

## **Kinder wirksam belohnen**

### **Ein Belohnungsprogramm für Kinder (mit und ohne ADS)**

Das Programm soll Kinder dabei unterstützen, Verhaltensprobleme zu überwinden. Sie erhalten eine Belohnung, wenn sie ein vorher festgelegtes Ziel erreichen. Besonders wichtig ist es für Kinder, die Probleme haben, sich an wichtige Regeln in der Familie, im Kindergarten oder in der Schule zu halten.

#### **Wichtige Hinweise:**

- Wählen Sie einen oder einige wenige Punkte (Problemverhalten) aus, die Sie verändern wollen. Zunächst konzentrieren Sie sich auf ein klar einzugrenzendes Problem und beschreiben die Situation, in der das Verhalten auftritt, möglichst genau (Also z.B. nicht "ist unfolgsam", "ist ein Störenfried", sondern "stört seine Schwester bei den Hausaufgaben,")
- Legen Sie fest, für welches Verhalten das Kind einen Belohnungspunkt bekommt. Legen Sie die Regel zusammen mit Ihrem Kind klar fest (in dem genannten Beispiel: "Du bist während der Hausaufgaben leise und gehst nicht in das Zimmer deiner Schwester").
- Für Kinder, die schon schreiben können, ist es sinnvoll, die Regeln schriftlich festzuhalten, mit Unterschrift der Eltern und des Kindes
- Beschränken Sie das Programm auf einige wenige, Ihnen besonders wichtige Punkte. Es muß für das Kind überschaubar bleiben!

#### **Mögliche Aufgaben, für die das Kind einen Punkt bekommt:**

- o Morgens um 7 Uhr am Frühstückstisch*
- o Um 7 Uhr 50 fertig sein zum Kindergarten*
- o Hausaufgaben zügig und ordentlich erledigen*
- o Das Taschengeld über einen bestimmten Zeitraum hinweg sinnvoll einteilen*
- o Das Zimmer in Ordnung halten*
- o Regelmäßig kleinere Aufgaben im Haushalt erledigen (Mülleimer leeren, Tisch abräumen, Spülmaschine ausräumen)*
- o Sich an bestimmte Regeln halten, z.B. am Tisch sitzen bleiben, bis die ganze Familie gegessen hat*

- Für eine bestimmte Anzahl von Punkten wird eine Belohnung vereinbart. Die Belohnung sollte dabei in der Regel nichts Materielles sein, sondern Zuwendung, zum Beispiel:

