



第13回

おこづかいと セルフコントロール

今年度も、より具体的にわかりやすい「学校カウンセリングの知恵」をご紹介します。どうぞお付き合いくださいませ。

自律？ 他律？

さて、今回は「おこづかいとセルフコントロール」についてです。

セルフコントロールは、子どもの発達上、さまざまなことにかかわってきます。

例えば、ゲームの時間を守ること、宿題をやること、学校の校則を守ること、友達との関係を維持すること、生活リズム

を保つこと、スマホのギガ（時には課金も）を制限内で計画的に使うことなど、挙げればきりがありません。

そんなとき、やりがちな対応が「制限」ではないでしょうか。ゲームの時間をオーバーしたからゲームを取り上げる、スマホを取り上げる、などなど。でも、取り上げられて「やらずにすんだ」というのは、セルフコントロール、つまり「自律」でしょうか。いえいえ、それは「他律」です。できることなら、他者から制限されることなく、自分でうまくコントロールしてほしいですね。

今回はおこづかい制度をうまく利用し



跡見学園女子大学心理学部准教授

小栗 貴弘

おぐり たかひろ 「今、何を育ておくことが、この子の将来にとって重要か」という視点で、現在もスクールカウンセラーとして勤務しています。

て、セルフコントロールを育むかわりについてご紹介します。というのも、おこづかいをどう使うかは、セルフコントロールと深く関係があるからです。セルフコントロール力がうまく育っていないと、おこづかいをもらった日に全額使い切る…なんてこともあるかもしれません。

事例：お母さんの財布からお金の抜き取りを繰り返すユウスケ

ユウスケは小学校五年生の男子でした。お母さんと二人で暮らしています。母子で仲がよく、ユウスケは優しいお母さんが大好きでした。幸せそうに見える家庭

ですが、お母さんは悩みを抱えていました。それは、ユウスケのお金の抜き取りです。

お金の抜き取りは、ユウスケが小学校三年に上がった頃から始まりました。最初は少額だったので、お母さんも長いこと気づきませんでした。でも、それがだんだん頻繁に、そして額も大きくなってきて、ついにお母さんの気づくところとなったのです。もちろん、お母さんはきつく叱りました。ユウスケは泣いて謝りました。悪いことだという自覚はあったようです。でも、お金の抜き取りは、ユウスケが四年になっても続きました。

助言は、時に来談者を傷つける

そんな折、私はスクールカウンセラーとして、その小学校に着任して、五年になったユウスケのお母さんが相談に来たのです。私が初めてお母さんに会ったとき、お母さんはひどく消耗し、傷ついているように見えました。

よくよく話を聞いてみると、前任のス

クールカウンセラーから「このままだとユウスケ君は将来、犯罪者になってしまうよ」とか「お金の抜き取りは愛情不足の現れです。母子家庭で寂しい思いをしているのかもしれない。お母さんがもつと愛情を注いであげてください」などと、「助言」を受けていたようです。

これはユウスケの事例に限ったことではないのですが、無責任な助言は役に立たないばかりか、来談者を傷つけてしまうことがあります。未来のことなど誰にもわからないので、「犯罪者になってしまいます」が「〇〇%誤りだとも言いきれませんが、少なくともお母さんにとって、それは役立つどころか追い詰められる言葉でした。愛情不足というアセスメントも、完全に間違っている」と断言もできませんが、少なくとも私が見聞きするユウスケとお母さんの関係性からは、そのようには見立てられませんでした。

「受容」と「共感」は基本の「き」

前任者の助言を受けて、お母さんは、

ユウスケを連れて、非行少年に関する施設をいくつか見に行っていました。もちろん外から眺めるだけですが、お母さんは「お金の抜き取りを繰り返している」と、ユウスケはお母さんと暮らせなくなっちゃうんだよ？」と、泣きながら論じたそうです。ユウスケも、そのときは泣きながら謝りますが、抜き取りは止みませんでした。

お母さんは、家の中でも財布を肌身離さず持ち歩くようになりました。寝るときは枕の下に……。トイレのときもお風呂のときも、財布を持って入ります。もうユウスケに泥棒のようなことはしてほしくないのです。わが子を疑って、お風呂に入るときも財布を持って入る……お母さんの悲しみはいかばかりでしょうか。そんなお母さんの気持ちに共感するならば、無責任な助言なんてできません。

上手にお金を使えることを目指そう

不適応行動について、「代わりの行動」を身につけることが大切であるというこ

とは、この連載の第3回で述べましたね(二〇二三年六月号)。「同じ目的を達成できる代わりの行動」です。この場合は、欲しい物を買うという目的を達成するために、おこづかいを残しておくなど「上手にお金を使えるようになる」ことを目指しました。

実際に本人に会って話を聞いてみると、ユウスケはユニークな金銭感覚をもっていました。衝動的に物が欲しくなる一方で、物が手に入ると、途端にお金に興味がなくなってしまうのです。物を買ったあとのお釣りは無造作に自転車のカゴに投げ入れ、家に着く頃にはなくなっていることもしばしば…。つまり、一か月に一回のおこづかいを受け取ると、すぐに欲しい物を買ってしまい、お釣りはなくしてしまうということが続いていました。そうすると、次に欲しい物があつたときにお金がないので、お金を抜き取ってしまうのでした。

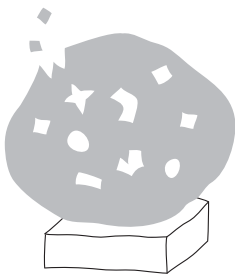
また、お金の抜き取りがあるたびに、お母さんはペナルティとして、おこづかいをカットしていました。お母さんとし

ては「欲しい物を我慢する」ということを学んでほしかったようですが、そうすると「上手にお金を使う」という練習をする機会までなくなってしまうました。これでは、お金の使い方がなかなか上手になりませんし、セルフコントロールの力も育っていかなさそうです。

◆ 月給？ 週給？ 日給？

そこで私が提案したのが「おこづかいの日給制」でした。ユウスケは「毎日おこづかいがもらえるの？」と大喜びでした(もちろん、日割り計算になるのですが…)。

一般的に、おこづかいの間隔が長くな



るほど、セルフコントロールの力が求められます。つまり、月給制が最もセルフコントロールが必要とされるので、その力が未熟だと、ユウスケのように「もらつてすぐに使い切る」ということが起ります。かといって、おこづかいを禁止したのは、いつまでたっても、「他律」のままですね。

◆
おこづかいの禁止の次に「他律」の度合いが高いのが日給制です。毎日使える額が限定されていて、親がブレーキを踏んでくれるわけです。セルフコントロールの力があまり育っていない子どもの場合、この日給制から徐々にステップアップして、週給制、月給制にしていくのがおすすめです。

◆ おこづかいがもらえる 約束を決めよう

◆
次に、おこづかいがもらえる約束についてです。無条件で、定期的におこづかいをあげるといふ方法もあると思います。ユウスケの場合、もうひと工夫しました。



先ほど述べたように、ユウスケは「欲しい物を買ったあとのお金」に無頓着だったので、もう少しお金に対する意識を高くしようと考えたのです。「約束のコツ」については、第4回に出てきました(二〇二二年七月号)。一方的な約束では意味がなく、約束の内容を決める過程に子どもが関与することが大切なのでしたね。

このとき決めた約束は二つでした。一つは「おこづかい帳をつけること」。二つめは「残額とおこづかい帳が一致していること」でした。もちろん、約束決めには、ユウスケにもかわかってもらいました。

ただ、日給制の場合、おこづかい帳をつけるのも、それほど苦になりません。一回でもらったり使ったりできる額が少額だからです。

週給制、月給制に

その後、ユウスケは順調に約束を守ることができました。

日給制の場合、一日にもらえる額が少額なので、その日のおこづかいだけでは、ほとんど何も買えません。ユウスケは数日間分のおこづかいを貯めては、目当ての駄菓子を買ったり、ジュースを飲むのに使っていました。「おこづかいを使ってはいけない」わけではないので、自分なりに見通しを立てて、自由に楽しんで使っているように見えました。日給制の場合、この見通しの立てやすさもポイントとなります。

また、毎日残額をチェックするので、残額とおこづかい帳がずれてしまうことも、そうそうありません。つまり、毎日のように「ほめてもらえて、おこづかいももらえる」わけです。

衝動的に物を買ってはお釣りに無頓着だったところも改善されて、翌日のおこづかいをもらうために大事に持ち帰るようになりまし。そして、慣れてきたところで、週給制、月給制へとステップアップしていったのです。

ユウスケの話には後日談があります。相談が最終してからも、お母さんは定期

的にユウスケの近況報告をしてくれました。それによると、ユウスケはその後、立派な社会人となって、お母さんを支えてくれているとのことでした。無責任な助言は、ただの杞憂に終わってくれたようです。

お金の感覚が得られにくい世の中だからこそ…

近年はキャッシュレスの世の中で、子どものおこづかいもキャッシュレス化してきているようです。残額や購入履歴の確認がやりやすくなる一方で、お金の現物を見たり使ったりする機会が減り、その感覚が得られにくくなってきているかもしれません。

残額管理や購入履歴の機能をうまく活用することで、「上手にお金を使う」ことを身につけ、セルフコントロールの成長につなげていきたいですね。

〈参考文献〉

小栗正幸(二〇一〇)『発達障害児の思春期と二次障害予防のシナリオ』ぎょうせい