



Infoblatt für Belohnungssysteme/Verstärkerpläne

Vorbemerkung:

Belohnungssysteme sind wirksam, wenn einige Punkte beachtet werden. Belohnungen dürfen nur für Verhaltensweisen gegeben werden, nicht um die Beziehung zum Kind zu gestalten! (Eltern lieben ihr Kind immer, auch wenn es frech ist oder „Mist baut“). Der Aufbau einer positiven Verhaltensweise ist grundsätzlich besser, als der Abbau einer negativen Verhaltensweise.

1. Ein Belohnungssystem muss in Absprache und Information gegenüber dem Kind erfolgen. Am besten ist es, einen schriftlichen Vertrag zu schließen.
2. Das Verhalten, das belohnt (verstärkt) werden soll, muss klar beschrieben sein (z.B. um 20.00 h im Bett sein und nicht mehr rauskommen). Besser ist es (speziell am Anfang), wenn nur eine Verhaltensweise belohnt wird, bis dies klappt, dann kann ein Wechsel erfolgen. Natürlich können nur Sachen belohnt werden, die gesteuert werden können (z.B. ist eine bewusste Steuerung für nächtliches Einnässen nicht möglich).
3. Die Belohnung muss klar vorher festgelegt sein und für das Kind attraktiv sein (nur so lohnt es sich, dass das Kind sich anstrengt!). Es soll eine Belohnung sein, die vorher noch nicht bestanden hat. Ideal (aber manchmal nicht umsetzbar) ist eine Aktivität zusammen mit dem Kind (z.B. Eis essen gehen, ins Schwimmbad gehen..). Weniger ideal, aber möglich ist z.B. ½ h mehr PC-Zeit (o.ä.) zu geben.
4. Die Anzahl der Smilies oder Punkte, die für die Belohnung erreicht werden müssen, wird vorher festgelegt. Dabei muss berücksichtigt werden, wie lange ein Kind seine Bedürfnisse aufschieben kann. Anfangs sollte eher eine kleine Zahl von Smilies genügen. Die Smilies müssen nicht direkt hintereinander erworben werden. Die Anzahl der Smilies kann erhöht werden, wenn das Verhalten gut klappt. Manchmal ist es nötig, am Abend (oder am nächsten Morgen) schon die Belohnung zu geben.
5. Wenn es einen Tag nicht klappt, dann ist es nicht schlimm. Eltern können dann es zusammen mit dem Kind „bedauern“ („Schade, dass es heute nicht geklappt hat, morgen wird es sicher klappen, ich helfe Dir!“)
6. Wenn die Anzahl der Punkte erreicht ist, dann soll die Belohnung schnell erfolgen.
7. Wenn das Verhalten über längeren Zeitraum gut funktioniert, kann/sollte das Belohnungssystem beendet werden, eventuell kann dann ein neues, weiteres Verhalten trainiert werden.
8. Es ist nötig, dass neue erlernte Verhalten nach Ende des Belohnungsplanes ab und zu zu belohnen, damit es weiter klappt (intermittierendes Verstärken)