

교회 내 돌봄 받아야 할 대상 → 영적 침체자/정신적 어려움 겪는 자!

과거의 교회 돌봄이 주로 목회자나 일부 리더층에 의해 수직적으로 이루어졌다면, 이제는 성도들이 서로의 삶을 돌보는 '서로 돌봄' 문화가 중요한 트렌드로 부상하고 있다. '한국교회 돌봄 실태와 과제 조사' 결과(한국교회 트렌드 2026, 서로돌봄 공동체)에 따르면 성도 10명 중 7명이 교회 안에서 크고 작은 돌봄을 실천한 경험이 있는 것으로 나타났다. 이는 돌봄이 특정 직분자의 업무가 아니라 공동체 구성원 모두가 실천할 수 있는 영역임을 보여준다. 또한, 담임목사의 74%가 사역 과정에서 스스로 돌봄이 절실했던 순간이 있었다고 답해, 돌봄의 주체로 여겨졌던 목회자들 역시 돌봄의 대상이 될 수 있다는 점도 주목된다.

이번 <넘버즈 320호>부터 '한국교회 트렌드 2026'의 10가지 주제를 하나씩 심층적으로 다뤄보고자 한다. 이번 호는 첫 번째로 교회 돌봄 사역의 실태를 다룬다. 이번 데이터를 통해 성도들이 체감하는 돌봄의 현실을 짚어보고, 한국교회가 진정한 '서로 돌봄'의 공동체로 나아가기 위한 구체적인 방향을 찾길 기대한다.

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.

한국교회 돌봄 실태와 과제 조사

조사개요

구분	성도 조사	목회자 조사
조사 대상	만19세 이상 개신교인(교회출석자)	한국교회 담임목사
표본 규모	총 1,000명(유효표본)	총 500명(유효표본)
조사 방법	온라인패널을 대상으로 한 온라인 조사 (이메일을 통한 URL 발송)	온라인 조사(이메일 및 카톡을 통해 URL 발송)
표본 추출	지역/성/연령별 개신교인 비례할당	편의추출(Convenience Sampling)
표본 오차	무작위추출을 전제로 할 경우, 95% 신뢰수준에서 $\pm 3.1\%p$	-
자료 처리	수집된 자료는 통계패키지 SPSS 20.0 for Windows로 분석함 (목회자 조사는 교회 규모를 고려한 가중치 부여)	
조사 기간	2025년 5월 15일 ~ 2025년 5월 22일 (총 8일간)	2025년 5월 23일 ~ 2025년 5월 28일 (총 6일간)
조사 주체	목회데이터연구소 / 희망친구 기아대책	
조사 기관	(주)지앤컴리서치	

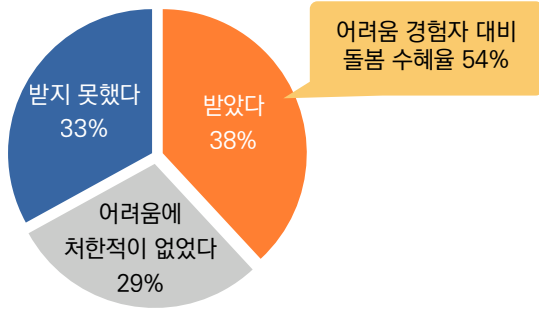
01

[교회에서의 돌봄 경험]

성도 10명 중 4명(38%), 교회에서 돌봄 받은 경험 있다!

- 영적·정서적 위기 상황에서 교회로부터 돌봄 받은 경험 여부를 묻은 결과, 전체 성도 10명 중 4명(38%)이 목회자나 다른 성도로부터 실질적인 돌봄을 경험한 것으로 나타났다.
- 다만 어려움을 겪었다고 응답한 성도 기준으로 보면 돌봄 수혜율은 54%로 높아진다.

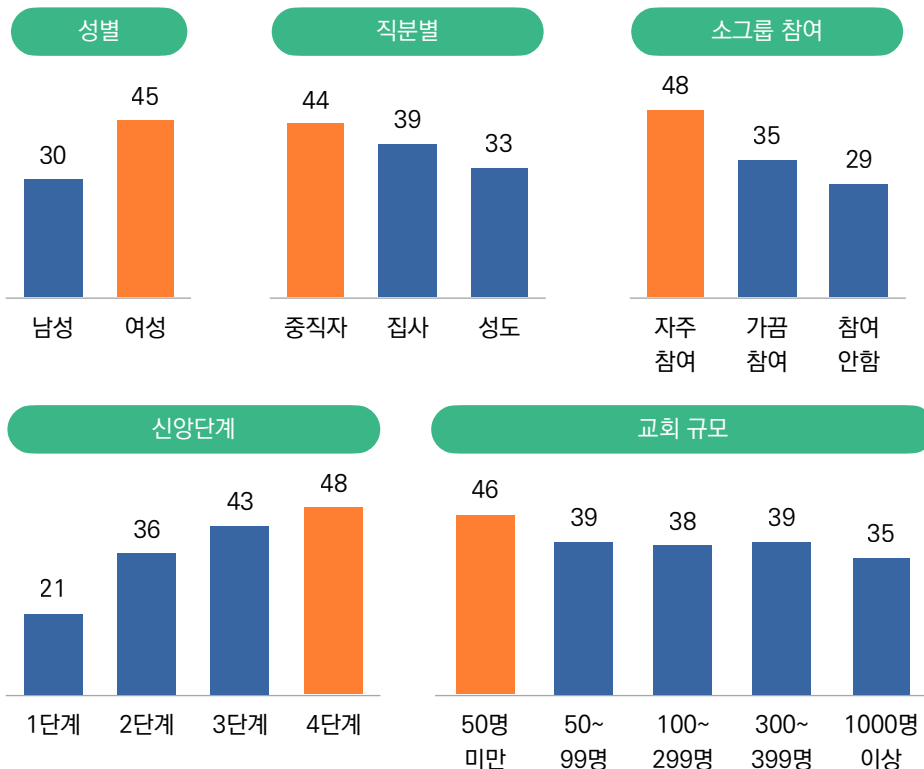
[그림] 교회에서 돌봄 받은 경험 여부 (성도)



여성·종직자·소그룹 참여율 높을수록 '교회 돌봄 받은 경험' 높아!

- '교회 내 돌봄 받은 경험이 있다' 응답은 여성(45%)이 남성(30%)보다 높게 나타났으며, 교회 종직자일수록 돌봄 경험률도 증가했다.
- 소그룹 참여 빈도가 높을수록 돌봄 경험률이 높았고, 신앙 수준이 높을수록 이러한 경향이 뚜렷했다.
- 또한 교회 규모가 작을수록 성도의 돌봄 수혜 경험은 상대적으로 높게 나타났다.

[그림] 응답자 특성별 '교회에서 돌봄 받은 경험 있다' 비율 (성도, %)



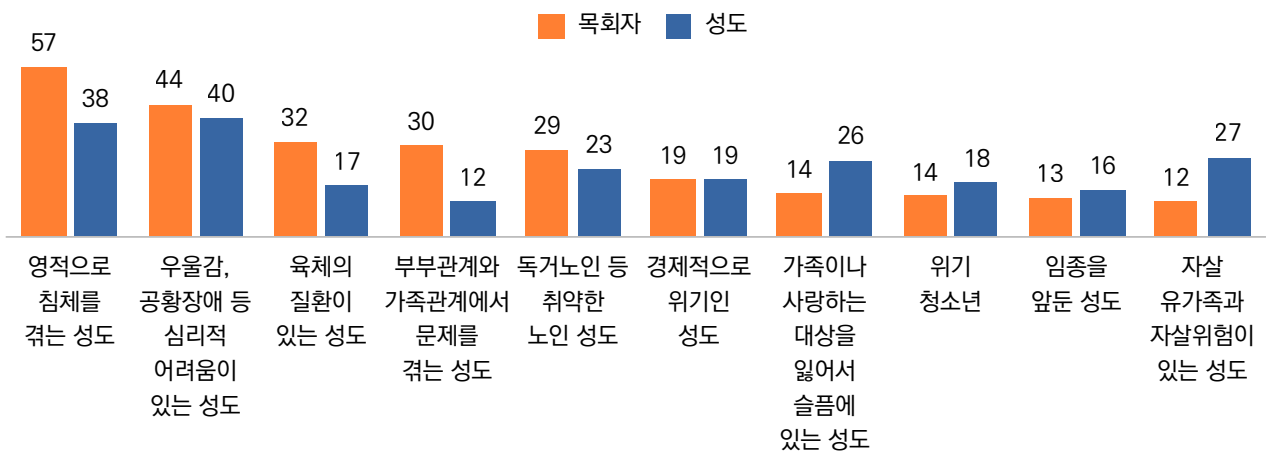
02

[교회 돌봄의 대상과 주체]

교회내 돌봄 받아야 할 대상 → 영적 침체자/정신적 어려움 겪는 자

- 교회 내에서 돌봄을 받아야 할 대상에 대해서는 목회자와 성도 간 인식 차이를 보였다.
- 목회자는 '영적 침체를 겪는 성도'(57%)를 가장 중요한 돌봄 대상으로 꼽았고 다음으로 '심리적 어려움이 있는 성도'(44%), '육체적 질환이 있는 성도'(32%) 순이었다.
- 반면 성도는 '심리적 어려움'(40%)과 '영적 침체'(38%)를 겪는 성도를 거의 비슷한 수준의 핵심 돌봄 대상으로 인식했다. 우울, 공황 등 정신건강 문제가 더 이상 교회 밖 문제가 아닌 교회 내에서도 중요한 돌봄 이슈임을 시사한다.

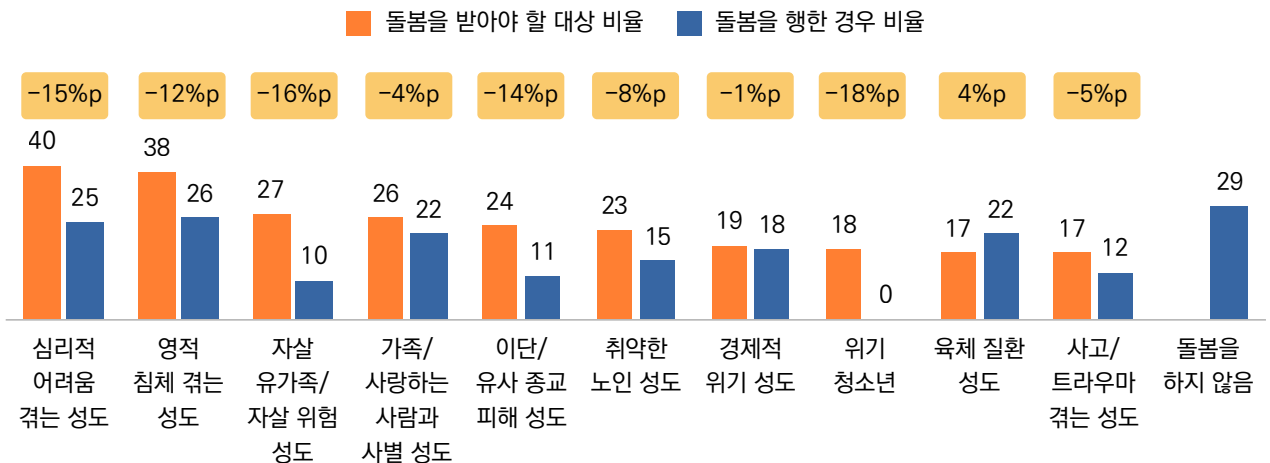
[그림] 교회에서 돌봄을 받아야 할 대상 (1+2+3순위, 목회자 기준 상위 10개, %)



교회 돌봄, 심리적/영적 침체자 돌봄에 초점 맞춰야

- 교회 안에서 돌봄을 받아야 할 대상과 실제 도움을 실천한 경험을 비교한 결과, 전반적으로 육체질환 성도 돌봄을 제외하고 돌봄 인식 대비 실천율은 낮았다.
- 육체질환 성도에 대한 돌봄은 실천율이 필요성 인식보다 높아 이미 충분히 이루어지고 있었으나, 심리적 어려움/영적 침체를 겪는 성도는 돌봄 필요성과 실천 격차가 각각 -15%p, -12%p로 나타나, 보다 적극적 돌봄이 요구되는 돌봄 수요층임을 알 수 있다.

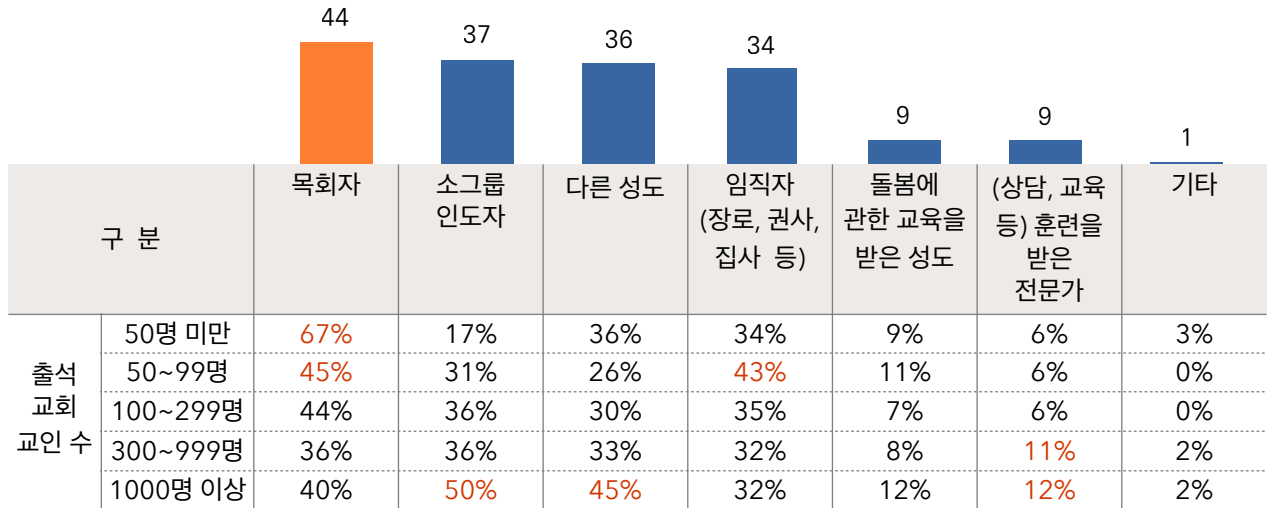
[그림] 대상별 돌봄 필요성과 실제 돌봄 실천 비율의 차이 (성도, 돌봄 받아야 할 대상 기준 상위 10개, %)



실제 교회 돌봄, 대형교회는 소그룹 인도자, 소형교회는 목회자

- 앞서 교회 돌봄을 받은 성도들을 대상으로 교회의 누구로부터 돌봄을 받았는지 물었다(중복응답). 그 결과, '목회자'(44%)가 가장 많았고, 이어 '소그룹 인도자'(37%), '다른 성도'(36%), '임직자'(34%) 등의 순이었다.
- 이는 교회 내 돌봄이 특정 직분자에게만 국한되지 않고, 목회자와 소그룹 리더, 성도 등 다양한 관계망을 통해 실제로 이뤄지고 있음을 보여준다.
- 교회 규모별로 보면, 교인 50명 미만 소형교회에서는 '목회자'(67%)의 돌봄 비중이 가장 높은 반면, 1,000명 이상 대형교회는 '소그룹 인도자'(50%)와 '다른 성도'(45%)가 주요 돌봄 주체로 부상하는 특징을 보였다.

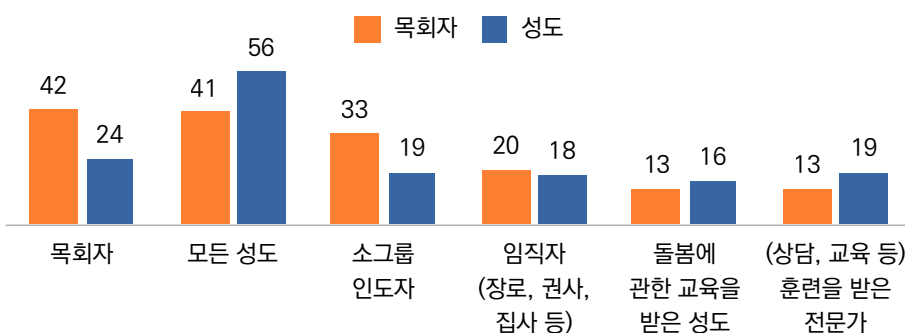
[그림] 교회에서 돌봄을 제공한 주체 (교회에서 돌봄을 받아본 성도, 중복응답, %)



성도 돌봄 주체, 목회자 중심에서 공동체(모든 성도) 책임으로!

- 교회에서 누가 성도를 돌봐야 하는가? 돌봄 주체를 묻는 질문에 목회자는 '목회자'(42%)와 '모든 성도'(41%)를 거의 비슷한 수준으로 응답했다. 이는 목회자 스스로 성도 돌봄이 자신의 핵심 역할 가운데 하나라는 인식을 전제하면서도, 공동체 전체가 함께 감당해야 할 책임이라는 인식 또한 동시에 갖고 있음을 보여준다.
- 반면, 성도의 경우 성도의 절반 이상(56%)이 '모든 성도'가 돌봐야 한다고 응답했다. 이는 '목회자'(24%), '소그룹 인도자'(19%), '훈련 받은 전문가'(19%) 응답률을 2배 이상 상회하는 수치이다.
- 이는 교회 돌봄 사역이 과거의 수직적인 목회자 중심 구조를 넘어, 평신도 참여형 돌봄 체계로 이동할 필요성을 시사한다.

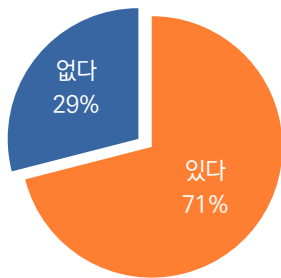
[그림] 교회에서 돌봄을 해야 할 주체 (중복응답, %)



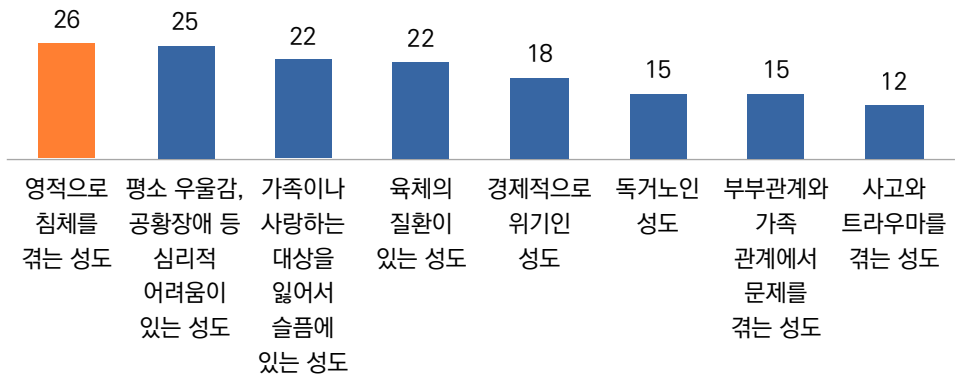
성도 10명 중 7명, 교회에서 돌봄 실천 경험 있다!

- 교회에서 도움이 필요한 성도를 실제 돌봤는지를 성도(교회출석자)에게 묻은 결과, 성도 10명 중 7명(71%)은 ‘돌봄 실천 경험’이 있는 것으로 조사됐다.
- 돌봄을 실천한 대상(중복응답)으로는 ‘영적 침체를 겪는 성도’(26%), ‘심리적 어려움이 있는 성도’(25%), ‘가족이 나 사랑하는 사람을 사별한 성도’(22%) 등의 순이었다.
- 이 외에도 중독 문제, 장애·질병, 자살 유가족 등 다양한 돌봄 대상이 확인되어, 교회 내 돌봄이 영적 영역을 넘어 심리·정서·삶의 위기 전반으로 확장되고 있음을 보여준다.

[그림] 교회에서 돌봄을 행한 경험(성도)



[그림] 교회에서 돌봄을 실천한 대상 (돌봄을 실천한 경험 있는 성도, 상위 8개, 중복응답, %)

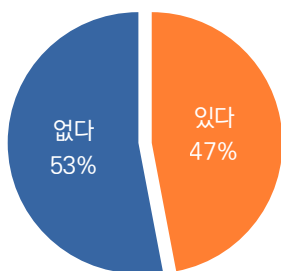


03

[돌봄에 대한 인식] 성도 2명 중 1명 가까이, 다른 성도 돌봄 준비 돼있다!

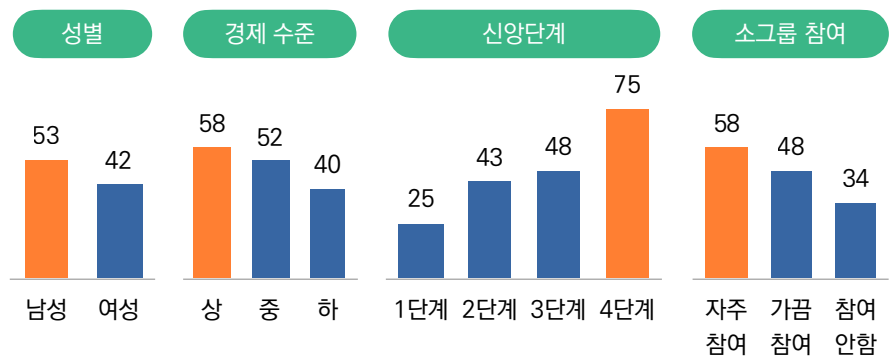
- 성도들에게 상담과 위로 및 조언을 하는 데 얼마나 준비되어 있는지를 묻은 결과, 무려 절반 가까이(47%)가 준비되어 있다고 응답했다.
- 한편 성도 가운데 ‘돌봄자로서 준비되어 있다’고 응답한 비율은 남성(53%)이 여성(42%)보다 높았으며, 경제 수준 별로는 상층(58%)일수록, 신앙수준이 높을수록(4단계 75%) 준비도는 뚜렷하게 증가했다. 또한 소그룹에 자주 참여할수록 높은 특징을 보였다.
- 이는 돌봄 인식 형성과 준비도가 신앙 성숙도, 공동체 참여 경험 그리고 삶의 안정성(경제적 안정성) 같은 요인의 영향을 받는다는 점을 시사한다.

[그림] 돌봄자로서의 준비 정도* (성도)



*4점 척도

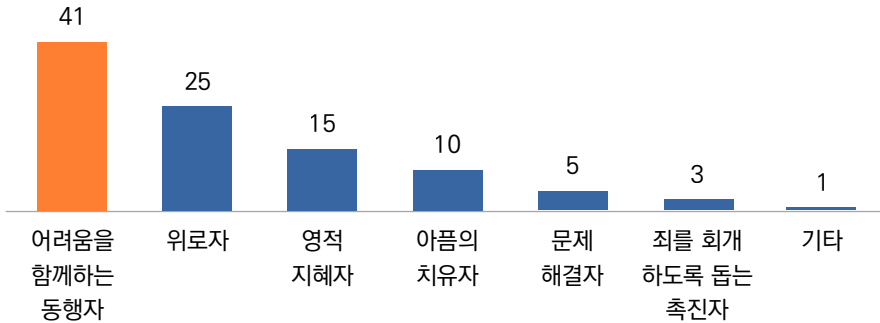
[그림] 돌봄자로서 ‘준비되어 있다’ 비율 (성도, %)



돌봄자의 역할, 동행자/위로자!

- 그렇다면 돌봄자의 역할은 무엇일까? 성도들은 ‘어려움을 함께하는 동행자’(41%)를 돌봄자의 가장 큰 역할로 꼽았고, 이어 ‘위로자’(25%), ‘영적 지혜자’(15%), ‘아픔의 치유자’(10%) 등의 순이었다.

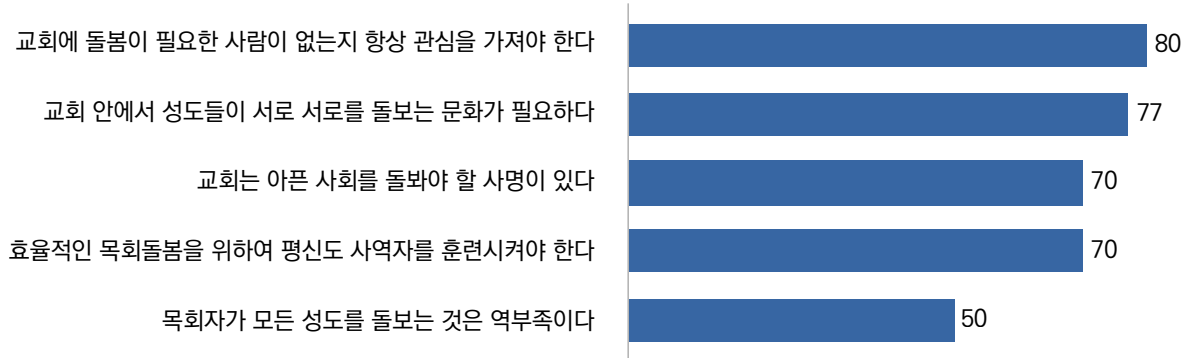
[그림] 돌봄자의 역할 (성도, %)



돌봄 위해 평신도 사역자 훈련 필요하다, 70%!

- 교회 돌봄에 대한 목회자의 인식을 살펴본 결과(매우 동의 비율), 전반적으로 목회자들은 교회 내 돌봄의 중요성과 필요성에 대해 높은 공감 수준을 보였다.
- ‘교회에 돌봄이 필요한 사람이 없는지 항상 관심을 가져야 한다’에 목회자의 80%가 ‘매우 동의’했으며, ‘교회 안에서 성도들이 서로 서로를 돌보는 문화가 필요하다’에도 77%의 비교적 높은 긍정률을 보였다.
- 또한 ‘효율적인 목회돌봄을 위해 평신도 사역자를 훈련시켜야 한다’에 대해서도 목회자 10명 중 7명(70%)이 동의해 평신도의 돌봄 참여가 필요하다는 입장을 내비쳤다.

[그림] 돌봄에 대한 의견 (목회자, ‘매우 동의’ 비율*, %)



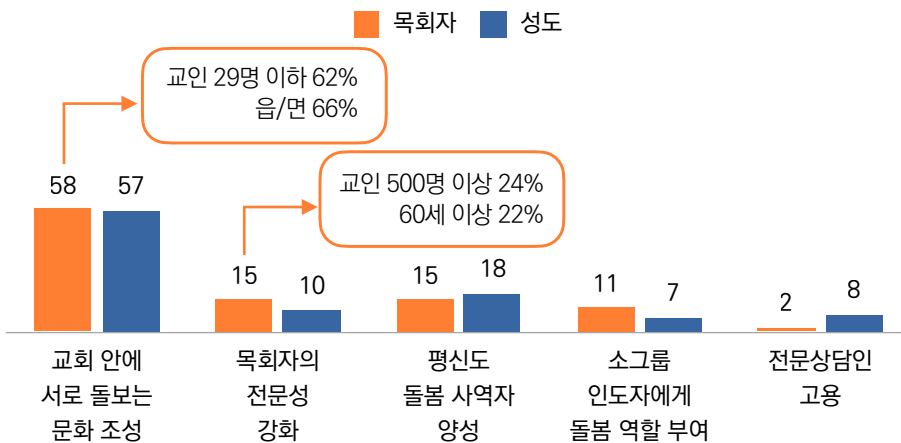
*4점 척도

04

[돌봄 필요성과 과제] 교회 내 서로 돌보는 문화 조성이 필요하다!

- 교회가 돌봄을 잘하기 위해 필요한 것을 묻는 질문에 목회자와 성도 모두 '교회 안에 서로 돌보는 문화 조성'을 가장 높게 꼽았다.
- '교회 안 서로 돌봄 문화 조성' 응답률(목회자 기준)은 교회 규모가 작을수록(29명 이하 62%), 읍/면 지역(66%)에서 높았고, '목회자의 전문성 강화'는 교인 500명 이상 교회(24%)와 60세 이상 목회자(22%)에서 상대적으로 높은 특징을 보였다.

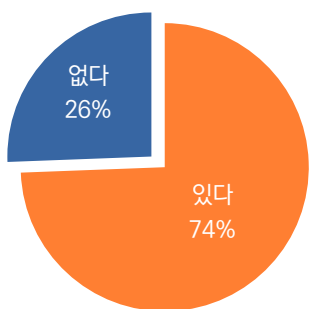
[그림] 교회가 돌봄을 잘하기 위해 필요한 것 (상위 5개, %)



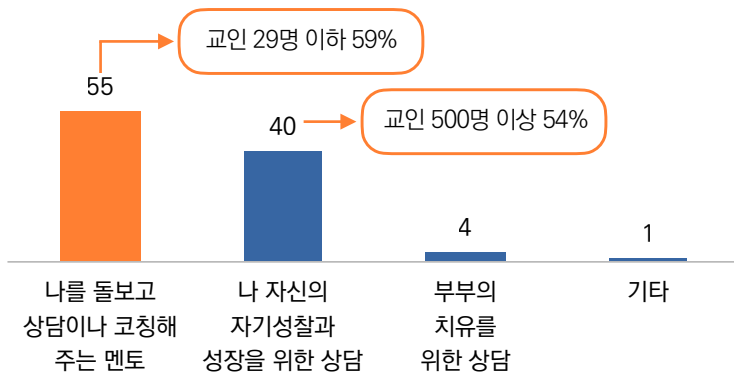
목회자 74%, 나도 돌봄 받고 싶다!

- 목회자를 대상으로 누군가로부터 돌봄을 받고 싶다고 느낀 적이 있는지를 묻은 결과, 목회자 4명 중 3명꼴인 74%가 '있다'고 응답했다. 성도 돌봄 역할을 수행하는 목회자 역시 돌봄에 대한 필요성을 느끼고 있음을 보여준다.
- 가장 돌봄이 필요한 영역으로는 '나를 돌보고 코칭해 주는 멘토'(55%)와 '자기성찰/성장을 위한 상담'(40%)으로 나타났다.
- 교회 규모별로는 보면, 교인 수 29명 이하 소형교회 목회자(59%)는 '코칭·멘토링'을 필요로 원하는 비율이 상대적으로 높았고, 교인 수 500명 이상 대형교회 목회자는 '자기 성찰·성장을 위한 상담'을 꼽은 비율이 54%로 높게 나타났다. 목회자의 돌봄 필요가 교회 규모와 사역 환경에 따라 다르게 나타남을 알 수 있다.

[그림] 돌봄을 받고 싶다고 생각한 경험 여부 (목회자)



[그림] 가장 필요한 돌봄 영역 (돌봄 필요성을 느낀 적 있는 목회자, %)



이번호 요약

1. 교회 돌봄, 심리적/영적 침체자 돌봄에 초점 맞춰야!!

- 교회 안에서 돌봄을 받아야 할 대상과 실제 도움을 실천한 경험을 비교한 결과, 육체질환 성도에 대한 돌봄은 실천율이 필요성 인식보다 높아 이미 충분히 이루어지고 있었으나, 심리적 어려움(-15%p)/영적 침체(-12%p)를 겪는 성도는 돌봄 필요성과 실천 간 격차가 매우 커, 보다 적극적 돌봄이 요구되는 돌봄 수요층임을 알 수 있다.

2. 성도 2명 중 1명 가까이, 다른 성도 돌봄 준비 돼있다

- 성도들에게 상담과 위로 및 조언을 하는 데 얼마나 준비되어 있는지를 묻은 결과, 무려 절반 가까이(47%)가 돌봄자로서 준비되어 있다고 응답했다.

3. 목회자 74%, 나도 돌봄 받고 싶다!

- 목회자 4명 중 3명꼴인 74%는 나도 누군가로부터 돌봄을 받고 싶다고 느낀 적이 있다고 응답해, 성도 돌봄 역할을 수행하는 목회자 역시 돌봄에 대한 필요성을 느끼고 있음을 보여준다.

함께 보면 좋은 자료

*아래 제목을 누르면 전체 내용을 보실 수 있습니다.

▶ [서적] 공동체 돌봄과 상담 (마가렛 콘펠드 저, 기독교문서선교회(CLC))

관련 성경 구절

너희가 짐을 서로 지라 그리하여 그리스도의 법을 성취하라 (갈라디아서 6장 2절)

목회 적용점

오늘날 한국교회는 개인화의 가속화와 정서적 고립 심화라는 시대적 흐름 속에서, 공동체의 본질적 기능인 ‘돌봄’의 새로운 지표를 마주하고 있다. 이번 조사 결과는 전통적인 육체적 질병 돌봄을 넘어, 현대인이 겪는 심리적 고통과 영적 침체에 대한 교회의 응답이 시급함을 보여준다. 특히 심리적·영적 위기에 대한 높은 돌봄 필요성에 비해 실제 실천율이 저조하다는 점은, 교회가 집중해야 할 새로운 사역 지대를 여실히 보여준다.

주목할 점은 성도 2명 중 1명 가까이는 이미 타인을 돌볼 준비가 되어 있다는 사실이다. 이는 돌봄이 목회자 1인에게 집중된 수직적 사역이 아니라, 성도 간의 자발적 동역을 통해 ‘서로 돌봄’의 구조로 전환될 수 있는 충분한 잠재력이 있음을 뜻한다. 또한, 돌봄의 주체로만 여겨졌던 목회자의 74%가 본인 역시 돌봄이 필요하다고 응답한 결과는 사역 현장의 리더들을 향한 공동체적 지지 시스템 구축이 더 이상 미룰 수 없는 과제임을 드러낸다.

따라서 향후 목회 현장에서 돌봄과 관련 다음의 세 가지 방향을 제안한다.

첫째, 눈에 보이는 질병뿐 아니라 성도들의 내밀한 심리적 아픔과 영적 갈급함을 예민하게 살피는 ‘정서적 돌봄 체계’를 강화해야 한다. 둘째, 돌봄의 의지가 있는 성도들을 전문적으로 훈련하고 이들을 적재적소에 연결하는 ‘평신도 상호 돌봄 사역망’을 구축해야 한다. 셋째, 목회자 또한 돌봄의 대상임을 인정하고 특히 소형교회 목회자들을 중심으로 코칭 또는 멘토링이 활발해져 전체적으로 건강한 신앙 공동체를 세워가야 할 것이다.