

Cavalos que espelham emoções: o projeto que combate o bullying no picadeiro

No Pony Club do Porto há um dos projetos mais singulares de prevenção da violência escolar na região. Junta psicólogos, crianças e jovens sinalizados e equinos que funcionam como coterapeutas

FCB

Joana Moreira Soares
joana.m.soares@fpn.pt

É um fim de tarde de bater o dente no Pony Club do Porto, ali para os lados da Areeosa, apesar do sol que pinta a areia negra do picadeiro. No centro do recinto, um grupo de crianças forma um círculo apertado, enquanto um pônei observa em silêncio — como se também estivesse a ouvir. Aqui, entre cavalos que espelham emoções e jovens que aprendem a reconhecê-las, decorre um dos projetos mais inovadores de prevenção da violência escolar no Grande Porto: “No bullying — Friends forever”.

O programa, financiado por parecer Portugal Inovação Social 2030, arrancou em março e pretende, ao longo de três anos, trabalhar competências socioemocionais de crianças e jovens sinalizados pelas escolas por comportamentos mais reativos ou episódios de agressão entre pares. Envolve atualmente 18 crianças e jovens, entre os seis e os 16 anos, organizados em três grupos semanais, vindos de três agrupamentos escolares do Grande Porto — número que deverá aumentar brevemente para cinco.

CAVALOS COMO COTERAPEUTAS
“Temos aqui uma grande vantagem: o cavalo como coterapeuta”, explica Diana Pinto, 42 anos, psicóloga e responsável pela terapia assistida por equinos. Está no Pony Club há 12 anos e testemu-



na, diariamente, transformações que começariam por parecer improváveis. “O cavalo é um animal sensível, imponente e provoca emoções. Muitas crianças, pela primeira vez, conseguem reconhecer o que sentem quando se aproximam dele”, explica a especialista.

A intervenção é feita em sessões semanais de duas horas. Cada encontro começa com uma roda de partilha: os jovens falam da semana, de episódios que os ativaram emocionalmente — conflitos na escola, tensões em casa, situações em que foram vítimas ou autores de agressão.

Depois da roda inicial, o trabalho passa para o picadeiro. É aqui que o cavalo se torna “portador de espelho”: reage ao tom de voz, ao toque, à linguagem corporal do jovem. “Se a criança chega reativa, o cavalo sente medo. Se chega calma, recebe calma”, esclarece Diana Pinto. “É uma relação muito pura, muito transparente, que ajuda a criança a tomar consciência de si”, pormenoriza a psicóloga.

APRENDER A COMUNICAR
José Cinde acrescenta que, sendo o cavalo uma presa na natureza, “tem uma sensibilidade muito fina para interpretar intenções e emoções”. O desafio para os jovens é aprender a comunicar de forma regulada e coerente — uma competência que, segundo o psicólogo, tem impacto direto no comportamento escolar.



1 Cada encontro começa com uma roda de partilha

2 Os cavalos são verdadeiros coterapeutas



3 Relação com os animais é “muito pura”

4 Balanço do trabalho efetuado é bastante positivo

Para Ana Luísa Abreu, 35 anos, psicóloga clínica e membro da equipa que integra o projeto, o valor da intervenção reside no caráter experiencial: “Trabalhamos o aqui e agora. Aquilo que acontece no picadeiro é real e imediato”.

Sempre que o cavalo reage a uma postura, a equipa ajuda a criança a nomear aquilo que sente e a integrar o que está a acontecer. “Daí fazemos a ponte para outros contextos: a escola, a família, os pares. Desenvolvem-se competências de autorregulação, de autoconhecimento e de leitura emocional que podem ser usadas no futuro”, remata.

Embora ainda longe da avaliação final — trabalho cuja responsabilidade está a cargo de uma consultora externa — a experiência da equipa e o feedback das escolas têm sido positivos.

OBJETIVO É CRESCER

Diana Pinto sublinha que o objetivo é crescer, tendo em conta os resultados que têm vindo a ser obtidos com o trabalho desenvolvido: “Queremos chegar a mais agrupamentos escolares, porque acreditamos verdadeiramente no impacto deste projeto”.

Ao final daquela tarde fria no Pony Club, enquanto o sol se põe, o ciclo repete-se: crianças que aprendem a abrandar, cavalos que mostram o caminho, e uma equipa que tenta garantir que cada pequena vitória no picadeiro se transforma numa conquista fora dele. ●