

# AUTO-ESTIMA NA ESCOLA: vivências e reflexões com educadores

Maria da Apresentação Barreto<sup>1</sup>

## **Resumo**

*Este artigo relata uma experiência realizada com educadores, a qual objetivou oportunizar a vivência e reflexão da auto-estima como confiança em si mesmo, facilitando aos educadores o processo de autoconhecimento, auto-aceitação e melhoria na qualidade de vida e no trabalho. O trabalho foi realizado numa escola pública da região metropolitana de Natal e foi utilizada uma metodologia dialógica baseada na participação individual e grupal. Os resultados sinalizaram a abertura dos educadores às vivências, necessidade de um acompanhamento mais sistemático quanto ao desenvolvimento humano, limitações referentes ao autocuidado e uma prevalência de preocupação em relação ao cuidado com o outro/aluno. Concluiu-se que a auto-estima do educador necessita de cuidado constante, uma vez que suas ações têm interferência direta no desenvolvimento e manutenção da auto-estima dos alunos.*

**Palavras-chave:** auto-estima; educadores; alunos; melhoria na qualidade de vida.

## **1 INTRODUÇÃO**

### **1.1 DESENVOLVIMENTO DA AUTO-ESTIMA**

Narra uma lenda africana que a idade de uma pessoa não é contada a partir do dia em que nasceu, mas do dia em que passou a existir no pensamento e nos sonhos de sua mãe. Alguns poderão considerar excesso de romantismo, outros dirão que por ser lenda, é bom que fique por aí mesmo.

Particularmente, acreditamos e defendemos a idéia de que a experiência de ser desejado, antes de concebido, conduz forte energia de acolhimento, atração e desejo, capaz de nutrir positivamente os que vão nascer. Também acreditamos que nessas vivências de acolhimento e/ou rejeição, ainda no período gestacional,

<sup>1</sup> Mestra em Educação em Saúde pela Universidade de Fortaleza, graduada em psicologia pela UFRN, professora da FARN e Universidade Potiguar - UNP (apresentacao@bol.com.br).

começam a se configurar os sentimentos que alicerçarão o desenvolvimento da auto-estima e tornarão as pessoas capazes de experienciar vinculação e prazer nas relações que estabelecem.

A psicologia do desenvolvimento, especialmente no século XX, pesquisou e buscou explicar os efeitos nocivos, do ponto de vista emocional, de uma gravidez rejeitada ou indesejada. A rejeição, no início da vida, poderá desencadear sentimentos de insegurança, medo, dificuldades na vinculação e aceitação pessoal. Provavelmente virá daí a dificuldade futura referente à baixa auto-estima.

A psicanálise, como saber psicológico que estuda aspectos do desenvolvimento humano, busca investigar a formação do sujeito, sem contentar-se apenas com as experiências imediatas. Busca explicações mais remotas, tenta chegar aos conteúdos do inconsciente para melhor compreender e ajudar as pessoas no alívio dos seus sofrimentos psíquicos. Também contribui para desobstruir os canais de passagem das potencialidades criativas, construtivas e realizadoras de cada ser.

Nas idéias de indivíduo saudável defendidas pelo psicanalista Winnicott (1986, p. 22), consideramos significativa a expressão segurar (holding) usada pelo autor. Este faz referência à experiência do bebê na vida intra-uterina, e posteriormente quando depende dos cuidados de alguém que se identifica e percebe como ele está se sentindo. Sinaliza a importância do cuidado que propicia satisfação e segurança.

Num ambiente que propicia um segurar satisfatório, o bebê é capaz de realizar o desenvolvimento pessoal de acordo com suas tendências herdadas. O resultado é uma continuidade da existência que se transforma num senso de self, e finalmente resulta em autonomia.

Autonomia e auto-estima parecem identificar-se como atributos do sujeito que acredita na própria vida, na capacidade de se conduzir, fazer opções e buscar a realização dos seus desejos. Fica implícita a importância da mãe, ou de uma figura substituta, que proporcione segurança, confiança e acolhimento. A presença desses componentes é que dará consistência na posterior trajetória individual e grupal do sujeito. Na ausência das situações facilitadoras, ou seja, num ambiente emocional averso e rejeitador, provavelmente haverá uma trajetória sinalizada pela fragilidade pessoal, dependência, desconfiança e medo.

Ainda na tentativa de melhor compreender esse processo, consideramos pertinentes as idéias trazidas por Mruck (1998, apud AMORIM, 2001), ao considerar que existem pelo menos quatro tipos de auto-estima: a elevada, no âmbito da qual a pessoa consegue ser crítica consigo mesma, e assim mais bem prepara-

da para enfrentar os desafios da vida, pois vivenciou experiências associadas a êxitos e um grande sentido de merecimento; a auto-estima baixa, em que a pessoa se apresenta predisposta ao fracasso, ficando susceptível a graus variáveis de depressão, níveis baixos de energia e ansiedade crônica; a auto-estima narcisista, no contexto da qual a pessoa vê a si mesma como competente, mesmo que isso não seja verdadeiro; e, finalmente, a pseudo auto-estima que implica uma deficiência no merecimento, distorcendo assim a percepção. Nesta, a pessoa é incapaz de experimentar satisfação com seus sucessos e luta constantemente por demonstrar sua valia.

Diferenciando auto-estima de autoconceito, julgamos pertinentes as explicações de WOOLFOLK (2000, apud AMORIM, 2001, p. 127), ao considerar que: (...) autoconceito é uma estrutura cognitiva, uma crença em relação a quem você é. A auto-estima é uma reação afetiva, uma avaliação de quem você é.

Embora esses conceitos estejam interligados e se manifestem de certa forma indiferenciados, no caso da auto-estima fica evidente o componente afetivo como deflagrador do reconhecimento pessoal. E ainda é necessário ressaltar que este componente se forma a partir do reconhecimento e avaliação afetiva dispensados pelas figuras significativas na vida de cada sujeito.

Dada a importância que a auto-estima exerce na vida da pessoa, torna-se imprescindível a ampliação dos estudos e projetos que busquem desenvolvê-la. Tal desenvolvimento estará habilitando as pessoas para o gerenciamento da própria vida, propiciando assim uma atuação individual e grupal criadora ou viabilizadora de melhores condições de vida.

## **2 AUTO-ESTIMA NA ESCOLA**

Auto-estima relacionada com o fazer pedagógico e com o ambiente escolar é um tema que vem sendo bastante investigado e divulgado pelos estudiosos do comportamento humano e pela literatura mais popular ou informal, tipo revistas e jornais. Além do material escrito que vem sendo publicado, o tema em foco também ocupa as rodas e discussões dos gestores escolares, pais, psicólogos e população em geral. No Estado do Rio Grande do Norte, conhecemos escolas das redes particular, municipal e estadual de ensino desenvolvendo projetos para trabalhar a auto-estima de educadores, alunos e demais envolvidos no processo pedagógico.

Estudos e pesquisas vêm sendo feitas nessa área. Consideramos relevante a pesquisa desenvolvida por Burns (1990, apud AMORIM, 2001), que após rea-

lizar estudos sistemáticos, acompanhados de cuidadosa investigação, concluiu que os alunos com baixo rendimento escolar tinham conceitos negativos de si mesmos. Enquanto isso, os que tinham bom rendimento demonstravam um conceito mais positivo.

No início deste milênio, Gomide (2001, apud AMORIM, 2001), publicou estudos correlacionando baixa auto-estima, fracasso acadêmico e comportamentos anti-sociais. Chegou à conclusão que o fracasso acadêmico contribui para baixar a auto-estima, gerando assim comportamentos anti-sociais. Embora parcialmente, discordamos desse autor, pois também temos observado que, na escola, nem sempre uma baixa auto-estima, necessariamente, estará associada a comportamentos anti-sociais.

Contrário a esses resultados, Branden (1998) afirma que muitas razões podem contribuir para que um aluno não apresente um bom desempenho escolar, motivos que podem oscilar desde um problema de dislexia até a falta de estímulos e desafios adequados para que a aprendizagem aconteça. Segundo esse autor, mesmo com o desempenho escolar afetado, o aluno continuaria com uma boa auto-estima.

Situando a importância da escola e do professor no desenvolvimento da auto-estima dos alunos, Branden (1998) adverte para o fato de que o ambiente escolar representa uma segunda chance para se adquirir uma visão de vida melhor da que muitos alunos conseguiram construir no ambiente escolar.

Por outro lado, o mesmo autor ainda sinaliza o perigo que representa um grupo de alunos sob os cuidados de professores carentes de auto-estima. Nessa mesma linha de abordagem do tema, e refletindo a importância do professor na relação que estabelece com o aluno, os estudos realizados por Voli (1998) chamam a atenção do leitor para o significado e interferência dos modelos referenciais motivadores, com visão positiva da vida e das relações humanas. Consideramos excesso de exigência estabelecer somente o professor como modelo referencial no ambiente escolar, pois além deste, outras pessoas interagem e podem servir de modelo para o aluno: coordenadores pedagógicos, funcionários, diretores e os próprios colegas de sala.

Acreditamos na escola como espaço privilegiado para o desenvolvimento saudável dos alunos. E nessa crença não podemos fechar os olhos para a necessidade de um constante acompanhamento humano dos educadores. É nossa meta ultrapassar a formação tradicional, instrumental, preocupada com a transmissão de conhecimentos. Buscamos ações e relações mais interativas. Queremos ir mais

longe, chegar mais perto do ser humano, educador, gente que se relaciona, ama e sofre, se encanta, desencanta e reencanta a vida e os trabalhos que desenvolve. Professor: um profissional, sem dúvida, marcado pelos interesses de políticas e políticos que o obrigam a exercer uma tripla jornada de trabalho. O cansaço é inversamente proporcional às oportunidades de capacitação, reciclagem, remuneração e diálogo com outros e novos saberes.

Enfim, essa experiência vivencial se constituiu numa oportunidade de aproximação, reflexão grupal e tentativa de reconstrução coletiva da auto-estima dos que fazem da educação um ofício, uma busca constante de interação e construção de vida e de conhecimentos favoráveis à mesma.

## **2 OBJETIVO**

Oportunizar a vivência e reflexão da auto-estima como confiança em si mesmo, facilitando aos educadores o autoconhecimento, a auto-aceitação e contribuindo para o desenvolvimento da auto-estima dos alunos.

## **3 METODOLOGIA**

Fazer opção metodológica é dizer o caminho que desejamos trilhar para alcançarmos o objetivo proposto. É também explicitar uma concepção de realidade que para ser investigada necessitará de um método adequado e compatível com a visão de construção do conhecimento, mundo, sociedade e pessoa humana, ou seja, é tentar situar a investigação dentro do universo e dos referenciais teóricos dos pesquisadores. Por tratar-se de uma experiência vivencial desenvolvida com educadores, optamos por uma metodologia dialógica baseada na experiência pedagógica de Freire (1996).

O cenário do trabalho foi uma Escola pública da rede Municipal de ensino, situada na região metropolitana de Natal, município de Parnamirim. O grupo que vivenciou a experiência foi composto de 20 professores que trabalham com o ensino fundamental.

### 3.1 LEVANTAMENTO DE DADOS E RESULTADOS

Inicialmente o grupo foi convidado a fazer uma construção coletiva do que seria o **conceito de auto-estima**:

- é sentir-se bem consigo mesmo;
- é reconhecer suas qualidades;
- é sentir-se de bem com o mundo;
- auto-reconhecimento;
- saber tomar decisões;
- ter valor.

Com base nesses conceitos o grupo foi convidado a aprofundar e sistematizar o conhecimento que já dispunha, fazendo para isso a leitura do texto de Branden (1998, p.249-254) a respeito da auto-estima nas escolas e destacou alguns pontos principais: a importância da escola no desenvolvimento da auto-estima da criança, a necessidade de tratar o aluno com o respeito que ele merece e principalmente a importância do professor se manter com um nível elevado de auto-estima.

Os educadores ainda levantaram as possibilidades de contribuir com o desenvolvimento da auto-estima no ambiente escolar: no ensino fundamental é importante valorizar o aluno, incentivar o pensamento autônomo e criativo, agir de maneira saudável e sem repressão, auto-aceitação do professor e aceitação do outro do jeito que é, acreditar nas possibilidades e capacidades do aluno e orientar as famílias a respeito do desenvolvimento da auto-estima dos alunos.

Em níveis individual e grupal duas questões foram refletidas: a primeira dizia respeito aos fatores que contribuíssem para elevar a auto-estima dos educadores e a segunda olhava o inverso dessa moeda, ou seja, os fatores que contribuíssem para baixar a auto-estima. Resultados coletados pelo grupo:

#### **CONTRIBUI PARA ELEVAR A AUTO-ESTIMA:**

- Amor dos pais;
- Harmonia da família;
- Compreensão e apoio dos familiares;
- Vitória em concursos;
- Ser amado;
- Saber tomar decisões;
- Elogios;
- Carinho;
- Receber palavras amigáveis;
- Boa aparência (estética).

#### **CONTRIBUI PARA BAIXAR A AUTO-ESTIMA:**

- Falta de respeito de algumas pessoas;
- Não reconhecimento das capacidades;
- Descompromisso de alguns alunos;
- Finanças - baixo salário;
- Traição de pessoas amigas;
- Timidez - desconfiança grupal;
- Dificuldades cotidianas.

### **3.2 DISCUSSÃO DOS RESULTADOS**

Refletindo os conceitos formulados, os pontos destacados no texto e as respostas às duas questões citadas, algumas idéias ficam evidenciadas: os educadores possuem uma compreensão conceitual do que vem a ser auto-estima e reconhecem a importância do suporte familiar para o saudável desenvolvimento da pessoa. Fazendo referência ao apoio dispensado pela família, o psicanalista Winnicott (1986) fala do quanto é importante para o desenvolvimento da auto-estima a pessoa sentir-se olhada, tocada, reconhecida e amada pela mãe e pessoas mais próximas. Chega a sugerir que a legitimação da existência é construída a partir dessas atitudes. Esse mesmo conteúdo pode ser encontrado no quadro onde os educadores listaram os elementos que contribuem para elevar a auto-estima.

Durante a realização do trabalho ficou ressaltada a preocupação dos educadores com o bem-estar dos alunos, e pouco foi enfatizada a necessidade que sentem de estar bem consigo mesmos para assim realizar um trabalho saudável. Sabemos que esses professores, levados, na maioria das vezes, pela simples e complexa necessidade de sobrevivência, tornam-se “dadores” de aulas e perdem a oportunidade de conquistar o espaço de crescimento humano que tal atividade enseja. As ações educativas além de interferir no desenvolvimento da auto-estima de professores e alunos, também poderão abrir espaços para a manifestação da autonomia, que é um componente de grande relevância no processo de amadurecimento humano. A autonomia foi sinalizada quando falaram da importância de saber tomar decisões. No entanto, quando vivenciada de maneira inadequada poderá fazer com que a pessoa mantenha relações de simbiose, dependência e total submissão.

Acreditamos que ser Professor é muito mais que repassar informações, professar ou ensinar algo. É promover ou incentivar uma leitura de mundo e da realidade que se nos apresenta. Concebido dessa forma, o Professor precisa ter um senso de autonomia capaz de devolver ao ser humano, educando ou companheiro de profissão, a verdadeira condição de humano, capaz de limpar a sujeira dos sentimentos destruidores da vida, capaz de irmanar a todos como membros da grande família humana e assim comprometidos com a transformação de tudo o que não favorece a vida e o bem-estar das pessoas.

O reconhecimento concretizado nas manifestações de carinho, elogios e palavras amigáveis também foram citados como elementos que além de favorecer a manutenção da auto-estima, ainda possibilitam o desabrochar das forças criativas e transformadoras da realidade. O ser humano deve buscar, constantemente, o afastamento das situações adversas à vida pessoal e comunitária, e a aproximação daquilo que se constitui o ideal de vida: prazer, satisfação, vida digna, realização pessoal/coletiva e saúde. Buscar aproximar o real do ideal é uma luta que só pode ser travada por pessoas que tenham um mínimo de confiança em si mesmas, acreditam na causa pela qual estão lutando e nas possibilidades de mudanças.

A pedagogia freiriana desenvolvida e praticada no século XX, década de 1960, priorizou o ser autônomo e consciente da realidade em que vive. Foi por isso tachada, durante muito tempo, de “pedagogia esquerdista”, mas continua sendo legitimada e aprofundada pelo seu caráter revolucionário e libertador. Recebeu respaldo internacional no final do século XX, quando a UNESCO, através do relatório elaborado por Delors (1999), exaltou a formação integral do cidadão e o aprendizado da convivência e do ser pessoa como pilares a alicerçar a educação do século XXI.



As relações interpessoais e os conflitos que daí decorrem constituem, na visão dos professores, os principais ingredientes destruidores da auto-estima: desrespeito, traição, descompromisso e falta de reconhecimento. Esta constatação sinaliza para a necessidade da escola priorizar momentos em que sejam trabalhadas as relações humanas entre os educadores e a comunidade educativa. Somente estando bem consigo mesmos é que os educadores poderão estabelecer relações saudáveis com os alunos.

Os professores também fizeram referência às políticas adotadas no que diz respeito à remuneração da categoria. Esse item já ocupa lugar de destaque nas lutas desses profissionais por melhores condições de vida. E reconhecemos que o baixo salário traduz o pouco reconhecimento e a pouca valorização do trabalho, tornando-se por isso um fator que muito contribui para baixar a auto-estima. É imprescindível uma união crescente desses profissionais para que a luta não seja apenas de um pequeno grupo, mas de todos os interessados em melhorar sua condição de vida. É impossível separarmos os fatores econômicos dos sociais, e assim, qualidade de vida tem íntima ligação com o salário que se recebe pelo trabalho desenvolvido.

#### **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O momento atual nos leva a defender que a instabilidade dos referenciais de valores e confiabilidade presentes na sociedade deverá ser combatida pelo desenvolvimento de referenciais internos e estáveis. Estamos convencidos de que as pessoas, quando têm uma auto-estima bem formada, conseguem se posicionar na vida com mais assertividade, responsabilidade e autoconfiança.

O educador está sendo instigado a ultrapassar da prática educacional tradicional, instrumental, preocupada somente com a aquisição de conceitos e obtenção de resultados quantitativos para uma ação que leve em conta a formação do ser humano mais consciente, crítico, reflexivo e feliz. Essa nova concepção do que vem a ser o papel do Professor já foi compreendida por Celano (1999), quando questionou a afirmação dos físicos de que, se tudo no universo está interligado, quais seriam as implicações disto nas ações e relações que o professor estabelece no ambiente escolar? A mesma autora sinaliza o quanto é necessário aos gestores escolares uma visão de ser humano que proporcione a educadores e alunos espaços de vivência do prazer e da saúde emocional a partir do desenvolvimento da sensibilidade e do abandono das máscaras usadas no desempenho de papéis.

O trabalho realizado sinalizou alguns aspectos que exigem maior cuida

do e atenção por parte dos que fazem da educação um espaço de formação humana: o grupo de professores se revelou bastante aberto às vivências propostas, participando e refletindo ativamente. É explícita a necessidade de um acompanhamento mais sistemático quanto ao desenvolvimento humano dos mesmos, pois apresentaram limitações referentes ao autocuidado. Durante o trabalho, nos depoimentos dados e nas confidências feitas, pareceram mais preocupados e voltados ao cuidado do outro/aluno. A auto-estima do professor precisa ser estimulada para que consiga melhor acompanhar os alunos. Também fica claro que trabalhar com auto-estima na escola é fazer educação em saúde emocional, uma vez que o professor, estando bem consigo, consegue contribuir para o desenvolvimento da auto-estima dos alunos e assim estabelece relações e desenvolve ações saudáveis do ponto de vista emocional. Enfim, a escola continua sendo espaço propício e amplo para se construir ações comprometidas com a qualidade de vida dos educadores e educandos. Resta-nos acreditar nessa possibilidade e viabilizar ações que façam do que ainda é sonho uma realidade em construção.

#### REFERÊNCIAS

AMORIM, Cloves. O cotidiano e o desenvolvimento da auto-estima. In: CONGRESSO NACIONAL DA AEC, 17., 2001, PARANÁ. **Anais...** Paraná: AEC, 2001. p. 125-132.

BRANDEN, Nathaniel. **Auto-estima e os seus seis pilares.** Tradução de Vera Caputo. 4. ed. São Paulo: Saraiva, 1998.

CELANO, S. **Corpo e mente na educação:** uma saída de emergência. Petrópolis: Vozes, 1999.

DELORS, J. **Educação: um tesouro a descobrir:** relatório para a UNESCO da Comissão Internacional da Educação para o Século XXI. São Paulo: Cortez, 1999.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia:** saberes necessários à prática educativa. São Paulo: Paz e Terra, 1996. (Coleção leitura)

VOLI, Franco. **A auto-estima do professor.** Tradução Ivone M. C. T. Silva. São Paulo: Loyola, 1998.

WINNICOTT, D.W. **Os bebês e suas mães.** São Paulo: Martins Fonte, 1986.

## **Abstract**

*This paper reports a human interaction experience carried out with educators from a public school in the city of Natal. The idea was to provide them with an opportunity to experience and exercise some reflection on issues involving self-esteem, self-confidence and self-acceptance, promoting and enhancing self-knowledge as well as furthering better quality of living and working standards. A dialogic approach allowed individual and group participation. Though results were demonstrative of the great openness of educators to this type of experience, they were also revealing of a general lack of care about their own interests and a prevailing concern for the students' needs, calling for a more consistent treatment of the educator's personal development. The study concludes that educators' self-esteem issues should be given further attention as it interferes directly with the development and maintenance of the students' own self-esteem.*

**Key words:** *self-esteem; educators; students; improvement in quality of life.*

