



Divulgação | Redes sociais da CBF (Consideração Brasileira de Futebol)

Inovações em Educação

Da frustração ao crescimento: lições socioemocionais da Copa

O Brasil segue sem título mundial para uma geração inteira de estudantes, e a derrota na Copa expôs frustrações que chegam às salas de aula. Especialistas defendem que a escola acolha esses sentimentos e os transforme em aprendizado socioemocional.

por Ruam Oliveira 6 de julho de 2026

Se você dá aulas para estudantes da **educação infantil** ao ensino médio, com exceção da EJA (Educação de Jovens e Adultos), é possível dizer que seus estudantes nunca viram o Brasil ser campeão da Copa do Mundo. Depois da eliminação contra a Noruega no último domingo (5), essa realidade não mudará. Pelo menos não até a próxima edição do torneio, em 2030.

Como o Brasil tem a fama de ser “o país do futebol”, a expectativa de quebrar o jejum de títulos dominou as conversas dentro e fora das redes sociais. Invadiu também as ruas, com as tradicionais pinturas verde-amarelo em calçadas, postes, muros e portões. O sentimento de torcida era alto, mas a vitória não veio. Para muitos, a alegria foi **substituída pela tristeza, raiva ou frustração**. O que fazer, então, com esses sentimentos?

Mesmo nas escolas que ainda estão no período de férias, é previsível que reações semelhantes surjam ao longo do ano letivo, cada uma delas demandando abordagens pedagógicas específicas.

“Lidar com a perda é um dos aprendizados mais complexos da nossa existência, e a forma como conversamos com as crianças sobre isso precisa acompanhar o amadurecimento delas”, explica Daniel Moraes, professor de educação socioemocional e mestre em filosofia. O educador detalha que o diálogo deve começar pela nomeação do que o aluno sente, principalmente com os que são mais novos.

“O choro ou a raiva após uma brincadeira não devem ser reprimidos, mas acolhidos como reações naturais a um limite. À medida que crescem e chegam ao ensino fundamental e médio, o diálogo ganha contornos mais reflexivos, nos quais perder deixa de ser um ‘fim de linha’ e passa a ser compreendido como parte de um processo”, diz.

Não vale fingir que não aconteceu

É comum que a primeira reação dos adultos seja dar uma palavra de incentivo. No caso da Copa do Mundo, dizer que “daqui a quatro anos a gente tenta de novo”. Mesmo que aparentemente isso soe benéfico, essa postura invalida as frustrações dos estudantes.

Silvia Lima, gerente de advocacy do Instituto Ayrton Senna e conselheira CEESP (Conselho Estadual de Educação de São Paulo), afirma que o papel da escola não é apenas **ensinar a digerir as perdas**, mas abrir espaço para dar significado a elas. Vivenciar esses momentos, do ponto de vista da educadora, possibilita que os estudantes desenvolvam competências socioemocionais para lidar com o estresse e decepção.

“A escola é um espaço seguro de convivência, onde o estudante, na relação com os seus pares, pode verbalizar o que sente. A partir disso, ele dialoga sobre essas experiências, ressignificando cada uma delas, aprendendo, mudando sua forma de agir a cada novo contexto”, destaca.

Reconhecer que derrotas, como esta imposta pelos dois gols de Erling Haaland pela Noruega existem e que os momentos de decepção fazem parte da vida retira o foco exagerado na vitória. Para Daniel, mais do que celebrar da vitória, a valorização do percurso é fundamental para cultivar uma mentalidade de crescimento, que coloca o erro como ponto indispensável para o aprendizado e a persistência.

“No cotidiano escolar e social, a expectativa da vitória e o infortúnio de não alcançá-la se assemelham a muitos outros desafios dos jovens, como a busca incessante por aprovação nas redes sociais, a pressão por notas perfeitas ou o medo de não corresponder às expectativas da família”, lembra o educador.

“Quando uma criança ou jovem foca apenas no resultado, qualquer oscilação é sentida como um fracasso pessoal devastador. Não existem sentimentos bons ou ruins: desapontamentos fazem parte do repertório humano e precisam ser vividos, não camuflados. Ao dar significado à derrota nas pequenas dinâmicas, preparamos os alunos para os não’s inevitáveis que a vida trará fora dos muros da escola”, diz.

Reforço de emoções

Adultos e crianças compartilham o peso das derrotas no esporte. Um **estudo publicado em maio no Journal of Personality and Social Psychology** (Revista de Personalidade e Psicologia Social, em tradução livre do inglês) mostrou que assistir a esportes com frequência estimula uma mentalidade de “soma zero”: a crença de que, para alguém ganhar, outro precisa obrigatoriamente perder.

Esse comportamento ganha força em torneios de grande apelo popular e rivalidade, como a Copa do Mundo. Um dos autores da pesquisa, Aaron C. Kay, professor da Universidade Duke, nos Estados Unidos, pondera que não se trata de dizer que os esportes são ruins, mas mapear como eles afetam as emoções das pessoas e seu senso de julgamento.

O que os pesquisadores apontam é que o esporte “pode fazer duas coisas ao mesmo tempo: unir pessoas dentro de grupos e, simultaneamente, promover uma visão de mundo na qual o sucesso exige o fracasso alheio. Para educadores e famílias, o desafio é equilibrar essa balança na escola e na quadra, transformando a disputa em cooperação.

Professores mediadores das emoções

Para os professores, **expressar esse sentimento** em vez de escondê-lo deixa de ser um tabu e abre brechas para dialogar e refletir com a turma.

“Se o professor apenas disser ‘faz parte’ ou ‘não fiquem tristes’, corre o risco de minimizar um sentimento real. Por outro lado, quando ele diz algo como: ‘Eu também fiquei frustrado com o resultado, também esperava que o Brasil ganhasse’, ele está **validando o sentimento** sem perder o papel de educador”, aponta Rafael Yunes Guarita, diretor-executivo da Conecta Educação Socioemocional.

Rafael argumenta que a postura humaniza o docente e desconstrói a ideia de que a maturidade exige o isolamento dos sentimentos. Essa transparência estreita o vínculo com os estudantes e consolida a segurança afetiva na sala de aula.

Silva considera que essa confiança não nasce de ações isoladas. Exige construção diária e intencional, com metas claras sobre as competências que o docente deseja despertar e as estratégias que pretende mobilizar.

Emoções para a vida

Os estudantes também precisam compreender essas ações de fortalecimento socioemocional, para que percebam o desenvolvimento de suas próprias habilidades.

“Só tendo consciência dos seus aprendizados é que eles poderão fazer uso dessas experiências na vida. A escola forma estudantes e contribui para o desenvolvimento integral deles, não só no ou para o ambiente escolar, mas para a vida”, ressalta Silva.

A partir dessa perspectiva da intencionalidade pedagógica, as frustrações oferecem a base para o projeto de vida dos alunos. Daniel destaca que tais episódios exercitam o autoconhecimento e a flexibilidade cognitiva. Os jovens compreendem que as circunstâncias mudam e fogem ao controle absoluto. Fosse assim, o Brasil voltaria para a casa erguendo a taça e com a sexta estrela na camisa.

“Ao sairmos da lógica da competição predatória e entrarmos na lógica da cooperação e do autoconhecimento, ensinamos aos alunos que a verdadeira inteligência para a vida não está em ganhar sempre, mas na capacidade de acolher o que se sente, reajustar a finaliza.

Assine nossa newsletter e fique por dentro das tendências em educação

Assinar

TEMAS

TAGS

socioemocionais

LEIA TAMBÉM

Inovações em Educação 23/06/2026



Neurociência na rotina: pausas de até 2 minutos ajudam a aliviar o estresse docente

Professores também precisam de pausa. Em até 2 minutos, pequenas práticas de respiração, movimento e atenção podem ajudar a reduzir o estresse e trazer mais equilíbrio para a rotina escolar.

Inovações em Educação 09/06/2026



Escuta, empatia e boas perguntas: o que o autor de ‘O poder do hábito’ propõe para a escola

Charles Duhigg, jornalista norte-americano e autor do best-seller “O poder do hábito”, afirma que boas conversas dependem da capacidade de reconhecer se o outro precisa de ajuda, acolhimento ou escuta

Inovações em Educação 28/05/2026



Gestores escolares também precisam de motivação. Como preservá-la na rotina?

Criar redes de apoio com outros diretores e cultivar o hábito de refletir sobre o dia a dia são passos essenciais para que os líderes escolares consigam não apenas sobreviver, mas prosperar na função

RECOMENDADAS

Inovações em Educação 22/07/2026



RedeNEC lança Olimpíada de Cidadania com desafios práticos para o ensino médio

Inovações em Educação 16/05/2026



Festival Porvir apresenta caminhos para acolher e proteger quem educa