

## 登場人物の紹介 先生の助っ人

### しん博士

世界的に有名な心理学者  
子どもが大好き  
今まで子どもの問題をたくさん解決してきた



### ひなちゃん

一か月前に自然災害を経験。大地震と津波  
それ以降、また地震が来るのではないかと心配  
元気を装っているけど、本当は不安でしかたがない



### ゆうきくん

一か月前に暴力を受け大けがもした  
その時のこと夢で見て眠れなくなったり、  
それ以降、身体がだるく、いらいらしやすしいし、  
やる気がでない



### げんきくん

1年前に公園で遊んでいる時に家が火事になる  
大切なものをすべて失って心に穴があいたような  
状態。何もやる気がなくなり、元気がでなくなった



なんらかの大変な出来事があった後に、この人たちみたいに一時的にとても元気がなくなってしまふことはある。それは当然なこと。ここまで大きなことを経験しなくても日常的に不安になったり、心配なことがあったり、イライラすることはある。そのような気持ちとうまく付き合っ、気持ちを落ち着かせることができるようになる方法を練習していく。(というような感じで授業につなげてみてください。)