



Beskrivelse og vurdering av tiltaket:

Zippys venner

Ungsinnforfatter: Ragnhild Bjørknes Vurdert i Ungsinnpanelet: 11.2.2013

Ungsinnforfatteren er ansvarlig for beskrivelsen av tiltaket. Beskrivelsen er basert på informasjon innsendt av Mette Ystgaard og Solveig Holen ved RBUP Øst og Sør, samt gjennomgang av annen tilgjengelig litteratur. Ungsinnpanelet er ansvarlig for vurdering og klassifisering.

Innledning

Zippys venner er et helsefremmende tiltak iverksatt i barneskolens første til fjerde klasse. Tiltakets overordnede mål er å fremme psykisk helse og å forebygge emosjonelle vansker ved å styrke barns evne til å mestre dagliglivets problemer (stressmestring). Programmets delmål er å styrke evnen til å gjenkjenne og sette ord på følelser, håndtere konflikter, fremme samarbeid, fremme empati, samt å gi støtte venner imellom.

Programmet er utviklet av den britiske organisasjonen Befrienders International i samarbeid med fagpersoner fra Canada, Belgia, Danmark og Norge. Deretter er programmet oversatt og tilpasset norske forhold. Voksne for Barn er ansvarlig for implementering av Zippys venner i Norge. Programmet ble første gang prøvd ut i Norge skoleåret 2004. Deretter har det vært en gradvis spredning fra år til år. Pr. 2012 har i alt ca. 600 skoler gjennomført programmet. Ca. 18.000 elever gjennomførte programmet skoleåret 2011-2012.

Distributør/implementeringsansvarlig for tiltaket i Norge

Voksne for Barn
Stortorvet 10
0155 OSLO
Telefon: 23 10 06 10
E-post: vfb@vfb.no
www.vfb.no.

Eier av tiltaket i utlandet

Partnership for Children 26-27 Market Place
Kingston upon Thames
Surrey KT1 1JH
England



Beskrivelse av tiltaket

Zippys venner er et undervisningsprogram beregnet på elever i første til fjerde klasse. Formålet med programmet er å lære barn å mestre hverdagens problemer, identifisere og snakke om følelser, samt å støtte andre som har det vanskelig. Zippys venner tar sikte på å fremme psykisk helse og forebygge emosjonelle problemer. Programmet gjennomføres i klasserommet der barna får høre historier om pinnedyret Zippy og vennene hans. I tillegg benyttes aktiviteter som rollespill, øvelser, lek, tegning og samtaler. Disse aktivitetene er ment å vektlegge følelsesfokuserte og handlingsfokuserede mestringsstrategier.

Programmet tar sikte på å fremme følgende resiliens faktorer:

- Økt stressmestring i barns hverdagsliv
- Økt sosial kompetanse hos barn (bedring i samarbeid mellom barn, positiv selvhevdelse, mer selvkontroll, økt empati)

Metoder som anvendes

Programmet går over 24 uker med en time per uke. Undervisningsopplegget er delt inn i seks moduler som hver innledes med en historie om en gruppe barn og pinnedyret Zippy. Historiene inneholder gjenkjennelige utfordringer og problemer i barns hverdag, både i timene og i skolehverdagen for øvrig. Modulene er inndelt i følgende tema: 1. Følelser, 2. Kommunikasjon, 3. Venner og uvenner, 4. Å takle konflikter, 5. Å takle forandring og tap og 6. Vi mestrer sammen. Alle historiene har fargerike illustrasjoner. Lærer skal stimulere barna til samtale, egenaktivitet og læring gjennom rollespill, øvelser og tegning. Dette skjer gjennom en trinnvis progresjon fra enkle læringsoppgaver til mer komplekse. Programmet er manualbasert og følgende materiell er samlet i en mappe:

- Teorihfte: "Råd og vink til lærere". Her blir det redegjort for tanken bak programmet, stressmestringsteori og erfaringer med å bruke programmet.
- Manual: Et hefte til hver av seks moduler med fortellinger og lærerveiledning til gjennomføring av timene.
- Illustrasjoner/fargeplakater og annet vedlegg til hver modul.

For hver time er læringsmål, læringsoppgaver og tidsbruk detaljert beskrevet. Lærers oppgave er å stimulere barna til egenaktivitet innenfor rammen av timens gitte læringsoppgaver og mål. Gjennom samtaler, rollespill, øvelser og tegning gis barna anledning til å utforske følelser, problemer og løsninger med utgangspunkt i de mange hverdagsproblemer, sorger og gleder de får høre om i historiene. Lærer skal stimulere barna til selv å finne forskjellige mestringsstrategier og vurdere nytten av disse. I det norske programmet har Voksne for barn i samarbeid med erfarne Zippylærere videreutviklet gode spørsmål til barna for at de selv skal kunne vurdere og finne ut hvordan de kan takle problemene.



Det teoretiske grunnlaget for tiltaket

Programmet er forankret i teori og empiri om stressmestring og psykisk helse (Folkman & Lazarus 1986; Lazarus & Folkman 1984). De siste 30 års forskning viser hvordan vi mestrer stress og påkjenninger og hvordan dette har betydning for psykisk helse (Compas, Connor-Smith, Saltzman, Thomsen & Wadsworth, 2001). Tidligere mestringsteori grupperte barns mestringsstrategier i følgende kategorier: søke sosial støtte, sosial tilbaketrekking, selvkritikk, problemløsning, resignasjon, distrahering, positiv vurdering (kognitiv restrukturering), ønsketenking eller dagdrømming og følelsesmessig regulering (Spirito, Stark & Williams, 1988). Kategoriene er senere omgruppert og videreutviklet av forskere som Compas et al. (2001) og Skinner et al. (Skinner, Edge, Altman, & Sherwood, 2003). Nyere forskning understreker at også individuelle faktorer som temperament, utviklingsnivå, kontekst og type stressbelastning er bestemmende for hvilke mestringsstrategier vi bruker. Enkelte mestringsstrategier kan dermed være hensiktsmessige i en spesiell situasjon for en bestemt person. Samtidig understrekes det at det ikke finnes noen allmenngyldig gode mestringsstrategier, og at det er viktig å ha evne til å regulere både følelser og handlinger. Hovedtanken i Zippyprogrammet er i tråd med dette. Varierte øvelsesoppgaver brukes for å utvikle et rikt mestringsrepertoar. Det legges vekt på overføring av læring ved gjentakelse av læringserfaringer i stadig nye situasjoner, både i Zippytimene og i skolehverdagen for øvrig.

Evne til fleksibel mestring tilpasset ulike stressbelastninger forutsetter gode sosiale og emosjonelle ferdigheter og et støttende sosialt miljø. Oppgaver som stimulerer til sosial og emosjonell læring er derfor innebygget i programmet for å utvikle kunnskap, ferdigheter og holdninger knyttet til å gjenkjenne og håndtere følelser, etablere og opprettholde positive vennskap, løse konflikter, fremme samarbeid og empati. Det legges stor vekt på å fremme et støttende klassemiljø gjennom å stimulere barna til å støtte og hjelpe hverandre.

Oppsummert kan vi si at Zippyprogrammet er et helsefremmende program. Programmet er ment å fremme hensiktsmessig stressmestring, sosiale og emosjonelle ferdigheter og et gjensidig støttende miljø som i sin tur har en positiv effekt på psykisk helse. Dessuten virker mestring og sosial støtte indirekte ved å beskytte mot psykiske helseproblemer når vi utsettes for belastninger og negative livshendelser (Cohen & Wills, 1985).

Erfaringer med tiltaket og evaluering i Norge

Zippys venner ble første gang implementert i Norge skoleåret 2004-2005 på tilsammen fem skoler i Oppland og Stavanger. Deretter har det vært en gradvis spredning fra år til år. Pr. 2012 har i alt 600 skoler gjennomført programmet.

Høsten 2007-2008 gjennomførte Regionsenter for barn og unges psykiske helse Øst og Sør (RBUP Øst og Sør) en effektundersøkelse av Zippys venner. Resultatene er nå publisert i to vitenskapelige artikler av Holen og kollegaer (Holen, Waaktaar, Lervåg & Ystgaard, 2012a; Holen, Lervåg, Waaktaar & Ystgaard, 2012b). Den ene artikkelen omhandler intervensjonens effekt på elevens mestrings og psykiske helse, den andre



rapporterer effekter på klassemiljø, mobbing og akademiske ferdigheter. Skoler fra Østfold, Trondheim og Bodø deltok i studien. Effekter på individ- og klassenivå ble evaluert i et kontrollert, randomisert studie med 18 tiltaksskoler og 17 kontrollskoler. Studien inkluderer 1483 elever i alderen 7 til 8 år. Skolene ble randomisert ved at de ble satt i par på bakgrunn av skolen sosioøkonomiske profil, antall etniske minoritetselever og antall elever som trengte spesialopplæring. Deretter ble det foretatt en loddrekning mellom to og to skoler som samsvarte, der en fikk intervensjon og en ble plassert i kontrollgruppen. Kontrollskolene fikk ingen annen intervensjon og fulgte vanlig ordinær lærerplan.

Elevene ble kartlagt med tanke på mestring, og psykisk helse i form av Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) (Holen, et al., 2012a), samt klassemiljø, mobbing og akademiske ferdigheter (Holen, et al., 2012b), før og etter intervensjon. Resultatene viste positive effekter på enkelte av målene for mestring og psykiske helseproblemer blant elevene sammenlignet med kontrollgruppen (Holen, et al., 2012a). Studien viste også at programmet hadde positive effekter på det sosiale miljøet i klasserommet, reduserte mobbing og økte elevenes akademiske ferdigheter (Holen, et al., 2012b). En bør likevel merke seg at av seks faktorer som ble testet på mestring, var det kun tre som viste en signifikant forskjell etter deltagelse i Zippys venner (Holen, et al., 2012a). Av tolv indikatorer på psykisk helse var det kun én som viste en signifikant forskjell for elever etter deltagelse i Zippys venner (Holen, et al., 2012a).

Dersom vi går mer i dybden på funnene så viser de at elevene rapportere om positive effekter på mestring ved at de tok i bruk mindre grad av opposisjonelle strategier når de møtte motgang, slik som å hyle, skrike og skylde på andre. Foreldre rapporterte at barna ble flinkere til aktivt å søke støtte og hjelp. Når det gjaldt psykiske helseproblemer blant elevene var det kun lærerne som rapporterte om nedgang i slike symptomer. Lærerne rapporterte da om en nedgang i vanskenes innvirkning på elevenes dagligliv (SDQ-impact skåre). Effekttørrelsene for alle funnene var små. Opposisjonelle strategier hadde en effekttørrelse i form av Cohens $d = -0,38$, aktivt å søke støtte $d = 0,19$ og for den ene skalaen på psykiske helseproblemer $d = -0,15$ (Holen, et al., 2012a). De ulike informantene (elever, foreldre og lærere) rapporterte altså ikke om positiv endringer på samme mestringsstrategier. Verken foreldre eller lærere rapporterte om endring på elevenes emosjonelle symptomer, atferdsproblemer, hyperaktivitet/ oppmerksomhetsproblemer, problemer i relasjon til venner eller prososial atferd (Holen, et al., 2012a).

Mer spesifikt viste oppfølgingsanalyser av studien (Holen, et al., 2012a) at jenter og elever fra lave sosioøkonomisk samfunnsgrupper hadde spesielt godt mestringsutbytte av at skolen deltok i Zippys venner sammenlignet med kontrollgruppen. Dette funnet ble rapportert av elevene i form av spørsmål om opposisjonelle mestringsstrategier, og hadde effekttørrelser fra små til middels (Cohens $d = -0,55$ for jenter, Cohens $d = -0,44$ for elever fra lavt sosioøkonomisk samfunnsgrupper). Foreldre til jenter i intervensjonsgruppen rapporterte også om en økning i aktive mestringsstrategier sammenlignet med kontrollgruppen, effekttørrelsen her var liten (Cohens $d = 0,26$). Mens innvirkning av skalaen som målte psykisk helseproblemer i dagliglivet ble redusert



hos guttene ved at skolen deltok i programmet sammenlignet med kontrollgruppen. Effekten ble funnet i lærerrapportene og var liten (Cohens $d = -0,22$).

Holen og kolleger (2012b) fant videre at lærerne rapporterte om en middels effekt på reduksjon i mobbing blant elevene (Cohens $d = 0,56$) og en forbedring av klassemiljøet (Cohens $d = 0,61$) ved Zippyskolene sammenlignet med kontrollskolene. Lærerne rapporterte også om en økning av elevenes akademiske ferdigheter, effektstørrelsen her var liten til middels (Cohens $d = 0,42$). Elevene ved Zippyskolene rapporterte derimot ikke om effekter på klassemiljø eller akademiske ferdigheter.

Oppsummert, Zippys venner har som hovedmål å øke stressmestring i barns hverdagsliv, økt sosial kompetanse hos barn og å fremme god psykisk helse. De norske effektstudiene viser at programmet har effekt på elevenes mestring ved at de tok i bruk mindre grad av opposisjonelle strategier og ble flinkere til aktivt å søke støtte og hjelp. Av de tolv faktorene som ble testet på psykisk helse var det kun én indikator som viste en liten signifikant forskjell på elevene som hadde deltatt i Zippys venner i forhold til kontrollgruppen. Interessant er det også at studien rapporterer at Zippys venner fremmer et godt klassemiljø, fremmer akademiske ferdigheter og hemmer mobbing. En bør likevel merke seg at effektene er ikke konsistente over ulike informanter i studien. Som beskrevet tidligere var det også mange faktorer forskerne ikke fant signifikante forskjeller mellom gruppene for. Effektstørrelsene på alle resultater er i størrelsesorden små til middels, men sett i lys at programmet har en universell forebyggende karakter så representerer de likevel viktige implikasjoner for barns velvære i skolen.

Brukervurdering

Voksne for barn som er ansvarlig for implementering av Zippy i Norge, gjennomførte pilotundersøkelsen og evaluerte i denne forbindelse brukernes erfaringer med programmet. Lærerne besvarte et strukturert spørreskjema etter hver time om innholdet i timene, elevaktivitet og manualens brukervennlighet. Det ble gjennomført observasjonsstudier underveis og lærerne ble intervjuet etter avsluttet program.

Resultatene fra denne undersøkelse viste at lærerne opplevde Zippy-programmet som et nyttig redskap for å arbeide med følelser, sosial støtte og det å styrke barna i forhold til å takle hverdagsproblemer hjemme og på skolen. Mange lærere syntes at de ble bedre kjent med elevene, kommuniserte bedre med barna og fikk en bedre relasjon til dem. Lærerne synes også at programmet var godt tilpasset skolens hverdag videre (Voksne for Barn, 2005; 2006).

Basert på erfaringene i piloten ble det gjort noen mindre tilpasninger i manualen for å tilpasse språk og innhold til norske forhold før programmet ble spredd videre (Voksne for Barn, 2005; 2006). Flere kommuner har i dag forankret programmet i sine skole/helseplaner og bruker Zippys venner på alle skolene i kommunen. Voksne for barn har jevnlig observasjoner i Zippyklasser og får regelmessige skriftlige tilbakemeldinger fra lærere som bruker programmet. Det arrangeres jevnlig inspirasjonssamlinger og treningskurs for workshopholdere og veiledere, og brukererfaringer evalueres kontinuerlig.



Utenlandske studier

Under utviklingen av programmet ble det gjennomført kontinuerlig testing og revisjon av materialet når det gjaldt temaer, illustrasjoner, oppgaver, aktiviteter og rollespill. Lærere og elever fra Canada, Danmark og England var involverte i denne programutviklingen (Mishara & Ystgaard, 1999).

En første evaluering av effekter av programmet og erfaringer med implementeringen av det, ble gjennomført i en kvasi-eksperimentell studie i Danmark. I tillegg til før- og ettermålinger ble det samlet omfattende informasjon om erfaringer med bruk av programmet fra hver time og etter avsluttet program (Mishara & Ystgaard, 1999). Resultatene viste at programmet lot seg implementere i skolen. Før og ettermålingene av tiltaksgruppen viste indikasjoner på at programmet hadde positiv innvirkning på barnas sosiale ferdigheter. På bakgrunn av denne evalueringen ble programmet revidert, særlig med tanke på å legge til rette for bedre innlæring av mestringsstrategier hos elevene.

Implementering og effekter av det reviderte og endelige programmet ble også evaluert i et kvasi-eksperimentelt design ved barneskoler i Danmark og førskoler i Litauen ($N = 850$). I studien ble pre- og post målinger gjennomført for både intervensjonsgruppen som hadde deltatt i Zippys venner og kontrollgruppen. Fordelingen mellom intervensjons- og kontrollgruppen skjedde ikke gjennom randomisering, da dette ikke var mulig. Resultatene fra studien viste at barna i intervensjonsgruppen hadde et gunstig utbytte i form av økt positivt samarbeid, selvhevdelse, selvkontroll og empati, samt utviklingen av flere og mer nyttige mestringsstrategier enn kontrollgruppen. Effektstørrelsene var fra små til middels store (Mishara & Ystgaard, 2006). Omfattende kvalitative data viste at timene lot seg gjennomføre i henhold til manualen, og at manualen ble oppfattet som brukervennlig (Mishara & Ystgaard, 2006). Samme år viste en studie at barn som hadde gjennomført programmet i barnehagens siste år hadde bedre tilpasning i skolen året etter å ha deltatt i Zippys venner sammenlignet med kontrollgruppen (Monkeviciene, Mishara, & Dofuor, 2006).

I Irland har forskere gjennomført en randomisert kontrollert studie med før-, etter- og oppfølgingsmålinger med lærere og elever som informanter ($N = 730$). Funn fra denne studien viste at intervensjonen styrket barns mestringsstrategier og at barna viste en bedring i samarbeid, positiv selvhevdelse, selvkontroll og empati sammenlignet med kontrollgruppen. I tillegg fant forskerne at intervensjonen førte til reduksjon av hyperaktivitet hos deltagende barn (Clarke & Barry, 2010).

Spredningspolitikk og implementeringsstrategier

Spredningsstrategien er kombinert gjennom forankring både på nasjonalt plan, regionalt plan og på kommune-, skole- og klasselærernivå. Voksne for barn har det nasjonale ansvaret for hvordan programmet spres og kvalitetssikres og har ansatt nasjonal programleder og flere nasjonale programmedarbeidere. Fem regionale programmedarbeidere i 20 % stilling jobber med spredning, implementering og kvalitetssikring i samarbeid med fylkesmannen. Skole- og opplæringsavdeling, PP-



tjenesten og skolehelsetjeneste involveres i de enkelte kommunene. På den enkelte skole vil både rektor, kontaktlærer, skolens helsesøster og PP-rådgiver være aktive samarbeidspartnere.

Fra 2007 ble Zippys venner tatt med i den nasjonale satsingen Psykisk helse i skolen, et samarbeidsprosjekt mellom Helsedirektoratet, Utdanningsdirektoratet og de ulike programeiere. Opplæringsprogrammene i Psykisk helse i skolen er forankret i og finansiert gjennom Regjeringens strategiplan for barn og unges psykiske helse og Opptappingsplanen for psykisk helse.

Frem til 2011 samarbeidet Voksne for barn med fylkesmennene for å rekruttere skoler og sikre en god implementering. Fra 2011 har dette endret seg og implementeringen skjer nå i større grad gjennom kommunene. Voksne for barn har da direkte kontakt med kommuner som ønsker å starte opp. Voksne for barn har et tett samarbeid med fylkeskommune om workshops ved oppstart.

I tillegg til informasjon på nettsidene til Voksne for barn og Psykisk helse er det utviklet generelle brosjyrer på bokmål, nynorsk, samisk og foreldrebrosjyrer på urdu, polsk og flere andre språk for å spre informasjon om programmet.

Fra 2012 ble Zippys venner et tilbud til elever i 1.- 4.skoletrinn.

Kvalitetssikring av tiltaket

Det er klare kriterier for å kunne bruke programmet i skolen:

- Alle lærere som skal bruke Zippy må delta på to-dagers workshop sammen med skolehelsetjenesten og PP-tjenesten.
- Alle lærere skal delta på minst tre veiledningssamlinger i løpet av gjennomføringen av programmet.
- Det er en forutsetning at manualen følges i sin helhet, det er ikke tillatt å plukke ut enkelte deler.
- Klasselærer skal ha hovedansvar for undervisningen, helsesøster deltar i timene.
- PP-tjenesten (evt. annen kommunal instans med veilederkompetanse) skal bidra med veiledning til lærere og helsesøstre.
- Både skoleledelsen og de aktuelle lærerne må ha et ønske om "å satse" på Zippys venner.
- Flere skoler i samme kommune starter samtidig. Det er ønskelig at små skoler danner nettverk.

Under workshopen blir programmets teori og pedagogiske metode gjennomgått. I tillegg gjennomføres praktiske øvelser i å gjennomføre timene i henhold til manual og pedagogiske prinsipper.

Alle som gjennomfører to dagers workshop blir sertifiserte og kan benytte programmet Etter en mer omfattende erfaring med programmet og to nye dager med videreopplæring



kan en bli sertifisert som workshopholder og veileder i Zippyprogrammet. I all opplæring er det stort fokus på å kvalitetssikre bruken av programmet.

Voksne for barn har inspirasjonssamlinger som holdes jevnlig for veileder og workshopholdere i regionene, disse er tenkt både som inspirasjon og kvalitetssikring. Under disse samlingene understrekes det at veileder har ansvaret for å påse at prinsippene i Zippy blir fulgt. Tema på disse samlingene kan være:

- Utveksle erfaringer/tips og ideer.
- Pedagogiske utfordringer.
- Motivasjon.
- Manual-/programutfordringer.
- Personlige utfordringer.

Når det gjelder videreføring av Zippys venner så har deltagende skoler fra 2011 fått mulighet til å delta på oppfriskningskurs (boostere). Det er utviklet slike kurs på tre områder i samarbeid med Partnership for Children og deltakere i programmet. Norge har utviklet en egen versjon av disse kursene, her blir det blant annet brukt filmer som utgangspunkt for en faglig diskusjon.

I Norge samarbeider helsesøster og PP-rådgiver med skolen om gjennomføringen av programmet. Lærer har ansvar for undervisningen og helsesøster på skolen er med i timene som en ekstra hjelp. PP-tjenesten bistår med veiledning (til lærere og helsesøstre) tre ganger i løpet av programmet. Alle involverte må være med på opplæringen.

Kostnadene for implementering av tiltaket

Programpakken dekkes av Helsedirektoratet og tilbys skolen gratis. Deltakelse i workshoppen tar to dager pluss reisetid. Skolene må selv dekke reise- og vikarutgifter i forbindelse med deltakelse på workshop. Kommunen, og enkelte ganger fylket, stiller med kurslokaler og lunsj. Ved opplæring av workshopholdere og veiledere får skolen dekket reise og vikarutgifter. Veiledere og workshopholdere må beregne to dager pluss reisetid til veiledersamlinger.

Ungsinpanelets vurdering av tiltaket

Zippys venner er godt beskrevet av Voksne for Barn. Beskrivelsen inneholder tydelige målformuleringer, og målgruppen er klart avgrenset. Materiellet er utformet som et teorihefte og manual for lærerne. Metoder for gjennomføring er godt beskrevet

Tiltaket har en god teoretisk forankring og det er en logisk sammenheng mellom målsetninger, metodevalg og målgruppe. Programmet er ment å fremme hensiktsmessig stressmestring, og sosial kompetanse hos elevene som i sin tur antas å ha positiv effekt på psykisk helse.

Det foreligger en norsk effektstudie av Zippys venner fra 2012 (Holen, et al., 2012a), (Holen, et al., 2012b). Studien tester effekten programmet har på elever mellom 7-8 år.



Denne studien vurderes til å ha god kvalitet fordi den har et stort utvalg, lavt frafall, innehar randomiseringsprosedyrer, kontrollgruppe, samt at den inkluderer både elev, lærer og foreldrerapporter. Måleinstrumentene er utprøvd i tidligere studier, både nasjonalt og internasjonalt, der de har vist seg å være pålitelige (reliabilitet). Dette er også instrumenter som kan sies å ha god begrepsvaliditet, ved at de måler de aktuelle begrepene. Studien viste at programmet hadde enkelte positive effekter på elevens mestring, men liten eller ingen påvirkning på psykiske helseproblemer (Holen, et al., 2012a). Videre reduserte intervensjonen mobbing, forbedret klassemiljøet og økte elevenes akademiske ferdigheter (Holen, et al., 2012b). Effekteresultatene var små til middels store, noe som må sies å være positivt for et universalforebyggende program. Resultatene er basert på målinger av elever, lærer og foreldre direkte etter de har deltatt i Zippys venner, sammenlignet med kontrollskoler. Det er verdt å merke at det er en viss diskrepans mellom hovedmålsetningene til programmet og hvilke effekter programmet viste seg å ha, ved at man fant større effekter på faktorer som mobbing, akademiske ferdigheter og klassemiljø enn på elevens psykiske helse. Det er samlet inn oppfølgingsdata ett år etter at skolene deltok i Zippys venner, disse vil bli rapportert fortløpende.

Den norske studien er en replikasjon av studien i Danmark/Litauen/Irland i den forstand at skoleprogrammet som testes er det samme, men det er gjort endringer i forskningsdesignet for å forbedre denne studien. Resultatene fra den norske studien samsvarer med resultater fra studiene i Danmark, Litauen og Irland. De utenlandske studiene, spesielt med tanke på arbeidet fra Danmark kan sies å ha overføringsverdi til norske forhold da skolesystemene er relativt like.

Zippys venner implementeres etter kriterier som sikrer at skolene som deltar har de nødvendige forutsetninger for å ta i bruk modellen. Modellen har også flere kvalitetssikringsrutiner. Voksne for barns har blant annet inspirasjonssamlinger og oppfriskningskurs (boostere) for å sikre at kompetanse i programmet vedlikeholdes over tid.

Til tross for manglende oppfølgingsdata, blir Zippys venner klassifisert som dokumentert virksomt tiltak, dokumentasjonsgrad ****. Klassifiseringen er på bakgrunn av stort et utvalg, multi-informant, randomiseringsprosedyrer og lite frafall. Studiets design og forskningsmessig gjennomføring er god, og synes å være tilstrekkelig til å oppdage små til moderate effekter.

Ungsinns klassifisering

Ungsinn klassifiserer Zippys venner som dokumentert virksomt på evidensnivå 4, dokumentasjonsgrad ****, for effekter på økt mestring for elevene, bedre skolemiljø, akademiske prestasjoner og reduksjon av mobbing.



Referanser:

- Clarke, A. & Barry M., M. (2010). *An evaluation of the Zippy's friends emotional wellbeing programme for primary schools in Ireland*. Galway: Health Promotion Research Centre.
- Cohen, S. & Wills, T. A. (1985). Stress, social support and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98, 310 – 357.
- Compas, B. E., Connor-Smith, J. K., Saltzman, H., Thomsen, A. H. & Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, 127, 87-127.
- Folkman, S. & Lazarus, R. S. (1986). Stress processes and depressive symptomatology. *Journal of Abnormal Psychology*, 95, 107-113.
- Holen, S., Waaktaar, T., Lervåg, A. & Ystgaard, M. (2012a). The effectiveness of a universal school-based program on coping and mental health: a randomized controlled study of Zippy's Friends, *Educational Psychology: An International Journal of Experimental Educational Psychology*, 32, 5, 657-677. doi:10.1080/01443410.2012.686152
- Holen, S., Waaktaar, T., Lervåg, A. & Ystgaard, M. (2012). Implementing a universal stress management program for young school children: Are there classroom climate or academic effects? *Scandinavian Journal of Educational Research*, doi:10.1080/00313831.2012.656320
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publ. Co.
- Mishara B. & Ystgaard M. (1999). *Evaluation of the Reaching Young Europe pilot program in Denmark*. London: Befrienders International.
- Mishara B., & Ystgaard M. (2002). *One Year follow-up of the Effects of Zippy and Friends on participation in Lithuania*. London: Partnership for Children.
- Mishara, B. & Ystgaard, M. (2006). Effectiveness of a mental health promotion program to improve coping skills in young children: Zippy's Friend's. *Early Childhood Research Quarterly*, 21, 110-123. doi:10.1016/j.ecresq.2006.01.002
- Monkeviciene, B., Mishara, B. & Dufour, S. (2006). Effects of the Zippy's friends programme on children's coping abilities during the transition from kindergarten to elementary school. *Early Childhood Education Journal*, 34, 53-60. doi: 10.1007/s10643-006-0104-0



Skinner, E. A., Edge, K., Altman, J. & Sherwood, H. (2003). Searching for the structure of coping: a review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Psychological Bulletin*, 129, 216-269. doi:10.1037/0033-2909.129.2.216

Spirito, A., Stark, L. J. & Williams, C. (1988). Development of a brief coping checklist for use with pediatric populations. *Journal of Pediatric Psychology*, 13, 555-574.

Voksne for barn. (2005). Statusrapport til sosial og helsedirektoratet 2004 og 2005. Oslo: Sosial og helsedirektoratet.

Voksne for barn. (2006). Statusrapport til sosial og helsedirektoratet 2005 og 2006. Oslo: Sosial og helsedirektoratet.