

Carta pelekats 50



Nama _____

Tarikh mula _____

Tingkah laku sasaran (cth: berus gigi 2 minit)

Ganjaran apabila penuh

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48	49	

Cara menggunakannya dengan baik ① Hanya 1–2 tingkah laku, dinyatakan secara positif, seperti “Berus gigi 2 minit” ② Lekat pelekats selepas tingkah laku ③ Pilih ganjaran bersama anak ④ Jangan sekali-kali tanggalkan pelekats yang diperolehi, walaupun selepas salah laku ⑤ Hentikan perlahan-lahan apabila sudah menjadi tabiat
Sumber: Pusat Kawalan dan Pencegahan Penyakit AS (CDC) · Akademi Pediatrik Amerika (AAP)