

# ENTREVISTA COM UMA ÁRVORE

Outward Bound Romania



Nº of pax 2-12  
pessoas  
individual | grupo



exterior



1 hora



experiência  
direta com a  
Natureza



## PROPÓSITO

- desenvolver capacidade de observação
- desenvolver autoconhecimento
- desenvolver imaginar
- aprender com a Natureza

## MATERIAIS

- papel ou um caderno
- caneta

## PREPARAÇÃO

Procurar um parque ou floresta próximo e com muitas árvores diferentes.

## INTRO

- \* Mudar de perspectiva é uma forma interessante de aprender novas coisas. Imaginar a vida e os desafios de uma árvore pode desenvolver a empatia e a imaginação.



# PASSOS

**1.** (15 minutos) Dá um passeio pelo teu bairro ou num parque ou floresta próximos de ti, e procura uma árvore que te atrai e te convida a interagir com ela.

**2.** Observa essa árvore com atenção, procura conhecê-la, faz uma entrevista imaginária, pergunta-lhe sobre a sua vida e situação atual. Tenta saber mais sobre a árvore escolhida através das mais variadas formas. Imagina como terá sido a sua vida, que experiências viveu. Enquanto entrevistas a árvore, escreve as respostas e procura ver a vida através de diferentes pontos de vista.

Algumas perguntas:

- que idade tens?
- de onde vens?
- sempre foste deste tamanho?
- como é viver neste lugar?
- que acontecimentos testemunhaste na tua vida?
- quem te vem visitar?
- como ajudas os outros?
  - como é que os outros te ajudam?
  - há algo em especial que gostarias de me contar?

**3.** Escreve as respostas no teu papel ou caderno.

## REFLEXÃO

- o que torna esta árvore resiliente e adaptável?
- que semelhanças descobriste entre ti e a árvore escolhida?
- o que podes aprender com a árvore?

## COMENTÁRIOS

Esta atividade também pode ser feita em grupo, acrescentando no final um círculo de partilha.

ENTREVISTA COM UMA ÁRVORE