



Zippy's Friends



Partnership for
children



Partnership for
children

Partnership for Children

26-27 Market Place,
Kingston upon Thames, Surrey KT1 1JH, England
Tel 44 (0) 20 8974 6004
Fax 44 (0) 20 8974 6600

www.partnershipforchildren.org.uk
e-mail info@partnershipforchildren.org.uk



'Program ini telah merubah kehidupan kami sekeluarga. Kesemua anak kami kini saling mendengar antara satu sama lain. Saya terkejut apabila mendapati bahawa Zippy hanyalah seekor serangga!'
- Ibu

'Saya kenal beberapa orang dewasa yang patut menjalani latihan ini!'
- Ketua Guru

Apa yang boleh anda lakukan

Walaupun *Zippy's Friends* diajar oleh para guru terlatih, anda juga boleh membantu menjadikan program ini lebih berkesan untuk anak anda.

Berikut ada enam cadangan.

- Ramai guru menganjurkan pertemuan dengan para ibu bapa sebelum *Zippy's Friends* dimulakan. Pergilah untuk mengetahui lebih lanjut lagi mengenai program ini dan bertanyakan apa-apa yang kurang jelas.
- Mintalah jadual program agar anda tahu lebih awal, bilakah anak anda akan membincangkan topik-topik tertentu. Ini akan membantu anda meneguhkan lagi apa yang sudah dipelajari semasa di rumah.
- Kanak-kanak selalu membawa pulang gambar-gambar yang sudah mereka lukis, atau kertas maklum-balas yang mereka selesaikan di setiap akhir sesi. Tunjukkanlah minat anda dan galakkan anak anda supaya menceritakan sesi yang berlaku di sekolah.
- Berhubunglah dengan pihak sekolah dan bercakaplah dengan guru anak anda jika anda punya berita tentang keluarga anda yang anda ingin mereka ketahui.
- Anda mungkin mendapati anak anda kurang agresif, lebih bersikap toleran dan dapat menghuraikan masalah dengan lebih baik. Berikan galakan kepada segala perubahannya yang positif.
- Bersedialah kerana anak anda mungkin lebih banyak bercakap - jadi, bersedia untuk mendengar!

Ribuan kanak-kanak sudahpun menikmati dan mendapat manfaat daripada *Zippy's Friends*. Kami berharap anak anda juga akan mendapat manfaatnya.

Kesihatan yang baik

Kita memberi banyak perhatian kepada kesihatan jasmani anak kita – memastikan mereka makan dengan baik, memastikan mereka tidak kedinginan semasa musim sejuk, menggalakkan mereka bersukan dan menjadi cergas.

Namun, adakah kita memberi perhatian secukupnya kepada kesihatan dan kesejahteraan emosi mereka – bagaimana perasaan mereka terhadap diri sendiri, bagaimana mereka bergaul dengan kanak-kanak lain, bagaimana mereka berdepan dengan pelbagai kesukaran dan kekecewaan?

Kesihatan emosi penting bagi kebahagiaan kita dan cara kita menjalani kehidupan. Kanak-kanak

juga boleh belajar cara-cara berbeza melakukan sesuatu bagi membantu hubungan mereka dengan orang lain, dan dalam menghadapi kesukaran.

Buku kecil ini memperkenalkan satu program yang dipanggil *Zippy's Friends*, yang direka khas untuk membantu kanak-kanak berusia antara lima hingga tujuh tahun membina kemahiran-kemahiran tersebut di sekolah. Buku ini memberitahu anda apa yang akan dipelajari anak anda semasa mengikuti program ini, dan bagaimana anda boleh membantu anak anda mendapatkan manfaat sepenuhnya.



'Jika kita dapat mengajar kanak-kanak kecil bagaimana berdepan dengan kesukaran, mereka akan lebih mampu menghadapi pelbagai masalah dan krisis semasa zaman remaja dan dewasa.'

- Paul Rubenstein, Pengerusi,
Partnership for Children



Menangani masa-masa sukar

Kita semua - orang dewasa dan kanak-kanak - mengalami pelbagai masalah dan kesukaran dalam kehidupan.

Sebagai orang dewasa kita mempunyai pelbagai alasan dan perbezaan pendapat. Kita berasa kurang senang atau kurang terjamin di tempat kerja. Hubungan berakhir dengan air mata. Seorang anggota keluarga meninggal dunia. Kita sering berasa sukar untuk melahirkan apa yang kita rasakan.

Jika kita dapat mencari cara-cara berkesan untuk menghuraikan kesukaran dan menghadapi kekecewaan, kita akan berasa lebih lega. Kajian menunjukkan, jika ada lebih banyak huraian yang boleh kita fikirkan dan gunakan apabila berdepan dengan sesuatu masalah, maka lazimnya kita akan lebih berjaya mengatasinya.

Kanak-kanak juga tahu tentang kesukaran. Mereka menghadapi pelbagai kesukaran. Saban hari, kejadian seperti pertengkaran berlaku di taman permainan, atau mereka

berasa iri hati terhadap kakak, abang atau adik mereka, atau masalah-masalah lebih besar seperti bertukar sekolah, dibuli.

Bagaimanapun, huraianya sama bagi kanak-kanak, sebagaimana untuk orang dewasa. Jika ada lebih banyak cara yang boleh mereka pilih dan gunakan, maka lebih banyaklah peluang mereka untuk menghuraikannya dengan berjaya.

Pengalaman menunjukkan, bahawa kanak-kanak muda lima dan enam tahun mampu memahami idea untuk memilih bagaimana berdepan dengan sesuatu keadaan, dan belajar cara-cara baru menghadapi kesukaran. Jika mereka boleh melakukan demikian semasa beberapa tahun pertama persekolahan, mereka akan memperolehi kemahiran-kemahiran yang juga boleh membantu mereka sepanjang hayat.

'Saya dapati ramai ibu bapa terkejut mengetahui bahawa kanak-kanak boleh diajar untuk berdepan dengan pelbagai kesukaran. Pada usia sebegini, mereka menyerap segala-galanya seperti span. Penilaian menunjukkan bahawa program ini benar-benar dapat membantu mereka.'

- Caroline Egar, Pengurus Program, Zippy's Friends

Adakah ia berkesan?

Zippy's Friends sudah banyak diuji dan dibuat penilaian.

Program ini mengambil masa lebih daripada enam tahun untuk dibangunkan. Malah ribuan kanak-kanak juga telah menjalaninya di Denmark dan Lithuania. Para guru dan kanak-kanak sudah ditemu duga dan mereka mengisi borang soal selidik, sebelum dan sesudah menjalani program ini. Hasilnya kemudian dibandingkan dengan kanak-kanak yang tidak menyertai program ini.

Para penilai mendapati, berbanding mereka yang tidak menyertai program ini, kanak-kanak yang mengambil bahagian dalam *Zippy's Friends* menunjukkan kemajuan dalam aspek kerjasama, kawalan diri,

ketegasan diri, dan sikap empati. Malah masalah pada sikap diri mereka juga berkurangan.

Lebih penting lagi, kanak-kanak yang mengambil bahagian dalam *Zippy's Friends* belajar menggunakan strategi-strategi yang lebih positif, seperti:

- Mengucapkan maaf
- Berkata benar
- Bercakap dengan kawan
- Memikirkan sesuatu masalah
- Cuba menenangkan diri

Penggunaan strategi yang kurang membantu seperti menjadi marah, menggigit kuku dan memekik – semakin berkurangan. Program ini sangat berkesan buat

kanak-kanak lelaki mahupun perempuan.

Satu kajian lain di Lithuania menunjukkan bahawa kanak-kanak terus mengamalkan kemahiran baru ini walaupun setelah setahun mengikuti program ini.

Ramai guru berkata, bahawa program ini telah mengurangkan pergeseran dalam kelas dan membantu mereka untuk lebih memahami anak-anak murid mereka. Sebahagian mereka malah berkata, *Zippy's Friends* telah membantu mereka dalam menghadapi masalah mereka sendiri!

'72 peratus ibu bapa perasan tentang perubahan dalam sikap anak-anak mereka, ekoran penyertaan dalam program ini. Kanak-kanak berbubungan dengan lebih baik, lebih menghargai kawan mereka, kelihatan bersikap lebih simpati, lebih memberi perhatian, peramah dan ikhlas, serta mula memahami orang lain.'
- Tinjauan ke atas ibu bapa di Lithuania

'Melalui program ini, saya sedar bahawa pengetahuan saya mengenai kanak-kanak amat cetek sekali. Kini kelihatannya anda boleh bercakap dengan kanak-kanak tentang apa-apa pun.' - Guru

Untuk mengetahui lebih lanjut mengenai pelbagai kajian penilaian dijalankan sila lungsurilah laman www.partnershipforchildren.org.uk

Lihat lebih dekat

Zippy's Friends terbahagi kepada enam modul. Setiap satu modul mempunyai empat sesi. Setiap modul mempunyai topik berbeza-beza. Kami rumuskan topik-topik tersebut di sini supaya anda boleh mengetahui, apakah yang akan dipelajari anak anda.

MODUL 1

PERASAAN

Kanak-kanak bermula dengan membincangkan perasaan mereka - sedih, marah, iri hati dan gementar. Mereka berlatih untuk melahirkan bagaimanakah perasaan mereka dalam situasi yang berbeza, serta meneroka cara-cara untuk membuat mereka rasa lebih selesa.

MODUL 2

PERHUBUNGAN

Modul ini mengajar kanak-kanak bagaimana untuk berkomunikasi dengan lebih berkesan. Program ini juga mengajar kanak-kanak supaya mendengar ucapan orang lain. Ia mengajar mereka supaya meminta bantuan dan melahirkan perasaan mereka, walaupun dalam keadaan yang

sukar. Kanak-kanak yang pendiam lazimnya 'bersuara' dalam sesi-sesi begini dan belajar untuk meluahkan perasaan mereka.

MODUL 3

MENJALIN DAN MEMUTUSKAN PERSABAHATAN

Dalam modul ini, kanak-kanak belajar tentang persahabatan - bagaimana berkawan dan mengekalkan persahabatan, serta bagaimana mengatasi rasa kesunyian dan penolakan. Mereka berlatih mengucapkan maaf dan bagaimana bersahabat semula setelah bertengkar.

MODUL 4

MENGHURAIKAN PERGESERAN

Modul ini memberi tumpuan kepada cara menghuraikan

pergeseran. Para guru juga mendapati bahawa kanak-kanak lebih mahir menghuraikan perbezaan menerusi kaedah ini. Khususnya, modul ini mendidik tentang masalah buli, dan apakah yang boleh mereka lakukan jika mereka atau orang lain dibuli.

MODUL 5

MENGHADAPI PERUBAHAN DAN KEHILANGAN

Modul ini meneroka aspek menghadapi perubahan - kecil ataupun besar. Perubahan terbesar ialah apabila seseorang terdekat meninggal dunia. Walaupun orang dewasa lazimnya mendapati bahawa kematian merupakan satu isu yang sukar untuk diperkatakan, kanak-kanak berasa sebaliknya.

Mereka mengalu-alukan peluang untuk bercakap terus terang tentang topik yang dianggap 'larangan' oleh golongan dewasa. Satu sesi melawat tanah perkuburan akan diadakan. Selalunya, inilah sesi yang didapati paling berkesan dalam keseluruhan program ini.

MODUL 6

KAMI MENGHURAIKANNYA

Modul terakhir menekankan lagi program yang sudah mereka pelajari, meneroka jalan-jalan lain untuk mengatasi permasalahan, membantu orang lain, serta menyesuaikan diri kepada keadaan-keadaan baru. Sesi terakhir ini adalah satu perayaan, dengan setiap kanak-kanak menerima sebuah mahkota dan sijil.

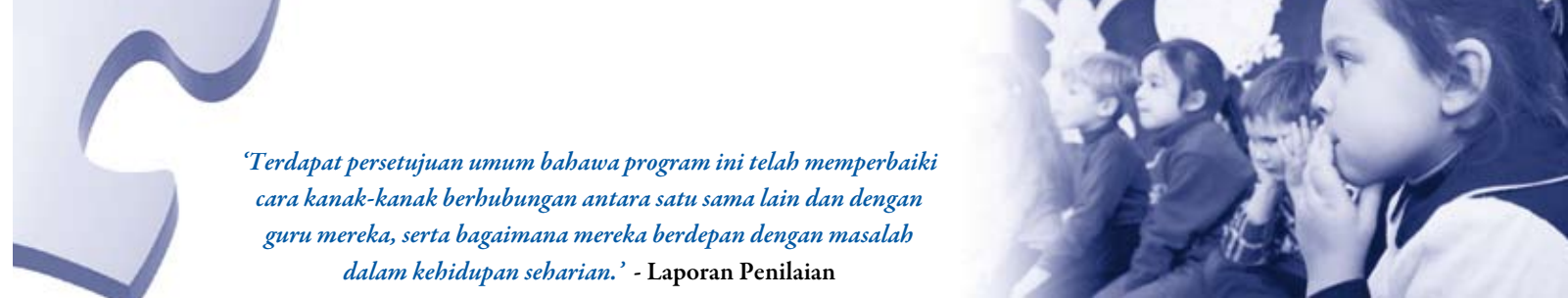
'Terdapat persetujuan umum bahawa program ini telah memperbaiki cara kanak-kanak berhubung antara satu sama lain dan dengan guru mereka, serta bagaimana mereka berdepan dengan masalah dalam kehidupan seharian.' - Laporan Penilaian

Kajian menunjukkan, bahawa kejayaan dalam bidang akademik mempunyai kesan yang minimum terhadap keupayaan kanak-kanak untuk menghadapi kekecewaan dan cabaran dalam kehidupan, dalam mengamalkan disiplin diri, dalam membina hubungan yang kukuh dan berpanjangan, serta untuk menjalani hidup dengan gembira dan sepenuhnya.

Lantas, walaupun pencapaian akademik itu perlu, usaha menggalak kesejahteraan emosi kanak-kanak juga penting. Itulah sebabnya kanak-kanak mendapat manfaat daripada *Zippy's Friends* - mereka belajar kemahiran-kemahiran yang dapat membantu mereka berdepan dengan masalah harian untuk kehidupan yang lebih ceria.

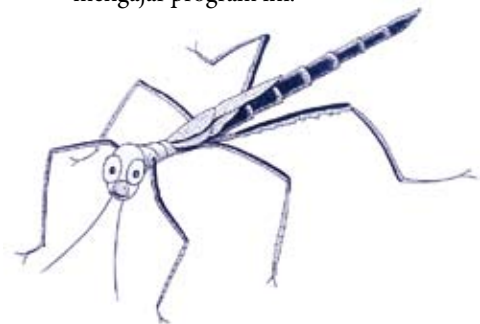
Terdapat bukti yang menunjukkan jika kanak-kanak berasa yakin dengan diri sendiri dan antara satu sama lain di sekolah, mereka juga mempunyai daya pembelajaran yang lebih baik dan mencatat keputusan akademik yang meningkat.

'Saya kini sedar bahawa kanak-kanak kecil mempunyai keperluan yang sama untuk bercakap tentang perasaan dan masalah mereka, sebagaimana orang dewasa.' - Guru

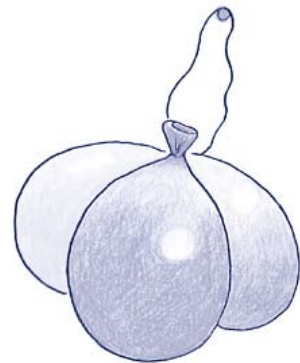


Apakah itu Zippy's Friends?

Zippy's Friends adalah satu program untuk kanak-kanak tanpa mengira apakah keupayaan mereka. Ianya tidak memberi tumpuan kepada masalah atau kesukaran tertentu. Sebaliknya ia meningkatkan kesihatan emosi kesemua kanak-kanak. Ia diajar di sekolah-sekolah dan tadika, serta mengambil masa 24 minggu – satu sesi setiap minggu. Guru anak anda sudah mendapat latihan khusus untuk mengajar program ini.



Zippy's Friends merangkumi enam modul dan setiap modul mempunyai ceritanya sendiri. Anda akan mendengar dengan banyak tentang watak bernama Zippy! Dia adalah seekor serangga dan kawan-kawannya adalah sekumpulan kanak-kanak lelaki dan perempuan. Cerita-ceritanya memaparkan isu-isu sama yang dihadapi kanak-kanak, seperti persahabatan, mendapat dan kehilangan kawan, buli, berdepan dengan perubahan dan kehilangan, serta bagaimana memulakan sesuatu yang baru. Setiap cerita digambarkan dengan sekumpulan gambar berwarna warni dan disokong oleh kegiatan-kegiatan seperti melukis, melakonkan sesuatu watak dan elemen-elemen permainan. Keseluruhan program ini direka khusus untuk kanak-kanak berusia lima hingga tujuh tahun. Pengalaman kami menunjukkan kanak-kanak sangat menyukainya.



Program ini mengajar kanak-kanak:

- Bagaimana untuk mengenali dan bercakap tentang perasaan mereka
- Bagaimana mengucapkan apa yang ingin mereka katakan
- Bagaimana mendengar dengan baik
- Bagaimana meminta bantuan
- Bagaimana berkawan dan mengekalkan persahabatan
- Bagaimana berdepan dengan kesunyian dan menolak persahabatan
- Bagaimana mengucapkan maaf
- Bagaimana menghadapi masalah buli
- Bagaimana menghuraikan pergeseran
- Bagaimana menghadapi perubahan dan kehilangan, termasuk kematian
- Bagaimana menyesuaikan diri dengan keadaan baru
- Bagaimana membantu orang lain

Zippy's Friends tidak menyuruh kanak-kanak membuat sesuatu. Sebaliknya, ia menggalakkan mereka supaya berfikir sendiri bagaimana menghasilkan huraian kepada pelbagai masalah. Kanak-kanak akan berlatih untuk memilih huraian yang bukan sahaja membantu diri mereka, tetapi juga menghormati orang lain.

Anda boleh mendapat lebih banyak maklumat mengenai *Zippy's Friends* dengan melungsur lalaman www.partnershipforchildren.org.uk

