

„So läuft's rund Zuhause“

Verhaltensvertrag zwischen

&

In diesem Vertrag regeln meine Eltern und ich, wie wir Zuhause gut miteinander zurechtkommen

1. Meine Aufgaben in der Schule (die wichtigsten, GEMEINSAM vereinbarten Punkte kreuze ich an)

- Ich schreibe meine Hausaufgaben in der Schule auf, erledige sie selbstständig und zeige Mama oder Papa abends sowohl das, was ich zu erledigen hatte als auch das, was ich erledigt habe.
- Anstehende Klassenarbeiten und Vokabeltests schreibe ich auf und teile sie Zuhause mit (Mama oder Papa haken ab, dass sie die Termine gesehen haben)
- Einmal in der Woche erzähle ich freiwillig, z.B. beim Abendessen, was in der Schule so passiert ist. Meine Eltern dürfen mich daran erinnern, wenn ich das einmal vergessen sollte.
- Ich packe meine Schultasche für den nächsten Tag immer am Abend vorher.
- Wenn etwas kaputt gegangen ist oder ich etwas verloren habe, berichte ich sofort davon
- Ich nehme mir jeden Tag eine halbe Stunde Zeit für die Schule, auch wenn ich keine Hausaufgaben auf habe (Vokabeln lernen, Mappen sortieren oder was mir gerade einfällt)

Gern würde ich das einfach mal ausprobieren, wenn es möglich ist:

Hobby	Möglich? Wann?	Nicht möglich? Warum

4. Das stört mich an meinen Eltern und das wünsche ich mir, das sie verändern. Ich darf hier ganz ehrlich sein, ohne dass meine Eltern traurig oder eingeschnappt sind

Was mich stört	Was ich mir wünsche	Was sie dazu sagen

5. Lob und Konsequenzen

Wenn ich mich nicht an Regeln halte, vereinbaren wir GEMEINSAM folgende Konsequenzen, (es müssen nicht alle auf einmal zum Tragen kommen)

- _____
- _____
- _____
- _____

Einmal am Wochenende sprechen wir kurz darüber, ob alles klappt. Wenn wir gut miteinander zurechtkommen, versprechen meine Eltern mich zu loben:

Als mögliches Lob reichen manchmal nette Worte und Anerkennung. Für einen extra Bonus vereinbaren wir folgende Möglichkeiten, die mir wichtig sind (z.B. Taschengeldzuschlag, längere Fernsehzeit, eine neue App, ...).

- _____
- _____
- _____
- _____

Dieser Vertrag wurde gemeinsam besprochen, wird von meinen Eltern verwahrt und gilt ab heute. Von Zeit zu Zeit werden wir ihn anpassen, bis wir keinen Vertrag mehr brauchen das entscheiden meine Eltern:

Datum, meine Unterschrift

Datum, Unterschrift meiner Eltern