

Suomen ART ry

ART

Aggression Replacement Training

Erityiskasvatuksen opintopäivät, Turku 29.3.2009

**1. Nuori ei osaa toimia, ”käyttäytyä”,
sosiaalisissa tilanteissa.**

- työn kohteena *toiminnan taso*

2. Nuoren on vaikea hallita vihaansa.

- työn kohteena *tunnetaso*

**3. Nuori ei osaa tai halua toimia tavalla, joka
on yhteisön moraalien mukaista.**

- työn kohteena *ajattelun taso, arvot*

ART – AGGRESSION REPLACEMENT TRAINING

*”Aggression reflects concurrent deficiencies in behaviour, emotional control and values.”
Arnold P. Goldstein*

HARJOITELLAAN:

Käyttäytyminen

SOSIAALISIA
TAITOJA

- jotta aggressiiviselle
käytökselle olisi
vaihtoehtoja

Tunteet

VIHAN HALLINTAA

- jotta yksilö kykenisi
käyttämään näitä
vaihtoehtoja

Arvot

MORAALISTA
PERUSTELUA

- jotta yksilö haluaisi
käyttää näitä
vaihtoehtoja

VIHAN HALLINTA



Mikä johti
tilanteeseen?

Mitä teit?

Mitkä olivat
seuraukset?

ONKO OIKEIN SUUTTUA?

ON!

VIHAN HALLINTA

ABC

Laukaisijat

Vihjeet

Rauhoittajat

Muistuttajat

Itsearviointi

Seurausten ajatteleminen

Vihaisen käyttäytymisen noidankehä

SOSIAALISET TAIDOT

Ryhmä 1: Perustason sosiaaliset taidot

- 1 Kuunteleminen
- 2 Keskustelun aloittaminen
- 3 Keskusteleminen
- 4 Kysyminen
- 5 Kiittäminen
- 6 Esittäytyminen
- 7 Muiden esitteleminen
- 8 Kohteliaisuuden sanominen

Ryhmä 2: Edistyneemmät sosiaaliset taidot

- 9 Avun pyytäminen
- 10 Mukaan meneminen
- 11 Ohjeiden antaminen
- 12 Ohjeiden noudattaminen
- 13 Anteeksi pyytäminen
- 14 Muiden vakuuttaminen

Ryhmä 3: Tunteiden käsittelyyn liittyvät taidot

- 15 Omien tunteiden tunnistaminen
- 16 Tunteiden ilmaiseminen
- 17 Muiden ihmisten tunteiden ymmärtäminen
- 18 Toisen henkilön suuttumuksen sietäminen
- 19 Välittämisen ilmaiseminen
- 20 Pelkojen sietäminen
- 21 Itsensä palkitseminen

Ryhmä 4: Aggressiiviselle käyttäytymiselle vaihtoehtoiset taidot

- 22 Luvan kysyminen
- 23 Asioiden jakaminen
- 24 Muiden auttaminen

- 25 Neuvotteleminen
- 26 Itsehillintä
- 27 Omien oikeuksien puolustaminen
- 28 Kiusaamiseen reagoiminen
- 29 Hankaluuksien välttäminen
- 30 Riidasta erossa pysyminen

Ryhmä 5: Stressin sietoon liittyvät taidot

- 31 Valituksen tekeminen
- 32 Valitukseen vastaaminen
- 33 Reilu peli
- 34 Häpeän sietäminen
- 35 Yksin jätetyksi tulemisen sietäminen
- 36 Ystävän puolustaminen
- 37 Suostutteluun vastaaminen
- 38 Epäonnistumisen sietäminen
- 39 Ristiriitaisten viestien kanssa pärjääminen
- 40 Syytökseen vastaaminen
- 41 Valmistautuminen vaikeaan keskusteluun
- 42 Ryhmäpaineen sietäminen

Ryhmä 6: Suunnittelutaidot

- 43 Tekemisen suunnitteleminen
- 44 Ongelman aiheuttajan selvittäminen
- 45 Tavoitteen asettaminen
- 46 Omien kykyjen huomioon ottaminen
- 47 Tiedon kerääminen
- 48 Ongelmien asettaminen tärkeysjärjestykseen
- 49 Päätöksen tekeminen
- 50 Tehtävään keskittyminen

SOSIAALISEN TAIDON OHJAAMINEN

0. Tarkista kotitehtävä ja kertaa viime kerta.
1. Kerro, mikä tämän kerran taito on.
2. Mallinna taito.
 - kerro tai näyttele esimerkki
 - opeta taidon askeleet
3. Tuo esille nuorten tarve osata tämä taito: mihin tarvitsevat ja miksi.
4. Valitse ensimmäinen esittäjä.
5. Esittäjä kertoo tilanteen ja valitsee kanssanäyttelijän.
6. Esitys
7. Kysy ja anna palautetta.
8. Anna kotitehtävä.

Muista kiittää ja palkita jokaista ryhmäläistä aktiivisuudesta!

Taito 40: SYYTÖKSEEN VASTAAMINEN

1. Mieti, mistä toinen henkilö sinua syyttää.
2. Mieti, miksi toinen henkilö syyttää sinua.
3. Mieti eri tapoja, miten voit vastata syytökseen.
4. Valitse paras tapa ja toteuta se.

MORAALISEN PERUSTELUN TASOT:

1. moraaali on VALTAA

- vahvempi on oikeassa

2. moraaali on KAUPPAA

- teen näin, jos sinä teet näin

3. moraaali on ihmisten välistä
VÄLITTÄMISTÄ

- tee, kuten toivoisit muiden tekevän

4. moraaali on SYSTEEMI

- se luo yhteisön hyvinvointia

MORAALIHARJOITUKSEN OHJAAMINEN

1. Esittele ongelmatilanne

”Voisiko tällaista tapahtua teidän kaveripiirissä?”

2. Kierros: nuorten perustelut.

3. Nosta esiin kypsää moraalista pohdintaa

4. Käsittele epäkypsää pohdintaa

”Millaista olisi, jos kaikki tekisivät noin?”

”Miltä sinusta tuntuisi, jos olisit Jesse?”

5. Vahvista kypsää moraalialia

”Ympyröinkö tämän ryhmän yhteiseksi päätökseksi?”

Kehu ryhmää siitä hyvästä, mitä huomasit!

SAMIN ONGELMATILANNE

Sami ja hänen ystävänsä Juha ovat levykaupassa. Juha näkee levyn, josta pitää, ja sujauttaa sen reppuunsa. Juha antaa pienen merkin Samille ja kävelee ulos liikkeestä, mutta Sami ei huomaa sitä. Hetken päästä myymälävalvuri tulee Samin luokse liikkeen omistajan kanssa. ”Tuo on toinen niistä pojista, jotka varastivat levyjä!” Myymäläetsivä tarkistaa Samin repun eikä löydä levyjä. ”Okei, pääset pälkähästä, mutta mikä oli sen pojan nimi, jonka seurassa äsken olit?” kysyy myymäläetsivä. ”Menen kohta konkurssiin jatkuvan näpistelyn takia”, sanoo liikkeen omistaja. ”En voi päästää häntä menemään.”

Mitä Samin pitäisi tehdä?

1. Pitäisikö Samin olla kertomatta Juhan nimeä?
2. Mitä liikkeen omistajan näkökulmasta Samin pitäisi tehdä?
3. Mitä jos liikkeen omistaja on mukava mies, joka välillä antaa nuorille alennuksia levyistä, jos heillä ei ole tarpeeksi rahaa? Mitä Samin pitäisi silloin tehdä?
4. Mitä jos liikkeen omistaja on Samin isä? Mitä Samin pitäisi siinä tapauksessa tehdä?
5. Onko koskaan oikein kärehtyä ketään?
6. Kenen syytä tilanne on?
7. Kuinka tärkeää on se, ettei kaupoista näpistetä?
8. Kuinka tärkeää on se, että myymälävarkaista ilmoitetaan poliisille?

ART:N KANTAVIA AJATUKSIA

- kolme osa-aluetta
- ryhmäprosessi
- opettelua: ohjaaminen (roolit ohjaaja - ohjattava)
- mallintaminen → toisto → oikea elämä
- ryhmän mukaan eteneminen
- mitä muuta?

Aggression Replacement Training (1998)

käyttäytyminen	sosiaaliset taidot
tunteet	vihan hallinta
ajattelu	moraalinen perustelu

The Prepare Curriculum (1999)

	AGGRESSIO	STRESSI	ENNAKKOLUULOT
käyttäytyminen	A sosiaaliset taidot B tilanteiden havainnointi	tukea antavat roolimallit	yhteistyötaidot
Tunteet	vihan hallinta	stressin hallinta	empatia
Ajattelu	moraalinen perustelu	ongelmanratkaisu	ryhmädynamiikka

CATCH THEM BEING GOOD!

HUOMAA HYVÄ



Suomen ART ry edistää ART-osaamista Suomessa.

www.suomenart.com

Liity yhdistykseen!

LISÄÄ TIETOA ART-MENETelmäSTÄ

- www.suomenart.com
- <http://www.aggressionreplacementtraining.org/>
- <http://artgang0.tripod.com/>

Goldstein, Arnold P; Glick, Barry; Gibbs, John C. (2008):
ART - Aggression Replacement Training.
Ryhmäharjoitusmenetelmä aggressiivisesti käyttäytyville
nuorille. Helsinki: NordPrint.