Opholdsstedet
Kongsholm

Tofthøjs-åsen 36 Udsholt strand 3230 Græsted tlf.48 71 66 80 Email: Kongsholm@privat.dk

# Opholdsstedet Kongsholm

# 2013

# ART Rapport



Jens Fokdal fortæller børnene på Kongsholm om hvorledes evalueringsinterviewet vil foregå.

Denne rapport er blevet til ved fælles arbejdsindsats af: Alle voksne på Kongsholm.

# Forord:

Opholdsstedet Kongsholm har som et af de første opholdssteder i Danmark uddannet 6 medarbejdere som instruktører i metoden ART. Metoden er implementeret som en pædagogisk træningsmetode i huset, hvor vi i forvejen arbejder miljøterapeutisk og anvender relationspædagogik og hesteterapi.

Medarbejderne på Kongsholm er blevet undervist af Lektor Jens Fokdal fra Professionshøjskolen UUC i Sydhavnen. Jens Fokdal er Master i metoden ART og er således foregangsmand for at metoden er kommet til Danmark.

Jens Fokdal har fulgt medarbejderne i hele forløbet og forestået den afsluttende eksamen maj 2013.

# Indholdsfortegnelse:

**Side: 1. Forside**

**Side: 2. Forord.**

**Side: 3. Indholdsfortegnelse.**

**Side: 4. Introduktion til ART – Social færdighedstræning.**

**Side: 5 & 6. Træning i: Vredeskontrol og Moralsk ræsonnement – ART uddannelses forløbet.**

**Side: 7. ART introduktion til forældre med videre – Den fysiske struktur i ART sessioner – beskrivelse af en lektion.**

**Side: 8. Beskrivelse af en ART lektion – Plancher – Regelsæt moralsk ræsonnement – Social adfærd.**

**Side: 9. Social adfærd - ART-LOG.**

**Side: 10. Resultater af ART – Konklusion.**

**Side: 11. Konklusion – Efterskrift.**

**Side: 12 -34. Bilagsliste samt bilag 1-9**

# ART rapport.

Introduktion til ART.

**Aggression Replacement Training (ART).**

A.R.T. er et program der oprindeligt er udviklet af Arnold P. Goldstein, Barry Glick og John Gibbs (Goldstein & Glick, 1988; Goldstein, Glick og Gibbs 1998/2000). Programmet er en gruppebaseret og struktureret pædagogisk træningsmetode, der har vist sig at være et effektivt redskab i forebyggelse, reduktion og erstatning af aggressiv adfærd hos børn og unge. I Norge har metoden, over de seneste 5 år, været i rask fremgang og benyttes nu blandt andet i børnehaver, folkeskoler, ungdomsskoler, opholdssteder, inden for børne- og ungdomspsykiatrien og i arbejdet med børn og unge med Asperger syndrom og autistiske træk. Der er herhjemme netop peget på A.R.T. programmet som en del af MultiFunc modellen for nye institutioner og Aggression Replacement Training vil derfor forventeligt ses oftere og oftere som en del af behandlingstilbuddene til børn og unge med sociale adfærdsvanskeligheder.

A.R.T. er bygget på Kognitive Adfærdsterapeutiske principper, hvorfor en grundforståelse af KAT kan være en stor fordel, såfremt man ønsker at implementere A.R.T. programmet i en allerede eksisterende institution. A.R.T. retter sig hovedsageligt mod børn og unge, som står i fare for at udvikle adfærdsproblemer (primærforebyggende) og/eller til unge der allerede har udviklet adfærdsproblemer (sekundærforebyggende for videre negativ udvikling).

Det har imidlertid vist sig, at også børn og unge med ikke-problematisk adfærd kan drage stor nytte af træningen. F.eks. i den almene folkeskole, i fritidsklubber og andre sociale sammenhænge hvor unge færdes sammen. Nyligt har arbejdspladser og boligforeninger vist interesse for modellen, i sigtet på at skabe et sundt og konfliktfrit socialt klima.

Hensigten med træningen er at bedre deltagernes evne til at fungere socialt. Aggression Replacement Training er et multimodalt program, som betyder, at det indeholder komponenter, som fokuserer på forskellige aspekter ved social funktion. Programmets tre hovedkomponenter er:

Social færdighedstræning
Træning i kontrol af vrede
Træning i moralsk ræsonnement

**SOCIAL FÆRDIGHEDSTRÆNING:**

Deltagerne lærer at tænke og handle i trinvise sekvenser. Hver færdighed er opdelt i forskellige faser og deltagerne trænes for eksempel i at give komplimenter, at tackle kritik og håndtere gruppepres. Der er i modellen 50 beskrevne færdigheder – og man kan vælge præcis de færdigheder, som deltagerne har behov for at træne. Uddannelsen har ligheder med alle andre former for træningsprogrammer – Træneren demonstrerer og forklarer, derefter trænes emnet igennem rollespil og konstruktiv feedback. Hvorefter hver enkelt deltager får opgaver til videre træning hjemme.

**TRÆNING I KONTROL AF VREDE:**

Dette indhold har til formål at give børn og unge værktøjer, de kan bruge for at få selvkontrol, når de bliver vrede. Samtidig indøves og trænes nye socialt accepterede adfærdsmønstre. Træning af vredes-kontrol er primært designet af Eva Feindler (Feindler, 1995) og fokuserer på både de fysiologiske reaktioner, de kognitive processer og de adfærdsmæssige reaktioner hos barnet eller den unge.

Træningen har det formål, at deltagerne lærer at identificere vredes-udløsere, at få indsigt i egne vredes-signaler og at få træning i anvendelse af metoder til begrænsning og kontrol over egen vrede. Gennem kognitive omstrukturerings- strategier hjælpes deltagerne til at identificere de irrationelle tankemønstre og erstatte dem med en mere normaliseret situationsforståelse. Deltagerne opfordres til at udvikle alternative tankemønstre og selvstændige instruktioner, der bidrager til at mindske konflikter. Derved skabes der afstand til det, der oprindeligt udløste vreden og den uacceptable adfærd (Feindler 2004 s. 33). Træningen har til formål at etablere nye prosociale adfærdsmønstre hos barnet eller den unge, som kan erstatte verbal eller fysisk aggression og/eller tilbagetrækning. Vredeskontrol træningen fokuserer ikke bare på at få kontrol over sindet, men målet er i lige så høj grad, at de nye handlemuligheder skal opleves at give bedre resultater end de gamle. Selvsikkerhedsteknikker og kommunikative kompetencer er derfor en vigtig del af programmet.

**TRÆNING I MORALSK RÆSONNEMENT:**

Dette område udgør den værdi-relaterede del af Aggression Replacement Training. Moralske handlinger kræver, at du er i stand til at overveje konsekvenserne af dine handlinger. Både konsekvenser for andre mennesker og for samfundet som helhed. At have moralske værdier betyder ikke kun at kunne gengive, hvad der er rigtigt og forkert, men også at forstå de dybere begrundelser der ligger bag vores valg af handlinger.

Flere studier indikerer, at mange børn og unge med adfærdsmæssige problemer har en umoden eller forsinket udvikling på skalaer, der angiver evne til moralske overvejelser (Barriga, Morrison, Liau, og Gibbs, 2000, Gregg, Gibbs og Basinger 1994). Der er også påvist en stærk korrelation mellem forsinket moralsk udvikling hos børn og unge – og en opdragelsesstil, der er præget af straf, misbrug og vanrøgt (Hoffman 2000). Lawrence Kohlberg (Kohlberg 1963, Kohlberg 1984) beskrev de seks forskellige faser, der repræsenterer udviklingen af evnen til moralsk ræsonnement. Gennem diskussioner af sådanne dilemmaer kan man bevæge sig i retning af mere moden argumentation ved at få udfordret umodne moralske og kognitive forvrængninger.

- *Ovenstående tekst og litteratur henvisningerne er taget fra følgende hjemmeside: http://www.ungliv.dk/aggression-replacement-training-traning-kontrol-vrede*

**ART udannelsen samt undervisnings forløbet.**

Hele medarbejdergruppen blev i 2012 introduceret for ART på en supervisionsdag med Jens Fokdal. Efterfølgerne havde medarbejdergruppen yderligere en supervisionsdag, hvor ART uddannelsen blev gennemgået i detaljer. Her blev det besluttet, at 6 medarbejder skulle påbegynde ART uddannelsen. Den 3. oktober 2012 startede de 6 medarbejdere ART uddannelsen. Selve uddannelsen strakte sig over et halvt år og varede sammenlagt 8 dage eller ca. 50 timer. Forløbet blev fordelt over 3 moduler af henholdsvis 4 dage, 3 dage og 1 dag. Mellem de tre moduler varetog medarbejderne selv den fortsatte undervisning i programmets tre hovedkomponenter. Hver medarbejder skulle som minimum undervise børnene i 24 sessioner for at kunne gå til eksamen og modtage kursusbevis.

Undervisningsdagene blev afholdt over en uge fordelt på 4 dage i tidsrummet 8.00 til 14.30.

Et eksempel på en undervisningsdag hvor Jens Fokdal afprøvede gruppemetoden af på medarbejderne.

Efter teoretisk undervisning i ART som metode gennemgik Jens Fokdal selve uddannelsesforløbet for medarbejderne. Herefter startede han med en gennemgang af de sociale færdigheder og demonstrerede hvorledes en ART session fungerer med børn og unge. Derefter blev medarbejdergruppen omdelt i tre grupper med en hovedtræner og en hjælpetræner i hver gruppe. Første opgave blev at fremføre et rollespil, hvor medarbejderne fik roller som henholdsvis passive unge eller unge med en udfordrende adfærd.

Oplægget begyndte med den ydre struktur, hvilket indbefatter en velkomst og en præsentation af dagens ART session. Herefter blev der lavet fælles regler for rummet. Nogle af reglerne var forudbestemte andre kom til. Derefter gik gruppen til den indre struktur, hvor betydningen af social færdighed blev præciseret. Gruppen havde forudbestemt at den sociale færdighed skulle være "at starte en samtale".

Herefter blev de 4 trin gennemgået. Bilag 1. Derefter præsenterede hovedtræner og hjælpetræner et rollespil, så de andre i gruppen kunne se færdigheden. Efter rollespillet bidrog de andre i gruppen med eksempler fra egne hverdage. Hjælpetræneren skrev eksemplerne op på tavlen og udvalgte et af eksemplerne som blev gennemspillet i et nyt rollespil. Opgaverne bestod i at observere, om der var øjenkontakt og kropssprog samt om spillet kunne ske i virkeligheden. Rollespillet blev udført, observationer blev uddybet og der blev evalueret. Timen blev afsluttet med en lille leg, hvor alle deltog. Hele sessionen blev observeret af Jens Fokdal, som til sidst gav hele gruppen feed-back over dagens forløb.

**ART – introduktion til forældre, skole, pædagoger.**

Alle interne samt eksterne samarbejdspartnere modtog en introduktion til ART forløbet. Endvidere blev der udsendt spørgeskemaer til forældre, skolelærer samt pædagoger. Disse skemaer blev udfyldt og sendt retur til Kongsholm. Efter endt ART forløb blev de samme skemaer sendt ud til de samme personer igen. Skemaerne bruges som dokumentation i forhold til at se udviklingen med børnene/de unge før og efter ART forløbet. Se bilag 2.

**Den fysiske struktur for ART sessionerne.**

På Kongsholm er der indrettet et særligt ART rum, hvori der kan afholdes ART lektioner. Der er diverse whiteboards samt en flipover til at skrive på. Et ur på væggen, en plakat med vredeskontrolcirklen, træningsstrukturen, dilemmaer, samt en plakat med gruppens valgte regelsæt. Stolene står i en rundkreds. Børnene har faste pladser. ART rummet støder op til et aktivitets rum, hvor i det er muligt at øve rollespil.

Vi har i perioden fra 14. januar til 8. juni haft ART træning hver tirsdag og onsdag fra kl. 18.00 til 19.00. Vi har holdt ART fri i vinterferie og påskeferie.

Til hver ART session har følgende børn deltaget (pige 17 år, dreng 13 år, dreng 12 år, dreng 11 år, pige 12 år, pige 10 år).

Der har været 3 voksne ART trænere. Hovedtræner, første hjælpetræner og anden hjælpetræner. Alle trænere har haft deres helt præcise opgaver.

Hovedtræneren har stået for at tage imod gruppen, samt gennemgået dagens program. Første hjælpetræner har haft ansvar for rollespillet og den afsluttende leg. Anden hjælpetræner har holdt ro på gruppen og gået ud med børnene, hvis de har haft brug for en walk and talk pause.

Der er blevet afholdt 10 sessioner med overskrift samt indhold i social færdighed. 10 sessioner med vredeskontrol og 10 lektioner med moralsk ræsonnement.

ART startede op med en præsentation af forløbet og alle fik lov til at sidde i eventyrstolen. Et barn sidder i stolen, imens de andre børn kommer med komplimenter og fortæller hvad pågældende er god til.

Alle børn har fået en ART mappe, hvor de har opbevaret deres ART skemaer.Børnene har selv designet en forside til mappen.

**Beskrivelse af en ART lektion**

To af trænerne går til ART rummet for at forberede sig. Nogle af børnene på Kongsholm har selv været opmærksomme på, at klokken var ved at være 18 og selv valgt at gå til rummet. Andre børn skulle støttes i at komme af sted. Nogle gange har støtten været af en lidt mere massiv karakter. Det har ofte været i de situationer, hvor det pågældendes barns lidt dårlige oplevelser fra for eksempel andre begivenheder har gjort, at barnet har haft svært ved at få overskud til at vælge ART til.

Ved døren indtil rummet, er hvert barn blevet mødt med et "velkommen til" samtidig med, at der er blevet givet hånd. Mobiltelefoner er blevet lagt i en kasse uden for rummet.

Børnene har ved deres første ART session valgt følgende regelsæt.

1. Kom til tiden.
2. Hils pænt på hinanden.
3. Sluk mobilen og put den i kurven.
4. Sidde stille.
5. Vente med at tale, til det bliver ens tur.
6. Række hånden op.
7. Se/lytte til den, der taler.
8. Et positivt rum.
9. Ikke drille læreren.
10. Deltage aktivt på en seriøs måde.

Igennem foråret er andre huske plancher blevet ophængt i ART rummet.

F.eks dette ekstra regelsæt, som bruges ved moralsk ræsonnement.

1. Gør aldrig nar af de begrundelser, som de andre kommer med.
2. Hvis du kritiserer en andens synspunkt, så giv den anden mulighed for at svare.
3. Hold dig til det emne, vi diskuterer.
4. Gruppen har tavshedspligt uden for rummet.
5. Det er vigtigt at lytte til hinanden.

**Beskrivelse af en ART lektion, hvor dagens emne i social adfærd er: at forstå andres følelser.**

1. Hovedtræner tager imod i døren, hilser pænt og byder velkommen.
2. Regelsættet bliver gennemgået.
3. Der varmes op med en afslapningsøvelse til musik.
4. Opgaven fra sidst bliver gennemgået. Det er børnenes hjemmeopgave (se skema, bilag 3), i det er der noget ansvar for børnene i at forberede sig til næste gang, som de læser op med efterfølgende dialog om deres oplevelser.
5. Hoved træner fortæller om dagens emne. For eksempel tales der om, hvad en følelse er.
6. To børn går ud i det andet rum med anden hjælpetræner, for at forberede et rollespil.
7. De viser rollespillet omhandlende at kunne aflæse og forstå andres følelser.
8. Børnene har imellem tiden fået tildelt roller. En skal kikke efter kropssproget, en anden se hvorledes skuespillerne ser på hinanden. Der tales om, om det kan ske i virkeligheden.
9. Der tales om, hvad vi har lært i dag.
10. Ny opgave bliver givet for til næste lektion.
11. Der afsluttes med en leg.
12. Venskabsrunden er afslutning, hvor hvert barn siger noget pænt til hinanden.
13. Børnene går roligt ud. For eksempel via en leg. Giver hånd og går over i huset.

Ovre i huset modtages børnene af den anden hjælpetræner. Næste uges opgave hænges på opslagstavlen i køkkenet. Hovedtræner og første hjælpetræner evaluerer forløbet og skriver logbog.

Vi har valgt at give et flag, når de har fulgt en ART session. 10 flag udløser en pizza tur, en biograftur og afslutningsvis en Tivoli tur. Alle børn unge har efter sidste ART session modtaget et kursusbevis.

**ART – LOG.**

Vi har efter hver Art time ført en ”Art Log” over indholdet i denne lektion. Bilag 4. Vi har brugt 3 forskellige skabeloner, da de forskellige lektioner ikke har haft samme indhold og fremgangsmåde. Derfor har vi brugt en for ”Sociale færdigheder”, ”Vredeskontrol cirklen” og ”Moralsk ræsonnement”. Bilag 5. Fælles for alle er, at hver lektion er blevet gennemgået og nedskrevet med dato, hvem som var hovedtræner, hjælpetræner, ekstra hjælpetræner og dagens emne. Det er blevet noteret, hvem af de unge som var deltagende, hvordan selve timen forløb, hvilke rollespil der er blevet brugt, hvordan vi har gennemgået denne og hvilke refleksioner de unge havde i forløbet.

Ydermere er det noteret, hvordan de unge kunne bruge den gennemgåede færdighed og hvad de har lært. Dette har givet os et værktøj til at gå tilbage og se hvilke rollespil og færdigheder eller egenskaber, der er blevet brugt tidligere, samt give os et overblik over hvilke refleksioner de unge er kommet med. Dette vil så senere i forløbet kunne lede til, at vi ser en udvikling i disse refleksioner og derved se at de unge rykker på dette. Det vil også her blive helt tydeligt, hvad de har lært. Loggen vil også være med til at fjerne eventuelle tvivls spørgsmål, der kan opstå mellem de forskellige lærere/trænere.

**Resultater af ART.**

For nogle af børnene og de unge har det, inden påbegyndelse af ART forløbet, været svært at "mærke", når de for eksempel fik et kompliment. ART perioden har betydet, at flere børn efterfølgende er blevet langt bedre til at mærke egne følelser og sætte ord på dem. Børnene er blevet bevidste omkring det at give og modtage f.eks. en kompliment.

Små historier fra hverdagen på Kongsholm.

M og M er på besøg hos blomsterhandleren. Damen i butikken er meget hjælpsom og vi får bestilt, det vi skal have. Under indpakningen af blomsten siger damen til M: *"Hvor er du bare en smuk pige. Du har sådan nogle smukke øjne".* M bliver rød i kinderne og får sagt: *"mange tak"*. Da M og M forlader butikken siger M: "*Puha det var dejligt, at hun synes, jeg var smuk. Det var et stort komplement jeg fik der. Jeg bliver helt glad i hele kroppen".*

Et andet eksempel på hvordan ART bruges af børn og unge på Kongsholm. Her er det vores vredeskontrol som bliver brugt.

S er i skole. Et par af de andre unge smider vådt papir efter S for at lave ballade. Tidligere ville S blive sur og råbe til de andre, men her vælger S at sige til sig selv*: "De er slet ikke det værd og jeg ved, at der vil komme en konsekvens efterfølgende. Så S vælger her bare at gå væk fra dem"*.

Endnu et eksempel fra hverdagen; A har haft svært ved at sidde stille på stolen. Efter ART perioden udviser A langt større tålmodighed og er nu i stand til at sidde roligt på en stol.

Forældrene har også kunnet mærke forskel på deres børn efter ART er blevet iværksat på Kongsholm. Bilag 6 er en mail sendt fra en af vores forældre.

**Konklusion:**

Det har været en meget spændende og lærerig periode for børn og voksne på Kongsholm at fordybe sig i metoden ART. Medarbejderne er gået til den nye metode med efterfølgende opgaver med stor lyst og ildhu og præsentationen for børnene har været nøje tilrettelagt i forhold til det enkelte barns behov.

Uddannelsesforløbet har været præget af stor lyst til at lære og en stor nysgerrighed for det ukendte. Undervejs har det givet anledning til mange refleksioner, latter og a-ha-oplevelser undervejs i erkendelse af, at metoden virker!

Jens Fokdals begejstring for ART er bestemt smittet af på børn og voksne. Og hans beretninger fra virkelighedens verden om brugen af metoden har vakt begejstring i medarbejdergruppen.

Børnene og de unge er gået til opgaverne med stort arrangement og nysgerrighed, men ind i mellem også med lidt træthed over de lange sessioner. Men flere børn har undervejs i forløbet givet udtryk for glæde og spontanitet, over nye opdagelser og nyerhvervet kompetencer. De har arbejdet seriøst med de pålagte opgaver.

Forældregruppen på Kongsholm har været meget engagerede og bakket op om vores ART projekt. De har været interesseret i metoden og har været meget grundige i deres besvarelser af diverse skemaer.
Det samme er gældende for pædagoger og lærere i børnenes skole og FO tilbud.

Opstart af et så omfattende uddannelsesforløb i en ny metode, sideløbende med at metoden skal implementeres i børnenes og de voksnes hverdage, sker selvfølgelig ikke problemfrit. Men set i bakspejlet var det forventeligt, at der ville være lidt udfordringer undervejs, som vi har taget læring af. Forløbet har gjort os klogere på mange ting, som vi vil bruge fremadrettet i vores planlægning af et nyt forløb til efteråret.

Vi på Kongsholm er ikke i tvivl om at metoden ART virker i forhold til vores målgruppe. Det er vores plan at ART skal være en implementeret del af hverdagen på Kongsholm og et supplement i viften af metoder, der i forvejen anvendes i behandlingsarbejdet på Kongsholm.

Metoden er kommet for at blive!

**Efterskrift:**

Tak til leder Jannie Quist og bestyrelsen på Kongsholm, som har bevilget de nødvendige penge og den fornødne tid til medarbejder uddannelserne i ART. Også stor tak til de kolleger; som tog deres tørn i hverdagen, imens uddannelserne og sessionerne fandt sted.
Uden jeres opbakning stod vi ikke, hvor vi står i dag!

**Bilagsliste:**

- Bilag 1: Ydre og indre struktur – De 4 trin
- Bilag 2: Spørgeskema til forældre, lærer og pædagoger.
- Bilag 3: Eksempel på en børne- hjemmeopgave.
- Bilag 4: Logbogs-skema.
- Bilag 5: Sociale færdigheder, Vredes kontrol cirklen og Moralsk ræsonnement.
- Bilag 6: Mail fra en forælder.
- Bilag 7: Avis artikel Frederiksborg Amts avis.
- Bilag 8: Jens Fokdals notater.
- Bilag 9: Litteraturliste.

Bilag 1.

# TRÆNINGSSTRUKTUREN

## YDRE STRUKTUR

- Velkomst

  Følgende kan indgå i velkomsten:

  - Hilse (ved at give hinanden hånden)
  - Præsentere gæster
  - ART-råb, hook up eller lignende
  - Minde om regler

- Tilbageblik på forrige træning i samme komponent
- Gennemgang af træningsopgaver fra forrige træning i samme komponent

## YDRE STRUKTUR fortsætter

- Træningsopgave i gruppe (hvis det ikke har været angivet i punkt 8)
- ART-leg (nu eller tidligere i træningen)
- Tilbageblik på denne træning
- Orientering om mestring
- Afslutning

  Følgende kan indgå i afslutningen:

  - Evalueringsrunde evt. «venskabsrunde»
  - Anerkendelse/diplomer
  - ART-råb

## INDRE STRUKTUR

1. Definér færdigheden
   «at give kompliment»
   - Hvad betyder det?
   - Trinnene
2. Demonstrer færdigheden
4. Diskutér behovet for færdigheden
   - Hvorfor?
   - Hvornår kan den bruges?
6. Vælg hovedaktør og medaktør
7. Planlæg rollespillet og uddel observationsopgaver
8. Gennemfør rollespil
9. Tilbagemeldingsrunde
10. Individuel træningsopgave
11. Gentag punkt 4-8

**Bilag 2.**

# ART - Sociale færdigheder (6 - 15 år) - Forældreudgave

Se alle **XXXX** evalueringer

**GemUdskriv**

Barn: **XXXXX**

Udfyldelses dato: 16-06-2013

Tilknyttet screening:

**Introduktion**

Dette spørgeskema handler om forskellige ting, som børn i din alder kan gøre. Læs hver sætning og tænk grundigt over hvor ofte, du normalt gør det, som står i sætningen.

**Hvor ofte**

Gem svarene

Prøv at svare på alle spørgsmålene.
Det er ingen svar som er rigtige eller forkerte, så svar det, som er rigtigt for dig.

| | Hvor ofte | | | | Score |
|---|---|---|---|---|---|
| | Aldrig | Af og til | Ofte | Meget ofte | |
| **Sociale færdigheder** | | | | | |
| 1. Gør dit barn det, han/hun bliver bedt om | | | | | |
| 2. Hjælper til med opgaver i huset uden at være blevet bedt om det | | | | | |
| 3. stiller spørgsmål ved rammer og regler, der virker urimelige | | | | | |
| 4. Forsøger at klare pligter i hjemmet selv, før han/hun beder dig om hjælp | | | | | |
| 5. Giver ros til sine venner | | | | | |
| 6. Deltager, når andre beder om at være med i leg/aktiviteter | | | | | |
| 7. siger fra hvis noget er urimeligt | | | | | |
| 8. Siger sit navn, når han/hun møder nye mennesker | | | | | |
| 9. Bruger fritiden hjemme på en positiv måde | | | | | |
| 10. Spørger om lov, før han/hun bruger noget som tilhører andre i familien | | | | | |
| 11. Reagerer hvis andre børn skubber eller slår | | | | | |
| 12. Tilbyder at hjælpe andre i familien | | | | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 13. Inviterer andre børn hjem | | | | |
| 14. Undgår situationer, som kan skabe problemer | | | | |
| 15. Starter hellere samtaler selv, end venter på at andre skal tale til han/henne | | | | |
| 16. Holder orden på sit værelse uden at være blevet bedt om det | | | | |
| 17. Udfører sine huslige pligter | | | | |
| 18. Kan styre sit temperament når der opstår konflikter | | | | |
| 19. Kan styret sit temperament i konflikter med andre børn | | | | |
| 20. fortæller om hvad det føler, når han/hun er blevet uretfærdigt behandlet | | | | |
| 21. Følger reglerne, når hun/han spiller eller leger med andre børn | | | | |
| 22. Er opmærksom, når han/hun får besked på at gøre noget | | | | |
| 23. Viser interesse for nye ting/lege | | | | |
| 24. præsenterer sig i telefonen | | | | |
| 25. Får let venner | | | | |
| 26. indgår kompromiser i konfliktsituationer | | | | |
| 27. Hjælper med at rydde op i hjemmet | | | | |
| 28. Lytter og venter når han/hun deltager i leg eller spil | | | | |
| 29. Responderer imod irettesættelse på en fin måde | | | | |
| 30. Roser andre i familien, når noget lykkes for dem | | | | |
| **Problemadfærd og/eller bekymring** | | | | |
| 31. Følger regler når han/hun deltager i spil | | | | |
| 32. Virker sikker på sig selv i sociale situationer | | | | |
| 33. Lytter og hører efter, når nogle taler til ham/hende | | | | |
| 34. Tager selv initiativ til at komme med i andre børns lege eller aktiviteter | | | | |
| 35. Konflikter afsluttes på en fredelig måde | | | | |
| 36. Er vellidt af andre | | | | |
| 37. I forretninger henvender han/hun sig til ekspedienten og beder om hjælp | | | | |
| 38. Siger fra, når han/hun har problemer med noget | | | | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 39. Taler pænt derhjemme | | | | | |
| 40. Reagerer i raserianfald/vredesudbrud | | | | | |
| 41. Er rastløs eller hele tiden i bevægelse | | | | | |
| 42. Småskændes med andre | | | | | |
| 43. Forstyrrer igangværende aktiviteter | | | | | |
| 44. Giver udtryk for at han/hun ikke har nogle venner | | | | | |
| 45. Virker ensom; går/leger meget for sig selv | | | | | |
| 46. Er aggressiv i forhold til omgivelserne | | | | | |
| 47. Retter sig ikke efter regler eller opfordringer | | | | | |
| 48. Er ængstelig ved at være sammen med andre børn i grupper | | | | | |
| 49. Virker trist, ked af det eller deprimeret | | | | | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **Total** | **0** | **0** | **0** | **0** | **0** |
| **Ansvarlighed** | 0 | 0 | 0 | 0 | **0** |
| **Assertion** | 0 | 0 | 0 | 0 | **0** |
| **Samarbejde** | 0 | 0 | 0 | 0 | **0** |
| **Selvkontrol** | 0 | 0 | 0 | 0 | **0** |

Konklusion af skemaet

## Vejledning til skemaet

**Konklusion af evaluering**

**Generel vejledning**

Hvis du aldrig gør, som der står i sætningen, kryds af i "aldrig".
Hvis du af og til gør, som der står i sætningen, kryds af i "af og til".
Hvis du ofte gør, som der står i sætningen, kryds af i "ofte".
Hvis du meget ofte gør, som der står i sætningen, kryds af i "meget ofte"

**Bilag 3.**

# Hvordan havner jeg i konfliktsituationer?



**Navn:_____ Dato:_____**

Hvem bliver vred på mig?

- _____
- _____
- _____

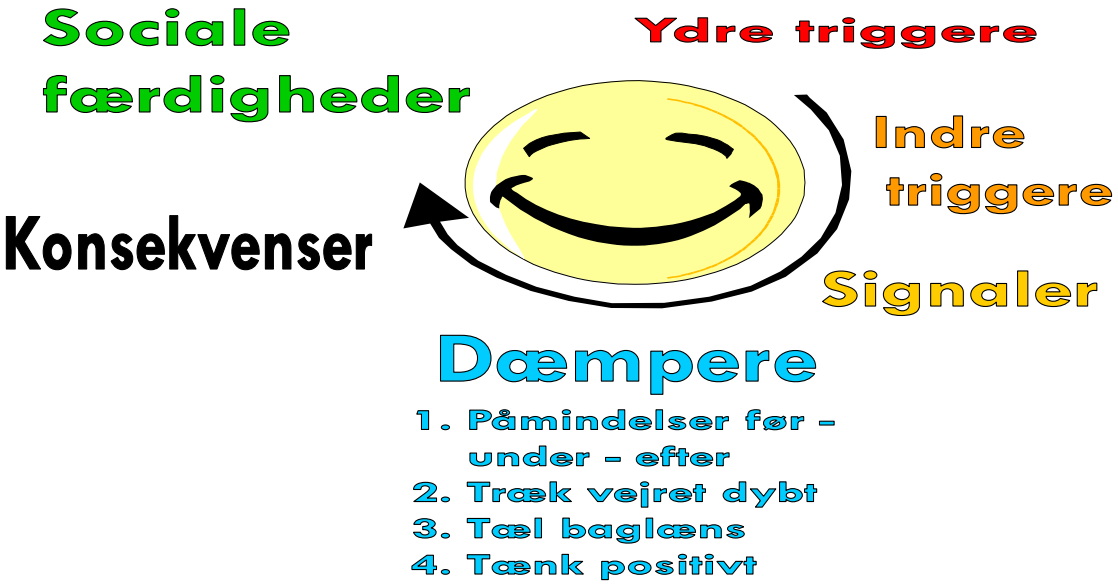
Hvad gør jeg som gør ham eller hende sur?

- _____
- _____
- _____

Hvad kan jeg gøre for at undgå dette?

- _____
  _____

**Bilag 4.**


Sociale færdigheder
Ydre triggere
Indre triggere
Konsekvenser
Signaler
Dæmpere
1. Påmindelser før – under – efter
2. Træk vejret dybt
3. Tæl baglæns
4. Tænk positivt

**Bilag 5.**

Mail fra en forælder til Kongsholm.

Tak for nyhedsbrevet, jeg synes at kunne mærke at **xxx** er mere selvsikker i sin væremåde og ikke så let lader sig slå ud over småting . Det er ret sjældent, at han har nogle vredesudbrud med efterfølgende er ked af det og virker fortabt.

**Bilag 6.**

## ART - Log beskrivelser:

**Vredeskontrolcirklen;** social færdighed

**Dato:** **Tidspunkt:18.00**

**Hovedlærer:** **Hjælpelærer:**

**Hvem deltager:**

**Refleksioner over komponenterne i cirklen:**

**Rollespil de voksne:**

**Refleksioner over de voksnes rollespil:**

**Børnenes rollespil:**

**Refleksioner over børnenes rollespil:**

**Hvordan kunne børnene bruge færdigheden:**

**Hvad har de lært:**

**Opgaven til næste gang:**

**Venskabsrunden:**

**Bilag 7.**

# Hvad er moralsk ræsonnement?

Moral er den kognitive træning - forståelse af hvad der er rigtigt og forkert

Moralsk ræsonnement betyder derfor ræsonnement i forhold til, hvad der er godt for både dig selv og de, som deltager i fællesskabet

Træningen viser derfor vejen til hvilken beslutning, du vælger



# Ros giver børnene kompetencer

**BØRN:** Ansatte på Kongsholm er som de første på et af landets bosteder i gang med at uddanne sig indenfor den pædagogiske metode ART.



*Preben Quist, der har arbejdet med opholssted og unge i 30 år, pædagog Katrine Hellenberg og lærer Sisse Helgesen skal i den kommende tid til eksamen i ART-metoden.* *Foto: Mette Brochorst.*

**GRÆSTED:** Der er lagt op til endnu flere rosende ord og sociale kompetencer til børnene, der bor på opholdsstedet Kongsholm nær Udsholdt strand. Det kan mindst fire voksne nikke ja til.

Leder af opholdsstedet Jannie Quist, hendes mand Preben Quist, pædagog Katrine Hellenberg og lærer Sisse Helgesen er bænket ved bordet i opholdsstedets mødelokale, der også rummer trommesæt og skrivebord.

- Der kommer mere ros, for det virker jo, siger Preben Quist.

Han og fem andre ansatte er alle sammen i gang med et efteruddannelseforløb på Kongsholm, som bliver en fast del af pædagogikken fremover. Og de er tæt på at afslutte deres eksamen i den pædagogiske metode ART, der står for Aggression Replacement Training, en pædagogisk metode der ved hjælp af rollespil, ros og børnenes reflektioner over egne reaktioner skal være med til at give de syv børn, der bor på stedet, bedre sociale færdigheder, og dermed gøre det nemmere for dem socialt.

## Væk med det agressive

Siden februar har stedets medarbejdere arbejdet med metoden ved at have bostedets syv børn til undervisning to gange om ugen. Undervisningen går blandt andet ud på at skubbe de agressive reaktioner ud til siden og lære børnene, hvordan de kan undgå at slå eller råbe.

- De lærer at tackle vreden bedre og at spørge ind til tingene, for eksempel hvis en siger noget om at håret sidder sjovt, så kan de spørge ind til, hvad den anden mener i stedet for at tage det negativt, for det kan jo være, at der er en krølle, der bare sidder sjovt, siger Sisse Helgesen.

Hun fortæller også, at de lærer lige at puste ud, tælle til ti eller andre dæmpere, de kan bruge til at tænke over om det er værd at blive sur over.

## Positive tegn

Børnene på opholdsstedet har som udgangspunkt det til fælles, at de er blevet omsorgssvigtede tidligt i deres liv, fortæller leder Jannie Quist og tilføjer, at nogen af dem også har diagnoser.

Derfor er der også været flere af dem, der har reageret agressivt og for eksempel har smidt med tingene, hvis de blev sure og vrede.

- Det er rart at se, at børn, der tidligere ville rasere huset, lærer at kende deres egne signaler, siger Jannie Quist.

Pædagog Katrine Hellenberg kan også se, at ART-timerne virker på det sociale samspil for børnene. Eksempelvis en dag, hvor hun trådte ind af døren, og en af børnene kom løbende imod hende for at fortælle, at syntes at målmanden var så god, da de spillede hockey i skolen, at han havde sagt det til ham.

- Han fortalte, at målmanden blev glad, da han gav ham et kompliment, gengiver Katrine Hellenberg

- De har ikke kendt det ord før, tilføjer Preben Quist med et smil.

- Det er overskud, siger Katrine Helleberg med eftertryk.

## Udviklet i Norge

Metoden er udviklet i Norge, og er baseret på målbare resultater. På den måde har de norske forskere også kunne dokumentere, at den pædagogiske tilgang virker, fortæller leder Jannie Quist.

- Vi har testet børnene efter ART-systemet inden vi gik i gang, og efter de her sessions, så bliver børnene testet igen, og så skulle skole, pædagoger og sagsbehandlere kunne se en forskel, siger hun.

*Mette Maj*

**Bilag 8.**

## Jens Fokdals egne notater omkring ART forløbet på Opholdsstedet Kongsholm.

I sommeren 2013 afsluttede Opholdsstedet Kongsholm det første ART forløb. Forløbet blev gennemført i alt 30 timer. 10 timer social færdighed, 10 timer vredeskontrol og 10 timer moralsk ræsonnement.

Formålet med at anvende ART programmet som en pædagogisk metode, var at fremme og udvikle børnenes sociale færdigheder, følelsesmæssige kompetencer og endelig børnenes kognitive beslutnings evner.

Børnene er i alderen fra 9 – 16 år. De bor på opholdsstedet. De går i skole og følger forskellige fritidsaktiviteter.

Børnene, pædagoger, lærere og forældre har udfyldt præ og post skemaer. Disse viser om børnene har ændret social adfærd, udviklet følelsesmæssige kompetencer og kognitive beslutningsevner.

Sideløbende med resultaterne fra skemaerne, er der foretaget et interview med børnene. Interviewet skal vise, om børnene har opnået en selverkendelse af deres sociale ændringer.

Børnene er interviewet en af gangen. Deres udsagn er nedskrevet; som de fortalt dem ud fra de øjeblikke og situationer de kan huske.

I materialet fremgår hele interviewet med børnene. Interviewet er kun gyldigt ud fra børnenes eget udsagn.

**I Interviewet medvirker:**

Dreng 11 år

Pige 17 år

Pige 10 år

Dreng 9 år

Pige 14 år

**Dreng M 11 år:**

Jeg er 11 år, går i 4. klasse på Lynge skolen – Maglebjergskole. Jeg kan godt lide at gå i skole, og kan bedst lide dansk.

JF: Du bor her på Kongsholm og du har været med i et ART forløb. Hvad syntes du om at være med i ART?

M: Sjovt. Det har været sjovt, at vi skal lære ting og lave rollespil. Det sjoveste er rollespil.

JF: Har du deltaget alle 30 gange, og har du deltaget i social færdighed?

M: Ja, alle sammen. Hvad var det nu social færdighed var, ...det var at lære at ignorere ting.

JF: Kan du huske andet?

M: Nej, faktisk ikke.

JF: Det kan du ikke. Kan du huske noget fra vredeskontrol?

M: Ja, hvis man nu er lidt sur og skuffet og alt det der, så kunne man tælle til 10, hvis man var rigtig sur. Jeg talte til 10, fordi jeg var sur på en eller anden.

JF: Bruger du det på med de andre til aftensmaden eller andet?

M: Ikke altid, nogle gange gør jeg.

JF: Har du lært at håndtere din vrede, hvis du bliver vred, og kan du sige, hvad du gør?

M: Når jeg bliver vred, bliver jeg sur og tramper i gulvet.

JF: Gør du noget andet, efter du har haft vredeskontrol?

M: Nej, jeg gør ikke andet end det.

JF: Bruger du vredeskontrol, den der med at tælle til 10?

M: Ja, det gør jeg – kan ikke huske hvordan.

JF: Kan du huske, det der hed moralsk ræsonnement, det der med, hvor man skulle tage stilling til nogle dilemmaer?

M: Nej, faktisk ikke.

JF: Kan du ikke huske, at der var nogle dilemmaer I skulle snakke om, hvor I satte nogle krydser – ja og nej, kan du ikke huske det? Og så skulle du forklare, hvorfor du sagde ja og nej.

M: Det var fordi, der var nogle ting, der slet ikke var helt ok, hvis man havde lavet noget.

JF: Kan du huske, noget du havde lavet eller ikke lavet?

M: Jeg hørte en historie om en dreng, der skulle flytte på en ny skole, og så spurgte han, om han ville kom til hans fødselsdag, ham der hjælper, og så sagde han ja, men så sagde han, at hans bedstemor var syg - ham der skulle komme, og så spurgte vi om han skulle gå sammen med sine fodboldkammerater eller gå ned til hans fødselsdag. Hans fødselsdag skulle han hellere, når han havde lovet det!

JF: Hvad syntes du var rigtigt?

M: At han gik ned til hans fødselsdag.

JF: Ville du have det sådan selv?

M: Ja.

JF: Har du brugt nogle af de her ting, du har lært her i ART-programmet, har du brugt dem i skolen?

M: Faktisk ikke, der er slet ikke særlig mange, der driller mig. Nogen lader mig faktisk være, så nej.

JF: Så der er slet ikke nogen, der har drillet dig?

M: Nej.

JF: Hvis der var nogen, der drillede dig, hvad ville du så gøre?

M: Sige det til en voksen.

JF: Har du brugt det her på opholdsstedet, og kan du sige hvordan?

M: S drillede mig, og så sagde jeg ”lad være”, og så sagde hun noget mere, der var irriterende, og så gik jeg hen og sagde til en voksen.

JF: Hvad sagde den voksne så?

M: ”Det der, skal du ikke gøre imod ham!”

JF: Har du brugt det hos nogle venner?

M: Nej.

JF: Går du til noget sport, og har du brugt det der?

M: Fodbold, jeg står på mål og jeg går til idræt og svømning og så ikke mere.

JF: Kan du bruge det til svømning eller fodbold?

M: Jeg kan ikke holde ud at lave mere!

JF: Hvis jeg nu spørger dig om en ting til M - én ting. Er der noget, du kan huske, som du har lært af ART, som du kan bruge i fremtiden?

M: Ja, bare ignorere, hvis de gør et eller andet. Være ligeglad – jeg kiggede bare, og så vendte jeg mig om og gik!

JF: Ok, så det har du lært. Har du lært én ting til?

M: Om at hente en voksen.

JF: Det var to ting. Er der en tredje ting du har lært?

M: At vide jeg ikke skal slå ham.

JF: Det var 3 ting, er der en ting til?

M: At gå min vej og være en lille smule irriteret.

JF: Du er rigtig dygtig, er der en fjerde ting?

Lang pause….

JF: Det kan du ikke huske. Nu skal du i ART igen, er der noget, du kunne tænke dig at lære, næste gang du skal i ART efter sommerferien?

M: Ja, at ignorere alle tingene.

**Pige S 17 år:**

Jeg hedder S, er 17 år og går i 9. klasse. Jeg bor her på Kongsholm og har deltaget i ART forløb.

JF: Hvordan har du haft med at deltage i det?

S: Fint, det har været godt. Vi har lært en del, vi har i hvert fald ikke prøvet det før.

JF: Er det bedre end noget andet. Har det været anderledes?

S: Ja, at man skulle lave nogle papirer og skrive nogle ting ned.

JF: Det har været anderledes. Har det været ok?

S: Ja.

JF: Har du deltaget alle gangene?

S: Der er en gang, jeg ikke deltaget.

JF: Du har været med i social færdighed, hvordan oplever du det. Kan du huske noget fra social færdighed?

S: Nej. Jeg kan ikke huske, hvad det var for en?

JF: Det var det med at bede om lov, lære at lytte, blive presset af andre, gruppepres, kan du huske noget fra det?

S: Ja, vi skulle læse det op, vi havde skrevet. Det var ok.

JF: Har du lært noget af de sociale færdigheder?

S: Ja, jeg har lært at hjælpe andre mere og sådan noget.

JF: Er der mere, du har lært?

S: Jamen, alle de ting vi lærte om, er jeg bare blevet lidt bedre til.

JF: Når du siger bedre, hvad tænker du så på?

S: Jeg tænker mere over at gøre tingene.

JF: Kan du huske det, der hed vredeskontrol, har det lært dig noget?

S: Før i tiden ville jeg bare slå løs på folk, men nu tænker jeg over det.

JF: Så du har fået tanken med. Hvordan har du det med det?

S: Det har jeg det godt med.

JF: Hvad med moralsk ræsonnement, kan du huske det. Det der med dilemmaer, hvor man skulle tage stilling til nogle ting, og satte krydser?

S: Det var også ok. Det med at man skulle lære de der……, at svare på de der spørgsmål.

JF: Ja, du skulle sætte krydser ved ja eller nej og så skulle du begrunde det. Kan du huske, hvad du har fået ud af de dilemmaer?

S: Nej, ikke sådan.

JF: Har det hjulpet dig til at tænke godt over nogle ting?

S: Ja, lidt.

JF: S, bruger du det i skolen, og kan du sige hvordan?

S: Jeg brugte det, da jeg var ved at komme op og slås med en pige. Så brugte jer mine dæmpere.

JF: Hvordan virkede det med dine dæmpere?

S: Det virkede godt.

JF: Er der andre steder eller i andre sammenhæng du har gjort det i skolen, som du kan huske?

S: Give komplimenter, det gør jeg også, og bedt om lov og hjælp.

JF: Andre ting i skolen?

S: Nej, Ikke lige hvad jeg kan huske.

JF: Hvad med hjemme. Jeg tænker på din kæreste og dine forældre?

S: Det kan jeg ikke huske.

JF: Jeg kan det huske det med mobiltelefonen, da han smed den ud. Lærte han noget af det?

S: Ja, det gjorde han.

JF: Har du lært andre ting?

S: Nej.

JF: Hvad med dine forældre, derhjemme?

S: Jeg har ikke været der.

JF: Så det har du ikke brugt. Hvad med venner og veninder?

S: Dem har jeg heller ikke været sammen med.

JF: Hvad med her på opholdsstedet?

S: Der har jeg bare brugt dæmpere og alle de der ting.

JF: Der bruger I dem næsten alle sammen. Er der noget, hvis vi nu skal nævne et par ting, du har lært af det ART forløb. Hvis vi nu skal nævne en ting, kan du så huske en af de ting, du har lært?

S: Det er at have styr på min vrede.

JF: En ting til?

S: At bede om lov.

JF: En ting til?

S: Give komplimenter.

JF: Det var 3 ting. En ting til?

S: Bede om hjælp.

JF: Det var 4 ting, det var da også meget fint. Skal du med i næste ATR forløb?

S: Det skal jeg vel.

JF: Hvad kunne du tænke dig at lære der, udover de 4 ting du har lært?

S: Det ved jeg ikke. Det der kommer.

JF: Er der noget, du vil sige til sidst?

S: Det var godt, det var sjovt.

JF: Er der noget specielt, du syntes var rigtig sjovt i ART?

S: Det var, når det var sådan noget rollespil.

JF: Det kan du godt lide, fint.

**Pige M 10 år:**

M, 10 år, går i 4. Ø, og skal op i 5.

JF: Du har været med i ART.

M: Jeg har lært at dæmpe mig og ved der er konsekvenser for det jeg gør.

M: Jeg tænker faktisk mere over, hvad jeg gør.

JF: Er der mere du gør – tænker på?

M: Det ved jeg ikke, jeg kan ikke bare sådan lige sige det.

JF: Kan du huske, at du har været med i social færdighed, og kan du huske, hvad du har lært af det?

M: Social færdighed er jo en færdighed, og det er jo socialt, så det har ligesom hjulpet mig socialt ude blandt mine venner og jeg har tænkt meget mere over, hvordan jeg opfører mig og hvordan andre folk ser mig.

JF: Er der andre ting?

M: Vi har fået papirer med opgaver, og det har været sådan lidt underligt på en eller anden måde, fordi jeg skulle svare på de opgaver, og nogen gange havde man jo ikke gjort de ting, fordi man jo ikke har været opsat på det, men på en eller måde bliver du faktisk opsat på at gøre de der ting, så du har noget at skrive. Man bliver mere opmærksom på, hvad man faktisk har gjort af gode ting i ugens løb og det syntes jeg er rigtig godt.

JF: Så det var godt at have nogle opgaver og noget at tænke over. Kan du huske det der vredeskontrol. Hvad har den lært dig?

M: Det har ikke rigtig lært mig noget, jeg har ikke rigtig tænkt så meget over vredeskontrollen, fordi jeg havde meget godt styr på i forvejen, hvordan man opførte sig, når man var sur. Og jeg havde ligesom – fordi mig og en af pædagogerne M, vi har haft en periode, hvor vi arbejdede med det, vi arbejdede ikke lige præcis med vredes kontrol, for der havde vi ikke ART. Men lige før vi startede på ART, der var jeg på en eller anden måde blevet uddannet til at kontrollere min vrede.

JF: Gjorde hun det sammen med dig, og fik du noget ud af det?

M: Ja, det gjorde jeg. Jeg kan kontrollere min vrede meget bedre. Det har virkelig hjulpet.

JF: Kan du huske det med Moralsk Ræsonnement. Det der med at sige sin mening, har det lært dig noget?

M: Det har gjort mig mere obs på, hvordan man formulerer sig, det har det hjulpet på. Det har også hjulpet mig i skolen, på hvordan man kommer med sin mening og på hvilken måde man kommer med sin mening, for man kan jo godt blive misforstået.

JF: Har det betydet noget for det dig, det med meninger. Jeg tænker på dine egne meninger?

M: Det har det ikke, for jeg har været meget opsat på at sige, hvad jeg føler, det syntes jeg altid, jeg har været ret god til.

JF: Så du tænker bare lidt mere over det?

M: Ja, jeg tænker bare lidt mere over meningerne.

JF: Er der nogle andre steder, du har brugt det, nu siger du, at du har brugt det i skolen?

M: Jeg har brugt det herhjemme. Jeg har brugt det f.eks., hvis jeg har været uvenner med en af de andre børn her. Så kan det være meget rart ligesom, hvis de ikke lige tænker over, at man ikke gider være uvenner. Så lige gå, og så bliver de faktisk kede af, at de har sagt det. For at du selv har haft den følelse og så ved du ligesom, ja, hvordan skal jeg sige det, at det ikke er fedt er sidde der, som den der faktisk har gjort forkert. Så man kommer hurtigt ned og siger undskyld igen, fordi man opdager hurtigt, at der faktisk er en, der sidder tilbage med alt lortet.

JF: Så det er den måde, du har brugt det. Har du brugt det hos din familie?

M: Ja det har jeg. Min mor rigtig meget, for jeg har rigtig tit været sur på min mor, så der har jeg virkelig brugt det, for hun kan virkelig opføre sig som en, der er yngre end mig, nogle gange.

JF: Kan du sige, hvordan du har brugt det?

M: Ved ligesom at lukke hende ude og tænke at jeg er bedre end hende i den situation. Det har jeg også gjort, hvis jeg har været uvenner med en af mine veninder, der har kaldt mig noget, så har jeg også bare sagt, at jeg vil gerne være bedre end dig, så jeg siger det ikke tilbage.

JF: Så tænkte jeg på, nu skal du jo have ART næste gang, er der noget du tænker over, du vil lære der?

M: Jeg kunne godt tænke mig, at vi lærte lidt andre ting som f.eks. det der med at træffe beslutninger. At man ikke bare træffer den samme beslutning som hinanden, at man ligesom laver det der med at ræsonnere mere over det. Ligesom det med ormen - lave lidt mere af det, så man ligesom lærer, for det følte jeg lidt der var hos de andre børn, at de bare valgte, fordi der var nogle andre der valgte.

JF: At man vælger, det de andre vælger, så det med at få sin egen mening. Vi skal lige prøve at trække op, hvad du ligesom har lært i ART. Nu tager vi en ting, du har været inde på det.

M: Jeg har lært at kontrollere mig selv.

JF: Det var en ting – to?

M: Jeg har lært at kigge på mig selv fra andres synspunkt.

JF: Tre?

M: Jeg har lært lidt bedre at lukke af for folk, der siger nogle dumme ting.

JF: Fire?

M: Jeg er blevet bedre til at træffe mine egne beslutninger. F.eks. legede vi en led leg, hvor vi skulle vælge mellem to veninder. Og det lykkedes uden at de blev sure.

JF: Er der en femte ting også? Det der er jo meget væsentlige ting.

M: Jeg er blevet bedre til at lytte til andre folk.

JF: Er der så også en sjette ting?

M: Jeg har altid været god til tale, men jeg syntes, jeg er blevet meget bedre til at lytte til andre og det har også givet mig stor indsigt i, hvordan andre føler. Det syntes jeg, at jeg er blevet bedre til. Jeg kan ikke komme med flere lige nu, det er ret svært. Men jeg er også blevet bedre til at sætte grænser og styre min vrede. Jeg er også blevet bedre til at være mig selv.

JF: Det er ret flot.

**Dreng A 12 år:**

A 12 år, går i 4. klasse og skal op i 5.

JF: A, du har været med i det her ART forløb, kan du huske, hvordan det har været for dig, at være med i ART?

A: Det har været godt. Altså, der har været nogle ting, der ikke har hjulpet, men det har da hjulpet lidt, der er nogen steder, hvor det ikke rigtigt har hjulpet så meget.

JF: Kan du sige, hvor det har hjulpet?

A: Nogle gange når man bliver sur og så… det ved jeg ikke helt rigtigt ellers.

JF: Kan du huske, hvad det ikke har hjulpet?

A: Ved maden når vi spiser, er det sådan noget du gerne vil lære noget af?

A: Ja, når vi plejer at komme tilbage, er der meget uro.

JF: Så det kunne du godt tænke dig at arbejde med næste gang. Har du været med alle gangene?

A: Der har været to gange, hvor jeg ikke har været med.

JF: Kan du huske, at du har haft det, der hedder social færdighed. Kan du huske, hvad det er?

A: Nej, det kan jeg faktisk ikke.

JF: Det der med at lytte og bede om lov, kan du huske det. Hvad har du lært af det?

A: Det syntes jeg da, jeg har lært meget af, jeg syntes, jeg er blevet meget bedre til at lytte.

JF: En ting til?

A: Hvad var det ellers?

JF: Bede om lov og…

A: Det er jeg også blevet bedre til.

A: Dæmpe mig - skide sur så er jeg bare gået op på værelset……

JF: Moralsk ræsonnement hvor man skal sige sin mening, man skulle sætte krydser, ja, nej, ved ikke, har det lært dig noget?

A: Næ, det syntes jeg ikke.

JF: Men du har været med i det?

JF: Har du brugt det i skolen?

A: Nej.

JF: Har du brugt det sammen med de andre inde på opholdsstedet, kan du sige hvordan?

A: Var det ikke det der med billedet, hvor man krydser af. Det har jeg ikke brugt så meget.

JF: Vredescirklerne? Signaler?

JF: Brugt det overfor din familie, mor, far, lillesøster?

Jf: Kan du sige en ting, du har lært ved ART?

A: Lært ikke at blive så sur, bedre til at dæmpe mig selv, tale pænt i stedet for at sige….

JF: Du har sagt fire ting nu, du skal kun sige det du kan.

**Dreng J 14 år:**

J: Jeg er 14 år gammel og jeg går i 7. klasse. Jeg bor på Kongsholm. Jeg kan huske, at jeg har deltaget i ART.

J: Jeg kan huske hjælpsomhed i den sociale færdighed. Jeg hjælper andre, der har brug for hjælp. Min ven i dag sad fast i et træ. Så jeg hjalp ham med at brække en gren af. Jeg kan huske ærlighed.

J: Jeg kan huske vredeskontrollen, det var en cirkel og at vi skulle arbejde med alle emner i cirklen.

J: Jeg husker især dæmperne. Jeg knytter mine næver, når jeg bliver trigget. Mest når min lærer giver mig for mange lektier for. En gang skulle jeg lave 5 matematik opgaver.

J: Det kunne jeg ikke. Så knyttede jeg mine næver og gik udenfor døren. Kongsholm støttede mig i at snakke med læreren, så vi fik det løst. Tidligere kastede jeg med tingene og blev hysterisk. Det gør jeg ikke mere, nu knytter jeg næverne og forsøger at dæmpe mine aggressioner.

J: Moralsk ræsonnement. Jeg er blevet bedre til at sige min mening - især overfor lærerne. Jeg siger også min mening overfor min mor og min søster M.

JF: Hvad betyder det at sige sin mening?

J: Det betyder at sige til og fra og det jeg står for, svarer J.

JF: Hvad kan du bedst huske fra ART forløbet?

J: At jeg får pizza og kommer i Tivoli. Ellers er jeg blevet bedre til at tænke mig om, jeg er ikke så vred mere. Jeg kan dæmpe mine aggressioner.

J: Jeg kan huske legene, især ormen, hvor vi skulle tage beslutninger. Jeg lytter også mere til andres meninger.

**Pige A 14 år.**

A: Jeg er 14 år. Jeg går i 7. klasse og jeg skal konfirmeres til næste år. Jeg kan huske, at jeg var med i social færdighed, vredeskontrol og moralsk ræsonnement.

JF: Social færdighed f.eks. Spørge en voksen, at give kompliment?

A: Jeg kan huske cirklen fra vredeskontrol. Der var nogle øvelser, vi skulle gøre. Vi skulle lære at dæmpe os og tælle baglæns.

A: Jeg er blevet bedre til at lægge mærke til, hvad jeg gør. F.eks. når andre hidser sig op foran mig, så tænker jeg, ok lad være med at hidse dig op. Det siger jeg til mig selv. Jeg kan mærke, at jeg skal dæmpe mig. I timerne i skolen kan jeg godt vente på, det bliver min tur til at blive spurgt.

A: Jeg er blevet rigtig god til at sige min mening. Det er jeg rigtig god til.

A: Ja, jeg har lært at blive mere bevidst, om det jeg gør, jeg lytter mere til andre og jeg kan dæmpe mig. Jeg er rigtig god til at sige mine meninger.

## Sammenfatning skrevet af Jens Fokdal.

Børnene på Kongsholm udtrykker generelt, at de kan mærke en forskel fra inden de begyndte i ART forløbet til de er færdige.

Børnene nævner: at de har udviklet nye kompetencer i at dæmpe deres aggressioner, at de tænker mere over tingene og nu spørger om hjælp. De er blevet bedre til at lytte og til at høre på hvad andre siger.

I de situationer hvor de bliver trigget af andre, nævner de, at de tidligere hidsede sig op. I dag kan de mærke, at de er mere rolige og har lært at vende ryggen til, knytte næver eller tænke på noget andet. Nogle af børnene nævner, at de er blevet gode til sige deres meninger. Det er dog uvist, hvor meget dreng M har fået udbytte af ART forløbet, idet han ikke kan huske detaljerne fra forløbet. Men han har deltaget og kan forholde sig til gruppeprocessen.

Generaliseringseffekten af ART forløbet viser, at pædagogerne på Kongsholm kan bekræfte ovenstående ændring og udvikling hos børnene, ligesom skolen og forældrene kan mærke en ændring.

Opholdsstedet Kongsholm har et mål om at gentage forløbet.

**bilag 9.**

- ART, En metode for trening av sosial kompetanse, af Knut Gundersen, Tutte Mitchell Olsen, Johannes Finne. Revidert udgave 2008. Diakonhjemmet Høgskole.

- http://www.ungliv.dk/aggression-replacement-training-traning-kontrol-vrede