

ストップ! いじめ 家庭でできること

～思いやりの心と生きる力を育てよう～

いじめに苦しむ子どもたちに、私たちは何ができるでしょうか？
いっしょに考えてみませんか、いじめのことを。



石川県PTA連合会

平成25年10月発行

保存版

どの子もいじめと無縁ではありません

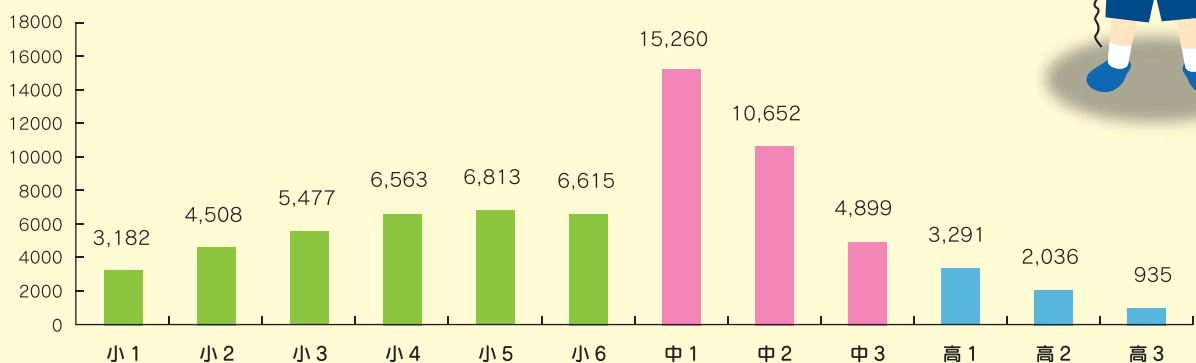
「うちの子は低学年だからだいじょうぶ」……
 「わたしたちの学校はいじめなんて関係ないわ」……
 そんな思い込みが、いじめに気付かなくしています。
 いじめはいつでも、どこでも起こりうるのです。
 ネットやメールなど「見えないいじめ」も広がっています。



いじめとは「一定の人間関係のある者から、
 心理的、物理的攻撃を受けたことにより、
 精神的な苦痛を感じているもの」
 ※いじめを受けた側に立って判断されます。

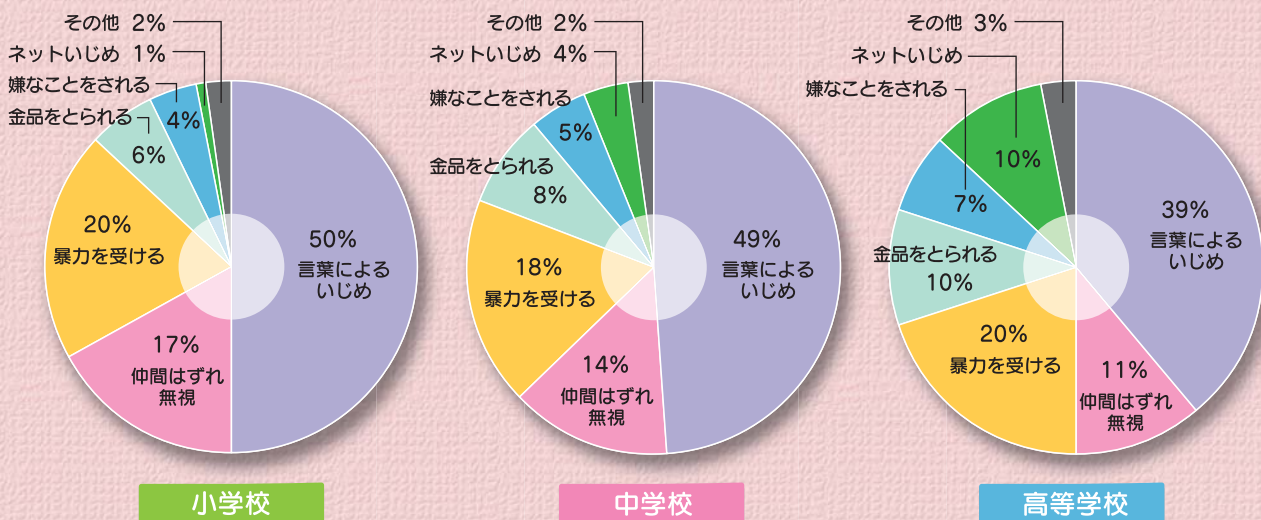


学年別いじめの認知件数 (平成 23年度文科省の調査結果より)



◆いじめは中学校 1 年生で最も多い傾向にあります。小学校低学年や中学校 3 年生でも、いじめの認知件数は少なくありません。地域によって多少の差は見られますが、いじめはどこの地域でも認知されています。

いじめの態様 (平成 23年度文科省の調査結果より)



◆言葉によるいじめが最も多くなっていますが、仲間はずれや無視、暴力や金品を取られるといういじめも少なくありません。
 ◆パソコンやケータイによるネットいじめが、学年が上がるにつれて増える傾向にあります。たとえ件数が少なくても、不特定多数の中傷にさらされるため、被害者は大きな痛手をこうむります。

※文科省の調査は複数回答方式なので、一件のいじめでもいくつもの態様が報告されています。上記のグラフはいじめ態様の総数に占める割合を表しています。

いじめから子どもを守るために

もしかしたらいじめでは？そんな予感が頭をよぎった経験はありませんか。
あなたの予感や気付きはいじめから子どもを守る糸口になります。

◆見過ごさない

「もしかしていじめかも？」と思いながら、問題を見過ごしてしまった例が少なくありません。それはいじめる側が「冗談」や「遊び」に転化したり、いじめられている子が「大丈夫」とか「心配ない」と軽微に見せかけたりするからです。「いじめは笑いに隠される」と言われるように、表面だけでは分かりません。

◆抱え込まない

いじめかもしれないと思ったら、ためらわず学校に連絡しましょう。

あなたの学校の電話番号は



「学校へ電話するほどでも……」と迷った場合などは、別の相談機関へ相談してみる方法もあります。専門の相談員が対応してくれます。アドバイスを聞いてから、学校へ連絡するのもよいでしょう。

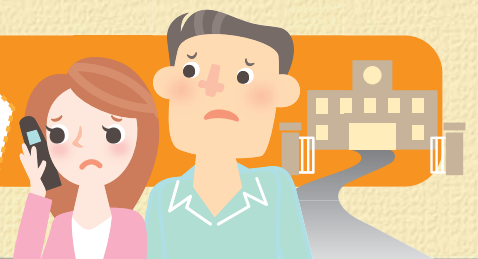
相談機関の連絡先は

相談機関	受付時間	電話番号
24 時間いじめ相談テレホン	24 時間受付	076-298-1699
石川県こころの健康センター	8:30 ~ 17:15	076-238-5761
石川県家庭教育電話相談	9:00 ~ 17:00	076-263-1188
石川県中央児童相談所	8:30 ~ 17:45	076-223-9553
石川県七尾児童相談所	8:30 ~ 17:45	0767-53-0811
子どもの人権110番	8:30 ~ 17:45	0120-007-110
小立野青少年相談室	9:00 ~ 16:00	076-231-1603
いじめ110番	24 時間受付	0120-617-867
金沢こころの電話 (月~金)	18:00 ~ 23:00	076-222-7556
〃 (土)	15:00 ~ 23:00	
〃 (日)	9:00 ~ 23:00	
チャイルドラインいしかわ (月~土) (子ども専用)	16:00 ~ 21:00	0120-99-7777

* 上記の他に各市町の教育相談センターや青少年育成センターでも相談にのってくれます。
* 相談した内容については秘密が守られます。

とにかく一人で抱え込んでしまわないことが大切です。

もしもし…
子どものことで
相談したいことが
あるのですが…



◆子どもの気持ちに寄り添う

子どもが話すまで待つことが大切です。真相を明らかにしようとするあまり、いじめの話を無理強いしないようにしましょう。いじめを大人に話すことはとても勇気のいることなのです。

子どもが話しかけてきたら、しっかり耳を傾けましょう。親の考え方や価値観を押し付けるのは、問題の解決につながりません。なにより大切なのは、つらい子どもの気持ちに寄り添うことです。

あのね…、
今日学校でイヤな
ことがあったの。

あら、どんなこと？
… そうだったの。



◆学校と力を合わせる

わが子がいじめられていると分かったら、家族と相談し、学校の力を借りましょう。相談にきちんと向き合い、解決のための行動を起こしてくれます。

学校で起きたいじめは、学校の力を借りなければ解決できません。

※学校に相談するとき「いじめ」という言葉をストレートに使うのではなく、「うちの子はこんないやな思いをしている」「こんなことをされている」など、事実を伝えるとよいでしょう。

(「いじめのない学校といじめっ子にしない子育て」尾木直樹著 ほんの木出版より)

※学校には「いじめ対応アドバイザー」制度があります。事態に応じて臨床心理士や警察OBの方が学校と共に問題解決にあたってくれます。

◆何があっても子どもの味方

いじめの被害にあった子は、とても傷ついています。家族はどんなことがあっても味方だよ。何があってもあなたを守り抜くよという姿勢でメッセージを送り続けることが大切です。いじめられる側にも問題があるというのは、あやまった考え方です。



解決のために避けたい対応 5つのこと

1. 「それくらい」と、いじめっ子の行動を軽く見たり、「きっと理由があったんだよ」と理屈をつけていじめを正当化したりするのはやめましょう。子どもを孤立させてしまいます。
2. 子どもの代わりにしゃしゃり出ることは賢明ではありません。「自分はやはりだめなんだ」と無力感を抱かせる心配があります。子どもや先生と正しい解決の方法を探ることが大切です。
3. 「いじめっ子を相手にしないように」と言うのも正しい方法ではありません。差し迫った危険を避けることは大切ですが、結局は「いじめっ子の影におびえている」と言うに等しいからです。
4. 子どもに向かって「やり返せ」と言うのはやめましょう。毅然と対応することとやり返すことは違います。いじめられていた子が、いじめっ子になる例は珍しくありません。
5. 親として単独でいじめっ子やいじめっ子の親と対決してはなりません。感情のもつれがかえって解決を難しくする場合があります。心ある第三者の力を借りましょう。



いじめをなくす家庭教育

大人の言動が知らないうちに子どもたちに影響を与えているかもしれません。いじめをなくすためには、子どもとどのようにかかわればよいのでしょうか。

スゴイじゃないか！

◆子どもが自信を持てるように

自分に自信のある子や自分のよさに気づいている子はめったにいじめをしません。日常的な営みや小さな体験の中で、ほめられたり、認められたり、達成できたりなどの実感の積み重ねが自信につながります。よいところを見つけてほめるようにしましょう。

ボク、できたよ！



◆子どもの気持ちを受け止めて

親や周りの大人に自分を受け入れてもらっている子は、めったにいじめをしません。もしいじめを見かけたとしても、きっと打ち明けたり、相談したりできるでしょう。理由も聞かずに一方的に叱ったり、親の考えを押し付けたりするのはなく、「あなたはどう思う？」「その時どう思ったの？」などと声をかけ、子どもの気持ちを受け止めるようにしましょう。

◆人の痛みが分かる子どもに

テレビゲームやパソコンなどの仮想空間は危険がいっぱいです。誰かを傷つけることに鈍感になり、痛みを想像する力が失われてしまうことがあります。自然体験や人間同士のふれあいを通して、人の痛みやつらい気持ちを想像できる力を育てましょう。

◆善悪をきちんと

「のろまなのでいじめた」と、いじめられる側に原因があるかのような言動をとる子がいます。いじめられていい子なんてひとりもいません。「自分はいじめに加わらなかった」といい逃げる子もいます。何が正しく、何が間違っているか、機会をとらえて子どもたちに言い聞かせましょう。時には厳しく叱ることも必要です。

◆夢や目標を持てるように

人は何かに向かって努力している時、誰かをいじめたいという気持ちは起きません。夢を叶えようとする前向きな心がいじめのようなマイナス行動にブレーキをかけるからです。子どもが夢や目標を持てるよう、大人が自分の体験を語ったり、いろいろな人と出会わせたりすることが大切です。また、子どもが夢中になれる居場所（スポーツや文化活動）を提供したりすることもよい方法です。

もしわが子がいじめをしていたら

- ◎ 冷静に、きちんと事実を受け止めましょう。それが、真の解決に至る正しい方法です。
- × 「それくらい・・・」といじめを矮小化したり、「うちの子だけが悪いわけでない」と言い訳したりするのはやめましょう。
- ◎ 子どもと向き合い、しっかり話を聞きましょう。
- × いきなり叱りつけると、子どもは心を閉ざしてしまいます。
- ◎ 子どもの話から、背景や理由も聞き逃さないようにしましょう。
- × 「なんで？」「どうして？」と無理に問いただすのは、逆効果です。
- ◎ 謝罪や償いなどは、学校と相談して対応しましょう。
- ◎ 子どもとコミュニケーションを取り、継続して見守るようにしましょう。
- ◎ 必要に応じてカウンセラーや相談機関の力を借ります。広い視野に立ったアドバイスが受けられます。子どもの心に寄り添い、大人の適切な関わりがあれば、必ずいじめをしない子に成長します。

まさか、うちの子が・・・
なんで？
どうして？

あわわ

あわわ

冷静に！

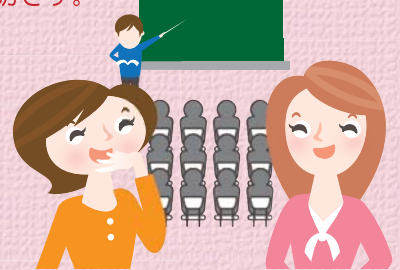


いじめをふせぐ架け橋として ～PTAができること～

当事者と学校、保護者同士、地域と学校など、人や機関をうまくつなぐことができれば、いじめの防止や早期解決に効果を発揮します。そのためにも会員がお互いに「架け橋」や「代弁者」の役割を担うことが大切です。

◆保護者同士がつながる

以前に比べ保護者同士の人間関係が希薄になっているのではという指摘があります。同じ学級の保護者が子どものことについて情報を共有し、つながりが深まることは、いじめの防止や早期発見にとっても有効です。保護者の絆を深めるためにも、学級懇談会や学校行事に積極的に参加しましょう。



◆学校とつながる

学校とのコミュニケーションを日頃から密にしておき、風通しのよい関係を築いておくことが大切です。双方が信頼関係で結ばれていれば、いじめの問題が起きた場合でも、より早く、よりスムーズな解決につながります。



◆地域とつながる

子どもも親も地域に守られているという実感が持てれば、安心して子育てができ、子どもは安全で温かい環境の中で成長していけます。学校と地域の架け橋となり、社会全体で子どもを育てる環境をつくりましょう。

「いじめない」子育てと教育のために、 家庭や地域で改めて考えたい9つのポイント

- 家庭が子どもにとって安心できる居場所になっているか
- いじめの加害者、被害者の家庭が地域で孤立していないか
- PTAと学校との関係、PTAと学校が子どもや親の味方になっているか
- 家族の関係が希薄になっていないか
- いじめを容認、助長するゲームソフトを乱用していないか
- ケータイやパソコンの無規律な使用を容認していないか
- 子どもを丸ごと受容できているか
- 子育てや教育、なんでも学校に頼りすぎではないか
- 家庭教育において母親まかせになっていないか

(「いじめのない学校といじめっ子にしない子育て」尾木直樹著
ほんの木社出版より一部改めて引用)



いじめを早期に発見するために

帰ったら、
学校のこと
いっぱい
話そうね！

◆日頃からコミュニケーションを

日頃から子どもと向き合い、コミュニケーションを図りましょう。あいさつを交わしたり、学校の話に触れたりすることから会話の糸口が見つかります。また、子どもの言動、態度、服装などに目を配ることで、いじめに気付くことがあります。

◆大人の目が行き届く家庭環境を

パソコンやケータイを部屋に持ち込み、大人の目が行き届かない状態は要注意です。ネットいじめが、子どもを苦しめているかもしれません。

◆親や大人同士のネットワークを

大人同士のネットワークが、人間関係のくずれやいじめに気付かせてくれます。同じ学級や同じ習い事をしている親同士、子ども会や地域スポーツの大人同士、そんな人間関係が隠れたいじめの発見につながります。



だれがいじめを発見したか？

◆「本人の保護者が発見した」	中学校：16.4%	
小学校：18.0%	◆「本人の保護者以外の保護者が発見した」	中学校：2.8%
小学校：3.3%	保護者の目がいじめの早期発見に重要な役割を果たしています。(平成23年度文科省調査)	

子どもたちはいろいろなサインを出しています。例えば・・・

いじめられている子が家庭で出すサイン

(石川県教育委員会の資料より)

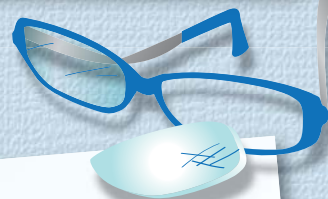
- 朝、起きられなかったり、頭痛や腹痛等を訴えたりする。
- 学校のことを話さなくなる。表情が暗くなり、口数が減る。
- 衣服の汚れや破れが見られたり、擦り傷やあざをつくって帰ってきたりする。
- 学用品や所持品が紛失したり、壊されたりしている。
- 教科書やノートに落書きをされたり、破られたりしている。
- 食欲が無くなったり、体重が減少したりする。
- 転校を口にししたり、学校を辞めたい等と言い出す。
- 言葉遣いが荒くなったり、親や兄弟姉妹等に反抗したり、八つ当たりしたりする。
- 部屋に閉じこもることが多く、ため息をついたり、涙を流したりする。
- 不審な電話や手紙(メール)が増える。逆に着信があってもすぐにケータイを見なくなる。
- 親しい友人が家にこなくなり、見かけない者がよく訪ねてくる。
- 学習時間が減ったり、宿題や課題をしなくなったりする。
- テレビゲームなどに熱中し、現実から逃避しようとする。

※上記はあくまでもサインの例で、すべてをあらわしているわけではありません。



いじめの痛みを考える

いじめを受けている子のつらさを自分の身に引き当てて想像することが、いじめをふせぐ最善の方法なのかもしれません。次の作文を読んで考えてみましょう。



「立ち止まる」

東京都小金井市立小金井第二中学校 2年 熊谷瑞生 (くまがいみずき)

「右目の視力が低く、内斜視になっています。けれどまだ成長段階ですから、メガネで矯正できますよ」眼科医からそう告げられた時、僕は5歳で「斜視」の意味も分からず、母から与えられたメガネを新しいおもちゃでももらったように、喜んで掛けていた。

問題は小学校2年の時に起こった。校庭で遊んでいると中学年の男子生徒が数人近寄って来て、突然僕のメガネを取り上げると、宙に投げるようにパスを繰り返して、返してくれなかったのだ。そして最後に受け取った男子生徒が地面にメガネを叩き付けた。メガネは、弦の部分が曲がり、レンズも外れて転がっていた。何が起きたのか分からなかった。壊れたメガネをティッシュに包み、家に持ち帰って母に渡したとき、理由を聞かれたが本当のことを言えず、友達と遊んでいて壊してしまったと嘘をついた。

それからも中学年は、僕をみつける度、メガネを取り上げたり、頭をこづいたり、いきなり突き飛ばしたり、ことあるごとに嫌がらせをした。それを見ていたクラスメートも、だんだん面白がるようになり、誰かが僕のことをある名前で呼び始めた。

「メガネ猿」

クラスメートのからかいが増すごとに酷くなり、僕は学校に行くのが怖くなった。ある日、母が仕事に出た後を見計らい、ランドセルを背負ったまま家に帰ると自分の部屋にこもった。どうして、こんなことになったのだろう。メガネをしているから？僕が「斜視」で顔が変だから？胸の奥が熱くなり、鉛のような重いものがせり上げてきた。その日、登校してこない僕を心配して、担任の先生が家に来てインターホンを鳴らし続けた。2月の寒い日で、風が冷たく、雨も降っていた。それでも先生は何どもインターホンを鳴らし続けた。連絡を受けた母も会社を早退して帰って来て、先生と一緒に家の扉を開けた。僕をみつけた先生は「よかった。家にいてくれて。事故にあったか、悪い人に連れていかれたかと思ったよ。明日は学校にちゃんと登校してね」と優しく笑った。先生は一言も僕を責めたりしなかった。

あくる日、先生から学校に行かなかった理由を尋ねられ、僕は本当のことを話した。「メガネ猿」と毎日友達からからかわれるのが辛かったこと。中学年の男子生徒が怖かったこと。話し終わると、あのせり上げていた鉛の塊が、僕の口から、転がり落ちた気がした。「僕がメガネをかけているから、変だから、みんなが意地悪をするのですよね」と先生は、頬を紅潮させて言った。「違うよ。瑞生君は何も悪くない。人と違うところがあっても何も悪くない。メガネをからかう友達がいけないんだよ。」先生の言葉を聞いた時、何故だか前がくもって見えなくなった。レンズには僕の涙がいくつも付いていた。

今の僕なら「メガネ猿」と呼ばれても、聞き流せるし、猿の真似くらいして相手を笑わせることもできる。時々、「そんなことくらいで傷ついてどうするの。もっと辛いことをされたり、言われたりする人がこの世には大勢いるんだよ」と言う人がいるが、僕は違うと思う。人の心の痛みは他人と比べることが出来ない絶対的なものだ。その人が辛いと感じるなら、心のバケツが一杯になってしまっているのだから、より大きなバケツになるには、その人のこれからの経験が心の筋肉を強くするまで、時間がかかるものだと思う。言葉は、時にその人の心を深く傷つける。特に人と違う点や、人とは劣っていると思っっていることを、何度も繰り返し集団の中で言われているうちに、傷は深く、深くなる。言葉とは、他人にものを伝える上で大切な手段にも関わらず、何も考えずに発した一言で相手の胸の中に冷たく重い鉛の塊をも作り出してしまうほど、猛毒になり得るのだ。

一方で、言葉は他人を救う暖かい毛布にもなる。あの時先生が「瑞生君は何も悪くない」と言ってくれた言葉は、僕の胸に詰まった重く冷たい塊を少しずつ溶かしてくれた。14歳になって僕は思う。人と話す時、一度「立ち止まろう」と。これから僕が相手に言う言葉は毒になってしまわないか、それともほんの少しでも相手の気持ちを和らげたり、楽しくさせたりできるだろうか。毛布のような言葉で、相手の冷え切った感情を温めてあげることができだろうか。僕は立ち止まって、一呼吸おき、今日も友人や家族と言葉を通して、強く優しい結びつきを築けていけたらと思う。