

Endringsavtale

Avtale mellom _____ og _____

Gjeldende for perioden _____ / _____ – _____ / _____

1. Hva vil vi oppnå med denne avtalen?

Et mål pr. periode er nok. Ved målvalg og målarbeid kan vi alltid satse på sideeffekter ved måloppnåelse. Husk at mål skal være målbare. Det vil si at de må være konkrete og ikke inneholde ordet «ikke». Eksempel: Henrik skal møte forberedt på skolen 3 dager neste uke.

2. Hva skal jeg (spilleren) gjøre som er nytt og annerledes?

Dette punktet i avtalen må være konkret og beskrivende på handling/atferd. Eksempel: Spille etter at lekser er utført. Ha spillefri onsdag og torsdag. Si fra til de på laget mitt at jeg ikke kan spille onsdag og torsdag.

3. Hvordan kan andre se at jeg jobber med dette?

Dette punktet i avtalen er en beskrivelse av det som spilleren selv tenker at omgivelsene kommer til å legge merke til av endringer. Legg merke til at både virtuelle og virkelige verdens omgivelser er representert. Eksempel: De jeg spiller sammen med ser at jeg ikke er logget på før kl 18.00. Andre ser at jeg er på skolen. De andre ser at jeg rekker opp hånda for å svare på spørsmål.

4. Hjelp jeg trenger for å nå mitt mål:

Punktet er en beskrivelse av den hjelp spilleren selv tenker at han/hun vil trenge for å kunne nå sitt mål. Snakk gjerne om hvordan og fra hvem. Eksempel: At spør hvordan det har gått hver dag. Ros og positiv oppmerksomhet på at læreren ser at jeg rekker opp hånden og ber meg svare.

5. Hvordan kan jeg sabotere mitt arbeid for å nå mine mål?

Punktet er en beskrivelse av hvordan spilleren selv har erfart eller tenker seg å kunne sabotere arbeidet sitt. Eksempel: Ved å krangle med de hjemme om spilling. Ved å spille før leksene er gjort.

6. Er målet nådd?

Ja Delvis Nei

Avtalen evalueres. Ved delvis eller ikke oppnådde mål er det mest effektivt å utforme nye mål ut fra det som hindret måloppnåelse. F.eks. Hvis det som hindret meg i å nå mitt mål var at jeg ikke spurte om hjelp når det var noe jeg ikke forsto, vil mål for neste periode kunne være: spørre om hjelp tre ganger.

Evt. barrierer for måloppnåelse: