



# Harjoitus: Palkintotaulukon käyttö

---

## Miksi?

Motivoit lasta harjoittelemaan uutta taitoa, ja opit antamaan positiivista huomiota myönteisestä käytöksestä.

## Miten?

Tehkää palkkiotaulu, johon voi kirjoittaa 3–5 tavoitetta ja laittaa merkkejä onnistumisista.

Muotoilkaa tavoite eli opeteltava taito selkeästi ja yksinkertaisesti.

Esimerkiksi

- Kun herään aamulla, puen vaatteet tuoilta päälleni itse.
- Otan jääkaapista valmiin välipalan, kun tulen kotiin.
- Pesen kädet ennen kuin tulen ruokapöytään.
- Vien repun koulun jälkeen omaan huoneeseeni.

Tavoitteen on oltava sen verran helppo, että uskot lapsen selviytyvän siitä. Jos tehtävä tuntuu lapsesta liian vaikealta, hänen on hankala motivoitua siihen. Varmista, että lapsi ymmärtää, miksi tavoite/tekeminen on tärkeä.

Valitkaa lapselle mieluinen tapa, jolla merkitsette kerrat, jolloin lapsi on saavuttanut tavoitteen. Merkinnän voi tehdä esimerkiksi tarralla, magneetilla tai piirtämällä jonkin kuvion.

Sopikaa viikko kerrallaan, kuinka monesta onnistumisesta lapsi saa palkinnon. Sopiva määrä on 3–5 onnistumista.

Sopikaa palkinnoksi esimerkiksi yhteistä mukavaa tekemistä. Lapsen on hyvä olla mukana pohtimassa palkintoa. Palkinnon ei ole tarkoitus olla iso tai kallis.

Yhtä taitoa harjoitellaan, kunnes se alkaa selvästi sujua. Tarvittaessa voidaan harjoitella useampi viikko. Harjoittelun ajan lasta palkitaan sovitusti.

Lapsi voi tarvita aluksi muistuttelua ja sanallista kannustamista. Kehu lasta jokaisesta onnistumisesta, jotta motivaatio säilyy.

---