



# Amigos do Zippy

## Apresentação do programa

Esta apresentação destina-se a explicar o funcionamento do programa Amigos do Zippy, indicando seus objetivos e sua forma de operação.

### Conceito

O conceito fundamental em que se baseia o programa Amigos do Zippy é muito simples:

*Se crianças pequenas aprenderem a lidar com dificuldades, elas serão mais aptas a lidar com problemas e crises na adolescência e na idade adulta.*

### Começando cedo

O programa foi desenvolvido especificamente para crianças de seis a sete anos de idade, com qualquer aptidão. Ele ensina essas crianças a lidarem com as dificuldades do dia-a-dia, a identificarem seus sentimentos, a conversarem a respeito deles e também a explorarem maneiras de lidar positivamente com eles. Além disso, o programa as encoraja a ajudarem outras pessoas em seus problemas.

### O que é

Amigos do Zippy é um programa desenvolvido pelo professor usual das crianças em sala de aula, com carga horária de uma hora por semana, durante 24 semanas.

O programa compreende uma série de seis histórias intituladas *Amigos do Zippy*. O Zippy é um inseto – um bicho-pau –, e seus amigos são um grupo de crianças. Nessas histórias, os personagens vivenciam situações de dificuldades familiares às crianças: amizade, comunicação, solidão, ameaças, mudanças, perdas, etc. Cada história é ilustrada com uma série de figuras coloridas.

As 24 aulas são divididas em seis módulos, cada um enfocando um tema particular. O módulo 1, por exemplo, é sobre sentimentos, e as quatro aulas correspondentes são as seguintes:

**Aula 1** – Sentindo-se alegre; sentindo-se triste

**Aula 2** – Sentindo-se zangado ou com raiva

**Aula 3** – Sentindo ciúme

**Aula 4** – Sentindo-se nervoso

Cada aula começa com a leitura de parte da história pelo professor, seguida da participação das crianças em atividades como desenho, discussão do tema e jogos. O objetivo dessas atividades é ajudar as crianças a explorarem alternativas, perceberem seus sentimentos e analisarem seus comportamentos.

No programa Amigos do Zippy não se diz às crianças o que elas devem fazer. Não há afirmações como: “Esta solução é boa e aquela é ruim”. Em vez disso, o programa encoraja as crianças a construírem muitas estratégias positivas e a pensarem por si mesmas.

O programa também não é focado apenas em ajudar as crianças a lidarem com seus próprios problemas. Ele leva à percepção da importância de conversar com outras pessoas quando nos sentimos tristes ou aborrecidos e a ouvir outras pessoas quando estas se encontrarem em situações semelhantes. Dessa forma, desenvolve a habilidade da criança tanto em dar quanto em receber apoio.

No processo de aprendizagem, a repetição é um passo importante. Por essa razão, cada aula começa com uma revisão do que já foi aprendido na semana anterior, sendo as mensagens-chave reforçadas ao longo do programa.

As crianças são incentivadas a discutirem *Amigos do Zippy* com os pais.

### **O papel dos professores**

O papel dos professores no programa Amigos do Zippy é de importância fundamental.

Os professores selecionados para desenvolverem o programa com as crianças participam de um processo de capacitação. O seminário de Formação Básica apresenta a base teórica e filosófica do Amigos do Zippy (o conceito de lidar com situações difíceis e suas implicações no bem-estar das crianças), a estrutura do programa e o que “está por trás” das atividades propostas. Os professores se familiarizam com cada um dos seis módulos, trabalhando com vários recursos. Há também tempo suficiente para discussão.

Os professores recebem apoio dos monitores do programa a partir do momento em que o mesmo é iniciado na escola. Eles são orientados a discutir cada aula com seus colegas, podendo entrar em contato com coordenadores e monitores sempre que necessário. Durante o desenvolvimento do programa com as crianças, há reuniões periódicas de professores das diferentes escolas participantes, para troca de experiências e aprofundamento de conceitos dos módulos seguintes. Os professores apresentam um relatório sucinto de cada aula apontando o que funcionou bem e o que não deu certo. Sugestões e colaborações são sempre bem-vindas.

Nas aulas, os professores são encorajados a fazer adaptações especiais. Por exemplo: as crianças devem se sentar em círculo, em vez de ficarem atrás das carteiras, sempre que possível.

Um quadro com regras especiais – os “Combinados” – deve ser colocado na parede:

- Levante a mão se quiser falar
- Fale um de cada vez
- Ouçam uns aos outros
- Não diga coisas de forma desagradável
- Pense em coisas legais para dizer aos outros
- Você não precisa falar se você não tiver vontade

O último “Combinado” é muito importante. As crianças têm o direito de permanecer em silêncio se assim o desejarem. Uma criança que permanece em silêncio pode aprender muito em aula.

Muitos professores também relataram que o programa, além de ajudar as crianças, também os ajudou. Essa ajuda foi percebida tanto na vida profissional (descoberta de novas técnicas de trabalho) quanto na pessoal.

## **Avaliação**

Com o objetivo de testar tanto a implantação quanto o impacto do programa, duas avaliações profissionais foram realizadas antes de liberá-lo para expansão. O professor Brian Mishara, da Universidade de Quebec, em Montreal, e a professora Mette Ystgaard, da Universidade de Oslo, que conduziram essas avaliações disseram: “Não temos conhecimento de qualquer outro programa deste tipo, para crianças, que tenha sido objeto de uma avaliação tão detalhada e criteriosa”.

O primeiro piloto do Amigos do Zippy foi conduzido na Dinamarca, em Copenhague e Fyn, de setembro de 1998 a abril de 1999. Participaram do projeto 264 crianças da pré-escola e da 1.<sup>a</sup> e 2.<sup>a</sup> séries do primeiro grau (faixa etária equivalente aos três primeiros anos do Ensino Fundamental).

A avaliação mostrou que o programa podia ser implantado com sucesso, uma vez que houve uma melhora significativa nas habilidades sociais, na empatia e na assertividade das crianças. Segundo os avaliadores, “os resultados encontrados são impressionantes para um projeto totalmente novo, testado pela primeira vez”. Entretanto, não havia evidência de progresso na habilidade de lidar com situações difíceis. Por essa razão, os avaliadores recomendaram uma revisão no programa.

Após criteriosa revisão, um segundo piloto foi realizado, entre setembro de 2000 e abril de 2001, na Dinamarca e na Lituânia. Participaram deste trabalho 322 crianças dinamarquesas do primeiro grau e 314 crianças de pré-escola da Lituânia.

Os avaliadores perceberam que, nesse segundo piloto, o programa foi testado em línguas, faixas etárias e ambientes escolares bastante diferentes. E notaram que houve sucesso tanto na Dinamarca quanto na Lituânia, ou seja, as crianças mostraram nítidos sinais de melhora nas habilidades de “lidar com dificuldades”, sendo o programa igualmente eficaz entre meninos e meninas.

Os avaliadores concluíram seu relatório dizendo: “Os resultados forneceram uma evidência impressionante de que o programa é um sucesso em atingir seus objetivos”.

O programa vem sendo constantemente avaliado, e os estudos continuam. Houve, inclusive, um estudo extra de acompanhamento das crianças participantes do programa desenvolvido na Lituânia um ano após a realização do mesmo, com a finalidade de avaliá-las. Os resultados foram positivos. Como as crianças desenvolveram habilidades, ao utilizá-las no dia-a-dia, elas são mais bem-sucedidas na resolução de seus problemas, e o sucesso reforça as habilidades.

## **Desenvolvimento e expansão**

O desenvolvimento e a avaliação do Amigos do Zippy foram coordenados por Befrienders International, entidade internacional de prevenção do suicídio, que acredita que o ensino de habilidades de vida a crianças pequenas pode ajudar na prevenção de comportamentos autodestrutivos. Esse desenvolvimento foi patrocinado pela GlaxoSmithKline.

Após a segunda avaliação, a Befrienders International decidiu-se pela fundação de uma agência especializada em trabalhos com crianças. Assim, no dia 1.º de janeiro de 2002, o programa Amigos do Zippy foi transferido para Partnership for Children (Parceria pelas Crianças).

O interesse pelo Amigos do Zippy espalhou-se internacionalmente e atualmente está em operação em mais de 30 países, entre eles Lituânia, Inglaterra, Brasil, Índia, Noruega, China, Islândia, Canadá, Estados Unidos, Polônia e Jordânia.

## **No Brasil**

O programa foi implementado no Brasil em março de 2004, em caráter piloto em oito escolas da Grande São Paulo, com 276 crianças. Após três avaliações qualitativas com os professores, apurou-se um resultado bastante positivo. Os educadores atestaram o amadurecimento emocional das crianças, além do surgimento de um clima de maior tranquilidade e cooperação em sala de aula. Em novembro, após o término das aulas, as crianças foram entrevistadas individualmente para uma avaliação profissional, como já haviam sido no início do programa, nos mesmos moldes conduzidos na Europa.

Segundo a Dra. Maria Júlia Kovács, do Departamento de Psicologia da USP, “poder-se-ia dizer que o programa Amigos do Zippy leva a uma diminuição das respostas agressivas e de não-envolvimento e a um aumento das respostas de comunicação, de percepção e expressão de sentimentos, de busca de ajuda, de colaboração com os outros, o que indica melhores formas de lidar com problemas, nas formas de enfrentamento às situações difíceis”.

Devido ao êxito do primeiro grupo, foi fundada a ASEC – Associação pela Saúde Emocional de Crianças, entidade sem fins econômicos, para se dedicar ao desenvolvimento e expansão do programa.

O programa expandiu-se rapidamente. Até 2018, mais de **290.000 crianças**, de 105 cidades brasileiras, foram beneficiadas.

Uma nova avaliação foi conduzida em 2009, para medir impactos do programa, inclusive no desempenho acadêmico das crianças e nos professores. A íntegra dos excelentes resultados apurados está disponível no site do programa. Essa metodologia de avaliação passou a ser aplicada a todos os grupos de crianças que participaram a partir de então, e pode ser compartilhada com interessados.

## **Contatos**

Para mais informações sobre o programa Amigos do Zippy, consulte o *site* [www.az.org.br](http://www.az.org.br) ou utilize o *e-mail* [az@az.org.br](mailto:az@az.org.br).