



检查发现欺辱信号的自检单（家长用）



在每天的生活中，以往是否出现过如下行动或态度，请查查看吧。

※请根据孩子的表象选择并在方块检查字符中画勾☑。

○您的孩子是否受到了「欺辱」？

- 早晨（到校前）
☐ 早晨不起床。一直在被窝里不起来。
☐ 一到早晨就说「身体不舒服」，不想去学校上学。
☐ 与学校联络后马上表现出心情平静踏实。
☐ 迟到或早退增加。
☐ 没有食欲，闷声吃饭。

- 傍晚（放学后）
☐ 不学习。精神不集中。
☐ 拿钱外出，而且还需要更多的钱。
☐ 玩儿的时候，被嘲笑、被戏弄、被命令等。
☐ 没有朋友来玩儿，也不出去玩儿。
☐ 交友关系发生了变化。
☐ 害怕电话铃声和短信声。

- 晚上（睡觉前）
☐ 表情阴郁，很少与家人说话。
☐ 对家人耍态度。言行粗暴和过分。
☐ 在琐碎的事情上表现出焦躁，撞击物品。
☐ 在学校和同学们的话题减少了。
☐ 把自己关闭在房间里的时间增多了。
☐ 出现不明理由的青斑、红斑或伤痕。
☐ 讨厌他人触碰自己的物品。
☐ 对智能手机和电脑（含在线游戏）非常上心。

- 夜间（睡觉后）
☐ 持续出现难以入睡，睡不着的日子。
☐ 丢失或弄坏在学校使用的物品或需要带到学校的物品。
☐ 弄坏课本、笔记本或在课本或笔记本上故意乱写乱画。
☐ 弄脏衣服、弄坏衣服。
☐ 一了解智能手机和在线游戏事情就恶语相向或删除痕迹。

○您的孩子在「欺负」他人吗？

- * 一旦成为欺辱人方，就会出现以下各种情况。
☐ 语言变得恶毒。不听话。干糊涂事。
☐ 交友关系发生了变化。
☐ 有买的不明物品。
☐ 有与家人给的钱数不相符的物品。有用零花钱买不了的物品。

※上述检查项目参考了政府宣传报导／文部科学省「いじめのサイン発見シート」的资料。