

Museu da empatia: um relato de experiência para a promoção da autoestima na juventude

Museum of empathy: a report of experience for the promotion of self-esteem in youth

Isadora Figueiredo Villa¹, Stephanie Mendonça Archanjo¹, Sophia Felipe Silva¹, Lara Arquimínio de Moraes¹, Diego Oliveira Santos¹, Eduarda Rocha da Silva¹, João Gabriel Inácio dos Santos¹, Carla Guimarães Alves².

1. Discente do Curso de Medicina da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA, Anápolis, Goiás, Brasil.
2. Docente do Curso de Medicina da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA, Anápolis, Goiás, Brasil.

Resumo

Objetivo: Relatar uma experiência vivenciada por acadêmicos de medicina, em atividades de educação em saúde relacionadas ao tema autoestima e empatia, desenvolvidas com escolares matriculados em uma escola pública municipal na cidade de Anápolis-GO. **Relato de Experiência:** Para que o conceito de autoestima fosse desenvolvido e compreendido na Escola Municipal Cora Coralina, em Anápolis-GO, foi realizado o "Museu da Empatia", uma ação que envolveu estudantes do terceiro e quarto ano (entre 9 e 12 anos de idade) do ensino fundamental. Na oficina foram contados relatos de experiências, em que crianças de idade semelhante aos alunos sofriam discriminação e foi incentivado que eles escrevessem conselhos para os personagens da estória, desenvolvendo a autoestima e entendendo que as diferenças fazem com que cada um seja único. Como resultado, as crianças reagiram de uma forma muito positiva, demonstrando sensibilidade aos personagens, aumento da autoconfiança e melhoria do convívio escolar. **Discussão:** A promoção da autoestima desde a infância é essencial para o desenvolvimento da empatia e a prevenção de comportamentos agressivos, como o bullying. A experiência do "Museu da Empatia" mostrou-se eficaz ao estimular nas crianças atitudes pró-sociais e reflexão sobre discriminação. Além disso, o uso de narrativas infantis com representatividade reforça a construção de uma identidade positiva e inclusiva. **Conclusão:** Conclui-se que a oficina realizada na escola foi essencial para o desenvolvimento da empatia e autoconfiança nas crianças, alcançando seu objetivo de forma lúdica e eficaz, com apoio docente e participação ativa dos discentes.

Palavras-chave:

Autoestima.
Empatia.
Crianças.

Abstract

Objective: Report an experience lived by medical students, in health education activities related to the theme of self-esteem and empathy, developed with students enrolled in a municipal public school in the city of Anápolis-GO. **Experience Report:** To promote the understanding and development of the concept of self-esteem at the Cora Coralina Municipal School, in Anápolis-GO, the "Museum of Empathy" was implemented, an action that involved students from the third and fourth year (between 9 and 12 years of age) of elementary school. In the workshop, reports of experiences were told, in which children of a similar age to the students suffered discrimination, and they were encouraged to write advice for the characters in the story, developing self-esteem and understanding that differences make each one unique. As a result, the children reacted in a very positive way, showing sensitivity to the characters in the stories, increased self-confidence and improved school life. **Discussion:** The promotion of self-esteem from childhood is essential for the development of empathy and the prevention of aggressive behaviors, such as bullying. The "Empathy Museum" experience proved effective in encouraging prosocial attitudes and reflection on discrimination among children. Furthermore, the use of representative children's narratives reinforces the construction of a positive and inclusive identity. **Conclusions:** It is concluded that the workshop held at the school was essential for the development of empathy and self-confidence in the children, achieving its objective in a playful and effective way, with teacher support and active participation of the students.

Keyword:

Self-esteem.
Empathy. Children.

*Correspondência para/ Correspondence to:

Isadora Figueiredo Villa: isadoravilla2005@gmail.com

Recebido em: 23/12/2024. Aprovado em: 16/04/2025.

Revista Educação em Saúde 2024; 12 (2): 32-39

INTRODUÇÃO

A juventude é uma fase decisiva para a formação da identidade e para o fortalecimento da autoestima. Nesse período, os jovens enfrentam mudanças significativas em diversos aspectos de suas vidas, desde as transformações físicas e emocionais até os desafios de estabelecer seu lugar no mundo. A autoestima ou a percepção que uma pessoa tem de seu próprio valor, é crucial para que os jovens se sintam confiantes em suas habilidades, seguros em suas relações e resilientes diante das dificuldades.¹

No entanto, a construção de uma autoestima saudável não depende apenas da visão que o jovem tem de si mesmo, mas também das interações sociais que ele experimenta.³ Nesse sentido, comentários, atitudes e comportamentos das pessoas ao redor podem reforçar ou prejudicar a autoestima, tornando essencial o cultivo da empatia nas relações interpessoais.²

A empatia, ou a capacidade de compreender e respeitar os sentimentos e experiências do outro, desempenha um papel fundamental nesse processo. Quando os jovens praticam a empatia, evitam atitudes como críticas desnecessárias, julgamentos precipitados ou comportamentos que possam desencorajar ou magoar. Palavras e ações insensíveis, mesmo que não intencionais, podem afetar profundamente a forma como alguém se enxerga, gerando inseguranças e diminuindo a autoestima.⁴

Por outro lado, ao agir com empatia, os jovens contribuem para um ambiente mais acolhedor e

respeitoso, onde cada indivíduo se sente valorizado.³ Essa atitude não apenas fortalece as relações interpessoais, mas também cria um espaço onde a autoestima de todos pode florescer. Dessa forma, a empatia não é apenas um ato de cuidado com o outro, mas também uma ferramenta para construir comunidades mais saudáveis e positivas.²

A partir desse pressuposto, este estudo tem como objetivo descrever a vivência de alunos de medicina em uma escola pública, durante a realização de uma atividade com os estudantes voltada ao fortalecimento da autoestima: o “Museu da Empatia”.¹ Nesse sentido, essa dinâmica foi escolhida com a justificativa de promover a melhora do autoconceito, uma vez que a empatia é um dos caminhos para a construção coletiva de uma percepção das diferentes dimensões do ser humano.²

RELATO DE EXPERIÊNCIA

Trata-se de um estudo descritivo, tipo relato de experiência, elaborado por estudantes da área da saúde pertencentes ao segundo período do curso de medicina da UniEVANGÉLICA. A instituição escolhida para a realização da atividade foi a Escola Municipal Cora Coralina, em Anápolis-GO, com a qual a UniEVANGÉLICA apresenta vínculos adquiridos por meio de oficinas realizadas em anos anteriores com as crianças dessa escola.

A oportunidade do projeto ocorreu durante o segundo semestre do ano de 2024, quando as

docentes da universidade, Carla Guimarães Alves e Sandra Cristina Guimarães Bahia Reis, fizeram um levantamento rápido sobre qualidade de vida com 214 alunos da Escola Municipal Cora Coralina no primeiro semestre de 2024 em Anápolis. Observou-se, por meio do estudo, que 102 dessas crianças não se encontravam satisfeitas com a própria aparência, o que corresponde a 47% do total e corroborou para uma ação que trabalhasse a promoção da autoestima.

Ademais, houve cuidado com o critério de inclusão do público-alvo, 180 crianças do terceiro e quarto ano do ensino fundamental, entre 9 e 12 anos de idade. Essa é uma faixa etária que demanda um olhar cuidadoso quanto à construção de uma autoimagem positiva, já que desde cedo (média de 10 anos) as crianças passam a relatar insatisfação com seus corpos.⁵

Após a idealização da proposta da atividade educativa, houve reuniões com os discentes do curso de medicina que participariam da oficina e a docente orientadora do trabalho. Em um primeiro momento (28/agosto), houve um encontro entre a docente e os discentes para discutir o motivo pela escolha do tema autoestima. No segundo momento (3/setembro), foi realizada outra reunião para a discussão de como a temática poderia ser abordada, o que levou à escolha do “Museu da Empatia”. A intenção por trás da atividade consistia em despertar nos alunos a compaixão por si próprios ao serem empáticos frente aos sentimentos das personagens fictícias.

No museu, seriam contadas histórias fictícias de personagens, dentro da mesma faixa etária dos alunos, e que passaram por situações de discriminação, devido à sua aparência, ao seu gênero e a seus gostos particulares. Os discentes também propuseram que as crianças escrevessem cartas para as personagens de cada relato, dando-lhes conselhos do que fariam se estivessem passando pela situação retratada. A docente orientadora também sugeriu que em cada estação houvesse objetos que remetesse às temáticas abordadas, de modo a trazer uma experiência sensorial e com maior imersão para as crianças.

Posteriormente, até o dia da ação, foram realizadas mais três reuniões com os integrantes do grupo de discentes que participariam da atividade, elucidando cada momento que compunha a oficina e decidindo detalhes finais. Entre esses itens específicos, estava a decisão de que cada relato fictício seria lido por uma dupla, a qual também seria responsável por administrar a escrita das cartas pelas crianças.

Logo, como se tratavam de equipes com 12 discentes do curso de medicina em cada uma e havia 5 relatos a serem contados, a estratégia de organização foi baseada na seguinte maneira: haveria 5 duplas de estudantes de medicina para ler os relatos e auxiliar na escrita das cartas, enquanto os dois alunos restantes do grupo recolheriam as cartas já escritas pelos alunos e as colocariam na parede da sala de aula, formando o painel do “Museu da Empatia”. As cinco histórias foram elaboradas e aprovadas pela direção da

Escola Municipal Cora Coralina, verificando que as questões abordadas seriam pertinentes e adequadas para os alunos.

Ainda, que tenha ocorrido um retorno positivo da equipe administrativa da Escola Municipal Cora Coralina após a realização da oficina, é necessário que seja realizado, em um momento futuro, uma abordagem para a análise dos resultados que avaliem o impacto da atividade na vida cotidiana desses alunos ao longo do tempo.

No primeiro momento, foi estabelecido o contato inicial com as crianças e a introdução do tema de forma lúdica, apresentando com uma linguagem adequada à faixa etária o conceito de empatia. Em vista disso, foi possível criar um ambiente acolhedor e propício à participação ativa. As crianças demonstraram curiosidade e interesse pela dinâmica.

No segundo momento, convidamos os alunos a irem para o ginásio da escola e lá separamos eles em grupos. Posteriormente, iniciamos o "Museu da Empatia", no qual cada um dos 5 relatos foi contado para os grupos, de modo que ao terminarem de escutar uma das histórias fariam um rodízio para estação seguinte e, assim, escutariam outra. Dessa maneira, as crianças foram incentivadas a entender o ponto de vista de outras pessoas — nesse caso, personagens que passaram por momentos de sofrimento. Logo, foi possível perceber o envolvimento emocional das crianças com os personagens apresentados.

O terceiro momento, de reflexão e revisão do aprendizado, consolidou os conceitos trabalhados durante as oficinas. As crianças tiveram a

oportunidade de expressar, em suas próprias palavras, conselhos e palavras de apoio aos personagens de cada história contada no formato de uma carta ao próprio personagem. Logo em seguida, em um momento de reflexão na sala de aula, as cartas foram expostas em um pequeno mural. Algumas crianças relataram que passaram a valorizar mais as diferenças e a prestar mais atenção às necessidades dos colegas, evidenciando o impacto prático e positivo da atividade.

Por fim, os acadêmicos de medicina envolvidos destacaram o quanto a experiência foi enriquecedora para sua formação. A interação com as crianças proporcionou uma nova perspectiva sobre a importância de desenvolver a empatia e cultivar sentimentos desde a infância, contribuindo para o desenvolvimento de seres humanos mais empáticos. A atividade também permitiu a esses estudantes universitários o aprimoramento da capacidade de comunicação com diferentes públicos, o que favorecerá o exercício da profissão no futuro.

Nesse sentido, os resultados evidenciam o potencial transformador de iniciativas como essa, reforçando a importância de ações educativas no desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais desde a infância.

A construção do presente relato foi possível pelo acesso aos relatórios realizados pelos discentes do curso de medicina, que contemplavam os seguintes registros fotográficos:



Figura 1. Registros fotográficos da ação educativa “Museu da Empatia”. Anápolis – Goiás, 2024.
Fonte: Arquivo pessoal.

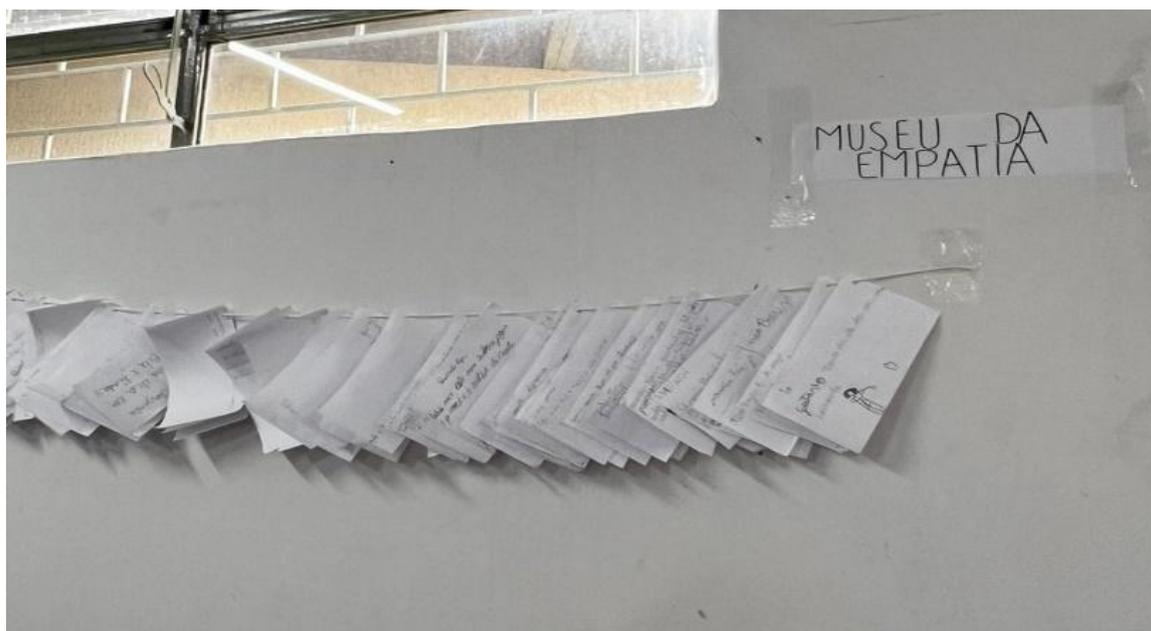


Figura 2. Cartas expostas na sala de aula sobre a empatia. Anápolis – Goiás, 2024.
Fonte: Arquivo pessoal.

DISCUSSÃO

A promoção da autoestima entre os jovens está diretamente relacionada com o sentimento de empatia, visto que foi encontrada uma relação positiva entre autoconceito (definido como a

percepção que o sujeito tem de si mesmo) e empatia cognitiva. Nessa perspectiva, indivíduos com baixos níveis de autoconceito têm maior propensão a vivenciar situações de violência verbal ou física. Entretanto, aqueles com altos níveis

de apreciação por si próprios, se tornam capazes de identificar os sentimentos de outras pessoas e, conseqüentemente, apresentam menor tendência a desenvolver agressividade, pois procuram evitar causar danos a outros.²

Além disso, é importante notar que a infância é uma fase de extrema importância no desenvolvimento da empatia e para desenvolver práticas de combate ao preconceito e discriminação, porque a idade precoce em que as crianças identificam e sentem preconceitos demonstra que elas já apreendem a realidade, seja ela qual for.³

Com base nessas definições, a experiência do “Museu da Empatia” realizada com as crianças na escola demonstra-se importante, já que o compartilhamento de relatos de personagens vítimas de discriminação, possibilita uma conexão com as crianças da faixa etária abordada, que se identificam ou se compadecem com as histórias enunciadas. Isso ocorre, devido à tendência natural da criança a expressar preocupação com as vítimas e a apresentar comportamentos pró-sociais, como compartilhar, confortar e ajudar, ao serem expostas à angústia alheia, pois experimentam simpatia e sofrimento pessoal.⁶

Ademais, em uma sociedade na qual observa-se um aumento da visibilidade dos casos de bullying, faz-se necessária a abordagem de dinâmicas preventivas a qualquer tipo de violência no ambiente escolar. Para além disso, a vivência de bullying durante a infância está relacionada a diversos efeitos negativos para a saúde e aspectos sociais ao longo da vida, tais como transtornos

de ansiedade, depressão, psicose, além de apresentarem pior saúde física e maior risco de suicídio, tanto a curto quanto a longo prazo.⁷

Dessa forma, o debate acerca desses relatos possibilita uma abordagem sobre a maneira correta de agir diante de ocorrências preconceituosas, tanto em uma perspectiva individual, caso o aluno seja a vítima, quanto em uma perspectiva coletiva, caso ele presencie uma ação discriminatória com um colega. Ademais, o desenvolvimento da empatia, por meio da dinâmica proposta na Escola Municipal Cora Coralina, pode ser capaz de antecipar em um possível agressor o impacto emocional que a violência tem sobre a vítima e, assim, ser dissuadido de machucar outras pessoas.⁸

Outrossim, na atualidade, é preciso atentar-se a problemas relacionados a estigmas e a padrões estéticos disseminados principalmente nas redes sociais e na indústria cinematográfica, por isso, é importante aumentar a propagação de conteúdos (filmes, livros, música) com uma maior representatividade cultural, racial e de gênero. Assim, faz-se compreender o motivo pelo qual os discentes do curso de medicina optaram por trazer relatos em forma de histórias infantis durante a dinâmica, já que a literatura é uma ferramenta poderosa para influenciar as percepções das crianças sobre si mesmas e os outros. As narrativas literárias podem desafiar estereótipos e promover uma visão mais inclusiva e diversificada.⁹

Logo, a promoção de uma autoestima saudável entre os jovens, que frequentemente enfrentam estereótipos, deve ser uma prioridade para nós,

enquanto agentes da promoção de saúde. Ao focar em estratégias que promovam a empatia e a autocompaixão, podemos ajudar a mitigar os impactos negativos desses padrões irrealistas. A criação de espaços de reflexão e interação é essencial para o desenvolvimento de uma identidade saudável e para a construção de comunidades mais positivas, o que reforça a importância de abordar a autoestima desde a infância.¹⁰

CONCLUSÃO

Pode ser concluído que a ação realizada na escola foi de extrema importância, conforme os resultados observados nos estudantes. Ademais, este relato descreve a atividade, destacando como, de forma lúdica e interativa, as crianças desenvolveram empatia e autoconfiança, objetivos da oficina. Entretanto, para possibilidade de melhoria, seria necessário utilizar histórias mais curtas, dado que crianças dessa faixa etária perdem a atenção com o tempo.

Portanto, com o apoio docente e a cooperação dos discentes de medicina, acredita-se que o projeto alcançou seu objetivo, ajudando os alunos a reagirem de forma mais empática e a fortalecerem a autoestima, ainda que seja necessário a realização de uma pesquisa, futuramente, com os alunos da escola para verificar o impacto da atividade nas suas vidas a longo termo.

DECLARAÇÃO DE CONFLITOS DE INTERESSE

Os autores declaram a inexistência de conflito de interesses.

Forma de citar este artigo: VILLA, I. F. et al. Museu da empatia: um relato de experiência para a promoção da autoestima na juventude. *Rev. Educ. Saúde* 2025; 13 (1): 32-39.

REFERÊNCIAS

1. Oliveira MS. Marcadores sociais da diferença: experiência educacional através do Museu da Empatia [monografia]. Niterói (RJ): Universidade Federal Fluminense, Instituto de Ciências Humanas e Filosofia; 2018.
2. Castro-Sánchez M, Zurita-Ortega F, Ruiz GR, Chacón-Cuberos R. Modelo explicativo de comportamentos violentos, autoconceito e empatia em crianças em idade escolar: análise de equações estruturais. *PLoS ONE*. 2019;14(8):e0217899.
3. Meinhardt G. Autoimagem de crianças negras e desenvolvimento infantil: a psicologia de Kenneth B. Clark e Mamie Phipps Clark. *Revista Acadêmica Licenciaturas*. 2022;10(1):19–39.
4. Granfield P, Kemps E, Prichard I. Uma avaliação pré e pós do impacto do filme *Embrace Kids* na imagem corporal e na auto-compaixão de crianças e adultos. *Body Image*. 2024;49:101700.
5. Retamar A, Tello J. Vivências subjetivas relacionadas ao corpo, percepção de intervenções e empatia da equipe de saúde em adolescentes com excesso de peso. *Arch Argent Pediatr*. 2024;122(6):e202410360.
6. Huang H, Su Y, Jin J. Respostas relacionadas à empatia em crianças chinesas: estrutura fatorial e fatores cognitivos contribuintes. *Infant and Child Development*. 2016;26(3):e1983.

7. Díaz-Caneja CM, Martín-Babarro J, Abregú-Crespo R, Huete-Diego Á, Giménez-Dasí M, Serrano-Marugán I, et al. Eficácia de uma intervenção preventiva baseada na web, baseada na escola, para reduzir o bullying e melhorar a saúde mental em crianças e adolescentes: protocolo de estudo para um estudo controlado randomizado por cluster. *Frontiers in Pediatrics*. 2021;9:628984.
8. Rodríguez-Hidalgo AJ, Zych I, Martínez J. Bullying e cyberbullying em adolescentes de áreas desfavorecidas: validação de questionários; taxas de prevalência; e relação com a autoestima, empatia e habilidades sociais. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17:6199.
9. Santos JA, Oliveira SBM. A autoimagem da criança com a literatura para a infância: mediação literária para a valorização da diversidade e práticas antirracistas. *Revista Cocar*. 2024;20(38):1-18.
10. Peter D, Gazelle H, Brummelman E, Thomas S. Solidão ansiosa e trajetórias de autocompaixão e autocrítica em primeira adolescência: a segurança do apego como moderador. *Child Development*. 2017;88(6):1834–1848.