

Stickerkaart 30



Naam _____

Startdatum _____

Doelgedrag (bijv. 2 minuten tandenpoetsen) _____

Beloning als hij vol is _____

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	

Zo gebruik je hem goed ① Maar 1–2 gedragingen, positief geformuleerd, zoals „2 minuten tandenpoetsen” ② Plak de sticker direct na het gedrag ③ Kies de beloning samen met je kind ④ Haal een verdiende sticker nooit weg, ook niet na wangedrag ⑤ Bouw langzaam af als het een gewoonte is

Bronnen: Amerikaanse Centers for Disease Control and Prevention (CDC) · American Academy of Pediatrics (AAP)