

## 소진(Burn-out)을 경험한 영아부 전도사의 COVID-19상황에서의 사역 어려움과 회복과정에 대한 내러티브 탐구\*

**A Narrative Inquiry on the Ministry Difficulty and the Recovery Process in  
Infant Preachers with the Experience of Burn-out in the COVID-19 Situation**

방은영 (Eun Young- Bang)\*\*

### ABSTRACT

The purpose of this study was to make a narrative inquiry to examine what the ministry difficulty is and what about the recovery process in infant preachers with the experience of burn-out in the COVID-19 situation. To this end, data were collected through the process of in-depth interview across totally 10 times from June 2020 to December 2021 targeting infant preachers at J church where is located in S ward of Seoul Metropolis. The findings are as follows. First, the Christian-mission difficulties in infant preachers with the experience of burn-out in the COVID-19 situation included 'skepticism and guilty conscience about own image as a ministry worker trapped by inertia,' 'confusion and withering felt in the process of accepting the new worship paradigm,' 'expectation and fear of the restoration in community and worship'. Second, the recovery process in infant preachers with the experience of burn-out in the COVID-19 situation appeared to include 'God who loves me the way I am from helplessness, a sense of defeat, and guilty feeling,' 'the reflection on burn-out and the resurgent sense of duty,' 'the passion of original intention!, the grace of recovery from God, not by my power.' These research results suggest the need for arranging the minister mentoring system and diverse support systems and for an institutional support aiming to revitalize the community of ministry workers so that the church ministers can stably carry out Christian mission in the post-COVID 19 era and can fulfill the ministry with the hope of God's enabling and empowering rather than burn-out. This study has a

\* 2022년 10월 14일 접수, 12월 4일 최종수정, 12월 7일 게재확정

\*\* 충신대학교(Chongshin University) 산업교육학부 조교수, 서울시 동작구 사당로 143, lovebey@hanmail.net

significance in that the approach of narrative inquiry led to having explored the meaning of the presence in God who thoroughly supervises the life of the founder in an individual's burn-out experience and ministry recovery process.

**Key words:** Burn-out, Infant preachers, Ministry difficulty, Recovery process, Narrative inquiry

## I. 서론

소진(消盡)이란 번아웃 증후군(burn-out syndrom)으로도 명명되며 사전적 의미로는 ‘점점 줄어들어 다 없어짐’, 또는 ‘다 써서 없앴’을 의미한다(표준국어대사전, 2022). 한편, ‘소진’은 ‘직무 탈진감’으로도 불리는데 ‘사람들과의 접촉이 많은 직업군의 사람이 긴 시간 동안 스트레스에 노출되어서 경험하게 되는 부정적인 심리상태’를 말하기도 한다(Maslach & Schaufeli, 1993). 학문적으로는 소진을 처음 명명한 Freudenberger(1974)의 경우, 소진이란 ‘자신에게 주어진 업무를 헌신적으로 수행하였으나 기대했던 성과나 보상이 없이 인간적인 회의감과 좌절감을 겪는 상태’로 정의하였다. WHO(2019)에서는 소진이란 ‘직업과 관련된 현상으로서 건강과 보건의 측면에서 인간의 삶에 부정적 영향을 미치는 실체가 있는 현상’이라고 정의하였다. 이와 관련해 Maslach & Jackson(1986)은 소진이란 ‘사람을 상대하는 서비스업 종사자에게 주로 나타나는 증후군으로 사람이 직장에서 겪는 만성적인 부정적 감정과 대인관계에서 발생하는 스트레스에 장기간 노출되어 생기는 반응의 결과이며 특히 심리적 소진은 정서적 탈진, 비인격화, 개인적 성취감 결여로 나타난다’고 하였다. 따라서 소진으로 인한 정서적 탈진은 인간이 극한의 피로감으로 인해 지속적인 긴장에 빠져 일에 대한 의욕과 자신감의 상실을 불러오고 우울증에 빠지게 하는 중요한 요인이라고 하겠다.

소진으로 인한 개인적 성취감 결여는 일에 대한 노력으로 긍정적 결과를 얻지 못한다고 생각하는 자세와 업무에 대한 자신감을 잃게 하고 비효율성을 높인다. 이로 인해 소진에 의한 직무 스트레스가 한계에 다다랐을 경우 직면하는 어려운 상황에 적절한 대처를 하지 못하고 부정적인 영향과 고통으로부터 스스로를 보호하기 위해서 일로부터 멀어지고, 냉소주의나 경직의 상태에 이르게 된다고 할 수 있다(이지영, 지진호, 2007).

소진의 대표적 증상에 대해 이인석, 박문수, 정무관(2007)은 직무수행에 의한 긴장 및 불안감, 우울, 신체적 피로, 불면증, 두통을 동반하는 만성 스트레스 등이라고 하였다. 이와 관련해 Maslach & Jackson(1986)이 개발한 소진 척도 MBI(Maslach Burnout Inventory)에서는 소진의 3가지 하위요인으로 ‘정서적 탈진(emotional exhaustion)’, ‘개인적 성취감 결여(reduced personal accomplishment)’, ‘비인격화(depersionalization)’로 나누어 제시한 바 있다. 이러한 소진을 미리 예방하지 못하거나, 벗어나지 못할 경우, 부정적인 신체 증상, 행동 특성, 대인관계, 태도를 보이게 되어 자신의 정신과 신체 건강뿐 아니라 가족이나 사회조직에도 부정적인 영향을 미치게 되는 것이다(윤은주, 2018).

소진은 ‘다른 사람을 돕는 직업을 가진, 심한 스트레스와 높은 이상을 가진 사람들에게서 많이 나타나며 업무 중 경험하는 과도한 스트레스와 다양한 요인들의 상호작용을 통해 유발되는 경우가

많다(김정오, 문희, 박옥입, 2018; Lazarus, 1999; Rothmann et al., 2003; Schaufeli & Enzmann, 1998). 대표적으로 의사, 간호사, 사회복지사 등이 있으며 목회자 또한 여기에 포함될 수 있을 것이다. 목회자의 경우 교회 공동체에 헌신하도록 부름받아 섬기는 사람으로 다른 사람을 돕고, ‘하나님 나라의 확장’이라는 높은 이상을 가지고 섬기면서 상대적으로 심한 스트레스를 받으며 소진을 쉽게 경험할 수 있기 때문이다.

김경선(2012)은 목회자가 교회공동체 내에서 영적인 권위를 가지고 성도의 신앙에 많은 영향을 미치는 위치라는 것을 감안할 때, 목회자의 소진은 성도의 영성에까지 영향을 미칠 가능성이 크다고 하였다. 이 때문에 교회공동체 내의 담임 목회자를 포함해 강도사 및 전도사 등 부교역자들의 소진에 대해 관심을 가져야 할 때라고 하였다. 그러므로 목회자의 소진은 자칫 영적으로 하나님의 임재나 관여가 전혀 느껴지지 않는 진공 상태, 하나님 의지하기를 거절하고 스스로 하나님의 역할을 하는 것, 하나님을 포함한 모든 사람이 자기를 외면했다는 거절감 등으로 나타나 사역에 치명적으로 작용할 수 있음에 대한 모두의 인식이 필요하다(Frank, Paul, Hawkins, 1986). 특히 부교역자들의 경우 교회공동체 내에서 다양한 행정, 심방, 상담, 교육 업무 등을 맡으며 더욱더 소진에 노출될 가능성이 높다는 점에서 보다 세심한 돌봄이 필요하다.

실제 교회를 섬기는 부교역자들에게 나타날 수 있는 소진의 증상은 교회공동체가 원하는 요구 사항에 맞추기 위해 더 많은 시간과 노력을 투자하게 되고, 이 과정에서 자신은 물론 가족을 돌보는 것에 소홀해지기 쉽고, 사역에 대한 회의감을 갖게 되는 경우에 계속되는 스트레스에 노출됨으로써 나타나기 쉽다. 이런 경우 공동체 구성원들을 기계적으로 대하는 등 비인격화를 경험하게 되는 것이다. 여기에 더해 자신이 들인 공에 비해 개인적으로 느끼는 성취감의 감소는 목회자로서 처음 가졌던 소명의식과 비전, 그리고 열정이 희미하게 사라지는 증상을 동반하기 마련이다.

송미옥과 심은정(2018)은 목회자가 정신적 소진상태가 되면 직무수행 에너지가 고갈되고 이는 부정적인 신체 증상과 행동 특성, 대인관계, 태도로 나타나며 정신적 어려움을 경험하게 된다고 하였다. 당장 눈앞에 당면한 과중한 업무와 과제들로 인해 누적된 스트레스는 사역자로서의 직업 정체성, 조직 몰입, 열정 등의 소명감을 약화시킬 수 있는 것이다. 이로 인해 건강한 목회적 돌봄이 어려워지고 이러한 우울감과 직무 스트레스로 인해 나타나게 되는 소진의 경험이 제대로 치유되지 못한 상황에서 업무를 지속적으로 맡게 된다면 그 부담감은 더욱 가중될 것이다.

2020년 1월에 발생하여 전 세계를 팬데믹(pandemic)의 상황으로 몰아넣은 COVID-19는 대부분의 교회사역자들에게도 많은 영향을 미쳤다. 안타깝게도 우리나라에서는 COVID-19가 세계적 유행(Pandemic)의 상황으로 격상됨에 따라, 2020년 3월 21일부터 교회, 헬스장 등 다중 이용 시설의 운영을 제한하기에 이르렀다. 이에 교회는 교회공동체로서의 교회적 사명을 감당할 수 없게 되었

고 모든 예배를 동영상 플랫폼의 실시간 스트리밍 서비스와 화상회의 프로그램 등을 활용하여 비대면-온라인 예배 및 철저한 방역을 전제로 소수의 모임 형태만으로 진행하게 되었다. 이러한 상황에서 본 연구 대상인 영아부 전도사가 섬기는 영아부 예배 또한 부모와 영아들이 함께하는 예배를 드리지 못하게 되면서 소통과 연결을 위한 노력의 과정에서 많은 혼란을 겪는 가운데 2020년 6월이 되어서야 온라인 녹화 방식의 예배 영상이 유튜브 시스템을 통해 송출되는 방식으로 이루어지게 되었다. 이처럼 COVID-19에 의한 사회적 거리두기 정책의 강화는 많은 교회사역자들에게 비대면 온라인 예배라는 전혀 새로운 사역의 상황에 직면하도록 하였다.

본 연구대상자인 영아부 전도사는 COVID-19 상황이 시작되기 바로 전 2019년부터 안타깝게도 매우 견디기 힘든 정신적, 신체적, 영적 소진의 상태를 경험하면서 매우 힘든 시기를 보내는 중이었다. 이로 인해 영아부 전도사 사역을 그만두고자 교회에 사직서를 내놓은 상태였지만 후임자 물색의 어려운 상황이 발생하여 원치 않게 영아부 전도사 사역을 1년만 더 수행하기로 약속하고 2020년 사역을 어렵게 시작하여 진행하고 있는 상황이었다. 영아부 전도사는 자신의 소진으로부터의 진정한 쉼과 회복을 경험하지 못한 상태에서 맡겨진 소임을 수행하는 가운데 연구자와의 면담의 기회를 갖게 되었다. 이후 소진상태에서 경험하는 다양한 사역의 어려움과 치료자 하나님의 소진에 대한 돌보심과 회복에 관심을 공유하게 되었고 이는 본 연구의 동기로 작용하였다.

본 연구는 소진상태의 영아부 전도사가 겪는 사역의 삶과 그리고 그를 회복시키는 치료자 하나님의 손길과 회복의 과정이 어떠한가를 살피고자 내러티브 탐구 방식으로 실시되었다. 내러티브 탐구는 다양한 질적 연구 방법들 가운데 하나로 내러티브 탐구는 사회적 상황과 맥락을 고려한 시간의 연속성에 따른 관계적 탐구이며(지은경, 2021) 한 인간의 경험을 심층적으로 탐구하는데 보다 적절하고 효과적인 연구방법으로 알려져 있다(Clandinin & Connelly, 2000). 내러티브 탐구과정에서는 연구대상자의 살아내기(living), 이야기하기(telling), 다시 이야기하기(retelling), 다시 살아내기(reliving)가 제시된다. 이를 바탕으로 자료를 수집하고 분석해 나감으로써 연구대상자의 경험을 이해할 수 있게 된다. 이러한 탐구를 통해 본 연구에서는 항상 경건한 모습의 사역자이자 앞장서서 섬겨야 하는 사람으로서만이 아니라 오히려 쉼과 회복, 그리고 교회 차원의 지원과 돌봄이 필요한 존재로서 연구대상자인 영아부 전도사를 조명하고자 하였다. 이런 의미에서 본 연구의 결과는 한 개인의 소진 경험 및 사역과 회복과정에서 세우신 자의 삶을 철저히 주관하시는 하나님의 임재 의미를 탐구하였다는 점에 의의를 둘 수 있을 것이다. 본 연구의 목적을 이루기 위해 설정한 연구 문제는 다음과 같다.

**연구문제 1. 소진(Burn-out)을 경험한 영아부 전도사의 COVID-19 상황에서 사역의 어려움은 무엇인가?**

## II. 연구방법

### 1. 연구대상

본 연구대상은 서울시 S구에 위치한 J교회에서 2015년 1월부터 2021년 12월까지 7년간 영아부 담당 전도사로 재직하였으며 본 연구의 목적과 방법에 동의하였다. 본 연구대상자의 일반적 배경은 다음의 Table 1과 같다.

Table 1 General background of study participant

Age	Faith history	Marital status	Major	Highest level of education	Church's main ministry history
51	34 years	Married (2 Childs)	Theology	Master of Divinity	·Children's Department of Church School teacher 4 years ·Church office administration 2 years ·Elementary Department of Church School teacher 2 years ·Children's Department of Church School teacher 8 years ·Infants Department of Church School teacher 7 years

본 연구대상자는 연구 시작 시점인 2020년 6월 현재 1971년생 만 50세로, 결혼하여 성인이 된 두 자매의 어머니이자 영아부 전도사로 사역 중이다. 고등학교 2학년 때 하나님과의 인격적 만남을 계기로 신앙생활을 시작하여 34년의 신앙 경력을 지녔다. 경기도 소재 C 신학대학 재학 중부터 유치부 교사를 시작으로 교회학교 사역 경험 만 총 23년이며 출산 및 육아 과정을 제외하고는 신학석사 학위취득과정을 포함해 교회학교 교사와 전도사 사역에 전념하여 왔다. 연구 시작 시점인 2020년 6월 초 지난 6년 넘게 서울시 K구 J교회에서 영아부 전임전도사로 사역해왔으며 교회에서는 사역자들이나 교사들로부터 영아부 사역에 전문성과 헌신을 다하는 사역자로 신뢰로운 평가를 받아왔다.

## 2. 연구방법

### 1) 연구의 출발점

본 연구의 출발점은 2020년 1월 COVID-19가 발생한 이래 전 세계적으로 팬데믹 상황이 이어지고 급기야 교회 예배까지 대면으로 드릴 수 없는 상황에서 연구자가 평소 영아부 부모와 교사 교육을 진행하면서 교제하게 된 영아부 전도사와 안부를 나누면서 시작되었다. 연구자는 지난 6년 이상 영아부 사역을 맡아오면서 영아부 전도사가 정서적, 신체적, 영적으로 ‘소진’의 상태에 처해있음을 알게 되었다. 그럼에도 불구하고 연구대상자는 후임자 부재로 다시 전도사 사역을 감당하고 있었다. 연구자는 영아부 전도사가 진행 중인 소진의 상황이 구체적으로 어떠하며 그 가운데 하나님이 어떻게 연구대상자를 회복시키시고 COVID-19 상황에서 사역을 어떻게 감당해 나가고 있는지를 살피고자 본 연구를 제안하게 되었고 영아부 전도사는 흔쾌히 연구에 동의하여 2020년 6월 27일 처음으로 연구가 시작되었다.

### 2) 연구자 배경

본 연구자는 교회학교 11년 교사경력을 지녔으며 현재 서울 소재 4년제 대학 유아교육 관련 학과에서 학생들을 가르치고 있다. 지난 20여 년간 여러 교회의 교회학교 교사, 특히 영유아부 교사들과 부모를 대상으로 교사교육 및 부모교육 강의를 진행해왔다. 이러한 연구자의 전공 및 교육자로서의 전문성은 본 연구대상자인 영아부 전도사가 겪고 있는 ‘소진’과 사역 어려움에 공감하고 전문가로서 지원하는 관계로 발전시키기에 충분하였다고 할 수 있으며 본 연구를 수행하는 과정에서 총 10회의 심층면담을 실시할 수 있었다.

### 3) 연구자와의 심층 면담 내용과 방법

본 연구에서의 심층 면담은 2020년 6월 27일 첫 심층 면담을 시작으로 2021년 12월 11일까지 총 10회(비대면 온라인 면담 6회/대면 면담 4회)에 걸쳐 진행되었다. 비대면 온라인 면담은 화상회의(ZOOM) 방식으로 실시하였고 대면 면담 시에는 교회 앞 K 카페를 면담 장소로 이용하였다. 심층 면담의 시간은 각각 40분~60분 정도 소요되었다. 주요 심층 면담 내용은 연구대상인 소진을 경험한 영아부 전도사의 ‘COVID-19 상황에서의 사역 어려움’과 ‘회복과정’이었다. 본 연구에서 실시한 심층 면담의 주요 일정과 주요 면담내용을 요약하여 제시하면 다음의 Table 2 같다.

Table 2 Main schedule and contents of in-depth interview

Round	Date	Main interview contents	interview method	inter-view hour
1	2020/06/27	Sharing the ministry of the infant ministry in the COVID-19 situation/ Sharing greetings and comfort for the exhausted situation	Online Zoom	40 min
2	2020/08/08	Sharing the difficulties of the infant ministry in the COVID-19 situation/ Sharing greetings for the exhaustion situation	Online Zoom	60 min
3	2020/11/15	Sharing the meaning of a worshipping community in the COVID-19 situation and sharing greetings for the situation of sharing/ exhaustion in the ministry of infants	Online Zoom	45 min
4	2021/01/23	The difficulties and rewards of ministry for infants in the COVID-19 situation/ Ministry plan for 2021/ Sharing greetings on the burn-out recovery process	Online Zoom	50 min
5	2021/02/21	Sharing greetings about the burn-out experience/ burn-out recovery process in another sense in the COVID-19 situation	Online Zoom	45 min
6	2021/04/04	Sharing the difficulties and rewards of ministry for infants in the COVID-19 situation / Sharing greetings on the burn-out recovery process	K Cafe	40 min
7	2021/06/05	Sharing the meaning of the worship community in the COVID-19 situation and sharing God's grace for restoration/ exhaustion recovery process	K Cafe	60 min
8	2021/08/22	Sharing the difficulties and rewards of ministry for infants in the COVID-19 situation/ Sharing greetings on the burn-out recovery process	Online Zoom	45 min
9	2021/10/03	Sharing the difficulties and meaning of the infant ministry in the COVID-19 situation/ Sharing greetings on the recovery process from exhaustion	K Cafe	55 min
10	2021/12/11	Sharing greetings about the meaning and ministry/ burnout recovery process of a worshipping community in the COVID-19 situation and sharing God's grace with the healer	K Cafe	60 min



### 3. 자료수집과 분석

본 연구에서는 2020년 6월 27일부터 2021년 12월 11일까지 연구대상자와의 10차례 심층 면담을 통해 수집한 A4 용지 69장 분량의 자료들을 반복하여 읽거나 보면서 연구주제와 관련한 문단 및 문장분석(김현주, 조형숙, 2006)을 실시하였다. 이를 통해 공통된 주제들로 묶는 범주화(coding category) 과정을 거쳐 주제영역을 나누고 분류하였으며 이후 각 주제마다 적합한 사례들을 요약하고 추출한 후 여러 번 반복하고 순환하는 과정을 거쳤다. 자료 분석의 타당성을 확보하기 위해 연구참여자에게 연구 결과 평가작업(member checking)의 방식으로 분석 결과를 보여주고 피드백을 주고받으며 확인 검증의 절차를 거쳤다. 본 연구의 타당성을 확보하는 차원에서 내러티브 탐구 경험이 있는 교수 1인과 지속적인 협의를 통해 분석 및 해석의 오류를 감소시키고자 하였다. 또한 시간성, 사회성, 장소의 3차원적 내러티브 탐구 공간을 분석의 틀로 삼아 연구참여자의 개별 경험이 회복과 성장에 어떠한 의미를 형성하는지 총체적으로 이해하고자 하였다(홍영숙, 2015).

## III. 연구결과

본 연구를 통해 나타난 결과는 다음과 같다. 첫째, 소진을 경험한 영아부 전도사의 COVID-19 상황에서의 사역 어려움은 ‘타성에 젖은 사역자로서 자신의 모습에 대한 회의와 죄의식’, ‘새로운 예배 패러다임의 수용과정에서 느끼는 혼란과 위축’, ‘공동체와 예배의 원상회복에 대한 기대와 두려움’으로 나타났다. 둘째, 소진을 경험한 영아부 전도사의 COVID-19 상황에서의 회복과정은 ‘무력감과 패배감, 죄의식으로부터의 연약한 내 모습 그대로를 사랑하시는 하나님’, ‘소진을 되돌아보기와 되살아나는 사역에의 사명감’, ‘초심의 열정!, 내 힘에 의함이 아닌 하나님이 주시는 회복의 은혜’로 나타났다. 본 연구를 통해 나타난 연구결과를 구체적으로 소개하면 다음과 같다.

### 1. 소진을 경험한 영아부 전도사의 COVID-19 상황에서의 사역 어려움

#### 1) ‘타성에 젖은 사역자로서 자신의 모습에 대한 회의와 죄의식’

본 연구가 진행되는 과정에서 영아부 전도사는 지난 6년간의 사역을 되돌아보면서 현재까지도 자신이 보이고 있는 타성에 젖은 사역자로서의 회의와 죄의식을 느끼고 있으며 그것으로 인해 온전히 사역에 집중할 수 없을 때가 있음을 말해주었다.

내가 신체적, 정신적으로 소진되었음을 체감한 순간부터 내 마음을 더 무겁게 한 것은 “하나님의 부르심을 받은 사역자가 이 지경까지 이르렀다니~” 라는 깊은 회의감이었어요. 지난 6년간의 영아부 전도사 사역 과정을 되돌아보니 타성에 젖은 사역자로서의 내 모습을 인정할 수밖에 없더라구요... 중략... 그럼에도 불구하고 나는 지금도 여전히 영아부 전도사 직을 맡고 있으니 참 이상한 일인 것 같아요. 무언가를 해야만 한다는 중압감에 오히려 전도사로 해야 할 일에 소극적이 되어가는 내 모습이 너무 창피해요. (2020년 6월 27일 심층면담 내용 중)

어느 순간 내 문제로 인해 형식적으로 사람을 대하는 등 타성에 젖은 삶을 살아가는 내가 너무 창피해요. 누군가를 위로하고 섬겨야만 하는 입장이 아니라 나도 누군가로부터 오히려 돌봄을 받을 수 있는 존재라는 생각을 감히 가져보지 못하고 살아왔기에 이런 생각을 할 때면 어김없이 나를 짓누르는 죄의식 때문에 너무 힘들어요. (2020년 11월 15일, 심층면담 내용 중)

영아부 전도사는 자신이 여전히 소진의 상태이고 그로 인한 무기력감과 사역에서의 타성에 젖은 모습을 보이고 있음에 실망감을 나타내었다. 그러면서도 면담이 진행되어 가는 과정에서 더 이상 ‘소진과 죄의식’에 머물지 말고 회복되기를 소망하고 있음을 말해주었다.

내가 소진되었음을 인식한지가 꽤 오래되었는데도 나는 여전히 소진상태라고 주문을 외우듯 살고 있어요, 게다가 코로나 상황이 이렇게 오래가고 있고 영아부 공동체는 온라인이라도 꾸준히 모이고 있는데 모든 것이 어려움 속에서도 잘 이루어지고 있다고 생각할 수 있지만 나는 여전히 죄의식에서 벗어나지 못한다고 생각해요. 그럼에도 소진과 죄의식에만 머물기보다 빨리 소진이 회복되고 싶다는 소망의 마음을 가지게 돼요. (2021년 4월 4일, 심층면담 내용 중)

## 2) ‘새로운 예배 패러다임 수용과정에서 느끼는 혼란과 위축’

패러다임(Paradigm)이란 ‘어떤 한 시대 사람들의 견해나 사고를 근본적으로 규정하고 있는 테두리로서의 인식의 체계’ 또는 ‘사물에 대한 이론적 틀이나 체계’를 의미한다(국립국어원, 2022). COVID-19 시대를 살아가는 기독교인들은 어느새 사회적 거리두기에 의한 비대면 상황에서 온라인으로 드러지는 예배를 점차 당연하게 받아들이게 되었다. 물리적 공간에서 공동체가 함께 모여 드리는 예배가 아니라 미디어 매체를 활용해야 하는 온라인 예배환경으로의 새로운 예배 패러다임은 공동체가 교회에 모이지 못하는 상황의 대안이 되어버린 것이다. 영아부 예배를 위해 영아부 전도사는 온라인 영상으로 예배를 녹화한 후 유튜브 시스템을 통해 영아부 예배를 송출해 나가는 과

정에서 적잖은 어려움과 혼란을 경험하였음을 말해주었다. 이 과정에서 온라인 매체 활용 능력이 현저히 떨어지는 자신의 모습으로 인해 적잖이 위축감을 느끼고 있음도 말해주었다.

온라인으로 예배를 녹화하고 송출하는 과정 모두는 컴퓨터나 미디어 활용 능력이 현저히 떨어지는 제게는 엄청 힘든 일이고 혼란의 연속이에요. 예배를 준비하는 모든 과정에서 만약 도움을 주는 손길들이 없다면 감히 엄두도 못 낼 일들이지요. 그래서 그런지 코로나 상황이 언제까지 이어 갈지 모르겠지만 비대면 예배의 준비와 영아부 공동체와의 소통의 모든 과정은 저를 점점 더 크게 위축시키고 있어요. (2020년 8월 8일, 심층면담 내용 중)

비대면 상황에서 예배를 준비하고 최소한의 소그룹 모임이나 전화 심방 등, 영아부 부모나 교사들과 소통하기 위한 노력은 대면 예배 상황에서도보다 갑절의 노력을 요하는 것 같아요. 교회 앞에서 가끔 보게 되는 영아부 학부모를 만났을 때 조금 더 안부를 묻고 교제하고 싶지만 일거거리를 두려고 하는 부모 때문에 어느새 변해버린 사역현장의 어려움을 느끼게 되고 혼란스럽기까지 해서 힘이 빠지는 요즘입니다. (2021년 2월 21일, 심층면담 내용 중)

온라인 예배를 준비하면서 컴퓨터 등 온라인 매체 활용 능력이 떨어지는 나 자신을 인정할 수밖에 없어요. 시간을 내더라도 더 배워야 하는가에 대한 생각도 해 보지만 단순히 포기해버리는 나를 발견하곤 하지요. 코로나가 끝나면 예배의 패러다임이 훨씬 더 많이 바뀌게 될 것을 알면서도 빨리 코로나가 멈추고 모든 것이 원상태로 돌아가기만을 바랄 뿐입니다. (2021년 6월 5일, 심층면담 내용 중)

비대면 온라인으로 드러야만 하는 예배 패러다임의 변화는 영아부 전도사 개인뿐 아니라 영아, 그리고 부모와 교사들에게까지 결코 쉽지 않은 적응의 과정이며 동시에 많은 혼란과 위축을 느끼게 하고 있음을 알 수 있다. 연구대상자인 영아부 전도사는 이러한 새로운 예배 패러다임의 변화를 절감하면서 그것을 받아들여야 하고 이끌어야 함에 부담감을 느끼고 있음을 알 수 있었다.

### 3) '예배공동체로서의 원상회복에 대한 기대와 막연한 두려움'

영아부 전도사는 장기화되고 있는 COVID-19 상황이 기독교의 본질인 예배와 그리스도인들의 삶을 무력화시키고 있음을 깊이 체감하는 모습을 보여주었다. 어느새 자신뿐 아니라 영아부 교사들과 부모들 모두, 초기 비대면 예배 상황의 혼란과 어색함을 넘어 이제는 너무도 당연히 온라인상의

화면으로 드리는 예배에 대해 익숙해져 가고 있는 모습을 인정하는 모습을 보여주었다. 한편 예배 공동체로서의 원상회복에 대한 기대감도 보여주는 동시에 제대로 된 예배공동체로의 회복이 가능할까에 대한 막연한 두려움도 존재함을 말해주었다.

영아부 학부모들과의 상담 과정에서 제가 들었던 힘을 빼는 말들은 “지난 2주간은 동안 너무 피곤해서 예배를 못 드렸어요”, “이제는 아예 소파에 누워서 예배를 드리게 되더라구요”, “꼭 우리 교회 영아부 예배를 드려야 되나요?, 다른 큰 교회 예배가 좀 더 친숙하게 느껴져서 그 교회 유튜브 영상예배를 드리고 있어요”, “영아부 예배는 아이랑 함께 드려야 하는 거라서 아이가 어느정도 부모랑 떨어져 예배를 드릴 수 있을 때까지는 앞으로도 쭉 온라인으로 예배를 드리려해요”, 이런 말들을 들으면서 더욱더 온전히 드리는 예배가 중요하다는 것을 알게 되었어요. 앞으로 코로나 상황이 끝났을 때 과연 영아부 예배가 온전한 예배공동체로 회복될 수 있을지 걱정이 앞서는 요즘입니다. (2021년 4월 4일, 심층면담 내용 중)

어쩔 수 없었던 상황이지만 그리스도인들에 대한 사회적 반감과 함께 공동체가 함께 모여서 드리지 못하는 예배는 많은 부작용을 낳고 있는 건 사실인 거 같아요. 몇몇 성숙한 믿음의 부모들을 제외하고는 말씀으로 자녀를 양육함에 대한 경각심을 잃어가는 것이 눈에 보이기 때문이죠. 점점 전화 심방조차 불편해하는 부모들을 어떻게 대해야 하는지 교사들이 힘들어하는 모습을 보며 예배공동체로의 원상회복이 가능할지에 대한 의문이 들기도 합니다. (2021년 8월 22일, 심층면담 내용 중)

기독교의 본질인 예배가 온전히 드러지지 못하는 상황에서 온라인이라도 예배를 드림이 감사해요. 하지만 하나님에 대한 경외와 예배드림의 기쁨을 점차 잊어가는 자신과 교사들, 그리고 영아부 부모들에 대해 그저 안타깝고 아쉬움이 남는 요즘입니다. 코로나가 지속된다면 사역자로서 이 모든 상황을 어떻게 극복해 나가야 하는지 막연한 두려움이 앞섭니다. (2021년 10월 3일, 심층면담 내용 중)

## 2. 소진을 경험한 영아부 전도사의 COVID-19 상황에서의 회복 과정

### 1) '무력감과 패배감, 죄의식으로부터의 연약한 내 모습 그대로를 사랑하시는 하나님'

오랫동안 교회학교 사역자로서의 삶을 자원하는 마음과 순종함으로 받아들이고 살아왔지만, 영

아부 전도사는 점차 나태해지고 신체적으로도 심하게 소진된 상태에서 무력감과 패배감, 그리고 죄의식까지 느끼고 있음을 말해주었다. 소진으로부터 온전한 회복을 경험하지 못한 상태였지만 COVID-19 상황까지 발생한 상황에서 영아부 전도사는 감당해야만 하는 사역에서 지속적으로 무력감과 패배감이 가득한 자신의 연약한 모습을 직면하게 되었다. 그럼에도 불구하고 있는 모습 그대로 자신을 사랑하시고 죄의식으로부터 점차 회복시켜 주시는 치료자 하나님의 은혜를 느끼고 있음을 말해주었다.

소진되었다는 것이 이 정도 일 줄은 몰랐어요, 도무지 아무 일도 할 수가 없었으니까요. 내 전부가 다 털리고 패배자라는 생각에 모든 것이 무너지는 느낌이었지요. 뭐 하나 제대로 해내지 못한 패배감은 날 더욱 무력감에 빠지게 합니다. 그래서 영아부 전도사직을 내려놓아야겠다고 말씀드렸었지요. 그때 내려놓지 않으면 난 더 이상 잘할 자신도 없었고 가식자요 거짓 선지자처럼 살 것 같아 마음이 너무 불편했어요. 과연 나는 회복될 수 있을까? 생각도 들었고 이런 내 모습을 하나님께서 사랑하실까? 궁금하기도 했어요. (2020년 8월 8일, 심층면담 내용 중)

지금까지는 전도사라는 역할부담과 완벽주의자와 같은 성향으로 지나친 몰입 때문에 나의 소진과 내 개인 문제들을 밖으로 드러내지 못하고 산 것 같아요. 내가 바닥까지 내려갔고 아무것도 할 수 없다고 생각했을 때까지도 그런 생각은 변함없이 똑같았어요, 그럼에도 오투기처럼 때마다 일으켜 세워주시고 나를 포기하지 않으시는 하나님의 살아계심을 확신하게 되었어요. (2021년 1월 23일, 심층면담 내용 중)

막연한 죄의식에 빠져 무기력했던 내가 점차 회복되고 있다는 걸 느끼는 요즘이에요. 무엇보다 몸이 회복되면서 전도사로서의 역할을 감당함에 있어서도 점차 소망도 생기고 소진에만 머물면 안 된다고 자기 चे면을 거는 요즘입니다. 나의 소진상태를 아시고 연약한 내모습 그대로를 온전히 사랑하시는 하나님의 은혜임을 믿어요. (2022년 8월 8일, 심층면담 내용 중)

앞서 제시한 바처럼 영아부 전도사는 심각한 소진의 상태에서 하나님의 은혜로 점차 회복되어져 가고 있음을 알 수 있다. 이는 소진의 상태 그대로를 인정하시고 보살피며 회복을 돕는 하나님의 존재와 일하심을 시사해 주는 결과라 할 수 있다.

## 2) '소진을 되돌아보기와 되살아나는 사역에의 사명감'

영아부 전도사는 '소진'의 상태를 경험함이 자기 개인의 문제일 수도 있지만 한편으로는 성실하고도 완벽한 사역의 수행을 기대하는 동료 사역자들 탓임을 말하기도 하였다. 이는 영아부 전도사가 자신에 대한 동료 사역자들의 당연한 기대에 부응하느라 소진에도 불구하고 일해왔던 자신의 모습을 생각하게 된 것으로 해석된다. 하지만 그들을 원망하기보다는 사역자들 간에 동료들의 소진을 위로하고 서로 지원할 수 있는 공동체 내의 체계가 존재해야 함을 말해 주었다. 한편 영아부 전도사는 자신이 겪고 있는 소진의 원인과 앞으로 그것을 극복할 수 있는 방안의 마련, 그리고 더 나아가 소진을 넘어 사역자로서의 역할과 사명감을 다시 인식하고 실천해야 함을 다짐하는 모습을 보여주었다.

실 시간도 없이 달려온 나의 지난날을 생각해 보면 너무도 당연하게 모든 것에 순응해야만 했어요. 그것의 성실한 수행에 대한 많은 기대를 보였던 담임목사님을 비롯한 동료 사역자들이 조금은 원망스러울 때가 있었어요. 그리고 사역에 대한 부담감과 소진상태에 대해 위로받아본 기억도 잘 생각나지 않아요. 무엇보다 항상 사역을 얼마만큼 잘 수행하고 있는지에 집착하고 있는 나 자신뿐 아니라 타인에 대한 의식.. 혹시라도 나처럼 살고 있을지도 모를 동료 사역자들의 모습이 떠올라요..나를 포함해 또 다른 소진된 사역자들을 돌보는 사역자 간의 제도 마련이 필요하다고 생각해요. (2020년 11월 15일, 심층면담 내용 중)

내가 왜 소진될 수밖에 없었을까? 그 원인들을 생각해 보았어요. 나의 지나친 완벽주의 추구가 가장 큰 원인이 아니었나 생각이 들어요. 그래서인지 항상 휴식의 시간을 가져보지 못하고 쉼에 대해서는 죄의식까지 느꼈던 것 같아요. 코로나가 오래 지속되고 있는데 나도 느끼지 못할 만큼 하나님은 나를 회복시켜오셨고 앞으로도 계속 그럴 것이라 믿겨져요. (2021년 6월 5일, 심층면담 내용 중)

희한해요. 난 분명히 소진되었었고 힘들었으며 지금도 온전하지 못한 상태로 전도사 사역을 하고 있는데 영아부 공동체가 온라인으로라도 예배를 쉬지 않고 있다는 것이 너무 감사할 따름이에요. 어느 순간 내가 소진을 넘어 사역자로 세워져 있음을 느끼게 되었고 분명 하나님이 나를 회복시켰다는 확신이 들어요. 만일에 내가 사직서를 낸 그때 교회 사역을 떠났었다면 어떻게 되었을까를 되물게 되는 요즘입니다 (2021년 12월 11일, 심층면담 내용 중)

### 3) '초심의 열정, 내 힘에 의함이 아닌 하나님께서 주시는 회복의 은혜'

영아부 전도사는 소진으로부터 회복되어 나가는 과정 속에서 하나님을 처음 인격적으로 만났을 때를 회상하는 모습을 보여주었다. 그리고 처음 교사가 되고 사역자가 되었던 그때를 기억하며 하나님의 은혜로 말미암아 초심의 열정을 회복해 나갈 수 있음을 말해주었다.

언제 끝날지 모를 것 같은 코로나 상황에서 영아부 사역이 막막하기만 했어요. 그래서인지 교사들과 더 많이 소통하게 되었고 교사들, 그리고 영아부 부모들 몇몇과 함께 기도하고 영아부 공동체를 세우기 위한 기도와 노력을 할 수 있었어요. 신기하게도 내가 분명 힘든 건 맞았지만 초심의 열정을 떠올려볼 수 있는 은혜를 경험할 수 있었어요. (2021년 1월 23일, 심층면담 내용 중)

내가 소진되었음을 느꼈을 때 가장 힘들었던 것은 철저히 가면을 쓰고 있는 내 모습이 죄처럼 느껴졌기 때문이었어요. 항상 성실하고 성령충만한 전도사 모습만 보여주느라 너무 힘들었던 것 같아요. 하지만 요즘은 오히려 저의 힘듦을 이해해주고 진심으로 위로하고 회복을 기도해주는 영아부 공동체가 있다는 것을 느껴요. 내가 처음 전도사가 되었을 때 초심을 떠올려보면서 내 힘에 의함이 아니라 하나님이 전적으로 부어주시는 은혜로 말미암아 내가 회복되어져 감을 느껴요. (2021년 6월 5일 심층면담 내용 중)

저는 이제 12월 말을 끝으로 우리 교회에서의 영아부 전도사 사역을 마무리하려 해요. 물론 2년 전 심한 소진증상으로 사역 그 자체를 멈추고 막연히 쉬려고만 했던 때와는 다른 이유입니다. COVID-19를 겪어내면서 힘들기는 했지만 저는 충분히 회복되었고 이제는 오히려 초심의 열정을 지닌 사역자가 되어 새로운 사역지로 부름받아 떠나기로 하였기 때문이에요. 이 모든 것은 소진의 상태였던 나를 그냥 내버려 두지 않으시고 철저히 강권하심으로 회복을 선물로 주신 하나님의 은혜라고 생각해요. (2021년 12월 11일 심층면담 내용 중)

## V. 논의 및 결론

본 연구는 소진을 경험한 영아부 전도사의 COVID-19 상황에서의 사역 어려움은 무엇이고 회복 과정이 어떠한지를 알아보는 것을 목적으로 하였다. 연구결과를 토대로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 소진을 경험한 영아부 전도사의 COVID-19 상황에서의 사역 어려움은 '타성에 젖은 사역자

로서 자신의 모습에 대한 회의와 죄의식', '새로운 예배 패러다임의 수용과정에서 느끼는 혼란과 위축', '공동체와 예배의 원상회복에 대한 기대와 두려움'이었다. 영아부 전도사는 자신의 소진되었음을 인식한 이후로 쉼과 회복을 위한 시간을 갖고자 영아부 전도사 사역을 내려놓으려 하였다. 하지만 교회 사정으로 인해 제대로 된 쉼과 회복의 과정 없이 다시 영아부 전도사직을 맡아야만 하였고 설상가상 발생한 COVID-19로 인해 전혀 새로운 차원의 온라인 예배를 감당해야만 하는 상황까지 이르게 되었다. 연구가 시작되는 시점에 영아부 전도사는 소진의 증상인 패배감과 죄의식, 그리고 영육이 온전하지 못함에 대한 낮은 자존감으로 인해 많이 위축되어 있었다. 이러한 연구결과는 기독교인, 특히 사역자들의 경우, 쉼과 회복을 위한 주변의 지원보다 오히려 일반인들이 경험하는 소진의 증상을 넘어 죄의식과 사역 정체성의 혼돈까지 심각하게 나타나는 경우가 많았음을 밝힌 선행연구들(김경선, 2012; 이용우, 2005; Oswald, 1991)의 주장과 맥락을 같이한다. 한편 영아부 전도사는 COVID-19로 인해 직면한 새로운 온라인 예배 패러다임으로의 변화에까지 적응하느라 많은 어려움이 있으며 더이상 경건한 모습의 전도사이자 항상 앞서서 섬겨야 하는 사람으로서만이 아니라 오히려 쉼과 회복을 위한 교회 차원의 지원과 돌봄이 필요한 존재임을 말해주었다. 이러한 연구결과는 소진과 같은 의미의 탈진이 항상성을 유지하지 못할 정도의 체력 고갈, 일이나 직업에 대한 자긍심의 감소, 일이나 조직체 등에 대한 냉소적이고 비판적 태도, 이상의 상실, 출구 없는 절망감과 무력감, 생활 감각의 불균형 등의 광범위한 증상으로 나타나고 그렇기 때문에 탈진은 끊임없는 돌봄 능력을 필요로 한다는 Oswald(1991) 주장과 맥락을 같이한다. 따라서 교회 유아부 전도사가 경험하는 소진을 극복하기 위해서는 공감과 쉼, 돌봄과 회복을 위한 공동체의 지원이 매우 필요함을 알 수 있다. 한편 본 연구결과에서는 영아부 전도사가 새로운 온라인 예배를 감당해야만 하는 상황에서 혼란과 위축을 경험하였음을 말해주었다. 이러한 연구결과는 팬데믹 상황에서 많은 교회의 사역자들이 새로운 예배 패러다임의 수용과정에서 혼란과 성도 간의 코이노니아, 위축을 경험하였음을 밝힌 차진호(2021)는 연구결과와 맥락을 같이한다. 여기에 더해 연구결과, 영아부 전도사는 공동체와 예배의 원상회복에 대한 기대와 두려움을 동시에 나타내 보였다. 이는 우리가 직면한 팬데믹의 위기 상황이 한국교회가 이루어 왔던 교회공동체의 건강한 모습과 참된 예배를 무너뜨리고 있으므로 예전의 교회 모습으로의 원상회복에 대한 기대와 소망을 가지면서도 동시에 이전의 교회 모습으로 돌아갈 수 없을 것에 대한 두려움이 혼재하는 모습을 보여주고 있음을 제시한 선행연구들(박요셉, 2020; 백광훈, 2021; 이승구, 2020)의 주장과도 맥락을 같이한다.

둘째, 소진을 경험한 영아부 전도사의 COVID-19 상황에서의 회복과정은 '무력감과 패배감, 죄의식으로부터의 연약한 내 모습 그대로를 사랑하시는 하나님', '소진을 되돌아보기와 되살아나는 사역에의 사명감', '초심의 열정!, 내 힘에 의함이 아닌 하나님이 주시는 회복의 은혜'로 나타났다. 영



아부 전도사는 자신의 소진 원인에 대해 완벽주의적인 자신의 일 처리 방식으로 인한 크고 작은 직무 스트레스가 곧 자신의 소진에 큰 영향을 미쳤음을 말해주었다. 이러한 연구결과는 목회자의 탈진 자가 진단법을 통해 사역자들의 지나친 책임의식과 완벽주의자들이 보여주는 과도한 몰입이 사역자의 소진에 중요하게 작용함을 제시한 유재성(2004)의 연구결과와 맥락을 같이 한다. 한편 영아부 전도사는 무력감과 패배감, 그리고 죄의식에 휩싸인 자신을 끝까지 포기하지 않으시고 회복을 선물로 주시기까지 사랑하시는 하나님의 임재를 느끼며 감사한 마음을 갖게 되었음을 말해주었다. 더 나아가 영아부 전도가는 자신도 모르는 사이 점차 회복되어져 가는 모습을 느끼면서 그 모든 것이 자신의 의지와 노력에 의함이 아니라 무기력감과 죄의식에 눌려있던 자신을 철저히 연약한 모습 그대로 사랑하시는 하나님의 손길과 소진을 넘어 초심의 열정까지 되살아나고 있음을 말해주었다. 이러한 연구결과는 비록 사역자라 하더라도 맡겨진 사역 책임에 대한 직무 스트레스와 온전한 영성을 갖춘 사역자로서 세워지기까지 내면의 고통과 소진이 나타날 수 있음을 헤아리는 노력이 필요함을 시사한다. 더 나아가 더욱더 영육 간에 온전한 모습으로 세워져야 함을 강요하기보다는 소진된 사역자를 위한 풍성한 쉼과 위로, 그리고 회복을 지원하기 위한 공동체가 필요함을 시사한다. 실제로 교회사역자들의 건강한 사역을 위해서는 신체적, 정신적 소진상태를 사역자 스스로 냉정하게 살피고 일정 기간 쉼과 회복을 위한 ‘내려놓음’과 함께 깊은 통찰의 시간이 필요하다. 이 과정에서 소진을 경험한 사역자에게는 자신의 의지가 아니라 회복의 주권자가 곧 하나님임을 신뢰하는 믿음과 그 은혜를 누리는 삶의 자세가 필요하다. 왜냐하면 성경 열왕기상 18-19장에 나타난 바와 같이 선지자 엘리야의 상태가 비록 ‘소진’으로 묘사되지는 않았음에도 불구하고 철저히 위로하고 회복을 지원하는 사랑의 하나님을 발견할 수 있기 때문이다. 실제 엘리야는 갈멜산에서 바알 선지자들과의 전심을 다한 결투에서 승리는 하였으나 그 직후 엘리야는 소진의 대표증상인 무기력증, 허전함, 실망, 낙담의 증상, 그리고 탈진하여 죽고자 하는 모습을 보였다. 이런 엘리야를 향해 하나님은 영성수련이나 금식기도를 통한 영적 부흥을 강조하지 않으셨고 오히려 어루만짐 뿐 아니라 음식과 물을 주심으로 인해 진정한 회복의 기회를 제공하였다(유재성, 2004). 이와 관련해 김경선(2012)은 그것은 곧 엘리야에게 영적 영감이나 도전, 그리고 자신의 불안한 심리상태를 분석할 만한 적절한 때가 아님을 아시고 오히려 충분히 쉬고 잠을 잘 수 있도록 배려하심으로써 우선 심신의 피로를 풀고 에너지 회복의 시간을 제공하셨음을 통해 알 수 있다고 하였다. 그러므로 세미한 음성 가운데 엘리야를 만나시고 영적인 회복을 이루도록 도우셨던 하나님의 은혜를 다시 한번 되새길 필요가 있는 것이다.

이상의 논의에 따른 결론과 제언을 하면 다음과 같다.

오늘날 많은 사람들에게서 나타나는 ‘소진’은 한계를 지닌 인간이 해야 하는 일에 대해 균형을 맞

추지 못함으로 인해 누구나 겪을 수 있는 것이다. 이에 본 연구는 교회학교 현장에서 사역하고 있는, 소진을 경험한 영아부 전도사의 사역 어려움과 회복의 과정을 탐구한 질적 연구였는데 그 의의를 둘 수 있다. 세부적으로는 무엇보다 소진되었음에 대한 인식이 한 개인의 인생과 신앙에 있어 커다란 위기이기도 하였지만 결국 소진으로부터의 무기력함과 패배 의식, 그리고 죄의식에서 벗어나는 경험을 통해 새롭게 하나님을 발견하고 관계를 회복하며 인격적 성숙을 이루고 초심을 되찾은 사역자로 다시 설 수 있게 만들어주는 기회가 되기도 하였다는 것을 알 수 있었다는 것이다. 그러므로 소진이란 결코 부정적인 것이 아니며 하나님을 온전히 다시 만나고 회복의 은혜를 경험하는 기회가 될 수 있음을 일깨워주었다고 할 수 있다. 그러므로 본 연구결과가 소진을 경험하는 사역자와 하나님의 자녀들의 소진이 궁극적으로는 하나님을 온전히 다시 만나고 회복의 은혜를 경험하는 기회가 될 수 있음을 일깨워주고 회복을 지원하는데 기초자료로 활용될 수 있기를 기대해본다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 소진을 경험한 영아부 전도사 한 명만을 연구 대상으로 선정하여 실시되었다. 후속 연구에서는 연구대상자의 경력과 경험특성에 따른 소진의 형태나 정도가 서로 다를 수 있기에 이를 고려한 다면적 연구가 진행되어야 할 것이다.

둘째, 소진을 경험한 영아부 전도사는 심층 면담 과정에서 ‘소진상태’에 머물지 않고 치료자 하나님의 임재와 사역에의 방향 설정 및 초심으로의 열정의 회복 계기를 가질 수 있었음을 고백해 주었다. 후속 연구에서는 이러한 영아부 전도사의 회복과 변화가 현재의 COVID-19 상황과 이후 사역지를 옮기는 상황에서까지 전도사로서의 사역 수행과정에서 어떤 양상으로 어떻게 지속되는지를 살피는 질적연구도 요구된다.

셋째, 교회학교 교사 및 전임사역자를 대상으로 하는 소진 예방 및 회복 지원을 위한 프로그램을 개발하는 후속 연구도 요구된다.

“이 논문은 다른 학술지 또는 간행물에 게재되었거나 게재 신청되지 않았음을 확인함”

## 참 고 문 헌

국립국어원 (2021). **표준국어대사전**.

[National Institute of the Korean Language. (2021). *Standard Korean Dictionary*.]

김경선 (2012). **부교역자의 탈진 이해와 극복 방안**. 석사학위논문. 감리교신학대학교.

[Kim, K. S. (2012). *Understanding and overcoming the exhaustion of associate ministers*. Masters Dissertation. Methodist Theological Seminary, Seoul, Korea.]

김정오·문희·박옥임 (2018). 요양보호사의 감정노동과 소진과의 관계에서 자기효능감의 조절효과. **보건 사회연구**, 38(1), 302-334.

[Kim, J. O., Moon H. P. & Park, O. I. (2018). Moderation effects of self efficacy on the relationship between emotional labor and burnout of care helper. *Health Social Welfare Rev*, 38, 302-334.]

김현주·조형숙 (2006). 사립유치원 교사문화의 특질: 교사 관계를 중심으로. **유아교육연구**, 26(1), 43-67.

[Kim, H. J. & Cho, H. S. (2006). The Characteristics of Cultures of Early Childhood Teachers: Using the Characteristics of Kindergarten Teachers' Professional Culture to Foster Positive Collaboration. *Korean Journal of Early Childhood Education*, 26(1), 43-67.]

박요셉 (2020). 포스트 코로나와 한국교회의 미래. **교회와 법**, 7(1), 227-229.

[Park J. S. (2020). Post-Corona and the Future of the Korean Church. *Church and Law*, 7(1), 227-229.]

백광훈 (2021). 코로나19 이후 한국교회의 과제: <코로나 19와 한국교회에 대한 연구> 인식조사를 중심으로. **선교와 신학**, 5, 95-125.

[Baik, K. H. (2021). The Task of the Korean Church after Corona19: Focusing on the Perception Survey of <Research on Corona 19 and the Korean Church>. *Mission and Theology*, 5, 95-125.]

송미옥·심은정 (2018). 목회자의 직무 스트레스와 소진의 관계에서 소명감과 자아존중감의 매개 효과. **한국기독교상담학회지**, 29(2), 163-190.

[Song, M. O. & Sim, E. J. (2017). The Mediating Effects of Calling and Self-esteem on the Relationship of Job stress to Burnout Among Pastors. *Korean Journal of Christian Counseling*, 29(2), 163-190.]

유재성 (2004). 목회자의 탈진 자가 진단법. **목회와 신학**, 8, 102-108.

[Yoo, J. S. (2004). A pastor's exhaustion self-diagnosis method. *Ministry and Theology*, 8, 102-108]

- 윤은주 (2018). 상담자 소진(burnout)에 대한 체험분석. **상담학연구**, 14(4), 1855-1871.  
[Yoon, E. J. (2018). An Experiential Analysis of Burnout in Counselors. *The Korea Journal of Counseling*, 14(4), 1855-1871.]
- 이승구 (2020). 코로나 19 이후 상황에서의 성경적 교회의 모습과 성경적 목회. **장로교회와 신학**, 16, 107-126.  
[Lee, S. G. (2020). The appearance of the biblical church and biblical ministry in the Post-COVID-19 situation. *Korean Journal of Theology*, 16, 107-126.]
- 이용우 (2005). **목회자의 탈진에 관한 연구**. 석사학위논문. 총신대학교.  
[Lee, Y. W. (2005). *A Study on Exhaustion of Pastors*. Masters Dissertation. Chongshin University, Seoul, Korea.]
- 이인석·박문수·정무관 (2007). 직무소진의 영향에 관한 연구-금융권 종사자를 대상으로. **대한경영학논집**, 20(6), 2879-2900.  
[Lee I. S., Park M. S. & Jung M. G. (2007). A Study on the Effect of Job Burnout-Based on the Professions Working in Financial Companies. *Korea Journal of Business Administration*, 20(6), 2879-2900.]
- 이지영·지진호 (2007). 직무요구-소진과정에서 감성지능의 조절효과-관광업체 종사원을 중심으로-. **인적자원관리연구**, 14(4), 276-294.  
[Lee, J. Y. & Ji, J. H. (2007). Moderating Effects of Emotional Intelligence on the Relationships between Job Demand and Burn-out: Focused on Tourism Employees. *Journal of Human Resource Management Research*, 14(4), 276-194.]
- 지은경 (2021). 코로나19 상황에서의 초등학교 신규교사의 교직생활 내러티브 탐구. **내러티브와 교육연구**, 9(1), 103-124.
- [Ji, E. K. (2021). Narrative Inquiry on the Teaching Lives of New Elementary School Teachers during Covid-19. *Journal of Narrative and Educational Research*, 9(1), 103-124.]
- 차진호 (2021). **코로나 19가 한국교회에 미친 영향과 포스트 코로나 시대의 목회 패러다임 연구**. 석사학위논문. 한세대학교.
- [Cha, J. H. (2021). *A Study on the Impact of COVID-19 on Korean Churches and the Pastoral Paradigm in the Post-Corona Era*. Masters Dissertation. Hansei University, Gunpo, Korea.]
- 홍영숙 (2015). 내러티브 탐구에 대한 이해. **내러티브와 교육연구**, 3(1), 5-21.  
[Hong, Y. S. (2015). Knowing on narrative inquiry. *The Korean Society for Narrative Education*, 3(1), 5-21.]

- Clandinin, D. J. & Connelly, F. M. (2000). *Narrativ inquiry: experience and story in qualitative research*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burnout. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159-165.
- Frank, B., Paul, D. M. & Hawkins, D. (1986). *How to Beat Burnout*. Moody Press.
- Lazarus, R. S. (1999). *Stress and emotion: A new synthesis*. NY: Springer Publishing.
- Maslach, C. & Schaufeli, W. B. (1993). *Historical and conceptual development of burnout*. In Schaufeli, W. B., Maslach, C. & Marck T. (Eds.). *Professional burnout: Recent developments in theory and research*. Washington: Taylor.
- Maslach, C. & Jackson, S. E. (1986). *Counseling psycho-logists Press. Maslach Burnout Inventory Manual*. Palo Alto, CA.
- Oswald, R. M. (1991). *Clergy Self - Care: Finding a Balance for Effective Ministry*. New York: McGraw-Hill Book Company. New York: The Alban Institute.
- Rothmann, S., Kruger, MM. & Jackson, LTB. (2003). Burnout and job stress in a local government: The moderating effect of sense of coherence. *Journal of Inderstrial Psychology*, 29(4), 52-60.
- Schaufeli, W. B. (2003). Past performance and futher perspectives of burn-out research, *Journal of Idustrial Psychology*, 29(4), 1-15.
- World Health Organization. (2019). ICD-11. Retrieved from <https://www.who.int/class-ifications/icd/en>.

# 소진(Burn-out)을 경험한 영아부 전도사의 COVID-19상황에서의 사역 어려움과 회복과정에 대한 내러티브 탐구

**A Narrative Inquiry on the Ministry Difficulty and the Recovery Process in  
Infant Preachers with the Experience of Burn-out in the COVID-19 Situation**

방은영 (충신대학교)

## 논문초록

본 연구는 소진(Burn-out)을 경험한 영아부 전도사의 COVID-19 상황에서 사역의 어려움은 무엇이며 회복과정은 어떠한지를 알아보기 위한 내러티브 탐구를 목적으로 하였다. 이를 위해 서울시 S구에 위치한 J 교회의 영아부 전도를 대상으로 2020년 6월부터 2021년 12월까지 총 10회에 걸친 심층면담의 과정을 통해 자료를 수집하였으며 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 소진을 경험한 영아부 전도사의 COVID-19 상황에서의 사역 어려움은 ‘타성에 젖은 사역자로서 자신의 모습에 대한 회의와 죄의식’, ‘새로운 예배 패러다임의 수용과정에서 느끼는 혼란과 위축’, ‘공동체와 예배의 원상회복에 대한 기대와 두려움’이었다. 둘째, 소진을 경험한 영아부 전도사의 COVID-19 상황에서의 회복과정은 무력감과 패배감, 죄의식으로부터의 내 모습 그대로를 사랑하시는 하나님, ‘소진을 되돌아보기와 되살아나는 사역에의 사명감’, ‘초심의 열정!, 내 힘에 의함이 아닌 하나님이 주시는 회복의 은혜’로 나타났다. 이러한 연구결과는, 포스트 코로나 시대 교회사역자들이 안정적으로 사역을 감당하고 소진보다는 하나님의 세우심과 힘주심에 대한 소망으로 사역을 온전히 감당할 수 있도록 사역자 멘토링 제도 및 다양한 지원체계의 마련, 그리고 사역자들의 커뮤니티 활성화를 위한 제도적 뒷받침의 필요성을 시사한다. 본 연구는 내러티브 탐구의 접근을 통해 한 개인의 소진 경험 및 사역과 회복과정에서 세우신 자의 삶을 철저히 주관하시는 하나님의 임재 의미를 탐구하였다는 데 그 의의가 있다.

**주제어:** 소진(burn-out), 영아부 전도사, 사역 어려움, 회복과정, 내러티브 탐구