

# Comment utiliser un système de jetons

## Étapes du programme

1. Se procurer des jetons de couleurs différentes
  - a) Pour des enfants de 4 à 7 ans: jetons
  - b) Pour des enfants de 8 ans et plus: points
  - c) Pour des enfants de 4 à 5 ans: chaque jetons (peu importe la couleur) représente un point
  - d) Pour des enfants de 6 à 8 ans: Jeton blanc: 1pt / bleu = 5 points / Rouge = 10 pts.
  - e) Créez un tableau pour représenter le système de points (jetons et valeurs). Affichez ce tableau visible pour votre enfant.
2. Expliquez à l'enfant votre nouveau système





# Comment utiliser un système de jetons

## Étapes du programme

3. Créez avec votre enfant une petite banque pour les accumuler. Ayez du plaisir à la créer avec votre enfant.
4. Faites avec votre enfant une liste de privilèges
  - Au moins 15 avec des activités:
    - Spéciales (cinéma, acheter un jouet, parc d'amusement, amis qui dort à la maison)
    - Régulières (télévision, jeux vidéo, tour de vélo, etc.)
5. Faites une deuxième liste de corvées et du nombre de points que chaque corvée accorde (4-5 ans= 1 à 3 jetons / 6-8 ans = 1 à 10 jetons).
  - Exemple: Servir et desservir la table, nettoyer la chambre, faire le lit, vider les poubelles, s'habiller à temps pour l'école, broser les dents, prendre un bain ou toutes autres tâches qui causent normalement problème.



# Comment utiliser un système de jetons

## Étapes du programme

6. Prenez le temps de calculer combien de jetons en moyenne votre enfant gagnera par jour PUIS utiliser le 2/3 des points pour déterminer le coût d'un privilège moyen.
7. Dites à votre enfant qu'il aura la possibilité d'obtenir des jetons boni s'il fait la tâche bien, vite et avec une bonne attitude, MAIS à donner occasionnellement quand la tâche a été accomplie de manière excellente.
8. Dites à votre enfant que la tâche doit être fait sans que vous ayez besoin de répéter la consigne sinon pas de jetons.
9. Donnez des jetons spontanément si vous voyez de bons comportements se manifester même si ceux-ci ne sont pas sur la liste.
10. NE PAS RETIRER DE JETONS !!
11. Mise à jour mensuelle

# Comment utiliser un système de points

## Étapes du programme

1. Procurez vous un livre et inscrivez y ces trois colonnes: Date, item, dépôt, retrait, balance.
2. Pour chaque tâche, accordez entre 5 à 25 points pour les tâches quotidiennes. Jusqu'à 200 points pour les grosses tâches.
3. Normalement, 15 points pour chaque 15 minutes de tâche.
4. Mise à jour à chaque mois.