

Çıkartma tablosu 50



Ad _____ Başlangıç tarihi _____

Hedef davranış (ör. 2 dakika diş fırçalama)

Dolunca ödül

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	

Nasıl iyi kullanılır ① Yalnızca 1-2 davranış, olumlu ifadeyle: "2 dakika diş fırçala" gibi ② Çıkartmayı davranıştan hemen sonra yapıştırın ③ Ödülü çocuğunuzla birlikte seçin ④ Kazanılan çıkartmayı yaramazlıktan sonra bile asla sökmeyin ⑤ Alışkanlık oluşunca yavaş yavaş bırakın

Kaynaklar: ABD Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri (CDC) · Amerikan Pediatri Akademisi (AAP)