

차례

프롤로그 || 시작하며 _ 3

제1부 ... 흔들리는 마음 다잡기 • 14

- _____ 01 진단과 오해, 부모의 혼란스러운 마음 _ 17
- FAQ - 가장 궁금한 5가지 질문 _ 33
- _____ 02 '느림' 속에 숨겨진 아이만의 속도를 찾아서 _ 49

제2부 ... 문제 대신 가능성을 찾는 마법의 질문 • 64

- _____ 03 아이의 숨겨진 힘을 끌어내는 대화 _ 67
- _____ 04 8가지 마법의 질문 _ 81
- _____ 05 아이의 자존감을 높이는 말하기 습관 _ 117

제3부 ... 세상 밖으로 당당하게 • 130

- _____ 06 학교에서 사회까지, 든든한 자립 로드맵 _ 132
- _____ 07 혼자 걷지 마세요 _ 155





제4부 ... 나를 돌보는 것도 소중합니다 • 170

- _____ 08 내 안의 유능함을 발견하는 시간 _ 173
- _____ 09 흔들리는 나를 잡는 해결중심 질문 _ 187
- _____ 10 지친 내 마음을 충전하는 시간 _ 203

제5부 ... 시나리오로 배우는 해결중심 질문 • 214

- _____ 시나리오 #1. 노력 부족으로 오해한 학습 문제 _ 216
- _____ 시나리오 #2. 또래 관계에서의 소외 및 따돌림 _ 221
- _____ 시나리오 #3. 부모의 감정 소진과 충동적인 행동 _ 226
- _____ 시나리오 #4. 자녀를 인정하고 다시 시작하는 용기 _ 231

- 부록 [부록 1] 우리 아이 강점 관찰 일지 _ 238
- [부록 2] 자녀를 위한 '해결중심 성장 프로그램' _ 240
- [부록 3] '말의 힘' 실천 워크북 _ 247
- [부록 4] 부모를 위한 6주간 '마음돌봄' 활동 가이드 _ 256

에필로그 || 다시, 시작하며 _ 267

참고 도서 및 추천 자료 _ 269