



Harjoitus: Palkkiotaulukko

Myönteisestä käytöksestä annetaan pisteitä ja palkintoja taulukon avulla. Taulukkoon kirjoitetaan palkinnot ja niihin vaadittavat pisteet etukäteen, jotta nuori voi seurata edistymistään.

Miksi?

Palkkiotaulukko auttaa sinua ja nuorta havaitsemaan nuoren käyttäytymisessä tapahtunut muutos. Se tukee teitä työskentelemään pitkäjänteisesti yhteisen tavoitteen saavuttamiseksi.

Ohje:

Tehkää yhdessä palkintotaulukko, jossa on runsaasti tilaa pisteille ja muutamille palkinnoille. Palkintotaulukossa keskitytään vain nuoren myönteiseen käyttäytymiseen ja harjoitellaan yhtä taitoa kerrallaan.

Laittakaa taulukko näkyvälle paikalle. Aloittakaa taulukon käyttö ja jatkakaa sitä säännöllisesti vähintään kahden viikon ajan.

Taulukon voi tehdä itse esimerkiksi paperille. Voit myös tulostaa tehtävän lopusta löytyvän pdf-liitteen, josta löytyy pohja taulukolle.

Sisällytä taulukkoon seuraavat asiat

1. Valitkaa toivottu käyttäytyminen, josta nuoren on mahdollista saada pisteitä päivittäin.
2. Määriteltäköö käyttäytyminen selkeästi ja tarkasti. Esimerkiksi "läksyjen tekeminen ajallaan" tai "astioiden vieminen tiskipöydälle". Liian yleiselle tasolle jäävät ohjeet, kuten "käyttäydy hyvin" tai "ole kunnolla", eivät kerro nuorelle riittävän tarkasti sitä, miten hänen tulisi toimia.
3. Sopikaa, saako nuori toivotusta käytöksestä yhden vai useamman pisteen.
4. Määriteltäköö yhdessä, kuinka monta pistettä nuoren tulee kerätä ansaitakseen palkinnon. On tärkeää, että palkinto on saavutettavissa kohtuullisessa ajassa, jotta nuori jaksaa kerätä pisteitä.
5. Sopikaa palkinnosta yhdessä. Palkinto voi olla myös aineeton, esimerkiksi yhteinen leffahetki.

Muista myös taulukon käytön aikana seuraavat asiat:

- Anna pisteet ja palkinnot sovitusti.
- Muista kehua ja antaa nuorelle piste aina välittömästi toivotun käyttäytymisen jälkeen.
- Muista, että ansaittuja pisteitä ei voi menettää kielteiselläkään käytöksellä.
- Kannusta nuorta keräämään pisteitä jatkossakin.

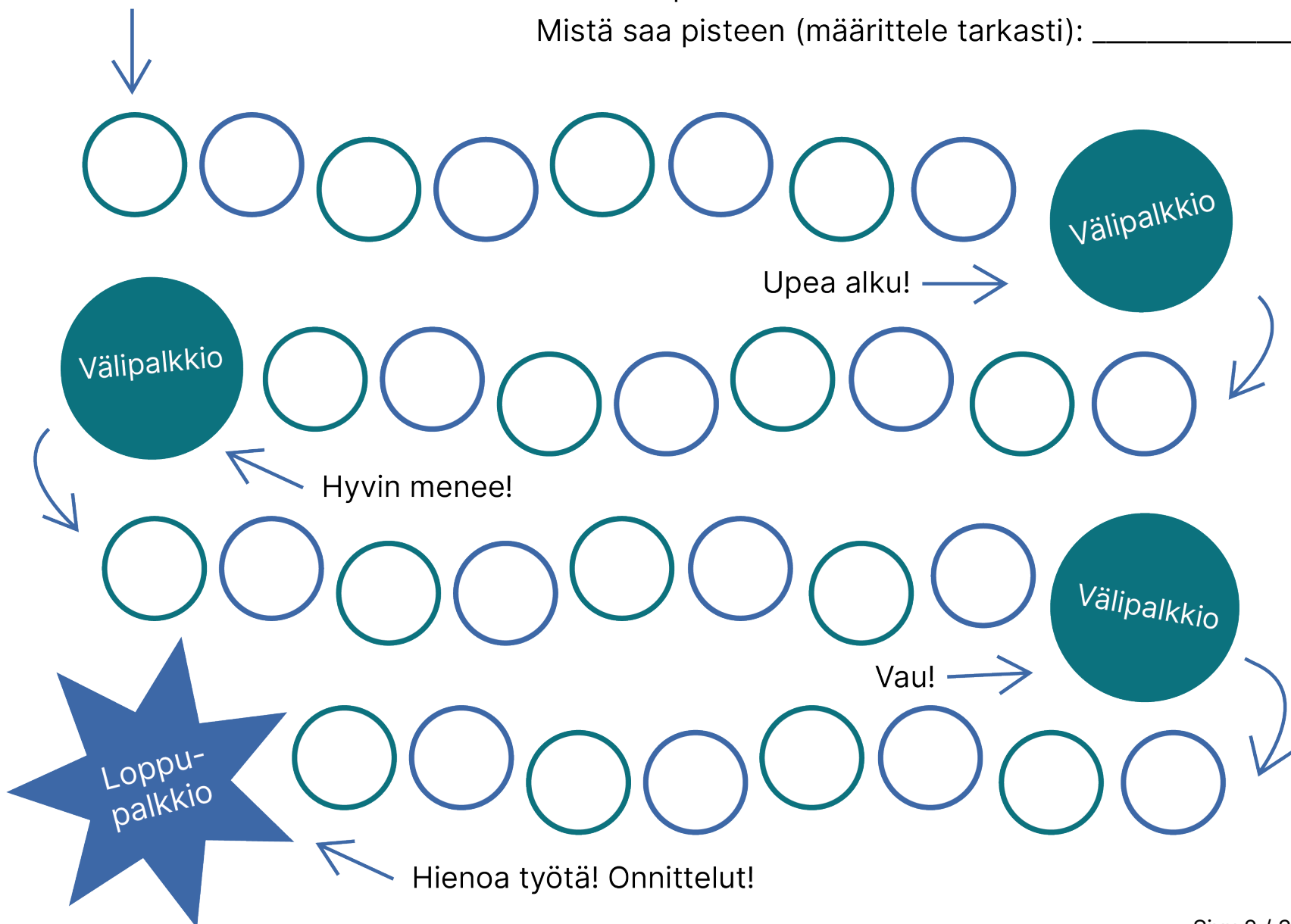


Palkintotaulukko

Kuka saa pisteen: _____

Mistä saa pisteen (määrittele tarkasti): _____

Aloita tästä



Palkintotaulukko

Kuka saa pisteen: _____

Mistä saa pisteen (määrittele tarkasti): _____

Aloita tästä

