



Áfangaskýrsla

ART verkefnið á Suðurlandi

Starfsárið 2023

Katrín Prastardóttir

Verkefnastjóri

Efnisyfirlit

INNGANGUR	3
MARKMIÐ	3
AÐSÓKN	3
AÐFERÐIR	4
TILRAUNAVERKEFNI 2023	5
FJÖLSKYLDU ART – FJARMEDFERÐ	5
FORELDRA ART	6
INNTÖKURÁÐ	6
NIÐURSTÖÐUR	6
SVÖR FORELDRA	7
SVÖR BARNA	11
LOKAORÐ	14
VIÐAUKI I	16
SPURNINGALISTI FYRIR FORELDRA	16
SPURNINGALISTI FYRIR BÖRN	18
VIÐAUKI II	20
FJÖLSKYLDU-ART Í FJARMEDFERÐ	20
TILRAUNAVERKEFNI UNNIÐ 2023	20
SAMVINNA VIÐ SKÓLA	21
ÁRANGUR.....	21
HVAÐ HÖFUM VIÐ LÆRT AF REYNSLUNNI OG HVERJU VILJUM VIÐ MÖGULEGA BREYTA NÆST.	22
VIÐAUKI III	23
FORELDRAHÓPUR Í FJÖLSKYLDU ART	25
ÞÁTTTAKENDUR	25
HVAÐ HEFÐI MÁTT FARA BETUR	26
ÁRANGUR.....	26
DAGSKRÁ FJÖLSKYLDU ART:	26
ÚRBÆTUR.....	27

Inngangur

Aggression Replacement Training eða ART er þrjúþætt hugrænt – atferlis inngríp sem hefur það að markmiði að fyrirbyggja ofbeldi og kenna aðrar leiðir til að leysa samskipta-, tilfinninga- og hegðunarvanda. ART þjálfun byggir á þremur meginþáttum, þjálfun í félagsfærni, sjálfstjórn og siðferði. Á Íslandi er ART þjálfun víða í leik- og grunnskólum, sumum framhaldsskólum og á meðferðarheimilum. Þá hefur ART þjálfun verið notuð í starfsendurhæfingarstöðvum landsins. ART þjálfun í leik- og grunnskólum hefur mikið forvarnargildi auk þess að styðja við þau börn sem sækja Fjölskyldu ART til teymisins. ART teymið heldur ART réttindanámskeið um allt land fyrir alla þá sem vinna með börnum eða ungmennum. Árið 2023 voru haldin fimm ART réttindanámskeið með alls 90 þátttakendum.

Árið 2023 hafa 54 fjölskyldur fengið þjónustu hjá ART teyminu á Suðurlandi. Hafa þessar fjölskyldur verið í Fjölskyldu ART meðferð, flestar fjölskyldurnar í hópi en sumar í einstaklingsmeðferð. Börnin hafa samhliða fengið ART þjálfun í skólanum og hafa starfsmenn teymisins að auki séð um handleiðslu fyrir þá starfsmenn skólanna sem vinna með börnunum. Til viðbótar við þessar 54 fjölskyldur voru 23 fjölskyldur í eftirfylgni á vorönn 2023 en þær hófu meðferð á haustönn 2022.

Markmið

Meginmarkmið úrræðisins er að styrkja og styðja við fjölskyldur barna með hegðunar- og/eða tilfinningavanda með því að efla félagsfærni þeirra, sjálfstraust, samskiptafærni og aðlögun í félagslegu umhverfi. Markmiðið er að allir í fjölskyldunni njóti góðs af úrræðinu og að bæði foreldrar og börn nái bættri tilfinningastjórnun og gangi betur í samskiptum jafnt innan heimilisins sem utan.

Aðsókn

Á undanförunum árum hefur aðsókn í þjónustu hjá teyminu stigmagnast og er nú svo komið þegar þessi skýrsla er rituð að teymið er langt frá því að anna eftirspurn. Á árinu 2023 sóttust 69 fjölskyldur eftir að komast í Fjölskyldu ART og voru 53 sem fengu þjónustu. Það sem af er ári 2024 hafa 82 fjölskyldur óskað eftir að komast í Fjölskyldu ART. Þar af fengu 28 þjónustu nú á vormánuðum og munu 30 aðrar fá þjónustu á haustönn.

Aðsókn á ART réttindanámskeið hefur einnig aukist. Þrátt fyrir að hafa fjölgað námskeiðum úr um það bil 3-4 á ári upp í 6-8 á ári eru enn öll námskeið fullbókuð og komast færri að en vilja. Þá er einnig mikill áhugi um landið á að fá teymið í heimabyggð með réttindanámskeið og annar teymið ekki eftirspurn þar en hefur einsett sér að sinna að minnsta kosti einni slíkri fyrirspurn á ári.

ART hefur fest sig vel í sessi hér á Suðurlandi og víðar um land þegar litið er til ART þjálfunar í skólaumhverfinu. Hefur ART teymið sýnt fram á mikinn árangur í vinnu með fjölskyldum og í vinnu innan skólakerfisins og er því að mati teymisins aðkallandi að auka við stöðugildi til þess að anna eftirspurn og hjálpa sem flestum fjölskyldum með snemmtækri íhlutun. Starfsmenn teymisins hafa fundið fyrir miklum áhuga fagfólks á að læra Fjölskyldu ART og er markmið fyrir 2025 að setja af stað þróunarverkefni til þess að kenna öðru fagfólki. Til þess að það markmið verði að veruleika er einnig mikilvægt að aukið sé um stöðugildi. Frá því teymið tók til starfa hafa verið 3 stöðugildi, þrátt fyrir að umsvifin hafi aukist umtalsvert hefur því ekki verið breytt. Nú er svo komið að fjöldi starfsmanna aftrar framþróun verkefnisins og biðjum við því þá sem lesa þessa skýrslu að íhuga það gaumgæfilega.

Aðferðir

ART fjölskyldumeðferð er 12 skipta hópmeðferð sem stendur yfir tvær annir. Fyrstu tíu skiptin eru á fyrri önninni og síðustu tvö á þeirri seinni og eru þau hugsuð sem eftirfylgni og hvatning. Raðað er í hópa eftir aldri barna en stundum vegur búseta líka inn í því landshlutinn er fremur víðfeðmur. Miðað er við fjórar til sex fjölskyldur í hóp. Í sumum tilfellum hefur fjölskylda ekki tök á að vera í hópi. Það getur til dæmis verið vegna félagslegra erfiðleika eða búsetu. Í þeim tilfellum býður teymið upp á einstaklingsmeðferð fyrir fjölskylduna sem er með sama sniði og hópmeðferðin. Eftir að tilvísun í Fjölskyldu ART hefur verið samþykkt af inntökuráði eru foreldrar og/eða forráðamenn boðaðir í greiningarsamtal. Markmið þess er að kortleggja vanda fjölskyldunnar svo hægt sé að sníða prógrammið að henni.

Fjölskyldu ART hefst á því að foreldrar mæta í hópinn án barna sinna. Sá háttur er hafður á í fyrstu fjórum tímunum. Þar fá foreldrar fræðslu um hugmynda- og aðferðafræði ART. Fjölskyldurnar fá fjölbreyttar heimaæfingar og byrja strax að innleiða nýjar aðferðir í samskiptum og tilfinningastjórnun á heimilið. Lögð er áhersla á mikilvægi þess að foreldrar séu sjálfir að æfa sig í að nýta verkfærin sem lögð eru inn og nota þá færni í samskiptum sem

börnin eiga að nota. Foreldrar eru fyrirmyndir barna sinna í samskiptum og því áriðandi að þeir fylgi sjálfir aðferðunum.

Í fimmta til tólfta tíma koma börnin og systkini þeirra með og vinna með foreldrum bæði í tímunum og heima. Allir sem taka virkan þátt í uppeldi barnsins eru hvattir til að mæta. Það geta verið stjúeforeldrar, eldri systkini, ömmur og afar svo eitthvað sé nefnt. Á meðan fjölskylda er í ART fjölskyldumeðferð hafa meðlimir hennar aðgang að sínum ráðgjafa sem gjarnan er hópstjóri hópsins. Fjölskyldumeðlimir geta fengið samtöl við ráðgjafann eða ART þjálfun fyrir barnið sitt á skólatíma. Á þeim tíma er ráðgjafinn jafnframt í samvinnu við skóla barnsins til þess að styðja við yfirfærslu á nýrri færni út í fleiri aðstæður. Eigi fjölskyldur erfitt með að vera í hópi einhverra hluta vegna stendur þeim til boða að sækja Fjölskyldu ART utan hópa hjá sínum ráðgjafa.

Árið 2023 voru 54 börn ásamt fjölskyldum sínum í Fjölskyldu ART hjá teyminu með ýmsan vanda. Þar má nefna ADHD, einhverfu, tengslavanda, depurð, kvíða ofl. Spurningalistar voru lagðir fyrir foreldra og börn eftir 10 skipti í fjölskyldu ART.

Tilraunaverkefni 2023

Í byrjun árs 2023 fór ART teymið af stað með tvö tilraunaverkefni. Bæði voru hugsuð til þess að bæta þjónustu teymisins við íbúa á Suðurlandi. Annað þeirra kallaði teymið foreldra ART og hitt fjarþjónustu.

Fjölskyldu ART – Fjarmedferð

Í janúar 2023 var í fyrsta skiptið boðið upp á ART fjölskyldumeðferð í fjarþjónustu.

Markmiðið með verkefninu var að bjóða fjölskyldum í Vestur-Skaftafellssýslu upp á bætt aðgengi að þjónustu ART teymisins og síðan í framhaldi skoða möguleika á þjónustu við sveitarfélög enn austar. Sveitarfélagið Hornafjörður og Vestmanneyjabær eru sveitarfélög innan Samtaka sunnlenskra sveitarfélaga sem hafa ekki tekið þátt í ART verkefninu sem skýrist af staðsetningu. Með þessu tilraunaverkefni vonast teymið til að geta sinnt betur Vestur-Skaftafellssýslu og jafnvel hafið þjónustu við Hornafjörð og Vestmanneyjabæ.

Tilraunin heppnaðist vel og var árangur af verkefninu. Stendur íbúum Vestur-Skaftafellssýslu til boða að nýta sér úrræðið en hefur það ekki verið nýtt meira þegar þessi skýrsla er rituð. Í viðauka II má sjá skýrslu um tilraunaverkefnið.

Foreldra ART

Undanfarin ár hefur ART teymi Suðurlands mælt aukna aðsókn í úrræðið frá foreldrum barna á leikskólaaldri sem og ákall frá fagfólki innan leikskóla um aðgang að úrræðinu. Viðmiðið undanfarin ár hefur verið að börn á elsta ári í leikskóla geti sótt Fjölskyldu ART ásamt foreldrum sínum. Hefur þessum börnum vegnað misvel í hóptímum en með tilliti til aldurs þeirra þá er eðlilegt að þroski þeirra leyfi ekki að þau geti haldið einbeitingu allan tímann. Voru starfsmenn teymisins sammála um að það myndi krefjast mikillar athygli foreldra að halda börnum sínum við efnið og stýra hegðun þeirra í þessum aðstæðum. Við þessar vangaveltur vaknaði sú hugmynd af fara af stað með foreldrahóp í Fjölskyldu ART. Við undirbúning inntökuráðs í desember árið 2022 var tekin ákvörðun um að fara af stað með tilraunaverkefnið *Fjölskyldu ART, foreldrahópur*.

Mikil ánægja var með tímana, bæði hjá þátttakendum og þjálfurum. Allir foreldrar merktu framfarir hjá sjálfum sér og sínum börnum. Þá voru þjálfarar sammála um að foreldrar hefðu vaxið og einnig að foreldrar hefðu umtalsvert betri forsendur til þess að tileinka sér efnið þegar þeir þurftu ekki að setja orku í að halda barninu sínu við efnið og halda uppi aga hjá þeim í tímunum. Því var teymið á einu máli um að halda áfram uppteknum hætti, þ.e. að fá foreldra barna á þessum aldri í tíma án barna. Í viðauka III má sjá skýrslu um tilrauna-verkefnið.

Inntökuráð

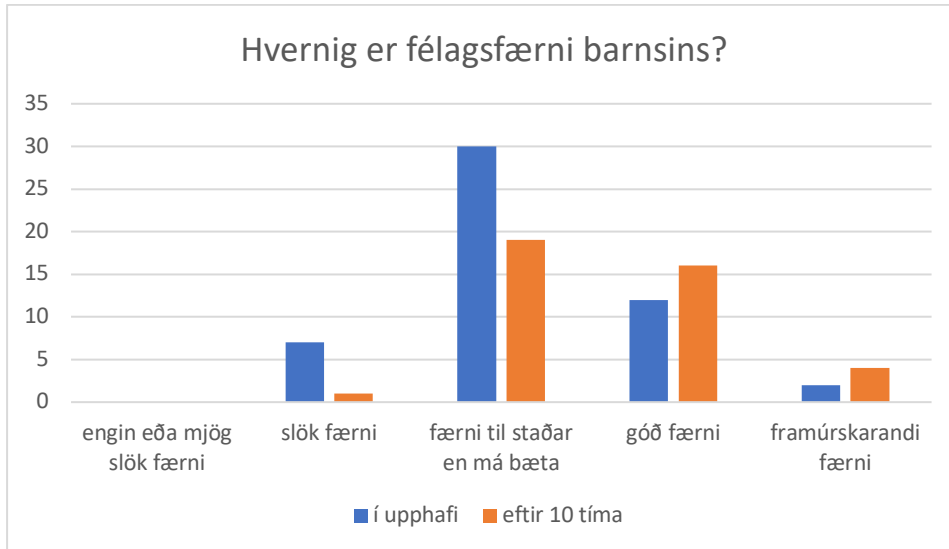
Inntökuráð ART teymis vinnur úr tilvísunum sem berast til teymisins frá leik- og grunnskólum og félags- og skólaþjónustum. Ráðið aflar upplýsinga frá skóla barnsins, foreldrum, skóla- og félagsþjónustu eftir því sem við á hverju sinni. Í ráðinu sitja verkefnastjóri ART teymis, ráðgjafar teymisins og handleiðari. Inntökuráð fundar í desember og maí ár hvert og nýjar fjölskyldur hefja Fjölskyldu ART meðferð í janúar og ágúst. Hugrún Vignisdóttir sálfræðingur og eigandi Zen sálfræðistofu handleiddi teymið árið 2023.

Niðurstöður

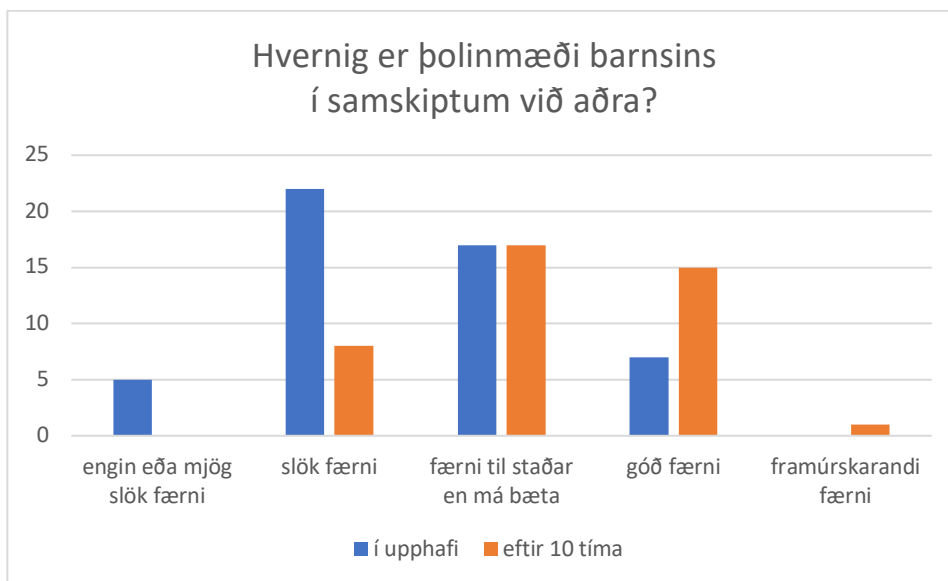
ART teymið hefur undanfarin ár lagt spurningalista fyrir þátttakendur að tíu skiptum loknum. Sú nýjung var gerð árið 2023 að spurningar voru lagðar fyrir í greiningarsamtali og aftur að tíu skiptum loknum. Þátttökubörn svara spurningalista að 10 skiptum loknum.

Spurningalistana má finna í viðauka 1. Hér að neðan eru svör foreldra og barna. Hafa ber í huga að um huglægt mat þátttakenda er að ræða.

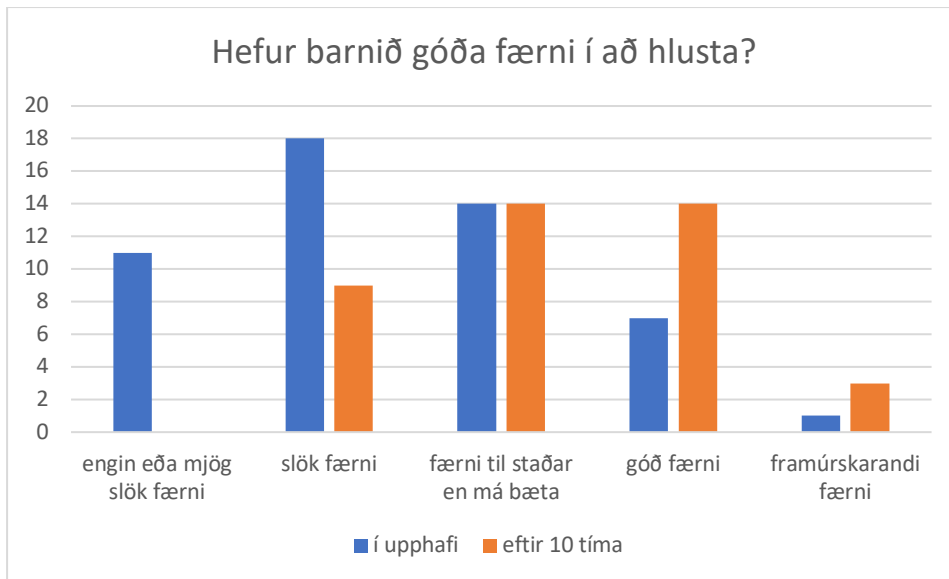
Svör foreldra



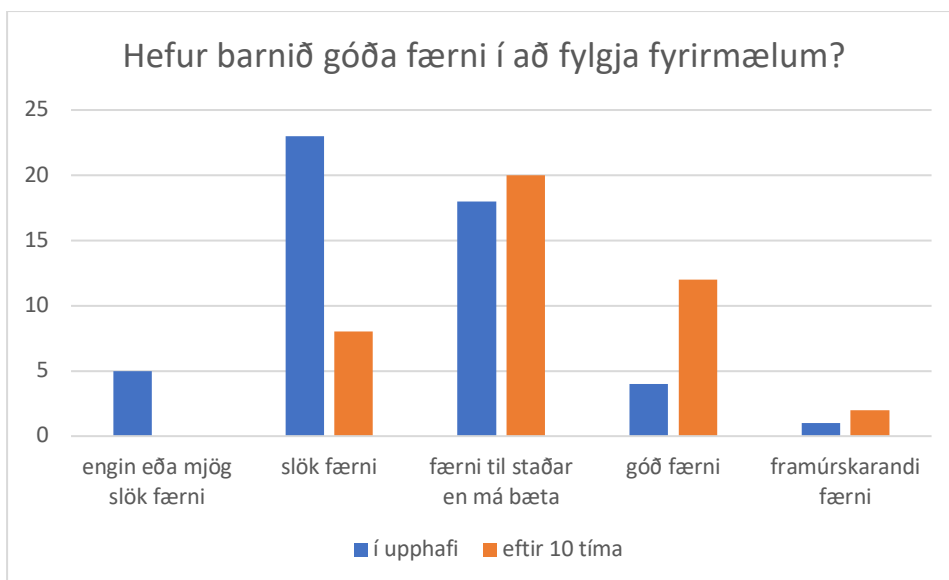
Mynd 1: Samskiptafærni þátttökubarna að mati foreldra.



Mynd 2: Þolinmæði þátttökubarna í samskiptum að mati foreldra

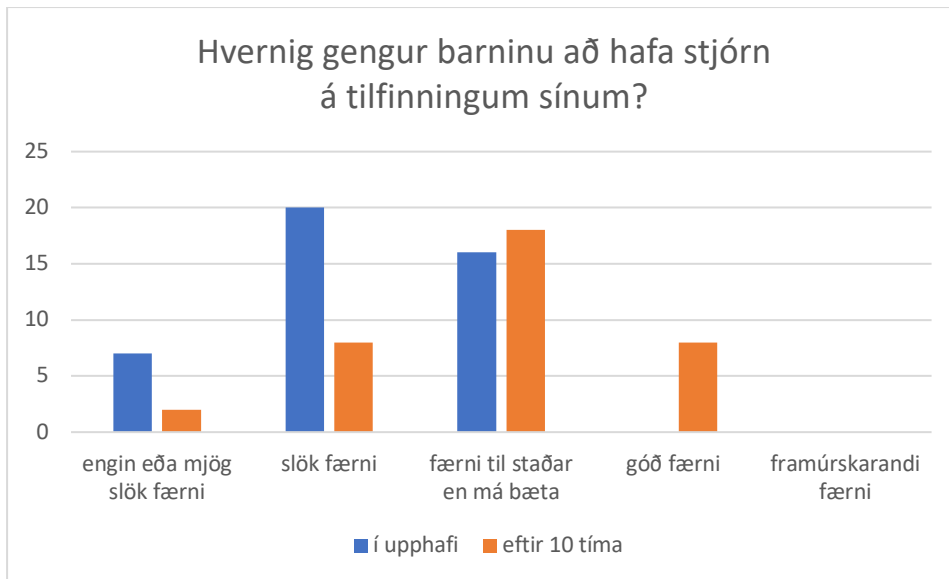


Mynd 3: Færni þátttökubarna í að hlusta



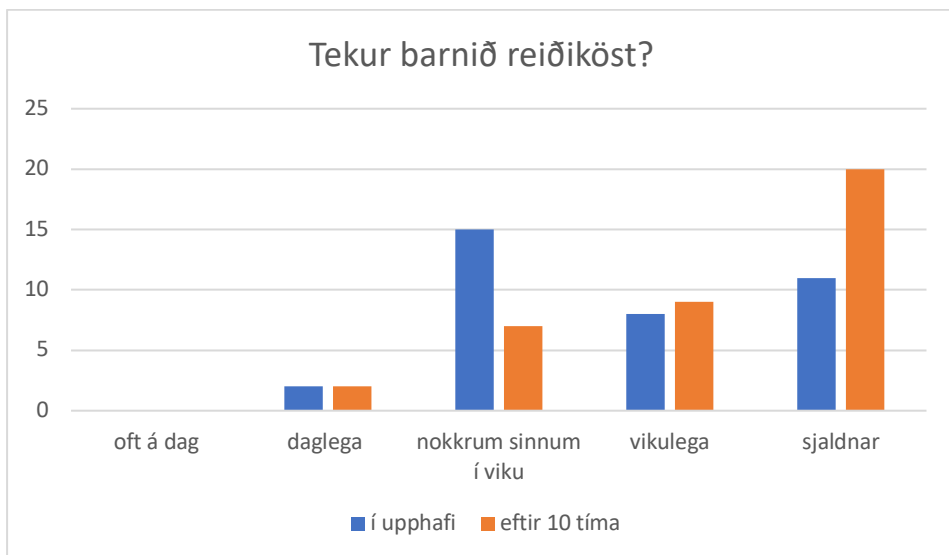
Mynd 4: Færni þátttökubarna í að fylgja fyrirmælum

Út frá svörum foreldra má draga þá ályktun að almenn ánægja sé með fjölskyldu ART úrræðið. Þegar heildin er skoðuð má sjá að framfarir eru í félagsfærni þátttökubarna. Á myndum 1 – 4 er spurt út í félagsfærni og sést þar að foreldrar merkja framfarir hjá börnum sínum. Börnin hafa öðlast meiri færni í að hlusta, fylgja fyrirmælum og einnig er aukin þolinmæði í samskiptum en í ART er lögð rík áhersla á grunnfélagsfærniþætti bæði fyrir foreldra og börn.

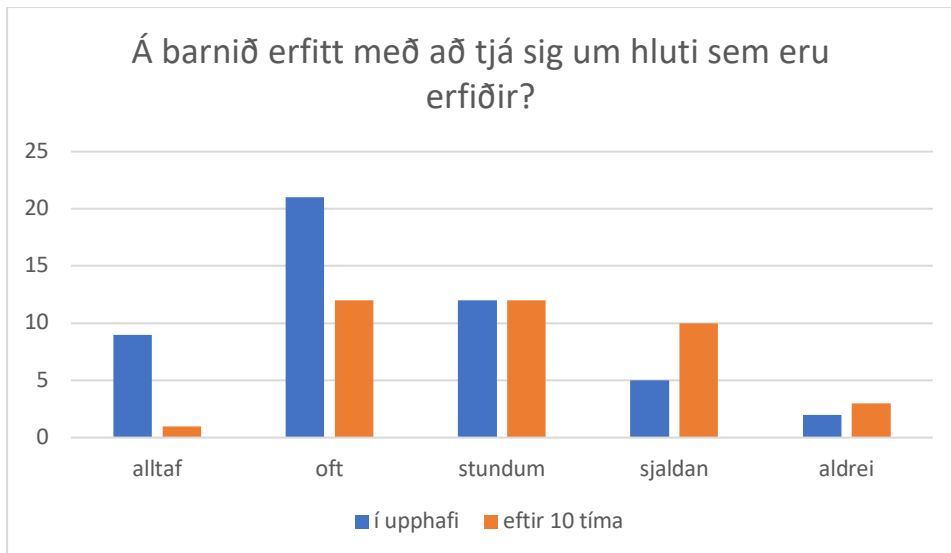


Mynd 5: Tilfinningastjórnun þátttökubarna að mati foreldra

Mynd 5 sýnir svör foreldra varðandi færni í að hafa stjórn á eigin tilfinningum. Þegar svör þátttakenda eru sett saman má sjá að hópurinn hefur náð framförum í tilfinningastjórnun. Áður en meðferð hefst eru flest börn metin með enga eða slaka færni í tilfinningastjórnun. Að 10 skiptum liðnum eru flest börn með færni til staðar eða góða færni og fjórir með framúrskarandi færni.



Mynd 7: Fjöldi skapkasta að meðaltali



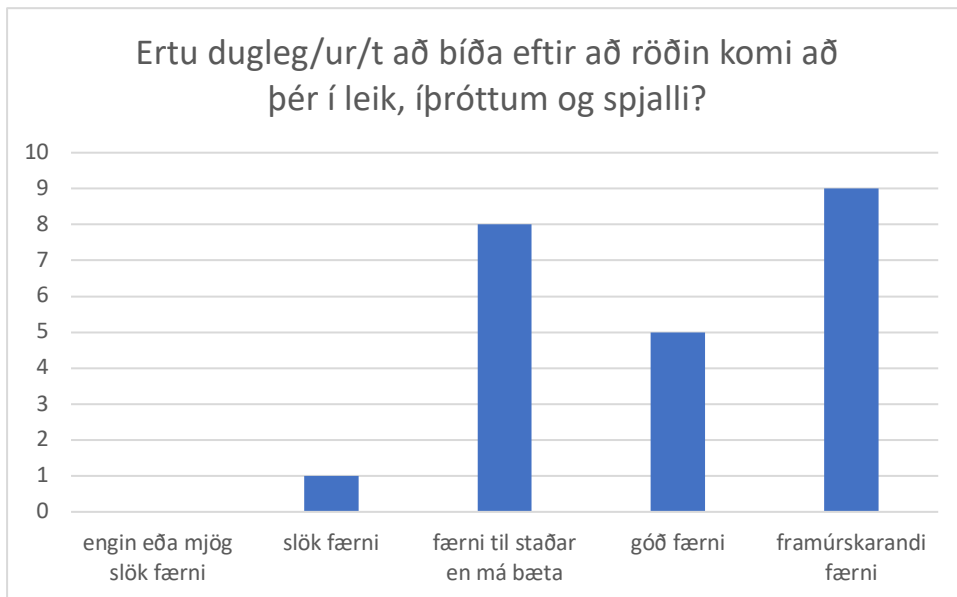
Mynd 8: Færni þátttökubarna til að tjá tilfinningar að mati foreldra

Þegar spurt ert um skapköst þátttökubarna í upphafi, mynd 7, eru flest barnanna að taka slík köst nokkrum sinnum í viku. Að inngripi loknu er tíðni skapkasta umtalsvert minni heldur en áður en fjölskyldurnar tóku þátt í Fjölskyldu ART. Þá má sjá á heildarárangri þátttökubarna á mynd 8 að þau eiga auðveldara með að tjá tilfinningar sínar og þá sérstaklega erfiðar tilfinningar. Að lokum er spurt hvort að foreldrar telji Fjölskyldu ART hafa hjálpað fjölskyldunni og var einróma niðurstaða að inngripið hefði hjálpað fjölskyldunni. Eins sögðust allir foreldrar ætla að halda áfram að nota ART á sínu heimili. Út frá þeim svörum má áætla að foreldrar merki framfarir hjá börnum sínum og fjölskyldunni í heild sinni.

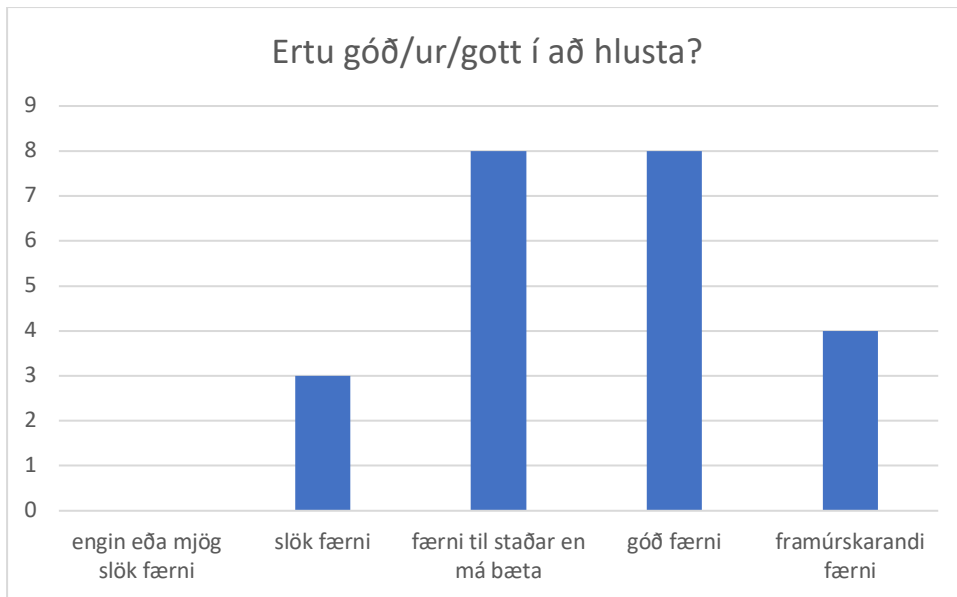
Svör barna



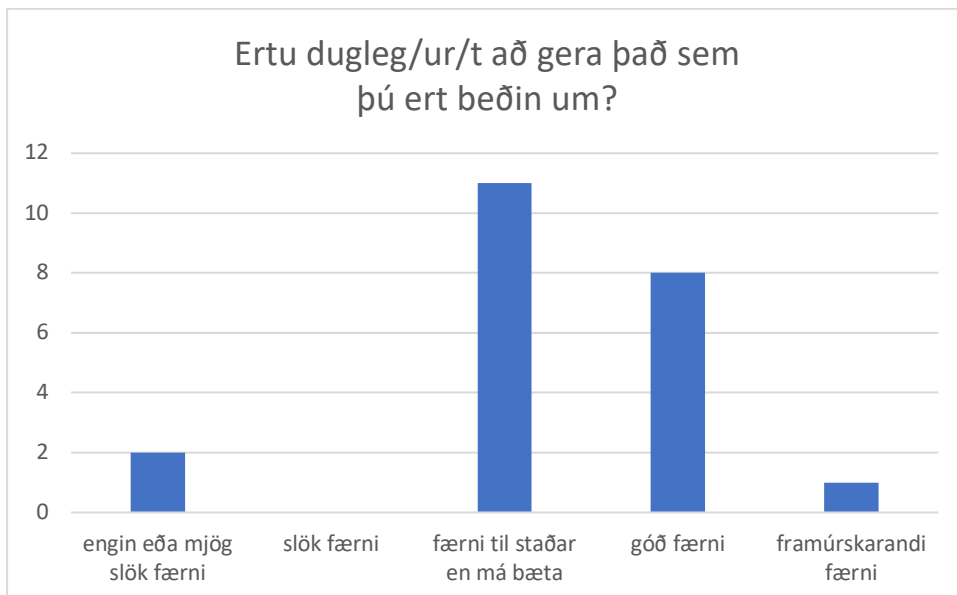
Mynd 9: Samskipti þátttökubarna við önnur börn.



Mynd 10: Mat þátttökubarna á eigin þolinmæði.

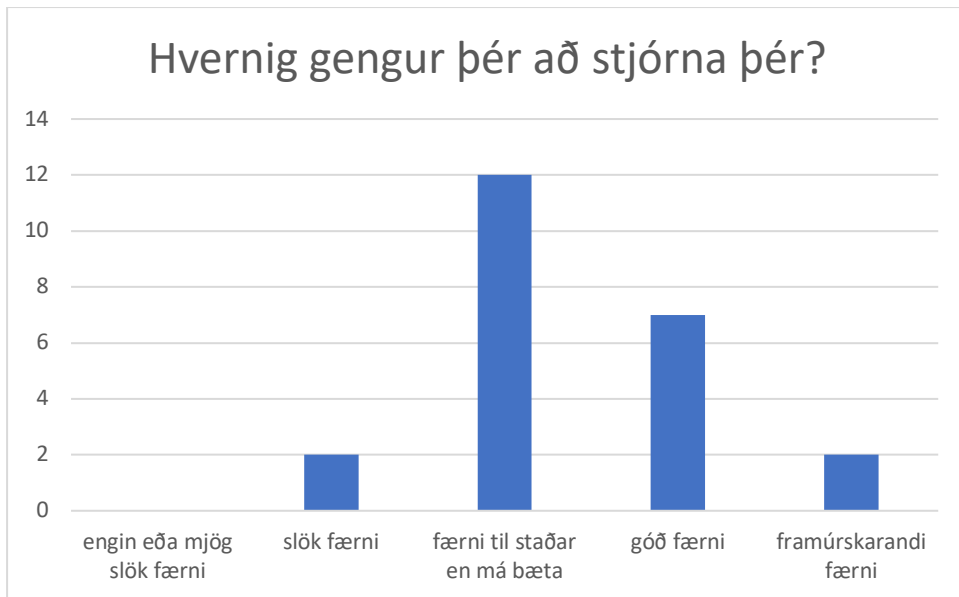


Mynd 11: Mat þátttökubarna á eigin færni í að hlusta.

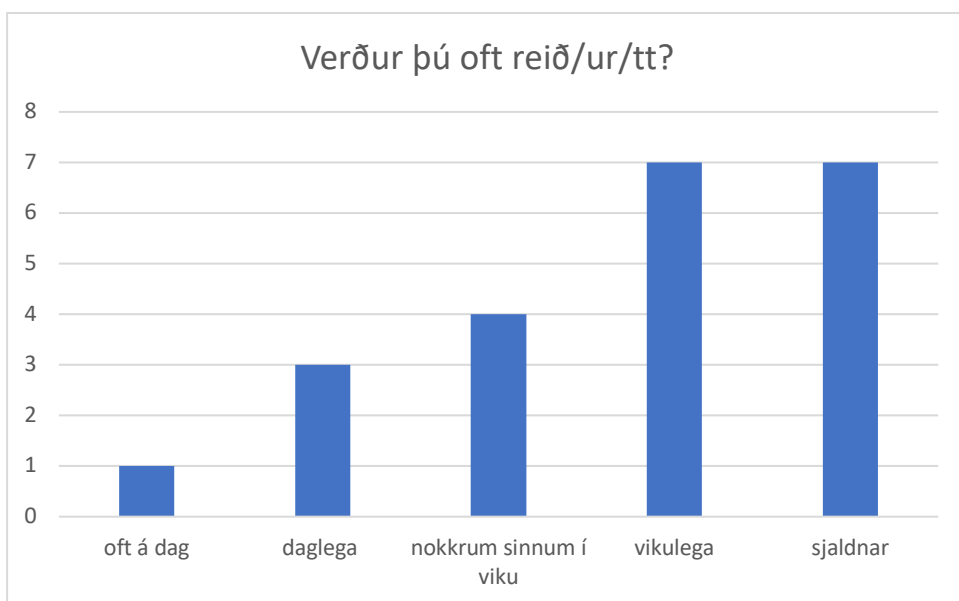


Mynd 12: Mat þátttökubarna á eigin færni í að fylgja fyrirmælum.

Á myndum 9 – 12 má sjá hvernig þátttökubörn meta grunnfélagsfærni sína en líkt og áður segir er lögð rík áhersla á grunnfærni í félagslegum samskiptum í Fjölskyldu ART. Stór hluti barnanna upplifði sig öruggari í samskiptum að Fjölskyldu ART loknu líkt og sést á mynd 9. Öll segjast þau hafa færni, sum þeirra góða og önnu framúrskarandi. Þá má sjá að næstu þrjú rit, á myndum 10 – 12, eru öll teygð til hægri. AF því má draga þá ályktun að flest barnanna upplifi sig með góða félagsfærni að Fjölskyldu ART meðferð lokinni. Þetta mat barnanna á eigin getu er í takt við mat foreldra, en það er þó ekki alveg jafnt.

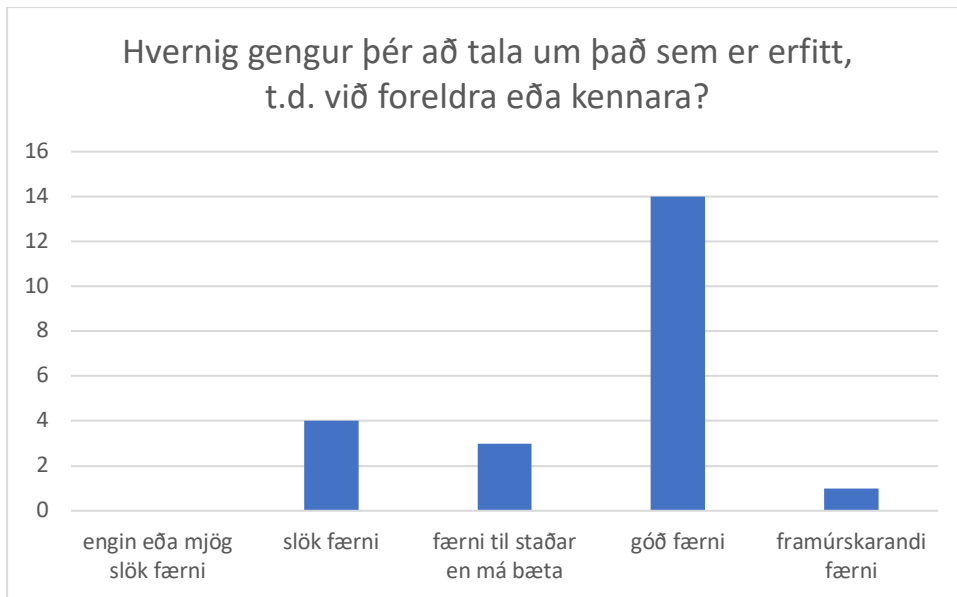


Mynd 13: Mat þátttökubarna á eigin tilfinningastjórnun.

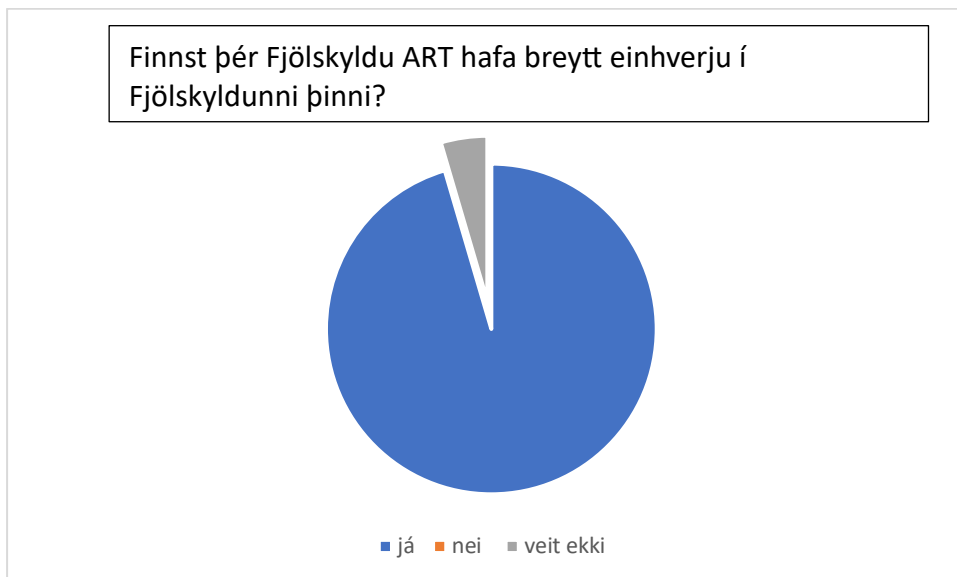


Mynd 14: Mat þátttökubarna eigin reiði

Á mynd 13 má sjá að stór hluti þátttökubarna upplifir sig með færni til að hafa stjórn á eigin tilfinningum að Fjölskyldu ART meðferð lokinni. Jafn mörg meta sig með góða færni og eins eru mörg sem meta sig með framúrskarandi færni. Aðeins eitt barn mat færni sína slaka. Þá var spurt hvort þau upplifðu oft reiði og lang flest þeirra segjast bara upplifa vikulega eða sjaldnar. Eru þessi svör í takt við svör foreldra og má því álykta að þau séu að meta sig í rétta átt. Þessar niðurstöður má sjá á mynd 14.



Mynd 15: Mat þátttökubarna á hvort Fjölskyldu ART tjá sig um það sem er erfitt



Mynd 16: Mat barna á hvort að Fjölskyldu ART hafi reynst vel.

Eins og sjá má á mynd 15 þykir flestum börnunum nokkuð auðvelt að tjá sig um það sem er erfitt við foreldra eða kennara eftir að hafa verið í Fjölskyldu ART. Mynd 16 sýnir að öll börnin nema eitt þótti fjölskyldu ART hafa verið gagnlegt sem endurspeglar upplifun foreldra. Eitt barn var sagðist ekki vita hvort það hefði verið árangur.

Lokaorð

Eins og niðurstöðurnar gefa til kynna eru foreldrar og börn ánægð með árangurinn sem hlýst af Fjölskyldu ART meðferð. Ráðgjafar teymisins merkja vel að besta forspáin fyrir árangri af úrræðinu er að foreldrar hafi burði til þess að nýta sér verkfærin. Því leggur teymið ríka

áherslu á að mæta foreldrum þar sem þeir eru staddir, gæta þess að matreiða efnið þannig að allir skilji það vel og styðja vel við foreldra við að tileinka sér færna. Séu foreldrar illa í stakk búnir til þess að innleiða verkfærin á sínu heimili styður ráðgjafi fjölskyldunnar við þá með því að hitta barnið í skóla þess og þjálfar það sem og að hitta foreldrana í einkasamtölum utan við hótímana. Hefur þessi nálgun reynst vel.

Samstarf við skóla þátttökubarna er einnig mikilvægt til þess að hámarka árangur. Ráðgjafar teymisins leggja mikið upp úr góðri samvinnu við umsjónarkennara og aðra starfsmenn skólans sem að barninu koma. Í henni felst til dæmis ráðgjöf um hvernig árangursríkt er að takast á við hegðunarvanda með aðferðum ART. Þegar starfsfólk skólanna er viljugt til samstarfs og leggur sitt af mörkum við að aðstoða barnið við að tileinka sér nýja hegðun og ný verkfæri hefur það einnig góða forspá um árangur. Samvinna allra sem koma að uppeldi barnsins með einum eða öðrum hætti er lykilatriði í árangri.

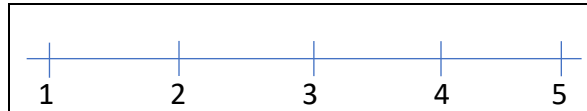


Viðauki I

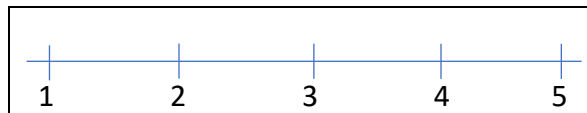
Spurningalisti fyrir foreldra

Hér að neðan koma nokkrar spurningar um færni barns þíns. Notast er við kvarða frá 1–5 sem lýst er hér að neðan. Dragið hring um þá tölu sem á best við um ykkar barn. 1 = engin eða mjög slök færni, 2 = slök færni, 3 = færni til staðar en má bæta, 4 = góð færni, 5 = framúrskarandi færni

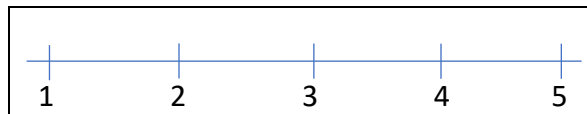
1. Hvernig er félagsfærni barnsins? Með því er átt við hvernig gengur barninu í samskiptum við jafnaldra, kennara, fjölskyldumeðlimi ofl.



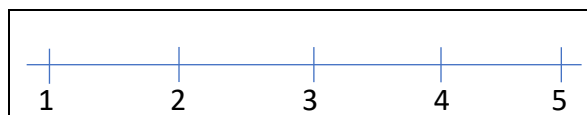
2. Hvernig er þolinmæði barnsins í samskiptum við aðra?



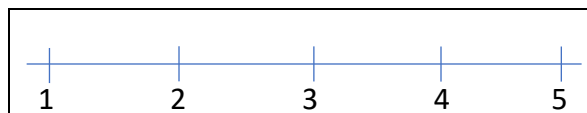
3. Hefur barnið góða færni í að hlusta?



4. Hefur barnið góða færni í að fylgja fyrirmælum?



5. Hvernig gengur barninu að hafa stjórn á tilfinningum sínum? Með því er átt við að hafa stjórn á skapi sínu og hegðun.



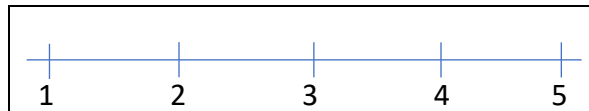
6. Tekur barnið reiðiköst?

Já, oft á dag Já, daglega Já nokkrum sinnum í viku vikulega sjaldnar

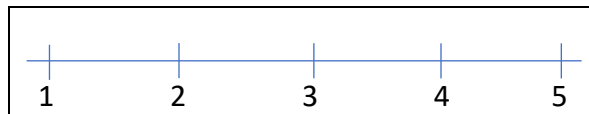
Lýsið nánar: _____

7. Framkvæmir barnið og talar án þess að hugsa um afleiðingar?

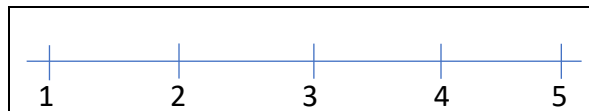
1= já alltaf, 2= já oft, 3 = stundum, 4 = sjaldan, 5 = aldrei



8. Á barnið erfitt með að tjá sig um hluti sem eru erfiðir?



9. Hvernig eru samskipti barnsins við aðra í fjölskyldunni ef 1 er slæm en 5 er mjög góð?



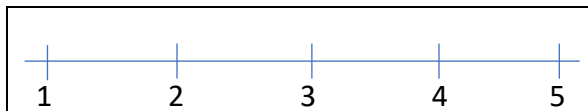
10. Annað sem þú vilt koma á framfæri varðandi hegðun og líðan barnsins?

Hverjar eru þínar/ykkar væntingar?

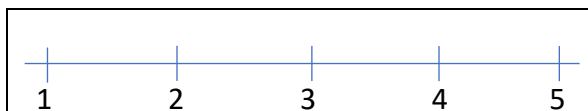
Spurningalisti fyrir börn

Hér að neðan koma nokkrar spurningar um færni barns. Notast er við kvarða frá 1 – 5 sem lýst er hér að neðan. Dragið hring um þá tölu sem á best við um ykkar barn. 1 = engin eða mjög slök færni, 2 = slök færni, 3 = færni til staðar en má bæta, 4 = góð færni, 5 = framúrskarandi færni

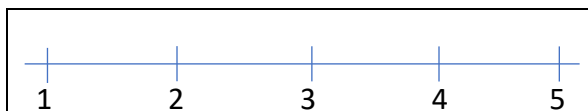
1. Hvernig gengur þér að leika við og spjalla við aðra krakka?



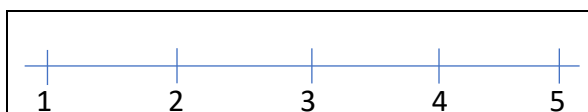
2. Ertu dugleg/ur að bíða eftir að röðin komi að þér í leik, íþróttum og spjalli?



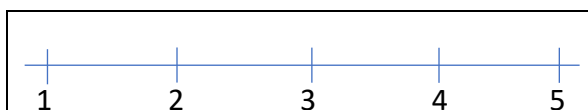
3. Ertu góð/ur í að hlusta?



4. Ertu dugleg/ur að gera það sem þú ert beðin um?



5. Hvernig gengur þér að stjórna þér? Með því er átt við að hafa stjórn á skapi sínu og hegðun.



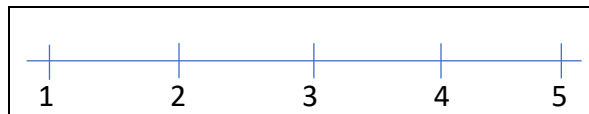
6. Verður þú oft reið/ur?

Já, oft á dag Já, daglega Já nokkrum sinnum í viku vikulega sjaldnar

lýsið nánar, hvernig, hversu oft? _____

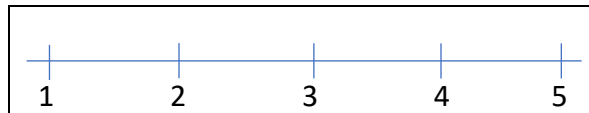
7. Framkvæmir þú stundum án þess að hugsa?

1= já alltaf, 2= já oft, 3 = stundum, 4 = sjaldan, 5 = aldrei



1 = engin eða mjög slök færni, 2 = slök færni, 3 = færni til staðar en má bæta, 4 = góð færni, 5 = framúrskarandi færni

8. Hvernig gengur þér að tala um það sem er erfitt? Við foreldra eða kennara.



9. Finnst þér fjölskyldu ART hafa breytt einhverju í fjölskyldunni þinni?

Já Nei

Ef já, lýsið nánar, hvernig? _____

10. Hefur þú fengið ART þjálfun í þínum skóla?

Já Nei

Spurningalisti lagður fyrir af

Viðauki II

Fjölskyldu-ART í fjar meðferð

Tilraunaverkefni unnið 2023

Í janúar 2023 var í fyrsta skipti boðið upp á ART-fjölskyldumeðferð í fjarþjónustu. Markmiðið með verkefninu var að bjóða fjölskyldum í Vestur-Skaftafellssýslu upp á þjónustu ART-teymisins og síðan í framhaldi skoða möguleika á þjónustu við sveitarfélög enn austar.

Umsókn barst frá einni fjölskyldu í desember 2022 og hófst meðferðin í lok janúar 2023.

Lagt var upp með eftirfarandi skipulag :

- Forviðtal – Á Selfossi í janúar. Bók og námskeiðsmappa afhent .
- Tími 1, 2, 3 og 4 í gegnum fjarfundarbúnað
- Tími 5 fer fram á heimaslóðum fjölskyldunnar. Þjálfarinn fer á staðinn og er allan skóladaginn í bekknum að fylgjast með nemanda í skólaumhverfinu. Að loknum skóladegi er tími 5 tekinn og barnið ásamt foreldrum/forsjáraðilum hittir þjálfarann. Í þessari heimsókn hittir þjálfarinn einnig umsjónarkennara. Gátlisti sem sendur var kennara í upphafi annar er sóttur í leiðinni.
- Tími 6, 7, 8, 9 fer fram í gegnum fjarfundarbúnað og þá er öll fjölskyldan við skjáinn.
- Tími 10 fer fram á Selfossi eða að mest er á miðri leið landfræðilega. 10.tíma spurningalisti lagður fyrir í fjölskylduna.
- 11. og 12. tími með fjarfundarbúnaði nema óskað sé eftir öðru. Einn mánuður er látinn líða á milli tímanna. Meta þarf hvort þörf er á frekari ráðgjöf til kennara/skóla og þá hvort þörf er á einni ferð í skóla t.d. ef nýr umsjónarkennari hefur tekið við. Þetta er metið í hverju máli fyrir sig.

Í upphafi fengu foreldrar/forráðamenn möppu með plastvösum, einn vasi fyrir hverja viku með þeim verkefnum sem unnin eru þá vikuna. Þjálfarinn afhendir verkefni næstu vikna í heimsókninni, þá kominn með betri mynd af þörfum barnsins og fjölskyldunnar og getur þannig valið verkefni út frá því.

Samvinna við skóla

Eftir hvern tíma var sendur póstur á umsjónarkennara þar sem sagt var frá hvað fjölskyldan er að tileinka sér og æfa þessa vikuna bæði í sjálfstjórn og félagsfærni. Færnikort með færni vikunnar sent með þannig að kennari getur prentað það út og haft í skólastofunni, e.t.v. á borði barnsins. Þannig gerum við kennaranum betur kleift að styðja barnið í að yfirfæra í skólaaðstæður það sem hann er að læra í Fjölskyldu-ART.

Árangur

Nú þegar fyrsta fjölskyldan hefur lokið 10 tímum í ART-fjar meðferð erum við komin með vísbendingar um hvernig slíkt nálgun reynist.

Styrkleikar við fjar meðferð er fyrst og fremst sú að þjónustan getur verið í boði fyrir allar sunnlenskar fjölskyldur óháð búsetu, þ.e.a.s. hvar sem er, hvenær sem er. Þannig er hægt að auka þjónustu við fjölskyldur barna með hegðunar- og/eða tilfinningavanda. Einnig getum við þannig stutt við skóla þessara barna, sem eru staðsettir langt frá sérhæfðri þjónustu og þannig veitt greiðari aðgang að ráðgjöf og fræðslu sé óskað eftir því.

Áskoranir eru að sjálfsögðu til staðar. Það krefst mjög mikils að ná til barns í gegnum tölvuskjáinn. Fyrir barn er erfiðara að halda einbeitingu að hlusta á og veita þjálfaranum athygli í gegnum tölvuskjáinn en í raunheimum. Úthald barnanna er styttra þar sem meðferðin krefst mikillar athygli þar sem þau eru í fókus allan tímann. Erfiðara getur verið að fylgja heimaæfingum eftir þar sem ákveðið aðhald er í því að mæta fyrir framan hóp og svara hvort búið sé að gera verkefni eða æfa færni vikunnar.

Hvað förum við á mis við? Í fjar meðferð er ekki sú jafningjafræðsla sem er í hóp meðferðinni á Selfossi. Fyrir börnin má ætla að ART-meðferðin sé ekki eins skemmtileg þar sem ekki er verið að fara í leiki við önnur börn og fjölskyldur þeirra. Auk þess getur tekið lengri tíma að ná meðferðartrausti í gegnum fjarfundarbúnað en að hitta fólk í eigin persónu.

Hvað höfum við lært af reynslunni og hverju viljum við mögulega breyta næst.

- Nokkuð ljóst að gera þarf ráð fyrir styttri tíma í hvert skipti í þeim tímum sem barnið er með í. Meðferð í gegnum fjarbúnað krefst mikils af barninu og þar sem það er aðeins eitt í tímanum eru 15-30 mínútur ákjósanleg lengd.
- Þar sem tímarnir þurfa að vera styttri þarf að huga að því að fjölga þeim mögulega. Mögulega bæta við 2 tímum og hafa þannig 12 skipti á fyrri önn og 2 á þeirri seinni.
- Heimaæfingar, ekki sama pressa að mæta í eigin persónu og að koma bara fyrir framan skjá og vera ekki með fullgerð heimaverkefni.
- Mikilvægt er að hitta foreldra strax í eigin persónu sem fyrst. Því er lagt til að næst verði greiningarviðtal í fjarfundabúnaði en þjálfari fari á staðinn strax í fyrsta ART-tíma. Hann getur þá fylgst með barninu yfir skóladag, strax hitt kennarann og síðan foreldrana í lok dags og farið í gegnum tíma 1. Þannig næst líka strax tenging við umsjónarkennara og meiri líkur á árangursríku samstarfi við skólann. Fara aftur í 5. tíma og hitta barnið þá í eigin persónu. Auk þess hitta kennarann aftur og veita stuðning og ráðgjöf um ART-þjálfun barnsins.
- Taka þarf tillit til málproska barns sem fær fjar meðferð. Börn með málproskaröskun eiga erfiðara með samskipti í gengum netið og krefst slík meðferð enn meiri undirbúnings þar sem mögulega þarf að gera efnið enn myndrænna og einfaldara í framsetningu.

Viðauki III

ART teymi Suðurlands

Tilraunarverkefni vorönn 2023: Foreldrahópur í Fjölskyldu ART

Efnisyfirlit

FORELDRAHÓPUR Í FJÖLSKYLDU ART.....	25
ÞÁTTAKENDUR.....	25
HVAÐ HEFÐI MÁTT FARA BETUR	26
ÁRANGUR	26
DAGSKRÁ FJÖLSKYLDU ART:.....	26
ÚRBÆTUR.....	27

Foreldrahópur í Fjölskyldu ART

Undanfarin ár hefur ART teymi Suðurlands mælt aukna aðsókn í úrræðið frá foreldrum barna á leikskólaaldri sem og ákall frá fagfólki innan leikskóla um aðgang að úrræðinu. Viðmiðið undanfarin ár hefur verið að börn á elsta ári í leikskóla geti sótt Fjölskyldu ART ásamt foreldrum sínum. Hefur þessum börnum vegnað misvel í hóptímum en með tilliti til aldurs þeirra þá er eðlilegt að þroski þeirra leyfi ekki að þau geti haldið einbeitingu allan tímann. Voru starfsmenn teymisins sammála um að það myndi krefjast mikillar athygli foreldra að halda börnum sínum við efnið og stýra hegðun þeirra í þessum aðstæðum. Við þessar vangaveltur vaknaði sú hugmynd af fara af stað með foreldrahóp í fjölskyldu ART. Við undirbúning inntökuráðs í desember árið 2022 var tekin ákvörðun um að fara af stað með tilraunaverkefnið *Fjölskyldu ART, foreldrahópur*.

Í foreldrahópi eru foreldrar barna á leikskóla aldri og yngstu barna grunnskólans í Fjölskyldu ART án barna sinna og er dagskráin efnislega sú sama og í hefðbundnu Fjölskyldu ART. Hugsunin á bak við það að hafa börnin ekki með var fyrst og fremst sú að foreldrar gætu einbeitt sér óhindrað að efni tímanna, umræðum og æfingum. Reynslan hafði sýnt að mikil orka fór í það hjá foreldrum að hafa ofan af fyrir barninu sínu og styðja það við að meðtaka og minni í að meðtaka sjálfir. Markmiðið í Fjölskyldu ART er alltaf að gera foreldra að ART þjálfara barna sinna og taldi teymið að líklegra væri til árangurs að foreldrar barna á þessum aldri kæmu einir.

Þátttakendur

Á fundi inntökuráðs sem haldin var í desember árið 2022 var tekin ákvörðun um að fara í þetta tilraunaverkefni. Tekin voru inn sex ný erindi og eitt eldra og var þeim boðin þátttaka í hópnum. Nýju erindin sex þáðu öll boðið en eldra erindi afþakkaði boðið.

Í hópnum voru foreldrar barna fædd á bilinu 2016 til 2018. Eitt barnið var í fyrsta bekk, fætt 2016, fjögur voru á elsta ári í leikskóla, fædd 2017 og eitt var fætt 2018. Samsetning fjölskyldanna var breytileg, í sumum tilfellum var um elsta barn að ræða og í öðrum yngsta barn fjölskyldunnar. Umræðugrundvöllurinn var því fjölbreyttur og átti sér stað mikil jafningjafræðsla.

Hvað hefði mátt fara betur

Í þessu fyrsta rennsli var ekki notast við hlutverkaleik með foreldrum. Þjálfarar voru með sýnikennslu á færninni sem var rætt um hverju sinni en teljum við mikilvægt að foreldrar fái einnig reynslu af því að nota hlutverkaleik og sýnikennslu heima fyrir. Hefur því verið ákveðið að næsti hópur muni fá þjálfun í því.

Erindum hópsins var skipt jafnt á þrjá ráðgjafa teymisins og skiptust ráðgjafar á að stýra hópnum. Á umræðufundi teymisins var því velt um að ef til vill væri það betra fyrir foreldrana og ef til vill líka ráðgjafann að einn og sami ráðgjafinn sæi um alla tímana. Því hefur verið tekin ákvörðun um að einn ráðgjafi muni sjá um næsta hóp. Erindum verður enn skipt á ráðgjafa en einn þeirra heldur utan um tímana.

Samstarf við leikskóla barnanna var ábótavant og telur teymið að meiri árangur náist ef það setur sig í meira samband við leikskóla. Það hefur því verið ákveðið að í næsta rennsli muni þjálfari barnsins fara á deildarfund á deild barnsins og fræða starfsfólk deildarinnar um ART og þau verkfæri sem barnið er að æfa sig í.

Árangur

Mikil ánægja var með tímana, bæði hjá þátttakendum og þjálfurum. Allir foreldrar merktu framfarir hjá sjálfum sér og sínum börnum. Þá voru þjálfarar sammála um að foreldrar hefðu vaxið og einnig að foreldrar hefðu umtalsvert betri forsendur til þess að tileinka sér efnið þegar þeir þurftu ekki að setja orku í að halda barninu sínu við efnið og halda uppi aga hjá þeim í tímunum. Því var teymið á einu máli um að halda áfram uppteknum hætti, þ.e. að fá foreldra barna á þessum aldri eina í tíma.

Dagskrá fjölskyldu ART:

Í Fjölskyldu ART foreldrahópi var notast við *Family Ties* líkt og í hefðbundnum fjölskyldu ART tímum. Ráðgjafar teymisins fóru yfir efnið og aðlöguðu það að hópnum. Aðal áherslan í því var að yfirfara þau hlutverk sem börnin hafa og færa þau yfir á foreldrana og í heimaæfingar. Hér að neðan má sjá dagskrá foreldrahópsins. Einnig má sjá nánari útlistun í bókinni *Handbók þjálfarans, foreldrahópur*. Tímarnir voru annan hvern þriðjudag kl. 08:30 – 09:30 og skiptust ráðgjafar teymisins á að stýra tímunum.

Tími	Efni tímans
1	Kynning félagsfærni
2	Kynning sjálfsstjórn
3	Félagsfærni – samskipti
4	Félagsfærni – samskipti
5	Sjálfsstjórn
6	Sjálfsstjórn
7	Félagsfærni og sjálfsstjórn
8	Foreldrar taka við hlutverki þjálfara

Úrbætur

Hér má finna samantekt á þeim úrbótum sem teymið hefur ákveðið að gera á næsta hópi í Fjölskyldu ART *foreldrahóp*.

- Aðeins einn hópstjóri verður í hverjum foreldrahópi en erindunum þó dreift á ráðgjafa teymisins.
- Hópstjóri undirbýr tímuna og stýrir þeim, ber ábyrgð á að boða fólk í tímuna, situr greiningarsamtal og fær upplýsingar frá ráðgjafa hvers fjölskyldu um innlit í leikskóla og umræður á deildarfundi.
- Hópstjóri sendir hóppóst vikulega á kennara barnanna um efni vikunnar. Sá póstur inniheldur ekki persónulegar upplýsingar varðandi hverja og eina fjölskyldu
- Ráðgjafi fjölskyldunnar stýrir greiningarsamtali, fer í innlit í leikskóla barnsins og er í virku samstarfi við deildarstjóra barnsins.
- Ráðgjafi fjölskyldunnar fer á deildarfund í upphafi annar. Þar kynnir hann ART fyrir starfsfólki deildarinnar og er ráðgefandi varðandi hegðun barnsins á deildinni.
- Sé starfandi teymi fyrir barnið situr ráðgjafi fjölskyldunnar í því.
- Í tímunum munu ART þjálfarar leggja ríkari áherslu á heimaæfingar og mun þeim verða fylgt eftir með skriflegum upplýsingum frá foreldrum varðandi hvernig gekk að vinna þær.
- ART þjálfarar munu gefa sér meiri tíma í sýnikennslu og hlutverkaleik. Þá er áriðandi að þjálfari fái foreldra til að taka þátt í hlutverkaleik og leggi áherslu á að foreldrar nýti þær aðferðir í færniþjálfun heima fyrir.

