



Program ART – TRÉNING NAHRADENIA AGRESIE

Dĺžka programu: 8 hodín

Realizácia: osobne, alebo online cez aplikáciu ZOOM

Edukácia a moje skúsenosti s realizáciou programu

ART - tréning nahradenia agresie (Aggression Replacement Training)

Program patrí so skupiny multimodálnych programov, to znamená že je zložený z viacerých komponentov, ktoré sa zameriavajú na konanie /tréning sociálnych zručností/, myslenie /morálne zvažovanie/ a emócie /tréning regulácie hnevu/.

ART je metóda intervencie sociálnej kompetencie, ktorá v sebe zahŕňa - kontrolu hnevu, prosociálne zručnosti/schopnosti a tréning morálneho zdôvodňovania. Táto špecifická intervencia má zvyčajne 30 sedení, 10 z každej časti ART.

Časti (komponenty) sú nacvičované každý týždeň počas intervenčného obdobia. Tréning, ktorý je vedený 2 trénermi, je rozdelený do skupín, v ktorých je od 4 do 8 účastníkov. Každé sedenie má pevnú štruktúru, a v závislosti od špecifického komponentu, na ktorý je zameraná, je tu taktiež priestor na hry, znovupoznanie, tréning na doma a podobne.

Existuje aj rodinný ART tréning.

Program je dobre validovaný a rozšíril sa do mnohých štátov USA a Európy. V SR vďaka projektu OZ Návrat v roku 2014 sú vyškolení prví tréneri ARTU a rozbiehajú sa prví ART skupiny. Art tréning umožňuje aj hosťa na hodine ARTu, čo je dobrá príležitosť oboznámiť sa s programom bližšie aj pre každého psychológa/psychologičku.

Viac info na stránke <https://www.navrat.sk/co-robime/art-trening-rozvoja-socialnych-kompetencii>