



Os riscos e benefícios do 'gaman', a arte da perseverança que define o Japão



O conceito da paciência resignada pode parecer uma característica intrínseca da sociedade japonesa - mas começa a ser questionado pelas novas gerações. Ouça áudio de reportagem de Julian Littler, da BBC Capital.

Leia também o texto <https://www.bbc.com/portuguese/internacional-57904943>.

Podcast disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=EyU9iX3KkNs>

PARA DEBATER!

1. O que mais chamou a sua atenção sobre o tema? Você tinha conhecimento sobre o “gaman”?
2. Quais são os benefícios ao exercitar a paciência?
3. Você acha que suprimir os sentimentos pode causar algum mal? Por quê?
4. Ao lidar com situações difíceis você costuma usar alguma técnica? Qual?
5. Na sua opinião, a arte do gaman é necessária? Em quais situações?
6. Você conhece alguma prática similar ao gaman? Comente.

Refletindo sobre a nossa língua...

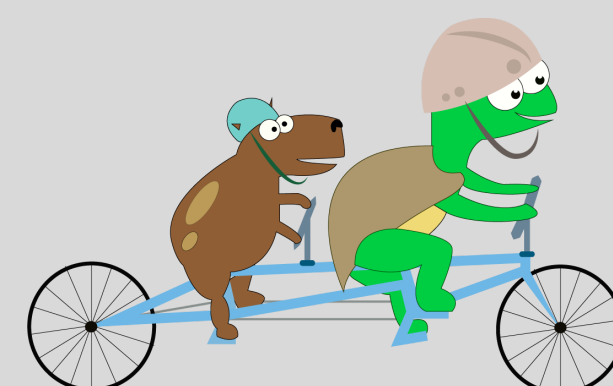
Você sabia que...

- “risco” pode ser um traço ou uma possibilidade de perigo?

Comente os significados e contextos de uso de:

- “com tudo” e “contudo”

- “xeque” e “cheque”





Haz lo que puedas con lo que tengas

Asista el video



"Si vas a ayudar, hazlo desinteresadamente". Siempre puedes hacer algo con lo que tienes para ayudar a aquellos que más lo necesitan, sin importar que tan grande o pequeña sea la idea los cambios siempre serán importantes.

Jessica Fernández es emprendedora social y de negocios, estudiante de Licenciatura en Creación y Desarrollo de Empresas del Tec de Monterrey. Ha sido voluntaria y misionera en diferentes partes de México y África. Es fundadora de Give Hope México, proyecto que da sustento a un orfanato en Kenia, África. También es fundadora de la marca Polanna Clothing que consiste en la personalización de todo tipo de prendas, ofreciendo un diseño hecho por los mismos clientes. Cuenta con más de 70.000 seguidores en redes sociales, y comparte contenido positivo, invitando a las personas a ser el cambio que quieren ver en la sociedad. También ha impartido conferencias alrededor de México y Estados Unidos, donde comenta sus experiencias en el emprendimiento social y reflexiona sobre el uso de las redes sociales y el empoderamiento de la mujer.

Video disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=Eipx0zyXuXI>

¡A DEBATIR!

1. ¿Qué fue lo que más te llamó la atención del video? ¿Tenías conocimiento sobre el trabajo realizado por Jessica Fernández?
2. ¿Conoces más personas que realizan trabajos sociales y transmiten sus experiencias para motivar a la sociedad? Comenta un poco sobre estas.
3. ¿De qué forma se puede hacer de las redes sociales una herramienta esencial para la promoción de proyectos sociales?
4. Mucha gente pequeña, en lugares pequeños, haciendo cosas pequeñas, puede cambiar el mundo (Eduardo Galeano)
¿Qué opinión tienes de la frase anterior? ¿Cómo crees que puedes contribuir para hacer un cambio en el mundo?
5. ¿Has formado parte de algún proyecto social? Comparte tu experiencia. En caso de no haber participado, ¿en cuál te gustaría participar? ¿Por qué?
6. ¿Cuáles son los proyectos o contribuciones sociales más destacados en tu país y/o región?

Reflexionando sobre nuestra lengua...

¿Sabías que...

- “coraje” puede ser una irritación/ira o actitud valiente ante el peligro, ante una situación difícil?

Comenta los significados y contextos de uso de:

- “playera(o)” y “sudadera”

- “plática” y “práctica”

