

SCHEDA TECNICA: CAT KIT

A volte può risultare assai difficile parlare con bambini e giovani adulti circa le loro esperienze, pensieri e sentimenti. Per aiutare genitori e professionisti il Dr. Tony Attwood insieme a Kirsten Callesen e Annette Moller Nielsen, hanno elaborato un kit chiamato CAT-kit (Cognitive Affective Training kit) per facilitare la comunicazione e la gestione delle emozioni.

Che cos'è

Il CAT-kit consiste in un raccoglitore ad anelli che contiene delle schede plastificate e delle faccine con il velcro, da utilizzare durante una conversazione con lo scopo di migliorare la comprensione degli aspetti affettivi e cognitivi coinvolti nella comunicazione e, allo stesso tempo, insegnare le abilità sociali, la gestione e l'espressione di pensieri ed emozioni.

A cosa serve

Lo scopo principale del CAT-kit è quello di sviluppare nei bambini e ragazzi che normalmente hanno difficoltà a percepire la circolarità tra pensieri, emozioni e comportamenti, una forma di pensiero realistico e razionale. L'obiettivo è quello di migliorare le abilità del bambino ad agire in modo appropriato e favorire l'autoconsapevolezza, attraverso l'automonitoraggio e altre tecniche cognitive. Una componente comune a tutte le strategie di intervento cognitivo è l'educazione alla connessione tra pensieri, emozioni e comportamenti, allo scopo di riconoscere la relazione esistente tra il nostro comportamento e quello che le persone pensano, sentono e agiscono.

A chi è rivolto

Essendo uno strumento operativo basato sui principi generali del comportamento umano, non è utile solo per le persone Asperger, ma anche per altre condizioni che rendono complessa la gestione delle emozioni, come ansia, rabbia, ADHD, bipolare giovanile, disturbo oppositivo-provocatorio, disturbo borderline, disagio sociale, etc.

Grazie all'estrema versatilità e flessibilità di utilizzo dei vari elementi dello strumento all'interno di ogni conversazione, il CAT-kit può essere facilmente adattato al livello di sviluppo della persona con cui si sta lavorando.

