

Harjoitus: Palkintotaulukon käyttö

Tavoite:

Motivoit lasta käyttäytymään toivotulla tavalla, ja opit antamaan positiivista huomiota myönteisestä käytöksestä.

Ohje oman taulukon tekemiseen & valmiiksi tulostettava pohja:

Tehkää yhdessä palkintotaulukko, jossa on runsaasti tilaa pisteille ja muutamille palkinnoille. Palkintotaulukossa keskitytään vain lapsen myönteiseen käyttäytymiseen. Laittakaa taulukko näkyvälle paikalle. Aloittakaa taulukon käyttö ja jatkakaa sitä systemaattisesti vähintään seuraavan kahden viikon ajan.

Sisällyttä taulukkoon seuraavat asiat:

1. Valitse toivottu käyttäytyminen, josta lapsen on mahdollista ansaita pisteitä päivittäin.
2. Määrittele käyttäytyminen selkeästi ja tarkasti. Esimerkiksi "takin laittaminen naulakkoon" tai "astioiden vieminen tiskipöydälle" ovat konkreettisia ja selkeitä määritelmiä. Liian yleiselle tasolle jäävät ohjeet, kuten "käyttäydy hyvin" tai "ole kunnolla", eivät opeta lapselle tarkasti, miten hänen tulisi toimia.
3. Päätä, saako lapsi toivotusta käytöksestä yhden vai useamman pisteen. Erityisesti pienen lapsen kanssa pisteet voivat olla tarroja, joita lapsi kerää palkinnon saamiseksi. Tarrat ovat usein jo itsessään motivoivia.
4. Määritä, kuinka monta pistettä lapsen tulee kerätä ansaitakseen palkinnon. On tärkeää, että palkinto on saavutettavissa kohtuullisessa ajassa, jotta lapsi jaksaa kerätä pisteitä.
5. Sopikaa palkinnosta yhdessä.

Muista myös taulukon käytön aikana seuraavat asiat:

- Anna pisteet ja palkinnot sovitusasti. Kun lapsi on ansainnut tarpeeksi pisteitä lunastaakseen palkinnon, täytyy se suoda hänelle mahdollisesta ongelmakäyttäytymisestä huolimatta. Kannusta lasta keräämään pisteitä jatkossakin.
- Kun lapsi ei toimi toivotulla tavalla, jätä pisteet antamatta. Pysy rauhallisena, ja jätä lapsen mahdolliset kiukuttelut huomiotta. Kannusta lasta kertomalla, että pisteitä voi ansaita taas seuraavalla kerralla.
- Muista kehua ja antaa lapselle piste aina välittömästi toivotun käyttäytymisen jälkeen.
- Muista, että ansaittuja pisteitä ei voi menettää kielteiselläkään käytöksellä.

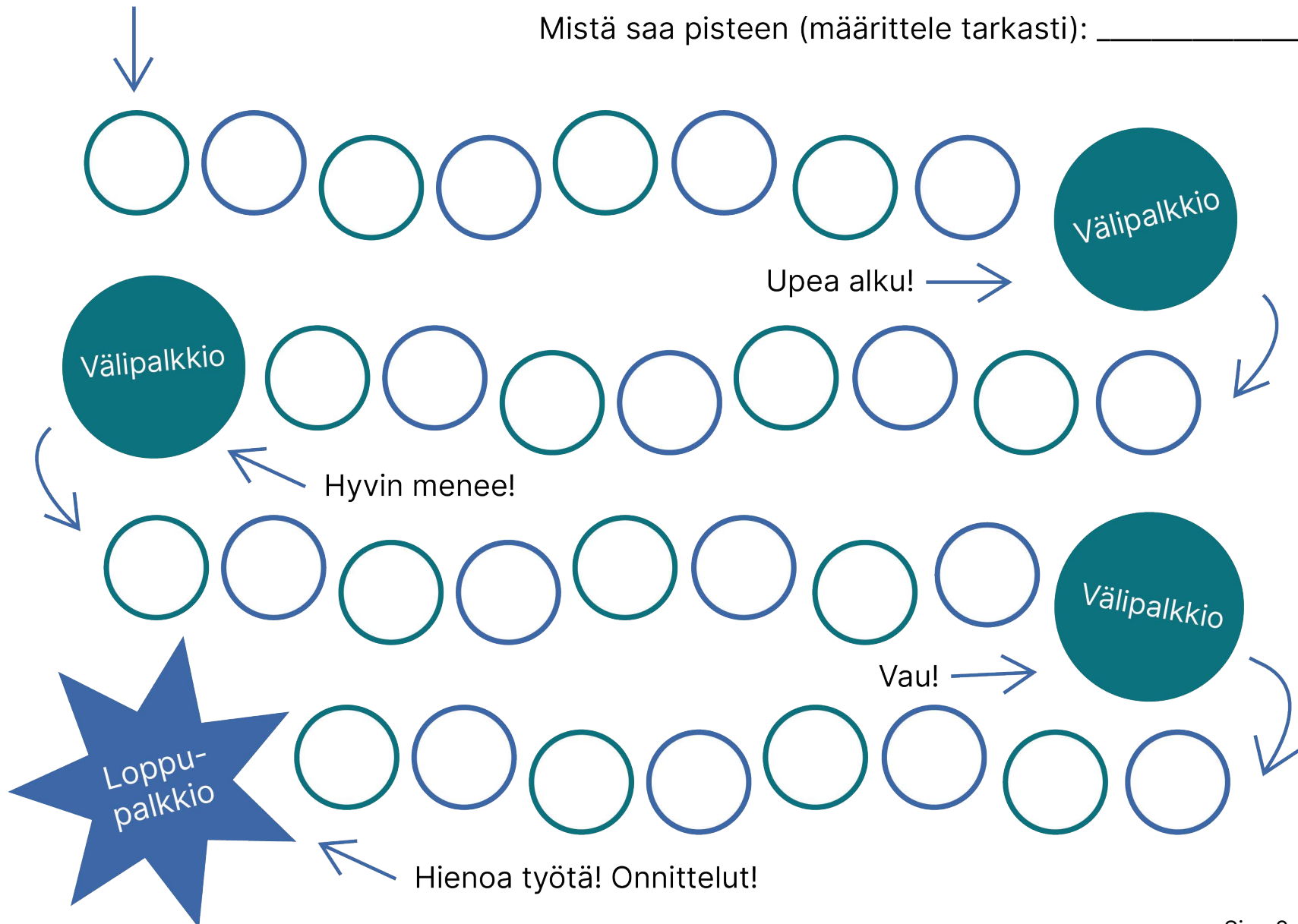
Tulostettavat, valmiit palkintotaulukkopohjat löydät seuraavalta sivulta. Taulukoista löydät pidemmän ja lyhyemmän version.

Palkintotaulukko

Kuka saa pisteen: _____

Mistä saa pisteen (määrittele tarkasti): _____

Aloita tästä

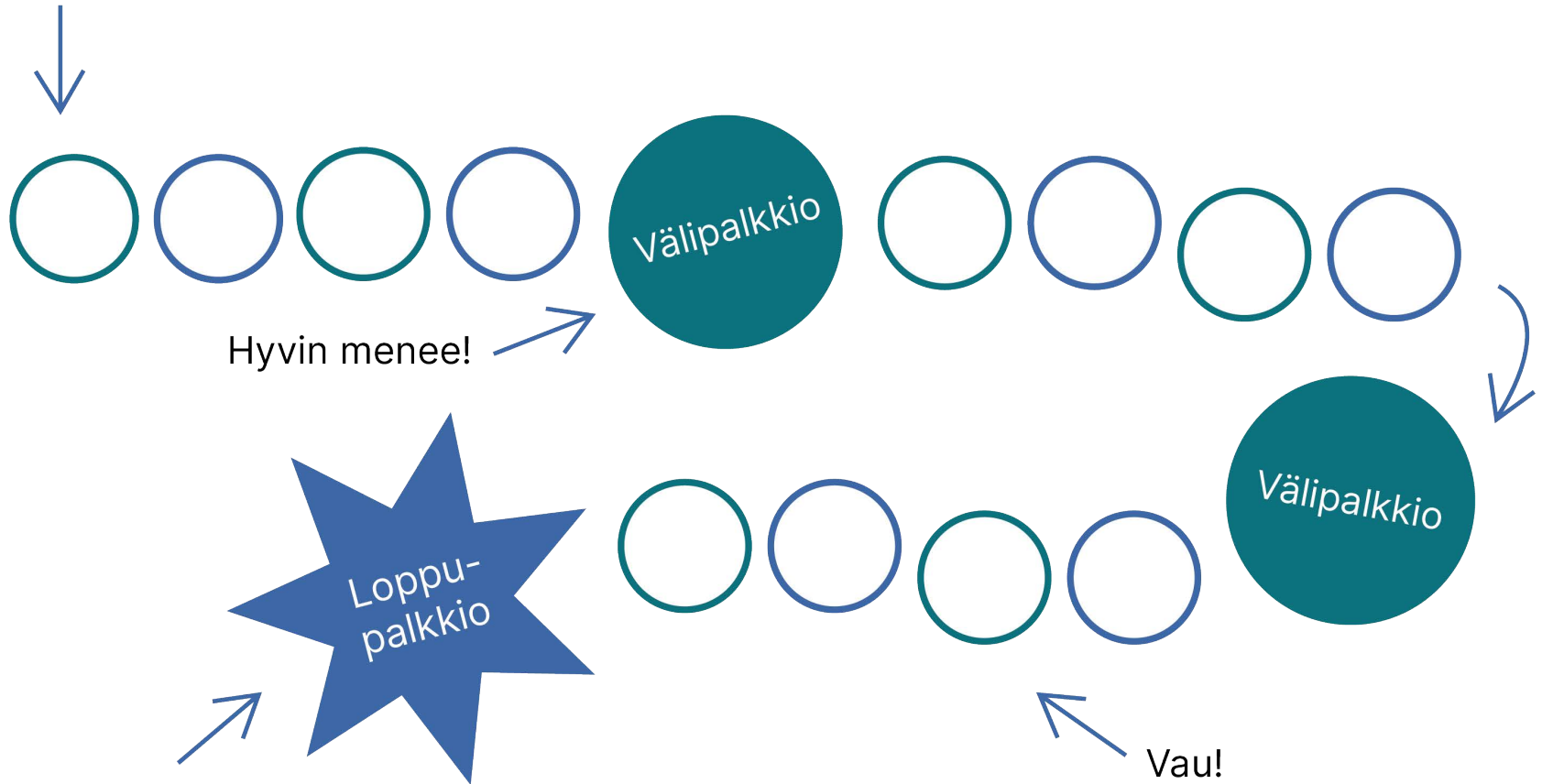


Palkintotaulukko

Kuka saa pisteen: _____

Mistä saa pisteen (määrittele tarkasti): _____

Aloita tästä



Hienoa työtä! Onnittelut!