

1부
**아동·청소년의
 변화와
 도구의 활용**

머리말 5
 구성 및 활용법 9

1. 아동·청소년의 인지적 변화 19
 2. 아동·청소년의 정서적 변화 21
 3. 아동·청소년의 사회적 변화 23
 4. 아동·청소년의 신체적 변화 25
 5. 도구를 활용한 아동·청소년 상담 27

2부
**도구를 활용한
 상담 기법**

1. 포스트잇을 활용한 상담 기법 31

- 바꿔 보자 내 생각! 32
- 왜 그랬을까? 38
- 스토리 미니북 43

2. 신문지를 활용한 상담 기법 49

- 감정, 날려 버려! 50
- 신문지 콜라주 55
- 가치막지 62





c o n t e n t s

3. 색종이를 활용한 상담 기법	69
• 우리는 색종이 가족 70	
• 알록달록 모자이크 78	
• 동서남북 토크 83	
4. 종이컵을 활용한 상담 기법	89
• SMART 탐 쌓기 90	
• 마음 상처 톡톡 95	
• 성장저금통 101	
5. 상자를 활용한 상담 기법	107
• 마음구급상자 108	
• 걱정을 담아요 113	
• 긍정주사위 120	
6. 봉투를 활용한 상담 기법	127
• 2개의 가면 128	
• 날아가라! 스트레스 133	
• 나를 담은 봉투 139	
7. 풍선을 활용한 상담 기법	147
• 분노야 작아져라 148	
• 생각 평평! 터트리기 155	
• 풍선호흡법 161	



c o n t e n t s

8. 클레이를 활용한 상담 기법	167
• 가족을 소개해요 168	
• 말랑말랑 내 마음 175	
• 구멍 난 마음 채우기 182	
9. 실/끈을 활용한 상담 기법	189
• 우리 마음 다시 합체! 190	
• 걱정미용실 195	
• 한 땀 한 땀 목표로 201	
10. 공을 활용한 상담 기법	207
• 대화를 주공받공 208	
• 통통! 튀는 회복탄력공 213	
• 감정피구 219	
11. 페트병을 활용한 상담 기법	225
• 긍정요술병 만들기 226	
• 페트병 볼링 231	
• 병뚜껑 관계지도 236	
12. 스펀지를 활용한 상담 기법	245
• 내 마음의 지우개 246	
• 번아웃 스펀지 251	
• 자라나라! 스펀지화분 257	



c o n t e n t s

13. 나무젓가락을 활용한 상담 기법	261
• 마법지팡이 만들기	262
• 가족인형 역할극	268
• 질문막대	273
14. 의자를 활용한 상담 기법	279
• 빈 의자 기법	280
• 두 개의 의자	286
• 세 개의 의자	292
15. 음식을 활용한 상담 기법	299
• 과자학교화	300
• 나의 감정 부리토	305
• M & M 분노 게임	311
16. 다양한 도구를 활용한 상담 기법	317
• 내 마음의 선글라스	318
• 마음처방전	323
• 나만의 배지 만들기	330
17. 앱을 활용한 상담 기법	335
• <App> 습관 형성하기	336
• <App> 감정일기	340
• <App> 감정을 캐릭터로 표현해요!	346

