

# CONTRATTO COMPORTAMENTALE

Tecnica di modifica del comportamento in cui genitori e figli collaborano, negoziano e si confrontano per raggiungere un accordo **chiaro, osservabile e concreto**.



# CONTRATTO COMPORTAMENTALE

DEVE ESSERE SCRITTO E FIRMATO.

# 4 FONDAMENTI DEL CONTRATTO

## 1. OBIETTIVO DEVE ESSERE DEFINITO IN MODO OPERAZIONALE:

- CHIARO e SPECIFICO
- IN POSITIVO
- MISURABILE
- RAGGIUNGIBILE

**NO:** comportarsi bene, studiare bene, NO stanza disordinata, non andare a dormire tardi ecc

**SI:** mantenere un tono di voce basso, rispondere in modo educato ai famigliari, studiare dalle... alle ... , fare le mappe mentali, fare la pianificazione settimanale e giornaliera, ordine vuol dire ..., alla play si gioca dalle 18 alle 19 ecc...



# 4 FONDAMENTI DEL CONTRATTO

## 2. CONSEGUENZE POSITIVE

- SOCIALI
- MATERIALI
- DINAMICI
- RAVVICINATI NEL TEMPO



# 4 FONDAMENTI DEL CONTRATTO

## 3. CONSEGUENZE NEGATIVE

- VI **SCONSIGIO** DI TOGLIERE LO SPORT
- SCEGLI LE **CONSEGUENZE** CHE RIESCI A METTERE IN ATTO E **MANTENERE** LA PAROLA

Es. niente cellulare/play/computer per un tot di giorni, rientri a casa 1 ora prima nel weekend oppure non esci finché non hai finito di studiare e controlliamo tutto insieme, non vai alla festa del compleanno



# 4 FONDAMENTI DEL CONTRATTO

## 4. FIRMA

IL CONTRATTO DEVE ESSERE FIRMATO DAI RAGAZZI E DAI GENITORI.

