

# 子どもが不登校になったら親は仕事を辞めるべき？

## ・統計から見る仕事と不登校の関係

2022年10月27日、文部科学省は「令和3年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果」を公表しました。

それによると、小・中学生における長期欠席者のうち不登校の生徒数は244,940人で、不登校の生徒数は、9年連続で増加しているとのこと。

小中学校全体で「親子の関わり方」を不登校の理由とする割合は12.3%と、全体でも3番目に位置しており、こちらも同様に増加しています。

他にも文科省の家庭教育関連データでは、家族と過ごす時間が取れない理由として「仕事が忙しいから」が最も多くなっています。

子供が不登校になってしまった時に仕事を辞めて子供との関わり方を見直すか考える人もいます。

「子供のそばに居てあげたほうがいいの？」その場合「仕事はどうしたらいいの？」など悩んでしまいますよね。

仕事に行くときも「子供を家で一人にしちゃっても大丈夫？」など、気になることはたくさんあります。

そこで今回は、親は仕事を辞めるべきか、辞めないでいるべきか悩んでいる方々に向けて、メリット、デメリットで紹介し、子供が家で一人にいる場合に注意することを解説していきます。

## 目次

- ・親が仕事を辞めるメリットとデメリット
- ・親が仕事を辞めないメリットとデメリット
- ・子供が家で一人にいる場合に注意すること
- ・まとめ

## ・親が仕事を辞める

### メリット

#### 『心に余裕ができる』

仕事をやめることで職場での悩みがなくなり、自分自身の心に余裕が生まれます。

時間に追われることもなくなるため、子供の話をしっかり聞いてあげられます。

例えば、親の仕事が忙しく、子供との時間を取ってあげられない場合、それが寂しくて学校に行きたくない、学校での悩みを親に相談したいと思っているのに、話し合う時間が取れずに行けなくなっているかもしれません。

仕事を辞めて話を聞いてあげることで、子供にも変化が訪れるかもしれません。

#### 『子供に寄り添う時間が増える』

仕事を辞めて時間が増えることで、その時間を子供にあてることができます。

子供が不登校になる原因としては、学校での人間関係、学業不振、いじめ、本人の体調不良など様々な原因が挙げられます。

仕事を辞めることで寄り添ってあげられる時間が増え、子供が何に悩んでいるのかを、時間をかけて聞くことで子供も話すようになっていくでしょう。そうすると早期解決にもつながっていきます。

#### 『子供の変化にすぐ気づける』

仕事を辞めることで子供の様子を長い時間見られるため、子供の変化にすぐ気づくことができます。

家でどんな生活をしているのか、仕事をしているとわかりませんが、家にいることでそれを把握できるため、親目線としてはとても安心です。

風邪を引いてしまったり、どこか具合が悪くなってもすぐ病院に連れて行けます。

子育ては一度きりです。今後、子供に何があるかわかりません。そうならないようにできることをしておいて損はないです。

## デメリット

### 『親自身にストレスがかかる』

子供とずっと一緒にいることになるので、お互いのストレスになることもあります。暴れて怪我をしたり、情緒不安定で卑屈になる子供の場合、毎日その対応をするのは親でも大変です。その他にも、毎日お昼ご飯を作るのが億劫になったりもします。子供のためとはいえ、親自身が我慢ばかりしてしまうのも、おすすめはできません。適度に距離を取りながら、自分のストレスにならない程度に見守っていくといいでしょう。

### 『経済的につらくなる』

仕事を辞めてしまった場合、収入はほとんどなくなってしまいます。普段の生活での出費の他に、もし子供を家庭教師や塾に通わせるとなると、また別で費用が掛かってしまいます。貯金を切り崩して生活することになるため、親自身の余裕がなくなってしまい、子供に強く当たってしまうかもしれません。子供はそれを「自分のせいでこうなったんだ」と、余計に責めてしまう原因になるかもしれません。仕事を辞めるかは最終手段として考えておくといいでしょう。

### 『社会交流が減る』

仕事を辞めることで、もともと職場にあった人との関わりが薄くなってしまふことがあげられます。なんでもない世間話や、愚痴などを言い合ってストレスを発散することも、他の家の子供はどうしているのかなどの、貴重な情報も聞くことができなくなってしまいます。周りに頼れず、一人で考えるようになってしまうと親自身が不安定になり、子供もそれを敏感に察知して、申し訳なく思うかもしれません。そうならないよう、周りに相談できる人を持つておくことは大切になります。

## ・親が仕事を辞めない

## メリット

### 『相談に乗ってもらえる』

会社に残ることで周りの人たちに相談に乗ってもらえることがあります。似た境遇で働いてる人がいれば、その人に話を聞いてどうしているかや、悩みなどを共有することもできるでしょう。その意見を参考にしながら行動することもできます。愚痴や相談など、言葉にすることで気持ちが楽になることも多いです。その他にも、会社に相談をして在宅での仕事にしてもらう、お昼まで働くなどの時間を調整してもらえるかもしれません。周囲に話せる人が多いほうが、何かあったときに助けてもらえるでしょう。

### 『収入が得られる』

会社に残り続けていれば、安定した収入を維持したままです。お金の余裕は心の余裕にも繋がるというように、余裕が持てます。家庭教師や塾に通わせることも、オンラインで出来る授業などを利用して、子供の勉強が追い付かなくなるという不安も解消できます。収入があるため気分転換などもかねて、休みの日に子供と一緒に旅行に行くこともできます。子供の不登校が治り、復職ができたとしても前と同じような収入も得られない可能性や、会社からの信頼も一からなくなってしまいます。そのため、慎重に考えたほうがいいと思います。

## 『子供のためになる』

子供によっては、自分の時間が欲しいと思っていたり、一人で考えたいと思っていることもあります。親にずっと居られても、気が休まらないと思うかもしれません。その他にも、仕事を続けてくれていたほうが子供が負い目を感じなくて済むこと、些細なことで喧嘩して、お互い気まずくなったりすることも避けられます。親が毎日決まった生活を続けて、生き生きとしている親の姿を見るだけでも元気が出るはずです。結果として仕事を続けているほうが子供のためにもなります。

## デメリット

### 『子供のことが気がかり』

子供のことが気がかりで、思うように仕事が進まないということもあります。会社に行っている間、家のことを全部任せている状態になります。ちゃんとご飯は食べているのか、鍵をかけず外に行ったりしないか、来客があったときはどうしているんだろう、など考え始めると気になって仕方ないです。他にも、仕事をしてると子供に寄り添える時間が少なくなり、解決するまでの時間も長くなってしまいかもしれません。

### 『会社によっては迷惑がかかる』

子供の体調によって、急に休みの連絡をすると会社にも迷惑が掛かってしまいます。会社側も急に休まれてしまうと、仕事が回りにくくなってしまいます。周りにも色々と言われるようになったり、上司から転職を勧められたり、なんて事もないとは言えません。そうならないよう上司にも同僚にも、事前に話をしておき、働き方を今一度考えてみるのもいいでしょう。

### 『子供の些細な変化に気づけない』

仕事をしていると、子供の風邪や病気などの症状に気づくまで時間がかかります。対応が遅くなり体調が悪化してしまうこともあるでしょう。その他にも子供の心情にも気づきにくいです。不登校になったのにちっとも心配してくれない。親が仕事をして帰りが遅いとなると、ほったらかしにされていると子供は感じてしまいます。「本当はもっと気にかけてほしい」と思っているのに、気づいてあげられず悪化し、家にこもりきりになってしまうかもしれません。子供が今何を考えて、どうしたいと思っているのかを、時間がない中で把握しないといけません。辛くなってきてから辞めるのも手ですが、せっかく就いた仕事を簡単には手放せないと思います。子供のペースに合わせて考えて、その時決めるのでも遅くないと思います。

## ・子供が家で一人にいる場合に注意すること

子供を家で一人にさせる場合、いくつかのルールを決めて伝えるといいです。

### ・施錠

まずは施錠です。家にいるときも出かけるときも、玄関や窓の鍵は必ず閉めるようにしましょう。ドアのところに閉めるようにとメモをしておくのもいいと思います。

### ・来客や電話

親からの来客や電話以外は出ないようにするといいと思います。どう対応したらいいのか人によって違うため、子供に対応させるのは難しいと思います。ルールを決めていればいいのですが、初めは出なくて良いと決めてしまったほうがいいのかもかもしれません。

### ・災害

もう一つは火事や地震などに備えておくことです。

災害が起きても、離れていて様子がわからないため、非難する場所や安否の知らせ方などは明確にしておきましょう。

防災グッズの場所などはあらかじめ伝えておくといいでしょう。

#### ・火は使わない

子供が一人でガスを使って料理などをする場合、火事の危険にもつながります。

普段から料理をしていない子は、使い方もちゃんとわかっているわけではないため、使わないと決めてしまうか、電子レンジやオーブントースターだけで調理するように伝えるといいでしょう。

どうしてもという場合は普段から料理を手伝わせて、扱いがわかっている状態にしておくいいです。

#### 『見守りカメラの設置』

親が外出や仕事に行っている間、見守りカメラを設置することで、どうなっているかを把握することができます。ですが、やりすぎると過干渉になってしまい、子供が落ち着ける場所がなくなってしまうこともあるので注意が必要です。子供にとって家は安らげる場所だからです。

それでも、防犯や来客や火事なども、これがあれば確認して対応することもできるでしょう。

普段子供がどう生活しているか、怪我などはしていないかなども見れるため安心です。

工事不要で設置できますし、スマホと連動している物もあるので、気になる方は検討して見るといいでしょう。

#### ・まとめ

ここではメリット、デメリットの他に、子供が家で一人にいる場合に注意することを紹介してきました。

ですが、その家庭の事情や環境にもよるので、仕事を辞めるか辞めないかに正解はないと思います。

#### 『対話が一番の近道』

何よりもまず、子供と一度話をしてみるのが何より大切だと思います。

どう考えているか、どうしてほしいか、お互いの気持ちを伝え合うことが大切ではないでしょうか。

仕事を続ける場合、早い段階で上司に相談し、理解してもらうことが大切です。

臨機応変に対応してもらえれば収入の面も気にすることがなくなり、心にも余裕が生まれるでしょう。

#### 『それでも辞めるか悩んでいるときは』

仕事を辞める場合、子供に寄り添える時間が増えるため、不登校の早期解決につながるかもしれません。そうならば早めに職場復帰もでき、安定して穏やかに暮らせます。

きっぱりやめて収入がなくなるのが怖い。と思う方は在宅ワークやパートタイム、単発バイトなど働き方は様々あるので、変えてみるのも一つの手かだと思います。

子供が不登校になると、初めは慌ててしまうかもしれません。「他の家の子はちゃんと通えているのに…」何かを間違えたのかと心の中で子供も、親自身のことまで責めてしまうこともあるでしょう。

それでも時間をかけて一緒に考えていけば、きっと子供も前を向く日が来ると思います。それまで一人で抱え込まず、周りも頼りながら子供を導いてあげましょう。