

« Comment mettre en place un système de récompense à la maison ? »



Astuces pour les parents

Pour beaucoup d'enfants, y compris ceux qui ont des besoins particuliers, comme le TDH, les récompenses sont extrêmement motivantes. Les récompenses sont une façon de renforcer un bon comportement et sont beaucoup plus efficaces que les punitions.

Voici les 7 étapes à suivre pour mettre en place un système de récompense à la maison :

- 1.** Établissez la liste des comportements à améliorer ou à adopter. Il peut s'agir de tâches ou de situations, commencez par cibler un comportement.
- 2.** Attribuez des points pour chacun des comportements visés. Plus le défi est grand, plus le nombre de points doit être élevé.
- 3.** Faites une liste de suggestions de petites, moyennes et grosses récompenses.
- 4.** Présentez le système de récompense à votre enfant.
- 5.** Faites-le participer à l'évolution de la liste et au choix des récompenses.
- 6.** Appliquez le système efficacement et faites un bilan quotidien avec votre enfant. Soyez cohérent !
- 7.** Révissez mensuellement le système, enlevez les comportements qui ne posent plus problème et ajoutez-en d'autres.