

## Hvað gerir ART teymið ?

Í ART teyminu starfa starfsmenn með mikla þekkingu og reynslu af meðferðarmálum.

ART teymið heldur utan um ART starf á Suðurlandi. Starfsmenn teymisins halda námskeið, veita ráðgjöf og handleiðslu til skóla, félagsþjónustu og foreldra.

ART teymið veitir fjölskyldum einstaklingsmiðuð viðtöl þegar börnum er vísað í ART meðferð.

### SJÁLFSTJÓRNAR- HRINGUR



#### DEMPARAR

- Áminningar áður - á meðan - á eftir
- Anda djúpt
- Telja afturábak
- Hugsa jákvætt

### 1. FÉLAGSFÆRNIÞJÁLFUN

Nemendum eru kennd jákvæð samskipti í daglega lífinu. Unnið er kerfisbundið með tiltekin atriði. Þetta er gert með umræðum, hlutverka-leikjum og ýmis konar verkefnum.

### 2. SJÁLFSTJÓRNUN

Nemendur læra að bregðast við árekstrum með því að þekkja:

hvað kveikir reiði þeirra,

hvað gerist innra með þeim þegar þau reiðast, hvernig þau eru vön að bregðast við og

hvaða afleiðingar það hefur.

Þeim er kennt að rjúfa ferlið með ýmsum aðferðum og innleiða nýjar samskiptaleiðir (félagslega færni).

### 3. EFLING SIÐFERÐIS

Nemendur rökræða undir stjórn þjálfara út frá sögum (klípusögum) þar sem fyrir koma siðferðileg álitamál. Þetta eru annars vegar sögur sem tilheyra námsefninu og hins vegar sögur úr reynsluheimi barnanna sjálfra.

Art teymið á Suðurlandi – Austurvegi 56, Selfossi. S.480 8200  
sigridur@isart.is—www.isart.is



## ART þjálfun á Suðurlandi

Bætt samskipti  
Betri líðan



Félagsfærni, sjálfstjórn og siðferðisvitund er öllum börnum mikilvæg til að geta átt góð samskipti og eignast vini.

ART er vel afmörkuð og árangursrík aðferð til að draga úr erfiðri hegðun hjá börnum og ungu fólki, t.d. þeim sem greinst hafa með ýmis konar þroskaraskanir, ofvirkni og alvarlegar atferlistruflanir. ART hjálpar öllum að eiga árangursrík samskipti og að þekkja tilfinningar sínar.

Að baki ART er sú hugmyndafræði að reiði eða „árásarhegðun“ eigi sér margvíslegar orsakir. Þrennt er þó áberandi hjá þeim sem eiga erfitt með að hemja reiði sína:

- Slök félagsleg færni
- Trú á að reiðin sigri allt
- Slakur siðferðisþroski

Rannsóknir sýna að með því að vinna markvisst og samhliða með félagsfærni, sjálfstjórnun og siðferðisþroska er hægt að hjálpa börnum og fullorðnum að bæta samskipti.

## ART í skólum

Í raun hefðu allir gott af því að læra ART og sums staðar í nágrennalöndum okkar er ART hluti af námsefni allra. Það er það sem við köllum bekkjar-ART eða deildar-ART.

ART er gott stjórn tæki til að ná fram jákvæðum aga. Í skólum er ART notað á margvíslegan hátt en mikilvægast er að allir nota sömu hugmyndafræði. Almenn er hægt að kenna börnum ART frá fjögurra ára aldri.

Bekkar-/deildar-ART er notað til að vekja börn til umhugsunar um þau hugtök sem notuð eru um félagsfærni, sjálfstjórnun og siðferðisvitund, kenna þeim að þekkja tilfinningar sínar og setja sig í spor annarra. Unnið er með hópinn í hlutverkaleikjum og klípusögum. Lykilatriði er hafa vinnuna líflega og skemmtilega og að nemendum finnist eftirsóknarvert að komast í ART þjálfun.

Einstaklingsmiðað ART er notað þegar það á við. Þá er unnið í teymisvinnu með barninu, kennara/kennurum og foreldrum barnsins. Stjórn meðferðarvinnunnar er þá í höndum ART teymis.



## ART fyrir fjölskyldur

Fjölskyldur geta fengið aðstoð ART teymisins. Hér gefst foreldrum tækifæri á að verða ART þjálfarar barna sinna.

Um er að ræða 12 vikna námskeið, þar sem fjölskyldurnar hitta teymið einu sinni í viku. Á þeim tíma geta fjölskyldur eða einstakir fjölskyldumeðlimir fengið einstaklingsviðtöl og ráðgjöf teymisins.

Farið er yfir helstu atriði félagsfærni, sjálfstjórnar og siðferðis og foreldrum kenndar aðferðir til að ná jákvæðum aga og eiga árangursrík og góð og samskipti við barnið/börnin.