Check sheet sa pagtuklas ng mga signs ng bullying (para sa magulang)

Sa pang-araw-araw na pamumuhay, pakiramdaman kung may kakaibang kinikilos at kakaibang saloobin ang inyong anak.

※Lagyan ng check ☑ kung may naangkop sa mga sumusunod sa inyong anak.

○Ang inyo bang anak ay nagiging biktima ng (bullying) ?

umaga (bago pumasok)

☐mahirap gisingin sa umaga. Ayaw tumayo sa higaan.
☐kada umaga nagsasabi ng「masama ang pakiramdam」at ayaw pumasok sa school
☐kapag nakatawag na hindi papasok, biglang magiging maayos at parang nakahinga ng maluwag
☐dumadami ang pagiging late at pag-uwi ng maaga
☐nawawalan ng ganang kumain at kumakain ng hindi nagsasalita

hapon) (pagkagaling sa school)

☐hindi nag-aaral at hindi makapag concentrate
☐naglalabas ng pera galing sa bahay at humihingi ng pera na labis sa kailangan
☐pinagtatawanan, naloloko at inuutusan habang naglalaro
☐hindi nakikipaglaro ang malalapit na kaibigan at hindi rin umaalis upang makipaglaro
☐nabago ang pakikipagkaibigan
☐natatakot sa tunog ng telepono at email

gabi (bago matulog)

☐madilim ang ekpresyon ng mukha at hindi na masyado nakikipag-usap sa pamilya
☐nagiging paladabog sa pamilya at nagigig bastos ang pananalita
☐madaling magalit sa malilit na bagay at nagdadabog
☐nabawasan ang mga kuwento tungkol sa school at kaibigan
☐dumadami ang oras na ginugugol sa loob ng sariling kuwarto
☐mayroong mga pasa at sugat na hindi masabi ang dahilan.
☐nagagalit kapag hinawakan ang sariling mga gamit
☐laging napapansin ang smart phone o PC (kasama na din ang online game)

hating gabi (pagkatapos matulog)

☐hindi makatulog at may sunod-sunod na araw na hindi makatulog
☐nawawala at nasisira ang mga gamit sa school
☐may mga gure at punit sa mga textbooks at notebook
☐may mga dumi at sira sa damit
☐ kung titingnan ang smart phone at online game, may mga masasamang salita at mga naburang ebidensya

○Hindi ba nangbu-bully ang inyong anak (perpetrator)？

＊Ang mga sumusunod ay mga signs ng pagiging perpetrator.

☐bastos ang pananalita, hindi marunong makinig at ginagawang katawa-tawa ang kapwa
☐nabago ang pakikipagkaibigan
☐nagkakaroon ng mga gamit na hindi naman binili
☐may mga gamit na hindi kayang bilhin sa ibinibigay na pera o baon.

※Ginamit na references para sa check sheet items ang 「いじめのサイン発見シート」ng Public Relations ng Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology