

교도관 5명 중 1명 ‘마음건강 경고등’

- 법무부 2026 교정공무원 정신건강 실태분석 발표… 20.1% 위험군 노출
- 수면장애·소진 극심… 스트레스 원인 1위는 2년 전과 같은 과밀수용

전국 교정공무원 5명 중 1명이 정신건강 위험군에 노출돼 있으며, 자살을 계획했던 비율은 일반 성인의 2.4배에 달하는 것으로 나타났습니다. 2024년에 이어 올해도 ‘교도소 과밀 수용에 따른 과중한 업무량과 인력 부족’이 직무 스트레스의 최대 원인으로 지목돼, 단순한 심리상담을 넘어선 기반 개선이 시급하다는 지적이 나옵니다.

법무부(장관 직무대행 차관 이진수)는 교정공무원의 정신건강 실태와 주요 위험요인을 파악하기 위해 「2026년 교정공무원 정신건강 실태분석」을 실시했다고 밝혔습니다.

격년 주기로 실시되는 이번 조사는 '26년 5월 11일부터 6월 7일까지 4주간 진행됐으며, 전국의 교정공무원 9,122명이 참여했습니다.

실태분석 결과, 조사 참여자의 20.1%가 마음건강 요인 10개 중 1개 이상에서 마음건강 위험군에 속하는 것으로 나타났습니다.

전반적인 마음건강 수준을 살펴보면 수면문제(8.66점), 번아웃(7.85점), 단절감(7.55점) 순으로 평균점수가 높았으며, 이 중 마음건강 위험군을 요인별로 살펴보면, 알코올 중독(7.7%), 우울(6.4%), 자살생각(5.9%), 외상 후 스트레스(5.8%) 중독 경향성(5.3%) 순으로 높은 비율을 보였습니다.

자살 경험 요인에서는 일반 성인과 비교하여 자살계획 경험률은 약 2.4배, 자살시도 경험률은 약 1.7배 높은 것으로 나타났습니다.

연령대별로는 40대에서 전반적인 마음건강 문제가 두드러졌고, 30대는 중독 경향성, 50대는 외상 후 스트레스 위험군 비율이 상대적으로 높아, 연령대별로 차별화된 개입이 필요한 것으로 분석되었습니다.

직무스트레스 요인별 분석 결과, '과밀수용으로 인한 과중한 업무량 및 인력 부족'이 55.0%, 수용자 인권을 우선하는 분위기(37.8%), 폐쇄된 근무환경(27.8%)이 직무 스트레스를 높이는 중요 요인으로 나타났습니다.

특히 과밀수용으로 인한 과중한 업무량 및 인력부족은 2024년도 조사에 이어 2026년 조사에서도 55.0%로 가장 높은 비중을 차지하여, 지속적인 구조적 부담요인으로 작용하고 있는 것으로 분석되었습니다.

2024년 조사와 비교하면 전반적인 마음건강 수준은 유사한 수준을 보였으나, 외상 후 스트레스 등 일부 위험요인은 소폭 증가하여 지속적인 관리가 필요한 것으로 분석되었습니다.

법무부는 이번 실태분석 결과를 바탕으로 올해 도입한 마음건강검진 등 예방적 지원을 강화하는 한편, 기존의 긴급 심리지원, 찾아가는 심신케어, 직무스트레스 관리 프로그램 등 교정공무원의 트라우마 치유 및 회복 탄력성 강화를 위한 지원을 확대해 나갈 계획입니다.

이홍연 교정본부장은 “교정공무원의 정신건강은 단순히 개인의 심리적 건강을 관리하는 차원을 넘어, 안전한 교정시설 운영과 직무수행의 질을 좌우하는 중요한 요소”라며 “정기적인 실태조사를 통해 교정공무원의 정신건강 상태를 지속적으로 점검하고, 실효적인 지원정책을 마련하는 한편, 현재 추진 중인 교정공무원 처우개선과 교정시설 과밀화 해소에도 최선을 다하겠다.”고 밝혔습니다.

[붙임] 2026년 교정공무원 정신건강 실태 분석 결과 1부 끝.

담당 부서	교정본부	책임자	과 장 백학훈(代) (02-2110-3891)
	심리치료과	담당자	교정관 한승구 (02-2110-3892)

□ 조사 개요

- (조사 기간) '26. 5. 11.(월) ~ 6. 7.(일), 4주간
- (참여 인원) 9,122명 (참여율: 55.07%)
- (검사 도구) 교정공무원 정신건강 평가 척도-II, 80문항
- (조사 문항) 마음건강, 마음자원, 직무스트레스 요인 등
- (수행 기관) (주) 휴노 연구개발팀

□ 주요 결과

- (마음건강) 평균적으로 수면문제(8.66점), 번아웃(7.85점), 단절감(7.55점) 등이 높게 나타났으며, 마음건강 위험군의 경우 알코올중독(7.7%), 우울(6.4%), 자살생각(5.9%) 비율이 높게 나타남



☞ 마음건강 요인(10개) 중 1개 이상 위험군 비율 : 20.1% (1,829명)

※ 2024년 19.6%→2026년 20.1%

- (자살 위험) 일반성인에 비해 자살계획 경험률이 약 2.4배, 자살시도 경험률이 약 1.7배로, 자살 위험성이 더 높은 것으로 나타남

자살계획 및 시도 비율			단위 : %		
	자살계획	자살시도		자살계획	자살시도
2024년	6.7	2.8	일반 성인 (만 18-79세)	2.5	1.7
2026년	5.9	2.9	교정공무원 (2026년)	5.9	2.9

※ 일반 성인 데이터 출처: 보건복지부·국립정신건강센터 「2021년 정신건강실태조사보고서」, 2021

- (마음자원) 정신건강 악화를 완화하는 마음자원으로는 '조직연대감'과 '회복탄력성'이 상대적으로 높게 나타남



- (직무스트레스 요인) '과밀수용으로 인한 과중한 업무량 및 인력 부족 (55.0%)', '수용자 인권을 우선하는 분위기(37.8%)', '폐쇄된 근무환경 (27.8%)'이 직무 스트레스를 높이는 중요 요인으로 나타남

요인	가장 스트레스가 높은 세부항목 응답순위 및 비율		
업무 관련 스트레스	1. 과밀수용으로 인한 과중한 업무량 및 인력부족	1위	55.0%
	2. 업무 부담 및 책임 소재 모호	2위	18.9%
	3. 업무 특성과 개인 성향 간 불일치	3위	12.0%
수용자 관리	1. 수용자 인권이 지나치게 강조되는 분위기	1위	37.8%
	2. 수용자의 민원이나 고소(관련 협박 포함)	2위	21.9%
	3. 거칠고 난폭한 수용자 관리	3위	17.3%
조직문화	1. 폐쇄된 근무환경	1위	27.8%
	2. 예기치 못한 근무 일정이나 배치 등의 변동	2위	26.0%
	3. 폭언, 폭행, 협박 등에 상시 노출되는 환경	3위	19.3%

※ 과밀수용으로 인한 과중한 업무량 및 인력 부족: 2024년 50.1%→2026년 55.0%