

## RAÍZES DE EMOÇÕES, GALHOS DE ESPERANÇA: A ÁRVORE DOS SONHOS EM PERSPECTIVA

GT 5: EDUCAÇÃO E PSICOLOGIA

### Relato de experiência

Rodrigo Alves CALDEIRA (Programa de Especialização em Artes/UFPeI)

[mynameisrodrigoac@gmail.com](mailto:mynameisrodrigoac@gmail.com)

Raquel Ramos ALVES (Programa de Pós-graduação em Educação/UFMT)

[kellramosalves@gmail.com](mailto:kellramosalves@gmail.com)

Elisangela Maria de AMORIM (Pós-Graduação em História/UFMT)

[elisangela.amorim@ufmt.br](mailto:elisangela.amorim@ufmt.br)

### 1 Introdução

O projeto “Árvore dos Sonhos” realizou sua segunda edição na Escola Estadual Gustavo Kullman, em Cuiabá-MT, no ano de 2023. A iniciativa, voltada para o desenvolvimento da Inteligência Socioemocional (ISE), conforme definida por Goleman (1995), foi inspirada pela psicologia positiva de Martin Seligman. Utilizando atividades lúdicas e reflexivas, o projeto teve como objetivo ajudar os estudantes a expressarem seus sonhos, medos e aspirações através da "árvore". A metodologia adotada buscou criar um ambiente acolhedor, onde todos pudessem explorar suas emoções e desenvolver habilidades essenciais para a vida.

Estudos indicam que intervenções baseadas na Inteligência Socioemocional (ISE) podem melhorar o desempenho acadêmico e o bem-estar emocional dos estudantes (Durlak et al., 2011). No entanto, há poucas pesquisas que examinam o impacto de projetos semelhantes ao da “Árvore dos Sonhos” no contexto educacional brasileiro. Este estudo visa preencher essa lacuna, avaliando os efeitos dessa intervenção no desenvolvimento emocional dos alunos, além de oferecer subsídios úteis para educadores e formuladores de políticas públicas.

A educação contemporânea enfrenta o desafio de promover não apenas o desenvolvimento cognitivo, mas também o das competências socioemocionais. A ISE envolve a capacidade de reconhecer e gerenciar as próprias emoções, além de compreender e influenciar as emoções dos outros. Essa habilidade é crucial para o desenvolvimento integral dos estudantes no século XXI, contribuindo para a formação de indivíduos mais resilientes, empáticos e aptos a construir relações interpessoais saudáveis.

Realização



## 2 Desenvolvimento

A atividade consistiu em pedir aos alunos que escrevessem, em pequenos pedaços de papel colorido, seus sonhos e metas, pendurando-os em um galho de árvore amarrado a uma coluna em uma área estratégica da escola, especificamente no pátio do refeitório, o local mais frequentado pelos estudantes. Essa prática, além de incentivar os alunos a refletirem sobre seus anseios e aspirações, tem o potencial de criar um espaço de partilha e empatia entre eles.

O projeto revelou aos alunos uma diversidade de sonhos, os quais podem ser visualizados no gráfico a seguir. As categorias variaram desde desejos profissionais até metas mais imediatas, como a vontade de possuir um smartphone ou mudar de país. A análise dos dados permitiu obter informações relevantes tanto sobre o perfil quanto sobre as motivações desses estudantes, além de possibilitar a construção de intervenções pedagógicas mais direcionadas e significativas.

Neste trabalho, apresentamos os resultados da “Árvore dos Sonhos” de 2023 e discutimos os possíveis efeitos dessa atividade no desenvolvimento socioemocional dos alunos. Além disso, sugerimos a continuidade do projeto neste ano, com a expectativa de coletar dados ainda mais ricos e abundantes, que possam contribuir para uma compreensão mais profunda das necessidades e aspirações dos estudantes.

## 3 Objetivos

Os objetivos deste estudo foram definidos da seguinte forma:

- 1) Relatar a implementação do projeto “Árvore dos Sonhos”;
- 2) Analisar os resultados obtidos a partir da atividade realizada;
- 3) Discutir as implicações dos resultados para a prática pedagógica e o desenvolvimento de políticas de educação voltadas à ISE.

## 4 Metodologia

Esta pesquisa adotou uma abordagem qualitativa, utilizando a técnica da “Árvore dos Sonhos” como ferramenta de coleta de dados. Os estudantes foram convidados a escrever seus sonhos e expectativas em pequenos pedaços de papel colorido, que foram fixados em uma árvore construída especialmente para o projeto. A análise dos dados foi feita por meio da análise de conteúdo, buscando identificar temas recorrentes e categorias emergentes nos relatos dos participantes. Paralelamente, foi realizada uma revisão sistemática da literatura sobre o

desenvolvimento da inteligência emocional na adolescência, a fim de fornecer um embasamento teórico para a interpretação dos resultados.

Antes do início do projeto, a equipe pedagógica realizou reuniões para planejar e organizar a atividade. Foram definidos os objetivos, as etapas e os materiais necessários. O galho da árvore foi encontrado em um terreno baldio próximo à escola e, em seguida, amarrado a uma coluna em uma área de destaque, para garantir que todos os alunos pudessem participar voluntariamente.

Os alunos foram apresentados à “Árvore dos Sonhos” durante a entrada na escola, onde o propósito da atividade foi explicado, incentivando-os a refletir sobre seus sonhos e aspirações. Foi destacado que não havia restrições quanto ao conteúdo dos sonhos, e que eles poderiam escrever quantas vezes quisessem, promovendo assim a liberdade de expressão.

Nos primeiros momentos, os estudantes participaram de maneira mais lúdica, encarando a atividade como uma brincadeira. No entanto, com o passar dos dias e com a repetição das participações, eles se soltaram e começaram a se abrir mais. Os alunos tinham à disposição uma caixa com pedaços de papel colorido e linhas também coloridas, e foram convidados a escrever seus sonhos. A atividade foi realizada ao longo de três meses de aula, com o apoio dos professores, que incentivaram os estudantes a refletirem sobre suas aspirações e compartilhem suas ideias. Participaram da atividade alunos do 5º e 6º anos do Ensino Fundamental. Ao final, a “Árvore dos Sonhos” estava repleta e colorida, simbolizando as diversas aspirações dos estudantes.

## **5 Resultados: Hora da colheita**

Após a coleta dos dados, os sonhos foram classificados em diversas áreas, como família, profissões, educação, esportes, entre outras. Essa categorização foi feita pela equipe pedagógica, que analisou os dados buscando identificar tendências e temas recorrentes. A “Árvore dos Sonhos” revelou uma perspectiva significativa sobre os anseios e esperanças dos estudantes, como pode ser observado nos percentuais de cada categoria. As categorias Emoção (16%) e Profissões (16%) se destacaram como as mais mencionadas. Isso sugere que os alunos valorizam não apenas o sucesso profissional, mas também as conexões emocionais e as experiências cotidianas que influenciam suas vidas. Esses dados levantam questões sobre como as emoções, tanto no trabalho quanto na vida pessoal, estão conectadas à construção das identidades desses jovens.

A categoria Educação (13%) reflete a importância atribuída ao aprendizado como um meio fundamental para a realização de outros sonhos. Isso indica que os participantes veem a educação como uma base essencial para alcançar objetivos profissionais, financeiros e de desenvolvimento pessoal. Outro aspecto relevante foram os sonhos relacionados a riqueza (10%) e smartphones (10%), que destacam as ambições materiais e tecnológicas dos estudantes. O desejo por riqueza pode estar ligado à busca por segurança e conforto, enquanto a valorização do smartphone sugere uma percepção de que o acesso à tecnologia e à informação é indispensável para o sucesso e a conexão com o mundo atual.

A presença do bullying (5%) entre os sonhos indica uma preocupação importante com o ambiente social em que os jovens estão inseridos, reforçando a necessidade de se discutir a relevância de um ambiente escolar saudável, pautado pelo respeito e pela empatia nas relações interpessoais. Já a categoria Família (1%), em conjunto com Relações Interpessoais (Empatia 6%), sugere que, embora os laços familiares tenham sido menos mencionados, os relacionamentos interpessoais, como amizades e redes de apoio emocional, continuam a ser muito valorizados. Isso pode indicar uma possível mudança de valores, onde as relações de amizade são vistas como tão importantes quanto, ou até mais que, os laços familiares tradicionais.

De acordo com Goleman (1995), “inteligência emocional refere-se à capacidade de entender as próprias emoções e as dos outros, de se motivar e de gerenciar bem as emoções em si mesmo e nas relações.” Esse conceito parece se refletir nos resultados, visto que os alunos demonstram uma valorização crescente da empatia e das conexões emocionais. Quanto às atividades de lazer e bem-estar, como viagens (3%) e trabalho (1%), os baixos percentuais sugerem que, embora sejam apreciadas, as ambições relacionadas ao sucesso financeiro e profissional têm maior peso nas aspirações dos jovens. Isso levanta a questão do equilíbrio entre a vida pessoal e profissional, especialmente em uma geração que parece buscar mais sentido e propósito em suas carreiras, ao mesmo tempo em que anseia por um equilíbrio saudável entre esses dois aspectos.

Por fim, a categoria Artistas (6%) revela um dado interessante: o desejo de expressão criativa e a busca por realização pessoal. A carreira artística, muitas vezes associada à liberdade e à autonomia, pode atrair aqueles que buscam um caminho alternativo, longe das convenções tradicionais. A influência da cultura pop, com seus ídolos e histórias de sucesso, também pode exercer um forte impacto sobre os jovens, incentivando-os a seguir profissões artísticas. Para alguns adolescentes, a arte pode representar uma forma de escapar das pressões do cotidiano,

oferecendo um refúgio no mundo da criação. A aspiração de 6% dos estudantes em se tornarem artistas revela, assim, uma vontade de explorar talentos, conquistar reconhecimento e encontrar um sentido mais profundo em suas vidas.

## 6 Considerações finais

Observa-se um foco na vida presente, evidenciando uma escassa preocupação com trabalho e viagens. Isso sugere que os adolescentes estão mais voltados para o momento atual, priorizando suas relações sociais, estudos e atividades de lazer. Essa fase da vida é marcada pela menor preocupação com aspectos futuros, tanto no âmbito profissional quanto em grandes realizações.

A crescente influência da cultura digital e das redes sociais pode levar os adolescentes a concentrarem seus interesses em atividades online, como jogos e interação com amigos virtuais, em detrimento de experiências tradicionais, como viagens. Além disso, é importante considerar o papel da proteção familiar nesse contexto. Nessa faixa etária, a família muitas vezes proporciona um ambiente seguro e estável, onde os jovens se sentem protegidos e não precisam se preocupar com questões profissionais ou pessoais.

Esses dados podem ser utilizados para abordar outras questões relevantes, como: quais as consequências do bullying na construção de um ambiente saudável? De que maneira a educação pode servir como um caminho para alcançar diferentes sonhos e metas? Qual é o papel das emoções na construção da felicidade e do sucesso?

Em síntese, essas reflexões podem contribuir para uma melhor compreensão do que motiva as pessoas, assim como para uma maior percepção de como suas prioridades moldam suas vidas e suas comunidades.

## Referências

DURLAK, Joseph A. et al. The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. **Child Development**, v. 82, n. 1, p. 405-432, 2011.

GOLEMAN, Daniel. **Inteligência emocional**. Rio de Janeiro: Objetiva, 1995.

SELIGMAN, Martin E. P. **Florescer: uma nova compreensão sobre a natureza da felicidade e do bem-estar**. São Paulo: Objetiva, 2011.