

UNIVERSIDADE FEDERAL DO TRIÂNGULO MINEIRO – UFTM



MESTRADO PROFISSIONAL EM MATEMÁTICA EM REDE NACIONAL –  
PROFMAT



**PROFMAT**

Dissertação de Mestrado

A Influência da Autoestima na Aprendizagem

Renata Furtado Horta

Uberaba – Minas Gerais

2022

**Catálogo na fonte: Biblioteca da Universidade Federal do  
Triângulo Mineiro**

H811i Horta, Renata Furtado  
A influência da autoestima na aprendizagem / Renata Furtado Horta. --  
2022.  
68 p. : il., graf., tab.

Dissertação (Mestrado Profissional em Matemática em Rede Nacional)  
-- Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba, MG, 2022  
Orientador: Prof. Dr. Marcelo Ferreira

1. Autoestima. 2. Rendimento escolar. 3. Aprendizagem. I. Ferreira,  
Marcelo. II. Universidade Federal do Triângulo Mineiro. III. Título.

CDU 37-047.23

# A Influência da Autoestima na Aprendizagem

Renata Furtado Horta

Dissertação de Mestrado apresentada à Comissão Acadêmica Institucional do PROFMAT-UFTM como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Matemática.

Orientador: Prof. Dr. Marcelo Ferreira

Uberaba – Minas Gerais

2022

RENATA FURTADO HORTA

**A INFLUÊNCIA DA AUTOESTIMA NA APRENDIZAGEM**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Mestrado Profissional em Matemática, área de concentração “Matemática” da Universidade Federal do Triângulo Mineiro como requisito parcial para obtenção do título de mestre.

Uberaba, 20 de abril de 2022

**Banca Examinadora:**

Dr. Marcelo Ferreira – Orientador  
Universidade Federal do Triângulo Mineiro

Dr. Marcela Luciano Vilela de Souza  
Universidade Federal do Triângulo Mineiro

Msc. Raquel Oliveira Bodart  
Instituto Federal do Triângulo Mineiro



Documento assinado eletronicamente por **Raquel Oliveira Bodart, Usuário Externo**, em 28/07/2022, às 14:28, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do



art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#) e no art. 34 da [Portaria Reitoria/UFTM nº 87, de 17 de agosto de 2021](#).



Documento assinado eletronicamente por **MARCELA LUCIANO VILELA DE SOUZA, Professor do Magistério Superior**, em 28/07/2022, às 18:08, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#) e no art. 34 da [Portaria Reitoria/UFTM nº 87, de 17 de agosto de 2021](#).



Documento assinado eletronicamente por **MARCELO FERREIRA, Professor do Magistério Superior**, em 01/08/2022, às 11:48, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#) e no art. 34 da [Portaria Reitoria/UFTM nº 87, de 17 de agosto de 2021](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site [http://sei.uftm.edu.br/sei/controlador\\_externo.php?acao=documento\\_conferir&id\\_orgao\\_acesso\\_externo=0](http://sei.uftm.edu.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0), informando o código verificador **0792743** e o código CRC **EB8062A9**.

À minha família, em especial, aos meus filhos Rafael e Daniela.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço primeiramente a Deus, por ter me concedido sabedoria para concluir mais essa etapa da minha vida.

A toda minha família, em especial aos meus filhos Daniela e Rafael, por toda compreensão e confiança em mim depositada. Vocês são partes integrantes e indispensáveis para mim.

A minha filha Daniela, que sempre esteve comigo em todos os momentos, me incentivando, me dando coragem e força para alcançar este objetivo de me tornar mestre.

Ao meu orientador Prof. Dr. Marcelo Ferreira, por todo ensinamento, paciência e colaboração para a realização desse trabalho.

A todos os docentes do PROFMAT da Universidade Federal do Triângulo Mineiro que contribuíram para essa conquista.

Aos meus amigos e colegas de estudo por todo incentivo e rede de apoio que foram fundamentais durante o meu caminho percorrido.

A todos que fizeram parte dessa etapa, que me incentivaram e torceram por mim, o meu muito obrigado.

Ao programa de Bolsa de estudo pela CAPES, que permitiu que pudesse custear as minhas viagens e estudos.

*Os grandes feitos são conseguidos não pela força, mas pela perseverança.*

**Samuel Johnson**



## RESUMO

HORTA, Renata Furtado. **A Influência da Autoestima na Aprendizagem**. Orientador: Marcelo Ferreira. 2022. 68. Dissertação (Mestrado em Matemática) – Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba.

Neste trabalho buscamos compreender a relação entre a autoestima e o aprendizado. Apresentamos inicialmente diversas definições teóricas para uma melhor compreensão do tema, ficando evidente que a autoestima é uma das chaves do sucesso escolar. Para uma compreensão mais profunda, destacamos os seis pilares da autoestima, baseados em Branden (1997). Elencamos também as principais características de pessoas com baixa e alta autoestima ancorados nos preceitos de Kopfhammer (1992), buscando compreender como essas características impactam o processo de aprendizagem. Por fim, pautamos uma série de procedimentos que podem ser utilizados por pais e professores para melhorar a autoestima. Nosso estudo evidenciou que a autoestima tem forte impacto na vida e no desempenho escolar do aluno e que a mesma pode ser desenvolvida, sendo o incentivo familiar, dos professores e da escola essenciais nesse processo.

**Palavras-chave:** autoestima; desempenho escolar; aprendizagem.

## ABSTRACT

HORTA, Renata Furtado. **A Influência da Autoestima na Aprendizagem**. Orientador: Marcelo Ferreira. 2022. 68. Dissertação (Mestrado em Matemática) – Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba.

In this work we seek to understand the relationship between self-esteem and learning. Initially, we present several theoretical definitions for a better understanding of the subject, making it evident that self-esteem is one of the keys to school success. For a deeper understanding, we highlight six pillars of self-esteem, based on Branden (1997). We also list the main characteristics of people with low and high self-esteem, based on the precepts of Kopfhammer (1992), seeking to understand how these characteristics impact the learning process. Finally, we guide a series of procedures that can be used by parents and teachers to improve self-esteem. Our study showed that self-esteem has a strong impact on the student's life and school performance and that it can be developed, with family, teachers and school encouragement being essential in this process.

**Keywords:** self-esteem; school performance; learning.

## LISTA DE FIGURAS

<b>Figura 1.</b> Autoestima .....	19
<b>Figura 2.</b> Principais fontes de autoestima.....	20
<b>Figura 3.</b> Seis pilares da autoestima .....	21
<b>Figura 4.</b> Primeiro pilar da autoestima. ....	22
<b>Figura 5.</b> Segundo pilar da autoestima .....	24
<b>Figura 6.</b> Terceiro pilar da autoestima.....	26
<b>Figura 7.</b> Quarto pilar da autoestima .....	27
<b>Figura 8.</b> Quinto pilar da autoestima .....	28
<b>Figura 9.</b> Sexto pilar da autoestima .....	29
<b>Figura 10.</b> Sete características de alunos com um alto valor próprio.....	31
<b>Figura 11.</b> Características do indivíduo com autoestima baixa.....	33
<b>Figura 12.</b> Questionamento sobre como a autoestima afeta a realização e o desempenho escolar.....	35
<b>Figura 13.</b> Pessoas importantes na formação da autoestima da criança: pais, professores e colegas. ....	41
<b>Figura 14.</b> Exemplo Teoria da Atribuição .....	46
<b>Figura 15.</b> Teorias sobre o desenvolvimento de autoestima na escola .....	45
<b>Figura 16.</b> Dez etapas para ajudar os alunos a aumentarem sua autoestima .....	52
<b>Figura 17.</b> Sete passos para ajudar os alunos a aumentarem sua autoestima. ....	55
<b>Figura 18.</b> Três perguntas vitais para verificar como está a autoestima de seus alunos	58
<b>Figura 19.</b> Os dez passos para a criança atingir o amor-próprio .....	59
<b>Figura 20.</b> Método IV - Três premissas básicas sobre a autoestima.....	62

## TABELAS

<b>Tabela 1.</b> Escala de Rosenberg (1979) e peso das respostas .....	49
<b>Tabela 2.</b> Itens da Escala de Rosenberg analisados nesta pesquisa.....	51

## LISTA DE GRÁFICOS

<b>Gráfico 1.</b> Comparação da pontuação dos alunos das redes de ensino pública e particular.....	37
<b>Gráfico 2.</b> Diferença entre as categorias de resposta: eu me considero um bom estudante.....	38
<b>Gráfico 3.</b> Comparação da pontuação dos estudantes de acordo com a idade e gênero	39
<b>Gráfico 4.</b> Pessoas que consideram os alunos bons estudantes pela percepção dos alunos quanto aos pais, professores e amigos.....	39
<b>Gráfico 5.</b> O quanto os alunos gostariam mais de auxílio de seus professores nas escolas públicas e privadas.....	40
<b>Gráfico 6.</b> Quanto a visão dos professores em relação ao baixo desempenho de alguns alunos.....	40

## Sumário

INTRODUÇÃO .....	16
2 OS SEIS PILARES DA AUTOESTIMA .....	23
3 CARACTERÍSTICAS DE PESSOAS COM ALTA E BAIXA AUTOESTIMA .....	32
4 COMO A AUTOESTIMA AFETA O DESEMPENHO ESCOLAR .....	35
4.1 A influência da autoestima na matemática .....	41
4.2 Teorias que demonstram a importância da autoestima na escola .....	44
5 METODOLOGIAS PARA MELHORAR A AUTOESTIMA DOS ALUNOS .....	47
5.1 Escalas utilizadas para mensurar a autoestima .....	47
5.2 Métodos para melhorar a autoestima do aluno .....	52
5.2.1 Método I - Dez etapas para ajudar os alunos a melhorarem a autoestima .....	52
5.2.2 Método II - Sete passos para professores e pais ajudarem na autoestima do aluno .....	54
5.2.3 Método III - Mensurar a autoestima a partir de três perguntas .....	57
5.2.4 Continuando no Método III - Dez abordagens para construir uma autoestima positiva .....	58
5.2.5 Método IV - Três premissas sobre autoestima .....	61
CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	63



## INTRODUÇÃO

Estudos apontam que a construção da autoestima tem início na infância e sofre influência do meio em que a criança vive, bem como dos seus responsáveis. É possível afirmar ainda que outras instâncias interferem nessa construção, como é o caso do ambiente escolar. Há um número expressivo e crescente de alunos que manifestam dificuldades em relação ao aprendizado e, principalmente, poucos são estimulados a estudar. Em decorrência disso, o presente trabalho versa sobre a necessidade de trabalhar a autoestima no ambiente escolar, isso porque consideramos que uma boa autoestima dos alunos implicará em mais qualidade no aprendizado.

Julgamos que o aprendizado está relacionado com as emoções da criança, conseqüentemente com a sua autoestima. Muitas vezes descartadas dos estudos acerca do aprendizado, as emoções interferem positivamente ou negativamente no desenvolvimento cognitivo dos alunos. Isto é, uma autoestima baixa acarreta possíveis bloqueios e pode manifestar dificuldades ainda maiores nesses alunos que não apresentam uma autoestima positiva. É nesse caminho que, se o ambiente escolar impacta a autoestima do aluno, é necessário que “o professor e os colegas significativos, depois da família, exerçam também um papel importante no desenvolvimento do autoconceito, pois atuam como espelhos, contribuindo com a formação da autoimagem” (MENDES et al., 2017, p.12).

É por essa razão, a da influência e importância do ambiente escolar, que pressupomos que a autoestima pode estimular ou atrasar o aprendizado. Para Briggs (2002), esse estímulo ou atraso é visto como o sucesso ou fracasso do aluno uma vez que se considera a autoestima como uma “mola” que acarreta em um resultado favorável ou desfavorável.

Em geral, a definição de autoestima evoluiu ao longo do tempo e considerações mais detalhadas dessa evolução foram inseridas no capítulo I. Julgamos importante as contribuições de William James (1890), Robert White (1963), Stanley Coopersmith (1967) e Nathaniel Branden (1969) que fomentam as discussões centrais acerca do termo autoestima nesta pesquisa. Ademais, ancoramo-nos também em pesquisas e estudos recentes, como Prihadi e Chua (2012), Mendes *et al.* (2017) que discutem amplamente a relação da autoestima dos alunos e a influência dela no desempenho escolar.



Consideramos como coloca Coopersmith (1967) que a autoestima está diretamente relacionada com o comportamento do indivíduo. Se considerarmos que a autoestima está em relação direta com o desempenho social do indivíduo, podemos afirmar que ela é o conceito central do desempenho escolar uma vez que a autoestima fornece estímulo e motivação escolar, quando é positiva e recebe os incentivos corretos.

É por esse motivo que destacamos a importância de trabalhar a autoestima dos alunos haja vista sua relação intrínseca com o desempenho. Muitas vezes negligenciada, a autoestima é quase sempre descartada do processo de aprendizado e “os alunos agrupados com base em suas habilidades acadêmicas” (PHIHADI, CHUA, 2012, p. 1).

De acordo com Branden (1991) a autoestima afeta diretamente no trato com as pessoas e cita que “quanto maior a nossa autoestima, mais inclinados estaremos a tratar os outros com respeito, benevolência e boa vontade” (BRANDEN, 1991, p. 11). O indivíduo que é encorajado ao longo da vida a superar-se e conquistar novos desafios conforme avança para a idade adulta tende-se a posicionar-se com mais firmeza e clareza diante das tomadas de decisão e destaca que “a importância da autoestima saudável está no fato de que ela é o fundamento da nossa capacidade de reagir ativa e positivamente [...] e também no fundamento da serenidade de espírito que torna possível, desfrutar a vida” (BRANDEN, 1991, p.14).

O desempenho dos estudantes é afetado por aspectos cognitivos, relacionais e, principalmente, pelos aspectos emocionais. No campo das emoções, a autoestima desempenha um papel crucial, o que é reforçado pela vasta literatura produzida na área. Embora o sucesso acadêmico seja o objetivo monitorado de forma regular e tratado como um forte indicador de qualidade de vida escolar (SLAVIN, 2006), o bem-estar psicológico é considerado decisivo para o sucesso dos alunos. Este bem-estar depende fortemente da autoestima, considerada elemento chave na educação (FERKANY, 2008; HUMPHREY, 2004).

A aprendizagem, segundo alguns estudiosos, é muito mais que apenas comportamento, nela está implícitos conceitos psicológicos importantes (MENDES et al., 2017). Dentre os conceitos psicológicos, a autoestima tem sido vista como um dos indicadores sociais de importância fundamental para a compreensão do crescimento e do progresso social, tornando-se ponto essencial a ser observado em um desenvolvimento pessoal sadio e completo em todas as áreas da vida. Além disso,

entende-se que há uma conexão estritamente importante entre autoestima e rendimento escolar (DIOGO, 2009).

Nesse contexto, tem-se uma efetiva preocupação quanto à importância da autoestima e a influência que o professor e a equipe escolar possuem na vida e no desempenho de cada aluno. É fato que faz parte do papel da equipe escolar, possibilitar que o aluno aprenda em um ambiente em que se sinta seguro e motivado. As escolas possuem uma atmosfera desafiadora para a aprendizagem dos alunos e, para que o aluno aprenda de forma eficaz, se faz necessário o desenvolvimento de um ambiente atraente, positivo, entusiasta e encorajador para estimular gestores, professores e alunos (KOPFHAMMER, 1992).

Atualmente, através de estudos detalhados, identificaram os mais variados tipos de emoções relacionadas à realidade de cada aluno em ambientes escolares e percebe-se que, tanto as afetividades positivas quanto as negativas, influenciam no aprendizado. No que se refere ao ensino de matemática no Brasil, nota-se que a abordagem das emoções e a afetividade não são triviais dentro das salas de aula e dessa forma, o raciocínio matemático se mostra deficiente na população brasileira.

Segundo estudos, a autoestima possui influência no desempenho matemático e atua de forma a caracterizar a experiência de aprendizagem do aluno. Emoções como prazer, vergonha, orgulho e ansiedade estão estritamente relacionados ao desempenho matemático dos alunos (LIMA, 2012).

O aluno que possui uma autoestima positiva aprende mais feliz e, com maior felicidade, atinge níveis mais altos em sua vida pessoal e profissional. Já o aluno que tem a autoestima baixa, tende a ser relapso em sua vida escolar e profissional e, este aluno que tem a autoimagem distorcida, tende a demonstrar desinteresse na aprendizagem e mau comportamento escolar (BEAN et al., 1997).

Mediante as revisões bibliográficas, é possível considerar que alunos ligados aos mesmos traços de autoestima, isto é, positiva ou negativa, manifestam que a estima pode ser determinante no próprio desempenho. Desse modo, este estudo indica que alguns métodos podem melhorar o desempenho matemático, possibilitando autonomia no processo de aprendizagem e nas escolhas pessoais e profissionais.

## 1 AUTOESTIMA: DEFINIÇÕES CONCEITUAIS E A SUA INFLUÊNCIA NA CRIANÇA E NO ADOLESCENTE

A conceituação da autoestima perpassa um longo caminho no qual as definições foram se modificando gradativamente. As principais teorias e abordagens são fundamentais para delinear a compreensão acerca do termo e, nessa direção, nos ancoramos em alguns autores e os destacamos para refletir a influência da autoestima na vida da criança e no adolescente.

Inicialmente, o termo foi explorado por Branden, na década de 1950 (KRUPP, 1991, p. 92), que delineou as primeiras conceituações sobre o tema. Com uma abordagem humanista, Branden considera que o termo é ancorado em quatro pilares: grau de consciência, integridade como pessoa, vontade de aceitar a responsabilidade e autoaceitação. Em seu livro *The Psychology of Self-Esteem* Branden considera a autoestima como “a percepção que o indivíduo possui a respeito do seu próprio valor” (KRUPP, 1991, p.92). Segundo Kopfhammer, ancorado em Branden, a noção sobre autoestima de um indivíduo se desenvolve gradualmente, mas se diferencia entre os indivíduos conforme amadurece ou interage com outras pessoas significativas.

Outro nome importante para a definição do termo é Stanley Coopersmith, com o trabalho *The Antecedents of Self-Esteem*, em 1967. Para o autor, a autoestima está relacionada ao comportamento e experiências do indivíduo. Coopersmith (1967) ancorou o conceito em quatro fontes que culminam na autoestima: competência, virtude, significância e poder. Segundo ele, a autoestima se revela como uma característica significativa para um indivíduo uma vez que ela influencia seu comportamento.

Robert White (1963) define a autoestima como um fator de desenvolvimento. Ou seja, ela se desenvolve aos poucos e afeta a experiência e comportamento com duas fontes: uma fonte interna (realizações próprias) e uma fonte externa (afirmações de outras pessoas). De acordo com White, a autoestima é um fator evolutivo e atribui ao conceito noções acerca de competência e afetividade.

Na explicação de William James (1883), a autoestima está relacionada a um fenômeno afetivo e um processo dinâmico afetado por sucessos e fracassos. Tal fato abre para o aprimoramento ou uma comparação entre o eu ideal (a pessoa que eu

deveria ser) e o eu real (a pessoa que eu sou agora). William considera que o termo se estabelece em relação a valores, êxitos e competências relativas ao indivíduo.

À luz da teoria de Morris Rosenberg (1965), o termo é definido como um sentimento de mérito pessoal que engloba níveis de autoaceitação e autorrespeito. Para o sociólogo, a autoestima é uma atitude positiva ou negativa que os indivíduos têm sobre si mesmos e é um produto das influências da cultura, sociedade, família e relações interpessoais. Significa dizer que a autoestima, influenciada pelo meio, está associada aos sentimentos e pensamentos do indivíduo acerca do seu próprio valor, competência e adequação, o que leva a uma atitude positiva ou negativa. Ainda nos preceitos de Rosenberg, autor propõe que é possível mensurar a autoestima a partir da EAR - Escala de Autoestima de Rosenberg (ROSENBERG, 1965). Por meio dessa escala, entendida aqui como um instrumento, o indivíduo consegue classificar sua autoestima em três níveis: baixo, médio e alto.

Nota-se que a delimitação a respeito do conceito de autoestima é vasta e diversificada e não se restringe apenas a esses autores. Nesse sentido, nesta pesquisa, levamos em consideração que o termo é considerado, portanto, como a soma do autorrespeito com a autoconfiança. Isso reflete a capacidade do indivíduo em lidar com os desafios da vida, o direito de ser feliz, sentir-se merecedor de novas conquistas e considerando a sua capacidade de pensar, agir e lutar por anseios, sonhos e desejos no processo diário, vivenciando um conceito positivo.

No âmbito escolar, a autoestima é considerada a chave para o sucesso ou fracasso do indivíduo na escola (BRANDEN, 1997), como podemos observar na figura

1. A autoestima tem em seu significado a relação entre a imagem ou a opinião que um indivíduo faz de si mesmo. O que o indivíduo constrói de suas experiências e a partir delas fatos, ações ou acontecimentos do cotidiano elevam ou diminuem a autoestima, fazendo com que os sentimentos que envolvem o ser se refletem nas visões mais íntimas.

Figura 1. Autoestima



Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Branden, 1997, p.9.

Para Branden (1997), a autoestima ao funcionar como uma chave e refletir ora o sucesso, ora o fracasso, tem o papel também de entendermos nós mesmos e aos outros. Essa premissa é possível compreender melhor conforme postula Branden:

Autoestima, seja qual for o nível, é uma experiência íntima; reside no cerne do nosso ser. É o que EU penso e sinto sobre mim mesmo, não o que o outro pensa e sente sobre mim. Quando crianças, nossa autoconfiança e nosso autorrespeito podem ser alimentados ou destruídos pelos adultos – conforme tenhamos sido respeitados, amados, valorizados e encorajados a confiar em nós mesmos. Mas, em nossos primeiros anos de vida, nossas escolhas e decisões são muito importantes para o desenvolvimento futuro de nossa autoestima (...). (BRANDEN, 1997)

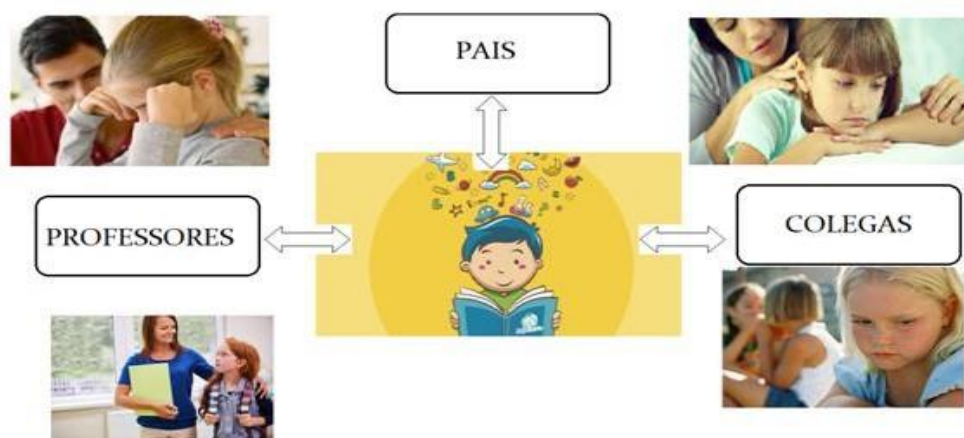
Nesse sentido, é preciso considerar que a autoestima tem início na infância e sofre influências dos pais/responsáveis, familiares, professores e colegas. Quanto mais nova a criança, mais as influências das pessoas próximas a ela definem sua autoestima. Para Branden (1997), conforme supracitado, quando criança, a autoestima pode ser alimentada ou destruída pelos responsáveis. Na adolescência, outros fatores podem influenciar na construção da autoestima, como por exemplos os hormônios e os colegas, isso tende a sugestionar muito mais se comparado com as pessoas próximas.

A partir dessa reflexão consideramos que uma das mais importantes e desafiadoras funções da escola nos últimos tempos é tornar o ambiente escolar um espaço positivo e encorajador. Muitos alunos entram na escola com sua imagem já distorcida por fatores diversos. O que implica dizer que no ambiente familiar e doméstico quando expostos a violências verbais, físicas, sexuais, intelectuais, alcoolismo, prostituição, drogas, abandonos e desafeto, há prejuízos no desenvolvimento da criança e do adolescente. As raízes do desejo de se melhorar no ambiente escolar e na vida social de

um adolescente estão intimamente ligadas ao desempenho de sua vida pessoal. A autoestima pode ser mudada e aprendida, portanto, pode ser ensinada, tornando-se um pré-requisito necessário para o desempenho escolar (KOPFHAMMER, 1992).

Na figura 2 abaixo é possível esboçar as principais fontes de autoestima conforme postula Kopfhammer (1992).

Figura 2. Principais fontes de autoestima



Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Kopfhammer, 1992, p. 3.

Observa-se, portanto, que as principais fontes de autoestima do indivíduo são obtidas pelos pais, professores e colegas. Há uma troca entre essas fontes de modo que um alimenta o outro. É por esse motivo que o ambiente escolar precisa ser um espaço em que explore as melhores faces da autoestima da criança e adolescente, além de propiciar um ambiente acolhedor.

Verificamos, neste primeiro capítulo, que a conceituação do termo autoestima fornece bases importantes para sua compreensão. Vimos ainda quais são as chaves de sucesso e fracasso da autoestima, bem como as fontes de autoestima do aluno, que são dadas e influenciadas por pessoas próximas ao seu convívio. No capítulo subsequente, vamos analisar os seis pilares da autoestima, propostos por Branden (1997), e a importância deles na vida dos indivíduos.

## 2 OS SEIS PILARES DA AUTOESTIMA

Figura 3. Seis pilares da autoestima



Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Branden, 1997, p. 1.

A experiência humana está relacionada a todos os aspectos da vida, como o ambiente educacional, relações familiares, ambiente de trabalho e círculos sociais. Os estímulos e reações aos acontecimentos do cotidiano determinam a personalidade e, principalmente, os pensamentos direcionados às questões internas. Nesse sentido, a autoestima atua como elemento chave para desvendar quem somos e para quem somos (BARRETO, 2010). Segundo Nathaniel Branden (1997), a autoestima é composta por sentimentos que se referem à competência pessoal e ao sentimento de valor pessoal, sendo assim, a soma de autoconfiança e autorrespeito. Para o autor, possuir uma autoestima elevada corresponde aos méritos de ser competente e merecedor, enquanto possuir autoestima baixa implica em se sentir inadequado e desajustado com a vida, e possuir autoestima média oscila entre sentir-se inadequado, mas agir com sabedoria em dados momentos.

[...] A autoestima é uma necessidade humana fundamental. Seu impacto não necessita nem de nosso entendimento, nem de nosso consentimento. Ela faz o seu trabalho dentro de nós, sabemos disso ou não. Somos livres para tentar apreender a dinâmica da autoestima ou para permanecer inconsciente a respeito dela, mas, nesse caso, continuaremos sendo um mistério para nós mesmos e teremos que arcar com as consequências (BRANDEN, 1997, p. 21).

A autoestima saudável está diretamente relacionada com a capacidade de realização e felicidade, correlacionando-se com a racionalidade, realismo, intuição, criatividade, independência, flexibilidade, habilidade para lidar com mudanças, disponibilidade para admitir e corrigir erros, benevolência e cooperação (BRANDEN, 1997). A autoestima saudável se consolida nas relações familiares e sociais saudáveis, partindo do pressuposto de que haja, na infância, uma educação baseada no amor, respeito, valorização, competência e bondade. Portanto, a consciência e a construção da autoestima nascem de uma íntima relação de comunicação com o outro, em que o outro atua como espelho da minha autoimagem e autoestima (BARRETO, 2010).

Branden (1997) elenca seis pilares fundamentais denominados “os seis pilares da autoestima” que incentivam a autoestima, a autoestima de outras pessoas e dos quais recebem em seus títulos a palavra “atitude<sup>1</sup>”. Isto é, reflete o agir, comportar, reagir ou motivar-se e sob o qual norteia os passos essenciais para se trabalhar a autoestima, especialmente nos adolescentes, faixa etária que enfrenta muitos desafios próprios da idade.

#### Primeiro Pilar: a prática de viver conscientemente

Figura 4. Primeiro pilar da autoestima.



Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Branden, 199, p. 2.

Branden (1997) nos coloca que a consciência está presente como manifestação de vida. A consciência é um princípio básico de sobrevivência, para se ter um

---

<sup>1</sup><https://www.dicio.com.br/atitude/>



entendimento e desenvolver uma capacidade de formar conceito de forma abstrata e conceitual e é a mente humana que tem a capacidade de ser um instrumento básico para o desenvolvimento da consciência e é inerente à natureza humana. Porém, viver consciente não significa que o ser humano não é falível, pelo contrário: é falível ou pode ser traído por sua própria consciência.

Nesse sentido, tem-se a necessidade de compreender como se ter uma vida plenamente consciente, dos quais se destacam a mente ativa e uma inteligência que tenha prazer dessa atividade, ser uma pessoa perceptiva, ou seja, atenta ao momento como menciona o autor bem como que compreende os fatos e faz distinção entre verdades e fatos mentirosos, evita agir por impulsos e age de forma ponderada, receptivo e perceptivo a novos aprendizados e trocas e interações de modo a perseverar querendo entender o mundo ao seu redor, compreendendo os fatores que afetam tanto sua saúde física como emocional como também intelectual, cultural e social.

No entanto, na mesma proporção que a consciência é a manifestação de vida no ser, a falta da consciência traz significativos problemas para o indivíduo como, por exemplo, a falta de consciência corporal, traz ao mesmo tempo consequências, como falta de controle de suas necessidades fisiológicas, ou falta de consciência emocional pode trazer a ocorrência de doenças como ansiedade e transtornos que sufocam o indivíduo e deterioram sua autoestima. O autor, por sua vez, trouxe em sua obra uma pesquisa que transcrita nesse espaço a partir da autorreflexão que realizou com seus entrevistados mediante a apresentação da seguinte frase: “Para mim, viver conscientemente é...” (BRADEN, 1997, p. 118).

O voluntário deveria responder durante determinado período, todos os dias de manhã, após uma pequena reflexão de dois ou três minutos. E não importava se escrevia coisas sem sentido, o importante era escrever. Após a adaptação deste processo de escrita, os entrevistados passaram a responder também sobre como prestavam atenção para com as outras pessoas, a importância que se dava aos relacionamentos que no momento das respostas estejam preocupando os voluntários. Com isso, a base das respostas foi norteando tanto as preocupações materiais como as preocupações intelectuais, culturais, sociais e emocionais.

Para este contexto, o autor traz a reflexão de que há momentos em que precisamos de mais consciência em uma determinada área e em outros momentos necessitamos da consciência para a área que requer mais de nós, como afirma o próprio autor “tendemos a ser mais conscientes em certas áreas da vida e menos em outras”

(BRANDEN, 1997, p. 122), e dessa forma, evidencia que o primeiro pilar para se trabalhar a autoestima é a “prática de viver conscientemente” (BRADEN, 1997, p. 123).

### Segundo Pilar: A atitude da autoaceitação

Figura 5. Segundo pilar da autoestima



Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Branden, 1997, p. 2 - 3.

A autoaceitação é a prática da autoestima, sendo veiculadas de tal forma que chegam a ser confundidas. No entanto, Branden (1997, p. 124) reforça que “a autoestima é algo que experimentamos, a autoaceitação é algo que fazemos. Dito na negativa, autoaceitação é a minha recusa em manter um relacionamento antagônico comigo mesmo”. Portanto, a autoaceitação é a valorização do eu próprio por meio do respeito e da luta pelo direito de ser e da disposição de dizer sobre qualquer emoção ou comportamento. Segundo Barreto (2010), a autoaceitação envolve a percepção do valor próprio, sendo coerente com o que se é e o que se sente. Quando não há autoaceitação, o corpo reage aos sentimentos de rejeição, desenvolvendo sintomas físicos.

O conceito de autoaceitação para Branden (1997) possui três níveis de significados, em que o primeiro nível nos mostra que aceitar a si mesmo é estar do seu próprio lado, a seu favor. É importante ressaltar que a autoaceitação se refere ao fato de estar vivo e consciente, o que a coloca como um sentimento de egoísmo natural, inato ao ser humano.

Algumas pessoas rejeitam a si mesmas num nível tão profundo que nenhum trabalho de crescimento pode sequer ser iniciado até que, ou a menos que, esse problema seja enfrentado. Se isso não acontecer, **nenhum tratamento surtirá efeitos, nenhum novo aprendizado será adequadamente integrado, nenhum avanço significativo poderá ser feito.** Os psicoterapeutas que não entendem isso, ou que não detectam a presença do problema, ficarão surpresos pelo fato de certos clientes, mesmo depois de anos de terapia, não apresentarem nenhum progresso importante (BRANDEN, 1997, p. 125, grifo nosso).

Dessa forma, a autoaceitação auxilia na busca da autoestima saudável, em que pode inspirar as pessoas a se encontrarem interiormente com respeito e desejo de viver.

Para o segundo nível, a autoaceitação traz a experimentação como forma de tornar real e vívido os sentimentos, desejos e anseios do indivíduo. A experimentação aceita os sentimentos e emoções em relação ao que se é feito, potencializando a autoaceitação. Branden (1997) explica que quando se experimenta e aceita os sentimentos negativos, consegue-se com maior facilidade deixá-los de lado e dar lugar aos sentimentos positivos sobre si mesmo. Contudo, é importante ressaltar que aceitar é mais do que reconhecer ou admitir, mas sim, conscientemente contemplar a realidade. A partir da experimentação, a autoaceitação se torna pré-condição para a mudança e o crescimento, possibilitando a construção da autoestima.

O terceiro e último nível da autoaceitação envolve a ideia da simpatia consigo mesmo. Segundo Branden (1997), a autoaceitação não nega a realidade, não argumenta com o erro, mas questiona o contexto no qual a ação foi realizada. Entender o porquê possibilita a compreensão das emoções que estão por trás da ação e gera espaço para a autoaceitação, sem ódio ou rancor de si mesmo. É importante que, apesar do erro, o comportamento tenha o predomínio da benevolência e da simpatia para o desenvolvimento da autoaceitação.

### Terceiro Pilar: A atitude da autorresponsabilidade

Figura 6. Terceiro pilar da autoestima



**Ei, você...**  
**Pare de ficar triste por causa de pequenas coisas, pare de querer controlar situações que não estão sob seu controle.**

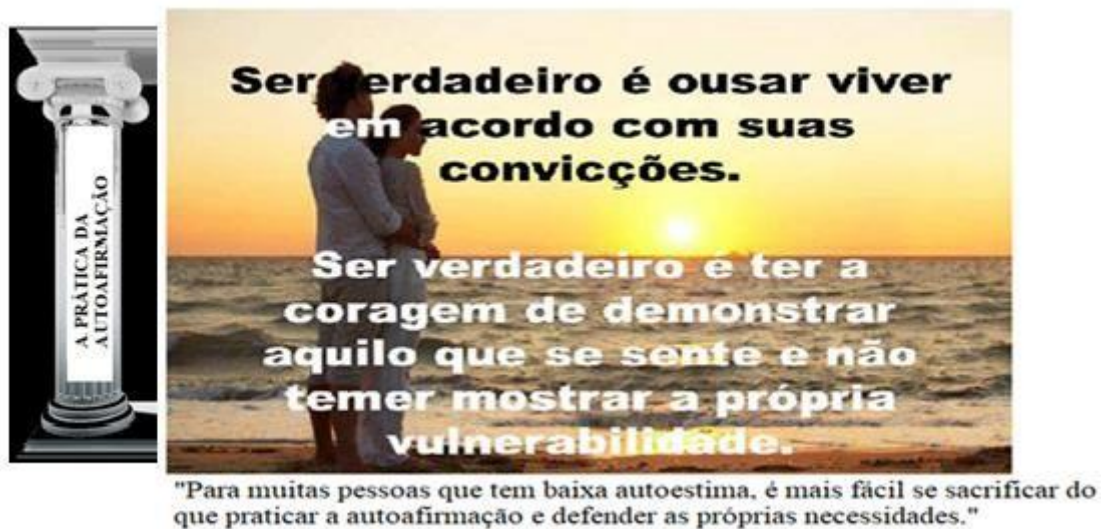
Por responsabilidade tem-se a preocupação de como proceder diante do contexto que a sociedade se posiciona dentro do cenário que ela mesma estabelece no cotidiano e por autorresponsabilidade pode-se compreender a proposta de se administrar a própria vida e dela adquirir seu bem-estar. A autorresponsabilidade deve estar presente na vida pessoal e profissional do indivíduo, uma vez que envolve e se constata suas ações diante dos desafios do relacionamento humano, pois o ser humano deve ser responsável por seus desejos, suas escolhas e atos com nível de consciência entre trabalho tanto quanto de seus relacionamentos, comportamentos e ações de forma que o tempo, os sentimentos, os valores, sejam indicativos positivos para a autoestima e não o contrário (BRANDEN, 1997).

Posto isto, entende-se que o autor afirma que os sentimentos, os desejos, o comportamento, os valores tanto quanto os princípios e escolhas de uma pessoa não podem ser atribuídos meramente por acaso ou destino, os indivíduos devem ser responsáveis de seus atos e ações e se auto responsabilizar requer compromisso e comprometimento consigo e com os demais e estes atos e ações também incidem na autoestima, pois uma vez que esses pontos estejam mal elaborados, a autoestima não estará bem resolvida e tão pouco elevada. O autor afirma ainda que a autoestima “não é um presente que eu posso receber de qualquer pessoa. É gerada interiormente. Esperar com passividade que algo aconteça para elevar minha autoestima é condenar-me a uma vida de frustrações”(BRANDEN, 1997, p. 145).

Isso significa que a autoestima é intrínseca e não provém da exterioridade. E quando a autoestima é elevada, segundo o autor, permite-se maior produtividade, satisfação, independência e autocontrole. E para este pilar o autor em suas entrevistas selecionou tarefas diárias para orientar nove semanas para que eles entendessem o que é responsabilidade e que tipos de responsabilidade assumem mais no decorrer de suas vidas e cada etapa de suas vidas e qual grau de envolvimento tem a responsabilidade com a felicidade das pessoas.

Quarto Pilar: A atitude da autoafirmação

Figura 7. Quarto pilar da autoestima



Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Branden, 1997, p. 3.

O quarto pilar envolve a ação de honrar com respeito suas vontades, desejos, necessidades e valores e expressá-los na realidade. A autoafirmação possibilita que o indivíduo não atue apenas como mero expectador, mas sim como participante da sua própria vida. O oposto da autoafirmação é entregar-se à timidez, ocultando-se para evitar o confronto com aqueles que são diferentes de seus valores. Para Branden (1997, p. 157) “a autoafirmação [...] não é defender meus direitos sem olhar os direitos do outro ou ficar indiferente a eles. É simplesmente uma disposição para ficar do meu próprio lado, para ser abertamente quem sou para tratar a mim mesmo com respeito”.

É tratar-se, portanto, com respeito e defender seu próprio lado e realmente reconhecer-se diante dos propósitos da vida e dos desafios que ela lhe impõe e somando-se ao respeito próprio obtém-se respeito mútuo. No entanto, entende-se que a autoafirmação não pode significar desrespeito pela diversidade nem tão pouco sacrificar a própria autenticidade, devendo iniciar-se pelo pensar em si, em seus valores, aspirações, anseios, desejos e, de certa forma, que o indivíduo seja responsável por sua própria existência, gerando sua segurança e disposição para se enfrentar os desafios da vida.

Neste pilar pode-se perceber que o autor Branden (1997) ao trazer a autoafirmação nos direciona não somente ao aceitar de uma pessoa os seus questionamentos e devaneios como também trouxe a reflexão de que a autoafirmação é passo importante para grandes decisões tanto quanto para resoluções de conflitos.

## Quinto Pilar: A atitude da intencionalidade

Figura 8. Quinto pilar da autoestima



Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Branden, 1997, p. 3.

Ter uma atitude de intencionalidade é projetar-se em planos e ações sempre com um propósito ou com um objetivo e usar todas as forças para elevar sua autoestima e para seu bem-estar de maneira que se envolvem em novos planejamentos e novos projetos pessoais e profissionais, desenvolvendo capacidades e trabalhando nas habilidades buscando a construção do “senso básico de eficiência através do domínio de formas particulares de eficiência relacionadas com a realização de tarefas específicas” (BRANDEN, 1997, p. 171) o que implica em entendimento de muitas pessoas ou desentendimento de outros.

Todavia os objetivos que movem uma pessoa não podem ser amplos e grandiosos, devem ser específicos, pois com objetivos amplos a intenção tende a ser vaga e sem motivação nenhuma. Quando os objetivos são específicos nos traz maiores sensações de prazer e bem-estar com os possíveis resultados. A intencionalidade aqui é preocupar-se com questões do cotidiano com adaptação aos seus propósitos e buscar com disciplina resolução de tarefas específicas e quando se conquista tais metas ou objetivos, segundo o Branden (1997), traz bem-estar a pessoa. O autor também coloca que a atitude de intencionalidade deve ser caracterizada como uma meta consciente e inclinada para um viver com um propósito dirigido e planejado.

## Sexto Pilar: A atitude da integridade pessoal



Figura 9. Sexto pilar da autoestima



Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Branden, 1997, p. 4.

A totalidade do ser humano demora em ter sua edificação, sendo improvável que em toda sua vida seja possível conseguir conquistá-la. Ter a atitude de integralidade é ter a completude da formação da conquista de todos os outros pilares de formação da autoestima sob os quais incidem na formação integral da pessoa a partir das suas responsabilidades, atitudes, ações, intenções e autoaceitação com julgamento de si e respeito pelo próximo.

De acordo com Branden (1997) pode-se entender por integralidade como uma concordância entre início e o fim a que se destina das ações, valores e tomadas de decisão de um indivíduo o que significa estar seguro de tudo que planejar e venha fazer bem como passar segurança e confiança às pessoas que estão à volta seguindo fiéis aos princípios de maneira que as certezas da pessoa não prejudiquem outras pessoas, tão pouco lhe traga falsas conclusões deixando uma sensação equivocada sobre a totalidade da pessoa e na grande maioria das questões que cerceiam o pensamento humano, a integralidade, está envolvida com indagações do cotidiano e não com a formação do ser e que muitas vezes tem seu embate em questionamentos éticos.

Consideramos, então, que os pilares da autoestima proposto por Branden (1997) evidenciam a importância da prática de viver conscientemente, autoaceitação, autorresponsabilidade, autoafirmação, vida com propósito e integridade pessoal para corroborar na construção e trabalho de uma estima positiva para os alunos. Nessa direção, o próximo capítulo abordará as especificidades de pessoas com alta ou baixa autoestima.

### 3 CARACTERÍSTICAS DE PESSOAS COM ALTA E BAIXA AUTOESTIMA

Compreender a autoestima e a sua influência nas pessoas trazem pontos importantes de discussão para o processo de ensino e aprendizagem. De acordo com os estudos de Kopfhammer (1992), a melhora da autoestima é chave para o aumento das taxas de desempenho acadêmico e até mesmo do comportamento dos estudantes. Entende-se que o reforço positivo provoca bem-estar e contribui para que ele se torne curioso e amadureça diante do aprendizado. Borba (*apud* Kopfhammer (1992)), afirma que muitos alunos enxergam na escola um universo negativo onde a detenção do saber está nas mãos do professor e não reconhecem como podem aprender os mais variados conteúdos.

Com base nos referenciais teóricos, a definição do autor atribuído de características de indivíduos com autoestima alta e baixa autoestima, determina que o senso de valor nestes termos varie de maneira radical em diversos momentos, com pessoas diferentes e até mesmo em eventos diversificados. Na figura 10, verificamos as sete características de alunos com autoestima alta.

Figura 10. Sete características de alunos com um alto valor próprio



Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Battle, 1982, p. 41.

Para definir a autoestima alta ou baixa, Coopersmith, em seu livro *Antecedents of Self-Esteem* (1967), listou sete características normalmente apresentadas por alunos com um alto valor próprio (BATTLE, 1982, p. 41) observados na figura 10. Diante de uma autoestima alta, a pessoa demonstra as seguintes características:



- 1- Age de forma independente: Os indivíduos que possuem este perfil fazem escolhas e tomam decisões sobre problemas e situações que encontram ao longo do tempo, como dinheiro, emprego e outros e também suas amizades e entretenimentos são conquistados por si mesmo.
- 2- É mais responsável: São indivíduos que agem com prontidão e confiança, sempre assumindo responsabilidade por tarefas a serem feitas, sem que esperem alguém para delegarem coisas óbvias.
- 3- Tem orgulho do que faz: Aceitam o reconhecimento pelas conquistas com prazer e até se orgulham por seus sucessos.
- 4- Aborda novos desafios com entusiasmo: Aceita novos trabalhos, novos aprendizados e atividades, se interessam e se envolvem com confiança em novos desafios.
- 5- Exibe uma grande gama de emoções e sentimentos: não tem medo de mostrar seus sentimentos. Sorrir, gritar, chorar e expressar amor e amizade faz parte da vida do indivíduo sem constrangê-lo.
- 6- Tolerar bem frustrações, aprende a viver com frustrações:
- 7- Consegue influenciar outras pessoas com seu entusiasmo: O indivíduo tem consciência da sua influência e efeito nos familiares, amigos e até mesmo entre os professores, e autoridades. (adaptado de BATTLE, 1982, p.41)

Percebe-se, então, que indivíduos com alta autoestima irão expressar seus sentimentos sobre si mesmos e os outros de muitas maneiras sutis; sorrindo, retornando o contato visual, endireitando-se e estendendo suas mãos em saudação. Quando um indivíduo tem uma imagem de autoconceito positiva, essa pessoa se sente mais capaz e pensa com confiança, tendendo assim a se comportar de maneiras mais bem-sucedidas que aumentam ainda mais o senso de autoestima e alcançando o sucesso almejado.

Coopersmith (1967) também listou um conjunto de oito características apresentadas pelos alunos com baixo valor próprio, (BATTLE, 1982, p. 42), como colocado na figura 11, onde um indivíduo com baixa autoestima geralmente tem um autovalor negativo e uma baixa autoimagem. Esses indivíduos tendem a receber críticas, punições e o sentimento de decepção das pessoas ao seu redor. Além disso, eles têm uma forte crença de que são impotentes para alcançar o que desejam da vida. Pessoas com um baixo valor próprio ou autoimagem pobre, muitas vezes se torna retraída, deprimida e irritada com a vida e com a visão que eles têm de si mesmos, como não sendo valiosos ou amáveis. Indivíduos de baixa autoimagem têm uma forte convicção de que tudo o que fizerem será errado e procuram maneiras de falhar.

Figura 11. Características do indivíduo com autoestima baixa



Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Battle, 1982, p. 41.

Conforme se observa na Figura 11, a pessoa que possui uma autoestima baixa tende a ter um pensamento negativo com frases feitas e tendem a não aceitar suas qualidades, pois sempre afirmam que não podem fazer, não aprendem ou não entendem nada. Também não se valorizam ou se sentem valorizados, sentem-se inseguros, e não consideram apoiados e/ou amados por seus pais e amigos. Tem medo de expor seus sentimentos, sentem falta de confiança em expor seus sentimentos em determinadas situações. É muito influenciada por outras pessoas, apresentam ideias e comportamento que mudam com frequência, são manipulados por pessoas com personalidade mais forte e não sabe viver com frustrações, como medo ou raiva, desencadeando sofrimento e com frequência tende a culpar outras pessoas por suas fraquezas ou erros.

Alguns fatores ajudam a determinar e desenvolver a autoestima de uma pessoa, dentre eles, o status socioeconômico, altura, peso, média de notas na escola, religião e participação na sociedade. Entre os adolescentes, estes fatores são fundamentais no desenvolvimento de uma autoestima positiva. Cabe aos professores, na medida do possível, ajudar seus alunos a vencerem as suas dificuldades no campo emocional para que alcancem sucesso na vida pessoal e acadêmica.

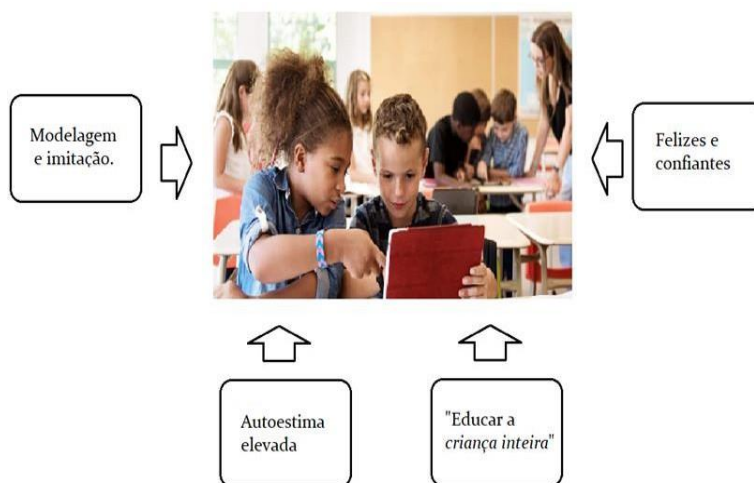
Percebemos, neste capítulo, que traçar as características da alta e baixa autoestima suscitam considerações importantes no que tange o processo de ensino e aprendizagem. Ou seja, dada as características e compreendidas, é possível nortear o professor no trabalho da autoestima do aluno para assim ver os resultados durante a aprendizagem. Nessa direção, o capítulo a seguir nos orienta acerca do impacto da autoestima no desempenho escolar.

#### 4 COMO A AUTOESTIMA AFETA O DESEMPENHO ESCOLAR

A autoestima é um dos elementos mais importantes no bem-estar psicológico dos alunos, e apesar disso, muitas vezes é deixada de lado na escola. Em escolas onde os alunos são agrupados com base em suas habilidades acadêmicas, os professores provavelmente terão expectativas diferentes em relação a diferentes grupos de alunos; em relação aos alunos de alto desempenho, eles tendem a se apoiar academicamente, enquanto para os alunos de baixo desempenho, eles tendem a controlar o comportamento dos alunos para evitar problemas disciplinares. Por sua vez, os alunos observam o comportamento de seus professores em sala de aula e desenvolvem diferentes percepções em relação à expectativa de seus professores.

O sucesso acadêmico sempre foi o único objetivo regularmente monitorado e tratado como único indicador de qualidade da vida escolar (SLAVIN, 2006). Contudo, o bem-estar psicológico dos alunos é considerado importante para ser abordado como uma contribuição significativa do sucesso dos alunos no futuro. Dentre muitos elementos, uma autoestima desempenha papel importante na educação e deve ser considerada como um fator relevante (HUMPHREY, 2004; FERKANY, 2008). Acerca da relação entre autoestima e desempenho escolar, podemos observar a figura a seguir:

Figura 12. Questionamento sobre como a autoestima afeta a realização e o desempenho escolar



Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Kopfhammer, 1992, p. 14 - 15.

Entendemos que a autoestima é importante para fornecer a motivação necessária para ser academicamente bem-sucedido (VAN LAAR, 2000; CIGMAN, 2004; LAWRENCE, 2006; FERKANY, 2008) e facilitar a autoestima dos alunos pode ser uma parte que apóia os objetivos acadêmicos das escolas, se tornando uma prioridade educacional (FERKANY, 2008). Ela é vista como uma construção que medeia entre habilidade e realização, essas realizações podem influenciar os níveis subsequentes da autoestima (HUMPHREY, 2004; MRUK, 2006). Mann, Hosman Schaalma, & De Vries (2004) afirmam que crianças com baixa autoestima têm menos sucesso na escola e, em relação ao funcionamento social, geralmente são menos aceitos por seus pares (DONDEERS&VERSCHUEREN, 2004). Ao ter isso em vista, a ideia que um indivíduo faz de si mesmo influencia diretamente no aprendizado escolar. Isto é, se ele se considerar incapaz, irá se comportar do mesmo modo, esperando falhar e deixando de acreditar na própria capacidade, assumindo o fracasso e a reprovação de si (BRIGGS, 2002).

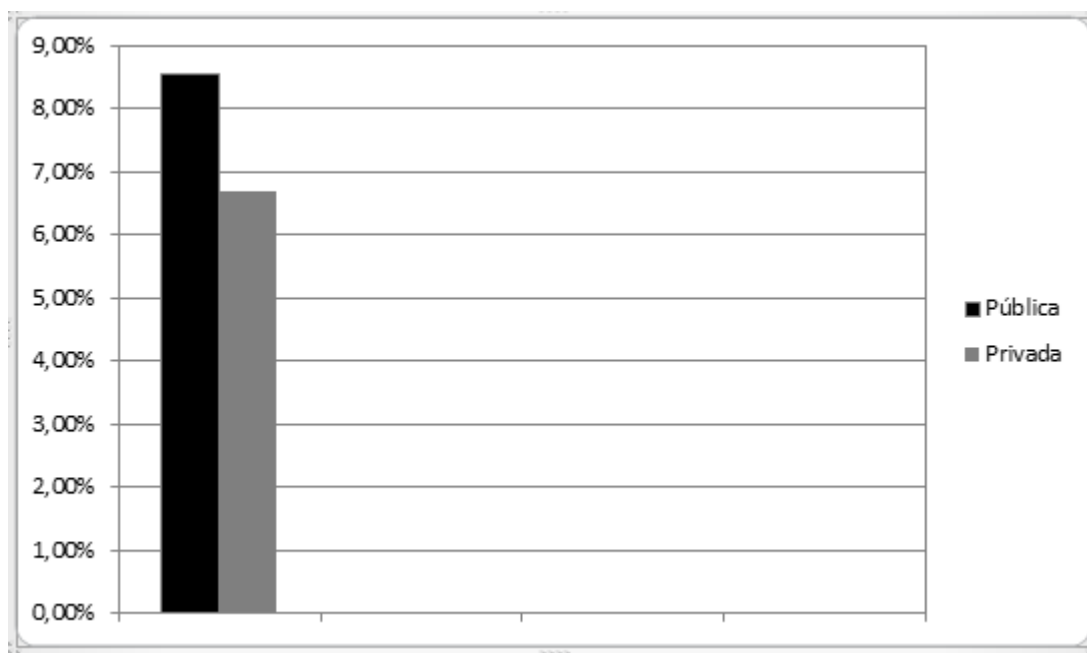
No âmbito escolar, Stevanato et al. (2003) relatam que crianças com dificuldades de aprendizagem podem ter uma imagem mais negativa de si quando comparadas a outras que não apresentam essa dificuldade. Os alunos que geralmente fracassam podem ter, em parte, um baixo autoconceito, acreditando serem incapazes ou maus estudantes (GUENTHER, 1997). Além disso, tendem a ter comportamentos inadequados, normalmente apresentam problemas de disciplina na escola e problemas sociais, enquanto os alunos com alta autoestima tendem a se comportarem de forma adequada e se destacam no ambiente escolar com melhores rendimentos e expectativa dos professores.

Matt Ferkany, em *A Importância Educacional da Autoestima* (2008), relata que a autoestima é um elemento crucial da confiança e motivação que as crianças precisam para se envolverem e alcançarem objetivos educacionais, especialmente em certos domínios de instrução, como a Educação Física. Matt ainda afirma que autoestima pode ser facilitada socialmente por meio de um arranjo apropriado dos professores e equipe escolar, sem impedir a busca de outros objetivos de alta prioridade como um currículo acadêmico desafiador. Consequentemente, ele afirma que os educadores que ignoram a autoestima negligenciam algo educacionalmente importante. Ferkany considera ainda que a autoestima esteja ligada de maneira importante à confiança e motivação de que as crianças precisam para se engajar e atingir metas educacionais, para ele a autoestima

pode e deve ser facilitada socialmente por meio das interações entre professor e aluno, e entre o aluno e o meio social da própria escola.

A respeito ainda sobre o desempenho escolar e autoestima, Mendes et al. (2017) comparam alunos de escolas públicas e privadas através de questionários de pesquisa e por meio da escala de Rosenberg <sup>1</sup>(1979) e nos mostra que houve diferença estatística significativa na pontuação de alunos de escolas públicas e privadas. Porém, estas diferenças não foram significativas estatisticamente em relação ao gênero e idade, a maioria dos alunos considerou a opinião de pais, professores e amigos como um fator importante para a elevação da autoestima. Essa premissa pode ser observada no gráfico 1, a seguir, onde o resultado da instituição pública mostrou que, dentre os alunos entrevistados 8,53% destes atingiram pontuação abaixo da média de variação, média de 19,3 pontos, entre 8 e 24 pontos e dos alunos da rede privada apenas 6,67% o fizeram abaixo da média, média de 21,1 pontos.

Gráfico 1. Comparação da pontuação dos alunos das redes de ensino pública e particular



Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Mendes et al., 2017, p. 16.

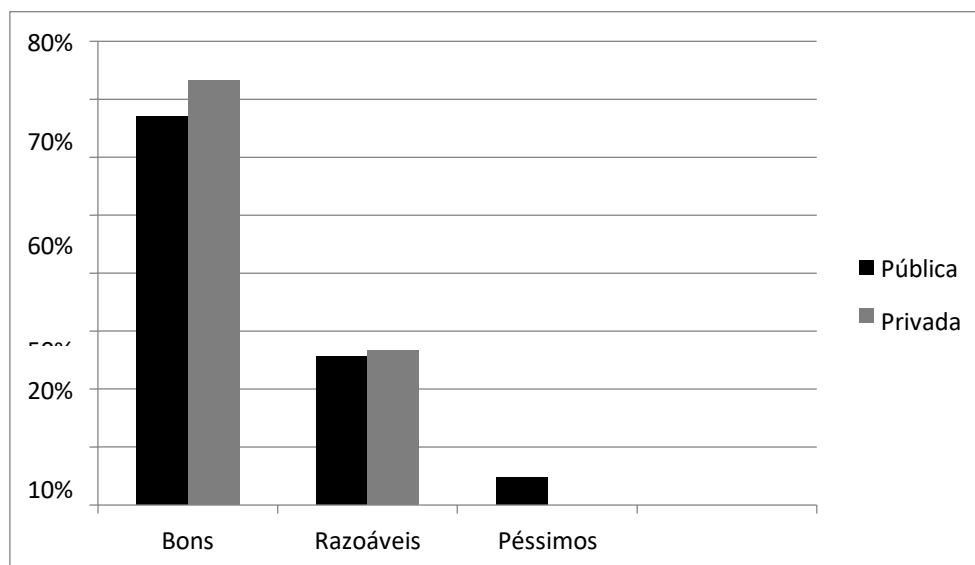
Já no gráfico 2 podemos observar que os alunos de escolas públicas demonstraram não estar tão satisfeitos com o seu desempenho, em virtude da sua avaliação de si mesmo. Aqui nota-se que os alunos de escola pública perfizeram um

<sup>1</sup> A Escala de Rosenberg, utilizada como referência nesta pesquisa, é um método avaliativo capaz de avaliar o nível de autoestima em baixo, médio e alto.

maior percentual em resposta parcial, como é possível verificar no gráfico abaixo.

Segundo Mendes et al. (2017), os alunos das escolas públicas ainda possuem um percentual menor do que os alunos das escolas particulares com relação a sua percepção sobre si mesmo de ser ou não um bom estudante, como podemos observar a seguir.

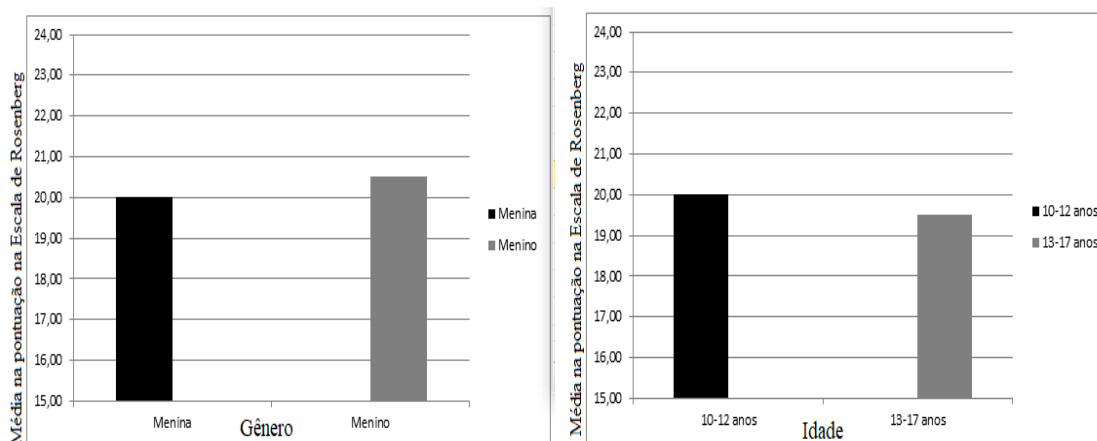
Gráfico 2. Diferença entre a escola pública e privada sobre a resposta: me considero um bom aluno?



Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Mendes et al., 2017, p.17.

Neste estudo não se observou diferenças estatisticamente significantes em relação à idade, ou sexo entre os estudantes das duas instituições, como pode ser observado no gráfico 3.

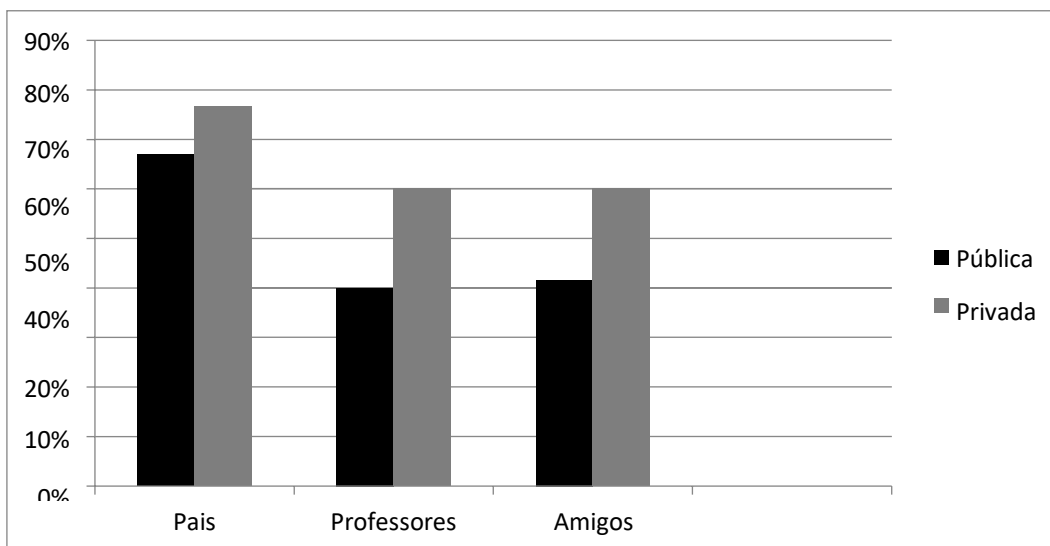
Gráfico 3. Comparação da pontuação dos estudantes de acordo com a idade e gênero



Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Mendes et al., 2017, p.18.

Observa-se ainda que, no gráfico 4, os alunos das escolas privadas têm mais apoio de pais, professores e colegas com relação à percepção que fazem deles como estudantes.

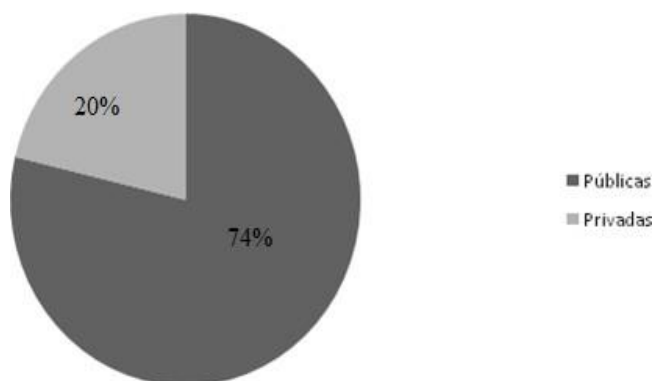
Gráfico 4. Pessoas que consideram os alunos bons estudantes pela percepção dos alunos quanto aos pais, professores e amigos.



Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Mendes et al., 2017, p.18.

Nas escolas públicas os alunos apresentam uma maior carência com relação ao apoio oferecido pelos professores do que nas escolas privadas (MENDES et al., 2017), isso é possível notar no gráfico 5.

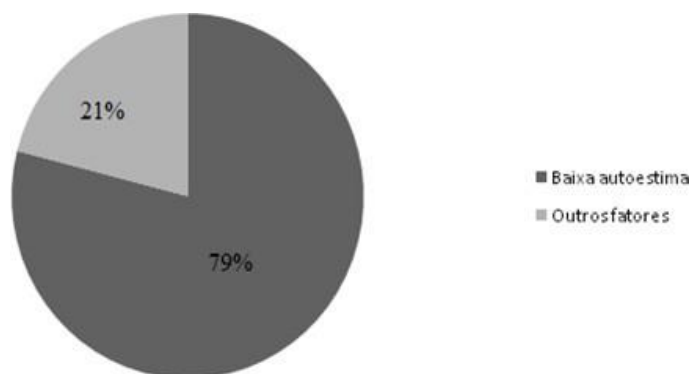
Gráfico 5. O quanto os alunos gostariam mais de auxílio de seus professores nas escolas públicas e privadas.



Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Mendes et al., 2017, p.19.

Quanto à visão dos professores em relação ao baixo desempenho de alguns alunos, a maioria dos professores acredita que esses estudantes podem ter também uma baixa autoestima e uma porcentagem menor de professores acredita não ser só a autoestima a razão de seu baixo desempenho na escola. O gráfico 6 exemplifica essa visão dos professores:

Gráfico 6. Quanto a visão dos professores em relação ao baixo desempenho de alguns alunos



Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Mendes et al., 2017, p.19.

Salienta-se ainda que pais, professores e colegas contribuem, de maneira considerável, para a formação da autoestima do aluno por estar em constante formação do conceito que tem sobre si, a motivação externa, é fundamental e se for de qualidade com as pessoas mais próximas, tende a se formar uma autoestima positiva.

Essa situação é possível observar na figura abaixo em que ilustra de forma significativa quem são as pessoas que contribuem para a formação da autoestima da criança: pais, professores e colegas.

Figura 13. Pessoas importantes na formação da autoestima da criança: pais, professores e colegas.



Fonte: Elaborado pela autora

É possível considerar que pais, professores e colegas são importantes para a



construção da autoestima da criança, uma que, segundo os estudos de Mendes et al., (2017, p. 16 - 19), eles são capazes de influenciar a vida do aluno. Pais, professores e colegas formam uma rede significativa na construção e desenvolvimento das crianças. Nesse caminho, vamos observar a seguir os reflexos da autoestima especificamente na matemática e como há uma relação intrínseca entre ambos.

#### 4.1 A influência da autoestima na matemática

A aprendizagem matemática é vista com uma especificidade (ARAUJO et al., 2003). Pesquisas mostram que a afetividade e a relação de confiança com os professores refletem na efetiva aprendizagem dos alunos. Segundo estudos, a autoestima é dinâmica e requer um longo processo para ser construída. De acordo com uma pesquisa de Fatah et al. (2016), realizada com dois grupos experimentais em escolas de classe alta, média e baixa, sendo um de controle em que recebiam todo o suporte do professor com uma abordagem aberta, isto é, uma abordagem que coloca problemas com diferentes métodos e mais de uma solução, e o outro grupo apenas uma abordagem tradicional, concluiu que o grupo que recebia uma abordagem aberta, teve um desempenho melhor do que aqueles que eram ensinados de uma forma convencional. Os alunos aumentaram a criatividade matemática e a capacidade de pensar, melhorando significativamente sua autoestima (FATAH et al., 2016).

Outros estudos apresentam conexões entre os aspectos cognitivos e afetivos na aprendizagem e, em especial, na aprendizagem dos conceitos de matemática no 1º ciclo, composto do 1º ao 5º ano do Ensino Fundamental. Na perspectiva dos estudos na linha construtivista, o aluno participa ativamente da própria aprendizagem, mediante experiências dentro da escola ou fora dela, e considera-se que o erro não é negativo, mas uma oportunidade de crescimento na rota da aprendizagem.

A aprendizagem efetiva é uma atividade ativa de resolução de problemas, sendo que as emoções que mais se observam nos alunos são a satisfação ao encontrar a solução ou a frustração quando não a encontram. Os dados desta pesquisa mostram que a relação de confiança com os professores reflete de forma essencial na aprendizagem dos conhecimentos matemáticos (HAZIN et al., 2010). O professor que ensina de forma ativa e atrelada a um ambiente familiar estimulante, influencia na aprendizagem da matemática. Estabelecer relações entre o conteúdo e a realidade dos alunos, inserindo-o

como parte fundamental no processo, não como objeto a ser estudado, mas como sujeito participante de um processo dinâmico, onde as possibilidades são construídas num movimento individual e coletivo é fundamental para a construção da autoestima e da aprendizagem. A participação dos alunos favorece a aprendizagem, estimula a disciplina e potencializa o interesse pelo saber matemático, proporcionando autoestima positiva, que induz a participação mais ativa dos alunos. (NEVES; CARVALHO, 2006).

O aprendizado está intimamente ligado com os sentimentos humanos e por isso torna-se importante que o indivíduo lide com suas emoções e seus aprendizados ao longo da vida. Observou-se até aqui que a autoestima deve ser construída a fim de ser um aporte necessário para que o aluno entenda e compreenda as razões do aprendizado, no tocante, aprendizado matemático.

Assim, de acordo com Lima (2012) na atualidade existe um consenso entre os teóricos e pesquisadores a respeito da influência dos sentimentos, emoções e do cognitivo no desenvolvimento do estudante e argumenta que a cognição social está intimamente ligada a um processo de aprendizagem. No caso específico do aprendizado matemático, existe uma ansiedade natural com relação ao raciocínio lógico uma vez que foi considerado, ao longo de muitos anos, como um entrave para os alunos porque não se admitia erros, muitos menos a influência de sentimentos no desenvolvimento do pensamento matemático.

Lima (2012) relata que além da ansiedade típica para o aprendizado, o estudante lida com um turbilhão de sentimentos e emoções que causam impactos tanto positivos como negativos em sua vida, incluindo as transformações físicas, biológicas e as alterações hormonais. Destaca ainda a importância com as emoções positivas, pois auxiliam no plano de metas e desafios na compreensão e resolução de conflitos. E para chegar ao desempenho e resultados de um estudante, Lima (2012, p. 25) com aporte teórico em Pekrun (2002; 2006), desenvolveu um modelo de “Teoria de Controle de Valor das Emoções de Desempenho” dos quais afirmam que há uma abordagem integrativa para avaliar as emoções em ambientes escolares, teoria que visa interagir proposições diferentes e que focaliza resultados relacionados ao desempenho e suas subjetividades, considerando as habilidades e seus autoconceitos.

Segundo a teoria de Pekrun (2002; 2006 apud LIMA, 2012) a causa e o efeito das relações impactam diretamente nos relacionamentos humanos bem como seus desempenhos e seus aprendizados, inclui-se nesta teoria emoções retrospectivas e de diferentes antecedentes que podem não influenciar no momento em que acontecem, mas

que podem agravar se não forem tratadas. Esse tipo de tratamento dado às emoções, afirma Lima (2012, p.27), é o sucesso ou o fracasso do indivíduo onde “emoções de alegria antecipada (autocontrole), esperança (médio controle) e desespero (baixo controle) estão ligadas às expectativas de sucesso: alívio antecipado, ansiedade e desespero, relacionam-se às expectativas de fracasso ou de seu evitamento.” Dado ao sucesso, o estudante se envaidece e consegue prosseguir seus estudos. Porém, o contrário é bem mais preocupante já que na raiva e na frustração o afeto negativo e a repulsa devem ser trabalhados para que não haja desmotivação no aprendizado e sejam evidenciadas as habilidades sociais e matemáticas, pois o sucesso por si já demonstra o prazer, portanto, quando há domínio na matemática esse prazer contribui para resultados ainda mais satisfatórios.

Ainda nas premissas de Lima (2012), a Teoria de Controle de Valor diz sobre o autoconceito do estudante que implica nas suas próprias avaliações como nas avaliações externas em que é submetido. Por um lado, o autoconceito tem uma relação sutil com a identidade do sujeito quando se refere a diferença de gênero, pois, segunda a autora, os meninos exibem com orgulho e prazer suas notas e seu desempenho ao passo que as meninas experimentam um grau alto de ansiedade, desespero e vergonha dada a alta exigência que a sociedade cobra quanto aos resultados excluindo seus sentimentos e anseios (LIMA, 2012, p. 31). Por outro lado, o autoconceito é igualmente influenciado quando a cultura negativa for maior que a positiva, ou seja, acaba excluindo o conceito de melhorar o desempenho matemático.

Pelo mesmo motivo Mendes et al. (2017) colocam a autoestima como um indicador social fundamental para a compreensão e crescimento individual e coletivo de um estudante, este indicador é um ponto positivo para o progresso e aumento do rendimento escolar sendo verdadeiro o sentimento contrário. Dito em outras palavras, se o indivíduo se sentir incapaz de realizar ou aprender, sua capacidade de aprender ficará comprometida devido suas escolhas em não prosseguir aprendendo positivamente.

Estes autores (2017) argumentam que a autoestima começa a se formar ou a se construir no convívio familiar e é projetada no ambiente escolar, como a família é a base de todo esse apoio considera-se que todos os sentimentos, anseios, emoções, desejos e vivências, no ambiente escolar, são na escola que o professor pode observar tudo que a criança aprendeu e aprende com sua família. A escola, então, é um dos meios para desconstruir todo esse processo e, posteriormente, construir novos conceitos e colocar cada um em seu devido lugar dado que “um sentimento marcante é o apoio

demonstrados pelas pessoas próximas e considerados importantes aqueles que fazem parte da sua vida [...] tende a desenvolver uma autoestima mais alta que as que disseram não ter recebido esse apoio” (MENDES et al., 2017, p. 11 - 12).

Assim, é evidente que as emoções devem ser levadas em conta na aprendizagem haja vista que o indivíduo não tem seus sentimentos separados do seu processo de aprendizado quanto ingresso no ambiente escolar ou acadêmico, tampouco seu cognitivo se separa de suas emoções quando retorna para sua casa.

#### 4.2 Teorias que demonstram a importância da autoestima na escola

A teoria da interação simbólica aponta que a expectativa dos professores é percebida pelos estudantes e possui influência indireta na sua autoavaliação. Ou seja, quando o aluno percebe que seu professor tem expectativas positivas quanto ao seu desempenho, ele manifesta um maior interesse e dedicação para aquela disciplina. No entanto, quando o aluno percebe que seu professor não tem expectativas positivas quanto ao seu desempenho, ele se sente desmotivado a aprender aquele conteúdo uma vez que indiretamente e supostamente o professor sugere que o aluno não conseguiria se destacar (PRIHADI, CHUA, 2012).

Outra teoria importante que destacamos é a teoria da profecia autorrealizável. De acordo com essa teoria, um professor que leciona para dois ou mais estudantes da mesma família acaba, de forma inconsciente, promovendo uma tensão entre o estudante e os demais alunos da sala. O professor por ter dado aula para um estudante da família que apresentava bom desempenho escolar, tende a esperar o mesmo dos outros. A partir disso, o professor manifesta um comportamento, para com o aluno que não tem um bom desempenho, de atenção, reforço e cuidado, possibilitando que esse se sinta motivado e com entusiasmo. Dessa forma, se realiza a “profecia” do professor que aquele aluno seria um estudante brilhante.

A terceira teoria, a da atribuição, considera que um fato situacional indica a reação desfavorável ou simpática. Em outras palavras, um estudante que é rude com seus colegas, recebe a atribuição situacional desfavorável de ser uma pessoa sem educação. Caso a atribuição fosse simpática, o aluno poderia aprender a ser mais gentil (PRIHADI; CHUA, 2012). Isto acontece também quando se formam grupos selecionados pela aptidão no conteúdo e há a rotulação dos alunos, conforme mostra a Figura 14.

Figura 14. Exemplo Teoria da Atribuição

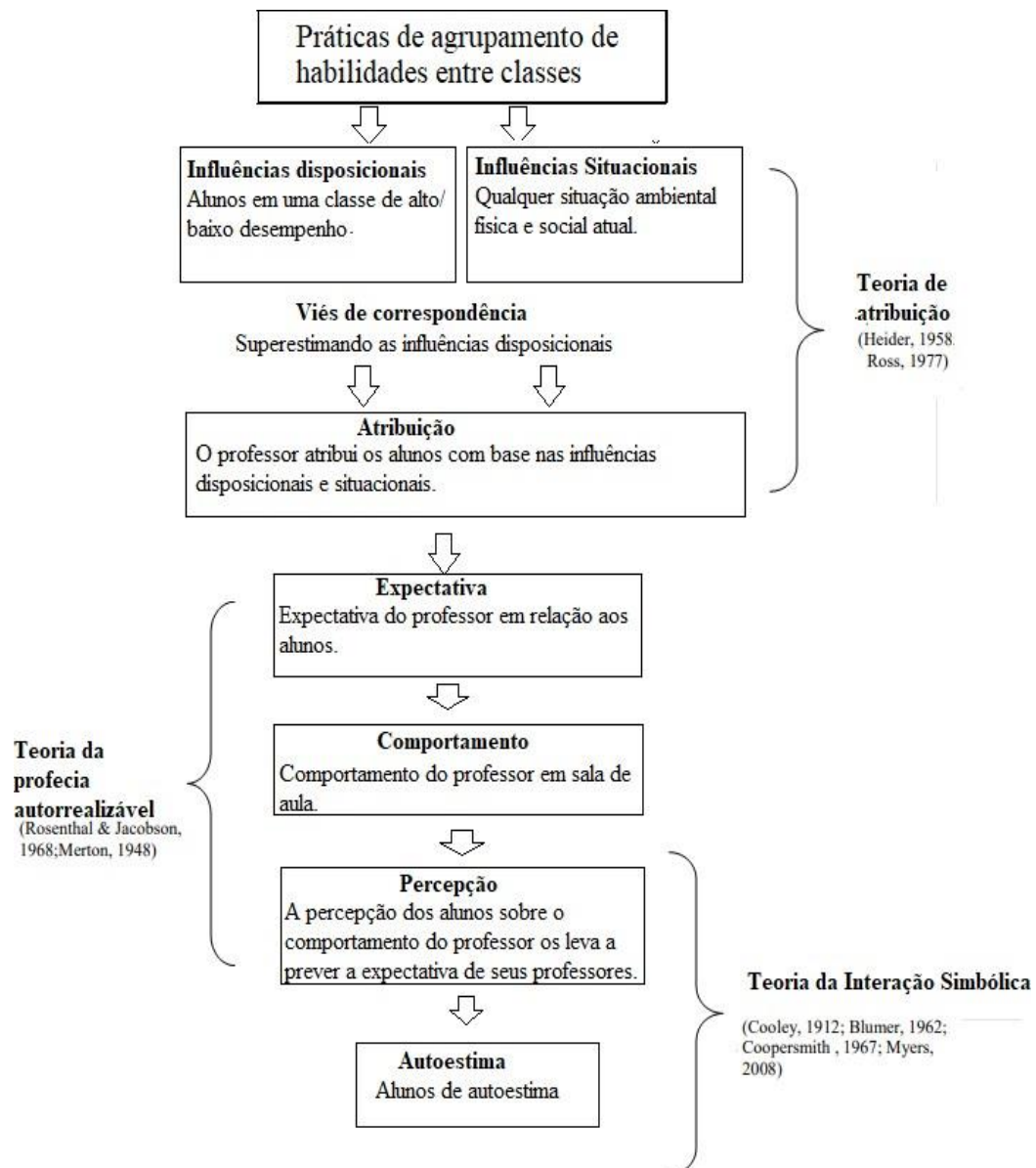


Fonte: Mariya Zavolokina, [s.d.]

Conforme é apresentado, a autoestima se mostra como parte fundamental no desempenho escolar. Através de metodologias ativas que proporcionem a participação dos alunos, é possível desenvolver a confiança e o interesse em uma aprendizagem mais significativa. A autoestima se dispõe como preditora do desempenho escolar, isto é, o aluno que confia em seus valores e capacidades se permite envolver no processo e na concretização da aprendizagem. A busca pela construção de uma autoestima saudável em crianças e adolescentes possibilita ampliar não só o interesse dos alunos nos conteúdos escolares, mas também contribui para realizações futuras em sua vida pessoal e profissional. Cabe salientar que o papel do professor está em ajudar os alunos a enxergar suas potencialidades e permitir que sua participação seja efetiva na aprendizagem e no desempenho escolar.

No mapa mental abaixo, figura 15, é possível verificar as principais ideias acerca da Teoria de atribuição, Teoria da profecia autorrealizável e Teoria da interação simbólica, conforme explicado anteriormente.

Figura 15. Teorias sobre o desenvolvimento de autoestima na escola



Fonte: Prihadi e Chua (2012), tradução nossa.

## 5 METODOLOGIAS PARA MELHORAR A AUTOESTIMA DOS ALUNOS

### 5.1 Escalas utilizadas para mensurar a autoestima

No presente capítulo serão abordados os principais critérios de avaliação dos níveis de autoestima dos alunos bem como traçar possíveis maneiras de melhorar e trabalhar a autoestima. Para isso, é preciso levar em consideração que se trata de um assunto complexo e um campo subjetivo quando estamos nos referindo e tratando das emoções e sentimentos humanos. Nesse sentido, objetiva-se considerar metodologias que permitem analisar e adotar a metodologia adequada para trabalhar, estimular, encorajar e incentivar o aluno.

Consideramos a escala de Rosenberg (1979) um desses métodos para avaliar e melhorar a autoestima. Conhecida também como Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES), ela foi desenvolvida por Morris Rosenberg em 1965, inicialmente em inglês e depois traduzida pra 28 idiomas, é considerada uma ferramenta de pesquisa com o objetivo de avaliar a autoestima.

A mensuração da autoestima, nos preceitos da Escala de Autoestima de Rosenberg – EAR (ROSENBERG, 1965), sendo um instrumento unidimensional, possibilita avaliar e classificar o nível de autoestima em três níveis: baixo, médio e alto. A autoestima baixa se manifesta por sentimentos negativos como, por exemplo, a não competência, inadequação e dificuldade de enfrentar os desafios; a média autoestima o indivíduo oscila entre o sentimento de validação e rejeição de si; na alta consiste no autojulgamento de valor, confiança e competência.

Sendo uma das escalas mais utilizada na mensuração de uma autoestima global, e desenvolvida para adolescentes, o método desenvolvido por Rosenberg é composto por dez itens que são associados ao sentimento de valor e aceitação de si mesmo. Esses itens, que totalizam em dez sentenças fechadas e organizadas nos moldes de Likert de quatro pontos, escala utilizada para mensurar a intensidade da opinião do indivíduo acerca de determinado assunto, são cinco referentes à “autoimagem” ou “autovalor” positivos e cinco referentes à “autoimagem negativa” ou “autodepreciação” (ROSENBERG, 1965).

Viscardi e Correia (2017), explicam que inicialmente a EAR era uma escala de avaliação global que, em 1965, foi aplicada em jovens e idosos de Nova York. Para elas, Rosenberg considera que a autoestima é a autoavaliação pessoal que inclui análise

afetiva de aprovação ou desaprovação de si.

De acordo com Sbicigo, Bandeira e Dell’Aglío (2010), a dimensionalidade da autoestima também é questionada do ponto de vista teórico. Para as autoras supracitadas e com base Harter (1999) e Coopersmith (1989), os autores, que se debruçam há décadas sobre o conceito, sustentam que há um caráter multidimensional da autoestima. Para Harter e Coopersmith, é preciso levar em consideração essa característica em outros contextos, como social, escolar, familiar etc., isso porque os indivíduos manifestam percepções distintas, ou seja, podem apresentar percepções positivas de si em uma determinada área e em outras não.

Para Sbicigo, Bandeira e Dell’Aglío (2010), embora haja contestações sobre o conceito de autoestima e sua estrutura fatorial, a Escala de Rosenberg apresenta bons índices de consistência interna em pesquisas internacionais, que foram realizadas com amostras de adolescentes e adultos. A faixa etária pesquisada é a da adolescência por ser considerada uma das fases mais marcadas por mudanças emocionais, físicas, sociais e cognitivas.

Segundo Harter (1999) é na adolescência que a percepção do autovalor se torna um aspecto estruturante, ou seja, central porque é quando eles desenvolvem capacidades cognitivas que possibilitam realizar abstrações a respeito do *self*. É nessa fase também que o adolescente passa a dar maior relevância sobre a percepção que os outros tem sobre ele e é quando há uma redução nos níveis de autoestima. Ainda para Harter (1999), no entanto, as constatações são inconclusivas porque considera que um estudo longitudinal, por exemplo, indicou que jovens americanos tiveram um aumento de autoestima na adolescência inicial, seguido de decréscimo na adolescência média, havendo novamente um aumento no final da adolescência (BALDWIN & HOFFMANN, 2002).

Harter (1999) ainda considera a noção de gênero. Para o autor, as meninas são as que manifestam mais conflitos durante o desenvolvimento da autoimagem. Isso é explicado pelo fato de que consideram importantes os relacionamentos interpessoais e a opinião das outras pessoas sobre elas, isso influencia diretamente na autoestima sendo um dos fatores que contribuem para os índices mais baixos de autoestima. Porém, cabe destacar que não há um consenso entre as pesquisas em afirmar que apenas as meninas manifestam maiores conflitos no desenvolvimento da autoestima. Isso porque pesquisas realizadas com adolescentes na Austrália e no Reino Unido indicaram um maior decréscimo de autoestima nas jovens



(ROBINS&TRZESNIEWSKI, 2005; HEAVEN&CIARROCHI, 2008). Já na Espanha e Europa, pesquisas mostraram que a noção de autovalor para os meninos não apresenta tanta disparidade, foi apenas um pouco mais elevada em comparação com as meninas (MARTIN-ALBO & COLS., 2007; VELESKA & COLS., 2009).

Porém, por outro lado, estudos desenvolvidos por Gentile e Cols (2009) e Twenge e Campbell (2001), não revelaram diferenças de gênero para autoestima na adolescência.

No contexto da literatura nacional, de acordo com Sbicigo, Bandeira e Dell’Aglío (2010), a construção da autoestima tem sido pouco investigada e isso prejudica o conhecimento desta questão em relação aos alunos. Para as autoras, com base em resultados nacionais que foram encontrados, as pesquisas indicam que há relações entre autoestima e gênero na adolescência e apontam “escores ligeiramente superiores em jovens do sexo masculino” (2010, p. 396). Ainda de acordo com as autoras, os estudos nacionais têm mostrado divergências encontradas na literatura uma vez que já que existem evidências corroborando tanto a unidimensionalidade da escala, quanto a existência de uma estrutura bifatorial.

No quadro a seguir, elaborado por Mendes et al. (2017), com base no questionário de Rosenberg, é possível verificar o peso das respostas e assim mensurar a autoestima.

Tabela 1. Escala de Rosenberg (1979) e peso das respostas

Item	Sim	Parcialmente	Não
1. Me sinto sempre feliz e satisfeito(a) como sou.	3	2	1
2. Sinto vergonha do jeito que sou.	1	2	3
3. Acho que tenho muitas qualidades boas.	3	2	1
4. Às vezes penso que não sirvo para nada.	1	2	3
5. Posso fazer muitas coisas tão bem quanto os meus colegas.	3	2	1
6. Acho que não consigo fazer nada direito.	1	2	3
7. Acho que sou uma pessoa de valor.	3	2	1
8. Às vezes me sinto um fracasso.	1	2	3

Fonte: Mendes et al, 2017, p. 14.

No quadro acima, observa-se que as respostas podem ser “sim”, “parcialmente” e “não” sendo que a pontuação mínima é de oito pontos e máxima de 24. Nessa escala, a obtenção de 12 pontos já considera uma autoestima positiva.

Ainda de acordo com Sbicigo, Bandeira e Dell’Aglío (2010), a Escala Autoestima de Rosenberg busca interpretar as propriedades psicométricas como validade fatorial e consistência interna. Segundo as autoras “o ponto fundamental da

autoestima é o aspecto valorativo, o que influencia na forma como o indivíduo elege suas metas, aceita a si mesmo, valoriza o outro e projeta suas expectativas para o futuro” (2010, p. 395). Disso percebe-se a importância da autoestima em consonância com o bem-estar. Isso porque, segundo as autoras, a autoestima está diretamente relacionada aos resultados favoráveis apresentados na adolescência e na vida adulta. Porém, cabe destacar, o contrário também acontece, isto é, a falta da autoestima desencadeia problemas adversos como agressão, comportamento, entre outros, o que permite concluir que a autoestima é um indicador de saúde mental.

À luz dos estudos teóricos Sbicigo, Bandeira e Dell’Aglia (2010), realizaram uma pesquisa com jovens brasileiros em situação de vulnerabilidade social. Foram utilizadas nove cidades dos estados brasileiros, como Arcos, Belo Horizonte, Brasília, Campo Grande, Maués, Porto Alegre, Presidente Prudente, Recife e São Paulo, com base nos IDH (Índice de Desenvolvimento Humano) de cada cidade, os bairros escolhidos foram de acordo com o censo coletados no IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas). Participou desta pesquisa um total de 4.757 adolescentes, sendo 54% do gênero feminino e 46% do gênero masculino. Desses jovens, 36% eram estudantes de 7º e 8º séries<sup>2</sup> (8º e 9º anos) e os demais se encontravam matriculados no ensino médio e idades entre 14 e 18 anos.

No estudo das pesquisadoras supracitadas, foi feita uma adaptação da escala de Rosenberg para o Brasil, com dez itens dos quais seis são referentes a uma visão positiva e os outros quatro, negativa ou, como as autoras denominam, autodepreciativa. As opções de resposta eram “concordo”, “discordo” e “nem concordo, nem discordo”. As autoras explicam que muitos pesquisadores têm utilizado versões modificadas da EAR com um formato de maior ou menor número de itens, ou até mesmo reescrevendo os itens para facilitar a compreensão, consideram ainda que outros utilizem também o formato de Likert, de três e seis pontos, isto é, perguntas com o intuito de saber o grau de concordância com aquela frase. No caso da pesquisa das autoras foram utilizados três pontos.

O procedimento da pesquisa foi elaborado da seguinte maneira: os jovens foram abordados em escolas públicas, de suas respectivas cidades, e a Escala Autoestima de Rosenberg foi aplicada de forma coletiva, com a duração de até duas horas. Os jovens participantes e seus responsáveis assinaram e consentiram a pesquisa, sendo a mesma

---

<sup>2</sup> Em janeiro de 2006, o Senado aprovou o Projeto de lei nº 144/2005 que estabelece a duração mínima de 9 (nove) anos para o Ensino Fundamental, com matrícula obrigatória a partir dos 6 (seis) anos de idade.

aprovada. Como resultados, as autoras (2010) verificaram as seguintes respostas, conforme exposto na tabela abaixo.

Tabela 2. Itens da Escala de Rosenberg analisados nesta pesquisa:

Itens:
01 - Sinto que sou uma pessoa de valor como as outras pessoas.
02 - Eu sinto vergonha de ser do jeito que sou.
03 - Às vezes, eu penso que não presto para nada.
04 - Sou capaz de fazer tudo tão bem como as outras pessoas.
05 - Levando tudo em conta, eu me sinto um fracasso.
06 - Às vezes, eu me sinto inútil.
07 - Eu acho que tenho muitas boas qualidades.
08 - Eu tenho motivos para me orgulhar na vida.
09 - De um modo geral, eu estou satisfeito(a) comigo mesmo(a).
10 - Eu tenho uma atitude positiva com relação a mim mesmo(a).

Fonte: Sbicigo; Bandeira; Dell'aglio, 2010, P. 399.

É possível perceber que, na tabela 1, os itens sugerem uma autoavaliação e um autoconhecimento para se chegar ao resultado proposto na tabela 2 em que se observa que a resposta positiva tem uma devolutiva sutil em comparação com a resposta negativa, porém ela se sobressai nos três indicadores propostos na tabela. As autoras (2010) alertam ainda para que o uso da EAR não se encerre em uma única pesquisa para este tipo de estudo, ou seja, é necessário que aconteça mais pesquisas e estudos.

Pensando mais especificamente a EAR com relação à matemática, é preciso considerar o que postulam Hazin, Frade e Falcão (2010). Os autores, ao objetivarem traçar as possíveis relações entre autoestima e o desempenho escolar de alunos, abordaram alunos da 5ª série<sup>2</sup> (6º ano) do ensino fundamental, tiveram como resultados apresentados que os alunos, no início desta etapa do ensino, manifestaram certa queda de aproveitamento e rendimento dos resultados. Na faixa etária correspondente dessa etapa, entre 12 e 13 anos, as emoções e os sentimentos são diversos e carregados de conflitos gerados devido ao próprio desenvolvimento. Os resultados desta pesquisa evidenciam as conexões entre o desempenho matemático e o lado afetivo (autoestima) com o intuito de se construir o conhecimento para a matemática escolar.

Segundo as autoras (2010), com base nos resultados obtidos e analisados, concluiu-se que os dados:

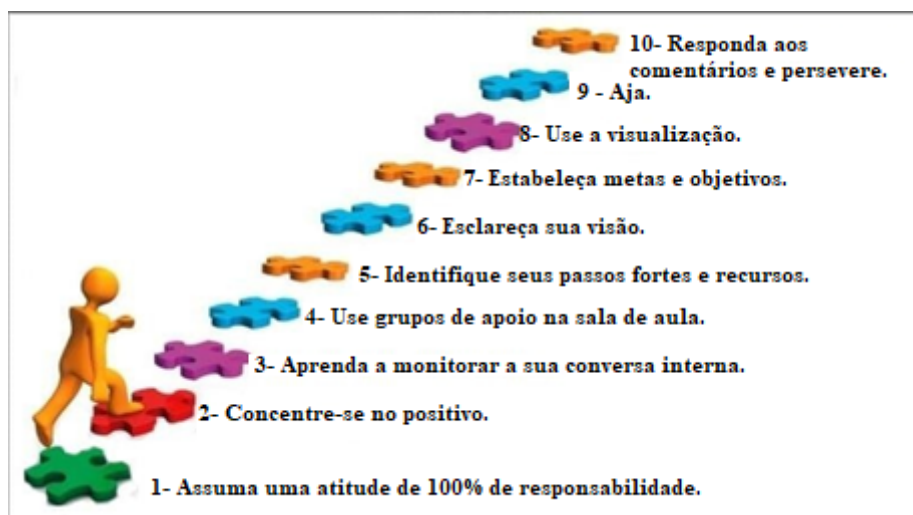
sistematicamente analisados através de análise categorial de tipo multidimensional, sugerem a existência de uma conexão entre a autoestima e o desempenho escolar em matemática. Tal conexão é claramente percebida na semelhança entre as partições realizadas pela análise multidimensional. (HAZIN, FRADE, FALCÃO, 2010, p. 51-52)

## 5.2 Métodos para melhorar a autoestima do aluno

No que tange às metodologias e práticas para desenvolver a autoestima alta nos alunos, será abordado os preceitos de Branden (1997) em “Seis Pilares da Autoestima”. Em sua obra, o autor ressalta práticas possíveis para esse desenvolvimento da autoestima como o viver conscientemente, a autoaceitação, a autorresponsabilidade, a autoafirmação, a vida com propósito e a integridade pessoal. Além disso, cabe pontuar que são válidos os ensinamentos dos professores e da equipe escolar e podem refletir em toda a vida do aluno. Considera-se, então, que quando os indivíduos se sentem melhores com si mesmo, eles apresentam melhor desempenho na escola. Na figura abaixo, com base em Jack Canfield (1990), podemos notar as dez etapas que ajudam os alunos a aumentarem a sua autoestima.

### 5.2.1 Método I - Dez etapas para ajudar os alunos a melhorarem a autoestima

Figura 23. Dez etapas para ajudar os alunos a aumentarem sua autoestima



Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Jack Canfield, 1990, p. 16 – 20.

Kopfhammer (1992) coloca no passo um “Assuma uma atitude de 100% de responsabilidade”, o autor considera que quando os alunos não conseguem os resultados

que almejam é necessário que o professor não os culpe pelos eventos externos ou de outras pessoas, mas assumir a responsabilidade de suas respostas.

No item dois, “Concentre-se no positivo”, Kopfhammer (1992) expõe que para se sentir bem-sucedido, o indivíduo precisa ter experimentado o sucesso. Nesse sentido, muitos alunos, por acharem que não obtiveram sucesso, precisam ser orientados e treinados para identificar realizações bem-sucedidas, que antes passava despercebido. Além disso, é preciso considerar que alunos tendem a equipar o "sucesso", por exemplo, ao ganho de uma medalha ou em termos financeiros. Em síntese, este item lança olhos à necessidade dos professores e equipe escolar em ajudar os alunos a se lembrarem e reconhecer suas realizações, não de suas falhas e fracassos.

No passo três, “aprenda a monitorar sua conversa interna”, Kopfhammer (1992) considera que “cada um de nós tem cerca de 50.000 pensamentos sobre si mesmo por dia”. Significa dizer, em outras palavras, que é necessário que os indivíduos substituam os pensamentos negativos por uma conversa interna positiva (1992). Isto é, incentivar e induzir os alunos aos pensamentos como "eu posso aprender que", “eu sou inteligente ” e “eu me aceito” são alguns exemplos que os indivíduos podem ter como conversa interna positiva.

O autor considera, no item quatro, que “usar grupos de apoio na sala de aula” é importante para ajudar os alunos a superar o sentimento de alienação e rejeição (KOPFHAMMER, 1992). Isso porque é possível que alguns alunos, ao cumprirem seu horário escolar, não sejam o centro das atenções positivas.

Já o item cinco, “Identifique seus pontos fortes e recursos” é uma etapa estruturante para melhorar a autoestima. Faz-se necessário conduzir o aluno para uma consciência e visão ampliada dos aspectos fortes e recursos. Kopfhammer (1992) sugere a técnica de reunir os alunos em seus grupos de apoio e fazer com que eles falem uns aos outros o que consideram suas qualidades e pontos fortes positivos. Em outras palavras, é preciso que os alunos escolham palavras que auxiliem a reconhecer seus aspectos positivos a fim de incentivar e não destruir a autoestima. O autor indica que “a criança precisa ser realista, além de positiva. É muito importante ajudar os alunos a observar as áreas que precisam de mais desenvolvimento se quiserem atingir seus objetivos” (KOPHAMMER, 1992, p. 18).

No tópico seis, “esclareça sua visão”, Kopfhammer indica que é preciso ter uma visão clara, pois sem ela a motivação é inexistente. Segundo ele, a criatividade é gerada quando se faz o que mais se deseja e é intensificada quando se arrisca viver como mais

desejamos viver.

No tópico sete, “Estabelecer metas e objetivos” é essencial que os professores ensinem os alunos a determinar metas e objetivos no âmbito pessoal, familiar, escolar e da comunidade. Kopfhammer (1992) sugere que os alunos podem estabelecer metas irreais e disso se sentem rejeitados e magoados porque não conseguiram alcançar o objetivo de alto nível que estabeleceram. Para o autor, os alunos ao estabelecerem objetivos alcançáveis “eles trabalharão mais e por mais tempo para alcançá-los. A aprendizagem real ocorre quando um aluno desenvolve um senso de domínio sobre o material” (1992, p. 18).

No tópico oito, “Use a visualização” indica que os indivíduos ao ter uma visão definida e clara dos objetivos, há um aumento na motivação. Assim, como prática possível, é estimular o aluno a visualizar os seus objetivos. O autor sugere como atividade de explorar essa competência, “os alunos precisam passar cinco minutos por dia visualizando cada um de seus objetivos como se já tivessem sido alcançados” (KOPFHAMMER, 1992, p. 19).

No item nove, o “Agir” sugere que o aluno se aproprie de uma atitude de agir. Nas palavras do autor o aluno precisa “fazer o que está fazendo”. Nessa temática, é possível trabalhar de forma com que faça o aluno expandir suas ações e levar a executar o que pensava não ser possível isso porque “muitos alunos acreditam que o trabalho difícil está fora de questão e não tentam realizá-lo” (KOPFHAMMER, 1992, p 19). Nessa direção, é preciso colocar os alunos em contato com desafios em aulas, uma vez que “tarefas desafiadoras podem e devem ser revigorantes e energizantes” (KOPFHAMMER, 1992, p 19).

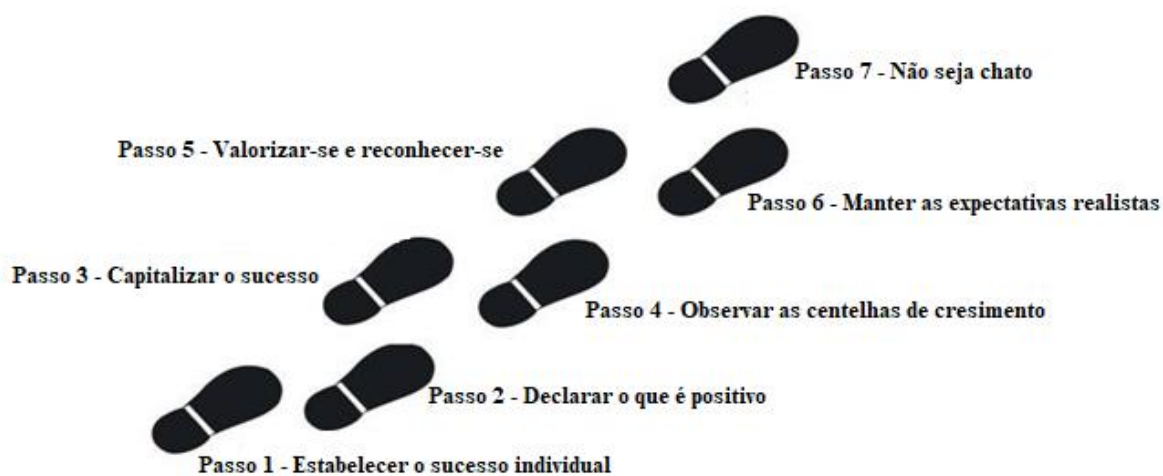
Por fim, o último passo proposto pelo autor, “responda aos comentários e persevere” considera que os alunos precisam aprender com erros como forma de crescimento, isto é, usar erro como “feedback positivo e negativo em seu benefício e para perseverar até atingirem seus objetivos” (KOPFHAMMER, 1992, p 20). Além disso, o autor ressalta outro ponto importante: a importância dos pais, professores e adultos ouvirem as crianças e entender o que elas querem dizer, além de pai, professor e adultos é preciso ser também um bom ouvinte.

### 5.2.2 Método II - Sete passos para professores e pais ajudarem na autoestima do aluno

Kopfhammer, com subsídio em Patrícia H. Berne (1985) demonstra ainda outros

sete passos para melhorar a autoestima dos alunos. Conforme é possível observar na figura, a teoria traçada por Berne considera quais são os elementos imprescindíveis para construir uma autoestima positiva e uma aprendizagem eficaz. Para Berne “a autoestima é tão importante para crianças quanto o ar que elas respiram” (KOPFHAMMER, 1992, apud BERNE, 1985, p.21).

Figura 24. Sete passos para ajudar os alunos a aumentarem sua autoestima.



Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Kopfhammer, 1992, p. 21 –24.

O primeiro passo para construir a autoestima, proposto por Kopfhammer (1992) com base em Berne (1985), é “estabelecer o sucesso individual” que diz respeito a construir situações que causem a sensação de sucesso no aluno, trabalhando com o fracasso de forma improvável. Para isso, é proposto que organize uma sequência de tarefas que sejam fáceis de resolver, isso causará a sensação de sucesso e estimula o aluno a continuar. Ou seja, o sucesso possibilita um aumento na autoestima sobretudo quando ela é feita em tempo contínuo. Berne afirma que “as novas situações devem ser confortáveis, divertidas e interessantes quanto possível, com situações estruturadas planejadas para um momento específico com um resultado de sucesso garantido para cada criança” (1985, p. 63).

“Declarar o que é positivo” é oferecer uma avaliação positiva dos trabalhos, tarefas, provas dos alunos. Comumente o aluno tem o retorno mediante as palavras como "certo", "errado", "ruim", "bom", "OK" e "pior" (KOPFHAMMER, 1992 apud BERNE, 1985). Dito em outras palavras, usualmente os alunos são avaliados a partir de seus fracassos, fazendo assim com que não haja um estímulo daquilo que fazem

corretamente. O autor indica duas maneiras de se avaliar positivamente os alunos são “primeiro, colocar o número de respostas corretas no topo de um teste ou papel em vez do número de respostas erradas. Em segundo lugar, as respostas corretas em uma tarefa ou teste devem ser marcadas em vez das respostas erradas” (KOPFHAMMER, 1992 apud BERNE, 1985, p. 21). Essa metodologia possibilita promover os aspectos positivos e não os negativos isso porque reiterar “o que é positivo no trabalho dos alunos atrai as ações dos alunos para seus pontos fortes, não seus pontos fracos. Reconhecer as respostas positivas estimula o sucesso ((KOPFHAMMER, 1992 apud BERNE, 1985, p. 21).

“Capitalizar o sucesso”, em outros modos, é reunir o sucesso do aluno e compartilhar com os seus responsáveis e outros alunos. Exemplo disso é “enviar notas positivas para os pais (...) ler o bilhete para a criança antes de enviá-lo para casa para os pais” (KOPFHAMMER, 1992 apud BERNE, 1985, p.21), essa atitude do professor contribui para a autoconfiança e honestidade da criança, fortalecendo ainda a relação entre aluno e professor.

No item quatro, “observar as centelhas de crescimento” diz respeito em fortalecer os pequenos passos associado com o reforço positivo de que o aluno consegue fazer e desempenhar determinada tarefa. Para Kopfhammer (1992), com aporte em Berne (1985), considera que as crianças que apresenta uma baixa autoestima acreditam não poderem aprender. No entanto, para romper com essa ideia, é preciso mostrar ao aluno ao menos uma faísca de interesse. Nas palavras de Kopfhammer (1992), alunos considerados “deficientes de aprendizagem” muitas vezes, na verdade, aprenderam. Porém, devido a sua autoestima baixa, há um bloqueio mental negativo como “não consigo fazer isso” e não por apresentar um baixo nível de habilidade.

A quinta premissa coloca em questão “valorizar-se e reconhecer-se”, ou seja, destacar e enfatizar as realizações do aluno. Nesse sentido, Kopfhammer (1992) destaca a necessidade de se criar um portfólio do trabalho das crianças a fim de enaltecer o desenvolvimento da criança. Esse método possibilita que o aluno crie um senso de orgulho. Não só cabe aos professores, mas como postula o autor, a ajuda dos pais é importante e como sugestão ele cita que os responsáveis podem, por exemplo, colocar o trabalho das crianças em locais visíveis, como uma porta, ou armários, geladeiras uma vez que “ao preservar o trabalho das crianças, comunica-lhes a mensagem de que vale a pena salvar o seu trabalho” (KOPFHAMMER, 1992, p. 22). Essa postura significa, nas entrelinhas, reconhecer os feitos do aluno não como “mais um” e sim evidenciar a



realização, o feito da criança, “a evidência de sucesso que é visível e tangível tem um forte efeito positivo na autoestima de uma criança” complementa Kopfhammer (1992, p. 23).

O sexto pressuposto, “manter as expectativas realistas”, posiciona a necessidade de oferecer e permitir caminhos que não seja como “o método do único caminho do professor” (KOPFHAMMER, 1992, p. 23). É comum que os professores adotem uma postura de presumir que uma determinada tarefa só é possível ser elaborada de uma única maneira, descartando toda a possibilidade de oportunidade que o aluno tem de explorar, criar e recriar as tarefas determinadas a ele. O professor ao se posicionar que só há um caminho a ser seguido e uma única maneira de resolver a situação, rompe a autoconfiança do aluno que, conseqüentemente, afeta sua criatividade e vontade. Nesse sentido, é preciso que os professores permitam que seus alunos experimentem da liberdade, e não um único caminho, para explorarem suas vontades, objetivos, metas.

Por fim, o último tópico da construção da autoestima proposto por Kopfhammer (1992), com respaldo teórico em Berne (1985), diz sobre “não seja chato”. Traduzindo, é preciso que o professor redescubra e encontre novas maneiras, métodos e situações para alijar o tédio. Nessa direção, se faz necessário a capacidade do professor em ser atento em “reconhecer quando uma tarefa é frustrante ou entediante. Quando os sentimentos são reconhecidos, as crianças geralmente se tornam menos resistentes” (KOPFHAMMER, 1992, p. 23).

Até aqui percebemos que Kopfhammer, ao se valer de Berne (1985), traça um caminho em que os passos convergem para o sucesso da criança. Isto é, os alunos precisam perceber que pais, professores e escola reconheçam a capacidade e o valor da criança, pois quando isso ocorre, os alunos nutrem a sua autoestima. Somado a isso, a exaltação do sucesso das crianças é também de suma importância e contribui positivamente para o ganho e melhoramento da autoestima.

### 5.2.3 Método III - Mensurar a autoestima a partir de três perguntas

Nessa direção, de traçar as metodologias que contribui para a autoestima do aluno, ainda com Kopfhammer (1992), o autor nos apresenta também o Plano III, inspirado em Bisstle (1990), que também tece considerações acerca da construção da autoestima positiva. O Plano III, em conformidade com a figura 25 abaixo, postula três perguntas vitais que viabiliza o professor compreender melhor seu aluno e auxiliá-lo a

desenvolver uma autoestima positiva sobre si mesmo.

Figura 25. Três perguntas vitais para verificar como está a autoestima de seus alunos



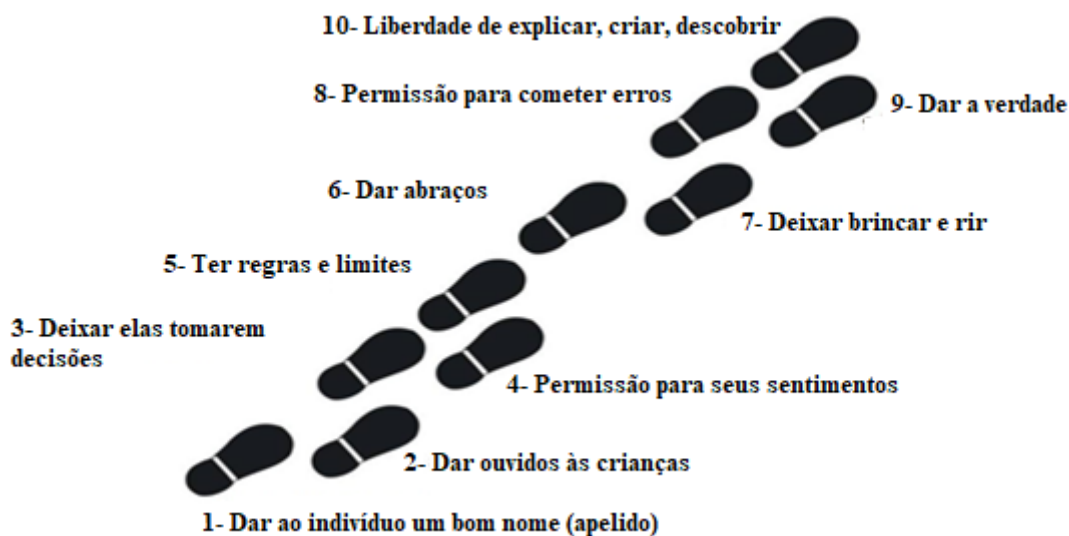
Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Kopfhammer, 1992, p. 24.

De acordo com Bisstle (1990), a autoestima pode ser estabelecida pelas três perguntas: “Sou amado pelas pessoas mágicas na minha vida?”, “Me sinto capaz?”, “Eu tenho habilidades?” e pontua que, se o aluno responder sim para estas três perguntas, a criança tem autoestima elevada, ao passo que se as repostas foram não o aluno possui baixa autoestima.

#### 5.2.4 Continuando no Método III - Dez abordagens para construir uma autoestima positiva

Para o autor, é possível que pais e professores possam usar dez abordagens que encorajam e auxiliam as crianças a construir positivamente sua autoestima, isso é exposto na figura 26, a seguir.

Figura 26. Os dez passos para a criança atingir o amor-próprio



Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Kopfhammer, 1992, p. 24 - 27.

A começar, Kopfhammer, ancorado em Bisstle (1990), coloca que o primeiro

passo é sobre a importância de “dar ao indivíduo um bom nome” uma vez que essa postura sinaliza às crianças que elas são importantes e especiais. É comum que pais e professores dêem um nome ou apelido associado a uma imagem negativa, como dispõe Kopfhammer (apud BISSTLE, 1990) de “filhote”, “robusto”, “preguiçoso”, “lento” ou “estúpido”. Nesse sentido, é importante que a forma como o professor ou pai irá se referir ao aluno indicia uma imagem positiva ou negativa, quando é feito uso de um nome ou palavra negativa, corrobora para negativar a autoestima.

“Dar ouvidos às crianças” é o segundo passo que destaca a necessidade, já mencionada anteriormente, de pais e professor oferecer a escuta para as crianças, sem que eles sejam interrompidos ou impossibilitados de falar. Nessa premissa, considera que o ato de escutar e dar ouvidos às crianças permite que pais e professores descubram o mundo das crianças, há uma aproximação e o sentimento de importância. Kopfhammer acredita que “aprender a ouvir e responder com atenção é o primeiro e necessário passo para ajudar as crianças a se sentirem competentes” (KOPFHAMMER apud BISSTLE, 1990, p. 25). O autor destaca que quando as crianças procuram ser escutadas e não recebem essa condição, passam a sentir que não estão se importando com elas.

O terceiro passo importante nessa construção é o de “deixá-las tomarem decisões”. Essa premissa evidencia a importância de que pais e professores permitam que a criança expresse sua vontade, suas opiniões e decisões. Essa condição destaca ainda a relevância de colocar a criança em contato com decisões e ajuda para determinar situações adversas, seja na escola, em casa ou outros lugares. Kopfhammer presume que “as crianças precisam de poder para resolver problemas e tomar decisões corretas antes de chegarem à fase adulta” (KOPFHAMMER apud BISSTLE, 1990, p. 25).

O quarto método nos diz sobre como é importante as crianças experimentar seus próprios sentimentos. Esse método, “permissão para seus sentimentos”, nos mostra que é possível e necessário que as crianças confiem, experimentem e acreditem em seus sentimentos. Frequentemente, a criança é reprovada de sentir suas emoções. Diante disso, a contribuição dos pais e professores com esse método, é o de apoiar o que a criança está sentindo. Kopfhammer considera que “a rejeição dos próprios sentimentos por não serem importantes ou valiosos é a principal causa da baixa autoestima” (KOPFHAMMER apud BISSTLE, 1990, p. 26).

A quinta etapa, “ter regras e limites” dispõe da ideia de que é preciso ensinar as crianças que nem todas as suas ações e comportamentos são passivos de aceitação. O

comportamento é muito influenciado pelo evento, pelas pessoas e pela ocasião. Kopfhammer (1990, p. 26) manifesta que “as regras e consequências precisam ser desenvolvidas, demonstradas e compreendidas tanto pela criança quanto pelos pais antes que um evento ocorra” e acrescenta que isso é preciso, estabelecer as regras e traçar as consequências, “aplicá-las de maneira consistente de maneira humanística e digna” (KOPFHAMMER, 1990, p. 26).

O sexto passo de auxiliar na autoestima é “dar abraços nas crianças”. Kopfhammer (1990) levanta a ideia de que é importante demonstrar às crianças que elas são amadas. O autor, utilizando Bisstle (1989), acredita que “as crianças precisam de no mínimo quatro abraços por dia dos adultos, para se sentirem amadas e desenvolverem a autoestima necessária” (1990, p.26). No entanto, é preciso salientar que essa ideia deve ser praticada pelos membros de sua família. Bisstle também destaca que esta teoria deve ser aplicada por adultos na família e acredita que “um abraço é mais necessário e mais exigido do que uma surra ou soco” (KOPFHAMMER apud BISSTLE, 1989, p. 26).

O sétimo passo reforça como o brincar e rir contribuem para construir a autoestima da criança. “Deixar brincar e rir” é possibilitar aprender, encorajar e aliviar a tensão.

O oitavo passo, “permissão para cometer erros”, vai ao encontro do que foi mencionado anteriormente sobre permitir que as crianças sintam suas emoções. Aqui, enfatiza sobre a maneira de transformar os erros em experiência. Queremos dizer, viabilizar oportunidades para “de explorar e cometer erros sem serem ridicularizadas por seus amigos, pais e adultos” (KOPFHAMMER apud BISSTLE, 1989, p. 26). Nesse sentido, o autor ainda destaca que os professores precisam priorizar, por exemplo, as respostas corretas de trabalhos, tarefas etc. Isso porque quando a criança é exposta apenas às críticas e punições há um prejuízo na autoestima ao passo que o reforço positivo de elogios e críticas construtivas corroboram favoravelmente e possibilita acendê-las. Ademais, “cada criança precisa constantemente de um impulso de autoimagem ao longo do dia” (KOPFHAMMER, 1990, p. 27).

O nono passo, conforme esclarece o autor, nos diz sobre a dificuldade de dar e oferecer a verdade. Usualmente as crianças precisam mentir, mas conforme diz Kopfhammer (1990, p. 27), “dar a verdade” é levar o indivíduo a fortalecer um lado de confiança, coragem e força de estar certo.

A última metodologia proposta pelo autor e Bisstle (1989, p. 28), recai sobre a

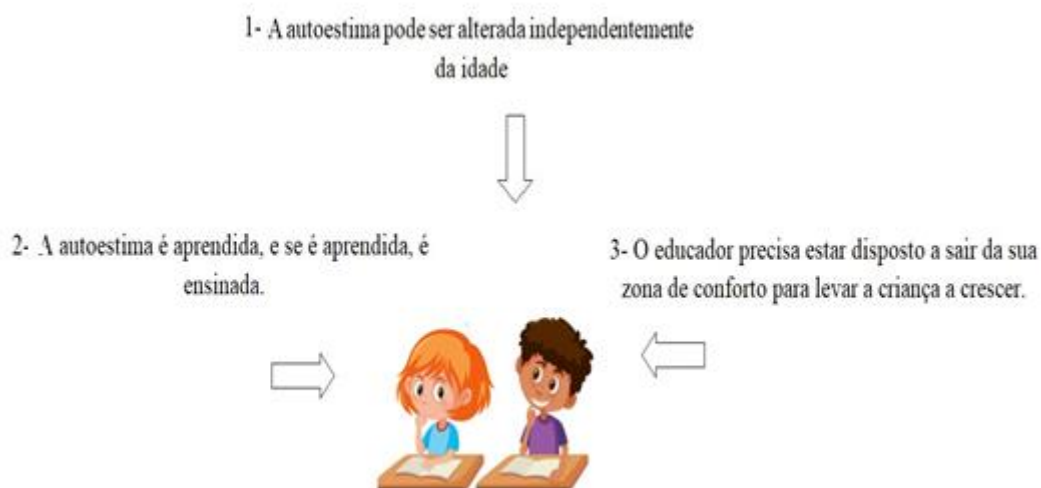
importância de dar “liberdade de explorar, criar e descobrir”. Nesse método, é necessário viabilizar oportunidades em que as crianças possam explorar, descobrir, criar, imaginar. Aqui, ao possibilitar essas situações para as crianças, há também nas entrelinhas o ensinamento da responsabilidade. Tal fato podemos verificar que, consoante com Kopfhammer (1990, p. 28), as crianças são mais satisfeitas quando “aprenderam como fazer escolhas e como aceitar a responsabilidade por tudo o que acontece como resultado de suas escolhas”.

Foi possível concluir que o pensamento de Kopfhammer, ancorado em Bisstle (1989), esboça que a construção da autoestima é sustentada por pilares importantes como o amor, confiança, reconhecimento e permissão.

#### 5.2.5 Método IV - Três premissas sobre autoestima

Kopfhammer, por fim, utiliza as contribuições de La Meres para finalizar seu estudo sobre a autoestima e aprendizagem. A figura 27 propõe o Método IV, que descreve as três premissas básicas acerca da autoestima.

Figura 27. Método IV - Três premissas básicas sobre a autoestima



Fonte: Elaborado pela autora, 2021, adaptado de Kopfhammer, 1992, p. 28.

No Plano IV, Kopfhammer (1990), com subsídio de La Meres (1990), propõe que a autoestima pode ser alterada independentemente da idade, conforme mostra o item um. Além disso, se a autoestima é aprendida, ela pode ser ensinada, logo, o

professor consegue auxiliar nesse processo. Nesse sentido, percebe-se a importância de um professor engajado e disposto a ajudar a criança a construir sua autoestima.

Como dito anteriormente, há estudos que evidenciam que a autoestima se inicia na infância, no entanto pode ser alterada ao longo da vida e independentemente da idade. Em resumo, o professor precisa estar propenso e disponível a recorrer a métodos, passos e etapas que leve o aluno a estar disposto e interessado em aprender e sair de sua zona de conforto (KOPFHAMMER, 1992). Não é possível afirmar que essa tarefa seja um trabalho fácil, porém é necessário para mudar a educação como um todo haja vista que quanto maior a autoestima, maior o desempenho acadêmico, o sentimento de motivação para aprender e o prazer e orgulho na matemática. O caminho de propor métodos para auxiliar na autoestima é também pensar que essa contribuição resulta em um melhor comportamento e desempenho do aluno até mesmo porque “o aluno com autoestima baixa tem vergonha e ansiedade na matemática, visto que seu desempenho é inferior ao esperado” (LIMA, 2012).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Compreender a relação entre a autoestima e o processo de aprendizagem, é o objetivo central deste trabalho. Sabe-se que a construção da autoestima começa na infância e sofre forte influência dos pais, amigos e principalmente dos professores.

As crianças têm fortes oscilações em seu nível de autoestima, o que implica considerar que seus sentimentos determinam como elas reagirão a eventos novos e difíceis. Disso implica considerar que o aprendizado do aluno está diretamente relacionado com a sua autoestima, que pode interferir positiva ou negativamente no desenvolvimento cognitivo das crianças. Segundo Mendes et al., “o indivíduo deve ser estimulado a aprender, livre de repreensão ao errar, a sentir-se aceito e valorizado pelo seu potencial” (2017, p. 10).

A construção de uma autoestima saudável em crianças e adolescentes permite ampliar seus conteúdos escolares e contribui para realizações futuras em sua vida pessoal e profissional. Isto porque a autoestima pode ser uma chave positiva ou negativa, isto é, uma boa estima fomenta o desenvolvimento do aluno ao passo que uma autoestima baixa é uma chave negativa e prejudica a evolução do aluno.

Professores e administradores das escolas desempenham um papel fundamental na construção da autoestima dos alunos. A valorização da autoestima deve ser uma preocupação central para cada professor, pois impacta diretamente no desempenho acadêmico.

Consideramos que o papel do professor pode fomentar uma nova vida nos alunos e aumentar seu empoderamento. Por isso, é fundamental que professores aprendam maneiras de abordar os diferentes autoconceitos dos alunos como forma de entender suas deficiências e fraquezas e preparar terreno para melhorar uma baixa autoestima.

Uma revisão bibliográfica permitiu, à luz de preceitos teóricos da área, traçar considerações acerca das definições conceituais de autoestima, apresentar os seis pilares da autoestima definidos por Branden (1997), delinear as características de pessoas com baixa e alta autoestima e apresentar metodologias para melhorar a estima dos alunos. Recorremos a Robert White (1963), Morris Rosenberg (1965), Coopersmith (1967), William James (1983) e Branden (1997), por exemplo, para explicar as principais considerações acerca da conceituação de autoestima com o intuito de nos atentarmos

para a ideia de que “a autoestima pode ser mudada e aprendida” (KOPFHAMMER, 1992, p. 5).

Mais especificamente, esta pesquisa se propôs a apresentar tais questões dentro do ensino da matemática traçando a relação com a autoestima. Para isso, percorremos as ideias também propostas por Branden (1997) acerca dos seus seis pilares e tecemos considerações sobre cada um deles a fim de verificar que viver conscientemente, a autoaceitação, autorresponsabilidade, autoafirmação, vida com propósito e integridade pessoal, os pilares propostos pelo autor, configuram uma prática importante para formar uma boa autoestima.

Recorremos também a Kopfhammer para evidenciarmos sete características de alunos com um alto valor próprio e listamos, na sequência, oito especificidades de alunos com baixa autoestima. Disso compreendemos que, ao considerar as características e comportamentos dos alunos de alta e baixa autoestima, é possível orientar o professor a fim de obter resultados favoráveis durante a aprendizagem.

Em outro momento, apresentamos um estudo onde foi feita uma adaptação da escala de Rosenberg, com dez itens dos quais seis são referentes a uma visão positiva e os outros quatro, negativa ou, como as autoras denominam, autodepreciativa. Foram consideradas particularidades acerca da comparação entre alunos de escolas públicas e privadas, além de dados sobre a relação e apoio de pais, professores e colegas. Na sequência, apresentamos a influência da autoestima na matemática e concluímos que afetividade e a relação de confiança entre alunos e professores refletem na aprendizagem. Aqui também apresentamos as teorias que demonstram a importância da autoestima na escola com intuito de refletir sobre o papel do professor em ajudar seus alunos a enxergarem suas potencialidades e estimas. Além disso, foi possível concluir, portanto, que as emoções não devem ser desprezadas.

Por fim, foi necessário também recorrer aos teóricos para subsidiar as principais considerações e, dada a revisão bibliográfica, traçamos quatro subtópicos para apresentar as metodologias mais relevantes. Desses métodos, depreende-se que aqueles alunos que conseguem confiar em seus próprios valores e capacidades apresentam uma melhora no aprendizado. Além disso, constatamos que também cabe ao professor ser um potencializador das particularidades de seus alunos.

Concluímos nesta pesquisa que o aprendizado está intimamente ligado com os sentimentos humanos, por isso torna-se fundamental que o indivíduo lide com suas emoções, além de apontar a importância do incentivo familiar, dos professores e da



escola como um todo para que o aluno tenha um o desenvolvimento significativo na aprendizagem.

Mais especificamente, a matemática precisa ser ensinada de forma ativa, dinâmica e estimulante, além de ser apresentada de modo em que o aluno se sinta como parte integrante desse processo. Vimos que a matemática foi considerada durante muitos anos como essencialmente raciocínio lógico, porém não é possível desconsiderar as emoções do aluno durante o aprendizado.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARAÚJO, C. R. et al. **Affective Aspectson Mathematics Conceptualization: From Dichotomiesto na Integrated Approach.** International Group for the Psychology of Mathematics Education, v. 2, p. 269-276, 2003.

BALDWIN, Scott A.; HOFFMANN, John P. The dynamics of self esteem: A growth-curve analysis. **Journal of youth and adolescence**, v. 31, n. 2, p. 101-113, 2002

BARRETO, A. **Manual: cuidando do cuidador-resgate da autoestima na comunidade.** Fortaleza, 2010.

BATTLE, J.A. Enhancing Self-Esteem and Achievement: **A Handbook for Professionals.** Seattle: Special Child. 1982.

BEAN, R. et al. Adolescentes Seguros: Como aumentar a autoestima dos jovens. São Paulo: **Gente**, 1995.

BERNE, P.H. Self-Esteem Success Stories. **Instructor**. pp. 56-59. 1985.

BISSTLE, B.J. Building Self-Esteem In Children, (Video Cassette Recording No. 4674- V). **Mount Dora: Kidsrights.** 1989.

BORBA, M. **Improving Student Achievement and Behavior Through Building.** New York: Harper & Row. 1986.

BRANDEN, N. **Auto-estima e os seus seis pilares.** Tradução Vera Caputo. São Paulo: 3 ed. 1997.

BRANDEN, N. **Auto-Estima: como aprender a gostar de si mesmo.** São Paulo: Saraiva, 1991.

BRIGGS, D. C. **A auto-estima do seu filho.** São Paulo: Martins Fontes, 2002.

CANFIELD, J. Improving Students Self-Esteem. Educational. **Leadership**, pp. 48-50. 1990.

CIGMAN, R. (2004). Situated Self-Esteem. **Journal of Philosophy of Education** , 38, 91–105.

COOPERSMITH, S. (1967). **The antecedents of self-esteem.** San Francisco: Freeman. 1967.

DIOGO, F. V. Relação familiar e autoestima. **Investigação**, São Paulo, v. 9, n. 1, p. 17- 24, jan./abr. 2009.

DONDERS, W., & VERSCHUEREN, K. Zelfwaardering en acceptatie door leeftijdsgenoten. Een longitudinaal onderzoek bij basisschoolkinderen. **Kind en Adolescent**, 25, 74-90. 2004.

FATAH, A. et al. Open-Ended Approach: Na Effort in Cultivating Students' Mathematical Creative Thinking Ability and Self-Esteem in Mathematics. **Journal on Mathematics Education**, v. 7, n. 1, p. 11-20, 2016.

FERKANY, M. The educational importance of self-esteem. **Journal of Philosophy of Education**, 2008.

GUENTHER, Z. C. Educando o ser humano: uma abordagem da psicologia humanista. Campinas: **Mercado de Letras**, 1997.

HARTER, S. (1999). **The construction of the self: A developmental perspective**. New York: The Guilford Press.

HAZIN, I; FRADE, C; FALCÃO, J. T. R. Autoestima e desempenho escolar em matemática: contribuições teóricas sobre a problematização das relações entre cognição e afetividade. **Educar**, n. 36, p. 39-54, 2010.

HUMPHREY, N. The Death of the Feel-Good Factor: Self-Esteem in the Educational Context. **School Psychology International**. 2004.

JAMES, W. **The principles of psychology**. Cambridge, MA: Harvard. 1983.

KOPFHAMMER, P.H. **Research and methods of improving: elementary school students' self-esteem**. Marquette University, 1992. Disponível em [https://www.marquette.edu/library/theses/already\\_uploaded\\_to\\_IR/kopfh\\_p\\_1992.pdf](https://www.marquette.edu/library/theses/already_uploaded_to_IR/kopfh_p_1992.pdf). Acesso em: 15 ago 2021.

KRUPP, J.A. Self-Esteem: How Do You Feel About Yourself? **Teaching K-8**, pp. 63- 68. 1991.

LA MERES, C. The Winner's Circle Yes I Can. Newport Beach: La Meres. **Life styles Unlimited**. 1990.

LAWRENCE, T.B. Institutions and institutional work. In Stewart R. Clegg, Cynthia Hardy, Thomas B. Lawrence & Walter R. Nord (Eds.) **Sage Handbook of Organization Studies**, 2nd Edition: 215-254. London: Sage, 2006.

LIMA, M. C. F. **Emoções de desempenho na matemática e suas relações com autoconceito acadêmico, autoimagem e autoconsciência**. Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal de Pernambuco, CFCH. Pós-Graduação em Psicologia. Recife, 2012

MANN, M., Hosman, C. M., SCHAALMA, H. P., & de VRIES, N. K. Self-Esteem in a Broad-Spectrum Approach for Mental Health Promotion. **Health Education Research**, 19, 357-372, 2004.

MENDES; D. et al. influência da autoestima no desempenho escola. In: **Educação em Debate**. Fortaleza, ano 39. nº73 - jan/ jun -2017. Disponível em: <http://www.repositorio.ufc.br/handle/riufc/28211>>. Acesso em: 13 out 2021.

MRUK, C. J. Changing Self-Esteem: Research and Practice. In M. H. Kernis (Ed.), **Self-esteem issues and answers: A sourcebook of current perspectives** (pp. 164–169). Psychology Press, 2006.

NEVES, M. C; CARVALHO, C. A importância da afetividade na aprendizagem da

matemática em contexto escolar: Um estudo de caso com alunos do 8.º ano. **Análise Psicológica**, v. 24, n. 2, p. 201-215, 2006.

PRIHADI, K; CHUA, M. Students' Self-Esteem at School: The Risk, the Challenge, and the Cure. **Journal of Education and Learning**. Vol. 6, p. 1 – 14, 2012.

SBICIGO J. B; BANDEIRA D. R.; DELL'AGLIO D. D, Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR): validade fatorial e consistência interna. In: **Psico - USF**. n. 15. n.3. p.395 - 403. set/ dez, 2010. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/pusf/a/QmW8Jr3cNCfvxW5XKMbt5jN/?lang=pt>>. Acesso em out 2021.

STEVANATO, I. S., LOUREIRO, S. R., LINHARES, M. B. M., & MARTURANO, E. M. Autoconceito de crianças com dificuldades de aprendizagem e problemas de comportamento. **Psicologia em Estudo**, 8(1), 67-76, 2003.

ROSENBERG, M. **Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) [Database record]**. APA PsycTests. 1995.

ROSENBERG, M. **Society and the adolescent self-image**. Princeton: Princeton University Press. 1965.

SLAVIN, R. E. Ability Grouping and Student Achievement in Elementary Schools. **Review of Educational Research**, 2006.

VAN LAAR, C. The Paradox of Low Academic Achievement but High Self-Esteem in African American Students: An Attributional Account. **Educational Psychology Review**, 12 (1), 33-61, 2000.

VICARDI; A. A. F. CORREIA, P. M. S. Questionários de avaliação da autoestima e/ ou da autoimagem: vantagens e desvantagens na utilização com idosos. **Revista Brasileira de Qualidade de Vida**. v. 9. n.3. p. 261 - 280, jul/ set, 2017. Disponível em: <<https://periodicos.utfpr.edu.br/rbqv/article/view/5845>>. Acesso em out 2021.

WHITE, R.W. Ego and reality in psychoanalytic theory (Psychological Issues, Vol. 3, No. 3. Monograph 11, pp.1–211). **New York: International Universities Press**. 1963.