

あたたかく見守ってください

# ビツクリしないで。

## 知ろう わかろう！ 自閉症の特性

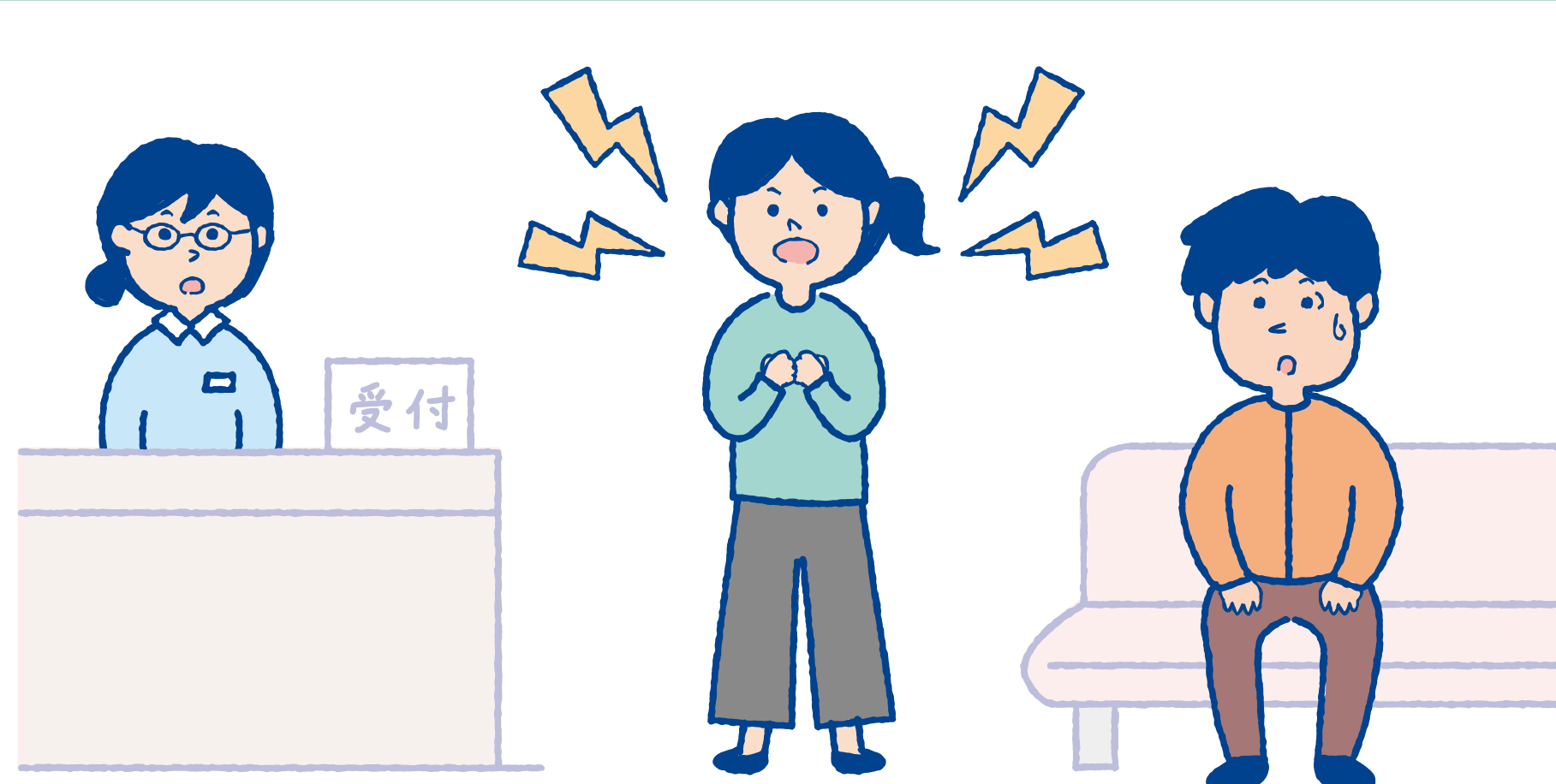
### ひとりごと

声に出すことで自分の考えを整理したり、ストレスの高まりを鎮めたり、お気に入りのフレーズを繰り返すことで安心します。



### 大きな声

過剰な刺激に対する反応や不快感から大きな声を出すことがあります。自分の声の大きさを調整するのが苦手な人もいます。



### 一方通行の会話

相手の立場に立って考えることや、その場の雰囲気を読むことが苦手です。



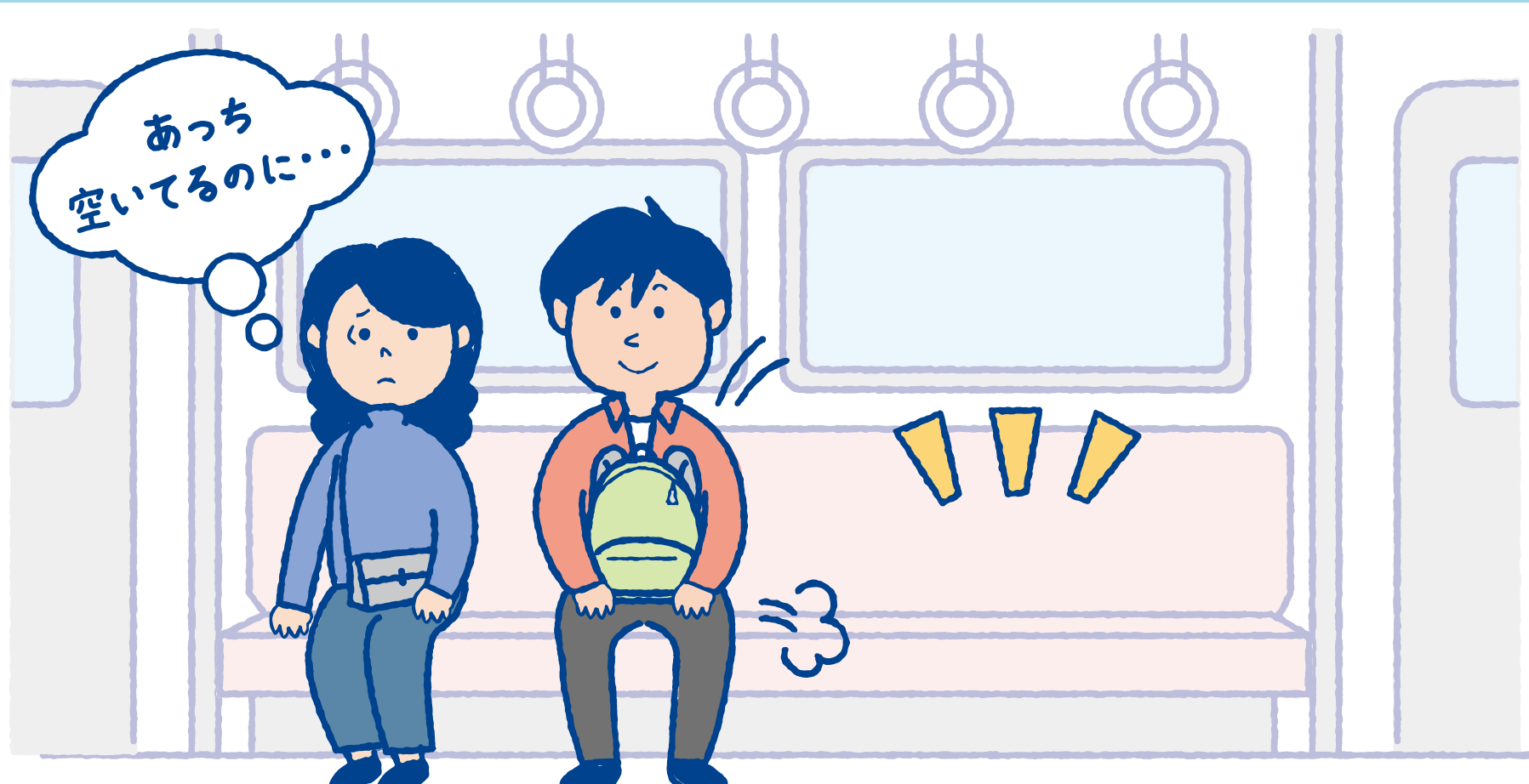
### 耳をふさぐ

不快な音の刺激を和らげ、自分を落ち着かせるため耳をふさいだりすることがあります。聴覚過敏も自閉症の特性です。



### 場所や手順にこだわる

変化に対して不安や抵抗を感じることもあるため、慣れ親しんだ場所や手順に安心感を得ます。



### 同じ動きを繰り返す

緊張や不安を解消したり、感覚刺激を求めるために、何度も飛び跳ねたり体を揺らしたりすることがあります。

