

- 8 El text de sota tracta d'un cas d'autoestima. Llegeix-lo i després escull un cas que coneguis que també exemplifiqui el concepte d'«autoestima» o bé el de «respecte mutu» i descriu-lo en un full a part.

Hola, Marta.

Saps què m'ha passat avui? Després de la classe d'educació física, quan m'estava canviant al vestuari, la Laia s'ha rigut de mi. Diu que sóc plana com una taula. Davant de tothom! Quina vergonya!

Però és que té raó. Totes les altres noies ja porten sostenidors. I jo no! La meva mare diu que no em preocupi, que ja em creixeran els pits, que a ella també li van créixer més tard. Suposo que sí... Però és que ja n'estic tipa! Sempre es fiquen amb mi per això. M'agradaria que em creixessin ja. No vull ser la diferent...

Sort que et tinc a tu, que ets una bona amiga i m'entens. Ens veiem el cap de setmana i t'ho acabo d'explicar tot.

Petons.

Per escriure bé el text **abans cal planificar**. Aquestes preguntes t'ajudaran:

- L'exemple que vols explicar correspon al primer cas o al segon?
- Per què creus que es correspon amb el concepte escollit?
- Per què has escollit aquest cas?
- Estàs d'acord amb el que passa en l'exemple que has explicat?
- Què t'agrada del que passa?
- Què no t'agrada del que passa?



Durant l'adolescència és important reflexionar sobre les nostres **actituds**. Cal saber la importància de l'**autoestima** i el **respecte mutu**.

Fes el teu diccionari: actitud / autoestima / respecte mutu

Busca al diccionari les paraules següents paraules:

Actitud:

Autoestima:

Respecte mutu: