

# máscaras sociais



Todos temos tendência para usar máscaras sociais, revelando apenas o que queremos, escondendo o nosso “eu” genuíno.

Usar uma máscara social pode ter aspetos positivos, mas também tem aspetos negativos. Por um lado, não ficamos tão vulneráveis, por outro pode indicar baixa autoestima e pouca autoconfiança.

Por mais confortável que possamos sentir-nos, devemos tentar viver sem máscaras, caso contrário, a nossa vida será sempre uma mentira.

Concluindo, todos nós devemos procurar a felicidade, mas com coragem!

Fátima Alves -12<sup>ª</sup>A  
(dezembro 2020)