

TRABALHANDO A AUTOESTIMA INFANTIL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Maria Jéssica Daiane Silva Oliveira¹
Lígia Maria Ferreira Da Silva²
Carolina Maria De Lima Carvalho³

RESUMO

A necessidade por uma boa imagem vem cada vez mais interferindo nas relações interpessoais, desde período do pré-escolar até a vida adulta, o que muitas vezes causa situações estressantes para crianças por não saberem lidar com essas situações impostas. Desta forma vimos a necessidade de desenvolver uma atividade buscando mostrar a importância de si e na sociedade para essas crianças. O objetivo desse trabalho foi relatar a experiência vivenciada por acadêmicos de Enfermagem acerca da realização de uma atividade de valorização da autoestima, autoaceitação, e autoconhecimento entre crianças de 8 a 10 anos. Trata-se de um relato de experiência descritivo de abordagem qualitativa de uma ação em saúde mental realizada durante a disciplina Processo de Cuidar na Saúde Mental, onde a atividade foi realizada em 3 fases, de acordo com as fases de desenvolvimento de grupo. Apesar de se tratar de crianças, conseguimos ver através das reações durante as atividades, a visão de alguns e um certo entendimento em relação ao tema trabalhado em outros. Durante alguns passos da atividade notamos diversas reações, algumas preocupantes. Conseguimos trabalhar bem todas as atividades e através das reações e falas observadas nos participantes percebemos que conseguimos repassar a mensagem desejada. Também podemos perceber através da espontaneidade dos mesmos a vulnerabilidade de alguns e a auto aceitação de outros.

Palavras-chave: crianças autoestima bullying confiança .

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente,
jessicads@aluno.unilab.edu.br¹
Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde , Discente,
ligia.mfs98@gmail.com²
Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Docente,
carolinacarvalho@unilab.edu.br³



INTRODUÇÃO

A importância do estudo da autoestima advém do forte impacto que este tem no comportamento do indivíduo, regulando as suas ações e modos de interação com os outros. O presente estudo analisa a relação entre a autopercepção, reconhecimento, aceitação e importância de alunos do fundamental, entre o 4º a 5º ano de uma escola pública, buscando trabalhar estes pontos com o intuito de desenvolverem confiança e controle psicológico diante situações de bullying entre outras advindas da sociedade e seus padrões.

A existência de uma associação positiva entre a autoestima, confiança e aceitação interferem nos resultados escolares, pois a partir desses conceitos uma criança cresce mais determinada e possivelmente preparada para enfrentamentos sociais, como autoestima e pode-se dizer que é a maneira que se reflete na forma como as pessoas aceitam a si mesmas, valorizam o outro e projetam suas expectativas, ela se evidencia nas respostas dadas pelos indivíduos às diferentes situações ou eventos da vida e está relacionado ao quanto o sujeito está satisfeito ou insatisfeito em relação às situações vividas (SCHULTHEISZ, 2013).

Ao tomar conta do seu valor e importância dentro de um convívio percebe-se o quanto um indivíduo deixa de se sentir invulnerável e incapaz, iniciando a construção de uma autoimagem positiva e autoconceito. Para Gouveia et al (2005) a auto imagem expressa a percepção que a pessoa tem de si e de seu reflexo em comparação ao retorno de sentimentos, pensamentos ou ações em seus relacionamentos interpessoais. E atualmente encontrar-se em boas aparências é fundamental para conviver na sociedade, contanto que nos enquadremos nos padrões que são impostos. Entretanto, abre espaço para críticas, preconceitos e desvalorizações, pontos que interferem bruscamente nos resultados escolares e interpessoais, causando futuramente traumas psicológicos, transtornos e frustrações quando não trabalhados nesse período do pré-escolar e fundamental. É frequente casos de bullying dentro das escolas, justamente por não ser trabalhado nesse período. O bullying sempre tem como objetivo ferir e magoar a vítima, ocorrendo principalmente de três maneiras: agressões físicas diretas; agressões verbais diretas; e agressões indiretas (KING, 2013).

A agressão física direta engloba ataques abertos à vítima envolvendo ações individuais ou em grupo contra uma única pessoa que não está enquadrada no que se é esperado por esse grupo, através de agressões às vezes físicas e a agressão verbal direta envolve insultos em público, como xingamentos, provocações, ameaças, apelidos maldosos, comentários racistas, ofensivos ou humilhantes. Essas ações geram uma agressão indireta se dá pelo isolamento e exclusão social dentro do grupo de convivência, dificultando as relações da vítima com os pares ou prejudicando a sua posição social, por meio de boatos, ignorando a presença da vítima ou ameaçando os outros para que não brinquem com a mesma (KING, 2013).

Habitualmente a necessidade de perfeição reflete sentimentos compensatórios de inferioridade e insegurança. Almejar a perfeição é estar a um passo da frustração, quanto maior esse anseio menos a autoestima (TOMMASO, 2010). Por isso busca-se trabalhar o reconhecimento de si, ajudando a enfrentar todo esse estresse imposto.

Dessa forma, julga-se que esses pontos necessitam ser trabalhados principalmente dentro das escolas onde frequentemente nota-se casos de agressão e bullying, a atividade se enquadrou melhor ainda por ter sido realizada em escola pública onde encontramos crianças e jovens em situações mais vulneráveis. Neste trabalho tivemos o intuito de mostrar a atividade desenvolvida dentro da disciplina de saúde mental com essas crianças, com a ideia de deixarmos a mensagem de amor próprio e aceitação. Desenvolvendo uma metodologia ativa para atrair as crianças e evitar dispersões, apresentando os nossos resultados esperados e as conclusões que obtivemos com a excussão.

METODOLOGIA



Trata-se de um relato de experiência descritivo com modelo metodológico qualitativo de uma ação em saúde mental realizada durante a disciplina Processo de Cuidar na Saúde Mental. A atividade foi realizada com crianças de 8 a 10 anos na escola pública de ensino fundamental EEF Jose Neves de Castro localizada em Acarape - Ce. A escola atualmente possui 324 alunos entre o 1º a 5º ano, com 24 funcionários, 10 salas de aula, pátio, uma pequena quadra, sala de vídeo e acesso a internet, conta também com as salas para diretor e professores.

A atividade foi dividida em três partes, a primeira no dia 04 de novembro, uma segunda-feira para planejamento do que seria realizado, o segundo momento no dia 11 de Novembro no período da manhã para avaliação da professora orientadora e montagem do restante do material e foi colocado em prática também no dia 11 pelo período da tarde. O público alvo dessa atividade eram crianças na faixa etária entra 8 a 10 anos.

A atividade foi realizada em 3 fases, de acordo com as fases de desenvolvimento do grupo. A primeira fase de orientação, foi dividida em dois momentos, no primeiro momento nos apresentamos e apresentamos a proposta do tema a ser trabalhado. No segundo momento foram realizadas duas dinâmicas de “quebra-gelo”, a primeira foi a “dinâmica do espelho”, onde passamos entre as crianças uma caixa com um espelho dentro, ressaltamos que dentro dessa caixa havia uma pessoa extremamente importante. Pedimos que eles passassem a caixa para o colega do lado sem revelar o que tinham visto. Ao final pedimos para as crianças comentarem o que haviam visto. A segunda dinâmica foi a “dinâmica dos gostos”, dividimos a sala com uma fita e demos sugestões de coisas diferentes e pedimos para que quem preferisse uma coisa ficasse de um lado da fita e quem preferisse a outra coisa ficasse do outro lado, por exemplo, quem preferisse a cor vermelho ficasse em um lado da fita e quem preferisse amarelo ficasse do outro lado e, assim, fomos dando vários exemplos.

Na segunda fase, intermediária ou de trabalho, utilizamos a arteterapia com a técnica do desenho-estória que, segundo Trinca, 2003, p.60 “ativa e desperta conteúdos internos de natureza dinâmica e permite a observação clara dos movimentos emocionais, que vão se desenvolvendo ao longo de sua aplicação”. Foi distribuída uma folha e materiais de pintura entre as crianças e pedimos para que eles desenhassem como se enxergam ou algo que os represente, posteriormente pedimos para que, quem se interessasse, apresentasse seu desenho aos colegas. Nesta mesma fase entregamos um papel e pedimos para que eles escrevessem uma qualidade sua e, com essas palavras, construímos o Mural da Autoestima.

Na terceira fase ou conclusão, fizemos a dinâmica da troca de doces. Entregamos um doce a cada um e pedimos para que entregasse ao colega do lado falando palavras positivas ou ressaltando algo que gostasse no colega.

A atividade do grupo teve duração de uma hora. É importante ressaltar a confidencialidade e anonimato dos participantes em respeito à resolução 466/2012 que trata da pesquisa com seres humanos. Principalmente por se tratar de uma atividade com crianças, realizamos toda a atividade com cuidado para que em nenhum momento os participantes fossem expostos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Todas as atividades foram pensadas para manter os participantes integrados ao grupo. Como se trata de uma atividade com crianças, trabalhamos com dinâmicas em todas as etapas para evitar a dispersão. A atividade foi desenvolvida na sala de aula dos alunos e, além destes, estavam presentes a professora, uma estagiária e a professora orientadora da intervenção.

Percebemos que, apesar de se tratar de crianças de 8 a 10 anos, conseguimos ver através das reações



durante as atividades a vulnerabilidade de alguns, assim como, um certo entendimento em relação ao tema trabalhado em outros. Durante a dinâmica do espelho, observamos diversas reações, algumas preocupantes. Podemos confirmar quando pedimos para que eles comentassem o que haviam visto na caixa, a maioria teve reação positiva, porém, alguns relataram não se sentir importante, nesse momento ressaltamos a importância da existência de cada um e demos um espaço para eles falarem, se assim se sentirem confortáveis, alguns falaram, outros preferiram não falar.

Na dinâmica dos gostos, os participantes realmente entenderam o objetivo, pois frisaram bem que reconheciam que uns tinham gostos diferentes de outros. Eles se divertiam ao perceberem como eram iguais em algumas coisas, da mesma forma que eram tão diferentes em outras. Uma situação chamou atenção, quando demos as opções de suco e refrigerante e apenas uma criança preferiu o suco. Inicialmente percebemos que ele ficou envergonhado por ter ficado sozinho de um lado da fita, inclusive quis trocar para não ficar diferente do restante da turma. Nesse momento falamos que ele não precisava ter vergonha por preferir uma coisa diferente dos demais e que, certamente, haverá ainda mais situações em que alguém vai se sentir assim, porém é importante assumir que realmente existem diferenças entre eles e que são essas particularidades que os fazem especiais.

Com o desenho da história, presenciamos mais algumas situações que nos preocuparam. Novamente a maioria das crianças demonstraram uma boa autoaceitação através de seus desenhos, podemos perceber a timidez de alguns, mas que logo melhorou com a interação da turma. Alguns deixaram claro que não tinham uma boa imagem de si por ouvirem frequentemente que dão muito “trabalho”. Fomos amenizando essas situações com palavras de motivação e no final percebemos a empolgação quando todos quiseram apresentar seu desenho pra turma, inclusive os mais tímidos. Eles também sentiram dificuldade para escolher uma qualidade deles mesmo, porém, ressaltamos a importância da autoaceitação e da autoestima, no final todos escreveram suas qualidades e pudemos construir o Mural da Autoestima que deixamos exposto na sala de aula.

Na última dinâmica, troca de doces, sentimos uma certa resistência das crianças para falar coisas boas aos colegas, pois, como estávamos trabalhando em círculo, alguns estavam do lado de quem não falava com tanta frequência, apesar de conviverem diariamente. Porém todos falaram, inclusive, até nos surpreenderam e se surpreenderam entre si com as palavras positivas.

Foi um momento riquíssimo de muito aprendizado, pois podemos colocar em prática conhecimentos das aulas teóricas, principalmente das aulas de técnicas terapêuticas e de comunicação terapêutica. Sem dúvidas, um conhecimento que levaremos para a vida e, principalmente, para nossa atuação profissional.

CONCLUSÕES

Ao final de todas as atividades, podemos concluir que nosso objetivo de valorização da autoestima e autoaceitação dos participantes foi alcançado. Apesar de se tratar de crianças, conseguimos trabalhar bem todas as atividades e, através das reações e falas observadas nos participantes, percebemos que conseguimos repassar a mensagem desejada. Também podemos perceber através da espontaneidade dos mesmos a vulnerabilidade de alguns e a autoaceitação de outros. Ficamos felizes ao perceber que apesar das brincadeiras que uns tinham com outros, o respeito predominava entre eles. Foi uma experiência bastante prazerosa e, sem dúvidas, muito importante para nossa vivência profissional, onde percebemos a importância de se trabalhar saúde mental entre as crianças, que é a base da sociedade, uma vez que entendemos que uma criança mentalmente saudável, certamente se tornará um adulto mentalmente saudável.



AGRADECIMENTOS



REFERÊNCIAS

ZEQUINÃO, Marcela. Bullying escolar: um fenômeno multifacetado. São Paulo . Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ep/v42n1/1517-9702-ep-42-10181.pdf>. Acesso em: 3 Jan. 2020.

DE VINCENZO SCHULTHEISZ , Thais Sisti . Autoestima, conceitos correlatos e avaliação . Revista Equilíbrio Corporal e Saúde, São Paulo - SP, v. 5, n. 1, p. 3648, 2013.

FLORIANI, Flavia. Auto-estima e auto- imagem: a relação com a estetica. Santa Catarina . Disponível em: <http://siaibib01.univali.br/pdf/Flavia%20Monique%20Floriani,%20M%C3%A1rgara%20Dayana%20da%20Silva%20Marcante.pdf>. Acesso em: 3 Jan. 2020.

GOUVEIA. Valdiney. V et al. Auto-estima e sentimento de constrangimento. Psico, v. 36, n. 3, pp. 231-241, set. 2005. Disponível em: . Acessado em: 3 de jan 2020.

TRINCA, A.M. A intervenção terapêutica breve e a pré-cirurgia infantil: o procedimento de Desenhos-Estórias como instrumento de intermediação terapêutica. São Paulo: Vetor. 2003.

