

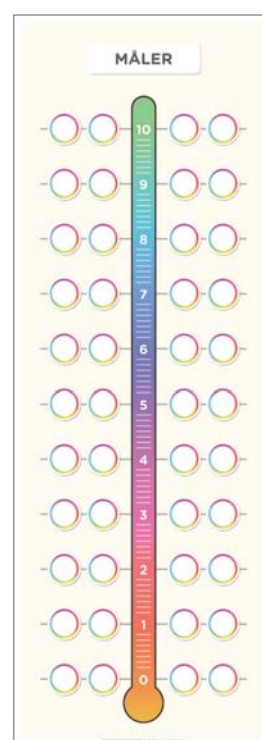
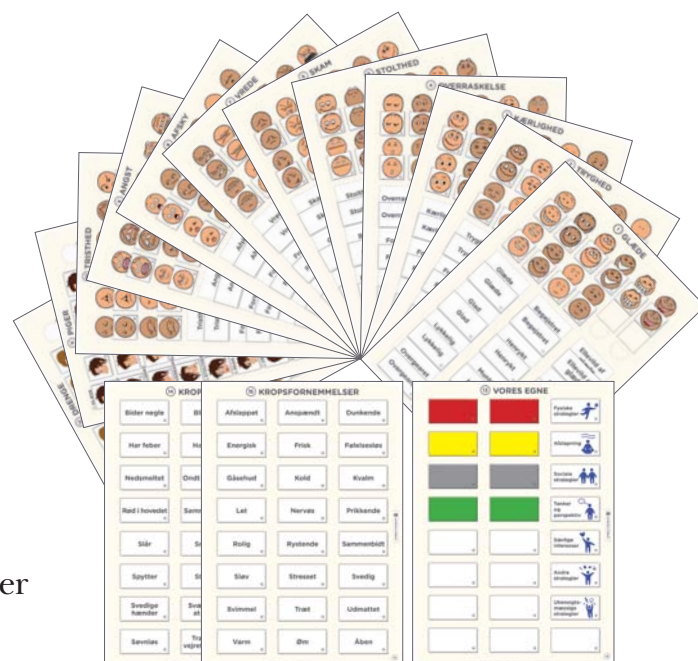
INTRODUKTION

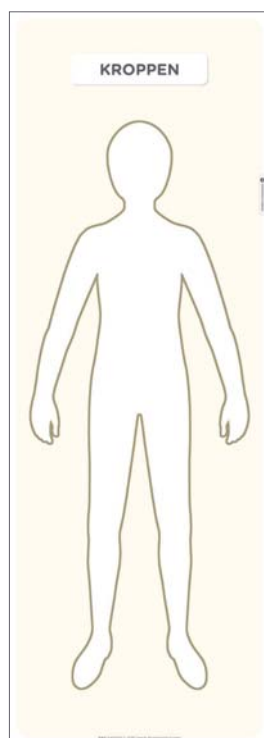
KAT-kassen er en samling særlige værktøjer til samtale med børn, unge og voksne om deres oplevelser, tanker og følelser. Den har til formål at hjælpe alle aldersgrupper med at opnå indsigt og udvikle gensidig kommunikation, når det handler om vores tanker, følelser, handlemønstre og sociale relationer.

KAT står for Kognitiv Affektiv Træning, og den grundlæggende ide er at lade visuelle, konkrete værktøjer hjælpe os til at kommunikere sammen. KAT-kassens materialer tilbyder en inspirerende ramme for samtaler om glæder, sorger, udfordringer, problemer og deres løsning.

KAT-KASSEN INDEHOLDER:

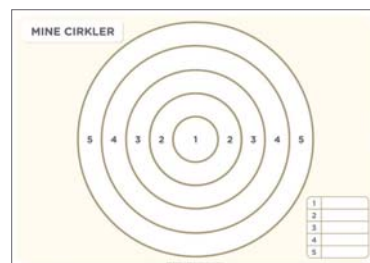
- En serie af 200 udtryksfulde *ansigter*, som repræsenterer stemninger og følelsesmæssige tilstande i ti forskellige kategorier (Glæde, Tryghed, Kærlighed, Overraskelse, Stolthed, Skam, Vrede, Afsky, Angst og Tristhed).
- Et stort antal *føleord* og *ord for kropsfornemmelser* med sproglige variationer indenfor hver kategori.
- *Farve-labels*, “*adfærdspaletten*”, der repræsenterer 4 adfærdsformer samt 7 *strategi-labels* (fysiske strategier, afslapning, sociale strategier, tankestrategier, særlige interesser, andre strategier og uhensigtsmæssige strategier).
- En *Måler* med en skala fra 0-10, som måler intensiteten af følelser.



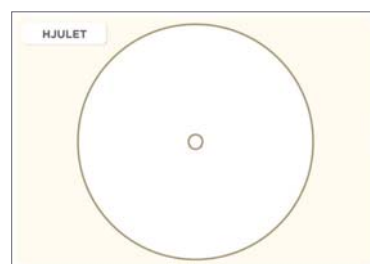


- En *Kropsfigur*, der kan skrives og tegnes på, hvortil der hører et stort antal ord for kropsfølelser, så det er muligt at sætte ord eller billede på den følelse, som gør sig gældende lige nu.

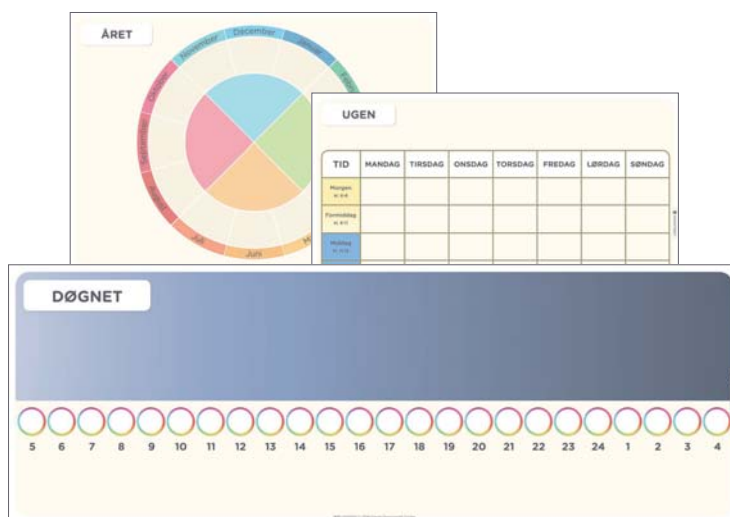
- *Mine Cirkler* hjælper til at opklare sociale relationer og præferencer og til at skelne vigtigt fra ubetydeligt.



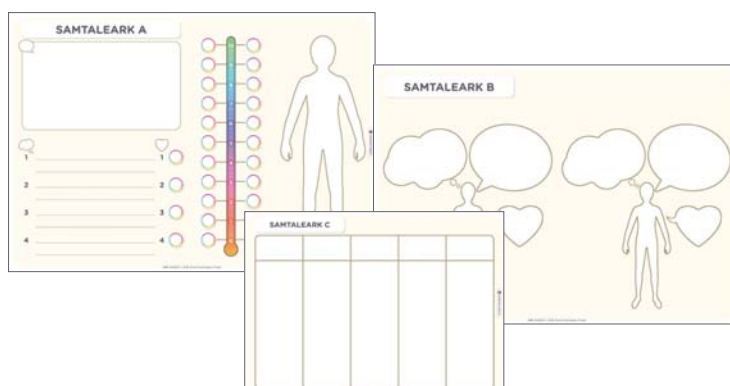
- *Hjulet* sætter nuancer på emner og temaer, så deres mangfoldighed bliver tydelig for samtalepartnerne.



- For at brugeren kan inddrage forandring i stemninger og humør over tid, findes tillige værktøjerne *Døgnet*, *Ugen* og *Året*.



- Endelig er der tre forskellige *samtaleark*, der hjælper med at strukturere samtaler.



Der kan skrives og tegnes på værktøjerne, og mange er forsynet med velcro, så ord og ansigter kan hæftes på.

Med KAT-kassen følger et års licens til webapplikationen af KAT-kassen, KAT-appen, som kan bruges på både PC, MAC og tablet.

KAT-appen giver nye spændende muligheder for at arbejde virkelighedsnært under samtaler. Alle værktøjer kan reguleres og tilpasses brugeren. Det er muligt for brugeren at importere fotos og videoer, lave egne ansigter og føleord, tilrettelægge egne forløb med en serie af værktøjer, gemme fælles arbejde nemt og sikkert og benytte materialet både ude og hjemme.

De visuelle værktøjer og labels understøtter dialogen mellem samtalepartnere, imens der udvikles et aktivt ordforråd for følelser, tanker, og kropsfornemmelser og adfærd på en ikke-konfronterende måde. Temaer som selvindsigt, social forståelse og sociale færdigheder, personlige interesser, kroppen og sansesystemet samt konfliktløsning behandles på konkret og overskuelig vis, og nye strategier kan udforskes.

KAT-kassen og KAT-appen kan bruges til at understøtte samtaler i mange miljøer: i hjemmet, i grundskolen og indenfor specialundervisningen, på institutioner samt i psykiatrien.

Det lettilgængelige materiale fremmer kommunikationen i klinikken ved psykologiske undersøgelser, i familieterapi, traumeterapi, behandling af angst og depression, spiseforstyrrelser, stresstilstande og ved almindelig psykoedukation om følelser, tanker og adfærd samt i det vigtige arbejde med mentalisering.

Velkommen til KAT-kassen – et materiale til inspiration for dig i dit arbejde, som kan bistå dig og dine samtalepartnere i jeres arbejde med social kommunikation og udvikling af socio-emotionelle kompetencer.

God fornøjelse med KAT-kassen.

Med venlig hilsen

Annette, Kirsten, Tony og Michael