

Ànimes incompreses

1a. Et sents comprès? Completa aquest test i després llegeix-ne els resultats.

1. Quin membre de la teva família t'entén millor?
 - a. Tots m'entenen molt bé, ens comuniquem molt.
 - b. Els meus pares (o un d'ells): em coneixen bé i solen saber com em sento.
 - c. Algun germà. Hi comparteixo totes les meves inquietuds i somnis.
 - d. Cap.
2. Sols parlar de les coses que et preocupen?
 - a. Sí, sempre.
 - b. Sovint sí, però de vegades prefereixo callar-m'ho.
 - c. No, en general em costa molt.
 - d. No, mai.
3. Amb quina d'aquestes afirmacions t'identifiques més?
 - a. Sé que la gent del meu entorn m'entén i em respecta tal com sóc.
 - b. Tot i que de vegades resulta difícil, es pot aconseguir que els altres et compreguin.
 - c. Crec que, en el fons, ningú sap veritablement com em sento.
 - d. Sovint fantasiejo amb trobar algú amb qui de debò puc mostrar-me com sóc.
4. Creus que els teus amics et coneixen bé?
 - a. Sí: jo els ho explico tot i ells a mi també. És això, l'amistat, no?
 - b. Bé, ningú coneix realment ningú...
 - c. Els meus amics només coneixen una part de mi; la que jo vull mostrar.
 - d. No: per passar l'estona tampoc és tan necessari. O sí?



Imatges: Hero Images/Getty Images. Jon Feingersh/Blend Images/Getty Images. KidStock/Blend Images/Getty Images.

5. Imagina que tens un malentès amb el bibliotecari i et retira el carnet de soci durant una setmana com a penalització. Què faries?
- Parlar-hi per intentar resoldre el malentès.
 - Explicar a casa meva el que m'ha passat, a veure si els meus pares poden resoldre-ho.
 - Donar-li el carnet i esperar una setmana.
 - Donar-li el carnet i no tornar mai per la biblioteca.
6. Quan et passa una cosa extraordinària, impactant o que et genera preocupació...
- Corro a explicar-ho a la persona en qui més confio.
 - Hi dono moltes voltes fins que decideixo com explicar-ho i a qui.
 - Faig insinuacions a algunes persones fins que elles aconseguen treure-m'ho.
 - M'ho callo. Com a molt, ho escric al meu diari.
7. Les persones que em coneixen saben quins són els meus desitjos més íntims i les meves pors més secretes.
- És cert.
 - No del tot cert: alguns desitjos i pors no els he compartit amb ningú perquè no vull que s'estranyin.
 - Fals: la majoria dels meus desitjos i pors només els conec jo.
 - Fals: els desitjos, les pors i les fantasies pertanyen a la meva intimitat. Com els he de compartir amb ningú?
8. Se t'ha ocorregut una idea genial per a la festa de fi de curs de l'institut...
- Expliquem-l'hi al director!
 - Ja està, ja l'he explicat; però, espera, sonava millor al meu cap.
 - El que em fa mandra és aconseguir que tots l'entenguin.
 - Genial? Això és el que jo penso, però segur que ningú pensa el mateix.





Resultats

Majoria de respostes a: No et sents incomprès. Al contrari, és possible que et preguntis com pot haver-hi persones que se sentin així. Tan fàcil com és parlar i explicar el que ens passa... Podries aprofitar aquesta virtut per ajudar que altres persones no se sentin incompreses.

Majoria de respostes b: No sempre et sents comprès. Tranquil, és normal: si tan difícil és conèixer-nos a nosaltres mateixos, com ha de ser fàcil que també els altres ens coneguin i sàpiguen com ens sentim? No obstant això, en general, et sols sorprendre gratament quan expliques els teus sentiments i experiències.

Majoria de respostes c: De vegades et sents incomprès. Potser podries provar a confiar més en les persones del teu entorn i deixar que et sorprenguin. Si no et comuniques amb elles, tu mateix estàs dificultant la possibilitat que et coneguin i et compreguin.

Majoria de respostes d: Sembla que no et sents gens comprès. Quina pena! Segur que no hi ha, entre totes les persones que t'envolten, ningú que t'entengui? Potser has de fer un esforç per obrir la porta i deixar que els altres et coneguin una miqueta... Pensa-ho: compartir el que ens passa és una forma molt més agradable de viure.

1b. Ara respon aquestes preguntes.

- El resultat que has obtingut és el que esperaves o t'ha sorprès? Per què?

.....

.....

- Estàs satisfet amb el resultat? Llegeix els altres i indica si preferiries haver-ne obtingut un altre. Quin?

.....

.....

- Si has obtingut una majoria de respostes c o d, quines d'aquestes accions creus que t'ajudarien a sentir-te menys incomprès?

- Confiar més en els altres.
- Fer un esforç per explicar-me millor.
- No prendre'm tan seriosament a mi mateix.
- Tenir més amics.
- No prejutjar les respostes que m'imagino que obtindré.
- Preocupar-me pels altres.



• Si has obtingut una majoria de respostes a o b, quines d'aquestes accions creus que t'han ajudat a no sentir-te incomprès?

- Comparteixo les meves inquietuds, dubtes, problemes, amb algú en qui confio.
- Sóc tan sincer com puc.
- Estic d'acord amb les crítiques i les bromes de bon grat.
- Tinc molts amics molt diferents.
- No em preocupo dels altres.
- Intento explicar amb precisió com em sento.

Competències emocionals treballades:

Presença de consciència de com les emocions incideixen en el comportament. Acceptació de les seves pròpies emocions, tant si són socialment i culturalment acceptades com si no ho són.

**2. Busqueu informació sobre la pel·lícula *A la recerca d'en Forrester* (2000). Si és possible, mi-
reu-la tots junts a l'aula. A continuació, resoleu les següents qüestions:**

1. Escriu un resum de l'argument.

.....

.....

.....

.....

.....

2. Completa una fitxa com aquesta i enganxa-hi una fotografia del cartell.

Títol original:

Any d'estrena:

País: Durada:

Director:

Guió:

Gènere:

Repartiment:

.....





3. Classifica els següents adjectius segons si descriuen millor el Forrester o el Jamal.

solitari ingenu rondinaire famós desconfiat
curiós amigable excèntric simpàtic perseverant

Jamal

Forrester

.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....

4. Respon aquestes preguntes sobre la pel·lícula.

a. Per què el Forrester va deixar d'escriure?

.....
.....
.....

b. Com ajuda el Forrester el Jamal?

.....
.....
.....

c. I el Jamal el Forrester?

.....
.....
.....

d. Com demostra cadascun l'estima que sent per l'altre?

.....
.....
.....



5. A la pel·lícula, molts personatges se senten incompresos. Explica per què.

- El Jamal pel que fa als seus desitjos d'escriure.

.....

- La Claire pel que fa a la seva amistat amb el Jamal.

.....

- El pare de Clara pel que fa a l'amistat de la seva filla amb el Jamal.

.....

- El professor Crawford pel que fa al seu talent literari.

.....

6. Relaciona aquestes accions de la pel·lícula amb el que els personatges que les fan semblen intentar transmetre.

- | | |
|---|--|
| • El Forrester deixa la seva màquina d'escriure al Jamal. | • «he trobat un valor en tu» |
| • El Jamal regala entrades al Forrester per a un partit. | • «crec que pots superar les teves pors» |
| • El Forrester deixa la porta oberta perquè el Jamal entri. | • «confio en tu i t'aprecio» |
| • El Forrester torna la motxilla al Jamal amb els quaderns corregits. | • «et convido a entrar a la meva vida» |

7. Explica si et sents identificat amb algun dels personatges o si has viscut alguna situació semblant a les que apareixen a la pel·lícula.

.....

.....

.....

8. Alguna vegada t'has comunicat utilitzant algun símbol, com els personatges de la pel·lícula? Et van arribar a entendre? Explica-ho.

.....

.....

Competències emocionals treballades:

Comprensió de les emocions dels altres. Capacitat per avaluar críticament els missatges socials, culturals i dels mitjans de comunicació.