

## 호스피스 조정자의 소진과 대처방안

### 원 주 회\*

#### 1. 호스피스 조정자 역할

- 호스피스 조정자는 호스피스 공동체를 총괄적으로 관리·운영하고 그 책임을 진다.
- 호스피스 조정자는 죽음의 고통을 지혜롭게 극복해 나가는 공동체로 이끌어 가는 역할을 한다.

#### 2. 호스피스 조정자가 갖추고 있어야 할 기본 요건

- 1) 죽음에 대한 올바른 철학을 갖고 있는가? (현상적 죽음과 본질적 죽음 구분)
- 2) 죽음의 고통을 실제적으로 해결해 줄 수 있는 능력을 소유하고 있는가?  
(현상적 고통 : 통증, 피로움 / 본질적 고통 : 영적 고통)
- 3) 호스피스 조정자에게 필요한 자질을 갖추고 있는가?  
(술선수범, 희생, 인내, 침착, 정직, 유머, 책임감, 절제, 신뢰, 근면, 분별력, 결단, 긍휼, 공정성, 끈기, 냉정, 포용력, 온유, 추진력, 용서...)
- 4) 물질, 명예, 권력, 쾌락을 멀리하고 있는가?
- 5) 가족의 협조를 받고 있는가?
- 6) 호스피스 공동체의 흐름을 전체적으로 파악하고 있는가? (조직력)

- 7) 호스피스 공동체의 미래를 준비하고 있는가?  
(발전계획, 재정 및 인력 충원 계획, 창의성 개발)
- 8) 호스피스 공동체를 영향력 있게, 전인적으로 건강하게 이끌고 있는가?

#### 3. 호스피스 조정자가 소진되는 이유

- 호스피스 조정자가 갖추고 있어야 할 기본 요건의 부족 등으로 공동체를 건강하게 이끌지 못할 때 소진의 증상들이 나타나게 된다.
- 전인적인 소진 이유
  - 1) 영적 : 죄, 교만, 낙심
  - 2) 육체적 : 과로, 체력한계, 업무량 과다
  - 3) 정신적 : 무거운 책임감, 사역효과 미비, 완벽주의
  - 4) 사회, 경제적 : 인간관계 부조화, 후원금 부족

#### 4. 호스피스 조정자의 소진 증상

짜증, 무기력, 우울, 낙심, 핑계, 무책임, 건강 상실, 자신감 부족, 도피 ....

#### 5. 호스피스 조정자가 소진에 대처하는 방안

- 1) 호스피스 조정자가 갖추고 있어야 할 기본 요건을 다시 재점검하고 부족한 부분을 보완해 간다.
- 2) 전인적으로 대처한다.

\* 샘물호스피스선교회 회장, 한국호스피스협회 이사

- ① 영적 : a. 은혜의 도구(Q.T, 찬양, 기도, 성례)들을 적극 활용하여 성령 충만의 복을 풍성하게 누린다.  
b. 죄를 멀리하고 거룩한 삶을 포기하지 않는다.
- ② 육체적 : 영양관리, 운동, 충분한 휴식, 절제(일, 욕심), 위임, 시간관리(우선순위)
- ③ 정신적 : 여행, 독서, 취미 생활, 여유로움, 배움, 사명감 고취, 팀 사역
- ④ 사회, 경제적 : 기대치 낮춤, 타인의 다른 점 인정, 철저한 후원금 관리, 자기 주변관리

3) 하나님이 기뻐하시는 호스피스 사역에 쓰임 받게 된 행복한 사람임을 늘 고백한다.

- ① 비전을 갖는다. (사명/빌 1:3-5) : 목표가 흔들리지 않는다.
- ② 최선을 다한다. (집중/빌 3:12-14) : 미친다.
- ③ 집착하지 않는다. (만족/시131:1-3) : 처음부터 다시 시작한다.
- ④ 항상 떠날 준비를 한다. (천국 소망/딤후4:6-8) : 죽음을 각오한다.