

교정공무원 정신건강 지킨다...법무부 ‘마음건강검진’ 도입

- 과밀수용·폭력 위험 속 직무스트레스 심각...국가적 보호 필요
- 2026년 4월부터 76개 전담상담센터 첫 운영
- 전국 54개 교정기관 1,500여 명 교도관·관리자 대상 실시

법무부(장관 정성호)는 교정시설 내 폭행·소란·사고 등 위험에 상시 노출되어 근무하는 교정공무원의 정신건강을 보호하기 위해 2026년 4월 1일부터 ‘마음건강검진’을 새롭게 도입한다고 밝혔습니다.

교도관 1명이 평균 50여 명의 수용자를 관리해야 하는 과밀수용 환경에서 정신질환 수용자까지 전체 수용인원의 10%에 육박하고 있는 현실입니다. 하루하루를 긴장감 속에서 근무해야 하는 교도관들의 직무스트레스와 트라우마 수준은 상당한 것으로 나타나고 있습니다.

< 교정공무원 정신건강 실태분석('24) 주요 결과 >

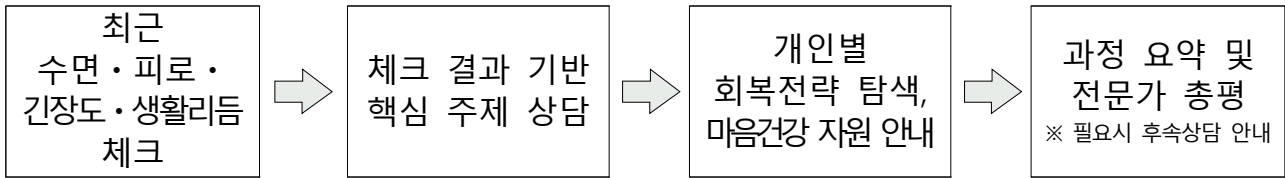
- ▶ 조사 참여자의 약 20%가 정신건강 위험군*에 해당
 - * 알코올 중독 > 우울 > 자살생각 > 단절감 > 외상후증후군 순으로 높게 나타남
- ▶ 일반 성인에 비해 자살계획 경험률 약 2.7배, 자살시도 경험률 약 1.6배
- ▶ 가장 큰 직무스트레스 요인 : 과밀수용으로 인한 과중한 업무량 및 인력 부족

법무부는 교정공무원의 정신건강 악화가 단순히 개인 차원의 문제를 넘어, 국가적으로 보호·지원해야 책무라는 인식에서 「교정공무원 마음건강검진」 제도를 시행하게 되었습니다.

‘마음건강검진’은 자신의 스트레스 수준과 심리상태를 객관적으로 확인하고, 마음의 면연력을 키우는 예방 중심의 상담 프로그램입니다.

시행 첫해인 올해에는 전국 54개 교정기관의 수용동 근무자, 과장급 관리자 등 1,500여 명을 대상으로 전국 76개 전담 상담센터에서 진행합니다.

< 마음건강검진 진행 절차 >



대상자는 90분간의 상담을 통해 최근 수면, 피로, 긴장도 등을 확인하고 결과에 따라 일상에서 활용가능한 회복 방법에 대해 안내받습니다. 또한, 마음건강검진 결과 상담사의 권유가 있거나 본인이 희망하는 경우 연 14회의 후속상담을 지원받을 수 있습니다.

평범한 사람이 아프지 않아도 1~2년마다 건강검진을 받듯이, 교정공무원들은 주기적인 마음건강검진을 통해 마음건강을 점검하고 스트레스 대응력을 높일 수 있을 것으로 기대합니다.

작년 마음건강검진 시범운영에 참여한 교도관들은 “상담에 대한 거부감이 있었는데, 막상 해보니 부담스럽지 않았고 생각보다 많은 이야기를 하게 되었어요.”, “업무로 지친 마음이 한결 가뻔해졌습니다.”, “편안한 분위기에서 친절하고 공감해 주는 상담이 좋았어요.”라고 소회를 전했습니다.

정성호 법무부장관은 “교정공무원의 마음건강을 챙기는 것은 국민이 안심할 수 있는 교정행정을 위한 첫걸음”이라며, “현장근무자들이 수용자 교정·교화에 전념할 수 있도록 처우 개선을 위해 지속적으로 노력하겠다.”고 밝혔습니다.

담당 부서	교정본부 심리치료과	책임자	과 장 이정용 (02-2110-3890)
		담당자	사무관 김지연 (02-2110-3893)



☀ **마음건강검진** 이란? ☀

☞ 심리상담을 통해 현재 나의 스트레스 수준과 심리 상태를 객관적으로 확인하고, 마음의 면역력을 키우는 예방적 심리지원 프로그램

○ (운영 목적) 모든 직원이 일정 주기마다 의무적으로 심리상담을 받는 시스템 구축을 통해 정신건강 관리 및 스트레스 대응력 향상 지원

☞ 건강한 사람이 매년 의무적으로 받는 (신체)건강검진처럼 **“심리상담=마음건강검진”**이라는 긍정적이고 자연스러운 인식으로의 전환 도모

○ (운영 기간) '26. 4. 1. ~ 7. 31. (상황에 따라 연장될 수 있음)

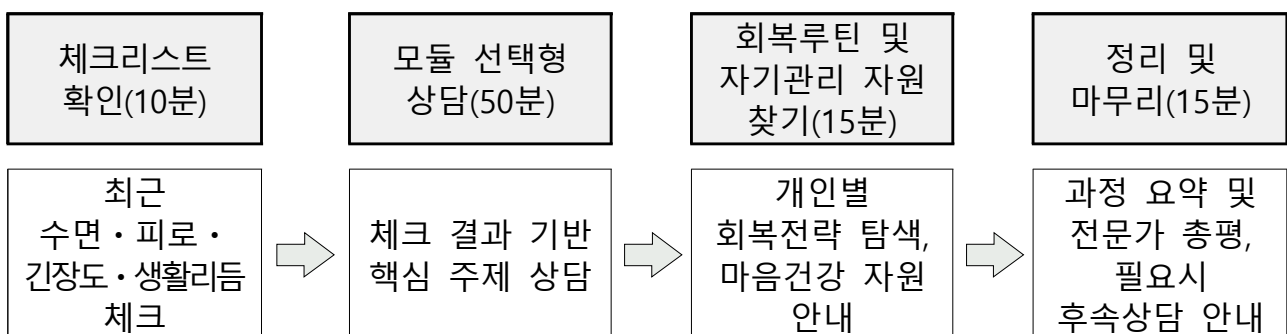
○ (상담 대상) 54개 교정기관 과장급, 수용관리팀장, 수용동 근무자 등 1,500여명

※ ▲ '24년 실태조사 분석 결과, 마음건강 위험군 비율이 가장 높게 나타난 수용동 근무자 ▲ 과장급, 수용관리팀장의 경우, 마음건강검진에 대한 이해도 향상 및 직원 참여 독려 차원에서 선정

○ (상담 시간) 1인당 90분 (15:00 ~ 16:30)

○ (상담 내용) 개인의 현재 심리 상태와 직무 스트레스 수준을 점검하고 일상에서 활용가능한 관리 방법을 안내하는 예방적 상담으로 진행

< 마음건강검진 진행 절차 >

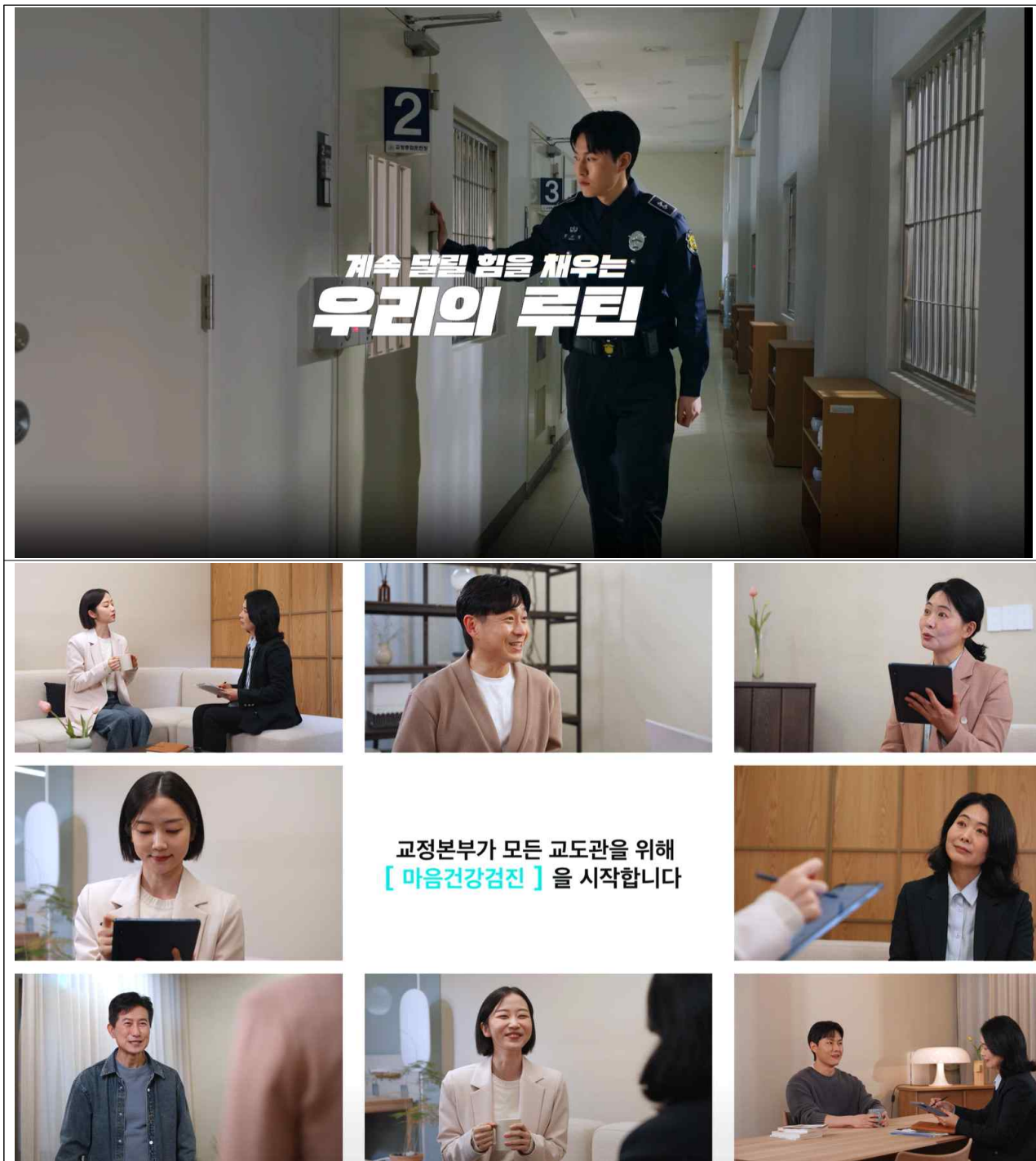


○ (상담 장소) 기관별 지정된 외부 상담센터(전국 76개)

○ (사후 관리) 상담사 권유 또는 본인 희망에 따라 지속 상담 연계

※ 교정공무원 마음나래 프로그램을 통해 외부 전문가 상담 이용 가능 (연 14회 무료)

□ 홍보영상



□ 홍보 리플릿

교정공무원 마음보듬 프로그램
마음나라프로그램

/ 지금 나에게 필요한 작은 실패 /
교정공무원 마음건강검진

☞ 예약관리시스템 바로가기

교정본부
Korea Correctional Bureau

HUNO
Human & Innovation

**교정공무원을 위한
마음건강검진**

마음건강검진은 현재 나의 스트레스 수준과 심리 상태를 객관적으로 확인하고 마음의 면역력을 키우는 **예방적 심리지원 프로그램**입니다.

마음건강검진 안내

- **진행기간** 2026년 4월 ~ 7월
※ 운영상황에 따라 연장될 수 있음
- **대 상** 각 기관 과장급 및 수용동 근무자
- **상담장소** 소속기관별 거점상담센터
※ QR코드 접속하여 예약 후 방문
- **상담시간** 1인당 90분 (15:00 ~ 16:30)
- **복무사항** 오후 4시간 출장 처리

개인정보보호 모든 상담 및 검사는 근로복지기본법 제83조에 근거하여 철저히 비밀이 보장됩니다. 안심하시고 이용해 주세요.

문의처 | 기관별 정신건강 담당자
(☎)휴노 마음나라 담당자, 02-6952-2720

**건강한 일상을 위한 루틴
마음건강검진**

마음건강검진 내용

- **체크리스트 확인(10분)**
최근 수면 · 피로 · 긴장도 · 생활 리듬 체크
- **모듈 선택형 상담(50분)**
체크 결과 기반 핵심 주제 상담 진행
- **회복루틴 및 자기관리 자원찾기(15분)**
개인별 회복전략 탐색, 마음건강 자원 안내
- **정리 및 마무리(15분)**
과정 요약 및 전문가 총평

"검진을 통해 이런 도움을 받아요."

하나. 안전한 정서적 환경

판단이나 평가 없는 안전한 환경에서, 억눌린 감정을 안전하게 표현하여 심리적 압박감을 해소합니다.

둘. 문제의 객관적 조망

혼자서는 얽혀 보이던 고민들을 전문가와 함께 제3자의 시선에서 바라보며, 문제의 핵심과 우선순위를 정리합니다.

셋. 대처전략 수립

현재 겪고 있는 스트레스 상황에서 즉시 활용할 수 있는, 내 성향에 맞는 구체적인 대응 방법을 찾습니다.

이용 절차 및 방법

마음건강검진
예약
(예약관리시스템 등)

사전
체크리스트
(문자발송)

마음건강검진
진행

만족도
조사

마음건강검진 QnA

Q. 내가 말한 내용이 다른 곳에 알려지지 않나요?

A. 마음건강검진에서 나는 내용은 절대 타인에게 공유되지 않고 인사 · 평가와도 무관하며, 오직 본인의 컨디션을 이해하는 데만 사용됩니다.

Q. 미리 준비해야 할 것이 있나요?

A. 별도의 준비는 필요 없으며, 평소처럼 편안한 마음으로 참여하시면 됩니다.

Q. 검진 이후 더 깊이 있는 상담을 받아볼 수도 있나요?

A. 네, 검진 결과 전문가의 권유가 있거나 본인이 희망하시는 경우, 마음나라 프로그램을 통해 개인별로 14회기까지 심층 상담 서비스를 자유롭게 이용하실 수 있습니다.