

Bengt Daleflod

om Aggression Replacement Training, ART

Denna gång är vi intresserade av att höra Bengt Daleflods tankar kring ART. Han är psykolog och psykoterapeut med mångårig erfarenhet av att arbeta med ART och "målgruppen" utagerande aggressiva ungdomar. Bengt är ordförande i SWE ART och vice president i Prepsec International, organisationer som arbetar med ART på olika sätt.

Text: Johan Westöö
Foto: Privat

Vilken är din bakgrund och aktuella verksamhet när det gäller att jobba med aggressivitet och normbrytande beteende?

Under studietiden jobbade jag extra som skötare på BUP-kliniken i Uppsala, fortsatte som PTP-psykolog och sedan som leg psykolog. På den tiden var jag snabb och vältränad så det föll sig naturligt att jag fick tampas med de bråkiga och utagerande barnen. Vid den tidpunkten fanns ingen KBT inom BUP. All verksamhet vilade på psykodynamisk grund. I lönnedom var vi några stycken som började använda beteendeterapeutiska analys- och behandlingsmetoder (med framgång). Jag började därefter på ett särskilt ungdomshem. Även där var allt psykodynamiskt inriktat om än i en lite taffligare version. Där jobbade jag i 10 år som klinisk psykolog. Därpå med forskningsuppgifter, metodutveckling, projektledning och utbildning. I nära samarbete med ART-programmets upphovsman, Arnold Goldstein, introducerade jag ART i Sverige i mitten av 1990-talet. I dagsläget är jag på halvtid projektledare för ART-programmet som finns på 20 av SiS (Statens institutionsstyrelse) 32 ungdomshem. På min andra halvtid arbetar jag med utbildning, handledning och föreläsningar inom området.

Hur skulle du beskriva ART kortfattat?

ART är i grunden ett socialt multimodalt program bestående av tre grundkomponenter: social färdighetsträning, ilskek kontroll och moralträning. Syftet med ART är att ge barn och ungdomar sociala alternativ till aggression. ART innebär också ett aktivt förhållningssätt. ART vilar på social inlärningsteori och modellinlärning. Så mycket handlar det om att förändra sitt eget beteende. Proceduren i ART adresserar alla responskanaler i beteendet (hur vi tänker, känner och handlar). Metoderna som ingår i ART är väletablerade och står givetvis på egna ben och kan användas var för sig.

Hur ser evidensen ut för ART?

Självklart skulle man önska att evidensen vore oantastlig och att ART var bedömt som ett modellprogram. Forskningsläget är dock tillräckligt bra för att köra vidare. I de flesta översikter klassas ART antingen som lovande eller effektivt. Inga skadliga eller negativa effekter har rapporterats. Det verkar svårt att göra randomiserade studier under verkliga förhållanden. Många har haft den ambitionen, men fått nöja sig med mindre avancerade upplägg. Ett besvärande faktum är att

det är väldigt få som bedriver forskning inom detta område (i Sverige bedrivs ingen forskning). Det man gör i ART ligger dock helt i linje med det forskningen säger att man ska göra (principerna för "what works").

Är ART bara till för unga och hur skulle man eventuellt kunna anpassa programmet till andra målgrupper än de det var tänkt till från början?

ART är i grunden framtaget för ungdomar med sociala färdighetsbrister och överskott på aggressiva- och utagerande beteenden. Metoderna kan enkelt anpassas till olika åldrar och de flesta mål- och åldersgrupper där behov av ART-träning föreligger. Social färdighetsträning kan t ex bedrivas såväl med små barn som med vuxna.

Hur ser du på utvecklingen av de behandlingsprogram som finns inom området aggressivitet, normbrytande beteende/kriminalitet och vad tror du om framtiden?

Det finns en uppsjö av program och metoder. De som har visat sig fungera någorlunda bra är alla beteendebaserade och har i stort sett samma innehåll. Det är angeläget att arbeta mer förebyggande och försöka förhindra



Bengt Daleflod introducerade ART i Sverige i mitten av 1990-talet.

Det är angeläget att arbeta mer förebyggande och försöka förhindra antisociala karriärer så tidigt som möjligt.

antisociala karriärer så tidigt som möjligt. Ungdomsbrottsligheten i stort har sjunkit en aning medan andelen våldsbrott ligger kvar på samma nivå. Samhället borde satsa mycket mer på primär och sekundär prevention och inte vänta till det är för sent. Kunskap om riskfaktorer och utvecklingsvägar är vid det här laget väl kända. Mer borde satsas på att angripa de kända orsakerna till antisocialt och normbrytande beteende.

ART har så klart utvecklats under de snart 30 år som programmet har funnits. Medlemmar i moderorganisationen för ART, Prepsec International (<http://prepsec.no/>), har publicerat ett antal ART-baserade program. Som ett resultat av ett nordiskt samarbete kommer vi nästa år att lansera AART (adapterad ART) som tar tillvara de erfarenheter och rön som har inkommerats under årens lopp.

Olyckligtvis har "curlingtrenden" smugit sig in även i ungdomsvården. Det anses av många fel att ställa krav och att ge konsekvenser på beteenden. Grunden till inlärning tas därmed bort. Barnen får ingen feedback på sitt beteende i form av positiva och negativa

konsekvenser. Ett exempel på felriktad humanism. I all välmening gör man ungdomarna en gigantisk björntjänst.

Vilka är dina tankar kring implementering av metoder och program som till exempel ART?

Inget program oavsett hur stark evidens det än har fungerar om det inte är väl infört och utfört. God implementering och programtrohet är avgörande. För ART finns det tydliga riktlinjer för implementering och kvalitetssäkring. Tyvärr är det inte alla som följer dessa anvisningar. Detta är ett skäl till att vi startat den ideella föreningen Swe-ART (www.swe-art.se).

Man får ha klart för sig att ett avgränsat program inte ger några varaktiga resultat. Många har en lång inlärningshistoria och korta isolerade insatser biter inte. Det som ofta fallerar är generaliseringen och vidmakthållandet av nya strategier och färdigheter. Återgång till gamla och invanda beteenden är regel såvida man inte aktivt planerar för motsatsen. Behandlingsinnehållet måste därför införlivas och genomsyra det sammanhang och den kultur man befinner sig i, t ex institution, skola, behandlingshem, familj.

Hur ska man utbilda och kvalitetssäkra?

Välutbildade tränare som följer manualerna är en förutsättning för god behandling. Utbildningen för tränare ska vara så konkret som möjligt. Korta introducerande teoripass ska följas av aktiv träning med detaljerad feedback. Tränarutbildningen ska innehålla konkreta hemuppgifter som ska utföras mellan kursträffarna. När man sedan startar upp ska varje session detaljgranskas. ART-tränarna behöver också ha tillgång till kompetent KBT-handledning och möjlighet till boosterträning.

Hur bör utbildningskravet se ut för den/dem som ska leda ART-sessioner?

Utbildningen som erbjuds inom SiS omfattar 10 heldagar. Ett formellt krav för att gå utbildningen är att man har tvåårig eftergymnasial utbildning. När man har att göra med utagerande barn och ungdomar är formell utbildning relativt oviktigt. Det är andra egenskaper som avgör om man når fram och kan skapa motivation hos ungdomarna. Däremot behöver det finnas någon välutbildad person i bakgrunden som är ansvarig och kan övervaka programmet.

Tack Bengt för en intressant inblick i ART!