



# 정신건강 위기 대응을 위한 한국 교회의 역할

낙인효과 감소 및 정신건강 코칭 사역 중심

월드미션대학교 상담심리학과 김경준 교수



# 목차

정신건강 위기의 배경

1

교회의 기능에 관한 교회론적  
고찰

2

정신건강 돌봄 사역과 교회의  
기능의 조화 가능성

3

정신건강 돌봄 사역을 위한  
교회의 4가지 실천적 접근

4

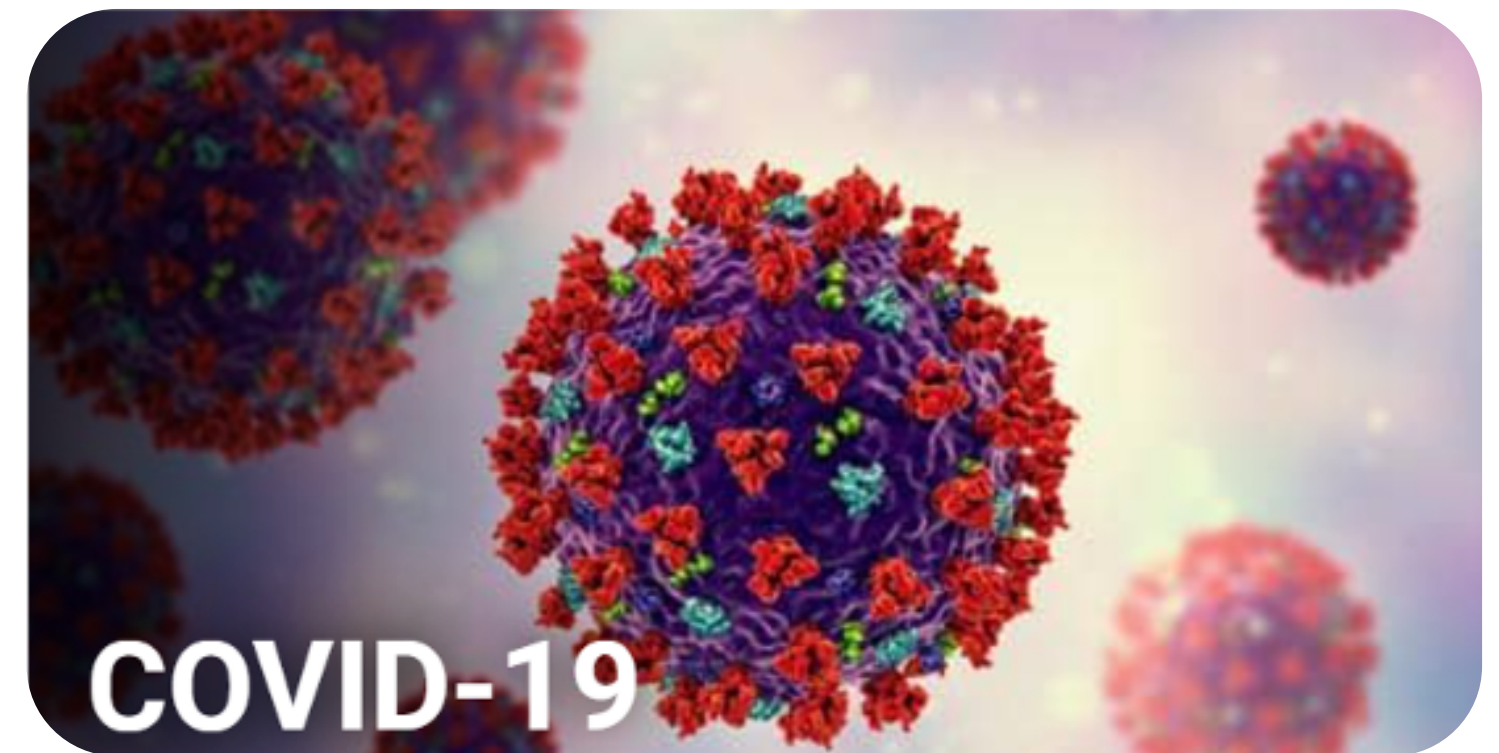
결론

5

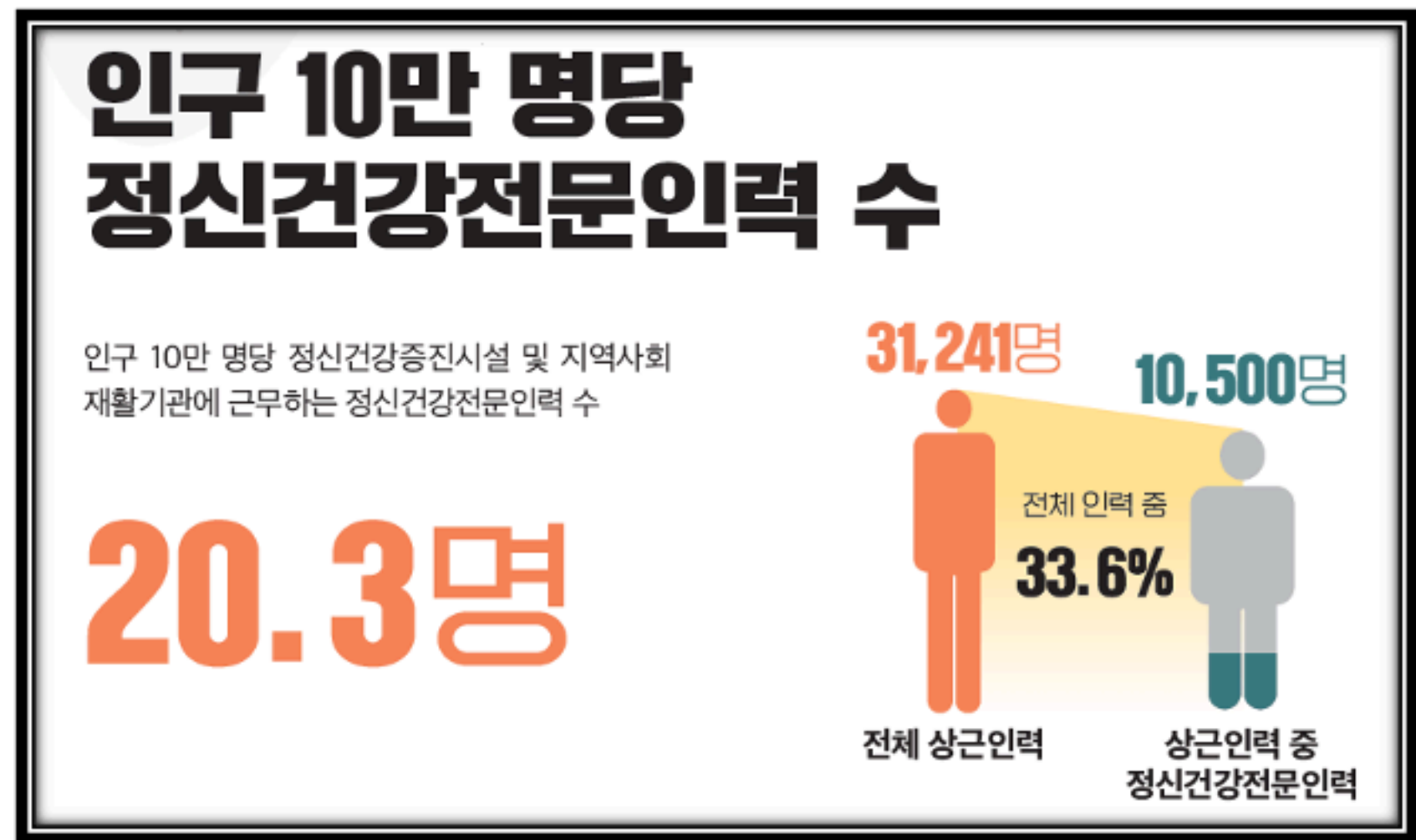
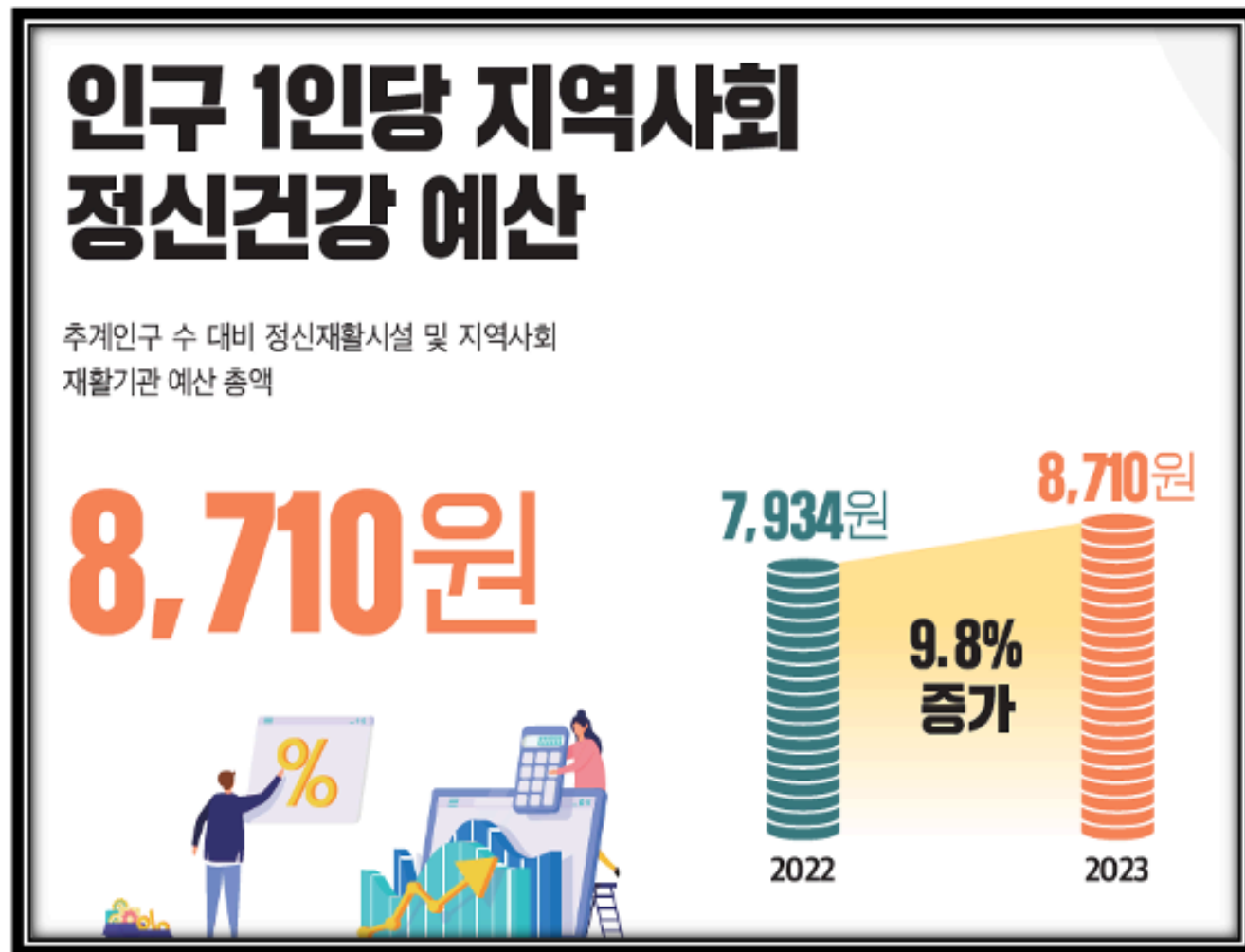
# 정신건강 위기의 배경

## 팬데믹 이후 정신건강 악화

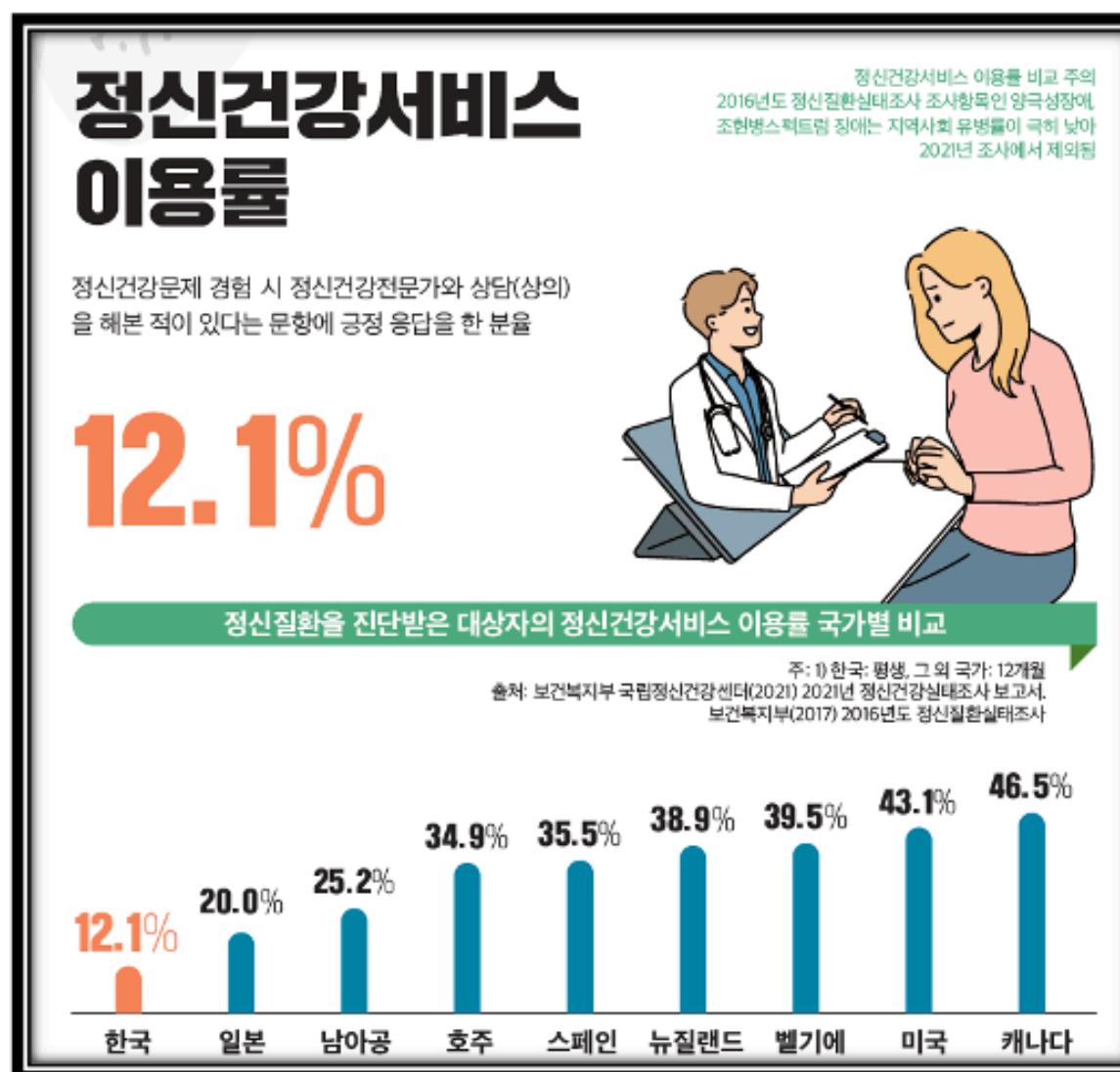
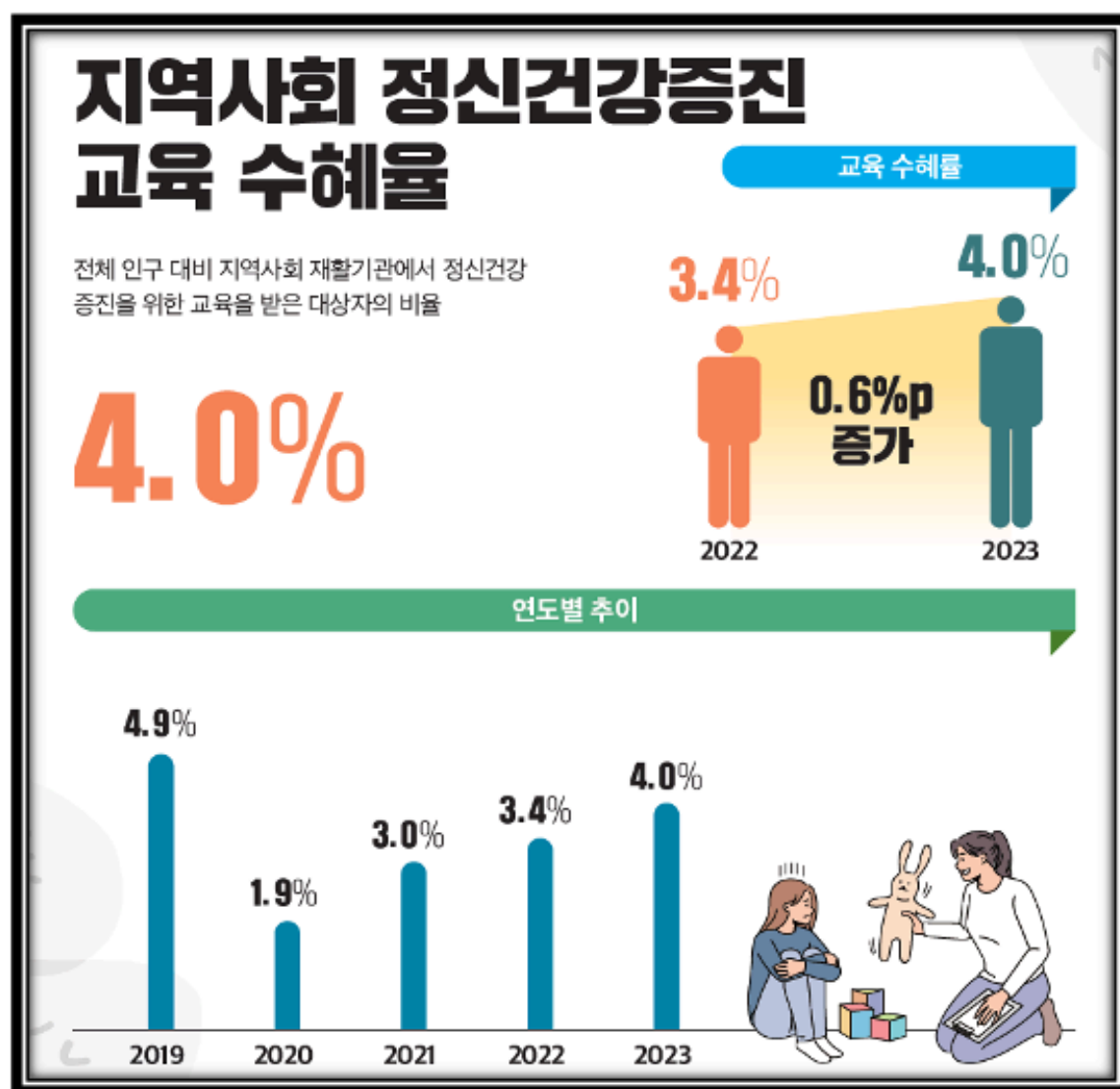
- COVID-19 이후 전 세계 정신건강 문제 증가
- WHO: 2022년 3월 - 우울·불안장애 25% 증가 보고  
정신건강 위기 지속성 문제: 한국과 미국 모두 팬데믹 이후  
정신건강 문제가 거의 감소되지 않음
- 높은 치료 비용, 의료진 부족, 정신질환에 대한 사회적 낙인  
등으로 인해 적절한 도움을 받지 못하는 현실에 직면



# 한국의 정신건강 현황



# 한국의 정신건강 현황



# 미국의 정신건강 현황

팬데믹 이후에도 성인 1/3 우울·불안경험

접근성 문제 심각:

- 약 1억 6,300만명이 정신건강 전문가가 부족한 지역 거주 (2023)
- 소수 인종 차별 심화

전문인력 부족 예측: 2037년까지

- 약 5만명의 정신과 의사, 약 8만명의 심리학자, 약 8만 7천명의 정신건강 상담사 부족

# 정신질환에 대한 교회의 상황

- 정신건강 문제로 고통을 겪는 사람들은 정신건강 돌봄 제공자나 의사보다 목회자를 찾아갈 가능성이 더 높다
- 목회자의 44.5%가 1년에 2~5회 정도 정신질환에 대한 도움을 요청 받는다고 보고했고, 32.8%는 6회 이상 도움을 요청 받았다고 보고한다
- 목회자의 70% 이상이 정신질환을 인식하는 데 적절한 교육을 받지 못했다고 보고한다(2014)
- 라이프웨이 리서치(LifeWay Research) 연구 (2017) 에 따르면, 조사대상 교회 중 28%만이 지역 정신건강 돌봄 제공자의 추천 목록을 유지관리하고 있는 것으로 나타났다
- 기존의 정신건강 돌봄 자원은 전인적(holistic) 접근을 제공하지 못하는 한계가 있다. 반면, 교회는 신체적, 정신적, 영적, 관계적 필요를 동시에 채울 수 있는 전인적 접근이 가능하다.
- 교회는 접근성이 높아 정신건강 서비스를 필요로 하는 사람들이 쉽게 다가갈 수 있는 환경을 제공할 수 있다

조직신학자 밀라드 에릭슨이 제시한 교회의 기능





# 정신건강 돌봄 사역과 교회의 기능

1

복음 전도



## 2024년 로잔 대회 대위임령 현황 보고서

- 세계의 모든 사람은 인종, 지위나 교육수준 등과 상관없이 정신 건강 문제를 경험
- 정신건강 돌봄 사역이 기존의 전통적 목회 사역을 확장하는 역할
- 교회는 희망과 치유를 제공해야 하는 선교적 사명이 있음
- 2023년 시점, 전세계 80억명의 사람 중에 16억명이 정신건강 문제, 정신건강 돌봄 사역은 세계복음화를 위한 효과적인 전략

# 정신건강 돌봄 사역과 교회의 기능

2

덕성 함양

## 친교의 함양과 깊이 관련

- 정신건강 사역은 친교를 심화시키고, 공동체 내에서의 신뢰와 유대감을 강화
- 친교는 단순한 교제를 넘어 서로의 어려움을 나누고 지지하는 관계를 의미 - 서로를 격려하고 위로하는, 성도들이 서로의 짐을 나누어 져 주는 교회의 지체들이 세움을 받을 수 있는 방편
- 사역자들을 세우는 일과도 직접적으로 연관: 미국 목회자의 23%가 개인적으로 정신건강 문제로 고통당하고 있으며 49%의 목회자들은 이러한 자신의 어려움에 대하여 성도들에게 말하지 못함: 사역자의 어려움은 성도들의 덕성 함양에 악영향

# 정신건강 돌봄 사역과 교회의 기능

3

예배



## 예배 공동체를 든든히 세우는 일

- 정신건강 돌봄 사역은 상처입은 영혼을 위로하고 치유함으로 하나님과의 관계 회복을 도움
- 정신적 어려움을 겪는 이들은 종종 고립감과 소외감을 경험, 하나님과 사람과의 관계가 멀어지게 됨. 교회가 이들을 적극적으로 포용하고 지원할 때, 공동체는 더욱 통합된 예배 공동체로 성장

# 정신건강 돌봄 사역과 교회의 기능

4

사회적 관심

- 정신건강 돌봄 사역은 교회가 지역사회 치유와 회복을 주도하는 데 기여
- 교회는 지역사회 내에서 신뢰받는 기관으로서, 정신건강 문제로 고통받는 이들에게 안전한 공간과 지원을 제공할 수 있음

# 정신건강 위기 극복을 위한 교회의 실천적 접근

## 4가지 주요 전략

1

낙인 감소를 위한  
설교와 교육

2

정신건강 코칭 사역

3

기독교 상담센터  
운영

4

정신건강 관련 재정  
지원 기금 마련

# 교회의 실천적 접근

## 1 낙인 감소



### 기독교 공동체 내에서의 낙인발생 원인 (Erin Pritchard)

- 정신건강 문제를 단순히 "영적인 문제"로 간주하기 때문
- 정신건강 문제는 "약한 믿음의 표시"로 여겨지기 때문
- 기도만으로 정신건강 문제가 치료될 것이라는 믿음 때문
- 정신건강 문제에 대한 공동체의 이해와 지원 부족 때문
- 교회 공동체가 정신질환에 대한 잘못된 인식을 가지고 있기 때문

# 교회의 실천적 접근

## 1 낙인 감소

### 교회에서 낙인 효과 감소를 위한 실천 방안

#### 1. 설교를 통한 정신질환에 대한 성경적 이해 제공

- 인간의 존엄성과 가치를 강조하는 설교
- 정신질환에 대한 이해와 공감을 촉진하는 설교
- 신앙과 전문가의 도움을 함께 받는 것이 결코 믿음이 없다는 것의 증표가 되지 못한다는 것을 강조하는 설교

#### 2. 세미나 또는 교육 프로그램 운영

# 교회의 실천적 접근

2

정신건강 코칭

## 준전문가(paraprofessional) 사역

### 1. 동료지원 서비스(Peer Support Services)

- 정신질환을 겪은 당사자가 자신의 경험을 바탕으로 타인을 지지하는 상호적 지원 관계
- 미국: 메디케이드(Medicaid)와 같은 공공의료 서비스의 비용 지원을 받을 수 있음
- 2억 2,500만 달러 이상의 교육 프로그램을 지원할 예정 (2022년 바이든 정부 발표)

### 2. 평신도 기독교 상담(Lay Christian Counseling)



# 교회의 실천적 접근



2

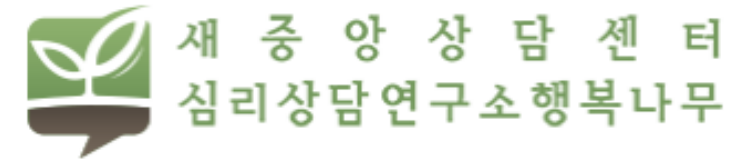
정신건강 코칭

## 기독교 정신건강 코칭 사역 (Matthew S. Stanford)

1. 교회내에는 정신건강에 관심이 많고 영성을 통합하는 방식으로 다른 사람들을 기꺼이 도우려는 마음을 가진 많은 자원봉사자들이 있음
2. 이들을 잘 훈련시켜서 정신건강 위기 극복을 위해 기여할 수 있는 프로그램을 개발
3. 3가지 주제(코칭의 기초, 정신건강 코칭 기술 그리고 정신질환) 총 42시간의 기독교 정신에 바탕을 둔 코칭 프로그램을 개발

# 교회의 실천적 접근

## 3 기독교 상담센터



**HESSED  
COUNSELING CENTER**  
헤세드상담센터

전국민 마음투자지원사업  
서비스 제공기관!

### 교회내에 기독교 상담실을 운영

1. 현재 한국의 대형 교회들 중 몇 교회가 기독교 상담실을 운영
  - 예) 삼일교회: 헤세드 상담센터, 새중앙교회: 새중앙 상담센터
2. 미국의 경우 많은 대형 교회조차도 Grace Community Church의 소송사건 등의 영향으로 상담센터를 운영하는 경우가 적음
3. 중.소 규모의 교회에서는 이종관계 상담윤리 문제로 자체 상담실 설치에 어려움

# 교회의 실천적 접근

## 4 정신건강 지원 재정

### 정신건강 관련 재정 도움을 위한 기금 마련

1. 정신건강 상담치료의 비싼 재정 부담금
2. 한국: 전국민 마음투자 지원사업: 1회기당 7만원 또는 8만원
3. 미국: 보험이 없는 경우 (70%가 보험을 받지 않음) 1회기당 150-250불
4. 예: Cornerstone Church of Boston



# 결론

- 정신건강 문제 해결을 위한 교회의 역할은 신학적 뒷받침을 받는 마땅히 실천해야 할 사역으로서 단순히 개인적인 돌봄 차원을 넘어, 보다 구조적이고 체계적인 접근이 필요하다
- 교회는 신앙과 심리적 돌봄이 통합될 수 있는 공간을 제공함으로써 정신건강 위기 속에서 중요한 사회적 책임을 감당해야 한다