

Alunos britânicos recebem aulas de auto-estima

REMEDEIOS

Cerca de dois mil alunos britânicos terão a partir do próximo ano lectivo aulas destinadas a elevar a auto-estima, no quadro de um projecto-piloto iniciado no ano passado num colégio particular de Londres. O projecto poderá ser alargado no caso de obter resultados positivos.

As crianças de onze anos abrangidas por este projecto, alunos do ensino público de uma escola de Manchester e de uma vila próxima, participarão, entre outras actividades, em jogos destinados a ajudá-los a ultrapassar as dificuldades e o stress da vida quotidiana.

Estas técnicas comportamentais, importadas dos Estados Unidos, têm como objectivo proteger as crianças contra a depressão, a tendência à auto-depreciação ou fenómenos de assédio físico e psicológico, numerosos entre crianças desta idade.

Outra das estratégias a usar passará pela aprendizagem de exercícios respiratórios destinados a ajudar a manter a calma quando assistem a discussões conjugais e a relativizar o acontecimento. O objectivo passa, entre outros, por fazê-las compreender que não se devem sentir responsáveis por acontecimentos que não podem controlar, como o divórcio dos pais.

Este projecto surge no seguimento do crescimento inquietante do número de depressões e distúrbios psíquicos que atingem as crianças do Reino Unido. De acordo com estatísticas oficiais, pelo menos dez por cento dos alunos sofrem de depressão severa, incluindo pensamentos suicidários.