



Mateu

35 anys.

Escriptor de Tarragona.

Li agrada fer esport

Esport: Handbol

Qüestió: Es preocupa per com cal tenir unes bones relacions entre les persones.

Em passa? 1 2 3 4 5

M'interessa? 1 2 3 4 5

Com són les nostres relacions?

La història sorprenent de les culleres llargues

Hi havia una vegada un rabí que només feia que rumiar què és el cel i què és l'infern. I tant i tant hi va pensar, que va sentir una gran curiositat per conèixer ambdós indrets. La curiositat li va créixer tant que, al final, no la podia aturar.

Un dia, a la sortida de la sinagoga, va demanar a Déu que li permetés veure el cel i l'infern.

Déu va veure el neguit que tenia el rabí, mestre de la Llei, i li va concedir allò que volia:

—El teu guia serà el profeta Elies.

El profeta es va presentar al rabí i li va dir:

—Segueix-me!

Primer el va conduir a un lloc molt gran que tenia al centre un gran foc. Damunt del foc hi havia un tupí molt gran, ple d'una escudella molt bona, i al voltant del foc hi havia molta gent asseguda. Tenien a les mans unes culleres molt llargues, molt llargues, amb les quals volien treure la sopa del tupí.

La gent estava pàl·lida, desnutrida, flaca, i tenien un aspecte molt dolent. Resulta que per culpa del mànec tan llarg de les culleres no es podien dur a la boca la sopa tan bona que hi havia al tupí i que feia tan bona olor.

Després de contemplar aquella escena tan estrambòtica, el profeta Elies i el rabí sortiren de l'habitació.

—Quin lloc tan estrany —va comentar el rabí.

—És l'infern —respongué el profeta.

Després Elies va conduir el rabí a una segona habitació en la qual tot estava disposat exactament igual que a la primera.

Al centre de l'habitació hi havia una llar de foc on s'hi coïa un menjar molt bo en una olla molt gran.





Glòria

20 anys.
Estudiant de Formació Professional de Sabadell.
Mira molt la TV.
Esport: Natació
Qüestió: Li agrada molt parlar amb les amigues. Es preocupa quan hi té males relacions.

Em passa?	1	2	3	4	5
M'interessa?	1	2	3	4	5

Com em relaciono amb els altres?

La gota d'aigua

D'una gran cascada s'escapà una gota d'aigua. Volia anar a conèixer món. Al primer salt que fa cau damunt d'una roca llisa. Visca! Ja és lliure! Ja pot anar allà on vulgui i fer, també, el que vulgui. Relliscant, relliscant, va a parar al bell mig d'una mata de farigola.

—Quina fragància més bona —pensà.

Al cap de poca estona, una marieta de colors molt vius que s'havia aturat al seu costat se l'endugué volant, volant.

—Veus que n'és de bonic, el mar —va pensar la gota d'aigua—. Si hagués seguit riu avall no veuria tantes coses com veig des d'aquí dalt.

La marieta s'aturà en un branquilló i la gota caigué a terra; no es va fer mal perquè les gotes mai no es fan mal.

Però la terra se l'enduaia endins, endins. La gota protestà i per primera vegada s'adonà dels inconvenients d'anar sola pel món. I la terra, sense fer-li cas, xucla que xuclaràs!

—Deixa'm marxar, terra dolenta! —li digué la gota—que vull ser lliure!

—Vés-te'n, si ets capaç! —li respongué la terra—. No ho veus que sola no pots anar enlloc? Sempre necessitaràs dels altres, i ara els altres t'han oblidat.

Va ser un raig de sol qui s'adonà que la gota ho passava malament i caigué de ple al seu damunt. Amb la llum del seu raig, li feia veure les plantes i els insectes més brillants i bonics que ningú; però, a poc a poc, l'anava evaporant. La gota s'adonà que s'anava fent petita i més petita...

—Per què em vols fer desaparèixer? —li preguntà.

—Perquè sola no serveixes

per a res! Abans, unida a les teves germanes, les gotes d'aigua, donaves vida als camps, apagaves la set dels assedegats, donaves



energia a les turbines; eres indispensable per a la vida dels humans, dels animals i de les plantes però ara has volgut anar sola pel món, has pensat només en tu, i és ara que, sola, no serveixes per a res.

La gota estava avergonyida, era cert el que li deien la terra amiga i el raig de sol. Però, què podia fer ara tota sola?

La terra deixà de xuclar-la, el raig de sol s'amagà darrere un núvol i començaren a davallar del cel algunes germanes compadides per fer-li companyia en la seva soledat. Darrera d'aquestes s'hi ajuntaren més i més gotes per ballar una sardana. La gota alçà el cap i veié la salvació, i ajuntant les seves mans a les de les germanes per dançar el ball de la pluja es formà un rierol, i una riera... i totes, sense deixar-se de les mans, tornaren al riu a seguir el seu treball silenciós i vivificant.

Quines són les diferents decisions que pren la gota d'aigua? Subratlla-les en el text.

Avantatges i inconvenients d'anar sol:	Llistat d'activitats o de qüestions que, sols, no podem aconseguir:
Avantatges i inconvenients de fer les coses conjuntament:	
	Activitats que podem aconseguir, si anem a l'una, a la classe, a la família, a l'escola, al barri:
Implicacions que pot tenir això en l'aula, la família i la ciutat o el barri:	



Eulàlia

21 anys.

Estudiant d'Artés.

Li agrada ballar

Esport: Ciclisme

Qüestió: Està preocupada: diu que cada vegada es participa menys. Tothom va a la seva.

Em passa?	1	2	3	4	5
-----------	---	---	---	---	---

M'interessa?	1	2	3	4	5
--------------	---	---	---	---	---

Associacions on participem nosaltres

Llegeix aquesta situació:

En Xavier juga a futbol; en Manel participa, els dissabtes a la tarda, en una colla sardanista; la Mireia toca el violí a l'orquestra de l'escola de música; la Xènia anglès en horari extraescolar...

És cert. Molts nois i noies de cicle superior participem en associacions i entitats de tota mena.

A quines associacions participem els membres de la nostra classe?

Entre tots podem fer un mural a l'aula i conèixer la nostra participació. El mural pot tenir aquesta estructura:

El nostre nom:	Activitat:	Associació:	A què es dedica?

Escriu l'estructura del mural dels tres companys anteriors i posteriors en l'ordre alfabètic de la teva aula.

Associacions on participem

Què aprenem en cada una d'aquestes associacions?

Més enllà de conèixer les associacions d'on som membres, és important veure per a què serveixen, quins serveis donen i què hi podem fer. És important que cada un de nosaltres pugui explicar "la seva associació". També podem recomptar les nostres associacions i fer-ne un gràfic de barres.

Finalment, podem treure unes conclusions a la qüestió:

Val la pena participar en associacions? Per quines raons?

Quins compromisos demana? Escribeu els que tu coneixes.





Francesc

48 anys.
Empresari de Girona.
Li agrada conduir
Esport: Motociclisme
Qüestió: Està molt ocupat.
Arriba sempre molt tard a casa.

Em passa?	1	2	3	4	5
M'interessa?	1	2	3	4	5

Participar pensant en els altres

Us proposem la lectura d'un article de la revista *Cavall Fort*. Ens parla de la necessitat de pensar en els altres, en el seu bé. Després de llegir-lo, discutiu com podem relacionar l'altruisme (el ser capaç de pensar en els altres) amb la participació.

Altruisme: els secrets del donar

Diccionari en mà, per altruisme s'entén el fet de mirar pel bé dels altres, fins i tot a costa del propi. I un filòsof ens diria que és la doctrina que posa com a fi de la conducta moral l'interès de l'altre com a tal, per oposició a l'egoisme. Els estudiosos de la conducta humana fa temps que intenten respondre als principals enigmes d'aquest tipus de comportaments.

Un bon punt de partida és observar que la conducta altruista no és exclusivament humana, ja que es pot observar en moltes espècies animals diferents, des dels insectes fins als mamífers més evolucionats, i això dóna peu a pensar que té avantatges evolutius. Encara que, val a dir, nosaltres l'hem desenvolupat com ningú. Per què? Hi pot haver causes biològiques i culturals, i les diferents teories proposades s'han centrat en diferents tipus de beneficis obtinguts, des de la transmissió dels gens fins a l'obtenció de reconeixament, passant per la supervivència del grup o el fet de guanyar-se "favors" posteriors.

Però, ahora, hi ha un altre fet molt destacable: avui hi ha proves científiques que demostren que ser altruistes i generosos ens pot ajudar també a ser feliços! Com? De moltes maneres. Per exemple, augmentant la nostra confiança i optimisme, posant en relleu les nostres capacitats i recursos, proporcionant sensació de control, afavorint la sensació que la nostra vida té sentit i valor.

En l'actualitat, malgrat que vivim en una societat que en molts moments fomenta els comportaments egoistes i competitiu, podem veure al mateix temps moltes mostres de generositat i altruisme. Un exemple d'això és la gran quantitat de persones que es dediquen al voluntariat, a ajudar els altres sense cap mena de recompensa material externa. Fins i tot, en anglès, existeix el verb "voluntariar". Ara sabem que el voluntariat s'associa amb més sensació de felicitat, autoestima i control personal.

Així que ajudar els altres és també ajudar-se un mateix. Què més volem!!

Text: Francesc J. Fossas. Psicòleg. *Cavall Fort*. Núm. 1.117. Febrer 2009.

Com podem relacionar altruisme i participació?

Participació i treball en equip, què volen dir?

Us proposem discutir si esteu d'acord amb les següents afirmacions. Abans de posar el sí o el no cal que ho discutiu en petit grup. Busqueu un argument que expliqui el sentit de la vostra opinió.

Tasques:	Sí	No	Argument:
La participació és un camí que facilita l'intercanvi d'informació i millora la convivència.			
Participació i col·laboració ens fan sentir millors.			
La participació és una manera de prendre decisions en la qual tothom té el mateix poder.			
El grau de participació depèn només de la voluntat del participant.			
La participació és una manera d'educar.			



Maria

60 anys.
Mestressa de casa de Sabadell.
Col·lecciona segells.
Esport: Curses d'orientació.
Qüestió: Li agrada molt explicar contes.

Em passa?	1	2	3	4	5
M'interessa?	1	2	3	4	5

Interpretem el nostre entorn

L'arbre generós

Hi havia una vegada un arbre que estimava un nen. I el nen estimava l'arbre. L'arbre era feliç. I el nen també.

Cada dia el nen anava a veure l'arbre i recollia les fulles que havien caigut per fer-ne una corona i jugar a ser el rei del bosc. S'enfilava pel tronc, es gronxava amb les branques i se li menjava les pomes. O jugaven a fet i amagar. I, quan el nen estava cansat, dormia sota la seva ombra. Però el temps va passar i el nen es va anar fent gran. I l'arbre sovint es quedava sol. Un dia, de sobte, va veure venir el nen i l'arbre li digué:

—Vine, amic meu, enfilat al tronc i gronxa't amb les meves branques, menja les meves pomes, reposa sota la meva ombra i sigues feliç.

—Ja sóc gran per jugar i enfilat-me —va dir el nen—. Ara vull comprar coses i divertir-me, i necessito diners. Me'ls pots donar tu?

—Ho sento —va dir l'arbre—. Jo no tinc diners. Només tinc fulles i pomes. Però agafa les meves pomes i ven-les a la ciutat. Així tindràs diners i seràs feliç.

I així el nen es va enfilat a l'arbre, va agafar totes les pomes i se les va endur. I l'arbre se sentí feliç.

Però va passar el temps i el nen no tornava... i l'arbre estava trist. Fins que un dia, el nen va tornar i l'arbre li va dir:

—Vine, amic meu, puja al meu tronc i gronxa't a les meves branques i sigues feliç.

—Estic molt ocupat per enfilat-me als arbres —va respondre el nen—. Necessito una casa que em serveixi d'aixopluc. Vull una esposa i uns nens i per això vull una casa. Pots donar-me-la tu?

—Jo no tinc casa —va dir l'arbre—, el bosc és la meva llar, però em pots tallar les branques i fer-ne una casa. Així seràs feliç.

I el nen tallà totes les branques de l'arbre i se les endugué per construir la seva casa. I l'arbre es va sentir feliç. Però va passar el temps i el nen no tornava. I quan va retornar, al cap d'uns anys, l'arbre era tan feliç que amb prou feines podia parlar:

—Vine, amic, vine i juga.



—Sóc vell i estic trist i no tinc ganes de jugar —va dir el nen—. Vull un bot per poder viatjar i marxar lluny d'aquí. Pots donar-me'l tu?

—Talla'm el tronc i fes-te el bot —va dir l'arbre—. Així podràs navegar lluny... i seràs feliç.

I el nen tallà el tronc i es va fer un bot i va navegar lluny.

Després de molt de temps, el nen va tornar de nou. I l'arbre li digué:

—Ho sento però no tinc res per donar-te. Ja no em queden pomes perquè et puguis alimentar, ja no em queden branques perquè et puguis gronxar, ja no tinc tronc perquè t'hi puguis enfil·lar ni ombra on puguis reposar... Ja no em queda res per donar-te.

El nen veié el que havia fet i plorà desconsoladament... Entretant, penedit, deia:

—Perdona'm! Si no t'hagués tractat així, ara podria reposar sota la teva ombra i menjar els fruits que generosament em vas oferir... I passar amb tu els dies que em quedin... Tu series més feliç i jo també... Perdona'm, perdona'm...!

Però ja era massa tard per tornar enrere...

Els contes són per interpretar-los. Porten un missatge. Penseu quina és la intenció que ens vol transmetre i treieu-ne conclusions.





Felícia

36 anys.
Comercial de Valls.
És aficionada al ball.
Esport: No fa esport.
Qüestió: Diu que hi ha poca col·laboració entre països.

Em passa?	1	2	3	4	5
M'interessa?	1	2	3	4	5

Drets humans (2)

Els Drets de la segona generació van néixer a partir de la lluita obrera dels segles XIX i XX, i van ser reconeguts per primera vegada a la Declaració Universal dels Drets Humans realitzada per Nacions Unides l'any 1948.

Tercera generació

Aquest grup va ser promogut a partir de la dècada dels setanta per a incentivar el progrés social i elevar el nivell de vida de tots els pobles, en un marc de respecte i col·laboració mútua entre les distintes nacions de la comunitat internacional. Entre altres, destaquen els relacionats amb:

L'autodeterminació.

La independència econòmica i política.

La identitat nacional i cultural.

La coexistència pacífica.

L'enteniment i confiança.

La cooperació internacional i regional.

La justícia internacional.

L'ús dels avanços de les ciències i la tecnologia.

La solució dels problemes alimentosos, demogràfics, educatius i ecològics.

El medi ambient.

El patrimoni comú de la humanitat.

El desenvolupament que permeti una vida digna

Busqueu retalls de la premsa d'aquesta setmana, on es subratllin notícies que afavoreixin el compliment dels Drets Humans. En podem fer un mural ben gran a l'aula amb l'aportació de tots els membres de la classe.

