

AKADEMIY DOKUMENTALNA



MATERIAŁ DLA NAUCZYCIELI I NAUCZYCIELEK

**do filmu dokumentalnego „Pianoforte”
(reż. Jakub Piątek)**

KARTA REFLEKSJI

Dominika Cieślikowska



Zapraszamy Cię do pogłębienia refleksji po filmie. Zrób to dla siebie. Sprawdź, jak film zadziałał na Ciebie, co wywołał w Tobie.

Zatrzymanie się nad obejrzanym materiałem pomoże też podjąć decyzję czy, w jakim kontekście, po co wybrać się na projekcję z młodzieżą, z którą pracujesz.

Podaruj sobie chwilę by pomyśleć jakie wrażenia, myśli i emocje wywołał w Tobie obejrzany obraz. Zastanów się, jak film może być odebrany przez młodzież, z którą pracujesz.

Pomyśl sobie, jakie wątki tematyczne skłaniają Ciebie do refleksji. Jakie tematy można rozwinąć w rozmowie z młodzieżą po filmie. Co jest dla Ciebie ważne, by omówić i zgłębić?

PYTANIA POMOCNICZE

Wrażenia i odbiór filmu:

- Jakie emocje budzi w Tobie ten film?
- Jakie myśli, reakcje wywołane zobaczoną historią?
- Co czujesz /sądzisz na temat osób przedstawionych w dokumencie?
- Jak odbierasz stylistykę tego filmu?
- Które sceny były dla Ciebie szczególnie ważne? Jaki moment został z Tobą? Dlaczego?

- Jakie Twoim zdaniem emocje może budzić ten film w młodzieży?
- Jak może zareagować na niego młodzież?
- Jakie zdanie mogą mieć na temat osób zaprezentowanych w materiale?
- Jak mogą odbierać stylistykę tego filmu?

Treść filmu:

- O czym jest film?
- Jakie tematy / wątki szczególnie Ciebie poruszyły?
- Jakie tematy poruszyłyby młodzież omawiając ten film?
- Na jakie tematy najchętniej byś porozmawiał(-a) z młodzieżą po projekcji? Co byś chciał(-a) tą rozmową osiągnąć (cel)?
- Jakie korzyści i ryzyka niesie omówienie różnych wątków w grupach wiekowych z jakimi pracujesz?

TEMAT	CEL OMÓWIENIA	KORZYŚĆ Z OMÓWIENIA	RYZYKO PRZY OMÓWIENIU
Konkurs, rywalizacja			
Stres			
Odporność psychiczna			
Relacja nauczyciel–uczeń			
Sposoby motywacji do pracy, osiągania celów, mistrzostwa			
Sukces i porażka			
Tvoja propozycja tematu			
Tvoja propozycja tematu			
Tvoja propozycja tematu			

DO POGŁĘBIENIA

Jednym z ważnych wątków filmu jest pokazanie sposobów przygotowywania się i reakcji na chroniczny, długotrwały, bardzo silny stres, w sytuacji ekstremalnej rywalizacji. Może codzienność szkolna różni się od okoliczności pokazanego w dokumencie konkursu, jednak pod wieloma względami pojedyncze sytuacje i całe doświadczenie szkolne może dla niektórych osób być porównywalne do obrazu z filmu.

Dokument może być okazją do omówienia z młodzieżą na bardziej generalnym poziomie różnorodnych reakcji na stres i indywidualnych strategii przygotowujących na trudne doświadczenie. Może on też stać się okazją do wprowadzenia takich terminów, jak stres a nawet wypalenie zawodowe, rezyliencja / odporność psychiczna, regeneracja i dobrostan. Jedną z propozycji do omawiania filmu może być podprowadzenie do zastanowienia się nad własnymi sposobami reagowania na stres i przemyślenia nawyków prewencyjnych i interwencyjnych pozwalających przechodzić przez sytuacje stresowe w sposób konstruktywny.

Przed rozmową z uczniami i uczennicami warto zastanowić się nad swoją relacją z rzeszonymi tematami. Zachęcamy przed przeprowadzeniem zajęć, odpowiedzieć sobie na kilka pytań:

- Jakie sytuacje są szczególnie trudne/ stresujące dla Ciebie?
- Kiedy ostatnio przeżywałeś(-aś) podwyższony poziom stresu? Jaka to była sytuacja? Jak reagowało Twoje ciało, emocje, myśli?
- Jak dbasz o swój dobrostan? Jakie kroki prewencji stresu / przygotowania się na stres wprowadzasz w swoim życiu? Jakie działania, nawyki sprawdzają się Tobie?
- Jakie sytuacje są szczególnie trudne/ stresujące dla Twoich uczniów i uczennic?



- Kiedy ostatnio widziałeś(-aś) uczniów i uczennice o podwyższonym poziomie stresu? Jaka to była sytuacja? Jak reagowali z poziomu ciała, emocji, myśli?
 - Jak dbają o swój dobrostan? Jakie kroki prewencji stresu / przygotowania się na stres w szkole mają młodzi ludzie?
 - Jak dbasz o ich dobrostan? Jakie kroki prewencji stresu / przygotowania się na stres ćwiczyacie w szkole? Jakie działania, nawyki mogą się im przydać?
-