

いじめのサインチェックシート【家庭用】

家族に心配をかけたくないという思いから、自分からいじめられていることを打ち明けられないお子さんが多いと思われます。しかし、必ずといってよいほど兆候がみられます。

一つでもチェックがついたら、お子さんの様子をよく見てあげたり、会話を心掛けてあげてください。そして、気になることがあれば、学校に相談してください。

【登校するまでのようす】

- 寝つきが悪く、眠れない日が続く、朝起きてこない。布団からなかなか出てこない。
- 食欲がなく、黙って食べるようになる。
- 疲れた表情をしている。ぼんやりしている。ふさぎこんでいる。
- 登校時間が近づくと、頭痛や腹痛、吐き気など体調不良を訴え、登校を渋る。
- 友達と一緒に登校しなくなったり、遠回りをしたりして登校するようになる。
- 途中で、家に帰ってくる。

【日常生活の変化】

- 服の汚れや破れ、身体にあざやすり傷があっても理由を言わない。
- 表情が暗く、些細なことでもイライラする。
- すぐに自分の部屋に駆け込み、出てこない。自分の部屋での時間が増えた。
- 帰宅時間が遅くなっている。
- 連絡がつかなくなる。(電話連絡がとれない)
- お金の使い方が荒くなったり、無断で家から持ち出すようになったりする。
- 成績が下がり、文字の筆圧が弱くなる。
- 食欲がなくなり、ため息をつくことが多くなる。なかなか寝つけない。
- 私物がなくなったり、壊れていたりしている。落書きがある。
- 買い与えていないものを持っている。

【友人関係の変化】

- 遊んでいるときに、友達から横柄な態度をとられている。友達に横柄な態度をとる。
- 友達の話をしなくなったり、いつも遊んでいた友達と遊ばなくなったりする。
- 友達から頻繁に連絡がくるようになったり、外出が増えたりする。
- スマホやSNSをよく気にするようになる。
- 遊びの中で、笑われたり、からかわれたり、命令されたりしている。

【家族との関係の変化】

- 親と視線を合わさないようになる。
- 家族と話をしなくなる。学校の話をしなくなるようになる。
- 弟や妹、ペットに乱暴な態度をとるようになる。

※各項目は、思春期の多くの子どもにも表れる可能性があります。大切なことは、「子どもの変化を見逃さないこと」と「子どもと過ごして、話をする時間をつくること」です。