



IBIES
INSTITUTO BRASILEIRO
DE INTELIGÊNCIA EMOCIONAL E SOCIAL

MÉTODO FRIENDS

Alfabetização emocional e social



Construindo resiliência em escolas, empresas e comunidades

MANUAL DO ALUNO

FORMAÇÃO INTERNACIONAL NO MÉTODO FRIENDS
2015

www.metodofriends.com

Porque competências socioemocionais podem ser aprendidas!

Método FRIENDS
recomendado pela OMS





OBJETIVO DO MANUAL

O objetivo deste manual é **apresentar aos discentes e colaboradores da equipe as normatizações desta Instituição, as diretrizes básicas da formação** internacional no Método FRIENDS®, as normatizações dos estabelecimentos concedentes de campo de atendimento e a **organização das atividades teóricas e práticas** do curso de formação no Método FRIENDS.

Assim, este manual contém informações relevantes sobre o desenvolvimento das atividades teóricas e práticas que servirão para nortear os discentes e equipe no decorrer dessa formação. Sua leitura e concordância integral são obrigatórias para o ingresso na formação e a obtenção dos certificados de conclusão de curso, tanto nacionais (fornecidos pelo IBIES – Instituto Brasileiro de Inteligência Emocional e Social) quanto internacionais (fornecidos pela *Pathways Health and Research Center*).

SUMÁRIO

1. Método FRIENDS
 - A. A quem se destina
 - B. Qual a estrutura do Método
 - C. Quem pode aplicar
 - D. Onde aplicar
 - E. O que ensina o Método FRIENDS
 - F. Diferenciais do Método FRIENDS

2. Formação Internacional no Método FRIENDS
 - A. Sobre a Formação
 - B. Obrigatoriedade de matrícula
 - C. Seleção e Matrícula
 - D. Certificação Nacional e Internacional
 - E. Estrutura da formação
 - F. Formato do curso
 - G. Descrição dos Estágios
 - H. Orientações semanais e supervisão presencial
 - I. Elaboração dos relatórios
 - J. Atendimento social
 - K. Certificação
 - L. Investimento
 - M. Direitos e Deveres do Facilitador

MÉTODO FRIENDS

O Método FRIENDS é um programa internacional, **recomendado pela Organização Mundial da Saúde**, para o desenvolvimento de **habilidades sociais e emocionais** em **crianças, jovens e adultos**.



- ✓ Melhora das relações interpessoais.
- ✓ Melhora de desempenho acadêmico.
- ✓ Manejo do estresse e das emoções.
- ✓ Desenvolvimento de boa auto-estima.
- ✓ Prevenção de ansiedade e depressão.
- ✓ Promoção de resiliência e bem-estar.

Desenvolvido na década de 1990, o **Método FRIENDS** é **baseado em evidências científicas** e revisado periodicamente por equipe de profissionais renomados mundialmente, **sob liderança da Dra. Paula Barrett**

- ✓ Aplicado em **mais de 700 mil crianças e adolescentes** ao redor do mundo.
- ✓ Adotado na **educação pública pelos governos** da Finlândia, Inglaterra, Irlanda, Canadá, México, Austrália, entre outros.
- ✓ **Implantado com sucesso em escolas e institutos de saúde em mais de 20 países:** Alemanha, Holanda, Escócia, Noruega, Japão, Islândia, Suécia, etc.
- ✓ **Pesquisas científicas em 13 países, somando mais de 60 artigos científicos** mostrando sua efetividade.
- ✓ Cerca de **12 mil crianças e jovens participaram das pesquisas** científicas sobre o Método FRIENDS.

A QUEM SE DESTINA O MÉTODO FRIENDS?

Quatro faixas etárias: **crianças a partir de 4 anos** de idade, **adolescentes** e **adultos**.



Nível I: FUN FRIENDS

4 a 5 anos - Educação Infantil;

6 a 7 anos - início do Ensino Fundamental

Nível II: FRIENDS FOR LIFE

8 a 11 anos - Ensino Fundamental



Nível III: MY FRIENDS YOUTH

12 a 14 anos - final do Ensino Fundamental;

15 a 17 anos - Ensino Médio

Nível IV: ADULT RESILIENCE

17 a 20 anos - Ensino Médio, Técnico e cursinhos;

18 anos em diante - adultos em geral, empresas



QUAL A ESTRUTURA DO MÉTODO FRIENDS?

- ✓ 12 sessões de atendimento em grupo
(10 sessões de atividades + 2 sessões de acompanhamento)
- ✓ Sessões de 90 minutos
- ✓ 2 palestras para a comunidade
(apresentação do Método + Técnicas p/ família resiliente)
- ✓ Avaliação de efetividade
(basal + pós aplicação + pós acompanhamento)

QUEM PODE APLICAR O MÉTODO FRIENDS?

Desde que devidamente treinados e supervisionados, **profissionais da educação** (como professores, coordenadores, psicopedagogos, entre outros) e **profissionais da saúde** (psicólogos, enfermeiros, assistentes sociais, médicos, psiquiatras, entre outros) podem aplicar o método FRIENDS.

✓ **A cada três anos**, em vista das atualizações do Método e dos Manuais, os **facilitadores devem participar de uma formação rápida de atualização** para continuarem com seus certificados válidos.

✓ O IBIES oferece **pacotes adicionais de supervisão e aprofundamento**, pós formação inicial, para os interessados . Além de propostas de representação e parceria de projetos.

ONDE APLICAR O MÉTODO FRIENDS?



- ✓ Consultórios e Institutos de Saúde
- ✓ Atendimento educacional complementar e/ou especializado.
- ✓ Escolas: contra-turno e currículo*.

Após formado e de posse de seus certificados válidos, o **profissional se torna FACILITADOR INTERNACIONAL do Método FRIENDS** podendo atuar em diversos ambientes e com diferentes públicos (crianças, jovens e adultos).

A utilização do Método no setor público (prefeituras, governos e federação) bem como no currículo escolar depende de supervisão direta do IBIES e parcerias específicas. **Atendimento particular em consultórios, comunidades, contra turno escolar e empresas é permitido aos facilitadores licenciados.**



MÉTODO FRIENDS E DESENVOLVIMENTO DE HABILIDADES PARA A VIDA

O QUE ENSINA O MÉTODO FRIENDS?

1) TER UMA VIDA SAUDÁVEL

Bons hábitos de sono, alimentação e atividades físicas ao ar livre



2) SER UM BOM AMIGO

Habilidades sociais, empatia e cooperação.



3) FAZER DE SEU CORPO SEU AMIGO

Habilidades emocionais, manejo do estresse e desafios pessoais.



4) SER UM BOM MEMBRO DA COMUNIDADE

Altruísmo, empatia e gratidão.



Resiliência



"A resiliência é a capacidade de se recuperar de situações de crise e aprender com ela. É ter a mente flexível e o pensamento otimista, com metas claras e a certeza de que tudo passa."

MÉTODO FRIENDS
PREVENÇÃO E
PROMOÇÃO DE
SAÚDE MENTAL

DIFERENCIAIS DO MÉTODO FRIENDS

- Manuais **estruturados** e com atividades e conceitos **sistematizados** (roteiro passo a passo).
- Aplicação em **diversos ambientes** (consultórios, Instituições de Saúde, escolas, empresas e comunidades).
- Aplicação **em grupo** (sem estigmatização e promoção de **inclusão**).
- **Ótima relação custo-benefício** - 12 sessões (rápido, efetivo e com baixo custo)
- Adaptado para **diferentes faixas etárias** (crianças, jovens e adultos).
- **Prevenção e promoção** de saúde mental.
- Melhora de **desempenho acadêmico e profissional**.

MATERIAL ESTRUTURADO
E COM POSSIBILIDADE
DE ADAPTAÇÃO PELOS
PROFISSIONAIS





FORMAÇÃO INTERNACIONAL NO MÉTODO FRIENDS

A formação internacional como FACILITADOR no Método FRIENDS é **organizada pelo IBIES** (Instituto Brasileiro de Inteligência Emocional e Social), **parceiro internacional licenciado da *Pathways Health and Research Centre* e do *International FRIENDS Programs***, possuindo direitos de formação, treinamento, aplicação, comercialização e marketing dos Programas FRIENDS no Brasil.

As **ações do IBIES** em relação ao Método FRIENDS **estão subordinadas às condições internacionais estabelecidas** pelo *International FRIENDS Programs* e **todos os facilitadores e participantes** brasileiros envolvidos no Método **devem seguir as normas estabelecidas**.

O IBIES apresenta condições e regras de **seleção, matrícula, participação** na formação, obtenção de **certificação** e **acompanhamento dos profissionais**.

Os **interessados** **devem aceitar integralmente essas condições e regras nacionais e internacionais**, inclusive regras posteriores a formação que por ventura sejam instituídas, sob a penalidade de perderem os direitos como facilitador licenciado do Método FRIENDS.

Essas condições visam **garantir a qualidade da formação de facilitadores e aplicação do Método FRIENDS no Brasil**. Todas as condições seguem **princípios éticos e técnicos** para a contribuição na **construção de um mundo melhor** e mais saudável.

FORMAÇÃO INTERNACIONAL NO MÉTODO FRIENDS

Obrigatoriedade da **MATRÍCULA** e **PRESENÇA**

É condição básica para o desenvolvimento de qualquer atividade teórica ou prática descrita nesse manual que o discente esteja regularmente matriculado no sistema do curso no IBIES e freqüentando o curso de aprimoramento profissional.

SELEÇÃO e **MATRÍCULA** na formação

Para efetuar sua matrícula o discente deverá atender aos critérios de seleção do curso, além de apresentar lista de documentos exigidos para propositura de sua candidatura.

Ser profissional da área de Saúde, Educação ou membro de equipe multidisciplinar nessas áreas .

seleção



Permitido alunos de graduação cursando o último ano de seu bacharelado ou licenciatura.

Ter experiência prática e/ou teórica em saúde mental, desenvolvimento humano, educação e/ou interesse e disponibilidade de atuação nessas áreas.

Ter disponibilidade para efetuar os encontros presenciais, atividades teóricas e práticas propostas na formação.

Cópias digitalizadas de RG, CPF e comprovante de residência atualizado.

Cópia digitalizada do diploma de graduação OU certificado de conclusão de curso OU histórico escolar atualizado* (*apenas p/ alunos que não concluíram a graduação).

Original e cópia digitalizada do contrato de prestação de serviços preenchido e assinado.

Cópia simples do comprovante de pagamento (depósito) referente à matrícula.

Matrícula



Formato do curso

- Curso de **aprimoramento profissional** (260 horas de formação) + **Formação Internacional** no Método FRIENDS.
- **4 encontros presenciais** de 20 horas
- **180 horas de estágio prático**, divididas em 4 níveis (faixas etárias) do Método FRIENDS.
- Aulas aos **Sábados e Domingos** das 8:00 às 17:00
- **Intervalo de 3 meses** entre as aulas para estágio
- **Supervisão** presencial e **Orientação semanal** à distância
- Relatórios/**Estudo de caso**



Estrutura da **FORMAÇÃO**

PRIMEIRO ENCONTRO

- Fundamentos do Método Friends
- Nível I Fun Friends

ESTÁGIO NÍVEL I

- Orientação Semanal à Distância
- 45 horas Estágio Nível I

SEGUNDO ENCONTRO

- Supervisão presencial Nível I
- Nível II Friends for Life
- Nível III My Friends Youth

ESTÁGIO NÍVEIS II E III

- Orientação Semanal à Distância
- 45 horas Estágio Níveis II e III

TERCEIRO ENCONTRO

- Supervisão presencial Níveis II e III
- Nível IV Adult Resilience

ESTÁGIO NÍVEL IV

- Orientação Semanal à Distância
- 45 horas Estágio Nível IV

QUARTO ENCONTRO

- Supervisão presencial Nível IV
- Plano de Negócios
- Relatório/Artigo

ARTIGO FINAL

- Estudo de Caso

A formação no método FRIENDS consiste de atividades teóricas e práticas organizadas pela equipe pedagógica do parceiro internacional licenciado e em conformidade com as orientações da *Pathways Health and Research Center* (Austrália) e *International FRIENDS Programs*. Estas atividades visam formar, com alta qualidade, facilitadores no programa.



Descrição dos ESTÁGIOS

A **aplicação do programa** pós-encontro presencial é **obrigatória**. O discente deverá **atender, no mínimo, um participante e, no máximo, quatro participantes por faixa etária** durante a formação.

45 horas de atividades **práticas** para **cada nível** do Método

Preparação e execução de palestra comunidade (8 h)

Coleta de dados efetividade: pré, pós e acompanhamento (8 h)

Preparação e execução das sessões de atendimento (29 h)

Os estagiários devem **produzir relatórios simples**, segundo modelo fornecido pelo supervisor, para **apresentação dos atendimentos** e para a **obtenção dos certificados**.

Descrição dos **ESTÁGIOS**

✓ Sugere-se que os atendimentos sejam realizados em **duplas de estagiários** (os estagiários assumirão o papel alternado de facilitador e co-facilitador durante os encontros).

✓ Durante os estágios, a **aplicação do método será realizada em sessões duplas** (5 encontros) **ou sessões simples 2 vezes por semana** (10 encontros), finalizando um nível **em 5 semanas**, para a realização da supervisão.

✓ Além dos atendimentos, os estagiários devem conduzir as 2 palestras para a comunidade e as 2 sessões de acompanhamento pós intervenção.

✓ Cada estagiário pode atender no mínimo um e no máximo quatro participantes por faixa etária. Portanto, duplas de estagiários atenderão no mínimo dois participantes e no máximo oito participantes por grupo.

✓ Cada participante deve ter seu Livro de Atividades do Método FRIENDS. É **expressamente proibido fotocopiar** o livro de atividades, com exceção dos anexos do manual do facilitador que podem ser fotocopiados.

✓ A **captação dos participantes e seu atendimento em ambiente adequado** para a atividade (consultório, clínica, escola, posto de saúde, hospital, ou associações comunitárias) **é de responsabilidade exclusiva do discente** e faz parte de sua formação. A **coordenação pedagógica dará todo o apoio necessário** no contato com instituições interessadas, fornecendo informações sobre o método, contato do supervisor, e demais documentações que a instituição solicitar.

- ✓ Profissionais que estiverem realizando a formação fora de sua cidade de residência **podem atender em sua própria cidade.**

Orientações semanais e **SUPERVISÃO PRESENCIAL**

- ✓ As orientações semanais ocorrerão em um **grupo online de discussões**. Os alunos postarão suas dúvidas e experiências e o supervisor mediará as mesmas semanalmente.

- ✓ Para a supervisão presencial, cada facilitador (ou grupo de facilitadores, caso tenham atendido de forma conjunta), produzirá uma **pequena apresentação em power point com a descrição do atendimento**. A apresentação segue modelo que será apresentado pelo supervisor.

- ✓ A **apresentação será realizada pela equipe** no encontro presencial subsequente aos atendimentos e deve ter a **duração máxima de 20 minutos**. As discussões serão coletivas posteriormente a apresentação.

Elaboração dos **RELATÓRIOS**

- ✓ Cada equipe de estagiários deverá apresentar, após a supervisão, o **relatório escrito**, conforme modelo entregue pelo supervisor. O relatório possui os **mesmos tópicos da apresentação** em power point e consiste em um breve relato dos atendimentos e dificuldades encontradas pelos estagiários.

- ✓ Os estagiários têm **quatro meses após cada supervisão para apresentar os relatórios** finais.

ESTÁGIOS: Atendimento social

Durante os estágios os profissionais em formação no Método FRIENDS farão atendimento social. **Os atendimentos sociais visam o treinamento técnico dos profissionais e a contribuição à melhoria da saúde mental e bem-estar da sociedade.**



Atendimento custo social mínimo
RS 140,00/criança
RS 10,00/sessão

Atendimento social
RS 360,00/criança
RS 25,00/sessão

- ✓ Cada **facilitador-estagiário** pode atender entre **1 e 4 participantes** (crianças, jovens ou adultos) **por estágio** (estágio I, II, III e IV).
- ✓ Os **valores sociais** visam **arcar com os custos** da aplicação do Método FRIENDS, auxiliar o estagiário na **aquisição de materiais permanentes** para sua atuação com os programas, bem como auxiliar no engajamento dos atendimentos..
- ✓ Após cada nível da formação, se aprovado, o **facilitador** pode atender **profissionalmente com certificação provisória**.

CERTIFICAÇÃO Nacional e Internacional



As certificações serão fornecidas após o encerramento do programa desde que o discente tenha **cumprido com todas as obrigações e recomendações** descritas no presente manual, entrega de relatórios e presença mínima de 75% nos encontros presenciais e estágios.

Certificação Nacional - IBIES

Curso de **aprimoramento profissional (260h)** em “Método FRIENDS: Habilidades socioemocionais”

Certificação Internacional - *International FRIENDS Programs*

4 certificados internacionais como FACILITADOR do Método FRIENDS nos níveis correspondentes



INVESTIMENTO

RS 4.650,00 → Matrícula (RS 250,00) + RS 4.400,00

- **Material incluso** (8 livros)
- **Desconto** p/ pagamento a vista
- **20% de desconto** p/ alunos e ex-alunos dos parceiros
- em **até 12 parcelas** (R\$293,00*) * com desconto, até o vencimento

MATERIAL INCLUSO

4 manuais + 4 livros de atividade oficiais do Método



DIREITOS e DEVERES DOS FACILITADORES

Durante a formação e após receber sua certificação, o **facilitador do Método FRIENDS possui direitos e deveres que devem ser seguidos**, sob pena de sanções legais.

✓ Após cumpridas todas as exigências da formação, o profissional pode **se apresentar como FACILITADOR do Método FRIENDS em todas as mídias** que julgar pertinente.

✓ O profissional pode **trabalhar como FACILITADOR do Método FRIENDS em consultórios, instituições de saúde, educação, comunidades e empresas.**

✓ **Após cada módulo da formação**, desde que aprovado pelo supervisor, o profissional **pode atuar** profissionalmente **como FACILITADOR** do Método FRIENDS naquela faixa etária, com uma **certificação provisória.**

✓ O Facilitador pode aplicar o Método FRIENDS no currículo escolar de instituições de educação ou apresentar propostas para municípios, governos e federação **apenas sob parceria com e supervisão direta do IBIES** (Parceiro Internacional Licenciado).



✓ **É vedado** ao profissional **capacitar outros facilitadores** ou **utilizar a marca e/ou logotipos do Método FRIENDS.** Apenas a equipe da *Pathways Health and Research Centre, International FRIENDS Programs* ou seus representantes no país podem fazer uso da marca e ministrar treinamentos.

DIREITOS e DEVERES DOS FACILITADORES

✓ É estritamente **proibida a reprodução ou cópia, parcial ou total, dos materiais** (livros, manuais, pôsteres, folders, etc.) produzidos, vendidos ou entregues pelo IBIES - Parceiro Internacional do Método FRIENDS no Brasil. Esses materiais são protegidos por lei de direitos autorais no território nacional e sujeito a sanções legais em caso de infração.

✓ Em relação aos **materiais de divulgação, site oficial e outros recursos do Método FRIENDS** organizados e distribuídos pelo IBIES no Brasil, esses podem ser utilizados pelos facilitadores, desde que **solicitado por escrito e aceitas as regras de utilização**.

✓ Após a formação, **a cada três anos** o facilitador deve realizar o **encontro de atualização** nos programas FRIENDS para continuar licenciado como facilitador.

✓ **A cada três meses** o facilitador deve preencher o **formulário de atualização** pessoal e cadastro dos participantes atendidos com o Método FRIENDS, disponibilizado no banco de dados do site oficial do Método no Brasil.

✓ O FACILITADOR é responsável por **utilizar seu manual e seguir as regras, técnicas e normas de qualidade** discutidas na formação internacional. Bem como **utilizar o livro de atividades oficial** para cada um dos participantes atendidos.

“Ter plena consciência dos seus direitos e deveres é estar livre.” (Mônica Christi)





IBIES
INSTITUTO BRASILEIRO
DE INTELIGÊNCIA EMOCIONAL E SOCIAL

MAIS INFORMAÇÕES:

www.metodofriends.com



info@metodofriends.com

Fones: (48) 3224-5680 (48) 8476-7655

Parceiros:

INSTITUTO WP



Responsável técnica: Dra. Larissa Zeggio

Licenciada Internacional no método FRIENDS (Austrália)

Co-diretora da Formação do Método FRIENDS – Brasil