

### Hvað er CAT?

Árið 2009 fékk leikskólinn styrk til kaupa á námsefninu „CAT“ en það er námsefni í félagsfærni. Síðan þá hefur verið unnið með námsefnið á eldri deildum leikskólans með góðum árangri. Leikskólinn fékk svo aftur styrk vorið 2012 til að vinna áfram með verkefnið og tengja foreldra betur inn í það sem fram fer í leikskólanum.

CAT-námsefnið var upphaflega þróað til að styðja við börn sem eiga í erfiðleikum með að tjá sig beint um tilfinningar, hugsanir og upplifanir. Það var þróað til að styðja samtöl við börn með raskanir á einhverfurófi en reynslan hefur síðan leitt í ljós að börn með eðlilegan þroska geta haft mikið gagn og gaman af CAT en það er einstaklega litríkt og skemmtilegt efni og á vel við ung börn. Markmiðið er að hjálpa börnum að skilja betur hugsanir sínar, tilfinningar, langanir og líðan, jafnframt því að setja sig í spor annarra. Hægt er að nota kennslugagnið til að efla líkamsvitund barna og innri tilfinningar og öðlast þau þá meiri sjálfsstjórn bæði líkamlega og vitsmunalega. Þetta kennslutæki er einstakt að gerð. Það er hvorki spil né próf þó svo að hægt sé að nota það til að athuga sjálfsupplifun og sjálfsmynd barna. Það er samsett af fjölda gagna sem hægt er að nota hvert í sínu lagi eða fleiri saman. Með því að vinna með og efla tilfinningalæsi geta einstaklingar haft jákvæð áhrif á líf sitt og annarra einstaklinga.

### Hvaða áhrif hefur CAT á leikskólabörn?

Á eldri deildum leikskólans höfum við unnið með börnunum í litlum hópum. Mikil áhersla hefur verið lögð á að allir fái tíma til að tjá sig, læri að hlusta á aðra, að enginn sé eins og að engum líði eins. Við nýtum okkur leikinn til að ná til barnanna en í gegnum hann læra börnin best en einnig efla þau sjálfsmynd sína sem skilar sér í ánægðari, öruggari og sterkari einstaklingum. Sjálfsmynd barna kemur berlega í ljós gegnum hegðun þeirra og viðhorf. Sjálfsmyndin er eitthvað sem hefur áhrif á okkur alla ævi og þess vegna er mjög mikilvægt að hjálpa börnum að þroska heilbrigða sjálfsmynd. Börnin móta sjálfsmynd sína fyrst og fremst í gegnum tengsl við foreldrana en flest börn eru í heilsdagsvistun í leikskóla og gefur það auga leið að við kennarar getum haft gríðarleg áhrif.

### CAT stundir og foreldrasamvinna

Síðan árið 2009 höfum við unnið markvisst með CAT námsefnið með tveimur elstu deildum leikskólans og hafa kennararnir og foreldrar tekið eftir breytingum á hegðun, sjálfsstjórn og sjálfsmynd barnanna. Það er einnig ánægjulegt að heyra frá foreldrum að börnin eru að yfirfæra það sem þau læra yfir á heimilið og fjölskylduna. Í byrjun maí 2011 og í apríl 2012 voru sendar út kannanir til foreldra þar sem spurt var um ýmsa þætti sem snúa að tilfinningum og hegðun barnanna og kom skýrt í ljós að foreldrar höfðu tekið eftir því að börnin áttu auðveldara með að ræða tilfinningar sínar og að hegðun þeirra hefði í mörgum tilfellum breyst til hins betra. Einnig sýndu foreldrar mikinn áhuga á að fræðast meira um námsefnið og hvernig best væri að styðja við börnin í átt að heilbrigðri sjálfsmynd og sjálfsöryggi. Fræðslufundir verða haldnir með foreldrum í október 2012 þar sem farið

verður yfir helstu þætti námsefnisins og hvernig foreldrar geta stutt sem best við heilbrigða sjálfsmynd barna sinna.

### **CAT-stund á Holti**

Börnin á Hlíð og Koti fara í eina CAT-stund á viku þar sem þeim er skipt niður í litla hópa (5-8 börn). Við leggjum áherslu á tilfinningar, líðan og tjáningu sem ákveðinn grunn, en í framhaldi af þeirri vinnu er farið í hegðun, viðbrögð og líkamsvitund, þar sem hegðun er tengd ákveðnum litum. Sérstök áhersla er lögð á umræður, að hvert barn fái að tjá sig um líðan, tilfinningar og viðbrögð. Unnið er með tilfinningar og hegðun í gengum hlutverkaleiki, hugtakakort, samvinnuleiki, umræður og myndlist en þar sem CAT- námsefnið er einstaklega opið námsefni þá gefur það kennurum möguleika á að þróa vinnuna með börnunum á þann hátt sem hentar hverjum hópi og hverjum kennara best.