

Orientacions per a l'ús de la pissarra J0 PUC!

1. Expresseu de manera clara i concisa quin objectiu (quina conducta) es vol assolir i escriviu-lo a les caselles de l'esquerra.
2. Comenceu amb un o dos objectius; us recomanem de no fixar-ne mai més de quatre alhora.
Alguns **exemples d'objectius** possibles: *rentar-se les dents, posar la roba per rentar, fer els deures en l'horari establert, portar l'agenda a casa, preparar la cartera, no cridar, respectar el torn, etc.*
3. Establiu clarament què s'aconseguirà quan s'assoleixin els objectius. És important utilitzar reforços positius, tant per mantenir la motivació del nen/a durant la setmana, com per consolidar els assoliments.
4. Especifiqueu, per cada objectiu, quan s'obté un 0, un 1 o un 2.
5. Determineu quina puntuació cal obtenir per aconseguir la recompensa que s'ha establert.
6. Feu una valoració diària amb el nen/a de l'assoliment dels objectius fixats. Al final de la setmana, sumeu els punts aconseguits i mantingueu el què s'hagi acordat.

Exemples de reforços positius

- a) **Socials:** comentari positiu, reconeixement de la tasca, somriure, felicitació, elogi, contacte físic (petó, abraçada, encaixada de mans, copet a l'esquena...), expressió de satisfacció, reconeixement individual (davant els germans/els companys de classe), reconeixement col·lectiu (família/companys), posar-lo d'exemple, triar-lo per determinades activitats, donar-li atenció, donar-li un punt extra, etc.
- b) **D'activitat:** sortir a jugar un temps establert (al parc/pati), gaudir de temps lliure, seure al costat de..., llegir, escoltar música, ser l'encarregat de... (repartir material, esborrar la pissarra, ajudar el professor...), fer encàrrecs, ser el primer en..., fer algun esport, temps de descans, jocs didàctics, jocs recreatius (ordinador, *wii*... millor si pot ser amb algú, en tot cas establir el temps que es podrà fer servir), reducció de les tasques que li costen, ampliació de les tasques que li agraden, sortir a la pissarra, compartir quelcom amb un germà/company, cantar, ballar, representar, demostrar habilitats, explicar acudits, dirigir el joc o les activitats de grup, xerrar (explicar una pel·lícula, esdeveniments...), etc.
- c) **Materials:** joguines, cromos, còmics, revistes, retallables, material per fer manualitats (plastilina, fang, pintures, papers...), material d'escriptura (retoladors, llapis colors, llibretes...), globus, pilotes, clauers, adhesius, cartells, llibres (d'imatges, de lectura, de l'interès del nen/a...), trencaclosques, puzles, construccions, jocs recreatius, etc.

L'objectiu final és passar de la **motivació externa** (pares > pissarra > reforços positius), a l'**automotivació interna**.

Exemples de reforçadors interns

Sentiment d'orgull, satisfacció per la feina feta; ser més ràpid/millor en..., tenir pensaments positius (*Ho he fet bé!, Fantàstic!, Aconseguit!, Ho estic aconseguint!, Realment sóc capaç de..!, He millorat!, Es fixen en mi!, Vaig bé!, Sóc un artista!, Sóc un crack!*), sentiment de superació d'un repte, tenir el mestre o els pares contents, experimentar un èxit, sentir-se bé amb si mateix, sentir-se capaç, etc.

Aquests pensaments i sentiments haurien de ser suficient per mantenir la conducta desitjada un cop s'hagi incorporat i automatitzat.

En l'àmbit **escolar** es pot fer servir la pissarra per treballar actituds, objectius i reptes de grup.