

전직 목회자가 전하는 목회 성공 조언, ‘가족 우선시’!

미국의 대표적 기독교 조사 기관인 라이프웨이리서치가 최근 목회를 그만둔 전직 미국 목회자를 대상으로 한 ‘2025년 목회자 이탈 조사’(Pastor Attrition Study 2025) 자료를 발표하였는데, 한국교회에서도 관심을 가질만한 주제이기에 소개하고자 한다.

조사결과에 따르면, 미국 전직 목회자 3명 중 1명은 45세 이전에 목회 강단을 떠났는데, 이들이 목회직을 떠난 가장 큰 이유는 ‘소명의 변화’(40%)인 것으로 나타났다. 또, 전직 목회자의 절반 가까이(45%)는 목사로 사역한 마지막 해에 교회에서 심각한 갈등을 경험했으며, 사역 측면에서는 하루 24시간 대기해야 한다는 압박을 느낀 경우도 80%에 달하는 것으로 조사됐다.

이번 <넘버즈 306호> 미국 전직 목회자들의 사례를 통해 현직 목회자와 교회에 도움이 될 수 있는 인사이트를 발견하는 기회가 되길 바란다.

일러두기

- 본 리포트에서 사용한 자료는 저작권법을 준수합니다.
- 본 리포트의 데이터는 소수점 첫째 자리에서 반올림하여 정수로 표기하였으므로, 보고서 상에서 표기된 값의 합이 100%가 되지 않을 수 있습니다.
- 복수 응답 문항의 비율은 그 합이 100%를 초과할 수 있습니다.
- 본 리포트는 저작권법에 의해 각각의 통계마다 그 자료의 출처(생산자)를 의무적으로 명기하고 있습니다. 자료를 인용하실 경우, 원자료 출처(생산자)와 목회데이터연구소 자료임을 반드시 밝혀주시기 바랍니다.

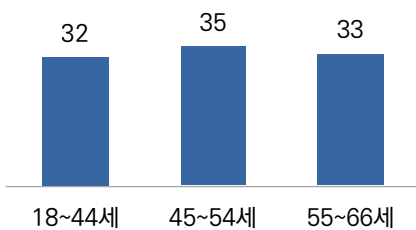
01

[전직 목회자 일반 특성]

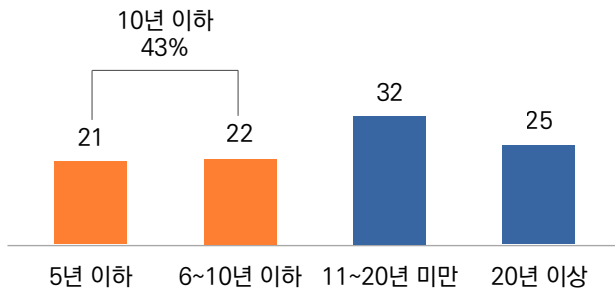
미국 전직 목회자 3명 중 1명, 45세 이전에 목회 그만뒀다!

- 미국 4개 개신교 교단(하나님의 성회, 나사렛교, 웨슬리안교, 남침례교단) 소속 전직 목회자 730명을 대상으로 조사한 결과를 바탕으로 '미국 전직 목회자'들의 일반적 특성을 살펴본다.
- 담임목사로서 사역을 중단한 나이는 다양했다. 33%는 '55~66세'에 강단을 떠났지만, '45~54세'(35%)와 '44세 이하'(32%)도 적지 않은 비중을 차지했다. 3명 중 1명은 45세 이전에 목회를 그만둔 셈이다.
- 담임목사로서 총 시무한 기간은 '10년 이하'(5년 이하 21%, 6~10년 이하 22%)가 43%에 달해 전직 목회자 10명 중 4명 이상은 10년을 넘기지 못한 것으로 나타났다.

[그림] 담임목사로서 사역을 중단한 나이 (미국 전직 목회자, %)



[그림] 담임목사로서 총 시무 연수 (미국 전직 목회자, %)

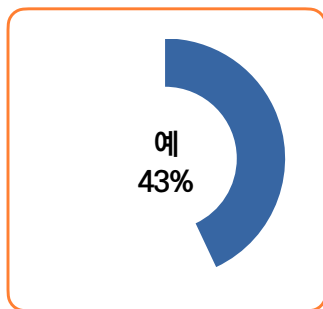


※출처 : 라이프웨이리서치, '2025년 목회자 이탈 조사'(Pastor Attrition Study 2025), 2025.08. (하나님의 성회, 나사렛 교회, 웨슬리안 교회, 남침례교 등 4개 개신교 교단의 전직 담임목사 730명, 온라인 조사, 2025.05.06.~07.06.)

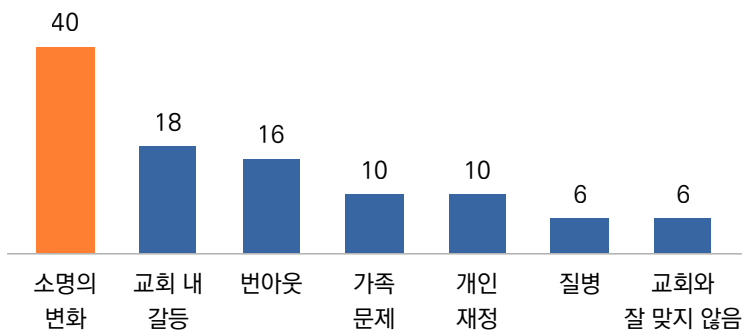
목회직 떠난 가장 큰 이유, '소명의 변화'(40%)!

- 미국 전직 목회자의 43%는 마지막 교회가 담임목사로서 첫 임지(교회)라고 응답했다.
- 한편, 목회직을 떠난 이유로는 '소명의 변화'(40%)를 가장 높게 꼽았다. 이어 '교회 내 갈등'(18%), '번아웃'(16%), '가족 문제'(10%), '개인 재정'(10%) 등의 순이었다.

[그림] 담임목사로서 처음으로 섬긴 교회 (첫 임지) 여부 (미국 전직 목회자)



[그림] 목회직을 떠난 이유 (미국 전직 목회자, 중복응답, 상위 7개, %)

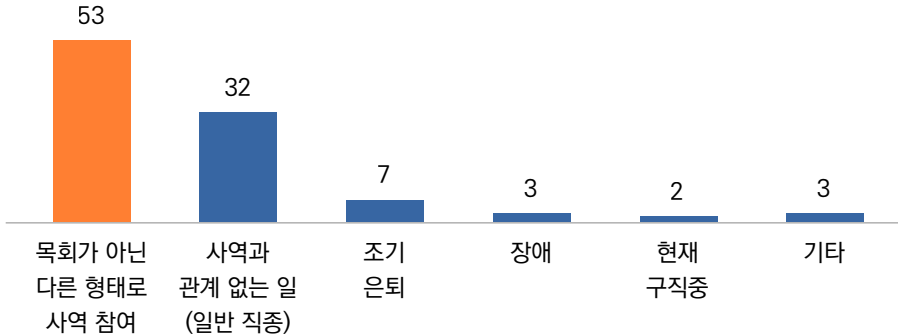


※출처 : 라이프웨이리서치, '2025년 목회자 이탈 조사'(Pastor Attrition Study 2025), 2025.08. (하나님의 성회, 나사렛 교회, 웨슬리안 교회, 남침례교 등 4개 개신교 교단의 전직 담임목사 730명, 온라인 조사, 2025.05.06.~07.06.)

전직 목회자 절반 이상(53%), ‘목회 외 다른 형태로 여전히 사역중’!

- 목회를 그만두고 현재 하는 일을 묻는 질문에 전직 목회자 절반 이상은 목회가 아닌 다른 형태로 여전히 사역에 참여하고 있었다. 그 외 ‘사역과 관계 없는 일(새로운 직업)’ 32%, ‘조기 은퇴’ 7% 등이 뒤를 이었다.

[그림] 목회를 그만두고 현재 하는 일 (미국 전직 목회자, %)

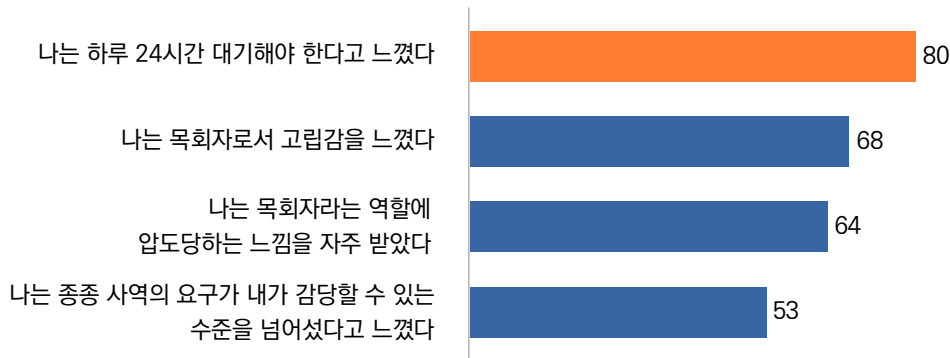


※출처 : 라이프웨이리서치, ‘2025년 목회자 이탈 조사’(Pastor Attrition Study 2025), 2025.08. (하나님의 성회, 나사렛 교회, 웨슬리안 교회, 남침례교 등 4개 개신교 교단의 전직 담임목사 730명, 온라인 조사, 2025.05.06.~07.06.)

02 [사역 문제] 전직 목회자 80%, ‘24시간 대기 압박 느껴’!

- 사역 문제 관련 인식을 살펴보면, 전직 목회자의 80%는 ‘하루 24시간 대기해야 한다는 압박을 느꼈으며’, ‘목회자라는 역할에 압도당하는 느낌을 자주 받았다’는 비율도 64%에 달했다.
- 또한, 절반 이상(53%)은 ‘사역의 요구가 감당할 수 있는 수준을 넘어섰다’고 느끼는 등 심리적 압박이 상당했음을 보여준다.
- ‘목회자로서 고립감을 느꼈다’도 3명 중 2명가량(68%)이 동의해, 사역 부담이 단순히 업무 과중에 그치지 않고, 정서적 고립까지 초래했음을 알 수 있다.

[그림] 사역 문제 관련 인식 (미국 전직 목회자, ‘매우+약간 동의함’ 비율*, %)



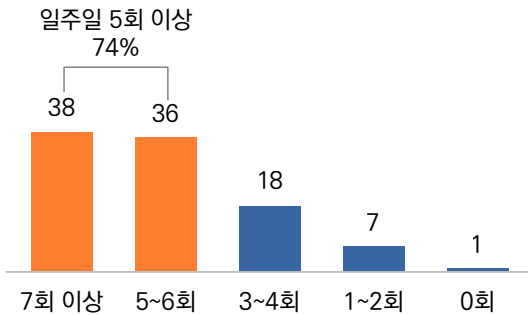
※출처 : 라이프웨이리서치, ‘2025년 목회자 이탈 조사’(Pastor Attrition Study 2025), 2025.08. (하나님의 성회, 나사렛 교회, 웨슬리안 교회, 남침례교 등 4개 개신교 교단의 전직 담임목사 730명, 온라인 조사, 2025.05.06.~07.06.)

*4점 척도

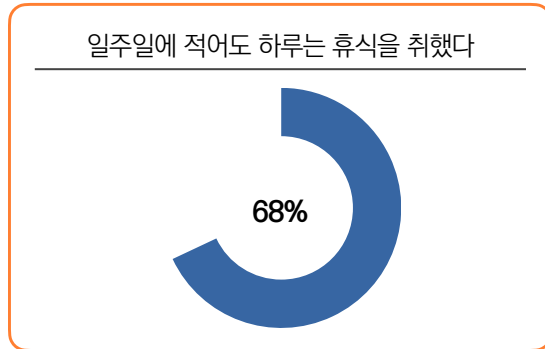
전직 목회자, ‘개인적 경건생활’과 ‘휴식’ 대체로 지켜냈다

- 전직 목회자 4명 중 3명(74%)은 ‘일주일에 5회 이상’ 주님과 개인적인 시간을 가졌다고 응답해, 설교·공과 준비와는 별도로 꾸준히 경건생활을 이어갔음을 보여준다.
- 또한 10명 중 7명(68%)은 목회 활동에서 벗어나 일주일에 최소 하루는 휴식을 취했다고 답해, 목회 활동의 강한 압박 속에서도 일정한 쉼을 확보하려는 노력이 있었음을 알 수 있다.
- 이는 전직 목회자들이 영적 생활과 자기 관리 사이의 균형을 어느 정도 유지하고자 노력했음을 시사한다.

[그림] 설교나 공과준비 외에 주님과 개인적인 시간을 보낸 횟수 (미국 전직 목회자, 한 주 기준, %)



[그림] 휴식 (미국 전직 목회자, ‘매우+동의함’ 비율*, %)



※출처 : 라이프웨이리서치, ‘2025년 목회자 이탈 조사’(Pastor Attrition Study 2025), 2025.08. (하나님의 성회, 나사렛 교회, 웨슬리안 교회, 남침례교 등 4개 개신교 교단의 전직 담임목사 730명, 온라인 조사, 2025.05.06.~07.06.)

*4점 척도

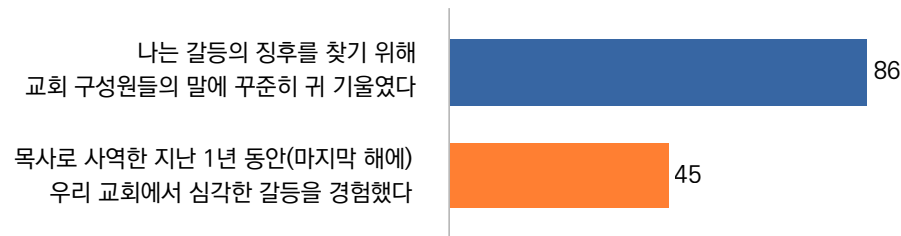
03

[사역 시 교회 갈등]

전직 목회자 45%, 목회 마지막 해 교회에서 심각한 갈등 경험!

- ‘교회 갈등’과 관련된 항목의 동의율을 살펴보면 미국 전직 목회자의 절반 가까이(45%)는 ‘목사로 사역한 마지막 해에 교회에서 심각한 갈등을 경험했다’고 응답했다.
- 그러나 대다수는 ‘갈등의 징후를 찾기 위해 교회 구성원들의 말에 꾸준히 귀 기울였다’(86%)고 응답해 갈등을 미리 인지하고, 예방하려는 노력이 있었음을 보여준다.

[그림] 교회 갈등 관련 인식 (미국 전직 목회자, ‘매우+약간 동의함’ 비율*, %)



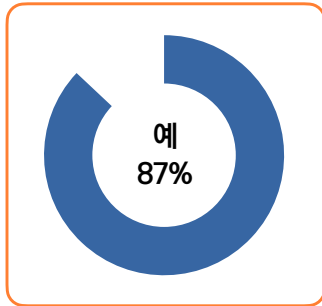
※출처 : 라이프웨이리서치, ‘2025년 목회자 이탈 조사’(Pastor Attrition Study 2025), 2025.08. (하나님의 성회, 나사렛 교회, 웨슬리안 교회, 남침례교 등 4개 개신교 교단의 전직 담임목사 730명, 온라인 조사, 2025.05.06.~07.06.)

*4점 척도

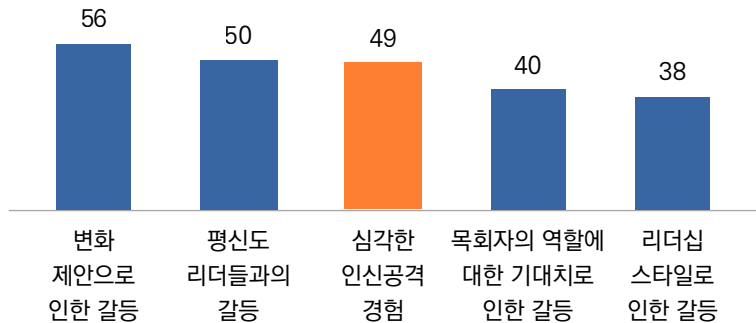
마지막 교회에서 겪은 갈등, 절반이 심각한 인신공격 받음!

- 미국 전직 목회자의 87%는 마지막 사역지(교회)에서 갈등을 경험한 것으로 나타났다. 경험한 갈등 유형으로는 ‘변화 제안으로 인한 갈등’이 가장 많았고, 다음으로 ‘평신도 리더들과의 갈등’(50%), ‘심각한 인신공격 경험’(49%)이 절반 정도 응답됐다.
- 또한 전직 목회자 5명 중 2명은 ‘목회자 역할’(40%)이나 ‘리더십 스타일’(39%)에 대한 기대치 때문에 갈등을 겪은 것으로 나타났다.

[그림] 마지막 사역지(교회)에서 갈등 경험률
(미국 전직 목회자)



[그림] 이전(마지막) 교회에서 개인적으로 경험한 갈등 유형
(미국 전직 목회자, 중복응답, 상위 5개, %)



※출처 : 라이프웨이리서치, '2025년 목회자 이탈 조사'(Pastor Attrition Study 2025), 2025.08. (하나님의 성회, 나사렛 교회, 웨슬리안 교회, 남침례교 등 4개 개신교 교단의 전직 담임목사 730명, 온라인 조사, 2025.05.06.~07.06.)

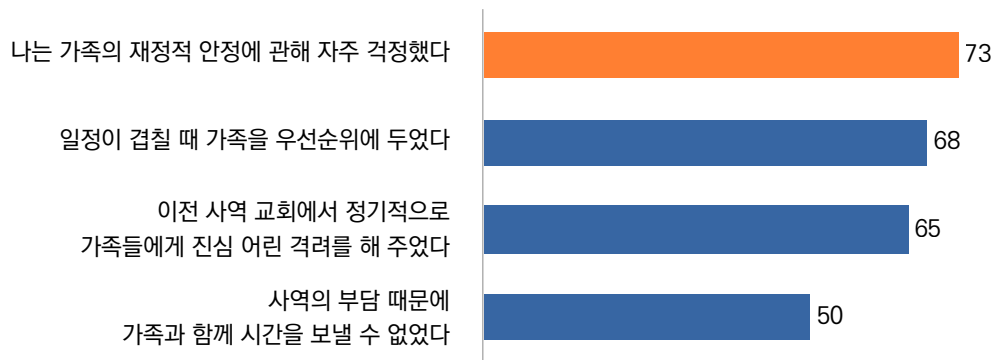
04

[가족 문제]

전직 목회자 73%, '가족의 재정적 안정 자주 걱정했다'

- 이번에는 전직 목회자들의 가족 관련 인식을 살펴본다. 전직 목회자 10명 중 7명(73%)은 '가족의 재정적 안정에 대해 자주 걱정했다'고 응답했으며, 절반(50%)은 '사역 부담 때문에 가족과 함께 시간을 보내지 못했다'고 답했다. 이는 목회 현장에서 흔히 겪는 '사역 우선'과 '가족 돌봄'의 딜레마를 보여준다.
- 동시에 68%는 '일정이 겹칠 때 항상 가족을 먼저 생각했다'고 응답해, 목회자들이 내면적으로는 가족의 우선순위를 의식하고 있음을 알 수 있다.
- 또, '이전 사역 교회에서 가족들에게 진심 어린 격려를 해 주었다'는 비율도 65%로 나타나, 목회 사역의 긍정적 측면도 눈에 띄었다.

[그림] 가족 관련 인식 (미국 전직 목회자, '매우+약간 동의함' 비율*, %)



※출처 : 라이프웨이리서치, '2025년 목회자 이탈 조사'(Pastor Attrition Study 2025), 2025.08. (하나님의 성회, 나사렛 교회, 웨슬리안 교회, 남침례교 등 4개 개신교 교단의 전직 담임목사 730명, 온라인 조사, 2025.05.06.~07.06.)

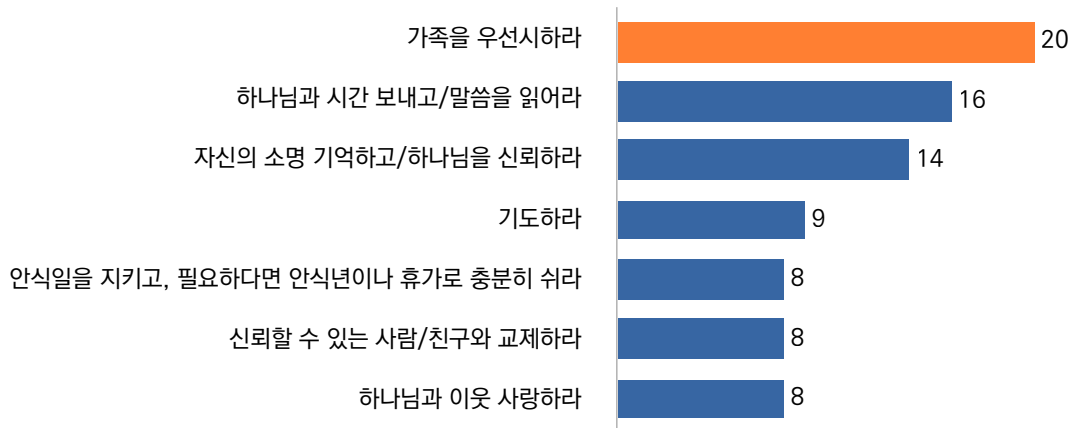
*4점 척도

05

[현직 목회자/교회를 위한 조언] 전직 목회자가 전하는 목회 성공 조언, ‘가족 우선시!’

- 전직 목회자들에게 현재 목회자들의 사역 성공에 도움이 되는 조언을 물었을 때, 전직 목회자들은 ‘가족을 우선시하라’(20%)는 조언을 가장 많이 꼽았다. 이는 목회 사역이 아무리 중요해도 가정의 안정이 목회 지속의 토대임을 보여준다.
- 이어서 ‘하나님과 시간을 보내고 말씀을 읽어라’(16%), ‘자신의 소명을 기억하고 하나님을 신뢰하라’(14%), ‘기도하라’(9%)는 응답이 뒤따랐다. 개인 영성과 소명 의식이 목회의 핵심임을 확인시켜주는 지표이다.

[그림] 현재 목회자들이 사역에서 성공할 수 있도록 해 줄 수 있는 조언 (미국 전직 목회자, 상위 7개, %)

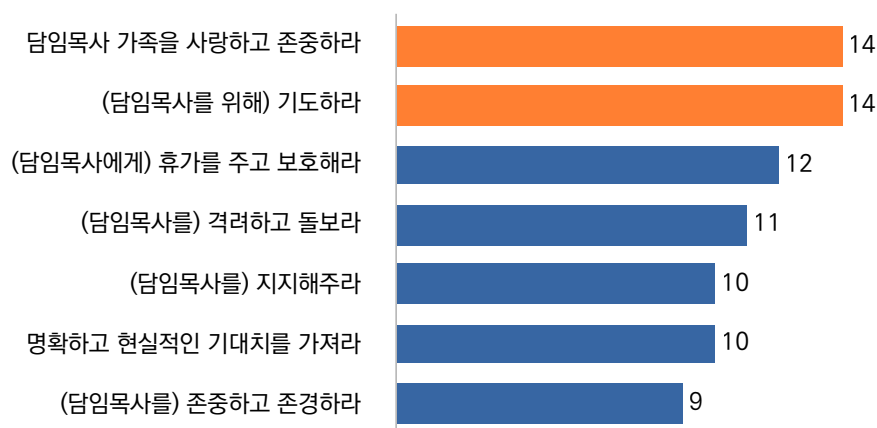


※출처 : 라이프웨이리서치, ‘2025년 목회자 이탈 조사’(Pastor Attrition Study 2025), 2025.08. (하나님의 성회, 나사렛 교회, 웨슬리안 교회, 남침례교 등 4개 개신교 교단의 전직 담임목사 730명, 온라인 조사, 2025.05.06.~07.06.)

전직 목회자가 말하는 목회자를 위한 교회의 역할, ‘목회자 가정 돌봄·기도!’

- 교회가 목회자를 도울 수 있는 방법에 대한 조언으로는 ‘담임목사 가족을 사랑하고 존중하라’(14%)와 ‘담임목사를 위해 기도하라’(14%)가 가장 높게 나타났다. 목회자가 사역에 집중할 수 있도록 ‘목회자 가정 돌봄’과 ‘영적 후원(기도)’이 뒷받침되어야 함을 보여준다.
- 다음으로 ‘휴가를 주고 보호하라’, ‘격려하고 돌보라’, ‘지지해주라’ 등의 순이었다. 이는 교회의 적극적 지원과 배려가 목회자의 건강한 사역을 가능하게 함을 시사한다.

[그림] 교회가 목회자를 도울 수 있는 방법에 대한 조언 (미국 전직 목회자, 상위 7개, %)



※출처 : 라이프웨이리서치, ‘2025년 목회자 이탈 조사’(Pastor Attrition Study 2025), 2025.08. (하나님의 성회, 나사렛 교회, 웨슬리안 교회, 남침례교 등 4개 개신교 교단의 전직 담임목사 730명, 온라인 조사, 2025.05.06.~07.06.)

이번호 요약

1. 마지막 교회에서 겪은 갈등, 절반이 심각한 인신공격 받음!

- 미국 전직 목회자의 87%는 마지막 교회에서 갈등을 경험한 것으로 나타났다. 경험한 갈등 유형으로는 ‘변화 제안으로 인한 갈등’이 가장 많았고, 다음으로 ‘평신도 리더들과의 갈등’(50%), ‘심각한 인신공격 경험’(49%)이 절반 정도였다.

2. 전직 목회자 80%, ‘24시간 대기 압박 느껴’!

- 사역 문제 관련 인식을 살펴보면, 전직 목회자의 80%는 ‘하루 24시간 대기해야 한다는 압박을 느꼈으며’, ‘목회자라는 역할에 압도당하는 느낌을 자주 받았다’는 비율도 64%에 달했다.

3. 전직 목회자가 전하는 목회 성공 조언, ‘가족 우선시’!

- 전직 목회자들에게 현재 목회자들의 사역 성공에 도움이 되는 조언을 물었을 때, 전직 목회자들은 ‘가족을 우선시하라’(20%)는 조언을 가장 많이 꼽았다. 이는 목회 사역이 아무리 중요해도 가정의 안정이 목회 지속의 토대임을 보여준다.

함께 보면 좋은 자료

*아래 제목을 누르면 전체 내용을 보실 수 있습니다.

- ▶ [서적] 성도는 우리 가족뿐입니다 (김민철, 조이북스)

관련 성경 구절

자기 집을 잘 다스려 자녀들로 모든 공손함으로 복종하게 하는 자라야 할지며 사람이 자기 집을 다스릴 줄 알지 못하면 어찌 하나님의 교회를 돌보리오 (디모데전서 3장 4절~5절)

목회 적용점

이번 조사 결과는 목회자의 ‘사역 지속 가능성’을 가정과의 균형 속에서 다시 성찰하게 한다. 미국 전직 목회자가 강단을 떠날 때 절반 가까이는 마지막 해에 심각한 갈등을 경험했고, 80%가 24시간 대기 압박을 느꼈다고 응답했다. 그러나 동시에 ‘일정이 겹칠 때 가족을 우선순위에 두었다’(68%)는 응답과 현직 목회자들을 향해 ‘가족을 우선시하라’는 조언이 가장 많이 꼽힌 점(20%)은 목회의 성공이 결국 ‘건강한 가정’ 위에 세워짐을 보여준다.

따라서 목회 현장에서는 ‘가족 돌봄’을 단순한 사적인 문제로 보지 말고, ‘지속 가능한 목회 리더십’의 핵심 과제로 인식할 필요가 있다. 교회는 목회자 가정을 사랑하고 존중하며(14%), 정기적 휴가와 안식년을 제도화해 ‘섬의 리듬’을 회복시킬 필요가 있다. 또한 목회자 스스로도 공적 영역인 사역과 사역 영적인 개인 삶의 균형을 위해 가족과 함께하는 시간을 ‘영적 훈련의 연장선’으로 받아들이는 태도가 필요하다.

결국 이번 조사결과는 목회자의 삶이 가정을 후사시키는 ‘오직 사역 중심’에서 ‘가정이 중시되는 건강한 목회 생태계’로 전환될 때, 목회자의 번아웃을 줄이고 교회 공동체의 지속 가능성을 높일 수 있음을 시사한다.