

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会長

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。集中力が無い。
- 家からお金を持ち出したり、必要以上のお金をぼしがる。
- 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？

いじめの側になっていると、次のようなサインが出ることがあります。

- 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。
- ようずがおかしくても、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時間子供SOSダイヤル** なやみいおう

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。 **0120-0-78310**

☆平成28年4月より、通話料が無料になりました。