

Centro Espírita Obreiros do Senhor

Turma de sete a dez anos

Tema: Auto-estima

Objetivo: Fazê-los entender que quem gosta de si mesmo é uma pessoa mais equilibrada, que tem mais chances de ser feliz.

1. Prece;
2. O que é auto-estima?
* É gostar de si mesmo, perceber suas qualidades e defeitos, valorizando as primeiras e tentando diminuir os últimos.
- 2.1. Jesus disse que devemos amar o próximo como a nós mesmos. Fica claro que gostar de nós mesmos é tão importante quanto gostar das outras pessoas.
3. Perguntar se eles amam uma pessoa desconhecida, citando-lhe o nome.
- 3.1. A partir da resposta negativa, levá-los a compreender que só amamos as pessoas e coisas que conhecemos.
4. Amam seus pais, irmãos, primos, amigos, avós, tios...?
- 4.1. A partir da resposta positiva, indagar se as pessoas amadas têm defeitos e qualidades.
- 4.2. COM base no que for respondido, mostrar que ama-se mesmo observando que o outro tem defeitos.
5. Se amamos a quem conhecemos e o amor existe mesmo quando a pessoa tem más características, então para nos amarmos temos que nos conhecer, ver nossos defeitos e não nos fixarmos neles, porque temos também nossas qualidades.
6. Gostar de si não é ser "metido"; é sentir-se bem pelo que se tem de bom e buscar ser feliz tentando diminuir os defeitos que atrapalham nosso bem-estar.
7. Devemos gostar de nós para que os outros também gostem. Se a gente acha que não vale nada, começa a agir como alguém que não presta, os outros percebem e acabam achando que a gente não é mesmo uma pessoa boa.
8. Leitura dos casos abaixo:

Muitas vezes, haviam dito a Tiago que ele era um fedelho destruidor e desagradável. Ele se considerava um garoto criador de problemas. Passava muito tempo pensando em maneiras de causar problemas; afinal de contas, essa era sua maneira de aparecer. Não parava de atormentar a irmã; escondia a bicicleta do vizinho; na escola, atrapalhava todas as aulas.

Todos estes atos, e muitos parecidos, mantinham sua auto-imagem como o pirralho causador de problemas. E ele desejava atenção tão desesperadamente que também estava disposto a aceitar as inevitáveis conseqüências dolorosas para ele.

Isabel teve um começo difícil na escola: sua família mudou-se três vezes durante seu primeiro ano escolar. No final da primeira série, os colegas liam com facilidade livros para iniciantes, mas ela não sabia ler. Na 2ª série, naturalmente, foi colocada no grupo fraco em leitura.

Começou a se sentir incompetente e incapaz de ler, enquanto via os outros grupos passarem depressa de um livro para outro. Quando chegava sua vez de ler, ficava muito nervosa, com medo de mostrar para os outros que não sabia ler. A hora da leitura era um desespero para ela. Morria de vergonha. Isabel inventava desculpas para não ler e, assim, ficava cada vez mais para trás. Na 3ª série, ela se achava uma má leitora e não tinha esperança de alcançar os colegas.

9. Perguntar o que acharam das histórias e explicar os pontos não entendidos.
 10. Perguntar o que poderia ser feito para ajudar Tiago e Isabel.
- Indagar se é interessante que nosso modo de ser seja decidido pela opinião que fazem de nós. Questionar se devemos fazer sempre o que os amigos querem, só para eles não pensarem mal de nós.
- 10.1. A partir das questões anteriores, mostrar-lhes que ser um "Maria-vai-com-as-outras" não é bom, porque acabamos fazendo coisas que não são boas para nós. O que é bom para um pode não ser para o outro. Se os amigos não gostam de uma coisa que fazemos, sabendo ser o mais correto para nós, não devemos mudar só para agradá-los.
 - 10.2. Quem se conhece se ama; quem se ama busca o melhor para si e não segue a opinião dos outros só para ser aceito.
 - 10.3. Quem não gosta de si não consegue gostar de verdade dos outros e receber amor.
- (enviado por Vinicius e esposa - participantes da sala evangelize CVDEE)