

百舌の巣

発達障害と感覚過敏が満載な
僕の頭の中

もくじ

プロローグ ほんの少しだけ、お互いのことを知るだけでいい … 4

第1章 発達障害と感覚過敏が満載な僕の頭の中

- 1 感覚過敏について、その前に … 12
- 2 視覚の過敏 集合写真で笑えなくて … 19
- 3 聴覚の過敏 … 27
- 4 触覚の過敏 … 36
- 5 嗅覚の過敏 … 43
- 6 味覚の過敏、その他の問題 … 50
- 7 こだわりの話 … 57

第2章 特性にどう対処しているか

- 1 対処に理由はいらない … 66
- 2 朝ご飯は真つ暗問題 … 73
- 3 生きていくためにやるべきこと問題 … 80
- 4 人としてちゃんと生きるための4つのこと … 87

- 5 不登園問題 … 95
- 6 「ご飯は美味しく食べよう」問題 … 103
- 7 会話すること難しすぎる問題 … 110
- 8 表現者じゃなきゃいけない問題 … 117
- 9 「読みがらみ」と「使うがらみ」の問題 … 124
- 10 合理的配慮の問題 … 131
- 11 サポートブック … 138
- 12 補助器具は絶対に必要問題 … 146

第3章 「百舌の樂」が始まるまで

- 1 ツウキユウって何? … 154
- 2 当事者の心の傷と「寄り添う」ということ … 161
- 3 自分を許すということ … 169
- エピローグ この世界、それはスペクトラム。 … 176