

DS

ARTIGO

A BAIXA AUTOESTIMA NA ADOLESCÊNCIA

A adolescência é uma fase repleta de descobertas, desafios e transformações. É um período em que os jovens estão em busca de sua identidade e enfrentam uma série de pressões sociais, familiares e pessoais. Entre essas pressões, a baixa autoestima surge como uma questão preocupante que pode afetar profundamente o bem-estar e o desenvolvimento dos adolescentes.

A baixa autoestima é caracterizada por uma visão negativa de si mesmo, sentimentos de inadequação e falta de confiança em suas próprias habilidades e valor como pessoa. Muitos fatores podem contribuir para o desenvolvimento da baixa autoestima na adolescência, incluindo experiências traumáticas, pressão social para se encaixar em padrões de beleza e sucesso, conflitos familiares, bullying e dificuldades acadêmicas.

É importante reconhecer que a baixa autoestima não é apenas uma questão de "falta de confiança". Ela pode ter um impacto significativo na saúde mental e emocional dos adolescentes, levando a problemas como ansiedade, depressão, isolamento social, comportamentos autodestrutivos e até mesmo ideação suicida.

Ela pode ter um impacto significativo na saúde mental e emocional

Para lidar eficazmente com a baixa autoestima adolescente, é essencial adotar uma abordagem holística que leve em consideração tanto os fatores individuais quanto os contextuais. Isso inclui oferecer apoio emocional e psicológico aos adolescentes, ajudá-los a desenvolver habilidades de enfrentamento saudáveis e promover um ambiente familiar e escolar positivo e acolhedor.

Além disso, é fundamental incentivar os adolescentes a cultivar uma visão mais realista e positiva de si mesmos, valorizando suas qualidades, talentos e conquistas. Isso pode ser alcançado através de atividades que promovam a autoexpressão, o desenvolvimento de habilidades e a construção de relacionamentos saudáveis.

Como sociedade, também temos um papel a desempenhar na promoção da autoestima dos adolescentes. Devemos combater os padrões de beleza irreais e as expectativas sociais impossíveis, promover a diversidade e a inclusão e criar espaços seguros e respeitosos onde todos os jovens se sintam valorizados e aceitos.

Em última análise, é crucial reconhecer que a baixa autoestima adolescente não é algo trivial ou passageiro. É uma questão séria que merece nossa atenção e nosso compromisso em oferecer o apoio e os recursos necessários para ajudar os jovens a superá-la e a desenvolver uma autoimagem positiva e saudável.

Euller Sacramento

Psicólogo | Palestrante

JORNAL DIÁRIO DA SERRA

Propriedade da AJOTA

ASSOCIAÇÃO JORNALÍSTICA DE TANGARÁ DA SERRA

CNPJ: 29.464.235/0001-16

Av. Tancredo Neves - 1247 W - Parque Mansões

78302-028 Tangará da Serra-MT

ISSN 22386467

REDAÇÃO

DIREÇÃO DE JORNALISMO

Fabíola Tormes

CONTATO

ds@diariodaserra.com.br

Envie Pautas, Fotos Sugestões e Vídeos para o whatsapp do

DIÁRIO DA SERRA

(65) 3326-4724

www.diariodaserra.com.br

www.ds.jor.br

TIRAGEM

1 MIL EXEMPLARES

CIRCULAÇÃO

Tangará da Serra, Nova Olímpia, Barra do Bugres, Porto Estrela, Campo Novo do Parecis, Sapezal, Denise, Arenópolis, Nortelândia e Santo Afonso.

CENTRAL DO ASSINANTE

(65)3326.6501

DEPARTAMENTO COMERCIAL

PUBLICIDADE ASSINATURA

PUBLICIDADE LEGAL

Associação Jornalística de Tangará da Serra - AJOTA

SERVIÇOS GRÁFICOS

E. Tormes e Cia. LTDA

CNPJ: 14.048.123/0001-07

CONTATO: adm@diariodaserra.com.br

Fone: (65) 3326-4724

Diário da Serra

O DIA-A-DIA DA NOTÍCIA

FUNDADO EM 11 DE NOVEMBRO DE 1996

EDIÇÃO ON-LINE DESDE 06 DE SETEMBRO DE 1997

Endereço: Av. Tancredo Neves - 1247 W

Parque Mansões - CEP:78300-000

Tangará da Serra - MT - Brasil

f

www.facebook.com/jornalds

ig

@diariodaserra

PROJETO “EU TAMBÉM QUERO SER LÍDER”

Alunos da Escola Jonas Lopes são diplomados líderes, vice-líderes e secretários em cerimônia na Câmara

Diplomação dos estudantes foi realizada na segunda-feira

Projeto estimula a liderança do jovem protagonista

LARISSA GRELLA / ASCOM-CM

Em cerimônia realizada na última segunda-feira, dia 22, no Plenário da Câmara Municipal, 18 estudantes da Escola Estadual Jonas Lopes da Silva, foram diplomados líderes, vice-líderes, e secretários para o exercício de 2024.

Selecionados por meio de ação pedagógica coordenada pelo professor de Geografia, Daniel Ricardo e a diretora, Ana Claudia Simon, o Projeto “Eu também quero ser líder: liderança do jovem protagonista”, fundamentado nos pilares da educação; aprender a aprender, aprender a fazer, aprender a conviver e aprender a ser, que busca estimular o desenvolvimento da pessoa e qualificação para o trabalho estudantil.

Nesta edição foram diplomados os alunos: Abel Antônio Gregório Lopes

de Anunciação – líder, Guilherme Souza da Silva Oliveira – vice-líder, Arthur Moreira Lima – secretário (6º ano do ensino fundamental 02); Felipe Lima de Oliveira – líder, Jhennefer Kawanne Ferreira da Silva - vice-líder, Yanni da Silva Oliveira – secretária (7º ano do ensino fundamental 02); José Matheus Disperatti de Aquino – líder, Thalia Fideles de Oliveira – vice-líder, Cibely Polido de Moraes – secretária (8º ano do ensino fundamental 02); Luanny Mariah Calhau da Silva – líder, Ana Caroline Canachiro Dantas –vice-líder, Yasmin da Silva Oliveira – secretária (9º ano do ensino fundamental 02); Elaine Andrade Lima – líder, Luana Polido de

Moraes – vice-líder, Ana Luiza Germano Vill – secretária (1º ano do ensino médio); Carlos Eduardo Alves de Oliveira – Líder, Alexandre Gonçalves da Silva – vice-líder, Thyago dos Santos Theisen – secretário (2º ano do ensino médio).

Participaram do ato os parlamentares Ademir Anibale, Nivaldo Leiteiro, Hélio da Nazaré, Eduardo Sanches, Professor Sebastian, e a presidente da Casa, Elaine Antunes, além do Diretor Regional de Educação, professor Saulo Scariot e o Superintendente de Governo, Marcelo Ferro.

Em discurso unânime, as autoridades presentes destacaram a relevância da ação no âmbito social por estimular o protagonismo nos jovens, e destacaram ainda, a alegria em contemplar desse momento importante, ressaltando que o projeto contribuirá para a formação escolar e pessoal dos alunos que foram empossados a cargos de responsabilidade, proporcionando a eles mais interação e capacidade empreendedora.

“

Eu também quero ser líder: liderança do jovem protagonista