



지구의 위성처럼 Wee센터가 학교를 지원해 주고
아이들의 마음의 성이 튼튼하도록 도와줄게요!!

(수업 및 활동자료)



목차

1. 관계 형성 및 자존감 향상을 위한 프로그램	
가. 내 마음의 싹틔우기	P1
나. 내 마음의 선물	P3
2. 자신감 향상 프로그램	
가. 나의 장점 인형 만들기	P5
나. 나의 이야기 만들기	P8
3. 학교 소속감 및 적응력 향상 프로그램	
가. 내 마음의 성장 기록 남기기	P11
나. 내 마음의 영화그리기	P13
4. 참고문헌 및 제작정보	P15

Wee성 프로그램은 학생들의 학업중단을 예방하기 위하여 학교에서 교사 및 상담 담당자가 대면 또는 비대면으로 직접 운영할 수 있도록 만든 초, 중학교 집단상담 프로그램(안)입니다.

프로그램은 총 3개의 주제로 2개의 파트로 이루어져 있으며 원하는 주제를 자유롭게 선택하여 프로그램을 운영하도록 구성되어 있습니다.

상세한 프로그램 운영 안내 및 지도방안은 유튜브 교육 안내 영상을 참고 부탁드립니다. 담당자에게 문의해 주시면 상세하게 알려드리겠습니다.

▶ 인천서부 Wee센터 채널

https://www.youtube.com/channel/UC10yB5aK8mj7g_enws8

Ktag



▶ Wee성 프로그램 운영방법 안내 영상

https://youtu.be/m_9Yh5SSQms

▶ 담당자: 인천서부교육지원청 상담교사 김영유 (032.560.6725)



1. 관계형성 및 자존감 향상 프로그램

가. 내 마음의 싹틔우기

1) 프로그램 구성

회기	프로그램명	프로그램 활동	준비물	비고
1	마음 열기	- 식물과 마음이 자라나는 과정 설명 - 페트병 꾸미기	- 식물 키우는 방법 설명자료 - 빈 페트병 - 아크릴 물감 또는 스티커	
2	활동 하기	- 페트병에 씨앗(나무) 심어 보기 - 활동지 작성하기	- 씨앗 또는 식물 키우기 세트 (1주일 내 싹이 나는 식물이나 생존이 높은 식물로 준비한다.) - 활동지	
3	마음 키우기	- 나의 식물에 이름 붙이기 - 마음의 꽃 활동지 작성하기	- 식물 이름표 - 활동지	

2) 프로그램 운영

회기	프로그램명	프로그램 운영 내용
1	마음 열기	- 씨앗이 나무로 성장하는 과정을 설명하며 초, 중, 고 학교생활을 통해 성인이 되어가는 과정을 연결하여 학교생활의 필요성을 인지하도록 설명한다. - 사용 후 버려지는 페트병을 재활용하여 꽃병을 만들어 보며 그동안 실패했거나 좌절했던 경험을 돌아보고 긍정적으로 미래를 바꿔보는 생각을 하도록 안내한다.
2	활동 하기	- 페트병에 씨앗이나 나무를 심는 과정을 통해 미래에 초점을 두고 지금 학교에서 학생으로 실천할 수 있는 것들을 상상해 본다. - 자신이 상상했던 것을 진로 및 소망과 연결하여 단계(씨앗, 새싹, 꽃)로 나누어 활동지에 작성해 본다.
3	마음 키우기	- 화분에 심은 식물에 애칭을 써 보고 애완식물로 잘 키울 수 있도록 안내한다. - 집단에서 활동지 내용을 돌아가면서 이야기 나눔을 한다.



가. 내마음의 싹 틔우기 활동지

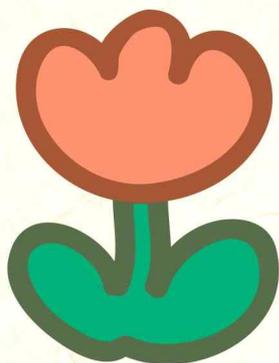
내 마음의 꽃을 피우기 위해서 해야 할 일을 3단계로 써 놓는다.



1



2



3

너희 마음이 성장하면 꽃은 반드시 필 거야!



1. 관계형성 및 자존감 향상 프로그램

나. 내 마음의 선물

1) 프로그램 구성

회기	프로그램명	프로그램 활동	준비물	비고
1	마음 열기	- 다육이에 대해 알아보기	- 다육이 식물의 의미 설명자료	
2	활동하기	- 다육이를 꾸며보며 학교 생활 이야기 나누기 - 주변의 고마운 사람들에 대하여 알아보기	- 깨진 그릇 등 재활용품 - 넬솔(점토 흙) - 물, 종이컵, 신문지	
3	마음 키우기	- 나의 식물에 이름 붙이기 - 선물하기	- 식물 이름표 - 활동지	

2) 프로그램 운영

회기	프로그램명	프로그램 운영 내용
1	마음 열기	- 다육이 성장에 대하여 설명한다. (잎이 떨어져도 잎의 성장점을 통해 다시 성장하는 과정을 중심으로 설명한다.) - 학생들의 지금의 문제상황이나 과거 실패했거나 좌절했던 경험을 이야기 나눈다. 그리고 떨어진 잎에서 다시 성장점이 생겨 살아가는 다육이처럼 자신의 문제상황을 이겨내고 극복할 수 있도록 긍정적 마음으로 밝은 미래를 생각할 수 있도록 안내한다.
2	활동하기	- 넬솔 흙에 물을 넣고 점토처럼 만든 후 다육이로 깨진 접시나 재활용품을 아름답게 꾸며준다. - 재활용품이 다육이로 아름답게 변화하는 과정을 보며 학생들의 지금 어려운 상황을 슬기롭게 이겨내기 위해 가족, 선생님, 친구들에게 도움을 받고 싶은 것이나 받았던 경험을 공유한다. (없을 경우 어려움이 이겨내기 위해 자신에게 필요한 점을 탐색한다.)
3	마음 키우기	- 어려움 있을 때 도움을 받고 싶은 사람을 떠올리며 편지(활동지)를 쓴다. (떠올릴 사람이 없다고 하거나 학생이 자기에게 선물하고 싶다면 자신이 자신에게 용기와 희망을 담은 편지를 작성하도록 한다.) - 집단에서 편지(활동지) 내용을 돌아가면서 이야기 나눔하고 다육이를 선물하고 싶은 사람에게 편지와 함께 전달하도록 안내한다.

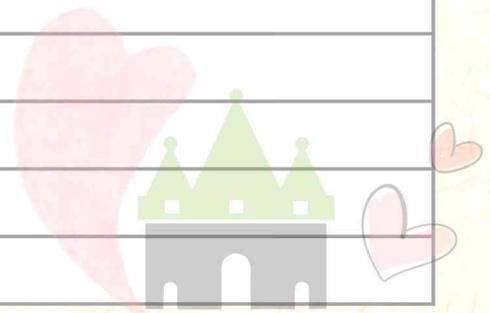


나. 내 마음의 선물 활동지

나의 마음이 담긴 다육아트를 선물 할 사람에게 편지를 써 보시다.



A large rectangular area with horizontal lines for writing a letter.



2. 자신감 향상 프로그램

가. 나의 장점 인형 만들기

1) 프로그램 구성

회기	프로그램명	프로그램 활동	준비물	비고
1	마음 열기	- 나의 장점 소개하기	- 장점카드 활동지	
2	활동 하기	- 장점 인형 만들기	- 도화지 - 색연필, 사인펜 - 목각 인형	
3	마음 키우기	- 나와 친구의 장점 찾아 보기	- 활동지	

2) 프로그램 운영

회기	프로그램명	프로그램 운영 내용
1	마음 열기	- 누구에게나 장점이 있고 자신과 타인의 장점을 찾아내고 칭찬하는 것에 중요성을 알려준다. - 장점 카드를 통해 자신의 장점을 찾을 수 있도록 안내한다.
2	활동 하기	- 목각인형 가슴에 자신의 장점을 쓰게 하고 인형을 꾸미고 동작을 만들어 본다. - 단점보다는 장점을 중심으로 생각할 수 있도록 지도한다. - 자신과 친구들의 강점을 알아보고 칭찬해 보도록 한다.
3	마음 키우기	- 모두 같았던 목각인형이 활동을 통해 나만의 장점인형으로 변화한 것처럼 자신의 장점으로 자기를 잘 표현하도록 안내한다. - 친구들과 집단활동 후에도 서로의 장점을 칭찬할 수 있도록 연습하고 격려하고 안내한다.





가. 나의 장점 인형 만들기 (칭찬카드 - 개별 카드는 별도 첨부)

<p>칭찬 카드</p> <p>아이디어가 넘쳐요</p> <p>- 새로운 놀이를 생각해 내는 친구 - 학급 회의에서 아이디어를 이야기하는 친구</p>	<p>칭찬 카드</p> <p>궁금한 게 많아요</p> <p>- 학교에서 배운 지름 듣는 단어를 집에 가서 찾아보는 친구 - 궁금한 건 꼭 선생님께 질문하는 친구</p>	<p>칭찬 카드</p> <p>열심히 공부해요</p> <p>- 수업시간에 눈을 반짝반짝 귀를 쫓긋하는 친구 - 수업시간에 집중하는 친구</p>	<p>칭찬 카드</p> <p>친구 기분을 잘 헤아려요</p> <p>- 선생님에게 혼난 친구를 위로해주는 친구 - 문제를 풀어서 속상할 때 더 잘 할 수 있다고 말해주는 친구</p>
<p>칭찬 카드</p> <p>배려해요</p> <p>- 다리를 다쳐서 부축이 필요한 친구를 도와주는 친구 - 버스에서 할머니, 할아버지에게 자리를 양보하는 친구</p>	<p>칭찬 카드</p> <p>겸손해요</p> <p>- 자기 자랑만 늘어놓지 않는 친구 - 100점을 받았거나 칭찬받아도 잘난척하지 않는 친구</p>	<p>칭찬 카드</p> <p>용서를 잘 해줘요</p> <p>- 친구가 잘못해도 사과하면 용서 해주는 친구 - 사소한 일만 먼저 사과를 건네는 친구</p>	<p>칭찬 카드</p> <p>용감해요</p> <p>- 자신의 잘못을 솔직하게 고백 하는 친구 - 힘센 친구가 약한 친구를 괴롭힐 때 나서서 말리는 친구</p>
<p>칭찬 카드</p> <p>활발해요</p> <p>- 긍정적인 힘이 넘치는 친구 - 표정이 밝아서 함께 있으면 나도 기분이 밝아지는 친구</p>	<p>칭찬 카드</p> <p>끈기가 있어요</p> <p>- 시뻐한 일을 끝까지 해내려고 노력하는 친구 - 달리기에서 가장 늦더라도 끝까지 달리는 친구</p>	<p>칭찬 카드</p> <p>규칙을 잘 지켜요</p> <p>- 깨끗한 교실을 위해서 떨어져 있는 쓰레기를 줍는 친구 - 학습약속을 지키려고 노력하는 친구</p>	<p>칭찬 카드</p> <p>재미있어요</p> <p>- 다른 친구들을 즐겁게 웃게 만드는 친구 - 농담으로 우리 반 분위기를 밝고 활기차게 만드는 친구</p>
<p>칭찬 카드</p> <p>긍정적이에요</p> <p>- 조별 과제가 어려워도 잘 될 거라고 말해주는 친구 - 항상 웃는 얼굴로 기분 좋은 친구</p>	<p>칭찬 카드</p> <p>열린 마음을 가졌어요</p> <p>- 급식에 나온 지름 보는 음식도 신나게 도전해보는 친구 - 새로 전학 온 친구에게 열린 마음으로 다가가는 친구</p>	<p>칭찬 카드</p> <p>사랑이 넘쳐요</p> <p>- 늦게까지 일하고 온 엄마를 꼭 껴안아 주는 친구 - 동생이 좋아하는 과자를 양보하는 마음 온 가진 친구</p>	<p>칭찬 카드</p> <p>신중하게 생각해요</p> <p>- 성급하지 않고 차근차근 결정해서 실수하지 않는 친구 - 차분하고 침착한 친구</p>

우리는 서로 나는 너의.. 너는 나의... 장점을 찾아 칭찬하는 친구사이야!



가. 나의 장점 인형 만들기 활동지

나와 친구의 장점을 써 봅시다.



나

친구



우리는 서로 나는 너의.. 너는 나의.. 장점을 찾아 칭찬하는 친구사이야!



나. 나의 이야기 만들기

1) 프로그램 구성

회기	프로그램명		프로그램 활동	준비물	비고
1	마음 열기	공통	- 태어나서 자라온 자신의 이야기 나누기	-	
2	활동 하기	초등	- 그림책으로 만들기	- 그림책 만들기 활동지 - 색칠 도구	
		중등	- 만화로 만들기	- 만화 컷 활동지 - 그리기 도구	
3	마음 키우기	공통	- 책 이름 정하고 살아온 나의 이야기 읽어 보기	- 활동지	

2) 프로그램 운영

회기	프로그램명	프로그램 운영 내용
1	마음 열기	- 학생들에게 자신이 태어나서 지금까지 살아온 시간을 돌아보면서 긍정, 부정 경험 모두 포함한 특별한 경험들을 3~4가지 정하도록 안내한다. (경험을 생각하기 어려운 경우 유치원, 초등 저와 고, 중학교 등 진행자가 시기를 결정해서 생각해 보도록 안내한다.)
2	활동 하기	- 학생들에게 정해진 과거 경험들을 생각하며 시간의 흐름에 따라 그림(만화)으로 표현하게 한다. - 그림(만화)에 맞는 이야기를 글로 작성하여 그림책(만화)을 만들어 본다.
3	마음 키우기	- 만들어진 그림책(만화책)을 친구들 앞에 소개하고 동화책의 결론에 대하여 이야기 나눈다. * 되도록 긍정적으로 이야기가 마무리될 수 있도록 지도한다. * 결론이 부정적일 경우 진행자가 결론을 긍정적인 이야기로 변화시켜서 제시를 해 줄 수도 있다.





나. 나의 이야기 만들기 (그림책 활동지)

내가 기억나는 어린시절부터 지금까지의 나의 모습을 그림책으로 만들어 보세요 .

페이지를 표시해 주세요.

펀치로 뚫어 주세요.



소중한 나의 삶의 이야기를 그림책 이야기로
표현해 볼 수도 있어!!

점선은 오려 주세요.





나. 나의 이야기 만들기 (만화 활동지)

나의 삶의 이야기를 9컷 만화로 표현해 주세요.

소중한 나의 삶의 이야기가 한편의 멋진 만화의
이야기가 될 수도 있어!!!



3. 학교 소속감 및 적응력 향상 프로그램

가. 내 마음의 성장 기록 남기기

1) 프로그램 구성

회기	프로그램명	프로그램 활동	준비물	비고
1	마음 열기	- 나의 학교생활 이야기 나누기	-	
2	활동 하기	- 학교 꾸미기 (벽화, 종이 꽃, 타일 등)	- 벽화그리기: 아크릴, 매직, 페인트 등 - 종이 꽃 만들기: 색종이, 한지 등 - 타일: 타일, 아크릴 물감, 목재 풀	
3	마음 키우기	- 미래의 내가 지금 나에게 편지쓰기	- 활동지	

2) 프로그램 운영

회기	프로그램명	프로그램 운영 내용
1	마음 열기	- 학생들의 학교생활에 대하여 이야기를 나눈다. - 학교생활 중 소속감이나 적응력을 높일 수 있는 경험이나 높일 수 있는 방법에 대하여 안내한다.
2	활동 하기	- 벽화그리기(종이 꽃 만들기, 타일 작업)을 실시한다. - 학생들에게 교내에 전시가 됨을 알리고 자신감과 책임감을 가지고 활동 할 수 있도록 지도한다. - 각자의 마음을 담은 작업물이 하나의 결과물로 보이는 것을 통해 개인의 개별성과 집단지성의 중요성을 안내하고 느낄 수 있도록 지도한다. - 활동지 작업을 통해 학생들이 5년, 10년 뒤 성인 되었을 때 학창 시절을 어떻게 기억하고 싶은지 미래의 내가 현재의 나에게 하고 싶은 말을 상상하여 편지를 작성해 본다.(되도록 학생들이 긍정적 방향으로 미래를 바라보도록 안내하며 작성이 어렵다면 예시를 들어 작성하도록 한다.)
3	마음 키우기	- 교내에 활동의 결과물을 전시한다. (작업과정을 사진으로 출력하여 함께 전시한다.) - 교사, 학생의 보호자에게 연락하여 학생들의 전시를 칭찬하고 격려하도록 안내한다.

3. 학교 소속감 및 적응력 향상 프로그램

나. 내 마음의 명화그리기

1) 프로그램 구성

회기	프로그램명	프로그램 활동	준비물	비고
1	마음 열기	- 명화그리기 방법 안내	-	
2	활동 하기	- 순서대로 명화 그리기 활동하기	- 명화그리기 도구	
3	마음 키우기	- 학교 전시 및 선물하기	- 활동지	

2) 프로그램 운영

회기	프로그램명	프로그램 운영 내용
1	마음 열기	- 학생들의 학교생활에 대하여 이야기를 나눈다. - 학교생활 중 소속감이나 적응력을 높일 수 있는 경험이나 높일 수 있는 방법에 대하여 안내한다.
2	활동 하기	- 명화를 선택하여 정해진 순서대로 색칠을 한다.(명화 수준은 자신에게 맞는 것을 선택하도록 하고 그리기 전 계획을 세워 정해진 숫자만큼만 색칠하게 한다.) - 색칠한 숫자와 그림을 현재 자신의 상황과 연관하여 생각하게 하고 그림에 긍정적인 삶의 의미를 담도록 이야기 나눈다. - 완성한 그림에 자신만의 제목을 정해보고 명화 그리기 활동 전과 후의 마음의 차이를 활동지에 작성해 보도록 한다.
3	마음 키우기	- 교내에 활동의 결과물을 전시한다. (작업과정을 사진으로 출력하여 함께 전시한다.) - 교사, 학생의 보호자에게 연락하여 학생들의 전시를 칭찬하고 격려하도록 안내한다.





나. 내 마음의 명화그리기 활동지

명화 그리기 전과 그리고 난 후 마음의 변화를 써 봅시다.



전

후



같이 보이는 그림이라도 내가 어떻게 색칠하고 어떤 의미를 부여하는가에 따라 달라지는거야!

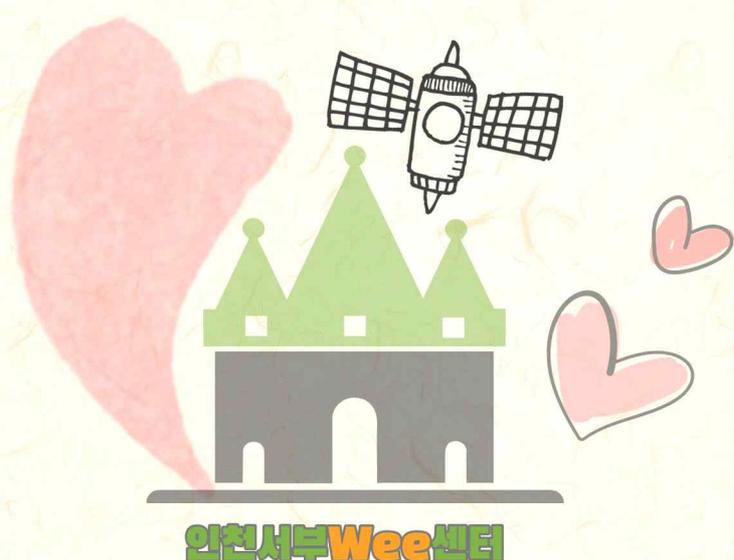




지구의 위성처럼 Wee센터가 학교를 지원해 주고
아이들의 마음이 성이 튼튼하도록 도와줄게요!!

참고 문헌

- 로버트 B. 디너, 우문식 외 1인 옮김(2011). 「긍정심리학 코칭기술」. 을유주니어.
 마틴셀리그만, 김인자 외 1인 옮김(2020). 「마틴 셀리그만의 긍정심리학(개정판)」. 을유주니어.
 미리엄 악타르, 이한나 옮김(2020). 「긍정심리학 마음교정법」. 프로제.
 David B. Rosengren, 신성만 옮김(2020). 「동기강화상담 기술훈련: 실무자 워크북(2판)」. 박학사.
 Keith C. Herman외 3인, 신성만 외 3인 옮김(2015). 「학교에서의 동기강화상담」. 박학사.
 최은미(2011). 「미술치료 기법과 적용」. 시그마프레스.
 송영래, 김은경, 김귀남(2009). 「놀이치료 치료 계획 및 중재」. 시그마프레스.
 양명숙 외 15명(2015). 「상담이론과 실제」. 학지사.
 김영유 외 5인(2021) 「맘토닥」. 한국교육개발원.



인천서부Wee센터



프로그램 제작 정보

기획, 집필, 편집, 교정, 디자인

- (인천 서부Wee센터 상담교사) 김영유
- (인천 서부Wee센터 상담교사) 김초희
- (인천 서부Wee센터 상담교사) 박다희