

Zelo

Se importar com os outros é uma característica muito marcante das pessoas de bom caráter. A pessoa zelosa tem sempre cuidado para não prejudicar as outras pessoas e os demais seres vivos, e cuidam bem dos objetos, da comunidade, do planeta, e do futuro.

A maneira de você saber se uma pessoa realmente se importa com os outros é observar o que ela faz, por que o zelo é mais do que um simples sentimento: as pessoas que se importam mesmo mostram o seu zelo através de suas ações.

Por que se importar ?

A preocupação com o bem estar dos outros é sinal de amadurecimento. Um importante aspecto do crescimento é a habilidade de se importar com outras pessoas, além de você mesmo. Zelar pelos outros significa superar o egoísmo infantil e alcançar o estágio adulto, no qual nos preocupamos em ajudar os outros.

Pessoas que cuidam dos outros realmente cresceram do apego para o desprendimento; do eu para o todos; e do dê-me para o dou-lhe.

A Regra de Ouro

Trate os outros como gostaria de ser tratado é um conceito universal, que garantiria uma sociedade muito melhor se fosse adotado por todos.

Parceiros atingidos

Devemos considerar como nossos parceiros todas as pessoas que serão atingidas por nossas decisões. Uma pessoa de bom caráter sempre pensará nas conseqüências - positivas ou negativas - que suas decisões possam ter sobre todos os parceiros.

Zelo - SIM

- Mostre que você se importa com os outros através do seu carinho, generosidade e compaixão.
- Viva pela Regra de Ouro, tratando os outros como gostaria de ser tratado.
- Pense nos efeitos que cada decisão, palavra ou ato seu terá sobre outras pessoas.
- Transforme seu zelo pelos outros em ação efetiva.

Zelo - NÃO

- Não seja egoísta.
- Não seja mesquinho.
- Não seja cruel.
- Não despreze o sentimento dos outros.
- Não faça nada sem pensar nas conseqüências para as outras pessoas.



Participantes
Até 28 crianças de 9 a 11 anos.
Tempo: 45 minutos.

Objetivo: participantes se familiarizarão com os efeitos do zelo e como identificar o comportamento zeloso.
O que o Instrutor deve providenciar: canudos (tipo mais grosso); pequenas garrafas plásticas; tesouras; lápis; papel; cola ou fita adesiva.

O que o você diz:

O que você faz ou mostra:

O que fazem os participantes:

Dicas para o instrutor:

1. Importar-se com os outros é um princípio ativo eficaz para produzir felicidade e também um fator infalível para a cura da solidão. É uma fórmula segura para se sentir bem. E, ao contrário de outros remédios, faz efeito tanto nas pessoas que o ministram como nas que o recebem.
Pense quando você esteve doente, triste, magoado, solitário, com medo ou fome ou frio e alguém o ajudou ou lhe deu conforto.

Solicite alguns exemplos.

2. Esta pessoa provavelmente fez mais por você com este gesto ou palavras do que um médico poderia dar indicando um remédio. Hoje vamos pensar em como mostrar que nos importamos com outras pessoas, e como podemos lhes dar uma dose extra de felicidade. Cada um desses tubos de remédio está etiquetado com uma diferente situação que necessita da ajuda de uma pessoa zelosa. Sua tarefa é ler cada prescrição e preparar duas "cápsulas de zelo" para cada situação. Pegue um tubo e veja como pode ajudar. Depois pegue duas tiras de papel e escreva duas coisas que você faria para ajudar a pessoa naquela situação. Então corte dois pedaços de canudo, enrole bem suas tiras e as enfie nos pedaços de canudo, aprontando as duas cápsulas.
Coloque-as no tubo e faça o mesmo com a seguinte.

Demonstre isto. Dê o tempo de 15 minutos para as crianças prepararem duas cápsulas para cada uma das garrafas.

As crianças fazem duas cápsulas por garrafa

Use a folha de atividades 1.

3. O tempo terminou. Parem onde estão. Vamos ver o que está nas etiquetas dos tubos e as cápsulas que vocês prescreveram. Agora vamos ler as receitas. Depois, reenrolem e recolorem nas tubos.
Quando nós fazemos o que está prescrito nas receitas, como isso afeta as outras pessoas? E como isso nos afeta?

Para cada garrafa, deixe uma das crianças ler o rótulo e as outras lerem as cápsulas. Leia cada cápsula.

A cada garrafa, pergunte se eles conhecem alguém naquela situação, o que eles fariam, quando? E o que eles fariam se atuassem como um grupo?

O que o você diz:

O que você faz ou mostra:

O que fazem os participantes:

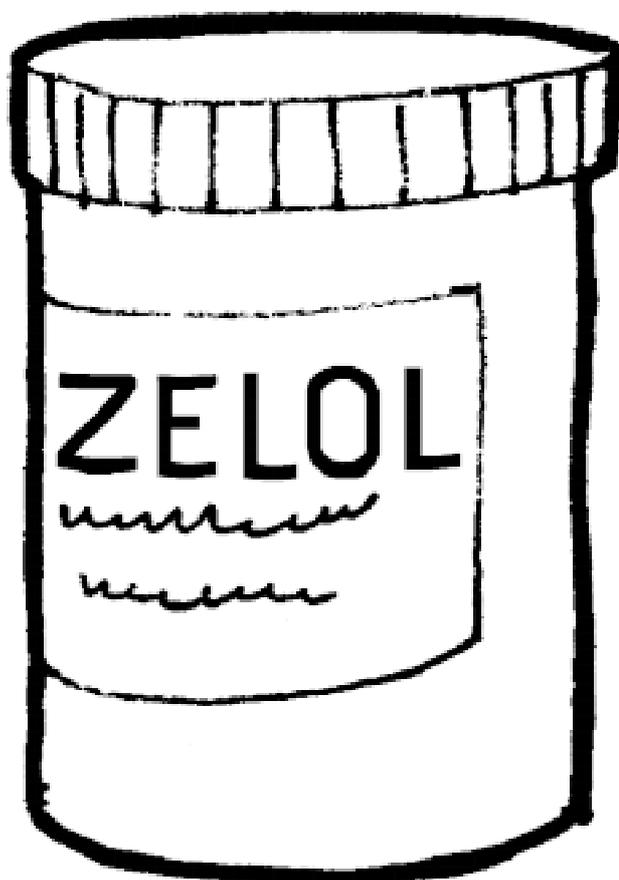
Dicas para o instrutor:

4. Agora, cada um vai pensar em uma situação que conhece, onde existe alguém que se sentiria melhor com uma dose extra de zelo. Então escreva uma prescrição que inclua uma ação que você fará na semana que vem.

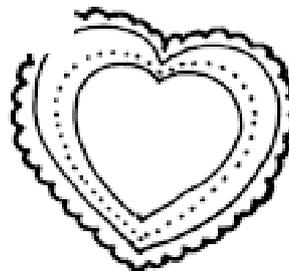
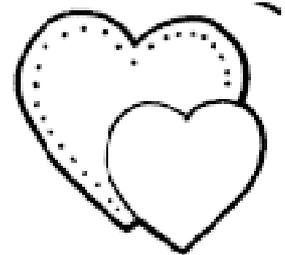
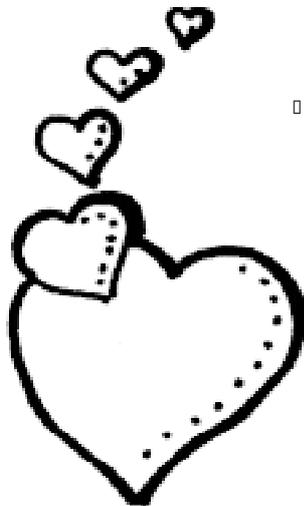
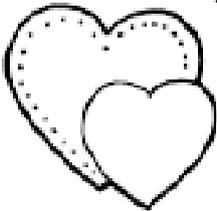
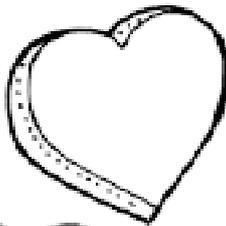
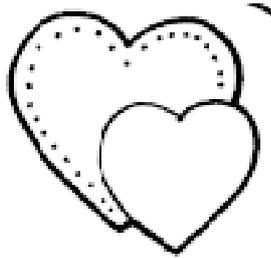
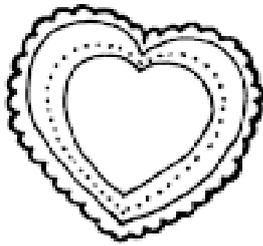
Distribua um formulário de prescrição (folha de atividade 2) para cada participante. Demonstre.

As crianças escrevem prescrições para uma ação "zelo-sa" que eles farão nos próximos sete dias.

5. Por fim, vou lhes passar uma receita ótima: Todos os dias, sem que ninguém espere, façam algo que revele seu zelo pelos outros. Ajude alguém, encoraje alguém, sem esperar nada em troca. Isso vai ajudar as outras pessoas e vai produzir efeitos maravilhosos em você!



Outras maneiras de ajudar crianças de 9 a 11 anos a serem respeitosas



- Peça às crianças que entrevistem adultos e façam um livro de memórias reunindo as histórias sobre "as pessoas mais zelosas que vocês já conheceram".
- Destaque sempre as ações de pessoas que se preocupam com os problemas dos outros, tanto em nível familiar, local, como comunitário, nacional e até mundial. Pergunte às crianças como elas reconhecem as pessoas que se preocupam com os outros. Mostre-lhes que, embora nenhuma vida seja perfeita, essas pessoas zelosas parecem mais felizes e realizadas que as pessoas que vivem só para si.
- Apóie ações de zelo em grupo. Organize um bingo, um bazar ou um show de talentos num asilo. Faça uma campanha para recolher cobertores e comida para os sem teto. A entrega desses donativos deve ser feita com participação do grupo.

- Ajude os estudantes a se imaginarem praticando atos zelosos. Apresente uma situação (como as dos rótulos das garrafas) e peça que as crianças sugiram um comportamento zeloso que atenda a situação.
- Divida a turma em dois grupos que competem e ganham pontos por cada resposta que dêem para cada situação de necessidade que você apresenta.
- Faça brincadeiras de mímica, com as crianças representando com gestos situações de zelo.
- Brinque de "amigo secreto", fazendo com que as crianças sorteiem nomes de colegas e façam ações anônimas de gentileza para essa pessoa durante a semana seguinte.

Exercitando o Caráter

Planos de aulas e atividades: Peggy Adkins

Editoração: Wes Hanson (e Joaquim Moura)

Administração: Rosa Maulini

Desenhos: Caroline Benfield

Edição em português: Companheiros das Américas

<http://www.partners-bsbdc.org>

Edição em inglês: Josephson Institute of Ethics

<http://www.charactercounts.org>

Rótulos para os tubos de "remédios zelosos"

Poção Zelosa nº 1

Para alguém se sentindo doente:
Obedeça a prescrição e administre com uma
grande dose de carinho

Dr. Z. Lozzo

Poção Zelosa nº 2

Para alguém que está triste:
Obedeça a prescrição e administre com uma
grande dose de atenção.

Dr. Z. Lozzo

Poção Zelosa nº 3

Para alguém solitário:
Obedeça a prescrição e administre com uma
grande dose de amizade.

Dr. Z. Lozzo

Poção Zelosa nº 4

Para alguém que é novo na escola:
Obedeça a prescrição e administre com uma
grande dose de amizade.

Dr. Z. Lozzo

Poção Zelosa nº 5

Para alguém cujo melhor amigo se mudou
Obedeça a prescrição e administre com uma
grande dose de interesse contínuo.

Dr. Z. Lozzo

Poção Zelosa nº 6

Para alguém sem casa para morar:
Obedeça a prescrição e administre com uma
grande dose de atenção.

Dr. Z. Lozzo

"Receitas Zelosas"

Receita Zelosa - 01

Para:

Prescrição:

Dose: ilimitada.

Dr. Z. Lozzo

Receita Zelosa - 02

Para:

Prescrição:

Dose: ilimitada.

Dr. Z. Lozzo

Receita Zelosa - 03

Para:

Prescrição:

Dose: ilimitada.

Dr. Z. Lozzo

Receita Zelosa - 04

Para:

Prescrição:

Dose: ilimitada.

Dr. Z. Lozzo

Receita Zelosa - 05

Para:

Prescrição:

Dose: ilimitada.

Dr. Z. Lozzo

Receita Zelosa - 06

Para:

Prescrição:

Dose: ilimitada.

Dr. Z. Lozzo