

**Projeto:**

Aprender com o cinema

Tema / Problemática a desenvolver:

Autoestima

Público-alvo:

Pré-escolar, 1.º, 2.º Ciclo

Período de intervenção:

Ano letivo 2011/2012 – 1.º Período

Autoestima

A autoestima é a capacidade que uma pessoa tem de confiar em si própria, de se sentir capaz de poder enfrentar os desafios da vida, é saber expressar de forma adequada para si e para os outros as próprias necessidades e desejos, é ter amor próprio...

Em psicologia, autoestima inclui a avaliação subjetiva que uma pessoa faz de si mesma como sendo intrinsecamente positiva ou negativa em algum grau (Sedikides & Gregg, 2003).

Assim como a própria autoestima é importante, a dos outros não é menos. A responsabilidade de construí-las e mantê-las é nossa. Procedemos através de pensamentos, palavras e ações e todos eles refletem estados afetivos e de humor, especialmente as palavras. O cuidado com as palavras é essencial, pois o seu efeito é longo e duradouro.

A autoestima do professor necessita de cuidado constante, uma vez que as suas ações têm interferência direta no desenvolvimento e manutenção da autoestima dos alunos.

As mensagens que a criança recebe durante toda a sua vida são responsáveis pela construção da autoestima.

