022).

일 중독은 관계 중독에 기술된 내용의 개념을 일이라는 영역에 연결하여 이해할 수 있다, 지속적이고 끊임없는 일에 대한 노출의 상황 의존, 성과 중심, 완벽주의 등의 형태로 과도하게 몰입된 일 중심 생활의 연결, 일의 부재 시 찾아오는 극도의 상실감과 불안을 동반하는 금단증상이 있다면 일중독이라고 할 수 있다(강수돌, 2007). 관계 중독과 연결하면 일중독은 관계의 자리에 일이 놓여 있으며 일에 대한 습관적 몰입이나 열중으로 성취를 통해 자신을 확인하고자 기능적 수행을 멈출 수 없는 집착 상태를 말한다.

사역의 일과 성도와의 관계 측면에서 목회자에게 숨겨진 중독의 영역이라면 일중독과 관계 중독을 말할 수 있다. 목회자는 자신도 모르는 사이에 헌신과 순종이라는 이

름으로 행해지는 사역의 열심인 일종독으로, 성도를 향한 사랑과 돌봄이라는 이름의 관계 중독적 행동을 자연스럽게 때로는 강박적으로 목회자의 역할로 알고 훈련할 수 있다. 중독의 개념대로 모든 대상에 습관적으로 몰두하고 집중하는 것(Hart, 2005)이 중독이라면 목회자가 사역 안에서 훈련하고 헌신하는 습관적이거나 의도적인 사역과 사역 대상인 성도를 향한 행위는 중독성을 가질 수 있다. 목회자가 갖는 소명적 사역과 성도에 관심을 가지고 이 대상에 의미를 부여하여 집중하고 애착을 갖고 몰두하여 열정으로 대하는 것이 중독이라고 정의하기 어렵다. 다만 이 헌신의 결과나 부재 뒤에 찾아오는 다양한 중독적 현상이 내포하는 불안이나 강박, 과도한 집착적 행위, 혹은 내적 불안정의 경험 등이 동반된다면 이는 점검할 필요가 있기 때문이다. 본 논문은 이러한 특징들이 잠재적으로 내재되어 있는지를 문장완성 검사 기술 내용으로 알아보고자 한다.

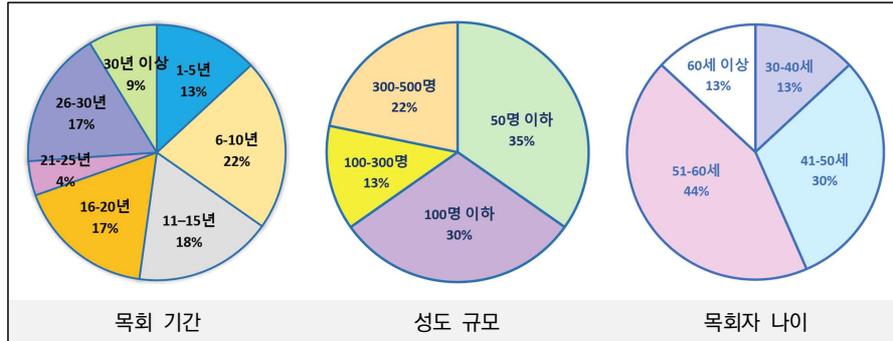
**2. 연구 방법**

**1) 연구 참여자 선정 및 특성**

문장완성검사의 실시 대상은 무작위 선정으로 현재 목회를 하고 있는 분으로 선정하였다. 검사 참여 대상은 목회자로서 사역지가 서울, 경기도, 충청도에 소재하고 있다. 참여자는 목회 기간 짧게 3년에서부터 32년까지 목회를 하고 있는 총 23명을 대상으로 실시되었다. 연령별로 30세에서 63세까지의 목회자로 교회 크기는 작게 50명에서 많게는 500명 이상으로 표기되었다.

〈표 1〉 연구참여자

목회 기간	1-5년	6-10년	11-15년	16-20년	21-25년	26-30년	30년 이상
참가 인원	3명	5명	4명	4명	1명	4명	2명
성도 규모	50명 이하		100명 이하		100-300명		300-500명
참가 인원	8		7		3		5
나이	30-40세		41-50세		51-60세		60세 이상
참가 인원	3		7		10		3



(그림 1) 연구 참여자 현황

## 2) 검사 종류 - 문장완성검사

문장완성 검사는 미완성 문장을 피검자가 자기 생각대로 완성하도록 하는 검사이다. 단어 연상검사에서 발전한 것으로 자유 연상을 기초로 한 투사검사이다. 투사 검사의 특징상 자신이 작성한 답이 무엇을 의미하는지 예상 할 수 없으므로 내면의 자신을 보다 쉽게 드러낼 수 있는 특징을 갖는다. 피검자는 미완성 답변을 토대로 내면의 감정, 태도, 욕구 등을 드러낼 수 있다(최정운, 2013). 본 논문에서 사용된 미완성 문장은 논자가 자기 인식의 측면과 증독의 특징을 정서 인식과 연결하여 구성한 것으로, 투사검사인 문장완성 검사는 신뢰도나 타당도의 검증은 어려움을 밝힌다.

## 3) 자료 수집

### (1) 자기 보고식 투사검사인 문장완성검사 실시

실시 방법은 개별적 면접이 아닌 논문의 취지를 설명하고 주변 목회자분들에게 요청하여 작성된 문장완성검사를 보내고 작성된 파일을 수집하였다. 수집기간은 2024년 4월 1일부터 4월 7일까지 실시되었다. 대상자는 서울, 경기, 충청 지역의 목회자로 검사자가 알고 있는 목회자에게 검사 요청을 하고 요청받으신 목회자가 지역 목회자에게 재요청하는 방식으로 실시되었다.

### (2) 문장 완성 검사 질문지의 내용과 구성

검사 질문지는 크게 목회자의 1) 목회관련 25개 문답식 질문과 2) 자기 감정 인식력에 토대를 둔 10개의 예, 아니오의 단답식 개별 질문의 두 가지 영역으로 구성되었다. 목회 관련 문장 구성은 논자가 (1) 목회자의 목회 관련-일 특징이나 태도, (2) 성도와의 관계적 특징이나 태도를 탐색하는 질문으로 구성하였으며, 2) 개별적 질문은

정서적 자각 능력에서 자신이 인식하고 있는 자기 돌봄이나 정서적 관리 능력, 조절 능력 등을 알 수 있는 질문으로 구성되었다. 이 두 구성 요소는 자기 인식능력이 실제 사역에서 어떻게 연결되어 있는지 상관성을 보고자 구성된 질문들이다. 본 논문은 해석과 관련하여 전체 문항을 분석하기보다 문장완성검사가 투사검사인 만큼 투사적 측면에서 주요한 질문과 답변을 중심으로 정리하고자 한다. 또한 질문의 구성 또한 의도성을 가진 질문을 위한 몇 가지 부수적 질문도 함께 구성되었다.

**(3) 자료 내용 정리**

자기 인식 25문항의 답변 정리는 기술된 내용을 유사한 개념으로 함께 모아서 개별 정리하였다. <표 2>는 가장 많은 답변을 중심으로 순서적으로 기술하였다.

<표 2> 문장완성검사의 개별적 답변

성도와 관계적 인식	성도와 주요 교제 방법	1. 가벼운 대화 (7명) 2. 식사 (5명) 3. 심방 (4명) 4. 성도와 성도 가족에게 관심 보이기 (4명) 5. 기타: 인사, 그대로 바라보기, 일상 속에서 자연스럽게 (3명)
	성도상담 할 때 어려움	1. 성도가 목회자 말을 듣지 않고 자기주장을 할 때 (10명) 2. 어떻게 도와야 할지 모르거나 아는 게 없을 때 (6명) 3. 대화가 이어지지 않고 목회자의 말을 인정하려고 하지 않을 때 (3명) 4. 미리 답을 정해놓고 상담을 할 때 (2명) 5. 세상적인 명목상 그리스도인인 경우 (2명) 6. 기타: 목회자 가치관과 다를 때, 반복적 문제를 가지고 계속 상담을 요청할 때, (3명)
	성도와 관련된 불안	1. 성도가 교회나 신앙을 떠나는 것(6명) 2. 없다. (5명) 3. 성도가 목회자로 인해 상처 입는 것 (3명) 4. 목회자로서 성도를 이해하지 못하는 것 (3명) 5. 목회자로서 영향력을 미치지 못하는 것 (3명) 6. 기타: 관계, 한밤중 전화, 낙심을 다른 방법으로 채우는 것 (3명)
	성도에게 해야 할 모습	1. 사랑하고 섬기는 모습 (11명) 2. 기도와 말씀 (4명) 3. 경청과 공감 (4명) 4. 기타: 비전 하나님 마음 대언 뜻 이루기 (4명)
	성도와 좋은 경험	1. 대화하거나 교제 나눔 (11명) 2. 함께 하는 식사 (2명) 3. 예배, 기도, 찬양 (5명) 4. 기타: 함께, 운동, 비전 발견, 함께 일 (4명)

	성도와 연결이 끊겼거나 사역을 잠시 쉬는 경우	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 불안함, 걱정, 답답함 (14명)</li> <li>2. 성도에 대한 궁금 (4명)</li> <li>3. 평안과 여유 (3명)</li> <li>4. 휴식과 충전의 시간 (2명)</li> </ol>
	성도가 필요로 하지 않을 경우	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 불안, 슬픔, 걱정, 서운함, 초조함 등의 불편한 감정 경험 (9명)</li> <li>2. 낮아지는 자존감 경험 (부족함 돌아보기) (5명)</li> <li>3. (변화를 포함한) 사임 및 사임 고려 (3명)</li> <li>4. 편안하고 자유로움 (3명)</li> <li>5. 기타: 별 생각 없음, 괜찮다고 생각, 성도가 잘 하고 있겠지 (3명)</li> </ol>
목회자와의 일적인 인식	목회가 힘든 부분	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 목회자로서의 갖춰야 하는 영성, 지성 등의 성숙한 모습, (10명)</li> <li>2. 인간관계와 소통 -성도와의 정서적 교류 (7명)</li> <li>3. 자신을 비롯한 성도들의 변하지 않는 모습 (2명)</li> <li>4. 교회 사역이나 성장과 관련된 결정이나 인내 (2명)</li> <li>5. 기타: 말없이 떠나는 성도, 가족 (2명)</li> </ol>
	목회 성취가 갖는 의미	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 삶의 기쁨과 행복의 원동력과 힘 (11명)</li> <li>2. 하나님의 뜻으로 사명 감당 (5명)</li> <li>3. 존재 목적과 가치, (5명)</li> <li>4. 작고 평범한 의미 (2명)</li> </ol>
	일상적 주로 하는 대화	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 하나님 말씀과 신앙에 집중된 대화 (14명)</li> <li>2. 교회 예배, 부흥에 관련된 대화 (5명)</li> <li>3. 성도의 신앙과 믿음의 삶에 관심 (2명)</li> <li>4. 기타: 공동 관심사, 여행 (2명)</li> </ol>
	목회가 지치는 경우	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 많은 영역의 일과 과중한 목회자 중심 사역 업무 부담 (11명)</li> <li>2. 자기 돌봄의 시간 부족 (4명)</li> <li>3. 목회자에 대한 성도들의 지나친 관심/성도에게 집중된 목회자 관심 (3명)</li> <li>4. 교회 성장과 보여주기 식의 사역 성취의 부담감 (3명)</li> <li>5. 기타 : 성도의 변화하지 않는 모습 (1명)</li> </ol>
	쉽이나 휴가 시간에 대한 태도	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 재미, 기쁨. 즐거움, 만족감, 평안, 감사 (14명)</li> <li>2. 나른함, 공허함, 불안, 불편함, (7명)</li> <li>3. 자유 (2명)</li> </ol>
	목회와 분리된 자기지각	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 무의미, 무미건조, 무기력, 막막함, 근심, 지루, 공허감, 상실감(16명)</li> <li>2. 다른 부르심을 기대 / 다른 일을 할 것 (3명)</li> <li>3. 기타: 생각조차 하고 싶지 않은 질문, 행복, 지금에 감사, 평안 (4명)</li> </ol>
	자기 돌봄에 대한 지각	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 나를 챙기는 일은 중요하다라는 것을 알지만 최우선이 아니다. (11명)</li> <li>2. 목회를 위해 필요하지만 잘 안되는 영역이다. (5명)</li> <li>3. 기타: 악기 찬양, 하나님, 가정, 평안한 마음을 가지는 것, 공간 분리 (6명)</li> </ol>

\* 10개 문항의 개별 질문은 대체로 예로 응답되었으며, 일부 아니오로 답한 질문은 다음과 같다.

번호	질문	예	아니오
1	나는 목회자로서 나의 감정을 잘 돌보는 사람이다.	19	4
2	나는 목회자로, 한 개인으로 요구되는 역할 변화를 잘 하는 사람이다.	19	4
3	나는 내 몸에 대해 잘 알고 돌보는 사람이다.	12	11
4	나는 나의 감정을 두려움 없이 경험하는 사람이다.	16	7
5	나는 나의 상처나 결핍을 들여다보고 해결하는데 많은 시간을 들인다.	8	15
6	나는 내 변화의 영역이 어디이며 무엇인지 잘 알고 있다.	18	5
7	나는 내 가족과 친밀한 관계를 가지고 있다.	15	8
8	나는 나만의 스트레스 해소방법을 가지고 있다.	21	2
9	나는 내 필요를 민감하게 알아차리고 대응할 수 있다.	17	6
10	나는 나에게 시간(혹 돈)을 사용하는 것에 자유롭다.	9	14

### 3. 연구 결과

앞서 중독의 주요 특징을 강박, 재발, 집착이라고 기술하였다. 일중독은 일과, 관계 중독은 사람과의 정서적 의존의 관계에 몰입된 상태이다. 교회라는 곳만큼 일과 관계가 밀접하게 경계 없이 존재하는 곳이 있을까 생각해본다. 목회자는 목회라는 헌신된 소명이자 사역인 일과, 돌봄과 섬김의 대상인 성도와의 관계적 측면에서 결코 자유로울 수 없는 환경에 노출되어 있다. 검사 결과를 중심으로 나타난 현상을 중심으로 목회자에게 중독적 특징이 어떻게 나타나고 있으며 자기 인식적 측면과는 어떠한 관련성이 있는지를 중심으로 기술하고자 한다.

#### 1) 성도 - 관계의 영역

참가 목회자들은 성도와 함께 식사를 하거나 교제, 성경공부, 예배, 찬양을 드릴 때 행복하고 즐거움을 경험하고 있다. 함께 대화를 하거나 가르침 혹은 목회자로서의 역할을 수행할 때 편안함과 만족감을 경험하고 있는 것으로 보인다.

동시에 기술된 답변을 보면, 우선 목회자들은 성도와의 분리나 단절을 염려하고 불안해하는 모습을 보이고 있다. 성도에 대한 불안이나 정서적 불편감을 묻는 질문에 대다수는 성도가 교회나 신앙을 떠날 것에 대한(6명) 혹은 목회자로부터 상처를 입을 것에

대한 염려나 불안 또는 목회자로서 성도를 이해하지 못함으로 발생할 일을 염려로 답변하고 있다. 흥미로운 점은 성도와 관련된 불안이 “없다”라는 답변 역시 이와 비슷한 수준으로 기술되었다(5명). 이렇게 답변한 목회자의 경우도 성도와의 관계가 단절되거나 갈등상태에 있을 때, 불안하고 답답함, 편안함, 걱정 등을 기술하고 있는 것으로 보아 성도와의 관계에서 경험되는 불안이나 염려에서 자유롭지 않음을 볼 수 있다. 그럼에도 성도와의 관계에 불편감이 없다고 답변이 나올 수 있는 것은 목회자로서 가져야 하는 성도에 대한 당위적 역할의 신뢰에 기반해야 한다는 의식이나 신념의 반영으로 성도를 향한 불안과 염려 자체를 인정하지 않으려는 부인의 태도이거나 상황의 낮은 감각이나 정서 지각으로 보여진다.

둘째, 성도를 향한 태도나 자세는 양가적 모습으로 밀착되어 있음을 보이고 있다. 성도는 섬김과 사랑의 대상이며 성도들에게 편안하고 감사함을 느낀다고 기술(11명)한다. 기도와 경청, 공감의 대상이라고 하는 것과 연결하면 19명의 높은 수치를 보이고 있다. 반면 상담이라는 개인적 대화 시에 나타나는 주요 기술은 “자기를 인정하지 않고 변화를 거부할 때”, “원만한 대화가 되지 않을 때”, “자기 것을 버리지 않는 성도를 볼 때”, “자기 주장만 맞다고 할 때”, “앞뒤 다른 말을 하며 들으려 하지 않을 때”, “잘난 척 할 때”, “말씀을 따르려 하지 않을 때”, “자신이 문제가 없다고 주장할 때” 혼란스럽고 힘들다고 표현하고 있다. 이는 성도에 대한 섬김과 지도자로서 갖는 태도가 관계적 측면에서 통합되지 않은 모습일 수 있다. 흔히 상담적 관점에서 내담자의 어려운 문제는 평가적이기보다는 수용적이고 공감적 토대의 이해에서 시작한다. 답변에서 보여지는 성도의 문제나 고통에 다가가는 목회자의 자세는 성도의 관점보다 목회자의 권위가 당위적이지 않은 낮은 인내성을 촉발하는 비합리적 태도가 이 과정에서 작동하고 있는 것으로 보여진다.

셋째, 참가 목회자들은 성도로부터 편안함을 느끼면서도 자유롭기를 바라고 있다. 성도와 교회 공동체가 자신의 정체성이나 존재 확인의 토대이기 때문에 목회자로서 필요-수용받지 못한다고 느낄 때, 분리나 소외로부터 오는 정서적 어려움(불안, 슬픔, 걱정, 서운함, 초조함 등)과 낮아지는 자존감 경험(부족함 돌아보기)을 호소하고 있다(14명). 이 답변은 성도와의 관계에서 결코 자유롭지 못한 의존성의 어려움을 그대로 드러내고 있는 부분이다. 목회자가 경험하는 공동체 내 상호 관계의 융통성 발휘의 어려움과 결여, 대화 내용의 경직성과 제한성, 시간 사용과 물질 사용에 대한 불편감 등은 섬기는 자와 섬김을 받는 자의 경계가 모호하고 모순되게 섞여 있는 가운데 서로에게 결코 자유로울 수 없는 의존성을 낳을 수 있다.

## 2) 목회 - 일의 영역

목회자들은 사역과 관련하여 과도한 업무 부담, 쉼과 여가 시간의 부족, 교회 부흥과 성과적 사역에 대한 부담감, 목회자로서 감당해야 하는 성숙과 영적 성장의 모습에 대한 힘듦, 사적인 생활의 부재나 자기 돌봄의 어려움 등을 기술하고 있다. 실제 목회자를 중심으로 이루어지는 교회 일과 사역이 목회자들에게 과중한 부담으로 경험되고 있음이다. 부담이 되지 않는 목회자 중심의 교회 사역은 대체 방법이 없는 것으로 이 상황이 쉽이 허락되지 않을뿐더러 목회자 스스로 자발적(하재성, 2015; 한병철, 2014) 일중심의 태도로 인해 더욱 힘든 요인으로 작용하고 있음이다. 이 과정에서 열심과 헌신이 일에 대한 과도한 몰입이나 집중의 집착의 특징이 실제 분리되거나 경계가 지어지지 못하는 상황임을 알 수 있다. 쉬지 못하고 열중된 과도한 업무와 수행은 일 중독적 성향을 반영한다고 말하기 충분해 보인다.

둘째, 목회자들이 갖는 존재감이나 정체성은 목회와 동일시되고 있음을 볼 수 있다. 자신은 하나님 사역의 도구로서 목회가 자신의 존재 의미, 가치, 그리고 목적을 모두 포함한 정체성을 형성하고 있다. 이러한 인식은 목회의 성취가 삶의 원동력이자 동기 부여의 전부로 작동하기 쉽다(21명). 사역에 몰입된 태도나 모습은 곧 자신의 존재나 정체성을 확인하는 것과 연결되는 것이니 사역의 일 중심적 태도는 자기 착취적이라 해도(하재성, 2015; 한병철, 2014) 자발성을 띄는 것은 당연한 결과이다. 사역의 헌신적 기록성과 일 중심적 경계는 목회자에게 존재하지 않는 영역이다. 사역이 곧 나의 존재이유이고 사명이기 때문이다.

셋째, 검사에 참여한 목회자는 쉼이나 시간이 나면 자유롭고 즐거움을 경험하기도 하지만 일부 불안과 나른함, 공허, 불편감(7명)을 기술함으로써 일중독과 유사한 증상이나 태도를 보이고 있다. 이는 전형적 일중독자들에게 나타나는 증상 중 하나이다. 일과 자신이 동일시되고 강박적으로 몰입된 태도에서 일로부터의 분리는 불안과 무기력을 일으키기 때문이다. 교회 사역을 제외하고 자신으로 존재하기 어려움을 볼 수 있다. 또한 잠시는 가능하나 목회나 교회 성도가 빠지면 불안과 무기력, 무미건조, 근심, 막막함, 공허감, 상실감 등을 보고하고 있다(16명). 교회 사역과 자신의 분리에 대해 생각 자체를 해본 적이 없다는 답변도 있다. 쉼의 영역은 목회관련 자기인식 뿐만 아니라 자기 돌봄 의식에 있어서도 필요하지만 잘 되지 않는 영역(16명)으로 보고하고 있다. 자신을 돌보지 못한 채 사역에 몰두하는 것은 일중독의 주요 특징이다.

앞서 언급한 대로 사역은 거룩한 일로 하나님께 충성된 열심과 열정, 헌신된 모습은

목회자로서 당연한 모습으로 평가하기에 중독과의 경계 설정이 쉽지 않다. 목회자의 일은 단순한 기능적 영역만이 아니다. 사역으로 규정되는 일 영역은 성도와의 정서적 영역, 사역이라는 교회 성과적 영역, 하나님과의 초월적 영적 영역, 성직자라는 개인적 성숙과 신앙의 영역까지를 포함한다. 검사의 답변에서도 목회는 이 모든 영역이 인내와 겸손, 사랑과 헌신 등의 이름으로 스스로 혹은 역할로서 강요된 과도한 자기 요구와 기대 부흥의 부담감 상태에 놓여 있음을 볼 수 있다.

목회자가 놓여 있는 과도한 일이나 중압감은 스트레스에 대한 적절한 대처를 하지 못하게 함으로써 소명의식의 저하에 영향을 미치고 더 나아가 하나님의 뜻 보다는 목회자 자신의 만족과 이익을 먼저 고려할 수 있게 되어 결국 교인들과의 갈등을 일으켜 교인들까지 스트레스를 받게 할 수도 있어 결국 관계 문제를 야기함으로써 악순환을 경험할 수 있다(최성상, 김미경, 2021; 오세준, 2009).

위에서 기술된 내용들을 정리하면, 참가 목회자들은 무거운 책임감, 거룩한 부르심의 사명감으로 인한 자발적 인내와 억압, 헌신된 모습으로 내면화된 과도한 업무적 태도, 열정으로 보여지는 믿음으로 인한 과잉된 소진, 성경의 가르침이라는 이름으로 행해지는 논쟁적 사고와 흑백논리, 일이 빠진 곳에서 경험되는 불편한 정서적 반응들을 볼 때, 일 중독적 특징을 충분히 기술하고 있다고 볼 수 있다. 더 힘든 것은 이러한 측면들이 교회나 성도의 기대가 있을 수 있지만 대부분 목회자로서 스스로 선택하거나 요구하는 자발성을 가진다는 것이다.

### 3) 자기와의 관계 - 자기 인식적 영역

참가 목회자들의 자기 인식과 관련된 개별 질문의 경우, 정서적 측면을 중심으로 작성되었다. 참가자 23명 중 11명이 모든 대답에서 8개-10개 문항에 '예'로 답하였다. 이는 자기 정서 지각과 조절, 관리 능력에 뛰어남을 의미하며 높은 내적 자기 인식력을 시사한다고 볼 수 있다. 다만 이 답변은 앞서 기술한 문항과의 비교에서 보면 다음과 같은 불일치를 보이고 있다.

질문 전체에 '예'를 표기한 다수의 참가자 답변의 불일치 예를 들면, 나를 챙기는 일은 마음이 불편하거나 불안감을 경험한다고 기술하거나 성도와의 교제가 어려울 때 가벼운 서운함의 감정이 아닌 다소 깊은 감정의 무미건조, 무기력, 삶의 무의미 등을 기술하고 있다. 특히 답변이 "반드시 필요하다.", "차선적이고 안되는 일이다.", "없다" 등으로 기술하고 있음을 볼 때, 이는 자신에 대한 내적인식에서 나오는 자각의 기술보다 주지화에 기인한 표현으로 목회자라는 관찰 자아로서 판단되는 당위적 모습에 기

인할 수 있다고 보여진다. 목회자가 가져야 할 당위적 자각의 경우 기능적으로 역할을 감당하는 자아의 답변일 수 있다는 의미이다.

가장 많은 '아니오'를 답한 5번 문항의 경우, 자신의 상처나 결핍을 들여다보고 해결하는데 많은 시간을 들이지 않는다는 의미는 목회자 자신이 교회 일과 성도와의 교제 등 목회와 관련된 사역으로 외부에 초점을 둔 에너지 방향으로 존재하고 있음을 말한다. 몸과 감정 돌보기, 스트레스 관리, 관계 등의 모든 정서적 영역에 잘 관리되고 있다고 답하고 있지만 내적 자기 돌봄에 한계가 있음을 시사한다. 자신의 몸을 돌보는 일이나 자신에게 시간과 돈을 쓰는 일에 불편감을 느끼며 자신의 결핍이나 상처를 돌보지 않는다는 답변이 높은 것은 앞서 감정 조절이나 관리가 잘 되고 있다는 답변의 신뢰성을 의심해 볼 수 있음을 시사한다. 이 관점에서 참가 목회자들의 답변 중 많은 부분이 자신과의 연결이 편안하게 이루어지지 않으며 자신의 개인적 자각에 기인하기보다 목회자라는 기능적 자아의 역할 수행의 관점에서 기술되고 있음을 볼 수 있다.

정서는 자신의 내적 상태를 가장 잘 드러내는 인간의 요소이자 자기 인식을 이루는 신호의 작동이다. 인간은 이 신호를 토대로 변화의 궁극적 행동으로 나아가는 치유의 동기나 핵심적 에너지를 얻는다. 정서는 내면의 동거나 욕구를 외부로 발현하는 기능을 함으로써 궁극적으로 성숙이나 변화로 이끄는 행동을 촉발하도록 돕는다. 정서가 갖는 이러한 특징이나 속성으로 인해 목회자들이 스스로에 대해 갖는 정서 지각, 정서 관리, 정서 조절과 인식 능력은 자신뿐만 아니라 타인과의 관계에 중요한 영향을 미치게 된다(곽은진, 2013). 낮은 정서 지각 능력은 결국 사역에 영향을 미치고 가장 크게는 목회자 자신에게 미칠 수 있게 된다.

결론적으로 성도와 목회 그리고 자신과의 관계의 답변을 통해 보면, 목회자는 결코 자신의 내면에서 경험되는 많은 정서와 자유롭게 접촉하거나 자각한다고 기술하지만 실제 자신에 대한 정직한 지각이나 경험의 인식을 잘 하고 있다고 보기 어렵다. 성도와의 내외적 갈등과 내적 부조화, 개인적으로 혹 환경적으로 지속되는 정서적 불편감, 사역의 업무로 인한 긴장, 부담감, 책임감, 하나님 사역이라는 영적 부흥과 교회 성장 등의 외적 성취 등은 목회자라는 기능에 충실한 자아의 역할로 관계와 일에 과도하게 요구되는 수행을 감당하고 있다고 볼 수 있다.

#### 4) 검사에서 나타나는 참가 목회자의 주요 특징

본 연구에서 이루어진 답변을 중심으로 나름의 목회자와 관련된 자기 인식력과 수

준에 관련된 기술 내용과 태도를 정리하면 다음과 같다.

- 주지화, 합리화 사용
- 목회자로서의 부여된 당위적 역할에 토대한 자기 인식
- 개인의 존재 가치와 의미가 목회에 융합
- 목회자와 동일시된 자기 정체성과 자기 인식
- 외부에 기인한 정체성이나 존재감은 자기나 개인화로 내적 접촉에 한계
- 정서적으로 경험된 자기와 기능적 자기의 낮은 인식과 경계 설정
- 자기 소외적 측면에서 내재된 낮은 정서적 자각 능력

검사 결과를 중심으로 목회자가 보이는 주요 특징을 정리하면, 목회에 맞는 자기 정체성에 몰입되어 있음을 볼 수 있다. 사역 안에서 맺는 관계는 친밀이 아니라 친밀의 모습으로 비쳐진 도구적 일의 연속선상에 있을 수 있으며, 이는 다시 일로 다가와 탈진의 원인이 될 수 있다. 당위적 모습은 주지화 나아가 합리화의 모습으로 점차 강화되기 쉽다.

목회자가 성도가 자신을 필요로 할 때 존재감을 경험하고 이 관계를 유지하기 위해 연결된다면 이는 관계 중독적 속성을 내포한다. 관계 중독에서 보이는 정서적 측면의 주요한 특징 중 하나는 불안이다. 여기에 미치는 요인은 유기불안, 거부 민감성, 대인불안, 내면화된 수치심, 고립감, 고통 감내력, 공허, 상처, 절망, 미완성 등에 대한 느낌이 내재한다. 갈등이나 스트레스가 높아지는 상황에서 활성화되는 거부 민감성의 경우, 갈등 상황에서 성도가 교회를 떠날 것에 대한 두려움 때문에 무조건적으로 양보하거나 수용함으로써 목회자로서의 타당한 욕구를 채우지 못하고 대인관계 불안이 발생하며 갈등 사건 자체를 회피하는 행동(팽현지, 2023)을 하기 쉽다. 이 과정에서 목회자로서 가져야 하는 헌신이나 사랑의 신념이 당위적으로 합리화될 수 있다. 또한 목회자가 이 상황을 유지하기 위해 지속적으로 의존의 집중된 몰입으로 관계 노출 상황에 있고, 이를 사역이라는 이름의 영역으로 해결하려 한다면 일중독의 성향을 갖게 된다. 목회는 돌봄과 섬김의 관계적 측면과 사역 또는 목회라는 일적 측면이 경계를 짓기 어려운 영역이다. 이 측면이 목회자가 경험하기 쉬운 중독적 성향을 분별하기 어렵게 만든다.

#### 4. 논의

본 연구는 목회자가 사역 가운데 노출되기 쉬운 일중독과 관계 중독의 가능성이 실제 목회자 자기 인식 속에 어떻게 나타나고 있을지를 자기보고를 통해 알아볼 수 있는 기회였다. 연구에서 도구로 사용된 검사의 문장 내용과 구성은 객관적이거나 심리검사가 갖는 타당도나 신뢰도의 영역에서 검증될 수 없는 작성자 주관성에 의한 선택 질문이라는 한계성을 분명히 한다. 그럼에도 답변들을 통해 참가 목회자들의 목회에 대한 인식, 성도에 대한 인식, 자신에 대한 인식의 특징과 태도를 볼 수 있는 점에서 나름의 의미를 찾을 수 있겠다.

연구 결과를 통해 중독이 갖는 대상에 대한 습관적인 몰두와 집착, 강박적 태도, 의존성 등이 목회 안에서 일 중독과 관계 중독으로 일어날 수 있는 가능성의 특징들이 존재함을 볼 수 있다. 중독이라고 하지 않더라도 중독적 성향이나 특징이 내재되어 있다면 이는 우리가 경계해야 할 부분이다. 앞서 언급한 대로 자신을 잘 돌보지 못하고 몸을 자각하지 못하는 낮은 자기 인식력 상태에서 타인에 대한 돌봄이나 자각, 인식 등은 심리적 측면에서 타당성을 갖기 어렵다. 자신을 돌보지 못하는 낮은 자각이나 지각 능력이 자신의 정서 조절과 관리 통제를 잘한다고 인식하고 있다면 이 또한 비합리적이며 불일치를 보임으로 왜곡되기 때문이다. 이러한 태도는 현실지각력의 왜곡이거나 부인 또는 합리화로 보아야 할 것이다. 부인과 합리화는 중독의 특징들이다.

연구의 결론은 목회자들은 목회자 자신의 자아에 대한 자각이나 인식이 정서적 혹은 감각적 알아차림의 존재적 측면보다 주지화, 당위, 이상화, 합리화, 부인 등의 자기 인식에 기반하여 일적인 인정이나 성과적 태도, 관계적 몰입의 헌신이나 돌봄 등의 중독적 태도나 성향을 보이고 있다. 이 증상이나 내적 반응은 중독으로부터 자유로울 수 없다는 것이며 자기로서 존재하기보다 목회자로서의 기능적, 성취적 자기에 반응하며 목회 현장에서 열심을 다하고 있음을 볼 수 있다. 참가 목회자 중 일부는 자신의 내적 영역과 접촉되는 표현을 사용하고 있지만 대부분은 정서적 영역이 배제된 주지적 표현이 주를 이루고 있음을 볼 때, 결코 내적 자기와 접촉이 이루어지고 있다고 보기 어렵다.

중독은 하나님 중심이 아닌 자기중심성을 내포한다. 자신의 주인이 스스로 만들고 선택한 중독의 그 어떤 대상이기 때문이다. 하나님과의 관계 안에서 규정되는 존재나 가치, 의미가 아니라 일의 성취, 능력, 성공 등에서, 하나님이 아니라 인간 그 누군가의 관심과 친밀 혹은 인정을 통해 자신의 정체성을 확인받는다면 이는 탈영성화의 현상

이 아닐 수 없다. 중독은 탈 영성의 모습을 지닌다(강수돌, 2007).

하나님은 인간이 하나님의 뜻을 이룰 때, 인간 안에서 알아차릴 수 있는 신호로 정서를 사용하신다. 드러나는 행동에 앞서 내면의 반응을 사용해 의지를 쓰도록 하시는 것이다. 내면의 감정 자각과 함께 사고를 통해 판단하고 당신의 뜻을 실행 시켜 간다. 내적 자기 인식에서 외적 타자 인식으로 확장되어 대인관계 기술과 소통의 역할을 감당하게 하신다. 목회자의 정서 자각과 연결된 자기 인식력의 발달은 결코 사역과 분리될 수 없다(곽은진, 2024). 관계와 정서는 분리될 수 없으며, 교회의 목회는 관계와 연결되어 이루어지기 때문이다,

개인적으로 이 주제는 앞으로 중독적 특징과 사역의 열심과 헌신의 경계가 어디여야 하며, 이를 어떻게 분별하고 이에 따른 목회자의 자세는 어떻게 되어야 하는지 신학적 기준과 지침들이 보다 구체적으로 있어야 할 것으로 보인다. 성경적 관점과 신학적 원리들이 보다 체계적이고 신뢰할 수 있는 접근법으로 인간 목회자를 존중하면서 목회에 적용할 수 있는 연구들이 이루어지길 바래본다.

### III. 닫는 글

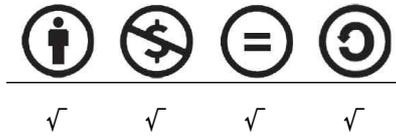
목회자는 사역이라는 이름으로 분별하기 어려운 중독의 속성에 노출되어 있다. 목회 자체가 일중독과 관계 중독에 쉽게 연결될 수 있는 영역임을 인식해야 한다. 탈진과 소진, 만성피로, 공동의존과 분리, 불안 등의 요소들은 자칫 사역의 열심을 더 촉발하는 요소로 작동하지만 오히려 중독의 굴레에 빠지게 만들기도 한다. 목회자는 무엇보다 자신의 내면에 가지고 있는 목회를 하는 이유와 그 가치, 신념 등이 목회자로서의 당위가 아닌 자기 존재에서 인식하고 지각되며 현실의 사역에서 드러나야 한다.

목회자에게 하나님에 대한 인식만큼 인간에 대한 인식과 지식은 중요하다. 하나님을 아는 지식은 자신을 아는 지식도 함께 포함되기에 하나님의 사역과 하나님이 분리되며, 하나님의 방식에 기초한 삶의 방식을 갖게 한다. 이것이 중독이 목회자를 포함한 그리스도인을 지배할 수 없는 이유이다(김규보, 2023). 따라서 성도가 치유와 회복의 돌봄의 대상이듯 목회자 역시 하나님 안에서 인간으로서 경험하는 자기 인식의 내적 역동에 민감하여야 한다. 자기 인식은 목회자 자신의 자기 돌봄으로 목회 환경이 줄 수 있는 중독으로부터 자유로워지는 하나님을 향한 회복과 치유의 시작이며 부르심의 자리에 분별된 모습의 첫 발걸음이다.





- 논문 투고일: 2024년 10월 01일
- 논문 수정일: 2024년 11월 05일
- 게재 확정일: 2024년 11월 13일



### 【참고 문헌】

- May, G. G. (2002). **중독과 은혜** (이지영 역, *Addiction and grace*). 서울: IVP. (원전 1988 출판).
- Hart, D. A. (2005). **참을 수 없는 중독** (온누리 회복사역본부 역, *Healing life's hidden addiction*). 서울: 두란노. (원전 1990 출판).
- 곽은진 (2013). 정서 치유가 영적 성숙에 미치는 영향. 아신대학교 박사학위논문.
- 곽은진 (2020). 상담적 관점에서 바라본 목회자와 중독치유: 종교중독에 관하여. 교회 개혁실천연대 2020년 기획포럼.
- 곽은진 (2024). **기독교 상담과 정서**. 서울: 아신대 출판부.
- 강수돌 (2007). **일 중독 벗어나기**. 서울: 메이데이.
- 김규보 (2023). 중독에 대한 기독교 병리학적 진단: 죄의 범주를 중심으로. **복음과 상담**, 31(1), 5-35. <http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2023.31.1.5>
- 박수경 (2022). **관계 중독**. 서울: 가연.
- 보건 복지부 (2014). **중독에 대한 뇌 이야기 매뉴얼**. 서울: 보건 복지부.
- 오세준 (2009). 목회 스트레스 분석 및 해소 방안. 성결대학교 신학전문대학 박사학위 논문.
- 정인숙 (2017). 관계 중독 회복을 위한 성경적 상담의 삼중구조의 관계. **복음과 상담**, 25(2), 241-273. <http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2017.25.2.241>
- 최성상, 김미경 (2021). 목회자의 스트레스가 소진에 미치는 영향: 가족탄력성과 소명 의식의 매개효과. **복음과 상담**, 29(1): 211-242. <http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2021.29.1.211>
- 최정윤 (2013). **심리검사의 이해**. 서울: 시그마프레스.
- 하재성 (2015). 목회자의 우울증과 탈진 거룩한 자기 착취의 성과. **복음과 상담**, 23(1), 315-341. <http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2015.23.1.315>
- 한병철 (2014). **피로사회** (김태환 역, *Mudigkeitsgesellschaft*). 서울: 문학과 지성사. (원전 2010 출판).
- 팽현지 (2023). 대학생의 자기분화가 관계중독에 미치는 영향: 정서인식 명확성과 정서조절 곤란의 매개 효과. 한국교원대학교대학원 석사학위논문.

**[Abstract]**

## **Pastors and Addictions from a Self-Awareness Point of View**

**Kwoag, Eun Jin\***

Ministry is an area where relationships and work coexist and must be distinguished as holy. In the environment of a church, it is not easy to distinguish and distinguish the devotion and passion between God and man, work and ministry from the characteristics of addiction. One thing is clear, however, that the pastor is in an environment where he cannot be free from work and relationship addiction.

This paper emphasizes that self-awareness is the most basic step for a healthy life and the first starting point for the recovery of deficiencies or wounds that individuals have. To this end, a sentence completion test was conducted, and through this, we tried to see the correlation with addiction, which is easy for pastors to place, through the relationship between relationship-work-self-awareness.

The results were reported to show intimacy in terms of the relationship with the saints, anxiety, concern, and fear of disconnection, and a tendency to helplessness, incompetence, and perfectionism in the part of ministry. Emotional management and perception ability also showed different patterns from actual perception, showing low perception of reality such as justification and well-knownization. The test results suggest the necessity and importance of self-awareness in order for pastors who are more susceptible to addictive environments to be at the center of ministry as healthier beings.

**Key words:** self-awareness, work addiction, relationship addiction, pastor, recovery

---

\* ACTS University, Graduate School of Counseling / Adjunct Professor