

〈욕심 괴물〉 그림책 활동지



토닥토닥, 흔들리는 내 마음

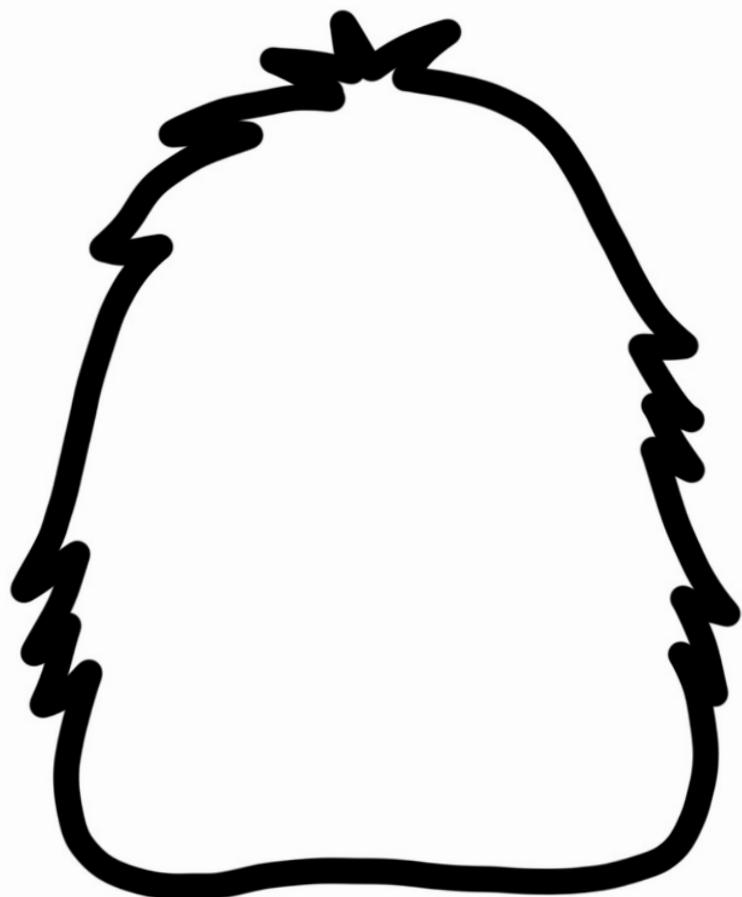




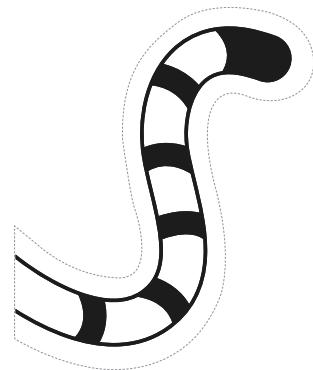
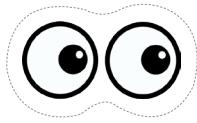
내 마음 친구를 소개합니다!

내 마음속에는 갖고 싶은 것도, 하고 싶은 것도 많은 ‘마음 친구’가 있어요.

아래 그림을 오려서 나의 ‘마음 친구’를 만들고, 이름도 지어 보세요.



내 마음 친구의 이름은 _____ 입니다.





욕심은 나쁜 걸까?

욕심은 내 마음을 작게 만들기도 하고, 크게 만들기도 해요.

아래 표에 나온 상황은 어떤 욕심일까요? 오려서 알맞은 칸에 붙여 보세요.

마음이 작아지는 욕심

마음이 커지는 욕심



산타 할아버지가 준 선물이야.
이건 나만 가지고 놀 거야.
아무도 안 빌려줘야지.

어제 문방구에서 카드를 샀지만
오늘 또 사고 싶어.
좋은 카드는 내가 다 가질 거야.

오늘 줄넘기를 30개
성공하고 싶었는데, 못 했어.
내일 다시 해 봐야지!

어떻게 하면 저 친구처럼
축구를 잘할 수 있을까?
나도 연습을 더 해야겠어.

내 장난감인데
왜 동생에게 빌려줘야 해?
내 장난감이니까 나만 갖고 놀 거야.

접시에 피자 한 조각이 남았어.
다른 사람이 먹기 전에
얼른 내가 먹어야지.



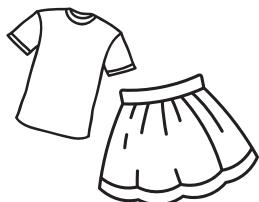
‘정말’ 필요한 물건을 찾아라!

우리는 갖고 싶은 게 참 많아요. 그런데 ‘정말’ 필요한 걸까요?

아래 그림을 오려서 필요한 것(Need)과 갖고 싶은 것(Want)으로 나누어 보세요.

‘정말’ 필요해요.(Need)

‘그냥’ 갖고 싶어요.(Want)



TIP “지금 당장 갖고 싶지만, 정말 필요한 걸까?”라는 질문은 자기 조절과 연결되어 있어요.

처음에는 모든 것이 다 필요한 것으로 느껴지지만, 선택의 경험을 통해 중요한 것과 덜 중요한 것을 구분하는 힘이 생기지요. 아이들과 함께 마음 속 욕구와 충동을 살펴보는 연습을 시작해 보세요.



두구두구! 나의 선택은?

우리는 매일 많은 선택을 해요. 뭘 먹을지, 어떤 말을 할지,

어떤 행동을 할지 등 모든 것이 나의 선택이지요.

아래 두 상황을 보고, 나라면 어떤 선택을 할지 동그라미 해 보세요.

엄마가 동생만
예뻐하는 것 같아서
속상해.

엄마 몰래 동생을 괴롭혀야지.

엄마에게 섭섭하다고 말할래.

그냥 아무 말 안 하고 있을래.

친구가 내 물건을
물어보지 않고
자꾸 가져가는 게
마음에 안 들어.

나도 그 친구 물건을 묻지 않고
가져올 거야. 그래야 공평하지.

‘물어보고 가져갔으면 좋겠다’고
친구에게 직접 말할래.

친구에게 직접 말하는 건 아직
어려워. 선생님께 도와달라 말할래.



마음에도 조절이 필요해!

앞뒤 보지 않고 무작정 내 마음대로 하고 싶을 때가 있어요.

그럴 때 잠깐 멈추고 ‘어떻게 하면 좋을까?’ 고민하는 것이 바로 ‘마음의 조절’이지요.

아래 표를 오려서 ‘마음이 잘 조절된 상황’과 ‘조절이 안 된 상황’을 나누어 보세요.

조절하고 있어요.

조절이 어려워요.



오늘은 간식을 먹지 않기로 한 날인데,
너무 먹고 싶었어. 과자를 몇 개만
먹으려고 했는데 어느새 다 먹어 버렸어.

친구가 날 밀어서 화가 났어.
그 자리에서 바로 친구를
더 세게 밀어 버렸어.

수업 시간에 선생님께 하고 싶은 말이
생각났어. 선생님께 크게 말하고
싶었지만 조용히 손을 들었어.

유치원에서 엄마가 보고 싶어서 울고 싶었어.
친구들이랑 놀이를 하면서
즐거운 생각을 하려고 했어.

화장실이 너무 급했어.
줄을 서야 하지만
나도 모르게 맨 앞에 서 버렸어.

너무 졸려서 숙제를 안 하고 자고 싶었어.
'지금 끝내야 더 편하게 잘 수 있어'라는
생각으로 집중해서 숙제를 끝냈어.

 소르베북스는 입가심처럼 일상의 환기가 되는 이야기를 만듭니다.
그 일상의 환기가 건강한 마음의 성장으로 연결되기를 기대합니다.



소르베북스

〈욕심 괴물〉 그림책 활동지는
소르베북스 홈페이지에서 다운받으실 수 있습니다.
홈페이지 www.sorbetbooks.com
전자우편 sorbetbooks@naver.com
블로그 <https://blog.naver.com/sorbetbooks>
인스타그램 @sorbet_books

©Sorbet Books X Enchanted Lion Books