

学部：小学部

教科・領域：自立活動（心理的安定）

対象児童生徒の実態：物事を0か100かでとらえる。自分以外の考えを受け止められない

教材名：見る目をかえる 自分をはげます かえるカード ※市販品

教材の説明：

カードの表と裏に同じ事柄についてプラスとマイナスの言葉が書いてあります。「リフレーミング」といって、子どもたちのマイナスの見方を、視点をかえて、プラスの見方にする練習に使います。子どもが気に入っていきそうな裏面のマイナスのカードを見えるようにしておき、子どもがそのカードの表面を見て、自分で「まんざらでもない」と思えるような使い方もできます。



(tobiraco より)

同じようなりフレーミングの教材として、「短所を長所に変えたいやき」という、こちらも表面裏面で長所と短所を言い換えたカードや、『ネガポ辞典』というネガティブな内容をポジティブに言い換える辞典（書籍とアプリ）もあります。

