

“A importância da auto-estima, da afetividade e da sexualidade para o ser humano”

Objetivos:

As pessoas sempre estão procurando algum sentido para suas vidas. Algumas depositam suas expectativas em uma religião, outras em um amigo, outras em um relacionamento amoroso. Outras preferem direcionar suas vidas para fazer trabalhos humanitários e sociais, investindo na vida de outra forma e sentem-se felizes em agir assim.

Contudo, nas pesquisas que são realizadas, a maioria das pessoas afirma que a intimidade com outros seres humanos é isoladamente, o aspecto mais gratificante da vida. Talvez, porque a maioria das pessoas reconhece que, na melhor das hipóteses, a vida é uma longa viagem solitária.

Assim, ninguém pode negar a importância de alguns fatores como o amor e a auto-estima e se considera que estes são alguns dos principais elementos na formação da personalidade humana. Segundo o que apontam especialistas o amor é a condição fundamental para o nascimento da pessoa enquanto pessoa.

Mas, o que é a auto-estima? O que precisamos fazer para conservar a nossa auto-estima elevada a despeito de tudo o que concorre para rebaixá-la e a revelia de todos os acontecimentos cotidianos que por vezes a abatem? Como faço para ser mais afetivo nos diversos ambientes onde estou inserido? Como posso investir na minha afetividade para eu me sentir feliz na minha vida, no meu trabalho, na minha família? Como posso lidar com os principais problemas que afloram em minha sexualidade?

Público-alvo:

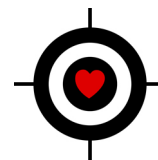
Instituições acadêmicas(Universidades/Faculdades/Escolas) e empresas.

Justificativa:

Conceitos como auto-estima, afetividade e sexualidade participam e participaram ativamente da evolução e estruturação da personalidade, porque são capazes de aproximar a pessoa de sua essência, por propiciar o desenvolvimento de relações sociais, dentre outras coisas. Então, tendo em vista a pluralidade de conseqüências positivas para o ser humano se conscientizar desses fatores que podem otimizar seus recursos internos e externos se faz mais do que necessário.

Conteúdo:

1. O que é o conceito de auto-estima?;



2. Como a cultura influencia a nossa auto-estima?;
3. O conceito de Qualidade de vida;
4. A Sexualidade masculina e a feminina: encontros e desencontros;
5. Como nossa auto-estima e nossa sexualidade podem contribuir satisfatoriamente para nossa qualidade de vida?

Método:

Aula expositiva em power point de 2 horas (aproximadamente), que conta com recursos como a apresentação de trechos de músicas e filmes para ilustrar os conceitos a respeito dos quais versará.

Outras palestras/treinamentos relacionados a esta temática:

- "Auto-estima a serviço do bem comum: contribuições da psicologia para os ambientes em que estamos inseridos."
- "O papel da afetividade e da sexualidade nos relacionamentos interpessoais."
- "O resgate e os benefícios das expectativas de vida, da auto-estima e do relacionamento pessoal."
- "Amor é qualidade de vida."
- "Amor e saúde: suas associações e efeitos."
- "Os efeitos dos relacionamentos amorosos para a saúde."
- "Importância do amor no cotidiano."
- "A baixa auto-estima no cotidiano."
- "As relações de amor, ciúme e inveja no ambiente acadêmico e de trabalho: algumas indagações e encaminhamentos."
- "A nossa 'baixa-estima' de cada dia e suas implicações na qualidade de vida"
- "Amor e ciúmes: como estas temáticas se relacionam com o nosso ambiente acadêmico e laboral?".

Valores e mais informações

Entre em contato pelo e-mail: thiagodealmeida@thiagodealmeida.com.br