



谷原中学校
保健室No.18
25、9、27
心の健康特集

いじめを受けたら、いじめているのを見たら...

一人で抱え込まず、誰かに相談しましょう。つらい時、そんなことで悩んでいる自分が嫌になったり、恥ずかしい気持ちになりがちですが、そんなことはありません。助けてくれる人は必ずいます。いじめを受けている人を目撃したら、近くの大人に相談しましょう。相談することは、どんな時も大切なことです。

「いじめ」とは・・・ 文部科学省から 定義が示されています。

「いじめ」とは、「当該児童生徒が、一定の人間関係のある者から、心理的、物理的な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。」なお、起こった場所は学校の内外を問わない。



何回殴った、何回無視したなんていう基準ではなく、どこでも、

どんな場合でもいじめられた側が体や心が傷ついたら「いじめ」です。

「僕は（私は）関係ありません」

いじめを受けた生徒に話を聞いた時、「周りの人も笑っていた」「見て見ぬふりをされた」と話します。直接、攻撃をされるのと同じくらい心が傷ついています。

今年の夏休み、NHKスペシャルで、「僕はなぜ止められなかったのか？～いじめ自殺・元同級生の告白」という番組を見ました。ある少年が14歳の時（今から3年前）友達に「今までありがとう。さようなら。」とメールを送った直後、いじめを苦しんで自ら命を絶った事件で、今でも傍観者（ぼうかんしゃ）として「何もできなかった」と悔やむ気持ちを抱えながら生きていく少年のドキュメンタリーです。「注意したら今度は自分がやられるのではないか」「私が止める必要があるのか？」という気持ちもあるかもしれません。でも、関わらないように静かにしていればそれで本当に良いのでしょうか？クラス、学校の中で日頃から、一人一人が声をかけ合い心配りをする事は、いじめをなくす事につながります。

「ありがとう」「ごめんね」「どうしたの？大丈夫？」の温かい一言、時には強く、間違っている事を間違いだと言うことは、クラス、学校全体のいじめのない雰囲気を作っていくことができます。今、すぐ始めてみよう。それが、心のつながりのない攻撃側と攻撃される側という図式をなくしていきます。 ※傍観者・・・そのことに関係しないで見ている者

本当に「いじめ」はしていないのか？

警察庁の発表で・・・今年の1月から6月までの「いじめ」に関する事件が142件、いじめが原因での検挙、補導者数269人そのうち中学生が191人で昨年度の同じ時期と比べて2倍だったそうです。

「いじめ」は良くない事、しては絶対にいけない事と小学生だって知っている、理解しているはずなのにどうしていじめの事件がなくなるのでしょうか？とても残念で悲しいことです。

「あいつが〇×△だからやったんだ」

「いじめられる側に原因がある」なんて言うことを未だに聞くことがあります。それは違います。たとえ、自分にとって嫌なことをされた、言われたとしても、集団で一人を責めることは卑怯な行為です。学校で生活していると、考え方や行動、しぐさ、話し方、雰囲気、趣味など色々な場面で多数派と少数派に分かれることがあります。多数派が強い立場と勘違いして、少数派を弱い立場として、からかったり、イタズラしたり、嫌がらせをしたりする光景をよく見ます。そんな時、先生たちから注意され「あいつが〇×※だからやったんだ」という人いますよね。それが「いじめ」の始まりです。

「気にしていないから大丈夫・・・」

こんな場面もよく見かけます。少しやり過ぎではないかと思うようなからかいをしていたので、注意すると、「おまえ、気にしてないよな～」と勝手に自分で仲良しの延長だと思っている人いませんか？本当に大丈夫だと思いますか？そう言われたら「うん」しか言えない威圧的な（いあつてき）な態度になっていませんか？自分のやっていることが相手にどんな思いをさせているかももう一度考えてみてください。同じしぐさ、ふるまい、言葉でも受け手にとっては親しみのあるものを感じることもあれば、凶々しく一方的なものを感じることもあるのです。相手の気持ちを考えない行動は「いじめ」の始まりです。

いじめの種類

ここに当てはまらないことも、相手が「いじめられている」と感じたらそれは「いじめ」

物質的いじめ

持ち物や洋服を壊す、取り上げる、隠す、落書きする、必要ない物を置いたり、入れたりする、改ざんするなどです。

身体的いじめ

暴力を使ったいじめです。押す、たたく、ける、なぐる、だけでなく、狭いところに閉じ込める、行動を無理矢理させる、刃物などで脅すなどです。

言葉のいじめ

からかい、悪口、いやがるあだ名で呼ぶ、うその噂を広げる、話し方をまねするなどです。

性的いじめ

個人的な事をばらす、洋服や下着を脱がせる、性的な噂を広げる、いやらしい性的なジョークを言うなどです。

社会的いじめ

仲間はずれにする、無視する、一緒に遊んでいるように見えても、一人の人をターゲットに馬鹿にして遊ぶ、仲間はずれにするように仕組む、みんなから馬鹿にされるように仕向けるなどです。

ネットいじめ

ブログ、掲示板、プロフ、メール、ラインなどに、個人名をあげたり、誰か特定できるような言葉で、うわさ話や、悪口、傷つけるような言葉などをのせること、なりすましメールによる嫌がらせ、勝手に写真を送ったり、送れと強要したり、チェーンメールを流したりすることなどです。

社会的差別

人種、宗教、家柄を原因としたいじめです。最近では障害者差別に関する問題も増えています。