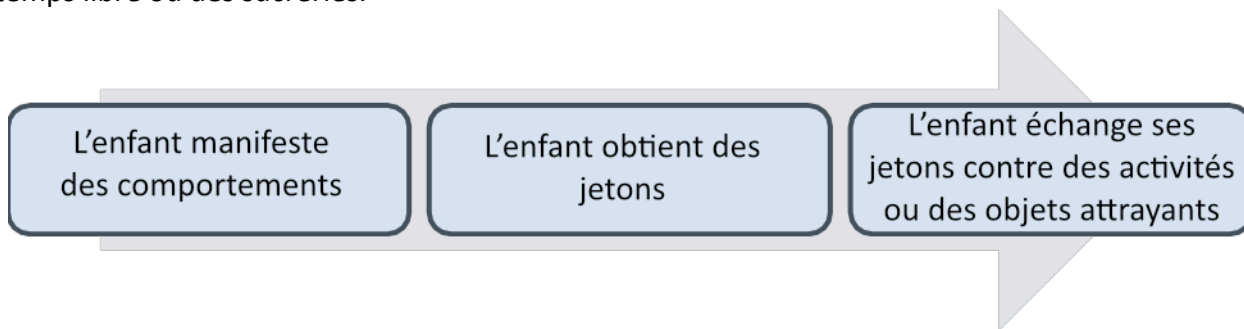


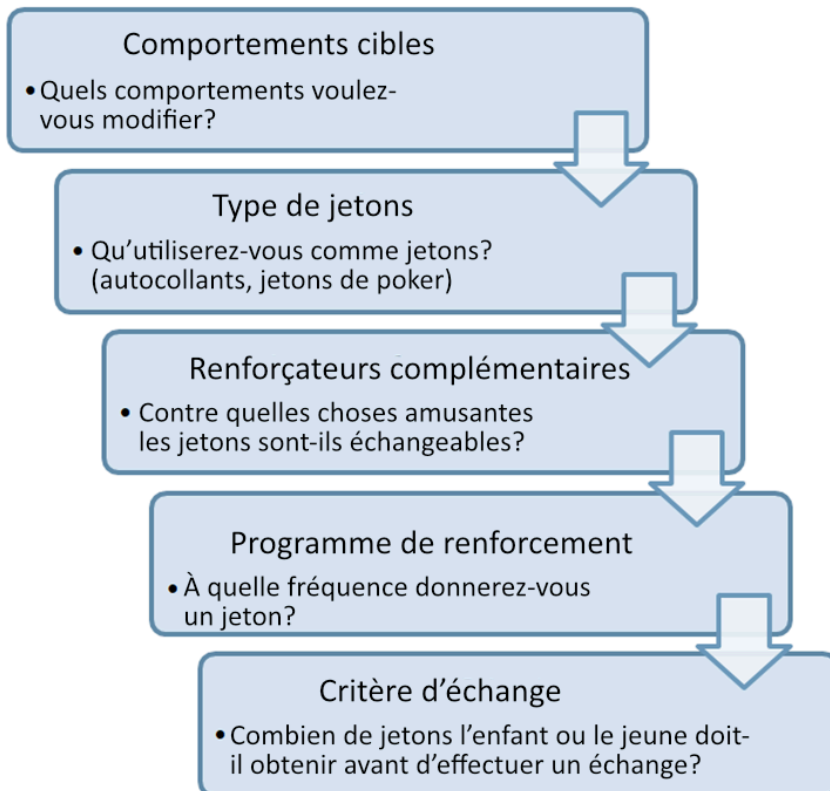
L'utilisation d'autocollants et de jetons

Système de jetons : Un enfant ou un jeune obtient des jetons lorsqu'il manifeste les comportements voulus. L'enfant ou le jeune peut ensuite échanger ses jetons contre des activités ou des choses, comme des jeux, du temps libre ou des sucreries.



Pour débiter

Prenez en considération tous les aspects des questions suivantes. Pour ce faire, consultez la page suivante.



Nous aidons les enfants à être des enfants!

Comportement cible

Vous devez savoir exactement quels comportements vous souhaitez modifier avant d'instaurer un système de jetons. Dressez la liste des comportements que vous voulez voir. Commencez par un petit nombre de comportements et par des choses qui sont relativement faciles pour l'enfant au moment où vous enseignez le système de jetons. Vous pouvez choisir un comportement que vous voulez voir augmenter (comme se brosser les dents) ou diminuer (par exemple crier).

Exemples

- Partager un jouet avec un frère ou une sœur.
- Faire son lit le matin avant d'aller à l'école.
- Mettre son assiette dans le lave-vaisselle après le souper.
- Ranger ses chaussures dans le placard à son arrivée à la maison après l'école.

Type de jetons



Tout peut servir de jeton! Voici quelques idées : des autocollants, un crochet sur une feuille de papier, un « billet », une photo laminée d'un personnage que l'enfant aime ou un jeton de bingo. Vous pouvez trouver des choses au magasin à un dollar.

Renforceurs complémentaires

Un « renforçateur complémentaire » désigne une activité ou un objet contre lequel un jeton peut être échangé. Assurez-vous de choisir quelque chose que l'enfant ou le jeune aime vraiment ou souhaite avoir. Si l'enfant ou le jeune peut communiquer, vous pouvez lui demander ce qu'il veut obtenir.

Programme de renforcement

Le programme de renforcement établit la fréquence à laquelle vous donnez un jeton. Vous devriez **toujours** commencer par :

1 comportement voulu = 1 jeton

À mesure que votre enfant ou votre jeune et vous maîtrisez le système de jetons, vous pouvez passer à :

2 comportements voulus = 1 jeton

Il ne faut pas aller au-delà de 3 à 5 comportements voulus pour 1 jeton. Si ça prend trop de temps pour obtenir un jeton, l'enfant perdra sa motivation!

Critère d'échange

Le critère d'échange détermine le nombre de jetons qu'il faut obtenir avant de pouvoir l'échanger contre un objet ou une activité. Vous devriez commencer par :

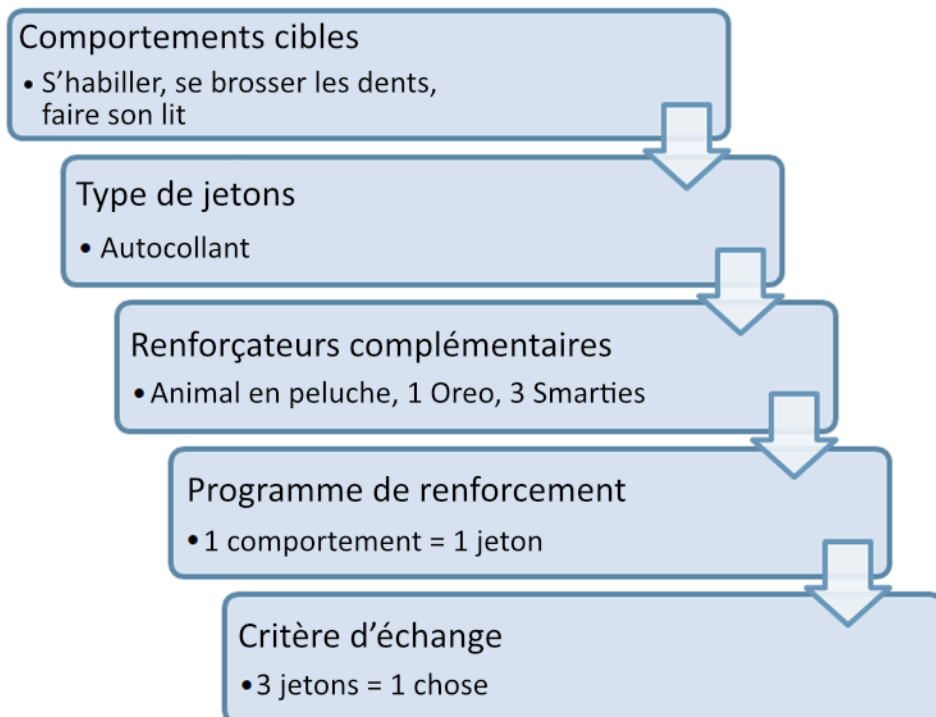
1 jeton = échange contre un objet ou une activité

Cette façon de faire aidera votre enfant ou votre jeune à apprendre le fonctionnement du système et à comprendre que les jetons équivalent à de bonnes choses! Le jeton « représente » ainsi quelque chose que l'enfant souhaite obtenir.

Après avoir utilisé le système de cette façon à quelques reprises, augmentez le nombre de jetons que l'enfant doit obtenir avant de pouvoir les échanger contre un objet ou une activité. La plupart des tableaux de jetons peuvent loger de 3 à 5 jetons.

Exemple

Dans cet exemple, les comportements cibles sont s'habiller, se brosser les dents et faire son lit. L'enfant obtiendra 1 autocollant pour chacun de ces comportements. S'il s'habille, il reçoit un autocollant. S'il brosse ses dents, il a droit à un autocollant. S'il manifeste les 3 comportements, il obtient 3 autocollants. Il pourra ainsi les échanger contre un animal en peluche, 1 Oreo OU 3 Smarties.



Quand le système de jetons ne fonctionne pas

- A. Regardez d'abord le nombre de comportements que votre enfant doit manifester avant de recevoir un jeton. Puis, considérez le nombre de jetons qu'il doit obtenir avant de pouvoir les échanger.
- Supposons que votre enfant doit manifester 4 comportements avant de recevoir un jeton et qu'il doit obtenir 4 jetons pour procéder à un échange – ça représente 16 comportements voulus!
 - Essayez de réduire soit le programme de renforcement, soit le critère d'échange.
- B. Votre enfant ne comprend peut-être pas le fonctionnement du système de jetons. Pendant un certain temps, vous voudrez peut-être retourner à :

1 comportement voulu = 1 jeton

et

1 jeton = échange contre un objet ou une activité

- C. Il se peut que les renforcements complémentaires aient perdu leur attrait. Vous devrez souvent faire une rotation de ceux-ci afin de vous assurer qu'ils demeurent motivants. Consultez le document « Évaluation des préférences » pour avoir des conseils sur la façon de déterminer les renforçateurs.

Vous voulez en savoir plus? Appelez-nous pour voir comment nous pouvons vous aider.

1 866 590-8822, appuyez sur le 1 pour fixer une rencontre dès aujourd'hui!



Les services et les mesures de soutien sont offerts en partenariat avec :