□□□□□ □□: □□□□ □□□□ □□□□□□

□□□□□ □□□□□□ □□□□ <□□□□>

□□□(□□□□ □□□□ □□)

□□□19□ □□□ □□□ □□□□, □ □□ □ □□□□ □□ □□□, □□□□□. □□□ □□□□ '□□□□ □□'□ □□□□ □□□□, □□□□□□ □□□ □□□□ □□□□, □□□ □□, □□□ □□□. □□□ □□□ □ □□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□ □□ □□□ □□□□□ □□ □□□□. □□□ □□□□ □□□□ □□□□ □ □□□ '□□□ □□'□□ □□□ □□ □□□ □□□. □□□ □□□ '□□□ □□'□ □ □ □□□□□□ □ □□ □□□. □□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□, '□□□ □□'□ □□□ □□□□ □ □□ □□ □□ □□□□. □□ □□□ □□, □□□ □□□□ '□□□ □□'□ □□□ □□□□ □□□□, □□ □□□ □□□ □□□□ □□ □□ □□□ □□□ □□□□□□ □□□. □□□ □□□□ □□□ □□ □□□□□ □ □□ '□□□ □□'□□ □□ □□ □□□□ □□□. □□□ □□ □□□□□ □□□ '□□□ □□'□ □ □□ □□□ □□ □□.

□□□□ □□ □□□, '□□□ □□'□ □□ □□□. □□□ □□□□ □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□ □□ □□ □□□. □□□□ □□□ □□□ □□□ □□□ □□□ □□ □□□□. □□□□ □□□ □□ □□□ □ □□ □□□□ □ □ □□□, □□□ □□□ □ □□□? □□□ □□□ '□□□ □□'□ □□□□ □□□ □□□ □. '□□□'□ □□□ □□□□□□ □□□□ □□ □□ □ □ □ □□□ □□□ □ □□□ □□. □□□□ '□□'□ □ □□ '□□ □□'□ □□□□, '□□ □□'□ □□□ '□'□□□ □ □□□ □□□. □□□□ □□ □□□□□ □□ □□ □□□ □□□□□.

□□ □□□ □□□ □, □□□□□ □□(□□)□ □□ □□□□. □□□□ □□□□ □□ □□□ □□ □□□□, □□ □□ □□□ □□□ □□□ □□ □□□ □□□ □□ □□ □□ □□□□ □□□□□□ □□ □□ □□ □□□ □ □□. □□□, □□□□ □□□ □□ □□□ □□□□□ □□□□□ □□. □□□ □□ □□ □□ □□ □□□ □□□ □□ □□□□ □□. □□□ □ □□ □□ □□ □□□. □□□ □□ □□□, □□□□□□□ □□□ □□ □□ □□□ □□□ □□ □□ □□□. □□□ □□□ □□ □□□□□□ □□ □□□ □□□□. □□□ □□□□□ □ (□□ □□ □□□□□ □□ □□ □□ □□□□□) □□□ □□ □□□□□, □□□ □□□□□ □□ □ □□ □□ □□□ □ □ □□ □□□. □ '□'□ □□□ □□□□□□ □□ □□□ □□□ □ □□□, □□□□□□ □□□□ □ □□□ □□□ □□ □□. □□□ '□'□□ □□ □□□ □□□ □□□, □□□ □□□ □□ □□□ □□ □□ □□□, '□□' □□□ □□□ □□□ □□□□, □□□ '□□'□ □□ □□□ □□ □ □□.

□□□ □□ '□□□ □□ □□'□□□ '□□ □□□ □□'□ □ □□. □□□ □□□ '□'□ □□□ □□□ □ □□ □□ '□□□□ □□'□ □□ □□□□. □□□□□□ □□□□, □□□□□□ □□□□, □□□□□□ □ □□□. □□□ □ □□□□ □□□ □□□□□, '□□'□ □□ □□□□ □□□, □ '□□'□ □□□ □□□ □□□□ '□' □□ □□□□ □□□.

‘□□□□ □□’□ □□ ‘□’□ □□□ □□□ □□□□□□ □□ □□□□, □□□□ □□ □□ □ □□□ □□ □□. ‘□□□□ □□’□ □□□□□ □□ □□□ □□□□, ‘□□□□’□ ‘□□’□ □□□□ □□□□. ‘□□’ □□□ □□□ □□□ □□□□ ‘□’ □□ □□□□□. □□□ □□□ □□□ □□ □□□ □ □ □□□□ □□□□ □□ □□□□ □□ □□□ □□ □□ □□ □□ □□□ □□□. □□□ □□ □□□ ‘□□’□ ‘□□’□ □ □□□□.

□□ □□ □□□□□ □□-□□□ □□□ □□ □□□□

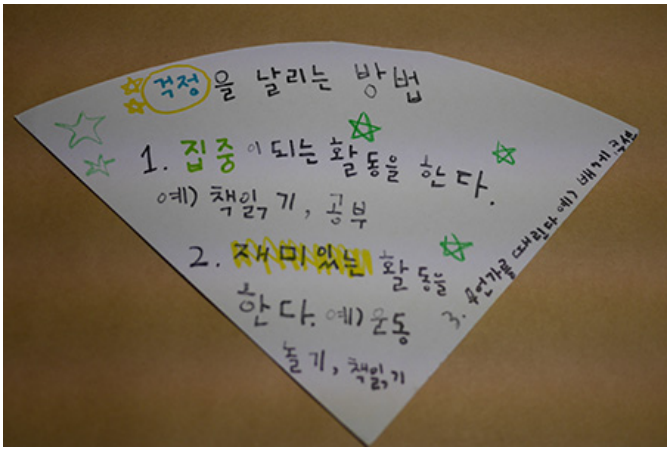
2018□ □□□ □□□□□□ □□□ □□□□ <□□ □□□ □□> (□□: □□□□□□□)

□□□□ □□□□ <□□□□>□ □□□ □□□ ‘2018□ □□□ □□□□□□ □□□ □□□□’□□ □□□□ □ □□□□□□□□ ‘□□ □□□ □□’□□ □□□□ □□□□□. □□□□ 2□ □ 2021□ 6□ □□□□□□□ □□□□, □□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□□ ‘□□□□’□□ □□□□ □□□□ □□. □□□□□ □□□ □□□□ □□□ □□□, □□□ □□□□ □□ □□□ □□□ □□□ □□ □□□ □□. □□□□ □□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□□ □□ □□□ □□ □□, □□□ □□□□ □□ □□ □□ □□□□ □ □ □□□□ □□ □□. □□□ □□□ □□ □□□□ □□ □□□□ □□□ □□□ □□ □□ □□□□, □□ □□ □□ □□□ □ □□ □□□ □□□ □□□□ □□□ □□ □□ □□□□.

□□□□ □□□□□, □□□ □□□ □□ □□ ‘□□’□ ‘□□’□ □□□□, □□□□ □ □□□ □□□□□ □ □□ □□□□ □ □ □□□ □□□. □□□ □□□ □□□ □□□ □□□□□□ □□□. ‘□□□□’□□ ‘□□’□ ‘□□’□ □□ ‘□’□ □□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□, ‘□□’□ ‘□□’□ □□ □□ □□□□ □.

2021 □□□□□□□□□□□□□ <□□□□ □□ □□>
(□□: □□□□-□, □□□-□)

<□□□□□>□ □□□□ □□□ □□□ □□□□ □□ □□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□. □□□ □ □□ □□ □□□□ □□□, □□□ □□□ □□□□ □ □□□□ □□□, □□□ □□□ □□ □□ □□ □□□ □□. □□□ □ □□□ '□□□ □□ □ □□ □□□ □□□□, □□□□□ □□ □□□□□ □□□ □□ □□ □?'□□. □□□□ □□, □□, □□, □□□ □□□□□□ □□□□, □□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□ □ □□□ □□□ □□ □□□□ □□□ □□□. □□□□□ □□ □□□□ '□□'□□ □□□ □□□ □□□ □□ □□ □□. □□ □□□ □□ □□□ □□ □□□ □□ □□. □□ □□□ □□□, □□□ '□□'□□. '□□ □□'□ '□□□□'□ □□ □□ □□□ □□□, □□ □□□(□□□□ □□ □□□ □□□)□ □□ □□□□ □ □□□, □□□ □□□ '□□'□ □□□ □ '□□'□ □□□□□. □□□□ '□□'□ □□□ □□□ □□□, □□□ □□□□□ □□ □□ □□, □□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□□. □□□□ □□□□□ □□ '□□' □□□ □□ □□ '□□'□ □□□□□ □□□. '□□□□□ □□□□ □□'□ □□□□□ □□□□.


걱정을 날리는 방법
1. 집중이 되는 활동을 한다.
예) 책읽기, 공부
2. 재미있는 활동을
한다. 예) 운동
놀기, 책읽기

친구와 싸웠을 때

□□□□ □□-□□□ □□□ □□(□), □□□□(□)
2021 □□□ □□□□□□□□ <□□□□> (□□: □□□□□□□□)

□□□ □□□□ □□□ □□□, □□□ □□□□ □□□ □□□□ □□ □□□. □□□ □□□ □□□□ □□□□ □□ □ □□. □□□ □□□□ □□□ □□ □□ □□□, □□□ □□□ □□□□□ □□ □□□ □□□ □□□. □□□□ □□□ '□□' □□ □□□ '□□'□□ □□□ □□□ □□□ □□□ □ □□.

□□□(□□□, Jo Wonseok)

□□□□□ □□□ □□(1998). □□ □□□ □□□□□□□ □□□ □□□□ <□□ □□□ □□> □□(□□□□ □□□, 2018). □□□ □□ □□ □□ □□ □□□□ <□□□□□□ □□□ □□ □□□□□> □□(□□□□ □□, 2020). □□□ □□□□□□□□ <□□□ □□□□ □□□□ '□□'> □□·□□(2020~2021). □□□□ <□□□□> □□/□□. □□□□□□□□(□□□□□□□, 2021).