

A AUTOESTIMA NO COTIDIANO ADOLESCENTE

Rosiléa Clara Werner

Helena Guimarães Gasperin

Lara Carolina Malanowski

Sâmella Sabino Demengeon

RESUMO: Tem-se aqui o objetivo de relatar a oficina: “Autoestima no cotidiano adolescente”, realizada com adolescentes, entre 14 e 17 anos, estudantes de um colégio Estadual de Ponta Grossa, que participam do Projeto de Extensão Saúde e Cidadania: Recriando a Realidade Social”. O projeto ocorre quinzenalmente em contraturno escolar. Compreende-se que a autoestima é um dos principais construtos da personalidade humana, é construída no decorrer da vida e influência no desenvolvimento humano e na qualidade de vida. A oficina teve como objetivo identificar a concepção de autoestima e como se dá nos adolescentes participantes, bem como, perceber as dúvidas e inseguranças a respeito de autoestima e como os adolescentes lidam com elas. Utilizou-se a roda de conversa para definir autoestima. Os adolescentes trouxeram conceitos como: “gostar de si mesmo”, “se amar”, “amor próprio”, “quanto maior o elogio maior sua autoestima”, “ter respeito, amor e amizade pelo outro”, “confiar em si”. Os adolescentes foram convidados a responder um questionário contendo trinta frases que influenciam a autoestima, quinze frases de forma positiva e quinze de forma negativa, sendo que deveriam marcar o quanto cada situação afeta sua autoestima em: nada, pouco, médio ou muito. Quando perguntados sobre como foi realizar a atividade, os adolescentes relataram que havia mexido com eles por se tratar de um assunto complicado e pessoal e que responder a parte positiva foi muito mais fácil que a negativa. Ao analisar os questionários e as falas dos adolescentes, verifica-se que a baixa autoestima está muito presente, seja pela aparência que se mostrou um problema comum entre os participantes e pelo medo da rejeição, pois querem ser aceitos em um grupo e ao se verem sozinhos não sabem lidar com a situação, sentem-se vulneráveis e inseguros. Observou-se a necessidade de espaços seguros para conversar sobre autoestima, já que há sobrecarga de informações e influência passada pela mídia.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde Escolar. Adolescência. Autoestima.