

LA VERDADERA FELICIDAD NO CUESTA DINERO



2017/2018

Tutoría

APROVECHA TU TIEMPO LIBRE PARA LO QUE IMPORTA
Ganas tú, gana el planeta y ganamos todos y todas.



BACHILLERATO

PROFESORADO

Introducción de la temática

Desde hace unos años las campañas de educación para el desarrollo llevadas a cabo en nuestros centros escolares tienen un denominador común: el consumo responsable, enfocado desde diferentes puntos de vista (la alimentación, el medio ambiente, la moda, etc.). Hemos visto cómo los derechos de millones de personas se vulneran como consecuencia del acelerado ritmo de nuestros patrones de consumo, principalmente los de las sociedades que vivimos en países enriquecidos.

En este curso **queremos ser propositivos**, invitando al alumnado de nuestros colegios a llevar a cabo una **vida sencilla** con la que disfrutar de valores y experiencias que no giren en exclusiva alrededor del consumo, para no dañar el medio ambiente ni perjudicar las condiciones de vida de otras personas en el mundo.

Nos hemos acostumbrado a saturar nuestro tiempo con entretenimientos sofisticados o cargados de adrenalina, que causan estrés y generan residuos, trasladando este modelo de vida a la infancia. Parece que estamos olvidando cómo disfrutar de nuestro tiempo de ocio, de los placeres sencillos de la vida.

Durante este curso queremos trasladar a nuestro alumnado que hay otra forma de vivir y disfrutar de nuestro tiempo libre, que ahonda en valores como el **respeto**, la **solidaridad**, la **convivencia**, la **sencillez** o el **contacto con la naturaleza**.



Objetivo general de las tutorías

Reflexionar sobre a qué dedicamos nuestro tiempo libre y desarrollar la capacidad de optar por alternativas de ocio no consumistas y que no vulneren los derechos humanos y ambientales.

ACTIVIDADES

Actividad 0. [vídeo central de campaña - JÓVENES]: ¿Dónde está la felicidad?

Temas que trata: Materialismo, consumo, sencillez y austeridad

Tiempo estimado: 50'

Tipo de actividad: Role-playing de reflexión sobre el vídeo

Resumen: Tras visionar el vídeo, se trata de que una serie de grupos escoja un anuncio publicitario de una revista, asuma un papel de agentes publicitarios y prepare una acción de marketing para seducir con ese producto al resto de la clase. De la exageración de la venta saldrá la reflexión de la avalancha de mensajes publicitarios que reclaman a diario nuestra atención, a menudo para algo trivial que no necesitamos. El contraste entre el vídeo y el ejercicio de convencimiento que quieren conseguir los agentes publicitarios, pondrá de relieve dónde radican verdaderamente las cosas importantes de la vida.

Objetivos:

- Reflexionar sobre la voluntad manipuladora de la publicidad
- Determinar qué resulta importante y qué no en nuestra vida

Material: Unas 20-30 revistas, tijeras para cada alumno/a, papel, cola y rotuladores

Instrucciones: Después de ver el vídeo...

- Primero dividiremos el grupo en 3 o 4 personas y se repartirán las revistas al azar (2 o 3 revistas por grupo).
- Cada grupo buscará el anuncio que les interese más. Recortará aquel anuncio y lo pegará sobre papel para hacer una presentación en público.
- Otros papeles podrán servir a los grupos para aportar otros datos que ayuden a vender el producto (por ejemplo gráficos, datos u otras imágenes de las revistas)
- Dedicaremos 15 minutos a preparar nuestro anuncio, que deberá ser presentado en sólo 1 minuto. Por lo tanto, hay que escoger muy bien los mensajes seductores con los que se venderá un producto en el tiempo que dura un teleanuncio.
- El último espacio de la Tutoría deberá servir para que el aula se exprese sobre lo siguiente:
 - ¿Qué nos ha parecido el vídeo?
 - ¿Cómo nos hemos sentido representando el anuncio después de haber visto el vídeo?
 - ¿Pensamos y sentimos ahora distinto después de esta Tutoría?



Actividad 1. LA VERDADERA FELICIDAD NO CUESTA DINERO

Temas que trata: Felicidad

Tiempo estimado: 50'

Tipo de actividad: Tertulia

Resumen: En esta sesión se empezará con un vídeo introductorio, a partir de aquí se hará una lluvia de ideas sobre que significa felicidad. Entonces se pasará a la tertulia en pequeños grupos y finalmente habrá un cierre de la sesión.

Objetivos:

- Introducir al alumno en un contexto de pensamiento crítico sobre la actualidad, usando diferentes metodologías como brainstorming, tertulias dialógicas, análisis de casos, etc., para así conseguir discriminar la información que nos rodea y poder ser críticos con el entorno que nos rodea.
- Reconocer situaciones cotidianas en las que sentimos felicidad, basándose en vídeos, experiencias y puestas en común para cambiar hábitos y rutinas que impidan la realización plena, satisfactoria y feliz en el día a día del alumno.
- Discriminar felicidad de 'felicidad rápida' (material y relacionada con el dinero), a base de trabajo grupal así como de una reflexión individual para interiorizar e identificar las diferentes acciones de felicidad y pseudofelicidad que rodean nuestro día a día.

Material:

- Pizarra
- Tizas
- Proyector y video

Instrucciones:

Presentación temática 5'

En esta sesión, y al ser la primera, debemos hacer una introducción al tema. Para esta introducción se proyectará un vídeo: SOLO TU <https://www.youtube.com/watch?v=3P4bCeUp8QI>

Brainstorming: Felicidad 15'

Tras esto se escribirá en la pizarra la palabra felicidad. Luego, se dejará la tiza a disposición de los alumnos y en base al recurso metodológico brainstorming se dejará a los alumnos que vayan escribiendo palabras relacionadas con la felicidad.

Tertulia (1-2-4) 27'

Cuando se vea que ya no se escriben más palabras se dejarán las palabras en la pizarra y se empezará a preparar la tertulia que se va a realizar en cuatro pasos de manera progresiva. En primer lugar, cada persona (profesor incluido) tiene que hacer una breve reflexión y elegir dos palabras de las que salen ahí que se quedaría para definir lo que es la felicidad para él/ella. Luego, se juntarán por parejas y se hablará del porqué de la selección de las palabras. Además, cada pareja tendrá que hacer una selección de dos palabras de las cuatro que ya venían. Tras tratar el tema en parejas se hará una puesta en grupos pequeños de cuatro personas (se trabajará igual que por

parejas). Finalmente, se volverá a reunir toda la clase y se irá comentando grupo a grupo (de los grupos de 4) lo que se ha hablado. Además, como clase se seleccionarán dos conceptos que se pondrán luego en la pared como símbolo de cómo buscar la felicidad en el día a día. (3' individual -4' parejas- 5' grupos - 15' clase).

Conclusión de la sesión 3'

En este apartado se comentará con los alumnos qué tal se han encontrado, además de darles tiempo a descansar y recuperar el chip para la siguiente sesión de clase, así como de dar una recompensa al buen trabajo realizado (dando así descanso al cerebro para que procese lo aprendido).



Actividad 2. ¿QUÉ ES LA FELICIDAD PARA MÍ?

Temas que trata: Felicidad

Tiempo estimado: 50'

Tipo de actividad: Visualización video y reflexión, redacción carta

Resumen: En esta sesión, se visualizará un video de Martín Tetaz, que invita a los alumnos a reflexionar. Después cada alumno escribirá una carta a sí mismo.

Objetivos:

- Introducir al alumno en un contexto de pensamiento crítico sobre la actualidad, usando diferentes metodologías como brainstorming, tertulias dialógicas, análisis de casos, etc., para así conseguir discriminar la información que nos rodea y poder ser críticos con el entorno que nos rodea
- Discriminar felicidad de 'felicidad rápida' (material y relacionada con el dinero), a base de trabajo grupal así como de una reflexión individual para interiorizar e identificar las diferentes acciones de felicidad y pseudofelicidad que rodean nuestro día a día
- Compartir en grupo y hacer una reflexión personal de mi situación personal en lo que a felicidad se refiere, vía oral y escrita, para intentar cambiar si fuere necesario ciertos comportamientos en mi día a día para así poder conseguir ser más feliz

Material:

- Proyector y video
- Papeles DIN-A4

Instrucciones:

Repaso de lo que se hizo el día anterior 5'

Se hará una puesta en común con todo el grupo de lo que se sacó de la primera sesión. Además, el/la profesor/a colocará en el aula las dos palabras que se sacaron de la puesta en común.

Vídeo Martín Tetaz 25'

En este momento de la sesión se verá el vídeo de Martín Tetaz en el cual se habla de la felicidad y si ésta se puede comprar o no. Tras el vídeo se hará un breve comentario en grupo de unos 5 minutos comentando lo más relevante/lo que más les ha llamado la atención del vídeo. <https://www.youtube.com/watch?v=-NjWoZ7hYl4>



Redacción de una carta 15'

Tras haber visto y comentado el vídeo de Martín Tetaz sobre la felicidad (además de los contenidos adquiridos en la primera sesión) se invitará a los alumnos a escribir una carta. Para la redacción de la carta se proyectarán las siguientes preguntas a modo de introducción a la reflexión (no tienen por qué seguir las preguntas):

- ¿Qué es la felicidad para mí?
- ¿Soy feliz?
- ¿En qué baso mi felicidad?
- ¿Qué cambiaría en mi día a día para ser más feliz?

*(la carta se les entregará en la cuarta sesión)

Conclusión de la sesión 5'

En este apartado se comentará con los alumnos qué tal se han encontrado, además de darles tiempo a descansar y recuperar el chip para la siguiente sesión de clase, así como de dar una recompensa al buen trabajo realizado (dando así descanso al cerebro para que procese lo aprendido).

Actividad 3. EL PRECIO DE LA FELICIDAD

Temas que trata: Felicidad

Tiempo estimado: 50'

Tipo de actividad: Visualización video y reflexión

Resumen: En esta actividad se verá un video sobre la felicidad y si se puede comprar o no. Después de eso se leerá una historia sobre un pescador y se hará una reflexión.

Objetivos:

- Introducir al alumno en un contexto de pensamiento crítico sobre la actualidad, usando diferentes metodologías como brainstorming, tertulias dialógicas, análisis de casos, etc., para así conseguir discriminar la información que nos rodea y poder ser críticos con el entorno que nos rodea.
- Reconocer situaciones cotidianas en las que sentimos felicidad, basándose en vídeos, experiencias y puestas en común para cambiar hábitos y rutinas que impidan la realización plena, satisfactoria y feliz en el día a día del alumno.
- Discriminar felicidad de 'felicidad rápida' (material y relacionada con el dinero), a base de trabajo grupal así como de una reflexión individual para interiorizar e identificar las diferentes acciones de felicidad y pseudofelicidad que rodean nuestro día a día.

Material:

- Proyector y video
- Historia de un pescador

Instrucciones:

Repaso de lo que se hizo el día anterior 2'

Se hará una puesta en común con todo el grupo de lo que se sacó de la segunda sesión.

Vídeo Michael Norton 18'

En este momento de la sesión se verá el vídeo de Michael Norton (está en inglés, pero Youtube da la oportunidad de subtítularlo) en el cual se habla de la felicidad y si ésta se puede comprar o no. Tras el vídeo se hará un breve comentario en grupo de unos 3 minutos comentando lo más relevante/lo que más les ha llamado la atención del vídeo.

<https://www.youtube.com/watch?v=ZwGEQcFo9RE>

Caso práctico 25'

En este apartado se va a trabajar la conversación de un pescador y de un banquero americano. La historia aparece descrita en el anexo nº 1. (link por si se prefiere poner el vídeo https://www.youtube.com/watch?time_continue=25&v=0pBrHqsQUMw) Tras la lectura del caso práctico se hará una reflexión basado en la metodología 1-2-4 con la que se compartirá lo que se va sacando de la historia, así añadiendo a la propia comprensión otros puntos de vista que pueden ayudar a que el aprendizaje sea más significativo, además de dialogante y dinámico.



Conclusión de la sesión 5'

En este apartado se comentará con los alumnos qué tal se han encontrado, además de darles tiempo a descansar y recuperar el chip para la siguiente sesión de clase, así como de dar una recompensa al buen trabajo realizado (dando así descanso al cerebro para que procese lo aprendido).

Actividad 4. EL RITMO DE LA FELICIDAD

Temas que trata: Felicidad

Tiempo estimado: 50'

Tipo de actividad: Reflexión alrededor de una canción, y de evaluación

Resumen: Después del el repaso del día anterior los alumnos verán un videoclip sin voz. Seguidamente se les repartirá la letra y escucharán la canción. Les tocará reflexionar sobre que es lo que más les ha llamado la atención. Después de esto se hará la evaluación, y el cierre de la sesión.

Objetivos:

- Introducir al alumno en un contexto de pensamiento crítico sobre la actualidad, usando diferentes metodologías como brainstorming, tertulias dialógicas, análisis de casos, etc., para así conseguir discriminar la información que nos rodea y poder ser críticos con el entorno que nos rodea.
- Reconocer situaciones cotidianas en las que sentimos felicidad, basándose en vídeos, experiencias y puestas en común para cambiar hábitos y rutinas que impidan la realización plena, satisfactoria y feliz en el día a día del alumno.
- Discriminar felicidad de 'felicidad rápida' (material y relacionada con el dinero), a base de trabajo grupal así como de una reflexión individual para interiorizar e identificar las diferentes acciones de felicidad y pseudofelicidad que rodean nuestro día a día.

Material:

- Letra canción de Shotta con Morodo
- Cartas alumnos

Instrucciones:

Repaso de lo que se hizo el día anterior 5'

Se hará una puesta en común con todo el grupo de lo que se sacó de la segunda sesión.

Canción Felicidad Shotta ft. Morodo 25'. <https://www.youtube.com/watch?v=Vvhz8dWuqsM>

En este momento de la sesión se escuchará dos veces la canción Felicidad de Shotta con Morodo (letra para fotocopiar y repartir a los alumnos en el anexo nº. 2). La primera vez sin letra y viendo el videoclip. Luego se les entregará la letra y no verán el vídeo (sólo la música). A continuación se hará una breve puesta en común del vídeo. Tras ésta, se hará una reflexión individual sobre lo que más le ha llamado la atención a cada uno/a individualmente y sin escribir nada. Después de eso, el/la profesor/a entregará a cada uno/a la carta que escribieron en la sesión nº. 2. Se dará un tiempo para la lectura y reflexión individual de lo que han sentido y de su evolución en estos días.

Evaluación 16'

En este apartado habrá dos apartados (8' cada uno). Uno la autoevaluación (a libre disposición del profesor) en el que se verá cómo se quiere hacer, si será cuantitativa o cualitativa la calificación, si será por escrito o vía una dinámica, etc. Por otro lado, se hará una evaluación de las sesiones trabajadas en las que se hará una valoración como clase en la que evaluarán los siguientes aspectos:

- Actividades que han gustado más
- Actividades que han gustado menos
- Implicación del alumnado y/o profesorado
- Si se ha visto una evolución desde el primer día hasta el último o no.
- Algún otro aspecto a resaltar.

Conclusión de la sesión 4'

En este apartado se comentará con los alumnos qué tal se han encontrado, además de darles tiempo a descansar y recuperar el chip para la siguiente sesión de clase, así como de dar una recompensa al buen trabajo realizado (dando así descanso al cerebro para que procese lo aprendido).



ORACIONES

Oración 4. APRECIEMOS

Tiempo estimado: 20'

Tipo de actividad: Reflexión alrededor de una canción, y de evaluación

Resumen: Después del trabajo hecho a lo largo de la semana, se va a dedicar un rato en analizar cuál es el mensaje de Jesús, cuál es su propuesta para buscar la felicidad, qué hacemos cada uno con los talentos que Dios nos ha dado.

Ambientación: Se puede hacer la oración en clase o en la capilla. Es mejor que estén en un círculo con el cartel de la campaña en el centro.

Instrucciones:

- Se preparan tiras de papel en las que estén escritos muchos talentos, virtudes. Debe haber tantas que no se pueda identificar ninguna de ellas con una persona concreta. Tiras de papel en las cuales haya escrito un talento específico en cada una, tales como: *“Tú tienes talento para llegar a ser un gran violinista”, “Tú tienes talento para hacer amigos”, “Tú tienes talento para ser un buen hablador”, “Tú tienes talento para ser un buen jugador de fútbol”, “Tú tienes talento para ser un gran pacificador”, “Tú tienes talento para ser un buen líder”, “Tú tienes talento para ser un gran misionero”, “Tú tienes talento para hacer felices a los demás”,* etcétera. Antes de que los alumnos entren en clase se doblan las tiras de papel y se meten en una caja de cartón. Es importante que no se reconozcan los talentos como pertenecientes a ningún niño en particular.
1. Lectura del evangelio: Mateo 25,14-30 Parábola de los talentos.
 2. Que alguno de clase salga adelante y de la caja vaya leyendo talentos que podemos tener.
 3. Entregar a cada uno/a una hoja de papel (post-it) y pedirles que hagan una lista de sus propios talentos, advirtiéndoles que no deben permitir que los demás miembros de la clase vean esa lista. Luego pedirles que, por turno, cada uno mencione un talento. A medida que vayan haciéndolo, que los vayan pegando en el cartel de la campaña que estará en un lugar céntrico.
 4. Se terminará la oración con la lectura entre todos de la siguiente oración.

Oración:

Señor, estoy sintiendo que me llamas con distintas voces, a detener mi apresuramiento, a recuperar el aliento pausado de la vida, la sencillez de una vida vivida.

Reconozco apenas mi desorientación, ¡tan ocupado en mis cosas y también en las ajenas! A pesar de mi inconsciencia, siento Tu Presencia en mí, que me invita a ser yo mismo y a no dejarme manipular por las propagandas y los ruidos de los medios que me rodean, que tratan de dictarme e imponerme una vida superficial y materialista, llena de necesidades “innecesarias”. Sí, Señor; reconozco que, en realidad, yo necesitaría muy poco para vivir una vida sana y en paz conmigo mismo y con los demás, que con seguridad me haría más feliz.

Mis resistencias e impedimentos son grandes, pero sé que «Tú escuchas mis lamentos y no me abandonas». Señor, dame la capacidad de recuperar el modelo de tu Hijo Jesucristo, su sencillez y su humildad para que, siguiendo su Palabra, pueda vivir y obrar apoyado no en mi capacidad

sino en la Sabiduría que reside en Ti. Que tu Madre, la Inmaculada Virgen María, ejemplo humano de humildad y sencillez me auxilie para volver a descubrir el valor de la vida simple que quiero recuperar. Amén.



ANEXOS (material a utilizar con el alumnado)**Anexo 1. EL DINERO Y LA FELICIDAD: HISTORIA DE UN PESCADOR**

Un banquero americano estaba en el muelle de un pueblito caribeño, cuando llegó un botecito con un solo pescador. Dentro del bote había varios atunes amarillos de buen tamaño. El americano elogió al pescador por la calidad del pescado y le preguntó cuánto tiempo le había tomado pescarlos. El pescador respondió que sólo un rato. El americano le preguntó que por qué no permanecía más tiempo y sacaba más pescado. El pescador dijo que él tenía lo suficiente para satisfacer las necesidades inmediatas de su familia. El americano le preguntó qué hacía con el resto de su tiempo. El pescador dijo: “duermo hasta tarde, pesco un poco, juego con mis hijos, hago siesta con mi señora, caigo todas las noches al pueblo donde tomo vino y toco guitarra con mis amigos. Tengo una vida agradable y ocupada.”

El americano replicó: “Soy graduado de Harvard y podría ayudarte. Deberías gastar más tiempo en la pesca y, con los ingresos, comprar un bote más grande y, con los ingresos del bote más grande, podrías comprar varios botes; eventualmente tendría una flota de botes pesqueros. En vez de vender el pescado a un intermediario lo podrías hacer directamente a un procesador y, eventualmente, abrir tu propia procesadora. Deberías controlar la producción, el procesamiento y la distribución. Deberías salir de este pueblo e irte a la Capital, donde manejarías tu empresa en expansión”.

El pescador le preguntó: “¿Pero cuánto tiempo tardaría todo eso....?”.

A lo cual respondió el americano: “Entre 15 y 20 años”.

“¿Y luego qué?”, preguntó el pescador.

El americano se rió y dijo que esa era la mejor parte. “Cuando llegue la hora deberías vender las acciones de tu empresa al público. ¡¡¡Te volverás rico....tendrás millones!!!”

“¿Millones....y luego qué?”.

“Luego te puedes retirar. Te mudas a un pueblito en la costa donde puedes dormir hasta tarde, pescar un poco, jugar con tus hijos, hacer siesta con tu mujer, caer todas las noches al pueblo donde tomas vino y tocar guitarra con tus amigos”.

Y el pescador respondió:

“¿Y acaso eso no es lo que ya tengo?”

Anexo 2. FELICIDAD, SHOTTA FT. MORODO

Nadie es feliz para siempre, aprovecha tu presente, felicidad intermitente.

Eres la psique más bonita que uno puede tener; eres la chica más cara y más mala, ve tú a saber; si cuando vienes, vienes de verdad o de broma, no se a todas horas y a sola, hoy enganche a tu placer.

Yo quiero que esta canción suene como un niño al nacer con el miedo y el llanto, de todo por conocer; buscando la felicidad quizás te puedas perder yo sólo quiero sentirte, como la primera vez.

Tú sólo quieres salir de este mundo oscuro, por fin dejar atrás toda la movida negativa en un please. Es complicado como el tiempo y la vida por decidir. Hay caminos duros, procuro tenerte por aquí.

Felicidad ¿dónde estás? enséñame el camino;
a veces creo que no existes, que eres un estado de ánimo.

Nadie es perfecto tú piensas eso, si sale del corazón, lo que escribes tendrá más peso.

Piensa que el odio es un lastre, apártalo del medio la vida sin amor, es el poso de un cementerio. Eres la droga la que mata la tristeza
la que limpia las lágrimas en el alma cuando todo pesa

**La felicidad, toda la vida buscándola y si quieres saber dónde está
observa tu recorrido, mi hermano ella siempre ha estado a tu lado contigo
y la felicidad, si ya la tienes compártela y si no no vale nada**

Felicidad para cada hombre en cada nación

Felicidad, vente para acá que yo te canto; hay quien no es feliz con 100 millones en el banco. Se nota la cara, la actitud, cuando uno está feliz, se le enciende la luz.

A veces la razón no sirve, no funciona, no sucede hay personas que nunca se olvidan, porque el corazón no quiere; la sonrisa de una madre, eso es felicidad; la vida mejor, sin prisa el positivismo se guisa.

Trabaja cada día para ser feliz, difícil de conseguir, hay esta la meta prii

Dale amor a tus amigos y a tus enemigos sí; no te vayas a la cama con rencor, déjalo fluir

Se portaron mal contigo, no seas vengativo; el olvido y el perdón son el mayor castigo; tu novia te dejó, sácate del aire; si el amor se acabó, yo lo que no quiero es engañarme.

Lo que no se suelta en lágrimas, se va con los suspiro; yo sólo suelto un te quiero, cuando el corazón me obliga; y digo bum, felicidad intermitente; aprovecha tu presente, nadie es feliz para siempre.

**La felicidad, toda la vida buscándola y si quieres saber dónde está.
Observa tu recorrido mi hermano ella siempre ha estado a tu lado contigo
y la felicidad, si ya la tienes compártela y si no no vale nada
felicidad para cada hombre en cada nación**

Felicidad en la tormenta, es un rayo de sol
después de la batalla, recibir bendición
vivir lejos del odio y más cerca del amor
felicidad es tremenda sensación

Porque la vida con felicidad es más intensa
vivir rodeado de tinieblas no compensa
la felicidad es la mayor recompensa
mucho más que oro, que carros y prendas

**La felicidad, toda la vida buscándola y si quieres saber dónde está
observa tu recorrido mi hermano ella siempre ha estado a tu lado contigo
y la felicidad, si ya la tienes compártela y si no no vale nada
felicidad para cada hombre en cada nación**