

目次

はじめに 2

第1章 子どもの世界を知りたいあなたへ 15

子どもはみんな、それぞれのたねを持って生まれてくる?!

子どもには育つ力がある

短所だと思えること、見方を変えれば長所になるよ

第2章 発達障害の種類について知りたいあなたへ 27

こだわりのマイペースさん（自閉スペクトラム症）

てっぼうだま・うっかり・あわてんぼさん（注意欠如・多動症）

33 28

22 19 16

学び方が少数派さん(学習障害)	37
ゆっくりさん(知的障害)	41

第3章 発達障害の世界をもっと知りたいあなたへ 45

発達障害は特別な世界?!	46
発達にはみんな凸凹がある?!	49
発達障害は凸凹の差が大きいところがあるだけ?!	51
発達障害は左利きのようなもの?!	53
アンテナの数と感度が違うだけ?!	57
発達障害といってもいろいろな子がいる理由?!	60
心を落ち着かせるときに使う脳の場所が違う?!	63
診断名は必要?!	66
薬って必要?!	71
感覚過敏って何?!	74
障害はその子のすべてじゃない	79
しょうがいくんは目玉おやじに?!	82

第4章 発達障害ただこれだけポイント 85

「こだわること」それ自体は悪いことじゃない

本音99%なだけかも?!

あなたとは違う当たり前なだけかも?!

「できる」と「できない」の間にあるもの

自分のトリセツを話せる子に

86 89 93 96 99

第5章 今よりもっと笑える子育てをしたいあなたへ

105

おしゃべりママは子育て上手?!

子どものタイミングでいこう

1週間で平均60点をはなまる育児にしよう?!

「やっちゃまった」ときは、消しゴムで消してもらおう

イライラは自己分析して3つのアイテムをゲットしておこう

イライラを視える化しちゃう

イライラしたら宣言しちゃおう!

106 109 112 115 118 120 123

第6章

発達障害の子どもをもっと好きになりたいあなたへ

141

アイメッセージでいこう！

子どもが0歳ならママも0歳

チューリップは春に咲きひまわりは夏に咲く？！

迷ったときは笑えるほうを選ぼう！！

子どものイライラやパニックはキャラ化しちゃおう！！

子どものイライラやパニックは、引き出しを増やすチャンス

パニックは起こさないようになることが目標じゃない

実は、空気は読めすぎているのかも？

問題行動と呼ばれていることにヒントがあるかも

「できた」 Ⅱ 「克服した」じゃないかもしれない

風邪を引いたママが嫌い？！

できることは手伝っちゃえ！！

できないことは時間外にしよう！！

172 169 164 161 157 153 148 145 142

137 133 130 126

ママを選んで生まれてきたよ

175