

第二段階

いじめられている可能性を疑い、学校に相談しましょう

- ☐ 「ってきます」「ただいま」を言わなくなる
- ☐ 気分の浮き沈みが激しくなる
- ☐ 弟、妹にあたるが増える
- ☐ 理由もなくイライラしている
- ☐ 食欲がなくなり、家族と一緒に食事をしなくなる
- ☐ 成績やテスト結果が急に下がる
- ☐ 制服や衣服の汚れが著しい
- ☐ 物がなくなる理由を聞いても「分からない」と反発する
- ☐ 学校のことを詳しく、具体的に聞こうとすると怒る
- ☐ メールやブログ等、携帯電話を見ようとしなくなる
- ☐ 携帯電話を家族に触れさせないようにする
- ☐ イタズラ電話がよくかかってくるようになる
- ☐ ちょっとした音に敏感になる
- ☐ 友人からの電話に「どきっ」とした様子を見せる
- ☐ 親に聞かれないようにひそひそ電話が多くなる
- ☐ 学校や友だちの話題を避けるようになる
- ☐ 持ち物（教科書、筆箱等）への落書きがある
- ☐ 衣服、制服、靴などを親の知らないところで自分で洗う
- ☐ 原因不明の頭痛、腹痛、吐き気、食欲低下、痩せ等の身体症状が見られる
- ☐ 登校をしぶる
- ☐ 身体を見せたがらない
- ☐ 外に出たがらない。外に出たときに周囲を気にしている

第三段階

学校と連絡を取り合って対応しましょう

- ☐ 急に誰かを罵ったりする
- ☐ かばんの中に「死ね」、「バカ」などの手紙や紙きれがある
- ☐ 身体（見えない部分）に理由のはっきりしない傷跡があり、隠そうとする
- ☐ 身体にマジックによるいたずら書きがある
- ☐ 急に友だち関係が変わる
- ☐ 友だちから頻繁に呼び出される
- ☐ 学校と家庭で話す内容に食い違いがある
- ☐ 悪夢を見ているようで夜中に起きることがある
- ☐ 部活動を休むことが多くなり、急にやめると言い出す
- ☐ 学校を転校したいとか、やめたいと言い出す
- ☐ 金遣いが荒くなったり、親の金を持ち出したりするようになる
- ☐ 以前では考えられないような非行行動が見られる（万引き等）
- ☐ 自傷行為（リストカット等）に及ぶことがある
- ☐ 日記等に「死」をほのめかすような文言が見られる