保存版

いじめのサイン 発見シート

監修 森田洋司 氏　大阪市立大学名誉教授 / いじめ防止基本方針策定協議会座長

多くの子どもたちが、だれにも相談できずにいる「いじめのこと」。
言葉では伝えられなくても、「いじめ」があれば毎日の生活の中に、
これまでとちがった行動や態度などが現れます。「いじめのサイン
発見シート」を使ってふだんの生活とのちがいを確認してください。

朝（登校前）

※チェック欄は2回、もしくは2人で出来るように2つあります。

- □□ 朝起きてこない。布団からなかなか出てこない。
- □□ 朝になると体の具合が悪いと言い、学校を休みたがる。
- □□ 遅刻や早退がふえた。
- □□ 食欲がなくなったり、だまって食べるようになる。

夕（下校後）

- □□ ケータイ電話やメールの着信音におびえる。
- □□ 勉強しなくなる。集中力がない。
- □□ 家からお金を持ち出したり、必要以上のお金をほしがる。
- □□ 遊びのなかで、笑われたり、からかわれたり、命令されている。
- □□ 親しい友達が遊びに来ない、遊びに行かない。

夜間（就寝後）

- □□ 寝つきが悪かったり、夜眠れなかったりする日が続く。
- □□ 学校で使う物や持ち物がなくなったり、こわれている。
- □□ 教科書やノートにいやがらせのラクガキをされたり、やぶられたりしている。
- □□ 服がよごれていたり、やぶれていたりする。

夜（就寝前）

- □□ 表情が暗く、家族との会話も少なくなった。
- □□ ささいなことでイライラしたり、物にあたったりする。
- □□ 学校や友達の話題がへった。
- □□ 自分の部屋に閉じこもる時間がふえた。
- □□ パソコンやスマホをいつも気にしている。
- □□ 理由をはっきり言わないアザやキズアトがある。

■「いじめ」をしていませんか？

いじめる側になっていると、
次のようなサインが出ていることがあります。

- □□ 言葉づかいが荒くなる。言うことをきかない。人のことをばかにする。
- □□ 買ったおぼえのない物を持っている。
- □□ 与えたお金以上のものを持っている。おこづかいでは買えないものを持っている。

クラス替えなど環境の変化には特に注意が必要です。

4月はクラス替えで新しい友達ができるなど、子どもにとって環境の大きく変わる月です。学校生活を楽しく過ごせる友達ができるかどうか、注意して見守る必要があります。また、転校などのタイミングにも注意してください。

休み明けの変化を見逃さないようにしましょう。

夏・冬休みの終わりごろから新学期が始まる時期に、登校をいやがったり、元気がなくなったりしていないか、子どものようすの変化に注意する必要があります。日曜日から月曜日にかけても同じです。

※チェック項目は参考例です。お子さまやご家族の実態に合わせて、ご活用下さい。

「あれ？」もしかしてと思ったら・・・

- 子どもにとって良き相談相手になってあげましょう。気持ちを受け入れてあげることが大切です。
- ようすがおかしくても、問いつめたり、結論を急いだりしないようにしましょう。
- 何があっても「守り抜く」「必ず助ける」ことを真剣に伝えましょう。
- いじめている人が悪く、いじめられている人は悪くないと伝えましょう。
- 子どもに次のようなことは言わないようにしましょう。
  「無視しなさい」「大したことではない」「あなたにも悪いところがある」「いじめられるほうが悪い」「弱いからいじめられる」

ご家族だけで悩まずに、心配なことは学校へ相談しましょう。

相談窓口　24時間いじめ相談ダイヤル　**0570-0-78310（なやみ言おう）**
24時間全国どこからでも悩みを相談することができます。

政府広報オンライン特集ページ　http://www.gov-online.go.jp/tokusyu/ijime/

政府広報｜文部科学省