

Quadro de adesivos 10

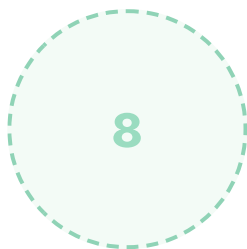


Nome _____

Data de início _____

Comportamento-alvo (ex.: escovar os dentes por 2 minutos) _____

Recompensa ao completar _____



Como usar bem ① Só 1-2 comportamentos-alvo, de forma positiva, como “Escovar os dentes por 2 minutos” ② Cole o adesivo logo depois do comportamento ③ Escolha a recompensa junto com a criança ④ Nunca arranque adesivos já conquistados, mesmo depois de um mau comportamento ⑤ Retire aos poucos quando virar hábito
Fontes: Centros de Controle e Prevenção de Doenças (CDC) · Academia Americana de Pediatria (AAP)