

Bảng dán hình 50



Tên

Ngày bắt đầu

Hành vi mục tiêu (vd: đánh răng 2 phút)

Phần thưởng khi đầy bảng

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	

Cách dùng hiệu quả ① Chỉ 1–2 hành vi, nói theo hướng tích cực, như “Đánh răng 2 phút” ② Dán hình ngay sau hành vi ③ Cùng con chọn phần thưởng ④ Không bao giờ bóc hình đã dán, kể cả khi con mắc lỗi ⑤ Ngừng dần khi đã thành thói quen

Nguồn: Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh Hoa Kỳ (CDC) · Viện Hàn lâm Nhi khoa Hoa Kỳ (AAP)