



# Q

小学生の娘は試合に勝つとご褒美を欲しがり、夫婦で意見が分かれるのですが、あげてもいいですか？

ご褒美は頑張るきっかけになりますが、ご褒美がなくても頑張れるように変わるといいですね。

# A

## 「楽しい」ように

大人でもやる気が出るのは「楽しい」と感じるからです。勉強でも部活でも「わかる」「成長を感じる」ときは、大変でも「楽しい」と感じて、正のスパイラルでがんばれます。

そこまで心が動かないときに、欲しいものをもらえるのが、がんばるきっかけになることがあります。目標を達成したら、子供が「ゲーム時間をのばして」「欲しいものを買って」「どこかに連れて行って」など、日頃の願望を親に交渉して俄然、がんばることもあるでしょう。それが交

渉力を身に付けることになるかもしれませんね。

ところが、当初はご褒美を当てに張り切っていたても、達成が難しくなると、だんだん意欲が低下することがあります。持続するには、ご褒美という「外発的動機」が、行為そのものを楽しむという「内発的動機」に転換される必要があるのです。

## がんばりを認めてあげる

ご褒美でやる気になっているうちに、それ自体の面白さや意味を見つけることが大事になります。イチロー選手が練習を「厳しいけれど楽しい」と言うよう

に、目標を達成した自分を想像して喜べるから、がんばれるのでしょう。そうなれば、ご褒美は重要でなくなります。

ご夫婦で意見が分かれるのは、モノやお金でモチベーションを上げることには抵抗を感じるからです。ご両親の異なる意見を子供は耳にするでしょうが、それ自体が子供にとっていい社会勉強になりますよ。

子供のがんばりを認めて、例えは好きな献立と一緒に喜んであげれば、ご夫婦間も異論はないでしょう。家族に喜んでもらえれば、子供もまたがんばろうという気持ちになりますね。