



超実践！発達障害 “困りごと”とのつきあい方(仮)

総合 4月30日(月・祝) 午前8:15~9:59 <生放送>

小中学生の15人に1人にその可能性があると言われる発達障害は、身体障害と違い「見えにくい障害」とされている。生まれつき多くの「困りごと」を抱えているのに、周囲から「怠けている」「自分勝手」などと誤解されることが少なくない。例えば、多くの人にとっては何でもない日常空間が、発達障害の人には耐えられないほどまぶしく見えて体調を崩したり、小さな物音が大量に聞こえてパニックになることもある。

NHKでは、去年5月から10の番組が連携して「発達障害プロジェクト」をスタート。「感覚が過敏」「片付けが極端に苦手」「感情のコントロールができない」など、発達障害ならではの困りごとに対し、特設ホームページで解決策を募集したところ、当事者や家族から4000通を超える体験談が寄せられた。

新年度の生活が始まり、不安が多くなるこの時期。番組では、寄せられた声の中から対処法を厳選し、多くが悩んでいた「感覚過敏」「忘れ物・片付けが苦手」「読み書き計算が苦手」「コミュニケーション」という4つのテーマで、発達障害の当事者はもちろん、家族やその周囲がすぐに実践できる「対処法」「周囲への助けの求め方」をできるだけ具体的に伝えていく。

さらに、「困りごと」「周囲の無理解」からどうやって人生を好転させたのか、その転機となった方法や出会いを描くほか、発達障害の当事者を10数人スタジオに招き、一人ひとり微妙に異なる困りごとに対する解決策をトーク。視聴者からのメール・FAXとともに「どうすれば困りごとを解決できるか」「どうすれば人生楽しくなるか」を議論していく。



読み書きが極端に苦手な発達障害(学習障害)の男子の指導



忘れ物が極端に多い発達障害(ADHD)の女性の対策(todoリストを付箋に書き、付箋の存在を忘れないよう、スマホ画面に貼る)