

**Tekst:**  
**Ørjan**  
**Moldestad**

**Konferansen i Bergen 8. og 9. april**

**«Mestring av sinne, frustrasjon og fortvilelse – Håndtering av utfordrende atferd hos personer med utviklingshemning»**

## **Bedring av sosial kompetanse ved bruk av ART**

- Anvendelsesområder**
- Begrensninger**
- Muligheter**

**Knut Gundersen, vernepleier, førstelektor og leder av ART-senteret ved Diakonhjemmets høyskole i Rogaland**

ART består av komponentene sosial ferdighetstrening, sinnekontrollering og trening i moralsk resonnering. Sosial ferdighetstrening tar utgangspunkt i en «ferdighetsmangelmodell». Manglende spesifikke ferdigheter i sosiale situasjoner medfører ofte at situasjonene håndteres på en uhensiktsmessig måte, eksempelvis ved at elevene tyr til voldelig atferd eller gjennomfører andre handlinger de angrer på i ettertid. Økt sosial kompetanse medfører mindre stress og atferdsvansker, og ifølge Kavale og Forness (1996) har 3 av 4 barn med lærevansker mangelfulle sosiale ferdigheter. Ifølge Crick og Dodge (1994) kan sosial samhandling forstås gjennom 6 trinn; utvelgelse av sosiale signaler, tolkning av sosiale signaler, klargjøring av mål, etablering av handlingsalternativer, valg av respons og gjennomføring av respons. Barn og unge med atferdsvansker har problemer med ett eller flere av disse trinnene.

«En av målsettingene med ART er å jobbe med atferd før den forekommer», sier Gundersen.

Gjennom å styrke sosial kompetanse gis elevene sosiale ferdigheter de kan benytte som et alternativ til aggresjon, og aggressiv atferd kan erstattes med mer sosialt akseptabel atferd. Mennesker handler utfra den sosiale situasjonen de befinner seg i og hvilke handlingsalternativer de har med seg inn i situasjonen. Når mennesker mangler handlingsalternativer velges handlinger utfra hvordan man forstår og tolker ulike sosiale signaler, hvilke ønsker man har av samhandlingen og kulturelt betingede forskjeller.

Gjennom ART trenes elevene på å utvide sitt handlingsrepertoar før situasjonen oppstår. Dette gjøres ved å øke elevens kompetanse parallelt på flere områder; elevene lærer teknikker for å redusere sinne og frustrasjon, øke sin situasjonsforståelse, øke sine handlingsstrategier, bedre sine problemløsningsferdigheter og øke empatisk forståelse. Gjennom dette arbeidet skal elevene lære spesifikk alternativ atferd med samme funksjon som avvikende atferd.

Sosial ferdighetstrening består av øvelse i ulike strukturerte situasjoner. Programmet har henholdsvis 60 og 50 definerte ferdigheter for barn og ungdom, inndelt i 6 undergrupper. Disse undergruppene består av grunnleggende sosiale ferdigheter, avanserte sosiale ferdigheter, ferdigheter som omhandler følelser, ferdigheter som alternativ til aggresjon, ferdigheter for å takle stress og planleggingsferdigheter. Et ART program går vanligvis over 10 uker, der gruppen trener ca 1 time hver uke. En gruppe består av 4 til 8 deltagere, i tillegg til hovedtrener og hjelpetrener. Hver time har fast struktur med tydelige regler for

deltagerne, og målsettingen i løpet av et kurs er å trene på 8 til 9 ferdigheter. Temaene hentes fra reelle situasjoner i deltagerens hverdag.

Sosial ferdighetstrening eksemplifiseres gjennom rollespill, der tema er hvordan eleven kan forholde seg til gruppepress. Også trenerens roller og oppgaver blir belyst gjennom rollespillet. Formålet med timen er at eleven først skal tenke (resonnere over egen fremgangsmåte), og deretter handle. Rollespillet belyser hvordan det jobbes med en konkret problemstilling i en ART – gruppe, inkludert positive tilbakemeldinger til gruppedeltageren som får sin problemstilling belyst

Gundersen påpeker at noen forutsetninger må være tilstede for at et program skal ha effekt. Treneren må ha evner til å gå inn i relasjon med ungdommen, jobbe med risikofaktorer og tiltak rettet mot disse. Videre må tiltakene tilpasses målgruppen og ha dokumentert effekt. ART bør implementeres i hele personalgruppen rundt eleven for at den skal være mest mulig effektiv.

Etter hvert har mange personer i Norge gjennomført utdanning som ART – instruktører, og ART har spredd seg innenfor ulike arena i store deler av landet. Evalueringsundersøkelser viser at positive handlingsmønstre bearbejdet i ART – gruppen generaliseres til andre arena eleven oppholder seg på, og at også elevenes omgangskrets utvikler mer positive handlingsmønstre. Videre viser evaluering at jo tidligere intervensjon av ART jo bedre resultater får man. ●●●