

## 「あるるくんのぼうし」の使用について

この絵本（紙芝居）は、東日本大震災における喪失をテーマに、子どもの心身の様子の変化、その変化への対応について描いています。小さな子どもたちにも興味を持ってもらえるように、そして理解してもらえるように、比喻を使ったストーリーで温かい雰囲気にしてあります。あとがきには、子どもの心の変化と対応についても簡単にまとめてあります。学校における心理教育授業の導入として、また不安を抱える子どもを持つ保護者の方が心のケアについて理解していただくものとして、利用できると思います。

### 留意点

「地震・津波」を想起させる場面が含まれています。時間の経過と共に、「地震・津波」のことを回避するのではなく、安心して安全な場所で話しができ、感情を表わせるようになっていくことが大切です。想起させた後は、子どもが不安を口にしたりすることがあるかもしれません。しかし、その過程が心の安定への第一歩となります。子どもの様子をよく見守り、不安な気持ちを受け止めてあげてください。子どもの状態により、まだ想起させないほうがよい場合には、「地震・津波」が出てくるページを抜いて、ご使用ください。

### 使用法

紙芝居にする場合は、A4 や A3 の用紙に拡大して印刷してください。厚紙に印刷すると、より使いやすくなります。

絵本にする場合には、お好みの大きさに両面に印刷していき、ダンボールを切って表紙と裏を作り、左端に穴を開けて紐で閉じると、簡単に温かみのある絵本ができます。

### 活用例 一小学校における心理教育授業一

ねらい：怖いことや悲しいことがあったときに、気持ちや身体はどうなるのかを知り、どのように対応すればよいのかを学ぶ。

学習過程：ねらいを簡単な言葉で伝え、「あるるくんのぼうし」の読み聞かせを行う。その後に、「くま先生が教えてくれた元気になる体操をみんなでやってみよう」と教示し、筋弛緩法と呼吸法を教える。学年によっては、「あるるくん」がどうして元気に遊べるようになったのかを子どもたちに考えてもらう。最後に、振り返りの感想を書いてもらい終了する。