



RE KOMMUNE
ny og varm



ART VED ... barnehage.

ART = Aggression Replacement Training.

ART er et treningsopplegg for å trene sosiale kompetanse.

Med sosial kompetanse mener vi at barna har ferdigheter, kunnskaper og holdninger som det er viktig å beherske ut fra tre forhold:

- mestre ulike sosiale miljøer
- etablere og vedlikeholde relasjoner eller vennskap
- øke trivsel og fremme utvikling for seg selv og andre

ART består av 3 deler.

- **Sosial ferdighetstrening** (Handlingen). Vi velger ut sammen med barna hvilke ferdigheter som skal trenes. Eksempler kan være, rekke opp handa når en vil si noe, si takk, dele med andre osv.
- **Sinnekontrolltrening** (Følelsesen). Alle blir vi sinte. Sinne er en sunn følelse som man ikke skal fjerne, men det er viktig å kunne styre sinnet sitt og la det få utløp på en fornuftig måte.
- **Moralsk resonnementstrening** (Tanken). Vi står overfor en mengde valg hver dag. Hvilke valg bør vi foreta og hvorfor? Her blir barna forespeilet ulike etiske dilemmaer som en skal vurdere og komme frem til fornuftige løsninger på.

ART har gjennom forskning fått dokumentert sin gode virkning. Alle mennesker møter på en eller annen måte utfordringer i livet, ART er en metode som gir barnet ferdigheter og styrker, som virker beskyttende på disse utfordringene. Re Kommune bruker ART som program i både barnehage og skole. FamilieART er et eget tilbud til familier med barn i barneskolealder som har deltatt på ART gruppe enten i barnehagen eller skolen.

Vi varierer øktene mellom å samtale, spille rollespill og leke fine samarbeidsleker. Mestring og anerkjennelse er helt sentralt i en hver ART gruppe. Det er klare regler i gruppa som skal overholdes. Barna er med på å lage regler for gruppa. Det er også en fast struktur i timene, der barna skal være aktive 80% av tiden. Det vil bli gitt ”hjemmelekser”, f.eks øve på å si ”tak” eller lignende. Det er viktig at vi har en kontakt slik at dere vet hvilke ferdigheter det trenes på og gir ros når dere ser at barnet deres utfører denne!

Våre holdninger til barna og hva vi ønsker å oppnå er:

- Barnet er en fantastisk person.
- Vi ser barnets sterke sider og fremhever dette.
- Vi kan ikke få rost barna nok.
- Barna velger å skape sitt eget liv, valgene er barnas ansvar.
- Vi hjelper barna til å utvikle et grunnlag for å ta egne beslutninger og styrket selvfølelse.

Ta kontakt med oss hvis dere har spørsmål eller synspunkter.