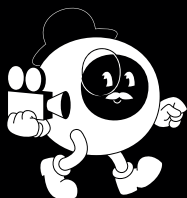


FILMI MENTALNO ZDRAVLJUJE DJECE I MLADIH

NIKICA GILIĆ
IDA ŠAMANOVIĆ
MARINA ZLATARIĆ
ĐURĐICA RADIĆ



**FILMSKA
PISMENOST**



Hrvatski
audiovizualni
centar
Croatian Audiovisual Centre

**FILM
I MENTALNO ZDRAVLJE
DJECE I MLADIH**

FILMI MENTALNO ZDRAVLJE DJECE I MLADIH

AUTORI

prof. dr. sc. Nikica Gilić, filmolog
mr.spec Ida Šamanović, specijalistica kliničke psihologije – psihoterapeutkinja
Marina Zlatarić, profesorica hrvatskoga jezika / savjetnica i filmska edukatorica
Đurđica Radić, profesorica hrvatskoga jezika / voditeljica filmske družine Almodovarci

ZA IZDAVAČA

Hrvatski audiovizualni centar, Odjel za filmsku pismenost i razvoj publike
Christopher Peter Marcich, ravnatelj

UREDNIKA

Ingrid Padjen Đurić, voditeljica Odjela za filmsku pismenost i razvoj publike

LEKTOR

Vanja Nekich, prof.

RECENZENT

dr. sc. Bruno Kragić

DIZAJN

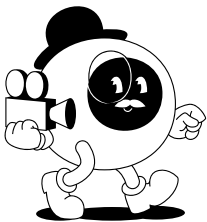
Roberta Bratović (Oaza), Vanja Perković

ISBN 978-953-7747-48-0

CIP zapis je dostupan u nacionalnom skupnom katalogu knjižničnog sustava
Bukinet pod brojem 991005944416609366.

TISAK

Sveučilišna tiskara, Zagreb



**FILMSKA
PISMENOST**



**Hrvatski
audiovizualni
centar**
Croatian Audiovisual Centre

prof. dr. sc. Nikica Gilić, filmolog

mr.spec Ida Šamanović, specijalistica kliničke psihologije – psihoterapeutkinja

Marina Zlatarić, profesorica hrvatskoga jezika / savjetnica i filmska edukatorica

Durđica Radić, profesorica hrvatskoga jezika / voditeljica filmske družine Almodovarci

FILM I MENTALNO ZDRAVLJE DJECE I MLADIH

Hrvatski audiovizualni centar

Odjel za filmsku pismenost i razvoj publike

Zagreb, 2026.

SADRŽAJ

- 9
10 Predgovor – riječ urednice
Recenzija – dr. sc. Bruno Kragić

FILMOLOŠKA ZNANSTVENA STRANA

- 13
NIKICA GILIĆ – bilješka o autoru
- 15
Predgovor
- 15
**FILM, TRAUMA, TERAPIJA. O PARALELONOM TRAJANJU FILMSKE
UMJETNOSTI, FILMOLOGIJE I TERAPIJE**
- 16
19 Od umjetnosti prema terapiji
25 Umjetnost i patološko
28 Od boli do lijeka
31 Znanost o filmu, psihi i zdravlju
33 Psihologija filma – deklarativna i stvarna
37 Okviri filmološke psihoanalize
Zaključak
- 38
41 Popis literature
Filmografija

PSIHOLOŠKA ZNANSTVENA STRANA

- 47
IDA ŠAMANOVIĆ – bilješka o autorici
- 49
49 **Predgovor**
50 **Uvod**
Mentalno zdravlje i mediji
- 55
55 **FILM I MENTALNO ZDRAVLJE**
- 58 Iza filmske priče – čemu film zapravo služi
63 Film, tijelo i psiha – neuropsihologija gledanja filma
68 Film i odrastanje – emocionalni, kognitivni, socijalni i moralni aspekti
72 Pozitivni i negativni učinci filma na mentalno zdravlje
73 Film i mentalno zdravlje u kontekstu sociokulturalnih
74 i individualnih razlika
76 Sociokulturalni čimbenici

84	Ličnost i film
86	Životna dob i film
90	Egzogeni stres i film
91	Mentalna bolest i film
	Film i (de)stigmatizacija mentalnih bolesti
91	
94	FILMOTERAPIJA
97	Filmska i emocionalna pismenost
101	Film i psihoedukacija
107	Filmoterapija
	Uporaba filma u terapijskom procesu
109	
	Popis literature

ISKUSTVENA ŠKOLSKA STRANA

115	
	MARINA ZLATARIĆ – bilješka o autorici
117	
119	RAZREDNA NASTAVA
126	Humorom protiv tjeskobe i straha
133	Kakva osoba želim biti
140	Mašta i samopouzdanje
148	Ne prihvaćam odgovor „ne“
155	Posvojeno dijete
162	Prijateljstvo: važnost međusobnog pomaganja
168	Radne navike
	Zauzmi se za sebe
174	
175	PREDMETNA NASTAVA
181	Anksioznost, depresija, usamljenost
188	Društvene mreže, influenceri, izazovi
195	Empatija
202	Internet, mobiteli, opasnosti
210	Nasilje u obitelji
217	Prijateljstvo, povjerenje, podrška
224	Različitost, prepreke, tolerancija
231	Seksualno zlostavljanje
238	Strah od neuspjeha, upornost
245	Stres i trauma
252	Suočavanje s emocijama
259	Teret učenja i obaveza
266	Tko sam ja
275	Vršnjačko nasilje

ĐURĐICA RADIĆ – bilješka o autorici

277

278 SREDNJA ŠKOLA

284 Prijateljstvo i osjećaj izdaje

290 Suočavanje s teškom bolešću

295 Manjak empatije

301 Poteškoće u komunikaciji i gubitak bliske osobe

307 Poteškoće s uklapanjem u zajednicu

314 Narušeni obiteljski odnosi

320 Terapija filmom

326 Anksioznost

332 Odrastanje i poteškoće u vršnjačkoj komunikaciji

338 Očaj i bezizlaznost

343 Slomljeno srce

350 Predrasude

356 Strah od rata

361 Opojna sredstva

367 Uznemiravanje i korištenje povlaštenog položaja

Depresija

Uvodna riječ

Knjiga, koju držite u rukama, nastaje u vremenu u kojemu dijete odrasta okruženo pokretnim slikama, zvukovima i narativima koji snažno oblikuju njegov unutarnji svijet. Filmska umjetnost, nekoć povremeni događaj u kinu, danas je svakodnevni suputnik djetinjstva: prisutna je u učionici, u dnevnoj sobi, na ekranu pametnog telefona. Istodobno, pitanje mentalnog zdravlja djeteta izlazi iz stručnih ordinacija i ulazi u javni prostor, postajući temom obiteljskih razgovora, školskih rasprava i društvenih politika. Ova knjiga nastaje iz potrebe da se filmska umjetnost ozbiljno shvati kao prostor učenja, emocionalnog sazrijevanja i brige za mentalno zdravlje najmlađih.

Promišljanje odnosa između filma i djeteta nužno je interdisciplinarno. Filmske priče nude djeci mogućnost identifikacije, prepoznavanja vlastitih osjećaja u likovima, ali i sigurno, posredno suočavanje s temama koje su u izravnom razgovoru često preteške ili previše zastrašujuće. Tuga, strah, usamljenost, ljubomora, gubitak, ali i radost, ponos, bliskost i osjećaj uspjeha – sve te emocije na filmu dobivaju oblik, lice i glas. Kada su djeca u prilici gledati film uz prisutnost i podršku odrasle osobe koja zna pitati, saslušati i imenovati viđeno, film postaje most između unutarnjeg svijeta djeteta i stvarnosti u kojoj živi. U tom smislu, filmska umjetnost nije tek zabava, nego moćan pedagoški alat za razvoj emocionalne pismenosti, empatije i vještina suočavanja s izazovima.

Naglasak ove knjige je na ulogama odraslih – roditelja, odgojitelja, učitelja, stručnih suradnika – koji su pozvani biti medijatori između djeteta i filmskog sadržaja. Odrastanje u audiovizualnoj kulturi traži nove kompetencije: djeca ne trebaju samo naučiti „što se događa“ u filmu, nego i kako o filmu razmišljati, kako dovoditi u pitanje poruke koje primaju, kako prepoznati kada ih prikaz na ekranu uznemiruje ili pritišće. U tom smislu, filmska pedagogija postaje i pedagogija mentalnog zdravlja.

Tekstovi okupljeni u ovoj knjizi pokazuju različite načine na koje film može biti uključen u tu brigu: od analize prikaza dječjih emocija i odnosa, preko prikaza filmskih iskustava iz školskog i obiteljskog okruženja, do konkretnih prijedloga kako organizirati gledanje i razgovor o filmovima u vrtiću, školi ili savjetovalištu. Autorice i autor dolaze iz raznih područja – pedagogije, psihologije, filmologije, umjetničke prakse – ali ih povezuje zajedničko uvjerenje da dijete ima pravo na kvalitetne, razvojno primjerene i smisleno posredovane filmske sadržaje. Oni zagovaraju pristup u kojem se ne pita „smije li dijete gledati film“, nego „kako ga možemo pratiti u gledanju, razgovarati s njim o viđenom i podržati ga da film iskoristi za vlastiti rast“.

Ova knjiga želi biti poziv na takvu promjenu perspektive. Ako ga promišljeno koristimo, film može pomoći djetetu da osjeti da nije samo, da je njegova priča čujna i važna, da postoje ljudi i institucije kojima se može obratiti.

U tom smislu, ova knjiga namijenjena je svima koji žele povezati brigu za mentalno zdravlje djeteta s kreativnim, estetski i etički promišljenim korištenjem

filmske umjetnosti. Njezin je cilj potaknuti stručnjake i roditelje da u filmu prepoznaju saveznika; da se osnaže za razgovore koji su ponekad teški, ali nužni; i da zajedno s djecom stvaraju kulture gledanja u kojima su empatija, poštovanje i dijalog važniji od brzog zaborava sljedeće slike. Ako ova knjiga pomogne da se u jednoj učionici, jednoj obitelji ili jednoj zajednici otvori prostor u kojem dijete smije govoriti o svojim strahovima, tugama i nadama, već je ostvarila svoju svrhu.

INGRID PADJEN ĐURIĆ

Riječ recenzenta

Objavljivanje knjige *Film i mentalno zdravlje djece i mladih* autora Nikice Gilića, Ide Šamanović, Marine Zlatarić i Đurđice Radić u hrvatskom je filmskom nakladništvu, filmskoj kulturi, a i kulturi općenito jedinstven događaj. Naime, naše se čitateljstvo prvi put može upoznati s opsežnim djelom koje predstavlja i razrađuje složen i danas napose iznimno aktualan fenomen odnosa filma kao reprezentativnog audiovizualnog medija i problematike psihe, mentalnog zdravlja te psihičkih i emocionalnih stanja, raspoloženja i reakcija djece i tinejdžera.

Podijeljena u tri velika poglavlja, s četiri autorska priloga, knjiga u svoju temu uvodi prvim dijelom, eminentno filmološkim, potom daje psihološki pristup, a završava poglavljem o iskustvenoj školskoj strani, s dva dijela, o filmu u osnovnoj školi te o filmu u srednjoj školi.

Filmološki tekst Nikice Gilića sintezni je pregled odnosa filmske umjetnosti i filmologije s temom psihe i terapije. Autor polazi od vremenske konvergencije početaka filma i početaka znanstvenog proučavanja psihičkih trauma i problema, a potom opisuje kako su filmovi i promišljanja o filmu pristupali temama psihe, percepcije, podsvijesti. Navodeći mnogobrojne primjere iz povijesti filma, ali i suvremene filmske produkcije, analizirajući i mnoge hrvatske primjere, Gilić razmatra kako se estetika pojedinih filmskih djela usredotočivala na traume, rubna psihička, pa i patološka stanja, a pritom se posebno osvrće i na prikaz terapije i psihijatrijskog rada. S pregleda filmskih djela Gilić se potom okreće pitanju ispreplitanja filmologije i terapijskih ideja, kao i načina kako su pojedine filmske teorije temeljile ili nadahnjivale postavkama psihologije te svoj prilog zaključuje osvrtnom na veze filmologije i psihoanalize, osobito intenzivne od 1970-ih nadalje.

Ida Šamanović se pak u svom prilogu iscrpno bavi mnogim psihološkim aspektima odnosa filma i psihe, odnosno mentalnoga zdravlja. Polazeći od iznimne moći filma da djeluje na um i emocije gledatelja i od saznanja da djeca i mladi učeći kako razumjeti film usporedno razvijaju i filmsku i emocionalnu pismenost, smatrajući da je film aktivan sudionik u psihičkom razvoju i uočavajući terapijski potencijal filma u poticanju emocionalnog razumijevanja i izražavanja osjećaja, autorica prvo daje kontekst odnosa mentalnog zdravlja i medija u širem smislu, napose naglasivši utjecaj digitalne revolucije posljednjih desetljeća. Potom razmatra i pozitivne i negativne učinke filma na mentalno zdravlje jer film može educirati, zabavljati, liječiti, razvijati i estetsku i društvenu osjetljivost, ali i manipulirati gledateljem pa i desenzibilizirati gledatelja. Dalje obrazlaže neuropsihologiju gledanja filma, načine kako film uvlači gledatelja u svijet na ekranu, kako mozak reagira na filmske podražaje te opisuje različite tipove odnosa filma i odrastanja, odnosno utjecaja filma na emocionalni, kognitivni, socijalni i moralni razvoj djece i mladih. Posebno se posvećuje interakciji filma i mentalnog zdravlja u svjetlu sociokulturnih i individualnih razlika, odnosno pojedinačnih čimbenika poput konteksta gledanja filma, uloge ličnosti i životne dobi u filmskim preferencijama, uloge egzogenih čimbenika, napose egzogenog stresa i napose uloge

filma u nadvladavanju mentalnih problema i destigmatizaciji mentalnih bolesti. Svoj prilog autorica zaključuje opisom i analizom mjesta filma u psihoeducaciji, pojma filmoterapije i uporabe filma u terapijskom procesu te primjerom školskog sata filmske psihoeducacije.

Treći dio knjige iscrpan je i sveobuhvatan opis prijedloga načina uporabe filma u školskoj nastavi s ciljem razvijanja kako filmske, tako i emocionalne pismenosti, odnosno uporabe filmskog djela u analizi konkretnih mentalnih izazova i rješavanju situacije na temelju fiktivne problemske priče, a unutar precizno postavljene strukture školskoga sata. Marina Zlatarić u programu za osnovnoškolsku razrednu i predmetnu nastavu pritom svoje priče nadopunjuje s 22 zabrana kratka filma, mahom animirana (uz pet igranih i jedan eksperimentalni) preko kojih se, nakon uvođenja u problem preko fiktivne priče, analizom filma, dojma koji je izazvao, teme i izbora filmskih izražajnih sredstava, povezuju film i prethodna priča te razmatra konkretni problem, u rasponu od tema samopouzdanja, anksioznosti, usamljenosti, prijateljstva do suočavanja s predrasudama, strahom od neuspjeha, teretom obaveza, izazovima društvenih mreža, nasiljem u obitelji i vršnjačkim nasiljem. Podjednako je razrađen i program za srednjoškolsku nastavu autorice Đurđice Radić, istovjetne strukture koja također polazi od fiktivne priče nadopunjene konkretnim filmskim primjerima od 16 kratkih filmova, s kreativnim zadatkom na kraju, pri čemu, s obzirom na veći uzrast, prevladava rod igranog filma (njih osam), uz pet dokumentarnih, po jedan eksperimentalni i animirani te jedan koji miješa tri filmska roda, a kojima se ilustriraju teme od depresije, manjka empatije, osjećaja bezizlaznosti do poteškoća u komunikaciji, suočavanja s gubitkom bliske osobe, ljubavnim neuspjehom, bolešću, strahom od rata.

Tim se trećim dijelom knjiga *Film i mentalno zdravlje djece i mladih* prikladno završava u slijedu od povijesno-teorijskog filmskog i filmološkog uvida preko pregleda psihološke strane teme u rasponu od teorijskih osnova do praktičnih razmatranja da bi školski aspekt ponudio detaljan i metodički neprikosnoven model nastavnog programa oprmjerenja glavne teme knjige: načina kako film može sudjelovati u suočavanju sa psihičkim izazovima razvoju mentalnog zdravlja djece i mladih.

BRUNO KRAGIĆ

FILMOLOŠKA ZNANSTVENA STRANA

NIKICA GILIĆ

Nikica Gilić, redoviti profesor filmologije na Filozofskom fakultetu u Zagrebu (Odsjek za komparativnu književnost), napisao je četiri filmološke knjige (*Filmske vrste i rodovi*, *Uvod u teoriju filmske priče*, *Uvod u povijest hrvatskog igranog filma*, *Predavanja o filmskom modernizmu*), priredio za posthumni tisak rukopis Ante Peterlića *Povijest filma: rano i klasično razdoblje*, bio je urednik *Filmskog leksikona* te nekoliko antologija tekstova, zbornika i časopisa kao i dugogodišnji glavni urednik *Hrvatskog filmskog ljetopisa*. Predaje i na Akademiji dramske umjetnosti, a djelovao je i kao gostujući nastavnik na sveučilištima u Beču i Berlinu. Bio je savjetnik za dokumentarni film pri HAVC-u te predsjednik Upravnog vijeća Zagreb filma. Član je Vijeća Animafesta Zagreb. Dobitnik je Nagrade Grada Zagreba, Nagrade Vladimir Vuković i drugih priznanja. Mentorirao je više od osamdeset diplomskih te više od dvadeset doktorskih radova, uglavnom na Sveučilištu u Zagrebu.

Predgovor

Otpriblike se u isto vrijeme u povijesti Zapada razvijalo orkestriranje pokretnih slika te zanimanje za podsvijest, psihičke traume i probleme. Ima li među tim pojavama nekih ozbiljnijih veza ili je riječ o koincidenciji? Za ovu prigodu to nije presudno pitanje, važnije je uočiti kako se kroz razvoj filmske umjetnosti i promišljanja filma provlače teme psihe, percepcije, podsvijesti ili uma općenito te kako se mogu uočiti međusobne veze i afiniteti struka koje se bave umom i emocijama i struka koje se bave filmom. Bez obzira je li nam film važan kao umjetnost, lako ćemo uočiti brojne prigode u kojima su se ljudi iz filmske struke utekli psihologiji, psihoanalizi i sličnim disciplinama, a nema nikakve sumnje da je veza koja ide u suprotnom pravcu (recimo, od filma prema psihologiji) jednako zanimljiva.

Ovaj tekst pokušava dati pregled ključnih načina preklapanja ovih povijesnih silnica, u rasponu od umjetnosti do terapije, a sve fokusirano kroz prizmu moći pokretnih slika. Bilo da nas u nešto uvjeravaju ili svjedoče o nečijem stanju duha ili uma (autorovu, junakovu...), pokretne slike (od filma do najnovijih digitalnih izuma) prodiru duboko. Zato je važno stvar sagledati sustavno, od početka, kako bi se pomoću filma iskoračilo u prostore intime, problema i traume. Dakako, ovaj tekst ne iscrpljuje ni sve filmove ni sva promišljanja filma na ovoj osovini višesmjernje komunikacije, ali se nadam da ima svoje kvalitete i da daje dovoljno materijala za daljnja promišljanja.

FILM, TRAUMA, TERAPIJA. O PARALELONOM TRAJANJU FILMSKE UMJETNOSTI, FILMOLOGIJE I TERAPIJE

Za kontekst razgovora o odnosu filma i terapijskih praksi korisnim se čini pogledati kakav je povijesni odnos filma kao medija i umjetnosti s temeljnim terapeutskim tradicijama te vidjeti u kojoj su mjeri one utjecale i na film i na proučavanje filma. Dakako, valja pritom jasno reći da su terapijske funkcije umjetnosti tek jedna od brojnih mogućnosti, jedna od brojnih primjena, aspekata i ciljeva umjetničkog stvaralaštva. To vrijedi u filmu podjednako kao u glazbi, književnosti, kazalištu, slikarstvu i skulpturi, koje se također koriste u raznim funkcijama, pa ne bi bilo pretjerano reći da se svaka umjetnost može koristiti u terapeutske svrhe. Ako neka nova umjetnička forma za to još i nije korištena, to je samo privremeno. Prije ili kasnije, netko će je u terapeutske svrhe iskoristiti.

S druge strane, mnogi će umjetnici i kritičari (i znanstvenici) zagovarati umjetničku vrijednost kao prvi ili jedini relevantan cilj stvaralaštva (često se

govori o autonomiji umjetnosti), dok će drugi umjetnici i kritičari snažan naglasak staviti na političku, etičku ili vjersku funkciju umjetnosti. Treći će pak pokušavati spojiti ove tendencije u jednu, ujedinjujući ili spajajući umjetničku vrijednost s moralnim, političkim i drugim značajkama djela ili njegova tvorca.¹

Mogući su i drugi pristupi, no nije o tome riječ ovdje. Osobno ne vidim razloga za podređivanje umjetničke vrijednosti drugim kriterijima, no to nije ni bitno u ovom razgovoru. Nijedan od navedenih pristupa, ako ozbiljno razmislimo, ne može isključiti korist od terapijske uporabe umjetnosti. Ostvarivanju drugih ciljeva ne bi trebala naškoditi dodatna mogućnost da umjetničko djelo ili proces umjetničkog stvaralaštva pomognu čovjeku koji ima zdravstvenih (ili, primjerice, razvojnih) problema bilo koje vrste. Pritom nije riječ o ograničavanju larpurlartičkog ili autonomnog filmskog razmišljanja. Ovdje samo govorimo o jednoj od funkcija filma u društvu, nipošto najvažnijoj ni centralnoj, ali svakako prisutnoj i legitimnoj.

S obzirom na najveću vidljivost (i gledanost) te najveći društveni odjek roda igranog filma, ovdje će se spominjati uglavnom igranofilmski primjeri, premda se i dokumentarni film (kao i animirani film) često vežu uz terapijske (i samoterapijske) svrhe, pa će i par primjera tih rodova biti iskorišten. Ovaj tekst daje jedan mogući uvod u odnos sedme umjetnosti i ideje terapije, s usredotočenjem na igrane filmove (i poneku igranu seriju)² kao najutjecajniji filmski modus 20. stoljeća, prisutan i u našem, 21. stoljeću. Dakako, film je utjecao i na medije koji su od njega mlađi, noviji, pa i u tom svjetlu treba gledati širu korist od svakog ozbiljnijeg bavljenja filmom u nekoj kulturnoj zajednici.

Od umjetnosti prema terapiji

U području mentalnog zdravlja lakše je pronaći ne samo opravdanja nego i stvarne, prilično čvrste poveznice između umjetnosti i terapije nego u drugim područjima bavljenja zdravljem i bolešću. No, umjetnost, pa i kreativnost u najširem smislu, nije naodmet ni kod terapija fizičkih oboljenja i problema. Jer svi drugi zdravstveni problemi nagrizaaju i mentalno zdravlje – to vrijedi i za autoimune bolesti i za tumore, neurološka oboljenja, tjelesne traume i tako dalje. A mentalna snaga, stabilnost i zdravlje, s tim će se mnogi, ako ne i svi složiti, može pomoći u oporavku od mnogih bolesti tijela. Također, može ljudima pomoći i u lakšem suočavanju s kroničnim patološkim stanjima (onima kojima na vidiku nema izlječenja, pa ih treba uključiti u cjelokupnost života), kao i u prilagodbama prirodnim životnim promjenama poput starenja.

1 Kod filma, kazališta i nekih drugih umjetnosti govori se o tvorcima (u množini), premda i književno djelo može imati više autora, pa čitav film nekome može postati odbojan ne samo zbog ponašanja i stavova redatelja, nego i glavnog glumca ili, recimo, scenarista ili producenta.

2 U hrvatskoj se tradiciji igrana serija često naziva dramskom serijom, a televizijski igrani film TV-dramom.

Dakako, moguće je i suprotno usmjerenje istraživanja, proučavanje načina na koji se drugi tipovi izlaganja, poput književnosti, integriraju u medicinske i terapijske prakse (jedan primjer opisuje komparatistica Željka Matijašević; vidi Matijašević, 2020). Također, važna se čini činjenica da kod nas i u svijetu postoji i kategorija primijenjenih umjetnosti (srodna engleskom pojmu *arts and crafts*). Za primijenjene umjetnosti može se i školovati u brojnim obrazovnim ustanovama različitog tipa i razine, pa i to otvara neka pitanja. Sasvim je jasno da je korištenje umjetničkih tehnika za vrlo precizne i jasne društvene funkcije široko prihvaćeno u društvu. Prihvaćeno je čak do razine konstrukcije posebnog obrazovnog područja, posebne profesije i, slobodno se može reći, stvaralačkog roda ili žanra (u najširem smislu potonje riječi). Uostalom, svi ćemo se složiti da stambena ili poslovna zgrada koju neki arhitekt projektira itekako može biti lijepa, ali ćemo se svi složiti i da se ni pod koju cijenu nijedna zgrada ne bi trebala srušiti ako stanari na petom katu unesu previše knjiga.

Da, ne treba zaboraviti još jednu stvar, i reklama smije biti lijepa. Ljepotom čak može pridonijeti prestižu ili ugodi koju potrošač veže uz proizvod, no ljepota, čini se logičnim, ne bi smjela potpuno omesti prepoznavanje reklamne poruke, odnosno povezivanje reklame s robom koja se reklamira. U suprotnom će naručitelj i financijer reklame biti jako nezadovoljni. Mnogi su umjetnici baš u tom smislu uljepšavanja, ali i davanja prestiža reklamiranoj robi, koristili svoje talente u reklamnim industrijama, spajajući svoje tehnike i poetike s najjasnijim praktičnim svrhama. To su činili, primjerice, velikani francuske književnosti (ali i filma i kulture) Jean Cocteau i Paul Valéry, koje spominje kroatist Krešimir Bagić (2025) u svojem metodološki vrlo zanimljivom proučavanju jezika i retorike reklama,³ ali to su činili i mnogi drugi. Uostalom, Zagrebačka škola crtanog filma barem je u jednom aspektu uvelike iznikla baš iz reklamnog iskustva svojih vodećih predstavnika (najjednostavnije rečeno, brzina i uštede važne za komercijalnu animaciju bile su vježba i inspiracija za izostavljanje faza pokreta likova u umjetničkoj animaciji).

Dakako, ozbiljni će ljubitelji zdravlja uvijek reći da je cjelokupna tema bolesti i zdravlja, u velikoj mjeri i ekonomsko pitanje. Siromašan čovjek, bez potpore zajednice, teško će doći do zdravlja ili ga održavati (usp. Štifanić, 2001: 202 - 205). S druge strane, umjetnost možda može pomoći i zdravlju cijelog društva, osjećaju slobode i kreativnosti, blagostanju koje vodi mentalnom zdravlju, ili ga barem u određenoj mjeri podupire. Stoga, uz vrlo konkretne, doslovno kliničke uporabe umjetnosti u terapijske svrhe, ne bi trebalo podcijeniti ni sposobnost umjetnosti da ponudi optimizam i trenutke zadovoljstva u teškim životnim situacijama. Naravno, mnogi su kritizirali takozvanu eskapističku umjetnost, onu koja pruža ugodne trenutke, a odvlači pažnju od društvenih problema. Takva umjetnost,

3 S obzirom na važnost reklame u modernoj epohi, nije neobično da su i junaci fikcionalnih ostvarenja često bave marketingom, npr. naslovni junak Balzacovog romana *César Birotteau* (o kojem govori Bagić; usp. i de Balzac, 1953), ili Leopold Bloom iz epohalnog *Uliksa* (Joyce, 1991). Preko Marinkovićevog *Kiklopa* filmska reklama ulazi na velika vrata u proučavanje naše književnosti (usp. Kolanović, 2008), a reklamnih stručnjaka ima i među važnim filmskim junacima, kao što je Roger Thornhill (Cary Grant) iz Hitchcockovog trilera *Sjever-sjeverozapad* (1959).

kažu, čvrsto drži ponižene i potlačene na društvenom dnu, da se nikada iz njega ne mogu izvući. To je prilično česta perspektiva gledanja na umjetnost u društvu u raznim epohama i sustavima.

S druge strane, još je Ante Peterlić, utemeljitelj hrvatske filmologije i njezin prvi doktor znanosti,⁴ citirao njemačkog filozofa Ernsta Blocha, koji je našao širu korist čak i od (tada poprilično prezrenog) žanrovskog stvaralaštva. Ono je, naime, ipak nudilo barem jednu mogućnost zamišljanja drugačijeg, boljeg života (Peterlić, 1971: 41), što najsiromašniji često nemaju. A ta mogućnost može biti i neko dobro polazno mjesto budućih društvenih promjena, ili se čak može shvatiti kao preduvjet bilo kakve promjene.⁵

Na tom Blochovom (i Peterličevom) tragu razmišljanja o vrijednosti utopijskog mišljenja, zamišljanja idealne ili barem bolje budućnosti, nalaze se i neki noviji društveni teoretičari i kritičari (usp. Whitehouse, 2025), što je, zapravo, čak i logično. To se moglo očekivati. Utopijski su politički aktivisti, naime, i u ranijim epohama često htjeli odmah početi mijenjati svijet na bolje, htjeli su izravno i neupitno popraviti materijalne i druge uvjete života siromašnih. Djelovali su, recimo, i u smjeru ravnopravnosti muškaraca i žena (što ističe i znanstvenica Whitehouse u citiranom članku), uz pokušaj utjecaja na materijalne uvjete zajedničke svima. Zanimljivo je da se i danas političkim aktivistima koji žele popraviti svijet govori (često kritički, a nekada i pogrдно) da su utopisti, pretpostavljeno zato što bi utopizam značio neostvarivost njihovih ideja. Značenje pojma utopije kao da se dijelom prenijelo s izvornog značenja na sve lijepe, ali neostvarive ideje. No, može se reći da se takva pogrđa vjerojatno koristi baš zato, a možda i samo zato što su utopističke ideje promjene radikalne, sveobuhvatne. Jer su radikalne ideje opasne po kontrolore i uzurpatore društvenih institucija u bilo kojem razdoblju povijesti i bilo kojem dijelu zemaljske kugle, pa tako i jučer, danas, ili za dvadeset ili pedeset godina.

Premda vrlo vjerojatno može olakšati teška mentalna stanja, utopijsko je mišljenje, kao i korist od takvog mišljenja, ipak nedovoljno za razumijevanje stvarnih potreba ljudi sa zdravstvenim poteškoćama bilo koje vrste, pa treba pogledati malo dublje u povijest odnosa umjetnosti i patoloških stanja, odnosno u povijest filmologije kao žarišta komunikacije humanistike sa znanostima, strukama i disciplinama pogodnim i korištenim za terapijske svrhe. I naravno, iz raznih se perspektiva pristupa korištenju filma za političku borbu ili aktivizam, etnološka ili sociološka istraživanja, razvijanje komunikacijskih vještina, edukaciju i tako dalje (brojni su članci i knjige s takvim fokusom, npr. Borjan, 2013, Bukovac i Gothardy-Pavlovsky, 2025, Đurić, 2025, Županović, 2018, Harrow, 2007), a sve je to u nekim aspektima povezano i s terapijskim djelovanjem. O filmskoj (i umjetničkoj) edukaciji, koja uvijek podrazumijeva i druge komunikacijske aspekte (uz obrazovno-odgojni aspekt), pisali su brojni autori (usp. Bergala, 2016,

4 On je prvi doktor filmologije u SFRJ; za nekoliko je mjeseci prestigao beogradskog kolegu Dušana Stojanovića.

5 O tom i drugim aspektima odnose teorije filma prema teoriji književnosti i filozofiji usp. Gilić, 2007.

Dordić, 2021, Zlatarić i Dordić, 2023, itd.), a neki se stručnjaci čak bave i nepoželjnim emocijama u obrazovanju općenito (usp. Govedić, 2019).

Dakako, i hrvatski se filmovi znaju se baviti školskim miljeom i problemima koji u njemu mogu nastati, to su filmovi kao što su ambiciozna i uspješna drama *Zbornica* Sonje Tarokić, groteskni triler *Dopunska nastava* Ivana Gorana Viteza ili nezavisna drama *Žena s gumenim rukavicama* Marija Šuline, a time se bave i neki filmovi za djecu, poput *Dnevnika Pauline P.*, redatelja Nevena Hitreca.

Umjetnost i patološko

Odnos umjetnosti i patoloških stanja stara je i neiscrpna tema. U mnogim književnim djelima (primjerice roman *Kiklop* Ranka Marinkovića iz 1965. ili drama *Gospoda Glembajevi* Miroslava Krleže iz 1929. godine) i u njihovim ekranizacijama (*Kiklop* A. Vrdoljaka - film iz 1982. i TV serija iz 1983. te film *Glembajevi* istog redatelja iz 1988. i serija iz 1990),⁶ ključno mjesto imaju upravo patološka stanja. Junak Marinkovićeve romana *Kiklop* (Marinković, 1985), kao i istoimeni junak navedene ekranizacije izgadnjuje se i dovodi se u društvenu ulogu psihičkog bolesnika ne bi li izbjegao monstruoznost rata, premda Vrdoljakov film nije ušao u grozničavost Melkiorove patologije u svojoj ekranizaciji. S druge strane, u umjetničkim sklonostima Krležinog (1997) Leonea Glembaja (u imaginariju starijih generacija nerazdvojivom od glumca Mustafe Nadarevića iz Vrdoljakovog filma) održava se njegova emotivna i psihička krhkost, izravno uzrokovana, kako se i u filmu prikazuje, patološkim obiteljskim odnosima. Ni drama *Gospoda Glembajevi* ni Vrdoljakova ekranizacija ne bježe od patoloških stanja (film čak i prikazuje psihijatrijsku bolnicu Vrapče u Zagrebu).

Mnogi su veliki umjetnici (poput Picassa) nadalje, davali izjave iz kojih bi se dalo zaključiti da umjetnošću istjeruju osobne demone, a stvaranje rudimentarnih likovnih djela za potrebe analize (ili analiziranje postojećih djela) spada u domenu psihologije bez obzira na to je li analizirano djelo napravio umjetnik ili osoba bez umjetničkih ambicija, talenata i znanja.⁷ Dakako, razvoj filmske umjetnosti često se mjerio i prema vještini filma da uđe u emotivne i psihološke finese ljudskog iskustva, zbog čega su s razlogom još u nijemom razdoblju filmske povijesti hvaljeni i britansko-američki redatelj i glumac Charlie Chaplin (npr. zbog glasovitog filma *Mališan* s početka 1920-ih) i talijanski glumac i redatelj Gustavo

6 O Vrdoljakovu pristupu *Kiklopu* i Marinkoviću usp. Kragić, 2010. i Gilić, 2020. Dakako filmovi se često prerađuju u TV serije (Berkovićeve *Kontesa Dora*, Bulajićev *Libertas, Ti mene nosiš* Ivone Juka...). Bilo je i snimanja filmova prema serijama (*Servantes iz malog mista*, 1982, prema *Našem malom mistu*). Golikov film *Tko pjeva zlo ne misli* dobio je nastavak desetljećima poslije u TV seriji *Dnevnik velikog Perice* Vinka Brešana.

7 Hvala Brunu Kragiću, Krunoslavu Lučiću, Mariju Kokotoviću, Frani Dulibiću i Idi Šamanović za zanimljive sugestije. No, posebno sam zahvalan Ingrid Padjen Đurić koja mi je dala poticaj za bavljenje ovom temom. U samom istraživanju su mi osobito poticajni bili tekstovi Željke Matijašević.

Serena. Jednim se od ranih vrhunaca filmskog realizma smatra Serenin nijemi film *Assunta Spina* iz 1915. godine, s velikom glumicom Francescom Bertini u naslovnoj ulozi,⁸ a zanimljivo je, u ovom kontekstu, promatrati i epski ambicioznu dramu *Pohlepa* (1924) u režiji Ericha von Stroheima.

Zbog uspjeha u prikazu psiholoških finesa podjednako je bila hvaljena i francuska redateljica Germaine Dulac (*Nasmiješena gospođa Beudet* iz 1923. godine), predstavница filmskog impresionizma, a katkada i nadrealizma, potom veliki danski (i međunarodni) autor Carl Theodor Dreyer (posebice zbog filma *Stradanje Ivane Orleanske* iz 1928),⁹ ali i brojni drugi velikani ove rane epohe. U novije je vrijeme oživio interes za film *Živci* iz 1919. godine, u režiji Roberta Reinerta, djelo inspirirano raširenom traumom takozvanog Velikog rata, koji danas zovemo 1. svjetski rat.

Iz ove je perspektive posebno zanimljivo uočiti da je, zbog nemogućnosti reprodukcije govora glumaca, u razdoblju nijemog filma teže bilo izravno izraziti neka psihološka stanja, osjećaje ili raspoloženja, jer je katkada dovoljno čuti podrhtavanje ili promjenu visine glasa da bismo naslutili ili znali što neki čovjek ili lik u predstavama, filmovima ili serijama, osjeća. S druge strane, u pobrojenim je nijemim filmovima prikazan čitav niz okolnosti i situacija u kojima se rađaju traume i problemi, od siromaštva, preko nesretnih bračnih i ljubavnih veza, do raspada obitelji i djetinjstva na ulici.

Dakle, već se u tom nijemom razdoblju filmska estetika znala usredotočiti na rubna, pa čak i patološka stanja, uključujući ona vezana uz ovisnosti. To se događa, primjerice, još u Griffithovim *Slomljenim cvjetovima* (1919) i *Fantomskoj kočiji* (1921) Victora Sjöströma, ili u već spomenutoj *Pohlepi* Ericha von Stroheima. A vidimo to već i u prvim filmovima Španjolca Luisa Buñuela.¹⁰ On, u sklopu poetike nadrealizma, autorski djelujući isprva u Francuskoj, nemilosrdno ruje kroz potisnute žudnje i strahove te kroz ekstremne emocije. Naznačena se tradicija nastavila do danas, i kroz nastavak rada majstora filmske umjetnosti kao što je Buñuel (primjerice u *Ljepotici dana* iz 1967. godine), i kroz rad mlađih umjetnica i umjetnika, kao što su američka avangardistica Maya Deren (posebno su važne *Mreže poslijepodneva* iz 1943.), francuski novovalni klasik Claude Chabrol (primjerice *Košute* iz 1968., *Mesar* iz 1970. ili *Neka zvijer krepa* iz 1969. godine), ili velikan Novog njemačkog filma (i svjetske kinematografije) Werner Herzog (*Tajna Kaspara Hausera*, 1974). Možemo, također, spomenuti i sve ugledniju velikanku belgijskog filma Chantal Akerman (*Jeanne Dielman* iz 1975. godine), međunarodno aktivne poljske redateljice Romana Polanskog (posebno *Odvratnost* iz 1965., *Stanara* iz 1976...) i Andrzeja Żuławskog (*Opsjednutost*, 1981, *Šamanka*, 1996...),

8 U međunarodnoj je distribuciji film često prikazivan pod naslovom *Napuljska krv*.

9 U tom filmu prebogatom krupnim planovima iznimnu je ulogu naslovne junakinje ostvarila Renée Falconetti.

10 *Andaluzijski pas* (1929; suautor je veliki nadrealistički slikar Salvador Dalí), *Zlatno doba* (1930), ili *Zemlja bez kruha* (1933), katkada definirana kao nadrealistički dokumentarni film (članci Ante Peterlića o Buñuelu u *Filmskoj enciklopediji* i *Filmskom leksikonu* govore o „realizmu“ i dokumentarizmu toga ostvarenja)...

a na sličnom tragu djeluju i eklektični japanski filmski velikan Takashi Miike (*Audicija*, 1999) i brojni drugi.

Nakon brojnih ranijih poznatih filmova o ovisnosti različitih poetika (*Čovjek sa zlatnom rukom*, *Dani vina i ruža*, *Trainspotting*, *Još jedna runda...*) posebno su od velikog odjeka novije interpretacije teme ovisnosti, kao što je groteskna *Supstanca* (2024) redateljice Coralie Fargeat. I koncept filmske drame Darrena Aronofskog *Kit* iz 2022, u kojem se depresivni glavni junak Charlie (glumi ga Brendan Fraser) prejeda do smrti, svakako se uklapa u isti tematski kompleks. Među ostalima, patološkim stanjima su se kroz povijest filma bavili i veliki američki redatelji Shirley Clarke (poznatija po dokumentarnim filmovima), u provokativnoj pseudodokumentarnoj drami o ovisnosti *Veza* iz 1961. godine te David Lynch s filmovima najviše usredotočenim na monstruozne aspekte koji nadiru iz podsvjesnog. Dobri su primjeri iz Lynchovog opusa *Plavi baršun* iz 1986. ili *Izgubljena cesta* iz 1997. godine, kao i serija *Twin Peaks* emitirana u tri sezone, u rasponu od 1990. do 2017. godine.

Premda nasljednik nadrealizma i avangarde općenito (uključujući i inspiraciju stvaralaštvom Maye Deren), Lynch je u više navrata neuobičajeno uspješno uspio spojiti umjetničke ambicije, intermedijalne prakse i avangardne tradicije s ukusom nešto šire, pa čak i široke gledateljske publike,¹¹ što ga čini posebno zanimljivim za razmišljanje o ovim temama. Dakako, primjeri su navedenih tendencija brojni, i često se nalaze na rubu ili onkraj ruba provokativnosti, poput erotikom nabijenog povijesnog filma *Kaligula* (1979) Tinta Brassia ili skoro podjednako provokativnih filmova *Veliko žderanje* (1973) i *Meso* (1991) Marca Ferrerija. Pritom se rubna i prekorubna iskustva kodiraju i kroz pojedine žanrove kao što su triler i horor, s poznatim primjerima kao što su utjecajni horor *Psiho* (1960) Alfreda Hitchcocka (i brojni trilери ovog velikana sedme umjetnosti, vrlo važnog za čitavu povijest filma), kao i neki filmovi Paula Verhoevena, primjerice utjecajan erotski triler *Sirove strasti* (1992) ili noviji psihološki triler *Ona* (2016). Na istom je tragu, dakako, nastao i veći dio opusa autora horora Daria Argenta, Maria Bave, Jamesa Wana, Zacha Creggera ili Roba Zombieja, a ponešto primjera ovakvog žanrovskog pristupa ima i u hrvatskoj filmografiji. Primjerice, ima ih u filmovima trilerskog nagnuća *Majka asfalta* (2010) i *Ćaća* (2011), te u hororu *Egzorcizam* (2017) redatelja Dalibora Matanića ili, recimo, u zagonetnom trileru *Kosac* (2014) redatelja Zvonimira Jurića.¹² Uostalom, još je u hororu *Izbavitelj* Krste Papića iz 1970-ih očito bilo oslanjanje filma na junakov osjećaj frustracije i nemoći, s kulminacijom u traumatskom trenutku ubojstva (kako se čini) drage osobe prema kraju filma.¹³

11 O odjeku Lynchovog stvaralaštva govori činjenica da je u Hrvatskoj obranjen doktorat o seriji *Twin Peaks* (Lončar, 2024). Lynchova smrt 2025. godine je i kod nas odjeknula nizom medijskih reakcija te projekcija i tribina.

12 Premda narativna koncepcija *Kosca* podrazumijeva zagonetne osobe i motivacije, traume su ipak nedvojbena tema filma na nekoliko različitih razina.

13 Književna je inspiracija ovoga filma ruska (fantastička novela Aleksandra Grina), ali je ambicija *Izbavitelja* istodobno i lokalizirajuća i globalna.

Nama je sigurno važno reći koliko je u Hrvatskoj ta tema prisutna na filmu, i neće se nitko iznenaditi kada čuje da je itekako prisutna. Još je Oktavijan Miletić u kratkom zvučnom igranom filmu *Šešir* (1937) iskoristio, čini se, spolnu bolest kao motivaciju za avangardistički prikaz psihičkog sloma junaka (a u drugim je filmovima čak i nešto dosljednije parafrazirao patologiju filmova njemačkog ekspresionizma). Brojni su filmovi preuzeli temu psihičkog i tjelesnog sloma ratnika zbog zbiljanja u Drugom svjetskom ratu, pospješeno nekada i tifusom, primjerice u *Pogledu u zjenicu sunca* iz 1966. ili *Bitci na Neretvi* iz 1969. (oba je filma režirao Veljko Bulajić). Taj je rat, naravno, i izvan Hrvatske potaknuo zanimljiva filmska propitivanja, primjerice u filmovima *Noć i magla* (1956; potresni dokumentarni film) te *Hiroshima ljubavi moja* (1959; impresivna psihološka drama) Alaina Resnaisa. Ova su dva filma različite, ali intelektualno duboke analize rata, krivnje, ratnog zločina, holokausta i nuklearnog uništenja. Dobar je primjer ove tendencije i topao i tužan prikaz utjecaja rata na djecu *Zabranjene igre* (1952) Renea Clémenta, film klasičnog pripovijedanja, kao i zapanjujuće dojmljiv dokumentarni film *Shoah* (1985) Claudea Lanzmanna. Možemo spomenuti i igrane filmove kao što su dirljivi *Čistači cipela* (1946) Vittoria De Sice, potom *Njemačka, nulte godine* (1948) Roberta Rossellinija, *Čovjekova sudbina* (1959), Sergeja Bondarčuka,¹⁴ kao i *Noćni portir* (1974) Liliane Cavani, *Brak Marije Braun* (1979) Rainera Wenera Fassbinder, *Idi i gledaj* (1985) Elema Klimova, tjeskobnu dramu *Šaulov sin* (2015) László Nemesa i mnoga druga ostvarenja najboljih redatelja raznih epoha, škola i stilova.

Od produkcije iz razdoblja Jugoslavije posebno je dojmljiv, ali i duboko analitičan bosanskohercegovački film *Mali vojnici* (1967) redatelja Bate Čengića o ratnoj siročadi. Ta će, emotivno ranjena i izolirana društvena skupina, u svom jadu lako otklizati u najgore nasilje i zlostavljanje, prikazuje Čengićeve film. Stoga mladi štíćenici doma ne smiju znati da je plavokosi dječak koji dolazi među njih njemačkog podrijetla. Jer, štíćenici u filmu hladnokrvno ubiju psa njemačkog podrijetla, pa je jasno da bi isto bez krzmanja učinili i ljudskom biću. No, u tom su razdoblju uistinu brojni bili filmovi s jakim elementom patnje i traume, primjerice Bulajićeva *Kozara* (1962) gdje se civili kriju pod zemljom koju neprijatelj probija bodežima, i svaki jecaj bebe može prouzročiti stotine mrtvih, ili Šotrin *Igmanski marš* (1983) sa strašnim posljedicama zime na ekstremitete junaka. *Samo ljudi* (1957) Branka Bauera, svojedobno slabije primljen u kritici zbog melodramske orijentacije, a danas smatran jednim od najboljih filmova svoje epohe, kao glavnu prepreku ljubavi junaka postavlja njihovu fizičku i psihološku obilježenu ratom, te osjećaj manje vrijednosti zbog tjelesnih oštećenja.

Dakako, i traume nastale za vrijeme ranijih i kasnijih ratova i dalje rađaju zanimljive filmove, a postoje i distopijski filmovi o budućim i mogućim ratovima i traumama, poput pomalo zaboravljenog filma *Rat* (1960) Veljka Bulajića,¹⁵ ali i

¹⁴ O tome piše znanstvenica Elena Barban (2007). Film je, inače, nadahnut radom pisca M. A. Šolohova.

¹⁵ Premda nije riječ o kanonskom ili vrhunskom djelu, mnogima će biti zanimljivo da je Bulajićev *Rat* samo jedan od filmova u kojem glavnu ulogu tumači Antun Vrdoljak, kasnije poznatiji kao redatelj, a potom i kao političar.

veoma popularnih distopijskih ciklusa kao što su romani i filmovi iz ciklusa Iga-
ra gladi, prepunih krajnje traumatiziranih i zlostavljanih likova.¹⁶ Od katastrofe
ranijih ratova možemo pak spomenuti filmove kao što su već spomenuti Reiner-
tov nijemi film *Živci*, film *Josef* (2011) Stanislava Tomića, *Kapetan Conan* (1996)
Bertranda Taverniera – svi povezani s traumom Prvog svjetskog rata. Među naj-
cjenjenijim su ostvarenjima s temom traume Prvog svjetskog rata svakako Reno-
irov pacifistički klasik *Velika iluzija* i Weirovo *Galipolje* (o bitci na Galipolju koja
je, zbog velikih gubitaka doživljenih u sklopu sudjelovanja u britanskoj vojsci,
duboko traumatizirala ondašnje australsko društvo).

Očekivano, brojni su filmovi i o ranijim ratnim traumama – igrani film
Illyricum (2022) majstora animacije Simona Bogojevića Naratha govori o rim-
skom pokoravanju ilirskih plemena u antici, a Griffithova *Netrpeljivost* (1916) o
više različitih mučnih razdoblja povijesti, uključujući razaranje Babilona u star-
rom vijeku i religiozni pokolj Bartolomejske noći u renesansi. *Golaći* (1965) i *Cr-
veni psalam* (1971) Miklósa Jancsóa ispisuju mučne stranice mađarske povijesti, a
Sjevernjak (2022) Roberta Eggersa bavi se traumama iz pretkršćanskog razdoblja
u nordijskim krajevima. Prilično su brojni i filmovi snimljeni, primjerice, o Fran-
cuskoj revoluciji, Napoleonu i napoleonskim ratovima, kao što su Ganceov ili
Scottov *Napoleon*, ili o kolonijalnim ratovima, starijim i novijim od Drugog svjet-
skog rata, primjerice Stevensov *Gunga Din*, Pontecorvova *Bitka za Alžir*, Coppoli-
na *Apokalipsa sada*, ili *Vod* Olivera Stonea. I tako dalje, i tako dalje.

Traume Domovinskog rata ili poratne traume u naoružanom društvu teme
su hrvatskih filmova kao što su triler *Prepoznavanje* (1996) Snježane Tribuson, u
kojem junakinja (Nataša Dorčić) prepoznava svog silovatelja, *Posebna nastava* Iva-
na Gorana Viteza (2019), *Živi i mrtvi* (2007) i *Broj 55* (2014) Kristijana Milića, *Put
lubenica* (2006) i *A bili smo vam dobri* (2021) Branka Schmidta¹⁷ te *Korak po korak*
Biljane Čakić-Veselić iz 2011. godine.¹⁸ U takve su filmove osobne traume utkane
zajedno s pitanjem koliko zdravo uopće može biti ratom načeto društvo (hrvatsko,
bosanskohercegovačko, sudansko, ukrajinsko...)? To je pitanje vidljivo i u filmo-
vima kao što su ratne drame *Isprani* (1995) Zrinka Ogreste i *Svjedoci* (2003) Vinka
Brešana, a vjerojatno i u *Arminu* (2007) Ognjena Sviličića, dramu u kojoj otac i
sin, naslovni junak Armin, dolaze iz Bosne i Hercegovine u Zagreb, na audiciju za
njemačke producente.¹⁹

Jasno, i druge vrste traume se javljaju u svjetskom i hrvatskom filmu, kao i
prikazi drugih problema, poput prilagodbe životnim promjenama (starost, gubi-
tak pamćenja...). Od stranih primjera, recimo, *Ljubav* (2012) Michaela Hanekea i
Otac (2020) Floriana Zellera govore o starenju, kao i *Zemaljski dani teku* (1979) Go-
rana Paskaljevića i *Noćni brodovi* (2012) Igora Mirkovića, pa i film za djecu *Drugi*

16 Prvi se film iz ciklusa zove kao i čitav ciklus – *Igre gladi* (2012).

17 Film je snimljen prema predlošku književnika Josipa Mlakića.

18 Film je snimljen prema predlošku književnice Lydije Scheuermann-Hodak, koja je pisala
i scenarij.

19 Manje je bitno ostvarenje *Doktor ludosti* (2003) Fadila Hadžića, no i ono se uklapa
u tendenciju.

dnevnik Pauline P. (2025) Nevena Hitreca (snimljen prema romanu Sanje Polak), u kojem baka (Ksenija Marinković) obolijeva od Alzheimerove bolesti.

Fascinantna komedija *Toni Erdmann* (2016) njemačke redateljice Mari Ade govori o teškom uspostavljanju obiteljskog razumijevanja između oca i kćeri, slično kao i *Plavi cvijet* (2021) Zrinka Ogreste usredotočen na žensku obiteljsku liniju. Nadalje, *Ljubav do smrti* (1984) Alaina Resnaisa, *U glavi Llewyna Davisa* (2013) braće Coen, *Hamnet* (2025) Chloé Zhao i *Gospodar mrtvih* (2025) Davida Cronenberga govore pak o bolu i tuzi zbog gubitka drage osobe, od čega pati i muški junak filma *Nisam takva* (2025) Zvonimira Munivrane. U tom filmu pak glavna junakinja pati od sasvim drugačijih obiteljskih trauma. *Boja purpura* (1985) Stevena Spielberga govori o čitavom nizu obiteljskih, seksualnih i političko-rasnih stanja i trauma, kao i *Mjesečina* (2016) Barryja Jenkinsa, i tako dalje... Sve do suvremenih horora (*Vrati mi je iz* 2025), ili najpopularnijih filmova o junacima stripova kao što su Spider-man i Batman, odnosno Gamora, modificirani rakun Rocket i Gamorina sestra Nebula iz grupacije junaka (katkada anti-junaka) poznatih kao Čuvari galaksije.

I u hrvatskom je filmu naznačena tematika podosta uobičajena. Recimo, *Svećenikova djeca* (2013) Vinka Brešana, uobičajeno inspirirana i dramskom poetikom književnika i scenarista Mate Matišića, prikazuju nekoliko likova izravno traumatiziranih spolnim i drugim nasiljem, od zlostavljane djevojčice, koja čak počinu suicid, do glavnog junaka, svećenika koji se ne može nositi sa strašnom istinom o svojoj okolini, pa baš zbog toga, čini se, dobiva smrtonosni karcinom.²⁰ No, čisto dramski koncipiran film *Šuti* (2013) Lukasa Nole još čvršće analitički fokusira teme zlostavljanja i nasilja u središte filma.²¹ I Nolin film *Sami* iz 2001. godine zasniva se, između ostalih sastavnica, na traumi gubitka djeteta u prometnoj nesreći, ali i stanju junaka koji, usred općeg nezadovoljstva i tjeskobe, osjeti krivnju zbog poginulog djeteta. Schmidtov *Put lubenica* (2006) donosi i temu žrtve trgovine ljudskim robljem u liku Kineskinje (glumi je Mei Sun) – i to prije nego što je Hrvatska preplavljena raznim valovima imigranata, koji često kreću na put ili izrazito protiv svoje volje, ili zato što nemaju drugog izbora.

Ostojićev triler *F20* (2018) pak unosi već u naslovu dijagnozu koja prati na prvi pogled bezazlenog junaka (on se ispostavi ubojicom), s obratom kakve u srodnom ključu koriste brojni redatelji horora i trilera.²² Relativno su brojne i socijalne drame, odnosno ostvarenja koja bacaju naglasak na tu komponentu prikazanog svijeta. Na tom su tragu bili i već spomenuti Ogrestini *Isprani*, kao i njegov kasniji film *Tu* (2003). No, to je česta autorska opcija u Hrvatskoj. Filmovi kao što su *Slučajni prolaznik* Jozе Patljaka²³ (2012), *Čovjek ispod stola* (2009) Nevena Hitreca, *Bosanski lonac* (2023) Pave Marinkovića, *Slatka Simona* (2024)

²⁰ Filmovi Vinka Brešana često se reklamiraju kao komedije, unatoč teškim sudbinama i rasplesima života likova.

²¹ Ovaj i drugi autorovi filmovi i serije analiziraju se u monografiji *Lukas Nola* (2025).

²² Prilično je uspio prikaz traume djece koja u *Posjeti* (2015) M. Nighta Shamalayana shvate da nisu kod djeda i bake već kod psihički teško bolesnih prevaranata.

²³ Poznatiji kao filmski producent, Patljak se okušao i u režiji ove drame prikazivane u 3D (stereoskopskoj) tehnici, neuobičajenoj za našu produkciju.

Igora Mirkovića, i drugi. Hrvatska manjinska koprodukcija *Da li ste videli ovu ženu* (2022, redateljska suradnja dvojice mladih srpskih autora),²⁴ i druga slična ostvarenja, ukazuju i na socijalnim uzrocima uzrokovanu traumu i na traumatsko podrijetlo ispadanja iz društvenih okvira ugodnog života. Međusobno se sve navedene teme i isprepliću, primjerice tema ratne traume i ovisnosti, kao i tema prilagodbe izvanratnom životu – i u Wylerovim *Najboljim godinama našeg života*, i u Ogrestinim *Ispranima* i u Ostojićevu *Ničijem sinu* i u Salajevom novijem ostvarenju *Žene, muškarci i malo dobrih pedera* (nastalom prema više, često uvelike autobiografskih, književnih djela Roberta Roklicera).

Uostalom, isto bi se moglo reći za tek nedavno u potpunosti prepoznat klasik nijemog filma, već spomenuti film *Živci* Roberta Reinerta, film koji na samom početku ekspresionističkih filmskih kretanja daje veoma dojmljivu (i prilično mučnu) panoramu osobnih duševnih stanja i socijalne patologije svoga, svježeg poratnog vremena. U tome su *Živci* svakako prethodili kasnije poznatijim i češće spominjanim filmovima kao što je, recimo, Pabstova *Tajna duše* iz 1926. godine.

Dakako, moglo bi se nabrajati i dalje. I zatvorske su muke i traume, primjerice, često obrađivane u filmovima, u svijetu i u nas; poznati su primjeri, recimo, Parkerov *Ponoćni ekspres*, Babencov *Poljubac žene-pauka* i Darabontovo *Iskupljenje u Shawshanku*, ili, recimo, Panahijev *Jedan običan incident*, odnosno hrvatski filmovi kao što su *Sedma kronika* Bruna Gamulina, *Je li jasno prijatelju?* Dejana Aćimovića te *Lijepa večer, lijep dan* redateljice Ivone Juka. Dobar dio filmskih zatvorenika može se nazvati političkim zatvorenicima, no motivacije njihova utamnichenja su raznovrsne.

Od boli do lijeka

Imajući sve navedeno na umu, zanimljivo je uočiti kako, primjerice, Alfred Hitchcock u filmu kao što je *Opsjednuta* (1945) koristi i izvanfilmsku umjetničku tradiciju, angažirajući velikog nadrealističkog slikara Salvadora Dalija (suautora *Andaluzijskog psa*) za prikaz noćne more. No, uz umjetnički kontekst filmskog stvaralaštva Hitchcock koristi i temu terapije i terapeuta (veoma ju upadljivo koristi i u filmu *Marnie* iz 1964). Zanimljiva je tema i sam naslov filma *Psiho*. Izvorno engleski kolokvijalni i pogrdni termin za psihički bolesnu osobu, zbog uspjeha Hitchcockova neočekivanog hita postaje dio vokabulara raznih jezika, pa je ušao i u hrvatsku kolokvijalnu uporabu. Izvorni engleski naslov filma (*Psycho*) zapravo se u Hrvatskoj i ne prevodi, te je riječ „psiho“ zbog filma postala i hrvatska imenica, barem u kolokvijalnoj uporabi, a slično se dogodilo i u drugim jezicima.

Terapeuta i psiholoških vještaka, dakako, ima i drugdje,²⁵ primjerice u klasičnom filmu noira *Tamno zrcalo* njemačko-američkog redatelja Roberta Siodmaka iz

24 Trostruku ulogu junakinje Draginje u tom filmu maestralno glumi već spomenuta hrvatska glumica Ksenija Marinković.

25 Znatan dio te tradicije (s naglaskom na SAD) obradili su Gabbard i Gabbard (1999).

1944. godine, ili u igranim televizijskim serijama kompanije HBO. Možemo tako spomenuti povijesno važnu senzacionalističku zatvorsku TV-seriju *Oz* Toma Fontane (1997 - 2003), u narativnom temelju eksploatacijsku zatvorsku dramu, s važnim likom psihologinje (u većem dijelu serije i časne sestre) Peter Marie (glumi je Rita Moreno), koja pridonosi auri respektabilnosti čitavog projekta. Još je poznatija i utjecajnija serija *Obitelj Soprano* (1999 - 2007) Davida Chasea, sa sporednijim likom psihijatrice Jennifer Melfi (Lorraine Bracco), u koju se junak Tony Soprano (James Gandolfini) čak malo i zaljubi... I sve se to događa premda Tony Soprano – uz poprilično raskliman brak – istodobno održava i vezu s ljubavnicom.²⁶

Ove su serije u svom prikazu ljubavi, erotike i seksualnosti barem po sklonosti snažnim naglascima bliske čak i filmskom stvaralaštvu Pedra Almodóvara (npr. *Pričaj s njom* iz 2002.), no s druge se strane patološka psihološka stanja i porivi, obuhvaćeni i neobuhvaćeni terapijom, prikazuju i u izrazito realističkom modusu, unutar naizgled bezazlene svakodnevnice. Dobar je primjer za to dramski film *Sreća* (1998) Todda Solondza, s utjecajnim i umjetnički neobično moćnim portretom nezdravih žudnji prema djeci, a i mnogi Almodóvarovi filmovi grabe temu patologije i nasilja u obitelji.²⁷ Čak i već spomenuta *Svećenikova djeca* (2013) Vinka Brešana, inače, uvelike zasnovana na grotesci, imaju neke izrazitije realističke, pitome segmente. Baš u njima filmska priča i publici i junaku donosi šokantno otkrivanje prave prirode simpatičnog starijeg svećenika i njegovog ponašanja.

Sasvim očekivano, terapija se javlja kao tema u hrvatskom filmu različitih registara – potresno remek-djelo Juraja Lerotića *Sigurno mjesto* iz 2022. godine²⁸ zasnovano je baš na ograničenjima i dilemama oko liječenja junakovog brata (temeljeno na stvarnim zbivanjima iz autorove obitelji), a vrlo zanimljiva (čak i malko podcijenjena) drama *Projekcije* (2013) redatelja Zrinka Ogreste kroz gotovo čitavo svoje trajanje doslovce prikazuje proces terapije kao mjesto lomljenja međuljudskih odnosa, s pozadinom ekonomskih i emotivnih odnosa različitih modusa i bogatih konotacija. Između ostalog, film se dotiče i korporativne terapije, ispreplitanja poslovnih odnosa s psihološkom pomoći. U jednoj sceni komedije, odnosno groteske Vinka Brešana *Maršal*, javlja se lik psihijatra (Vlatko Dulić), likom i bradom veoma sličan Karlu Marxu, no čitav je film satkan na podlozi ideje bijega iz medicinske ustanove pacijenta (Boris Buzančić), koji je umislio da je Josip Broz Tito.²⁹ Mnogi očevici pacijentovih lutanja povjeruju da je riječ o Titovu duhu. Također, za hrvatsku je državnu (odnosno javnu) televiziju snimljena licencirana televizijska serija *Na terapiji* iz 2013., realizirana prema američkom

26 Tony Soprano nije jedini lik iz te serije koji posjećuje terapeuta. Također, psihološko profiliranje kriminalaca česta je sastavnica, pa i glavna tema u kriminalističkom žanru, primjerice u popularnoj seriji *Kriminalni umovi*.

27 Članak Duncana Wheelera (2012) ih spominje nekoliko u širom kontekstu teme prikaza obiteljskog nasilja u španjolskom filmu (*Kika*, *Mataador*, *Veži me*, *Živo meso* i drugi).

28 Film se poigrava i s dokumentarnim, stvarnim elementima, što podiže dojmivost njegovih problematiziranja (usp. Gilić, 2024). O tom filmu, uvelike iz perspektive analize emotivnog i traumatskog, piše i Simon Ryle (2025).

29 U sceni u psihijatrijskoj bolnici kao jedan od pacijenata pojavljuje se i sam redatelj.

predložku Rodriga Garcie, svakako optimističnija o mogućnostima terapije od Lerotičeva filma, premda i dalje zanimljiva i problemski usmjerena.

Zanimljivo, hrvatski psihoterapeut Stanislav Matačić (2024: 87-124) napisao je, u sklopu svog terapijskog proučavanja filma (i korištenja filma za terapeut-ske svrhe) analize više filmova Arsena Antona Ostojića: cjelovečernjeg debija *Ta divna splitska noć* (2004), u kojem Ostojić, čini se, poput „kulturnog antropologa“, hvata duh vremena, *Haliminog puta* (2012), gdje se vidi ratna trauma i, čini se, sudbina stvarne Bosne i Hercegovine, *Ničijeg sina* (2008) koji spaja obiteljsku i ratnu traumu iz Hrvatske te već spomenutog *F20* (2018), kojim je, kao eksplicitnim prikazom psihičkog oboljenja, Matačić osobito zadovoljan (Matačić, 2024: 124). Također, u prvom poglavlju citirane knjige Matačić temeljne aspekte freudovske psihoanalize objašnjava na temelju posljednjeg filma Stanleyja Kubricka *Oči širom zatvorene* (1999), izravno inspiriranog književnošću Freudovog razdoblja, odnosno novelom Arthura Schnitzlera iz 1920-ih.

I napokon, ne treba zaboraviti aspekt filmova, nekih već spomenutih, u kojima bi netko od junaka ili sporednih likova nedvojbeno odmah trebao pomoć, ali je ne dobiva iz različitih razloga – ili je ne dobiva uopće, ili ne dobiva onakvu i onoliku pomoć koja mu treba. Tu bi spadali i *Sigurno mjesto* i *F20*, kao i, recimo, *Joker* Todda Phillipsa iz 2019. godine, ali vjerujem da tu svoje mjesto može zauzeti i ostvarenje koje je bilo (a uvelike još jest) omiljeno među velikim skupinama ljubitelja filma, pedagoga i učenika. Riječ je o drami *Društvo mrtvih pjesnika* (1989) austral-sko-američkog redatelja Petera Weira, u kojoj se, načelno gledano, prikazuju potreba za slobodom i ljepota rušenja krutih pravila u obrazovanju. S obzirom na veliku omiljenost tog filma i kod široke publike i kod čitavih naraštaja filmofila, kritički odmak od prikazanih situacija može se doimati provokacijom, no ipak je riječ o poprilično starom filmu pa ga se možemo usuditi s distance malo i problematizirati.

Naime, koliko god poticajne i ushićujuće izgledale metode rada nekonvencionalnog profesora Keatinga (s virtuoznom glumom Robina Williamsa), film doslovno ima tragičan kraj. S obzirom da jedan od emotivno ranjivijih učenika muške škole u filmu počinu samoubojstvo, postavlja se jedno nelagodno pitanje. Je li kreativni vihor profesora Keatinga možda bio edukacijski nefunkcionalan, pa čak i emotivno štetan? Ili barem rizičan? Ako je možda karizmatični profesor izravno pridonio nesretnoj sudbini jednog mladog čovjeka, na pragu života, to potiče i pitanje odgovornosti pedagoga za pristup učenicima općenito, kao i za propitivanje normi. I tu nije bitna samo važnost prepoznavanja osjetljivih učenika i razumijevanja njihovih potreba (u ovom bi slučaju tragediju mogla spriječiti neka vrsta psihološke ili psihijatrijske pomoći). Može se postaviti pitanje – je li ponašanje karizmatičnog profesora u *Društvu mrtvih pjesnika* sasvim prihvatljivo, uravnoteženo, da ne kažem – zdravo?

U hrvatskom povijesnom kontekstu tradicionalno najproučavaniji primjer zdravstvenih učinaka filma jest sačuvana i dobro obrađena baština Škole narodnog zdravlja (Majcen, 1995. i 2001), koja je djelovala pod vodstvom vizionara Andrije Štampara, svjetski glasovitog doktora medicine (specijalista za higijenu i socijalnu medicinu), poznatog po shvaćanju zdravstva kao socijalne i propagandne djelatnosti. On je, organizirajući snimanje te prikazivanje filmova o važnosti

higijene i, primjerice, posljedicama alkoholizma, pokušavao spriječiti patološka stanja kod pojedinaca, suzbiti zaraze i povećati učestalost zdravih životnih navika. Tome su služili obrazovni, ali i često temeljno dokumentarni filmovi, primjerice i danas fascinantan *Jedan dan u turopoljskoj zadrugi* Drage Chloupeka iz 1933. godine. U nekim slučajevima korišteni su i temeljno igrani filmovi jasnih socijalno-zdravstvenih poruka, uvelike melodramski kodirani: *Birtija* iz 1929. te *Grješnice. Macina i Ankina sudbina* iz 1930. godine, oba u režiji pisca i kazališnog redatelja Joze Ivakića, a jake igrane elemente ima i, primjerice, kraći obrazovni film *Spas male Zorice* (1929).

Uostalom, tako je i danas. Brojne se knjige reklamiraju kao priručnici za svladavanje traume kreativnošću i umjetničkim stvaranjem, istražuju se i prakticiraju mogućnosti blagotvornog djelovanja kazališta, glazbe i drugih umjetnosti na zdravlje, pri čemu se, dakako, često psihologija koristi umjetnošću, ili se brišu razlike između umjetnosti, terapije i njima srodnih disciplina. Psiholog i neuroznanstvenik Daniel Levitin u knjizi *Music as Medicine* (2025) primjerice koristi brojne znanstvene spoznaje iz područja psihologije kako bi uputio na moguće zdravstvene blagodati glazbe, a piše se itekako i o vrijednosti likovnosti u terapiji (De Zan, 2013, Škrbina, 2013, Waller i Gilroy, 1992, i tako dalje).

Znanost o filmu, psihi i zdravlju

U svim se ovim pobrojanim strujama i filmovima može naslutiti koliko je velik prostor ispreplitanja i filmske znanosti (filmologije) s terapijskim idejama.³⁰ Moglo bi se početi, recimo, od rane teorije filma Vachela Lindsayja (1970), jednog od prvih, a neki bi rekli – i prvog sustavnog teoretičara filma (ili barem prvog takvog teoretičara u Sjevernoj Americi). Taj, danas rjeđe čitan književnik i intelektualac širokih interesa³¹ u svojoj je filmološkoj knjizi *The Art of the Moving Picture (Umjetnost pokretnih slika)* napisao da bi otvaranje kina blizu ugostiteljskih objekata moglo smanjiti pošast alkoholizma. Građani bi, naime, možda nekada otišli u kino umjesto po porciju štetne alkoholom prožete supstance (pivo, viski...). Danas možda iznenađujuće, ovakvo zapažanje nije neobično ako se ima u vidu pragmatično usmjerenje ovog ranog filmologa i tendencije tadašnje kulture.³² Vidjeli smo već da i u SAD-u i izvan njega u epohi nijemog filma nastaju filmovi s razrađenim motivima alkoholizma i opojnih droga (Sjöströмова *Fantomska kočija*, Griffithovi *Slomljeni cvjetovi*). Dakako, na tragu Lindsayja bismo mogli nastaviti i s razmatranjima većeg broja psihologa i drugih znanstvenika koji su vidjeli zdravstvene potencijale filma (npr. O'Brien i Johnson, 1976), u što se uklapaju mnoge teme o kojima će se u ovoj knjizi još govoriti.

30 I druge se umjetnosti istražuju na sličan način; usp. Kaur 2023, Casson, 2000, Govedić, 2019b, Govedić, 2025.

31 O njegovom radu piše i hrvatski filmolog Lučić (2024)

32 Lučić (2024: 39) ističe da je ta pragmatična orijentacija u skladu s općim usmjerenjima u SAD-u.

Dakako, u povijest terapijske i zdravstvene uporabe filma definitivno se upisala logična i dobro dokumentirana veza filma, filmologije i psihoanalize. Prije svega, često se spominje da je film kao medij komunikacije i prikazivačka praksa suvremenik psihoanalize. Naime, otprilike u isto vrijeme kada su braća Lumière, braća Skladanowsky i drugi filmski pioniri prikazivali svoje rane radove (krajem 19. stoljeća) počelo je objavljivanje ključnih tekstova psihoanalitičke struke, premda se, zanimljivo, Freud i drugi rani psihoanalitičari nisu zanimali za novi medij.³³ Osim praktične istodobnosti, koja je svakako zanimljiva činjenica, točno je da se u filmskom iskustvu mogu naći i elementi traumatskog iskustva i elementi terapijskog iskustva i, dakako, jasna paralela sa snom kao mjestom gdje su psihoanalitičari od početaka svoje prakse nalazili model nalaženja simptoma za probleme koje su pokušavali shvatiti, locirati i objasniti (s jasnim ciljem izlječenja, bez obzira koliko ono bilo u dosegu ranih i kasnijih psihoanalitičara). Brojna je literatura o temama spomenutim u ovom paragrafu. Za početak se mogu preporučiti sljedeći tekstovi i knjige: Freud, 1988. i 2001., Matijašević, 2006., 2011. i 2021., Parker, 2014. te Smiljanić, 2021.

Mnogi su se sineasti i filmovi izravno inspirirali baš psihoanalizom u prikazu posebnih duševnih stanja i patologija, katkada i angažiranjem psihoanalitičara kao savjetnika – za *Tajne duše* (1926) G. W. Pabsta, ali i *Kabinet doktora Caligarija* (1920) redatelja Roberta Wienea, *Nosferatu – simfonija užasa* (1922) F. W. Murnaua³⁴ i *Doktor Mabuse kockar* (1922) Fritza Langa. Matačić (2024: 4-6) posebno apostrofiraju angažman savjetnice-psihoanalitičarke u pripremi remek-djela Claude Chabrola *Izvršenje iz 1995. godine*, a ističe i psihoanalitičke rasprave o filmovima koje je u Europi, čini se, uvelike potaknuo veoma utjecajni redatelj Bernardo Bertolucci (primjerice filmovima *Konformist* iz 1970. godine i kontroverznom *Posljednjim tangom u Parizu* iz 1972).³⁵ Najčešće metode psihoanalitičkog pristupa filmu Matačić, navodeći članak Glena Gabbarda iz 1990-ih, sažima u sljedeće strategije: „interpretacija kulturalne mitologije koja leži u pozadini filma“, „interpretacija filma kao refleksije autorovog nesvjesnog“, „interpretacija filma kao refleksije specifičnog razvojnog momenta ili krize“, no dodaje tome i primjenu Freudova rada u analizi snova (usp. Freud, 2001), analizu gledateljstva, prikaz psihoanalitičkih konstrukata u filmu te analizu karaktera u priči (Matačić, 2024: 8-11).³⁶

33 Matačić (2024: 4) pionirskom smatra psihoanalitičku studiju Otta Ranka, potaknutu Ryeovim *Praškim studentom* (1913), za koji je posebno važan bio scenarist Hanns Heinz Ewers. *Praški student* je, inače, inspiriran književnim radom Edgara Allana Poea te Alfreda de Musseta. Nevezano uz terapijske i teorijske teme, svejedno je zanimljiv slučaj uvjerljivog naturščika, psihijatra Adriena Borela koji pod pseudonomom André Guibert glumi starijeg svećenika, župnika iz Torcyja u *Dnevniku seoskog župnika* Roberta Bressona (1951).

34 Dojmljiv je i utjecajan prikaz duševne bolesti kao simptoma padanja pod utjecaj demonske figure *Nosferatua*.

35 *Konformist* je inspiriran književnim radom Alberta Moravie.

36 Matačić (2024: 60-1) spominje i noviju ideju usporedbe psihoanalize s umjetnošću radije nego s prirodnim znanostima, s kojima ju je Freud uspoređivao (pokušavajući se i time upisati u medicinsku tradiciju).

Međutim, u ovom razgovoru mora se ići puno šire od psihoterapije. Glen i Krin Gabbard tako kažu, već u predgovoru vrlo utjecajne knjige *Psychiatry and the cinema*, s drugim izdanjem iz 1999. godine, da je film čak „izmislio“ psihijatriju, disciplinu kompatibilnog predmeta. Gabbardi navode njemačko-američkog psihologa i teoretičara filma Huga Münsterberga (1970), jednog od pionira primijenjene psihologije, kao začetnika ovog preplitanja. Dakako, riječ „izmislio“ je pretjerana. Ovdje ju je najbolje shvatiti kao metaforu, odnosno kao pretjerivanje s ciljem naglašavanja čvrste povezanosti. Na samom početku uvoda knjige Gabbardi čak kažu da psihijatrija i film odrastaju zajedno. Važno je, međutim, napomenuti da pritom ističu da pojam psihijatrije koriste u najširem mogućem smislu.³⁷ To nije neobično u tekstovima o filmu i psihijatriji, a mnogi se terapijski pravci, uostalom nalaze u međusobno suprotstavljenim ili kompliciranim odnosima, pa na ovom mjestu nema smisla ulaziti u potankosti njihovih terminologija.

Krunoslav Lučić se u svom pregledu ranih i klasičnih teorija filma poglavljem o Münsterbergu (usp. i Münsterberg, 1970) izravno nastavlja na poglavlje o Lindseyju, naglašavajući eksperimentalno-psihologijsko utemeljenje Münsterbergovog filmološkog rada, jer je riječ o pravom, aktivnom psihologu (Lučić, 2024: 51-53; usp. i Ashton, 2003). Münsterberg, međutim, nije prihvaćao tezu o postojanju nesvjesnog, čime se snažno razlikuje od psihoanalize (Lučić, 2021: 163). Također, njegov interes u proučavanju filma nije terapijski, već je usmjeren na priznavanje filma kao umjetnosti (kao što je Freudu, čini se, bilo stalo da se psihoanaliza prizna kao grana medicine), a psihološki aspekti Münsterbergove temeljne filmološke knjige ne idu u pravcu terapije, već psihologije percepcije, pažnje i srodnih fenomena. Stoga Münsterbergovim teorijskim srodnikom možemo svakako smatrati teoretičara umjetnosti i filma Rudolfa Arnheima (1962), obilježenog i školom psihologije oblika (*gestalt*). Arnheim je prvo na njemačkom jeziku (temeljeći se na nijemom filmu), a potom na engleskom (temeljeći se na zvučnom filmu), utemeljio teoriju i estetiku filma na osnovu onoga što pri gledanju filma opažamo, a različito je od opažanja koja inače imamo, izvan filma.

Te razlike u opažajima, odnosno „čimbenici razlike“, kako ih nazivamo u hrvatskom prijevodu (usp. Peterlić 2018. i odgovarajuće članke u *Filmskoj enciklopediji* i *Filmskom leksikonu*) jedan su od temelja kasnije teorije filma, ne samo kod našeg vodećeg filmologa, Peterlića. A mogli bi, čini mi se, objasniti i znatan dio fascinacije filmskim medijem općenito, kao i opčinjenost velikog dijela kulturne (i šire) javnosti umjetnošću modernističkih, eksperimentalnih i radikalnih opredjeljenja. Doduše, psihologijom se, i u nakani i u provedbi, bavi i znameniti teoretičar i povjesničar filma Kracauer kada u studiji *From Caligari to Hitler. A Psychological History of the German Film*, pokušava objasniti pojavu nacizma preko kolektivnih psiholoških odrednica njemačke nacije, vidljivih u filmu (Kracauer, 2004). Najjednostavnije rečeno, prema Kracaueru je iz perspektive kolektivnog nastanka filmskog djela lakše uočiti mogućnost razumijevanja općih tendencija države ili nacije kao kolektiva nego iz raznih pojedinačnih perspektiva. Naime,

³⁷ Sve se navedeno nalazi od XV. do XXV. stranice „Predgovora“ (*Foreword*) i „Uvoda“ (*Introduction*) knjige. Takvi se dijelovi knjiga često označuju rimskim brojevima.

smatra Kracauer, dovoljno ljudi sudjeluje u stvaranju filma da se to može shvatiti kao uzorak kolektiva, pa onda deformacije svijeta *Kabineta doktora Caligarija* (i srodnih filmova epohe) ukazuju na masovnu patologiju njemačke nacije. Ona je pak mogla proizvesti društveni poredak nacizma koji ni ne možemo shvatiti drugačije nego kao kolektivnu patologiju. Riječima filmologa Roberta Stama (2019: 61), Kracauer smatra da film „može pomoći gledateljima da čitaju pojavne površine suvremenog života.“³⁸ Inače, u teorijskim je raspravama o filmu Kracauer uglavnom bio realist, suprotstavljen Arnheimovoj formalističkoj struji shvaćanja filma (usp. Kracauer 1971, Tomić 2016). No, kada se bavio poviješću filma, eto, i on se opredijelio za uvelike psihološke metode.

Koliko god navedena Kracauerova knjiga bila fascinantna i nezaobilazna u povijesti filma i povijesti filmologije, i koliko god razumna bila pretpostavka unošenja općih društvenih tendencija u pojedine filmove, vjerojatno će malo tko njezinu polaznu psihološku pretpostavku danas shvatiti drugačije nego kao sjajnu dosjetku ili efektnu metaforu. No, tu vrstu rasprave i argumentacije ipak valja prepustiti stručnjacima za područje psihologije.

Psihologija filma — deklarativna i stvarna

Zanimljivo je, nadalje, da u povijesti teorije filma, ali i u povijesti etabliranja kinoteke³⁹ te uvođenja filmske kulture i znanstvenog proučavanja filma na sveučilišta u Zapadnoj Europi i Sjevernoj Americi, veliku ulogu ima povjesničar i teoretičar filma Jean Mitry, čija je golema i impresivna knjiga „o esteticima i psihologiji filma“ bila prevedena na srpski, te je doživjela zanimljivu recepciju i u nas, a ne samo u inozemstvu (Mitry, 1966–1972, Andrew, 1975, *Filmska enciklopedija*, 1990).⁴⁰ Povjesničar teorija filma Robert Stam, doduše, malko zanemaruje Mitryja⁴¹ ali mu ipak priznaje posebno velik utjecaj na metodološku rigoroznost kasnijeg ključnog filmskog teoretičara Christiana Metza (Stam, 2019: 100), teoretičara koji se isprva bavio semiotikom filma, da bi razvio svoj psihoanalitički pristup.

Doduše, u navedenoj su Mitryjevoj knjizi temeljne postavke koncepcije filma bliže semiotici nego psihologiji, a pokazuju i značajke formalističke analize, i značajke realističke teorije filma, dviju temeljnih tendencija većeg dijela filmologije i kritike u 20. stoljeću (važne i kasnije). Također, knjigu tako velikog

³⁸ Stam parafrazirajući Kracauera ističe da filmovi „daju izraz *sanjarenju društva* otkrivajući njegove tajne mehanizme i potisnute žudnje“ (Stam, 2019: 61).

³⁹ Jedan je od najzaslužnijih za osnivanje čuvene Francuske kinoteke (uz Henrija Langloisa te Georgesa Franjua).

⁴⁰ U *Filmskoj enciklopediji* i u svom leksikonu filmskih teoretičara Stojanović (1991: 63) naglašava baš semiotičke aspekte Mitryjeve knjige o esteticima i psihologiji filma.

⁴¹ Kao i Mitry, i Metz je u Europi imao veći odjek nego u SAD-u, zadnjih desetljeća najutjecajnijoj državi u filmologiji i filmskoj kritici Zapada.

opsega i širine metodološkog zahvata kao što je Mitryjeva veoma je teško sažeti u nekoliko rečenica, no vjerojatno se može reći da je korištenje pojma psihologija u određenoj mjeri danak općem shvaćanju o važnosti psihologije za razumijevanje čovjekova odnosa prema umjetnosti (više nego pravih psiholoških ambicija). Robert Stam (2019: 77), uz Mitryja, navodi i druge francuske teoretičare u kojih je očit utjecaj psihologije (usp. i Malraux, 1978).

Nasuprot Mitryju, tzv. kognitivistička filmologija (kako bi je nazvao Hrvoje Turković) izravno se temelji na zasadima kognitivne psihologije. Krunoslav Lučić (2024: 53), primjerice, citira Davida Bordwella koji također kaže da je Münsterberg, baš kao i kasniji (i utjecajniji) teoretičar filma Rudolf Arnheim,⁴² neka vrsta preteča kognitivnih pristupa teoriji filma („protokognitivist“): Münsterberg je doslovno negirao postojanje nesvjesnog. No, za kognitivističke utjecaje u filmologiji obično se kaže da se, za razliku od psihoanalize koja se fokusira na patološko, oni usredotočuju na uobičajeno i svakodnevno (utjecajni filmolog Bordwell, 1999: 7, govori o normalnom i uspješnom djelovanju). Stoga ova znanstvena škola do općih spoznaja o funkcioniranju filma dolazi proučavajući uobičajene (često i izrazito normirane) aspekte percepcije ili emotivnih reakcija, i onih u životu i onih u gledanju filmova.

Psihoanaliza, s druge strane, ulazi u proboje, šavove i kaverne kroz koje se može doći do dubina psihičkih procesa, posebnih stanja, a, vjerujem, i podjednako relevantnih filmoloških uvida. Dobar su uvod u kognitivističku teoriju filma tekstovi iz temata u dvobroju 19/20 *Hrvatskog filmskog ljetopisa* – osobito Turković, 1999, Bordwell, 1999, Brooks, 1999. te Plantiga/Plantinga, 1999.⁴³ (usp. i knjigu Plantinga i Smith, 1999). Na kraju članka o jednoj nedvojbeno psihoanalitičkoj temi filmolog Lučić (2021: 181-182) usputno daje i sintetski uvid u korist od jednih i drugih, kognitivnih i psihoanalitičkih razmatranja. Robert Stam (2019: 203-212) daje pak izrazito kritički osvrt na kognitivističke tendencije u teoriji filma.

Zanimljivo, premda je u tom razdoblju bio nesvjestan globalnih (ili anglofonih) teorijskih kretanja prema kognitivizmu, Hrvoje Turković je svoju doktorsku disertaciju, objavljenu u knjizi *Teorija filma* (Turković, 2012), zapravo zamislio na temeljno psihologijski formiranom modelu proučavanja percepcije filma.⁴⁴ U toj je knjizi (znatno kompliciranijoj nego što obećava naslov) Turković obavio uzoran teorijski posao, modernizirajući pristupe kakve u ranijim desetljećima predstavlja posebno Rudolf Arnheim (a dijelom i teoretičar Noël Burch). Time se Turković upisao u povijest tendencija srodnih kognitivnoj znanosti ili znanostima, odnosno veoma nalik utjecaju kognitivne psihologije na humanističke znanosti i druge srodne struke.

42 Razlozi su slabog Munsterbergovog utjecaja, kaže Lučić (2024), kompleksni – od političkih (zagovaranje njemačko-američkog saveza u 1. svjetskom ratu te pacifistički aktivizam) do metodoloških.

43 Prezime Plantinga je u broju napisano pogrešno kao Plantiga.

44 Turkovićev je pristup, također, formiran i analitičkom filozofijom (često američkog tipa), u kojoj je razrada pojmova važnija od izravnog govora o fenomenima. Kognitivizam i analitička filozofija zapravo su nerazdvojni u ovom kontekstu (usp. i citirano poglavlje u Stamu, 2019: 203-2012).

No, kada je baš o psihoanalizi riječ opet se govori o istodobnosti i srodnosti, ili povezanosti filma (kao medija) i psihoanalize, odnosno o njihovim paralelnim povijestima (usp. Bergstrom, 1999: 1-23, Heath, 1999: 25-56, kao i Lučić, 2021: 162),⁴⁵ S obzirom da je tzv. povijesna avangarda 1920-ih uvelike zaslužna za priznavanje filma kao umjetnosti, važno je napomenuti da je i u logici nekih avangardnih pravaca, poput nadrealizma (usp. Merjian, 2022), itekako prisutan snažan afinitet prema psihoanalizi. Vezu avangarde i psihoanalize spominje i Lučić u navedenom tekstu (2021: 162). S druge strane, premda se kognitivna filmološka škola bavi emocijama, ne treba podcijeniti ni interes psihoanalize za tu temu.

Željka Matijašević je, primjerice, napisala vrlo zanimljiv članak o filmu *Beau se boji* Arija Astera iz 2024. godine, a ekstremno jakim emocijama bave se i drugi filmovi istoga autora (npr. *Festival straha* iz 2019. te *Naslijeđeno zlo* iz 2018. godine).

Okviri filmološke psihoanalize

Filmska kritika i filmologija su od 1970-ih godina do najnovijeg doba stalno pod velikim utjecajem psihoanalize. Stoga su i neki od najčitanijih i najcitiranijih autora iz ovog područja koristili tradiciju nastalu na temelju spisa Sigmunda Freuda i njegovih čitanja (Laura Mulvey se izravno nadovezuje na Freuda) ili temeljem rada Jacquesa Lacana (Slovenac Slavoj Žižek tu je veoma važan), ali se može govoriti i o utjecaju drugih psihoanalitičara, primjerice Carla Gustava Junga. Neki su pak važni znanstvenici, poput Francuza Christiana Metza (Bergstrom, 1999: 3, Metz, 1982) tražili svoj put izvan uobičajenog razvoja psihoanalize u humanistici (izvan linije od Freuda do Lacana i dalje). O obratu teorije filma prema psihoanalizi piše i povjesničar teorija Stam (2019: 143-150), a tragovi se psihoanalize, makar usputno, mogu naći i u kanonskim interpretacijama modernističkih klasika u utjecajnoj knjizi *Masterpieces of Modernist Cinema* (Perry, ur. 2006.), i na brojnim drugim važnim mjestima.

Dakako, humanistička se psihoanaliza bavi i temama književnosti i temama kulture općenito (usp. Frizzoni, 2014), primjerice u radovima Željke Matijašević (2005, 2005b, 2006, 2011, 2021...). Užitek, šav (šivanje), fetišizam, voajerizam, skopofilija i brojni drugi pojmovi spominju se u psihoanalitičkoj literaturi, a u svrhu uvodnog pregleda u povijest odnosa filma s naznačenim teorijama objasniti ćemo tek neke od njih, dajući neke uvodne naznake za daljnje proučavanje. Jer, psihoanalitička teorija filma (bilo kao „čista“ metodologija, bilo u čestim spojevima s drugim metodama) prvenstveno spada u humanističke znanosti. Ona proučava umjetnost i srodna područja, a pozitivne učinke u stvarnom svijetu prije će imati općim osvještavanjem društvene i filmske patologije (ako je to uopće moguće), nego terapijskim djelovanjem na pojedine osobe, ili na male skupine korisnika terapije.

⁴⁵ Lučić citira poznatu australsku filmologinju Barbaru Creed, odnosno njezin članak „Film and Psychoanalysis“ iz priručnika *The Oxford Guide to Film Studies* (Oxford University Press, 1988. str. 77-90)

Kao što lijepo kaže i Krunoslav Lučić (2021: 165), u takozvanoj suvremenoj teoriji⁴⁶ filma 1970-ih godina došlo je do snažnih utjecaja psihoanalitičke teorije, često u polemici i drugim vrstama odnosa prema realističkim tendencijama rane filmske teorije. Pritom posebno mjesto zauzima rad Laure Mulvey na feminističkoj i psihoanalitičkoj analizi čina gledanja i industrijskog kodiranja filmskog užitka (Mulvey, 1986. i 2025, Lučić, 2021: 165-170). Ona objašnjava u svojim istraživanjima iz 1970-ih, najjednostavnije rečeno, kako industrija kodira prikaz žene u fetišističkim okvirima podvrgavanja muškom pogledu. U nekim je radovima Mulvey također ukazala na to da su i muški likovi (i tijela) podvrgnuti sličnim mehanizmima kodiranja užitka (i žudnje), a nastavila je proučavati i prikaz drugih marginaliziranih skupina, onih koji u filmskoj industriji 20. stoljeća rijetko imaju pravo na ravnopravno formuliranje umjetničkih ili političkih filmskih iskaza.⁴⁷

Njezin čuveni rad „Visual Pleasure and Narrative Cinema“ (Mulvey, 1986), izvorno objavljen 1975. godine, a potaknut i nekim mislima Sigmunda Freuda, spada među najčuvenije i nacistiranije članke i studije u čitavoj povijesti filmologije. Nije pretjerano reći da je njime u određenoj mjeri formirana čitava kasnija feministička i psihoanalitička kritika. Taj se rad čita i u drugim strukama, dostupan je u brojnim antologijama važnih tekstova na raznim jezicima, a najnovija razmišljanja Mulvey o ovoj temi dostupna su u posljednjem poglavlju njene knjige *Paslike*, u Hrvatskoj objavljene 2025. godine.

No, kako ističe Lučić (2021: 168), da bi se opisao način gledateljevog upisivanja u fikciju (dakle, emotivnog i kognitivnog vezivanja uz film) teorija filma je iz psihoanalitičke teorije preuzela pojam šava (*suture*), koji se u različitim artikulacijama javlja kao objašnjenje povezivanja entiteta i značenjskih mehanizama u gledanju filma (usp. i Oudart, 1978). Ideja šava i šivanja u sebi zapravo spaja i narativne i psihološke, i rodne, i političke i druge teorije (kako to objašnjava i hrvatska filmologinja Saša Vojković),⁴⁸ jer se njome obilježavaju i načini na koji gledatelj stupa u kontakt s filmom i načini na koje se međusobno odnose filmske komponente. Sve se to međusobno šiva (metafora šivanja je prešla u tehnički termin), a šavovi mogu biti itekako vidljivi.

U svemu je ovome prikaz terapeuta na filmu još najmanje bitan, koliko god ta tema bila zanimljiva širem čitateljstvu. Nekada su ti terapeuti izrazito i karakterizacijski razrađeno sućutni (bilo da su uspješni ili neuspješni), u filmovima kao što je *Podvojen* (2016) M. Nighta Shyamalana,⁴⁹ ili u serijama kao što je *Oz*,

⁴⁶ „Suvremena teorija filma“ i dalje može značiti bilo koje suvremeno teorijsko bavljenje, ali često označava teorijske pravce zadnje četvrtine 20. stoljeća, među kojima je psihoanaliza veoma važna.

⁴⁷ U nezavisnim i alternativnim okvirima, te u videoumjetnosti, širi je prostor za izražavanje nedominantnih perspektiva, što i Mulvey često ističe.

⁴⁸ O tome govori već u knjizi *Subjectivity in the New Hollywood Cinema: Fathers, Sons and Other Ghosts*, temeljenoj na njenoj doktorskoj disertaciji.

⁴⁹ Narativno i glumački atraktivna, premda medicinski krajnje suspektna, tema podvojenih ličnosti draga je filmašima (npr. triler *Iskonski strah* Gregoryja Hoblita), s brojnim tehnološki i (pseudo)znanstveno razrađenim inačicama u SF-u (Verhoevenovo *Potpuno prisjećanje*, serije iz ciklusa *Zvezdanih staza*, itd.).

s već spomenutom ulogom Rite Moreno u priči prenapučenoj paradama muških glumačkih interpretacija. Nekada su filmski terapeuti obični profesionalci, bez izrazite naglašenosti neke pretjerane posvećenosti poslu, kao u filmovima poput *Noći vještica* (1978) Johna Carpentera, gdje je psihijatru (u sjajnoj izvedbi Donalda Pleasancea) očito stalo do spašavanja života, no to se ipak doima sastavnim dijelom i standardne ljudske reakcije na zlo i njegove profesije (koja pak nije dovoljno jaka da savlada serijskog ubojicu).

Ipak, među posebno zanimljivim prikazima terapije i terapeuta svakako se nalaze filmovi *Opasna metoda* (2011) velikog kanadskog redatelja Davida Cronenberga, u kojem su Freud i njegov učenik Jung (kasnije vođa samosvojne škole psihoanalize)⁵⁰ uokvireni pričom koja ih, u klasičnom stilu pripovijedanja, sukladnom njihovom odgoju i manirama, dovodi u kontakt sa skandalom podsvjesnog i ženske seksualnosti. Film je nekada kritiziran zbog pretjerano konzervativnog prikaza provokativne teme, no čak kada bi taj prigovor valjao, njime ne bi bila umanjena zanimljivost filma za svrhe ove knjige. Dakako, psihijatri su često i sporedni likovi koji svojim komentarima podcrtavaju neshvatljive komponente teme iracionalnog u filmovima strave, primjerice u okvirnoj priči glasovitog britanskog omnibusa *Gluho doba noći* (1945) nastalog u studiju Ealing.

Prilično su česti filmovi u velikoj mjeri usmjereni na neuspjehe ili nemoć psihoterapije, poput *Šok-koridora* (1963) redatelja Samuela Fullera, u kojem novinar, istražujući ubojstvo, ulazi u psihijatrijsku ustanovu kao pacijent, *Leta iznad kukavičjeg gnijezda* Miloša Formana (snimljen prema popularnoj knjizi Kena Keseyja), ili dramskog trileru *Zamjena* (2008) Clintu Eastwooda. U potonjem je filmu sasvim jasno da psihijatrija služi kao sredstvo prisile zbog kojeg bi junakinja (Angelina Jolie) pod prijetnjom vlastite hospitalizacije trebala prihvatiti dijete za koje s pravom vjeruje da nije njezino. Prikazani mehanizam nije nimalo dalek od mnogih povijesnih zlouporaba psihijatrije.

Međutim, sama ideja djeteta koje podmeću majci, premda ona vidi promjene u njemu, već izvornim naslovom (*Changeling*) upućuje na dugu tradiciju pučkih vjerovanja nastalu vjerojatno u pretkršćanskim vremenima. Rijč je o starim tlapnjama o vilama ili trolovima (sa sjevera Europe) koji krađu ljudsku djecu i podmeću neka svoja stvorenja, posebnom mimikrijom pretvorena u kopije ukradene djece. Time se u jednoj konotaciji – uz uvjerljivo portretiranje psihološke drame junakinje i društvenih mehanizama, Eastwoodov film upisuje i u znatno šire i dublje kulturne tradicije nego što bi se na prvi pogled moglo pomisliti.

Posebno mjesto u povijesti filma i kulture zauzima film *Marat/Sade* (1967) Petera Brooka, u kojem se politika, mentalno zdravlje i terapeutske strukture isprepliću na način koji upućuje i na mnoge aspekte Zapada (kojemu je francuska revolucija jedan od ideoloških i stvarnih korijena), a vjerojatno govori dosta i o čovjekovoj prirodi. Očekivano, primjera ima i u dokumentarnom filmu – problemskim se pristupom terapiji i psihoterapiji tako odlikuje i *Mitch: dnevnik*

⁵⁰ Freuda i Junga glume Viggo Mortensen i Michael Fassbender, a pacijenticu i psihoanalitičarku Sabinu, utemeljenu na jednoj od prvih psihoanalitičarki Sabini Spielrein, glumi Keira Knightley.

jednog šizofreničara (2014), hrvatski dokumentarni film nastao u kreativnoj suradnji naslovnog junaka Mišela Skorića – Mitcha, koji kamerom bilježi svoj život u psihijatrijskoj ustanovi, te sjajnog eksperimentalno usmjerenog redatelja Damira Čučića.⁵¹ U svjetskom je filmskom kanonu svoje mjesto zauzeo i klasik dokumentarnog filma *Ludilo u Titicutu* Fredericka Wisemana iz 1967. godine, s veoma uznemirujućim prikazom stanja u psihijatrijskoj ustanovi u SAD-u. I u slučaju Čučićevog i Wisemanovog filma, očekivano, bilo je otpora njihovom prikazivanju, pa je tako Mitch, unatoč uspješnoj međunarodnoj festivalskoj putanji, srezan u korijenu na domaćem gledateljskom prostoru. Dakako, ideja prikaza ranjivih skupina veoma je važna, a tema pristanka na snimanje osoba s nekim poteškoćama (ili, uostalom, snimanja djece) veoma je zanimljiva i važna za dokumentarizam.

Poseban slučaj predstavlja i zlouporaba psihoterapije kroz prislušivanje, kao u (dakako, igranoj) komediji *Moćna Afroditu* Woodyja Allena iz 1995. godine. U tom filmu jedan od junaka (glumi ga sam Allen) koristi nelegalno i nemoralno stečeno znanje o psihi i željama jedne od junakinja kako bi je zaveo (to je prikazano u modusu komedije, vedrim tonom koji, vjerojatno, ogoljuje apsurdne i besramne crte erotske žudnje). Dakako, odnos s terapeutom ključan je za mnoge filmove (i književna ostvarenja) Woodyja Allena, možda je i jedna od najvažnijih sastavnica njegovog rada (usp. Floriano, 2008). Stoga se dosta često u njegovim filmovima pojavljuju likovi terapeuta, primjerice u ranoj komediji *Uzmi novac i bježi* iz 1969. ili u *Zeligu* iz 1983.⁵²

No, psihijatrija se u filmu često javlja u raznim žanrovskim okvirima, ponajprije onima koji se kreću u pravcu trilera ili horora, kao u *Otoku Shutter* Martina Scorsesea iz 2010., ili *Umobolnici na osami* Brada Andersona iz 2014. godine. Također, u prvom je četvrtini 21. stoljeća vrlo popularan žanrovski okvir ekranizacija stripova; već smo spomenuli traumatizirane junake (Spiderman, Batman...) i negativca Jokera, koji se svi javljaju u više filmova i serija u ovom razdoblju. Za temu ove knjige važan je i lik Harley Quinn – ona je terapeutkinja koju je u psihološkoj borbi, s uključenim mučenjem, pobijedio kriminalac i pacijent Joker. On je od nje načinio otpadnicu s krive strane zakona.⁵³

Također, u svijetu Batmana (koncentriranom u mračnom gradu Gothamu), u raznim stripovima, filmovima i animiranim filmovima, tema duševne bolnice i mentalne bolesti veoma je česta, čime se novija epoha popularnih priča izravno nadovezuje na epohu njemačkog ekspresionizma (*Kabinet doktora Caligarija* i *Nosferatua*), koju je u svojim utjecajnim filmovima o Batmanu jasno citirao Tim Burton. Njegova cjelovečernja ostvarenja *Batman* i *Batmanov povratak* s kraja

⁵¹ Čučić je nastanak filma opisao u sjajnom, vjerojatno i autoterapeutskom tekstu (Čučić, 2021). Sudeći prema tekstu, ali i samom filmu, proces nastanka neobičnog dokumentarnog ostvarenja bio je kompleksan i poseban.

⁵² I *Uzmi novac i bježi* i *Zelig* parodiraju postupke dokumentarnog filma. Kao primjer psihoanalitički usmjerene priče, španjolski znanstvenik Floriano (2008: 25) ističe obradu Edipovog kompleksa u Allenovom segmentu omnibusa *Newyorške priče* (mrtva majka s neba nadzire odraslog sina i trudi se upravljati njegovim životom).

⁵³ Nastala, kao i Batman, u mediju stripa, Harley Quinn se pojavila u nekoliko filmova, animiranih filmova i serija, i kao sporedni i kao glavni lik.

1980-ih i početka 1990-ih mogu se smatrati najavnim ostvarenjima kasnije goleme produkcije filmova o superjunacima (premda je i prije bilo dosta igranih ekrani-zacija stripova o junacima kao što su Superman, Flash Gordon, Modesty Blaise, pa čak i mornar Popeye). Dakako, kada je o američkom filmu i stripu riječ, sve je to vezano i uz nasljeđe američke romantičarske književnosti, no to je već jedna druga tema.

Zaključak

Nakon svih do sada iznesenih zapažanja, može se reći da je utjecaj i terapijskih i psiholoških i psihoanalitičkih metoda na razumijevanje filma kao umjetnosti velik. No, psihologija i psihoanaliza kao metodološki okviri i kao inspiracija za proučavanje filma često su bile usmjerene ili na afirmiranje filma kao umjetnosti (kroz već postojeće struke i metode),⁵⁴ ili na analize nekih aspekata teme pojednog umjetničkog djela ili njegove percepcije. Dakako, sve se to može reći i za utjecaj psiholoških ili psihoanalitičkih metoda na razumijevanje drugih umjetnosti, ili drugih medija komunikacije. S druge strane, kao što ispravno kaže i Janet Bergstrom (1999: 1-2), često je kod psihoanalize i psihologije u teoriji filma riječ o nečem sasvim drugom od opće psihologije i psihoanalize, koje koriste film i bave se filmom. Metodologije drugih struka bitno se promijene kada prođu u humanističke znanosti, u kritiku umjetničkog stvaralaštva, i u samu umjetnost. No te druge struke i dalje često (sve češće) samosvojno koriste umjetnost za svoje, nehumanističke i neumjetničke svrhe.

Često je, dakle, u teme navedene u ovom tekstu bio utkan i impuls znanstvenog istraživanja umjetničkog djelovanja filma, objašnjavanja čime on to djeluje – za razliku od drugih umjetnosti. Riječ je, dakle, često o nekoj vrsti filmskog formalizma, povijesno vrlo utjecajnog u radu teoretičara kao što je Rudolf Arnheim, ali aktivnog i do danas. Vidimo ga i u krugu proučavatelja filmskog modernizma, i među stručnjacima za videoumjetnost, digitalnu umjetnost i slične discipline. No, premda takve metodologije nemaju primarno terapijsku svrhu, one nam ipak pomažu u cjelovitijem, potpunijem razumijevanju filmskog djela i njegovih učinaka. A to pak znači da se iz svih, ili barem mnogih navedenih zapažanja i usmjerenja može izvući neka korist za koncipiranje i izvedbu procesa terapije filmom, ili za razvijanje koncepata korisnih u shvaćanju mogućnosti odnosa filma i terapijskih praksi, odnosno odnosa filma i zdravlja.

54 Na tom je tragu i spomenuti njemački filmski klasik *Tajna duše*; usp. de Pablo, 2010.

Popis literature

- Andrew, J. D. (1975). The film theory of Jean Mitry. *Cinema Journal*, 14(3), 1–17.
- Arnheim, R. (1962). *Film kao umetnost* (D. Stojanović, Prev.). Narodna umetnost.
- Ashton, D. (2003). Hugo Münsterberg on film: *The Photoplay: A Psychological Study and Other Writings*. *Journal of Film and Video*, 55(1), 61–63.
- Bagić, K. (2025). *Stilistika reklame*. Naklada Ljevak.
- Baraban, E. (2007). The fate of a man by Sergej Bondarchuk and the Soviet cinema of trauma. *The Slavic and East European Journal*, 51(3), 514–534.
- Bergala, A. (2016). *The cinema hypothesis: Teaching cinema in the classroom and beyond*. Österreichisches Filmmuseum; SYNEMA – Gesellschaft für Film und Medien.
- Bergstrom, J. (Ed.). (1999). *Endless night: Cinema and psychoanalysis, parallel histories*. University of California Press.
- Bordwell, D. (1999). Argumenti u prilogu kognitivizma. *Hrvatski filmski ljetopis*, (19/20).
- Borjan, E. (2013). *Drugi na filmu: Etnografski film i autohtono filmsko stvaralaštvo*. Hrvatski filmski savez.
- Brooks, V. (1999). Film, percepcija i kognitivna psihologija. *Hrvatski filmski ljetopis*, (19/20).
- Bukovčan, T., & Gothardy-Pavlovsky, A. (2025). *Misliti kamerom: Teorije i prakse vizualne etnografije*. FF Open Press. <https://openbooks.ffzg.unizg.hr/index.php/FFpress/catalog/book/193>
- Casson, J. W. (2000). Living newspaper: Theatre and therapy. *TDR*, 44(2), 107–122.
- Čučić, D. (2021). Zapisi o jednom pokoljenju – priča oko filma *Mitch: dnevnik jednog šizofreničara*. *Hrvatski filmski ljetopis*, 27(108), 5–16.
- De Zán, D. (2013). *Slika i crtež u psihoterapiji djece i obitelji*. Medicinska naklada.
- de Balzac, H. (1953). *Veličina i pad Cesara Birotteaua* (V. Tecilazić, Prev.). Kultura.
- de Pablo, Á. G. (2010). La legitimación del psicoanálisis en la cultura popular: El caso de *Misterios de un alma* (1926), de G. W. Pabst. *Frenia*, 10, 167–190. https://www.academia.edu/71696119/La_legitimaci%C3%B3n_del psicoan%C3%A1lisis_en_la_cultura_popular_el_caso_de_Misterios_de_un_alma_1926_de_G_W_Pabst
- Dryden, W., Waller, D., & Gilroy, A. (1992). *Art therapy: A handbook*. Open University Press.
- Dordić, A. (2021). *Film u školi*. Hrvatski filmski savez.
- Filmska enciklopedija. (1986–1990). (A. Peterlić, Gl. ur.). Jugoslavenski leksikografski zavod Miroslav Krleža. <https://filmska.lzmk.hr/Projekt>
- Filmski leksikon. (2003). (B. Kragić & N. Gilić, Ur.). Leksikografski zavod Miroslav Krleža. <https://film.lzmk.hr/Projekt>
- Floriano, M. Á. H. (2008). The cinema as therapy: Psychoanalysis in the work of Woody Allen. *Revista de Medicina y Cine/Journal of Medicine and Movies*, 4(1), 17–26. <https://share.google/PFanBJhonAyh7RSoj>
- Freud, S. (1988). *Nelagodnost u kulturi* (Đ. Bogičević, Prev.). Izdavačka radna organizacija Rad.
- Freud, S. (2001). *Tumačenje snova* (V. Mihavec, Prev.). Stari grad; Aeroba.
- Frizzoni, B. (2014). *Freud in der Populärkultur* [Doktorska disertacija, Universität Zürich]. Zurich Open Repository and Archive.
- Gabbard, G. O., & Gabbard, K. (1999). *Psychiatry and the cinema* (2nd ed.). American Psychiatric Press.
- Gilić, N. (2007). *Filmske vrste i rodovi* (2nd ed.). AGM. <https://elektronickeknjige.com/knjiga/gilic-nikica/filmske-vrste-i-rodovi/>
- Gilić, N. (2007). Klasifikacijski dodiri književne i filmske teorije: Kratki uvod. *Književna smotra*, 39(143), 3–10.

- Gilić, N. (2020). Izazov adaptacije *Kiklopa* – neka rješenja iz filma Antuna Vrdoljaka. In M. Petranović (Ed.), *Ranko Marinković – izazovi medija: Zbornik radova s 9. dana Ranka Marinkovića. Komiža, 21–23. rujna 2018* (pp. 89–100). Grad Komiža.
- Gilić, N. (2024). Prožimanja dokumentarnoga i fikcijskoga u suvremenom hrvatskom filmu. In I. Nazalević Čučević & S. Cođa (Eds.), *Prožimanja u hrvatskome jeziku, književnosti i kulturi: Zbornik radova 51. seminara Zagrebačke slavističke škole* (pp. 125–139). Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu; Zagrebačka slavistička škola.
- Govedić, N. (2019). Strah u školskom sustavu: naracije eksplicitnog i implicitnog učeničkog zastrašivanja. In N. Badurina, U. Bauer, & J. Marković (Eds.), *Naracije straha* (pp. 269–281). Leykam International; Institut za etnologiju i folkloristiku.
- Govedić, N. (2019). *Veličanstveno ništa: Dramaturgije depresije*. Akademija dramske umjetnosti.
- Govedić, N. (2025). Trauma svjedočenja u dramskoj poemi *Deca* Milene Marković. *Dani Hvarškoga kazališta: Građa i rasprave o hrvatskoj književnosti i kazalištu*, 51(1).
- Harrow, K. W. (2007). *Postcolonial African cinema: From political engagement to postmodernism*. Indiana University Press.
- Harrow, K. W. (2007). *Postcolonial African cinema: From political engagement to postmodernism*. Indiana University Press.
- Harrow, K. W. (2007). *Postcolonial African cinema: From political engagement to postmodernism*. Indiana University Press.
- Heath, S. (1999). In J. Bergstrom (Ed.), *Endless night: Cinema and psychoanalysis, parallel histories* (pp. 25–56). University of California Press.
- Harrow, K. W. (2007). *Postcolonial African cinema: From political engagement to postmodernism*. Indiana University Press.
- Heath, S. (1999). . In J. Bergstrom (Ed.), *Endless night: Cinema and psychoanalysis, parallel histories* (pp. 25–56). University of California Press.
- Joyce, J. (1991). *Uliks* (L. Paljetak, Prev.). Otokar Keršovani.
- Kaur, R. (2023). *Riječ kao lijek*. Stilus.
- Kolanović, M. (2008). Od Maara do Mercatora: književna artikulacija reklame u modernizmu i postmodernizmu. *Književna smotra*, 40(3), 3–21.
- Kracauer, S. (1971). *Priroda filma: Oslobođanje fizičke realnosti*. Institut za film.
- Kracauer, S. (2004). *From Caligari to Hitler: A psychological history of the German film*. Princeton University Press. (Original work published 1947)
- Kragić, B. (2010). Marinković na filmu. In J. Fiamengo (Ed.), *Suvremenost Ranka Marinkovića: Zbornik radova sa 4. Dana Ranka Marinkovića u Komiži, 13. i 14. rujna 2008* (pp. 89–92). Grad Komiža.
- Krleža, M. (1997). *Gospoda Glembajevi*. SysPrint.
- Levitin, D. (2025). *Music as medicine: How can we harness its therapeutic power*. Cornerstone Press.
- Lindsey, V. (1970). *The art of the moving picture* (S. Kauffmann, Intro.). Liveright.
- Lončar, K. (2009). *Lacanovsko tumačenje filmova Krzysztofa Kieślowskog*. Hrvatski filmski ljetopis, 15(59).
- Lončar, K. (2024). *Serijal Twin Peaks Davida Lyncha i Marka Frosta u kontekstu feminističke i psihoanalitičke teorije* (Doktorski rad). Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
- Lučić, K. (2021). Suvremena teorija filma i psihoanaliza: problem filmskog šava. In B. Mikulić, M. Žitko, & S. Damjanović (Eds.), *Psihoanaliza i njezine sudbine* (pp. 159–181). Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
- Lučić, K. (2024). *Povijest rane i klasične teorije filma*. FF Press. <https://openbooks.ffzg.unizg.hr/index.php/FFpress/catalog/book/176>
- Lukas Nola. (2025). (T. Bačun, Gl. ur.). Skladište znanja; Hrvatsko društvo filmskih autora i producenata.
- Majcen, V. (1995). *Filmska djelatnost škole narodnog zdravlja "Andrija Štampar" (1926–1960)*. Hrvatski državni arhiv.

- Majcen, V. (2001). *Obrazovni film: Pregled povijesti hrvatskog obrazovnog filma*. Hrvatski državni arhiv; Hrvatska kinoteka.
- Malraux, A. (1974). *Glava od obsidijana* (A. Škiljan, Prev.). Naprijed.
- Malraux, A. (1978). Nacrt za jednu psihologiju filma (G. Velmar-Janković, Prev.). In D. Stojanović (Ed.), *Teorija filma* (pp. 253–265). Nolit.
- Marinković, R. (1985). *Kiklop*. Mladost.
- Matačić, S. (2024). *Kino Freud: Ogledi o psihoanalizi i filmu*. Hrvatsko psihoanalitičko društvo.
- Matijašević, Ž. (2005). *Lacan – ustrajnost dijalektike*. Hrvatsko filozofsko društvo.
- Matijašević, Ž. (2005). Histerija i rod. *Filozofska istraživanja*, 25(4(99)), 829–839.
- Matijašević, Ž. (2006). *Strukturiranje nesvjesnog: Freud i Lacan*. AGM.
- Matijašević, Ž. (2011). *Uvod u psihoanalizu: Edip, Hamlet, Jekyll/Hyde*. Leykam International.
- Matijašević, Ž. (2020). Medicina i svjetska književnost. In A. Borovečki (Ed.), *Elementi naracije o medicini i u medicini* (pp. 3–10). Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
- Matijašević, Ž. (2021). Dobri ljudi neurotični: stoljeće Freudove *Nelagode u kulturi*. In B. Mikulić, M. Žitko, & S. Damjanović (Eds.), *Psihoanaliza i njezine sudbine* (pp. 183–198). Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
- Matijašević, Ž. (2024). Strah u iskonskom obliku nejasnog podrijetla: psihoanalitički pristup filmu *Beau se boji* Arija Astera. *Hrvatski filmski ljetopis*, 30(118), 109–118.
- Matijašević, Ž., & Pleić Tomić, B. (2014). Grudobolni vampiri današnjice i borderline kultura. *Hrvatski filmski ljetopis*, (77), 21–38.
- Merjian, A. H. (2022). Surrealism @ politics. *Art in America*. <https://www.artnews.com/art-in-america/features/surrealism-global-politics-1234624356/>
- Metz, C. (1982). *The imaginary signifier: Psychoanalysis and the cinema* (C. Britton et al., Trans.). Indiana University Press.
- Mitry, J. (1966–1972). *Estetika i psihologija filma* (Vols. 1–4; B. Marković & S. Stojanović, Prevs.). Institut za film.
- Mulvey, L. (1986). *Visual pleasure and narrative cinema*. In P. Rosen (Ed.), *Narrative, apparatus, ideology: A film theory reader*. Columbia University Press.
- <https://www.amherst.edu/system/files/media/1021/Laura%20Mulvey%2C%20Visual%20Pleasure.pdf>
- Mulvey, L. (1999). Vizualni užitak i narativni film. In Lj. Kolešnik (Ed.), *Feministička likovna kritika i teorija likovnih umjetnosti: Izabrani tekstovi* (pp. 64–81). Centar za ženske studije.
- Mulvey, L. (2025). *Paslike: O kinematografiji, ženama i mijenama* (D. Pokrajac, Prev.). Udruga Bijeli val.
- Münsterberg, H. (1970). *The film: A psychological study*. Dover Publications. <https://archive.org/details/photoplayspsycholoomnrich/page/2/mode/2up>
- O'Brien, C. R., & Johnson, J. L. (1976). Cinema therapy. *The School Counselor*, 24(1), 39–42. <https://www.jstor.org/stable/23896878>
- Oudart, J.-P. (1978). Filmski šav (M. Vidaković, Prev.). In D. Stojanović (Ed.), *Teorija filma* (pp. 471–485). Nolit.
- Padjen Đurić, I. (2025). The importance of film literacy in strengthening intercultural sensitivity among students. *International Journal of Education Teacher*. <https://www.ijeteacher.com/index.php/ijet/article/view/71>
- Parker, B. (2014). The Western film and psychoanalysis. *Film Quarterly*, 68(2), 22–30. <https://www.jstor.org/stable/10.1525/fq.2014.68.2.22>
- Perry, T. (Ed.). (2006). *Masterpieces of modernist cinema*. Indiana University Press.
- Peterlić, A. (1971). O filmu detekcije. *Književna smotra*, 3(9), 36–44.
- Peterlić, A. (2018). *Osnove teorije filma*. Hrvatska sveučilišna naklada; Akademija dramske umjetnosti.
- Plantinga, C. (1999). Osjećaji, spoznaja i moć filmova. *Hrvatski filmski ljetopis*, (19/20).

- Plantinga, C. R., & Smith, G. R. (Eds.). (1999). *Passionate views: Film, cognition, and emotion*. Johns Hopkins University Press.
- Rickels, L. (2002). Nazi psychoanalysis (Excerpt 4). *Laurence Rickels Online*. <http://hydra.humanities.uci.edu/twd/npsy4.html>
- Ryle, S. (2025). Kino tijelo: patnja i nježnost u postjugoslavenskoj kinematografiji. *Hrvatski filmski ljetopis*, (121).
- Smiljanić, D. (2021). Što filozofi uma mogu naučiti iz *Tumačenja snova*. In B. Mikulić, M. Žitko, & S. Damjanović (Eds.), *Psihoanaliza i njezine sudbine* (pp. 111–144). Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
- Stam, R. (2019). *Teorija filma* (D. Lalović, Prev.). Disput.
- Stojanović, D. (1991). *Leksikon filmskih teoretičara*. Naučna knjiga; Institut za film.
- Škrbina, D. (2013). *Art terapija i kreativnost: Multidimenzionalni pristup u odgoju, obrazovanju, dijagnostici i terapiji*. Veble Commerce.
- Štifanić, M. (2001). Sociološki aspekti zdravlja i bolesti. *Društvena istraživanja*, 10(1–2(51–52)), 191–211.
- Tomić, J. (2016). Filmologija Siegfrieda Kracauera. *Hrvatski filmski ljetopis*, 22(86/87), 111–136.
- Turković, H. (1999). Na čemu temeljiti kognitivistički pristup? *Hrvatski filmski ljetopis*, (19/20).
- Turković, H. (2012). *Teorija filma*. Meandarmedia.
- Vojković, S. (2001). *Subjectivity in the new Hollywood cinema: Fathers, sons and other ghosts*. ASCA Press.
- Wheeler, D. (2012). The representation of domestic violence in Spanish cinema. *The Modern Language Review*, 107(2), 438–500.
- Whitehouse, P. (2025, September 17). The left needs utopian thinking. *Jacobin*. <https://jacobin.com/2025/09/utopia-socialism-marxism-feminism-owen>
- Zlatarić, M., & Đorđić, A. (2023). *Metodički priručnik za nastavu: Filmovi s obradom*. Hrvatski audiovizualni centar – Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/Filmska-pismenost-Metodički-priručnik-za-nastavu-Filmovi-s-obradom.pdf>

Filmografija

- A bili smo vam dobri* (2021), režija Branko Schmidt.
- Andaluzijski pas (Un chien Andalou, 1929)*, režija Luis Buñuel i Salvador Dalí.
- Apokalipsa sada/Apokalipsa danas (Apocalypse Now, 1979)*, režija Francis Ford Coppola.⁵⁵
- Armin* (2007) režija Ognjen Sviličić.
- Assunta Spina (Assunta Spina/Sangue Napolitano, 1915)*, režija Gustavo Serena, Francesca Bertini.⁵⁶
- Audicija (Ōdishon, 1999)*, režija Takashi Miike.
- Batman* (1989), režija Tim Burton.
- Batmanov povratak (Batman Returns, 1992)*, režija Tim Burton.
- Beau se boji (Beau Is Afraid, 2023)*, režija Ari Aster.
- Birtija* (1929), režija Joza Ivakić.
- Bitka na Neretvi* (1969), režija Veljko Bulajić.
- 55 Kod nas se film često prevodi kao *Apokalipsa danas*, premda bi bolje odgovaralo *Apokalipsa sada*.
- 56 Izvori se ne slažu: Serena i glavna glumica Bertini su po nekima koredatelj, negdje je redatelj samo Serena.

- Bitka za Alžir (La battaglia di Algeri/مكسر عازال)* (1966), režija Gillo Pontecorvo.
- Boja purpura (The Color Purple)*, 1985), režija Steven Spielberg.
- Bosanski lonac* (2023), režija Pavo Marinković.
- Brak Marije Braun (Die Ehe der Maria Braun)*, 1979), režija Rainer Werner Fassbinder.
- Broj 55* (2014), režija Kristijan Milić.
- Crveni psalam (Még kér a nép)*, 1971), režija Miklós Jancsó.
- Čistaći cipela (Sciucià)*, 1946), režija Vittorio De Sica.
- Čovjek ispod stola* (2009), režija Neven Hitrec.
- Čovjek sa zlatnom rukom (The man with the golden arm)*, 1955), režija Otto Preminger.
- Čovjekova sudbina (Судьба человека)*, 1959), režija Sergej Bondarčuk.
- Ćaća* (2011), režija Dalibor Matanić.
- Da li ste videli ovu ženu* (2022), režija Dušan Zorić, Matija Glušćević.
- Dani vina i ruža (Days of wine and roses)*, 1962), režija Blake Edwards.
- Dnevnik Pauline P.* (2023), režija Neven Hitrec.
- Dnevnik seoskog župnika (Journal d'un curé de campagne)*, 1951), režija Robert Bresson.
- Dnevnik velikog Perice* (2021–2024), režija Vinko Brešan, autor Albino Uršić. (TV-serija).⁵⁷
- Doktor ludosti* (2003), režija Fadil Hadžić.
- Doktor Mabuse kockar (Dr. Mabuse, der Spieler)*, 1922), režija Fritz Lang.
- Drugi dnevnik Pauline P.* (2025), režija Neven Hitrec.
- Društvo mrtvih pjesnika (Dead Poets Society)*, 1989), režija Peter Weir.
- Egzorcizam* (2017), režija Dalibor Matanić.
- Fantomska kočija (Körkarlen)*, 1921), režija Victor Sjöström.
- F 20* (2018), režija Arsen Anton Ostojić.
- Festival straha (Midsommar)*, 2019), režija Ari Aster.
- Galipolje (Galipoli)*, 1981), režija Peter Weir.
- Glembajevi* (1988), režija Antun Vrdoljak. (film)
- Glembajevi* (1990), režija Antun Vrdoljak. (TV-serija)
- Gluho doba noći (Dead of Night)*, 1945), režija Alberto Cavalcanti, Charles Crichton, Robert Hamer, Basil Dearden.
- Golaći (Szegénylegények)*, 1965), režija Miklós Jancsó.
- Gospodar mrtvih/Mrtvački pokrovi (Shrouds/Les Linceuls)*, 2024), režija David Cronenberg.
- Grješnice. Macina i Ankina sudbina* (1930), režija Joza Ivakić.
- Gunga Din* (1939), režija George Stevens.
- Halimin put* (2012), režija Arsen Anton Ostojić.
- Hamnet* (2025), režija Chloé Zhao.
- Hiroshima, ljubavi moja (Hiroshima, mon amour)*, 1959), režija Alain Resnais.
- Idi i gledaj (Иду у смотпу)*, 1985), režija Elem Klimov.
- Igmanski marš* (1983), režija Zdravko Šotra.
- Igre gladi (The Hunger Games)*, 2012), režija Gary Ross.
- Iskonski strah (Primal Fear)*, 1996), režija Gregory Hoblit.
- Illyricum* (2022), režija Simon Bogojević Narath.
- Iskupljenje u Shawshanku (The Shawshank Redemption)*, 1994), režija Frank Darabont.

⁵⁷ U ovoj su filmografskoj referenci evidentirane prve dvije sezone Brešanovog serijala, a najavljen je i treći.

- Ispрани* (1995), režija Zrinko Ogresta.
- Izbavitelj* (1976), režija Krsto Papić.
- Izgubljena cesta* (*Lost Highway*, 1997), režija David Lynch.
- Izvršenje* (*La Cérémonie*, 1995), režija Claude Chabrol.
- Jeanne Dielman* (*Jeanne Dielman, 23 quai du Commerce, 1080 Bruxelles*, 1975), režija Chantal Akerman.
- Jedan dan u turopoljskoj zadruzi* (1933), režija Drago Chloupek.
- Je li jasno prijatelju?* (2000), režija Dejan Aćimović.
- Jedan običan incident* (*Yek tasadof-e sadeh/ Un simple accident*, 2025), režija Jafar Panahi.
- Joker* (2019), režija Todd Philips.
- Josef* (2011), režija Stanislav Tomić.
- Još jedna runda* (*Druk/Another Round*, 2020), režija Thomas Vinterberg.
- Kabinet doktora Caligarija* (*Das Cabinet des Dr. Caligari*, 1920), režija Robert Wiene.
- Kaligula* (*Caligola*, 1979), režija Tinto Brass.
- Kapetan Conan/Satnik Conan* (*Capitaine Conan*, 1996), režija Bertrand Tavernier.
- Kika* (1993), režija Pedro Almodóvar.
- Kiklop* (1982), režija Antun Vrdoljak. (film)
- Kiklop* (1983), režija Antun Vrdoljak. (TV-serija)
- Kit* (*The Whale*, 2022), režija Darren Aronofsky.
- Konformist* (*Il Conformista*, 1970), režija Bernardo Bertolucci.
- Kontesa Dora* (1993), režija Zvonimir Berković. (film)
- Kontesa Dora* (1993/1998), režija Zvonimir Berković. (TV-serija)⁵⁸
- Korak po korak* (2011), režija Biljana Čakić-Veselić.
- Kosac* (2014), režija Zvonimir Jurić.
- Kozara* (1962), režija Veljko Bulajić.
- Košute* (*Les Biches*, 1968), režija Claude Chabrol.
- Kriminalni umovi* (*Criminal Minds*, 2005-2020), autor Jeff Davis. (TV-serija)⁵⁹
- Libertas* (2006), režija Veljko Bulajić.
- Lijepa večer, lijep dan* (2024), režija Ivona Juka.
- Let iznad kukavičjeg gnijezda* (*One Flew Over the Cuckoo's Nest*, 1975), režija Miloš Forman.
- Ludilo u Titicutu* (*Titicut Folies*, 1967), režija Frederick Wiseman.
- Ljepotica dana* (*Belle de jour*, 1967), režija Luis Buñuel.
- Ljubav* (*Amour*, 2012), režija Michael Haneke.
- Ljubav do smrti* (*L'Amour à mort*, 1984), režija Alain Resnais.
- Majka asfalta* (2010), režija Dalibor Matanić.
- Mali vojnici* (1967), režija Bato Čengić.
- Mališan* (*The Kid*, 1921), režija Charlie Chaplin.
- Marat/Sade* ili *Marat – De Sade* (*Marat/Sade. The Persecution and Assassination of Jean-Paul Marat as Performed by the Inmates of the Asylum of Charenton under the Direction of the Marquis de Sade*, 1967), režija Peter Brook.
- Marnie* (1964), režija Alfred Hitchcock.
- Maršal* (1999), režija Vinko Brešan.
- Matador* (1986), režija Pedro Almodóvar.

58 Strukturirana potpuno drugačije od filma, serija je trebala biti prikazana 1993, no emitirana je tek 1998. godine.

59 Serija je 2022. s uspjehom obnovljena pod naslovom *Kriminalni umovi: evolucija* (*Criminal Minds: Evolution*).

- Mesar (Le Boucher, 1970)*, režija Claude Chabrol.
- Meso (La Carne, 1991)*, režija Marco Ferreri.
- Mitch: dnevnik jednog šizofreničara (2014)*, režija Mišel Skorić i Damir Čučić.
- Mjesečina (Moonlight, 2016)*, režija Barry Jenkins.
- Moćna Afrodita (Mighty Aphrodite, 1995)*, režija Woody Allen.
- Mreže poslijepodneva (Meshes of the Afternoon, 1943)*, režija Maya Deren, Alexander Hammid/Alexandr Hackenschmied.
- Najbolje godine našeg života (The Best Years of Our Lives, 1946)*, režija William Wyler.
- Napoleon/Napoleon prema Abelu Ganceu (Napoléon vu par Abel Gance, 1927)*, režija Abel Gance.
- Napoleon (2023)*, režija Ridley Scott.
- Na terapiji (2013)*, producentice Darija Kulenović Gudan i Marina Andree Škop (TV-serija). Hrvatska adaptacija.⁶⁰
- Naslijeđeno zlo (Hereditary, 2018)*, režija Ari Aster.
- Nasmiješena gospođa Beudet (La Souriante Madame Beudet, 1923)*, režija Germaine Dulac.
- Naše malo misto (1969–1971)*, režija Daniel Marušić, scenarij Miljenko Smoje. (TV serija)⁶¹
- Ne gledaj mi u pijat (2016)*, režija Hana Jušić.
- Neka zvijer krepa (Que la bête meure, 1969)*, režija Claude Chabrol.
- Netrpeljivost (Intolerance, 1916)*, režija David Wark Griffith.
- Newyorske priče (New York Stories, 1989)*, režija Martin Scorsese, Francis Ford Coppola, Woody Allen.⁶²
- Ničiji sin (2008)*, režija Arsen Anton Ostojić.
- Nisam takva (2025)*, režija Zvonimir Munivrana.
- Noć vještica (Halloween, 1978)*, režija John Carpenter.
- Noćni Brodovi (2012)*, režija Igor Mirković.
- Noćni portir (Il portiere di notte, 1974)*, režija Liliana Cavani.
- Nosferatu – simfonija užasa (Nosferatu – Eine Symphonie des Grauens, 1922)*, režija F. W. Murnau.
- Obitelj Soprano (The Sopranos, 1999–2007)*, autor David Chase.
- Oči širom zatvorene (Eyes Wide Shut, 1999)*, režija Stanley Kubrick.
- Odvratnost (Repulsion, 1965)*, režija Roman Polanski.
- Ona (Elle, 2016)*, režija Paul Verhoeven.
- Opasna metoda (A Dangerous Method, 2011)*, režija David Cronenberg.
- Opsjednuta (Spellbound, 1945)*, režija Alfred Hitchcock.
- Opsjednutost (Possession, 1981)*, režija Andrzej Żuławski.
- Otac (The Father, 2020)*, režija Florian Zeller.
- Otok Shutter (Shutter Island, 2010)*, režija Martin Scorsese.
- Oz (1997–2003)*, autor Tom Fontana. (TV-serija)

⁶⁰ Autori originalnog koncepta serije su Hagai Levi, Ori Sivan i Nir Bergman (prema podacima sa službenog Youtube kanalu HRT-a: <https://www.youtube.com/watch?v=mDLN8ZZynXo>). Adaptacije ovog projekta postoje i u drugim zemljama.

⁶¹ Za seriju bi (kao i za kasnije nastalo *Velo misto*) besmisleno bilo zanemariti scenarista Smoju, koji se smatra ključnom autorskom osobnošću oba projekta.

⁶² Redoslijed epizoda omnibusa nije bio isti u svim dijelovima svijeta i u svim fazama distribucije filma.

- Plavi barsun (Blue Velvet, 1986)*, režija David Lynch.
- Plavi cvijet (2021)*, režija Zrinko Ogresta.
- Podvojen (Split, 2016)*, režija M. Night Shyamalan.
- Pogled u zjenu sunca (1966)*, režija Veljko Bulajić.
- Pohlepa (Greed, 1924)*, režija Erich von Stroheim.
- Poljubac žene-pauka (Kiss of the Spider Women, 1985)*, režija Hector Babenco.
- Ponoćni ekspres (Midnight Express, 1978)*, režija Alan Parker.
- Posebna nastava (2019)*, režija Ivan Goran Vitez.
- Posjeta (The Visit, 2015)*, režija M. Night Shyamalan.
- Posljednji tango u Parizu (Ultimo tango a Parigi/ Le Dernier Tango à Paris, 1972)*, režija Bernardo Bertolucci.
- Potpuno prisjećanje/Totalni opoziv (Total Recall, 1990)*, režija Paul Verhoeven.⁶³
- Pražki student (Der Student von Prag, 1913)*, režija Stellan Rye.
- Prepoznavanje (1996)*, režija Snježana Tribuson.
- Pričaj s njom (Hable Con Ella, 2002)*, režija Pedro Almodóvar.
- Projekcije (2013)*, režija Zrinko Ogresta.
- Psiho (Psycho, 1960)*, režija Alfred Hitchcock.
- Put lubenica (2006)*, režija Branko Schmidt.
- Rat (1960)*, režija Veljko Bulajić.
- Sami (2001)*, režija Lukas Nola.
- Samo ljudi (1957)*, režija Branko Bauer.
- Sedma kronika (1996)*, režija Bruno Gamulin.
- Servantes iz malog mista (1982)*, režija Daniel Marušić.
- Shoah (1985)*, režija Claude Lanzmann.
- Sigurno mjesto (2022)*, režija Juraj Lerotić.
- Sirove strasti (Basic Instinct, 1992)*, režija Paul Verhoeven.
- Noć i magla (Nuit et Brouillard, 1956)*, režija Alain Resnais.
- Sjever-sjeverozapad (North-by-Northwest, 1959)*, režija Alfred Hitchcock.
- Sjevernjak (The Northman, 2022)*, režija Robert Eggers.
- Slatka Simona (2024)*, režija Igor Mirković.
- Slomljeni cvjetovi (Broken Blossoms, 1919)*, režija David Wark Griffith.
- Slučajni prolaznik (2012)*, režija Jozo Patljak.
- Spas male Zorice (1929)*, režija Mladen Širola.
- Sreća (Happiness, 1998)*, režija Todd Solondz.
- Stanar (La locataire/The Tenant, 1976)*, režija Roman Polanski.
- Stradanje Ivane Orleanske (La Passion de Jeanne d'Arc, 1928)*, režija Carl Theodor Dreyer.
- Supstanca (The Substance, 2024)*, režija Coralie Fargeat.
- Svećenikova djeca (2013)*, režija Vinko Brešan.
- Svjedoci (2003)*, režija Vinko Brešan.
- Šamanka (Szamanka, 1996)*, režija Andrzej Żuławski.
- Šaulov sin (Saul fia, 2015)*, režija László Nemes.
- Šešir (1937)*, režija Oktavijan Miletić.
- Šok-koridor (Shock Corridor, 1963)*, režija Samuel Fuller.
- Šuti (2013)*, režija Lukas Nola.

⁶³ U kino-distribuciji je korišten naziv *Totalni opoziv*. Snimljen je i istoimenu remake (prvi put prikazan 2012. godine) u režiji Lena Wisemana.

- Ta divna splitska noć* (2004), režija Arsen Anton Ostojić.
- Tajna Kaspara Hausera/Svatko za sebe i Bog protiv svih (Jeder Für Sich Und Gott Gegen Alle,* 1974), režija Werner Herzog.
- Tajne duše (Geheimnisse einer Seele,* 1926), režija G. W. Pabst.
- Tamno zrcalo (The Dark Mirror,* 1944), režija Robert Siodmak.
- Ti mene nosiš* (2015), režija Ivona Juka.
- Tko pjeva zlo ne misli* (1970), režija Krešo Golik.
- Toni Erdmann* (2016), režija Mari Ade.
- Trainspotting* (1996), režija Danny Boyle.
- Tu* (2003), režija Zrinko Ogresta.
- Twin Peaks* (1990-2017), autori David Lynch i Mark Frost. (TV-serija)⁶⁴
- U glavi Llewyna Davisa (Inside Llewyn Davis,* 2013), režija Joel i Ethan Coen.
- Umobolnica na osami (Stonehearst Asylum,* 2014), režija Brad Anderson.
- Uzmi novac i bježi (Take the Money and Run,* 1969), režija Woody Allen.
- Velika iluzija (La grande Illusion,* 1937), režija Jean Renoir.
- Veliko žderanje (La Grande Bouffe/La grande abbuffata,* 1973), režija Marco Ferreri.
- Veza (The Connection,* 1961), režija Shirley Clarke.
- Veži me (¡Átame!,* 1990), režija Pedro Almodóvar.
- Vod/Vod smrti (Platoon,* 1986), režija Oliver Stone.
- Vrati mi je (Bring Her Back,* 2025), režija Danny i Michael Philippou.
- Zabranjene igre (Jeux interdits,* 1952), režija Rene Clément.
- Zamjena (Changeling,* 2008), režija Clint Eastwood.
- Zbornica* (2021), režija Sonja Tarokić.
- Zelig* (1983), režija Woody Allen.
- Zemaljski dani teku* (1979), režija Goran Paskaljević.
- Zemlja bez kruha (Las Hurdes: Tierra Sin Pan,* 1933), režija Luis Buñuel.
- Zlatno doba (L'Âge d'or,* 1930), režija Luis Buñuel.
- Žena s gumenim rukavicama* (2023), režija Mario Šulina.
- Žene, luđaci i malo dobrih pедера* (2025), režija Ivan Salaj.
- Živci (Nerven,* 1919), režija Robert Reinert.
- Živi i mrtvi* (2007), režija Kristijan Milić.
- Živo meso (Carne trémula,* 1997), režija Pedro Almodóvar.

⁶⁴ Kroz tri sezone serije (treća je nastala godinama nakon prve dvije) mijenjao se odnos navedenih autora i njihov utjecaj na sadržaj i formu *Twin Peaksa* (zbog pritiska financijera-producenta i drugih razloga).

PSIHOLOŠKA ZNANSTVENA STRANA

mr. spec. **IDA ŠAMANOVIĆ**, prof. psih.
spec. kliničke psihologije – psihoterapeut

Zaposlena je u Kliničkom bolničkom centru Zagreb na Klinici za psihijatriju i psihološku medicinu. Diplomirala psihologiju na Filozofskom fakultetu Sveučilišta u Zagrebu nakon čega na poslijediplomskom studiju specijalizirala kliničku psihologiju uz višegodišnje edukacije iz kibernetike psihoterapije i hipnoterapije, transakcijske analize i seksualne psihoterapije stekavši zvanje psihoterapeutkinje. U kliničkoj praksi ističe se uža specijalnost iz individualne i partnerske psihoterapije i savjetovanja te kliničke psihodijagnostike. Autorica više poglavlja u stručnim udžbenicima vezanih uz psihoterapijsko znanje i iskustvo, predavačica na kongresima i simpozijima te članica više stručnih društava. U gotovo tri desetljeća kliničke prakse dotaknula je brojne ljudske sudbine nakon stresnih i traumatskih životnih iskustava. Kroz kliničko iskustvo zna da se emocije lakše prepoznaju i izražavaju putem filmskih priča, te ih rado koristi kao začim psihoterapijskog procesa.

Predgovor

Film je nedavno proslavio 130. rođendan. Već prva javna kinoprojeksija koju su braća Lumière prikazali u pariškom Grand Cafeu davne 1895. godine pokazala je koliko film može snažno djelovati na emocije gledatelja. Od tih prvih nijemih crno-bijelih kadrova do današnjih digitalnih svjetova, film iza vela zabave kontinuirano, poput ogledala, reflektira emocije publike. Filmske priče su nam bliške jer inspiraciju nalaze u ljudskim sudbinama. Imitirajući život, film ne nudi gotove odgovore na sve životne zagonetke, ali ih čini vidljivima i razumljivima. Pomaže da kroz sudbine filmskih likova prepoznamo vlastite osjećaje i dileme te u sigurnom prostoru potražimo vlastite odgovore. Kada kroz školski sustav djeca i mladi uče kako razumjeti film, oni razvijaju ne samo filmsku već i emocionalnu pismenost. Upravo ta sposobnost da razumijemo svoje osjećaje i osjećaje drugih imperativ je mentalnog zdravlja te jedan od temeljnih preduvjeta zdravog odrastanja i uspješnog snalaženja u životu. Film, osim preventivne uloge u očuvanju mentalnog zdravlja, ima i terapijski potencijal jer može potaknuti emocionalno razumijevanje i olakšati izražavanje teško dostupnih osjećaja. Ova knjiga polazi od ideje da film nije pasivan sadržaj, već aktivan sudionik u psihičkom razvoju djece i mladih koji ima potencijal postati snažan saveznik mentalnog zdravlja, a pritom zadržati čaroliju filmske priče.

Uvod

Gotovo tri desetljeća svjedok sam brojnih ljudskih karaktera, njihovih očekivanja i nadanja, životnih raskršća i prevrata. Promatram njihove svemire iz stolca, ne onog filmskog iz kino dvorane, već psihoterapijskog. Ulaskom u ordinaciju donose sa sobom filmove svoje sudbine. Pričaju ih vlastitim jezikom, po istinitoj priči. Raznobojne, dinamične i uvijek međusobno drugačije, baš kakav i sam život jest. Razmotavaju se njihove priče, neke od kolijevke, druge od sudbonosne spoznaje, a neke od prethodnog čina, možda upravo današnjeg stresa. Unaprijed se tema i žanr koji donose ne mogu predvidjeti niti planirati. I koliko god sudbina svojim uranjanjem doživim, svaka od njih je neponovljiva, nosi svoje pouke života i neizvjesnost zadnjeg čina. Uvijek su to glavni likovi, čak i kad sebe smatraju nebitnima. Ali ne dolazi samo glavni glumac, već svi u jednom. I redatelj koji upravlja, dramaturg koji osmišljava i rasvjeta koja osvjetljava samo one životne kadrove koje smatra značajnima, dok druge skriva, možda i od sebe. U oba stolca, psihoterapijskom kao i filmskom, lako se uroni u drugačije svjetove, daleke, a opet bliske. I kroz njih uči mnogo o drugima, o životu i samom sebi. Zahvalna sam na tome.

Mentalno zdravlje i mediji

Mentalno zdravlje nije lako definirati, a još teže ga je očuvati u ovom svijetu prepunom izazova. Svijet se oduvijek mijenjao, no vjerojatno nikada ranije ovom brzinom i toliko sustavno, a te promjene imaju dalekosežan utjecaj na gotovo sva područja naših života. Nastojimo se tome prilagoditi jer su nam druge mogućnosti uglavnom nedohvatne, a taj proces mijenjanja i prilagodbe uglavnom je složen i zahtjevan. Razumljivo je stoga da svjedočimo značajnom porastu psihičkih tegoba i potrebe za stručnom pomoći, osobito djece i mladih, o čemu gotovo svakodnevno izvještavaju mediji, kod nas i u svijetu.

Potrebno je da kao odgovorna zajednica očuvamo mentalno zdravlje ove i budućih generacija jer ono ima značajan utjecaj ne samo na dobrobit pojedinca, već i društva u cjelini. Znamo da je mentalno zdravlje bitno, ali što je ono uopće? Zasigurno, odsustvo bolesti, ali ujedno odraz unutarnje ravnoteže i bitan dio sveukupnog zdravlja. Kao značajne odlike mentalnog zdravlja mnoge definicije ističu emocionalnu stabilnost, fleksibilnost u razmišljanju i socijalnu prilagodbu, što omogućava osobi da ostvari svoje potencijale, adekvatno se suočava sa stresom, bude produktivna i pridonosi zajednici (WHO, 2004). Nastojanja da se obuhvati cjelovita definicija mentalnog zdravlja često su zahtjevna i zbunjujuća, uostalom kao i pokušaji definiranja *normalnog* u odnosu na *abnormalno* funkcioniranje.

Ponašanja koja se u jednom društvu ili povijesnom razdoblju smatraju prihvatljivima i normalnima u drugom mogu biti tumačena kao problematična. Kroz povijest ljudi s neobičnim ponašanjima uglavnom su bili isključeni, zatvarani ili proglašeni opsjednutima. Emocionalna iskrenost kod djece nekoć se smatrala znakom slabosti, dok se danas potiče. Ali i u istoj vremenskoj epohi različite kulture mogu imati drugačije predodžbe o tome što znači biti mentalno zdrav. Obrasci funkcioniranja koji su na Zapadu prepoznati kao abnormalni nisu u svim kulturama neobični i nepoželjni. Značajna je svjesnost o tome, posebno u ovom vremenu velikih migracija, jer kulturalno specifični sindromi mogu biti pogrešno dijagnosticirani u drugoj kulturi, a to dovodi do neučinkovitog liječenja i nepotrebne patnje. Mentalno zdravlje je univerzalna briga te je nužno prepoznati i poštivati te međukulturalne različitosti. Dijagnostičke granice mogu se mijenjati tijekom vremena, kao što percepcija društva ili institucija o nečijem psihičkom stanju, čak u istom vremenu i kulturi, može značajno odstupati od stvarnosti pojedinca. Granica između *normalnog* i *abnormalnog* nije isključiva, *crno ili bijelo*, već podložna stalnoj promjeni, prilagodbi i pregovaranju u skladu s vremenom, prostorom i ljudima koji je definiraju.

Mentalno zdravlje posebno je osjetljivo te izloženo stalnim promjenama kroz razdoblje djetinjstva i adolescencije. Ponašanja koja su u ranom djetinjstvu sasvim uobičajena kasnije mogu postati razlog za zabrinutost. Primjerice, prirodno je da mala djeca imaju brojne strahove i nesigurnosti, no ako takvi osjećaji potraju u adolescenciji, poput straha od separacije ili od čudovišta u ormaru, mogu se razviti u trajnije emocionalne teškoće. Dakle, mentalno zdravlje mladih ne promatramo statično, već u kontekstu razvojne faze jer se kriteriji normalnog

mogu mijenjati s dobi. Tri četvrtine svih mentalnih poremećaja razvije se do 24. godine života (Kessler i sur., 2005), stoga nije slučajno da se često govori upravo o mentalnom zdravlju djece i mladih. Radi se o razvojnem razdoblju prepunom izazova. Mladi se suočavaju s formiranjem identiteta i traženjem samostalnosti. Suočeni su pritiscima na uspjeh, vlastitim perfekcionizmom, utjecajem društvenih mreža i osjećajem usamljenosti. Unatoč učestalosti psihičkih tegoba, mnogi mladi nemaju dovoljno znanja o mentalnom zdravlju. A zbog straha od stigmatizacije izbjegavaju potražiti stručnu pomoć. Značajno je stoga da kao društvo otvoreno razgovaramo o psihičkim tegobama i podizemo znanje o mentalnom zdravlju jer na njega utječe splet mnogih čimbenika. Biološka osnova kroz genetiku i kemiju mozga isprepleće se s crtama ličnosti i načinima suočavanja sa stresom, no jednako snažno djeluju i okolnosti u kojima se ličnost formira kroz odrastanje. Upravo to međudjelovanje biološke, psihološke, ali i socijalne razine naglašava biopsihosocijalni model zdravlja (Engel, 1977). Obitelj, vršnjaci, škola i šira zajednica doprinose osjećaju pripadanja i sigurnosti ili pak odbačenosti i nesigurnosti. Toplo, sigurno i podržavajuće okruženje osnažuje mladu osobu, dok iskustvo nestabilnosti, nasilja ili diskriminacije dramatično povećava rizik od psihičkih tegoba. Djeca izložena brojnim rizičnim čimbenicima imaju veću vjerojatnost razvoja psihičkih tegoba tijekom odrastanja. Prema podacima UNICEF-a (2021), jedno od sedmero mladih širom svijeta živi s dijagnosticiranim mentalnim poremećajem. Taj podatak jasno naglašava kolika je potreba da se na razini obitelji, škole i zajednice sustavno radi na zaštiti mentalnog zdravlja.

Programi promicanja mentalnog zdravlja provode se na različitim razinama, od aktivnosti za svu djecu u vrtiću i učenike u školama, preko ciljanih programa za rizične skupine, do specifičnih podrški za one koji već pokazuju poteškoće. Posebno važnu ulogu imaju škole, gdje se može sustavno raditi na razvoju socijalnih i emocionalnih vještina. U školske aktivnosti moguće je integrirati učenje o emocijama, komunikaciji i rješavanju sukoba kao vještinama koje mlade pripremaju dalje za život. Učenici uključeni u takve programe kasnije bolje reguliraju svoje emocije, kvalitetnije surađuju s drugima i manje ulaze u sukobe (Durlak i sur., 2011). Škola na taj način postaje prostor za poticanje razvoja dobrobiti pojedinca i prevenciju mentalnih poremećaja, a ne isključivo izvor akademskog znanja. Na tom putu pomažu kreativni i integrativni pristupi, a posebno umjetnost omogućava siguran prostor za istraživanje osjećaja.

Temeljna je ideja ekspresivnih terapija da umjetnički izričaj pomaže osvijestiti i preraditi emocije koje je inače teško izraziti riječima. To je osobito značajno kod djece i mladih, koji često nemaju ni dovoljno razvijen vokabular da verbaliziraju što osjećaju (Chirilă, 2024). Emocionalni doživljaj prodire dublje i brže od racionalnog objašnjenja. Dok nas razum potiče na promišljanje, emocije zaobilaze mehanizme obrane i omogućuju autentičan unutarnji doživljaj. Upravo tu leži snaga umjetničkih pristupa u terapiji. Kroz simbol, glazbu ili filmsku priču osoba može izraziti i doživjeti ono što riječima ostaje skriveno.

Kreativni ekspresivni pristupi koriste medij umjetnosti kao moćni alat koji, osim razumijevanja, potiče i emocionalne procese. Kroz crtež, glazbu, pokret ili glumu dijete može prenijeti svoje emocije bez straha da će biti pogrešno

shvaćeno (Moula i sur., 2022). Umjetnički izrazi postaju siguran kanal za oslobađanje nakupljenih emocija, što pomaže u prevenciji unutarnjih blokada i tenzija (Bosgraaf i sur., 2020). Djeca s teškoćama u razvoju, sramežljiva ili ona koja se teško verbalno otvaraju, kroz umjetnost lakše progovaraju. Kreativni procesi omogućuju djeci da se usmjere na sadašnji trenutak, što ima umirujući učinak sličan vježbama usredotočene svjesnosti i meditaciji. Općenito, djeca koja redovito sudjeluju u art-terapijskim aktivnostima razvijaju bolju emocionalnu regulaciju i veću otpornost na stres (Versitano i sur., 2025). Ekspresivna terapija može biti posebno korisna kao prvi korak u obradi bolnih iskustava za djecu koja su proživjela traumu (Hussain, 2010). Za adolescente kreativni terapijski pristupi mogu biti snažan alat samospoznaje i pomoći u formiranju identiteta u toj osjetljivoj razvojnoj fazi (Kelemen i Shamri Zeevi, 2022). Kreativni izričaj također pomaže u razvoju simboličkog mišljenja, što je ključno za kognitivni i emocionalni razvoj (Wieder, 2017). Tijelo i emocije integriraju se kroz različite umjetničke aktivnosti. Često mladi kroz dramske radionice iskuse porast samopouzdanja te bolje razumijevanje sebe i drugih. Grupna art-terapija pomaže u izgradnji socijalnih vještina, suradnje i osjećaja pripadnosti. Svakako potiče na izražavanje emocija, poručuje kako je to sigurno i značajno za mentalno zdravlje djece i mladih. Upravo u tom kontekstu film, kao oblik umjetnosti koji spaja vizualnu priču i emociju, postaje snažan saveznik mentalnog zdravlja mladih, i to osobito danas, kada se broj psihičkih poteškoća među mladima u svijetu alarmantno povećava i traži nove, kreativne pristupe podršci i prevenciji.

Situacija u Hrvatskoj po pitanju mentalnog zdravlja djece i mladih ne zaobilazi svjetske trendove. Sve su učestalije tegobe poput anksioznosti, depresije i poremećaja ponašanja. Procjenjuje se da oko 11,5 % mladih u dobi od 10 do 19 godina u Hrvatskoj, što je otprilike 44 tisuće djece i adolescenata, živi s izazovima mentalnog zdravlja (UNICEF, 2021). Jednako zabrinjavajući su podaci o pojavnosti samoozljeđivanja među mladima. Otprilike svaki četvrti šesnaestogodišnjak u Hrvatskoj navodi da je imao misli o samoozljeđivanju, a svaki deseti da je barem jednom pokušao samoubojstvo, u oba slučaja češće djevojke (Hrvatski zavod za javno zdravstvo, 2024). To su alarmantne brojke koje naglašavaju koliko je važno osnažiti mlade i njihovu okolinu. Reduciranje stigme vezano uz traženje pomoći, edukacija o mentalnom zdravlju te dostupnost podrške u školama i zajednici nužni su koraci kako bi se ti trendovi preokrenuli.

U svijetu u kojem mladi sve češće proživljavaju emocionalne teškoće i osjećaj preopterećenosti važno je uzeti u obzir sve čimbenike koji oblikuju njihovu svakodnevicu. Jedan od najutjecajnijih, a često i podcijenjenih čimbenika, jesu upravo mediji. Kroz njih djeca i adolescenti neprestano dobivaju poruke o tome tko trebaju biti, kako izgledati, kako se osjećati i što je normalno. Zato je ključno razumjeti na koje načine digitalni mediji mogu oblikovati mentalno zdravlje mladih, bilo kao podrška, bilo kao izvor pritiska.

Tradicionalni mediji odnose se na ustaljene oblike masovne komunikacije kao što su radio, televizija, tiskovine i vanjsko oglašavanje, kao jumbo plakati. Postoje već desetljećima i imaju značajnu ulogu u načinu na koji percipiramo svijet oko sebe. S druge strane, suvremeni digitalni mediji uključuju sadržaje

distribuirane putem elektroničkih uređaja, kao što su internet, društvene platforme, mrežne stranice, mobilne aplikacije, mail marketing i digitalno oglašavanje. Suvremeni digitalni mediji transformirali su film iz fizičkog, odnosno analognog, u podatkovni oblik koji omogućuje mnoge načine konzumacije i stvaranja, čineći ga dostupnijim i raznovrsnijim no ikada prije. Digitalni mediji su opsežno i dinamično područje koje se ubrzano razvija, potiče ga tehnološki napredak i promjene u ponašanju potrošača. Bez obzira o kojoj vrsti medija se radi, bilo da je riječ o tradicionalnim medijima ili suvremenim digitalnim platformama, zajedničko im je da imaju veliki utjecaj na naše živote. Mogu biti značajan izvor informacija, obrazovanja i povezivanja ljudi ali i potencijalni rizik za mentalno zdravlje, posebno ukoliko se koriste neprimjereno i bez nadzora. Tradicionalni mediji poput televizije i filma dugo su utjecali na oblikovanje društvenih normi i očekivanja. Iako braća Lumière davne 1895. godine vjerojatno nisu ni bili svjesni epohalnosti svog izuma, film je od samih početaka osvojio svijet. Upravo zbog svoje narativne snage i audiovizualne forme film je i danas ključan medij koji potiče snažne emocije.

Utjecaj na mentalno zdravlje ovisi o količini vremena koju provedemo pred ekranom, kao i kvaliteti sadržaja i načinu korištenja medija. Naime, različiti sadržaji mogu imati bitno različite učinke. Anderson i Bushman (2002) ističu jasnu povezanost između izloženosti nasilju u medijima i agresivnijeg ponašanja. Valkenburg i Piotrowski (2017) istraživali su kako mediji utječu na mlade i što odrasli mogu učiniti kako bi potaknuli odgovorno korištenje. Djeca koja često gledaju nasilne filmove ili su izložena nasilju u videoigrama mogu s vremenom postati manje osjetljiva na patnje drugih i sklonija agresivnim reakcijama. Ipak, istraživanja upućuju na to da odnos medija i ponašanja nije jednostavan. Naime, prosocijalne teme na ekranu imaju upravo suprotan, pozitivan efekt. Djeca i mladi koji prate sadržaje koji promoviraju pozitivne društvene vrijednosti, kao suradnju, dijeljenje i pomaganje, pokazuju veću empatiju i suradnju s vršnjacima. Ovi nalazi ističu kako su sadržaj medija i način na koji se koristi presudni za oblikovanje emocija, stavova i ponašanja te time imaju značajan učinak na mentalno zdravlje (Greitemeyer i Mügge, 2014). Ključan je stoga zadatak odraslih pomoći djeci u odabiru kvalitetnih sadržaja i poticati razumijevanje razlike između konstruktivnih i destruktivnih medijskih poruka. Upravo u fazi života kada traže svoj identitet, mladi su često nesigurni u sebe i pod snažnim utjecajem medijskih poruka. Jedno od najosjetljivijih područja u kojem se očituje utjecaj medija na mlade je formiranje slike o sebi. Medijske poruke uglavnom promoviraju savršena tijela i životne stilove. Takve idealizirane slike kod mladih mogu stvoriti pritisak da moraju izgledati savršeno, što je nerealno, utječe na nezadovoljstvo sobom, narušava samopouzdanje i povećava rizik od mentalnih bolesti, primjerice, kako ističe Perloff (2014), poremećaja prehrane kod djevojaka. S druge strane, prihvaćanje različitosti u medijima može pomoći mladima da shvate kako je ljepota u različitosti i da ne postoji samo jedan ideal kojem moramo težiti. Prikazivanje realističnije i raznolikije slike života doprinosi boljem prihvaćanju sebe i smanjenju stigmatizacije.

Osim toga, mediji oblikuju percepciju i stav društva prema mentalnom zdravlju. Putem filmova ili društvenih platformi dobivamo poruke o tome što je mentalno zdravlje, kako izgledaju psihičke poteškoće i kako se prema njima

odnositi. Ali medijski prikazi mogu biti negativni ili netočni, a oboljeli pak opisani kao opasni ili nepredvidivi. S druge strane, kada se psihičke poteškoće prikazuju autentično i s razumijevanjem, mladi mogu razviti veće razumijevanje i suosjećanje prema osobama koje se s njima nose. Hoffner i Cohen (2018) ističu da realistični i empatični prikazi mentalnih poremećaja u medijima mogu smanjiti stigmatu u javnosti. Mladi koji kroz medije vide iskrene priče o borbi vršnjaka s depresijom češće će shvatiti da psihičke tegobe nisu nešto čega se treba sramiti. Takvi prikazi mogu potaknuti mlade da se otvore i potraže pomoć. Zato je važno razvijati medijsku pismenost koja omogućava djeci i mladima da prepoznaju štetne sadržaje, ali i da koriste medije kao resurs za učenje, empatiju i povezanost s drugima.

Posljednjih desetljeća digitalna revolucija otvara potpuno novi medijski prostor. Digitalni mediji postali su neizostavni dio svakodnevice. Izvor su učenja, zabave i ključni prostor socijalnog života mladih. Sada, kao nikada prije, mladi su od rođenja okruženi medijima i stalno online dostupni preko malog sofisticiranog uređaja koji stane u njihov dlan. Društvene mreže koriste u svrhu socijalizacije i komunikacije s vršnjacima. Takva online komunikacija može biti izvor podrške i prihvaćanja, osobito za mlade koji se osjećaju izolirano i usamljeno (Best i sur., 2014). Koriste li se digitalni mediji na kreativan i promišljen način, oni mogu pomoći u promicanju mentalnog zdravlja. Ali nesumnjivo donose i nove izazove. Razvoj interneta i društvenih mreža omogućio je neograničen pristup informacijama iz cijeloga svijeta, ali i stalnu medijsku prisutnost i iluziju kontinuirane međusobne povezanosti. Iluzija stalne *online* povezanosti stvara pritisak da se uvijek bude *online* prisutan i prezentiran stalno u najboljem svjetlu. A pretjerano bavljenje javnom prezentacijom na društvenim mrežama može dovesti do osjećaja tjeskobe i manje vrijednosti (Twenge i Campbell, 2018). U našoj zemlji istraživanja pokazuju, u skladu s inozemcima, kako većina mladih provodi više od četiri sata dnevno pred ekranima, dok se bavljenju nekom fizičkom aktivnošću prosječno ne posvećuje niti 15 minuta (Jokić i sur., 2022). S obzirom na to da u razgovoru s obitelji djeca danas provode značajno manje vremena nego uz ekran, opravdano je sumnjati kako digitalni mediji imaju pretjerani utjecaj u odgoju i formiranju mladih generacija. To posebno zabrinjava uzmemo li u obzir rezultate brojnih istraživanja, bilo u Hrvatskoj ili svijetu, prema kojima je češće korištenje digitalnih uređaja povezano s većim rizikom od depresije, anksioznosti i emocionalne iscrpljenosti (Jokić i sur., 2022; Keles i sur., 2020).

Prije nekoliko godina pandemija COVID-19 pokazala je koliku moć imaju digitalni mediji. Tijekom izolacije, kada su škole bile zatvorene i druženja ograničena, digitalne platforme postale su glavni kanal obrazovanja, informiranja i socijalizacije. Mladi su provodili značajno više vremena online, što je omogućilo nastavak školovanja i barem neki kontakt s vršnjacima. No značajno više vremena ispred ekrana sa sobom je donijelo i neke negativne posljedice. Javila se digitalna zasićenost, osjećaj usamljenosti i tjeskobe (Loades i sur., 2020). To iskustvo pokazalo je kako utjecaj medija na mentalno zdravlje djece i mladih može biti dvosjekli mač. Bitna je količina upotrebe digitalnih medija, kao i način korištenja. Kvalitetni medijski sadržaji mogu potaknuti razvoj, učenje i emocionalnu otpornost kod mladih. Putem medija mogu učiti o svijetu, osjetiti povezanost s drugima i

pronaći podršku od vršnjaka, dok s druge strane neprimjereni medijski sadržaji mogu pojačati ranjivost, pritisak i rizik od anksioznosti, depresije ili destruktivnog ponašanja. Djeci i mladima potrebni su podrška i vodstvo u plovidbi medijskim vodama. Tu obrazovni sustav i roditelji imaju nezamjenjivu ulogu. Otvoren razgovor, zajednička analiza sadržaja te poticanje kritičkog razmišljanja može pomoći mladima da medije koriste na siguran i konstruktivan način. Mediji tako postaju saveznik, a ne prijetnja mentalnom zdravlju.

Film i mentalno zdravlje

Namjena filma

Što je uopće film i zašto njegova moć privlačenja ne jenjava već 130 godina? Radi se o najmlađoj umjetnosti koja je posebna jer ujedinjuje druge vrste umjetnosti, uključujući dramu, književnost, glazbu i vizualne umjetnosti. Film utječe na širi spektar osjetila nego druge umjetnosti i zahtijeva veću koncentraciju. I kao takvo, filmsko audiovizualno djelo složen je konstrukt, oblikovan s određenom namjenom. Namjene filma mogu biti različite. Primjerice, film može obrazovati, opuštati ili liječiti, kao što istovremeno može imati više funkcija.

Odavno je prepoznata edukativna vrijednost filma. Na početku prošlog stoljeća film je korišten u školama i javnim kampanjama. U novinama 1912. godine navodi se *nevjerojatna moć pokretnih slika koje će preko oka educirati stotine milijuna djece*. Taj povijesni citat je dio publikacija Ujedinjenih naroda o obrazovanju (UNESCO, 2023). Tridesetih godina 20. stoljeća Andrija Štampar, jedan od osnivača i prvi predsjednik Svjetske zdravstvene organizacije, koristi filmove za zdravstveno prosvječivanje masa. Putem filma podiže svijest o higijeni i prevenciji bolesti. Takvi edukacijski filmovi pokazali su se iznimno učinkoviti kod nas i svijetu jer su vizualnim jezikom dopirali do svih slojeva društva, i onih slabije obrazovanih. Film kao pedagoško sredstvo prenosio je informacije pristupačno i uvjerljivo. I danas se edukativni filmovi primjenjuju u promociji mentalnog zdravlja i prevenciji ovisnosti, a istraživanja potvrđuju da utječu na rast znanja i promjenu stavova (Goodwin i sur., 2021). Edukativni filmovi mogu motivirati mlade na usvajanje pozitivnih vrijednosti i ponašanja te lakše dopiru do emocija i premošćuju razlike u predznanju. Stoga se film pokazao kao korisno nastavno sredstvo. Ujedno, to je medij koji nam lako približava druge svjetove, kulture i načine života.

Kroz stvarne priče, likove i svakodnevne situacije na filmu učimo o vrijednostima, normama i običajima iz različitih krajeva svijeta. Takva iskustva ne samo da proširuju znanje o tuđim kulturama, već pomažu i u boljem razumijevanju vlastitog identiteta. Tako djeca i mladi kroz filmove neprimjetno uče o vlastitoj kulturi, usvajaju modele ponašanja i govora, način odijevanja i društvene uloge koje vide na ekranu, a sve to doprinosi osjećaju pripadnosti i sudjeluje u formiranju

identiteta kod mladih. Gledajući filmove iz različitih zemalja, mladi imaju priliku upoznati način života i tradiciju ljudi koji žive u drugim društvima. Dokumentarni filmovi često su snimani upravo s namjerom da informiraju i potaknu promjene u društvu. Takvi filmovi postaju most koji povezuje i potiče interkulturno razumijevanje, poštovanje i toleranciju. Filmovi koji obrađuju stvarne priče o sukobima i pomirenju posebno su učinkoviti u prikazivanju mogućnosti pozitivnih promjena. Potiču dublje razumijevanje složenih društvenih tema dok govore kroz činjenice, ali i kroz doživljaj o mnogim značajnim temama poput ljudskih prava, ekologije i zdravlja. Filmovi o zaštiti okoliša nadahnuli su mnoge mlade da se uključe u ekološke akcije, promišljaju o prehrani ili zaštiti životinja. Tako gledatelji razvijaju kritičko mišljenje, suosjećanje i društvenu odgovornost. Dakle, filmovi ne samo da educiraju, već i potiču na akciju. Upravo kroz društvene priče koje problematiziraju socijalnu nepravdu, siromaštvo i diskriminaciju film ima moć da potakne na promišljanje i angažman u zajednici. Ne nameće gotova rješenja, već potiče pitanja kao prvi korak ka podizanju svjesnosti, promjeni ponašanja i pokretanju društvenih promjena. Dokumentirajući društvene promjene, sukobe i prirodne katastrofe, film postaje čuvar kolektivne memorije i izvor informacija za buduće naraštaje. Kvalitetnije od pisanih formi, dokumentarni filmovi kroz životne priče likova na ekranu prenose ne samo podatke o prošlim događajima, već nam dočaravaju i emocionalni teret povijesti. Tako dokumentarni film postaje poput audiovizualnog dnevnika emocija i misli nekog povijesnog trenutka. Gradi most između generacija u kojem se iskustva predaka i pouke prošlosti ugrađuju u vrijednosti budućih generacija.

Ali nezaobilazna je činjenica da film ima i potencijal za manipulaciju. Od samih početaka filmske industrije korišteni su propagandni filmovi za oblikovanje političke svijesti i društvenih stavova, posebno u totalitarnim režimima. Takvi filmovi utječu na kolektivno mišljenje te gotovo hipnotički potiču poslušnost, normaliziraju ekstremne stavove i potiskuju kritičku refleksiju. Društvene mase na taj način nesvjesno prihvaćaju iskrivljenu stvarnost kao normalnu. Suvremeno doba uglavnom ne koristi tako grube metode, makar se to ne odnosi na sve zemlje, već suptilnije oblike manipulacije koje vidimo svakodnevno kroz reklamne kampanje i marketinške poruke. Kroz emotivne priče u reklamama se nastoji utjecati na odluke potrošača i poticati konzumerizam. Asocijativno se povezuje neki proizvod ili životni stil s poželjnim emocijama i vrijednostima. Kroz razvoj filmske pismenosti i kritičkog razmišljanja možemo mlade naučiti kako prepoznati i oduprijeti se suptilnim manipulacijama unutar privlačnih filmskih formi.

Kad govorimo o filmu kao umjetničkom djelu, ono objedinjuje elemente književnosti, likovne umjetnosti, glazbe i kazališta te stvara jedinstveno izražajno sredstvo koje djeluje istovremeno na više razina percepcije. Kroz umjetničku formu film ima potencijal da nas duboko emocionalno dirne i potakne na razmišljanje o životu. Njegova moć doprinosi osjećaju smisla kao značajnom aspektu mentalne dobrobiti. Izlaganje mladih kvalitetnim filmovima može razviti ne samo njihovu estetsku osjetljivost, već potaknuti kreativnost i kritičko promišljanje. Spoznaja o kulturnoj važnosti filma postupno se stvarala u društvu i dovela do formiranja institucija poput Hrvatskog audiovizualnog centra (HAVC), kojima

je cilj poticanje filmskog stvaralaštva i filmske pismenosti. Dakle, razvoj filmske pismenosti je ključan ne samo da bi uživali u filmovima, nego i da bismo ih razumjeli, kritički promišljali i koristili kao resurs za osobni rast, očuvanje mentalnog zdravlja te razumijevanje i prihvaćanje drugih i drugačijih.

Od samih početaka film je bio oblik rasonode i bijeg od svakodnevnice. Njegova funkcija da nas relaksira ima protektivni učinak. Omogućava da privremeno uronimo u drugi svijet, daleko od vlastitih briga i pritisaka. Ova sposobnost filma da nas premjesti u drugu stvarnost rasterećuje nas kognitivno i emocionalno. Gledanjem filma, a to se osobito odnosi na komedije, dolazi do opuštanja misli i uma kad mozak prelazi iz stanja tenzije u stanje usmjerene pažnje i uživljenosti. Bitna komponenta mentalnog zdravlja svakako je humor jer smijeh i tjelesno opuštanje reduciraju hormon stresa. Poznata je izreka kako je smijeh lijek, a učinci humora na različite ishode poput stresa, zdravlja i imuno-loške funkcije dobro su dokumentirani empirijskim istraživanjima u području psihoneuroimunologije (Bennett i Lengacher, 2006). Povremeni bijeg u svijet mašte pomaže da se makar nakratko distanciramo od briga, pridonosi opuštenosti i smanjuje tjeskobu. Ipak, pretjerano korištenje filma za bijeg može dovesti do izbjegavanja stvarnosti i propuštanja prilike za osobni rast. Istraživanja upućuju na povezanost nesаницe, depresije i anksioznosti kod mladih uz maratonsko gledanje filmskih platformi.

Još od teatra antičke Grčke znano je da djela koja potiču emocionalnu katarzu mogu pomoći u prepoznavanju i regulaciji osjećaja. Emocionalna katarza i kod filma doprinosi psihološkom rasterećenju, a time i otpornosti te je posebno značajna kod djece i mladih (Dermer i Hutchings, 2000). Važno je istaknuti da zajedničko gledanje filma pojačava emocionalni učinak. Smijeh se spontanije širi u punom razredu i kino dvorani, ali i napetost koju potakne horor scena. Grupno gledanje u zamračenoj prostoriji pojačava doživljaj filma, a time i njegov utjecaj na emocije publike. Nastavnici mogu koristiti to zajedničko emocionalno iskustvo kako bi produbili diskusiju i međusobno povezali učenike kroz podjelu dojmova. Wedding i Niemiec (2014) navode kako zajedničko gledanje filma kroz osjećaj povezanosti i podrške dodatno ublažava stres. Ta kolektivna emocija može biti vrlo snažna i zbližava čak nepoznate pojedince, a to potkrepljuju i neuroznanstvena istraživanja. Kroz filmsku priču gledatelji se mogu suočiti s vlastitim strahom na emocionalno siguran način. Tako film nije samo zabava, već i sredstvo za emocionalno rasterećenje koje ima i terapijski potencijal. Pruža siguran, neutralan prostor u kojem se mogu otvarati teške teme na posredan način. Ta dimenzija filma je toliko značajna da se i u psihoterapiji film koristi kao metafora za problemske situacije. Vlastite unutarnje probleme kroz film gledatelj može eksternalizirati i o njima govoriti lakše i s manje otpora (Dermer i Hutchings, 2000). Gledajući film, individualno ili grupno, možemo se identificirati s likovima, proživjeti emocionalnu katarzu kroz tuđu priču i posredno otvoriti prostor za razgovor o vlastitim emocijama. Kroz priče na ekranu prepoznat ćemo vlastite konflikte i osjetiti da nismo sami a to je posebno značajno kod djece i mladih. Upravo ta distanca da možemo govoriti o filmskom liku umjesto izravno o sebi, čini film moćnim terapijskim alatom.

Film može educirati, liječiti, manipulirati, zabavljati, putem njega razvijamo estetsku i društvenu osjetljivost te čuvamo kolektivno sjećanje. Upravo višestruka namjena filma čini ga iznimno moćnim alatom u oblikovanju svijeta i naših života. Njegova moć i sveprisutnost tolike su da zapravo ne poznamo osobu koja baš nikada nije pogledala neki film.

Film, tijelo i psiha — neuropsihologija gledanja filma

Film objedinjuje sliku, zvuk, pokret i priču, a takva široka lepeza osjetilnih podražaja ima moć lako uvući gledatelja u svijet na ekranu. Ovisno o žanru, film preuzima gledateljevu pažnju i usmjerava njegove reakcije. Uranjanje u film nije samo pjesnička metafora, već znanstveno utvrđen fenomen. Istraživanja pokazuju da što se gledatelj više prepozna u nekom liku ili situaciji, to je emocionalni doživljaj intenzivniji i utjecaj filma na njegove stavove i uvjerenja dublji.

Gledanje filma aktivira različite dijelove mozga. Interdisciplinarno područje koje proučava kako mozak reagira na filmske podražaje naziva se neurokinematika. Taj pojam uvodi 2008. neuroznanstvenik Uri Hasson. Filmski stvaratelji od samih početaka filma bili su svjesni da mogu utjecati na emocije gledatelja putem filmske montaže, kadra, rasvjete ili glazbe. U zavođenju psihe gledatelja postali su majstori svog zanata, ali tek u 21. stoljeću, razvojem neinvazivnih tehnika snimanja mozga, znanstvenici su konačno uspjeli zaviriti u mozak gledatelja tijekom filma. Tako su znanstvena otkrića išla ruku pod ruku sa stajalištima poznatih redatelja poput Alfreda Hitchcocka, prema kojem bi se stvaranje filma trebalo temeljiti na egzaktnoj znanosti o reakcijama publike (Mastnak, 2024). Stvarna neurokinematička istraživanja konačno su započela zahvaljujući brzom napretku tehnika neuroimaginga poput funkcionalne magnetske rezonancije (fMRI). Cilj je bio razumjeti kako niz pokretnih slika i zvukova na platnu ima tako snažan učinak na um i emocije. Sudionici pritom leže u fMRI skeneru, dok uređaj bilježi njihovu moždanu aktivnost u stvarnom vremenu tijekom gledanja filma. Analizom se potom uspoređuju obrasci moždane aktivnosti različitih gledatelja. Ta objektivna metoda pokazuje da kada više ljudi zajedno gleda isti film, njihove se moždane reakcije sinkroniziraju poput nekog usklađenog vala. Film doslovno preuzima i sinkronizira moždane odgovore publike. U jednoj studiji moždana aktivnost svih gledatelja bila je gotovo identična u preko 65 % moždane kore dok su gledali isječak napetog filma, što znači da je film kolektivno utjecao na mozgove publike (Hasson i sur., 2008). Suprotno tome, sinkronizacije među gledateljima gotovo da nije bilo kad su gledali snimku bez montaže i narativne strukture. Dakle, dobro osmišljen film izaziva snažne i usuglašene reakcije u mozgu publike, dok nesređeni i nasumični prikazi to ne uspijevaju.

Razumijevanje kako i zašto film utječe na naš živčani sustav važno je za shvaćanje emocionalnog učinka filma. Dobivena saznanja potvrđuju koliko je

film moćan medij za izazivanje emocionalnih reakcija te pomažu filmskim stvarateljima da bolje razumiju publiku. Neurokinematika pruža uvid u to zašto nas određeni filmovi mogu duboko ganuti te kako filmsko iskustvo može uskladiti naše misli i osjećaje, stvarajući snažan zajednički emocionalni doživljaj kod publike.

Uz sinkronizaciju moždane aktivnosti među gledateljima znanstvenici objašnjavaju kako film uz emocije pokreće i empatiju pojedinca. Kolektivna mozgovna usklađenost stvara i kolektivni emocionalni doživljaj, kojeg najbolje objašnjava teorija zrcalnih neurona. Zrcalni neuroni, otkriveni 1990-ih, aktiviraju se kad nešto činimo, ali i kad promatramo drugog kako to čini. Upravo ta teorija pruža neurofiziološko objašnjenje poznatog osjećaja uronjenosti u film. Zahvaljujući mehanizmu zrcaljenja gledatelj osjeća emocije filmskih likova. Primjerice, može osjetiti vlastiti adrenalin dok prati junaka u akcijskoj sceni te umjesto opuštenosti u fotelji osjeća se kao da juri cestom kao junak na platnu. Dok se identificira s filmskim likom, u njegovom mozgu se automatski aktiviraju isti neuronski sklopovi kao da sam proživljava radnje i osjećaje s ekrana (Gallese, 2007). Filmovi koriste ove mehanizme da bi izazvali suosjećanje. Gledajući kako se likovi smiju ili plaču, odgovarajući kortikalni centri potiču našu identifikaciju te doživljavamo iste emocije jer nam zrcalni sustav omogućuje empatiju s tuđim stanjima. Ali moć filma je takva da ne suosjećamo samo s iskustvima drugih ljudskih bića, već suosjećamo i sa životinjama. To je jedan od najfascinantnijih aspekata filma i pretvara ga, kako navode Gallese i Guerra (2019), u umjetnost humanističkih znanosti.

Gledanje filmova uključuje promišljanje o mislima i namjerama likova. Uz zrcalne neurone, u socijalnom mozgu postoji mreža za teoriju uma, koja obuhvaća više regija mozga zaduženih za razumijevanje tuđih namjera i misli. Dijelovi mreže teorije uma su medijalni prefrontalni korteks i temporoparijetalne regije. Kada pratimo likove u filmu, mozak koristi ovu mrežu kako bi protumačio unutarne doživljaje likova, što nam omogućuje da predvidimo ponašanje i suosjećamo. Aktivacija tih dijelova tijekom filma potiče razvoj socijalne kognicije i empatije. Kod starije djece, oko 12. godine, ti dijelovi mozga su aktivniji i međusobno bolje povezani (Richardson i sur., 2018). Suprotno tome, djeca iz autističnog spektra pokazuju slabiju usklađenost tih područja tijekom gledanja filma, što odgovara njihovim specifičnostima u socijalnom razumijevanju (Lyons i sur., 2020).

Istraživanja pokazuju kako emotivno nabijene scene, poput horora, pojačano aktiviraju amigdalnu koja trenutno reagira na strašne prizore, a tek potom šalje informaciju hipokampusu kako bi emocija bila zapamćena. Time filmovi sa snažnim emotivnim nabojem ostavljaju trajniji dojam i bolje se pamte (Hasson i sur., 2008). Zahvaljujući aktivaciji amigdale, pamtit ćemo emocionalne scene bolje nego neutralne scene, pa emocionalno nabijeni filmovi često dulje ostaju u sjećanju. Ujedno sinkronizirani rad emocionalnih centara tijekom zajedničkog gledanja također može pojačati kolektivno doživljavanje napetosti u dvorani. Neuroznanstvena istraživanja potvrđuju da gledanje filmova potiče koordiniranu aktivnost mnogih moždanih sustava, od osjetnih korteksa, preko mreža za pažnju i obrade emocija do socijalno kognitivnih centara. Ta široka neuralna angažiranost objašnjava zašto filmovi snažno utječu na emocije, pamćenje i socijalnu kogniciju. Kroz aktivaciju limbičkog sustava osjećamo strah ili radost, uz zrcalne neurone

suosjećamo s likovima, a pomoću mreže teorije uma razumijemo njihove motive. Filmovi produbljuju naše emocionalno iskustvo i socijalno razumijevanje. Sinkronizacija moždanih aktivnosti tijekom filma jača emocionalnu koheziju publike. Gledanje filmova, osim što aktivira brojne centre u mozgu, potiče i otpuštanje neurokemijskih supstancija povezanih s raspoloženjem.

Emotivni sadržaji, bilo da se radi o napetom trileru ili ljubavnoj drami, prolaze iste neuralne krugove za svijet iluzija filma, kao i kod realnih životnih iskustava. Napete, strašne ili tužne scene u filmu izazivaju porast hormona stresa. Tijelo, naime, ne prepoznaje da je filmska scena samo fikcija pa je osjećaj prijetnje realan i aktivira odgovor na stres: *borba* ili *bijeg*. Posljedica kortizola je ubrzani rad srca i budnost koja fokusira pažnju na potencijalnu prijetnju i suočavanje sa stresom. Kad se opasnost ili tuga smire i film završi, razina kortizola pada i tijelo prelazi u fazu opuštanja. Ponavljana izloženost napetim scenama može kod nekih ljudi izazvati prekomjerni stres, dok kod drugih emocionalnu otpornost i *razrjeđivanje* stresne reakcije.

S druge strane, tople filmske priče o privrženosti pokreću otpuštanje oksitocina, hormona ljubavi, koji budi empatiju i bliskost prema drugima. Što se više oksitocina otpusti, to su ljudi spremniji suosjećati s likovima i zanemarivati svoje granice. Kao gledatelji porastom oksitocina lakše se identificiramo s likovima i osjećamo njihovu radost ili bol kao vlastite. Ukoliko je neka filmska scena kod gledatelja izazvala više oksitocina, raste empatija, socijalna kohezija i razumijevanje drugih. To produžuje emocionalni doživljaj filma u stvarni život jer veća empatija prema likovima može povećati i stvarnu spremnost za solidarnost ili razumijevanje drugih ljudi. Svjestan odabir žanra koji nam odgovara može pozitivno utjecati na serotoninske i dopaminske puteve, smanjujući anksioznost i potičući optimizam. Zabavne ili napete filmske scene mogu potaknuti otpuštanje dopamina, koji pojačava užitak, energiju i želju da ponovno doživimo isto iskustvo. Zato nas komedija i avanturistički film motiviraju na daljnje gledanje jer biokemijski dopamin doprinosi zadovoljstvu kroz efekt iznenađenja. Serotonin, hormon sreće, utječe na raspoloženje i pomaže u stabilizaciji emocija. Premda nema mnogo istraživanja utjecaja serotonina kod gledanja filma, poznato je da lijekovi koji povećavaju serotonin, poput SSRI antidepressiva, smanjuju emotivnu reaktivnost kod gledanja tužnih facijalnih izraza na fotografijama (Harmer i sur., 2006).

Djeca su u procesu učenja razlike između stvarnog i zamišljenog. Snažno ih oblikuju mediji jer im se mozak još razvija te filmovi mogu značajno utjecati na njihov emocionalni razvoj. Njihova empatija se razvija gledajući likove kako rješavaju sukobe, proces u kojem ih oksitocin oblikuje poput trenera. Budući da su emocionalni centri djece u najintenzivnijoj fazi učenja, pažljivo odabrani filmovi mogu kod njih doprinijeti razvoju socijalnih vještina i sposobnosti suočavanja sa stresom. Stoga je za djecu u procesu razvoja veoma značajno kakve poruke prenosi film. Filmovi s pozitivnim obiteljskim i prijateljskim vrijednostima mogu kroz oksitocinski i dopaminski mehanizam dodatno jačati osjećaj sigurnosti i motivaciju za pozitivne vrijednosti, poput prijateljstva i hrabrosti. Negativni sadržaji poput nasilja i straha pak uzrokuju porast kortizola, tjeskobu ili agresivno ponašanje ukoliko se ne obrade adekvatno.

Istraživanje Brockington i suradnika (2021) pokazalo je kako pripovijedanje priča hospitaliziranoj djeci svaku večer ima mjerljive neurološke učinke na porast oksitocina i pad kortizola. Djeca su nakon priča prijavljivala znatno manje boli i veću radost. Ovaj primjer ilustrira kako slušanje priča potiče oksitocin i smanjuje stres. U praktičnom smislu, djeca i mladi kroz audiovizualne narative mogu jačati empatiju još od malih nogu jer su zbog procesa razvoja spremni upijati pozitivne ili negativne poruke iz filmova. Neuroznanost sugerira da tijekom adolescencije pojedini centri mozga poput ventralnog striatuma i limbičkog sustava mogu biti najosjetljiviji na složene emotivne informacije. Dok gledaju facijalnu ekspresiju, navedeni sustavi aktivirani su više kod adolescenata nego kod djece i odraslih (Walker i sur., 2017) te adolescenti mogu intenzivnije osjetiti dopaminergični užitak ili tjeskobu pod valom kortizola. S druge strane, frontalni korteks koji kontrolira impulzivnost razvija se postepeno, što adolescentima otežava regulaciju snažnih emocija. Zato kod adolescenata sadržaji s jakim uzbuđenjem ponekad mogu izazvati burnije reakcije i dugotrajnije razmišljanje. Na takve reakcije utječe razvoj mozga, ali i hormoni puberteta. Odrasle osobe reagiraju bolje na napete situacije jer mogu bolje kognitivno umiriti simuliranu prijetnju, dok će kod mladih ista situacija potaknuti hormonsku buru. U praksi se stoga preporučuje filmski sadržaj prilagoditi razvoju djeteta kako bi se potaknulo pozitivno emotivno učenje i osiguralo zdravo suočavanje sa stresom. Dijelovi mozga koji su uključeni u mrežu teorije uma, poput medijalnog prefrontalnog korteksa i temporoparijetalnog spoja, omogućuju razumijevanje tuđih misli, namjera i emocija. Ta sposobnost, inače ključna za empatiju i socijalnu kogniciju, znatno se razvija oko 11. do 13. godine života (Blakemore i Choudhury, 2006), kad su ti dijelovi mozga učinkovitije aktivirani i bolje koordinirani. Djeca mlađa od 12. godine često još nemaju potpuno razvijenu sposobnost da razumiju kompleksne socijalne dinamike, moralne dileme i nijansirane emocionalne odnose između likova. S obzirom na neurokognitivni razvoj djeteta uvedena su ograničenja gledanja pojedinih televizijskih i filmskih sadržaja. Oznake dobne prikladnosti često vidimo u gornjem desnom kutu TV ekrana, poput oznake „12+“. Značajne su ne samo radi zaštite od nasilja ili seksualnog sadržaja, nego i zato što mlađa djeca još nemaju kapacitet emocionalno i kognitivno obraditi dublje teme koje ti filmovi donose. Primjerice, film koji se bavi psihološkim pritiskom, izdajom ili moralnim konfliktima može kod mlađe djece izazvati nerazumijevanje, nelagodu ili pogrešnu interpretaciju. Starija djeca, zahvaljujući funkcionalnijoj mreži teorije uma, mogu bolje shvatiti namjere likova, suosjećati i učiti iz složenijih filmskih priča. Starija djeca i adolescenti sposobniji su suosjećati s likovima jer mogu pojmiti i složenije emocionalne situacije, pa i mješavinu emocija koju osoba proživljava (Wilson, 2008). Primjerice, adolescent će lakše razumjeti da protagonist može istovremeno osjećati ljutnju i tugu, što mlađe djetete teže shvaća. Zato neuroznanstveni razvojni podaci ujedno potvrđuju smisao dobnih oznaka i podržavaju ideju da filmski sadržaj treba odgovarati razini kognitivnog i emocionalnog sazrijevanja djeteta. U školskom kontekstu to može biti vodič za učitelje u odabiru filmova koji ne samo da su primjereni, nego i optimalno potiču razvoj empatije, moralno rasuđivanje i socijalnu osjetljivost.

Studija Sveučilišta Yale (Gruskin i suradnici, 2020, prema Mastnak, 2024) otkrila je da adolescenti s težim depresivnim simptomima pokazuju atipične fMRI odgovore tijekom gledanja filmova. Nalazi sugeriraju da depresivni simptomi mogu oblikovati način na koji mozak reagira na složene emocionalne informacije s obzirom na razvojnu fazu i afektivni kontekst. Takve studije pokazuju kako psihijatrijski poremećaji mogu utjecati na složenu obradu filmskog iskustva te pomažu u produbljivanju uvida u međuovisnost razvojne dobi, karakteristika ličnosti i moždanih funkcija. Pacijenti ponekad osjećaju da standardizirani psihodijagnostički inventari ne odražavaju prirodu njihovih mentalnih i afektivnih poteškoća jer su općeniti i apstraktni. Nasuprot tome, prepoznat će sličnost između sebe i filmskih likova sa sličnim psihičkim tegobama. Posljedično, interdisciplinarna neurokinematika pomaže u boljem razumijevanju osoba s psihičkim tegobama, ima veliki potencijal proširiti horizont dijagnostičkih pogleda, otkriti različite mentalne načine obrade filmova, pa čak i pristupiti pitanju funkcija i prirode ljudskog mozga (Mastnak, 2024).

Od ranih dana neuroznanosti, ideja da su određene fiziološke i psiho-bihevioralne funkcije dodijeljene različitim područjima mozga karakterizirala je teoriju i istraživanja. Znanstveni fokus na funkcionalne ključne centre središnjeg živčanog sustava i dalje je od ključne važnosti, a tehnike neuroimaginga povezuju fiziološke značajke poput moždanih valova ili promjena razine kisika u krvi s psiho-bihevioralnim fenomenima. Studije mozga razjasnile su odlučujuću ulogu amigdale u anksioznosti i strahu, što je također bitna tema u neurokinematici. Međutim, što dublje ulazimo u to pitanje, to više otkrivamo složenu dinamiku psiholoških fenomena, kao i to da filmske scene imaju skriveni potencijal promijeniti negativne ili čak štetne kognitivne i psihoafektivne obrasce. Nadalje, neuroimaging otkriva jasne korelacije između mentalnih i neurobioloških događaja, na primjer između doživljene tjeskobe tijekom zastrašujuće filmske scene i procesa u amigdali, precuneusu i ventromedijalnom prefrontalnom režnju, kompleksa koji bi mogao dovesti do straha izazvanog filmom. Međutim, korelacija nije i uzročno-posljedična veza i ne možemo reći da određena moždana aktivnost generira određenu emociju. Štoviše, pojam uzročno implicira određenu jednodimenzionalnu funkciju, dok noviji neuroznanstveni rezultati radije sugeriraju složene interaktivne petlje koje su u osnovi i generiraju mentalne fenomene. Interaktivni trokut koji se sastoji od filma, mozga i iskustva postavlja epistemološka pitanja koja zahtijevaju intenzivnu interdisciplinarnu suradnju. Danas kombinacija neurokinematike, filmoterapije, neurologije, psihologije i psihijatrije vodi do novog područja neuro-kinematske terapije (Mastnak, 2024). Suvremeni autori naglašavaju da moć filma leži u kombinaciji emocionalnog angažmana, snage identifikacije i narativnog smisla. Film nudi priču a ljudi kroz priču lakše razumiju sebe i svijet.

Utjecaj filma na razvoj djece i mladih

Medij filma nije samo zabava. Film izaziva emocionalne reakcije koje mogu biti intenzivne. Na licima gledatelja prepoznajemo emocije koje film pobuđuje, bilo radost, tugu ili strah. Film ima utjecaj na sve životne dobi. I na različite dijelove ličnosti. Utječe na emocionalni, kognitivni i socijalni razvoj. Namjena filma može biti edukativna, terapijska ili umjetnička, dok način na koji djeluje ovisi o žanru kojem film pripada. Triler i dokumentarni film ne djeluju na isti način obzirom da aktiviraju različite emocionalne i kognitivne procese. Komedija će nas nasmijati i opustiti za razliku od horora koji će pobuditi strah i napetost. Različitost žanrova čini film iznimno moćnim alatom koji pobuđuje specifične psihološke procese i aktivira različite emocije. Osobito je to značajno kod djece i mladih koji kroz film razvijaju emocionalnu pismenost te uče prepoznati i imenovati emocije koje proživljavaju.

Utjecaj filma na emocionalni razvoj. Nakon proživljenih gubitaka ili sukoba u bliskim vezama, neugodne emocije nerijetko postaju motiv za psihoterapijski tretman. U tretmanu klijenti nastoje shvatiti vlastite i tuđe emocije i reakcije, nadoknađujući pritom propuštene lekcije iz djetinjstva o emocijama i odnosima. Naime, emocionalna pismenost se stječe kroz život, posebno tijekom formativnog razdoblja, i ne radi se samo o urođenom kapacitetu, kako to mnogi vjeruju. Stoga je značajno da pomognemo budućim odraslima već od kolijevke u razvoju emocionalne pismenosti kroz obiteljski, kasnije i školski sustav, a na tom putu učenja značajnu ulogu može imati medij filma. Film, naime, djeluje na gledatelja na više razina istodobno, što ga čini jedinstvenim iskustvom u usporedbi s drugim medijima. Za razliku od pisanog teksta ili govora, film objedinjuje vizualni, auditivni i narativni nivo, a kroz takvo cjelovito iskustvo angažira emocije i kognitivne procese. Upravo to kompleksno djelovanje objašnjava zašto filmovi mogu snažno oblikovati mentalno zdravlje djece i mladih. Film je poput poligona na kojem djeca vježbaju interpretirati neverbalnu komunikaciju i usavršavaju prepoznavanje emocija kroz facijalne izraze i geste (Mar i Oatley, 2008). Kad gledatelj uroni u sudbinu lika koji se, na primjer, žrtvuje za druge, to kod njega pojačava procese identifikacije i suosjećanja.

Nedavna studija promatrala je moždanu aktivnost djece od 3. do 12. godine dok su gledala kratke filmove. Utvrđeno je da se u djece s razvijenijom teorijom uma snažno uključuje čak i mali mozak uz standardne moždane centre za društveno razmišljanje, što sugerira da mozak djece intenzivno radi dok pokušavaju shvatiti što likovi misle i osjećaju (Manoli i sur., 2025). Takva vježba mentaliziranja potiče razvoj empatije, uči dijete promatrati iz perspektive drugih, što prenosi i na stvarne odnose. U skladu s tim, istraživanja na odraslima pokazuju povezanost većeg izlaganja filmu ili knjizi s boljim rezultatom na testu socijalne percepcije i empatije (Mar i Oatley, 2008). De Leeuw i suradnici (2024) otkrivaju kako djecu može dirnuti moralna ljepota u filmskim pričama. Promatrajući film, svjesno tumače osjećaje i motive likova, razvijajući pritom emocionalnu inteligenciju. Učeći o tuđim emocijama, povećavaju razumijevanje vlastitih emocionalnih procesa.

Ovi nalazi su značajni jer ukazuju da filmske priče kod djece i mladih mogu biti ubrzani način stjecanja životnog iskustva i mudrosti.

Djeca i mladi posebno su osjetljivi na emocionalne poruke filmova, koji mogu postati važan dio njihova odrastanja. U procesu razvoja emocionalne pismenosti oni kroz film dobivaju priliku učiti kako prepoznati, razumjeti i imenovati emocije. Primjerice, gledajući priču o gubitku, oni mogu razumjeti što je tuga, a kroz priče o prijateljstvu ili uspjehu otkrivaju što znači radost, zahvalnost i ponos. Filmovi mogu pomoći u razvoju emocionalne inteligencije jer nude siguran prostor za vježbanje empatije. Time film ne postaje samo sredstvo za izazivanje osjećaja, nego i alat za njihovo reguliranje. Djeca kroz priče uče da je normalno osjećati i teške emocije poput straha, tuge ili ljutnje te da se s njima može suočavati na različite načine. Istraživanja pokazuju da djeca mogu učiti o prirodi i uzrocima emocija promatrajući emocionalna iskustva filmskih likova, često suosjećajući s njima (Wilson, 2008). Primjerice, kada dijete gleda lika koji se osjeća odbačeno, može početi shvaćati zašto se ono tako osjeća i kako se unutarne stanje iskazuje kroz facijalnu ekspresiju i ponašanje.

Identifikacija s likovima može dovesti do snažnih emocionalnih reakcija koje su ujedno prilika za rast. Dijete koje emocionalno dotiče sudbina filmskog junaka vježba pritom sažaljenje i empatiju. Istraživanja bilježe pozitivne efekte filmova na emocionalnu inteligenciju mladih. Gledanje filma koji pobuđuje snažnu empatiju prema likovima može unaprijediti stavove mladih prema stvarnim skupinama ljudi. Nakon filma o teškoćama s kojima se suočavaju migranti, učenici su prema njima u stvarnom životu pokazali veće razumijevanje i pozitivnije stavove. Slično tome, film koji na topao i human način prikazuje osobu s mentalnom bolešću može smanjiti stigmatu i strah kod mladih te potaknuti humaniji odnos prema oboljelima. Umjetnost, uključujući film, može pomoći u smanjenju etničkih tenzija i poboljšanju odnosa među različitim kulturama kroz razvoj empatije i razumijevanja. Film ima potencijal biti most koji povezuje različite svjetove i potiče toleranciju. Emocionalni doživljaji koji prate film također mogu pomoći mladima da procesuiraju i verbaliziraju vlastite osjećaje o onome što ih muči, uspoređujući pritom vlastito iskustvo i iskustvo likova u filmu. Film pomaže djeci da prožive teške osjećaje poput napuštenosti ili gubitka, ali sada na sigurnom mjestu, što ih može činiti emocionalno otpornijima. Osim što pobuđuju emocije, filmovi mogu djecu i mlade podučiti kako se nositi s emocijama. Filmovi, dakle, mogu poslužiti poput simulatora emocija. Djeca nisu rođena sa znanjem kako smiriti svoj bijes ili utješiti tugu. Vještine emocionalne regulacije stječu se iskustvom i poučavanjem. U tom procesu filmski likovi mogu poslužiti kao modeli. Kada dijete vidi da lik u filmu duboko diše da se smiri kad je uplašen, ono uči o zdravim načinima suočavanja s emocijama. Prema teoriji socijalnog učenja, djeca uče promatranjem modela, a likovi iz filmova postaju upravo takvi modeli, bilo pozitivni ili negativni.

Kvalitetna filmska priča može postati sredstvo emocionalne edukacije putem koje djeca uče prepoznati kompleksne osjećaje poput ponosa ili suosjećanja, razvijaju empatiju i strategije upravljanja emocijama. Na taj način filmovi pridonose stvaranju rječnika emocija i normalizaciji razgovora o osjećajima u školskom i obiteljskom okruženju, što je temelj emocionalne pismenosti.

Utjecaj filma na kognitivni razvoj. Dječji mozak i kognitivne funkcije prolaze dramatičan razvoj u ranom djetinjstvu. Na tom putu film pomaže djeci u razvoju pažnje, koncentracije i pamćenja. Praćenje zapleta filmske priče zahtijeva pamćenje detalja i logičko razmišljanje, na primjer tko je čiji prijatelj, zašto je došlo do sukoba i kako je riješen. A te mentalne vježbe djeluju tek kao zabava. Priče doprinose razumijevanju da drugi ljudi imaju vlastite misli, namjere i osjećaje (Lenhart i Richter, 2024). Analiziranje priča angažira dječju maštu i kritičko mišljenje. I mlađe dijete pokušava pratiti što se događa s likovima na filmu te tako vježba povezivanje scena u smislenu cjelinu. Postupno razvija analizu i sintezu, kao i složenije oblike mišljenja poput apstraktnog.

Osim toga, mladi kroz film kao kroz enciklopediju usvajaju brojne informacije o svijetu oko sebe dok posredno uče o sebi samima. Učenje ne nastaje samo kroz izravno iskustvo, već i posredno, a film upravo omogućuje takvo učenje. Kroz filmske priče djeca i mladi razvijaju sposobnost razumijevanja uzročno-posljedičnih odnosa, prepoznaju moralne dileme i promišljaju o složenim društvenim pitanjima (Gasser i sur., 2022). Filmovi mogu biti i izvor psihoedukacije, primjerice kada prikazuju posljedice ovisnosti ili vršnjačkog nasilja. Maštoviti sadržaji na filmu mogu potaknuti dječju kreativnost. Djeca koja su gledala film s elementima fantazije kasnije su pokazala veću maštovitost u smišljanju priča i rješenja problema u usporedbi s djecom koja nisu gledala takav sadržaj (Subbotsky i sur., 2010). Ključna je, naravno, razvojna dob djece pri odabiru filmova. Najmlađa djeca tek uče razlikovati fikciju od stvarnosti te su njima primjerenije kraće i jednostavnije animacije s jasnom porukom. Starija djeca i adolescenti mogu razumjeti složenije zaplete i simboliku filma. Svakako, razgovor o filmu je ključan dio koji potiče kritičko mišljenje i aktivno procesiranje informacija iz filma. Pomaže djeci i mladima artikulirati svoje misli, bolje razumjeti sadržaj i povezati filmske situacije sa stvarnim životom (Cheung i sur., 2022).

Utjecaj filma na socijalni razvoj. Filmski sadržaji mogu poslužiti kao model za učenje ponašanja. Bandurina teorija socijalnog učenja (1977) istraživala je fenomen kopiranja ponašanja prikazanih u filmovima. Bandurini eksperimenti bili su prvi znanstveni dokaz da djeca imitacijom reproduciraju ponašanje viđeno na filmu, što je potaknulo daljnja istraživanja o utjecaju nasilja u medijima. Također, istraživanja pokazuju utjecaj filma na usvajanje određenog životnog stila ili navika. Tako je veći broj adolescentskih pušača započeo pušiti upravo jer su to radili njihovi idoli na filmu (Song i sur., 2007). Slično tome, filmovi mogu nametati nerealne standarde ljepote, uspjeha i odnosa, pa mladi mogu razviti iskrivljena očekivanja. Kasnija istraživanja potvrdila su da se osim agresije i negativnih navika ponašanja kroz film i televizijske sadržaje mogu prenositi i prosocijalna ponašanja i stavovi (Mares i Woodard, 2005). Naime, film ima moć povezivanja ljudi i oblikovanja kolektivnog identiteta. Djeluje kao ogledalo društva, zorno pokazuje životne priče koje potiču mlade na promišljanje o tome tko su i kakve izbore čine. Takve priče mogu potaknuti raspravu o moralnim dvojabama, karakteru i posljedica ponašanja. Film o vršnjačkom nasilju može pokrenuti diskusiju o empatiji, poštovanju i hrabrosti da se pomogne žrtvi. Važna prednost filma je što uvjerljivo dočarava različite kulture, a tako mladi mogu učiti cijeniti različitosti umjesto da

ih se boje. Analiza Disneyjevih animiranih filmova otkrila je da uglavnom prenose poruke o prihvaćanju različitosti te važnosti obitelji i prijateljstva (Cheung i sur., 2022). Film omogućuje djeci da se emocionalno povežu s likovima i situacijama te kroz tu povezanost uče o međuljudskim odnosima, razvijaju empatiju i bolje razumijevanje drugih.

Posebno je značajno da gledanje filmova može postati društveno iskustvo kad se film gleda u obitelji, kinu ili razredu, što omogućuje zajedničko proživljavanje emocija i razgovor o njima. Taj zajednički aspekt filma potiče socijalno učenje jer mladi promatraju kako drugi reaguju na film, a kroz raspravu razvijaju sposobnost razumijevanja i tuđih perspektiva. U školskom okruženju to znači bolju suradnju i uključenost svih učenika u raspravu, pa i onih sramežljivih koji kroz priču o filmu lakše progovore.

Kroz identifikaciju s filmskim likovima i kroz njihove odnose, djeca posredno vježbaju socijalne vještine. Na primjer, kada filmski likovi uspješno rješavaju sukobe, djeca tako uče strategije komunikacije i pregovaranja. U pedagoškom smislu film je izvrstan poligon za razvijanje socijalnih vještina. Filmovi s temama prijateljstva, tolerancije i timskog rada mogu modelirati pozitivna socijalna ponašanja (Galanski i Malafantis, 2022).

Zapravo, film aktivira iste neurološke procese koji su uključeni u svakodnevne socijalne interakcije i učenje, što objašnjava zašto filmovi mogu biti snažni motivacijski i terapijski alati. Nerijetko djeca formiraju imaginarne emotivne veze s omiljenim likovima i medijskim zvijezdama (Bond i sur., 2025). Iako su djeci poznati samo s ekrana, ti likovi služe kao socijalni modeli od kojih mladi uče društvene norme. Kroz takvo poistovjećivanje, dijete može usvojiti pozitivne karakteristike lika, kao hrabrost ili suosjećanje, i tako usavršavati vlastiti identitet i samopouzdanje. Stoga uvijek vrijedi birati sadržaje koji potiču suradnju i solidarnost. Ako filmovi prikazuju pozitivne društvene interakcije poput prijateljstva i suradnje, djeca će to lakše internalizirati kao poželjno ponašanje. Dakle, filmski likovi i priče djeluju kao modeli te omogućuju djeci u sigurnom okruženju vježbanje razumijevanja vlastitih i tuđih emocija, moralno prosuđivanje te razvijanje socijalnih vještina kroz identifikaciju s likovima.

Istraživanje na djeci od 3. do 12. godine, koristeći fMRI, ukazuje kako gledanje filmova koji prikazuju međuljudske odnose i unutarnje procese likova potiče razvoj mreže teorije uma, ključne za empatiju i socijalno razumijevanje (Richardson i sur., 2018). Ovaj učinak se s dobi pojačava, što znači da film može biti vrijedan alat u poticanju socijalno-kognitivnog razvoja kod djece i mladih. Posebno se ističe važnost kvalitetnog filmskog sadržaja prilagođenog uzrastu. Kao i međusobna komunikacija djeteta s roditeljima ili nastavnicima jer kroz diskusiju o filmu znatno se pojačava pozitivan učinak filmskog iskustva na dijete. Naime, značajno je da odrasla osoba uz dijete analizira kako se lik na filmu osjeća jer to dodatno poboljšava kod djece emocionalni vokabular. Foulds (2023) je istražio učinak zajedničkog obiteljskog gledanja edukativnih sadržaja i našao da roditeljsko komentiranje potiče razgovore o emocijama i ponašanju. Tako dijete uči s roditeljem interpretirati socijalne situacije, na primjer zašto je lik nešto učinio, ujedno vježba argumentaciju i dodatno učvršćuje svoje socijalne kompetencije. Gasser

i suradnici (2022) navode kako film nudi razne načine socijalnog učenja, poput shvaćanja dublje moralne lekcije iz filma i razvoja empatije. Prosocijalni sadržaji mogu motivirati mlade na takvo ponašanje u stvarnom životu, čak više nego što nasilni sadržaji potiču agresiju (Mares i Woodard, 2005). Stoga su filmovi važni za socijalni razvoj djece i mladih. Također, film u razredu može postati katalizator za empatiju, povod za razgovor o osjećajima i vrijednostima ili jednostavno medij za opuštanje tog dana. U svijetu u kojem se mladi ionako lako povezuju s vizualnim medijima, film može nastavnicima biti snažan saveznik u edukaciji i brizi za mentalno zdravlje. Medij filma može obogatiti unutarnji svijet djece i mladih. Ključ uspjeha je odabir filma primjeren dobi i osjetljiv na teme relevantne uzrastu, uz obaveznu raspravu poslije gledanja. Tako filmska projekcija prestaje biti pasivno gledanje, već postaje aktivno iskustvo učenja i rasta.

Utjecaj filma na emocionalnoj, kognitivnoj i socijalnoj razini nije uvijek jednoznačan. Ovisi o kontekstu, dobi i individualnim karakteristikama osobe. Kod mlađe djece emocionalna reakcija može biti vrlo snažna i neposredna, dok adolescenti češće traže dublje značenje i simboliku. Na razini kognitivnog razvoja film može potaknuti kritičko promišljanje, ali i oblikovati zablude ako se sadržaj ne interpretira pravilno. Na socijalnoj razini filmovi mogu poticati zajedništvo i empatiju, ali i podjele ako promoviraju stereotipe i neprijateljstvo prema određenim skupinama. Uz navedene utjecaje nezaobilazan je utjecaj filma na moralni razvoj.

Utjecaj filma na moralni razvoj. Moralni razvoj odnosi se na razvoj vrijednosti, savjesti i sposobnosti prosuđivanja o etičkim pitanjima. Kroz povijest, kroz priče su se prenosile moralne pouke, kao što danas film nastavlja tu tradiciju. Često sadrži jasne poruke o dobru i zlu, prikazuje posljedice nemoralna i slavi ljudske vrline. Prema klasičnim teorijama, djeca prolaze kroz stupnjeve moralnog razvoja od ranih faza kada orijentacija na moral dolazi iz straha od kazne ili želje za nagradom pa do zrelijih faza gdje se ravnaju prema društvenim vrijednostima i vlastitim etičkim načelima (Kohlberg, 1984). Suočavanje s moralnim dvojbama pomaže djeci da napreduju kroz te stupnjeve. Tu film može biti od velike koristi jer često stavlja likove pred moralne izbore s kojima se mladi gledatelji mogu poistovjetiti. Diskusija o takvim scenama u razredu može potaknuti učenike da kritički promisle o moralnim načelima, poput zašto je ispravno pomagati i onda kad je teško. Djeca uče razliku između dobra i zla promatrajući posljedice ponašanja filmskog lika.

Već od predškolske dobi filmovi mogu oblikovati vrijednosti. Djeca tako češće opisuju hrabra i pravedna djela u filmovima kao pozitivna, što znači da prepoznaju te osobine kao uzore ponašanja. Za moralni odgoj važno je razvijati ne samo razumijevanje moralnih koncepata, nego i moralne emocije poput suosjećanja, osjećaja krivnje ili divljenja prema dobroti (Wonderly, 2009).

Film je učinkovit u angažiranju emocija publike. U emocionalno snažnim scenama, kao što su scene altruizma za dobro drugih ili pak nepravde nanese ne nedužnima, djeca mogu osjetiti duboke emocije koje su povezane s moralnim vrijednostima. Djeca u skladu s razvojnim procesima nakon osme godine mogu osjetiti moralno nadahnuće kod gledanja plemenitih djela na filmu (de Leeuw i Janicke, 2023). Film može inspirirati djecu da slijede pozitivne uzore i pomažu

drugima. To je znak razvoja moralnog identiteta i usvajanja vrlina kao dijela svoje ličnosti.

Dakle, filmovi mogu poboljšati moralno rasuđivanje. Ipak, djeca ne usvajaju uvijek automatski moralnu pouku iz filma, već su ponekad za to potrebne smjernice odraslih. Mlađa djeca teže mogu razumjeti kompleksnu pouku, zato nastavnici mogu film koristiti kao uvod u raspravu o etici, tipa što smo naučili ili koja je pouka filma. Filmovima se također može obogatiti nastava građanskog odgoja i sat razredne zajednice. Primjerice, gledanje dokumentarca o nekom povijesnom događaju s jakim etičkom dimenzijom, poput borbe za ljudska prava, može pokrenuti učenike na diskusiju o moralnim vrijednostima u društvu. Kroz takvu diskusiju učenici uče univerzalne vrijednosti poput poštivanja drugih, jednakosti i tolerancije na puno životniji način nego pukim čitanjem definicija iz udžbenika.

Kroz identifikaciju s pozitivnim likovima, mladi oblikuju vlastite stavove o tome što je pravedno, odgovorno i vrijedno, čime se posredno jača i njihovo mentalno zdravlje. Djeca koja razviju empatiju, osjećaj za pravednost i spremnost da pomognu drugima lakše grade kvalitetne odnose i pozitivnu sliku o sebi kao moralnim osobama, a što je temelj zdrave ličnosti.

Zaključno, film djeluje na mentalno zdravlje djece i mladih kroz više razina istodobno. Na emocionalnoj razini film razvija empatiju i emocionalnu pismenost. Na kognitivnoj razini potiče interpretaciju, učenje i promišljanje. Socijalno, oblikuje identitet i društvene odnose. Na moralnoj razini oblikuje osjećaj za pravdu i odgovornost prema sebi i drugima. Zbog tog složenog međudjelovanja film može biti snažan saveznik u odgoju i obrazovanju, ali samo ako se koristi kritički i uz podršku odraslih koji će djeci i mladima pomoći razumjeti i iskoristiti potencijal koji pruža medij filma.

Pozitivni i negativni učinci filma na mentalno zdravlje

Film je moćan medij koji ima značajan utjecaj na emocije, vrijednosti, stavove i ponašanje. Djeluje na mentalno zdravlje, posebno snažno kod djece i mladih. Njegov utjecaj nije jednoznačan, može biti duboko pozitivan, poticajan i ljekovit, ali i štetan, ovisno o sadržaju i kontekstu gledanja. Upravo ta dvosjekla priroda filma, moć da podigne i osnaži, ali i da oslabi i ugrozi, razlog je zbog kojeg se sve češće naglašava važnost filmske pismenosti kao temelj za zaštitu mentalnog zdravlja.

Filmovi mogu motivirati i nadahnuti. Kada film prikazuje likove koji se uspješno suočavaju s izazovima i ostvaruju svoje ciljeve, može pružiti poticaj gledatelju. Može se koristiti i u procesu psihoterapije kako bi inspirirao pozitivne promjene i potaknuo razvoj vrlina (Niemić, 2020). Posebno tome mogu doprinijeti biografski i sportski filmovi koji često motiviraju mlade na upornost i realizaciju ciljeva. Značajno je da se empatija i socijalno razumijevanje također mogu razvijati kroz film. Uranjanje u sudbine ljudi može potaknuti bolje razumijevanje drugih i drugačijih. Publika se tako senzibilizira za društvene teme i stigmatizirane

skupine. Moćna filmska priča može potaknuti promjene stavova te djelovati psihoedukativno, šireći svijest o važnim temama poput mentalnog zdravlja. Osim toga, gledanje filmova kao društvena aktivnost zbližava ljude. Razgovor o filmu doprinosi osjećaju povezanosti i razumijevanja. Također može poboljšati komunikaciju u obitelji i među prijateljima.

Filmovi mogu pružiti i emocionalno olakšanje. Opuštanje uz film omogućuje bijeg od svakodnevnih briga, popravljajući raspoloženje i reducira stres. Posebno se u tome ističe žanr komedije. Smijeh ima terapijski učinak i dokazano smanjuje razinu hormona stresa (Yim, 2016). Zanimljivo je kako i sadržaji koji pobuđuju emociju tuge i suze, paradoksalno, također mogu dovesti do osjećaja rasterećenja i otpuštanja napetosti (Sharma i sur., 2020). Kroz identifikaciju s likovima i radnjom filma gledatelj kroz katarzu metabolizira vlastite emocije. Film kao moćan medij, ako se mudro koristi, može obogatiti emocionalni svijet djece i mladih. Kroz filmske priče djeca uče prepoznati i imenovati emocije, razvijaju empatiju, stavljaju se u tuđu kožu te uče izražavati i regulirati vlastite osjećaje. Tako film postaje ne samo zabava, već i vježba emocionalnih vještina, poput poligona na kojem djeca sigurno isprobavaju svoje reakcije na razne životne situacije. Upravo je stoga jedan od najvažnijih pozitivnih učinaka filma razvoj emocionalne pismenosti. Gledajući filmske priče, djeca i mladi susreću se s emocijama koje možda sami nisu doživjeli ili ih ne znaju imenovati. Prepoznavanje tuge, straha ili radosti kod filmskih likova pomaže im da razviju sposobnost razumijevanja vlastitih osjećaja i osjećaja drugih. Film može biti alat za razvoj emocionalne inteligencije jer pruža sigurno okruženje u kojem gledatelji vježbaju empatiju.

Film također ima edukativnu ulogu. Kroz filmove djeca uče o različitim kulturama, društvenim problemima, povijesti i znanstvenim spoznajama. U obrazovnom kontekstu filmovi se sve češće koriste kao pomoćno nastavno sredstvo jer povezuju znanje s emocijama i tako ga čine dugotrajnijim. Valkenburg i Piotrowski (2017) ističu da prosocijalni sadržaji, oni koji prikazuju pomaganje, suradnju i solidarnost, potiču kod djece slična ponašanja u stvarnosti.

Važan učinak ima katarzična funkcija filma. Još od antike poznato je kako umjetnost kroz katarzu pročišćava emocije. Danas je film jedan od značajnih medija u kojem to dolazi do izražaja. Kada mladi prožive iskustvo tuge, straha ili radosti kroz filmske likove, često doživljavaju emocionalno olakšanje i osjećaj rasterećenja. Upravo zato terapeuti koriste film kao terapijsko sredstvo, ali i alat za otvaranje tema koje inače klijenti, bez obzira na životnu dob, teško mogu izreći (Dermer i Hutchings, 2000).

Film pridonosi razvoju identiteta. U adolescenciji, kada mladi traže uzore, filmovi pružaju bogat spektar likova i filmskih priča u kojima se mogu ogledati. Adolescencija predstavlja ključno razdoblje za oblikovanje identiteta, a film može biti ogledalo u kojem mladi pronalaze potvrdu vlastitih dilema i inspiraciju za životne odluke. Posebno važni mogu biti filmovi koji nude različite prikaze rodnih, kulturnih i socijalnih identiteta jer time pomažu u razvijanju tolerancije. Jedan od pozitivnih učinaka filma svakako je destigmatizacija mentalnih poteškoća. Kada filmovi prikazuju realistične i empatične priče o osobama s mentalnim bolestima, oni razbijaju predrasude i potiču spremnost na traženje pomoći.

Film nije zamjena za stvarni život i odnose, već nadopuna koja nosi i odgovornost. Iako filmovi nude brojne prednosti, potrebno je biti svjestan i mogućih negativnih utjecaja, osobito kada sadržaj nije primjeren dobi ili kada nema dovoljno podrške odraslih u razumijevanju viđenog.

Može prikazati najbolje od ljudskih vrijednosti, ali i nepoželjne obrasce funkcioniranja. Najviše je istraživana utjecaj nasilnih filmskih sadržaja na ponašanje mladih. Još 1960-ih Bandura (1977) je eksperimentalno pokazao da djeca oponašaju agresiju koju vide na filmu. Nakon gledanja snimke odrasle osobe koja se ponašala agresivno prema lutki, djeca su i sama pokazala pojačane agresivne ispade u igri. Ovi rani nalazi potkrijepljeni su kasnijim metaanalizama koje su potvrdile da učestalo izlaganje filmskom nasilju povećava sklonost agresivnim mislima i ponašanju kod djece i mladih (Anderson i sur., 2003). Nasilne filmske scene postaju model ponašanja koji mladi uče i internaliziraju, osobito ako se junaku dive i, što je osobito značajno, ako nasilje u filmu nije sankcionirano nego nagrađeno.

Ali osim oponašanja problem je i desenzibilizacija. Naime, učestalo gledanje nasilja slabi emocionalnu reaktivnost na prizore patnje i okrutnosti. Kod mladih koji često gledaju nasilne akcijske filmove pada prirodna empatijska reakcija na tuđu bol, što je izrazito nepoželjan ishod. Osim toga, nasilni sadržaji doprinose negativnoj percepciji svijeta kao opasnog i nesigurnog mjesta, zbog čega raste strah i nepovjerenje u okolinu.

Horor i triler sadržaji također su žanrovi filmova s potencijalno štetnim utjecajem. Intenzivan strah koji horor film izaziva može rezultirati uznemirujućim uspomnama, noćnim morama i anksioznošću, osobito kod djece. Istraživanja su dokumentirala da djeca i mladi često imaju dugotrajne reakcije straha nakon što su gledali horor film. Uostalom, većina se odraslih može prisjetiti barem jednog filma iz djetinjstva, primjerice scena iz horora *Noć vještica*. Razlog je to što djeca teško razlikuju fikciju od stvarnosti te slike čudovišta ili nasilja percipiraju kao realnu opasnost. Čak i kad odrastu, sjećanje na taj strah može ostati vezano uz određene asocijativne podražaje. Zavrjesa na tuš-kabini ostaje okidač sjećanja na davni Hitchcockov film. Dakle, prerano ili neprimjerenost izlaganje, posebno horor, smatra se rizičnim čimbenikom za emocionalnu sigurnost djeteta. Ali scene horora ili napete triler scene i kod odraslih mogu pobuditi živčani sustav, ubrzati rad srca, izazvati anksioznost i unutarnju tenziju. Navedimo kao primjera klijenta koji je nakon što je gledao realističan film o avionskoj nesreći, pri sljedećem putovanju avionom imao paničnu reakciju straha.

Drame koje prikazuju tragične sudbine, gubitak voljenih i depresivne teme mogu snažno utjecati na raspoloženje, posebno ukoliko filmske scene asociiraju gledatelja na vlastite životne traume. Gledatelji se mogu duboko emotivno uživjeti u priču i biti potišteni nakon filma. Takvi filmovi, prikazani bez podrške odraslih, mogu preplaviti dijete ili čak potaknuti simptome nalik traumi, osobito ako je film realističan i zastrašujući. Tu spadaju i filmovi u kojima stradaju životinje. Godinama nakon potresa ili ratnih trauma, scene katastrofa mogu uznemiriti male i odrasle gledatelje, posebno one koji su pretrpjeli gubitke. Kod ranjivih osoba koje se inače bore s depresijom ili tjeskobom, takvi filmovi mogu potaknuti i

negativne misli, čak i suicidalna promišljanja. Težak film može pojačati osjećaj tuge i beznađa, dok pozitivni pružaju utjehu i nadu.

Utjecaj filma ovisi o trenutnom psihičkom stanju gledatelja. Ono što je nekom emocionalno rasterećenje, drugome može biti izvor tjeskobe. Stoga je izuzetno važno poznavati vlastite granice i birati sadržaje u skladu sa svojom strukturom. A to je posebno delikatno u razdoblju adolescencije, s obzirom da su mladi podložni utjecaju vršnjaka te nerijetko prelaze vlastite granice u situacijama u kojima žele biti prihvaćeni.

Ujedno, pretjerano optimistična percepcija ima svoju cijenu. Filmske priče nerijetko prikazuju idealizirane likove i ishode, što može rezultirati nerealnim očekivanjima u životu. Primjer su filmovi koji idealiziraju odnose i u kojima ljubav sve pobjeđuje. Mladi upijaju takve romantizirane ideale koji su u neskladu s realnim vezama. Istraživanja pokazuju da mladi koji vjeruju u idealizirane filmske koncepte češće prihvaćaju vjerovanja o savršenom princu i princezi, a onda realnost donese frustraciju kad shvate da su stvarne veze drugačije (Hefner i Wilson, 2013).

Također, određeni klišeji poput „dobri likovi su lijepi, a loši ružni” implicitno kod djece mogu povezati vanjstinu s vrijednošću osobe (Bazzini i sur., 2010). Filmovi sa seksizmom, stereotipima i veličanjem rizičnih ponašanja daju pogrešne poruke. Tako se adolescenti zbog potrebe za prihvaćanjem i sindroma mladenačke besmrtnosti mogu identificirati s likovima koji se rizično ponašaju, primjerice u prometu. Ali filmovi mogu prikazivati stereotipno i druge aspekte života, poput prijateljstva, seksualnosti, izgleda tijela ili financijskog uspjeha. Takvi stereotipi kod mladih mogu stvoriti pritisak da moraju živjeti i izgledati prema nerealnim standardima, a ta unutarnja tenzija vodi osjećaju vlastite insuficijencije, niskom samopoštovanju i nezadovoljstvu životom. Filmovi koji prikazuju savršene odnose i životne uvjete mogu izazvati osjećaj da vlastiti život nije dovoljno dobar, što povećava tjeskobu i depresivnost (Twenge i Campbell, 2018). Idealizirani prikazi ljepote, osobito kod djevojaka, povećavaju rizik za poremećaj prehrane i nisko samopouzdanje (Perloff, 2014).

Negativni učinci filma uključuju i stigmatizaciju mentalnih bolesti. Kada filmovi mentalne poremećaje prikazuju isključivo kroz prizmu nasilja ili bizarosti, oni kod mladih učvršćuju predrasude. Takvi prikazi otežavaju prihvaćanje vršnjaka s poteškoćama i obeshrabruju otvoreni razgovor o vlastitim problemima.

Vrijeme provedeno pred ekranom predstavlja također značajan rizik koji je povezan uz film, ali i digitalne medije. Pretjerano gledanje filmova povezano je s poremećajem spavanja, manjkom tjelesne aktivnosti i rizikom od emocionalnih poteškoća (Keles i sur., 2020). Mada film može olakšati realitet kroz privremeni bijeg u svijet fikcije, on može postati i alat za izbjegavanje problema, umjesto prostor za njihovo sagledavanje. U današnje vrijeme, kada su filmovi stalno dostupni, postoji rizik da djeca i mladi provedu previše vremena pred ekranom. Iako je umjereno uživanje u gledanju filmova korisno, prekomjerno povlačenje u fiktivne svjetove predstavlja bijeg od realnosti i ugrožava mentalno zdravlje. Time se smanjuje mogućnost za druge zdrave aktivnosti poput boravka u prirodi i druženja s prijateljima, što pridonosi osjećaju izolacije i sniženom raspoloženju. Neka istraživanja sugeriraju da pretjerano korištenje ekrana u najmlađoj dobi može biti

povezano s kašnjenjem u razvoju socijalnih vještina i većom emocionalnom reaktivnošću jer djeca navikla na stalnu zabavu pred ekranom teže toleriraju dosadu i mogu imati slabiju samokontrolu. Twenge i Campbell (2018) upućuju na povezanost simptoma anksioznosti i depresije s većim brojem sati provedenih uz ekrane. Ali taj odnos je kompleksan jer osobe s depresivnim tegobama također mogu češće koristiti ekran upravo radi utjehe. Metaanaliza 18 longitudinalnih studija istraživala je povezanost između vremena provedenog pred ekranom i rizika od depresije. Ti rezultati su pokazali da je vrijeme provedeno pred ekranom povezano s povećanim rizikom od depresije, posebno kod žena (Li i sur., 2022). Naime, kada se vrijeme provedeno pred ekranima poveća, žene imaju manje vremena za bliske odnose, čime raste rizik za mentalne poremećaje poput depresije. Značajan je utjecaj vremena provedenog pred ekranom na razvoj depresije, posebno kod mladih. Nalazi podržavaju ograničavanje vremena provedenog pred ekranom za adolescente, mada rezultati o utjecaju vremena provedenog pred ekranom na depresiju kod starijih osoba nisu bili statistički značajni. Buduća istraživanja trebaju analizirati utjecaj vremena provedenog pred ekranom na rizik od depresije zasebno za različite dobne skupine..

Kako bi se smanjili negativni učinci filma, ključna je uloga obrazovanja i filmske pismenosti. Ključno je da značajni odrasli, bilo to roditelji, odgajatelji ili nastavnici, aktivno sudjeluju u poticanju filmske pismenosti kod djece i mladih, da biraju sadržaje koji potiču pozitivne vrijednosti, gledaju ih zajedno kada je to moguće i nakon gledanja filma potiču razgovor o dobrom i lošem viđenom u filmu. Djeca i mladi trebaju učiti kako kritički promatrati sadržaje i razlikovati fikciju od stvarnosti. Upravo zajedničko gledanje i rasprava pomažu djeci da bolje razumiju ono što su vidjela i da razviju otpornost na manipulativne poruke. Poželjno je gledati filmove koji potiču empatiju, suradnju i razmišljanje, dok bi filmove s nasilnim ili stereotipnim sadržajima trebalo popratiti kritičkom analizom. Tako film ne postaje zabranjeni sadržaj, već prilika za učenje i osvještavanje. Ključno je, dakle, razvijati kritički odnos prema filmu, odnosno filmsku pismenost, kako bi snaga filma bila usmjerena na poticanje emocionalne otpornosti, znanja i socijalne povezanosti, a ne na pojačavanje ranjivosti.

Filmovi mogu biti vrijedan alat u preventivnim programima, kampanjama za mentalno zdravlje i terapijskom procesu, ali samo ako su pažljivo odabrani i stručno vođeni. Stoga je značajno razvijati suradnju između obrazovnog sustava i stručnjaka za mentalno zdravlje.

Film i mentalno zdravlje u kontekstu sociokulturalnih i individualnih razlika

Odnos filma i mentalnog zdravlja je složen. Osim sadržaja filma, bitan je i kontekst: tko i gdje gleda film, koje dobi, s kojim životnim iskustvima, gleda li film sam ili u društvu, pasivno ili aktivno. To su samo neki od čimbenika koji sudjeluju u interakciji filma i mentalnog zdravlja.

Sociokulturni čimbenici

Film nije samo zabava ili umjetnost, već i prenositelj vrijednosti i normi društva. To je posebno značajno u formativnom razdoblju. Utjecaj filma na mentalno zdravlje djece i mladih je snažniji i može sudjelovati u oblikovanju razvoja. Prema teoriji socijalnog učenja, djeca i mladi uče promatrajući i oponašajući značajne modele. Filmski likovi postaju upravo takvi modeli, a njihove emocije i ponašanja djeluju na gledatelje. Kada filmski sadržaji potiču prosocijalna ponašanja, mogu biti snažan alat u razvoju empatije i moralnih vrijednosti. Ali kada promoviraju nasilje i stereotipe, pridonose normalizaciji destruktivnih obrazaca u životu. Osim ponašanja, filmovi oblikuju stavove o tome što je prihvatljivo, poželjno i vrijedno. Dugotrajna izloženost filmskim sadržajima može oblikovati percepciju društvenih normi i vrijednosti. Film može učvrstiti vrijednosti poput konzumerizma i individualizma, kao što ih može i osporiti, otvarajući prostor za kritičko promišljanje i društvene promjene. Kada filmovi prikazuju solidarnost i empatiju, oni postaju izvor moralnih i etičkih lekcija. Kada glorificiraju nasilje i osvetu, potiču usvajanje destruktivnih obrazaca funkcioniranja. Promjena stavova utječe i na ponašanje te, primjerice, filmovi koji se bave društvenim nepravdama mogu potaknuti aktivizam kod mladih i građansku odgovornost. Ipak, film nije univerzalno iskustvo tako da percepcija filma snažno ovisi o kontekstu kulture. Filmovi su odraz društva, ali otvaraju i svijet iskustava koja možda nemamo priliku osobno doživjeti. Mladi putem filma uspoređuju vlastite živote s onima na ekranu. Taj proces može dovesti do osjećaja pripadnosti nekoj zajednici ili do otuđenja ukoliko im nije blizak sadržaj filma vezan uz tu zajednicu. S druge strane, filmovi koji prikazuju različite kulture mogu poticati ujedno toleranciju i međukulturno razumijevanje. To je posebno značajno u kontekstu migracija i multikulturalnosti kad film postaje alat socijalne inkluzije. Suprotno tome, stereotipni prikazi određenih kultura mogu učvrstiti predrasude i povećati socijalnu distancu. Prema teoriji kultivacije, dugotrajna izloženost televiziji oblikuje percepciju stvarnosti usklađujući stavove gledatelja s prikazima na ekranu (Gerbner i sur., 1998). Potiče vjerovanje u sliku stvarnosti koju dijeli ista publika. Što više filmskih sadržaja gledaju, veća je vjerojatnost da će njihova percepcija svijeta biti u skladu s prikazima na ekranu. To je posebno značajno danas kada na internetu pretražujemo neki pojam, algoritmi stalno vode u tom smjeru i ograničavaju povratak. Isto se događa i na *streaming* platformama koje stalno predlažu sadržaj temeljem gledanog u prvih 15-ak dana. Takav algoritam, nazovimo ga *više istog*, zasigurno ograničava raznolikost sadržaja te kritičnost i objektivnost. Izloženost sadržajima koji naglašavaju altruizam može oblikovati optimističniju sliku svijeta. S druge strane, tjeskobu pojačavaju oni filmski sadržaji koji potiču uvjerenja da je svijet opasnije mjesto nego što zapravo jest. Uvjerenja i doživljaji koje filmovi pobuđuju ne djeluju samo na pojedinca, nego i na zajednicu jer filmovi ujedno mogu potaknuti raspravu i razmjenu mišljenja. Dobro je što putem filma možemo s bliskim ljudima otvoriti prostor za razgovor o teškim temama poput bolesti, smrti ili nasilja te u takvom sigurnom kontekstu izraziti svoje misli i emocije. Posebno kontekst zajedničkog gledanja i doživljaja filma jača socijalnu povezanost i može smanjiti osjećaj usamljenosti.

Ličnost i film

U psihologiji se dugo raspravljalo o tome djeluju li filmovi i mediji pasivno na publiku ili je publika aktivni sudionik u procesu odabira i interpretacije. Teorija koristi i zadovoljstva (Blumler i Katz, 1974) naglašava da gledatelji nisu pasivni primatelji, nego aktivno biraju sadržaje koji će zadovoljiti njihove emocionalne, kognitivne i socijalne potrebe. Naglašavaju da nije pitanje što mediji čine ljudima, već što ljudi čine s medijima. Djeca i mladi filmove biraju i prema tome kako se osjećaju i što im nedostaje. Dijete koje osjeća usamljenost može tražiti film o prijateljstvu, dok će adolescent koji se suočava s krizom identiteta birati filmove koji govore o odrastanju i potrazi za sobom. Film može biti snažan alat i za razvoj identiteta i socijalne percepcije, ali jednako tako i izvor rizika ako se koristi nekritički i bez pedagoške podrške. Negativni učinci potiču jačanje agresije, stereotipe i stigmatizaciju, primjerice mentalnih bolesti, kao i porast nezadovoljstva sobom i vlastitim životom zbog idealiziranih prikaza u filmovima (Perloff, 2014; Twenge i Campbell, 2018). Ti učinci posebno su izraženi kod ranjivih skupina djece i mladih, onih koji imaju probleme u obitelji ili psihičke tegobe. Upravo stoga odrasli imaju presudnu ulogu kao posrednici između djeteta i filma, koristeći analizu sadržaja filma i odabir prikladnih sadržaja.

Za utjecaj filma dakle nije bitan samo sadržaj filma, već i kontekst, tko gleda film, s kojim iskustvima i s kim gleda film. U kontekstu rodnih uloga, djevojke i mladići mogu različito doživljavati i interpretirati filmske sadržaje. Djevojke se mogu češće identificirati s likovima koji su usmjereni na izgled i međuljudske odnose, dok se mladići lakše poistovjećuju s onima koji simboliziraju snagu, moć i dominaciju. Važno je naglasiti da takve razlike nisu nužno biološki uvjetovane, već su u velikoj mjeri oblikovane kulturnim normama i društveno konstruiranim rodnim ulogama. Filmovi koji promoviraju idealizirane standarde ljepote mogu kod djevojaka pojačati nezadovoljstvo vlastitim izgledom i narušiti samopoštovanje, dok prikazi snažnih, samostalnih i kompetentnih ženskih likova mogu imati osnažujući učinak. Mladiće pak često privlače akcijski i nasilni filmski sadržaji koji mogu poslužiti kao obrasci ponašanja, čime se povećava rizik od prihvaćanja agresivnih obrazaca i *macho* stereotipa (Coyne i sur., 2018). Nasuprot tome, filmovi koji naglašavaju suradnju, prijateljstvo i emocionalnu otvorenost mogu pridonijeti razvoju zdravijih i fleksibilnijih modela maskulnosti. Na taj način rod i spol djeluju kao važni posrednici u utjecaju filma na mentalno zdravlje djece i mladih. Osim toga, većina teorija emocija polazi od pretpostavke da ljudi nastoje tražiti ugodna emocionalna stanja, a izbjegavati neugodna. Postavlja se stoga pitanje zašto publiku privlače dramski i horor filmovi koji neminovno izazivaju neugodne emocije. Dosadašnja istraživanja tog naizgled paradoksalnog uživanja najčešće su se usmjeravala na motive gledanja s obzirom na spol i žanr, no sve je više dokaza da je potreba za afektom relativno neovisna o tim kategorijama. Potreba za afektom odnosi se na individualnu sklonost traženju i doživljavanju snažnih emocionalnih iskustava, uključujući i ona negativna. Osobe s visokom potrebom za afektom doživljavaju intenzivnije, često ambivalentne emocije te pozitivnije procjenjuju vlastite emocionalne reakcije na razini metaemocija, odnosno misli i osjećaja o

vlastitim emocijama. Istraživanja pokazuju da su gledatelji s izraženijom preferencijom za drame više uživali u filmu što je razina prijavljene tuge bila viša, dok su kod gledatelja s nižom preferencijom tuge i užitek bili obrnuto povezani (Oliver i suradnici, 2000). To sugerira da za ljubitelje drama i horora negativne emocije nisu tek nusprodukt filmskog iskustva, već njegov ključni izvor zadovoljstva.

Dodatna istraživanja uloge ličnosti u filmskim preferencijama upućuju na to da je sklonost dramama povezana s većom empatijom i emocionalnom identifikacijom, osobinama koje se često percipiraju kao dio ženske rodne uloge. Nasuprot tome, osobe s izraženim traženjem senzacija, višom razinom agresivnosti i nižom empatijom češće izvještavaju o uživanju u zastrašujućim i nasilnim filmovima (Hoffner i Levine, 2005). Iako se ti obrasci uklapaju u raširene rodne stereotipe, oni ne objašnjavaju u potpunosti složenost emocionalnog doživljaja filma. U tom kontekstu, koncept metaemocija pruža vrijedan okvir za razumijevanje uživanja u negativnim emocijama u filmu izvan rodno i žanrovski uvjetovanih obrazaca. Na primjer, tuga u filmu može uključivati osjećaje empatije i suosjećanja koji su kulturno cijenjeni i povezani s osjećajem smisla i osobnog osnaživanja, osobito kod gledatelja koji se s tim vrijednostima identificiraju. Time se dodatno naglašava važna uloga kulture i društvenih vrijednosti u oblikovanju odnosa između filma, emocija i mentalnog zdravlja.

Sposobnost percipiranja i razumijevanja filma znatno se mijenja u procesu razvoja. Kakav će film imati učinak ovisi o životnoj dobi i zrelosti gledatelja. Danas su digitalni mediji sastavni dio života, doslovno od kolijevke do groba. Utjecaj medija na mentalno zdravlje počeo se istraživati sedamdesetih godina prošlog stoljeća, u razdoblju kada su televizori masovno preplavili kućanstva. Na početku se istraživao negativni utjecaj reklamne propagande na djecu, ubrzo potom utjecaj agresivnih TV sadržaja na ponašanje djece, zatim utjecaj televizije na prehrambene navike djece i mladih, potom rodni stereotipovi. Krajem dvadesetog stoljeća, s razvojem digitalnih medija, ekrani postaju sastavni dio naših života već od samog rođenja. Rastu istraživanja koja proučavaju prednosti i nedostatke njihova korištenja, posebno utjecaj osobnih računala na razvoj mišljenja i učenje kod djece. Digitalni sadržaji u suvremenom društvu imaju funkciju socijalnih modela koji prenose stavove, poželjna ponašanja i životne vrijednosti. Proces učenja modeliranjem počinje od djetinjstva. Učenje bi bilo iznimno mukotrпно kad bismo se isključivo oslanjali na posljedice vlastitih postupaka. Značajne su stoga spoznaje stečene još prije pola stoljeća zahvaljujući poznatom Bandurinu (1977) eksperimentu u kojem su nasilno ponašanje najviše oponašala ona djeca kojoj je prikazan film u kojem takvo ponašanje nije sankcionirano, već nagrađeno. Dakle, učimo opažanjem stavova i ponašanja drugih, ali i ishoda takvog ponašanja.

Razvojna perspektiva presudna je za razumijevanje odnosa filma i mentalnog zdravlja. Djeca i adolescenti nisu homogena skupina. Njihova sposobnost razumijevanja, emocionalne regulacije i socijalne interakcije značajno se razlikuje ovisno o dobi. Zbog toga isti film može imati posve drugačiji učinak na predškolsko dijete, na dijete na početku puberteta ili na mladog čovjeka u kasnoj adolescenciji. Upravo razumijevanje tih razvojnih specifičnosti omogućuje bolji odabir filmova u pedagoškom i terapijskom radu te pomaže smanjiti rizik od negativnih učinaka.

Životna dob i film

U predškolskoj dobi film može pružiti snažno i fascinantno iskustvo. Djeca do sedme godine života prema teoriji kognitivnog razvoja tek razvijaju sposobnost razlikovanja fikcije i stvarnosti, pa ono što vide na ekranu doživljavaju vrlo doslovno. Zato filmovi s elementima nasilja, strave ili tuge mogu kod njih izazvati intenzivan strah, noćne more i dugotrajnu nelagodu. S druge strane, pozitivni i veseli sadržaji, poput priča o prijateljstvu, životinjama ili igri, mogu poticati maštu, razvijati rječnik i emocionalnu ekspresiju. Filmovi za predškolsku djecu mogu imati važnu edukativnu funkciju, osobito kada se koriste kao podrška u učenju jezika, socijalnih vještina i osnovnih moralnih vrijednosti. Djeca se lako poistovjećuju s animiranim likovima koji im postaju uzori, a ponavljanje obrazaca ponašanja iz filmova često se prenosi u igru i svakodnevni život. Kada se film koristi u vrtiću ili obiteljskom okruženju uz vođeni razgovor i objašnjenje odraslih, on postaje alat za poticanje emocionalne pismenosti i socijalizacije. Terapijska vrijednost filma u predškolskoj dobi očituje se u mogućnosti da djeca kroz identifikaciju s likovima izraze vlastite strahove i želje. Iako još nemaju razvijene verbalne sposobnosti da otvoreno govore o svojim emocijama, film im omogućuje simboličko izražavanje. Dijete može govoriti o strahu lika u filmu, a zapravo izražavati vlastite osjećaje. U tom smislu film pruža dragocjenu platformu za emocionalni rad i prevenciju anksioznosti u ranom razvoju. Postoje velike promjene u kognitivnim sposobnostima koje se pojavljuju između 2. i 3. godine života, a taj razvoj se onda odražava i na gledanje ekrana. U eri prije videa za djecu, roditelji su u prosjeku smatrali da gledanje televizije počinje s otprilike 2 i pol godine starosti. Nacionalna ispitivanja gledanosti televizije nisu pitala o djeci mlađoj od 2. godine jer se općenito vjerovalo da ne gledaju televiziju. Danas je ekran u rukama male djece sveprisutna pojava. Razvojem tehnologije unatrag dva desetljeća mala djeca već od dojenačke dobi sve češće provode vrijeme pred ekranom. Redovito gledaju ekrane, uglavnom mobitele i televiziju, unatoč preporukama koje govore da se to izbjegava do druge godine života. Djeca mlađa od 2 godine praktički ne bi trebala gledati televiziju ili filmove, osim video-poziva s obitelji, zbog štetnih učinaka na razvoj. Ipak, istraživanje u Hrvatskoj pokazuje kako sva ispitana djeca koriste male ekrane prije druge godine života, i to svakodnevno više od dva sata (Roje Đapić i sur., 2020). O utjecaju digitalnih medija na razvoj djeteta postoje brojne studije. Većina postojećih dokaza ukazuje na štetni potencijal. Istraživači i pedijatri Radesky i Christakis (2016) navode negativne učinke vremena provedenog pred ekranom, poput smanjene emocionalne regulacije i deficita pažnje kod djece. Naglašavaju kako uređaji mogu poremetiti komunikaciju i odnose u obitelji. Do danas nijedna studija nije pokazala koristi povezane s ranim gledanjem ekrana za djecu mlađu od dvije godine, ali navode potencijal za štetu.

Kad govorimo o filmu, zanimljivo je da će djeca različite dobi često različito reagirati na istu filmsku scenu. Istraživanja pokazuju da intenzitet i interpretacija emocionalnih reakcija u filmu ovise o dobi te će najmlađi biti osjetljiviji na glasnu glazbu i zamračenje te imati intenzivnije reakcije na zastrašujuće slike. Mali gledatelji doživljavat će sadržaje emotivnije i ekstremnije, *crno* ili *bijelo*, bez

nijansi. Primjerice, scena sukoba između likova u crtiću može biti za predškolca traumatična, izazvati plač i strah, dok će je školarci doživjeti kao igru. Adolescenti će istu scenu možda analizirati iz druge perspektive, u kontekstu razloga sukoba i moralne lekcije.

Mala djeca doživljavaju filmove vrlo emotivno i često ih shvaćaju doslovno, stoga im treba birati sadržaj prilagođen njihovoj stupnji razvoja i po mogućnosti gledati film u društvu odrasle osobe. Oko druge godine života djeca počinju igrati igre pretvaranja, njihova metla lako postaje konj, iščekuju Zubić vilu i druže se s imaginarnim prijateljem. Mogu ozbiljno doživjeti filmske prizore jer ne razlikuju fantaziju od stvarnosti. Čak i nasumične nasilne scene u dječjim filmovima mogu izazvati strah, anksioznost i noćne more. Dulje vrijeme gledanja i neprimjeren sadržaj od treće do šeste godine povećavaju rizik od emocionalnih tegoba i smetnji u ponašanju (Wang i sur., 2024). Četverogodišnjaci mogu vjerovati da su likovi iz Muppet Showa stvarni, kao i sve drugo što vide na ekranu. Između 3. i 5. godine počinju biti svjesni da su crtani filmovi namijenjeni upravo njima, no neće prepoznati promjenu žanra poput umetnutih reklama u crtane filmove, već će sve gledati kao cjelinu. U tom razdoblju djeca najčešće likove dijele na dobre i loše, pri čemu će pod lošim likovima smatrati one koji su fizički neprivlačni ili imaju tjelesna oštećenja. Djeca u toj dobi vole gledati nasilne sadržaje jer su popraćeni glasnom glazbom i brzom izmjenom scena, no nisu sposobna shvatiti posljedice nasilnih djela, pati li netko i je li počinitelj kažnjen. Između 5. i 6. godine postupno postaju sofisticiraniji u svojoj sposobnosti razumijevanja da se radi o kostimiranim osobama (Vinney, 2024). Djeci od 2. do 5. godine preporučuju se kratki i edukativni sadržaji uz roditelje. Oko 6. godine počinju razumijevati da ako je nešto opasno i ugrožavajuće na filmu ili u animaciji, to nije stvarno. No predškolce će svejedno lakše uznemiriti zastrašujuće i nasilne scene jer još nemaju razvijenu sposobnost regulacije emocija. Između 7. i 11. godine sposobnost logičkog razmišljanja raste i sve se više usredotočuju na realizam te postaju kritičniji prema TV sadržaju. U tom razdoblju počinju shvaćati je li počinitelj za svoja nasilna djela kažnjen. U toj životnoj dobi glavne uzore pronalaze među filmskim zvijezdama. Djecu te dobi mogu zanimati horor filmovi prije svega zbog osjećaja psihološkog uzbuđenja koje takvi sadržaji izazivaju kod njih, uz osjećaj olakšanja koji slijedi sa sretnim završetkom. Na taj način istražuju i svoje emocije, posebno strah. Veće su šanse da će djeca određene sadržaje smatrati zastrašujućima ako smatraju da je moguće da se takvi nasilni događaji dogode u stvarnom životu ili su okolnosti u kojima se nasilje događa slične okolnostima u kojima dijete živi.

Adolescenti mogu pratiti složenije priče, ali i oni trebaju usmjeravanje u razumijevanju utjecaja medija kako se ne bi zatvorili u krivim uzorima ili pogrešnim očekivanjima. U razdoblju rane adolescencije, između 10. i 12. godine, kognitivne sposobnosti se ubrzano razvijaju. Raste razumijevanje apstraktnih ideja i mogućnost praćenja složenih filmskih priča. Osjetljivo je to razdoblje formiranja identiteta i porasta utjecaja vršnjaka. Filmovi mogu poslužiti kao model vrijednosti i ideala. Mladi uče vrijednosti i obrasce ponašanja, poput nasilja, opijanja ili ponašanja u vezama, kroz promatranje filmskih likova. S obzirom na to da prolaze kroz oluju hormona i osjetljivi su na emotivne sadržaje, mladi adolescenti

intenzivnije reagiraju na dramatične ili romantične scene. Scene nasilja i straha mogu pojačati nesigurnost kod senzibilne djece, a seksualizirani sadržaji potaknuti različite reakcije poput znatiželje, zbuđenosti ili averzije. Osim toga, ulazak u adolescenciju donosi promjene u tijelu i psihi, a film postaje jedan od ključnih izvora identifikacije. Mladi u dobi od 11. do 14. godine počinju razvijati sposobnost apstraktnog mišljenja i složenijeg razumijevanja filmske priče te su istodobno vrlo osjetljivi na vanjske modele ponašanja. Uče promatrajući i imitirajući druge, pa filmski likovi imaju iznimno snažan utjecaj. Pozitivno je što filmovi u ovoj dobi mogu pomoći adolescentima da shvate univerzalnost određenih iskustava. Priče o prijateljstvu, odrastanju, prvim ljubavima ili obiteljskim sukobima nude im osjećaj da nisu sami u vlastitim dilemama. Film može potaknuti razgovor o temama koje je mladima teško izreći, poput osjećaja nesigurnosti, ljubomore ili potrebe za pripadanjem. U tom smislu film ima pedagošku vrijednost jer postaje poticaj za raspravu u školskom kontekstu, ali i u obiteljskom okruženju. Postavljamo li im pitanja o tome što im se svidjelo u filmu, što ih je zastrašilo ili što bi napravili na mjestu glavnog lika, potičemo proces kritičkog promišljanja koji pomaže da djeca i mladi ne internaliziraju pogrešne poruke iz filma-

S druge strane, negativni učinci u ranoj adolescenciji uključuju imitaciju nasilnih i rizičnih ponašanja te usvajanje stereotipa o spolu, ljepoti i uspjehu. Filmovi koji promoviraju nerealne standarde ljepote mogu pojačati nezadovoljstvo tijelom. Isto tako, idealizirani prikazi odnosa mogu dovesti do nerealnih očekivanja i frustracija u prvim vezama. Nastavnici i roditelji trebali bi filmove koristiti kao alat za razvoj kritičkog mišljenja i za otvaranje tema koje su bliske adolescentima. Kroz film se može govoriti o vršnjačkom nasilju, pritiscima okoline, granicama u odnosima i važnosti donošenja vlastitih odluka. U terapijskom radu film pruža mladima priliku da svoje emocije projiciraju na likove i situacije, čime se olakšava razgovor o osobnim iskustvima.

U kasnoj adolescenciji, između 15. i 19. godina, mladi razvijaju složenije oblike mišljenja i dublje promišljaju o vlastitom identitetu i društvenom položaju. Filmovi u ovoj dobi ne djeluju samo kroz emocije, već i kao izvor socijalnog i političkog osvještavanja. Mladi prepoznaju metafore, simbole i složenije narative te promišljaju o društvenim problemima poput nepravde, diskriminacije ili egzistencijalnih pitanja. Kroz identifikaciju s filmskim likovima razvijaju sposobnost razumijevanja emocija i pronalaze strategije suočavanja s intenzivnim emocijama koje su svojstvene adolescenciji. Film ima potencijal postati sigurno mjesto za istraživanje složenih emocija. Ujedno ima i kognitivni učinak jer oblikuje način razumijevanja svijeta. Film može biti snažan saveznik u razvoju identiteta jer mladima nudi likove s kojima se mogu identificirati, ali i različite perspektive koje potiču kritičko promišljanje. To je razdoblje istraživanja i donošenja odluka o vlastitom životu. Filmovi koji tematiziraju odrastanje, potragu za sobom ili društvenu odgovornost mogu ojačati proces razvoja identiteta i pridonijeti osjećaju svrhe. Mladi su istovremeno preplavljeni raznim očekivanjima i pritiscima društva. Filmski sadržaji za mlade često im služe kao autorefleksija kroz izazove formiranja identiteta, prijateljstava i prvih ljubavnih veza. No, uz slabiju filmsku pismenost, adolescenti mogu pogrešno interpretirati što je prihvatljivo ponašanje. Nužno ih

je stoga poučiti da kritički gledaju film i analiziraju motive likova. Osvještavanje da filmovi nisu stvarnost pomaže da mladi izbjegnju internalizaciju opasnih poruka iz nasilnih scena.

U toj su dobi sposobni razlikovati stvarne i nestvarne događaje koji se prikazuju. Negativni učinci filma u dobi kasne adolescencije češće se odnose na porast tjeskobe i nesigurnosti zbog uspoređivanja sa standardima uspjeha i moći na filmu. Pedagoški potencijal filma u kasnoj adolescenciji posebno je značajan. Filmovi se mogu koristiti u školama za razvoj medijske i građanske pismenosti jer potiču rasprave o društvenim problemima, moralnim dilemama i osobnim vrijednostima. U psihoedukativnom i terapijskom kontekstu film omogućuje mladima da reflektiraju vlastite odluke i planove za budućnost kroz prizmu likova i filmskih priča. Posebno je vrijedno što filmovi mogu otvoriti prostor za razgovor o smislu života, budućnosti i ulozi pojedinca u društvu, temama koje postaju sve važnije u kasnoj adolescenciji.

Uzmimo u obzir kako u odnosu na djecu i mlade odrasli gledatelji imaju ne samo razvijenu sposobnost razlučivanja fikcije od stvarnosti već i bolju emocionalnu regulaciju, pa često mogu racionalizirati sadržaj koji mlade može uznemiriti. Ali i kod odraslih može doći do intenzivnog emocionalnog proživljavanja i empatije prema liku iz filma, što može utjecati na raspoloženje. Istraživanja pokazuju da stariji odrasli u odnosu na mlade mogu doživjeti čak jače emocionalne reakcije, primjerice strah, ali se i brže oporavljaju od tih emocija (Fernández-Aguilar i sur., 2018). Starije osobe kod odabira filma preferiraju pozitivna iskustva te više cijene humor, nostalgичne i poučne priče. S druge strane, mlađi odrasli izvještavaju o većem ushITU i radosti kod gledanja zabavnih filmova u odnosu na starije gledatelje.

Kako će film djelovati na mentalno zdravlje značajno ovisi i o medijskoj pismenosti. Naime, odrasli su, za razliku od djece, sposobniji pristupiti sadržaju analitički i lakše razlikovati fikciju od stvarnosti (Vinney, 2024), no i njima je važno biti svjestan napetih scena kako bi mogli očuvati emocionalnu stabilnost. Odrasli gledatelji imaju zreliji kognitivni i emocionalni sustav za razumijevanje filmova. Većinom filmove gledaju kritički i sposobni su razlikovati umjetnički kontekst, pa na njih više utječu osobne traume ili usvojeni pogled na svijet nego same scene. Mentalno zdravlje odraslih nije značajno ugroženo filmovima namijenjenima odrasloj publici (18+), no i odrasli ponekad izbjegavaju filmove s traumatskim sadržajima kako ne bi pokrenuli vlastite traume i tjeskobu. Ustvari, mnogi odrasli prate film radi emocionalne katarze ili edukativne svrhe te obično svjesno biraju temu, poput edukativnog dokumentarca, komedije ili psihološkog trilera. Za razliku od djece, odrasli uglavnom ne oponašaju negativno ponašanje prikazano u filmu jer znaju posljedice, ali mogu internalizirati poruke i ideje koje film prenosi kroz stereotipe, predrasude i idealizacije. Premda imaju relativno zrele kognitivne mogućnosti te bolju kontrolu emocija, i oni ponekad mogu biti preplavljeni intenzivnim filmskim sadržajem, osobito ako nisu osposobljeni za kritičko promišljanje.

Sve generacije imaju osobitu ranjivost i specifičan način doživljaja filma. Mladi više reaguju na strah i uzbuđenje, stariji na emocije i pozitivnost. Filmovi,

kao snažan medij koji potiče maštu, empatiju i učenje, mogu ugroziti mentalno zdravlje ako se ne gledaju promišljeno. Filmska pismenost svakako pomaže smanjiti traumatski učinak. Uz to, djeca reagiraju bolje ako su pravodobno upoznata, primjerice najava o neprimjerenom sadržaju prije projekcije filma može ublažiti njihovu šok reakciju. Dobro vodstvo roditelja i nastavnika može poboljšati medijsku i filmsku pismenost mlade publike. Stoga je za svaku dob ključna odgovarajuća selekcija filmova, a u tome pomažu filmske oznake koje olakšavaju procjenu primjerenosti sadržaja. U Hrvatskoj su te oznake definirane Pravilnikom o kategorizaciji audiovizualnih djela (NN, 2021). Primjerice, oznaka 12 na ekranu u gornjem kutu znači da sadržaji nisu primjereni za mlade od 12 godina i moraju biti označeni grafičkom oznakom s brojem 12 zelene boje u prozirnom krugu, a prije takvih programa slijedi i zvučno upozorenje: Program koji slijedi nije primjeren za osobe mlađe od 12 godina. Oznaka 15 znači da sadržaji nisu primjereni za mlade od 15 godina i ne smiju se prikazivati od 7 do 20 sati te moraju biti označeni grafičkom oznakom s brojem 15 narančaste boje u prozirnom krugu. Oznaka 18 podrazumijeva programe koji su namijenjeni za gledatelje starije od 18 godina, koji se ne smiju prikazivati od 7 sati do 23 sata te moraju biti označeni grafičkom oznakom s brojem 18 crvene boje u prozirnom krugu.

Hrvatski sustav kategorija brojevima sličan je mnogim europskim zemljama. I nema dvostrukih oznaka poput britanskog "12A". U britanskom sustavu 12A znači da djeca mlađa od 12 godina mogu gledati film samo uz odraslu osobu i to im nije dopušteno samostalno, oznaka „15“ strogo zabranjuje gledanje mladima od 15 godina, dok oznaka „18“ označava sadržaj isključivo za odrasle (Bond, 2025). Iako oznake upozoravaju, roditelji i nastavnici i dalje su odgovorni za to što djeca gledaju. Prema istraživanju u Hrvatskoj iz 2024. godine (HAVC, 2025), gledanje neprimjerenih sadržaja s obzirom na uzrast gledatelja raste već u višim razredima osnovne škole. Važno je stoga da roditelji i nastavnici uzimaju u obzir ove oznake i medijsku pismenost koju nose. Dakle, korištenje filma, kao i u slučaju korištenja lijekova, isključivo uz prethodno čitanje uputstva.

Razlike leže i u provođenju. Neke zemlje imaju strogi zakonski okvir, primjerice zabranu puštati u kino osobe ispod preporučene dobi, dok je u drugim zemljama sustav dobnih razreda više savjetodavan. Također, u SAD-u filmska industrija daje procjene dobnih razreda, dok u mnogim europskim zemljama to radi državna komisija. Bez obzira o kojem postupku procjene se radi, preporučuje se zajedničko gledanje filma s djecom i mladima kako bi se moglo prodiskutirati o scenama i porukama. Time se potiče kritičko promišljanje o medijima kao temelj medijske pismenosti te razumijevanje da su filmovi kao umjetnički proizvodi često dramatičniji i da se njihovi sadržaji ne smiju doslovno oponašati.

Kad govorimo o vremenu izloženosti ekranima u kontekstu životne dobi, prema smjernicama Američke akademije pedijatarata iz 2016. godine djeca mlađa od 18 mjeseci ne bi trebala koristiti digitalne medije, a do 5. godine mogla bi koristiti maksimum do jednog sata dnevno uz roditelje koji im objašnjavaju video. Također se istraživao utjecaj vremena u danu kada se koriste mali ekrani, koji ekrani i koji sadržaji se koriste. Danas veliki broj djece svakako spada u rizičnu skupinu za razvijanje negativnih posljedica prekomjernog korištenja ekrana jer

način i količina izlaganja nadmašuju preporučene smjernice. Kod djece koja su više vremena izložena i uz manju kontrolu sadržaja, može se uočiti više agresivnih i rizičnih ponašanja. Ključno je digitalne medije koristiti umjereno i primjereno dobi. Rijetka su longitudinalna istraživanja u ovom području, no primjerice Landhuis i suradnici (2007) izvještavaju o značajnijim deficitima pažnje adolescenata koji su kao djeca predškolske dobi bili više izloženi ekranima. Danas se koristi izraz *Screen Time*, koji označava ukupno vrijeme koje osoba provodi pred ekranima. Nekoliko ranih studija o izloženosti mladih televiziji pokazalo je da djeca koja imaju poteškoća s prijateljima ili roditeljima, ili koja su inače nesretna ili nezadovoljna nekim aspektima svog života, posvećuju više vremena televiziji od onih koji su sretniji ili bolje prilagođeni. Prema Roberts i suradnicima (2010) djeca od 8. do 18. godine provode dnevno više od 7 i pol sati pred malim ekranima, a ako uzmemo u obzir paralelno korištenje, primjerice gledanje televizora dok koriste mobilni uređaj, brojka se penje na više od 10 sati dnevno. Inače, autori pokazuju kako trećina adolescenata većinu vremena koristi više medija istovremeno te ističu kako će intenzivna upotreba nekog medija biti povezana s intenzivnim korištenjem bilo kojeg medija. Vezano za utjecaj vremena provedenog pred ekranom na san, procijenjeno je da su djeca 2011. godine u prosjeku spavala jedan sat manje po noći u usporedbi s djecom s početka 20. stoljeća (Lissak, 2018). U usporedbi s ranijim desetljećima, kada je nesanica kod djece i mladih zahvaćala uglavnom do 5 % djece i manje od 10 % adolescenata, u digitalnom dobu bilježi se kod 7 – 12 % djece (8 – 14 godina) i 10 – 25 % adolescenata, uz snažnu povezanost s večernjim korištenjem digitalnih medija (Owens i Weiss, 2017). Nekoć je nesanica percipirana kao simptom psihičkih ili obiteljskih tegoba, a danas je povezana uz životni stil, digitalne navike i kulturom stalne stimulacije. Mladi svjesno odgađaju san kako bi bili online. Istraživanja pokazuju da plavo svjetlo ekrana, emocionalna pobuđenost i stalna online dostupnost remete cirkadijani ritam i značajno povećavaju rizik od nesаницe (Hale i Guan, 2015; Shochat, 2019). San je vrlo važan za neurološki razvoj dojenčadi i male djece. Sve više dokaza ukazuje na to da neadekvatan san, kako u trajanju tako i u kvaliteti, može ugroziti fizičko i mentalno zdravlje te psihosocijalno funkcioniranje mladih.

Djeca i mladi provode znatno više vremena pred ekranima nego ranije, pri čemu su razlike između djece i adolescenata vrlo izražene. Prema globalnoj metaanalizi djeca u predškolskoj i ranoj školskoj dobi često provode 1 – 2 sata dnevno pred ekranima (McArthur i sur, 2022). Adolescenti su znatno izloženiji digitalnim ekranima, većina ih van školskih obaveza provodi 4 ili više sati dnevno na ekranima (Zablotsky i sur, 2024). U ranijim dostupnim podacima u više europskih zemalja pokazuje se da roditelji iz Njemačke i Španjolske prijavljuju niže screen time vrijednosti za svoju predškolsku djecu (do 30 minuta dnevno), dok u Belgiji, Poljskoj i Bugarskoj predškolska djeca provode 1 – 4 sata dnevno pred ekranima (DeDecker i sur, 2012). Europska djeca i adolescenti u prosjeku provode nešto manje vremena pred ekranima nego njihovi vršnjaci u Sjevernoj Americi, ali su značajne razlike među europskim zemljama. Niže prosječne vrijednosti vremena provedenog pred ekranom uočavaju se u zemljama gdje su obiteljske rutine, strukturirano slobodno vrijeme i jasniji roditeljski nadzor snažniji zaštitni čimbenici te

zemljama s jačom kulturom boravka na otvorenom i većim naglaskom na zajedničke obiteljske aktivnosti, kao Norveška, Švedska, Švicarska i Nizozemska, dok su više razine vremena provedenog pred ekranom prisutne u sredinama s manjom alternativnih sadržaja za slobodno vrijeme, kao što su zemlje istočne i jugoistočne Europe, poput Bugarske, Rumunjske i Mađarske, gdje znatan udio mladih provodi više od četiri sata dnevno pred ekranima. Dakle, kulturne norme, pristup tehnologiji, roditeljski nadzor i obrazovne navike značajno utječu na vrijeme provedeno pred ekranima ili „*screen time*“.

Razvojna perspektiva jasno pokazuje da film različito djeluje na predškolsku djecu te adolescente u ranoj i kasnoj razvojnoj fazi. U predškolskoj dobi on može pomoći u razvoju jezika, mašte i osnovnih emocija, ali ujedno nosi rizik za razvoj straha i zbunjenosti. U ranoj adolescenciji film postaje izvor identifikacije i socijalnog učenja, ali i rizik stereotipa i nasilja. U kasnoj adolescenciji film djeluje kao alat za razvoj identiteta i kritičke svijesti, no istodobno može izazvati tjeskobu i nezadovoljstvo sobom. Twenge i Campbell (2018) navode kako je povezanost između vremena provedenog pred ekranom i niske dobrobiti bila veća kod adolescenata nego kod mlađe djece. Adolescenti češće od mlađe djece imaju vlastiti pametni telefon, što im omogućuje korištenje tehnologije u više situacija. To može povećati mogućnost ovisnosti o internetu, pretjeranog igranja igrica i problematičnog korištenja društvenih mreža, što je povezano s lošom dobrobiti. Vrijedi nagađati zašto su veze između vremena provedenog pred ekranom i psihološke dobrobiti bile veće među adolescentima. Jedna mogućnost je da adolescenti, u usporedbi s mladom djecom, znatno češće borave na društvenim mrežama i provode više vremena *online*. Odnosi s vršnjacima posebno su važni za adolescente, a ako društvene mreže zamijene interakciju licem u lice, to može imati negativan utjecaj na dobrobit i mentalno zdravlje. Vrijeme provedeno na društvenim mrežama, igrama i *online* snažnije je povezano s niskom dobrobiti nego gledanje televizije i filmova, a upravo televizija i filmovi češća su aktivnost kod djece.

Dakle, vrijeme provedeno pred digitalnim ekranima i gledanje filmova može imati slične, ali i bitno različite učinke na razvoj djece i mladih, ovisno o vrsti sadržaja, kontekstu gledanja i dobi djeteta. Gledanje filmova, osobito pažljivo odabranih i emocionalno bogatih priča, može pridonijeti razvoju empatije, emocionalne pismenosti, socijalnog razumijevanja i kritičkog mišljenja. Ako se film gleda uz prisutnost odraslih ili u edukativnom kontekstu, poput školskog, učinak je dodatno pojačan. S druge strane, općenito vrijeme pred ekranima, uključujući algoritamski sadržaj TikToka ili YouTubea, češće je povezano s većom emocionalnom reaktivnošću, smanjenom koncentracijom, nesanicom, anksioznošću i manjom socijalnom povezanošću, osobito ako nije pod nadzorom (Twenge i Campbell, 2018). Pretjerano vrijeme provedeno pred ekranom može biti povezano s nižom razinom psihološke dobrobiti, a kod adolescenata se to često očituje u obliku anksioznosti i depresivnih simptoma.

Općenito, odnos između vremena provedenog pred ekranima te negativnih i pozitivnih zdravstvenih ishoda složen je i ovisi o mnogim čimbenicima, uključujući razvojnu dob, vrstu uređaja, zemljopisnu lokaciju i karakteristike gledatelja. Nažalost, istraživanja utjecaja ekrana na zdravlje i dobrobit dodatno su

komplikirana nedosljednim ili netočnim istraživačkim mjerama. Kako istraživanja napreduju, istraživači društvenih medija moraju ići dalje od mjerenja vremena provedenog pred ekranom kako bi bolje razumjeli kako mediji utječu na zdravlje adolescenata. Budući da djeca i adolescenti koriste ekrane za razne aktivnosti, uključujući školu, posao, povezivanje s prijateljima i obitelji, gledanje serija i filmova, pregledavanje društvenih mreža, igranje igara, učenje novih hobija, čitanje vijesti i još mnogo toga, umjesto postavljanja smjernica za određena vremenska ograničenja korištenja medija preporučuje se da se uzme u obzir kvaliteta interakcija s digitalnim medijima, a ne samo količina sadržaja ili vremena. Zato nove smjernice Američke akademije pedijataru iz 2025. godine navode kako, premda je možda primamljivo govoriti o određenom broju sati provedenih pred ekranima koji je siguran ili zdrav, nažalost nema dovoljno dokaza koji pokazuju korist od specifičnih smjernica za ograničavanje vremena provedenog pred ekranima. Iz tog razloga Američka akademija za pedijatriju ažurirala je svoje preporuke za korištenje medija koje nisu fokusirane isključivo na ograničenje vremena provedenog pred ekranima koje se primjenjuje na svu djecu i mlade, već posebno ističu značaj konteksta izloženosti određenom ekranu. Isti filmski sadržaj nema jednak učinak na predškolca, adolescenta i stariju osobu. Film može biti poticaj za rast i osnaživanje, ali i izvor opterećenja, zbog čega je nužno pažljivo promišljanje o njegovoj ulozi u kontekstu razvojne dobi gledatelja, njegovih životnih okolnosti i psihičkog statusa. Premda djeca u prosjeku još uvijek provode manje vremena pred ekranima nego adolescenti, razlika se s dobi ubrzano smanjuje. Suvremene preporuke naglašavaju da sama količina vremena provedenog pred ekranima nije jedini ni presudan čimbenik za mentalno zdravlje, već su jednako važni dob djeteta, vrsta sadržaja, kulturni kontekst i način na koji su ekrani integrirani u svakodnevni život. To je posebno važno u kontekstu filma jer strukturirano gledanje filmskih sadržaja može imati sasvim drugačije psihološke učinke od pasivnog i nekontroliranog vremena provedenog pred ekranima. Istraživanja naglašavaju da pitanje vremena provedenog pred ekranima stoga treba promatrati razvojno i kulturološki, a ne isključivo kroz univerzalne vremenske granice, što je osobito važno kada se govori o filmu koji ima zaštitni i psihoedukativni potencijal, posebno kod djece i mladih. Negativni učinci, poput povećane anksioznosti, depresivnosti i problema sa spavanjem, izraženiji su u kulturama s manjom razinom roditeljskog nadzora i slabije strukturiranim slobodnim vremenom. S druge strane, u sredinama koje potiču umjereno i sadržajno korištenje ekrana, socijalnu povezanost i kritičku medijsku pismenost, vrijeme provedeno pred ekranima samo po sebi ne pokazuje nužno štetan učinak. Ključni čimbenici nisu samo količina, već kontekst, sadržaj i emocionalna interpretacija medija.

Pedagoška i terapijska vrijednost filma očituje se u svim razvojnim fazama, iako na različite načine. Kada se film koristi uz podršku odraslih i u kontekstu kritičkog promišljanja, može biti snažan saveznik u očuvanju i jačanju mentalnog zdravlja mladih. Ako se, pak, koristi nekritički, bez konteksta i objašnjenja, može pojačati ranjivosti i stvoriti nove poteškoće. Upravo zato razumijevanje odnosa između dobi i filmskih iskustava predstavlja ključ za odgovorno korištenje filma u odgoju, obrazovanju i terapiji.

Egzogeni stres i film

Uzmimo u obzir da se film i mentalno zdravlje ne mogu promatrati izvan konteksta i nekih egzogenih čimbenika, poput povijesti i kulture, društvenih normi i vrijednosti te potreba osjetljivih skupina društva. Primjerice, djeca u osjetljivim, stresnim situacijama, poput rata i siromaštva, mogu u filmu pronaći izvor nade i snage. Identifikacija s likovima koji se nose s teškim životom pruža im model otpornosti i podsjeća ih da nisu sama u borbi. Međutim, neadekvatni sadržaji mogu ih dodatno traumatizirati. Također, djeca migranti još su jedna osjetljiva skupina koja često koristi film za učenje jezika i prilagodbu novoj kulturi. Film postaje most između kultura i olakšava im integraciju. Djeca s teškoćama u razvoju mogu kroz film učiti o emocijama i socijalnim vještinama spontanije nego putem tradicionalnih načina poučavanja.

Egzogeni stres, poput razvoda roditelja, gubitka voljene osobe, selidbe ili teške bolesti u obitelji, snažno oblikuje mentalno zdravlje djece i mladih. Takvi događaji remete osjećaj sigurnosti i predvidljivosti, što može dovesti do pojačane anksioznosti, tuge, nesigurnosti i osjećaja napuštenosti. Prema podacima mnogih istraživanja, djeca koja dožive velike životne stresove imaju značajno veći rizik od razvoja depresije, anksioznosti i problema u ponašanju (UNICEF, 2021). Djeca rijetko mogu jasno i precizno opisati kako se osjećaju u situacijama snažnog stresa. Umjesto riječi češće koriste ponašanje, tijelo ili povlačenje kao način komunikacije. U takvim okolnostima često pokušavaju razumjeti svijet koji se iznenada promijenio, ali za to nemaju dovoljno riječi, iskustva ni emocionalne distance. Upravo tu film može postati snažan saveznik. Kod djece i mladih izloženih dugotrajnom stresu često se uočavaju poteškoće s regulacijom emocija, koncentracijom i osjećaj nedostatka kontrole. Film ima početak, sredinu i kraj, nudi smisao i kontinuitet, što je osobito važno djeci čiji je stvarni život izvan njihove kontrole. U filmskoj priči, čak i kada se događaju teške stvari, postoji određena priča i red koji može imati umirujući učinak. Kada na ekranu vide lik koji se suočava s gubitkom, promjenom u obitelji ili nesigurnošću, djeca dobivaju potvrdu da emocije koje osjećaju nisu neobične ni pogrešne. Prepoznavanje vlastitih osjećaja u tuđoj priči može smanjiti osjećaj usamljenosti i različitosti. Stoga film doprinosi normalizaciji emocionalnih reakcija i omogućuje djetetu da shvati kako su tuga, strah i ljutnja normalne reakcije na nenormalne okolnosti. Kada djeca gledaju priče o gubitku i razvodu, ona kroz identifikaciju s likovima mogu izraziti vlastite osjećaje tuge i zbunjenosti, što može imati učinak emocionalnog pročišćenja. Na taj način film omogućuje djeci da sigurno i posredno prožive iskustva koja su im previše bolna za izravno izražavanje. Posebna vrijednost filma leži u emocionalnoj distanci koju pruža. Film ne traži od djeteta da govori o sebi izravno, ne ispituje i ne procjenjuje, nego nudi priču u kojoj se dijete može prepoznati. Ta distanca često omogućuje dublju emocionalnu obradu nego izravni razgovor, osobito kod djece koja su preplavljena stresom ili još nemaju razvijen emocionalni rječnik. U tom smislu film postaje siguran posrednik između unutarnjeg svijeta djeteta i okoline. Kroz razgovor o filmu odrasli mogu nenametljivo i bez pritiska otvoriti prostor za razumijevanje djetetovih unutarnjih doživljaja. Egzogeni stres rijetko dolazi u čistom

obliku. Razvod roditelja često je praćen promjenom mjesta stanovanja, financijskom nesigurnošću i emocionalnom odsutnošću odraslih. U takvim okolnostima doživljava se gubitak kontinuiteta i osjećaja sigurnosti, često se javlja anksioznost i depresivnost kao internalizirane teškoće kod djece, ali i problemi poput poremećaja ponašanja ili pada školskog uspjeha. Jedna od posljedica može biti i krivnja jer dijete može osjećati odgovornost za raspad obitelji. Filmovi koji se bave promjenama u obitelji mogu pružiti djeci osjećaj da nisu sama u svojoj situaciji. Identificirajući se s likovima koji prolaze kroz slične izazove, ona dobivaju potvrdu vlastitih osjećaja i modele suočavanja sa stresom. Gubitak bliske osobe posebno je traumatičan za djecu i adolescente. Worden (1996, prema Perković i sur., 2023) naglašava da djeca tuguju drugačije od odraslih te da njihovo razumijevanje gubitka ovisi o kognitivnom razvoju, emocionalnoj sigurnosti i reakcijama odraslih u okolini. Navodi kako proces tugovanja kod djece prolazi kroz razvojno specifične faze, a nerijetko je otežan jer djeca nemaju razvijene strategije verbalnog izražavanja tuge. Djeca u ranom djetinjstvu ne razumiju konačnost i neizbježnost smrti jer im nedostaju apstraktno mišljenje i vremenski smisao događaja. Djeca mlađa od 5 godina teško razumiju konačnost smrti pa mogu pokazivati regresivna ponašanja, poput mokrenja u krevet ili straha od separacije od preživjelog roditelja. Djeca u dobi od 6 do 11 godina mogu tugu pokazivati kroz ljutnju ili somatizacije, poput glavobolje. Adolescenti razumiju konačnost gubitka, ali se mogu povući te osjećati tugu, smetnje koncentracije i nesanicu. Primjerice, adolescent koji izgubi roditelja može postati povučen i slabije učiti zbog smetnji koncentracije. Adolescenti se mogu povući u film kao u siguran prostor u kojem promatraju tuđe izbore, pogreške i načine suočavanja. Ako uz to postoji podržavajuća odrasla osoba, film može postati polazište za razgovor o problemu, povjerenju i budućnosti.

Filmovi koji obrađuju teme smrti i tugovanja mogu poslužiti kao medij kroz koji dijete izražava emocije i uči da je tuga prirodan odgovor na gubitak. Identifikacija s likovima koji tuguju može smanjiti osjećaj izoliranosti i pružiti utjehu da se takvi osjećaji mogu prebroditi. Metafore pomažu djeci da se približe iskustvu gubitka na podnošljiv način. Primjerice, dijete koje gleda priču u kojoj se lik nosi s gubitkom roditelja kroz sjećanja, snove ili unutarnje dijaloge može naučiti da odnos ne prestaje nužno smrću, nego se mijenja. Takvi filmovi pomažu djeci da razumiju kako tuga nije linearna i kako je moguće istodobno osjećati bol, ali i trenutke radosti i nade, bez osjećaja krivnje. No, ako se film koristi bez podrške odraslih, može kod djeteta izazvati dodatni strah od smrti i osjećaj nesigurnosti.

Bolest u obitelji, osobito kronična ili terminalna, također doprinosi kroničnom stresu. Djeca koja odrastaju s bolesnim roditeljem ili sama imaju kroničnu bolest suočavaju se s osjećajem ranjivosti i nesigurnosti. Brige oko zdravlja voljene osobe i strah od gubitka mogu dovesti do kronične tjeskobe. Posljedice mogu uključivati perzistirajuće strahove, poput straha od smrti ili bolnice, osjećaj tuge, razdražljivost i hipersenzibilnost. Djeca čiji je roditelj teško bolestan mogu zbog osjećaja krivnje stalno brinuti jesu li učinila nešto pogrešno te postati tjeskobna zbog straha da će oboljeti i drugi voljeni član obitelji. Filmovi koji prikazuju život s bolešću na realističan i empatičan način mogu pomoći mladima da bolje razumiju vlastitu situaciju i situaciju u obitelji. Oni mogu pružiti osjećaj nade, ali

i otvoriti prostor za razgovor o teškoćama. Međutim, stereotipni prikazi bolesti kao isključivo tragičnog iskustva mogu pojačati osjećaj beznađa i stigmatizirati bolesnu djecu i njihove obitelji.

Preseljenje i promjena škole također su izvor stresa za dijete. Novo okruženje narušava stare društvene veze i rutinu, što često izaziva osjećaj tjeskobe ili frustracije. Mala djeca mogu osjećati strah od odvajanja od roditelja jer im novo okruženje narušava osjećaj sigurnosti. Stariji učenici mogu protestirati protiv preseljenja ili pokazivati znakove depresije, pad apetita i školskog uspjeha, povlačenje u sebe i razdražljivost. Istraživanja pokazuju da djeca koja su se često selila imaju veći rizik od poteškoća u školi, a preseljenja praćena drugim stresovima, poput svađa roditelja, dodatno pogoršavaju situaciju. Djeca koja se nađu u novoj sredini, bez poznatog jezika i prijatelja, mogu se osjećati nevidljivo i odbačeno. Osim toga, filmovi koji prikazuju mlade u procesu prilagodbe novoj kulturi često vrlo suptilno prikazuju unutarnje sukobe između želje za pripadanjem i potrebe da se sačuva vlastiti identitet. Takve priče mogu pomoći mladima da shvate kako je osjećaj „između dva svijeta” dio procesa, a ne znak slabosti.

Mentalna bolest i film

Pedagoška i terapijska uloga filma u kontekstu egzogenih stresova vrlo je značajna. U školama se film može koristiti kao poticaj za razgovor o obitelji, gubicima i promjenama, što pomaže djeci da osvijeste i izraze vlastite emocije. Nastavnici kroz zajedničko gledanje i raspravu mogu djeci pokazati da je normalno osjećati tugu, ljutnju ili nesigurnost te da postoje zdravi načini suočavanja s tim emocijama. U terapijskom kontekstu film može poslužiti kao posrednik. Dijete govori o likovima, dok zapravo govori o sebi. Na taj način film smanjuje otpor i obrambene mehanizme te olakšava pristup emocionalno bolnim temama. Korištenjem pažljivo odabranih filmova nastavnik može otvoriti razgovor o tugovanju, razvodu ili bolesti te omogućiti djetetu da razvija nove strategije suočavanja sa stresom. Važno je da odrasli pritom ne koriste film kao sredstvo poučavanja, nego kao poziv na razgovor. Također, ponekad zajednička tišina nakon filma može biti snažnija od analize. Pri odabiru filmova važno je voditi računa o tome da film koji senzacionalistički pristupa traumi ili nudi površne prikaze problema može pojačati osjećaj bespomoćnosti i nesigurnosti. Isto tako, filmovi koji nude nerealno sretna rješenja, bez prikaza stvarnih teškoća, mogu stvoriti frustraciju i osjećaj bespomoćnosti. Upravo zato odrasli imaju ključnu ulogu u analizi, jer film ne smije biti prepušten isključivo djetetovoj interpretaciji, nego mora biti praćen razgovorom, pitanjima i podrškom. U protivnom može pojačati strah, nesigurnost i osjećaj izoliranosti ako sadržaj filma nije realističan ili nije interpretiran uz adekvatnu podršku odrasle osobe.

Film nije zamjena za odnos, podršku ili stručnu pomoć. Sam po sebi ne liječi i ne uklanja posljedice stresa. Film ne nudi rješenja, ali nudi prepoznavanje. Dijete ili mlada osoba ne mora odmah razumjeti što osjeća, ali može osjetiti da ono što proživljava osjeća i filmski lik. Često je upravo to prvi korak prema

emocionalnoj sigurnosti. Film može biti snažan saveznik u procesu emocionalnog razumijevanja i oporavka. Pruža djeci osjećaj da nisu sama, otvara im prostor da istraže i izraze emocije te im nudi modele suočavanja. Najbolji učinak filma u ovakvim situacijama postiže se kada je gledanje popraćeno razgovorom, moderiranjem od strane značajne odrasle osobe ili terapijskim radom. Time film postaje izvor podrške i osnaživanja djece i mladih koji prolaze kroz stresno životno razdoblje. Dakle, nije svaki ekran isti. Ako postoji dobar kontekst i pažljivo odabran sadržaj, film ima potencijal doprinijeti mentalnom zdravlju, posebno kod djece i mladih. Nasuprot tome, nestrukturirano i prekomjerno korištenje digitalnih medija, osobito bez odrasle podrške, češće nosi razvojne rizike.

Psihičke tegobe poput anksioznosti, depresivnosti i usamljenosti među najčešćim su problemima s kojima se susreću mladi. Brojna istraživanja pokazuju da oko polovice populacije tijekom života doživljava neke psihičke tegobe, a većina takvih poteškoća počinje u djetinjstvu i adolescenciji (Kessler i sur., 2005). Prema izvještaju UNICEF-a (2021), gotovo svaki sedmi adolescent u svijetu živi s dijagnosticiranim mentalnim poremećajem, a najčešći među njima upravo su anksioznost i depresija. Takva stanja, iako možda nastala i bez većeg stresa, otežavaju svakodnevnicu. Primjerice, anksioznost otežava koncentraciju u školi, doprinosi intrapsihičkoj tenziji, stalnoj brizi, negativnoj anticipaciji budućnosti te percepciji svijeta kao nepredvidljivog i prijetećeg mjesta. Za razliku od egzogenih stresova koji imaju jasan vanjski uzrok, poput razvoda roditelja ili preseljenja, unutarnja stanja poput anksioznosti, depresije i usamljenosti razvijaju se tiho i postupno. Djeca i mladi koji se s njima nose nerijetko imaju osjećaj da s njima nešto nije u redu, ali ne znaju točno što ni kako to objasniti drugima. Zato film može imati posebnu vrijednost jer nudi jezik emocija koji ne zahtijeva dijagnozu ni objašnjenje.

U filmovima se anksioznost rijetko imenuje izravno, ali je često prisutna kroz likove koji se boje promjena, gubitka kontrole i razočaranja. Kada dijete gleda lik koji izbjegava nove situacije, povlači se i pretjerano brine, ono prepoznaje i vlastiti unutarnji doživljaj. Film tada može pomoći normalizirati iskustvo straha i pokazati da hrabrost nije odsutnost straha, nego mogućnost da se živi sa strahom. Filmovi mogu imati dvostruku ulogu u odnosu na anksioznost. Mogu potaknuti osjećaj straha i tjeskobe, osobito ako prikazuju nasilje, horor ili situacije nesigurnosti. Djeca u ranijoj dobi mogu teško razlikovati fikciju od stvarnosti, pa zastrašujući prizori mogu pojačati njihove noćne strahove i anksioznost. S druge strane, film može biti alat za normalizaciju anksioznosti. Kada mladi vide likove koji se bore s nesigurnošću, strahovima i pritiscima okoline, dobivaju potvrdu da nisu sami u tim iskustvima. Film tako smanjuje osjećaj izoliranosti i povećava spremnost na traženje pomoći.

Depresija oduzima radost, a često se kod djece i mladih pogrešno tumači kao lijenost, nemotiviranost i otpor. Filmovi koji prikazuju mlade kao usamljene i emocionalno otuđene ili bezvoljne mogu im pomoći da bolje razumiju vlastiti unutarnji svijet. Depresivnost u adolescenciji često uključuje osjećaj bezvrijednosti, gubitak interesa, umor i poteškoće u koncentraciji. Filmovi koji prikazuju realistične priče o borbi s depresijom mogu pružiti mladima osjećaj razumijevanja i olakšanja. Za samog mladog gledatelja, prepoznavanje vlastite tuge u filmskom

liku može biti prvi trenutak samorazumijevanja. Osim toga, može smanjiti stigmatu, osjećaj beznađa i povećati motivaciju za razgovor o vlastitim osjećajima (Vogel i sur., 2007). Film ne mora nuditi sretan završetak da bi bio terapijski; ponekad je dovoljno da pokaže kako je i tišina dio emocionalnog iskustva, a ne znak slabosti. Pozitivni narativi, čak i kada obrađuju teške teme, mogu mladima pokazati da je moguće izaći iz krize i pronaći nove resurse snage. Takvi filmovi postaju utočište, izvor inspiracije i osnaživanja, osobito kada se koriste u edukativnom i terapijskom kontekstu. Međutim, filmovi mogu imati i negativan učinak ako depresiju prikazuju nerealno. Prikazi autodestruktivnih ponašanja kao načina izlaza iz problema mogu biti posebno rizični za adolescente koji već pokazuju simptome depresije (Gould i sur., 2003). Takvi filmovi mogu povećati rizik od imitacije i potaknuti suicidalne misli. Zato je iznimno važno da filmovi koji obrađuju depresiju nude nadu i podršku te naglašavaju važnost traženja pomoći. Usamljenost je stanje koje posebno pogađa adolescente jer je upravo u toj dobi potreba za pripadanjem i socijalnim prihvaćanjem najintenzivnija (Baumeister i Leary, 1995). Filmovi mogu igrati dvostruku ulogu: mogu pojačati osjećaj izoliranosti, ali ga mogu i ublažiti. Istraživanja pokazuju da usamljena djeca nerijetko bježe u gledanje filmova u kojima se mogu poistovjetiti s likovima te tako ublažiti osjećaj izoliranosti. Kada adolescent gleda film u kojem se lik suočava s istim osjećajem usamljenosti i uspijeva pronaći zajedništvo, to može pružiti osjećaj nade i olakšanja. S druge strane, filmovi koji prikazuju savršene obiteljske i vršnjačke odnose mogu pojačati osjećaj neadekvatnosti kod mladih koji nemaju takva iskustva. Idealizirani prikazi društvenih odnosa na ekranu mogu kod adolescenata povećati osjećaj neuspjeha i socijalne anksioznosti (Twenge i Campbell, 2018). Pedagoška vrijednost filma u kontekstu usamljenosti očituje se u tome da film može biti polazište za razgovor o odnosima, pripadanju i prihvaćanju. U školi ili terapijskoj grupi film može poslužiti kao sigurna distanca preko koje se otvara razgovor o osjetljivim emocijama. To omogućuje mladima da izraze vlastite osjećaje bez izravnog izlaganja, što pridonosi smanjenju osjećaja izoliranosti. Kod djece koja su impulzivna film može poslužiti kao sigurno mjesto za promatranje posljedica ponašanja. Likovi koji reagiraju naglo i nepromišljeno često se u filmu suočavaju s posljedicama svojih postupaka, ali i potencijalom promjene. Dijete koje se i samo bori s jakim emocijama može u takvim pričama vidjeti da osjećaji nisu problem sami po sebi, nego način na koji se s njima nosi. Film tako postaje prostor učenja kroz identifikaciju, a ne kroz kritiku i moraliziranje.

Film ima dvosjekli utjecaj na djecu i mlade. Utjecaj filma na mlade može biti i negativan ako sadržaj nije dobro odabran. Strašne, nasilne ili neprikladne scene mogu pojačati anksioznost i izazvati noćne more. Primjer su studije o reakcijama djece na horor sadržaje. Oko polovice djece nakon zastrašujućih scena imalo je noćne more ili strah da spavaju sami. Nasilni filmski sadržaji mogu povećati osjećaj nesigurnosti i doživljaj svijeta kao okrutnog te kod neke djece potaknuti agresivnost ili otuđenje. Ako adolescent ili dijete gleda film bez razgovora o sadržaju, može doći do pogrešne interpretacije, primjerice do uvjerenja da nasilje uvijek vodi do pravde ili da svi problemi jednostavno nestanu bez truda. Također, pasivno gledanje bez rasprave može ostaviti dijete zbunjenim, primjerice

oko toga treba li se identificirati s nasilnim junakom ili biti užasno njegovim djelima. Zato je važna uloga roditelja ili nastavnika u odabiru filma i razgovoru o njemu. Zajedničko gledanje može omogućiti da odrasli objasni djetetu razlike između stvarnog života i filmske priče te mu pomogne da razumije i izrazi vlastite osjećaje koji su se javili tijekom filma. Film, kada se koristi odgovorno, može biti snažan saveznik u očuvanju i jačanju mentalnog zdravlja djece i mladih koji se bore s psihičkim tegobama.

Filmovi najjače djeluju kada se dotiču temeljnih ljudskih emocija i iskustava, poput značajnih odnosa, identiteta, ljubavi i smrti. Kroz takve priče publika projicira vlastite osjećaje i životne situacije, uči prepoznati emocije, razvija empatiju i otkriva da nije sama u svojim teškoćama. Film može otvoriti prostor za razgovor o temama koje se inače izbjegavaju, čime postaje most između unutarnjeg svijeta i okoline. Istovremeno, film nosi rizik kada prikazuje nasilje i stereotipe, čime može potaknuti nesigurnost, anksioznost i usvajanje destruktivnih obrazaca. To je posebno izraženo kod ranjivih skupina, poput djece s obiteljskim teškoćama, migranata te onih narušenog zdravlja. Ključna je uloga odraslih u filmskom iskustvu. Kada roditelji, nastavnici ili terapeuti prate djecu u gledanju filmova i potiču ih na razgovor, film prestaje biti pasivna zabava i postaje aktivan alat za učenje, samospoznaju i osnaživanje. Bez tog posredovanja dijete može ostati samo sa svojim emocijama, što može dovesti do pogrešnih interpretacija i porasta tegoba. Moć filma leži upravo u sposobnosti da snažno djeluje na emocije, misli i socijalne odnose. U društvu koje se suočava s rastućim izazovima mentalnog zdravlja djece i mladih, film se ne smije promatrati samo kao oblik zabave, nego kao resurs koji, ako se koristi odgovorno, može pridonijeti prevenciji, destigmatizaciji mentalnih bolesti i osnaživanju mladih generacija. Na tom putu ključnu ulogu imaju škole i obitelji, kao i sustavna integracija filmske pismenosti koja djecu uči ne samo gledati filmove, nego ih i razumjeti, kritički promišljati i koristiti za vlastiti razvoj. Dakle, film ne djeluje izolirano, nego je u neprestanom međuodnosu s razvojnim fazama publike, njezinim osobnim iskustvima i društvenim kontekstom. Kako bi mladi naučili kritički promatrati sadržaje i razumjeti poruke filma, važan je razvoj filmske i medijske pismenosti. Društvena zajednica ima ključnu ulogu u tome da film ne ostane samo sredstvo zabave, nego da pomogne u očuvanju mentalnog zdravlja mladih.

Proučavanje odnosa filma i mentalnog zdravlja pokazuje koliko je medij filma snažan i višeslojan u svom djelovanju. Taj odnos temelji se na dinamici između sadržaja filma, gledatelja i kulture. Zadatak odraslih i institucija jest prepoznati potencijale te dinamike i usmjeriti mlade. Kada se film uključi u obrazovne i terapijske procese, on prelazi granice umjetnosti i zabave te otvara prostor učenja i unutarnjeg rasta. Upravo je najveći potencijal filma u ulozi saveznika mentalnog zdravlja. Jedno od važnih područja u kojem film može imati dalekosežan utjecaj na mentalno zdravlje jest način na koji prikazuje psihičke bolesti. Oblikujući percepciju publike, film postaje moćno sredstvo u borbi protiv stigme ili, nažalost, njezin saveznik.

Film i (de)stigmatizacija mentalnih bolesti

Unatoč porastu mentalnih bolesti, i danas postoji velika stigma koja pogađa oboljele i njihove obitelji. Zbog srama i straha od odbacivanja oboljeli se nerijetko izoliraju i izbjegavaju tražiti stručnu pomoć. Filmovi imaju značajan utjecaj na formiranje društvenih stavova o mentalnim bolestima. Taj utjecaj može biti pozitivan ili negativan, ovisno o tome kako je oboljeli u filmu prikazan. Stigmatizacija u filmu često je povezivala mentalnu bolest sa stereotipima poput agresije i nepredvidljivosti (Stuart, 2006). Ne samo da se tako iskrivljuje stvarnost, već se učvršćuje uvjerenje da su osobe s psihičkim tegobama opasne, a strah dovodi do izbjegavanja i diskriminacije oboljelih (Hyler i sur., 1991). S druge strane, moć filma jest u tome da destigmatizira mentalne bolesti kada oboljele prikazuje realno, kao kompleksne osobe koje imaju emocije, nade i životne vrijednosti. Realistični prikazi bolesti mogu približiti iskustvo tih stanja te pružiti informacije, razumijevanje i empatiju prema oboljelima. Hoffner i Cohen (2018) ističu da upravo identifikacija s likom u filmu može smanjiti socijalnu distancu i povećati spremnost za interakciju s drugačijima. To je posebno značajno u adolescenciji, razdoblju koje je posebno kritično za učenje o mentalnom zdravlju, s obzirom na to da se većina mentalnih bolesti dijagnosticira upravo prije odrasle dobi. U kontekstu adolescencije, gdje su briga o mišljenju vršnjaka i potreba za pripadanjem izrazito snažne, filmovi koji promoviraju prihvaćanje i toleranciju mogu imati pozitivan učinak. Mladi tada kroz film uče da mentalne bolesti nisu znak slabosti, već dio ljudskog iskustva. Ako u filmu osoba oboljela od depresije ipak nastoji obavljati svakodnevne obveze, film šalje poruku da je moguće, unatoč teškoćama, funkcionirati kroz život. Stoga korištenje filmova u nastavi potiče rasprave u razredu o predrasudama, strahovima i stereotipima, uključujući i one o psihičkim tegobama. Film koji prikazuje učenika s poremećajem pažnje pomaže u razumijevanju ponašanja školskog kolege. Dobro osmišljeni kratki filmovi, prilagođeni mladima, mogu potaknuti otvoreniji razgovor o mentalnom zdravlju i smanjiti osjećaj srama ili usamljenosti kod onih koji se bore s tegobama (Ito-Jaeger i sur., 2022). Ujedno takva iskustva mogu reducirati vršnjačko nasilje i povećati spremnost za pružanje podrške. Filmovi tako postaju sredstvo socijalnog učenja i građenja zajedništva. Također, korištenje filma u školama može poboljšati stav mladih prema traženju stručne pomoći, osobito kada su filmovi popraćeni diskusijom i psihoedukacijom (Goodwin i sur., 2021). Naime, destigmatizacija putem medija filma nije automatski proces. Ako sadržaj nije pažljivo odabran ni prodiskutiran s publikom, postoji rizik da bude pogrešno interpretiran. Realističan prikaz suicida može otvoriti raspravu o prevenciji i podršci, ali ako se koristi bez konteksta razgovora, može izazvati efekt imitacije, tzv. Wertherov efekt (Gould i sur., 2003). Zato je potrebno da filmovi u edukativnom i terapijskom kontekstu budu pod stručnim vodstvom. Za djecu i mlade koji su tek u procesu oblikovanja identiteta i vrijednosti, filmovi mogu odrediti hoće li mentalne bolesti promatrati kao prijatnu ili kao dio lepeze ljudskog iskustva. Odgovorno korištenje filma može pridonijeti tolerantnijem društvu u kojem mladi imaju priliku odrastati bez straha od odbacivanja i stigma-

tizacije. Kada film na autentičan i odgovoran način prikazuje psihičke poteškoće, on ne samo da smanjuje stigmatu, nego može potaknuti gledatelje da prepoznaju vlastite teškoće i ohrabre se potražiti stručnu pomoć. U tom smislu film postaje prvi korak prema razumijevanju mentalnih bolesti. No potencijal filma ne završava na razini psihoedukacije i motivacije. Film može imati i izravnu terapijsku vrijednost, djelujući umirujuće i terapijski već tijekom samog gledanja, ali i kao svjesno korišten alat unutar psihoterapijskog procesa. Upravo se na toj točki otvara prostor za filmoterapiju, područje u kojem se filmska umjetnost sustavno koristi kao sredstvo emocionalnog rada, osobnog uvida i psihološkog oporavka.

Filmoterapija

Sve životne zagonetke odgovorene su u filmovima.
Steve Martin, film Grand Canyon (1991)

Filmska i emocionalna pismenost

Podrazumijevamo da intelektualno znanje stječemo ustrajnim učenjem cijeloga života. S druge strane, kad razmišljamo o emocionalnoj pismenosti, vjerujemo da se radamo kao akademici, ili barem blizu toga. Uče nas od malih nogu kako govoriti i pisati, ili kako biti poslušan i vrijedan, ali ne i kako *zbilja čuti* sebe i druge, kako prepoznati emocije i stvarne potrebe ili kako prevenirati konflikte i nesporazume. Da imamo te sposobnosti, svijet bi bio sretnije i pravednije mjesto u kojem bismo prepoznavali i uvažavali vlastite i tuđe emocije, stanja i potrebe. No koliko smo sposobni prepoznati i imenovati vlastite, a kamoli tuđe emocije? Imamo li uopće svi po rođenju isti emocionalni kapacitet ili se i on razlikuje, poput naših bankovnih računa? I mijenja li se naš emocionalni kapacitet tijekom života, raste li ili opada, i što na njega utječe? Možemo li učiti na tom planu i u mirovini? Ili je emocionalno učenje rezervirano isključivo za mali broj cipela? Ta su pitanja posebno značajna uzmemo li u obzir da su emocije gorivo i pokretač života te pridonose dubljem razumijevanju iskustava koja stječemo od kolijevke do groba.

Škola nije samo izvor stjecanja znanja, već i prostor u kojem se uče međuljudski odnosi i upoznaje sebe. Na tom putu jedan od ključnih, a nikad formalno učenih predmeta, jest znanje o emocijama. Ono se uči i razvija od najranije dobi. Vještina je to na kojoj možemo raditi cijeli život. Emocionalna inteligencija ili pismenost definira se kao sposobnost prepoznavanja, razumijevanja i regulacije vlastitih emocija te razumijevanja i uvažavanja emocija drugih (Goleman, 1997). To znači sposobnost da percipiramo što osjećamo, da razumijemo zašto to osjećamo, da možemo o tome govoriti jasno, bez straha i srama, te da osjećaje vlastite i tuđe koristimo kao kompas, a ne kao prepreku. Iz te perspektive emocionalna pismenost imperativ je mentalnog zdravlja, jedan od temeljnih preduvjeta zdravog odrastanja i uspješnog snalaženja u životu.

Emocionalna pismenost kao pojam javlja se početkom 1970-ih u kontekstu humanističke psihologije, a širu popularnost donosi knjiga Daniela Golemana iz 1995. o emocionalnoj inteligenciji. Brojna istraživanja pokazala su da visoka razina emocionalne pismenosti korelira s boljim mentalnim zdravljem, pozitivnijim socijalnim odnosima i većom otpornošću na stres. To potvrđuju i rezultati velikih meta-analiza u području socio-emocionalnog učenja i emocionalne inteligencije (Martins i sur., 2010; Taylor i sur., 2017). Nasuprot tome, manjak emocionalnih kompetencija može dovesti do poteškoća u ponašanju i komunikaciji. Sustavan rad na emocionalnoj pismenosti izuzetno je bitan, i to posebno u ovim užurbanim vremenima mrežne komunikacije, kada u mnoštvu podražaja mnogo toga propuštamo ili površno obrađujemo, posebno na emocionalnoj razini. Istraživanja pokazuju kako djeca koja većinu vremena komuniciraju mrežno ponekad uživo teže prepoznaju čak i osnovne emocije kod sugovornika (Uhls i sur., 2014). Autori zaključuju da već i kratkotrajno povećanje izravne socijalne interakcije, uz istovremeno uklanjanje digitalnih medija, poboljšava sposobnost razumijevanja tuđih emocionalnih znakova. Drugim riječima, manjak komunikacije licem u lice zbog pretjerane upotrebe ekrana može dovesti do smanjene osjetljivosti djece na emocionalne signale.

Film se pritom nameće kao prirodan saveznik emocionalne pismenosti koji djeluje izravno na emocionalni doživljaj gledatelja, ne objašnjava pritom emocije, već ih jednostavno aktivira. Gledatelj uči o emocijama indirektno, promatranjem likova u filmu. Stoga je djeci i mladima film često bliži i razumljiviji od apstraktnih objašnjenja iz knjiga. Filmski jezik snažno potiče identifikaciju gledatelja s likovima, čime se emocije ne samo promatraju, nego i proživljavaju.

Filmska pismenost ne odnosi se samo na poznavanje filmskih pojmova, već na sposobnost razumijevanja filmskog jezika i emocionalnih poruka koje se filmom prenose. Možemo reći da je filmska pismenost temelj emocionalnog razumijevanja. Također, filmovi se mogu koristiti kao sredstvo za poticanje rasprave o osjećajima, čime se kroz analizu filmova kod djece razvijaju socijalno-emocionalne vještine. U psihološkom smislu film aktivira proces emocionalne obrade kroz koji djeca uče prepoznavati osnovne emocije, poput tuge, straha ili radosti, ali i složenija emocionalna stanja, poput ponosa, srama ili zavisti. Upravo je imenovanje i prepoznavanje emocija prvi korak prema regulaciji emocija. Za djecu koja još nemaju razvijen vokabular, posebno emocionalni, film djeluje poput rječnika emocija kroz pokretne slike. Identifikacija je jedan od ključnih psiholoških mehanizama kroz koji film djeluje. Gledatelj prepoznaje dijelove sebe u filmskom junaku. Film omogućuje gledatelju da privremeno svijet vidi iz tuđe perspektive, čime se razvija sposobnost empatije. Upravo taj proces čini film izuzetno vrijednim alatom u razvoju emocionalne pismenosti. Empatija se ne razvija samo kognitivnim razumijevanjem tuđih osjećaja, nego emocionalnim proživljavanjem. Film to omogućuje na siguran način. Djeca mogu suosjećati s likom koji pati, bez da su sama izložena stvarnoj opasnosti ili gubitku. Time se stvara emocionalna distanca koja istodobno štiti i poučava. U školskom kontekstu takva iskustva mogu pomoći učenicima da bolje razumiju vršnjake, reduciraju impulzivnost i razviju tolerantnije ponašanje. Osim prepoznavanja emocija, film može pridonijeti i regulaciji

emocija. Wedding i Niemiec (2014) taj koncept povezuju s gledanjem filmova koji izazivaju snažne emocije, ali završavaju osjećajem smisla i smanjenjem unutarnje tenzije. Filmovi reduciraju stres i tjeskobu upravo zato što omogućuju sigurno emocionalno izražavanje. Kod djece i mladih koji još nemaju razvijene strategije regulacije emocija film može poslužiti kao prvi korak prema razumijevanju i suočavanju s osjećajima.

Film ne rješava problem, ali otvara siguran prostor u kojem se emocije mogu istraživati. Film istodobno angažira emocije i misli učenika dok proživljavaju priče koje ih mogu nasmijati i nadahnuti. Film postaje emocionalni laboratorij. Učenicima kroz tuđe priče, u kontroliranim uvjetima, ispituju vlastite reakcije i razvijaju emocionalnu zrelost. Dok gledaju film, djeca imaju priliku vidjeti širok spektar emocionalnih stanja na licima glumaca te tako uče prepoznavati osjećaje i prije nego što ih lik imenuje. Mogu zapaziti suze i tihi glas kada je lik tužan ili oštar i povišen glas kada je ljut. Osim prepoznavanja emocija kod drugih, film potiče djecu da osvijeste vlastite emocije. Nakon što film završi, kreće možda najvažniji trenutak u procesu emocionalnog učenja, a to je refleksija. Kvalitetan film odjekuje još dugo i potiče na razmišljanje te nastavnik u obrazovnom kontekstu može tu priliku iskoristiti da usmjeri učenikovu refleksiju u smjeru osobnog rasta. Razgovor o filmu pomaže djeci prevesti svoja emocionalna i misaona iskustva u riječi, poput terapijskog procesa, kako bi ih bolje razumjeli drugi, ali i kako bi bolje *čuli* sami sebe. Učenicima preporučavaju dojmove i analiziraju postupke likova, koje zatim povezuju s vlastitim životom. Tada čine korak dalje od pukog emocionalnog doživljaja, ističu pouke i uvide. Film tada postaje zrcalo, kroz sudbinu junaka učenik promatra vlastite vrijednosti i ponašanja. Možda će shvatiti da i sam ponekad odbacuje prijatelje kada je nesretan, baš kao junak filma, te zajedno s nastavnikom i vršnjacima može razmotriti zašto takvo ponašanje nije dobro i kako bi se moglo drugačije reagirati. Gledajući omiljene likove kako se suočavaju s poteškoćama i napreduju, djeca mogu dobiti nadu i inspiraciju da i sama mogu svladati teškoće u životu. Kroz raspravu o filmu, uz vješto moderiranje nastavnika, učenici razvijaju kritičko mišljenje i moralno rasuđivanje. Postavljaju se pitanja poput *Zbog čega je po tvom mišljenju lik to učinio?* ili *Što bi vama bilo najvažnije u toj situaciji?*, a nastavnici potiču učenike da dublje promisle o uzrocima i posljedicama emocija i ponašanja. Autorefleksija koju film potakne vodi dubljem razumijevanju sebe i drugih, što je srž emocionalne pismenosti. Analizira se filmska priča i potiče kritičko razumijevanje medijskog sadržaja. Uči se prepoznavati kako filmski elementi, poput glazbe, kadra ili dijaloga, prenose poruke i utječu na emocije gledatelja. Kod publike tako raste osviještenost i sadržaj se više ne usvaja samo pasivno, već se o njemu promišlja. Pritom je značajan kontekst u kojem se film koristi, sadržaj primjeren dobi učenika te vrijeme za razgovor nakon gledanja filma..

Hrvatski audiovizualni centar inicirao je 2024. godine nacionalno istraživanje o filmskoj pismenosti među učenicima osnovnih i srednjih škola (7 – 17 godina) te odgojno-obrazovnim djelatnicima. Prema dobivenim rezultatima, učenici u prosjeku provode 4,5 sati tjedno gledajući filmove. Uživaju gledati filmove, ali svega 20 posto djece razumije sadržaj filmova koje gleda, dok većina djece pasivno konzumira medijske sadržaje. Više od 60 % učenika smatra da im analiza filmova u

školi pomaže da bolje razumiju filmove koje gledaju samostalno. Postavlja se, dakle, pitanje što djeca zaista vide kada gledaju ekran jer, ukoliko dijete ne razumije što gleda, propušta naučiti prepoznati emocije, motive i poruke koje oblikuju njegov pogled na svijet. Film i mediji mogu biti snažan alat odgoja, ali samo ako djetu učimo gledati s razumijevanjem, baš kao što ih učimo razumjeti školske lektire koje čitaju. Također, u istom istraživanju (HAVC, 2025) oko 60 % učenika navodi kako im analiza filmova u školi pomaže da bolje razumiju situacije iz svakodnevnog života. Filmska pismenost u obrazovanju, dakle, ima snažnu odgojnu dimenziju jer učenike uči kako kritički promatrati medijske sadržaje, ali i kako razumjeti vrijednosti, odnose i emocije koje film prenosi. Stoga je neosporna važnost odraslih osoba u kvalitetnijem razumijevanju filmova, kao i važnost uvođenja filmske pismenosti u školski sustav. Drugim riječima, filmska pismenost otvara prostor za emocionalno učenje jer pomaže djeci i mladima da shvate što osjećaju dok gledaju film i zašto to osjećaju. Upravo takva osvještavanja emocionalnih procesa uobičajena su u psihoterapiji. Time usvajanje filmske pismenosti postaje značajan korak prema mentalnom zdravlju, što je osobito važno zbog preventivnog potencijala.

Mada se sve ozbiljnije počinje shvaćati potreba za filmskom edukacijom djece i mladih, u Hrvatskoj je trenutačna zastupljenost filmske pismenosti u sustavu obrazovanja prilično niska. O filmskoj pismenosti kontinuirano već duže od pola stoljeća skrbi Hrvatski filmski savez, koji 2026. godine slavi 63. rođendan, kao i Hrvatski audiovizualni centar (HAVC), koji ove godine postaje punoljetan te podupire mnoge programe i aktivnosti civilnog društva koji doprinose razvoju filmske pismenosti (Đorđić i Padjen Đurić, 2023).

Zaključimo da korištenjem filma u nastavi istodobno razvijamo filmsku i emocionalnu pismenost. Takva kombinacija emocionalne i filmske pismenosti otvara mogućnost da se učenici razvijaju u empatične, kritične i odgovorne osobe. Upravo u toj točki susreta filma i psihologije otvara se prostor za psihoedukaciju i psihoterapiju putem filma.

Film i psihoedukacija

Medij filma pokazao se kao iznimno vrijedan alat u razvoju emocionalne pismenosti jer objedinjuje znanje i emociju, čime prirodno podržava psihoedukaciju. Značajno je da psihoedukacija nadilazi puko informiranje jer povezuje znanje s emocionalnim iskustvom, čime pomaže osobi da smisleno interpretira vlastite doživljaje i reakcije. Temelji se na uvjerenju da je upravo razumijevanje vlastitih emocija, ponašanja i odnosa ključno za prevenciju psihičkih poteškoća. Psihoedukaciju možemo definirati kao strukturirani proces pružanja psihološki utemeljenih informacija o emocijama, ponašanju, stresu i mentalnim poteškoćama s ciljem povećanja razumijevanja, osnaživanja i aktivnog sudjelovanja osobe u vlastitom psihološkom funkcioniranju (Lukens i McFarlane, 2004). Anderson i suradnici (1980) naglašavaju da psihoedukacija smanjuje osjećaj bespomoćnosti i stigme jer psihičke poteškoće objašnjava kao razumljive procese, a ne kao osobni neuspjeh, što zauzima značajno mjesto u suvremenom pristupu mentalnom zdravlju.

U školama se film često koristi kao pedagoško sredstvo. Primjerice, nastavnik pušta film s društveno važnom temom, poput vršnjačkog nasilja ili mentalnog zdravlja, kako bi potaknuo raspravu među učenicima te razvijao filmsku pismenost ili empatiju. Takav pristup ima prvenstveno edukativni cilj: informirati mlade, proširiti njihovo znanje o određenom problemu, smanjiti stigmatu te potaknuti promišljanje i odgovorno ponašanje. Istraživanja pokazuju da film u nastavi o mentalnom zdravlju mladih može biti vrlo koristan. Na primjer, sustavni pregled Goodwin i suradnika (2021) utvrdio je da filmske intervencije s adolescentima značajno poboljšavaju znanje o mentalnim poremećajima te umanjuju stigmatu prema osobama s psihičkim teškoćama. Učenici dobro prihvaćaju film kao medij za učenje o tim temama jer ih vizualna naracija angažira više nego puko predavanje. Međutim, takve školske filmske projekcije uglavnom su usmjerene na grupnu raspravu i opće poruke filma. Njihov je doseg više preventivan i informativan nego terapijski. Cilj je da mladi usvoje spoznaje, primjerice kako prepoznati depresiju i potražiti pomoć, ili da razviju stavove, empatiju i toleranciju, ali se ne ulazi duboko u individualnu obradu njihovih osobnih emocija.

Psihoedukacija se može provoditi na različite načine, ovisno o ciljevima, dobi i kontekstu rada, uključujući verbalnu i pisanu edukaciju (predavanja, radionice, priručnici), iskustvene i interaktivne metode (razgovor i rasprava u grupi, igranje uloga), kreativne i narativne pristupe (priča, umjetnost) te audiovizualne medije, poput filma, koji omogućuju da se psihološki sadržaji ne prenose samo na kognitivnoj razini, nego da se povežu s emocionalnim iskustvom i identifikacijom, što povećava razumijevanje i učinak psihoedukacije. Psihoedukacija kroz film može se provoditi u zdravstvenim ustanovama ili školama. Goodwin i suradnici (2021) proveli su sustavni pregled o psihoedukaciji kroz film kod adolescenata te zaključili da je film obećavajuća metoda za unapređenje emocionalne pismenosti mladih. Konkretno, utvrđeni su bolje znanje o mentalnom zdravlju, pozitivniji stavovi prema traženju pomoći te smanjenje stigme povezane s mentalnim zdravljem kod adolescenata. Navode da je film praktički neiskorišten, unatoč tome što predstavlja neprocjenjiv resurs za podršku mentalnom zdravlju djece i adolescenata. Preporučuju provođenje daljnjih istraživanja o tome kako najbolje koristiti film kao dio edukacije o mentalnom zdravlju adolescenata, osobito kvantitativne istraživačke pristupe, kako bi se utvrdili učinci specifičnih pristupa, poput narativnog ili dokumentarnog filma, na mentalno zdravlje adolescenata, razinu otpornosti, stavove prema traženju pomoći i stigmatu.

Dok su teorijska predavanja često apstraktna, filmske priče djeluju neposredno te potiču identifikaciju i učenje. Mnogi ljudi koji imaju poteškoća s razumijevanjem i izražavanjem onoga što osjećaju ponekad trebaju vidjeti kroz film kako bi osjetili i spoznali. Filmovi koji obrađuju teme mentalnih bolesti pridonose destigmatizaciji i otvaraju prostor za razgovor o problemima koji su inače tabuizirani. Važno je birati filmove koji nude konstruktivne poruke i naglašavaju mogućnost traženja pomoći. Osim teme mentalnog zdravlja, film u kontekstu adolescencije i prvih ljubavnih veza nudi siguran prostor za promišljanje o tome što znači zdrav odnos, a gdje su granice manipulacije i poštovanja. Prikaz *online* veza može biti izvor rasprave o granicama privatnosti i povjerenja u virtualnom

prostoru te o prepoznavanju znakova manipulacije i nasilja putem interneta. Takvi razgovori, koje potakne film, omogućuju učenicima da prepoznaju ranjive situacije u vlastitom životu i razviju strategije zaštite. Snažnu psihoedukativnu ulogu imaju filmovi o vršnjačkom nasilju, koji otvaraju perspektive iz pozicije žrtve, ali ujedno i perspektivu promatrača i počinitelja. Omogućuju učenicima da sagledaju složenost vršnjačkih odnosa i uvide različite uloge u tom procesu. Filmovi koji prikazuju konflikte s autoritetima potiču raspravu o granicama poslušnosti i pravu na vlastito mišljenje.

Psihoedukacija i film dijele razumijevanje kao zajednički cilj. Kada djeci i mladima govorimo o emocijama, stresu i odnosima, često nailazimo na zid apstraktnih pojmova. Film zaobilazi te prepreke. Umjesto objašnjenja što je tuga, dijete gleda lik koji tuguje. Umjesto definicije straha, vidi junaka koji se boji, ali ipak ide dalje. U tom smislu film postaje didaktičko sredstvo koje djeluje putem emocija, alat koji pomaže normalizirati psihička stanja i olakšava razgovor o njima. Osim toga, u psihoedukaciji se film koristi namjerno i vođeno. Nastavnik ili roditelj bira sadržaj kako bi potaknuo razumijevanje određene teme, bilo da je riječ o razvodu roditelja ili ispitnoj anksioznosti. Film ne liječi, ali objašnjava i osnažuje. Nakon gledanja slijede razgovor, refleksija i povezivanje s vlastitim iskustvom. Djeca uče da nisu čudna, već da prolaze normalne procese, baš kao i lik u filmu u istoj situaciji.

S druge strane, filmoterapija ide korak dublje. Dok je psihoedukacija usmjerena na znanje i razumijevanje, fokus filmoterapije jest *emocionalna* obrada i promjena. U tom slučaju film nije samo povod za razgovor, nego terapijski medij. Likovi i metafore koriste se kako bi gledatelj projicirao vlastite unutarnje konflikte, strahove i želje na siguran filmski teren. Film se koristi s ciljem liječenja ili ublažavanja psihičkih tegoba. Terapeut odabire film kako bi evocirao određene emocije koje klijent treba proraditi. Gledanje se često odvija kao domaća zadaća pa nakon sljedeće seanse slijedi detaljna terapijska analiza i razgovor o reakcijama. Ključna razlika jest u intenciji i dubini obrade. Dok je u školi film sredstvo psihoedukacije, u terapiji je okidač za psihološki proces unutar klijenta. Terapeut pomaže klijentu povezati se s likovima i pričom na osobnoj razini. Ne pita samo *Što se dogodilo u filmu, već Gdje sebe nalaziš u toj priči? Što si osjećala dok si gledala tu scenu? Podsjeća li te na nešto u tvom životu?* Osoba ponekad ne može govoriti o vlastitoj ljutnji, ali može govoriti o ljutnji junaka. Film postaje *emocionalni most* između unutarnjeg svijeta gledatelja i terapijskog procesa. Filmoterapija koristi film kao projektivnu tehniku i metaforu te omogućuje da se o teškim temama razgovara posredno, kroz sudbinu lika, što smanjuje otpor. Primjerice, nakon gledanja filma o vršnjačkom nasilju u razredu učenici će možda bolje razumjeti posljedice nasilja, što je vrijedna edukativna korist, ali nije isto što i individualna terapija za učenika koji pati od anksioznosti zbog nasilja vršnjaka. Naravno, granica nije uvijek oštra i nastavnici u školi kroz vođene rasprave ponekad postižu i terapijski učinak. Na primjer, učenik podijeli svoje osjećaje potaknute filmom i osjeti se bolje, no primarna svrha ostaje edukacija. Filmoterapija zahtijeva stručni okvir, jasnu terapijsku namjeru te osjetljivost na psihičko stanje i životni kontekst osobe. U školskom okruženju takva individualizirana obrada obično nije

moću niti je cilj. Nastavnik ne može svjesno terapijski voditi svakog učenika kroz njegove osobne emocije jer je fokus na grupnoj raspravi i spoznaji, a ne na terapijskom procesu pojedinca.

Filmoterapija i psihoedukacija filmom nisu suprotstavljene, već komplementarne. Obje koriste istu moć medija, ali u različite svrhe. Psihoedukaciju u školama možemo promatrati kao preventivnu strategiju u području mentalnog zdravlja kojom putem filma podižemo svijest mladih o važnim temama, poput mentalnog zdravlja i načina suočavanja sa stresom, čime smanjujemo stigmiju povezanu s psihičkim tegobama i motiviramo mlade da što ranije potraže stručnu pomoć. S druge strane, filmoterapija u psihoterapijskoj praksi djeluje na kurativnoj i rehabilitacijskoj razini. Primjerice, učenici mogu psihoedukativno pogledati film o emocijama u školi, dok će psihoterapeut možda isti film iskoristiti u terapiji s učenikom koji ima poteškoća u izražavanju tuge, pomažući mu da kroz lik u filmu prepozna i prihvati vlastite osjećaje. U praksi se, dakle, razlikuju kontekst, namjera i način obrade filma. Razlika je u cilju, odnosno u tome je li cilj terapija ili edukacija, zatim u dubini obrade, odnosi li se ona na individualni ili grupni pristup, te u vodstvu, odnosno u tome radi li se o terapeutu ili nastavniku. Sličnost između psihoedukacije i filmoterapije leži u samoj prirodi filma. Film govori jezikom koji se razumije intuitivno i emocionalno. Zaobilazi otpor, smanjuje nelagodu i omogućuje identifikaciju u sigurnom prostoru. Psihoedukacija tim jezikom objašnjava svijet emocija, dok filmoterapija njime ulazi u taj svijet. Oboje je važno i često se prirodno nadopunjuje.

Filmoterapija

Umjetnost nam omogućuje da se istovremeno pronađemo i izgubimo.

Thomas Merton

Filmoterapija koristi upravo tu paradoksalnu snagu umjetnosti o kojoj piše Merton. Gubitak sebe u filmskoj priči ne znači bijeg od realnosti, nego put prema dubljem razumijevanju sebe. Identificirajući se s likovima, možemo prepoznati vlastite emocije, nade i konflikte. Promatrajući izbore i posljedice filmskih likova, dobivamo priliku sagledati vlastite obrasce ponašanja s emocionalne distance. Film postaje ogledalo u kojem se ne moramo gledati izravno, ali se ipak prepoznajemo. Ta posredovanost ima posebnu vrijednost. Bez izravnog izlaganja film omogućuje susret s teškim temama, pruža osjećaj sigurnosti i dopušta emocijama da se pojave prirodno i bez pritiska. Filmoterapija nije nametanje interpretacije, već proces u kojem film otvara prostor za unutarnji dijalog. Gledatelj se udaljava od sebe i istodobno sebi vraća.

Filmovi u psihoterapiji imaju svrhu emocionalnog iscjeljenja i osobnog rasta. Elementi filma, poput priče, glazbe i likova, svjesno se upotrebljavaju za poticanje psiholoških uvida, empatije, katarze i promjene u ponašanju. Filmoterapija nije vrsta psihoterapije sama po sebi. Ona je alat koji se koristi u okviru

psihoterapijskog tretmana. Za razliku od pukog gledanja filma, filmoterapija kao strukturirani pristup koristi spontani učinak filma svjesno i ciljano, u svrhu emocionalnog razumijevanja, psihoedukacije i psihološke podrške. Osim toga, filmovi mogu imati terapeutski učinak i izvan formalnog terapijskog konteksta, pomažući ljudima da se osjećaju primijećeno, shvaćeno i manje usamljeno u vlastitim iskustvima. Terapija zahtijeva od klijenta da otvoreno i iskreno razgovara o najosobnijim osjećajima i iskustvima, što nije lako učiniti. Zato terapeut može potaknuti klijente na gledanje filmova koji se bave problemima sličnima onima kroz koje i sami klijenti prolaze. Tada neosoban razgovor o filmu može dovesti do duboko osobnog razgovora o psihi klijenata. Poput slobodnih asocijacija, takvo propisano gledanje filmova može biti učinkovit mehanizam angažiranja klijenata i dobivanja uvida u njihove psihičke tegobe i konflikte. Ujedno, filmoterapija može pomoći da se otvore klijenti koji su u otporu i obranama.

Mada se termin *filmoterapija* pojavljuje relativno kasno, ideja da film ima snažan učinak na psihu, koji može biti čak i terapijski, prati kinematografiju od njezinih početaka. Mogli bismo reći da korijeni filmoterapije sežu još od biblioterapije, koja koristi knjige na sličan način. Mada je moć riječi, bila ona izgovorena ili pisana, prisutna od samih početaka civilizacije, korijeni moderne biblioterapije naziru se od 18. stoljeća, kada se knjige pojavljuju u bolnicama kako bi olakšale dušu oboljelima, te početkom 20. stoljeća, kada biblioterapija postaje formalniji pristup razvojem psihoterapijskih praksi. Osnivanje književnih klubova ujedno je poticalo čitanje i pružalo intelektualnu stimulaciju, društvenu povezanost te pomagalo ljudima da bolje upoznaju sebe. Unatoč svojoj korisnosti, biblioterapija posljednjih desetljeća gubi dio svoje privlačnosti u svjetlu razvoja filmskog medija.

Povijest filmoterapije nije linearna, već se postupno prepoznavalo ono što su gledatelji intuitivno znali od samih početaka filma: da nas filmske priče mogu utješiti i uznemiriti, pomoći nam da jasnije vidimo vlastiti unutarnji svijet te nam možda pomoći u unutarnjoj promjeni. Paralelno s razvojem filma razvijala se i psihologija. Interes znanstvenika i psihologa za utjecaj filma započeo je već u trenutku kada su braća Lumière snimila svoj prvi film. Predstavnici filmske industrije bili su zainteresirani za upravljanje pažnjom i sviješću publike kako bi održali njihov interes za filmove. Proučavali su reakcije publike na pokret, boju, zvuk i sadržaj filma. Ubrzo je prepoznato da film kao umjetnost djeluje drugačije od ostalih te da utječe izravno na osjetila i emocije gledatelja. Ingmar Bergman (1988) navodi da nijedna umjetnost ne prolazi kroz svijest kao film, koji ide pravo do naših emocija, duboko u mračnu sobu duše. Film ima tu čudesnu sposobnost da nas dotakne tamo gdje riječi često ne dopiru. Ponekad može otvoriti ono što je bilo zaključano, pokrenuti ono što je dugo mirovalo i povezati nas s drugima i sa samima sobom. Iako Bergman nije govorio o terapiji u užem smislu, njegova razmišljanja anticipiraju temeljnu pretpostavku filmoterapije, prema kojoj film kod gledatelja zaobilazi racionalne obrane i dopire do unutarnjih konflikata, strahova i želja. Rad mnogih terapeuta početkom 20. stoljeća, osobito S. Freuda i C. G. Junga, otvara prostor razumijevanju simbolike i obrambenih mehanizama. Upravo su projekcija i identifikacija kasnije postali ključni za razumijevanje učinka filma. Razvojem filma mnogi su psihoterapeuti uočili da gledatelji u filmskim likovima

prepoznaju vlastite unutarnje sukobe i emocionalne obrasce, čime film postaje projekcijsko platno nesvjesnog. Psiholozi i pedagozi već su 1930-ih godina proučavali utjecaj filma na djecu, odnosno kako djeluje na pažnju, emocije i učenje. U fokusu tih ranih istraživanja bilo je odgojno-obrazovno djelovanje. Početkom 1950-ih proučavale su se reakcije pacijenata na filmove te istraživala povezanost filma s procesima uzbuđenja, inhibicije i obrambenim mehanizmima. Pojavljuju se prve publikacije o upotrebi filmova u psihoterapiji (Prados, 1951). Radovi su bili uglavnom u okviru psihoanalitičkog pristupa. Film se sve više koristio izvan kina u edukaciji, rehabilitaciji i radu s osjetljivim skupinama. Bilo je to razdoblje nakon Drugog svjetskog rata te se filmovi počinju koristiti i u psihijatrijskim ustanovama u radu s traumatiziranim ratnim veteranima, ponajprije kao sredstvo poticanja razgovora i emocionalnog izražavanja. U tim ranim fazama još se nije govorilo o filmoterapiji kao zasebnoj metodi, ali su njezini temelji već bili postavljeni. Između 1950. i 1970. provodila su se klinička ispitivanja. Međutim, publikacije uglavnom nisu bile javno objavljivane. Sustavna primjena filma u terapijske svrhe počela je relativno kasno. Prvu knjigu o filmskoj terapiji, *La cineterapia*, napisao je 1972. psiholog, filozof i umjetnik Antonio Meneghetti (Krasin, 2018). Primijetio je da svaki sudionik nakon gledanja filma inzistira na svojem gledištu, unatoč činjenici da je film trebao imati zajedničko tumačenje. Svaka osoba interpretirala je film kroz projekciju vlastitog kompleksa. Termin kinoterapija (*cinema therapy*) popularizirao je psihoterapeut Gary Solomon, u javnosti znan kao *The Movie Doctor*, koji je pisao o korištenju filmova u terapiji. Nije nužno koristio samo filmove sa sretnim završetkom, već je uočio da i filmovi tužnog kraja mogu imati terapijski učinak. Film o umirućem alkoholičaru mogao je pomoći klijentu u suočavanju s alkoholizmom, a taj je učinak Solomon nazvao *paradoksalnim iscjeljenjem*. U svojoj knjizi iz 1995. navodi više od 200 filmova kao „liječak” za razne životne probleme i psihičke tegobe. Sedamdesetih godina 20. stoljeća u istraživanju je hospitaliziranoj djeci u dobi od 4 do 12 godina predoperativno prikazan relevantan terapijski film s likom vršnjaka koji je, poput tog djeteta, također bio hospitaliziran i uspješno operativno izliječen. Rezultati su pokazali da je kod djece kojoj je prikazan film došlo do značajnog smanjenja anksioznosti, preoperativno i postoperativno, u odnosu na kontrolnu skupinu (Melamed i Siegel, 1975). Istraživanje Machena i Johnsona (1974) pokazalo je da su prije stomatološke intervencije djeca koja su gledala snimku vršnjaka koji se uspješno opušta tijekom zahvata bila znatno mirnija i suradljivija nego djeca koja nisu vidjela nijednu pozitivnu snimku. Dakle, svjedočenje pozitivnom iskustvu modela smanjilo je njihovu anksioznost. Terapija modeliranjem kroz film bila je rani dokaz da film može poslužiti kao alat u okviru kognitivno-bihevioralne terapije.

Unatoč ranim dokazima, šira primjena filmova u psihoterapiji kaskala je za drugim kreativnim ekspresivnim metodama. Jedan praktičan razlog bila je i tehnologija. Tek pojavom videorekordera 1980-ih i dostupnošću filmova na zahtjev stvoreni su tehnički preduvjeti za filmoterapiju. Prije toga, gledanje filma bilo je vezano uz kino i rijetke televizijske projekcije, što je ograničavalo terapijsku upotrebu. Kada je filmski medij postao lako dostupan putem videokaseta, a kasnije i digitalnih medija, filmoterapija je doživjela procvat. Mada se korijeni

filmoterapije mogu pratiti do prvog izvješća Eliasa Katza iz 1946. godine, tek su je kao terapijsku tehniku 1990. godine definirale Linda Berg-Cross, Pamela Jennings i Rhoda Baruch (Pannu i Goyal, 2025). Autorice daju smjernice za kliničku primjenu filmoterapije, koju predstavljaju kao izdanak biblioterapije. Ubrzo se nižu publikacije koje upućuju na učinkovitost filmoterapije u raznim područjima mentalnog zdravlja. Sredinom 1990-ih pojavljuju se i prve knjige posvećene filmskoj terapiji za širu publiku i stručnjake. Krajem 1990-ih John W. i Jan G. Hesley, suradnici i psiholozi, objavljuju knjigu *Rent Two Films and Let's Talk in the Morning: Using Popular Movies in Psychotherapy* (Hesley i Hesley, 2001). Knjiga detaljno opisuje kako integrirati popularne filmove u terapijski rad te se smatra jednim od temelja filmoterapije u kliničkoj praksi. Autori navode da nas filmovi mogu naučiti o nama samima i našim obiteljima. Naglašavaju da filmoterapija nije zamjena za psihoterapiju, nego njezin vrijedan dodatak, osobito kod ljudi kojima je teško verbalizirati emocije. Upravo je ta ideja kasnije postala iznimno važna u radu s djecom i mladima. Do 2000-ih filmoterapija se etablirala kao dodatna tehnika u psihoterapiji. Nastavljaju se pojavljivati studije koje istražuju njezinu primjenu kod raznih populacija i poremećaja. Tako se film koristi kao pomoćno sredstvo u terapiji anksioznosti, depresije i poremećaja prehrane, a u nekim se bolnicama čak grade kinodvorane za pacijente i njihove obitelji. Takvi projekti izvještavaju o smanjenju stresa i usamljenosti kod hospitaliziranih osoba. Sve više terapeuta diljem svijeta dijeli praktična iskustva o tome kako pažljivo odabrani filmovi mogu klijentima pomoći da eksternaliziraju problem, sagledaju ga iz nove perspektive i pronađu motivaciju za promjenu. Prema Mastnaku (2024), u Manifestu kinoterapije (*Cinema Therapy Manifesto*) Anghel i Taylor (2019) navode da kinoterapija nije rezervirana samo za klinički kontekst. Iako se može koristiti u psihoterapiji, autori smatraju da film ima terapijski potencijal i u svakodnevnom životu, obrazovanju i zajednici. Kada se koristi odgovorno i uz vođenje, može pomoći pojedincima da bolje razumiju sebe, razviju empatiju i pronađu nove perspektive za rješavanje problema. Autori također upozoravaju da film nije neutralan i da može imati i negativan učinak ako se koristi nepromišljeno. Zato naglašavaju važnost etičnosti i osjetljivosti na dob, kontekst i individualne razlike gledatelja. Iako primarno govore o učinku filma na gledatelja, njihova metodologija otvara prostor za šire tumačenje u kojem se terapijski potencijal može promatrati i kao dio samog procesa stvaranja filma. Takav pristup približava filmoterapiju praksama art-terapije, u kojima i kreativni čin sam po sebi može imati iscjeljujući učinak. Fokus se pomiče s filma kao alata na film kao iskustvo te se naglašavaju svjesnost i namjera, a ne samo terapijska tehnika. Filmoterapija uključuje cjelovito iskustvo: emocionalno, tjelesno i kognitivno. Ne predstavlja univerzalan lijek, već iskustvo i alat koji zahtijeva znanje, odgovornost i svjesno usmjeravanje. Savez je to umjetnosti, psihologije i ljudske potrebe za smislom.

Uporaba filma u terapijskom procesu

Filmoterapija u zdravstvene svrhe u usponu je te se danas koristi za tretman širokog spektra tegoba, bilo poteškoća u odnosima s bližnjima bilo psihičkih tegoba (Mastnak, 2024). Tijekom posljednjih desetljeća raste popularnost i broj objavljenih filmskih vodiča za kliničare. Filmoterapija se koristi u individualnoj, partnerskoj, obiteljskoj ili grupnoj psihoterapiji, u savjetodavnom radu, kod djece, mladih i odraslih te u psihoedukativnim i preventivnim programima. Osim toga, kako navode Dermer i Hutchings (2000), ova vrsta intervencije koristi se u različitim populacijama, bez obzira na kulturu, klasu, spol, moć i seksualnu orijentaciju. Svi imaju zajednički jezik, a to je film.

Istraživanje među psiholozima pokazalo je da gotovo polovica ispitanih u svojem radu preporučuje klijentima gledanje određenih filmova, a čak 68 % stručnjaka navodi da su im filmovi pomogli u terapijskom procesu, nasuprot samo 2 % onih koji su smatrali da je to imalo negativne posljedice (Norcross i sur., 2000). Nedavni znanstveni pregledi potvrđuju terapijski potencijal filma. U opsežnom preglednom radu Sacilotto i suradnici (2022) analizirali su 38 istraživanja o filmskim intervencijama te su u čak 36 zabilježeni pozitivni terapijski učinci, poput smanjenja simptoma i poboljšanja psihosocijalnog funkcioniranja u raznim populacijama mladih s psihičkim tegobama.

Kako bi filmoterapija bila učinkovita, važno ju je pravilno integrirati u terapijski proces putem strukturiranog postupka koji Dermer i Hutchings (2000) definiraju kroz tri faze: početnu procjenu, zatim gledanje filma te završnu razradu doživljaja s klijentom. Već tijekom inicijalne procjene terapeut utvrđuje probleme, interese i ciljeve te procjenjuje je li klijent prikladan za ovakav pristup. Primjerice, ova se tehnika obično ne primjenjuje kod vrlo male djece ili neposredno nakon teške traume. Na temelju prikupljenih informacija pažljivo se odabire film koji tematski rezonira s problemom klijenta. Terapeuti potom zadaju klijentima da pogledaju određeni film ili isječak filma izvan terapijske seanse, kao oblik *domaće zadaće* što klijentu omogućuje da u vlastitom ritmu i tišini, kroz prizmu priče i likova, spozna svoje obrasce ponašanja i simptome. Terapeut daje smjernice na što klijent treba obratiti pozornost tijekom gledanja, a film se ponekad može pogledati i u okviru terapijske seanse zajedno s terapeutom, što je češće tijekom grupe terapije. Klijent gleda film uz svjesno promišljanje, umjesto pukog pasivnog uživanja, a zatim zajedno s terapeutom na sljedećoj seansi raspravlja o ključnim scenama, likovima i emocijama iz filma koje odražavaju životne situacije klijenta. Takvo svjesno gledanje filma može djelovati kao snažan katalizator emocionalnog iscjeljenja i osobnog rasta (Solomon, 2001). Film pruža klijentu siguran i posredan način da se suoči s vlastitim osjećajima i problemima. Identificirajući se s filmskim likovima, klijent može lakše prepoznati i izraziti svoje emocije te razmotriti drukčije pristupe rješavanju problema. Gledanje poticajnih prizora može iznijeti duboke emocije i potisnuta sjećanja na svjesnu razinu, čime film postaje okidač za terapijski razgovor o tim emocijama. Čak i klijenti koji isprva imaju otpor otvoreno govoriti o sebi često će lakše raspravljati o nekom filmskom liku, a

potom povući paralelu s vlastitim životom, jer film služi kao posrednik koji potiče komunikaciju i osvještavanje. Teoretski, u fazi gledanja klijent bi se trebao identificirati s likovima iz filma, razmisliti o poteškoćama s kojima se likovi suočavaju, pronaći sličnosti s vlastitim okolnostima i doživjeti katarzu nakon produblivanja vlastitih emocija. Međutim, budući da samo gledanje filma nije dovoljno za stvaranje uvida potrebnog za trajnu promjenu, nužan je razgovor o filmu. Na sljedećoj seansi, tijekom tog razgovora kao posljednjeg koraka, klijentima bi najprije trebalo dati priliku da razmisle o vlastitim reakcijama na film prije nego što se fokus postupno preusmjeri na probleme klijenata. Pritom terapeut provjerava identifikacije i nove perspektive klijenta (Hesley i Hesley, 2001). Ako klijent ne uspije uspostaviti nikakve veze, terapeut bi mu trebao pomoći u stvaranju veza između radnje filma i problema klijenta.

Navedeni koraci, poput pripreme, gledanja i rasprave, olakšavaju rad psihoterapeutu. Terapeut je svjestan da ključni dio procesa dolazi nakon projekcije filma, kada s klijentom razgovara o filmu, scenama i likovima koji su ostavili dojam te o emocijama i mislima koje su se pojavile, povezujući te sadržaje sa životnim iskustvom klijenta. Kroz takvu raspravu klijent sagledava vlastite probleme iz nove perspektive, pronalazi smisao u svojem iskustvu i može redefinirati način na koji pripovijeda priču o svojem životu. Upravo takav usmjereni razgovor pomaže prolazak kroz sve faze za koje se teoretski očekuje da na koncu izazovu promjenu, kako bi se oblikovale dublje i smislenije identifikacije te stekli novi uvidi.

Drugi autori navode četiri faze filmoterapije kroz iskustvo samog klijenta: najprije identifikaciju s likom, nakon čega slijedi emocionalna katarza, potom dubinsko shvaćanje vlastitih osjećaja te na koncu normalizacija iskustva (Sacilotto i sur., 2022). U praksi se pokazalo da, ukoliko nema vođenog razgovora nakon gledanja, film sam po sebi ne može dovršiti sve navedene faze.

U radu s djecom i mladima nužna je rasprava s odraslom osobom kako bi uvidjeli vlastite misli i naučili nove strategije. Presudno je stoga razvijati filmsku pismenost te osigurati da odrasle osobe, bilo roditelji ili nastavnici, budu posrednici u interpretaciji sadržaja. U terapijskom kontekstu film omogućuje adolescentima da prepoznaju vlastite simptome kroz likove i tako razvijaju svijest o problemu i strategije suočavanja. Na taj način dijete osjeća da nije samo u svojem problemu, što može ublažiti osjećaj izolacije. Terapeut osnažuje sposobnost klijenta da prepozna i verbalizira vlastite osjećaje. Pričajući o filmu, klijent zapravo pripovijeda vlastitu priču. Filmovi s pozitivnim prikazima suočavanja sa stresom mogu mladima pokazati kako tražiti podršku, komunicirati bolno iskustvo ili postupno prihvatiti gubitak. Emocionalno procesuiranje jedan je od ključnih mehanizama pozitivnog djelovanja filma. Intenzivne scene mogu izazvati suze, tjeskobu i olakšanje, no uz odgovarajuće vodstvo to iskustvo može dovesti do oslobađanja potisnutih emocija. Gledanjem prizora tuge i gubitka djeca lakše priznaju vlastitu tugu, mogu bolje razumjeti svoje osjećaje, ali i tuđe, čime jača emocionalna pismenost. Kad su tema filma i emocionalna zrelost gledatelja usklađene, učinci su obično pozitivni.

Terapeuti mogu koristiti film ili segment filma koji ilustrira situaciju ili stanje koje klijent doživljava, bez obzira na to je li osoba toga svjesna. Nakon što vidi kako netko u filmu rješava sličnu situaciju, gledatelju može biti lakše suočiti

se s vlastitim problemom. Naime, gledatelj ima najvažniju ulogu, sudjelujući u činu stvaranja značenja prilikom gledanja filma. Njegovo razumijevanje filma, identifikacija i projekcije na likove, zaključci i pretpostavke koje donosi te njegova otvorenost prema filmu utječu na učinak koji će film imati. Uključivanje filma u terapijski i obrazovni rad može smanjiti anksioznost i depresiju. Emocije koje film pobudi mogu potaknuti osobu da razmišlja na drukčiji način te tako utjecati na promjene stavova i ponašanja. Film može pružiti utjehu i smijeh te dati novu perspektivu koja rasterećuje gledatelja (Dermer i Hutchings, 2000). To je osobito važno za adolescente jer znamo da ulazak u svijet odraslih nije jednostavan.

Filmoterapija spaja film kao medij blizak mladima i psihološku potporu, što je osobito korisno u tom životnom razdoblju kada su izravni razgovori o emocijama teški, dok razgovor o filmu može zaobići unutarnje obrane. Nastavnik koji s učenicima analizira film može postaviti pitanja poput *Koju nam poruku film zapravo šalje? Je li taj odnos realno prikazan? Koje stereotipe film iznosi?* Takvim pitanjima pomaže učenicima da osvijeste te utjecaje. Time film iz potencijalno manipulativnog sredstva, koje možda ističe određene stereotipe, postaje povod za razvoj kritičkog mišljenja i prilika da se mladi nauče odupirati utjecajima i samostalno prosuđivati medijske sadržaje.

Filmska terapija i psihoedukacija osobito su privlačne mladim generacijama jer odrastaju uz filmove i digitalne medije. Djeci i mladima nude pristupačan način da se uključe u razgovor o osjećajima jer će radije opisivati što je lik na ekranu proživio i kako se nosi s problemima nego odmah govoriti o sebi. Ujedno kroz tu raspravu mladi uče prepoznati slične situacije u vlastitom životu i promišljati o mogućim rješenjima. Upravo zbog takve kombinacije privlačnosti i terapijske vrijednosti film postaje koristan alat u promicanju mentalnog zdravlja djece i mladih. Ako se koristi promišljeno i uz stručno vodstvo, dobar film može potaknuti snažne emocije i nove uvide te tako poslužiti kao podrška procesu izlječenja i osobnog rasta.

Za prihvaćanje filmoterapije kao vjerodostojne terapijske intervencije potrebna je teorijska osnova koja podupire njezinu upotrebu te kvantificirani podaci koji potvrđuju njezinu učinkovitost (Powell, 2008). Psihoanalitička teorija jedan je od teorijskih okvira koji podupire filmoterapiju. Temelji se na ideji da filmovi, poput snova, mogu aktivirati nespješne sadržaje. Freudov koncept katarze, odnosno emocionalnog rasterećenja, i Jungova teorija arhetipova i sjene ovdje su vrlo primjenjivi. Gledajući film, klijent može neizravno pristupiti potisnutim osjećajima, primjerice poistovjetiti se s likom i tako sigurno proživjeti vlastitu tugu, strah ili ljutnju. Otpor i obrane smanjuju se kada klijent kroz priču o filmu posredno govori o svojim tegobama. Dermer i Hutchings (2000) govorili su o upotrebi filmova i u obiteljskoj terapiji upravo zbog uvida u nespješne obiteljske obrasce. Psihoanalitičari podržavaju filmoterapiju kao dopunu klasičnoj terapiji.

Kognitivno-bihevioralni pristup koristi film za modeliranje poželjnih ponašanja i restrukturiranje misli. Prema Bandurinoj teoriji socijalnog učenja učimo promatrajući modele. Likovi u filmu mogu poslužiti kao pozitivni modeli koji demonstriraju uspješne strategije suočavanja s izazovima. Terapeut može zadati klijentu da prati kako se lik u filmu nosi s određenom situacijom, a potom zajedno

analiziraju misli i vjerovanja lika u odnosu na iskustva klijenta. Berg-Cross i suradnice (1990) istaknule su da je prednost filma neposrednost, dok snažne scene mogu zaobići određene kognitivne otpore i potaknuti klijenta na razmišljanje o alternativnim načinima reagiranja. Tako film može pomoći u kognitivnoj restrukturaciji. Primjerice, klijent s negativnim mislima može kroz identifikaciju s pozitivnim likom početi mijenjati svoju unutarnju priču pod geslom: „Ako je junak uspio prevladati svoj strah, može i on.” Istraživanja potvrđuju i konkretne dobrobiti.

Humanistički i egzistencijalni pristup kroz filmski prikaz pozitivne transformacije lika klijentu može uliti nadu i motivaciju. Filmske priče često se bave univerzalnim temama smisla života, slobode izbora, prijateljstva, gubitka i samospoznaje, što ih čini prikladnima za egzistencijalnu terapiju i poticanje osobnog rasta. Film je koristan i u narativnoj terapiji. Prema narativnoj psihologiji ljudi shvaćaju sebe kroz priče koje si pripovijedaju. Gledanjem filma klijent može reinterpretirati svoju osobnu priču. Možda će u liku prepoznati novi način sagledavanja vlastitog problema ili kroz filmsku metaforu reorganizirati životnu priču na konstruktivniji način. Drugim riječima, filmoterapija može pomoći klijentu da, inspiriran filmom, preoblikuje svoj životni scenarij. Wedding i Niemiec (2014) u kontekstu pozitivne psihologije ističu da inspirativni filmovi mogu osnažiti gledatelje, potaknuti ih na samorefleksiju i promicanje vlastitih potencijala.

Iako je filmoterapija relativno mlada, raste broj istraživanja koja podupiru njezinu učinkovitost. Sustavni pregled literature (Sacilotto i sur., 2022) identificirao je desetke radova o primjeni filma u terapiji i edukaciji, od kojih većina bilježi pozitivne ishode, primjerice poboljšanje svakodnevnog funkcioniranja, veću svjesnost problema i smanjenje negativnih emocija. Iako raste broj radova koji sugeriraju učinkovitost filmoterapije, neki autori navode da je kvantitativna empirijska podrška oskudna jer dokazi često dolaze iz studija slučaja. Primjerice, filmoterapija je korištena u jednoj studiji slučaja (Gramaglia i sur., 2011) kao dodatna intervencija kod 40-godišnje žene s dijagnozom poremećaja prehrane. U studiji slučaja s troje djece u dobi od 10 do 12 godina filmoterapija je pomogla u prevladavanju poteškoća povezanih s razvodom roditelja (Marsick, 2010). Bierman, Krieger i Lifer (2001) koristili su proces grupne filmoterapije u šest seansi kao dodatnu intervenciju s adolescenticama. Teme odabranih filmova odnosile su se na obiteljske odnose jer su sudionice imale obiteljsku povijest zanemarivanja i zlostavljanja. Autori su zaključili da su filmovi, funkcionirajući kao metafore, pomogli djevojka da raspravljaju o teškim temama sa sigurne udaljenosti. To im je omogućilo da se učinkovitije suočavaju sa svojim preplavljujućim emocijama. Grupna terapija s fokusom na filmove bila je korisna kao dopunski oblik psihoterapije u tom stacionarnom centru za liječenje adolescentica. Osim studija slučaja, sve veći broj istraživanja pruža i kvantitativne dokaze. Powell (2008) govori o učinkovitosti grupne filmoterapije kroz porast optimizma kod osoba s depresivnim simptomima. Pur (2009) kod hospitaliziranih pacijenata s dijagnozom ovisnosti o alkoholu navodi pozitivne učinke filmoterapije, koja je povećala svijest pacijenata o negativnim učincima konzumacije alkohola. Porastom istraživanja o učinkovitosti filmoterapije rastu i obećavajući rezultati koji ukazuju na to da ova terapijska metoda može

obuhvatiti širok raspon problema i različite populacije. Pregled učinkovitosti fil-moterapije Goodwina i suradnika (2021) obuhvatio je deset recenziranih studija o primjeni filma u obrazovanju adolescenata o mentalnom zdravlju. Ključni nalaz ovog pregleda jest da film predstavlja koristan i poticajan alat za povećanje emocionalne pismenosti i smanjenje stigme među mladima. Mladi su nakon filmskih intervencija pokazivali bolje razumijevanje depresije, anksioznosti i drugih stanja, bili su empatičniji i tolerantniji prema osobama s tim problemima te su manje vjerovali u uobičajene mitove, poput onoga da su psihički bolesni ljudi opasni. S druge strane, pregled je otkrio da samo narativni filmovi možda nisu dovoljni za promjenu svih ponašanja, osobito u pogledu spremnosti adolescenata da potraže pomoć za sebe. Autori stoga sugeriraju da film treba kombinirati s raspravom ili radionicom kako bi se potaknula konkretna akcija traženja pomoći. Također navode da među pregledanim studijama nijedna nije izričito mjerila utjecaj filma na otpornost na stres, iako neke naznake upućuju na to da prikazi uspješnog suočavanja s poteškoćama jačaju samopouzdanje.

Ovi rezultati ukazuju na potrebu da se buduća istraživanja usmjere i na takve ishode, kao i na to kako najbolje implementirati filmske programe, primjerice koji formati i teme najviše angažiraju mlade. Premda su Sacilotto i suradnici (2022) utvrdili da većina istraživanja navodi pozitivne učinke filmova na mentalno zdravlje, upozoravaju da su metodologije heterogene te da je potrebno više standardiziranih pokusa kako bi se čvrsto dokazala učinkovitost i precizno odredilo što najbolje funkcionira. Dakle, znanstvena zajednica zagovara ubuduće rigoroznija istraživanja, poput randomiziranih kontroliranih pokusa, kako bi se film kao intervencija u mentalnom zdravlju mladih uvrstio među znanstveno utemeljene pristupe. Pored kvantitativnih istraživanja, kvalitativna istraživanja pružaju dublje razumijevanje iskustva i percepcije sudionika u filmskim programima. Metode fokus-grupa ili intervjua pomažu razumjeti što mlade najviše privlači ili odbija u određenom sadržaju (Ito-Jaeger i sur., 2022). Primjerice, mladi su preferirali animirani format jer je jednostavan, privlačan i blizak kulturi mladih, no pritom ne umanjuje ozbiljnost poruke. Također naglašavaju važnost autentičnosti, stoga filmovi koji su nastali kao doprinos vršnjaka ili prikazuju realne situacije djeluju uvjerljivije i korisnije u psihoedukaciji o mentalnom zdravlju. Ovi uvidi korisni su za dizajniranje budućih intervencija i pokazuju da film kao alat treba prilagoditi kontekstu, primjerice dobi, kulturnoj pozadini te urbanom ili ruralnom miljeu. Kombinacija kvantitativnih i kvalitativnih nalaza daje jasniju sliku o tome kako odabrani film ima mjerljivo pozitivan učinak na znanje, stavove i ponašanje mladih povezano s mentalnim zdravljem, a ishodi ovise o načinu implementacije i kontekstu.

Filmovi su, dakle, obećavajuća metoda za povećanje emocionalne pismenosti kod djece i mladih. U psihoedukaciji se predlaže aktivan pristup uz zajedničko gledanje i razgovor o filmu, pri čemu djeca i mladi razvijaju kritičko mišljenje o viđenom, uče razlikovati manipulaciju od stvarnosti i artikulirati svoje misli. Takav strukturirani pristup osigurava da film bude alat pozitivnog utjecaja, a ne izvor dodatnog stresa. Pravilno odabrani filmovi i osmišljen psihoedukacijski sat mogu biti vrijedan saveznik u očuvanju mentalnog zdravlja djece i mladih.

No filmoterapija ima i svoja ograničenja. Iako film najčešće pomaže, može i odmoći ako je neprimjereno odabran i korišten. Ponajprije, filmovi s nasiljem, zastrašujućim scenama i traumatskim sadržajem mogu pojačati anksioznost, pa čak djelovati retraumatizirajuće ako uznemirujući sadržaj filma rezonira s traumatskim iskustvom gledatelja. Također, kontinuirano izlaganje nasilnom sadržaju može naškoditi djeci, učiniti ih otupjelima na nasilje ili čak potaknuti agresivnost. Osjetljiva mala djeca često teško razlikuju stvarnost od fikcije pa scene intenzivnih svađa i nesreća mogu ostaviti dugotrajnije emocionalne posljedice, poput nesani-ce ili straha. Pretpostavka da se filmovi mogu olako „propisivati” za liječenje problema može imati suprotan učinak, primjerice kada se nepromišljeno preporuča komedija u tretmanu depresivne osobe. Isto tako, film može pogrešno modelirati rješenja ako filmski likovi koriste destruktivne obrasce, poput bijesa ili izbjegavanja problema, bez ikakvih posljedica, jer tada učenik može zaključiti da su takvi obrasci prihvatljivi. Stoga je važno pažljivo birati filmove prema dobi i osjetljivosti djece te razgovarati o njima. Na taj se način negativne implikacije smanjuju, a pojačavaju pozitivni učinci, poput modeliranja i smirivanja kroz identifikaciju. Bez takvog razgovora film ostaje bez terapijskog učinka ili, u najgorem slučaju, postaje izvor straha i nesporazuma. Ako nastavnici učenicima osvijeste mehanizme kao što su identifikacija, katarza, modeliranje i validacija osjećaja, mogu koristiti film kao vrijedan alat za poboljšanje mentalnog zdravlja djece i mladih. Prema Pannu i Goyalu (2025), budućnost filmoterapije u liječenju psihičkih tegoba, primjerice depresije, leži u korištenju digitalnih tehnologija, uključujući virtualnu stvarnost i umjetnu inteligenciju, za stvaranje personaliziranih i impresivnih terapijskih iskustava. Filmoterapija se u digitalnom dobu razvija kroz mogućnosti korištenja animiranih i kratkih formi (TikTok, YouTube), virtualne stvarnosti i interaktivnih filmova u terapiji i psihoedukaciji. Sve popularniji pristup u obrazovnom i terapijskom radu s mladima jest aktivno sudjelovanje u izradi filma. Pretpostavka je da proces stvaranja filma, od scenarija do snimanja, pruža mladima priliku da izraze svoje iskustvo i ovladaju njime u sigurnom okruženju. Takav spoj terapije i edukacije provodi se izvan klinike, primjerice u školama, radi promicanja psihološke dobrobiti djece i mladih. Dakle, film može biti moćan alat ne samo u rukama terapeuta nego i nastavnika jer pruža strukturirani okvir unutar kojeg mladi mogu učiti o mentalnom zdravlju, razvijati vještine suočavanja i izraziti svoja iskustva.

Možemo na kraju reći da film imitira i liječi život. Pomaže nam da razumijemo sebe i one koji s nama dijele ovo putovanje. Filmoterapija je kroz svoju kratku povijest od „začina” psihoterapiji prerasla u priznati pristup. Osobito je vrijedna u radu s djecom i mladima s obzirom na to da je film medij njihove kulture te da, ako se ispravno koristi, može biti moćan alat za poboljšanje mentalnog zdravlja budućih generacija. Psihoedukacija kroz film u školskom sustavu obećavajuća je metoda za unapređenje emocionalne pismenosti mladih, povećanje znanja o mentalnom zdravlju i smanjenje stigme, kao i razvoj pozitivnih stavova prema traženju stručne pomoći. Bilo da se radi o terapeutu koji pomaže djetetu da razumije vlastite emocije kroz film ili o nastavniku koji u razredu vodi raspravu nakon filma, poruka je da se u filmu krije terapijska vrijednost. Kroz identifikaciju s junacima, katarzu uz sigurne suze, spoznaju kroz priče drugih i inspiraciju za promjenu

učenici mogu osnaživati svoje mentalno zdravlje. Film nije lijek za sve, ali kako je Solomon u naslovu svoje knjige iz 1995. godine duhovito sugerirao: *Pogledaj ovaj film i javi mi se ujutro*, upravo nam film može omogućiti da se osjetimo shvaćeno, osnaženo i spremnije suočiti se sa životnim izazovima. Za kraj valja rezimirati: koristimo li film bilo za psihoedukaciju bilo za filmoterapiju, vrijedi pravilo 5P – pravi film, za pravu osobu, u pravom trenutku, u pravoj dozi i na pravi način. Uostalom, tako je to i pri primjeni svakog lijeka.

Dodatak

Primjer školskog sata filmske psihoedukacije, tema: treća životna dob.

Starenje donosi psihološke, tjelesne i socijalne promjene, poput pada vitalnosti, slabijeg zdravlja, promjena u socijalnim ulogama i bliskim odnosima, osobito promjena u odnosu između djeteta i roditelja. Starija osoba ujedno osvještava da je nerijetko u očima šire zajednice percipirana kao teret i nevažna, zbog prirodnog pada doprinosa zajednici u odnosu na vlastite vitalne godine te trenutačno smanjene mogućnosti za učenje i promjene.

Odaberemo film koji obrađuje temu starenja. Uvod nastavnik može blago usmjeriti riječima o tome kako film otvara pitanja o različitim životnim fazama i o tome kako se različite generacije međusobno razumiju. Potaknite učenike da film gledaju otvoreno, kao priču iz koje možda mogu naučiti nešto o sebi i drugima. Navedite im da film govori o odnosima među ljudima i o tome kako se kroz život mijenjamo. Dok gledaju, neka obrate pozornost na to kako se likovi osjećaju i kako se odnose jedni prema drugima. Nema točnih ili netočnih dojmova, važno je samo da obrate pozornost na ono što je za njih bilo osobno značajno.

Kako su doživjeli promjenu uloga kada odraslo dijete preuzima brigu o roditelju koji u starosti gubi psihofizičke sposobnosti? Korisno je kroz psihoedukaciju i terapiju razgovarati o strahovima i gubicima s obje strane, o roditelju koji teško prihvaća slabost i ovisnost te o djetetu kojem je teško gledati kako nekoć snažan roditelj postaje ranjiv. Film pritom stvara siguran prostor u kojem se može priznati da u životu postoje i teška razdoblja, prirodna i sastavna, baš kao i starenje, iako su često emocionalno zahtjevna. Kroz priznavanje takvih emocija važno je osigurati otvorenost, osjećaj prihvaćenosti i odsutnost negativnih konotacija. U školskom kontekstu nastavnik može psihoedukativno koristiti ovu temu za razgovor o brizi za starije, poštovanju i međugeneracijskom razumijevanju, bez poniranja u terapijsku dubinu. S druge strane, u terapijskom kontekstu film postaje metafora obiteljskog sustava te pomaže obitelji spoznati vlastite obrasce odnosa i komunikacije sa sigurne distance.

Nakon gledanja filma valja istaknuti da filmovi često govore više emocijama nego riječima. Prije nego što započnete razgovor, potaknite učenike da uzmu vrijeme i razmisle što im je ostalo u sjećanju: koja scena, koji lik ili koji osjećaj. Potom ih možete potaknuti na razmišljanje o tome kako film prikazuje stariju osobu, koje njezine osobine najviše dolaze do izražaja te je li prikazana samo kroz slabost i ograničenja ili i kroz životno iskustvo, mudrost, humor i odnose s drugima.

Tako se otvara prostor za razgovor o tome kako u svakodnevnom životu doživljavamo starije osobe i koliko su te percepcije oblikovane stereotipima. Zatim se može postaviti pitanje kako se u filmu mijenjaju odnosi između generacija i što je u tim promjenama najteže za likove. Učenici mogu razmišljati o tome kako se osjećaju mlađi, a kako stariji likovi, bez potrebe da govore o vlastitim obiteljima. Takav razgovor potiče razvoj perspektive i empatije jer pokazuje da ista situacija može izgledati različito, ovisno o dobi i životnoj ulozi.

Poželjno je da nastavnik postavi pitanje o tome koje poruke film šalje o starenju općenito. Prikazuje li starenje isključivo kao gubitak ili ga ujedno prikazuje kao razdoblje novih odnosa, prilagodbi i smisla? Ovdje se spontano može dotaknuti i tema diskriminacije starijih.

Na kraju se rasprava može usmjeriti prema svakodnevici pitanjem kako film može utjecati na naše ponašanje prema starijim osobama. Može li nas potaknuti na više strpljenja i razumijevanja? Tako film postaje povod za promišljanje o vlastitim stavovima i odnosima.

Za pristup psioedukaciji značajna je životna dob gledatelja. Nakon filma djecu u razrednoj nastavi možemo potaknuti da opišu kakav im se činio stariji lik i što im je kod njega bilo zanimljivo. Razgovor se može usmjeriti na to kako se taj lik osjeća i tko mu pomaže, čime se razvija osnovno razumijevanje emocija i brige za druge. Može se postaviti pitanje kako bi oni pomogli toj osobi u nekoj situaciji u filmu i što misle da toj osobi znači prijateljstvo ili obitelj. Na taj se način nenametljivo gradi empatija i osjećaj povezanosti među generacijama, bez ulaska u apstraktne pojmove poput diskriminacije.

Kod učenika predmetne nastave možemo otvoriti pitanje kako film prikazuje odnos između mlađih i starijih likova te što se u tim odnosima mijenja kroz priču. Može ih se potaknuti da razmisle osjećaju li stariji likovi da ih se sluša i poštuje ili imaju dojam da ih okolina isključuje, kao i o tome kako se starije osobe ponekad u društvu percipira kao usporene, dosadne ili nesposobne te potvrđuje li film takve predodžbe. Tako se uvodi ideja da film može oblikovati način na koji razmišljamo o drugima, ali bez moraliziranja.

Kod srednjoškolskih učenika moguće je otvoriti dublji razgovor o starenju kao životnoj fazi i o tome kako društvo vrednuje ljude ovisno o njihovoj dobi, vitalnosti i doprinosu zajednici. Učenike se može potaknuti da razmisle prikazuje li film starenje isključivo kao gubitak ili i kao razdoblje iskustva, promjene i novih uloga. Može se razgovarati o dobnoj diskriminaciji kroz pitanje kako bi se film promijenio kada bi radnja bila ispričana iz perspektive starijeg lika. Time se potiče kritičko mišljenje i sposobnost sagledavanja iz različitih uloga. Na kraju se otvara tema odgovornosti mladih, njihovih stavova i ponašanja prema starijima u svakodnevnom životu, ali ne kao odraz obveze i vanjskog pritiska, nego unutarnje motivacije. Za kraj možete istaknuti da nam filmovi ne daju gotove odgovore, ali nam mogu pomoći da bolje razumijemo ljude, odnose i same sebe. Ako nas film potakne na razmišljanje ili promijeni način na koji gledamo neku situaciju, tada je ispunio svoju svrhu. Kao i ova knjiga.

Popis literature

- American Academy of Pediatrics. (2016). Media use in school-aged children and adolescents. *Pediatrics*, 138(5), e20162592.
- American Academy of Pediatrics. (2025). *Social media and youth mental health: Screen time guidelines*. <https://www.aap.org>
- Anderson, C. M., Hogarty, G. E., & Reiss, D. J. (1980). Family treatment of adult schizophrenic patients: A psycho-educational approach. *Schizophrenia Bulletin*, 6(3), 490–505.
- Anderson, C. A., Berkowitz, L., Donnerstein, E., Huesmann, L. R., Johnson, J. D., Linz, D., Malamuth, N. M., & Wartella, E. (2003). The influence of media violence on youth. *Psychological Science in the Public Interest*, 4(3), 81–110.
- Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2002). The effects of media violence on society. *Science*, 295(5564), 2377–2379.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497–529.
- Bazzini, D. G., Curtin, L. A., Joslin, S., Regan, S., & Martz, D. (2010). Do animated Disney characters portray and promote the beauty-goodness stereotype? *Journal of Applied Social Psychology*, 40(10), 2687–2709.
- Bennett, M. P., & Lengacher, C. (2006). Humor and laughter may influence health: II. Complementary therapies and humor in a clinical population. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 3(2), 187–190.
- Berg-Cross, L., Jennings, P., & Baruch, R. (1990). Cinematherapy: Theory and application. *Psychotherapy in Private Practice*, 8, 135–156.
- Bergman, I. (1988). *The magic lantern: An autobiography*. Penguin Books.
- Best, P., Manktelow, R., & Taylor, B. (2014). Online communication, social media and adolescent wellbeing: A systematic narrative review. *Children and Youth Services Review*, 41, 27–36.
- Bierman, J. S., Krieger, A. R., & Leifer, M. (2001). Group cinematherapy as a treatment modality for adolescent girls. *Journal of Child and Adolescent Group Therapy*, 11(1), 1–15.
- Blakemore, S.-J., & Choudhury, S. (2006). Development of the adolescent brain: Implications for executive function and social cognition. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 47(3–4), 296–312.
- Blumler, J. G., & Katz, E. (Eds.). (1974). *The uses of mass communications: Current perspectives on gratifications research*. Sage.
- Bond, B. J., Dill-Shackleford, K. E., Dibble, J. L., Gleason, T. R., Jennings, N., Rosaen, S., & Forster, R. T. (2025). Parasocial relationships in children and teens. In D. A. Christakis & L. Hale (Eds.), *Handbook of children and screens: Digital media, development, and well-being from birth through adolescence* (pp. 239–244). Springer.
- Bosgraaf, L., Spreen, M., Pattiselanno, K., & van Hooren, S. (2020). Art therapy for psychosocial problems in children and adolescents: A systematic narrative review on art therapeutic means and forms of expression, therapist behavior, and supposed mechanisms of change. *Frontiers in Psychology*, 11, 584685.
- Brockington, G., Gomes Moreira, A. P., Buso, M. S., da Silva, S. G., Altszyler, E., Fischer, R., & Moll, J. (2021). Storytelling increases oxytocin and positive emotions and decreases cortisol and pain in hospitalized children. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 118(22), Article e2018409118.
- Cheung, M., Leung, C. A., & Huang, Y. J. (2022). Absentee parents in Disney feature-length animated movies: What are children watching? *Child and Adolescent Social Work Journal*, 39(3), 323–336.
- Chirilă, E. (2024). Applications of art therapy/occupational therapy in neuropsychic disorders: Raw art objectives: Stimulation, creativity, catharsis, socialization. *European Psychiatry*, 67(S1), S521.

- Coyne, S. M., Linder, J. R., Rasmussen, E. E., Nelson, D. A., & Birkbeck, V. (2018). Pretty as a princess: Longitudinal effects of engagement with Disney princesses on gender stereotypes, body esteem, and prosocial behavior in children. *Child Development, 87*(6), 1909–1925.
- De Decker, E., De Craemer, M., De Bourdeaudhuij, I., Wijndaele, K., Duvinage, K., Koletzko, B., & Zych, K. (2012). Influencing factors of screen time in preschool children: An exploration of parents' perceptions through focus groups in six European countries. *Obesity Reviews, 13*, 75–84.
- De Leeuw, R., & Janicke, S. (2023). How movies can help children find meaning in life. *Greater Good Magazine*. <https://greatergood.berkeley.edu>
- De Leeuw, R. N., Weijers, A., Ahle, A. M., & Daalmans, S. (2024). How stories in the media can be meaningful in children's lives. *Media Psychology, 27*(4), 479–502.
- Dermer, S. B., & Hutchings, J. B. (2000). Utilizing movies in family therapy: Applications for individuals, couples, and families. *The American Journal of Family Therapy, 28*(2), 163–180.
- Dumtrache, S. D. (2014). The effects of a cinema-therapy group on diminishing anxiety in young people. *Procedia – Social and Behavioral Sciences, 127*, 717–721.
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development, 82*(1), 405–432.
- Dordić, A., & Padjen Đurić, I. (2023). Filmska pismenost u Hrvatskoj u kontekstu dvaju rodendana. *Prikazi, osvrti i ocjene Hrvatski, 21*(2).
- Engel, G. L. (1977). The need for a new medical model: A challenge for biomedicine. *Science, 196*(4286), 129–136.
- Fernández-Aguilar, L., Ricarte, J., Ros, L., & Latorre, J. M. (2018). Emotional differences in young and older adults: Films as mood induction procedure. *Frontiers in Psychology, 9*, Article 1110.
- Foulds, K. (2023). Co-viewing mass media to support children and parents' emotional ABCs: An evaluation of Ahlan Simsim. *Early Childhood Education Journal, 51*(6), 1479–1488.
- Galanaki, E., & Malafantis, K. D. (2022). Albert Bandura's experiments on aggression modeling in children: A psychoanalytic critique. *Frontiers in Psychology, 13*, Article 1–4.
- Gallese, V. (2007). Before and below theory of mind: Embodied simulation and the neural bases of social cognition. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences, 362*(1480), 659–669.
- Gallese, V., & Guerra, M. (2019). *The empathic screen: Cinema and neuroscience*. Oxford University Press.
- Gasser, L., Dammert, Y., & Murphy, P. K. (2022). How do children socially learn from narrative fiction: Getting the lesson, simulating social worlds, or dialogic inquiry? *Educational Psychology Review, 34*(4), 1445–1475.
- Goleman, D. (1997). *Emocionalna inteligencija: Zašto je važnija od kvocijenta inteligencije*. Mozaik knjiga.
- Goodwin, J., Saab, M. M., Dillon, C. B., Kilty, C., McCarthy, A., O'Brien, M., & Philpott, L. F. (2021). The use of film-based interventions in adolescent mental health education: A systematic review. *Journal of Psychiatric Research, 137*, 158–172.
- Gould, M. S., Jamieson, P., & Romer, D. (2003). Media contagion and suicide among the young. *American Behavioral Scientist, 46*(9), 1269–1284.
- Gramaglia, C., Abbate-Daga, G., Amianto, F., Brustolin, A., Campisi, S., De-Bacco, C., & Fassino, S. (2011). Cinematherapy in the day hospital treatment of patients with eating disorders: Case study and clinical considerations. *The Arts in Psychotherapy, 38*(4), 261–266.
- Greitemeyer, T., & Mügge, D. O. (2014). Video games do affect social outcomes: A meta-analytic review of the effects of violent and prosocial video game play. *Personality and Social Psychology Bulletin, 40*(5), 578–589.
- Hale, L., & Guan, S. (2015). Screen time and sleep among school-aged children and adolescents: A systematic literature review. *Sleep Medicine Reviews, 21*, 50–58.
- Harmer, C. J., Mackay, C. E., Reid, C. B., Cowen, P. J., & Goodwin, G. M. (2006). Antidepressant drug treatment modifies the neural processing of nonconscious threat cues. *Biological Psychiatry, 59*(9), 816–820.

- Hasson, U., Landesman, O., Knappmeyer, B., Vallines, I., Rubin, N., & Heeger, D. J. (2008). Neurocinematics: The neuroscience of film. *Projections: The Journal for Movies and Mind*, 2(1), 1–26.
- Hefner, V., & Wilson, B. J. (2013). From love at first sight to soul mate: The influence of romantic ideals in popular films on young people's beliefs about relationships. *Communication Monographs*, 80(2), 150–175.
- Hesley, J. W., & Hesley, J. G. (2001). *Rent two films and let's talk in the morning: Using popular movies in psychotherapy* (2nd ed.). John Wiley & Sons.
- Hoffner, C. A., & Cohen, E. L. (2018). A comedic entertainment portrayal of obsessive-compulsive disorder: Responses by individuals with anxiety disorders. *Stigma and Health*, 3(2), 159–169.
- Hrvatski audiovizualni centar. (2025). *Izveštaj HAVC – Istraživanje o filmskoj pismenosti*. HAVC; Henda. <https://filmskapismenost.hr>
- Hrvatski zavod za javno zdravstvo, & UNICEF Hrvatska. (2024). *Rezultati programa PoMoZi Da*.
- Hussain, S. (2010). Art therapy for children who have survived disaster. *Virtual Mentor*, 12(9), 750–753.
- Hyler, S. E., Gabbard, G. O., & Schneider, I. (1991). Homicidal maniacs and narcissistic parasites: Stigmatization of mentally ill persons in the movies. *Hospital & Community Psychiatry*, 42(10), 1044–1048.
- Ito-Jaeger, S., Vallejos, E. P., Curran, T., & Crawford, P. (2022). What's up with everyone? A qualitative study on young people's perceptions of cocreated online animations to promote mental health literacy. *Health Expectations*, 25(4), 1633–1642.
- Jokić, B., Ristić Dedić, Z., & Šimon, J. (2022). *U potrazi za mjerom između školskog igrališta i TikToka: Perspektive djece i mladih o korištenju digitalnih tehnologija*. Institut Ivo Pilar. <https://www.wadmin.idi.hr>
- Kelemen, L. J., & Shamri Zeevi, L. (2022). Art therapy open studio and teen identity development: Helping adolescents recover from mental health conditions. *Children*, 9(7), 1029.
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). A systematic review: The influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79–93.
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R., & Walters, E. E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of General Psychiatry*, 62(6), 593–602.
- Kohlberg, L. (1984). *Essays on moral development: Vol. 2. The psychology of moral development*. Harper & Row.
- Krasin, S. (2018). *Introduction to directed film therapy*. FLP Rubaskin.
- Landhuis, C. E., Poulton, R., Welch, D., & Hancox, R. J. (2007). Does childhood television viewing lead to attention problems in adolescence? Results from a prospective longitudinal study. *Pediatrics*, 120, 532–537.
- Lenhart, J., & Richter, T. (2024). Media exposure and preschoolers' social-cognitive development. *British Journal of Developmental Psychology*, 42(2), 234–256.
- Li, L., Zhang, Q., Zhu, L., Zeng, G., Huang, H., Zhuge, J., Kuang, X., Yang, S., Yang, D., Chen, Z., Gan, Y., Lu, Z., & Wu, C. (2022). Screen time and depression risk: A meta-analysis of cohort studies. *Frontiers in Psychiatry*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.1058572>
- Lissak, G. (2018). Adverse physiological and psychological effects of screen time on children and adolescents: Literature review and case study. *Environmental Research*, 164, 149–157.
- Loades, M. E., Chatburn, E., Higson-Sweeney, N., Reynolds, S., Shafran, R., Brigden, A., Linney, C., McManus, M. N., Borwick, C., & Crawley, E. (2020). Rapid systematic review: The impact of social isolation and loneliness on the mental health of children and adolescents in the context of COVID-19. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 59(11), 1218–1239.
- Lukens, E. P., & McFarlane, W. R. (2004). Psychoeducation as evidence-based practice. *Brief Treatment and Crisis Intervention*, 4(3), 205–225.

- Lyons, K. M., Stevenson, R. A., Owen, A. M., & Stojanoski, B. (2020). Examining the relationship between measures of autistic traits and neural synchrony during movies in children with and without autism. *NeuroImage: Clinical*, 28, Article 102477. <https://doi.org/10.1016/j.nicl.2020.102477>
- Machen, J. B., & Johnson, R. (1974). Desensitization, model learning, and the dental behavior of children. *Journal of Dental Research*, 53(5), 783–787.
- Manoli, A., Van Overwalle, F., Grosse Wiesmann, C., & Valk, S. L. (2025). Functional recruitment and connectivity of the cerebellum is associated with the emergence of theory of mind in early childhood. *Nature Communications*, 14(1), 3668. <https://doi.org/10.1038/s41467-025-60523-9>
- Mar, R. A., & Oatley, K. (2008). The function of fiction is the abstraction and simulation of social experience. *Perspectives on Psychological Science*, 3(3), 173–192.
- Mares, M.-L., & Woodard, E. (2005). Positive effects of television on children's social interactions: A meta-analysis. *Media Psychology*, 7(3), 301–322.
- Marsick, E. (2010). Cinematherapy with preadolescents experiencing parental divorce. *The Arts in Psychotherapy*, 37(4), 311–318.
- Martins, A., Ramalho, N., & Morin, E. (2010). A comprehensive meta-analysis of the relationship between emotional intelligence and health. *Personality and Individual Differences*, 49(6), 554–564.
- Mastnak, W. (2024). Neurocinematic therapy: An interdisciplinary perspective. *Zbornik radova European Academy of Sciences and Arts*. <https://www.peasa.eu/site/article/view/20/70>
- McArthur, B. A., Volkova, V., Tomopoulos, S., & Madigan, S. (2022). Global prevalence of meeting screen time guidelines among children 5 years and younger: A systematic review and meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, 176(4), 373–383. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2021.6386>
- Melamed, B. G., & Siegel, L. J. (1975). Reduction of anxiety in children facing hospitalization and surgery by use of filmed modeling. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43(4), 511–521.
- Merton, T. (1979). *Nitko nije otok*. Symposium.
- Morris, L. W., Spiegler, M. D., & Liebert, R. M. (1974). Effects of a therapeutic modeling film on cognitive and emotional components of anxiety. *Journal of Clinical Psychology*, 30(2), 219–223.
- Moula, Z., Powell, J., & Karkou, V. (2022). Qualitative and arts-based evidence from children participating in a pilot randomised controlled study of school-based arts therapies. *Children*, 9(6), 890.
- Muthu, A. (2021). Reel therapy using movie in counselling and psychotherapeutic practice. *International Journal of Scientific and Engineering Research*, 6(8), 2100–2108.
- Narodne novine. (2021). *Pravilnik o kategorizaciji audiovizualnih djela* (Narodne novine, br. 40/2021). Hrvatski audiovizualni centar.
- Niemiec, R. M. (2020). Character strengths cinematherapy: Using movies to inspire change, meaning, and cinematic elevation. *Journal of Clinical Psychology*, 76(9), 1746–1760.
- Niemiec, R. M., & Wedding, D. (2014a). *Movies and mental illness: Using films to understand psychopathology* (4th ed.). Hogrefe Publishing.
- Niemiec, R. M., & Wedding, D. (2014b). *Positive psychology at the movies: Using films to build character strengths and well-being* (2nd ed.). Hogrefe Publishing.
- Norcross, J. C., Santrock, J. W., Campbell, L. F., Smith, T. P., Sommer, R., & Zuckerman, E. L. (2000). *Authoritative guide to self-help resources in mental health*. Guilford Press.
- Oliver, M. B., Weaver, J. B., & Sargent, S. L. (2000). An examination of factors related to sex differences in enjoyment of sad films. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 44(2), 282–300.
- Owens, J. A., & Weiss, M. R. (2017). Insufficient sleep in adolescents: Causes and consequences. *Minerva Pediatrica*, 69(4), 326–336.
- Pannu, A., & Goyal, R. K. (2025). Cinematherapy for depression: Exploring the therapeutic potential of films in mental health treatment. *The Journal of Psychology*, 159(5), 329–357.
- Perković, V. V., Krotin, S., Sesar, K., & Korajlija, A. L. (2023). *Tugujuće dijete: Smjernice za roditelje, stručnjake i vršnjake*. Sveučilište u Mostaru.

- Perloff, R. M. (2014). Social media effects on young women's body image concerns: Theoretical perspectives and an agenda for research. *Sex Roles, 71*(11–12), 363–377.
- Powell, M. (2008). *Cinematherapy as a clinical intervention: Theoretical rationale and empirical credibility* [Graduate thesis]. Graduate Theses and Dissertations.
- Prados, M. (1951). The use of films in psychotherapy. *American Journal of Orthopsychiatry, 21*(1), 36–46.
- Pur, I. G. (2009). *Cinematherapy for alcohol dependent patients* [Master's thesis].
- Radesky, J. S., & Christakis, D. A. (2016). Increased screen time: Implications for early childhood development and behavior. *Pediatric Clinics of North America, 63*(5), 827–839.
- Richardson, H., Lisandrelli, G., Riobueno-Naylor, A., & Saxe, R. (2018). Development of the social brain from age three to twelve years. *Nature Communications, 9*, 1027.
- Roberts, D. F., Foehr, U. G., & Rideout, V. (2010). *Generation M: Media in the lives of 8–18 year-olds*. Kaiser Family Foundation.
- Roje Đapčić, M., Buljan Flander, G., & Selak Bagarić, E. (2020). Mala djeca pred malim ekranima: Hrvatska u odnosu na Europu i svijet. *Časopis za interdisciplinarna istraživanja u odgoju i obrazovanju, 161*(1–2), 45–61.
- Russell, W. B., & Waters, S. (2010). *Reel character education: A cinematic approach to character development*. Information Age Publishing.
- Sacilotto, E., Salvato, F., Villa, F., Salvi, F., & Bottini, G. (2022). Through the looking glass: A scoping review of cinema and video therapy. *Frontiers in Psychology, 12*, 732246.
- Sharma, L., Konrath, S., & Katz, J. (2020). Using crying to cope: Physiological responses to stress following tears of sadness. *Emotion, 20*(8), 1501–1509.
- Shochat, T. (2019). Tardy circadian rhythms and sleep disruption in adolescents: The role of technology. *Nature and Science of Sleep, 11*, 127–138.
- Solomon, G. (1995). *The motion picture prescription: Watch this movie and call me in the morning: 200 movies to help you heal life's problems*. Aslan Publishing.
- Solomon, G. (2001). *Reel therapy: How movies inspire you to overcome life's problems*. Lebbhar-Friedman Books.
- Song, A. V., Ling, P. M., Neilands, T. N., & Glantz, S. A. (2007). Smoking in movies and increased smoking among young adults. *American Journal of Preventive Medicine, 33*(5), 396–403.
- Stuart, H. (2006). Media portrayal of mental illness and its treatments: What effect does it have on people with mental illness? *CNS Drugs, 20*(2), 99–106.
- Subbotsky, E., Hysted, C., & Jones, N. (2010). Watching films with magical content facilitates creativity in children. *Perceptual and Motor Skills, 111*(1), 261–277.
- Taylor, R. D., Oberle, E., Durlak, J. A., & Weissberg, R. P. (2017). Promoting positive youth development through school-based social and emotional learning interventions: A meta-analysis of follow-up effects. *Child Development, 88*(4), 1156–1171.
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Preventive Medicine Reports, 12*, 271–283.
- Uhls, Y. T., Michikyan, M., Morris, J., Garcia, D., Small, G. W., Zgourou, E., & Greenfield, P. M. (2014). Five days at outdoor education camp without screens improves preteen skills with nonverbal emotion cues. *Computers in Human Behavior, 39*, 387–392.
- UNESCO. (2023). *Education for peace: Learning through culture and the arts*. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.
- UNICEF. (2021). *The state of the world's children 2021: On my mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health*. UNICEF.
- Valkenburg, P. M., & Piotrowski, J. T. (2017). *Plugged in: How media attract and affect youth*. Yale University Press.
- Versitano, V., Zenedin, A., Asta, L., Parmeggiani, A., & Laus, M. (2025). Art therapy

with children and adolescents experiencing acute or posttraumatic stress: A systematic review and meta-analysis of effectiveness and emerging mechanisms. *Australasian Psychiatry*. Advance online publication.

Vinney, C. (2024). Can children understand the difference between fantasy and reality? *Verywell Mind*. <https://www.verywellmind.com/>

Vogel, D. L., Wade, N. G., & Hackler, A. H. (2007). Perceived public stigma and the willingness to seek counseling: The mediating roles of self-stigma and attitudes toward counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 54(1), 40–50.

Walker, D. M., Bell, M. R., Flores, C., Gulley, J. M., Willing, J., & Paul, M. J. (2017). Adolescence and reward: Making sense of neural and behavioral changes amid the chaos. *Journal of Neuroscience*, 37(45), 10855–10866.

Wang, H., Zhao, J., Yu, Z., Pan, H., Wu, S., Zhu, Q., Dong, Y., Liu, H., Zhang, Y., & Jiang, F. (2024). Types of on-screen content and mental health in kindergarten children. *JAMA Pediatrics*, 178(2), 125–132.

Wedding, D., & Niemic, R. M. (2014). *Movies and mental illness: Using films to understand psychopathology* (4th ed.). Hogrefe Publishing.

Wieder, S. (2017). The power of symbolic play in emotional development through the DIR lens. *Topics in Language Disorders*, 37(3), 259–281.

Wilson, B. J. (2008). Media and children's aggression, fear, and altruism. *The Future of Children*, 18(1), 87–118.

Wonderly, M. (2009). Children's film as an instrument of moral education. *Journal of Moral Education*, 38(1), 1–15.

World Health Organization. (2004). *Promoting mental health: Concepts, emerging evidence, practice*. World Health Organization.

Yim, J. (2016). Therapeutic benefits of laughter in mental health: A theoretical review. *The Tohoku Journal of Experimental Medicine*, 239(3), 243–249.

Zablotsky, B., Arockiaraj, B., Haile, G., & Ng, A. E. (2024). *Daily screen time among teenagers: United States, July 2021–December 2023* (NCHS Data Brief No. 513). National Center for Health Statistics. <https://dx.doi.org/10.15620/cdc/168509>

ISKUSTVENA ŠKOLSKA STRANA

MARINA ZLATARIĆ

Marina Zlatarić, profesorica hrvatskoga jezika/savjetnica i filmska edukatorica, autorica je četiri priručnika za nastavu filmske pismenosti (*Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*, *Metodički priručnik – animirani film*, *Metodički priručnik – Klasici hrvatskog kratkog dokumentarnog filma*, *Metodički priručnik Adaptacija – Tko pjeva zlo ne misli*, *Dnevnik malog Perice*) i suautorica dva priručnika za nastavu filmske pismenosti (*Metodički priručnik za nastavu – Filmovi s obradom* i *Prijedlog kurikuluma filmske pismenosti*). Autorica je četiriju *edukacijskih knjižica* s analizama ukupno devetnaest dugometražnih i sedam kratkometražnih filmova namijenjenih uzrastu od vrtića do osmog razreda (europski projekt »Back to the local cinema« / »Moje malo kino«). Uz navedeno, autorica je i pojedinačnih metodičkih priručnika s analizama filmova za učenike osnovnih i srednjih škola (24 dugometražna i 1 kratkometražni). Autorica je prvih i jedinih radnih bilježnica s kreativnim zadacima iz medijske kulture *Medijski izazovi* 5., 6., 7. i

8. Autorica je projekta *Škola u kinu* (pokrenutog 2007.) koji se danas održava u cijeloj Hrvatskoj za učenike osnovnih i srednjih škola pod različitim nazivima. Održava interaktivne analize dječjih filmova s učenicima osnovnih škola u sklopu projekta *Lektira u kinu*, Pučko otvoreno učilište Velika Gorica. Održava predavanja u sklopu projekta *Dani filmske pismenosti*. Održava interaktivne analize filmova s učenicima unutar novog edukativnog projekta *Kino, igra, film* i *Film u bolnici, Kino, igra, film*, u sklopu projekta *Filmska srijeda* u knjižnicama Grada Zagreba, te na KIKI *Međunarodnom festivalu kratkih profesionalnih filmova za djecu i učitelje*. Predavačica je na državnim, međužupanijskim i županijskim stručnim vijećima za učitelje hrvatskoga jezika, najčešće na temu filmske pismenosti, kao i u *Školi medijske kulture Dr. Ante Peterlić, Riječkim danima medijske pismenosti* i *Filmskim danima u Dječjoj kući, Međunarodnoj reviji filmova za djecu* u Čakovcu. Bila je selektorica na *16. VAFI & RAFI – međunarodnom festivalu animiranog filma djece i mladih 2024. godine*. U školi vodi *filmsku grupu* 25 godina. S učenicima je snimila više od 100 filmova različitih vrsta. Njezini su učenici dobitnici brojnih nagrada među kojima se ističu *prvo mjesto* u kategoriji dokumentarnoga filma u Španjolskoj i *treće mjesto* u kategoriji igranoga filma u Grčkoj. S deset učenika iz deset škola Grada Zagreba snimila je dokumentarno-igrani film *Zagrebačka priča*. Povremeno snima i kratke autorske filmove te je dobitnica dviju specijalnih diploma.

Dobitnica je Nagrade Ivan Filipović, Plakete Grada Zagreba za iznimne rezultate u nastavi i izvannastavnim aktivnostima, osobito u dječjem filmskom i videostvaralaštvu, te je pet puta dobitnica priznanja među 500 najuspješnijih odgojno-obrazovnih radnika u Republici Hrvatskoj.

Predgovor

Već dugo film prodire u različite školske predmete. Provlači se kroz teme i kod učenika uvijek izaziva posebno zanimanje te ostavlja trag. Trenutak kada toga postanemo svjesni u praktičnom radu s učenicima gotovo se sam nameće kao prilika da ga iskoristimo i za ono što je danas jedna od ključnih tema – mentalno zdravlje učenika. Te teme, možda više nego ikada, dotiču psihu učenika, iako ponekad ostaju neizgovorene.

Dugogodišnji rad s učenicima pokazao mi je koliko učenici vole film, koliko ih film dotiče i utječe na njihova razmišljanja i stavove, kako oblikuje emocije te potiče empatiju, kritičko mišljenje i samopouzdanje.

Kratki filmovi, čije su teme povezane s mentalnim zdravljem učenika, pomno su odabrani i primjereni uzrastu. Budući da nisu svi učitelji i nastavnici osposobljeni za razgovor o filmu s učenicima, osobito uz naglasak na filmska izražajna sredstva u ulozu vjerodostojnoga prikaza priče i poticanja emocija, u analizama su uz svaki zadatak navedeni očekivani odgovori. Struktura je jasno određena, a svaka je tema prilagođena jednom školskom satu, najčešće satu razrednika.

STRUKTURA:

POSTAVLJANJE PROBLEMA

(problemska priča, ponuđene tri različite reakcije; učenici odabiru reakciju i obrazložu svoj odabir)

NAJAVA KRATKOGA FILMA I PROJEKCIJA (bez ikakvoga uvoda o filmu i temi)

INTERAKTIVNI RAZGOVOR O FILMU (iznošenje dojmova uz obrazloženje; razgovor o temi filma, filmskoj priči i izboru filmskih izražajnih sredstava radi prikaza filmske priče i problemske teme; očekivani odgovori navedeni su u zagradama)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

(povratak učenika na početni izbor reakcije na problemsku priču te mogućnost promjene izbora ili zadržavanja prvotnoga uz obrazloženje; prikaz ponuđenih obrazloženja izbora: tri ponuđena izbora i tri obrazloženja o tome što svaki od njih donosi u rješavanju, odnosno nerješavanju problema)

ZAKLJUČCI

FILMSKI ZADATAK (učenici biraju između triju ponuđenih zadataka vezanih uz problemsku temu).

Važno je napomenuti da su neki od obrađenih filmova pogodni i za rad s učenicima u srednjoj školi, a poneki i za rad s učenicima u razrednoj nastavi.

Osnovna škola

Razredna nastava

HUMOROM PROTIV TJESKOBE I STRAHA

KAKVA OSOBA ŽELIM BITI

MAŠTA I SAMOPOUZDANJE

NE PRIHVAĆAM ODGOVOR „NE“

POSVOJENO DIJETE

PRIJATELJSTVO: VAŽNOST MEĐUSOBNOG

POMAGANJA

RADNE NAVIKE

ZAUZMI SE ZA SEBE

TEMA: HUMOROM PROTIV TJESKOBE I STRAHA

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Smijeh kao zaraza

Uvijek mi govore da sam ja kao iz neke zemlje smiješka i da je moj smijeh zarazan. Dugo sam razmišljala kako on može biti zarazan i treba li onda za njega u ljekarnama tražiti lijek. Lijek protiv smijanja. Nije mi bilo jasno zašto bi se od toga uopće trebalo liječiti. Ja volim tu svoju zarazu, taj svoj smijeh. Nisam ni kod drugih vidjela da me zbog te strašne zaraze izbjegavaju. Nitko zbog nje ne stavlja ruku na usta da bi je spriječio. Uvijek mi mašu i pozivaju me.

Nakon dugog razmišljanja došla sam do zaključka da je smijeh neka dobra zaraza. Ako je to tako, a jest (već sam rekla zašto), onda je moj zadatak sve zaraziti. Tako sam ja u društvu izazivala smijeh i to toliki da je poneke čak i zabolio trbuh pa bi se za njega primali i kroz smijeh i suze isprekidano govorili: „Joo-oj, ne-moj, ne mogu više.” Ja nisam taj smijeh izmišljala. On je jednostavno dolazio. Čim bih se probudila, on bi me pozdravio. Nas dvoje smo nerazdvojni prijatelji.

A onda... onda me je jednom, u grcanju od smijeha, naglo zaustavio ozbiljan glas koji je zaključio: „Tebi je sve smiješno. Jako si neozbiljna. Ni za što te nije briga. Glavno da se zabavljaš.” Moj se smijeh naglo povukao s lica i pretvorio u nešto za što ne znam kako se zove. Kako sad to? Nije li smijeh divna zaraza koju svi vole? I ja sam, kad me nešto muči, ozbiljna. Bilo je takvih trenutaka, ali nisu ih primijetili. Tada nastojim postati nevidljiva jer mi je još gore kad mi postavljaju tisuću pitanja i pokušavaju me na silu nasmejati.

Razmišljam bi li bilo bolje da se prestanem smijati. Jesam li zaista previše neozbiljna? Možda i jesam, ali nije točno da me nije briga ni za što i ni za koga. Briga me je za sve njih. Zato ih i uveseljavam kad sam i sama dobre volje. No možda bih povremeno trebala, kako moja mama kaže, ali za neke druge stvari, zakočiti...

Zakočiti smijeh, što je sad to? Nadam se da nije i to neka zaraza.

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

Razmisli što bi ti napravio/napravila da si u toj situaciji.
Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.

A
Smijao/smijala bih se i dalje kao prije.

B
Rjeđe bih se u društvu smijao/smijala.

C
U društvu se više ne bih smijao/smijala.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **OD JUTRA DO SUTRA**

Redateljica: Ljubica Heidler

Glavni crtež: Ljubica Heidler

Animacija: Ljubica Heidler

Scenarij: Nenad Pavlica

Glazba: Vanja Dražinić

Glas: Slavica Knežević

Kamera: D.I.A.T.

Produkcija: Zagreb film

Filmski rod: animirani film

Godina: 2005.

Trajanje: 6:36

Poveznica: <https://zagrebfilm.hr/filmovi/od-jutra-do-sutra/>



Fotografija iz filma – snimka zaslona

SINOPSIS

Djevojčica Klara govori o sebi i svojoj obitelji. Obitelj predstavlja i komentira na način na koji ju ona vidi i doživljava.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Opišite kako je film najavljen.

(uz veselu glazbu pojavljuje se portret djevojčice s različitim izrazima lica)

Opišite izraze lica djevojčice u najavi filma.

(djevojčica se smije, ljuta je, iznenađena, zadovoljna, djevojčica plače, razgovara na telefon...)

Razmislite što poručuju različiti izrazi lica.

(tema filma bit će djevojčica koju ćemo upoznati u različitim situacijama)

Navedite što ste o sadržaju filma zaključili prema prvome kadru, odnosno početku filma. Obrazložite.

(radnja filma bit će smiješna i radosna)

Razmislite je li kadar, u kojem se djevojčica predstavlja, opravdao vaša očekivanja o zabavnom filmu. Obrazložite.

(individualni odgovori učenika, mogući: da, djevojčica ulazi u svoju sobu koja je puna igračkaka, na zidovima su okviri u nizu u kojima su različite životinje, pomiču se/titraju kao da plešu, djevojčica veselo poskoči, pozdravlja gledatelje i predstavlja se na neobičan način/ime joj je Maja, ali nije joj to ime, to je „glupa fora“ o kojoj je čitala – svuda Maja, a nigdje roditelja)

Prisjetite se kako je djevojčica odugovlačila s otkrivanjem svojega imena i što o tome kaže.

(kaže da ju svatko zove drukčije i da ne zna čemu joj ime uopće služi)

Opišite kako je u filmu prikazano da se djevojčica čudi pričama u kojima nema roditelja te zaključku da ne zna čemu joj služi ime.

(čuđi se: lupa se po čelu, zatvara oči, diže jednu ruku; priča o pričama u kojima je Maja, a nigdje roditelja. Zamišljena je: stavlja prst na nos, zamišljeno gleda u stranu; govori da ne zna čemu joj ime služi)

Navedite koje je osjećaje u vama djevojčica izazvala već na početku filma.

(individualni odgovori učenika; moguće: simpatiju i radost)

Zaključite zašto je djevojčica izazvala u vama navedene osjećaje.
(*zbog svojega ponašanja, načina predstavljanja, izraza lica*)

Prisjetite se kako nazivamo film u kojem su likovi oživljeni, ponašaju se kao ljudi.
(*animirani film*)

Opišite kadar u kojem djevojčica predstavlja svoju mamu.
(*djevojčica ulazi u sobu, mama leži u fotelji, spava otvorenih usta, ima smiješnu pozu, frizuru, majica joj je podignuta pa se vidi trbuh, trbuh joj se, dok diše, podiže i spušta, djevojčica staje pred mamom koja i dalje spava i govori da mama naporno radi, dolazi kući tek predvečer, djevojčica se mora sama snalaziti, ponekad i nešto skuha*)

Iznesite svoj doživljaj onoga što je djevojčica skuhalo.
(*djevojčica donosi mami kavu koju je skuhalo, okreće šalicu naopako, kava ostaje kao kolač na tanjuriću, djevojčica izražava nadu da je kava dovoljno jaka, mama i dalje spava*)

Opišite kako nas je djevojčica uvela u priču o maminoj bojazni vezanoj uz hranu.
(*na izlasku iz sobe, u kojoj je mami ostavila kavu, dodaje „fala Bogu da kava ne deblja“, ulazi u svoju sobu i s negodovanjem govori da je mama stalno na nekakvoj dijeti*)

Prisjetite se na koji je način u priči djevojčice prikazano da je mama zadovoljna svojim rezultatima mršavljenja.
(*djevojčica pripovijeda; pojavljuje se oblačić s mamom koja se gleda u ogledalo i zadovoljno komentira kako joj stoje traperice*)

Zaključite na koji način djevojčica i u nastavku predstavlja svoju obitelj.
(*humoristično, uz komentare*)

Prisjetite se u kojem trenutku doznajemo ime djevojčice.
(*mama pegla; zvoni telefon; mama je doziva imenom i govori da je poziv za nju*)

Opišite kako se djevojčica ponaša dok se javlja na poziv i zašto.
(*komentira da je to sigurno Denis; javlja se i potvrđuje; pokriva slušalicu rukom i tiho govori da Denis ide s njom u razred te da je zaljubljen u nju još od jaslica; okreće očima*)

Razmislite kako je prikazan razgovor Klare i Denisa i što je time dodatno naglašeno.
(*naizmjenice su prikazivani dok razgovaraju; dodatno je naglašeno njihovo ponašanje tijekom razgovora*)

Iznesite što vas je nasmijalo za vrijeme njihova razgovora.

(individualni odgovori učenika; mogući odgovori: Denis je napisao da je dva i dva osam; Klara govori da je četiri, najviše šest, a da je osam svakako previše)

Opišite Klarin izraz lica i ponašanje kada je Denis pozove u kino i pošalje poljupce.

(Klara se nakostriješi, odmakne slušalicu, radi gadljive grimase, proizvodi čudne zvukove i govori da se gubi veza)

Prisjetite se kojim komentaram prije odlaska na spavanje Klara završava svoju priču o obitelji.

(„Spavam u starinskom krevetu u kojem je, kako je rekla mama, spavalo pola njezine obitelji.” Klara ne zna kako im nije bilo tijesno)

Zaključite je li u filmu, kroz izgled likova i prostorija, kao i glumu, uvjerljivo prikazana Klarina priča. Navedite primjer.

(individualni odgovori učenika; moguće: da, izgled soba/scenografija – svaka je soba prikazana na svoj način, ali su sve šarene, vesele i pune sitnica karakterističnih za prostorije koje se prikazuju; izgled likova/kostimografija i gluma – Klara je vesela, što se vidi i po odjeći veselih boja; na vrhu glave ima mašnu; njezini izrazi lica, gestikulacija i postupci pokazuju kakva je; Denis je nestašan i pomalo se pravi važan, što se vidi u načinu govora, ponašanju i raščupanoj kosi)



Fotografija iz filma – snimka zaslona

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju.

Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Smijao/smijala bih se i dalje kao prije.

Ispravna odluka. Svakako se nastavite smijati kao i prije, naravno ne na mjestima i u situacijama u kojima smijeh nije primjeren. Smijeh je zdrav za sve, i za djecu i za odrasle. Potiče radost, pomaže u izgradnji samopouzdanja te olakšava izlazak iz neugodnih situacija. U društvu vas može još više zbližiti i osloboditi tjeskobe i stresa koji mogu biti povezani s obvezama u školi ili izvan nje. Smijeh vam može pomoći da smanjite ili u potpunosti otklonite vršnjačko nasilje te da naučite raditi u timu. Smijeh je pravi lijek za svakoga.

B

Rjeđe bih se u društvu smijao/smijala.

Nema potrebe da se suzdržavaš od smijeha ako ti je nešto smiješno. Naravno, ne u situacijama u kojima je smijeh neprimjeren. Razmišljanje da je smijeh znak da nekome nije stalo ni do koga ni do čega nije ispravno. Smijeh može pomoći u otklanjanju straha i tjeskobe, može izgraditi divna prijateljstva i učvrstiti ih, može pomoći u suzbijanju vršnjačkoga nasilja te u razvoju svijesti o važnosti timskoga rada. Smijeh pomaže u prevladavanju prepreka i potiče izgradnju samopouzdanja. Ako je smijeh u pravo vrijeme i na pravome mjestu, on je lijek za sve. No ipak razmisli: možda smijeh nekome u nekom trenutku smeta jer se nalazi u teškoj životnoj situaciji. U tom bi slučaju ublažavanje smijeha bilo dobro kako bi pokazao/pokazala razumijevanje.

C

U društvu se više ne bih smijao/smijala.

Razmisli je li to dobra odluka. Mišljenje pojedinca nije mišljenje cijeloga društva. Ako se društvo raduje tvojem smijehu i veselju koje širiš, a i ti u tome uživaš, nemoj odustati. Nastavi kao i prije toga komentara. Ponekad komentari nisu dobronamjerni. Ipak, razmisli je li osobi koja ti je to rekla smijeh u tom trenutku zasmetao jer se možda nalazi u teškoj životnoj situaciji. Ako se pokaže da je to tako, razgovaraj s tom osobom. Istakni da ti nije namjera povrijediti njegove/njezine osjećaje. Pokušaj ga/ju oraspoložiti na nenametljiv način. Možda ga/ju čak i nasmijati, ali ne nekom urnebesnom šalom. Neka to bude nešto što će mu/joj izmamiti osmijeh na lice. Smijeh ipak liječi, pomaže u suočavanju sa strahom i tjeskobom te u neugodnim situacijama. Možda će vas to zbližiti i možda ćeš toj osobi na taj način pomoći.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

Zajednički napišite kratku smiješnu razrednu priču. Snimite je mobitelom i prikazite na satu razrednika.

Nacrtajte plakat za film *Od jutra do sutra* redateljice Ljubice Heidler.

Prepričajte film *Od jutra do sutra* redateljice Ljubice Heidler.

IZVORI:

Zagreb film. (n.d.). *Zagreb film*. <https://zagrebfilm.hr/>

Obitelj.hr. (n.d.). *Razvoj humora kod djece*. <https://www.obitelj.hr/razvoj-humora-kod-djece/>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

TEMA: KAKVA OSOBA ŽELIM BITI

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Ana mi je vjerovala

Za nas dvije svi kažu da smo najbolje prijateljice, a i mi to potvrđujemo. Ona je Ana, a ja sam Eva. Idemo u isti razred, zajedno sjedimo, provodimo svaki odmor zajedno. Neprekidno o nekome ili nečemu pričamo. I jedna i druga imamo dobre ocjene, ali ponekad me ipak malo smeta što ne dobije barem malo lošiju od mene. Naravno, uvijek joj kažem suuuuuper i nasmijem se.

Prošli mjesec u školu je došla s novom frizurom. Tako lijepom frizurom da sam se ugrizla za usnicu i skoro mi je krv procurila. Malo sam se pravila da nisam primijetila tu njezinu lijepu frizuru, a onda su je druge cure iz razreda počele hvaliti, okupljati se oko nje, pa sam je i ja, još i više od drugih cura da ne bi mislila kako sam ljubomorna, pohvalila. Taj sam dan molila mamu da me odvede kod istoga frizera jer želim baš takvu frizuru. Nije htjela jer sam se nedavno šišala. Nakon nekoliko dana polako sam se pomirila s njezinom i svojom frizurom, a onda se Ana pojavila s još novijom frizurom. Htjela je nešto još bolje, a na moju beskrajnu radost frizura joj je bila u-ž-a-s! Bila sam presretna! Čim sam joj prišla, rekla sam zadivljeno: „Frizura ti je oooooodlična! Jako, jako lijepa! Nikad je nemoj mijenjati!“ Ana me je pogledala. Nije baš bila zadovoljna frizurom, ali vjerovala je meni (ipak sam joj najbolja prijateljica), pa se radosno nasmiješila: „Haaaalaa!“ Taj sam se dan osjećala kao da mi je rođendan. He, he, super.

To mi se sviđjelo pa sam joj danas, dok smo pisali diktat, za jednu riječ rekla pogrešan č i ć. I ona je meni jedan šapnula, ali taj je bio ispravan. Nije me mogla otkriti jer smo pisale različite grupe. Bila je tužna što joj je za odličnu ocjenu nedostajao samo jedan bod. I to onaj moj. He, he. A ja sam za jedan bod pobjegla pa dobila peticu. I to za onaj jedan njezin odgovor. He, he.

Kad sam došla doma, veselo sam ispričala mami što se dogodilo. Na kraju priče mama je rekla...

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

<p>Razmisli što je majka rekla Evi. Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.</p>		
<p>A Ponosna sam što si bolja od Ane.</p>	<p>B Nisi lijepo postupila prema Ani.</p>	<p>C Pokazala si da si snalažljiva i originalna.</p>

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **CRNI VUK, BIJELI VUK**

Redateljica: Ivana Guljašević Kuman

Scenarij: Bruno Kuman

Animacija: Ivana Guljašević Kuman

Dizajn: Ivana Guljašević Kuman

Pozadine: Ivana Guljašević Kuman

Glasovi: Ema Kuman, Ana Kuman, Dubravko Sidor

Glazba: Konrad Lovrenčić

Oblikovanje zvuka: Ana Kuman, Ema Kuman

Montaža: Bruno Kuman, Ivana Guljašević Kuman

Producent: Bruno Kuman

Produkcijaska kuća: Igubuka

Filmski rod: animirani film

Žanr: obiteljski

Godina: 2020.

Trajanje: 5:20

Poveznica: <https://croatian.film/hr/films/35983>

SINOPSIS

U svakom od nas bore se dva vuka. Jedan dobar i jedan loš. Pobjeđuje onaj kojega hranimo.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se početka filma i opišite ga.

(u smeđem krugu vrte se crni i bijeli vuk; dvojica Indijanaca sjede jedan nasuproć drugomu, muški glas govori da mu je priču o crnom i bijelom vuku ispričao otac dok je bio mali)

Navedite po čemu ste zaključili da otac i sin Mali Vjetar pripadaju Indijancima.

(po odjeći i frizuri, sjede zaogrnuti šarenim dekamama, na glavi imaju pera)

Prepričajte priču koju je otac ispričao sinu.

(u tebi se bore dva vuka, dobar i loš vuk, bore se za prevlast nad tvojom dušom, a pobjeđuje onaj kojega hraniš)

Razmislite na koji je način sin shvatio očeve riječi.

(vukovi su negdje na njemu pa ih je tražio na sebi kako bi nahranio dobroga vuka, pogledao je ispod svoje košulje, duboko u svoje grlo; začuo je zavijanje vukova u šumi)

Prisjetite se zvukova koji su se čuli dok je dječak hodao kroz šumu.

(zvukovi indijanskog bubnja uz povremene zvukove Indijanaca, zavijanje vukova)

Zaključite kako je dječak razumio očevu priču da pobjeđuje vuk kojega hrani.

(prije odlaska u šumu pripremio je hranu, komad sušenog mesa, kruh, vodu i nekoliko krumpira)

Razmislite je li dječaka prestrašila tamna i zastrašujuća šuma. Obrazložite.
(ne, čvrsto je odlučio pronaći dobroga vuka)

Opišite dječakov prvi susret s vukom.

(dječak je čuo jauk, pojurio je prema zvuku, u zamci za vukove bio je crni vuk)

Prisjetite se što je zbunilo dječaka tijekom razgovora s vukom.

(dječak je pitao je li on dobar ili loš vuk, vuk je odgovorio da ne zna jer je svojim vučićima, vučići i čoporu dobar, ali ovcama, kokošima, zečevima i jarebicama opasnost, njima je loš)

Navedite što je zbunilo dječaka.

(treba li nahraniti vuka koji je ponekad dobar, a ponekad loš)

Zaključite zašto je dječak odlučio osloboditi crnoga vuka iz zamke.

(iako nije mogao zaključiti je li vuk dobar ili loš, pomogao mu je jer ga nije mogao ostaviti ranjenoga u zamci, oslobodio ga je iz zamke, previo mu ranu i nahranio ga)

Navedite na koji su se način dječak i vuk ponašali. Obrazložite.

(kao ljudi, kreću se, razgovaraju, razmišljaju, zaključuju)

Prisjetite se kako nazivamo film u kojem se nacrtani likovi ponašaju kao živa bića.

(animirani film / crtani film)

Razmislite zašto je bijeli vuk režao na dječaka i kako je to u filmu prikazano.

(na dječakovo pitanje je li on dobar ili loš vuk, bijeli vuk je pokazao zube, usta su mu se podizala i pokazivala njihovu oštrinu, oči su mu bile ljutito stisnute i obješene, čuo se zvuk režanja)

Iznesite svoje mišljenje je li vas režanje bijeloga vuka i grubo odgovaranje dječaku (što ga briga kakav je on vuk) iznenadilo.

(individualni odgovori učenika, moguće: da, očekivao/očekivala sam da će bijeli vuk biti dobar, a crni loš)

Zaključite je li vanjski izgled dokaz nečije dobrote.

(ne, on može prevariti)

Prisjetite se što je bijeli vuk dječaku, na njegove riječi da će ga nahraniti ako je dobar vuk, odgovorio.

(loš sam u lovu jer me životinje lako spaze u mraku, ali dobar sam svojemu čoporu jer sam izvrstan stražar, ali najviše sam gladan vuk)

Razmislite zašto je bijeli vuk na početku bio grub prema dječaku.

(bio je ljut na sebe jer je loš lovac i zbog toga gladan)

Navedite zašto je dječak odlučio nahraniti bijeloga vuka.

(iako je bio zbunjen njegovim odgovorom i nije znao je li dobar ili loš, nahranio je bijeloga vuka jer je bio gladan)

Prisjetite se kako vidimo dječakov dah u šumi i što on znači.

(dječak uzdahne, čuje se uzdah, vidi se bijeli prozirni oblačić; dječakov dah topliji je od temperature u šumi)

Opišite kako je u filmu prikazano da dječak prati sivoga vuka kroz šumu.

(dječak brzo hoda za sivim vukom, vide se kako prolaze između drveća na jednu stranu pa na drugu, dječak zaviruje, prikazuju se dalje pa bliže)

Zaključite zašto je sivi vuk bio bijesan na dječaka.

(primijetio je da ga dječak prati, a nije znao zašto)

Razmislite kako je sivi vuk pomogao dječaku u traženju dobrog vuka.

(rekao mu je da su oni u njemu, ne mogu se vidjeti jer su zamišljeni, a vukovi u šumi samo su vukovi)

Iznesite zaključak koji je donio sivi vuk.

(rekao je dječaku da je ipak postigao svoj cilj i pronašao bijeloga vuka u sebi, dobrim djelima, sućuti, pomaganjem u nevolji, pobjeđivanjem straha, a sve to hrani dobrog vuka u dječakovoju duši)

Navedite savjet koji mu je sivi vuk dao.

(u tebi je već pobijedio dobar vuk, sada samo trebaš slušati svoje srce i svoju dušu)

Zaključite što savjet sivoga vuka znači.

(individualni odgovori učenika; treba biti dobar prema drugima, suosjećajan, pomagati i tako se razvijati u kvalitetnu osobu)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoje mišljenje o tome što je majka rekla Evi.

Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Ponosna sam što si bolja od Ane.

Razmisli jesi li ti zaista na ispitu bila bolja od Ane. Zapravo, nisi. Ana ti je dala točan odgovor. Znala je ono što ti nisi. Ana također nije znala, ali ti si joj namjerno rekla pogrešan odgovor. Vaše je znanje u tom trenutku bilo isto, ali postupak nije. Pokazala si svoju stranu koja nije za pohvalu jer na osobu koja namjerno nudi drugome ne treba biti ponosan. Naravno, to ne znači da svoje ponašanje ne možeš promijeniti. Razmisli želiš li se razvijati u ljubomornu osobu koja laže ili u iskrenu osobu punu razumijevanja i suosjećanja, osobu kojoj će svi vjerovati, rado se s njom družiti i voljeti je. Ako si majci ispričala svoj postupak, majka ne smije na to biti ponosna. Ne smije te poticati na varanje, podmetanja, neiskrenost i ljubomoru. Osobe s takvim osobinama na kraju su, kada ih otkriju, nepoželjne u društvu. Poželjne su samo onima koji se ponašaju isto, ali tada budi spreman/spremna na to da će to biti neprekidna borba međusobnoga podmetanja i neiskrenosti, a to nitko ne želi. Pa sigurno ni ti.

B

Nisi lijepo postupila prema Ani.

Naravno, nisi. Ni prema kome nije lijepo tako se ponašati, a posebno prema najboljim prijateljima, a Ana ti to jest. Pokazala si ljubomoru i zavist. Te osobine nitko ne želi osjetiti na sebi. Pokušaj okrenuti priču: da je Ana tebi napravila ono što si ti njoj. Bi li ti i tada bilo zabavno i smiješno? Bi li bila sretna? Kako bi se osjećala? Što bi mislila o Ani? Budući da ti je majka dobro rekla, razgovaraj s njom o tome. Reci joj zašto si to napravila. Sigurno ćeš od majke dobiti savjete koji su za tebe najbolji i dobronamjerni. Važno je da već u ovoj dobi razumiješ što je dobro, a što nije, kako bi se razvila u

iskrenu osobu punu suosjećanja i razumijevanja, osobu koju neće izbjegavati, nego će se s njom rado družiti.

C

Pokazala si da si snalažljiva i originalna.

Možda to djeluje snalažljivo i originalno, ali nije svaka snalažljivost i originalnost pozitivna i vrijedna pohvale. Postoje i one koje druge mogu povrijediti i naštetiti im. Tvoj je primjer svakako ovaj drugi. Postići cilj lažima i podmetanjem nije uspjeh, nego neuspjeh. Samo oni koji cilj postižu na pravilan način mogu taj cilj nazvati uspjehom. A što je bio tvoj cilj? Dobiti odličnu ocjenu? Pa dobila bi je i bez laži. Znači, cilj je bio podmetnuti Ani da dobije lošiju ocjenu. Takvo ponašanje odaje ljubomoru i zavist. A to nisu osobine koje treba njegovati. Razmisli kakva osoba želiš biti: osoba koju vole zbog iskrenosti i suosjećanja ili ljubomorna i pakosna osoba koju svi izbjegavaju. Razgovaraj o tome sa svojom majkom.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

Prepričajte film *Crni vuk, bijeli vuk* redateljice Ivane Guljašević Kuman.

Nacrtajte plakat za film *Crni vuk, bijeli vuk* redateljice Ivane Guljašević Kuman.

Izradite od plastelina crnoga i bijeloga vuka te u razredu ispričajte svoje priče o dobrom i lošem ponašanju među prijateljima.

IZVORI:

Internetska platforma [croatian.film](https://www.croatian.film/hr/). (n.d.). *croatian.film*. <https://www.croatian.film/hr/>
Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

TEMA: MAŠTA I SAMOPOUZDANJE

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Stope u snijegu postaju priče

Hodam po snijegu do trgovine i promatram stope u snijegu ispred sebe. Pokušavam ih uhvatiti, ali većina je jako široka, dugačka i jako udaljena jedna od druge. Povremeno uspijem, a povremeno neke samo dotaknem i petom rastegnem prema sebi pa se brojevi stopa 39, 41, 43 pretvaraju u 52, 65... Zabavljaju me oblici koji nastaju.

Uspješno sam ugazio u strašne zmajeve, a neke doradio svojom stopom pa su oni postajali još veći i još strašniji ili smiješni i nemoćni u snijegu. A onda sam odlučio napraviti svoje oblike. Odbacio sam platnenu torbu ne pazeći gdje će pasti. Sagnuo sam se i uzeo u ruku koliko mi je snijega stalo. Počeo sam graditi svoj zamišljeni svijet zmajeva. Bilo mi je hladno za ruke jer je hladnoća probila kroz rukavice, ali nisam odustajao. Najprije sam napravio planine različite visine. Ispod njih povukao sam dlanom široki, vijugavi put koji se penjao čak do vrha najviše od njih. Neka to bude za zmajeve koji više ne mogu dobro letjeti. Sa strane sam izgradio nekoliko stabala s granama različite debljine i dužine. Zadovoljno sam gledao. Zmajevi će isto biti zadovoljni. I taman kad sam napravio prvoga zmaja zastrašujućih krila i krenuo na drugi, zazvonio mi je mobitel.

Mama. Ajoj, da! Rekla je da se slučajno ne zabavljam putem jer joj se žuri. „Gužva je na blagajni. Sad ću“, pokušao sam ju uvjeriti. Mislim da mi nije povjerovala. Ali to ćemo riješiti kad se vratim.

Pogledom sam potražio platnenu torbu. Izvirivala je iza jedne od mojih planina (dobro da nije bijele boje). Zgrabio sam je. Bila je potpuno mokra. Uh, gdje ću sada staviti kruh?

Mašući platnenom torbom, ubrzano sam hodao prema kući. Moj mi zmaj nije izlazio iz glave. Mučilo me što je ostao sam. Čvrsto sam odlučio da ću se, čim mam predam stvari iz trgovine, vratiti i napraviti mu društvo.

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

Razmisli je li maštanje dječaka gubljenje vremena.

Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.

A

Ne, maštanje je dobro.

B

Da, gubi vrijeme na nešto što nije važno.

C

Ne znam.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **IGRAMO SE PRIČE: CVRČAK I MRAV**

Redateljica: Marina Andree Škop

Scenarij: Marina Andree Škop, Pavlica Bajsić Brazzoduro

Glasovi: Roko Duplančić, Dijana Vidušin

Kamera: Filip Tot

Animacija: Mislav Tomašinjak, Mia Murat

Dizajn: Srđana Modrinić – BooBoo

Oblikovanje zvuka: Josip Klobučar

Montaža: Marina Andree Škop

Producenti: Petar Milić, Marina Andree Škop, Darija Kulenović Gudan

Produkcijaska kuća: Studio Dim

Koprodukcija: New York Dub (US), First Lady Film (DK)

Koproducenti: Nynne Selin Eidnes, Sam Tuna

Filmski rod: animirani

Žanr: obiteljski

Godina: 2015.

Trajanje: 6:38

Poveznica: <https://www.croatian.film/hr/films/25558>

NAGRADE:

Jahorina Film Festival – Nagrada za najbolji regionalni animirani film 2015.

Međunarodni festival filmova za djecu i mlade „Zero Plus“

– Najbolji kratki animirani film 2015.

SINOPSIS

Vrijeme je za spavanje i mama čita Tomi priču o Cvrčku i mravu. Knjiga oživljava i uvodi nas u čarobni animirani svijet basne. No Tomo nije zadovoljan razvojem priče i odlučuje ispričati svoju inačicu. U njoj likovi imaju potpuno nove osobine, što priču odvodi u neočekivanom smjeru.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se na koji način ženski glas, naratorica, uvodi u film.

(obraća se gledatelju navodeći da duboko, u najdubljim dijelovima mašte, uživaju junaci njegovih priča)

Opišite kako slika prati riječi naratorice.

(u zelenilu prirode pojavljuju se male životinje, prolaze, lete, izlaze iz zemlje, sretno mašu)

Iznesite svoje mišljenje s čime biste mogli povezati ulazak kamere sve dublje u zelenilo.

(s ulaskom u sve dublju maštu u kojoj se kriju likovi iz mašte)

Razmislite jesu li boje pridonijele priči o mašti.

(da, mašta vodi u nestvarni svijet koji je lijep, u kojem su svi sretni i nasmijani, boje u nama izazivaju radost)

Prisjetite se tko vas je pozvao u avanturu.

(mrav)

Iznesite svoje mišljenje što znači igrati se priče i je li ta igra povezana s maštom.

(individualni odgovori učenika, ali – da, igrati se priče znači da možemo u priču dodavati koga i kako želimo, možemo mijenjati događaje, možemo čak i sebe dodati, možemo maštati jer je u mašti sve moguće)

Usporedite film prije pojave naslova i odmah nakon pojave naslova.

Obrazložite što ste uočili.

(prije naslova filma – nacrtano zelenilo, životinje/animacija; nakon naslova – stvarni, živi likovi, glumci/igrani dijelovi)

Prisjetite se u kojem kadru igrani dio filma ponovno postaje animirani.

(u trenutku kada majka počinje čitati slikovnicu, likovi u slikovnici počinju se kretati)

Usporedite cvrčka u priči/slikovnici koju je majka čitala i cvrčka u dječakovoj priči.

(cvrčak u slikovnici – svira violinu, ima velike, okrugle, ružičaste naočale, oko vrata leptir-mašnu, a na vrhu glave visoki šešir/cilindar, nema na sebi odjeću, nego je ostao zelen sa zelenim krilima; cvrčak u dječakovoj priči – svira gitaru, na sebi ima crnu jaknu i crne hlače, crne naočale, šarenu kapu, najbolji je gitarist na cijelome svijetu)

Usporedite izgled mrava u priči/slikovnici koju je majka čitala i mrava u dječakovoj priči.

(mrav u slikovnici – crni, sastavljen od tri kruga različite veličine/donji i gornji dio tijela i glava, na glavi ima zeleni šešir, na nogama visoke žute čizme; mrav u dječakovoj priči – istog izgleda, ali ima i kapu i šal)

Prisjetite se kako se odnos cvrčka i mrava u dječakovoj priči promijenio.

(u priči/slikovnici – zima je, cvrčak je promrzao i gladan, traži od mrava komad krušne mrvice, mrav odbija govoreći da je on cijelo ljeto naporno radio, dok je cvrčak svirao i zabavljao se; u dječakovoj priči – mrav susreće cvrčka s gitarom, cvrčak govori da mu je hladno, mrav nudi svoj dom uz želju da cvrčak u domu svira, mrav poziva pomoć, tri mrava nose cvrčka, svi zajedno su u kući mrava, mrav ga naziva prijateljem i nudi hranu)

Razmislite na koji je način dječakovo maštanje ušlo u njegovu sobu.

(dječak majci priča kako je on zamislio priču o cvrčku i mravu, opisuje pripremu koncerta koji će održati cvrčak, dok priča pojavljuju se crteži instrumenata, kad najavljuje dolazak zime u sobi počinje padati snijeg, pri kraju filma pojavljuju se mravi koji peku palačinke, cvrčak koji svira i pjeva, tanjur pun palačinki s čokoladom)

Zaključite koja je razlika u završetku slikovnice i dječakove priče.

(u slikovnici cvrčak ne završava dobro/kraj je tužan, u dječakovoj priči kraj je sretan)

Prisjetite se zvukova koje ste u filmu čuli.

(glazba, govor majke i sina, cvrkut ptica, fjučkanje, fućkanje, zujanje, zvuk zvončića, šuštanje lišća, sviranje violine i gitare, zvuk bubnjeva, pjevanje, buka radosne publike na koncertu, pljesak, vjetar)

Razmislite bi li film bio isti kada bi se od zvukova čuli samo govor majke i dječaka te glazba. Obrazložite svoj odgovor.

(ne, zvukovi prirode pojačavaju doživljaj radnje)

Zaključite na koji je način dječak svojim glasom pridonio jačem doživljaju radnje koju je pričao.

(mijenjao je glas ovisno o liku, oponašao je zvuk gitare)

Prisjetite se što je ženski glas na početku filma rekao o mašti.

(duboko, u najdubljim dijelovima mašte, uživaju junaci tvojih priča)

Zaključite je li to ovaj animirani film dokazao. Obrazložite svoj odgovor.

(individualni odgovori učenika, ali da, dječak je priču promijenio prema svojoj želji)

Razmislite bi li se priča o cvrčku i mravu mogla prepričati i na drugi način.

(da)

Navedite koja vam se priča više sviđela i zašto.

(individualni odgovori učenika)



Fotografija iz filma – snimka zaslona

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj odgovor na postavljeno pitanje je li dječakovo maštanje gubljenje vremena.

Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Ne, maštanje je dobro.

Djeca koja maštaju postaju kreativna. Kreativnost je osobina koja se u današnje vrijeme jako cijeni i jednoga vam dana može pomoći pri odabiru ili dobivanju posla. Maštovita djeca rado prihvaćaju timski rad i dogovore, zadovoljnija su i opuštenija. Nauče dijeliti, postaju empatična i razvijaju bolju komunikaciju. Maštanje im pomaže da razviju samopouzdanje, sigurnost i samopoštovanje. Postaju svjesna svojih sposobnosti. Maštajte jer mašta može svašta.

B

Da, gubi vrijeme na nešto što nije važno.

Razmisli kakav bi bio svijet bez mašte i maštanja. Možda bi ti neke igre koje voliš bile dosadne i očekivane. Maštanje vodi u kreativnost i pomaže u stvaranju čudesnih stvari koje stvaraju maštoviti i kreativni ljudi. Djeca koja maštaju postaju kreativna, razvijaju bolju komunikaciju, postaju empatična, vole i prihvaćaju timski rad i dogovore, zadovoljna su i opuštena. Smatraš li da je nabrojeno zaista nešto nevažno? Pokušaj pokrenuti svoju maštu. Vrlo brzo ćeš primijetiti dobrobiti koje će ti ona donijeti. A i zabavljat ćeš se.

C

Ne znam.

Razmisli voliš li čitati knjige i gledati filmove u kojima ćeš predvidjeti svaki postupak i unaprijed točno znati kako će završiti ili su ti draži oni u kojima te čekaju čudesna, nepredvidiva iznenađenja. Maštanje je pokretač kreativnosti, a zajedno vode do uspjeha. Maštanje kod djece potiče empatiju, timski rad, sklonost dogovorima, samopouzdanje i svijest o vlastitim sposobnostima. Ono potiče prijateljstva i jača ih kroz zajedničko maštanje. Provjeri tako što ćeš i sam/sama pokrenuti svoju maštu.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

Prepričajte film *Igramo se priče: Cvrčak i mrav*, redateljice Marine Andree Škop.

Nacrtajte plakat za film *Igramo se priče: Cvrčak i mrav*, redateljice Marine Andree Škop.

Izradite od plastelina cvrčka i mrava. Koristeći izrađene likove, prepričajte njihov razgovor koji ćete sami izmisliti.

IZVORI:

Internetska platforma croatian.film. (n.d.). croatian.film. <https://www.croatian.film/hr/>

Manager. (n.d.). *Kako razvijati maštu kod djece i zašto je to važno*. <https://mamager.hr/motherhood/kako-razvijati-mastu-kod-djece-i-zasto-je-to-vazno/>

Svijet mašte. (n.d.). *Važnost svijeta mašte u razvoju djeteta*. <https://svijet-maste.hr/vaznost-svijeta-maste-u-razvoju-djeteta/>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

TEMA: NE PRIHVAĆAM ODGOVOR „NE“

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Ne znači ne ili možda ipak da

Nešto me baš jako muči. Moji roditelji kažu da ne znači ne i ja sam to prihvatio. No jesam li trebao? Moj prijatelj Fran nije i sad mu je puno bolje. Za njega je ne ponekad ne, a ponekad da. Čak i za možda on kaže da je to isto kao da. Kad ja roditelje nešto pitam i oni odgovore ne, više ni ne pitam. Pokušavao sam u početku, ali odustao sam. To je bilo gubljenje vremena. Sada se odmah okrenem na peti i odem. Nije da mi je drago. Nikako, ali ne je ne i gotovo. Tako su mi rekli kod mojih pokušaja i to sam jako dobro zapamtio. Ali, Fran ne. On se ne miče od svojih roditelja sve dok ne ne postane da. I uvijek se to dogodi! Što ja radim pogrešno?

Evo, jučer smo se dogovorili za vožnju biciklima u kvartu. Odmah poslije škole. Samo kod kuće bacimo torbu i nađemo se u parku ispred zgrade. Prema dogovoru dotrčao sam kući, bacio torbu (ja sam ju odložio u svoju sobu na uobičajeno mjesto) i baš kad sam htio izaći, mama je rekla: „Ne sad. Uskoro će ručak! Pričekaj malo.“ Malo?!? Pa ručak nije gotov! Neće me čekati! To sam i rekao uz napomenu da nisam gladan i da ću jesti kad se vratim, a i nećemo se dugo zadržati, samo jedan krug. Nije uspjelo. Znao zašto. Već je rekla *ne*. Otišao sam nezadovoljan u sobu i pogledao kroz prozor. Neki su već sjedili na biciklima i čekali. Otvorio sam prozor i viknuo da ne mogu ići jer ćemo uskoro imati ručak. Ni Frana nije bilo. Možda ipak...a, ne, ne. Želio je ići, što znači da će doći. Sigurno doći. Čuo se prehladeni zvuk zvonca. Franov bicikl. Vikao je još izdaleka: „Ma, morao sam ih nagovarati jer nam je uskoro ručak! A gdje je Ivan?“ Pokazali su na mene. Fran je podigao pogled na moj prozor. Slegnuo sam ramenima: „Ja moram ostati zbog ručka!“ Fran je odmahnuo rukom: „Moraš neke stvari naučiti!“ Pratio sam ih pogledom dok su odlazili.

Čekam ručak i razmišljam. Ima Fran pravo. Moram nešto naučiti. Znam i što. Pitat ću ga kako mu to uvijek uspije.

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

<p>Razmisli kako bi ti reagirao/reagirala da si se našao/našla u toj ili sličnim situacijama. Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.</p>		
<p>A Uporno bih nagovarao/nagovarala mamu da me pusti.</p>	<p>B Prihvatio/prihvatila bih mamin <i>ne</i>.</p>	<p>C Naljutio/naljutila bih se na majku i ne bih želio/željela jesti.</p>

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **PLAVI MEDO**

Redateljica: Marina Andree Škop

Prema slikovnici autorice: Silvija Šesto

Ilustracija: Vanda Čižmek

Scenarij: Pavlica Bajsić Brazzoduro, Marina Andree Škop

Glazba: Dinko Tomaš Brazzoduro, Kralj Čačka

Redatelj animacije: Goran Stojnić

Animacija: Goran Stojnić, Ivana Šebestova

Glasovi: Tom Rushaidat, Dijana Vidušin, Frano Mašković, Pavo Đurović,

Dado Ćosić, Zvonka Tomaš Brazzoduro, Barbara Đurović, Ivana Starčević

Produkcija: Marina Andree Škop

Koprodukcija: Marko Škop, Jan Meliš

Dramaturg: Marko Škop

Montaža: Marina Andree Škop

Dizajn i miks zvuka: Luka Grubišić Čabo

Produkcijaska kuća: PomPom Film d.o.o.

Koproducent: Artileria

Zemlja: Hrvatska, Slovačka

Filmski rod: animirani film, 2D

Godina: 2023.

Trajanje: 10:00

Poveznica: <https://vimeo.com/pompomfilm/plavimedo?share=copy>



Fotografija iz filma – snimka zaslona

SINOPSIS

Dječak Svemir slavi svoj peti rođendan i od kume Đurđe dobiva najljepši poklon na svijetu – plavoga plišanog medu. Početno oduševljenje pretvori se u tugu kada majka kaže da medo mora ostati u celofanu kako se ne bi zaprašio. Svemir se nastoji riješiti celofana, no ne uspijeva.

Sanja igru s medom, koji zamotan stoji na vrhu vitrine. Na Svemirov šesti rođendan s roditeljima dolazi sestrična Modrana. Nemirna, znatiželjna i tvrdoglavica, skine s plavog mede celofan. Svemir nastoji dobiti svojeg medu natrag, no čeka ga razočaranje...

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se što je početak filma najavio i kako.

(proslavu rođendana, čuje se pjesma „Sretan rođendan” i pucanje balona, brojka 5 otkriva proslavu petoga rođendana)

Opišite Svemirovo raspoloženje do dolaska gostiju.

(veseo je, uživa uz svoju tortu na kojoj je svjećica s brojem 5, ima široki osmijeh na licu)

Zaključite što je pojačalo Svemirovo veselje.

(zvono na vratima, znao je da stižu gosti na njegov rođendan)

Opišite u čemu su gosti prekinuli Svemira.

(isprobavanju kreme s torte nakon što je kažiprstom povukao po torti, s velikim osmijehom pogledao u kažiprst, oblizao se i širom otvorio usta)

Navedite zvukove koji su naglasili dječakovu radost i zadovoljstvo.

(zvuk oblizivanja dok gleda kremu na kažiprstu, zvono na ulaznim vratima, zvuk čestitanja/poljubaca)

Prisjetite se što je kod Svemira izazvalo dodatno uzbuđenje.

(pogled na poklon, plavoga medu u prozirnom celofanu)

Zaključite na koji je način naglašena Svemirova sreća zbog mede.

(medo postaje sve veći, za Svemira je plavi medo divan poklon)

Potkrijepite svoj zaključak opisom iz filma.

(Svemir nasmiješeno i širom otvorenih očiju gleda plavoga medu, s uzdahom oduševljenja i divljenja prati kako medo raste, od sreće skoči u zrak)

Razmislite u kojem se trenutku medo ponaša kao likovi iz animiranih filmova. Obrazložite svoj odgovor.

(medo namigne Svemiru i pita ga hoće li se igrati, ponaša se kao živo biće, oživljen je kao i likovi u animiranim filmovima)

Prisjetite se što je bila prepreka za igru s medom.

(majčine riječi da ne smije skidati prozirni celofan kako se medo ne bi zaprljao)

Iznesite svoje mišljenje o majčinim riječima.

(individualni odgovori učenika)

Opišite kako su prikazani Svemirovi osjećaji i želja za igrom s medom.

(Svemir zamišlja veselu igru s plavim medom bez celofana, smije se, sretno se okreće, pleše, čuje se vesela glazba)

Razmislite što biste vi učinili da ste bili na Svemirovu mjestu. Obrazložite.

(individualni odgovori učenika)

Opišite na koji je način Svemir ipak želi skinuti prozirni celofan s plavoga mede.

(probušiti celofan olovkom uz opravdanje da medo ne može disati)

Prisjetite se je li Svemir odustao od igre s plavim medom. Obrazložite.

(ne, cijelu je godinu pokušavao doći do njega, slagao je jastuke na stolac i penjao se na njih kako bi uhvatio medu na vrhu vitrine, pokušavao ga je zahvatiti udicom, ali nije uspijevaio, čak je razbio staklo na vitrini)

Navedite kako je na Svemirove pokušaje reagirao medo.

(bio je, kao i Svemir, tužan, plačljivim je glasom rekao da od njihove igre neće biti ništa jer je ostao zapakiran u prozirni celofan)

Opišite kako je prikazan uzaludan, dugotrajan Svemirov pokušaj da dođe do plavoga mede.

(pada broj 6, šesti Svemirov rođendan, prošla je cijela godina, tužne medine riječi da je ostao zapakiran cijelu godinu)

Razmislite što je jaki zvuk vjetra najavio.

(dolazak nemirne djevojčice koja sve ruši pred sobom, radi što želi)

Opišite njezin dolazak na Svemirov šesti rođendan.

(jaki zvuk vjetra prati crtež krugova koji brzo prolaze, djevojčica je poput jakoga vjetra, ništa je ne može zaustaviti, gasi svjećice, ruši vješalicu sa šeširima i na kraju se pretvara u nasmijanu djevojčicu)

Prisjetite se reakcija na njezin dolazak.

(Svemir se naglo uozbilji, vidi se da je prestrašen, čak i mačka užasnuto bježi)

Zaključite što je Svemira posebno prestrašilo.

(nakon što je razbacala sve igračke, djevojčica Modrana ugleda plavoga medu, sretno usklikne, uzme ga i skine celofan s njega, baca ga u zrak i hvata, Svemir se boji da će medu nešto loše napraviti)

Opišite kako ju je Svemir u tome nastojao spriječiti.

(trčao je za njom, pazio na medu, pokušao ju je nagovoriti da mu ga vrati, nudio je druge igračke)

Iznesite svoje mišljenje o ponašanju djevojčice Modrane. Obrazložite.

(individualni odgovori učenika)

Razmislite koje su očeve riječi Svemira iznenadile.

(„Ma, pusti je, neka si uzme. Svemir se više uopće ne igra s njim.“)

Zaključite kako se Svemir osjećao, a kako medo. Obrazložite.

(individualni odgovori učenika, ali – tužno i razočarano jer su se cijelu godinu samo željeli zajedno igrati, ali nisu smjeli)

Prisjetite se tko je i kako Svemira želio utješiti.

(majka – tužno je gledala Svemira, ispričala se što mu nije dopustila da skine s mede celofan)

Iznesite svoje mišljenje o reakciji Svemirovih roditelja.

(individualni odgovori učenika)



Prisjetite se što je Svemira, kao odraslog čovjeka i oca maloga Kuzme, podsjetilo na plavoga medu.

(Kuzma u parku, na aparatu s igračkama, ugleda plavoga medu i kaže ocu/ Svemiru da mu ga uhvati)

Zaključite što je baka željela postići hvatanjem plavoga mede u aparatu.

(sjetila se Svemirove tuge i htjela je to ispraviti)

Razmislite kako su se likovi na kraju filma osjećali. Obrazložite.

(individualni odgovori učenika)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj izbor reakcije na postavljeno pitanje: kako biste vi u opisanoj ili sličnoj situaciji reagirali.

Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Uporno bih nagovarao/nagovarala mamu da me pusti.

Ako misliš da će tvoje nagovaranje uroditi promjenom mišljenja, znači da si u tome već ranije uspio/uspjela ili jednostavno pokušavaš jednom uspjeti. Iako ti se u ovim godinama to čini jako dobro, pa čak te vršnjaci gledaju s divljenjem ili zavišću, s odrastanjem će se to mijenjati. I dalje ćeš se tako ponašati. Očekivat ćeš da sve bude, kao i uvijek, baš kako ti želiš. Tvojim će vršnjacima to smetati jer ćeš naučeno ponašanje preslikavati i u odnosima s njima. Počet će te smatrati razmaženim/razmaženom. Kao odrasla osoba nećeš imati razvijen osjećaj odgovornosti i zahvalnosti. Odgovor „ne“ kod tebe će izazivati ljutnju i nezadovoljstvo, kao i slabije vještine rješavanja problema, a time i nesigurnost u vlastite sposobnosti. Razmisli treba li uvijek biti po tvomem i je li tvoje inzistiranje da tako bude tek potreba za dokazivanjem.

B

Prihvatio/prihvatila bih mamin „ne“.

Naravno da ti nije uvijek drago prihvatiti pravila koja su postavili odrasli. Jasna pravila potrebna su svima, i djeci i odraslima. Ona nam pomažu da se razvijemo u odgovornu osobu, osobu koja ne razmišlja samo o sebi i koja s odrastanjem postaje poželjna u društvu i na poslu. Ti si na tome putu. To ne znači da ponekad ne možeš s odraslom osobom, koja ti je na pitanje dala negativan odgovor, razgovarati o tome može li se „ne“ promijeniti u „da“. Mirno iznesi svoja razmišljanja. Možda (ovisno o čemu je riječ) odluka bude na obostrano zadovoljstvo.

C

Naljutio/naljutila bih se na majku i ne bih želio/željela jesti.

Tvoje ponašanje pokazuje nezreo odnos prema odlukama odraslih. Smatraš li da će to nešto promijeniti? Iskren i miran razgovor uvijek je najbolje rješenje. Pravila ne postoje da bi ti bio/bila nezadovoljan/nezadovoljna i/ili tužan/tužna. Ona tebi, kao i svima, pomažu da se razviješ u odgovornu i suosjećajnu osobu, osobu koja je svjesna što smije, a što je neprimjereno, osobu koja ne misli samo na zadovoljavanje svojih želja. Granice u svemu moraju postojati kako bi nas usmjerile (prepoznavanje što je dobro, a što nije), osnažile (razvijanje vještina prepoznavanja problema i načina njihova rješavanja), pomogle nam (primjeren način reagiranja na frustracije, osjećaj sigurnosti u onome što radimo i kako se odnosimo prema sebi i drugima) i štatile nas (od loših osjećaja i postupaka koji mogu imati i veće posljedice).

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

Nastavite problemsku priču. Što je Ivan doznao od Frana? Je li to prihvatio i pokušao primijeniti kod svojih roditelja? Je li u tome uspio?

Nacrtajte plakat za film *Plavi medo*, redateljice Marine Andree Škop.

Razgovarajte na satu razrednika o svojim „tajnama” kako nagovoriti roditelje da „ne” pretvore u „da” i uspijevate li u tome.

IZVORI:

PomPom Film. (n.d.). *PomPom Film – About us*. <https://www.pompomfilm.hr/>

Kreni Zdravo. (n.d.). *Razmažena djeca – psihologinja otkriva tko je kriv*.

https://krenizdravo.dnevnik.hr/zdravlje/mentalno_zdravlje/razmazena-djeca-psihologinja-otkriva-tko-je-kriv

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

TEMA: POSVOJENO DIJETE

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Zašto sam baš ja posvojena

Cijeli sam tjedan mislila samo na subotu. U subotu je za mene veliki dan. Mojih devet zaokružiti će se na deset. Pozivnice za proslavu napravila sam još prije dva mjeseca, a smislila ih još prije tri. Nisam mogla dočekati da ih donesem u razred i svima podijelim. Želim da svi dođu. Mama i tata su malo provjeravali gdje ćemo svi stati, plus bake i djedovi, plus tete i kumovi. Na kraju su zaključili da ćemo se nekako stisnuti. Mama je cijeli prošli tjedan pregledavala recepte kako bi odabrala tortu koju će raditi. Na kraju se odlučila za jednu na kat jer nas je, napomenula je, previše da bi nam torta bez kata bila dovoljna. Ipak ju je brinulo hoće li i taj jedan kat biti dovoljan.

Subota je svanula u moju čast. Čast mojih deset. Mama i tata su polako ušli u moju sobu. Nosili su veliki balon s mojim imenom i poklon koji sam poželjela naglas. Istovremeno su me zagrlili i jedva sam se oslobodila iz njihovih zagrljaja i poljubaca.

Zadovoljno sam pospremala sobu dok je tata prebacivao stolce i gurao neke ormariće u stranu. Toliko bi stolaca trebalo, a mi ih nemamo pa smo ih još posudili od susjeda, a u moju sobu stavili i hrpu ukrasnih jastuka koje smijemo staviti i na pod. Zadovoljno sam zagrlila mamu i tatu i poljubila ih jer mi je soba izgledala kao bajka. Puna šarenih balona.

Zvono na vratima zvonilo je s kratkim prekidima. Stan je bio pun, a moja soba prepuna. Bili smo crveni od plesa, pjevanja i igara. U jednom nam je trenutku ponestalo soka pa sam otišla u kuhinju. A onda sam, na ulasku, čula neku čudnu rečenicu koju je kuma izgovarala mami: „Ivana je po ponašanju ista ti. Kao da si je ti stvarno rodila.“ Zastala sam. Koja Ivana? U stanu sam jedino ja imala ime Ivana. Kako kao da me je rodila? Nego što?

Sljedeći dan završio je s informacijom da me zapravo i nije baš rodila, ali da me voli kao da jest.

Mojih deset postalo je mojih mučnih deset. Pitam se je li mami i tati žao što su me posvojili. I hoće li me, napravim li nešto loše, vratiti? Zašto me moji pravi roditelji nisu htjeli? Nisam bila dovoljno dobra, lijepa, htjeli su dječaka? Imala sam desetke pitanja, a nisam se usudila dalje pitati kako im ne bih bila dosadna i kako ne bi požalili što sam s njima.

I smijem li ih uopće i dalje zvati mama i tata kada mi oni to nisu?

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

**Razmisli kako bi ti reagirao/reagirala da si se našao/našla u toj situaciji.
Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.**

A

Razgovarao/razgovarala
bih s roditeljima.

B

Ne želim s njima
razgovarati jer su mi
lagali.

C

Bojim se da će me
napustiti pa neću
postavljati pitanja.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **CRVENA JABUČICA**

Redateljica: Ana Horvat

Scenarij: Ana Horvat

Glasovi: Marta Mustapić

Animacija: Ana Horvat

Dizajn: Ana Kadoić

Glazba: Dubravko Robić

Oblikovanje zvuka: Dubravko Robić

Montaža: Marin Juranić

Producentica: Maša Udovičić

Produkcijaska kuća: Luma Film

Filmski rod: animirani film

Žanr: drama

Godina: 2018.

Trajanje: 8:03

Poveznica: <https://croatian.film/hr/films/33105>

NAGRADE:

Međunarodni festival animiranog filma Banjaluka

– Nagrada za najbolji dječji animirani film 2018.

Međunarodni festival filmova za djecu i mlade Zero Plus

– Najbolji međunarodni kratkometražni igrani film 2018.

SINOPSIS

Posvojena djevojčica objašnjava kako obično nastaje obitelj. Ali obitelji nastaju na razne načine. Priča nam i o nastanku svoje obitelji, koja je posebna. Nakon što su se vjenčali, njezini roditelji ne mogu začeti dijete. Zaključke kako se ono već negdje rodilo te kreću u potragu.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se tko nam se na početku filma obraća i s kojim razlogom.

(djevojčica Viktorija, najavljuje da će ispričati priču o tome kako nastaje obitelj)

Opišite kadrove koji slikom prate njezine riječi o upoznavanju roditelja.

(upoznavanje gospodične i gospodina u gradu, gospodin gospodični daruje buket cvijeća, gospodična je sretna zbog dobivenog buketa cvijeća, gospodična i gospodin su u šetnji, zatim u kinu i na večeri)

Navedite kako se u filmu prikazuje zaljubljivanje.

(pojavljuju se srca u očima gospodina i gospodične)

Prisjetite se kako je u obitelji nastalo dijete.

(gospodična i gospodin odlučili su živjeti zajedno cijeli život, vjenčaju se i postaju muž i žena, od velike ljubavi i toplih zagrljaja nastane dijete)

Opišite na koji je način u filmu prikazan rast djeteta.

(trbuh žene raste, a kad naraste, vidi se proziran krug u kojem je nasmijano dijete; dijete se zadovoljno u trbuhu okreće)

Zaključite može li se crtež djeteta u majčinu trbuhu pomicati.

(da, u filmovima se crteži mogu kretati)

Razmislite kako zovemo film u kojem su likovi nacrtani i ponašaju se kao da su živi, u pokretu su.

(crtani film / vrsta animiranoga filma)

Prisjetite se što je Viktorija rekla o porođaju.

(ženi je teško jer je trbuh jako narastao, kaže da ne može više i da izgleda kao lopta pa ju muž vozi u bolnicu, a muž u hodniku strpljivo čeka)

Opišite kako je u filmu prikazano iščekivanje i nervoza muža.

(muž hoda u hodniku bolnice s jedne na drugu stranu)

Ispričajte kako ste doživjeli reakciju muža na informaciju da je postao otac. Obrazložite opisom kadra.

(individualni odgovori učenika, mogući – bio je sretan/uzbuđen, nasmijao se i od uzbuđenja/sreće pao u nesvijest; ili: nasmijalo me što je od sreće pao u nesvijest)

Navedite Viktorijin zaključak.

(od toga dana muž i žena zovu se mama i tata, nastala je nova obitelj)

Prisjetite se na koji način Viktorija uvodi u drugu priču o tome kako nastaje obitelj.

(kadar prikazuje njezin crtež mame, tate i djeteta; Viktorija ga bojom dovršava; govori kako ne nastaju sve obitelji na isti način)

Razmislite o kome Viktorija u nastavku filma govori.

(o svojoj obitelji)

Ispričajte na koji je način Viktorija postala član obitelji.

(mama i tata su se upoznali, vjenčali, uživali u zajedničkim danima; mami je jednoga jutra nešto nedostajalo pa se sjetila, otišla je do muža i rekla da je vrijeme da postanu roditelji, a tata je bio zbog toga sretan; Viktoriju nikako nisu mogli pronaći kako bi je „pospremili“ u mamin trbuh da u njemu raste; mama i tata bili su tužni pa je mama rekla da se njihovo dijete sigurno već negdje rodilo i čeka ih; pripremili su se i počeli je tražiti; nakon dugotrajnog traženja našli su je u Domu za djecu bez roditelja)

Prisjetite se kako je u filmu prikazano da mama čezne za djetetom.

(mama sjedi na krevetu; prikazuju se uokvirene fotografije na zidu; svi iz obitelji na fotografijama su s djetetom, jedino su ona i muž sami)

Opišite kako je u filmu prikazana uporna potraga Viktorijinih roditelja za djetetom.

(tražili su je svuda – u filmu se prikazuje traženje pomoću povećala: ispod jastuka na krevetu, ispod i iza stolca; tražili su je na tržnici, među rodama, na dječjim igralištima, u parkovima, u cirkusu)

Razmislite kako je u filmu naglašeno dugo traženje Viktorije nakon što su ih u Domu za djecu bez roditelja uputili što trebaju napraviti.

(Viktorijini roditelji potpisuju hrpu papira i molbi; stoje ispred poštanskog sandučića s hrpom pisama/kuverti u rukama i stavljaju ih u poštanski sandučić)

Navedite zvuk koji je naglasio njihovo dugo čekanje nakon što su poslali hrpu molbi.

(čuje se otkucavanje zidnoga sata)

Opišite na koji je način, osim zvukom, i slikom naglašeno dugotrajno čekanje.

(u kadru se vide mama i tata na kauču u različitim pozama sjedenja; cvijet u tegli je uvenuo)

Zaključite zašto je povećalo koje mama odlaže razbijeno.

(prati Viktorijine riječi – izgubili su svaku nadu)

Prisjetite se koji je osjećaj, nakon što su već izgubili svaku nadu, kod mame i tate izazvao telefonski poziv.

(osjećaj sreće; pronašli su svoju djevojčicu; njihovoj sreći nije bilo kraja)

Opišite je li i Viktorija bila sretna.

(da, nasmijala im se, sretna što su je konačno pronašli i što su konačno obitelj)

Zaključite zašto Viktoriju u obitelji često zovu Crvena Jabučica.

(u obitelji često gledaju album s obiteljskim stablom; djed kaže kako je u svakoj jabuci želja dobila ispunjenje, vjera potvrdu, a ljubav ime; sve su jabuke zelene, jedino je Viktorijina crvena; ona je od dugog traženja i čekanja dobila posebnu milost; crvena jabučica na jeziku ljubavi znači: svim te srcem volim)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj izbor reakcije na postavljeno pitanje kako biste vi u opisanoj situaciji reagirali.

Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Razgovarao/razgovarala bih s roditeljima.

Razgovor je uvijek dobar odabir za rješavanje problema. Iskreno reci roditeljima što želiš znati. Oni će ti to na najjednostavniji način reći i objasniti. Najvažnije je da shvatiš kako su te tvoji roditelji željeli i zato su te posvojili. Posvojenje nije nešto čega se treba sramiti. To je samo jedan od načina da obitelj dobije željeno dijete. Ti si njihov izbor i napraviti će sve da posvojenje prihvatiš sa što manje stresa. I roditeljima je važno da se nedoumice razriješ i da dobiješ odgovore na pitanja koja te muče.

B

Ne želim s njima razgovarati jer su mi lagali.

Tvoji ti roditelji nisu lagali, nego su čekali pravi trenutak da ti kažu istinu. Ti bi svakako od njih čuo/čula istinu o posvajanju i da nisi slučajno na rođendanu o tome nešto načuo/načula. Roditelji su samo čekali trenutak kad ćeš za razgovor o toj temi biti dovoljno zreo/zrela. Pokaži da to zaista i jesi i postavi im pitanja kako bi doznao/doznala što te zanima. U to može biti uključeno i pitanje jesu li ti htjeli prešutjeti istinu. Vidjet ćeš da sve izgleda drugačije nego što ti se sada čini. Ako nisi siguran/sigurna u odluku, obrati se odrasloj osobi u koju imaš povjerenja (netko od rodbine, razrednik/razrednica, stručna služba u školi), a možeš i besplatno i anonimno nazvati *Hrabri telefon* na broj 116 111 i zatražiti savjet i pomoć. Na *Hrabri telefon* možeš se javiti i putem chata.

C

Bojim se da će me napustiti pa neću postavljati pitanja.

Tvoji te roditelji sigurno neće napustiti. Ti si njihovo dijete iako oni nisu tvoji biološki roditelji. Posvojili su te i odgajali jer te žele i vole. Postavljajući pitanja o biološkim roditeljima, posvajanju i razlozima neće promijeniti njihove osjećaje prema tebi. Iznesi im svoje osjećaje i usudi se pitati. Zapamti da nijedno tvoje pitanje neće umanjiti njihovu ljubav prema tebi, a sigurno te neće ni napustiti. Oni o tebi ne razmišljaju kao o djetetu koje je posvojeno. Njihovi su osjećaji isti kao da si i njihovo biološko dijete i ništa to neće promijeniti.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

Prepričajte film *Crvena jabučica* redateljice Ane Horvat.

Nacrtajte plakat za film *Crvena jabučica* redateljice Ane Horvat.

Izradite od plastelina svoju obitelj.

IZVORI:

Internetska platforma *croatian.film*. (n.d.). *croatian.film*. <https://www.croatian.film/hr/>

Poliklinika za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba. (n.d.). *Kako s predškolskim djetetom razgovarati o posvojenju*. <https://poliklinika-djeca.hr/kako-s-predskolskim-djetetom-razgovarati-o-posvojenju-2/>

Centar za podršku roditeljstvu „Rastimo zajedno”. (n.d.). *Rastimo zajedno*. <https://www.rastimozajedno.hr/file/585/>

Na drugi način. (n.d.). *20 stvari koje bi posvojeno dijete željelo da njegovi roditelji znaju*. <https://nadruginacin.hr/prilozi/20-stvari-koje-bi-posvojeno-dijete-zeljelo-da-njegovi-roditelji-znaju/>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

TEMA: PRIJATELJSTVO: VAŽNOST MEĐUSOBNOG POMAGANJA

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Prijateljstvo: važnost međusobnog pomaganja

Veliki odmor je, to barem svi učenici znaju, vrijeme za igru. I to je jedini dio dana u školi za koji ćemo svi reći da ga volimo. Za ostale onako... Netko voli Hrvatski jezik, netko Matematiku, netko samo Tjelesni, a neki sve ili ništa. Ja sam Ivan i među onima sam koji podjednako voli sve predmete, ali nijedan nije ni blizu toga koliko volim veliki odmor. A onda mi, dečki, jurnjava. Dok cure pregledavaju ne-kakve sličice i šapuću, mi lovimo jedan drugoga. Svaki odmor nas učiteljica zauzstavi barem jednom. Mi se, onako uspuhani, ukipimo i čekamo prijekor, no čim se okrene, već smo na drugom kraju hodnika. Uvijek nam govori da se neće s nama igrati lovice. A mi je to ni ne tražimo.

Tako je bilo i jučer. Jurili smo, zabijali se jedan u drugoga, ponekad čak i pali, pa ustali i samo nastavili juriti. Bilo je baš zabavno. A onda je Marko pao. Ništa novo, uvijek netko padne. Mi takve ni ne čekamo. Čim ustane, stigne nas.

No Marko nas nije stigao. Okrenuli smo se ne bismo li vidjeli sakriva li se negdje i samo nas čeka, ali ne. Marko je ostao sjediti na hodniku i radio neke čudne grimase. Potrčali smo prema njemu. Bolno je jaukao držeći se za koljeno. Okupili smo se oko njega. Neki su mu govorili da ustane i da mu nije ništa, a neki da ga ne smije uloviti učiteljica i da zbog toga odmah ustane. Marko na te riječi uopće nije reagirao. Lice mu je bilo sve crvenije, a zatim je potekla i suza. Neki su se dečki počeli smijati. Govorili su mu da je mala beba. A onda su otrčali u razred da ih učiteljica ne optuži kako su i oni krivi za Markovu ozljedu.

Ja se nisam smijao i nisam otrčao u razred. Ostao sam s njim i gledao ga kako mu suze klize niz lice. Bilo mi ga je žao. Na rubu i mojega oka nesigurno se ljuljala suza.

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

Razmisli što bi ti napravio/napravila da si bio/bila na Ivanovom mjestu.
Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.

A

Otišao/otišla bih u razred da se dečki/djevojčice ne smiju i meni kao Marku.

B

Isto što i Ivan. Ostao/ostala bih s Markom.

C

Pozvao/pozvala bih učiteljicu.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **KRILA ZA KROKODILA**

Redateljica: Ivana Guljašević Kuman

Scenarij: Bruno Kuman

Glasovi: Ana Kuman, Bruno Kuman, Ivana Guljašević Kuman

Animacija: Ivana Guljašević Kuman, Bruno Kuman

Pozadine: Ivana Guljašević Kuman

Oblikovanje zvuka: Ivana Guljašević Kuman, Ana Kuman, Bruno Kuman

Dizajn: Ivana Guljašević Kuman

Montaža: Ivana Guljašević Kuman, Bruno Kuman

Producent: Bruno Kuman

Produkcijaska kuća: Igubuka

Filmski rod: animirani film

Žanr: obiteljski

Godina: 2018.

Trajanje: 4:40

Poveznica: <https://croatian.film/hr/films/35985>

SINOPSIS

Krokodil je bio tužan jer nije imao krila poput zmaja. Jedne noći njegovi prijatelji odlučili su mu napraviti vlastiti par krila. Kada imamo prijatelje, imamo sve.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se što krokodil na početku filma radi.

(čita slikovnicu)

Razmislite kako naslovnica otkriva o čemu se u slikovnici radi.

(na naslovnici je nacrtan zmaj, znači u slikovnici je glavni lik zmaj)

Zaključite je li krokodilu slikovnica zanimljiva. Obrazložite.

(da, djeluje nasmiješeno, ispušta zadovoljne zvukove)

Opišite što krokodil radi dok promatra crtež zmaja u slikovnici.

(zmaja uspoređuje sa sobom)

Navedite na koji se način uspoređuje sa zmajem.

(prikazuje se crtež zmaja, prst pokazuje dijelove tijela zmaja, krokodil ih pronalazi na sebi, a kada ih pronade, zadovoljno ispušta zvuk)

Zaključite kako se krokodil ponaša. Obrazložite.

(kao živo biće, pomiče se, ispušta zvukove odobravanja)

Prisjetite se u kojoj se vrsti filmova nacrtani likovi ponašaju kao da su živi.

(crtani film/vrsta animiranoga filma)

Opišite kako se raspoloženje krokodila promijenilo.

(krokodil je promatrao zmaja u slikovnici – prst je pokazivao glavu zmaja, krokodil je zadovoljno pokazivao svoju glavu; prst je pokazivao tijelo zmaja, krokodil je vidio svoje tijelo; prst je pokazivao noge zmaja, krokodil je mahao svojim nogama; prst je pokazivao rep zmaja, krokodil se okrenuo i mahao svojim repom; prst je pokazivao krila zmaja, krokodil se osvrtao, nije vidio da ima krila, iznenadio se, jako otvorio oči i usta, shvatio da nema krila i počeo plakati)

Navedite koji su se zvukovi čuli dok je krokodil čitao i kod sebe pronalazio sve što ima i zmaj.

(zvuk pokazivanja prstom, zadovoljni zvuk krokodila, glazba)

Zaključite u kojem se trenutku zvuk promijenio.

(kada je krokodil shvatio da nema krila)

Navedite koji zvukovi su se čuli kada je krokodil otkrio da nema krila.

(zvukovi iznenađenja koje krokodil izgovara, plač krokodila, drugačija glazba, tihi zvukovi drugih životinja/ptica)

Prisjetite se kako je u filmu prikazano da krokodil dugo plače.

(dan – krokodil plače, spustila se noć – još uvijek plače, svanuo je novi dan – krokodil još nije prestao plakati)

Zaključite kako je naglašena količina suza koje je krokodil isplakao.

(suze su nacrtane kao crtice, padaju u slapu suza, ispod krokodila se počinje dizati voda, poplava suza)

Opišite što se s poplavom suza, koja je bila oko krokodila, dogodilo.

(krokodil je toliko plakao da se poplava suza širila do drugih životinja i poplavila i njih; čak je poplavila i žirafu i slona)

Navedite što su životinje napravile.

(sastale su se i dogovorile što će napraviti)

Razmislite što je pauk radio i zašto baš on.

(pleo je krila za krokodila, pauci rade paukovu mrežu)

Zaključite zašto su baš krijesnice nosile mrežu za krokodila.

(bila je noć, krokodil je zaspao, krijesnice svijetle pa vide put i lete pa im je lakše odnijeti krila, paukova krila su lagana i nježna kao i krijesnice)

Prisjetite se koji zvukovi dolaze do izražaja dok krijesnice stavljaju krila na krokodila.

(zvuk cvrčaka, hrkanja krokodila)



Fotografija iz filma – snimka zaslona

Opišite kako je krokodil reagirao kada je vidio krila.

(svanulo je, krokodil se probudio i odmah vidio da ima krila, uskliknuo je uzbuđeno, nasmijao se i počeo mahati krilima)

Zaključite zašto su životinje za krokodila napravile krila.

(vidjele su koliko je nesretan, željele su ga razveseliti, krokodil je njihov prijatelj)

Opišite završetak filma.

(krokodil čita slikovnicu o zmaju, oko njega su životinje koje su mu pomogle; krokodil zadovoljno potvrđuje kada prst u slikovnici pokaže na krila zmaja)

Razmislite što nam film poručuje.

(individualni odgovori učenika, ali – pravi prijatelji pomažu jedni drugima; važno je imati prijatelje)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju. Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Otišao/otišla bih u razred da se dečki/djevojčice ne smiju i meni kao Marku. Razmisli je li tvoja odluka ispravna. Kako bi se ti osjećao/osjećala da si na Markovu mjestu i da te baš svi ostave? Jesu li prijatelji koji ismijavaju Marka Marku zaista prijatelji? U tom trenutku ipak bi morao/morala misliti na Marka i njegovo stanje. Ne moraš se bojati da će te prijatelji/prijateljice ismijavati ako ostaneš s Markom. Kad bi to i radili, oni ti nisu pravi prijatelji. A nisu ni Marku. Ako je tvoja odluka ipak odlazak u razred, bilo bi dobro da prije toga o Markovu padu obavijestiš učiteljicu.

B

Isto što i Ivan. Ostao/ostala bih s Markom.

Time bi pokazao/pokazala da si pravi prijatelj. Marku je u tom trenutku jako teško. Boli ga koljeno, ali još ga više boli ismijavanje vršnjaka i njihov odlazak u razred. Tvoja odluka Marku puno znači, u tebi je prepoznao iskrenog i pravog prijatelja. Pravi prijatelji su oni koji jedni drugima pružaju potporu i utjehu. Na taj se način pravo prijateljstvo razlikuje od onih prijateljstava koja to nisu. No svakako pozovi učiteljicu.

C

Pozvao/pozvala bih učiteljicu.

Dobra odluka. Učiteljica mora vidjeti u kakvom je stanju Marko, je li ozljeda ozbiljnija. Svakako će poduzeti sve što u takvim situacijama treba poduzeti. No ako si Marku zaista prijatelj/prijateljica, pruži mu i svojim prisustvom podršku. Marku će to puno značiti, pa čak i olakšati bolove. Prijatelji su uvijek dobrodošli, a posebno u trenucima kada nam je teško.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

Razgovarajte u razredu o svojim iskustvima s prijateljima.

Nacrtajte plakat za film *Krila za krokodila* redateljice Ivane Guljašević Kuman.

Napišite zajednički pravila koja pravi prijatelji moraju poštivati.

IZVORI:

- Internetska platforma croatian.film. (n.d.). *croatian.film*. <https://www.croatian.film/hr/>
- Hrvatski zavod za javno zdravstvo. (n.d.). *Međunarodni dan prijateljstva*. <https://www.hzjz.hr/sluzba-promicanje-zdravlja/međunarodni-dan-prijateljstva/>
- Kreni zdravo. (n.d.). *Šest načina da nekome kažete da vam je loš prijatelj*. https://krenizdravo.dnevnik.hr/zdravlje/mentalno_zdravlje/sest-nacina-da-nekome-kazete-da-vam-je-los-prijatelja
- Centar za zdravlje mladih. (n.d.). *Prijateljstvo je uvijek in*. <https://www.czm.hr/blog/za-studente/prijateljstvo-je-uvijek-in>
- Harfa. (n.d.). *Dječja prijateljstva*. <https://harfa.hr/trudnoca-i-porod/djecja-prijateljstva/>
- Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

TEMA: RADNE NAVIKE

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Odrasli samo izmišljaju zadatke

Jutros sam doručkovala malo, malo duže. Od osam do devet. Dobro, skoro do deset. Mama se ljutila, a ja nisam shvaćala zašto. Kao, mora staviti suđe u perilicu i samo čeka moj tanjur. Pa mogu ja to s tanjura staviti i na stol. I neka uzme taj svoj ljubljani tanjur. Ali ne, nije pristala. Ne razumijem, a baš bi to bilo super. Ništa ne moraš prati. Samo streseš stolnjak (ako se sjetiš). A ako se nešto i zafleka, lako se pokrije bilježnicom ili vazom. Sporo sam stavljala zalogaj u usta, a ostatak slagala u oblike po tanjuru ukrašavajući ih pekmezom. Mama je odjednom rekla: „Okol!“ Oko? Kakvo sad oko? Ne razumijem. Želi da na tanjuru od pekmeza napravim oko? Baš me iznenadila. No umjesto pekmeza uz mene se odjednom pojavila otvorena bilježnica. Aha, oko. Učili smo O i sad moramo napisati u bilježnicu OKO. Nekoliko puta ili više od nekoliko. Ne znam više. Mama zna. Uzela sam olovku prstima koji su bili malo zamrljani pekmezom, ali samo malo, i počela pisati O... Napisat ću četiri reda. Valjda je to dovoljno da se vidi kako znam. Oko, oko, oko, oko, oko... Mama me je, puneći perilicu suđa, ohrabrivala. Pa znam i sama. Oko, oko, oko, oko. Zadovoljno sam zatvorila bilježnicu. Gotova! Potrčala sam u sobu po najdražu igračku. Vrijeme je za igru. Čula sam mamu kako nešto govori. Mislim da me je hvalila jer sam ovaj put zaista brzo napisala zadaću. Sretno sam provirila iz sobe. Puna ponosa i s najvećim osmijehom i molećljivim pogledom pitala sam je mogu li se sada, kad sam gotova, do škole igrati. Mama je u ruci držala nekakvu krpicu i nešto radila po stranici u mojoj bilježnici. Prišla sam. Zanimalo me što bi mogla krpicom raditi u mojoj bilježnici. Pa nema prašine na stranicama. Provirila sam ispod njezina lakta. Male mrlje od pekmeza postale su svjetlije i ispod njih se sve bolje vidjelo moje oko koje je na nekim mjestima bilo oho, olo, ogo. Mama je usput mrmrljala nešto o nekakvim radnim navikama. Ništa nisam razumjela, ali morala sam pisati ponovno. Bez pekmeza na prstima i pazeći da oko uvijek bude baš oko. I ponovno nisam razumjela. Učili smo O i bilo je važno da ga napišem dobro, a on je to i bio u svakoj mojoj riječi. Dakle, bilo je i prvi put dobro. Istina, s malo pekmeza, ali ne od šljiva, nego od marelica, pa se ispod njega O sasvim dobro vidio.

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

Razmisli što su radne navike.

Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.

A

Nešto važno samo za odrasle.

B

Djeca se time ne trebaju zamarati.

C

Možda nešto što svima pomaže.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **TONKA ĆE SUTRA**

Redateljica: Morana Dolenc

Scenarij: Jelena Pervan, Morana Dolenc

Glasovi: Morana Dolenc, Katja Panić, Vesna Ravenščak Lozić, Petar Atanasoski

Animacija: Mirta Brkulj

Glazba: Meri Jaman, Anita Valo

Oblikovanje zvuka: Dubravko Robić

Montaža: Marin Juranić, Maša Udovičić

Producentica: Maša Udovičić

Produkcijaska kuća: Luma Film

Filmski rod: animirani film

Žanr: obiteljski

Godina: 2021.

Trajanje: 7:16

Poveznica: <https://croatian.film/hr/films/70205>

NAGRADE:

VAFI & RAFI – međunarodni festival animiranog filma djece i mladih – posebno priznanje 2021.

Međunarodni festival animiranih filmova Animaevka – nagrada za najbolji animirani film 2021.

Women's International Film Festival Nigeria WIFFEN – posebno priznanje 2022.

SINOPSIS

Tonka stvari voli odgađati za sutra. Pisanje zadaće, šetnja psa, pospremanje igračaka, sasvim je svejedno jer koju god zadaću Tonka treba izvršiti, pronaći će način da je odgodi za sutra. A sutra će je odgoditi za prekosutra. Zato je dobila Sutriće. Oni napadaju djecu koja sve ostavljaju za sutra.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se prvog susreta s Tonkom u filmu i opišite ga.

(vidimo zgrade, drveće, klupu, čujemo ptičice, a zatim odrasli ženski, pa muški glas koji dozivaju Tonku. Pojavljuje se Tonka na koturaljkama, na glavi ima kacigu, nasmijana je, prolazi, pa se vraća, sve nam je bliže, ponovno prolazi, ali stane, pogleda nas, mahne nam i nasmije se pa ode)

Razmislite što je već na početku filma otkrilo da Tonka ne voli slagati svoje stvari.

(čim je otvorila vrata stana, skinula je kacigu s glave i bacila je na pod)

Osim što ne voli slagati svoje stvari, navedite što smo doznali da Tonka isto ne voli, a moramo to raditi svaki dan barem ujutro i navečer.

(ne voli prati zube, majka joj je rekla da ih opere i da će joj otpasti, ne bude li ih prala, a Tonka odgovara da će ih oprati sutra)

Prisjetite se za što je sve Tonka rekla da će sutra napraviti.

(sutra će napisati zadaću, izvesti psa u šetnju, doručkovati)

Razmislite je li pas bio zadovoljan Tonkinim riječima da će ga u šetnju izvesti sutra. Opišite kako se pas ponašao.

(nije bio zadovoljan, nosio je uzicu i hodao za Tonkom, nezadovoljno ju je gledao)

Zaključite jesu li se majka i otac ljutili na Tonku zbog toga.

Obrazložite svoj odgovor.

(nisu, nježno su joj govorili što treba napraviti, iako su znali da Tonka uvijek obećava, ali to ne napravi)

Navedite na koji način majka Tonku kori.

(nježno joj govori da njezino sutra često postane prekosutra)

Prisjetite se što Tonka kaže zašto je sutra bolje.

(dulje traje, ljepše izgleda i voli sutra kao što voli puding od vanilije)

Zaključite zašto je djed rekao da su Tonku napali Sutrići.

(što god su joj rekli da napravi, Tonka je odgovorila da će napraviti sutra, djed je zaključio da je Tonka bolesna, napali su je Sutrići)

Razmislite jesu li Tonku prestrašile djedove riječi. Obrazložite svoj odgovor.

(da, Tonka je postala ozbiljna, stala je pred ogledalo, gledala se, rekla je da ju Sutrići svrbe i pitala djeda kako ih se može riješiti)

Navedite po čemu ste zaključili da je Tonka prestrašena.

(napravila je ozbiljan i prestrašen izraz lica, ponašala se kao što se ponašaju djeca kada su prestrašena)

Opišite kako su Sutrići izgledali.

(čudni, namrgođeni likovi različitih boja, oblika i veličine)

Zaključite što su djed i baka htjeli postići i je li im to uspjelo.

(htjeli su potaknuti Tonku da ne odgađa sve za sutra, uspjelo im je jer se Tonka prestrašila Sutrića, počela je rješavati zadatke danas, nije ih ostavila za sutra, želi ozdraviti od Sutrića)

Opišite kako su nestajali Sutrići.

(svaki je bio zadužen za jednu obavezu/pranje zubi, pospremanje stvari, pisanje zadaće, doručak, šetnju psa i kako je Tonka koji zadatak obavila, Sutrić je nestao)

Navedite što je Tonka rekla za pusu na kraju filma.

(roditelji su se vratili kući, Tonka je spavala, djed i baka su pohvalili Tonku da je sve obaveze riješila danas, roditelji su se čudili, Tonka se probudila, sluša ih iz svoje sobe, majka kaže da im nije stigla dati ni pusu, otac dodaje da će im dati sutra, neka spava, Tonka dotrči iz sobe i govori da je sutra jako daleko i tko će ga dočekati pa će pusu dobiti danas)

Zaključite što je Tonka naučila.

(obaveze ne treba odgađati za sutra, već ih riješiti isti dan)



Fotografija iz filma – snimka zaslona

Prisjetite se što povezuje likove i njihovo ponašanje s ljudima.
(ponašaju se kao da su živi, hodaju, trče, smiju se, pričaju...)

Razmislite kako se ponašaju likovi u filmu i kako su nastali.
(kao živa bića, nacrtani su)

Zaključite kako nazivamo film u kojem su likovi nacrtani i ponašaju se kao da su živi.
(crtani film/vrsta animiranog filma)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj izbor o tome što su radne navike.

Objasnite razlog promjene, ako ste promijenili mišljenje.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Nešto važno samo za odrasle.

Da, važno je za odrasle, ne samo za njih već i za djecu. Razvijanje radnih navika znači da ćeš postupno učenje i odnos prema obavezama razvijati bez tereta da to moraš. To će ti postati normalno, kao što su tuširanje i pranje zubi. Radne navike važno je razvijati dok si još dijete kako bi bio/bila zadovoljniji postignutim, osjećao/osjećala se bolje u školi i kod kuće te kako ne bi imao/imala velik broj zadataka koji te čekaju i kod tebe izazivaju loš osjećaj bespomoćnosti.

B

Djeca se time ne trebaju zamarati.

Razmisli što bi se dogodilo da te roditelji ne podsjećaju na tvoje obaveze. Bi li svoje zadatke izvršavao/izvršavala na vrijeme? Ili bi ih izbjegavao/izbjegavala i ostavljao/ostavljala za neki drugi dan? Kako bi se osjećao/osjećala u razredu uz učenike koji su ih na vrijeme obavili? Bi li tvoj napredak u znanju bio isti kao i kod tih učenika? Bi li ti zbog toga bilo svejedno? Naravno, ne bi. Zaostajao/zaostajala bi u obavezama, a onda i s novim stečenim znanjima. Razvijanje radnih navika znači naučiti obavljati svoje obaveze na vrijeme, kao što to radiš s mnogim drugim stvarima u danu (tuširaš se, pereš zube).

C

Možda nešto što svima pomaže.

Da, usvajanje radnih navika znači da ti s vremenom redovito obavljanje obaveza postaje sastavni dio dana i to bez podsjećanja na njih i bez tereta da ih moraš. Dobar raspored vremena i obavljanje zadataka bez ostavljanja za neki drugi dan sprečava njihovo gomilanje i omogućuje ti slobodno vrijeme za igru i druženja. I djeci i odraslima omogućuje da budu zadovoljniji. Smatraš li ipak da te roditelji previše opterećuju obavezama, razgovaraj s njima. Reci im kako se osjećaš. Napomeni da ćeš svoje zadatke obaviti na vrijeme i da to već radiš, ali da je velik broj zadataka koje ti zadaju za tebe previše i da su ti veliko opterećenje. Pokušajte zajednički naći sredinu u njihovim zahtjevima i tvojim osjećajima.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

Nacrtajte plakat za film *Tonka će sutra* redateljice Morane Dolenc.

Nacrtajte što biste vi rado ostavili za sutra, a što čak za prekosutra.

Razgovarajte u razredu o svojim obavezama. Navedite koje volite, a koje ne volite. Obrazložite svoje odgovore.

IZVORI:

Internetska platforma *croatian.film*. (n.d.). *croatian.film*. <https://www.croatian.film/hr/>

Kreni Zdravo. (n.d.). *Kako pomoći djeci koja odugovlače s obvezama*.

<https://krenizdravo.dnevnik.hr/zdravlje/psihologija/kako-pomoci-djeci-koja-odugovlace-s-obvezama>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

TEMA: ZAUZMI SE ZA SEBE

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Uopće ne volim biti gospođica *ja ću*

Ja sam Tena, ali neki me zovu gospođica *Može*, gospođica *Dobro* ili čak gospođica *Ja ću*. Nijedan mi se nadimak ne sviđa. Posebno *Ja ću*.

Ne znam zašto uvijek izgovorim te dvije riječi koje tako ne volim. Do ove godine sam na sve što su me pitali mogu li odgovorila s *dobro* ili *može*. Čak sam, kad netko u razredu nešto ne bi želio napraviti, sama rekla *ja ću*.

Sad mene više nitko ništa ni ne pita, odmah pokažu na mene, gospođica *Ja ću* će to napraviti. A ja to više ne želim i ljuta sam na sebe (u sebi), ali i na druge. Jednom sam čak pokušala tiho reći da to napravi netko drugi, bojažljivo izgovarajući: „Ja bih da to netko...“ Svi su se naglo okrenuli prema meni i zaprepašteno me gledali. Neki su čak širom otvorili oči i usta. Nisu ni treptali. Čekali su što će to iz mojih usta izaći. Zamucala sam: „...napravi... ja bih da... to... ja ću.“ Kao da su vježbali, svi su se u istom trenutku okrenuli od mene. Tužno sam gledala u svoju pernicu i igrala se olovkom. Zašto baš ja? Zašto su se svi tako začudili kad sam htjela reći da sada to napravi netko drugi? Nikome se inače ne čude. Samo redom govore da ne bi oni ili se prave da nisu čuli. Ali ja sam drugi slučaj. Kao da su se urotili protiv mene. A opet, znam da nisu. Dobri smo prijatelji, družimo se, odlazimo jedni drugima na rođendane. Nikada me nisu preskočili i nikada me nisu izbjegavali. Svi mi govore da sam dobrica, lijepo odgojeno dijete, da meni ništa nikada nije teško i da ću uvijek napraviti sve što se od mene očekuje. U početku mi se to sviđalo, ali sada sam zbog toga ponekad tužna. Kako svi, osim mene, smiju reći *ne*?

I ja bih ponekad željela tom riječju odgovoriti, ali bojim se osuđivanja. Bojim se da će o meni promijeniti mišljenje, da će se na mene ljutiti i da ću ih izgubiti. A to ne želim.

A ne želim ni biti gospođica *Može*, *Dobro* ili *Ja ću*.

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

**Razmisli kako bi ti reagirao/reagirala da si se našao/našla u toj situaciji.
Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.**

A

Odlučno bih odbijao/
odbijala sve zadatke
u nastavku.

B

Razgovarao/razgovarala
bih s njima i rekao/rekla
što mi smeta.

C

Ponašao/ponašala
bih se kao i dosad.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **U SJENI**

Redatelj: Manuel Šumberac

Scenarij: Manuel Šumberac

Glas: Zdenko Bašić

Animacija: Manuel Šumberac

Dizajn: Manuel Šumberac

Glazba: Željko Veljković Max

Oblikovanje zvuka: Željko Veljković Max

Montaža: Manuel Šumberac

Produkcija: ALU Zagreb, Ozafin, This Time / Zagreb film

Filmski rod: animirani film

Godina: 2012.

Trajanje: 4:00

Poveznica: <https://zagrebfilm.hr/filmovi/u-sjeni/>

FESTIVALI I NAGRADE:

43. Revija hrvatskoga filmskog i videostvaralaštva, Pula 2011.

21. Dani hrvatskog filma 2012.

3. FHAF 2012.

Animafest 2012.

Tuzla Film Festival 2013.

Festival europske studentske animacije FESA 2015.

Međunarodni filmski festival „Braća Manaki“ 2015.

SINOPSIS

Vjeverica u borbi protiv sistema koji joj je nametnut, u borbi da vrati svjetlo koje joj je oduzeto.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se uvoda u filmsku priču i opišite ga.

(1. kadar – sunčan dan, čuju se cvrčci, 2. kadar – vide se četiri visoka drveta s krošnjom na vrhu, čuju se cvrčci i neodređeni zvuk/vjeverica, kamera se naglo približi najbližem drvetu, na deblu, neposredno ispod krošnje, otvara se dio i iz debla se pruži terasa poput pokretnog mosta, izlazi vjeverica, pogleda prema nebu, 3. kadar – vjeverica se radosno nasmije, 4. kadar – vjeverica sretno ulazi u deblo i iznosi ležaljku, liježe na nju)

Razmislite kako je u filmu prikazano da nešto zakriva sunce.

(vjeverica je zaspala, preko njezina lica prelazi sjena)

Prisjetite se kako je vjeverica reagirala na pojavu sjene.

(naglo je otvorila oči i skočila iz ležaljke)

Opišite na koji je način prikazano da je vjeverica iznenađena onim što je ugledala.

(vjeverica stoji na rubu svoje terase, gleda ispod sebe raširenih očiju, usta i ruku, ispušta zvuk zaprepaštenja)

Navedite što je vjeverica ugledala.

(visoki kran/dizalicu koja se okreće, radnika na tlu koji daje upute)

Opišite kadar u kojem se vidi cijela radnja.

(vide se drveća, visoka dizalica u blizini drveta u kojem je vjeverica, radnik na tlu, dizalica nešto podiže)

Zaključite čiji je pogled na okretanje velike oglasne ploče na dizalici prikazan. Obrazložite svoj odgovor.

(pogled radnika s tla, okretanje velike oglasne ploče koju drži dizalica vidimo odozdo)

Prisjetite se zašto se postavljanje oglasa nije sviđelo vjeverici.

(oglas je bio jako visok i zaklanjao joj je sunce, nije se više mogla sunčati)

Opišite kako je vjeverica na početku reagirala.

(nemoćno je gledala u oglas i ispuštala tužne zvukove)

Razmislite koji se osjećaj kod vjeverice, nakon tuge i nemoći, javio. Obrazložite.

(vjeverica se naglo uspravila, namrgodila, ispuštala zvuk odlučnosti)

Navedite što je vjeverica pokušavala napraviti i kako.

(srušiti veliki oglasnik – grizla ga je, skakala po njemu, bacila u njega kamen)

Opišite koja je ideja vjeverice na kraju urodila plodom.

(postavljanje budilice i dinamita)

Zaključite je li vjeverici na kraju sunce smetalo. Obrazložite svoj odgovor.

(da, zadovoljno se sunčala; kad je sunce postalo prejako, počelo joj je smetati, stavljala je ruku iznad glave ne bi li se zaštitila)

Opišite što je vjeverica na kraju napravila.

(nije se mogla rukama zaštititi od sunca pa je otišla u deblo, donijela suncobran i postavila ga)

Razmislite bi li bilo isto da je ostao veliki oglasnik.

(ne, suncobran može otvoriti i zatvoriti kada želi, oglasnik bi zakrivao sunce cijelo vrijeme)

Zaključite koju je osobinu vjeverica u filmu pokazala.

(odlučnost da se zauzme za sebe)

Prisjetite se kako nazivamo film u kojem je likovima stvorenima crtežom, plastelinom ili računalnom animacijom udahnuta duša.

(animirani film)



Fotografija iz filma – snimka zaslona

Zaključite što znači da je likovima u animiranome filmu udahnuta duša.
(likovi se ponašaju kao da su živi – hodaju, trče, imaju osjećaje...)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju. Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Odlučno bih odbijao/odbijala sve zadatke u nastavku.

Trebaš se i moraš izboriti za sebe, svoje osjećaje i mišljenje, no ne treba odbijati svaki zadatak. Razgovaraj s vršnjacima i reci im što te smeta. Istakni da ne želiš biti jedini/jedina koji/koja uvijek sve obavlja bez pogovora i da bi bilo lijepo da zadatke pravilno rasporedite. Napomeni da ti smetaju imena kojima te zovu, ali i da su ti na taj način pomogli da shvatiš kako ne moraš uvijek biti ti taj/ta koji/koja sve obavlja, čak i kada to ne želiš. Reci im da se želiš i ti zauzeti za sebe, kao što to svatko od njih radi.

B

Razgovarao/razgovarala bih s njima i rekao/rekla što mi smeta.

Razgovor je uvijek dobra odluka. Reci im kako se osjećaš i što ti smeta. Napomeni da ti smeta što te smatraju osobom koja je uvijek na raspolaganju za sve zadatke i da se ni tebi, kao ni njima, ponekad nešto ne da napraviti. Zamoli ih da te više ne predlažu te da ćeš se ti sam/sama povremeno javiti za

neke zadatke. Istakni kako očekuješ da ravnomjerno podijelite zadatke koje vam zadaju. Budi odlučan/odlučna u tome. Važno je da se zauzmeš za sebe.

C

Ponašao/ponašala bih se kao i dosad.

Razmisli nije li to strah i bježanje od razgovora s vršnjacima. Moraš se zauzeti za sebe i jasno reći što te muči i kako se osjećaš. Ne budeš li to učinio/činila, tvoje samopouzdanje bit će sve niže, a osjećat ćeš sve veću ljutnju. Ne smiješ zanemarivati svoje želje zbog drugih, kako bi oni bili zadovoljni. Ničija vrijednost, pa ni tvoja, nije u neprekidnom udovoljavanju drugima. Zauzmi se za sebe. Razgovaraj otvoreno s vršnjacima. Iznesi sve što misliš i osjećaš.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

Nastavite problemsku priču. Kako je Tena riješila svoj problem? Kako su vršnjaci reagirali? Što je bilo u nastavku?

Nacrtajte plakat za film *U sjeni* redatelja Manuela Šumberca.

Povedite u razredu razgovor na temu koliko tko podnosi teret za cijeli razred.

IZVORI:

Zagreb film. (n.d.). *Zagreb film*. <https://zagrebfilm.hr/>

Dječja posla. (n.d.). *Prepoznajte znakove: Vaše dijete uvijek ugađa drugima te zašto to nije dobro*. <https://www.djecjaposla.com/prepoznajte-znakove-vase-dijete-uvijek-ugada-drugima-te-zasto-to-nije-dobro/>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

Predmetna nastava

ANKSIOZNOST, DEPRESIJA, USAMLJENOST
DRUŠTVENE MREŽE, INFLUENCERI, IZAZOVI
EMPATIJA

INTERNET, MOBITELI, OPASNOSTI

NASILJE U OBITELJI

PRIJATELJSTVO, POVJERENJE, PODRŠKA

RAZLIČITOST, PREDRASUDE, TOLERANCIJA

SEKSUALNO ZLOSTAVLJANJE

STRAH OD NEUSPJEHA, UPORNOST

STRES I TRAUMA

SUOČAVANJE S EMOCIJAMA

TERET UČENJA I OBAVEZA

TKO SAM JA

VRŠNJAČKO NASILJE

TEMA: ANKSIOZNOST, DEPRESIJA, USAMLJENOST

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Samoća me slijepo prati

Svi imaju najboljega prijatelja ili prijateljicu, a ja imam samoću. Ona nije moja prijateljica, iako je uvijek sa mnom. Slijepo slijedi svaki moj pokret, svaku moju misao. Ne napušta me ni u kojem trenutku. Kad sam tužna, tu je, kad sam sretna, tu je. Naše se prijateljstvo vidi u mojim očima. One ne sjaje sjajem sreće i zadovoljstva. Njihov je sjaj sjaj čežnje. Čežnje za pravom prijateljicom. Voljela bih nekome iz razreda dati svoj broj mobitela. No nitko me to nikad nije tražio. Ali ni ja nisam nikoga. Ne usudim se. Oni su ekipa, bojim se odbijanja ili čak ismijavanja. Ne, ne mogu samoći dodati ismijavanje. Ne znam kako bih to podnijela. Ovako se uvučem sama u sebe i promatram ih krajičkom oka u nadi da ću se s nekim susresti. Čini se da me ne vide, a zapravo vide. Ja sam kameleon. Uklopljena među okvire slika u hodniku, torbe u razredu, krafne u blagovaonici. Ponekad zamišljam da me zovu u društvo, da se smijemo i najglupljim šalama, ludo se zabavljamo ili samo sjedimo zajedno i šutimo, ali se dodirujemo laktovima i znamo da smo tu zajedno. Kod kuće mi kažu da napravim prvi korak i da oni možda toga nisu ni svjesni jer ipak nisam se ni s kime od njih posvađala, krivo pogledala, rekla nešto ružno. Jednom sam zaista čvrsto odlučila da ću pokušati. Stajala sam sa strane i, naravno, povremeno ih pogledala. Nisam nazirala nikakvu netrpeljivost prema sebi. Pokušala sam krenuti prema njima, ali moj je korak u jednom trenutku postao tako težak. U trenutku kada me jedan njihov pogled zahvatio i odmah skrenuo, kao da mi želi poručiti: „Kamo si krenula?!“ Odluka se ukopala. Korak se ukopao. Ni uz sav trud više se nije dao pomaknuti. Hrabrost, koju sam danima skupljala, utopila se u nesigurnosti. Pitam se zašto baš ja. U čemu je problem? Osjećam tugu, nemoć, osjećam prazninu. Možda ja za njih i jesam to. Praznina.

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila.

Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.

A

Neću ništa poduzimati
jer ne znam što i kako.

B

Želim nešto poduzeti,
ali ne znam što i kako.

C

Razgovarat ću s
odraslom osobom.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **RAZGOVOR**

Redateljica: Ana Horvat

Scenarij: Ana Horvat

Animacija: Ana Horvat

Glasovi: Maja Katić, Ana Horvat

Glazba: Hrvoje Štefotić

Oblikovanje zvuka: Hrvoje Štefotić

Pozadine: Ana Horvat

Kamera: Ana Horvat

Montaža: Ana Horvat

Produksijska kuća: Luma Film

Filmski rod: animirani film

Godina: 2015.

Trajanje: 5:45

Poveznica: <https://www.croatian.film/hr/films/22>

SINOPSIS

Mlada žena, Etta, provodi samotnu večer u svojem stanu. Obavlja kućanske poslove, kuha večeru i usput gleda televiziju. Postupno pali razne strojeve koji stan ispunjavaju mučnom bukom. Na TV-u Etta vidi drugi film, film u kojem Milena živi ugodan suživot s divom Đurom. U jednom trenutku on zapadne u depresiju te ostaje bezvoljno ležati na podu stana. Promjena njegova stanja nije na vidiku.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prijetite se početka filma. Opišite kadrove navodeći i zvukove.

(1. kadar – prikazuje praznu kuhinju i sjenu; sjena se pomiče; čuje se otključavanje vrata; vrata se otvaraju; netko ulazi/nazire se ženska osoba; stoji na ulazu; 2. kadar – ruka prilazi prekidaču i pali svjetlo; čuje se zvuk prekidača; 3. kadar – Etta ulazi; čuju se njezini koraci i škripa vrata; stoji na vratima; 4. kadar – ruka okreće ključ u ključanici; čuje se okretanje ključa; 5. kadar – Etta stoji na ulazu; čuje se tihi zvuk; Etta se okreće prema vratima; prima medvjedića na privjesku ključa u ključanici vrata i zaustavlja njegovo njihanje koje je proizvodilo tihi zvuk)

Razmislite koji je zvuk prilikom Ettina ulaska u stan posebno naglasio njezinu samoću. Obrazložite.

(zvuk medvjedića na privjesku ključa; zvuk je tih, ali se u tišini stana, u kojemu nema nikoga, čuje)

Opišite kadrove u kojima su krupnim planom prikazani izvori zvukova u kadru. Navedite i zvukove.

(skidanje cipela, zvuk pada cipela na pod; sudoper – točenje vode u lonac, zvuk vode koja puni lonac; stavljanje tijesta u vruću vodu u loncu, zvuk sipanja tijesta; prebacivanje hrane iz lonca na tanjur, zvuk kuhače; pritiskanje prstom tipke na perilici posuđa, zvuk uključivanja perilice)

Zaključite što je izbor plana naglasio.

(usmjerio je pažnju na ono što Etta radi; naglasio je rutinu Ettinih poslova, pojedinačne zvukove u tišini stana i Ettinu samoću; istaknuo povezanost slike i zvukova)

Razmislite je li Etta nesretna zbog samoće. Obrazložite.

(ne djeluje nesretno; ozbiljna je jer je sama; nema s kime u stanu razgovarati; na njezinu licu nema osmijeha, ali lice ne odaje ni da je sretna; ono odaje da je Etti monotona svakodnevna rutina)

Prisjetite se Ettina okretanja programa. Opišite ga.

(Etta stoji nasuprot TV-a; daljinskim upravljačem prebacuje programe; vide se programi koji se Ettinim prebacivanjem pojavljuju; Etta se zaustavlja na jednom od programa, ali ga ne gleda; zvuk ostaje u pozadini dok Etta nastavlja s kućanskim poslovima)

Opišite kadar u kojem Etta prvi put ispusti glas u filmu.

(kamera prikazuje kuhinju i dio hodnika; u kuhinji se na štednjaku kuha jelo; čuje se zvuk poskakivanja poklopca i vidi se para; Etta dolazi u hodnik; ugleda čarapu na podu; podiže je, gleda, a onda postane svjesna buke poklopca; usklikne iznenađeno; ispušta čarapu; dotrči do štednjaka)

Razmislite na koji je način prikazano da se jelo na štednjaku još uvijek kuha.

(brzom izmjenom oblika obrisa oblačića i njihovim titranjem iznad lonaca na štednjaku)

Navedite je li Etta, budući da je sama, kod kuće nezaposlena.

Obrazložite odgovor primjerima.

(ne, paralelno radi nekoliko poslova, npr. dok se jelo kuha, Etta stavlja rublje u perilicu, usisava, čisti, radi na računalu, vješa rublje)

Razmislite možemo li zaključiti da Etta drži do sebe.

Obrazložite svoje mišljenje.

(da, vježba, depilira se)

Prisjetite se kadra u kojem je započela paralelna životna priča.

(na ekranu TV-a pojavljuje se ženska osoba; ženski glas predstavlja da je riječ o Mileni; Milena maše gledateljima; ženski glas predstavlja Đuru, diva; priča priču o njihovu zajedničkom životu)

Zaključite zašto je Ettu priča o Mileni i divu zainteresirala.

(Etta gleda priču filma koja je potpuno suprotna njezinu načinu života; njezina stvarnost je drugačija)

Usporedite svakodnevnicu Ette i Milene.

(Etta je zatrpana kućanskim poslovima, sama je; Milena ima društvo, uživa s divom u kuhanju, zajedničkom jelu, ispijanju čaja, gledanju TV programa; oboje vole filmove i imaju isti smisao za humor; Đuro je veliki prijatelj i uvijek, kada Milenu nešto muči, sasluša je i utješi; družu se)

Razmislite što znači Ettino skidanje poveza na ruci nakon filma o Mileni i divu.
(*Etta se vraća u stvarnost*)

Iznesite svoje mišljenje što je Ettu zadržalo do kraja filma o Mileni i divu.
(*individualni odgovori učenika; moguće – i sama bih željela imati život kakav ima Milena*)

Prisjetite se kako je bojom u filmu odvojena stvarnost od filma.
(*Etta i njezin stan prikazani su u boji, film na TV-u je u nijansama sive s crnim konturama*)

Zaključite mogu li nas znatiželja i želja za uzbudljivijim životom odvojiti od stvarnosti.
(*individualni odgovori učenika*)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju. Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Neću ništa poduzimati jer ne znam što i kako.

Ne poduzmeš li nešto, sve ćeš se lošije osjećati. Osjećat ćeš sve veću otuđenost od vršnjaka, osjećaj nemoći, nezadovoljstva i tuge, sve ćeš više gubiti samopouzdanje. Tvoj će problem postajati sve dublji. Razgovaraj s odraslom osobom u koju imaš povjerenja (roditelj/roditelji, razrednik/razrednica, učitelj/učiteljica, stručna pomoć u školi), reci im kako se osjećaš i što te muči. Znat će kako ti pomoći. Naravno, možeš i besplatno i anonimno nazvati *Hrabri telefon* na broj 116 111 i zatražiti savjet i pomoć. Na *Hrabri telefon* možeš se javiti i putem *chata*.

B

Želim nešto poduzeti, ali ne znam što i kako.

Uvijek postoji put koji vodi do rješenja problema. Razgovaraj s roditeljima i školskim psihologom. Dobit ćeš savjete koji će ti pomoći. Osjećaš li neku kočnicu da to učiniš, možeš besplatno i anonimno nazvati *Hrabri telefon* na broj 116 111 i zatražiti savjet i pomoć. Na *Hrabri telefon* možeš se javiti i putem *chata*. Oni će ti dati prve savjete, a kada skupiš malo više hrabrosti, razgovaraj i s odraslima uživo. I nisi sigurno jedini/jedina koji se tako osjeća. Taj osjećaj nije sramota. On je trenutačno stanje koje se može riješiti.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

C

Razgovarat ću s odraslom osobom.

Odlična odluka. Odrasli će znati što trebaš napraviti. Što prije odlučiš razgovarati s odraslom osobom u koju imaš povjerenja (roditelj/roditelji, razrednik/razrednica, učitelj/učiteljica, stručna pomoć u školi), brže ćeš riješiti svoje tegobe i postati sretan/sretna. To može biti i osoba koju ne poznaješ, ali za koju znaš da je stručna i da ti može pomoći.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

Napišite nastavak početne problemske priče.

Mobitelom snimite kratki film o nevidljivim učenicima u školi i njihovim osjećajima. Naravno, filmska priča neka bude izmišljena kako se nitko ne bi osjetio povrijeđeno ili neugodno.

Razmislite postoji li učenik/učenica u razredu koji/koja je uvijek sam/sama. Priđi/te mu/joj. Možeš/možete ga/ju, npr., pitati što voli raditi u slobodno vrijeme i zašto...

IZVORI:

Internetska platforma *croatian.film*. (n.d.). *croatian.film*. <https://www.croatian.film/hr/>

Psihijatrijska bolnica za djecu i mladež. (n.d.). *Depresija u dječjoj i adolescentnoj dobi*. <https://djecja-psihijatrija.hr/depresija-u-djecjoj-i-adolescentnoj-dobi/>

PLIVA Zdravlje. (n.d.). *Anksiozni poremećaji u adolescenata*. <https://www.plivazdravlje.hr/aktualno/clanak/37667/Anksiozni-poremecaji-u-adolescenata.html>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

TEMA: DRUŠTVENE MREŽE, INFLUENCERI, IZAZOVI

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Želim da mi se dive

Jedva sam dočekala jutro da vidim koliko ću lajkova dobiti za svoju najnoviju objavu!

Dakle, moja je posljednja objava ge-ni-jal-na! Da nije moja i da mogu, lajkala bih ju tisuću puta! Dobro, možda ne bih nekom drugom. Pogotovo Ivi – među nama rečeno. Puno sam truda uložila u tu fotografiju. Koliko sam samo morala nagovarati Anu da odemo na to sjajno mjesto kako bi me fotkala. Uvjeravala sam ju da će i ona imati sjajnu fotku, ali ona je samo odmahнула rukom. Nju to uopće ne dira. Na tom me je mjestu fotkala nekoliko puta, zapravo... malo više od nekoliko. Išlo joj je na živce što tražim da toliko puta ponavlja. Tvrdila je da su iste. A nisu. Vidjela sam ja tu nijansu koja je ometala moja očekivanja. Istina, osmijeh je bio isti. To je onaj koji sam uvježbala i uvijek ga namjestim. Dobro mi stoji. Još kad ga malo doradim, bit će sjajan! Ponekad mi izvježbani osmijeh izmakne kontroli i loše ispadne, ali to odmah brišem. Uglavnom, nakon pola sata Ana je imala još nezadovoljniji izraz lica. Išla sam joj na živce, a to mi je i rekla. Da ju nekako odobrovoljim, rekla sam joj: „Evo, sad ću ja tebe!“ Samo se okrenula i kiselо nasmijala. U tom sam trenutku kliknula. Ta kisela fotografija nikako nije za objavu, a njoj to ionako nije važno niti joj je to namjera.

Hodale smo bez riječi prema školi. Ne znam je li i dalje bila ljuta na mene. Nisam stigla ni pogledati jer sam u hodu radila uži izbor fotki i... zabila se u Marka. Marko se nasmijao: „E, da je ovo barem netko snimio pa da možemo objaviti!“ Podigla sam pogled. Marko me je značajno gledao: „Što je tako zanimljivo? Vidjela si izazov na TikToku? Hoćemo li ga zajedno izvesti? Samo se moramo dobro pripremiti. Nije baš lagan i za svakoga. Malo me je strah, ali to je izazov. Prihvatimo ga! Bit ćemo glavne face!“ Zbunjeno sam ga gledala. Daleko ispred nas Ana je sama koračala prema školi... Ponekad je tako čudna. Uopće se ne zna zabavljati. „Marko, ne, ne želim prihvatiti nikakav izazov! Iskreno, mene je tih izazova strah!“

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

Razmisli na čijoj si strani od troje likova u priči
Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.

A
Autorice teksta.

B
Markovoj.

C
Aninoj.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **IRIS**

Redateljica: Lucija Bužančić

Scenarij: Lucija Bužančić

Animacija: Lucija Bužančić

Glazba: Mišo Komenda, Hrvoje Štefotić

Oblikovanje zvuka: Mišo Komenda

Glas: Lucija Bužančić

Dizajn: Lucija Bužančić

Tehnika: Digitalni video

Producent: Vinko Brešan

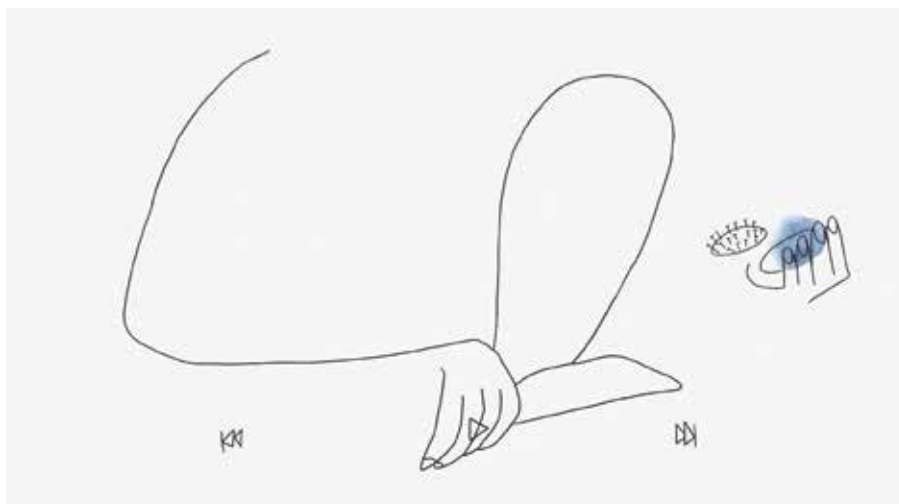
Produksijska kuća: Zagreb film

Filmski rod: animirani film

Godina: 2020.

Trajanje: 8'10"

Poveznica: <https://zagrebfilm.hr/filmovi/iris/>



Fotografija iz filma – snimka zaslona

SINOPSIS

Kratki film *Iris* inspiriran je grčkim mitom o Narcisu. Govori o taštoj djevojci Iris koja se zaljubila u svoju projekciju i onda jednoga dana nestala u kadi.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se zašto je Iris o sebi voljela razmišljati u 3. osobi jednine.

(tako je postajala glavni junak svake priče i svakoga filma, sve su pjesme govorele o njoj i svaka je knjiga opisivala baš njezin život)

Opišite na koji je način predstavljena Iris na početku filma.

(kroz jednostavne animirane oblike i priču naratora)

Razmislite što je Iris smetalo još dok je bila mala.

(njezino ime koje je zvučalo špičasto)

Navedite što je Iris smetalo vezano uz ime kada je odrasla.

(ime Iris joj više nije bilo špičasto, ali je u djetinjstvu to izjavila Anamaria, zločesta djevojčica, i ona je tada to prihvatila)

Zaključite što Iris, kao odasla djevojka, misli o ponašanju Anamarije u djetinjstvu.

(bila je zločesta djevojčica, znači najgora, zbog toga je zaslužila da bude sporedna uloga na ljuljački u hororima, a umjesto toga bila je najpopularnija u razredu)

Opišite animacije koje su pratile priču o Anamariji.

(u kadru se vidi crtež djevojčice u plavoj haljini s osmijehom, obrisi likova i ljuljačke pune kadar preko Anamarije, čuje se žamor)

Razmislite na koji su se način kratki opisi ili predstavljanje likova i događaja u filmu ispreplitali s glasom naratorice.

(crteži su se postupno pojavljivali i punili kako je naratorica pričala, rasplinuli bi se na kraju priče)

Zaključite jesu li crteži detaljni i mijenja li to kvalitetu animiranoga filma.

Navedite primjer.

(nisu, radi se o mrljama boje i linijama; ne umanjuje kvalitetu animiranoga filma, već mu daje posebnost i zanimljivost; npr. priča o baki – u kadru je nekoliko jednostavnih linija u kojima prepoznamo oči, nos i usnice s borama,

pojavljuje se boja kao mrlje, boja gradi bakin portret, linije s početka kadra priključuju se boji i definiraju bakin portret)

Navedite kada je Iris najčešće plakala.

(kada je odrasla u djevojku i gledala filmove s dirljivim scenama u kojima se lako pronalazila)

Prisjetite se kada je Iris prihvatila svoje ime.

(kao odrasla djevojka, postala je lijepa i tašta; svjesna svoje ljepote svaki bi se put, kada je prolazila pored ogledala, pogledala, sve joj se na njoj sviđalo, a i ime joj je bilo u redu)

Opišite na koji način Iris razmišlja o sebi.

(smješta se u kompozicije kao na slikama i to na onima na kojima je dobro ispala, mislila je da točno zna kako je drugi vide, sve je režirala, također je bila uvjerena da je ljepša s lijeve strane pa se uvijek tako namještala i s te joj je strane bilo lakše pričati)

Razmislite na što podsjeća to njezino ponašanje. Obrazložite.

(na objave na društvenim mrežama, većina izabire fotografije na kojima su lijepo ispali, neki ih čak i uređuju do neprepoznatljivosti; na društvenim se mrežama možemo predstaviti i fotografijom i riječju onako kako želimo i što želimo i iza toga se možemo skrivati)

Navedite što je Iris mogla na društvenim mrežama također zatajiti ili drugačije prikazati.

(nedostatak samopouzdanja – nije voljela biti u društvu s više od pet osoba jer je to zahtijevalo spontanost, a ona ju nije imala)

Prisjetite se koga Iris iz filma oponaša i kako.

(glumicu Ingrid Bergman – Iris nije pušila cigarete, ali je mislila da bi joj cigareta u ruci dobro stajala, voljela je gledati dim i zamišljati da joj se oči sjaje kao Ingrid Bergman u filmu Casablanca; zamišljala je da je poput nje, ali njoj oči nisu bile sjajne, već suzne od dima, a i cigareta joj je loše stajala)

Razmislite možete li njezino poistovjećivanje s radnjom i glumicama u filmovima usporediti sa svojim vršnjacima, možda i sa sobom, i na koji način.

(da, tinejdžeri se često poistovjećuju s influencerima, pokušavaju biti poput njih, steći popularnost; ni jedno ni drugo nije stvaran život – Iris je u svijetu filma u koji se smješta i zamišlja, tinejdžeri ponekad žele biti poput influencera, a taj svijet za njih također nije stvarni svijet; i Iris i neki od tinejdžera na taj si način daju na važnosti, žele se osjećati važno, žele biti popularni)

Navedite na koji su način predstavljeni događaji, opisi i osobe u filmu.
(kroz niz vrlo kratkih priča od nekoliko rečenica u kojima je i komentar naratorice; glas naratorice prate jednostavni crteži koji se stvaraju s novom pričom i s njezinim krajem nestaju)

Zaključite zašto Iris na kraju nije bila zadovoljna svojom pričom.
(cijeli dan nije bila glavni lik u toj priči, već samo prolaznik u tuđim puno uzbudljivijim životima; ona je protagonist)

Prisjetite se što je na kraju Iris izabrala i kako je kroz crtež svoj izbor prikazala.
(neko drugo lice; možda: ću, ćeš, će, ćemo, ćete, će; prikazala ga je kao išarani krug)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj izbor na pitanje na čijoj si strani od troje likova u priči.

Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Na strani autorice teksta.

Autorica teksta voli objave na društvenim mrežama kao i mnogi njezini vršnjaci. No, ona je u tim objavama postala opsjednuta načinom na koji će se prikazati (izvježbani izraz lica – osmijeh, pažljivo odabrana mjesta, uređivanje fotografija...), važno joj je da joj se svi dive. Njezino zanimanje za društvene mreže prešlo je granice uobičajenoga (budi se noću ne bi li provjerila koliko ima lajkova ispod svoje objave). Njezina je namjera možda čak izazvati i ljubomoru kod vršnjakinja (npr. Ive koju spominje i kojoj ne bi lajkala objavu ni da joj se zaista sviđa). Ovakav odnos prema društvenim mrežama autoricu teksta vodi u nerealni svijet, sve je više obuzima pa je više posvećena njima nego onome što je u stvarnosti okružuje. Moguće je da doživljava FOMO (engl. *fear of missing out*, strah od propuštanja), strah od toga da joj nešto na društvenim mrežama ne promakne, pa neprekidno provjerava društvene mreže. Razmisli je li broj lajkova i divljenja na društvenim mrežama iskren. Hoćeš li se ikome od njih javno požaliti ako se loše osjećaš zbog nekoga ili nečega? Pravo iskreno prijateljstvo, bez obzira na broj prijatelja na društvenim mrežama, daleko je kvalitetnije. Dovoljno je imati jedno pravog, iskrenog prijatelja/prijateljicu. On/ona vrijedi više od tisuća lajkova i „prijatelja“ na mreži.

B

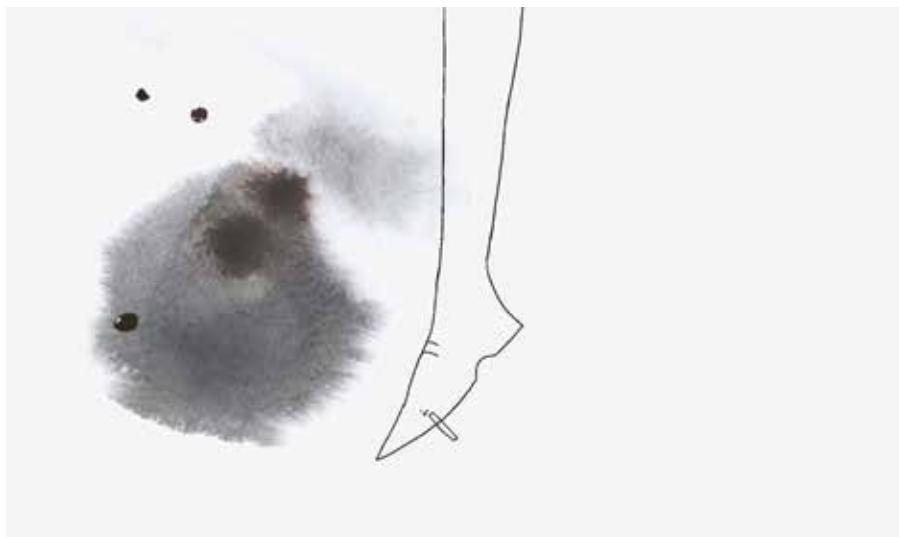
Na Markovoj strani.

TikTok izazovi mogu biti bezazleni i smiješni, ali i vrlo opasni. Ponekad se mladi, pa tako i Marko, upuštaju u izazove zbog dokazivanja i popularnosti. Oni mogu biti opasni po zdravlje, pa čak i dovoditi u životnu opasnost. Izazov koji šokira potiče gledatelje da naprave još nešto strašnije, luđe, šokantnije, briše granice realnosti i straha jer, ako mogu drugi, može i on/ona. Broj pregleda podiže njihovo samopouzdanje i popularnost. Sve može završiti kobno. Ponekad bi netko od njih, u određenoj dobi i razini zrelosti, želio/željela obrisati objavljeni video, no on je zabilježen zauvijek. Razmisli kome se i zašto moraš dokazivati. Postoji jako puno načina da kod nekoga izazoveš divljenje. I dogodi li se to uživo, to je stvarno i iskreno. Broj pregleda na TikToku nije pokazatelj divljenja. Potaknite razgovor o izazovima na satu razrednika.

C

Na Aninoj strani.

Ana je, prema riječima autorice teksta, čudna jer se ne zna zabavljati. Možda i Ana prati društvene mreže, objave na TikToku, ali nije njima opsjednuta. Ne objavljuje svoje sadržaje samo da bi se nekome dopala, ne gradi preko objava lažno samopouzdanje i ne lajka i komentira svima objave samo da bi oni to uzvratili i njoj na njezinim objavama. Moguće je da su Ani objave dio zabave i korisnih informacija te da je svjesna opasnosti koje kriju neki izazovi. Ana se, kao većina njezinih vršnjaka, ne može izolirati. Nekada su mladima uzori bili glumci, pjevači i sportaši. Danas su mladima uzori *influenceri*. Naravno, ne može se reći da su sve njihove objave loše. Mnogi od njih imaju pozitivan utjecaj na mlade. Samo treba takve sadržaje znati pre-



Fotografija iz filma – snimka zaslona

poznati. Nitko ne brani mladima (od određene dobi) da uživaju u objavama (svojim ili tuđim), ali to treba biti promišljeno. Razmišljajte o tome da vaše objave ostaju i u budućnosti. Ne prihvaćajte sve što vam se nudi.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

Podijelite se u tri skupine. Svaka skupina neka napiše kratku priču iz kuta jednog od likova iz početne problemske priče. Mobitelom snimite kratke filmove i prikazite ih u razredu. Povedite raspravu o snimljenim filmovima.

Napišite komentar na film *Iris* redateljice Lucije Bužančić.

Istražite način na koji TikTok nudi sadržaje mladim korisnicima. Predstavite svoje istraživanje u razredu. Potaknite raspravu o dobivenim rezultatima i informacijama.

IZVORI:

Zagreb film. (n.d.). *Zagreb film*. <https://zagrebfilm.hr/>

Hrabri telefon. (n.d.). *Influenceri*. <https://tinejdzeri.hrabritelefon.hr/influenceri/>

Kreni Zdravo. (n.d.). *Utjecaj društvenih mreža na mlade*. https://krenizdravo.dnevnik.hr/zdravlje/mentalno_zdravlje/utjecaj-drustvenih-mreza-na-mlade

Grad Zagreb. (n.d.). *Uz Dan sigurnijeg interneta: TikTok ima veliku slijepu točku gdje se potpuno i kaotično gubi sposobnost kontrole sadržaja*. <https://mentalnozdravlje.zagreb.hr/savjeti-strucnjaka/uz-dan-sigurnijeg-interneta-tiktok-ima-veliku-slijepu-tocku-gdje-se-potpuno-i-kaoticno-gubi-sposobnost-kontrole-sadrzaja/>

UNICEF. (n.d.). *5 savjeta za bolje mentalno zdravlje*. <https://www.unicef.org/croatia/price/5-savjeta-za-bolje-mentalno-zdravlje>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

TEMA: EMPATIJA

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Bravo ja

Danas mi je u školi bilo jako zabavno. Zapravo, bio je to jedan od onih dana zbog kojih se isplati rano ustati i ići u školu. Već kad sam pomislio da prolazi uzaludan dan u klupama s beskrajno dugim satima, dogodio se 5. sat. Spas za dan! Daaaa-kleee, profesor je prozvao Ivora. Krenuo je prema ploči bez ikakvoga straha, ali ja sam ga u prolazu, za svaki slučaj, dodatno osnažio kiselim osmijehom punim očekivanja da će biti smijeha. Uhvatio je moj pogled i taj kiseli osmijeh, i na njegovom sam licu vidio prvi znak kolebanja u ishod odgovaranja pred pločom. To me dodatno ohrabrilo pa sam mu, tijekom odgovaranja na prvo pitanje, skretao pažnju kašljanjem, povlačenjem klupe i tihim, ali ipak čujnim, komentarima na njegov račun. Pravio se da me ne čuje, nije ni pogledao prema meni, iako sam znao da se bori. Nije mi to prvi put. Ni njemu. Postao sam pravi ekspert za njega. Morao sam hitno pojačati tu svoju podršku. I taman kad je na prvo pitanje gotovo odgovorio, moj se trud isplatio i urodio plodom. Glasno sam kihnuo i uzviknuo: „Nazdravlje meni. Eto vidiš da je odgovor točan!“ Profesor me ljutito pogledao i opomenuo. Ispričao sam se da ne bi pomislio kako je to namjerno. Tiho sam se smijuljio i uporno hvatao Ivorov pogled. I uspio sam. Koliko god me izbjegavao, uhvatio sam ga. A onda je počeo zamuckivati. Da ste vidjeli njegovu facu! Pozelenio je. Bilo je smiješno gledati ga kako se koprca. I na kraju, pun pogodak! Loša ocjena. Pognuo je zeleni izraz lica i otišao na mjesto.

Baš je zabavno gledati kako ga strah od odgovaranja obuzima i kako ga je lako izbaciti iz sigurnosti znanja. Neki su se u razredu smijali cijelom tijeku moje akcije i njegovom potopu. Drugima to nije bilo zabavno. No, to su bezveznjaci i za njih me nije ni briga. Bravo ja.

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

Razmisli je li smiješno to što radi autor teksta.

Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.

A

Da, jako je smiješno.

B

Ne znam, ne obraćam pažnju na takve učenike.

C

Ne, takvo ponašanje nije smiješno.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **GORANOVA ULICA**

Redatelj: Matija Vukšić

Glumci: Juraj Čižić, Mia Rendić, Anžela Ramljak, Asja Jovanović, Raul Brzić, Zrinka Pavia, Anđelko Antić Blažević

Kostimografija: Katarina Zaninović

Scenografija: Veronika Radman

Oblikovanje zvuka: Hrvoje Štefotić

Montaža: Vladimir Gojun

Producenti: Lana Matić, Boris T. Matić

Produkcijnska kuća: Propeler Film

Filmski rod: igrani film

Žanr: drama

Godina: 2015.

Trajanje: 8:03

Poveznica: <https://www.croatian.film/hr/films/80>

SINOPSIS

Na Veliku Gospu djevojčica Lana upoznaje dječaka iz obližnje ulice koji dane provodi gledajući kroz prozor. Kroz zajedničku igru otkrit će se tajna zbog koje će Lana preispitati svoj odnos prema Bogu, životu i sebi.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se prvoga kadra u filmu i navedite što iz toga kadra saznajete.

(u film nas uvodi djevojčica Lana; Lana hoda ulicama i govori o sebi – školi/drugi razred prošla je s pet, praznicima/ne idu na more jer nemaju baš novaca, tati koji ih više ni ne posjećuje, maminom komentaru o muškarcima, tome danu/Velikoj Gospi i polasku u crkvu u koju joj se baš i ne ide jer je vrijeme prekrasno, sunce zove na izlazak iz stana/na igranje; spominje dječaka koji je uvijek na prozoru)

Razmislite kako je sniman kadar u kojem djevojčica Lana iznosi navedene informacije.

(kamera djevojčicu Lanu snima s leđa, prati ju, kao da hoda za njom/pokretna kamera – vožnja ili far)

Opišite kraj prvoga kadra.

(Lana govori kako je na putu do crkve vidjela jednoga dečka koji je uvijek na prozoru, stane, vidimo ju iz profila, šutke gleda uvis)

Prisjetite se je li dečko/Goran reagirao na njezino stajanje ispod prozora i dozivanje.

(ne, gledao je u daljinu; povremeno su se na njegovome licu vidjeli lagani trzaji)

Opišite kadar u kojem vidimo pogled na Lanu s prozora i njezino čekanje da Goran reagira.

(Goran se neoštro vidi s leđa, a Lana na nogostupu oštro/plošni kadar)

Zaključite zašto je kadar snimljen na način da se Lana vidi oštro, a Goran neoštro.

(skreće pažnju na Lanu, njezin izraz lica i njezino čekanje Goranove reakcije)

Opišite kadar u kojem Lana posegne za kamenčićem i baci ga na Goranov prozor.

(kadar prikazuje Gorana na prozoru; Goran na Lanu ne obraća pažnju; Lana se saginje, uzima kamenčić i baca ga prema Goranovu prozoru; kamenčić udari u prozor; Goran pogleda prema prozoru)

Razmislite zašto je navedeni kadar snimljen tako da se vide i Lana i Goran.

(najbolje se vidi radnja/srednji plan)

Prisjetite se na koji je način Lana skrenula Goranovu pažnju.

(bacila je kamenčić na njegov prozor)

Iznesite svoje mišljenje je li Goran odmah čuo Lanino dozivanje. Ako smatrate da je čuo, iznesite svoje mišljenje zašto nije reagirao.
(individualni odgovori učenika)

Navedite zašto je Goran ipak odlučio razgovarati s Lanom.
(Lana je započela razgovor, rekla je da joj je dosadno i da se mora igrati dok ne završi misa)

Prisjetite se na koji način doznajemo o čemu su djevojčica i Goran razgovarali.
(vidimo samo njihove reakcije, razgovor ne čujemo, ali ga Lana prepričava)

Razmislite što Lana, osim njihova razgovora, iznosi.
(iznosi i svoje komentare na Goranove riječi; Gorana je zanimalo zašto ide na misu, a četvrtak je; Lana se čudi što ne zna da je Velika Gospa, zaključuje da je sigurno stalno namrgođen jer ne vjeruje u Boga; govori da je pravi jastog jer ju je, kada ga je pozvala u park, odbio)

Prisjetite se trenutka u kojem Lana zastane na povratku.
(ugledala je Goranova oca kako iz automobila podiže Gorana u naručje i stavlja ga u invalidska kolica)

Opišite kakva je bila Lanina reakcija, a kakva Goranova i zašto.
(Lana je pobjegla bez riječi, Goran je, kada je to vidio, tužno spustio pogled; Lana je bila zatečena, Goran je bio tužan zbog njezine reakcije)

Razmislite kako je na Lanu djelovalo otkriće da je Goran invalid.
(neprekidno je razmišljala o Goranu; kod kuće nije mogla jesti; pitala je majku može li se nešto loše dogoditi onima koji ne vjeruju u Boga; majka joj govori da Bog pomaže svima bez obzira vjeruju li ili ne; razmišlja zašto onda Goranu nije pomogao; pita se zašto joj Goran nije rekao da je u kolicima; preispituje svoje riječi upućene Goranu i inzistiranje da izađe iz kuće kako bi se igrali)

Zaključite u kojem trenutku počinje glazba i što ona najavljuje.
(Lana pogledava vide li je majka i baka, izlazi iz stana, odlučno hoda prema Goranovu stanu; glazba najavljuje odluku djevojčice da se s Goranom ipak prijatelji)

Prisjetite se Goranove reakcije na njezin ponovni dolazak i dozivanje.
(dolazi do prozora i grubo je pita što želi od njega)

Razmislite zašto je Goran tako reagirao.
(individualni odgovori učenika, mogući – vršnjaci se s njim, kada vide da je invalid, rijetko ili uopće ne druže; očekuje da će i Lana postupiti isto; ima loša

iskustva s reakcijama vršnjaka; pretpostavlja da će Lana odustati i da je došla samo iz znatiželje)

Opišite gdje je kamera stajala dok je snimala razgovor i dogovor između Lane i Gorana.

(dok je snimala Lanu na pločniku – snimala je odozgo, slijedila je Goranov pogled/gornji kut snimanja; dok je snimala Gorana na prozoru – snimala je odozdo, slijedila je Lanin pogled/donji kut snimanja)

Razmislite je li Lana dobro postupila. Obrazložite svoj odgovor.

(individualni odgovori učenika, ali da; ispričala se Goranu na primjeren način/nikada nije upoznala osobu u kolicima – ispričala se što je pogrešno reagovala, uvjerala ga je da se zaista želi s njim igrati)

Zaključite je li njihovom druženju Goranova invalidnost bila na kraju prepreka. Obrazložite.

(individualni odgovori učenika, ali – ne, često su se družili, gledali kroz prozor, ponekad i gađali prolaznike kamenčićima)

Unesite svoje mišljenje o Laninim postupcima uz obrazloženje.

(individualni odgovori učenika)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj odgovor na pitanje je li smiješno to što radi autor teksta.

Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Da, jako je smiješno.

Razmisli bi li ti bilo smiješno da si ti bio/bila u Ivorovoj koži. Pokušaj zamisliti kako bi se osjećao/osjećala. Bi li te ljutilo to što ti autor teksta radi? Zašto? Bi li te ljutio podsmijeh nekih učenika u razredu na takvo ponašanje? Takvo ponašanje vršnjaka u trenutku kada je drugi pod stresom (bilo koje vrste) bešćutno je i podloga za razvoj osobe bez suosjećanja prema drugima. Pomanjkanje empatije/suosjećanja dovodi do neosjetljivih odraslih osoba. Takve će osobe jednoga dana imati velike poteškoće u izgradnji kvalitetnih veza s drugima. Ljudi ne žele biti u društvu osoba koje ne razumiju njihova emocionalna stanja, koje nemaju suosjećanja, a na kraju ih za njih nije ni briga. Nekad se „štosni“ počnu osjećati loše i neprihvaćeno. Nitko se ne želi tako osjećati, pa ni ti. Ti si Ivoru to radio upravo zbog potrebe da budeš u razredu prihvaćen kao „štosna“ i zabavna osoba. Mali je korak od prihvaćanja do neprihvaćanja. Ne dopusti da ti budeš jedan od primjera kojima se to dogodilo. Nakon toga težak je put za povratak, a ponekad je i potpuno zatvoren. Razmisli i pokušaj na drugačiji, pozitivan način zabavljati vršnjake i sebe.

B

Ne znam, ne obraćam pažnju na takve učenike.

Neobraćanje pažnje na takvo ponašanje učenika također je pomanjkanje suosjećanja. Možda nije lako otvoreno se suprotstaviti osobi poput autora teksta, no trebao/trebala bi pružiti podršku osobi poput Ivora. Ivor najviše vidi i osjeća one koji otvoreno pokazuju svoj odnos prema takvome ponašanju. Nereagirane često znači prešutno slaganje. Ivoru bi tvoja podrška bila veliki poticaj da se osnaži u odnosu na autora teksta. Razmisli bi li ti želio/željela da ti netko u ovakvoj situaciji pruži podršku. Znao/znala bi da nisi sam/sama. A to je već put k osnaživanju samopouzdanja. Na taj ćeš način pokazati da suosjećaš.

C

Ne, takvo ponašanje nije smiješno.

Može se reći da si osoba koja razumije tuđe osjećaje (u ovom slučaju Ivorove). Bilo bi dobro da osobi poput Ivora pružiš podršku razgovorom. Razgovor će toj osobi značiti puno, ali i tebi jer ćeš se dalje razvijati u empatičnu osobu, osobu koja razumije tuđe osjećaje i suosjeća. Osjećat ćeš zbog toga sreću i zadovoljstvo. Jednoga ćeš dana znati izgraditi kvalitetne i čvrste veze s drugima.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

Mobitelom snimite kratki film na polazni, problemski tekst.

Napišite komentar na film *Goranova ulica* redatelja Matije Vukšića.

Napišite nastavak polazne problemske priče.

IZVORI:

Internetska platforma *croatian.film*. (n.d.). *croatian.film*. <https://www.croatian.film/hr/>

Kreni Zdravo. (n.d.). *Nekad je grupa izvlačila pojedinca iz teške situacije, danas je ona toksična za njega: psihologinja otkriva što se događa s empatijom*. https://krenizdravo.dnevnik.hr/zdravlje/mentalno_zdravlje/nekad-je-grupa-izvlacila-pojedinca-iz-teske-situacije-danas-je-ona-toksicna-za-njega-psihologinja-otkriva-sto-se-dogada-s-empatijom

Škole.hr. (n.d.). *Empatija kod djece*. <https://www.skole.hr/empatija-kod-djece/>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

TEMA: INTERNET, MOBITELI, OPASNOSTI

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Sviđam mu se baš ja

Danas mi je cijeli, baš cijeli dan posebno sretan. Osjećam se tako lagano da bih mogla poletjeti i tako sretna dijeliti svoju sreću s cijelim svijetom. I želim ju dijeliti. Ne znam kako i zašto baš ja, ali izabrao je baš mene! Jedva sam hvatala zrak od siline sreće koja me preplavila. A počelo je ovako.

Toga sam dana, kao uostalom i svakoga, surfala po društvenim mrežama kad mi je iskočio jedan lajk. Volim dobivati lajkove (tko ne?!), ali ovaj je bio poseban. Ispod njega je sjajila poruka – *Lijepa si.* 😊 Otvorila sam njegov profil. Marko. Neki Marko kojega nikada nisam vidjela, za kojega nikada nisam čula i kojega nitko od mojih prijatelja ne poznaje, a jako je, baš jako, jako zgodan, napisao mi je da sam lijepa. Osjetila sam titraj. Sretno sam stavila srčeko na njegovu poruku i čekala u nadi da će još nešto napisati. I napisao je! U privatnu poruku (ne moraju svi čitati, naravno, a i ne želimo javno svima otkrivati svoje podatke). Sve je dalje išlo kao u snu. Jako sam mu se sviđala, a i on meni. Pitao me u koji razred idem. I on ide u sedmi! Volimo iste sportove, slušamo istu glazbu, imamo iste interese. Zabavan je i uvijek me nasmije. Sretna sam. Poslao mi je još neke svoje fotografije. Bila sam ponosna dok sam ih pokazivala prijateljici. Mislim da je čak bila i malo ljubomorna. Pa i ja bih bila! Tražio je da mu i ja pošaljem još svojih fotografija. Naravno da jesam! Neka se i on pohvali prijatelju!

A danas, danas mi je predložio da se konačno i vidimo i zajedno odemo na pizzu. Strašno sam uzbuđena! Cijeli dan razmišljam samo o tome i o svojoj silnoj sreći. Možda mi je malo tu sreću iz misli skrenula poruka koju je dobila jedna prijateljica iz razreda. Poruka je glasila – *Lijepa si.* 😊 I fotografija na profilnoj je ista. Pa to je Marko. Ali, ne, nije. Zove se Ivor. Dakle, nije on. Ne znam kako odjednom isto izgledaju, ali sada nemam vremena za razmišljanje. Muče me slatke brige – što ću danas za naš prvi susret obući?

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravila.

Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.

Dječaci neka odaberu odgovor za koji misle da bi djevojčice trebale odabrati.

A

Uživat ću u trenucima svoje beskrajne sreće.

B

Predložiti ću prijateljici da usporedimo Markov i Ivorov profil.

C

Neću se naći s Markom. Bojim se.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **IZ DUBINE**

Redateljica: Katrin Novaković

Scenarij: Katrin Novaković

Dizajn: Katrin Novaković

Animacija: Katrin Novaković

Kamera: Katrin Novaković

Kostimografija: Katrin Novaković, Katarina Bilan

Mix zvuka: Igor Dropuljić

Glazba: Ante Božić Kudrić

Montaža: Katrin Novaković

Vizualni efekti: Ivan Radović

Mentor/ica: Veljko Popović, Miroslav Radeljak

Distribucija: Bonobostudio

Produksijska kuća: Umjetnička akademija u Splitu

Filmski rod: animirani film

Žanr: glazbeno-društveni

Godina: 2013.

Trajanje: 6:52

Poveznica: <https://www.croatian.film/hr/films/6583>

NAGRADA:

Olympia International Film Festival – najbolji animirani film po izboru dječjeg žirija 2014.

SINOPSIS

Nemojte zavirivati, molim! Suvremen život pretvorio nas je u vrlo povučene i često nezainteresirane pojedince. Bez brige! Dobra stara swingerska hobotnica dolazi u pomoć. Iz dubine mora donosi život u naše blijede gradske duše.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se početka filma i opišite početna dva kadra.

(1. kadar prikazuje more i valove koji udaraju o šljunčanu obalu, čuju se zvukovi vjetra i valova; 2. kadar prikazuje nečiji izlazak iz mora, ne vidi se o kome je riječ, prelazi preko šljunka na obali, kroz travu, dolazi do nogostupa i ruba ulice; na nogostupu su dva opuška, ulicom prolaze automobili, u pozadini se vide nakrivljene, visoke, uske zgrade; kamera se podiže i prikazuje ulicu u kojoj su zgrade i parkirani automobili – vrsta pokretne kamere/panorama ili švenk; čuju se zvukovi hodanja po šljunku i sve glasniji zvukovi prolaska automobila)

Iznesite svoje mišljenje o načinu prikaza nečijega izlaska iz mora.

(ne može se naslutiti o kome je riječ, kadrovi izazivaju znatiželju)

Zaključite na koji nas način film upoznaje s načinom života stanara u zgradi. Opišite.

(radnju prikazuje kroz prozore stanova; starija žena mete prostoriju, prima se za leđa, bole je, čuje se zvuk metenja; sjedokosi, dugokosi muškarac ozbiljna lica piše na računalu, čuje se brzi, glasni zvuk udaranja po tipkovnici i ljutiti usklik dok se okreće prema prozoru, bijesno povlači rolete na prozoru i djelomično zatvara pogled u sobu; mlada djevojka sjedi pred ogledalom i lista modni časopis, isprobava različite naočale, čuju se neartikulirani zvukovi izvana,

djevojka uzima mobitel, okreće se prema prozoru i povlači zavjesu, zatim nastavlja listati časopis)

Razmislite što ljutiti usklik i bijesno povlačenje roleta sjedokosog muškarca u filmu znače.

(sve mu smeta, ograđuje se od buke s ulice, na taj način ne dopušta ni gledateljima da ulaze u njegov prostor)

Navedite na koji je način početak jednoga kadra najavio suprotno ponašanje.

(dizanje, a ne spuštanje rolete – mladić podiže roletu, meškolji se, gleda kroz prozor, nije zadovoljan viđenim, mijenja izraz lica i nešto traži)

Opišite kadar u kojem se prvi puta čuje glazba.

(mladić pronalazi album s fotografijama, rukom skida prašinu s albuma, otvara ga, gleda fotografije, započinje glazba)

Zaključite što je početak glazbe u filmu najavio.

(promjenu)

Razmislite što je mladića navelo da potraži instrument i počne svirati.

(fotografije u albumu, posebno fotografija koja postaje animacija, a na kojoj mladić svira saksofon)

Prisjetite se na koji je način prikazano da mladić dugo nije svirao saksofon.

(mladić traži saksofon ispod kreveta, u ladicama ormarića i na kraju ga pronalazi u dugačkoj ladici komode)

Opišite na koji su način stanari reagirali na mladićevo sviranje saksofona.

(djevojka koja razgovara na mobitelu pogledala je kroz prozor, navukla zavjesu i zatvorila roletu; muškarac koji piše na računalu podigao je roletu, ljutito gledao kroz prozor i prijetio stisnutom šakom)

Navedite koga je sviranje saksofona privuklo i kako je promijenilo ponašanje stanara zgrade.

(hobotnica je izašla iz dubine mora, došla je do mladića koji je svirao saksofon, prekrila je svojim krakovima zgradu i tako proširila dobru atmosferu koju je mladić pokrenuo; stanari su se počeli drugačije ponašati – metla starije žene pretvorila se u gitaru, mobitel djevojke u violinu, a tipkovnica računala sjedokosog muškarca u klavir; svi su svirali i svojim sviranjem upotpunjavali glazbu mladića, izgledali su zadovoljno)

Prisjetite se kako je kamera prikazala njihovo zajedništvo.

(prikazani su zajedno na vrhu zgrade – plan polutotal; svatko sa svojim instrumentom, zajedno stvaraju skladnu glazbu, hobotnica je uz njih)

Razmislite tko se od likova ponaša poput mnogih vaših vršnjaka. Obrazložite.

(individualni odgovori učenika, mogući – djevojka s mobitelom; većina djece i mladih danas provodi velik dio dana na mobitelima, rijetko se druže uživo; mobitel i internet postali su opasnost za zdravlje – psihičko i fizičko)

Procijenite koliko vremena vi dnevno potrošite na korištenje mobitela, a zatim provedeno vrijeme provjerite u aplikaciji na mobitelu i navedite jeste li bili u pravu.

(individualni odgovori učenika)

Zaključite jesu li nas mobiteli više povezali. Obrazložite svoj odgovor.

(da – s nepoznatim ljudima i nestvarnim svijetom; ne – udaljili su nas od stvarnih prijatelja i druženja uživo, pojedinci teško razlikuju stvarnost od fikcije)

Razmislite bi li djevojka iz filma mogla privući pažnju nekoga tko na internetu nema dobre namjere. Obrazložite svoj odgovor.

(individualni odgovori učenika, mogući – moguća su oba odgovora, ali ako je odgovor da, moguće obrazloženje je: opsjednuta je sobom, neprekidno sjedi pred ogledalom, isprobava više vrsta naočala s različitim okvirima, ne zanima ju vanjski svijet i ono što se izvan virtualnoga svijeta događa; budući da ju ne zanima vanjski svijet, potvrdu svojega izgleda možda traži u virtualnom prostoru pa je moguće da njezine objave privuku osobe koje bi to mogle prepoznati i iskoristiti, a djevojka u njih povjerovati)



Fotografija iz filma – snimka zaslona

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju, a što bi dječaci i djevojčice trebali izabrati.

Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Uživat ću u trenucima svoje beskrajne sreće.

Moraš osvijestiti da prijateljstva s nepoznatim osobama na društvenim mrežama kriju brojne opasnosti i zamke. Nikako se nemoj sastajati uživo s njima. Može se dogoditi da taj susret na tebe ostavi posljedice za cijeli život (npr. ako je riječ o pedofilu koji se krije iza lažnih fotografija i informacija o sebi). Ako ne želiš odustati od dogovora, obavezno o tome obavijesti svoje roditelje kako bi, na neki s vama dogovoreni način, bili prisutni tijekom vašeg prvog susreta. Možeš savjet potražiti besplatno i anonimno nazvati *Hrabri telefon* na broj 116 111. Na *Hrabri telefon* možeš se javiti i putem *chata*. Zapamti – nikako se nemoj sastajati, a da o tome nisi razgovarao/razgovarala s odraslom osobom u koju imaš povjerenja (roditelj/i, razrednik/razrednica, učitelj/učiteljica, stručna služba). Oni će ti dati potreban savjet.

Dječaci koji su odabrali odgovor A moraju biti svjesni da se to ne događa samo djevojčicama. Pedofili i svi koji su zlonamjerni podjednako vrebaju i dječake i djevojčice, a posljedice su iste. Ako se to dogodilo/događa i nekome od vas, pročitajte još jednom obrazloženje A. Ono se odnosi i na djevojčice i na dječake.

B

Predložit ću prijateljici da usporedimo Markov i Ivor profil.

Dobro je da si svjestan/svjesna da objavljene fotografije možda nisu stvarne, a dopisivanje nije iskreno. Naidete li na podudarnosti, svakako je riječ o osobi koja vam želi nauditi. Često se iza takvih profila kriju pedofili koji vas žele namamiti na susret uživo i/ili će vas fotografijama koje si mu poslao/poslala ucjenjivati, tražeći sve više i sve eksplicitnije fotografije i videa. Razgovaraj s odraslom osobom u koju imaš povjerenja (roditelj/i, razrednik/razrednica, učitelj/učiteljica, stručna služba). Ako s njima ne želiš razgovarati, možeš besplatno i anonimno nazvati *Hrabri telefon* na broj 116 111 i zatražiti savjet i pomoć. Na *Hrabri telefon* možeš se javiti i putem chata.

Dječaci koji su odabrali odgovor B svjesni su da pedofili i svi koji su zlonamjerni vrebaju djevojčice. No, ako misle da se to ne događa dječacima, u zabludi su. Često se pedofili dječacima predstavljaju kao njihove vršnjakinje. Oni podjednako vrebaju i dječake i djevojčice, a posljedice su iste. Ako se to dogodilo/događa i nekome od vas, pročitajte još jednom obrazloženje B. Ono se odnosi i na djevojčice i na dječake.

C

Neću se naći s Markom. Bojim se.

Dobro si odlučila. No, unatoč pravilnoj odluci razgovaraj s odraslom osobom u koju imaš povjerenja i iznesi joj što ti se dogodilo (roditelj/i, razrednik/razrednica, učitelj/učiteljica, stručna služba). Svakako blokiraj „takvo-ga prijatelja“. Zaštiti svoj profil i, bez obzira na zaštitu, razmisli kakav ćeš sadržaj objavljivati (fotografije i riječi). Budi svjesna da tvoj sadržaj možda može podijeliti netko s kim jesi prijatelj i koga poznaješ uživo. To ne mora biti zlonamjerno, ali može prouzročiti probleme i imati posljedice.

Dječaci koji su odabrali odgovor C ispravno su odlučili. No, nije naodmet da i sami pročitaju obrazloženje C jer se ono odnosi i na djevojčice i na dječake.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

Napišite nastavak animiranoga filma, ali glavni lik neka bude djevojka s mobitelom. Mobitelom snimite kratki film prema nastavku problemske priče koji ste napisali. Možete se podijeliti u dvije skupine. Prva skupina piše nastavak problemske priče, a druga mobitelom snima kratki film, nastavak problemske priče.

Pročitajte tekst *Dan sigurnijeg interneta – kutak za djecu* i potaknite raspravu o pročitanome. Poveznica: <https://azop.hr/dan-sigurnijeg-interneta-kutak-za-djecu/>

IZVORI:

Internetska platforma croatian.film. (n.d.). *croatian.film*. <https://www.croatian.film/hr/>

Ministarstvo unutarnjih poslova Republike Hrvatske, Ravnateljstvo policije. (n.d.). *Seksualno iskorištavanje djece putem interneta i spolno zlostavljanje*. <https://policija.gov.hr/prevencija/racunalna-sigurnost/seksualno-iskoristavanje-djece-putem-interneta-i-spolno-zlostavljanje/461>

Škole.hr. (n.d.). *Sigurnost na društvenim mrežama: Savjeti za tinejdžere*.

<https://www.skole.hr/sigurnost-na-drustvenim-mrezama-savjeti-za-tinejdzere/>

Ministarstvo unutarnjih poslova Republike Hrvatske. (n.d.). *Sigurnost djece: Savjeti roditeljima*. <https://mup.gov.hr/online-prijave/online-prijava-zlostavljanja-djeteta-red-button/sigurnost-djece-savjeti/savjeti-roditeljima/281709>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

TEMA: NASILJE U OBITELJI

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Našim domom odzvanja svađa

Sjedim na klupi u kvartu, u svojoj ulici i parku. Misli mi lutaju kroz djetinjstvo. Sudaraju se sretni dani s onima manje sretnima, a onda i s danima punim vike i udaraca. Stresem se u nadi da ću ih istresti iz sjećanja i skrenuti na ljepše trenutke. No, one se ne daju. Prilijepile su se za moja razmišljanja i ne dopuštaju odbijanje. Još jednom se stresem, ovaj put snažnije, a one, kao da mi žele uzvratiti udarac, postanu još žešće. Izmjenjuju se slike. Polako, čak usporeno, a onda odjednom postanu brze pa sve brže i brže. Svaki povik para mi misao i uši poput snažnog šamara. I u trenutku se nađem tamo. Zgrčim se. Ne pomaže. Vika ispunjava svaki kutak sobe. Krajičkom oka ih pogledam. Jesu li se zaista nekada voljeli? Što je ljubav pretvorilo u udarce koji ne pitaju za mjesta? Kako se odjednom draga prostorija pretvorila u mjesto straha? Postoji li točka koja će ovo prekinuti i završiti? I imaju li uopće takvi događaji kraj? Kao u magli čujem riječi: „Hej, u kojem si ti svijetu?! Ne vidiš nas!“ Osjetim jezu. Misao se nakostriješila. Da, vidim vas. Čujem. Ali ne želim ni vidjeti, ni čuti. Bojim se. Volim vas, ali me plašite. Molim vas, nemojte! Ne čuju me. Isto je. Udarci i vika kao da se međusobno utrkuju koji će biti brži, snažniji i uvjerljiviji. „Ne!“ vrisnem glasno. U istom trenutku osjetim nečiju ruku na ramenu. Užasnuto se stresem. Osvrnem se. Prijateljska lica mojih prijatelja znatizeljno su me promatrala: „Znači ipak nas nisi vidjela jer si lutala svojim svijetom!? Dobrodošla u stvarnost.“ Nasmiješim se, a onda ustanem: „Idemo krug oko kvarta!“ A stvarnost... da, stvarnost.

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila.

Dječaci neka odaberu odgovor za koji misle da bi djevojčice trebale odabrati.

A

Zatvorio/zatvorila bih se u sebe i nikome se ne bih povjerio/povjerila.

B

Rekao/rekla bih najboljem prijatelju/prijateljici.

C

Rekao/rekla bih odrasloj osobi u koju imam povjerenja (članu obitelji, razredniku/razrednici, učitelju/učiteljici ili stručnoj službi u školi).

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **U PLAVETNILO**

Redateljica: Antoneta Alamat Kusijanović

Scenarij: Antoneta Alamat Kusijanović

Koscenaristica: Christina Lazaridi

Glumci: Gracija Filipović, Nataša Dangubić, Andro Režić,

Marija Kohn, Dominik Duždević, Vanesa Vidaković Natrlin

Kamera: Marko Brdar

Glazba: Ivan Marinović, Evgueni Galperine

Oblikovanje zvuka: Julij Zornik

Montaža: Minji Kang

Kostimografija: Zjena Glamočanin

Scenografija: Marijo Šimić

Producenti: Barbara Vekarić, Vlaho Krile, Zoran Dževerdanović

Koproducent/ica: Karolina Berkell-Kirk

Produkcijaska kuća: Blade Production

Filmski rod: Igrani film

Žanr: drama

Godina: 2017.

Trajanje: 22:08

Poveznica: <https://croatian.film/hr/films/9317>

NAGRADE:

Međunarodni festival europskog debitantskog filma u Angersu – nagrada publike, 2018.

Dani hrvatskog filma – Nagrada Oktavijan za najbolji igrani film

Nagrada za najbolju montažu (Minji Kang i Frano Homen), 2018.

Filmski festival u Zlinu – Međunarodni filmski festival za djecu i mlade

– najbolji studentski igrani film, 2018.

Međunarodni filmski festival Sonoma – Nagrada žirija, 2018.
Međunarodni festival kratkometražnog filma u Bueu
– najbolja redateljica (Antoneta Alamat Kusijanović); najbolja glumica (Gracija Filipović), 2018.
Međunarodni filmski festival Aye Aye u Nancyju – Posebno priznanje žirija, 2018.
Međunarodni filmski festival u Berlinu – posebno priznanje
(natjecateljska sekcija Generation 14plus), 2017.
Međunarodni festival kratkometražnog filma u Oberhausenu – Nagrada Mladog žirija, 2017.
Sarajevo Film Festival – Srce Sarajeva za najbolji kratkometražni film, 2017.
CinEast Filmski festival istočne i srednje Europe – nagrada publike, 2017.
Međunarodni festival dječjeg filma u Chicagu – Prva nagrada profesionalnog žirija;
Druga nagrada žirija mladih, 2017.
Međunarodni filmski festival Sulmona – Najbolji međunarodni kratkometražni igrani film, 2017.
MedFilm Festival – nagrada Methexis za najbolji kratkometražni film, 2017.
Short To The Point – najbolji film, najbolja filmska fotografija, 2017.
Ale Kino! Međunarodni filmski festival mlade publike – posebno priznanje, 2017.

PSOVKA U FILMU – prikaz izražavanja i odnosa određene skupine, uloga, isticanje neprimjerenog ponašanja pojedinaca, straha, očaja, ovisno o trenutku i događajima u kojima je izrečena

SINOPSIS

Bježeći od obiteljskog nasilja, trinaestogodišnja Julija i njezina majka dolaze na idilični otok gdje je Julija provela djetinjstvo. Julija se žarko želi ponovno zbližiti sa svojom najboljom prijateljicom Anom. No Ana je zaljubljena i Julija joj više nije toliko važna. Njezino odbijanje ponovno otvara Julijine rane i baca je natrag u vrtlog nasilja.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se prvoga kadra i načina na koji početni kadar upoznaje gledatelje s temom filma.

(dugi prvi kadar, vidimo površinu mora, tišina, pa udaljeni nerazgovjetni razgovor, u kadar ulazi sjena barke, pojavljuje se barka, glasovi su sve bliže, zvuk motora barke sve glasniji, razaznaje se tema razgovora, u barci sjedi stariji muškarac koji barkom upravlja i mlađa žena, na rubu barke sjedi tinejdžerica Julija, žena žustro govori o nasilnom mužu, pokušava uključiti u razgovor kćer, kćer šuti, a zatim govori majci da prestane, majka je uporna u opisivanju nepredviđivog, grubog ponašanja muža, dodaje da je htjela ostati u braku dok kći ne odraste, ali da je kći sama rekla kako moraju otići, kći skače u more, majka ju poriva, kći zaroni ispod površine)

Razmislite kako je zvuk naglasio Julijino psihičko stanje.

(na barci Juliji smeta majčino izlaganje o očevu ponašanju, želi ju utišati, ne uspijeva, skače u more, čuje se zvuk zarona, Julija roni, mirni zvukovi mora ispod površine, Julija je time prekinula mučni razgovor o obiteljskim odnosima)

Opišite trenutak koji je kod Julije prvi puta izazvao osmijeh na lice.

(Julija sjedi u crkvi na misi, u mnoštvu nekoga ugleda, nasmiješi se, kamera prikazuje osobu kojoj se nasmiješila, prijateljicu Anu)

Zaključite što su prvi kadrovi susreta Julije i Ane otkrili.

Obrazložite primjerom.

(Julija i Ana su dobre prijateljice, zagrle se i čuje se Anin glas – „Napokon si tu“ i Julijin – „Jedva sam čekala vidjeti te“, smiješe se jedna drugoj, osjeća se njihova prisnost)

Prisjetite se trenutka u kojem je Julija iznenađena.

(Julija i Ana razgovaraju, prilazi im tinejdžer Pjero, Ana odlazi s njim)

Opišite način snimanja kadra u kojem Julija s litice skače u more.

(kamera Juliju snima odozgo, gornji kut snimanja, gornji rakurs, kako skače i pliva u plavetnilu mora, plan je širok, polutotal, naglašava širinu plavetnila mora i mir koji to plavetnilo pruža, mir je naglašen i zvukom, šumovima, zvuk skoka u more, tihi zvuk valova)

Razmislite koji je kadar na plaži dao do znanja da će Pjero imati važnu ulogu u odnosu Julije i Ane.

(kadar u prvom planu neoštro prikazuje Juliju i Anu s leđa, između njih se u drugom planu oštro vidi Pjero u moru do pojasa, stoji i gleda prema njima, plošni kadar)

Prisjetite se sljedećega kadra koji otkriva Julijine osjećaje. Opišite ga.

(kamera neoštro u prvom planu prikazuje Anu s osmijehom na licu, Ana gleda prema Pjeru u moru, u drugom planu oštro prikazuje Juliju, Julija je ozbiljna, zamišljena, pogledava Anu, shvaća da je Ana zaljubljena, plošni kadar, Ani se vidi dio lica s naglaskom na osmijeh, Juliji se vidi cijelo lice s naglaskom na emocije, blizi plan)

Zaključite zašto su Juliju povrijedile Anine riječi upućenu Pjeru da je Julija opasna.

(Julija ne razumije zašto je to Ana rekla Pjeru, želi da joj Ana objasni razlog, Ana joj govori da je to nevažno, Julija inzistira govoreći kako je mislila da su prijateljice, Ana joj odgovori da uvijek radi dramu ni oko čega i da se smiri, Julija ušuti, čuju se samo cvrčci, kamera prikazuje samo Juliju kako povremeno pogledava Anu)

Opišite kadrove koji u nastavku prikazuju promjenu Julijinoga odnosa prema Ani.

(Ana je ozlijeđena, ali Julija ju izaziva na skok u more sa stijene, Julija se više druži s Pjerom, u jednom se trenutku u moru i poljube, promatra kako se Ana i Pjero grle, dolazi na stijenu uz njih i skače s opasne visine)

Prisjetite se kako je naglašena napetost u kadrovima nakon što Julija odluči skočiti s opasne visine.

(čuje se glasno uzvikivanje Julijina imena, kamera prikaže Anu i Pjera, Pjero se preplašeno trgne i skoči, kamera prati Julijin skok s visoke stijene, pokretna kamera, panorama ili švenk, kamera prikazuje Anu, Pjera i dječaka koji trče na rub stijene i gledaju u more gdje je Julija skočila, kamera prikazuje dio stijene i more s valovima nastalim nakon Julijina skoka, kamera prikazuje Juliju ispod površine mora, pluta, primi se za noge i dalje je ispod površine, na vrhu stijene stoje Ana, Pjero i dječak, čuje se dozivanje Julijina imena, Pjero skače sa stijene kako bi pomogao Juliji, čuje se uplašena Ana koja više Pjerovo ime, kamera prikazuje dio stijene i more s valovima nastalim nakon Pjerova skoka, kamera krupno prikazuje stijene i valove, čuju se samo uzburkani valovi)

Razmislite je li Julije lijepo postupila što im se, nakon što je izašla na obalu i čula da ju dozivaju, nije odmah i javila. Obrazložite svoje mišljenje.

(individualni odgovori učenika)

Opišite kako je Ana reagirala kada se Julija pojavila.

(ljutila se na Juliju, bila je uplašena i uplakana, što se vidjelo po izrazima lica, održala je Juliji lekciju govoreći joj kako je i sebe i Pjera dovela u opasnu situaciju i kako ne razumije zašto je to učinila)

Razmislite što je Julija htjela postići opasnim skokom.

(skrenuti pažnju na sebe, potaknuti osjećaj zabrinutosti kod Ane, dokazati se)

Navedite je li Julija postigla ono što je željela. Obrazložite.

(ne, Ana je bila preplašena i ljuta, Juliji je dala do znanja kako ne dopušta da sve uvuče u svoju tešku životnu priču, ne želi da Julija forsira njihovo prijateljstvo, Julija govori Ani da mora s njom razgovarati, Ana ne želi, Julija joj, nakon pitanja zašto forsira njihovo prijateljstvo, kaže da ju voli i da je smatrala kako su prijateljice, Ana ne pristaje)

Zaključite što je Juliju posebno pogodilo.

(Anine riječi da ona nikoga ne voli i nikoga ne treba i da je ista kao otac)

Prisjetite se trenutka u kojem se Julija zaista ponašala kao njezin otac.

Obrazložite.

(Julija, nakon Aninih riječi da je ista kao otac, gurne Anu s opasne stijene u more, zatim i ona sa stijene skoči, Ana je u tom trenutku pokazala da ne podnosi kritiku i na kritiku je reagirala nasilno i grubo, ono što je Juliju mučilo u obiteljskim odnosima, nasilni otac, primijenila je u odnosu s Anom)

Razmislite zašto su posljednji kadrovi prikazani usporeno. Obrazložite izbor usporenih kadrova.

(Julija je zadobila ozljedu tijekom skoka sa stijene, Ana i Pjero promatraju je sa strane, Julija zbog ozljede na čelu gubi svijest i tone, Ana i Pjero panično plivaju kako bi joj pomogli, izmjenjuju se kadrovi na površini i ispod površine mora, strah da će se Julija utopiti, usporeni kadrovi naglašavaju dramatične trenutke)

Opišite završetak filma i iznesite svoje dojmove o njemu.

(individualni odgovori učenika)



Fotografija iz filma – snimka zaslona

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju.

Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Zatvorio/zatvorila bih se u sebe i nikome se ne bih povjerio/povjerila.

Time se problem nikako neće riješiti. Ti ćeš i dalje biti svjedok nasilja u obitelji, sve ćeš se više povlačiti u sebe, gubiti samopouzdanje, osjećat ćeš sve veći strah, nemoć, nemogućnost da se išta promijeni, osjećat ćeš sve veću ljutnju i zabrinutost, zbog svega ćeš biti tužan/tužna, popustit će ti koncentracija zbog slika nasilja koje će ti se vraćati, popustit ćeš u školi, izbjegavati prijatelje, osamit ćeš se i patiti. Tvoji će se simptomi pojačavati pa je moguće da ćeš postupno gubiti povjerenje u odrasle osobe, bit ćeš uznemiren/uznemirena i razdražljiv/razdražljiva. Na kraju možeš čak dobiti krivu sliku da se neslaganje rješava nasiljem i da je to normalno. Može se dogoditi da se i sam/sama, usprkos svemu kroz što prolaziš, počneš ponašati nasilno prema osobama s kojima se zbog nečega ne slažeš, poistovjetiš se s nasilnikom. Razmisli kojoj se odrasloj osobi možeš povjeriti, osobi kojoj vjeruješ i znaš da bi ti mogla pomoći. To može biti netko iz obitelji, razrednik/razrednica, netko od stručne službe u školi. Nemaš li snage za to, besplatno i anonimno nazovi *Hrabri telefon* na broj 116 111. Izloži im svoj problem. Oni će znati kako ti pomoći. Na *Hrabri telefon* možeš se javiti i putem *chata*.

B

Rekao/rekla bih najboljem prijatelju/prijateljici.

U razgovoru s pravim prijateljem/prijateljicom pronaći ćeš utjehu i sigurno mjesto na kojem nećeš osjećati strah, ljutnju i krivnju. To će biti tvoje mjesto sakrivanja od problema i barem trenutačnoga olakšanja. I to je dobro. No problem ostaje pa će te prijatelj možda uputiti na razgovor s odraslom osobom u koju imaš povjerenja, uz tvoje dopuštenje skrenuti odrasloj osobi u školi pozornost na tvoj problem ili te ohrabriti da besplatno i anonimno nazoveš *Hrabri telefon* na broj 116 111 i zatražiš savjet i pomoć. Na *Hrabri telefon* možeš se javiti i putem *chata*. Važno je da te prijatelj ohrabri i da o problemu razgovaraš i s odraslom osobom.

C

Rekao/rekla bih odrasloj osobi u koju imam povjerenja (članu obitelji, razredniku/razrednici, učitelju/učiteljici ili stručnoj službi u školi).

Odrasla osoba uputit će te da ništa sam/sama ne poduzimaš kako bi zaustavio/zaustavila nasilje u obitelji. To nikako nije tvoj zadatak iako i sam/sama to nasilje, dok ga gledaš, trpiš. Moraš biti svjestan/svjesna mogućnosti da

u tom slučaju i sam/sama nastradaš. Odrasla osoba znat će kako ti pomoći, pružiti ti sigurnost, dati podršku, ohrabriti te, biti čvrst oslonac u svakom trenutku, razumjeti te. Slika koju imaš o sebi postat će pozitivnija, postupno ćeš vraćati samopouzdanje, shvatit ćeš da ni u jednom problemu nisi sam/sama. Uvijek je tu ruka koja će ti pomoći.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

1. Podijelite se u dvije skupine. Svaka skupina napiše priču za kratki film i snimi ga mobitelom:
A skupina – priča o dječaku/djevojčici koji/koja je svjedok obiteljskog nasilja, a nikome o tome ne govori (snimite kako se osjeća, ponaša...)
B skupina – priča o dječaku/djevojčici koji/koja je svjedok obiteljskog nasilja, odluči o tome progovoriti, reći svoj problem najboljem prijatelju/prijateljici ili odrasloj osobi u koju ima povjerenja. Svoje filmove prikažite u razredu. Nakon projekcije potaknite razgovor.
2. Napišite komentar na film *U plavetnilo*, Antonete Alamat Kusijanović
3. Pročitajte tekst u priručniku za Podršku žrtvama nasilja u obitelji <https://udruga-uzor-rijeka.hr/wp-content/uploads/2024/10/Prirucnik-za-podrsku-zrtvama-nasilja-u-obicelji.pdf>

IZVORI:

Internetska platforma [croatian.film](https://www.croatian.film/hr/). (n.d.). *croatian.film*. <https://www.croatian.film/hr/>

Udruga UZOR – Rijeka. (2024). *Priručnik za podršku žrtvama nasilja u obitelji*.

<https://udruga-uzor-rijeka.hr/wp-content/uploads/2024/10/Prirucnik-za-podrsku-zrtvama-nasilja-u-obicelji.pdf>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

TEMA: PRIJATELJSTVO, POVJERENJE, PODRŠKA

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Prijateljstvo na kušnji

Poznajemo se jako, jako dugo. Zapravo, cijeli naš život. Više od deset godina. Vrtić nas je zbližio. Svaku smo igru igrali zajedno. I zajedno rasli. Narasli toliko da smo bili dovoljno veliki za učenje prvih slova i brojki. Sjeli smo u istu klupu, naš 1. a. Škola nas uopće nije mučila, ni ocjene, ni djevojčice, baš ništa. Mučili su nas prolazi prepreka u videoigrama i tko će biti bolji! Nije bilo ljutnje. Samo igra, zabava i smijeh.

U petom nas je razredu presrela lavina novoga gradiva, neki dotad nepoznati predmeti, ali i učitelji. I zaskočio nas je početak puberteta. Razvijali smo se svaki u svojem smjeru. Iako različiti, odlično smo se dopunjavali. I dalje smo povremeno igrali videoigre bez grča tko će biti bolji.

A onda se dogodilo nešto što mi se nikako nije sviđelo. Zagazili smo u središte puberteta i dobro se s njim nosili do jednoga trenutka koji me iznenada zaskočio. Trenutak se zove Ana. Nisam nikome o tome govorio, osim, naravno, njemu. Reći njemu bilo je kao da sam zadržao za sebe. A želio sam to zadržati za sebe. No prijateljstvo ponekad ima neke druge planove. Beskrajno sam vjerovao da će on o tome šutjeti. Prevario sam se. Ne znam zašto je to učinio. U razredu me zadirkuju, Ana skriva pogled od mene, a moj najbolji prijatelj se na to samo smješka. Njemu je to zadirkivanje smiješno... Meni nije. Čak nije u pitanju Ana. Iznevjerio je moje povjerenje. Nekako nemam više volje za velike razgovore s njim. Sve rjeđe idemo zajedno iz škole jer ja to nastojim izbjeći. Žao mi je zbog toga. Hoće li se to ikada promijeniti, ne znam. Zasad to ne želim.

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

<p>Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila. Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.</p>		
<p>A Nemam više povjerenja u njega/nju. Nećemo se više družiti.</p>	<p>B Odavanje jedne tajne nije strašno. Vratit ću mu/joj jednom istom mjerom.</p>	<p>C Razgovarat ću s njim/njom. Želim da razumije zašto sam povrijeđen/povrijeđena.</p>

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **PENJAČI**

Redatelj: Siniša Mataić

Scenarij: Siniša Mataić

Pozadine: Siniša Mataić, Natalia Marcos

Glasovi: Jake, Shilo Duffy, Draško Ivezić

3D modeliranje: Marco Martellato

Dizajn: Siniša Mataić

Animacija: Andreas Husballe, Siniša Mataić, Jonas Mølgaard, Jensen

Oblikovanje zvuka: Thomas Alhmark

Kamera: Siniša Mataić

Glazba: Simon Skjødt Jensen

Montaža: Siniša Mataić

Produkcijaska kuća: Luma Film

Filmski rod: animirani film

Žanr: avanturistički

Godina: 2015.

Trajanje: 10.00

Poveznica: <https://www.croatian.film/hr/films/23>

SINOPSIS

Dva penjača krenu u avanturu penjanja dugog i napornog smjera. Oprečne osobnosti dvojice prijatelja doživljavaju transformaciju kada se nađu u situaciji opasnoj po život.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se na koji nas način prvi kadar filma uvodi u radnju.

(plavo nebo i zvuk cvrčaka, insekt koji leti prema kameri, postaje sve krupniji i zabija se u kameru – ljetu, kamera se s neba spušta na dvojicu mladića, planinara, koji hodaju putem kroz prirodu prema planinama – pokretna kamera, panorama ili švenk, jedan od dvojice proučava plan, drugi se zabavlja s kamenom)

Razmislite što je u početnim kadrovima filma naglašeno u odnosu dvojice prijatelja/planinara. Obrazložite primjerom.

(suprotnost u karakteru, jedan provjerava put penjanja, usredotočen je na odabir najboljega smjera penjanja na planinu, drugi lovi insekte, trči, ne zanima ga put, misli da je proučavanje puta nepotrebno, jedan je ozbiljan, drugi ga zadirkuje i igra se s insektima, kamenom, uživa, razigran je, jedan drugoga pomalo nerviraju ponašanjem)

Navedite primjer u kojem vidimo da se Allan prema prijatelju odnosi brižno.
(npr. govori mu da stavi kacigu prije penjanja)

Razmislite na koji je način predstavljena planina na koju su se planirali penjati.

(kamera slijedi pogled planinara, prikazana je odozdo)

Zaključite što je takvim izborom snimanja kadra pokazano.

(visina planine, težina uspona)

Prisjetite se kako nazivamo snimanje odozdo, a kako odozgo.

(vertikalni kut snimanja, snimanje odozdo, donji kut snimanja, snimanje odozgo, gornji kut snimanja)

Zaključite koliko su i zašto u filmu kadrovi snimani odozdo i odozgo.

(jako često, tijekom penjanja, ali i pada, odozdo, kod penjanja, naglašavanje puta koji penjač prolazi i pogleda koji vidi iznad sebe, pogled prijatelja koji ga prati, pomaže i pazi odozdo, odozgo, tijekom pada, na kraju filma kada dođu na vrh planine, naglašavanje opasnosti tijekom pada, pogled s vrha, naglašavanje ljepote pogleda na prirodu, ali i uspješan zajednički završetak zacrtanoga cilja, sretan završetak opasnoga penjanja)

Navedite trenutak u filmu koji je neozbiljan pristup penjanju na visoku planinu posebno naglasio.

(penjači su prošli jedan dio penjanja, Allan gleda plan penjanja, kaže da treba dalje skrenuti desno jer je sigurnije, drugi kaže da će ići lijevo baš zato što nije sigurnije)

Iznesite svoje mišljenje o takvoj primjedbi neozbiljnoga penjača.

(individualni odgovori učenika)

Prisjetite se kakve su reakcije penjača u tome trenutku u odnosu na drugoga.

(neozbiljni penjač ne razmišlja kako se osjeća Allan i ne obraća pozornost na njegov prijedlog, Allan je svjestan opasnosti, govori mu da je djetinjast, ali zbog tvrdoglavog prijatelja pristaje ići lijevo)

Navedite zvukove koji su pojačali težinu Allanovog penjanja.

(zvukovi osjećaja težine penjanja, teških uzdaha i izdaha koje je proizvodio Allan sa svakim novim korakom, odronjavanja malih dijelova kamenja, zvukovi lanaca, udaraca nogama prilikom dodira sa stijenom, Allanovo teško di-sanje)

Opišite kadar koji pokazuje da se Allanov prijatelj zabrinuo za Allana.

(Allanov prijatelj stoji na jednom dijelu planine, drži užu kojim kontrolira Allanovo penjanje, u trenutku kada mu Allan nestane iz vida, počinje doživati Allana i više mu da ide desno jer je ipak u pravu i neka siđe)

Zaključite zašto je kadar Allanovog padanja s planine prikazan nemirno i brzo.

(oponaša Allanovo stanje, što mu se i na koji način događa te podcrtava njegov strah i očaj)

Razmislite što za gledatelje znači crni kadar nakon Allanova padanja.

(trenutak u kojem se gledatelji pitaju je li Allan preživio)

Opišite psihičko stanje prijatelja koji je shvatio da je uže, kojim je kontrolirao Allanovo penjanje, puklo.

(očajan je, strah ga je, teško diše)

Navedite kadrove zbog kojih je Allanov prijatelj izgubio nadu da se Allan možda spasio.

(pronašao je Allanove stvari, kacigu, torbu s mobitelom i vodičem)

Razmislite zašto su ti kadrovi snimljeni krupno.

(ističu Allanove stvari, krupni plan)

Prisjetite se prvih odluka Allana nakon što se probudio iz nesvijesti i odluke njegova prijatelja.

(Allan se penjao na planinu, njegov je prijatelj nazvao Centar hitne službe Hrvatske 112)

Zaključite kako su i zašto, tijekom ponovnog penjanja na planinu, prikazana Allanova sjećanja na pad.

(kao skice, izrezani crteži na papiru, nemirno, iste boje, dramatična glazba, Allan je bio prestrašen, ponovno je proživljavao pad, pad je bio veliki stres)

Razmislite je li Allanov prijatelj promijenio prvotno ponašanje.

(da, shvatio je ozbiljnost situacije, očajno je trčao kako bi spasio Allana, na kraju ga i nalazi)

Iznesite svoj zaključak o načinu spašavanja Allana.

(Allana je prijatelj bodrio da ne odustane, Allan je sretno odahnuo kada ga je ugledao, prijatelj mu je pružio veliku ruku, Allan se bacio i prihvatio je, sve je dobro završilo)

Zaključite na koji je način prikazana upornost spašavanja u tom trenutku kao i njihovo prijateljstvo.

(Allanov prijatelj bio je prenaplašteno velik, ruka dugačka i snažna dok je prihvaćao Allana koji se bacio prema njemu)

Opišite kadrove na kraju filma koji su pokazali koliko je Allenovom prijatelju stalo do njega.

(Allanov prijatelj dodaje Allanu njegov vodič koji je pronašao, Allan se sretno nasmije, Allanovu prijatelju kapne suza olakšanja i sreće iz oka)

Zaključite što je bio znak konačnog spašavanja dvojice prijatelja.

(zvuk dolaska helikoptera uz sjenu helikoptera koja se vidi)

Iznesite svoje mišljenje o ponašanju dvojice planinara i njihovu odnosu kao prijatelja.

(individualni odgovori učenika)



Fotografija iz filma – snimka zaslona

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju. Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Nemam više povjerenja u njega/nju. Nećemo se više družiti.

Razmisli je li te ikada prije povrijedio/povrijedila. Ako je odgovor ne, možda zaista nije bio svjestan/svjesna da će te time povrijediti. Pokušaj razgovarati s njim/njom. Reci mu/joj kako se zbog toga osjećaš. Razgovarajte otvoreno, bez optuživanja. Moguće je da ćete izgaditi odnose. Ako te je prijatelj ipak i ranije znao povrijediti, onda u njega više ne možeš imati povjerenja. To nije pravo prijateljstvo.

B

Odavanje jedne tajne nije strašno. Vratit ću mu/joj jednom istom mjerom.

Vratiš li prijatelju/prijateljici istom mjerom, vaše prijateljstvo više neće biti iskreno i pravo. Svoj odnos više nećete moći nazivati prijateljstvom. On/ona će se zbog tvojega poteza loše osjećati. Koliko god ti to sada želiš, osjećat ćeš se nakon toga loše. Postat ćeš isti/ista kao on/ona. Razmisli je li s tvoje strane to zaista bilo iskreno prijateljstvo i želiš li ga zaista obnoviti ili ti je svejedno pa ga se možeš i zauvijek odreći. Često zbog smetnji u komunikaciji dolazi do sukoba. Zato je iskreni razgovor uvijek najbolji odabir.

C

Razgovarat ću s njim/njom. Želim da razumije zašto sam povrijeđen/ povrijeđena.

Iskreni razgovor uvijek je najbolji izbor. Nemoj ga/ju napadati. Pokušaj smireno reći kako se osjećaš. Poslušaj objašnjenje druge strane bez upadanja i napadanja. Na kraju istakni što od njega/nje očekuješ kao prijatelja/prijateljice. Možda obnovite prijateljstvo. Ako ne, nećeš osjećati teret neriješениh odnosa.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

Mobitelom, u skupinama, snimite kratki dokumentarni film o prijateljstvu. Prije snimanja pripremite pitanja na koja želite doznati odgovore od vršnjaka.

Napišite komentar na film *Penjači* redatelja Siniše Mataića.

Zajednički u razredu pripremite obilježavanje *Međunarodnoga dana prijateljstva*.

IZVORI:

Internetska platforma *croatian.film*. (n.d.). *croatian.film*. <https://www.croatian.film/hr/>

Centar za zdravlje mladih. (n.d.). *Prijateljstvo je uvijek in*. <https://www.czm.hr/blog/za-studente/prijateljstvo-je-uvijek-in>

Hrvatski zavod za javno zdravstvo. (n.d.). *Međunarodni dan prijateljstva*. <https://www.hzjz.hr/sluzba-promicanje-zdravlja/medunarodni-dan-prijateljstva/>

Kreni Zdravo. (n.d.). *Šest načina da nekome kažete da vam je loš prijatelj*. https://krenizdravo.dnevnik.hr/zdravlje/mentalno_zdravlje/sest-nacina-da-nekome-kazete-da-vam-je-los-prijatelja

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

TEMA: RAZLIČITOST, PREDRASUDE, TOLERANCIJA

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Različiti smo, ali se isto smijemo

Zagrlila sam svojega mekanog plišanca. On me nikad ne gleda čudnim pogledom podsmijeha. Svaku riječ koju mu uputim dočeka s istim izrazom lica. Nasmiješen, velikih, toplih očiju. Uvijek spreman za moje društvo. Spreman za moje tajne, moje snove i moja razočaranja i tugu. Stisnem ga još čvršće. Danas je bio još jedan onakav dan. U njihovim me je pogledima dočekaao isti onaj podsmijeh kao i jučer, i dan prije i dan prije... Često mi okrenu leđa i čini mi se da trenutak okretanja traje dugo, dugo. Zaklanjaju mi pogled na sretno tinejdžersko doba koje je svatko od nas željno iščekivao. Svi željni druženja, smijeha, zabave, ludih dana kojih ćemo se jednoga dana sjećati i radosno prepričavati. Što nas onda u tome sputava? Izgled, jezik, odjeća...? Tko je i zašto odredio što nam mora biti ili ne biti lijepo, prihvatljivo, poželjno? Zašto uopće postoji riječ različitost ako je ona toliko omražena?

Zakotrljala se suza. Pridružila se nizu svih onih koje su se svaki dan kotrljale u tišini moje sobe. Kapnula je na mojega plišanca. Pa još jedna i još jedna... Nije ni trepnuo. I dalje me je gledao svojim velikim, toplim očima i s velikim osmijehom na licu. Zagrlila sam ga još snažnije.

Sutra je novi susret s njima. Ne osjećam se zbog toga dobro. Ne mogu promijeniti ono što se promijeniti ne može. Sve što nosim sa sobom moje je od rođenja. Ne mogu se toga riješiti, a i ne želim. Ovo sam ja. Vrijedna prijateljstva, poštovanja i druženja. Silno to želim i, kada bi u trenutku to i oni poželjeli, moje ushićenje gušilo bi se u sreći. Zagrlila bih ih kao što grlim svojega plišanca. Zagrlila bih cijeli svijet.

Tiho sam ugasila svjetlo. Mjesec je obasjao topli pogled plišanca. Kao da me je htio utješiti. Čvrsto sam ga stisnula uz sebe. On razumije. I nada se sa mnom. Sutra je novi dan. Možda taj dan. Jer... različiti smo, ali isto se smijemo.

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

Razmisli kako bi se ti u ovoj situaciji ponašao/ponašala.
Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.

A

Bio/bila bih nesretan/
nesretna i ništa ne bih
poduzimao/poduzimala.

B

Pokušao/pokušala bih im
se približiti.

C

Razgovarao/razgovarala
bih s odraslom osobom
i tražio/tražila savjet
(roditelj/i, razrednik/
razrednica, učitelj/učite-
ljica, stručna služba).

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **KANAL**

Redatelj: Zoran Sudar

Scenarij: Sanja Kovačević

Uloge: Suzana Nikolić, Dušan Bućan, Adnan Roma,
Ivana Seferović, Danko Ljuština

Glazba: Svemirko

Montaža: Krunoslav Kušec

Izvršni producent: Predrag Vojnović

Producent: Boris T. Matić

Produkcijaska kuća: Propeler Film

Filmski rod: igrani film

Žanr: drama

Godina: 2009.

Trajanje: 15.20

Poveznica: <https://www.croatian.film/hr/films/97>

SINOPSIS

Romski dječak Vejsil se budi, odijeva najbolju odjeću i kreće prema školi kako bi se upisao. No put je pun prepreka.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se početnih kadrova filma i opišite ih.

(kamera prikazuje plavo nebo i spušta se u naselje, stare, ruševne, drvene kuće, daske na kućama, stare automobile, razbacane stvari i smeće u dvorištima, kološ koja izleti kroz prozor kuće)

Razmislite na koji je način i što kamera u uvodnom dijelu naglasila.

(kamera je nemirna, pokretna kamera, kamera iz ruke, kamera prolazi kroz naselje, panorama ili švenk, naglašava način života obitelji koje u naselju žive, siromaštvo)

Opišite kadrove u kojima upoznajemo glavi lik, romskog dječaka Vejsila.

(nakon prikaza naselja kamera dolazi do male, siromašne kuće napravljene od dasaka, ulazi u sobu kroz zavjesu na prozoru, soba pokazuje siromaštvo, na stropu i zidovima vise najloni i odjeća, u sobi se prikazuju djevojčica Arifa i dječak Vejsil, svaki na svojem kauču spava, čuje se samo zvuk muhe koja leti, slijeće na Vejsilovo rame, Vejsil se udari po ramenu kako bi je otjerao, probudi se)

Prisjetite se što Vejsilove aktivnosti nakon buđenja govore o njemu.

(brine za mlađu sestru, brine se za skupljanje odbačenih stvari, starih felgi, naplataka s automobila kako bi, nakon što ih proda, imali novac za kupnju namirnica, dok nema oca, odgovoran je za mlađu sestru)

Razmislite je li u jednom trenutku kamera na zidu otkrila nešto što je odudaralo od izgleda sobe.

(da, crteže obješene na zidu)

Zaključite što je Vejsilovo skidanje crteža sa zida, njihovo spremanje u omot i uzimanje omota prije izlaska iz kuće dalo naslutiti.

(crteži će imati značajnu ulogu u nastavku filma)

Opišite na koji je način kamera prikazala Vejsilovu žurbu.

(u kući je požurivao Arifu, nakon izlaska iz kuće kamera ih prati kako trče blatnjavim putem kroz naselje, kamera je ispred njih i snima ih sprijeda, pokretna kamera, voznja ili far)

Prisjetite se kadrova u kojima se Vejsilu u mislima vrti priča kojom je zastrašio sestru Arifu. Opišite sliku i zvuk.

(Vejsil stoji uz kanal, gleda u njega, čuju se misli koje odzvanjaju poput jeke, stara Beriša se napila, pala je u kanal, dobila je po tijelu crvene točkice, onda joj se koža počela ljuštiti i na kraju je umrla)

Navedite je li vas njegov izraz lica i razmišljanje o priči o staroj Beriši iznenadilo. Obrazložite.

(individualni odgovori učenika)

Razmislite kako su snimani kadrovi koji prikazuju što Vejsil radi kako bi taj dan mogli osigurati obrok za obitelj. Obrazložite.

(snimani su bliže, planovi, srednji plan, američki plan, polublizi plan, blizi plan, krupni plan, želi se naglasiti njegov svakodnevni način života)

Zaključite što prikazuju kadrovi u kojima se vidi Vejsilova borba za felge, naplatke. Obrazložite opisom kadrova.

(težak svakodnevni život Vejsila, borba za preživljavanje i sukob s onima koji su u istoj životnoj situaciji kao i on, kamera prikazuje potok, zatim krupno felge i podiže se na Vejsila koji ih vuče, Vejsil je mokat i žuri se, nailaze dvojica mladića, Roma, žele mu uzeti felge, naplatke, vrijeđaju ga, Vejsil im uzvraća istim rječnikom, jedan od mladića podiže nogu kako bi ga udario, jedna felga, naplatak pada u potok, Vejsil potrči za njom, pada u potok, ustaje i stresse se, Romi mu se smiju, govore da će se vratiti kada mu koža otpadne)

Prisjetite se što je Vejsila u tom trenutku mučilo.

(bojao se ući u potok zbog priče u koju je očito vjerovao, vadio je felgu, naplatak iz potoka štapom, trebao bi se kod kuće oprati, ali ne stigne jer će mu, ode li, dvojica mladića Roma uzeti felge, naplatke, zato ih mora sakriti, a dok sve to napravi, zakasnit će u školu)

Razmislite koja je uloga neprimjerenoga rječnika tijekom razgovora Vejsila i dvojice Roma.

(vjerni prikaz njihova načina međusobnoga komuniciranja, prikaz grubog međusobnog ophođenja)

Navedite svoje mišljenje o neprimjerenom rječniku koji su Romi u filmu koristili.

(individualni odgovori učenika)

Navedite što ste iz Vejsilova odgovora mogli zaključiti.

(Vejsilu je stalo do škole i obrazovanja, ali i do ispunjavanja obveza koje ima prema obitelji)

Razmislite što je Vejsilu značio privjesak koji je nosio oko vrata.

(nadu u bolju budućnost, nadu da će mu obrazovanje donijeti lakši život)

Zaključite što dokazuju kadrovi koji prikazuju Vejsilovu želju da iz potoka izvadi naplatke. Obrazložite svoj odgovor.

(Vejsil je uporan i odgovoran, pokušava dugačkim štapom izvući iz potoka naplatke na obalu, ne uspijeva, usprkos vjerovanju u priču da će umrijeti uđe li u potok, oprezno ulazi i vadi naplatke, teško jedan pa drugi uz uzvisinu na put, oni ponovno padaju, Vejsil ih ponovno dovlači, teško izlazi s njima na put, do njega dolaze dvojica mladića Roma, žele uzeti naplatke, Vejsil podiže veliki kamen kako bi to spriječio, mladići se okrenu i odlaze, Vejsilu se na licu pojavi lagani osmijeh)

Iznesite svoje mišljenje o pomoći koja je tijekom ponovnog susreta s mladićima Vejsilu pružena. Obrazložite.

(individualni odgovori učenika)

Razmislite kako je, nakon što je odrasla osoba obećala da će mu čuvati naplatke, načinom snimanja naglašena Vejsilova želja da na vrijeme stigne u školu.

(naizmjenice se prikazuju Vejsilovo lice i noge koje brzo trče)

Zaključite zašto je Vejsil stao u dvorištu škole.

(osjećao je nesigurnost, popravljao je košulju, znao je da je prljav)

Navedite kako je Vejsila u dvorištu prihvatila osoba iz škole.

(pozvala ga je u školu, pitala što mu se dogodilo, koji je razred, pogledala je crteže i pohvalila ih, napomenula da su upisi prošli i da neka dođe s roditeljima)

Ispričajte dio filma u kojem su se srušili Vejsilovi snovi.

(Vejsil je želio postati snimatelj, u školu se nije mogao upisati sam jer je maloljetan, roditelji njegovu želju da se upiše u školu nisu podržavali, Vejsil bez odobrenja roditelja nije mogao biti upisan u školu)

Opišite kadrove koji simbolički prikazuju Vejsilovo odustajanje od snova da se školuje i postane snimatelj.

(1. kadar: kamera je statična, plan total, Vejsil stoji na mostu iznad potoka,

baca papir; 2. kadar: statična kamera, pokretna kamera, panorama ili švenk, krupni plan, plan total, papir u potoku je Vejsilov crtež, kamera prati kako crteži plove, podiže se na nasip, Vejsil odlazi)

Zaključite koju poruku donosi završni dio filma. Opišite ga.

(Vejsilova budućnost nije imala šanse jer nije imao roditeljsku podršku, njegov je talent ostao neiskorišten, Vejsil je ostao osuđen na život kakav ima većina u njegovu okruženju, kadar prikazuje dvojicu Roma i televizor koji pale, na ekranu se pojavljuje emisija u kojoj govore o Vejsilovu talentu i savjetuju da upiše Akademiju jer je pred njim svijetla budućnost, televizor je u prvom planu prikazan oštro, a u drugom planu vidi se Vejsil kako odlazi niz nasip)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju.

Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Bio/bila bih nesretan/nesretna i ništa ne bih poduzimao/poduzimala.

Ovaj izbor ništa neće promijeniti, već će samo pojačavati pritisak nasilnika. Nasilnik će se osjećati nadmoćno, dobit će lažnu sliku nadmoći, bit će sklon izrugivanju i vrijeđanju ili ignoriranju. Ti ćeš se, kao žrtva, svakim danom osjećati sve nemoćnije, tužnije, osamljenije, osjećat ćeš se nevidljivo i odbačeno. Izbjegavat ćeš društvo, odlazak u školu, popustit ćeš u školi i početi stvarati sliku o sebi kao osobi koja je manje vrijedna. A to, naravno, nika-ko nisi. Obrati se odrasloj osobi u koju imaš povjerenja. To, osim roditelja, može biti razrednik/razrednica, učitelj/učiteljica, netko od stručne službe škole. Oni će znati što treba napraviti i kako ti pomoći.

B

Pokušao/pokušala bih im se približiti.

Možeš im se pokušati približiti na način da nešto posebno pripremiš, a vezano je samo uz tebe. Pokušaj dobro osmisliti što će to biti kako bi ih odmah na prvu mogao/mogla time privući. To može biti neki specifični, potpuno drugačiji od njihovih, hobi, neka posebna zanimljivost, nešto što ćeš ocijeniti da bi im moglo biti zanimljivo. Bilo bi dobro da prije toga razgovaraš s razrednikom/razrednicom kako bi imao/imala podršku. Ne uspiješ li, ne budi tužan/tužna. Pokušao/pokušala si, a sada ti preostaje da razmisliš o drugim mogućnostima (uključivanje odrasle osobe koja će znati što treba učiniti kako bi nasilnici različitost prepoznali kao bogatstvo).



Fotografija iz filma – snimka zaslona

C

Razgovarao/razgovarala bih s odraslom osobom i tražio/tražila savjet (roditelj/i, razrednik/razrednica, učitelj/učiteljica, stručna služba).

Odrasla osoba će znati što učiniti. Organizirat će različite aktivnosti koje će vršnjake naučiti što znači biti tolerantan, koje emocije proživljavaju žrtve, razumjeti da je različitost bogatstvo i da se ljudi ne ocjenjuju prema kriteriju različitosti. Poticati će interes za međusobno upoznavanje i razumijevanje. Razumjet će da biti tolerantan prema drugome znači poštovanje, prihvaćanje i uvažavanje drugačijih. Vršnjaci će razumjeti da su svi, bez obzira na različitost, jednako važni. Sve navedeno doprinijet će boljem osjećaju i s jedne i s druge strane.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

Mobitelom snimite kratki film na temu *Različitost nas čini jedinstvenima*.

Napišite komentar na film *Kanal Zorana Sudara*.

Zajednički napišite razredna pravila o toleranciji i prihvaćanju različitosti. Pravila izvjesite na zidu učionice.

IZVORI:

Internetska platforma [croatian.film](https://www.croatian.film/hr/). (n.d.). *croatian.film*. <https://www.croatian.film/hr/>

Hrvatski zavod za javno zdravstvo. (n.d.). *Svjetski dan tolerancije*. <https://www.hzjz.hr/sluzba-javno-zdravstvo/svjetski-dan-tolerancije/>

Ministarstvo unutarnjih poslova Republike Hrvatske. (2021). *Deklaracija o načelima tolerancije*. <https://mup.gov.hr/UserDocsImages/2021/11/Deklaracija-o-nacelima-tolerancije.pdf>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARI-NA-ZLATARIC.pdf>

TEMA: SEKSUALNO ZLOSTAVLJANJE

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Dan koji je sve promijenio

Prošla su tri mjeseca otkako sam se u školu, nakon praznika, vratila bez osmijeha. Do tih sam se praznika često sa svojim prijateljima iz razreda smijala i najsitnijim našim glupostima za vrijeme odmora ili sata. Uvijek smo moja prijateljica Ana i ja nekako u tome smijehu bile najglasnije, a sada... sjedim u razredu kao da nisam s njima. U svojim mislima, u svojoj tajni. Tek povremeno do mene dopire njihov i dalje isti smijeh, ali meni više ništa nije smiješno. Ana me je u početku pokušavala uvući u te naše razredne priče, misleći da me nešto boli ili da mi je loš dan, a sada me promatra pokušavajući otkriti što se događa. Ja više nisam ta njezina najbolja prijateljica. Ne usudim se nikome ništa reći, pa čak ni njoj s kojom sam dijelila sve svoje, i najsitnije tajne.

To mi je ljeto počelo kao u snovima. Meni, koja sam uvijek vjerovala da su svi dobronamjerni i da se loše stvari događaju daleko od mene, ljetni san pretvorio se u noćnu moru. A počelo je tako da čak nisam ni prepoznala što se događa. On, kojega sam godinama susretala samo ljeti i za kojega sam vjerovala da me doživljava kao kćer, odjednom je promijenio svoje ponašanje. To jutro, kada smo slučajno ostali sami, proživjela sam pravi užas. Neprekidno vrtim film, kako je moguće da mi se to dogodilo. Već četvrti mjesec povremeno me presretne i prisiljava na nešto što ne želim, ali uz prijetnju da će, ne pristanem li, otkriti tu tajnu... pristajem. Osjećam se loše, prljavo, mrzim samu sebe, želim samo plakati, osjećam krivnju, ne znam mogu li iz toga izaći...

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila.

Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.

A

Ne bih nikome rekao/
rekla.

B

Rekao/rekla bih
najboljem prijatelju/
prijateljici.

C

Rekao/rekla bih odrasloj
osobi (roditeljima,
razredniku ili stručnoj
službi u školi).

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **MEĐU NAMA**

Redateljica: Petra Balekić

Scenarij: Petra Balekić

Animacija: Petra Balekić, David Lovrić, Kata Gugić, Daniel Damm

Glazba: Svemirko

Oblikovanje zvuka: Andrea Martignoni

Dizajn: Petra Balekić

Montaža: Marin Juranić

Producentica: Maša Udovičić

Produkcijnska kuća: Luma Film

Filmski rod: animirani film

Žanr: drama

Godina: 2021.

Trajanje: 10.44

Poveznica: <https://croatian.film/hr/films/70208/watch>

SINOPSIS

Ema se nakon dugo vremena vraća u rodni grad zbog iznenadne bolesti oca. Prilikom boravka u rodnoj kući naviru joj sjećanja na djetinjstvo, pri čemu naslućujemo da postoji neki problem u obiteljskim odnosima. Problem se naslućuje i kada pratimo Emin odnos prema bolesnom ocu, pri čemu svjedočimo njezinoj uznemirenosti. Međutim, kada Ema slučajno nađe kutiju punu staklenih snježnih kugli u obiteljskoj kući, saznajemo da ju je otac u djetinjstvu seksualno zlostavljao, pri čemu bi joj kao poklon darivao snježne kugle.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se početnih kadrova filma i navedite na što su oni upućivali.

(glavni lik bi mogao biti Ema, odnekuda je doputovala, čini se da ju nešto muči)

Opišite Emin dolazak do pokretnih vrata na izlasku iz prostora zračne luke.

(Ema dolazi do pokretnih vrata, vrata se otvaraju, Ema ne izlazi, vrata se zatvaraju, Ema ima ozbiljan izraz lica, zaklopi oči, ponovno ih otvori, nečujno uzdahne, vrata se ponovno otvore, Ema izađe)

Razmislite što su naglasila pokretna vrata u zračnoj luci.

(Emino oklijevanje, Emin povratak u prošlost, suočavanje sa sjećanjima, proživljavanje prošlih događaja, susret s ocem)

Navedite Emine osjećaje u opisanim kadrovima (Emin izlazak iz prostora zračne luke).

(nelagoda, potištenost)

Zaključite na koji nas način redateljica uvodi u zaplet filma.

(Ema izlazi iz tačsija, vuče kofer, dolazi na ulaz u dvorište obiteljske kuće, bude se sjećanja)

Razmislite jesu li se njezini osjećaji promijenili kada je ušla u dvorište svoje obiteljske kuće. Obrazložite.

(ne, ostala je i dalje potištena – naviru sjećanja koja su joj bolna, gruba majka, otac kojega se boji, bijeg pred ocem)

Navedite na koji su način prikazana sjećanja.

(Ema stoji na početku dvorišta, njezina su sjećanja prikazana prozirnim crtežima, samo obrisima, ona se pojavljuju i nestaju, vidi majku koja vješa rublje, sebe kao djevojčicu koja je radosna, igra se na travi, čuju se popratni zvukovi otresanja rublja prije vješanja na užu, Emimi uskllici radosti, vidi se otac koji stoji ispred kuće)

Prisjetite se zvuka koji je naglo promijenio raspoloženje Eme kao djevojčice.

(strogi povik oca i tihi, uplašeni usklik Eme)

Opišite kadar koji otkriva odnos roditelja prema Emi.

(Ema ulazi u kuću, ispred nje trči djevojčica Ema (sjećanje), prolazi pored

blagovaonice, pogleda u prostoriju (sjećanje – vidi sebe, majku i oca za vrijeme objeda, majka je gruba, otac je nježan)

Razmislite što je u tom trenutku povezalo prošlost i sadašnjost.

(zujanje muhe, Ema se sjeća majčine grubosti za vrijeme objeda, dolaska oca do nje za stolom, Ema je tužna i nesretna, muha počne zujati ispred njezina lica, u sadašnjosti muha dolazi do Eme i zuji joj oko glave, Ema rukom odmahuje, gleda u blagovaonicu, na stolu su ostaci njihova objeda i muhe koje lete iznad stola, iznad ostataka hrane).

Zaključite što otkriva da Emin otac nije prema njoj nježan kako je to izgledalo za vrijeme objeda.

(Ema dolazi ocu u bolnicu, u trenutku kada rukom želi otvoriti vrata bolničke sobe, sjeti se djetinjstva i otvaranja vrata sobe u obiteljskoj kući, oca koji sjedi na krevetu, puši i poziva ju rukom da priđe, Ema je nesretna)

Opišite kako je u filmu naglašeno Emino psihičko stanje kada dođe do vrata bolesničke sobe.

(Ema dolazi do vrata, prikazuje se broj sobe 303, zastane, slijedi spuštanje pogleda na kvaku, vide se Ema i njezina ruka, naglašena u prvom planu, u pokretu prema kvaki, Ema zastane, okrene se, pogleda niz hodnik, počinje tiha glazba, Ema otvara vrata i slijede sjećanja – ugleda oca na krevetu u sobi obiteljske kuće, otac puši, gleda ju, poziva rukom da mu priđe)

Razmislite što je naglašeno povezivanjem sjećanja na sobu iz obiteljske kuće i sobe u bolnici.

(naglašena je suprotnost, soba iz djetinjstva i grub otac siguran u sebe nasuprot jednostavnoj bolesničkoj sobi s krevetom u kojem leži bespomoćni starac, Emin otac)

Zaključite kako je zvukom u filmu naglašeno Emino psihičko stanje.

(pojedini kadrovi u filmu su bez zvukova, tišina naglašava Eminu tjeskobu, Emini koraci čuju se glasno bez popratnih zvukova ili su naglašeni uz zvukove ulice kojom prolazi, čuju se uzdasi straha, otpuhivanje dima cigarete, zvuk snježnih kugli, očev dugi zvuk za čuvanje tajne – šššššššššššš)

Prisjetite se kadra u kojem Ema u stvarnom vremenu ponovno osjeti strah.

(Ema ulazi u bolesničku sobu, otac bespomoćno leži, spava, teško diše, Ema odlaze stvari na ormarić, otac ispusti neartikulirani zvuk, Ema se naglo okrene, otac se probudio, Ema je prestrašena, teško diše, uznemirena je)

Opišite kadrove koji otkrivaju ulogu snježnih kugli.

(Ema posprema obiteljsku kuću, otvara ormar, ugleda punu kutiju staklenih snježnih kugli, odrasla Ema pretvara se u djevojčicu Emu, iznad koje se nadviija velika sjena oca, otac joj pruža snježnu staklenu kuglu, stavlja kažiprst na

usta i ispusti zvuk za tišinu, snježne staklene kugle bile su poklon nakon seksualnog zlostavljanja i poziv da nikome ništa ne otkriva.)

Prisjetite se trenutka u kojem se taj kadar ponavlja.

(Ema dolazi u bolnicu, otvara bolesničku sobu, otac nije u krevetu, čuje neki zvuk, trzne se prestrašeno, u dnu hodnika vidi bolničara koji vodi njezina nemoćnog oca, vraćaju joj se sjećanja, otac prilazi hodnikom, dolazi do nje, nad njom se nadvija velika sjena oca, gleda ga nemoćno, daje joj snježnu staklenu kuglu, Ema ju uzima, otac ju gladi po glavi, ruci, drži njezinu ruku)

Opišite kadar u kojem otac rukom poziva Emu. Obrazložite izbor filmskoga plana.

(krupni plan, naglašava izraz lica, glava oca naslonjena je na ruku u kojoj je cigareta, povlači dim, samo je žar cigarete crven, otpuhuje dim cigarete, značajno gleda Emu i rukom je poziva da dođe, kadar je ponovljen dva puta, obrazloženje, naglašeno je što je na Emu ostavilo dubok trag, trenutak kojega se najviše bojala, trenutak kada je poziva da dođe...)

Zaključite kako su odabirom kuta iz kojega su prikazani Ema i otac naglašeni njihovi odnosi.

(Ema je prikazana odozgo, čime se naglasila njezina potlačena uloga, nemoć i strah, otac je prikazan odozdo i time je naglašena njegova nadmoć)

Navedite što je Emu vratilo u sadašnjost. Opišite njezinu reakciju.

(neartikulirani, nemoćni zvuk oca, otac ju je držao za ruku, Ema je užasnuto istrgnula svoju ruku iz očeve, otac je pao, Ema nije reagirala, samo ga je gledala, osoblje bolnice priskočilo je ocu u pomoć, otac je davao slabe znakove života, Ema se okrenula i otišla iz bolnice)

Razmislite koji detalj na ocu naglašava njegovu grubost prema Emi.

(otac je i u sjećanjima i u stvarnosti u kućnom ogrtaču)

Zaključite što je značila snježna staklena kugla u kojoj je bio taksi kojim je Ema odlazila u zračnu luku.

(sjećanja na djetinjstvo i seksualno zlostavljanje zauvijek će ostaviti trag na Emu)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju.

Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Ne bih nikome rekao/rekla.

Maloljetna osoba, koja je seksualno zlostavljana, osjećat će se, zadrži li to za sebe, sve lošije. Osjećat će sve veći strah, može imati napadaje panike, osjećaj srama, straha, ljutnje, mržnje, tuge, nelagode, krivnje, gubi interes za sve, pa čak i za ono što ga/ju je do tada veselilo, izolira se, ima poteškoća sa spavanjem, popušta u školi, moguće su i neke bolesti (posebno spolno prenosive), povlači se u sebe i sve više gubi samopouzdanje, postaje depresivan/depresivna. Važno je da se nekome povjeriš kako bi se riješio/riješila tereta koji nosiš. Razmisli u koju odraslu osobu imaš zaista povjerenja. To mogu biti roditelji, razrednik/razrednica, netko od učitelja ili stručne službe škole. Oni će znati što napraviti da ti pomognu i zaštite te. Ako za to nemaš hrabrosti ili nisi siguran/sigurna, možeš li se ikome od odraslih povjeriti, nazovi Plavi telefon za pomoć na broj 01/4833-888 i anonimno im izloži svoj problem. Oni su tu da ti pomognu. Pružit će ti podršku i pomoć kako iz problema izaći. Važno je znati da te odrasli neće osuđivati jer nisi ti za to kriv/kriva.

B

Rekao/rekla bih najboljem prijatelju/prijateljici.

Maloljetna osoba, koja se povjeri najboljem prijatelju/prijateljici, može trenutačno osjetiti olakšanje, ali povjeravanje prijateljici/prijatelju može otići u tri smjera:

1. Sve ostaje na povjerljivom razgovoru između dviju osoba. Zlostavljana osoba i dalje se osjeća sve lošije jer se ništa ne mijenja, osjeća sve veći strah, može imati napadaje panike, osjeća sram, strah, ljutnju, mržnju, tugu, ne-

lagodu, krivnju, gubi interes za sve, pa čak i za ono što ga/ju je do tada veselilo, izolira se, ima poteškoća sa spavanjem, popušta u školi, moguće su i neke bolesti (posebno spolno prenosive), povlači se u sebe i sve više gubi samopouzdanje, postaje depresivan/depresivna.

2. Prijatelj/prijateljica (očito lažni) sve ispričaju drugom prijatelju/prijateljici i uskoro se priča o zlostavljanju proširi. Zlostavljana osoba osjeća se još lošije, poniženo, prevareno i sve što je osjećala i prije, strah, paniku, sram, ljutnju, mržnju, tugu, nelagodu, krivnju, gubi interes za sve, pa čak i za ono što ga/ju je do tada veselilo, još se više izolira, izbjegava odlazak u školu i susrete s vršnjacima, ima poteškoća sa spavanjem, popušta u školi, moguće su i neke bolesti (posebno spolno prenosive), povlači se u sebe i potpuno gubi samopouzdanje, postaje depresivan/depresivna.

3. Prijatelj/prijateljica ozbiljno razgovara sa zlostavljanom osobom, nagovara ga/ju da se povjeri odrasloj osobi (roditeljima, razredniku, stručnoj službi u školi, nazove Plavi telefon za pomoć na broj 01/4833-888 i anonimno im izloži svoj problem). U tom će slučaju odrasla osoba zlostavljanoj osobi pružiti podršku i pomoć kako iz problema izaći. Važno je znati da te odrasli neće osuđivati jer nisi ti za to kriv/kriva.

C

Rekao/rekla bih odrasloj osobi (roditeljima, razredniku ili stručnoj službi u školi).

Odrasla osoba će znati što učiniti. Pružit će ti podršku i osnažiti pozitivne emocije. Neće te osuđivati jer ti nisi kriv/kriva za seksualno zlostavljanje. Tvoji bližnji voljet će te i dalje, razumjeti tvoje osjećaje i bojazni te te poduprijeti u povratku svakodnevnom životu. Svakako najbolje rješenje.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

Mobitelom snimite kratki film na polazni, problemski tekst.

Napišite komentar na film *Među nama* redateljice Petre Balekić

Pročitajte tekst pod naslovom *Seksualno iskorištavanje djece putem interneta i spolno zlostavljanje* na stranicama Ministarstva unutarnjih poslova,

Ravnateljstvo policije. Potaknite među vršnjacima raspravu o pročitanoj tekstu.

Poveznica: <https://policija.gov.hr/prevenција/racunalna-sigurnost/seksualno-iskoristavanje-djece-putem-interneta-i-spolno-zlostavljanje/461>

IZVORI:

Internetska platforma croatian.film. (n.d.). *croatian.film*. <https://www.croatian.film/hr/>

Ministarstvo unutarnjih poslova Republike Hrvatske, Ravnateljstvo policije. (n.d.). *Seksualno iskorištavanje djece putem interneta i spolno zlostavljanje*. <https://policija.gov.hr/prevenција/racunalna-sigurnost/seksualno-iskoristavanje-djece-putem-interneta-i-spolno-zlostavljanje/461>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

TEMA: STRAH OD NEUSPJEHA, UPORNOST

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Uvijek doživljam neuspjeh

Često promatram svoje vršnjake i razmišljam kako im sve uspijeva. Čini mi se kao da ne ulažu nimalo truda, a postižu čak i više no što su očekivali. Ponekad potonem, ne pred njihovim uspjehom, nego pred svojim neuspjehom. Zašto ja nikada, ali baš nikada, ne mogu doći do željenoga cilja? Ili je to vrlo, ali zaista vrlo rijetko. Toliko rijetko da padam u teške misli i osjećam da tonem. Meni se ne isplati truditi. Sav moj trud je uzaludan. Ionako će biti isto. Neuspjeh. On je postao dio moje svakodnevnice. Moji me roditelji potiču, ali ja nemam motivacije. Želio bih, no ništa se ne događa. Stojim u mjestu bez ikakve nade. Povremeno sjednem uz knjigu i bilježnicu i počnem učiti. Ali i kad učim uporna dva sata, dogodi se – ništa. Osjećam se loše i nemoćno. Mogu li ja to uopće? Svakim mi je danom samopouzdanje sve niže i niže. Teško to podnosim. Pokušavam sakriti svoja razmišljanja i svoja nadanja. Moji bližnji primjećuju što se događa. Bježim od razgovora, a oni kažu da bježim od obveza. Pa kako bježim?!? Danas sam ponavljao dva sata. Jučer jedan, za vikend nisam jer je bio vikend... I sutra ću učiti, iako uzalud. Već unaprijed znam što će se dogoditi pa to i očekujem.

Mislim da tu nema pomoći. Kod mene je to tako i ništa se ne može i neće promijeniti. Lakoća s kojom neki rješavaju zadatke ili odgovaraju meni je nedostižna.

Uzalud su moje želje i moj trud! Tužan sam zbog toga.

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila. Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.		
A Odustajem. Trud je uzaludan.	B Pokušavat ću i dalje, ali znam da je uzaludno.	C Očito nešto moram poduzeti, ali ne znam što.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **UZBUDLJIVA LJUBAVNA PRIČA**

Redateljica: Borivoj Dovniković Bordo

Scenarij: Borivoj Dovniković Bordo

Animacija: Borivoj Dovniković Bordo

Scenografija: Borivoj Dovniković Bordo

Glazba: Davor Rocco

Kamera: Valerija Radanović

Montaža: Tea Brunšmid

Produkcija: Zagreb Film

Filmski rod: animirani film

Godina: 1989.

Trajanje: 5:48

Poveznica: <https://zagrebfilm.hr/filmovi/uzbudljiva-ljubavna-prica/>

NAGRADE:

Festival jugoslovenskog dokumentarnog i kratkometražnog filma, Beograd '89. – Grand prix

Animafest, Zagreb '89. – nagrada žirija

Festival du Film d'Animation, Bourg-en-Bresse '89.

– nagrada žirija mladih za najbolji kratki film

Titograd '89. – nagrada za najbolju animaciju

Treviso '90. – 3. nagrada Mr. Linea za najbolji scenarij kratkog filma



Fotografija iz filma – snimka zaslona

SINOPSIS

U ekranu razdijeljenom na autohtona polja pratimo muku malog čovjeka da dođe do svoje ljubavi. Vodi ga instinkt i njezin glas. Preko prepreka prirode i okoliša stići će do nje. Prepreke će se srušiti, ljubav će pobijediti.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Razmislite na koji je način već prije početka filma otkriveno o kakvoj će priči u filmu biti riječi.

(na ekranu se vidi veliko crveno srce, preko srca piše naslov filma na hrvatskom jeziku, a zatim na još nekoliko jezika, glazba je prigodna, na kraju prestaje)

Prisjetite se što prikazuje početak filma.

(u kadru se pojavljuje osam istih polja, bijele su boje unutar crne podloge, čuje se muški glas koji doziva Gloriju, čuju se brzi koraci koji su sve bliži)

Navedite u kojem se polju ponovno čuje ista glazba.

(prvom – u njemu se istovremeno prikazuje crtež i ponovno čuje ista glazba, crtež prirode, brdo, drveće, planine, bez ljudi)

Opišite kada i na koji način upoznajemo muški lik u filmu.

(u prvom polju, noge se spuštaju s vrha polja, muški lik skoči na tlo, ogleda se oko sebe, dođe do drugoga polja, kuca, prislanja glavu na rub polja i prisluškuje, odlazi na drugi kraj polja, poziva Gloriju, čuje njezin glas na više strana, trči u dubinu kadra, vraća se, penje po rubu drugoga polja, na vrhu izlazi iz kadra)

Razmislite kako je zvuk nacrtan u prvome polju.

(kucanje na drugo polje – kratke crte u krugu šire se i nestaju, niz vodoravnih crta prolazi kroz muški lik, a označavaju ženski glas koji mu se javlja na više strana kao eho, Glorijino javljanje prikazano je kroz nekoliko polja kao bljeskovi – četvrto polje, tunel, sedmo polje, dvorac, treće polje, visoki most, šesto polje, gusta, tamna šuma)

Zaključite na koji su način crte prepoznatljive kao zvuk.

(animirane su, u pokretu)

Opišite na koji način muški lik/Miki ulazi u drugo polje.

(cijeli kadar filma se tresu, čuju se udarci pokušaja ulaska u polje, padaju crni odlomljeni komadići, na kraju pada i Miki, no ne zaustavlja se u drugom polju, probija šesto polje i pada u njega)

Prisjetite se je li se Miki pokušao vratiti u drugo polje.

(ne, ostaje u šestom polju, u pustinji, umoran je, ispušta zvukove teškoga disanja, žedan je, dolazi konobar i donosi mu čašu, Miki uzima, nagne da bi popio vodu, okreće čašu, čaša je prazna, odbacuje čašu, čuje se zvuk razbijanja čaše, ispod njega kroz pijesak prođe zmija, Miki dolazi do sedmoga polja, pokuca, prislanja glavu, čuje zvuk slapova, poskoči od sreće, nasmijan je i sretan, zadovoljno trlja ruke, počne kopati pijesak kako bi prošao u sedmo polje, iz sedmoga polja prodre voda, proširi se i na peto polje, potopi Mikija, Miki ispliva u petom polju)

Opišite što je u petom polju Mikiju bila glavna prepreka.

(hladnoća – Mikiju je voda u petom polju do koljena, sve je bijelo, nigdje nema ničega, zbunjeno se ogledava, iza njega pojave se planine, čuje se fućkanje jakoga vjetra, Miki se tresе od hladnoće, na licu mu se vide nemoć i nezadovoljstvo, oslobađa noge od snijega i leda, pozove Gloriju, čuje Glorijin glas koji se odaziva, Miki sretno poskoči, potrči u dubinu polja, nestaje između planina, polje postaje bijelo)

Razmislite kako se Miki u četvrtom kadru riješio prepreke.

(vidi se izlazak iz tunela, čuje se zvuk trčanja, iz tunela istrči Miki, stane, ogledava se, čuje se zvuk vlaka, Miki skoči na vrh tunela, tunel se uruši, pretvori se u oblik dugačke cijevi, Miki ju podiže i odbacuje iz polja, stane u praznom polju i očajno doziva Gloriju, čuje Glorijin glas kako se odaziva, sretno dolazi do trećega polja, otvara vrata trećega polja i ulazi)

Zaključite je li tunel za Mikija bio prekretnica.

Objasnite kako je to prikazano u filmu.

(da, Miki je prepreku s tunelom i vlakom riješio i time bio bliži svojem cilju, pronalasku Glorije; nakon toga doziva Gloriju, Glorija se javlja, ali ne više kao eho, glas je bliži; polja kroz koja se širi zvuk Glorijina javljanja više nisu razbacana, nego u nizu; Miki s lakoćom otvara vrata i ulazi u treće polje, čuje se nježna glazba)

Opišite na koji je način u filmu prikazan sve lakši prolaz kroz prepreke.

(Miki stoji u trećem polju, čuje zvonjavu telefona, javlja se, tiho doziva Gloriju, veza nije uspostavljena, pokušava osposobiti vezu, okreće se u nedoumici što da napravi, otvara vrata drugoga polja, u drugom polju pada jaka kiša i čuje se grmljavina, vraća se po kišobran u treće polje, prolazi kroz drugo polje, vrata prvoga polja sama se otvaraju, ulazi u prvo polje, tresе se od hladnoće, prolazi kroz snijeg, doziva Gloriju, poziva lift, liftom se spušta u peto polje, ulazi u šesto)

Razmislite zašto je u šestom polju prikazan prolazak broda.

(Miki je u šestom polju plivao kako bi prošao prepreku, nakon njegova prolaska prošao je veliki brod, veliki brod dodatno naglašava Mikijev trud i upornost, prepreka nije bila mala)

Zaključite što se pojavom Mikija u sljedećem polju postiglo.

Objasnite opisom.

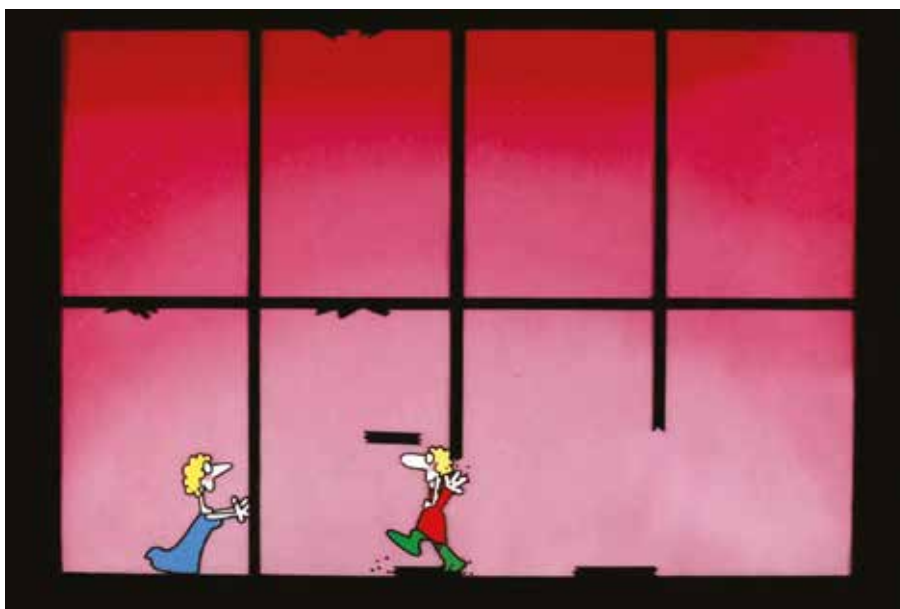
(put do cilja često vodi preko prepreka, bitno je ne odustati; Miki izlazi čađav iz dimnjaka kuće, veže sajlu i spušta se, otvara se nastavak kuće u osmom polju, Miki se uspješno spušta na tlo, povlači sajlu s dimnjaka kako bi je oslobodio, kuća se ruši, Miki je u ruševini, staje na vrh ruševine, gleda život grada, doziva Gloriju)

Opišite kako je Miki na kraju došao do cilja, našao se s Glorijom.

(Miki stoji na vrhu planine, hladno je, doziva Gloriju; Glorija se pojavljuje u četvrtom polju, stoji na vrhu planine, hladno je, doziva Mikija, okrenuti su jedno prema drugome, Miki pada s vrha planine, Glorija je prestrašena, nestaje polje u kojem je Glorija, Miki se ponovno penje na vrh planine, silazi s planine, doziva je, sva polja su bijela, čuje se samo Mikijevo dozivanje i trčanje, polja nestaju i ponovno se pojavljuju, Miki pali svjetlo u prostoriji koja podsjeća na tamnicu, polja se okreću kako bi se oslobodio, kroz polja trči Glorija, doziva Mikija, Miki trči dozivajući Gloriju i pojavljuje se kratko u različitim poljima; Miki i Glorija nađu se blizu, između njih su samo dva polja, oduševljeni su, njihova polja se zacrvene, zatim i cijeli kadar, raširenih ruku Miki ruši prepreke, preostala dva polja, Glorija ga dočekuje raširenih ruku, grle se)

Zaključite što je Mikiju davalo poticaj da ustraje.

(snažna motivacija, Glorijin glas koji je povremeno čuo, cilj koji želi postići, ljubav)



Fotografija iz filma – snimka zaslona

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju.

Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Odustajem. Trud je uzaludan.

Strah od neuspjeha može te spriječiti da ustraješ u postizanju željenoga cilja, može te paralizirati. U tom ćeš slučaju izgubiti mogućnost za profesionalni rast. Dopustit ćeš da ti samopouzdanje sve više pada. Pokušaj razgovarati sa školskim psihologom. Zatraži savjet kako da prebrodiš teret koji носиš. Bitno je da se pokreneš. Za početak, navedeno vrijeme učenja nije dovoljno da bi postigao/postigla svoj cilj. Učenici su, kao i odrasli, različiti. Nekima treba više truda za postizanje cilja, a nekima manje. Važna je i kvaliteta učenja. Budi usredotočen/usredotočena. To nikako ne znači da oni koji trebaju uložiti više truda ne mogu postići isti, a ponekad čak i bolji uspjeh. Vjeruj u sebe. Postoje načini koji strah od neuspjeha mogu riješiti.

B

Pokušavat ću i dalje, ali znam da je uzaludno.

Nikad nije uzaludno. Važno je da čvrsto odlučiš ustrajati. Strah od neuspjeha tvoja je najveća kočnica koja te blokira. On te potiče na izbjegavanje izazovnih situacija. Sam/sama sebi na taj način postavljaš prepreke, a one te sprječavaju da koristiš svoje mogućnosti. Imaš ih i samo im trebaš dati stvarni, jači poticaj da izađu na vidjelo. Ne ustraješ li u tome, sam/sama sebi uskraćuješ priliku za napredak. Postani toga svjestan/svjesna, ali i činjenice da moraš uložiti više truda. Svakako razgovaraj s odraslom osobom koja ti može dati praktične savjete kako da taj strah, kočnicu prebrodiš. U tome ti može pomoći školski psiholog.

C

Očito nešto moram poduzeti, ali ne znam što.

Budući da si svjestan/svjesna da tvoje stanje nije beznadno i da ti je stalo promijeniti ga, već si riješio/riješila jedan dio puta do uspjeha. Svakako razgovaraj s odraslom osobom, npr. sa školskim psihologom, koja ti može dati praktične savjete. Ustraj u postizanju cilja. Pogreške se ne događaju samo tebi. One su dio života, pa tako i tvojega na putu do uspjeha u učenju. Na njima se uči, one nam pomažu da postanemo snažniji. Pokazuju nam da nešto moramo promijeniti. Pogreške su tu da nam omoguće učenje iz vlastitih iskustava. Nisi jedini koji ih radi i kojima se one događaju. Prihvati ih, prepoznaj njihovu poruku i kreni dalje na putu do željenoga cilja.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

Razgovarajte sa psihologom/psihologinjom u školi. Neka vam savjetuje kako prebroditi strah od neuspjeha u učenju. Razgovor snimite mobitelom te ga

prikažite u razredu na satu razrednika. Potaknite raspravu o savjetima.

Napišite komentar na film *Uzbudljiva ljubavna priča* redatelja Borivoja Dovnikovića Borde.

Napišite nastavak polazne priče. Razmislite je li autor uspio riješiti svoj problem i ako jest, kako.

IZVORI:

Zagreb film. (n.d.). *Zagreb film*. <https://zagrebfilm.hr/>

Budi DOBRO. Budi CE. (n.d.). *Kako pobijediti strah od neuspjeha kod djece*.

<https://www.budidobrobudice.com/sos-djecje-selo/kako-pobijediti-strah-od-neuspjeha-kod-djece>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

TEMA: STRES I TRAUMA

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Stres mi pritišće misli

Osjećam da nisam kao oni. Vidim. Znam. I njihovi pogledi mi to govore. A volio bih biti poput njih. Bliski su mi, a opet nekako daleki. Njihove brige meni su tako jednostavne da su mi gotovo nebrige. Ponekad su mi smiješne, iako im se ne smijem. Moje se vrte u svijetu odraslih i često se pitam zašto je to tako. Zašto baš meni i zašto baš ja?

Volio bih razmišljati o голу o kojem svi danas tako žučno raspravljaju, porječkati se s vršnjacima oko zaključka je li sudac pošteno sudio i hoće li i koji klub otići u finale.

Želio bih s vršnjacima sjediti u parku i pričati o ispitima, profesorima, pravednom i nepravdom ocjenjivanju, o šalabahterima. Želio bih se smijati školskim provalama i dogodovštinama. Želio bih bacati kamenčiće u zrak, hvatati ih i ne razmišljati ni o čemu. Želio bih se sretno zaljubiti i maštati o njezinu skrivenom pogledu, osmijehu i rumenilu u licu.

U tim mojim željama nema mjesta za mene. Moje je mjesto negdje drugdje. U njemu nema bezbrižnosti, ludoga smijanja unedogled. Ono je svijet svakodnevnih borbi i nadom isprepletenih dana. Nadom koju gotovo neprekidno opsjeda strah.

Tjeskoba me svako jutro budi. I ne posustaje. Osjećam da me guši. Ima sa mnom neki plan, a ja ga ne mogu razaznati. Pritišće me i ne dopušta mislima da se razbistre. Što ako...?

Što ako što? Ako ne uspijem u onome što se od mene očekuje? Ako tati...? Ako mami...? Ako ja? I u trenutku osjetim bol koja se naglo proširila trbuhom. S grčem na licu sagnem se. Bolno se savijem. Ne snalazim se u svojem tijelu. Što se događa?

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

<p>Razmisli kako bi ti u ovoj situaciji postupio/postupila. Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.</p>		
<p>A Preputio/preputila bih se u nadi da će proći.</p>	<p>B Povjerio/povjerila bih prijatelja/prijateljici kako se osjećam.</p>	<p>C Ispričao/ispričala bih roditeljima, razredniku/razrednici ili stručnoj službi što mi se događa.</p>

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **MARKO**

Redatelj: Igor Dropuljić

Scenarij: Igor Dropuljić

Uloge: Nikola Milanović, Snježana Novaković, Nada Kovačević, Franko Jakovčević, Albert Kazi, Lena Krstičević, Toni Vrdoljak, Stipe Matas

Direktor fotografije: Jure Cukar

Snimatelj zvuka: Jan Tomić

Montaža: Igor Dropuljić

Producentica: Tamara Bilankov

Produksijska kuća: Umjetnička akademija u Splitu

Filmski rod: igrani film

Žanr: drama

Godina: 2013.

Trajanje: 10.15

Poveznica: <https://croatian.film/hr/films/8188>

NAGRADE:

Tabor film festival – specijalno priznanje žirija za režiju filma Marko, 2025.

UNICA – brončana medalja za kratki igrani film Marko, 2014.

SINOPSIS

Dok većina njegovih vršnjaka vrijeme provodi na igralištu, dvanaestogodišnji Marko je s druge strane ograde i suočava se sa svijetom odraslih.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se prvoga kadra i opišite ga.

(oronuli prozori stare kuće iza rešetaka, čuje se neodređeni zvuk, vidi se skok dječaka u kadar, plastičnom bocom tijekom hoda proizvodi zvukove na rešetkama, kamera prati Marka, otkrivamo da su rešetke ograda, Marko dolazi do kraja ograde, udara je bocom, dolazi do plastične vreće, ubacuje u nju bocu, podiže plastičnu vreću s bocama, odlazi)

Razmislite kako je snimanjem prvoga kadra naglašeno što Marko radi.

(Marko drži bocu, boca dolazi do izražaja jer je u prvom planu, Marku se ne vidi glava, vidi se ruka koja povlači bocu po ogradi)

Zaključite kako je zvuk već u prvom kadru naglasio Markovo skupljanje boca.

(naglašeni zvukovi, udaranje plastične boce o rešetke ograde, završni Markov udarac bocom o završetak ograde, šuštanje vreće za odlaganje plastičnih boca, udarac ubačene boce u vreću, prigušeni zvukovi, pozadinski tihi zvukovi atmosfere)

Razmislite u koliko je kadrova snimljen početak filma, Markovo udaranje bocom o ogradu, stavljanje boce u plastičnu vreću, podizanje vreće i odlazak.

(jedan dugi kadar)

Objasnite što se jednim dugim kadrom postiglo.

(naglašen je Markov način života, monotonija sakupljanja boca, težak život tinejdžera, neimaština i potreba za dodatnim prihodom)

Prisjetite se jesu li kadrovi koji slijede kratki ili dugi. Obrazložite.

(slijedi nekoliko dugih kadrova u kojima pratimo Marka koji s vrećom na ramenu prolazi ulicama, zaviruje u kontejnere s plastikom i nastavlja hodati)

Opišite kako je kamera snimala duge kadrove u kojima Marko hoda s vrećom na ramenu.

(kamera u mjestu, statična, Marko prolazi kroz kadar, statična kamera dočekuje Marka, Marko zaviruje u kontejner, Marko nastavlja hodati prema kameri, kamera se u istom kadru pomiče, vožnja ili far, i snima Marka odnaprijed pokazujući njegov izraz lica, zatim ga kamera slijedi, vožnja ili far)

Zaključite što se izborom dugih kadrova i načinom snimanja postiglo.

(naglašavanje Markova načina života, isticanje istih dana i Markove borbe za svakodnevnii život)

Opišite kadrove u kojima Marko na trenutak postaje bezbrižni tinejdžer.

(Marko hoda s vrećom plastičnih boca, zamišljen je i ozbiljan, sve glasnije se čuju dječji povici, nedaleko od Marka doleti lopta, Marko ispusti vreću, dotrči do lopte, kratko se s njom igra, a onda je pukne preko visoke ograde djeci, ponovno uzima vreću i nastavlja hodati)

Zaključite kako je zvukovima naglašena suprotnost života djece na igralištu i Marka.

(djeca na igralištu, radosna vika nakon što im Marko pukne loptu preko visoke ograde, kod Marka, zvuk podizanja plastične vreće s bocama)

Razmislite na koji je način kamerom naglašeno Markovo psihičko stanje prije i nakon ponovnog susreta starijega tinejdžera.

(izborom planova i vrstom pokretne kamere, prije susreta Marko je snimljen krupno, prikazuje se izraz lica, Marko djeluje zamišljeno, ozbiljno, pomalo tužno, ali mirno, nakon ponovnog susreta sa starijim tinejdžerom kamera prati Markovo trčanje, nemirna je, kamera iz ruke)

Zaključite koja je uloga nemirne kamere tijekom snimanja Markova trčanja.

(naglašava Markov strah i nastojanje da pobjegne od nasilnog starijeg tinejdžera)

Navedite što je izazvalo Markovo nasilničko ponašanje.

(stariji tinejdžer mu je uzeo novac koji je dobio za vraćene boce)

Iznesite svoje mišljenje o njegovu postupku. Obrazložite.

(individualni odgovori učenika)

Razmislite je li Markov postupak prema starijem tinejdžeru mogao završiti tragično. Obrazložite svoj odgovor.

(individualni odgovori učenika)

Zaključite može li se nasilje riješiti nasiljem. Obrazložite svoje mišljenje.

(individualni odgovori učenika)

Kratka rasprava o odgovorima učenika na prethodna tri zadatka.

Opišite kadrove koji otkrivaju da je Marko kao većina tinejdžera.

(Marko se vozi u autobusu, djevojčica ga pogleda, osmjehne mu se, Marko se osmjehne – simpatija među vršnjacima; Marko na kraju filma vadi cigaretu i zapali je, kašlje – tinejdžerski eksperimenti i znatiželja)

Prisjetite se kadrova koji otkrivaju razlog Markova skupljanja boca.

(Marko tiho ulazi u majčinu sobu, majka leži na krevetu, spava, bolesna je, prima infuziju, Marko tiho otvara ladicu ormarića, uzima ženski novčanik, u novčanik stavlja novčanice, izlazi iz sobe; majka je bolesna, potreban im je novac za život)

Razmislite je li majka od Marka očekivala da se brine o svakodnevnim potrebama za život. Obrazložite svoj odgovor.

(ne, majka ga je pitala gdje je bio cijeli dan, a na Markov odgovor da je s prijateljima igrao nogomet cijeli dan, nježno odgovara da večera i ode spavati)

Zaključite zašto Marko nije majci htio reći istinu.

(znao je da mu ona ne bi dopustila skupljanje boca, ne bi željela da se brine zbog nje i teškoga života, nije ju želio zabrinuti i rastužiti)

Navedite što Markov odgovor majci govori o njemu. Obrazložite svoj odgovor.

(individualni odgovori učenika)

Opišite posljednji kadar u filmu.

(Marko ulazi u svoju sobu, dolazi do svojega kreveta, poluležeći vadi upaljač i cigarete koje je uzeo nasilniku, uzima jednu cigaretu, zapali je, kašlje, kamera se pomiče i prikazuje grad u noći, svjetla, ulice)

Razmislite što je posljednjim kadrom u filmu istaknuto.

(Marko je znatiželjni tinejdžer koji želi isprobati svoju prvu cigaretu, pala je noć, još je jedan dan iza njega)

Zaključite ima li Marko bezbrižno djetinjstvo. Obrazložite.

(individualni odgovori učenika)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju.

Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Prepustio/prepustila bih se u nadi da će proći.

Osjećaj straha i tjeskobe pojačavat će se. Tvoji strahovi mogu postajati toliko snažni da tijekom dana ne razmišljaš ni o čemu drugom. Povlačit ćeš se u sebe, izbjegavati vršnjake, osjetiti bolove u trbuhu, glavobolje, iscrpljenost, pojavit će se probavne smetnje, neočekivano ćeš mijenjati raspoloženja, nećeš se moći usredotočiti na učenje, popustit ćeš u školi. Bilo bi dobro da se povjeriš osobi u koju imaš povjerenja i koja će ti pomoći da se loših misli oslobodiš i nastaviš sa svakodnevnim aktivnostima i druženjem. Neka to bude odrasla osoba u koju imaš povjerenja (roditelj/i, razrednik/razrednica, stručna služba škole, netko od učitelja). Možeš nazvati i Plavi telefon za pomoć na broj 01/4833-888 i anonimno im izložiti svoj problem. Oni će ti dati savjet koji ti je potreban jer problem neće nestati sam od sebe.

B

Povjerio/povjerila bih prijatelju/prijateljici kako se osjećam.

U redu je povjeriti se prijatelju/prijateljici. Osjetit ćeš olakšanje i smanjeni teret zbog izgovorenih osjećaja. Prijatelj/prijateljica pružit će ti trenutačnu utjehu, ali problem će i dalje ostati. Prijatelj bi, uz tvoju dozvolu, o tvom problemu mogao razgovarati s razrednikom/razrednicom, stručnom službom ili nekim u koga i sam ima povjerenja i zna da bi mogao/mogla pomoći. Može ti savjetovati i da nazoveš Plavi telefon za pomoć na broj 01/4833-888 i anonimno im izložiš svoj problem. Dobit ćeš savjet koji ti je potreban.

C

Ispričao/ispričala bih roditeljima, razredniku/razrednici ili stručnoj službi što mi se događa.

Odrasla osoba će znati što učiniti. Pružit će ti podršku i osnažiti pozitivne emocije. Znat će kako s tobom razgovarati da bi se riješio/riješila straha i tjeskobe. Važno je da postaneš svjestan/svjesna potrebe da se tvoje stanje promijeni. Dugoročni stres i trauma imaju i posljedice koje mogu ostaviti trag cijeli život. Odrasle osobe znaju što učiniti da se to spriječi. Što prije to osvijestiš, rezultat će biti brži i bolji i vratit ćeš se svakodnevnim aktivnostima i druženjima s vršnjacima.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

Istražite kako stres utječe na učenike i što im je najčešći uzrok. Snimite mobitelom kratki film s temom – *Ovako ja vidim i doživljavam stres*.

Napišite komentar na film *Marko, Igor Dropuljić*.

Pročitajte tekst pod naslovom *Anksiozni poremećaji u adolescenata*. Potaknite raspravu među vršnjacima o njihovim osjećajima.

Poveznica: <https://www.plivazdravlje.hr/aktualno/clanak/37667/Anksiozni-poremecaji-u-adolescenata.html>

IZVORI:

Internetska platforma croatian.film. (n.d.). *croatian.film*. <https://www.croatian.film/hr/>

UNICEF. (n.d.). *Dječje reakcije na stres i traumau*. <https://www.unicef.org/croatia/media/13241/file/HR%20-%20Djecje%20reakcije%20na%20stres%20i%20traumu.pdf>

PlivaZdravlje. (n.d.). *Anksiozni poremećaji u adolescenata*. <https://www.plivazdravlje.hr/aktualno/clanak/37667/Anksiozni-poremecaji-u-adolescenata.html>

Kreni Zdravo. (n.d.). *Stres kod djece i mladih: Uzroci, posljedice i strategije suočavanja*. <https://krenizdravo.dnevnik.hr/zdravlje/psihologija/stres-kod-djece-i-mladih-uzroci-posljedice-i-strategije-suocavanja>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

TEMA: SUOČAVANJE S EMOCIJAMA

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Muče me nagle promjene raspoloženja

Sakrila sam pogled još jednom. Prečesto u posljednje vrijeme. Spustila sam ga onako kako sam mislila da nikada neću. Pogledi nas otkrivaju. Otkrivaju naše srce, naša htijenja, simpatije i razočaranja. Otkrivaju kada nas zaboli i kada se osjećamo nemoćni. Eto, to je sada moj pogled. Pun tjeskobe da će me netko, dopustim li mu da mi kroz pogled uđe u srce, povrijediti. Sigurnija sam skrivena i nevidljiva. Što ako netko u meni prepozna osjetljivu osobu, a toliko želim biti jaka i čvrsta? Što ako odmakne masku s mogega lica koja me već dugo uspješno štiti? Ali što se događa sa zamaskiranim osjećajima? Hoće li oni pod teretom nevidljivosti izbljediti i nestati? Ili će buktati dok ne puknu i prсну svi odjednom u najnezgodnijem trenutku? Kako se sakriti od sebe? Mnogi su me osjećaji tiskali, ali ovaj trenutačni mi se čini kao najveći uteg. Na pragu da postupim ispravno, uvijek napravim upravo suprotno. I sama sebe iznenadim naglim promjenama raspoloženja. Mogu li nekoga samo i jednostavno voljeti, a ne iznenaditi se kad baš na tu osobu istresem silinu bijesa? Ponekad se pitam jesam li to ja. Gdje su te kočnice? Trenutak mi određuje reakcije, a ni sama ne znam zašto. Ne volim se zbog toga već trenutak kasnije. Ljuta sam na sebe. Kažu mi da znam biti svadljiva i da samo čekam trenutak za to. A ja baš zbog mogućeg dolaska toga trenutka osjećam strah. Ponekad je toliko jak da potakne bol u tijelu.

Voljela bih da je sve puno jednostavnije.

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

Razmisli kako se ti osjećaš zbog svojih negativnih emocija. Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.		
A Loše. Čim ih osjetim, povučem se u sebe. Tih/tiha sam i nastojim postići nevidljivost.	B Ponekad me toliko guše da burno reagiram pa se kasnije osjećam loše i grize me savjest.	C Zabrinut/zabrinuta sam zbog svojih negativnih osjećaja. Volio/voljela bih to promijeniti.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **CURA KOJA JE VOLJELA BAJKE**

Redateljica: Čejen Černić Čanak

Scenarij: Čejen Černić Čanak

Animacija: Kristijan Dulić

Glazba: Pavao Miholjević, Jure Ferina

Oblikovanje zvuka: Pavao Miholjević, Jure Ferina

Dizajn: Ivana Jurić

Montaža: Višnja Skorin

Producenti: Ankica Jurić Tilić

Produksijska kuća: Kinorama

Filmski rod: Animirani film

Žanr: drama

Godina: 2013.

Trajanje: 3:41

Poveznica: <https://croatian.film/hr/films/69645>

NAGRADE:

Međunarodni festival animiranog filma TOFUZI – najbolji debitantski film 2013.

Festival jugoistočnoeuropskog filma SEE u Parizu – najbolji animirani film 2014.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

SINOPSIS

„Jednom davno bijaše princeza koja je voljela...“ Tako bi nekako počela bajka pa bi došao princ i spasio princezu i onda bi živjeli sretno do kraja života. Ali što se dogodi kada princ spusti princezu na zemlju? Ovaj film počinje otprilike na tom mjestu i ilustrira poznate situacije, naravno, to nisu one koje ćemo pronaći u bajkama...

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se početka prvoga kadra i iznesite na što je upućivao. Obrazložite.
(šarena dva kruga, okreću se, upućuje na nešto lijepo i pozitivno)

Opišite što u nastavku kadar otkriva i na koji način.
(Opišite što u nastavku kadar otkriva i na koji način)

Razmislite što je završni dio kadra istaknuo. Opišite ga.

(djevojčica sanjari o sretnoj zaljubljenosti, dolazi dječak, sanjarenja nestanu, ostaju samo šarene lizalice, ali se ne vrte, u mjestu su, djevojčica pogledom prati dolazak dječaka, dječak stane ispred nje, djevojčica ga gleda, sa strahom očekuje njegovu reakciju))

Zaključite kako je prikazana zaljubljenost djevojčice.

(kadar prikazuje dječaka, dječak pomiluje djevojčicu po obrazu, djevojčica se opusti, sretno zatvori oči i nasmiješi se, glazba je lagana i umirujuća; slijede zvukovi koji najavljuju da će se nešto dogoditi, dječak vadi srce djevojčice, djevojčica je zatečena i iznenađena, glazba postaje nemirna, dječak i djevojčica su nasmiješeni i sretni)

Navedite kako je u sljedećim kadrovima prikazano razočaranje djevojčice.

(djevojčica želi doprijeti do srca dječaka, on to ne dopušta, odbija ju, djevojčica je iznenađena, dječak djevojčici čupa srce, iz srca curi krv)

Zaključite što znači čupanje srca djevojčice.

(djevojčica se zaljubila u dječaka, no on u nju nije, povrijedio ju je i djevojčica se osjeća loše, pati)

Opišite kadar u kojem je prikazano srce koje dječak čupa djevojčici.

(kadar izbliza prikazuje ruku koja kroz otvor na prsnom košu vadi srce, krupni plan)

Razmislite što znači kadar u kojem djevojčica leži na bolesničkom krevetu otvorenoga dijela u predjelu srca.

(djevojčica se pokušava oporaviti od nesretne zaljubljenosti)

Opišite kako je u filmu prikazan oporavak djevojčice od nesretne zaljubljenosti.

(djevojčica leži na krevetu, čuju se otkucaji na instrumentu, liječnik drži u ruci njezino srce, skalpelom ga zacjeljuje, dolazi do djevojčice, vraća joj srce u prsni koš, djevojčica se oporavlja od nesretne zaljubljenosti)

Zaključite zašto je djevojčica u sljedećem kadru pobjegla od drugoga dječaka. Opišite.

(djevojčica se boji ponovnoga razočaranja, ne vjeruje dječaku; dječak miluje djevojčicu po licu, djevojčica je sretna, dječak se zaljubljuje, vadi svoje srce i pruža joj ga, djevojčica prestrašeno otrči od njega, dječak ostaje tužan)

Razmislite kako su prikazani osjećaji djevojčice u nastavku filma.

(djevojčica tužno sjedi na klupi, u pozadini su dva ogoljena stabla, čuje se puhanje vjetra, grane stabala se njišu, nemoćno četveronoške do nje dolazi dječak s povezanim srcem na leđima, srce je povezano bodljikavom žicom, svaki sljedeći crtež koji ulazi u kadar ima srce i gotovo svaki prikazuje nesretno srce koje naglašava nesretnu zaljubljenost i patnju; djevojčica je povrijeđena i ranjenoga srca ponovno leži u ordinaciji zbog oporavka)

Prisjetite se kadra u kojem djevojčica potpisuje dokument kod liječnika i navedite svoj zaključak o njemu.

(individualni odgovori učenika; djevojčica se oporavila, zadovoljna je svojim oporavkom, ponovno vjeruje da sve može dobro proći, odlučuje u budućnosti drugačije postupati)

Razmislite što je značio ključić u ruci djevojčice.

(djevojčica je željela otvoriti svoje srce dječaku s cvijećem, ocijenila je da ju on neće povrijediti)

Zaključite što znači mnoštvo ljudi koji prolaze ispred djevojčice.

(djevojčica je ponovno doživjela razočaranje, ne snalazi se u mnoštvu koje je okružuje, ne razumije zašto joj se to događa, drži u ruci svoje srce željna pažnje i iskrenoga odnosa, očekuje iskreni susret, nitko je ne primjećuje, nesretna je)

Opišite kadar u kojem djevojčica dobiva novi tretman za srce i što on znači.

(liječnik u bolnici stavlja oklop oko srca djevojčice; djevojčica više neće biti toliko ranjiva)

Razmislite u kojim je kadrovima zvukom naglašena dramatičnost.

(kadrovi koji prikazuju djevojčicu kod liječnika, dramatičnost oporavka)

djevojčice naglašena je bez glazbe, samo kroz šumove, zvuk otkucaja s instrumenta, zvuk procesa oporavka srca, zvuk otvaranja i potpisivanja dokumenta perom)

Zaključite što je posljednji kadar u filmu prikazao. Opišite kadar.

(dogodila se obostrana simpatija, djevojčica sjedi na klupi s osmijehom na licu, osjeća se sigurno i sretno, stablo je dobilo cvjetove i sve djeluje mirno; u kadar ulazi dječak, djevojčica ga ne gleda, kada prođe, srce joj počne titrati, djevojčica pogleda za dječakom, srce joj počne snažno udarati, djevojčica ga želi umiriti, dječak stane, djevojčici srce iskoči i pogodi dječaka, djevojčica poskoči s klupe i počne trčati u suprotnom smjeru od dječaka, ali ipak stane, dječak i djevojčica stoje leđima okrenuti)

Razmislite kakvi su crteži u ovom animiranome filmu. Obrazložite.

(jednostavni, likovi su prikazani jednostavnim linijama, često prozirni, pozadine su jednostavne)

Zaključite je li takav izbor crteža umanjio dojam i jačinu filmske priče.

(ne, dodaju dodatnu zanimljivost i posebnost, naglašavaju radnju i osjećaje likova)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj izbor reakcije na postavljeno pitanje kako se ti osjećaš zbog svojih negativnih emocija.

Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Loše. Čim ih osjetim, povučem se u sebe. Tih/tiha sam i nastojim postići nevidljivost.

Povlačenje u sebe i zatumljivanje osjećaja dovest će te do povučенosti, pomanjkanja samopouzdanja, tuge, osjećaja nemoći i osamljenosti. Negativne emocije se talože, postaju snažnije i na kraju mogu izazvati zdravstvene probleme. Ti problemi ostavljaju dugotrajne posljedice, pa čak i cijeli život. Važno je da znaš prepoznati svoje negativne emocije, iskazati ih i prihvatiti. U tome ti može pomoći osoba u koju imaš povjerenja (roditelj/i, razrednik/razrednica, učitelj/učiteljica, stručna služba). Ne želiš li s njima razgovarati (iz bilo kojega razloga, npr. osjećaš sram, misliš da se ništa neće promijeniti...), nazovi *Hrabri telefon* na broj 116 111 i iznesi kako se osjećaš. Na *Hrabri telefon* možeš se javiti i putem chata. Razgovor je besplatan i anonimn. Oni će te ohrabriti i dati savjet koji ti je prijeko potreban.

B

Ponekad me toliko guše da burno reagiram pa se kasnije osjećam loše i grize me savjest.

Tvoj loš osjećaj postajat će sve jači i sve ćeš se teže nositi s negativnim emocijama. Moguće je da s vremenom, zbog pojačanih negativnih emocija, tvoje ponašanje postane neprimjereno. Tvoji odnosi s vršnjacima neće biti onakvi kakve bi želio/željela. Oni će se dalje pogoršavati i tvoje ponašanje, zbog nemogućnosti i neznanja kako savladati negativne emocije, može dovesti do agresivnoga ponašanja. Sve to izazvat će probleme i s vršnjacima i s odraslim osobama. Pokušaj osvijestiti problem i razgovaraj s odraslom osobom u koju imaš povjerenja (roditelj/i, razrednik/razrednica, učitelj/učiteljica, stručna služba). Ne želiš li s njima razgovarati (iz bilo kojega razloga, npr. osjećaš sram, misliš da se ništa neće promijeniti...), nazovi *Hrabri telefon* na broj 116 111 i iznesi kako se osjećaš. Na *Hrabri telefon* možeš se javiti i putem chata. Razgovor je besplatan i anonimn. Odrasla osoba zna kako ti može pomoći.

C

Zabrinut/zabrinuta sam zbog svojih negativnih osjećaja. Volio/voljela bih to promijeniti.

Važno je znati da su i negativni osjećaji sastavni i potrebni dio naših emocija. I oni imaju svoju ulogu, koliko god ti se činilo da bi život, posebno tinejdžera, bio puno jednostavniji bez njih. Zamisli život bez imalo straha. Osjećali bismo da nam se nikada ništa loše ne može dogoditi pa bismo dolazili u mnoge opasnosti koje bi za nas mogle biti pogubne. Osjećaj straha u tim je situacijama naš zaštitnik. Bitno je da naučiš iznositi svoje osjećaje bez srama i straha od vršnjaka. Na taj ćeš način bolje razumjeti i njihove osjećaje, što je važno za međusobne odnose. Razgovaraj o svojim osjećajima s

bliskim osobama (roditelj/i, razrednik/razrednica, učitelj/učiteljica, stručna služba). Oni će znati kako ti pomoći u njihovu prepoznavanju, izražavanju i prihvaćanju.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

1. Istražite vrste negativnih emocija. Napišite priču u kojoj će jedna od emocija biti pokretač radnje. Snimite kratki film prema napisanoj priči.
2. Napišite komentar na film *Cura koja je voljela bajke, Čejen Černić Čanak*.
3. Sastavite anketu o negativnim emocijama (razmislite što biste o njima mogli pitati svoje vršnjake). Anonimnu provedite anketu u razredu. Predstavite rezultate ankete i pokrenite raspravu.

IZVORI:

Internetska platforma *croatian.film*. (n.d.). *croatian.film*. <https://www.croatian.film/hr/>

UNICEF. (n.d.). *Kako razgovarati o osjećajima s djecom od 11 do 13*. <https://www.unicef.org/croatia/kako-razgovarati-o-osjecajima-s-djecom-od-11-do-13>

UNICEF. (n.d.). *Kako razgovarati o osjećajima s djecom od 14 do 18*. <https://www.unicef.org/croatia/kako-razgovarati-o-osjecajima-s-djecom-od-14-do-18>

UNICEF. (n.d.). *4 stvari koje možete raditi kako biste podržali mentalno zdravlje djece i mladih*. <https://www.unicef.org/croatia/4-stvari-koje-mozete-raditi-kako-biste-podrzali-mentalno-zdravlje-djece-i-mladih>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

TEMA: TERET UČENJA I OBAVEZA

(predviđeno trajanje 45')

POSTAVLJANJE PROBLEMA



Pet nula kao imperativ

Jotacija je... *Moraš dobiti pet! Pet! Pet!* – odjekuju mi riječi roditelja. Buka mi je u glavi. Prevelika gužva u gradivu, mojim interesima i očekivanjima koja, bez ikakve mogućnosti da možda i ne bude tako, od mene imaju roditelji. Teret misli širi mi se poput prolivene tekućine. Želim da ih neka krpa jednostavno obriše i da se prepustim sebi i svojim mislima. A one su lepršavije i žele nešto, nešto potpuno drugo. Malo slobode u odlučivanju. Zasad me one tek povremeno, dobro prikrivene, razvesele, ali vrlo ih brzo zaskoči pet nula. Te dvije riječi postale su uteg moje svakodnevnice. Jotacija ima prepreke. Kako da ju naučim kad *mi moraš dobiti pet* bubnja u glavi?

Gledam u ispit. Pokušavam pročitati zadatak. Miješaju mi se s upozorenjima: *moraš dobiti pet; ako mogu neki iz razreda, možeš i ti; gdje ćeš se bez petice upisati; misliš li ti na svoju budućnost; jedini zadatak, koji imaš, je učiti; mobitel ti je previše u ruci...* Pogledam oko sebe. Već vidim tko će dobiti pet i kome se smiješi lagana i ponosna budućnost. Ja nisam među njima.

Osjećam nezadovoljstvo zbog ispita. Pokušavam riješiti ostatak, ali misli su naglo zaustavljene i ne dopuštaju da se usredotočim. Krišom pogledam Ivana. Znam da će me kod kuće pitati je li i on dugo razmišljao nad zadacima. Ne, njegova je olovka neprekidno u pokretu. Čak niti ne griješi. Gumica stoji na kraju stola kao i na početku sata. Ona njemu uopće nije potrebna. Podignem pogled na sat. Zvoni za minutu.

Vučem svoj strah putem do kuće. Pozvonim. Čujem brze korake. Zaklopim oči i čekam.

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila.

Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.

A

Ništa ne bih poduzeo/
poduzela jer se ništa ne
može promijeniti.

B

Razgovarao/razgovarala
bih o svojem problemu
s najboljim/najboljom
prijateljem/prijateljicom.

C

Potaknuo bih roditelje
na razgovor o problemu
koji me muči.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **BLA**

Redateljica: Martina Meštrović

Scenarij: Martina Meštrović

Animacija: Martina Meštrović, Siniša Mataić, Marko Meštrović

Glazba: Kimiko

Oblikovanje zvuka: Hrvoje Štefotić

Montaža: Martina Meštrović

Scenografija: Martina Meštrović

Producenti: Igor Grubić, Vinko Brešan

Produkcija: Kreativni sindikat & Zagreb film

Filmski rod: animirani film

Godina: 2013.

Trajanje: 7:48

Poveznica: <https://zagrebfilm.hr/filmovi/bla/>

NAGRADE:

Dani hrvatskog filma 2013. – Velika nagrada „Surogat“

Tabor film festival 2013. – nagrada publike

Black and White Film Festival – posebno priznanje

Supertoona, međunarodni festival animacije 2013, Šibenik, Hrvatska

Tuzla film festival, Tuzla, Bosna i Hercegovina

ALTER-NATIVE IFF, Rumunjska

Animateka – Ljubljana, Slovenija

Vox Feminae, Zagreb, Hrvatska

Vafi, Varaždin, Hrvatska

Animafest, Hrvatska panorama, Zagreb

FEMINA – International Women's Film Festival, Rio de Janeiro, Brazil

The International Animated Film Festival of Children and Youth, Niš, Srbija

LIAF – London, UK

21st Adana Golden Boll Mediterranean, Turska

KUKI the 7th International Short Film Festival for Children and Youth Berlin, Njemačka

3. Oulu International Children's and Youth Film Festival, Finska

34th Amiens International Film Festival, Francuska

Fundacija Cinemania, Poljska – Oko na balkani

Festival International du Film d'Aubagne, Francuska – „Shorts before Features“

Brussels Short Film Festival – special program made of Croatian movies

In the palace, International short film festival, Bulgaria – Focus on Croatia

Lago film festival, Italija – Focus on Croatia

International Film Festival Nancy-Lorraine, Francuska – non-competitive program Jeune Public

Thessaloniki International Film Festival, Grčka – Youth Screen section, an educational program for schools

Priit Pärn Animated Film Festival 2014, Tapa, Estonija, Croatian Animation



Fotografija iz filma – snimka zaslona

Bla – onomatopejska riječi koja oponaša razgovor

SINOPSIS

Film je kritika obrazovnog sustava, ali i cijelog suvremenog društva pod dominacijom ispraznih medijskih sadržaja i bespoštedne borbe za trivijalnim informacijama. Autorica filma pita se kakva je mogućnost osobnog razvoja pojedinca u takvom društvu i postoji li uopće sloboda izbora, kao i pravo na znanje u njemu.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Opišite prvi kadar i navedite kako je uveo u temu filma.

(pozadina kadra je tekst postavljen vodoravno, iz dubine kadra prilazi balon unutar kojega se, osim riječi u rečenicama, krupno vide riječi bla, što je balon veći i bliži, riječi bla su brojnije i sve više titraju, balon odleti iz kadra u visinu, u kadar ulaze papirnati avioni, čuje se njihov zvuk, lete iznad pozadine, ostavljaju tragove, tekst na pozadini postaje krupniji, u kadar se spušta balon s riječima bla, istovremeno leti avion, avion pogodi balon, probuši ga, balon se uz snažni zvuk rasprsne)

Razmislite kako je početni kadar povezan s djevojčicom koja u razredu na klupi spava.

(pucanje balona prikazano je kao san djevojčice koja spava na klupi, kao da se širi iz njezine glave)

Prisjetite se izgleda školskih klupa i stolaca i navedite što oni u nastavku filma dodatno podcrtavaju.

(školske klupe i stolci prekriveni su tekstom, riječima; podcrtavaju da će u filmu veliku ulogu imati informacije koje čitamo, tražimo i izgovaramo)

Opišite atmosferu u razredu i usporedite je s atmosferom i ponašanjem u svojem razredu.

(bučno, svatko se nečime zabavlja – mobitel, slušanje glazbe, čitanje, briga o frizuri, gestikuliranje, zadirkivanje; usporedba s razredom – individualni odgovori učenika)

Prisjetite se kadrova u kojima se atmosfera u razredu promijeni.

(1. kadar – do djevojčice dolijeće papirnati avion, djevojčica hrče, čuje se snažan zvuk; 2. kadar – pozadina s tekstom i nacrtana vrata, čuju se snažni udarci, pozadina i vrata poskakuju od snažnih zvukova i trešnje; 3. kadar – učenici sjede u razredu i zbog trešnje poskakuju sa stolaca; 4. kadar – pozadina s tekstom, vrata se naglo otvaraju, ulazi namrgođena, ogromna ženska osoba, snažno i bučno korača)

Zaključite na koji je način prikazana učiteljica dok prilazi učenici u 1. klupi. Obrazložite razlog.

(blizi plan – učiteljica je prikazana do poprsja; donji kut snimanja/donji rakers – prikazana je odozdo/kamera snima odozdo; učiteljica djeluje nadmoćno, ima moć, naglašena je strogoća)

Razmislite što do znanja daje kadar u kojem učiteljica uporno ponavlja bla.

(uporno ponavljanje riječi bla na snažan i grub način pojačava dojam siline nepotrebnih znanja koja djeca uče u školama)

Opišite kadar koji prenaplašava količinu gradiva u školi.

(učiteljica ustaje i na ploču ispisuje bla, do zvona piše bez prekida, riječju bla ispunjena je cijela ploča)

Prisjetite se što i na koji način prikazuju kadrovi prolaska djevojčice pored stanova na svojem katu.

(djevojčica na putu do svojega stana prolazi pored drugih stanova; stanovi su prikazani kao tlocrti koje vidimo kroz otvor, u potpunosti su ispunjeni tekstovima; kamera prelazi preko stanova do ulaska djevojčice u njezin stan, pokretna kamera/voznja ili far)

Zaključite kako je naglašena preopterećenost djevojčice informacijama dok uči.

(djevojčica sjedi za stolom, ispred nje je knjiga s naslovom Bla, stranice su pune teksta i riječi bla, sve više riječi bla nestaje uz zvukove društvenih igara, u balončiću se pojavljuje učiteljica, djevojčica ne želi o njoj razmišljati, pada na

knjigu očajna, kamera se približava glavi, kotačić na glavi se okreće, vidi se niz riječi bla koje titraju, čuju se glasovi, bla postaje sporije i rjeđe, djevojčica zatvara knjigu, zaranja među valove, ponovno se pojavljuju riječi bla, djevojčica je očajna, pokušava ih se riješiti)

Razmislite donosi li film samo kritiku učenja niza nepotrebnih informacija u školama. Navedite primjer.

(ne, film prikazuje kako su svi ljudi zatrpani informacijama, grad vrvi riječima bla, tramvaji imaju natpise bla, na ulicama piše bla, bla titra u stanovima nebedera i kao reklame na nebederima)

Zaključite što znače baloni s bla koje djevojčica nosi u školu.

(naučene informacije, gradivo)

Prisjetite se kako je prikazano prenošenje novoga gradiva učenicima.

(otvorena glava u koju se sipaju riječi bla)

Navedite kako je prikazana preopterećenost djevojčice informacijama.

(glava djevojčice se napuše, djevojčica drži čvrsto zatvorena usta da ne prsne, bori se sama sa sobom, bla želi izaći, djevojčica rukama drži usta zatvorena, u jednom trenutku prsne i pada među ljude koji izgledaju isto)

Razmislite zašto su ljudi, među koje djevojčica pada, isti.

(svi imaju isti problem, zatrpanost velikom količinom informacija koje su nevažne)

Iznesite svoje mišljenje o izgledu likova.

(likovi su nacrtani jednostavno i plošno, oblici podsjećaju na geometrijska tijela; prenatrpanom geometrizacijom istaknuti su karakteri i osjećaji likova, događaji i kritika)

Razmislite je li jednostavnost crteža likova umanjena kritika koju film donosi. Obrazložite svoje mišljenje.

(ne, jednostavnost ne utječe na priču filma, čak je ističe i na nju posebno skreće pažnju)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju.

Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Ništa ne bih poduzeo/poduzela jer se ništa ne može promijeniti.

Prepuštanje dovodi do sve veće preopterećenosti, nezadovoljstva, gubitka samopouzdanja, dojma da ne vrijediš koliko i učenici koji prolaze s 5,0. Dobit ćeš dojam da učiš zbog roditelja, a ne zbog znanja i sebe, osjećat ćeš teret zbog bojazni da ćeš ih razočarati. Moguće su poteškoće poput anksioznosti (panika, znojenje dlanova, lupanje srca, drhtanje, bolovi u trbuhu...). Strah od roditeljske reakcije može te blokirati u svladavanju gradiva, ali i tijekom ispita ili usmenog odgovaranja. Važno je znati da se to može promijeniti razgovorom.

B

Razgovarao/razgovarala bih o svojem problemu s najboljim/najboljom prijateljem/prijateljicom.

Najbolji prijatelj/prijateljica svakako ti može pružiti trenutačno olakšanje. No to nije rješenje problema i dugoročno ništa neće riješiti. Bilo bi dobro da te potakne na razgovor s odraslom osobom u školi u koju imaš povjerenja. Stručna služba škole može ti savjetovati kako da o tome pokreneš razgovor s roditeljima. Ako o tome iz nekoga razloga ne želiš razgovarati ni s kim u školi, možeš nazvati Plavi telefon za pomoć na broj 01/4833-888 i anonimno im izložiti svoj problem. Oni se susreću s brojnim tinejdžerskim problemima, a jedan od njih je svakako i tvoj.

C

Potaknuo bih roditelje na razgovor o problemu koji me muči.

Reci roditeljima što te muči. Razgovaraj s njima otvoreno i iznesi svoje

osjećaje. Napomeni da ne želiš izbjegavati obveze, ali da pritisak koji vrše na tebe izaziva suprotni efekt. Prevelika očekivanja i neprekidno uspoređivanje s drugima koč te u radu. Vidjet ćeš, roditelji će razumjeti. Iskreni razgovor uvijek je izuzetno važan za rješavanje svih problema, pa tako i ovoga.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

Mobitelom snimite kratki, ali duhoviti, film s temom – Utrka za pet nula.

Napišite komentar na film *Bla redateljice Martina Meštrović*.

Povedite raspravu u razredu s temom – *Što od mene očekuju roditelji, a što ja želim.*

IZVORI:

Zagreb film. (n.d.). *Zagreb film*. <https://zagrebfilm.hr/>

Kreativni sindikat. (n.d.). *BLA*. <https://kreativnisindikato.org/hr/bla/>

EduCentar. (n.d.). *Zbog čega roditelji sve teže prihvaćaju loše ocjene djeteta?* <https://www.educentar.net/Article/20045/Zbog-cega-roditelji-sve-teze-prihvataju-lose-ocjene-djeteta/>

Škole.hr. (n.d.). *Djeca i neuspjeh u školi*. <https://www.skole.hr/djeca-i-neuspjeh-u-skoli/>

Srednja.hr. (n.d.). *Teror 5.0 prosjeka: Učenici su nemotivirani, iscrpljeni, sjede u školi i samo čekaju kad će završiti*. <https://www.srednja.hr/novosti/teror-5-0-prosjeka-ucenici-su-nemotivirani-iscrpljeni-sjede-u-skoli-i-samo-cekaju-kad-ce-završiti/>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiče, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

TEMA: TKO SAM JA

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Žamor misli

Ne znam kako bih zapravo nazvao ono što osjećam i o čemu razmišljam. Ima li neko ime misao koja mi jurne neočekivano kroz glavu i zaustavi me u trenutku, a ja zapravo ne znam što s njom? Često se s takvima, kao što je ona, borim jer me propituju o stvarima na koje ne znam odgovoriti.

Trenutačno sam u potrazi za odgovorom na pitanje što želim biti u životu. Nakon lepršavih dječjih maštarija o brojnim zanimanjima, sada stojim sam pred sobom s teretom toga pitanja. Stvarno, što? Što bih volio u životu raditi? Nekad lagana pitanja postala su neodgovorena i teška. I sam se pitam kako to da ne znam. Volio bih raditi kako mi dođe. Nisam siguran. Ponekad me nešto oduševi, a onda, ne znam ni sam zašto, to u trenutku splasne poput velikog balona. Pitam se kako to da su neki tako odlučni, a sve moje odluke uvijek su pod velikim upitnicima. Ono što nije pod upitnikom jest to da zapravo ne bih volio raditi ništa. Zašto mi, ljudi, tako napredni, nemamo slobodu izbora u svojim životima?! Pa ako odlučim ne raditi ništa, zašto to ne bi bilo vrijedno poštovanja moje odlučnosti i odluke? Mogu li ja i smijem li o svojem životu sam odlučivati? U ponekim (rijetkim) situacijama zaista mogu, ali one druge me pritišću. To je društveni pritisak koji ima neka pravila. Možeš im se odupirati, ali nećeš uspjeti. Vrtim se oko sebe i tražim potvrdu među odraslima da tako mora biti. Pored mene prolaze zamišljena lica, pospano se ujutro vuku noge tek svanulim pločnicima. Tek poneki ranojutarnji osmijeh osvježi tu potragu za smislom nametnutih pravila društva. Tko je to društvo? Zašto baš takva pravila? Zašto i mi, djeca, podlijježemo njima i već nas za to pripremaju?

Zaista, što želim? Želim da me svi puste na miru. A posebno ta povremena, neočekivana misao koja mi remeti mir.

Mir? Što je zapravo mir?

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

**Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila.
Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.**

A

Možda to nije normalno pa ću o tome šutjeti.

B

Možda bih trebao/trebala potražiti pomoć psihologa.

C

Razgovarat ću o tome s prijateljem/prijateljicom.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **OČI ŠUTE**

Voditeljica filmske grupe: Marina Zlatarić, profesorica hrvatskoga jezika i književnosti, filmska edukatorica

Ideja: Dea Brezak

Scenarij: filmska grupa

Polaznici filmske grupe: Dea Brezak, Erwin Miljan, Magdalena Radonić, Angelo Knežević, Mia Perić, Leonarda Bešić, Andrija Mrvac, Sven Marčić

Montaža: filmska grupa

Tekst: Paula Perić

Produkcija: OŠ Bartola Kašića, Zagreb

Filmski rod: eksperimentalni film

Godina: 2017.

Trajanje: 2:07

Poveznica: https://youtu.be/Uy6J-eH_zB8

NAGRADA:

Revija hrvatskog filmskog stvaralaštva djece, 1. mjesto u kategoriji slobodni stil, Sisak, 2017.

SINOPSIS

Eksperimentalni film o učenicima koja se preispituje tko je. Kadrovi prate njezine misli.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se početka prvoga kadra u filmu i opišite sliku i zvuk.

(istovremeno se pojavljuju slika i prvi takt glazbe, početak kadra prikazuje otvore, otvori su poput filma za fotoaparat, izvan otvora kadar je zacrnjen, svjetliji otvori titraju, u njima se nešto nazire)

Opišite sliku i zvuk u nastavku prvoga kadra i što on otkriva.

(otvori koji titraju sve se više rastvaraju, neoštro se vidi ulaz u zgradu, ulazu prilaze dvije tinejdžerice, iza njih odrasla muška osoba, tinejdžerice zatvaraju kišobrane i ulaze, odrasla muška osoba zatvara kišobran, prilazi ulazu zgrade, okviri titraju, ponovno postaju uži, čuje se ženski šapat „tišina je jaka“)

Zaključite što su riječi/šapat u filmu.

(razmišljanje, misli tinejdžerice)

Razmislite kako je snimljen sljedeći kadar koji prati riječi „tišina je moćna“.

(prikazano je oko tinejdžerice/kрупni plan, oko gleda u jednu stranu, zatim u kameru/gledatelja pa u drugu stranu)

Zaključite zašto je oko prikazano крупно.

(naglašavanje teksta „tišina je moćna“, oko u tišini promatra oko sebe, sve vidi, ne reagira, u svojim je mislima)

Prisjetite se kako je крупni plan kadra oka povezan sa sljedećim kadrom.

(oko pogleda u stranu kao da najavljuje sljedeći kadar, čuje se zvuk tipke na

klaviru, slijedi zamagljen kadar izlaska učenika iz škole, na prijelazu iz kadra u kadar čuje se šapat „tišina je bučna“)

Iznesite svoje mišljenje o povezanosti kadrova s navedenim riječima.

(„tišina je moćna“/oko – misli i emotivno stanje tinejdžerice, kao da smo ušli u dubinu njezinih proživljavanja; „tišina je bučna“/zamagljen kadar izlaska učenika iz škole – radnja i osobe koje tinejdžerica promatra, kako ih u sebi doživljava i što proživljava, njezin unutarnji, skriveni svijet)

Opišite kadrove i navedite riječi tinejdžerice do trenutka kada je ponovno vidimo.

(1. zamagljen kadar izlaska iz škole, učenici prolaze, čuje se šapat/drugi dio misli „tišina je bučna“, zvuk tipke na klaviru, riječi „ona vrišti“; 2. krupni kadar jake kiše i nastavak misli „ona vrišti, ona se bori“, zvuk tipke na klaviru; 3. zamagljen kadar izlaska iz škole, misao „iza tupih očiju koje gledaju u prazno“)

Prisjetite se što kadar povratka na tinejdžericu znači.

(naglašava njezino psihičko stanje)

Opišite kako su prikazani njezini **ZAKLJUČCI gdje se krije tišina.**

(kadar neoštro prikazuje lice tinejdžerice, lice postaje jasnije, ali i dalje je neoštro, naglasak je na očima koje promatraju)

Zaključite što se takvim kadrom postiglo.

(dojam da zajedno s njom promatramo tišinu koja se krije)

Razmislite u kojem trenutku kadrovi prikaza razmišljanja tinejdžerice postaju dinamičniji.

(tinejdžerica govori o riječima koje zastaju u tišini, tišina je katkad toliko bučna da se u njoj gubi sav smisao/u kadru je krug koji se vrti, brzo se izmjenjuju neoštri i oštri dijelovi kadra, prolaze učenici, roditelji s malom djecom, vidi se prazan hodnik, zatim kadar zastane pa ponovno brzo krene u krug)

Zaključite na koji se način u filmu mogu postići takvi kadrovi.

(načinom snimanja i montažom)

Prisjetite se kadra u kojem jasno, oštro vidimo tinejdžericu čije razmišljanje čujemo.

(tinejdžerica stoji u holu škole, ozbiljna je, do nje dolaze vršnjakinje, unesu joj se u lice, tinejdžerica ih zburnjeno, a zatim i lagano namršteno pogleda, vršnjakinje uglas viknu „boook“ i odu)

Razmislite u kojem je planu snimljen navedeni kadar. Obrazložite izbor plana.

(krupni plan glave, naglašen je izraz lica tinejdžerice, kroz izraz otkrivamo njezinu reakciju i psihičko stanje)

Navedite što tinejdžericu muči.

(odgovor na pitanje tko je ona)

Opišite kadrove koji na kraju filma slijede njezine misli.

(tinejdžerica se vidi duplo kroz nemirnu tekućinu, gleda se u prozorskom staklu, vidi se isprekidano, a zatim i u potpunosti)

Zaključite što isprekidana slika tinejdžerice u prozorskom staklu naglašava.

(pitanje tinejdžerice tko je ona)

Razmislite zašto ovaj film nazivamo eksperimentalnim filmom.

(kadrovi su drugačiji od klasičnog snimanja filmova, nastali su eksperimentiranjem, istraživanjem kako što vjernije prikazati misli i razmišljanja tinejdžerice)

Prisjetite se kadra koji u filmu nije eksperimentalni.

(tinejdžerica stoji u holu, zbunjeno gleda, do nje dolaze vršnjakinje, pozdravljaju je)

Razmislite što se tim kadrom postiglo.

(prikaz stvarnosti u kojoj je tinejdžerica, okruženja u kojem se nalazi i u kojem razmišlja o tišini i njezinoj snazi, njezina stanja u tom okruženju)

Zaključite biste li misli tinejdžerice doživjeli na isti način da su kadrovi snimani klasično – npr. da tinejdžerica sjedi i priča o čemu razmišlja.

Obrazložite.

(individualni odgovori učenika, ali ne, eksperimentalni kadrovi gledateljima su omogućili da i sami na neki način proživljavaju ono što proživljava tinejdžerica; klasičnim snimanjem dokumentarnog filma o njezinim razmišljanjima dobili bismo informaciju, ali je ne bismo i proživljavali; tekst korišten u eksperimentalnom filmu u dokumentarnom filmu bio bi prepričavanje misli i ne bi bio šapat)

Iznesite svoje mišljenje o naslovu filma. Obrazložite što on po vama znači.

(individualni odgovori učenika)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju.

Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Možda to nije normalno pa ću o tome šutjeti.

Normalno je, ne brini. Preispitivanja su česta u tinejdžerskoj dobi. Ona su sastavni dio odrastanja i traženja pravoga puta za sebe na svim područjima, ne samo pri izboru zanimanja. Trebaš znati da nisi jedini tinejdžer kojega muče ta pitanja. Mnogi te okružuju, tvoji vršnjaci koji o tome ne govore. U pubertetu se ne događaju samo fizičke promjene. Tinejdžeri u tom razdoblju počinju preispitivati sebe i svoje vrijednosti. Često sami sebi postavljaju pitanje *tko sam ja*. Buntovnost i nesigurnost, koje osjećaš, dio su potrage za vlastitim vrijednostima. Pogreške, koje se na tom putu događaju, imaju svoju ulogu. Prihvati ih. One će te osnažiti i pružiti ti priliku da na njima učiš. Nema potrebe da o tome šutiš. Pokucaj na vrata nekoga od stručne službe u školi (oni su u školi zbog vas). Otvorena vrata i razgovor osnažit će te i podići samopouzdanje.

B

Možda bih trebao/trebala potražiti pomoć psihologa.

Dobra je odluka razgovor, ali ne zato što tvoje misli nisu normalne, nego zbog razgovora koji te može razuvjeriti u nekim tvojim zaključcima ili možda čak i bojaznima. Stručna služba (psiholog/psihologinja, pedagog/pedagoginja, edukacijski rehabilitator/edukacijska rehabilitatorica) u školi je zbog vas, učenika. Ojačat će ti samopouzdanje, a ono je izuzetno bitno za tvoje misli, psihu i nastavak plovidbe kroz osjetljivo razdoblje – pubertet. Uputit će te u ono što pubertet može donijeti sa sobom, mnoge nedoumice, preispitivanja vlastitih vrijednosti, buntovnost, eksperimentiranja i

traženja sebe u društvu. Moći ćeš riješiti sve svoje nedoumice oko pitanja koja te muče, ali i doznati što još muči tvoje vršnjake i kako se s time nositi.

C

Razgovarat ću o tome s prijateljem/prijateljicom.

Naravno, možeš. Usporedite svoje nedoumice i svoja preispitivanja o sebi, životu i svemu što se od vas očekuje. Razgovarajte o osjećajima koji vas zbog toga muče i koji možda izazivaju ponašanje na koje ponekad ipak niste ponosni. Ako ste pravi prijatelji, takav razgovor možete voditi otvoreno, bez bojazni da će jedan/jedna od vas to zloupotrijebiti. Razmislite o zajedničkom odlasku na razgovor kod stručne službe škole (psiholog/psihologinja, pedagog/pedagoginja, edukacijski rehabilitator/edukacijska rehabilitatorica). Predložite razredniku/razrednici da jedna od tema na satu razrednika bude potraga za identitetom u doba puberteta. Vidjet ćete da niste jedini i da je vaš prolazak kroz različita preispitivanja i ponašanja sastavni dio sazrijevanja i otkrivanja onoga što želite preuzeti, a što odbaciti. Naravno, sve dok ona nisu opasna ili štetna. Sat može voditi netko od stručne službe škole.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

1. Iznesite svoja razmišljanja tijekom gledanja filma *Oči šute*. Obrazložite ih.
2. Provedite u razredu anonimnu anketu što učenike najviše muči i o čemu najčešće razmišljaju. Prezentirajte anketu na satu razrednika. Potaknite raspravu.
3. Pročitajte tekst *Kako se formira identitet u adolescenciji* i raspravite o njemu na satu razrednika. Poveznica – <https://www.skole.hr/kako-se-formira-identitet-u-adolescenciji/>

IZVORI:

Škole.hr. (n.d.). *Kako se formira identitet u adolescenciji?*

<https://www.skole.hr/kako-se-formira-identitet-u-adolescenciji/>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

TEMA: VRŠNJAČKO NASILJE

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Pogledi i riječi peku jače od udaraca

Put me vodi prema cilju. Ne osvrćem se oko sebe. Zasad. Još se cilj ne nazire pa sam prilično miran. Prilično, ne potpuno. Koračam poznatom prečicom koja me uvijek prisiljava na razmišljanje o istome. O njemu i njima. Što je to u meni što ih toliko privlači?

U daljini, između krošanja, moj je cilj. Ne vidi se, čuje se samo tišina. Ili sam se ja isključio? Vidim automobile, bicikle, romobile, pješake, a ne vidim ih. Čujem, a ne čujem. Rado bih prečicu zamijenio dužim putem i hodao, hodao... Uvijek teško krećem iz svoja četiri zida, svojega sigurnog utočišta, svoje sobe. Tamo ne mogu do mene. Tamo ja mogu biti ja. Tamo mi je korak lagan, a misli nasmijane.

Moj se pogled odjednom prestrašeno trgne. Krošnje se približavaju. A kada se otvore, izvirat će sivi vrh zgrade. Lagani trnci opsjedaju mi prste na rukama. Taj trenutak prekida dotadašnju mirnoću. Hvatam zrak i čekam zvuk. Koraci se vuku sve teže i sporije. Vuku me natrag. Čujem svoje duboko disanje. Čini mi se da odzvanja kilometrima daleko. Vrh postaje sve otvoreniji. Vidim prozore na katu, čujem smijeh i dovikivanje. Kako bih volio da je jedan od tih glasova i moj glas. Osjećam se nemoćno i jadno. Suza se želi zakotrljati niz obraz, ali ustrašena stane jer me jedan od njihovih pogleda već primijetio. Ususret mi dolaze osmijesi koji me plaše. Trnci iz ruku šire se niz tijelo do nogu. Ne osjećam koljena. Čini mi se da ću pasti, a ipak uspijevam ostati uspravan. U glavi mi zvone njihove uvrede, natječu se tko će više i grublje. Bole jače od povremenog udarca. Zaklopim oči i prepuštam se. Nečujni unutarnji krik propara mi još jedan trenutak djetinjstva. Ostaje u meni kao i svi dosad. Prijeti mojoj bezbrižnosti i vreba svaki sretan trenutak. Ne da mi mira.

(izmišljena priča, autorica Marina Zlatarić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

<p>Razmisli što bi ti, da si žrtva vršnjačkog nasilja, napravio/napravila. Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.</p>		
<p>A Ništa. Zadržao/zadržala bih za sebe.</p>	<p>B Vratio/vratila bih istom mjerom, nasiljem.</p>	<p>C Ispričao/ispričala bih roditelju/roditeljima, razredniku/razrednici, učitelju/učiteljici, stručnoj službi u školi, najboljem prijatelju/prijateljici.</p>

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **ŠAMAR**

Redatelj: Nebojša Slijepčević

Glumci: Saša Maglai, Damir Železnik-Piko, Mijo Takač, Ivan Komušar

Direktor fotografije: Almir Fakić

Montaža: Iva Kraljević

Producent: Boris T. Matić

Produkcijaska kuća: Propeler Film

Izvršni producenti: Darija Kulenović Gudan, Marina Andree Škop,

Petar Milić

Filmski rod: Igrani film

Žanr: Drama

Godina: 2009.

Trajanje: 13.25

Poveznica: <https://www.croatian.film/hr/films/91>

PSOVKA U FILMU – prikaz izražavanja i odnosa određene skupine, uloga – isticanje neprimjerenog ponašanja pojedinaca

SINOPSIS

Trinaestogodišnji Hrvoje ima poseban talent – iznimno je vješt u upadanju u nevolje.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Opišite kadrove u kojima upoznajemo Hrvoja.

(1. kadar – Hrvoje leži na krevetu i baca lopticu u zrak, gađa strop, čuju se udarci loptice, Hrvoje je ozbiljan, kamera prikazuje Hrvoja do poprsja/blizi plan, stvari ispred Hrvoja, u prvom planu, neoštre su, Hrvoje je u drugom planu oštar/plošni kadar; 2. kadar – Hrvoje i dalje leži na krevetu, gađa lopticom strop, i dalje je ozbiljan, kamera prikazuje Hrvoja do struka i otkriva mjesto radnje, Hrvojevu sobu/polublizi plan, vidi se dio Hrvojeve sobe)

Navedite kako je kamerom prikazana paralelna radnja.

(Hrvoje gađa lopticom strop, sljedeći kadar prikazuje oca koji spava, čuje se očevo disanje, kamera ponovno prikazuje Hrvoja i sve brže bacanje loptice u strop, loptica udari u luster, pada i bučno ruši stvari, Hrvoje stane, osluškuje, čuje se samo tiho kotrljanje loptice))

Zaključite kako je kamera postupno u prvom kadru s ocem otkrivala način očeva života.

(kamera se pomiče i u prvom planu prikazuje prazne boce, zatim punu pepeljaru opušaka i u drugom planu oca koji spava; način snimanja kamere – pokretna kamera/panorama ili švenk)

Razmislite kako je Hrvoje već u početnim kadrovima pokazao svoje emocionalno stanje.

(glumom, sve bržim i žešćim bacanjem loptice u strop, ozbiljan izraz lica koji prelazi u grimase i ljutnju, načinom snimanja kadrova koji su nemirni i postaju sve brži, kamera krupno prikazuje Hrvojeve izraze lica i sve brže bacanje loptice čime naglašavaju Hrvojevu ljutnju)

Prisjetite se načina na koji nam Hrvoje otkriva kako on i otac žive.

(Hrvoje dolazi do oca koji spava, začepi mu nos kako bi ga probudio, otac i dalje spava, budi ga, ali ne uspijeva, kamera pokraj oca prikazuje punu pepeljaru opušaka i prazne boce od alkoholnih pića, Hrvoje se osvrće, pregledava boce, jednu podiže i otpije gutljaj, namršti se, uzima tanjurić s narezanim kruhom, pomiriše i mršti se, baca, reže kruh, stavlja na tanjurić i odlaže na stolić pored oca koji spava, govori ocu da treba novac, otac i dalje spava, Hrvoje uzima njegov novčanik, otvara i traži novac, ali novčanik je prazan, Hrvoje podiže kutiju s cigaretama, vadi jednu i sprema je u džep)

Zaključite što je naglasio kadar u kojem je krupno prikazan očev prazan novčanik. Opišite ga.

(kadar/krupni plan prikazuje Hrvojeve ruke i okretanje novčanika u potrazi za novcem, novčanik je prazan, u 1. planu kadra oštro se vide Hrvojeve ruke i novčanik koji pretražuje, u 2. planu neoštro se vidi otac koji i dalje spava/plošni kadar; kadar je naglasio siromaštvo i težak Hrvojev život)

Navedite je li vas iznenadilo Hrvojevo ponašanje kod lifta.

Obrazložite svoj odgovor.

(individualni odgovori učenika)

Razmislite što su kadrovi kod lifta o Hrvoju istaknuli. Obrazložite.

(Hrvoje u sebi ima agresiju koju ispoljava udarajući nogom u lift i po tipki kojom lift poziva)

Prisjetite kako se Hrvoje ponašao nakon izlaska iz lifta.

(sjeo je na stepenice, pljunuo je, pozvao je dječaka Britvića s kojim se vozio u liftu, i kojeg je tijekom vožnje pogledavao, da dođe do njega, dječak ne želi, Hrvoje ga namami zvukovima igrice ili nekog videa s mobitela, dječak prilazi, Hrvoje mu ne želi pokazati što gleda na mobitelu, poziva ga da dođe s njim nešto vidjeti, izlazi iz zgrade, dječak ga slijedi, Hrvoje pokazuje znakove nadmoći nad dječakom)

Razmislite kako je i u kojim je kadrovima naglašeno iščekivanje što će se dogoditi.

(Hrvoje i dječak izlaze iz zgrade, počinje jednolična glazba, ona ih prati cijelim putem do otključavanja vrata i Hrvojevih riječi upućenih dječaku da uđe u prostoriju)

Zaključite gdje je stajala kamera dok je snimala Hrvoja i Britvića kako žure niz stepenice i naguravaju se.

(ispod stepenica, kamera iz je dočekala, snimala je odozdo/donji kut snimanja/rakursa)

Opišite kadrove koji otkrivaju što je Hrvoje želio od dječaka i kako je dječak reagirao.

(u prostoriji dječak ugleda bocu s alkoholnim pićem, Hrvoje mu naredi da mu da 20 kuna, dječak ne želi jer mu je taj novac majka dala za kupovinu u trgovini, Hrvoje je sve grublji, oduzima dječaku novac, posvađaju se)

Razmislite je li Hrvoje već putem od zgrade do prostorije u koju su stigli pokazivao da će biti grub prema dječaku.

(da, dječak je putem želio vidjeti što Hrvoje ima na mobitelu, Hrvoje ga je svaki put grubo odgurnuo)

Prisjetite se trenutka u kojem je dječak osjetio olakšanje i zadovoljstvo.

(Hrvoje nije puštao dječaka iz prostorije, nadvio se nad njim, Hrvoja su u tome prekinuli i spasili dječaka, vršnjaci su zadirkivali Hrvoja, dječaku se to sviđelo jer se Hrvoje u tom trenutku osjećao kao što se on osjećao pred Hrvojem)

Navedite jeste li očekivali da će dječak iskoristiti trenutak i pobjeći.

Obrazložite.

(individualni odgovori učenika)

Zaključite je li se dječak ipak želio družiti s Hrvojem i zašto.

(da, izazivao je kod njega znatiželju)

Razmislite u kojem trenutku Hrvoje pokazuje posebno nasilničko ponašanje.

(Hrvoje na igralištu dolazi do dječaka koji nije iz istoga kvarta, grubo mu se obraća riječima da ne smije dolaziti u njihov kvart i igrati košarku na njihovu igralištu, grubo uhvati dječaka Mikija i sruši ga, sili ga da jede travu)

Zaključite o kojoj je vrsti nasilja riječ.

(verbalno – riječima i fizičko – nanošenje fizičke boli)

Opišite kadrove u kojima se dječakov brat obračunava s Hrvojem.

(Hrvoje drži Mikija iznad trave i prisiljava ga da jede travu, dotrči mladić, Mikijev brat, koji ga podiže, viče na njega i udara ga, druga dvojica mladića se pospradno smiju)

Razmislite zašto je kamera napad mladića snimala nemirno.

(pokretna kamera/kamera iz ruke djeluje kao da je i sama sudionik toga događaja, ponaša se nemirno kao što su nemirni Hrvoje i mladić u kadru, vjerno prikazuje napad i osjećaja)

Prisjetite se na što je mladić pozvao, a zatim i prisiljavao mlađega brata kojega je Hrvoje napao.

(pozvao ga je da udari Hrvoja i vrati mu za ponašanje prema njemu, Miki nije

htio, mladić je vikao na njega i davao mu upute, mlađi brat nije htio, mladić mu je prijeto zbog toga)

Zaključite je li Miki dobro postupio. Obrazložite.

(individualni odgovori učenika, ali da, dobro je postupio jer se nasilje ne rješava nasiljem)

Navedite što ste prepoznali na Hrvojevu licu dok je sjedio sam nakon što ga je mladić napao.

(nemoć, ljutnju)

Iznesite svoje mišljenje što je Britvića ponovno dovelo k Hrvoju.

(individualni odgovori učenika; donio mu je sladoled, želio je da se druže, Hrvoje je kod njega izazivao znatiželju)

Razmislite zašto se Hrvoje ponovno ponio grubo prema Britviću.

(Hrvoje je bijesan zbog onoga što mu se dogodilo, Britvić je jedina osoba koju on može napadati jer je slabiji i mlađi)

Zaključite zašto je na kraju Hrvoje udario šamar Britviću riječima: *Ovo si poruči mami.*

(Hrvoje je preslikao ponašanje Mikijevog brata prema njemu, želio je vratiti Mikijevom bratu, ali nije se usudio, Britvić je žrtva njegove nemoći i ljutnje)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju.

Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Ništa. Zadržao/zadržala bih za sebe.

Problem se neće riješiti sam od sebe. Čekanjem se zlostavljanje pojačava, a tome se priključuje i sve veći broj učenika jer se boje da će i sami postati žrtve zlostavljača. Sve ćeš se više udaljavati od učenika u razredu, loše ćeš se osjećati, počet ćeš izbjegavati društvo i školu, osjećat ćeš usamljenost i razdražljivost, a tvoje ponašanje može postati nasilno i agresivno upravo zbog nemoći koju osjećaš. Važno je da o tome razgovaraš s odraslom osobom u koju imaš povjerenja. To, osim roditelja, može biti razrednik/razrednica, učitelj/učiteljica, netko od stručne službe škole. Oni će znati kako ti pomoći i pomoći će ti.

B

Vratio/vratila bih istom mjerom, nasiljem.

Problem će postajati još veći, osjećat ćeš osvetoljubivost, a zbog agresivne reakcije nasilje će postati još snažnije. Moguća je osveta nasilnika, a moguća je i da s vremenom i sam/sama postaneš nasilnik i kod nekoga izazoveš osjećaje koje ti, kao žrtva, proživljavaš. Vraćanje istom mjerom neće riješiti tvoj problem. Naći ćeš se u začaranom krugu u kojem ćeš se osjećati još lošije. Ništa nemoj poduzimati sam/sama jer ti odrasli mogu i žele pomoći. Razgovaraj s odraslom osobom u koju imaš povjerenja. To, osim roditelja, može biti razrednik/razrednica, učitelj/učiteljica, netko od stručne službe škole. Imat ćeš njihovu podršku i oni će poduzeti korake koji će pomoći u suzbijanju nasilja koje proživljavaš.

C

Ispričao/ispričala bih roditelju/roditeljima, razredniku/razrednici, učitelju/učiteljici, stručnoj službi u školi, najboljem prijatelju/prijateljici.

Odrasla osoba: saslušat će tvoj problem, pokazati da razumije i prihvaća tvoje osjećaje povrijeđenosti, straha, nelagode, bespomoćnosti, tuge i ljutnje, savjetovat će ti kako se možeš obraniti bez napada, osnažit će tvoje samopoštovanje i samopouzdanje. Odrasli će znati što treba poduzeti jer svako odgađanje rješavanja problema pojačava nasilje i doprinosi njegovu širenju te tvojim sve lošijim osjećajima u društvu.

Prijatelj/prijateljica: ako je iskren/a, saslušat će tvoj problem, reći ti da mu/joj je stalo do tebe, potaknuti te da se družiš s učenicima koji nasilničko ponašanje ne podržavaju, vratiti ti osjećaj samopouzdanja i vjeru u vršnjake, poticati će vršnjake da se ne rugaju jedni drugima i da se svatko može naći u ulozi žrtve te prijaviti vršnjačko nasilje razredniku/razrednici, učitelju/učiteljici ili stručnoj službi.

SAVJET

Nemaš li snage reći što ti se događa, možeš ispričati kao da se radi o nekom drugom. Na taj ćeš se način lakše otvoriti. Moguće je da ćeš, kada vidiš reakciju druge strane, reći da je riječ o tvojem iskustvu i proživljavanju.

A što ako si nasilnik? Želiš li promijeniti svoje ponašanje? Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.		
A Ne, i dalje ću se ponašati isto.	B Volio/voljela bih, ali ne želim postati manje važan/važna i slabić među vršnjacima.	C Volio/voljela bih da mi netko pomogne, ali ne znam je li to moguće.

A

Ne, i dalje ću se ponašati isto.

Razmisli što time postižeš, je li ugodno nekome nanositi bol i loše osjećaje, bi li se Razmisli što time postižeš, je li ugodno nekome nanositi bol i loše osjećaje, bi li se volio/voljela osjećati kao što se žrtva osjeća zbog tebe; opiši kako se osjećaš u ulozi nasilnika i objasni svoje osjećaje; razmisli je li netko prema tebi bio nasilan i usporedi uloge i osjećaje nasilnika i žrtve, sebe kao nasilnika i sebe kao žrtve; nasilnik može na početku pojedincima biti „štosan“, smiješan i zabavan, može biti „glavna faca“ među vršnjacima; nasilnik svoje nasilje s vremenom pojačava, vršnjaci postaju i sami preplašeni pa nasilnu osobu lažno podržavaju; s vremenom nasilnik gubi prijatelje, postaje osamljen u svojem ponašanju i žrtva vlastitoga ponašanja. Osvrni se oko sebe i razmisli je li podrška vršnjaka zaista iskrena. Razgovaraj o tome s nekim od njih, ali s onima koji nisu tvoja bezuvjetna podrška u svemu što radiš. Bilo bi dobro da nazoveš besplatni broj Plavoga telefona na 01/4833-888 i anonimno s njima razgovaraš. Oni te ne poznaju, neutralni su pa poslušaj što će reći o tvojoj odluci. Ne moraš im čak niti odati da je riječ o tebi. Možeš iznijeti svoje ponašanje navodeći da se radi o prijatelju iz razreda (naravno bez imena).

B

Volio/voljela bih, ali ne želim postati manje važan/važna i slabić među vršnjacima.

Važno je da si postao/postala svjestan/svjesna svojega neprimjerenoga ponašanja, što je dobar prvi korak; nećeš biti manje važan/važna promijeniš li svoje ponašanje; svatko, pa tako i tvoji vršnjaci, voli društvo koje se smije i nasmijava, a ne podsmjehuje i ismijava; pokušaj ispraviti svoje neprimjerenog ponašanje iskrenom isprikom; postat ćeš dobrodošao/dobrodošla u svakom društvu; osjećat ćeš se zadovoljno i sretno.

C

Volio/voljela bih da mi netko pomogne, ali ne znam je li to moguće.

Da, moguće je. Razgovaraj sa sebi bliskom osobom ili osobama u koje imaš povjerenja (roditelj/i, razrednik/razrednica, učitelj/učiteljica, stručna služba), iznesi im svoje osjećaje i želju da s time prekineš; odrasli ti mogu i žele pomoći da postaneš samopouzdana, empatična osoba; uputit će te kako se nositi s frustracijama koje te okružuju i zbog kojih si možda bio/bila nasilnik.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

Osvrnite se oko sebe i razmislite postoji li u vašem razredu ili školi učenik/učenica koji trpe vršnjačko nasilje bilo koje vrste (ignoriranje i neprihvatanje u društvu, verbalni napadi, fizički napadi). Razgovarajte s tom osobom o njegovim/njezinim osjećajima. Zapišite ih. Razgovarajte s nasilnom osobom ili osobama i zapišite njihove osjećaje. Ne iznoseći imena, predstavite svoje istraživanje u razredu. Potaknite raspravu o koracima koji mogu pomoći i žrtvi i nasilniku.

Napišite komentar na film *Šamar, Nebojše Slijepčevića*

U skupinama napišite priče s temom vršnjačkog nasilja. Svoje kratke priče snimite mobitelima. Snimljene kratke filmove predstavite pred razredom. Nakon projekcija potaknite raspravu.

IZVORI:

Internetska platforma croatian.film. (n.d.). *croatian.film*. <https://www.croatian.film/hr/>
UNICEF. (n.d.). *Kako s djecom razgovarati o vršnjačkom zlostavljanju*. <https://www.unicef.org/croatia/kako-s-djecom-razgovarati-o-vrsnjackom-zlostavljanju>
Psihološki centar TESA. (n.d.). *Kako pomoći ako vam dijete trpi vršnjačko nasilje?* <https://www.tesa.hr/kako-pomoci-ako-vam-dijete-trpi-vrsnjacko-nasilje/>
Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

ĐURĐICA RADIĆ

Đurđica Radić, nastavnica u Medicinskoj školi Osijek, razrednica, voditeljica Vijeća učenika te članica volonterskog kluba u školi. Voditeljica EPAS programa od 2020., izvannastavne aktivnosti koja promiče europske vrijednosti, organizira susrete učenika s donositeljima odluka i potiče učenički aktivizam. Voditeljica filmske družine Almodovarci od 2005. Almodovarci su nekoliko puta sudjelovali na LiDraNu te na Smotri hrvatskog školskog filma. Godine 2011. i 2013. na Filmskoj reviji u Karlovcu dobili su nagradu za najbolji dokumentarni film, a 2021. žutu zastavu za doprinos nenasilju na filmu. Sudjelovali su 2013. i 2016. na Duff festivalu u Dubrovniku, a 2014. bili pobjednici SLAFF festivala u Slatini. Godine 2015., kao pobjednici jednog obrazovnog antikorupcijskog natjecanja, pozvani su na prijam kod američke veleposlanice u Zagrebu.

Mama, prijateljica, putnica, obožavateljica svih vrsta voda, Pipi Duga Čarapa još uvijek pomalo...

Srednja škola

ANKSIOZNOST

DEPRESIJA

MANJAK EMPATIJE

NARUŠENI OBITELJSKI ODNOSI

OČAJ I BEZIZLAZNOST

ODRASTANJE I POTEŠKOĆE
U VRŠNJAČKOJ KOMUNIKACIJI

OPOJNA SREDSTVA

POTEŠKOĆE S UKLAPANJEM U ZAJEDNICU

POTEŠKOĆE U KOMUNIKACIJI
I GUBITAK BLISKE OSOBE

PREDRASUDE

PRIJATELJSTVO I OSJEĆAJ IZDAJE

SLOMLJENO SRCE

STRAH OD RATA

SUOČAVANJE S TEŠKOM BOLEŠĆU

TERAPIJA FILMOM

UZNEMIRAVANJE I KORIŠTENJE
POVLAŠTENOG POLOŽAJA

Predgovor

Tridesetak godina podučavam srednjoškolce, razgovaramo o knjigama i filmovima. Pa tako u tematskom sloju djela pronalazimo neka svoja slična iskustva, pokušavamo učiti o životu od likova koje u djelima analiziramo, zaključujemo bismo li postupili upravo tako ili potpuno suprotno. Ponekad se pretvaramo da smo ti likovi, ulazimo u njihove glave i srca, raspravljamo za ili protiv postupaka nekog lika. Kako bi mojim učenicima bilo zanimljivo, smišljam razne metode i načine rada. Taj posao je neizmjerljivo zabavan, no u zadnje vrijeme za mene postaje i prilično izazovan. Zašto? Rad s mladima u svakom je vremenu bio izazovan, no danas izazovi postaju sve veći. Vjerojatno jer sam godinama od njih sve udaljenija, sigurno jer su tehnološke promjene neizmjerljivo brze, a internetski podražaji kojima se oni rado izlažu sve agresivniji, moguće stoga što se obitelji i odnosi u njima mijenjaju, a možda je uzrok i hrana koju jedemo i zrak koji udišemo. Razloga je puno, stanje je takvo. Umjesto nastavničke kuknjave kako mladi ne vole čitati, a danas i kako ne vole gledati duge filmove, kako im je koncentracija sve kraća i kako poznaju sve manje hrvatskih riječi, odlučila sam pohrvati se s tim izazovima. Moje sudjelovanje u ovom priručniku mali je doprinos borbi s promjenama i izazovima današnjice. Želja mi je pomoći otvoriti vrata razgovoru, otvaranju i izlasku iz svijeta osame, tegoba i patnje. Nekada je dovoljan jedan razgovor, nekada nam se brijeg čini poput planine, a na kraju shvatimo da smo bili u krivu. Bitno je, naravno, razgovarati, no važno je i s kim će razgovor biti vođen. Snaga riječi je neizmjerljiva, cilj ovog priručnika je riječ koja pomaže, a ne riječ koja nanosi štetu. Film je ovdje medij prepoznavanja, nešto poput kapi koje otvaraju oči i uši za razgovor o onomu što osobu tišti.

Odabrala sam šesnaest kratkih filmova, svaki prikazuje neki od mentalnih izazova s kojima se danas srednjoškolci susreću. Polazna priča prije filma učenike uvodi u problem koji film obrađuje, nude se mogući postupci u takvoj situaciji, slijedi gledanje i filmska analiza. Učenici zatim ponovno odabiru svoje rješenje problemske situacije, ali sada imaju i upute vezane uz odabir rješenja. Slijedi kreativni zadatak povezan s filmskom pričom. Izazovno je to za jedan školski sat, dobro bi bilo ovim temama posvetiti se dulje. Nadam se da će ovi filmovi naći put do srednjoškolaca, da će se gledati i analizirati te da će mladima biti koristan alat u pronalasku puta do mentalne ravnoteže.

TEMA: ANKSIOZNOST

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Lucija je uvijek voljela tišinu. U njezinu svijetu knjiga, glazbe i šetnji sve je bilo mirno i pod kontrolom. Nika je bila njezina suprotnost, glasna i otvorena, uvijek u pokretu. Družile su se u Nikinu stanu ili u Lucijinoj kući, šetale i pričale ili vozile bicikle po okolici. Iako različite, voljele su provoditi vrijeme zajedno. Nika je imala puno prijateljica, Lucija samo nju. Lucija bi se obično izgovorila kad bi noćni izlasci u klubove bili u pitanju, no taj je dan ipak popustila. Istina, Nika ju je satima molila, bila je jako uporna i nije slušala Lucijino objašnjenje da ne voli galamu i gužvu. Već u trenutku kad su ulazile u klub, Luciji je srce lupalo kao ludo. Prišla su im dva dečka iz škole. Nika je s jednim ubrzo otišla po piće. Luciji se drugi pristojno obratio, htio se upoznati i popričati. Ona je probljednula, sve se oko nje zamaglilo i stopilo u veliki val. Teško je disala, trčala je i samo je htjela što prije izaći na zrak. U jednom se trenu na izlazu spotaknula i tresnula na pod. Osjetila je oštru bol u lijevoj nozi. Nika je ubrzo dotrčala i postalo joj je jasno što se Luciji dogodilo. Ostavila ju je samu na pet minuta, no osjećala se loše. Shvatila je da nije dobro postupila. Prijatelj te ne treba gurati, prijatelj treba slušati i čuti tvoje riječi. Ipak, shvatila je da Lucija ima problem, no nije znala kako joj pomoći.

(izmišljena priča, autorica Đurđica Radić, svaka sličnost sa stvarnim događajima i osobama je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila.

Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.

A

Neću reći ni riječi o tom događaju, i ovako je Luciji napravljena velika šteta.

B

Umjetnu inteligenciju ću zamoliti za pomoć.

C

Popričat ću s našom psihologinjom u školi.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **ODBJEGLE**

Redateljica: Wilma Sjogren

Filmski rod: igrani

Žanr: drama

Uloge: Wilma Sand, Jane Smith, Lasse Ovarnstrom

Godina: 2019.

Trajanje: 14:14

Poveznica: <https://filmskanastava.hfs.hr/portfolio/odbjegle/>

NAGRADE:

Youth Cinema Network Award 2022.

SINOPSIS

Naomi pati od socijalne anksioznosti koja ju je dugo izolirala od svijeta izvan njezina malog stana. Po prvi put u životu usuđuje se suočiti sa svojom tjeskobom i pobjeći u provod sa svojom najboljom prijateljicom Pan.

DOJMOVI O FILMU

Što možete reći o ovom filmu, kako vam se sviđela filmska priča, obrazložite. O čemu ste razmišljali tijekom gledanja, poznajete li neku osobu poput Lucije?

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se što se na samom početku filma vidi, objasnite taj postupak.

(crvena boja razlijeva se po crnoj površini, već u sljedećem kadru vidimo da se radi o svjetiljci u kutu sobe, te boje i sljedeći kadar u krevetu najavljuju da glavna junakinja ne voli izlaziti, radije ostaje u krevetu, crvena boja simbolizira opasnost, uzbunu, nagovještaj nečega lošeg, gubitak kontrole; može označavati strah i paniku, unutarnju napetost, simbolizirati krv, puls, pritisak u prsima, dakle bojom, osim položajem u krevetu i samoćom, naglašena je njezina anksioznost)

Objasnite tematski sloj filma.

(u središtu je priče djevojka Naomi, dugo živi u izolaciji u svojem malom stanu, vrlo je anksiozna, druži se samo s najboljom prijateljicom Pan, film prati trenutak kada je prvi put odlučila otići s Pan u noćnu avanturu i doživjela jak napad panike; glavna tema je unutarnji put suočavanja s anksioznošću i strahovima)

Opišite kadrove i način snimanja na početku filma.

(u prvoj polovici filma prevladavaju uski kadrovi, zatvoreni interijeri, kadar često „reže” tijelo: rame, leđa, lice, bez prostora oko njega i time se želi naglasiti socijalna anksioznost glavne junakinje, kamera je često mirna, postavljena frontalno ili blago sa strane i bez naglih pokreta, prikazuje zastoje, život stoji; česti su kadrovi u kojima gleda u zid, okrenuta je leđima kameri, izbjegava pogled, simbolizira bijeg od sebe i svijeta. A kada se javi kretanje kamere, to je prvi znak pomaka, strah je i dalje tu, ali ne paralizira)

Opišite kako su snimljeni kadrovi druženja s prijateljicom u stanu.

(brzi kadrovi i rezovi, one su vesele i družu se, kamera iz ruke u funkciji je tog veselja, hvata trenutke. Prostor više nije prijeteći, kadar „diše”, često su zajedno u kadru, prijateljica simbolizira sigurnu točku i dokaz je da svijet nije nužno neprijateljski, da postoji netko s kim dijeliš teret)

Objasnite što je Naomi doživjela u izlasku.

(odluči se suočiti sa svojom tjeskobom i izlazi u kafić s Pan, kada ju ona ostavi na kratko, a ostatak ekipe ju tjera da popije alkoholno piće, Naomi doživi jak napad panike, ne smije piti alkohol, u jednom se kadru vidi da pije tablete; jarka crvena boja svjetala u klubu, neonskih reklama i odjeće drugih ljudi ovdje simbolizira agresivnost vanjskog svijeta)

Objasnite način kako autorica prikazuje taj napad panike.

(ona za stolom priča s jednim mladićem, svi je nagovaraju da pije, glazba se pojačava, ona ima zabrinut, pa očajan izraz lica, ustane i tada sve utihne, čuje se njezino duboko disanje, zatim slijedi brza izmjena kadrova, oni pri-



Fotografija iz filma – snimka zaslona

kazuju njezin nemir, slijede detalji usana, vrlo dinamično i uznemirujuće, kamera iz ruke, bježi u toalet, zaključana je i uzrujana, gledatelj je uvučen u kadar, autoričina namjera je pobuditi empatiju prema teškoj epizodi anksioznosti i nemoći)

Opiši kako završava scena u toaletu i kako su ti kadrovi snimljeni.

(brza izmjena kadrova, Pan koja ju doziva, Naomi u krupnim kadrovima kako bi se jasno vidio njezin unutarnji kaos i panika, alarm tijela, sudar njezinog i vanjskog svijeta, pokušava smireno disati, vidi se iz profila što može označavati njezinu želju za bijegom i distanciranjem, sve je crveno jer takvo je njezino stanje, scena završava njezinim bijegom i rezom u crno; nekoliko takvih rezova odvaja dijelove filma)

Navedite filmske elemente kojima je ova priča prikazana.

(osjećaj da svijet Naomi pritišće, njezinu preopterećenost podražajima autoricina ne prikazuje toliko riječima koliko zvukom, kadriranjem i ritmom filma; ne prikazuje se drama događaja, već drama unutar lika jer njoj običan noćni izlazak predstavlja egzistencijalni izazov)

Objasnite kakav je ritam i ozračje u filmu.

(ritam je na početku spor, ubrzava se u scenama druženja Naomi i Pan, a u dijelovima kada Naomi ima napad panike izrazito je ubrzan; ozračje je tjeskobno i sumorno u većini kadrova)

Opiši kraj filma, zadnje kadrove.

(otvoren je kraj, film je zapravo retrospekcija, Naomi se sjeća tog bijega u noćni život, film ne nudi izlječenje, već pokazuje borbu, pomak, jer svaki takav izlazak jest borba protiv anksioznosti, film pokazuje da anksioznost nije samo u glavi, ona je u tijelu i disanju i svaki izlazak i borba protiv nje predstavljaju hrabrost, a film pokazuje i da svaka osoba ima pravo na strah te budi empatiju gledatelja prema takvim pojedincima)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju. Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

A

Neću više reći ni riječi, i ovako je Luciji napravljena velika šteta.

Ovo nije dobro rješenje jer s pravim prijateljem možeš razgovarati o svemu. Šutnja zapravo gura problem pod tepih i ništa ne rješava. Ne treba takvu osobu ponovno gurati u noćni izlazak, no treba razgovarati o tim osjećajima, treba praviti male korake prema otvaranju, možda sljedeći put neki dnevni izlazak u kafić, na sok ili čaj. Potrebni su vrijeme i strpljenje. Ako

prijatelj to nema, treba uključiti nekoga stručnijeg, osobu koja će pomoći popraviti stanje. U protivnom anksioznost neće nestati, može se samo pojačati jer osoba može izgubiti povjerenje i u to jedino prijateljstvo.

B

Umjetnu inteligenciju ću zamoliti za pomoć.

Ovo također nije najbolje rješenje. Radi se o tvojoj prijateljici, živoj osobi, a svaka je osoba posebna i različita. Umjetna inteligencija neće dati kriv savjet, no to su opća pravila ponašanja. Ona ne poznaje tvoju prijateljicu, tu nema misli i osjećaja, ne vežu je s njom zajednički doživljaji i iskustva. Ona prikuplja podatke s dostupnih mrežnih izvora i potom ih objedinjuje u savjete, no zapravo ne poznaje tu osobu i ne zna točno što ju sve tišti.

C

Popričat ću s našom psihologinjom u školi.

To je najbolje rješenje. Tvoja prijateljica sigurno nije jedina u školi koja ima ovakav problem. Psihologinja će vas savjetovati i predložiti male korake kako ublažiti anksioznost. Boravak u prirodi, šetnje, zajedničke aktivnosti koje volite, postupno uključivanje još neke osobe, proučavanje korisnih knjiga, sportske aktivnosti, mnogo je načina kako pomoći osobi koja se bori s tjeskobom. Stručnjak će znati odrediti dinamiku, razgovarati i dati potrebne upute.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

1. Promijenite kraj filma.
2. Napišite unutarnji monolog glavne junakinje, stavi se u njezin položaj.
3. Istražite udruge u Hrvatskoj koje se bave liječenjem tjeskobe, depresije i anksioznosti. Napravite popis.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

IZVORI:

Filmska naSTAVa, (2020.) [Internet], <raspoloživo na: <https://filmskanastava.hfs.hr>>, [10. rujna 2025.]

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiče, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

Brewer, J. (2022). *Kako prevladati anksioznost*. Znanje.

TEMA: DEPRESIJA

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Marko je imao petnaest godina kada je prvi put počeo osjećati da mu se dani stapaju u jednu dugu, sivu maglu. Nekad je volio ustajati rano i odlaziti u školu biciklom, a u posljednje vrijeme jedva bi ustao iz kreveta. Mama bi ga svako jutro zvala, a on bi šutio, osjećajući težinu u tijelu, kao da je zašiven za madrac. U školi su problemi postali vidljivi. Marko je i prije bio tih, no nikada toliko da su ga nastavnici morali tri puta prozivati. Ocjene su bile loše, a druženja poslije nastave postala su mu naporna. Prijatelji bi planirali kamo će za vikend, a on nikada nije htio s njima. Samo je šutio i slušao. Zatim bi došao kući, zatvorio se u svoju sobu i gledao u jednu točku. I tako neprekidno satima. Nekad bi plakao, nekad bi satima ležao u kadi dok se potpuno ne smrzne. Tup i nesretan. Nije mogao učiti ni čitati knjige, bio je zbunjen i dekoncentriran. A prije je tako volio krimiće. Mama je bila zabrinuta, tata je mislio da je to samo faza koja će proći. Nisu poduzimali ništa. A njemu je bilo sve teže. Osjećaj krivnje, stalne negativne i pesimistične misli, umor i manjak energije te ogromna bezvoljnost kao da će ga progutati. Nikako nije mogao van iz tog začaranog kruga. Nije imao snage, nije imao volje, nije vidio cilj.

(izmišljena priča, autorica Đurđica Radić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i osobama je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila.

Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.

A Nastojat ću sam riješiti problem.	B Obratit ću se roditeljima.	C Potražit ću pomoć psihoterapeuta.
---	--	---

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **TIŠINA**

Škola za grafiku, dizajn i medijsku produkciju Zagreb

Redatelj: Vjeran Janeš

Montaža: Melani Mihalić

Glazba: preuzeta sa stranice Freesound, autor ShadyDave,
sad piano music

Filmski rod: dokumentarni

Filmski žanr: biografski

Godina: 2024.

Trajanje: 12 minuta

Poveznica: <https://filmskanastava.hfs.hr/portfolio/tisina-2024/>

NAGRADE:

Žuta zastava (29. Filmska revija mladeži & 17. Four River Film Festival) – nagrada za promicanje nenasilja na filmu, 2024.

SINOPSIS

Dva mladića i jedna djevojka opisuju svoja emocionalna iskustva tijekom odrastanja te svakodnevnu borbu s depresijom.

DOJMOVI O FILMU

Što možete reći o filmu, kako vam se sviđa, obrazložite svoje stavove. Navedite neke svoje misli i asocijacije tijekom filma.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se kako film započinje.

(u mraku se čuju riječi „pa mislim“, nakon toga vidi se pas i dio bijele kuhinje, zatim detalj prekrivenih ruku u mračnoj prostoriji, silueta lica mladića iz profila, bijela polica s figurom anđela, ponovno mladić, dio bijelog zida sa zidnim satom, pas koji drijema; sve je to u suprotnosti s prikazom mladića i njegovom pričom)

Imenujte taj postupak kad se istodobno prikazuju dvije radnje.

(paralelna montaža)

Opišite od koliko se priča film sastoji.

(sastoji se od tri priče; dva mladića i jedna djevojka govore o svojoj borbi s depresijom)

Navedite način realiziranja filmske priče.

(svaka od tih osoba govori u prvom licu tijekom cijelog filma; priče prve dvije osobe se izmjenjuju, a treća osoba priča cijelu svoju bolnu priču bez prekida i to iskustvo je nekako najteže)

Objasnite razlog snimanja osoba u tamnim prostorima, vidljivih samo u obrisima.

(osobe su snimljene tako da im se lica ne vide jer se želi zaštititi njihov identitet i jer je time dodatno naglašena njihova mračna priča, borba s anksioznošću i suicidalnim mislima)

Postoje li kadrovi koji se razlikuju od ovih snimljenih u tami, objasnite razlog.

(nasuprot kadrovima u kojima vidimo siluete osoba, u prvoj priči vidimo bijeli zid i stol, dijelove kuhinje u kojoj se na štednjaku kuha kava; u drugoj priči vidimo svijetlu učionicu i šareni dječji crtež te školski pribor i papire u boji; u trećoj priči park, stabla, šafrane i mostić; svi su ti kadrovi svijetli i idilični te predstavljaju kontrast onima u kojima sjede osobe jer su njihove priče tamne, baš poput mračnih soba u kojima kazuju svoja svjedočanstva o dugogodišnjoj borbi s depresijom)

Prisjetite se koji dio tijela je kamera zabilježila za vrijeme svih triju priča.

(kadrovi ruku; one svojim nemirom prikazuju i unutarjni nemir tih osoba; nije lako pričati o problemima koji ih muče; ne vidimo oči i lice, no ruke pokretima itekako potvrđuju njihove riječi)

Objasnite način na koji je ovaj film snimljen.

(kamera je statična u dijelovima dok gledamo siluete osoba; ostali kadrovi

snimljeni su iz ruke, no pokreti su mirni; kamera je u funkciji prikaza ljudi zatvorenih u tišini svojega svijeta)

Prisjetite se što navode kao moguće okidače za takvo stanje u kojemu su zapeli.

(narušeni odnosi u obitelji, razvod roditelja, razočaranje u roditelje i sukobi s njima, zadirdivanje i vršnjačko nasilje, selidba, pandemija, pretjerana samokritičnost, trauma zbog neugodnog tjelesnog iskustva, osamljenost i depresija, gubitak smisla u životu)

Navedite detalj koji posebno dočarava traumu jednog od likova i način kako je to prikazano.

(žvakaća guma na stolu i riječi koje mladić izgovara, vezano uz traumatsko tjelesno iskustvo u njegovoj četrnaestoj godini s nepoznatim starijim muškarcem)

Prisjetite se zvukova u filmu.

(gotovo tijekom cijelog filma čuje se lagana klavirska pozadinska glazba i glas triju govornika; njome se vrlo neupadljivo ostvaruje sjetno ozračje i ton filma)

Objasnite naslov filma.

(nije tišina u filmu, tišina je u osobama koje pričaju svoje priče; suviše su kritični prema sebi, često u sukobu s nekim od roditelja, u strahu i u mraku, neshvaćeni i osamljeni)

Prisjetite se što se u filmu navodi kao bijeg i rješenje za ova teških stanja.

(djevojka navodi dramsku igru i glumu, mladić stihove pjesama koje sluša, dakle glazbu)

Usporedite priče i navedite neku koja je teža od ostalih i objasnite svoj izbor.

(prema onome što su osobe ispričale, priča trećeg mladića je najteža; navodi kako voli život, no na kraju dana uvijek izgubi smisao i to dovodi do samoozljeđivanja; poruke iz pjesama „Izađi i bori se” te „Nisi sam” još uvijek mu je teško ostvariti; anksiozan je i teško mu je pobijediti misli; ne krivi roditelje, umoran je i nije siguran može li dalje ustrajati u toj borbi)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju. Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Nastojat ću sam riješiti problem.

Ovo nije dobro rješenje jer osoba koja je u depresiji teško može sama probiti tu mentalnu barijeru koja ju muči pa se vrti u začaranom krugu. Najbliže osobe, članovi obitelji, često ne prepoznaju znakove depresije i misle kako je takva osoba lijena, što onda dovodi do sukoba i još većeg osamljivanja i zatvaranja. Zanimaraju se školske obveze, izbjegavaju se druženja i osobi je sve teže. Mnogo manje probleme teško možemo sami riješiti.

B

Obratit ću se roditeljima.

Ovo bi moglo biti dobro rješenje ukoliko roditelji shvate u koliko velikom problemu im se dijete nalazi. Međutim, to može biti i izvor nesporazuma i sukoba ako oni pomisle da se radi o izmotavanju i lijenosti ili ako zbog srama ne žele ništa poduzeti pa sve lijepo guraju pod tepih. Tada to nije dobro rješenje. Problemi s mentalnim zdravljem, na žalost, još uvijek se umanjuju i ne pristupa im se dovoljno ozbiljno.

C

Obratit ću se psihoterapeutu.

Ovo je najbolje rješenje jer je on stručnjak za ove probleme. Znat će što treba napraviti, stvorit će siguran odnos, a on je temelj terapije. Postupno će se baviti osjećajima manje vrijednosti, krivnje i srama te povlačenja i osamljenosti. Istražit će kada su se simptomi pojavili i što ih je uzrokovalo, što ih pogoršava ili održava, prepoznat će i ublažavati negativne misli. Radit će i na prepoznavanju te reguliranju osjećaja, postavljat će realne ciljeve i raditi na jačanju samopouzdanja.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženje)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

1. Snimite film od jedne minute na temu depresija.
2. Napišite kratak dijalog osobe s depresijom i nekog tko joj želi pomoći.
3. Proučite neku internetsku stranicu koja se bavi depresijom.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

IZVORI:

Filmska naSTAVa, (2020.) [Internet], <raspoloživo na: <https://filmskanastava.hfs.hr>>, [23. lipnja 2025.]

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

Hrvatski zavod za javno zdravstvo. (n.d.). *Depresija – razgovarajmo*. <https://www.hzjz.hr/sluzba-promicanje-zdravlja/depresija-razgovarajmo>

Hrvatska enciklopedija. (n.d.). *Depresija*.

TEMA: MANJAK EMPATIJE

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Jako me danas mama naljutila. Opet smo se posvađale, ovaj put baš žestoko. Razlog svađe nisu ocjene, izlasci ni dečki, razlog je baka. Gnjava me neprekidno odlascima k njoj, a baka je gluha kao top i spora kao puž. Da, znam da sam cijelo djetinjstvo provela s njom i da me čuvala, znam da sam obožavala praviti nered u njezinu stanu i da mi je sve dopuštala. Bila sam joj miljenica, čitala mi je priče, pekla smo palačinke i gledale neke smiješne filmove. Ma sve ja to znam, ali nisam više mala beba. Ne znam kako to mami nije jasno.

I dobro, odem i sada ponekad k njoj i slušam te njezine govore, provedem uz nju dva do tri sata i to mi je dovoljno. Sad sam u drugom filmu, odrasla sam. A mama najnovija ideja ipak je za mene malo previše. Uplatila je vikend u toplicama, trebale bismo ići baka i ja. Ja to zaista ne mogu. Imam zapravo vremena, ali meni se to ne da. Dosadne su mi njezine priče, gluha je i sve moram tri puta ponoviti. Stalno komentira moju odjeću i frizuru. I ništa joj se ne sviđa. Volim ja svoju baku, ali ne mogu s njom biti tako dugo. Vikendi služe za učenje i druženje s prijateljima.

Zaista sam neraspoločena, ne znam što ću...

(izmišljena priča, autorica Đurđica Radić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i osobama je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila.

Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.

A

Neću ništa nikom reći, otići ću s bakom na taj put i bit ću neraspoločena.

B

Uvjerit ću mamu da je to glupa ideja.

C

Razgovarat ću s razrednicom o ovom najnovijem sukobu s mamom.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **INKASATOR**

Redatelj: Igor Mirković

Montaža: Ivana Fumić

Direktor fotografije: Silvestar Kolbas

Producent: Boris T. Matić

Produkcijnska kuća: Propeler Film

Filmski rod: igrani film

Žanr: drama

Godina: 2009.

Trajanje: 15:04

Poveznica: <https://www.croatian.film/hr/films/93/watch>

SINOPSIS

Na vrata starog bračnog para Klare (76) i Stanka (80) pozvoni inkasator za očitavanje brojila. Inkasator je crnac. Je li on doista to što tvrdi? Što trebaju poduzeti Klara i Stanko?

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se prvih kadrova u filmu i navedite njihovu moguću simboliku.

(starija žena u mračnoj kuhinji tostira kruh, razgovara sama sa sobom, prepekla ga je – potpuno crn, to već najavljuje kasnije događaje, ona to na jednom mjestu i kaže, znala je da će se nešto loše dogoditi, kruh je to najavio, metaforički je povezan s naslovom)

Opišite odnose između dva glavna lika.

(Klara i Stanko su stariji bračni par, vrlo su povezani i privrženi jedno drugome, odraslog i zaposlenog sina vidimo samo na fotografiji i u njihovim pričama; Klara obavlja kućanske poslove: priprema doručak, zalijeva cvijeće, pere rublje, a Stanko sjedi u naslonjaču i glumi autoritet koji će sve srediti, on je zaštitnik svoje supruge, brižan i zabrinut za nju)

Svrstajte film u filmski rod i žanr i objasnite svoju odluku.

(igrani film, drama jer se radi o stradanju starije žene, no ima elemente komedije jer se tijekom cijelog filma vode topli, duhoviti razgovori između supružnika,



Fotografija iz filma – snimka zaslona

dakle to je i ljubavna priča ljudi u poznijim godinama, dijalozi su iznimno prirodni i neusiljeni)

Prisjetite se nekih dijelova dijaloga likova, tona i tema razgovora, komentirajte glumu likova.

(pomalo nalik Stolicama Eugena Ionesca jer ponavljaju iste stvari, zabune se pa ispravljaju, Klara priča sama sa sobom, Stanko sa slušalicama na ušima malo petlja jezikom i nagluh je, Klara slabovidna u strahu vidi crnca, dobacuje i pomaže kad Stanko jako autoritativno, a zapravo smiješno zove nekoga iz Elektre; glumci su iznimno uvjerljivo dočarali život ljudi koji dugo godina žive zajedno i brinu jedno o drugome, javlja se smijeh kroz suze, suosjećamo s tim simpatičnim ljudima)

Objasnite autorov odabir scena i prostora koje vidimo.

(radnja filma događa se u jednom zagrebačkom stanu, namještaj nije nov, niz predmeta dočarava njihovu obiteljsku povijest, često su kadrovi nalik scenama u kazalištu i izvrsno oslikavaju stan starijeg bračnog para, posebice scena na krevetu s lutkom i tapetama ili scena u kojoj Klara i Stanko leže na krevetima, a između njih je svjetiljka, zatim prizori u hodniku i kuhinji, mnogi su kadrovi nalik umjetničkim slikama i služe stvaranju ozračja u filmu)

Prisjetite se boja, koje prevladavaju, objasnite taj postupak.

(prevladavaju mračne boje, tamni prostori osvijetljeni su ponekom svjetiljkom, neki kadrovi ostvareni su gotovo chiaroscuro tehnikom, stan je prepun predmeta i uspomena, dodatno je mračan zbog velike reklame na fasadi zgrade, no unatoč mračnim tonovima odnos između Klare i Stanka pun je topline, igra svjetla i tame simbolična je zbog inkasatora koji je, kako Klara tvrdi, crnac)

Navedite trenutak kulminacije u filmskoj priči, opišite ton tih kadrova.

(Klara čuje zvono na vratima, pogleda kroz ključanicu i čuje riječ Elektra, vidi „crnca“, ton je duhovit jer čovjek govori standardnim hrvatskim jezikom, ona je jako uznemirena, ne želi otvoriti vrata, kasnije razgovor s gotovo slijepom susjedom pojašnjava da je Klara bila u krivu i da je strah bio neopravdan)

Protumačite postupke vezane uz snimanje i kretnje kamere u pojedinim kadrovima.

(kamera je statična ili se polako kreće, ima nekoliko izvrsno postavljenih zamrznutih kadrova, crni kruh u prvom planu tamne kuhinje na početku koji najavljuje događaje ili Stanko u pidžami sa slušalicama na samom kraju filma, on, naime, ne čuje pad svoje Klare)

Opišite neke prostore u filmu.

(vidimo stan u kojem žive inženjer Vukoja i njegova supruga, to je cijeli njihov svijet, stan je prepun namještaja, od kuhinje kamera prelazi na hrpe novina, vazu s cvijećem, regale i naslonjače, tu je nekoliko svjetiljki, velika lutka na krevetu, zidne tapete u sobama i lamperija u hodniku, stan je odraz tog starog bračnog para, mračan, no pun brižnosti i topline)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju. Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Neću nikom ništa reći, otići ću s bakom na taj put i bit ću neraspoločena.

To nije dobro rješenje jer se situacija koja osobu frustrira ne rješava šutnjom. Baka nije ništa kriva, za njezino ponašanje krive su godine i osoba koja ih ima puno manje treba biti strpljiva. Empatija je potrebna u odnosu sa svim ranjivim i osjetljivim skupinama, bake i djedovi svakako su u toj kategoriji. Bake i djedovi ne bi nam smjeli biti teret, trebali bi biti vrelo iz kojeg učimo. Svi ćemo jednoga dana biti stari i spori, njihove godine trebale bi nam biti zlatne, ne blatne.

B

Uvjerit ću mamu da je to glupa ideja.

Ovo također nije dobro rješenje jer je mama odlučila nešto napraviti kako bi obnovila odnos unuke i bake. Teško će osoba koja je isplanirala izlet od toga odustati jer se njezinu djetetu ne provodi vrijeme sa starom i nagluhom bakom. Vjerojatno će samo doći do sukoba i priličnog nezadovoljstva s obje strane,



Fotografija iz filma – snimka zaslona

svađa može dovesti i do narušenih odnosa s mamom. Obje strane vrlo su emotivno uvučene u spor i reakcije mogu biti neracionalne. Sukobi roditelja i djece nisu neuobičajeni u vremenu odrastanja, djeci se čini da su roditelji stari i naporni, zato je dobro da se u rješavanju ovakvih situacija uključi netko neutralan.

C

Razgovarat ću s razrednicom o ovom najnovijem sukobu s mamom.

Vjerojatno je ovo najbolje rješenje, posebice ako je već prije bilo takvih razgovora s razrednicom. Ona može objektivno sagledati ovu situaciju i objasniti koliko je mami stalo da njezino dijete provede više vremena sa svojom bakom. Nikada ne smijemo zaboraviti koliko su nam bake i djedovi bili bitni kad smo bili mali, koliko su se s nama igrali i pomagali našim roditeljima. Mi ćemo, iako to sad izgleda jako daleko, također jednoga dana biti stari, a naši će unuci trebati isto toliko strpljenja s nama.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženje)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

1. Osmislite tri aktivnosti koje biste mogli raditi sa svojom bakom ili djedom.
2. Napišite peterostih o baki i djedu.
3. Istražite koje se udruge i institucije brinu o umirovljenicima.

IZVORI:

Internetska platforma croatian.film. (n.d.). croatian.film. <https://www.croatian.film/hr/>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

Kornhaber, A., & Woodward, K. (1984). *Grandparents/grandchildren: The vital connection*.

TEMA: NARUŠENI OBITELJSKI ODNOSI

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Danas mi je Jana napokon ispričala što je muči. Roditelji joj se jako svađaju, ona to više ne može izdržati. Tata puno radi, često ga nema nekoliko dana, mama ne radi, po cijele dane je sama i jako je zbog toga nesretna. Onda ode u trgovinu i potroši dosta, uglavnom na skupu odjeću, kreme i neka sredstva za pomlađivanje. Tata se dere na nju kad dođe kući, naziva ju pogrđnim imenima, vrijeđa i viče, a ni ona ne ostaje dužna. Ljubomorna je i optužuje ga da sigurno ima drugu, psuje i plače. Prošli tjedan posvađali su se jer je ona stavila umjetne trepavice. Prije toga razlog je bila neka jako skupa haljina. Ili neke vaze i slika koju je naručila. Galama je strašna i to traje, traje... Uopće se ne osvrću na nju i njezina malog brata, lupaju vratima, Jana samo čeka tko će koga prvi udariti. To se još nije dogodilo, no samo je pitanje vremena kad će to verbalno nasilje eksplodirati. Neki dan ju je susjeda pitala kakva je to kod njih galama, ona je nešto promrmljala i brzo ušla u kuću. Više se ne druži s ekipom iz ulice, ništa nije kriva, tako joj je neugodno.

Jana je dugo sve držala u sebi, a sad više ne može i ne želi. Žao joj je jedino brata, on je mali i ostat će sam, no čvrsto je odlučila i zato mi je sve ovo ispričala. Za dva dana pobjeći će od kuće. Ne zna točno kamo, no ima malu ušteđevinu i čvrsto je odlučila da više ne želi živjeti u toj kući, u toj buci i ludilu. Samo je meni sve ovo ispričala jer treba savjet, trebam joj pomoći smisliti kamo da ode. Sad sam ja na sto muka, što ću učiniti, kako joj pomoći, što reći, koji savjet dati?

(izmišljena priča, autorica Đurđica Radić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i osobama je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila. Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.		
A Neću ništa nikomu govoriti, šutnja je zlato.	B Pokušat ću razgovarati s Janinom majkom ili ocem.	C Razgovarat ću s razrednicom ili školskom pedagoginjom.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **LUCID**

Redatelj: Enis Prijić

Kamera: Harun Dizdarević

Produkcija: Srednja tehnička škola Bugojno, Bosna i Hercegovina

Filmski rod: slobodni stil (Igrani/dokumentarni/eksperimentalni)

Žanr: drama

Godina: 2021.

Trajanje: 10 minuta

Poveznica: <https://filmskanastava.hfs.hr/portfolio/lucid/>

NAGRADE:

Najbolji film slobodnog stila (28. Filmska revija mladeži & 16. Four River Film Festival)

SINOPSIS

Film govori o tinejdžeru opterećenom obiteljskim nasiljem između oca i majke. Ne radi se samo o onome što vidite, već i o onome što osjećate. Povišeni tonovi, svađe i psovke nešto su s čime se svakodnevno nosi. Konci počinju pucati i sve će završiti, čak i njegovo djetinjstvo.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se početnog kadra, opišite što ste vidjeli i čuli.

Obrazložite odabir tih sredstava.

(mladić pluta u vodi sklupčan poput fetusa, čuje se ponavljanje: jedan, dva, tri... zatim nagli rez i naglo buđenje u krevetu, kao iz noćne more, poput poroda jer mladić leži kao mala beba, ima podignute ruke u snu, no oči su otvorene i izraz lica nije sretan; zatim čujemo glas koji govori da mu život nema smisla i da se osjeća kao zarobljen u kavezu. Početak filma i te slike najavljuju teško emotivno stanje, kao da se guši, teško diše i ostaje bez daha)

Navedite razloge teškog emotivnog stanja protagonista.

(narušeni obiteljski odnosi, neprekidne svađe oca i majke, galama koja traje cijele dane i koja mu je neprekidno u mislima)

Objasnite kojim postupkom nas redatelj uvodi u filmsku priču.

(miješaju se glas naratora, koji govori o neprekidnim svađama svojih roditelja, i zvuk tih svađa, a u podlozi je elegična glazba; glas naratora je lagan i sporog ritma te u kontrastu sa svađama pojačava napetost stalnim očekivanjem da će se pojaviti otac i majka, no vidimo samo ključanicu u koju gleda iz sobe, oni se nigdje ne vide, svađa se samo čuje)

Opišite ozračje u filmu, navedite neka filmska sredstva koja tomu doprinose.

(izrazito tamne boje, primjerice noćno nebo i mjesec, puno mračnih prizora, pojavljuju se siluete, vrijeme je tmurno i pada kiša, protagonist je u crnoj odjeći; glasovi koji se svađaju pojačavaju tu mračnu atmosferu, govor mladića također tomu doprinosi jer je sporog ritma i elegičan, što pojačava osjećaj nelagode)

Jedna se boja pojavljuje nekoliko puta, protumačite njenu simboliku.

(plava boja zidova u učionici i sobi, plavi tepih, okvir fotografije, majica koju je nosio kao dijete – može simbolizirati vrijeme koje je zauvijek prošlo, bezbrižno doba jer gleda fotografije iz djetinjstva, vrijeme kada se roditelji nisu svađali)

Izdvojite kadrove u kojima je naglašena osamljenost glavnog junaka

(leži sam na krevetu, sam hoda ulicom, u učionici ga kamera fokusira s izrazito zabrinutim licem jer treba pisati o najljepšoj obiteljskoj uspomeni, tada mu zuji u ušima i čuje samo roditeljsku svađu)

Prisjetite se nekih detalja koji su posebno naglasili nelagodu i loše stanje glavnog junaka.

(zaključavanje vrata, pogled kroz ključanicu, krupni kadar lica, zatim detalj oka, slavina iz koje curi voda, a cijelo vrijeme slušamo njegovu tužnu priču ili čujemo svađu roditelja, koje ne vidimo, no to dodatno pojačava osjećaj jada i nemoći glavnog junaka)



Fotografija iz filma – snimka zaslona

Odredite kakav je rakurs na početku i na kraju filma.

(ekstremno donji dok je u vodi, zatim ekstremno gornji kad se budi u krevetu; pri kraju filma ekstremno gornji rakurs dok leži na tepihu)

Navedite neke zvukove koje ste uočili i odredite njihovu ulogu.

(kada mladić započinje priču čuje se zvuk žičanog instrumenta, nakon nekog vremena u pozadini je skladba na klaviru; osim melodije čuje se njegovo duboko disanje, vjerojatno i napadi panike, osjećaj da će se ugušiti; šum vode, pretapanje glasa protagonista sa svađom roditelja, zujanje nalik prestanku rada srca dok pada na tepih, lupanje na vratima – zvukovi snažno pridonose ozračju teškog emotivnog stanja glavnog junaka)

Prisjetite se kadrova u kojima se pojavljuje voda i vatra, obrazložite razloge tog odabira.

(lik se utapa u vodi, voda iz slavine, kiša – voda može označavati početak života jer prvi kadar asocira na rađanje, ali i kraj, odnosno utapanje; on namjerno zaranja u vodu kako ne bi čuo roditeljsku svađu; vatra iz upaljača može značiti život, ali i poriv za uništenjem, razmišlja treba li spaliti uspomene, lice mu je tada vrlo mračno, pa vatra može simbolizirati i kraj)

Prisjetite se teksta koji glavni glumac govori na kraju filma.

(govori da mama odlazi, vide se kadrovi žene u autobusu koja gleda fotografiju i tužni ženski vokal koji pjeva pjesmu rastanka; on priželjkuje da je sve to što mu se događa samo ružan san, to je i objašnjenje naslova; ponovno se javlja šum nalik prestanku rada srca, ima osjećaj da sve staje, da je svemu kraj)

Povežite početak i kraj filma.

(na početku i na kraju čuje se „jedan, dva, tri...“ nekoliko puta, kao da se najavljuje rađanje nečega novog; na početku je to najava nečeg lošeg, a na kraju je završetak otvoren jer ne znamo što slijedi)



Fotografija iz filma – snimka zaslona

Protumačite postupak njegove majke na kraju filma.

(žena odlazi jer više ne može, odlučila je prekinuti začarani krug galame i vrijeđanja; vjerojatno misli i na sina, bolje se maknuti nego živjeti u toksičnom ozračju jer ono nije dobro ni za koga u obitelji)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisane situacije. Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Neću ništa nikomu govoriti, šutnja je zlato.

Ne petljati se u takvu situaciju znači imati osjećaj da ništa ne možemo napraviti. Saslušali smo prijateljicu ili prijatelja, suosjećamo s njom ili njim, no više od toga ne možemo. Osoba nam je sve ispričala ne samo kako bi to s nekim podijelila i olakšala teret na duši, nego vjerojatno treba i konkretan savjet, treba našu pomoć. Odlazak od kuće nije šala, osoba ostaje potpuno sama i zapravo joj treba netko tko joj može ponuditi konkretnu pomoć. Ovdje šutnja nije zlato!

B

Pokušat ću razgovarati s Janinom majkom ili ocem.

Postoji mogućnost rješavanja problema u razgovoru s njima, no vjerojatnije je da bi te osobe umanjivale ili čak negirale problem svojih obiteljskih nesuglasica. Postoji mogućnost njihove grube reakcije jer bilo koji dobronamjerni savjet doživljavaju kao uplitanje u njihove odnose. Njihovi su odnosi narušeni, razgovaraju povišenim tonom i ne mogu sami riješiti svoje nesuglasice, stoga je malo vjerojatno da bi se nešto popravilo nakon razgovora s prijateljicom ili prijateljem njihove kćeri. Povišene emocije onemogućuju objektivno sagledavanje situacije, takve su osobe ranjive, a napad je tada uobičajeni način komuniciranja.

C

Razgovarat ću s razrednicom ili školskom pedagoginjom.

Obratiti se odrasloj osobi koja može argumentirano razgovarati s Janinim roditeljima svakako je najbolje rješenje. Razrednica ili stručna osoba iz škole argumentirano bi pojasnila roditeljima u koliko se teškoj situaciji nalazi njihovo dijete, bila bi medijator, dala potrebne savjete i uputila ih u bračno savjetovalište. Svaka krizna situacija može imati izlaz, bitno je razgovarati, analizirati stanje i pojasniti roditeljima koliko njihove nesuglasice mogu biti štetne za mentalno zdravlje njihova djeteta.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženje)

KREATIVNI ZADATAK

1. Napišite haiku pjesmu vezanu uz tematiku filma.
2. Promijenite kraj ovoga filma.
3. Prepričajte film iz vizure oca mladića.

IZVORI:

Filmska naSTAVA, (2020.) [Internet], <raspoloživo na: <https://filmskanastava.hfs.hr>>, [24. rujna 2025.]

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

Delač Hrupelj, J., Miljković, D., et al. (n.d.). *Lijepo je biti roditelj: Priručnik za roditelje i djecu*.

TEMA: OČAJ I BEZIZLAZNOST

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Bruno je lutao ulicama i razmišljao o svojem činu. Dan je bio miran i prepun sunca, no u njemu je sve bilo puno nemira. Sjeo bi na klupu, zgrčen, glavu naslonio na ruke, nakon nekoliko trenutaka ustao, okretao se, duboko disao, uzdisao. Ponovno bi sjeo, cupkao nogama, očajno gledao u rijeku. Pokušao je zaboraviti, pokušao je obrisati, sakriti dokaze, no slike su ga mučile, nije mogao spavati, ići u školu, nekome reći. Šutao je sve na što je naišao, trčao jer su ga jurili demoni sjećanja, hodao satima bez hrane i pića.

Sve se dogodilo prije samo četiri dana, a njemu je to prije, život prije, izgledalo tako daleko. Shvatio je da ovako dalje ne može. Nešto mora učiniti, mora zaustaviti ovu patnju, ovu muku koja traje već nekoliko dana. Prisjećao se svojih bezbrižnih igara, školskih dana kad je najveća muka bila jedinica iz matematike, kad se svađao s mamom oko sobe koju nije pospremio, kad su on i brat po cijele dane skakali oko koša u parku pored stana. Popeo se na vrh susjedne zgrade, gledao ptice i modro nebo, duboko udahnuo i donio odluku!

(izmišljena priča, autorica Đurđica Radić, svaka sličnost sa stvarnim događajima i osobama je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila. Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.		
A Nitko ne smije saznati, ne mogu reći.	B Povjerit ću se prijateljima ili roditeljima.	C Potražiti ću stručnu pomoć za problem koji me muči.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **ODLUKA**

Redatelji: polaznici radionice igranog filma 26. Škole medijske kulture "Dr. Ante Peterlić"

Mentor: Karlo Vorih

Filmski rod: igrani

Žanr: drama

Godina: 2024.

Trajanje: 7 minuta

Poveznica: <https://smk.hfs.hr/filmovi-s-radionickih-programa>

SINOPSIS

Uznemireni mladić luta besciljno ulicama grada cijeli dan, u suton napokon donosi odluku.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.

RAZGOVOR O TEMI FILMA UZ OBRAZLOŽENJE FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se prvih kadrova filma.

(lice mladića u krupnom kadru iz profila, zatim s prednje strane, detalj prekrivenih nemirnih ruku i nogu koje cupkaju, sjedi u nekoj čekaonici, ostali ljudi vide se samo kao siluete; mladić, vjerojatno srednjoškolac, trči, kamera ga prati s leđa, pa sprijeda, zatim detalj koraka, slijedi mrak te naslov filma)

Opišite svoje asocijacije kad ste ugledali naslov, na kakvu ste odluku pomislili.

(individualni odgovori učenika, može biti bilo koja odluka vezana uz školu, prijatelje, ljubav ili zdravlje)

Opišite način snimanja tih kadrova i objasnite razlog tog postupka.

(početni kadrovi, kao i cijeli film, snimljeni su iz ruke, mjestimice je kamera vrlo nemirna, što dočarava nemir glavnog junaka te pojačava osjećaj tjeskobe, zabrinutosti, straha i očaja)

Opišite kadrove koji slijede nakon naslova i objasnite što je iz njih jasno vidljivo.

(mladić trči bez daha, zaklon pronalazi iza nekog zida, spušta se uz njega i proviruje, provjerava prati li ga netko, čuje se duboko disanje, očito je u bijegu i jasno je da je u nekom problemu)



Fotografija iz filma – snimka zaslona

Prisjetite se koji kadar može sugerirati da mladić bježi od nečeg lošeg što je napravio.

(odrješito pere ruke u rijeci, detalj energičnog trljanja ruku, pritom se neprekidno osvrće, gleda lijevo i desno, nemiran je; pranje ruku biblijski je simbol, poznat i u književnosti, simbol skidanja odgovornosti)

Kadar koji slijedi mogao bi sugerirati da traži zaklon, pomoć. Prisjetite se što zatim mladić radi.

(hoda po nekom naselju i tri puta, što opet može biti simbolično, zvonu na vrata nekog stana i uzalud čeka, no nitko se ne javlja)

Navedite koji kadrovi najviše pokazuju ljutnju i frustraciju, agresiju.

(napuštena zgrada, mladić energično šuta letve i limenke, hvata se za glavu, štapom gura mrtvu pticu koja najavljuje nešto loše što može uslijediti)

Prepričajte scenu u kojoj se prikazuje jedan sport, po čemu se razlikuje od ostatka filma.

(on čeznutljivo gleda kako dva mladića igraju košarku, kroz ogradu koju možemo povezati sa zatvorskim rešetkama, izraz lica mu je blaži, dok je tijekom ostatka filma vidno neraspoložen, kratko se uključi u igru, film kao da krene u svjetlijem tonu, no ubrzo odlazi)

Opišite kadrove na kraju filma.

(kadar neba s pticama, mladić u krupnom kadru gleda u nebo, žmirka u sutonu, detalj njegove glave s leđa, zatim mutan pogled prema naprijed, u sljedećem trenutku nalazi se na vrhu nedovršene zgrade, u završnom kadru uokviren je poput slike, skače kroz otvor, čime se opravdava naslov)

Objasnite kakva je to vrsta završetka.

(otvoreni završetak, moguće je da skače iz igre, ali i da je počinio samoubojstvo, što je moguće s obzirom na sve što se prije u filmu dogodilo i način na koji se ponašao)

Objasnite kako je ispričana ova filmska priča, kakvi su razgovori u filmu.

(nema razgovora, mladić ništa ne govori, jedini zvuk koji ispusti jest glasni krik na vrhu neke nedovršene zgrade, to je krik očaja, frustracije, nemoći i ljutnje, svega što se u njemu skupljalo)

Opišite zvučnu sliku ovoga filma, kakva je glazba i objasnite razlog takvog postupka.

(glazba u filmu uopće ne postoji, zvuk je isključivo ambijentalni, čuje se zvuk čekaonice ili kancelarije na početku, zvuk trčanja po šljunku, glasno disanje, zvukovi grada, sirena, automobili, zvonu, udaranje lima i dasaka, udarci lopte o beton, zrikavci; svi ti zvukovi služe tome da bi filmska priča djelovala dokumentaristički)

Prisjetite se prostora u kojima se radnja odvija i navedite razloge takvog odabira.

(neki grad, naselje, park, zid prepun grafita, dominiraju scene lutanja u nedovršenoj zgradi punoj smeća i na vrhu te ruševine; svi ti prostori dočaravaju mladićeve nemire i tjeskobne osjećaje)

Odredi filmski rod.

(igrani film koji snažno oponaša događaje iz stvarnosti, čemu pridonose gluma, prostori, zvukovi te način snimanja i montaže)

Objasnite kakvo je ozračje u filmu i čime je postignuto.

(nemir i tjeskoba, postignuti načinom snimanja, nemirnom kamerom iz ruke te glumom; film djeluje dokumentaristički, mladić luta, u ozbiljnom je problemu, sam je i nema dijaloga)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju. Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

A

Nitko to ne smije saznati, ne mogu reći.

Ovo nije dobro rješenje, problem ne treba držati u sebi. Tada on samo raste, poput čira koji jednom mora puknuti. Ne postoji toliko velik problem koji se ne može riješiti ili koji se ne smije povjeriti nekoj bliskoj osobi. Ova

situacija sigurno dovodi do narušavanja mentalnog zdravlja osobe koja problem taji i ne može se povjeriti. Istina se uvijek sazna, stoga je bolje rješavati problem na vrijeme.

B

Povjerit ću se prijateljima ili roditeljima.

Ovo može, ali i ne mora biti dobro rješenje, ovisno o tome koliko su prijatelji dobronamjerni, a roditelji tolerantni. Ako prijatelj povjerljivu informaciju prenese samo jednoj osobi, a ona zatim još jednoj, i tako u krug, može nastati nepopravljiva šteta. Iskren razgovor s roditeljima može pomoći, ali može dovesti i do sukoba ako su strogi ili nemaju razumijevanja. Zato treba dobro promisliti komu se obratiti za pomoć i savjet.

C

Obratit ću se liječniku za problem koji me muči.

Ovo je sigurno najbolje rješenje jer je liječnik stručna osoba koja može pomoći. Znat će koje korake treba poduzeti, kamo osobu treba uputiti i komu se obratiti. Sam razgovor može osobu donekle rasteretiti, a ako je problem doista velik, nema boljeg mjesta od ovoga. Kada ozlijedimo kosti ili zglobove, o tome otvoreno govorimo i tražimo pomoć, no kada je psiha narušena i izgubimo unutarnji mir, tada to često tajimo. To nije dobro. Potrebno je potražiti pomoć prije nego što bude prekasno.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika)



Fotografija iz filma – snimka zaslona

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

1. Pantomimom pokažite osjećaj: strah, bol, zabrinutost, tjeskoba, bezvoljnost, agresija.
2. Proučite na mrežnim stranicama koje su filmski djelatnici počinili samoubojstvo i istražite razloge.
3. Napišite akrostih podrške (prva slova neka čine riječ utjeha) ljudima u teškom psihičkom stanju.

IZVORI:

Škola medijske kulture "Dr. Ante Peterlić", (2020.) [Internet], <raspoloživo na: <https://smk.hfs.hr>>, [6. listopada 2025.]

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK_MARINA-ZLATARIC.pdf

FamousFix. (n.d.). *Film directors who committed suicide*. <https://www.famousfix.com/list/film-directors-who-committed-suicide>

TEMA: ODRASTANJE I POTEŠKOĆE U VRŠNJAČKOJ KOMUNIKACIJI

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Fran je vrlo sramežljiv šesnaestogodišnjak. Voli svoju seku, mamu i tatu, svojeg papagaja, a od prije tri mjeseca jako mu se sviđa i Monika. Ne ide u njegovu školu, ali svaki dan ju viđa jer putuju istim autobusom. Kad ona uđe u autobus, on protrne. U glavi trenutačno osjeti lagano bubnjanje, u prsima neki stisak, u trbuhu nešto kruli, a on samo gleda i ne miče se. Htio bi joj nešto reći, no ne ide. Istina, Petar ih je upoznao prije mjesec dana, no Fran se toliko spetljao da je nešto samo promrmrljao i zbrisao. Sada ima osjećaj da ga ona izbjegava, misli da sigurno smatra da je neki čudak. A Petar ga zafrkava, ispričao je ovu epizodu još nekima iz razreda i svi ga zadirkuju. Živi užas! Ipak je odlučio da mora nešto pametno napraviti. Već danima proučava mrežne stranice koje savjetuju kako upoznati nekoga do koga vam je stalo, a pitao je i umjetnu inteligenciju što da radi. Sve je lako u teoriji, u stvarnosti je to potpuno drugi film. Zbog toga već danima ne izlazi i ne druži se. Povukao se u svoj svijet. Ne uči, samo čita ljubavne savjete. Skupio je puno jedinica, a roditelji samo nižu zabrane. Jučer ju je vidio u školi, na hodniku, i milo ga je pogledala, kao da mu je dala znak. Sada je tek na mukama i ne zna što učiniti, i s njom i s jedinicama kojih je sve više.

(izmišljena priča, autorica Đurđica Radić, svaka sličnost sa stvarnim događajima i osobama je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila.

Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.

A

Nastavit ću istraživati savjete za učinkovito upoznavanje.

B

Podijelit ću svoje brige s prijateljem i zatražit ću savjet od njega.

C

Obratit ću se školskoj pedagoginji ili psihologinji.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **ONDA VIDIM TANJU**

Redatelj: Juraj Lerotić

Uloge: Niko Gamulin-Vilogorac, Marin Radman, Mirjana Rogina, Ena Mašić

Scenarij: Juraj Lerotić

Snimatelj: Jakov Lerotić

Montaža: Marko Ferković

Glazba: Christian Biegai

Producentice: Olinka Vištica, Dana Budisavljević

Produkcija: Hulahop

Filmski rod: igrani

Žanr: socijalna drama, ljubavni

Godina: 2010.

Trajanje: 34 minute

Poveznica: <https://vimeo.com/38302162>

SINOPSIS

Priča o ljubavi i odrastanju ispričana nizom fotografija. Sramežljivi šesnaestogodišnjak Željko zaljubljuje se u svoju vršnjakinju Tanju u turobnom okruženju bolnice jer su im majke teško bolesne.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu i obrazložite ih.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se prvih kadrova filma, opišite ih, navedite što iz njih saznajemo.
(crna pozadina, zatim se iz gornjeg rakursa vidi mladić u krevetu, kamera ide u krug, čuju se udaraljke, zatim se čuje njegov glas, prepričava svoj san, susret s djevojkom; prije nego što ju vidimo – tišina, a zatim veseo zvuk klavira)

Navedite posebnosti načina na koji je ova priča ispričana.
(niz spojenih fotografija koje se u projekciji doživljavaju kao kretanje, sve je popraćeno naracijom glavnog junaka Željka, dakle kao u književnosti kada je u djelu prisutan subjektivni pripovjedač)

Prisjetite se gdje postoji izuzetak od tog načina pripovijedanja filmske priče.
(snimka postoji samo u jednom dijelu filma, to su kadrovi s pogreba Tanjine majke)

U početnom snu mladić Željko sanja još jednu osobu, prisjetite se nekih detalja.
(vidimo crne cipele u hodniku, zatim naslaganu odjeću, ženu koja stoji na balkonu, vidi se s leđa, nema kosu; iz mladićevih riječi saznajemo da je to njegova majka; nakon toga, u ružičastom kućnom ogrtaču, ulazi u podzemnu garažu ili podrum, on ju iz stana zabrinuto promatra, njegova bolna grimasa i... buđenje, a zatim slijedi naslov)

Objasnite simboliku ulaska njegove majke u taj podzemni prostor.
(on je gleda odozgo, ona je okrenuta leđima i udaljava se, ulazi u neki podzemni svijet; strah za majku, bolni izraz na licu znak je nemogućnosti da dođe do nje i mogućnosti tragičnog završetka bolesti jer ona nema kosu, što je mogući znak posljedica kemoterapije)

Što odmah nakon naslova saznajemo, navedite filmski postupak.
(glavni junak govori o bolesti svoje majke, gledamo niz fotografija iz bolnice, Željko, njegov mlađi brat Luka i mama su nasmijani, šale se, bliski su; mladić navodi kako u razgovoru o imenima majka preko očevog imena brzo prelazi, to je jedino mjesto u filmu u kojem se on spominje)

Opišite neke osobine glavnog junaka, navedite što Željko otkriva o sebi.
(voli maštati, ima bogat unutarnji život, brižan je sin i brat, sviđa mu se Tanja, no sramežljiv je i ima poteškoća u vršnjačkoj komunikaciji, ima šesnaest godina)

Navedite kadrove koji potvrđuju njegovu sramežljivost i nesigurnost te potrebu za maštanjem.

(cijeli film zapravo je njegova sanjarija, on neprekidno zamišlja ugodne i neugodne prizore; već na početku sanja susret s Tanjom u trgovini, raste mu jedan prst i taj nadrealistični motiv djevojku otjera te pokazuje njegov strah i nesigurnost; tijekom filma nekoliko puta zamišlja šetnju s majkom i bratom, tada im se pridružuje Tanja, zamišlja kako se ljube na raznim mjestima; njegov unutarnji svijet pun je lijepih slika, suprotan onome što proživljava u stvarnosti)

Primjerite dio filma u kojem se vidi socijalna komponenta filma.

(samohrana bolesna majka s dva sina, Željko koji čeznutljivo gleda u izlog s perikama, želi majci nabaviti periku, potreban mu je novac pa se zapošljava sa šesnaest godina, mora brinuti o mlađem bratu, posvuda ga vodi sa sobom)

Navedite kadrove koji potvrđuju Željkovu probleme u vršnjačkoj komunikaciji.

(krupni kadrovi priručnika o ljubavi i upoznavanju, nekoliko puta čita savjete o tome kako prići osobi i što joj reći; na kraju zajedno gledaju i prepoznaju znakove nesigurnih osoba: on se drži za lakat, priručnik navodi da je to znak manjka samopouzdanja, njoj dim cigarete ide prema dolje)

Objasnite što povezuje Željka i Tanju.

(oboje provode vrijeme u bolnici, majke su im teško bolesne)
Nabrojite dvije glavne tematske okosnice ove filmske priče.
(ljubav i odrastanje te suočavanje s bolešću u obitelji)

Odredite rod i žanr filma.

(nizanje fotografija, film je eksperimentalni; priča o ljubavi donesena je vrlo subjektivno, a priča o bolesti dokumentaristički; riječ je o ljubavnom filmu i socijalnoj drami jer prikazuje suočavanje s bolešću člana obitelji i novčanim problemima)

Opišite značajke i ulogu zvuka u filmu.

(cijelu filmsku priču donosi glavni junak, opisuje svoje misli i osjećaje, bojazni i nade, ali i događaje; glasovi ostalih likova se ne čuju, oni govore samo ekspresijom lica na fotografijama na kojima su prikazani; jedna od vrijednosti filma upravo je boja glasa kojom je ova priča donesena, toplo i blago)

Prisjetite se pozadinskih zvukova i glazbe te odredite njihovu ulogu.

(prate radnju filma, njima se ostvaruje ozračje; u dijelovima koji prikazuju realističnu radnju čuju se zvukovi vode, upaljača, telefona, zvana na vratima, lupanje, šumovi vode i tišina; glazba naglašava osjećaje u dijelovima njegova maštanja, kada su slike ugodne i zamišlja djevojku glazba je zvonka i vesela, tužna na pogrebu, a dramatična na vrhuncu radnje)

Navedite motiv i sliku koja predstavlja kulminaciju radnje.

(ruka Tanjinog oca na Željkovu obrazu, šamar kada shvate da je na snimci pogreba Tanjine majke upravo ona, stoji kraj lijesa jer je taj dio s nekog pogreba od prije godinu dana).

Prisjetite se prvog kadra nakon pogreba Tanjine majke i objasnite njegovu simboliku.

(tunel, Željko u automobilu koji ulazi u tunel, metaforičnost tunela jer je Tanjina majka umrla, a i on se osjeća kao da će umrijeti od srama)

Objasnite simboliku naslova filma.

(bitni dijelovi filmske priče vezani su uz tu rečenicu; na početku njome saznajemo da je zaljubljen u djevojku koja se zove Tanja, no nema hrabrosti prići joj; u zapletu tom rečenicom saznajemo da je Tanji majka preminula pa on zaboravi obaviti svoj dio snimanja pogreba, a vezana je i uz vrhunac kada u šoku shvati da je na umetnutom dijelu snimke pogreba netko jako nalik Tanji)

Izdvojite motiv u filmu koji predstavlja preokret u radnji i simbolizira sretan završetak te spaja socijalni s romantičnim dijelom filma.

(kutija s perikom koju Tanja donosi u stan, poklanja im periku jer njezinoj majci više ne treba)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju. Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Nastavit ću istraživati savjete za učinkovito upoznavanje.

Čitanje savjeta iz ljubavnih priručnika očito nije pomoglo, donijelo je samo negativne ocjene i zabrane roditelja, stoga je jasno da se osoba nalazi u takozvanoj slijepoj ulici i da ovo nije dobra metoda. Nekada su te preporuke samo mrtvo slovo na papiru, nekome koraci kako postupiti u određenoj situaciji i kakve će to reakcije i osjećaje pobuditi ne pomažu. Ukoliko takvo stanje potraje predugo, osoba može doći u tešku situaciju jer zanemaruje svoje školske obveze i druženje s prijateljima. Tada je takav priručnik uzrok tih problema, dakle nije dobro rješenje.

B

Podijelit ću brige s prijateljem i zatražit ću savjet od njega.

To može biti dobro, pravi prijatelj može dati točan savjet jer poznaje osobu, njezine strahove i bojazni. Umjetna inteligencija ne može biti bolji savjetnik od žive osobe, nekoga tko s nama dijeli radosti i tuge, uspjehe i padove, misli i osjećaje. Dobro se povjeriti, podijeliti svoje brige i strahove, ne mučiti se sam u svojim tjeskobama. Međutim, ukoliko se osoba povjeri nekoj nedobronamjernoj osobi, nekome tko će širiti priču o njezinim nesigurnostima, to može imati suprotan učinak. Takva osoba može umanjivati problem, šaliti se ili rugati, ne shvatiti u kakvom je stanju osoba koja ima problem. Treba jako paziti komu odajemo svoje tajne, komu se povjeravamo. Dakle, oprez u slučaju ovoga odabira!

C

Obratit ću se nekoj odrasloj osobi u školi u koju imam povjerenja.

To je najbolje rješenje jer ta osoba ima stručnost i životno iskustvo, vjerojatno je i sama imala ljubavnih strahova i dvojbi tijekom odrastanja. Osim toga, psihologinja ili pedagoginja, razrednica ili razrednik razgovarali su s već mnogim učenicama i učenicima koji su bili u takvoj ili sličnoj situaciji, stoga će sigurno predložiti neke konkretne korake i dati dobre savjete. Ohrabrenje i potpora, dobar savjet osnažit će osobu i omogućiti joj pokretanje s mrtve točke.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženje)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

1. Napravite TikTok savjetnik upoznavanja za sramežljive osobe (5 – 7 konkretnih savjeta)
2. Osmislite scenarij za drugi dio filma *Onda vidim Tanju*.
3. Uz pomoć umjetne inteligencije smislite ljubavnu pjesmu.

IZVORI:

Vimeo – video platforma

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiče, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

Burgo, J. (n.d.). *Sram*.

TEMA: OPOJNA SREDSTVA

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Marina je jutros rano ustala, otvorila je svoj mobitel kako bi još jednom ponovila svoju prezentaciju iz povijesti koju danas ima i... ostala potpuno prikovana uz poruke koje je dobila. Prijateljice joj javljaju da su njezina dečka Josipa opet vidjele u društvu one trojice ćelavih, nabildanih likova koji se stalno muvaju oko njihove škole. I da je imao povez na glavi, ljuljao se u nekom čudnom ritmu i opet imao onaj odsutni, staklasti pogled. Razgovarali su već nekoliko puta, svađali se i uvijek bi joj čvrsto obećao da se više neće s njima nalaziti. Svi u naselju znaju da oni samo prave nered i bave se nekim sumnjivim poslovima, dvojica su bila u zatvoru, a neki dan su premlatili Igora iz susjedne ulice, navodno jer je gledao neku djevojku koja se jednom od njih sviđa. Ne vjeruje Marina u tu priču, a ne vjeruje ni Josipu više. Zna da mu je kod kuće grozno. Počeo je konobariti jer roditelji ne rade, novca nema pa je uvijek galama, no u tom je kafiću i upoznao te tipove. Priča se da tu ima puno droge. Josip tvrdi da su to gluposti, ljudi nemaju pametnijeg posla pa samo traže koga će ogovarati, no njegovo ponašanje zadnjih mjeseci govori suprotno. Zaboravlja, često ga uhvati u laži, odsutan je, a raspoloženje mijenja kao čarape. Ili je sav nabrijan i pun energije ili je potpuno umrtvljen. Tada se brani umorom, kao da mu je puno posao u kafiću i škola. Ali kako, kad u školu gotovo i ne ide, ima izostanaka više nego vlasi kose na glavi. Marina je uvjerenjena, Josip je u problemu. Ali kako mu pomoći? Predložila mu je neki dan da nekom kažu, razrednici ili profesoru Petriću, on ih baš razumije, no on je poludio, morala je obećati da neće nikome ništa govoriti. Ipak, sada je odlučila, nešto mora poduzeti!

(izmišljena priča, autorica Đurđica Radić, svaka sličnost sa stvarnim događajima i osobama je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila.

Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.

A

Neću nikom ništa reći, sam/a ću to pokušati riješiti.

B

Reći ću Josipovim roditeljima, oni će nešto smisliti.

C

Obratit ću se razrednici, pedagoginji ili nekom nastavniku od povjerenja.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **ROKO**

(inspiriran istinitom pričom)

Redateljica: Ivana Marinić Kragić

Scenarij: Ivana Marinić Kragić, Nikola Kuprešak

Glumci: Vicko Bilandžić, Vinko Radovani, Lovre Kondža,

Maruška Aras, Marinko Prga, Andrej Bartul Jabuka,

Domagoj Janković, Milivoj Beader, Mirela Brekalo, Josip Ledina

Montaža: Ivan Vasić

Zvuk: Dejan Đorđević

Direktor fotografije: Radu Voinea

Scenografija: Ivana Škrabalo

Produkcija: Marinis Media

Koprodukcija: Set Sail Films, Anchor Film

Filmski rod: igrani

Žanr: triler, drama

Godina: 2025.

Trajanje: 17 minuta

Poveznica: <https://www.croatian.film/hr/films/77144/watch>

PSOVKA U FILMU - prikaz izražavanja određene skupine ljudi, izrazi su u funkciji izražavanja osjećaja: zabrinutosti, straha, očaja ili naprosto neprimjerenog ponašanja



Fotografija iz filma – snimka zaslonu

SINOPSIS

Mlada novinarka Nika dobiva svoju prvu veliku priču u najčitanijem dnevnom listu – tekst o Roku, mladiću kojeg dileri ucjenjuju zbog bratovih dugova, dok institucije okreću glavu. Urednik traži nastavak, ali Roko odbija suradnju. Nakon objave prijatnje se intenziviraju. Nika traži pomoć svojega brata, policijskog inspektora, no on ne reagira. Kad joj netko izbuši sve gume, iz bijesa piše nastavak teksta. Dobiva naslovnicu, slavi pobjedu, no njezin članak nehotice pokreće nesmotreno krvoproliće u centru Splita.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.

RAZGOVOR O FILMU I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se prve rečenice koju ste vidjeli na samom početku filma.

(na crnoj podlozi bijelim slovima piše: inspirirano istinitim događajem, splitski slučaj iz 2020. koji je zapanjio cijelu Hrvatsku; mediji su danima pisali i komentirali taj događaj; mladić iz problematične obitelji pokušao se na svoj način boriti protiv mafije koja je godinama ucjenjivala njegovu obitelj, u kojoj su bili vrlo narušeni odnosi; ucjenjivanje zbog mlađeg brata koji je imao problema s drogom)

Opišite što ste vidjeli u prvim kadrovima i što oni sugeriraju.

(mladić je potpuno gol, vidimo ga s leđa, trči niz gradske stube, teško diše; kamera je nemirna, iz ruke; mrak, čuje se lavež psa; nakon toga slijedi naslov filma i zvuk poput onoga iz tunela, neugodna zvučna kulisa – sva ova filmska sredstva sugeriraju da je mladić u ozbiljnom problemu i da od nečega bježi)

Prisjetite se drugog važnog lika iz filma i objasnite važnost te osobe za filmsku priču.

(već u sljedećem kadru vidimo mladu djevojku u automobilu koja nekoga čeka; to je novinarka Nika koja želi ispričati Rokovu priču; detalj mobitela, pretražuje i zaustavlja se na fotografiji mladića; saznajemo ime Roko Zakarija; Nika je ambiciozna i hrabra, dobronamjerna; nagovara Roka da joj se povjeri; poznaju se, no on je vrlo nepovjerljiv; ima modricu ispod oka, ozbiljan je i uplašen; očito ima puno negativnih iskustava; Nika suosjeća i smatra da javnost to treba saznati kako bi institucije napokon reagirale)

Navedite Rokove probleme i načine kako za njih saznajemo.

(ima problema s mafijom zbog brata koji je upao u pakao droge; želi ga zaštititi; ima problema u obitelji jer se otac i majka tuku; policija često dolazi na vrata zbog buke; saznajemo to iz razgovora Roka i Nike; on joj je ispričao muke s dilerima, s ocem i s majkom koja je, kako saznajemo u filmu, napustila obitelj i negdje otišla)

Definirajte postupke koji pokazuju Rokovu neustrašivost.

(on se sam bori protiv dilera; želi zaštititi svoga brata Tonija, iako i sam treba zaštitu; ne štiti ga ni obitelj jer od oca i majke doživljava samo deranje i razbijanje po stanu, ni institucije jer škola, centar za socijalni rad i policija ne reaguju; Roko je prikazan kao uplašen i očajan, ali odlučan i hrabar)

Navedite postupke koji pokazuju odlučnost i hrabrost novinarku Nike.

(odlučila je objaviti Rokovu priču; bijesna je kada joj cenzuriraju dio teksta; posjećuje Rokovu obitelj; otac je agresivan, vrijeđa je i naziva glupačom jer je i njega mafija pretukla; nasrće na Roka; scene nasilnog oca, psovki i naguravanja Niki su još jedna potvrda da se nešto mora poduzeti; cilj novinarskog posla je istina i ona se do kraja filma toga načela dosljedno pridržava)

Navedite kadrove koji pokazuje da je i ona u opasnosti i opišite njezinu reakciju.

(sjedi u automobilu; dvojica na motoru jure pokraj nje, tik uz retrovizor; krupni kadar probušenih automobilskih guma; to je ne uplaši, nego je razljuti i ona napiše još detaljniju priču o Rokovu slučaju)

Opišite postupke urednika i policajca.

(licemjerni su, kalkuliraju i izvlače se iz mogućih problema; prvi potiče Niku da piše, ali samo o Roku, dio koji se odnosi na institucije briše; drugi je njezin brat koji ništa ne želi poduzeti i tjera je iz ureda; žvircira ga što se time bavi, ljuti ga što je uzburkala dio koji se odnosi na kriminalce povezane s drogom)

Prisjetite se govora likova i objasnite što se njime postiže.

(služe se splitskim lokalizmima poput muči, koke, gavun; česte su psovke; Roko koristi izraze poput štopali, drucker, dop; uporabom tih izraza postiže se autentičnost likova, gluma je uvjerljivija, film dobiva dozu dokumentarističnosti, što je važno jer je nastao na temelju istinitih događaja)

Prisjetite se čime sve redatelj postiže napetost u filmu.

(glumom, odnosno dijalozima likova; trčanjem golog mladića na početku; vrlo nemirnom kamerom iz ruke u nekim kadrovima; neugodnim zvukovima poput brzog kucanja sata i zujanja kao iz tunela; zvukom nekoliko pucnjeva; novinskim naslovima; čestim psovkama i galamom)

Objasnite što znači da je ovo angažirani film.

(znači da ukazuje na nekoliko važnih društvenih problema, od kroničnog zanemarivanja problema disfunkcionalne obitelji u kojoj su djeca nezaštićena i u opasnosti pa pokušavaju do pravde doći na svoj način, do toga da je zakon ulice jači od institucija jer se štite krupni kriminalci i umanjuju njihova brojna zlodjela; ukazuje na problem droge u jednom gradu, cenzuru medija i njezine posljedice, nezaštićenost mladih i novinara te korumpiranost u policiji i medijima)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju.

Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

A

Neću nikom ništa reći, sam/a ću to pokušati riješiti.

Ovo nikako nije dobro rješenje jer maloljetna osoba ne može sama u borbu protiv organiziranih kriminalnih skupina. One su opasne i spremne na sve kako bi zaštitile svoje interese. Osim toga, osobe koje imaju problem s drogom sklone su muljanju i lažima, često manipuliraju i mogu prevariti svakoga. Uz njih se vežu kriminal i prijestupi, pa osoba koja im želi pomoći vrlo lako i sama može upasti u nevolju. Treba osobi pomoći, no treba i dobro razmisliti o načinu borbe protiv demona zvanog droga te svega i svih koji se uz nju povezuju.

B

Reći ću Josipovim roditeljima, oni će nešto smisliti.

Ni ovo nije dobro rješenje jer Josipovi roditelji očito ne brinu dovoljno o svom sinu. Djeluju inertno i nezainteresirano, dopuštaju da radi i ne ide redovito u školu, pa je uzaludno obraćati se takvim osobama. Oni će vjerojatno umanjivati problem, mogu te izrugati ili mogu biti agresivni i sve zanijekati. Svojom su nebrigom zapravo doveli do ove situacije, stoga je teško očekivati da će biti pomagači i da će nešto učiniti za dobrobit svoga sina.

C

Obratit ću se razrednici, pedagoginji ili nekom nastavniku/ci od povjerenja.

Ovo je sigurno najbolje rješenje jer će oni poduzeti potrebne korake i odabrati metode kojima se Josipu može pomoći. Pozvat će njegove roditelje na razgovor, kontaktirati potrebne institucije, pratiti koliko uspješno Josip obavlja školske obveze, odabrati korake potpore i biti mu podrška. Ovo nije mali problem, zahtijeva stručnost, strpljenje i vrijeme, upravo zato je ovo najbolje rješenje.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženje)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

- 1.** Smislite kratak unutarnji monolog osobe koja ima problem s dilerima, opišite njezine misli i osjećaje.
- 2.** Napravite mapu pomoći osobama koje imaju problema s drogom, popis načina pomoći i institucija.
- 3.** Proučite portal ovisnosti Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

IZVORI:

Internetska platforma croatian.film. (n.d.). croatian.film. <https://www.croatian.film/hr/>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

Hrvatski zavod za javno zdravstvo. (n.d.). *Ovisnosti*. <https://ovisnosti.hzjz.hr/>

TEMA: POTEŠKOĆE S UKLAPANJEM U ZAJEDNICU

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Kad je Zhang Wei iz Kine došao u novu državu, imao je samo jedan kofer i srce puno snova. Jezik mu je u početku bio težak i čudan, no brzo i uporno učio je te je vrlo dobro svladao gramatiku. Bio je među najboljima u razredu, sudjelovao je na državnom natjecanju iz fizike, no nakon srednje škole morao se zaposliti u očevu restoranu jer nisu mogli platiti radnike. Jako je volio fiziku i sanjao o studiju, no svakodnevica je bila drukčija od mašte. Bicikl i podjela obroka po cijelom gradu, iz dana u dan. Upoznao je divne ljude, ali i mnogo čudaka. Neki su okretali glavu od njega, neki su ga gledali kao medvjedića za igranje, a neki su ga vrijeđali i bili grubi. Sve je to podnosio jer je želio pomoći obitelji.

Međutim, otac je bio zahtjevan, nikad mu nije bio dovoljno dobar. Nije razumio da je on mlad, da mu je katkad potreban predah, zabava i prijatelji. Mnogi slabiji učenici već su završavali fakultete, snašli se i našli prave poslove, a on je i dalje razvozio, čistio i pomagao. I nikad kraja.

Sanjao je o fakultetu, želio je još učiti, raditi na sebi i napredovati. Nije znao kako reći ocu da mu je dosta toga da ga ljudi ignoriraju ili gledaju samo kao fizičkog radnika. Htio je više, mogao je više i znao je to. Nije znao kako to reći obitelji, kako se pokrenuti i kako se izvući iz začaranog kruga rada i radnih obveza.

(izmišljena priča, autorica Đurđica Radić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i osobama je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila.

Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.

A

Ništa nikom neću reći, mogu to sam/a riješiti.

B

Popričat ću s ocem.

C

Obratit ću se pedagoginji, psihologinji ili razrednici.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **KRIZA**

Redatelj: Boris Vuković

Scenarij: Karla Leko

Glumci: Seck Zeen Hong, You Kwang Kim, Lara Nekić, Igor Jurinić

Direktor fotografije: Marko Milohnić

Montaža: Marta Bregeš

Zvuk: Marko Klajić

Produkcijnska kuća: Akademija dramske umjetnosti- ADU

Filmski rod: igrani

Žanr: drama

Godina: 2021.

Poveznica: <https://www.croatian.film/hr/films/47316/watch>

SINOPSIS

Ji-Hu radi kao dostavljač za korejski restoran svoga oca tijekom pandemije. Dostavljajući hranu, mora se nositi s neprestanim očevim pritiskom i svakojakim kupcima, dok se istodobno pokušava prilagoditi sredini u kojoj još uvijek traži svoje mjesto.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Odredi temu filma Kriza, objasni o čemu govori.

(u središtu radnje je mladić Ji-Hu, radi kao dostavljač hrane za korejski restoran svoga oca u Zagrebu za vrijeme pandemije COVID-19. Film prikazuje njegov svakodnevni život pun izazova jer je pod pritiskom vrlo zahtjevnog oca. Još uvijek traži svoje mjesto u novoj sredini u vremenu kad je cijeli svijet uzdrman krizom zbog pandemije)

Prisjetite se prvih kadrova filma, opišite ih.

(film počinje mirnim, statičnim kadrovima grada, zatim interijera restorana. Mladić obavlja rutinske poslove vezane uz posao dostave, prevladavaju srednji i totalni planovi, neutralni rakurs i spor ritam montaže. Zvuk je ambijentalan, suzdržan, bez naglašene glazbe. Prazni prostori i odsutnost ljudi simboliziraju pandemijsku stvarnost, socijalnu izolaciju i osamljenost glavnog junaka)

Opišite kako je prikazan jedan radni dan glavnog junaka.

(vizualno se oslanja na autentičan prikaz svakodnevnog života u gradu. Dugačke sekvence dostava, prolazak kroz gradske prostore i susreti s različitim osobama daju osjećaj neposrednosti i autentičnosti. Često se koriste srednji i široki planovi kako bi se uključila okolina. Kadrovi su snimani na ulicama uz prirodno svjetlo, riječ je o dinamičnim kadrovima dostavljača u pokretu, a u emocionalnijim trenucima kamera prelazi na bliže planove lica ili detalje, što pojačava osobnu perspektivu lika i njegovo emocionalno stanje)

Opiši odnos oca prema glavnom liku.

(vrlo je strog i zahtjevan, ništa mu nije dovoljno dobro, neprekidno mu prigovara. Primjerice, ne odgovara mu način na koji Ji-Hu slaže kutije u koje spremaju obroke. Ji-Hu se suočava s kontinuiranim pritiskom svoga oca koji vodi restoran i očekuje da mladić radi poslušno i bespogovorno, što ga dodatno opterećuje tijekom obavljanja radnih zadataka. Vrijeme je izazovno i otac traži da se sin uključi u sve dijelove vođenja restorana, neprekidno mu naređuje i između njih nema dijaloga)

Navedite značajke odnosa kupaca prema mladiću.

(susreće različite ljude, indiferentne i površne. Čovjek u tramvaju jače navlači masku kad ga ugleda. Mladić koji ga pita koliko jelo ima kalorija pokazuje stereotipe prema Korejcima jer misli da su svi mršavi. Djevojka koja organizira zabavu ponaša se prema njemu kao da je medvjedić za zabavu. Doživljava i veliki stres jer mu ukradu bicikl)

Objasnite naslov filma Kriza.

(ima višeslojno značenje. Odnosi se na unutarnju krizu glavnog junaka jer radi težak i potcijenjen posao dostavljača i osjeća se zarobljen svakodnevnom ruti-



Fotografija iz filma – snimka zaslona

nom, iako ima druge planove. Ta se kriza očituje u tišini, umoru i potisnutoj napetosti. Odnosi se i na obiteljsku krizu i napet odnos s ocem koji predstavlja autoritet i tradiciju. Taj odnos nije otvoreno konfliktna, ali je ispunjen nerazumijevanjem i emocionalnom distancom. Također se odnosi i na društvenu krizu jer je film snimljen u vrijeme pandemije, kada je posao nesiguran. U filmu je prikazana kriza pojedinca i društva, kriza komunikacije, empatije i odnosa)

Prisjetite se kadra u kojem je pojačano prikazan težak položaj stranaca u gradu.

(susret mladića s prijateljem iz razreda koji je upravo završio fakultet i poziva ga na proslavu, no Ji-Hu ne može doći jer mora raditi po cijele dane. Mladić za sebe kaže da je bio „zadnja klupa“, dakle ne baš izvrstan učenik. Iako Ji-Hu savršeno govori hrvatski jezik, ne živi lagodno, mora raditi i pomagati ocu, traži svoje mjesto u zajednici i ima velike snove)

Opišite način snimanja filma Kriza, pokrete kamere i svjetlo.

(u filmu dominira prirodna estetika, prevladava prirodno svjetlo i stvarne lokacije. Kamera prati lik u pokretu, prizori su neutralni i objektivni, bez naglašenog dramatičnog kadriranja. Kamera je poput prozora u svakodnevicu glavnog junaka, diskretna je i u službi približavanja njegova unutarnjeg svijeta i okolnosti u kojima živi, nenametljivo prikazujući život stranca u Zagrebu)

Objasnite dijaloge u filmu.

(dijalozi su kratki i funkcionalni. Kupci s dostavljačem vode vrlo štire i površne razgovore. Otac također ne govori puno, daje kratke naredbe i upute, ne pita sina za mišljenje i osjećaje. Jedno od najsnažnijih filmskih sredstava u filmu je tišina, ona pojačava osjećaj izoliranosti i nerazumijevanja. Napetost se gradi pauzama, pogledima i trajanjem kadra)

Odredite trajanje kadrova i ritam filma.

(sporiji ritam i dulji kadrovi. Često se ponavljaju iste radnje poput dostave i vožnje te se time namjerno postiže monotonija kako bi se prikazalo da se lik nalazi u zatvorenom krugu. Unutarnja kriza prikazana je vrlo suptilno, kombinacijom načina snimanja, tišina i trajanja kadrova. Na taj se način gledatelja pokušava uvući u svijet protagonista)

Opišite način glume.

(gluma glavnog lika je suzdržana, gotovo nenametljiva. Nema velikih riječi ni emotivnih ispada, osjećaji se čitaju iz pogleda, držanja tijela i pokreta. Kamera i kadar postaju glavni nositelji emocija, a ne dijalog ili glumački efekti)

Prisjetite se kako film završava.

(mladić i dalje radi u restoranu, svakodnevni posao ga čeka, no gleda promotivni letak o studiranju. Film završava optimistično)

Definirajte poruku filma Kriza.

(glavni lik ne prolazi kroz neku dramatičnu situaciju, nego kroz stalno ponavljanje umora, pritiska i nesigurnosti te pokušava pronaći svoje mjesto u društvu i ostvariti svoje snove. Film prikazuje da suvremeno društvo takve ljude, poput dostavljača, često vidi kao funkciju, a ne kao osobu. Ljudi poput njega postoje „u prolazu“, bez prava na glas. Film ne nudi rješenje, već postavlja gledateljima pitanje jesmo li svjesni koliko ljudi pored nas proživljava ovakve tihe unutarnje krize. Također postavlja pitanje odnosa prema strancima, prema ljudima koji su u našu sredinu došli raditi i zaraditi, koliko imamo predrasuda i koliko smo zatvoreni prema onima koje smatramo različitim)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju.

Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Ništa neću nikom reći, mogu to sam/a riješiti.

Kad se osoba nalazi u ovakvoj situaciji, jako je teško riješiti takvo stanje bez nečije pomoći. Problemi s roditeljima, neslaganje u ambicijama i željama za budućnost vrlo su česti. Ovaj otac misli samo na restoran i opstanak u teškom vremenu pandemije, no često roditelji za svoje dijete u vezi sa školovanjem i zaposlenjem imaju druge namjere od onoga što djeca zaista žele. I uopće ne čuju njihove pokušaje da se tu nešto promijeni. U takvim obiteljima potrebna je pomoć nekoga objektivnog, tko će im hladne glave dati savjet.

B

Popričat ću s ocem.

Ovo vjerojatno također neće biti dobro rješenje, otac ga je na neki način i doveo u ovu situaciju. Sve što on želi od sina jest da sluša, radi i drži se restorana koji su otvorili. Malo razgovara, puno prigovara. Teško će ovaj razgovor biti uspješniji, otac se čini vrlo autoritativan i tvrdoglav. Smatra da sve radi za sina i da to radi na najbolji način. I ništa drugo ne vidi ni ne prihvaća. Potrebna je osoba koja će ocu biti veći autoritet od djeteta i koja će mu ukazati na ono što mladića muči. Vrlo teško će priznati sinu da je u krivu i popustiti.

C

Obratit ću se pedagoginji, psihologinji ili razrednici.

Ovo je najbolje rješenje. Otac će dobiti poziv na razgovor, morat će malo promisliti o čemu će biti riječi, a pri dolasku u školu već su mu te osobe



Fotografija iz filma – snimka zaslona

vjerojatno pomogle oko školovanja njegova djeteta. Osim toga, stručne osobe vodit će strukturirani razgovor, ukazat će na ono u čemu je njegov sin dobar i objasniti će mu da je za njega rad u dostavi zapravo stajanje u mjestu, on može i želi puno više. I ovdje je moguće da će se otac opirati, no puno su veće šanse da će slušati, ali i čuti savjete tih ljudi. Stručne osobe najbolje znaju kako pomoći osobi koja je tjeskobna, koju nešto muči i ne zna kako to riješiti. Nekad se čini jako teško, a zapravo nije. Jedan razgovor može otvoriti nečiji pogled i uskladiti naizgled potpuno suprotne stavove. Postoji studij uz rad, uvijek se može pronaći neki kompromis.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

1. Napišite dnevnik glavnog lika filma, zapišite njegove misli i osjećaje tijekom jednog dana.
2. Promijenite raj i naslov filma i objasnite razloge svog postupka.
3. Smislite nekoliko konkretnih načina pružanja pomoći učenicima koji dolaze iz stranih država.

IZVORI:

Internetska platforma croatian.film. (n.d.). croatian.film. <https://www.croatian.film/hr/>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiče, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

Čorkalo Biruski, D. (n.d.). *Psihologija predrasuda*. FF Press.

Ajduković, M. (n.d.). *Psihosocijalna podrška u kriznim situacijama*.

Hrvatski Crveni križ & Centar za mirovne studije. (n.d.). *Priručnik za psihosocijalnu pomoć strancima*.

TEMA: POTEŠKOĆE U KOMUNIKACIJI I GUBITAK BLISKE OSOBE

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Ni prije mama i Vesna nisu mogle razgovarati o svemu. Uvijek su to bila prepričavanja događaja s posla ili situacija s nastave, a od tog dana još su se više zatvorile. Svaka u svojoj sobi, uz svoju knjigu ili film. Imale su i hobije, mama svoje biljke, a Vesna svoju mačku Tonku. Vesnu je to mučilo, no nije znala kako to promijeniti, kako razbiti taj nevidljivi zid. Prisjećala se kako je razrednica često govorila koliko je razgovor važan, kako uvijek treba izgovarati svoje misli i opisivati osjećaje, jer drugi ljudi inače ne mogu znati što je u tebi, što te muči. E pa mama i ona nisu tako radile. Nakon nekoliko mjeseci odlučile su se na putovanje, možda će tako pronaći tu nit, progovoriti o svojoj tuzi, reći jedna drugoj kako se osjećaju. Putovale su dugo, družile se na plažama, u muzejima, isprobavale različita ukusna jela, fotografirale se. Bilo je lijepo, skupile su brojne nezaboravne uspomene. Ipak, razgovor je zapinjao. Nikako se nisu mogle do kraja otvoriti, izreći sve što osjećaju. Mama bi uvijek opisivala ljude i događaje, ali nikad nije govorila kako se osjeća. Nikad povišenog tona, nikad jauka, plača. Pa je i Vesna bila takva. Nije se usudila razbiti tu tišinu. Danas je odlučila da mora nešto napraviti. Ali što i kako – još uvijek ne zna.

(izmišljena priča, autorica Đurđica Radić, svaka sličnost sa stvarnim događajima i osobama je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila.

Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.

A

Ništa neću reći, nastaviti ću sa šutnjom.

B

Popričat ću s nekom prijateljicom/prijateljem i potražiti savjet.

C

Potražiti ću savjet stručne osobe kako razgovarati s majkom.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **KAKO RAZGOVARATI S MAMOM**

Redateljica: Dalija Dozet

Scenarij i montaža: Dalija Dozet

Producenti: Dalija Dozet, Vedran Šuvar

Produkcija: Kinoklub Zagreb

Filmski rod: eksperimentalni

Godina: 2020.

Trajanje: 11 minuta

Poveznica: <https://www.croatian.film/hr/films/33107>

NAGRADE:

Green DCP na festivalu 25 FPS, 2020.

SINOPSIS

Ponekad je za otvaranje teme bliskosti potrebno otići na drugi kraj svijeta. Ponekad je za film potrebno ne snimiti niti jedan kadar. Ponekad se blizina pokušava otvoriti udaljenošću, a njezina se nemogućnost pokušava zakamufirati pričom o avanturi. Ponekad mislim da govorim kineski.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu i obrazložite ih.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se prvih kadrova filma, opišite ih.

(brza vožnja, sve je mutno, zatim crnina i ženski glas koji kaže da će se baviti govorom i razgovorom)

Definirajte temu filma, odredite kad to autorica otkrije.

(tema je bliskost, nemogućnost otvorenog razgovora s majkom, zapinjanje u komunikaciji; sam naslov postavlja pitanje kako razgovarati s mamom; autorica na početku filma otkriva da je razgovor uvijek zapinjao, a na kraju filma shvaća da su ona i mama zapravo slične)

Objasnite način na koji je filmska priča donesena pred gledatelje.

(autorica govori u prvom licu, otkriva svoje bojazni i strahove; iako tvrdi da ima poteškoće u izražavanju onoga što osjeća, ona se zapravo razgolićuje, opisuje veliku traumu u svojoj obitelji; u prvom planu je njezin glas, igra se fotografijama i slovima, eksperimentira snimkama)

Prisjetite se što prikazuje stara televizijska snimka na početku filma, pokušajte odrediti simboliku tog prizora.

(kretanja kamere s lijeva na desno po planini i odrješiti glas muškog voditelja o njezinu nastanku, razlici između mlade planine sa zupčastim i nepravilnim vrhovima i zrele, odrasle planine čiji su vrhovi ravniji i blaži; moglo bi simbolizirati redateljicu i njezinu majku, majku doživljava moćnom poput planine)

Izdvojite dio priče koji predstavlja uvod i opišite kako je to vizualno prikazano.

(ona navodi da je sve počelo u Kini, na njezinu putu na filmski festival; ondje, jer je bila potpuno sama u dalekoj zemlji, promišljala je o svom odnosu s majkom; prikazuju se snimke šume, zatim vidimo njezinu majku s fotoaparatom u jednom kineskom hramu i riječi kojima majka govori o doživljajima, a ne o osjećajima; tada se na dnu stuba pojavljuje naslov, stube mogu asociirati na razmjenu riječi, korak po korak)

Objasnite što pridonosi još većoj osamljenosti redateljice na putu u Kini.

(u prepunom Šangaju, gradu od 20 milijuna stanovnika, ona je sama; sjedi na koferu i čeka mamu na jednom raskrižju, snima se mobitelom i maše svome odrazu u hotelskom ogledalu; na vrhu jednog nebodera shvaća da ne može govoriti o svojim osjećajima)

Prisjetite se što je u tom trenutku, u gradu prepunom ljudi, autorica izdvojila kao ono što je jedino zapamtila, što joj je zapravo bilo najvažnije i kako je to filmski prikazano.

(igra svjetla i boja, a ona govori kako je nastojala zapamtiti lica, ljude, boje

svjetla, atmosferu ulice i mirise; eksperimentira kamerom, igra se, jake boje na tamnoj podlozi, no tada vidimo njezinu mamu i čujemo autoricu kako kaže da je upamtila samo mamu)

Izdvojite jedan iznimno bitan događaj za ovu obitelj i ovu filmsku priču i prisjetite se kojim je motivom prikazan te u kojem dijelu filma autorica uvodi taj motiv.

(očeva smrt, tragedija koja je zauvijek promijenila dinamiku te obitelji, prikazana je kao zemljotres; autorica se nada da će daleko putovanje pomoći u razgovoru o osjećajima, da će se otvoriti majci i da će majka govoriti o osjećajima, a ne samo o doživljajima; motiv očeve smrti uvodi u drugoj polovici filma, točnije u sedmoj minuti, te on zapravo objašnjava naslov, jer je očeva smrt vjerojatno razlog šutnje majke i kćeri)

Navedite čime autorica kreira filmsku priču, koja sve filmska sredstva koristi.
(koristi crninu, stare snimke iz arhive, snimke azijskog igranog i američkog dokumentarnog filma, svoje fotografije te snimke mobitelom i kamerom s putovanja, očeve snimke i fotografije iz njezina djetinjstva; film je nastao kao kolaž svih tih filmskih elemenata)

Objasnite što je autorica postigla izmjenom različitih snimki.

(postigla je posebnu filmsku dinamiku, razigranost i dočaravanje različitih nijansi njezinih osjećaja i psiholoških stanja, u prošlom vremenu i sadašnjem trenutku)

Odredite kakvo je ozračje u filmu i navedite čime se postiže.

(ozračje je sjetno i tugaljivo; postiže se glasom djevojke koja govori o svome odnosu s majkom, gubitku oca i putovanju u daleku zemlju koje donosi važnu životnu spoznaju o odnosima u njezinoj obitelji)

Opišite kako film započinje i završava, a isti se postupak ponavlja i nekoliko puta tijekom filma te pokušajte protumačiti njegovu simboliku)

(snimka brze vožnje iz automobila može predstavljati tijekom vremena, nejasno i mutno putovanje, kao što se ljudima često čini i život; to su različite životne etape, a autorica i navodi da je od puta u Kinu prošlo pet godina; film je njezina retrospekcija i introspekcija)

Odredite kraj filma.

(otvoren je; autorica shvaća da ne zna odgovor, ili da odgovora možda nema, ali shvaća i da su ona i mama sličnije nego što je mislila, obje kao da jedna drugoj govore kineski)

Odredite o kojem se filmskom žanru radi i obrazložite svoj stav.

(riječ je o hibridnoj vrsti: dokumentarnom filmu jer govori o dijelu vlastitog životnog iskustva i odnosu s majkom, ali ujedno i eksperimentalnom filmu jer

se autorica poigrava raznim amaterskim i profesionalnim snimkama i stvara vlastitu filmsku priču)

Usporedite ovaj filmski žanr s likovnim književnim vrstama, navedite na kakva književna djela vas podsjećaju postupci u ovom filmu.

(eksperimentalni film nalikuje avangardnim književnim djelima ili apstraktnim slikama jer kombinira različite postupke, nije plošan i traži domišljanje, aktivnog i obrazovanog recipijenta; nastoji začuditi i potaknuti na kritičko promišljanje; ovaj film ima snažnu poetsku liniju, dok su mnogi eksperimentalni filmovi još zatvoreniji i teži za tumačenje, poput kockica koje gledatelj mora spojiti u smislenu cjelinu)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti izbor svoje reakcije na postavljeno pitanje što biste vi u opisanoj situaciji napravili.

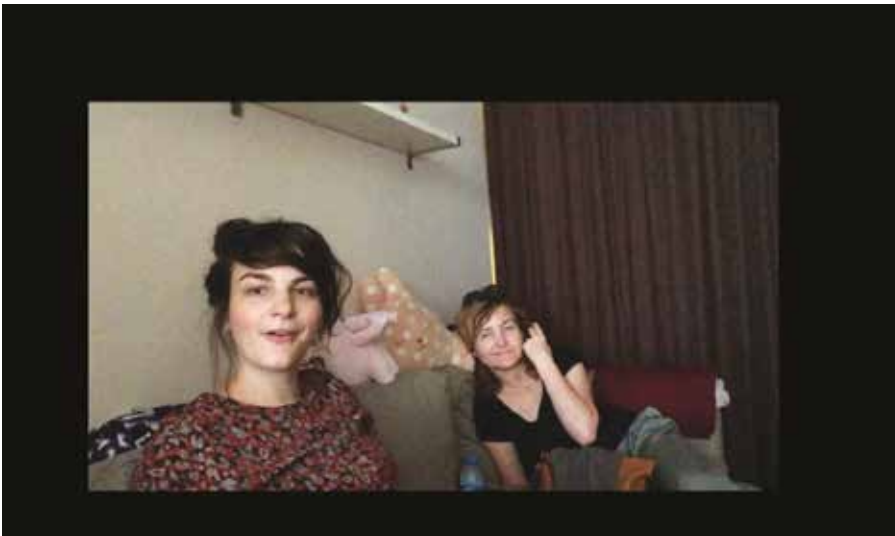
Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Ništa neću reći, nastavit ću sa šutnjom.

Šutnja nije dobro rješenje, ona znači stajanje u mjestu, osoba se i dalje osjeća loše. Zatvorena u svoju tjeskobu, u tugu koja izjeda, kao da stvara neki oklop i time vrlo lako može izgubiti prijatelje. Svatko treba imati nekoga uz



Fotografija iz filma – snimka zaslona

sebe, ne mora s njim voditi ne znam kako ozbiljne razgovore, dovoljna je blizina i nazočnost, to je već podrška. U ovom slučaju šutnja nije zlato.

B

Popričat ću s prijateljicom/prijateljem i zatražiti savjet.

Ovo je sigurno bolje rješenje od šutnje, bitno je odabrati pouzdanu osobu koja će slušati i čuti što govorimo, biti empatična i dobronamjerna. Dovoljno je da nas sasluša, da imamo nekoga komu se možemo potpuno povjeriti, razgovor ima ulogu katarze ako nije dovršen i ako nije samo da što prije prođe. Pravo je bogatstvo imati nekoga tko strpljivo sluša, bez puno upadica i ispitivanja. Ukoliko su vršnjaci neozbiljni i sve pokušavaju, možda i u dobroj namjeri, okrenuti na šalu, nije im se dobro povjeravati u ovakvim situacijama.

C

Potražit ću savjet stručne osobe kako razgovarati s majkom.

Ovo je vjerojatno najbolje rješenje jer se obraćamo osobi koja se školovala za pomoć ljudima u ovakvim situacijama. Nije sramota tražiti pomoć zbog bolova u mišićima, nije glupost ići zubaru zbog zubobolje, isto tako nije besmisleno razgovarati sa stručnjakom kada nas obuzimaju tuga i tjeskoba ili kada ne možemo izreći što želimo bliskim članovima svoje obitelji. Stručnjak će nam objasniti korake potrebne na putu otvaranja, pomoći će nam verbalizirati svoja unutarnja stanja i time skinuti s nas veliki teret.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora.

1. Napravite adresar ustanova i udruga koji pružaju savjete za tugovanje u Hrvatskoj.
2. Osmislite jedan razgovor dviju sramežljivih osoba prikažite govorom tijela, plesom.
3. Napravite Instagram *reels* vezan uz temu poteškoća u komunikaciji s majkom.

IZVORI:

Internetska platforma [croatian.film](https://www.croatian.film/hr/). (n.d.). [croatian.film](https://www.croatian.film/hr/). <https://www.croatian.film/hr/>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiče, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

Antiolović, K., & Sviličić, N. (n.d.). *Komunikacijske vještine*.

TEMA: **PREDRASUDE**

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Jako sam zbunjen danas došao kući. Svašta sam u školi do sada morao raditi, no ono što je razrednica danas smislila najčudnije je od svega. Ove školske godine radimo na zajedništvu u razredu, ona nam smišlja različite zadatke. Tako smo jesenas uredili park pored škole, popravili stare klupe i ljuljačke, obojali školsku ogradu. Djevojke su zatim oslikale našu učionicu, donijeli smo neke biljke od kuće, stavili na pano svoje fotografije kad smo bili mali i tako smo uljepšali svoj školski prostor. Kuhali smo juhe i pekli slastice, pravili voćnu salatu. I to je u redu. No danas je razrednica zaista pretjerala. Podijelila nas je slučajnim izborom u parove i ja sam izvukao Krešimira. Nemam ja ništa protiv bilo koga u razredu, no ovo je baš izazovno za mene. Zadatak je zajednički izlet i sat vremena neke sportske aktivnosti.

Krešimir je moj dugogodišnji prijatelj, no prije nekoliko godina stradao je u prometu i završio u invalidskim kolicima. Ne može hodati, spor je i jako mi je teško kad ga gledam. Ne mogu reći da ga izbjegavam, no nismo više toliko zajedno. Sjećam se kako je nekad bio brz i spretan, trčali smo oko škole satima. Žao mi ga je i kao da mene bole noge kad ga gledam. Ipak, volim temeljito odraditi svaki zadatak, a sad ne znam kako ću, to me jako muči.

Pokušao sam uvjeriti razrednicu da trebam još jednom izvlačiti, no ona je bila neumoljiva i nije htjela ni čuti za promjenu osobe s kojom trebamo odraditi vježbu. I sad sam na sto muka.

Ljudi moji, što mi je činiti, zaista ne znam.

(izmišljena priča, autorica Đurđica Radić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i osobama je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila. Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.		
A Molit ću razrednicu da mi dodijeli nekog drugog.	B Pričat ću s Krešimirom i iskreno reći što me muči.	C Ništa neću reći i nastojat ću odraditi zadatak što bolje.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **PUNIM PLUĆIMA**

Redateljica: Leila Elhoweris

Scenarij: Leila Elhoweris

Glazba: Commi Balde Kouyate

Oblikovanje zvuka: Ivica Drnić

Montaža: Leila Elhoweris

Produkcija: Sveučilište VERN

Filmski rod: dokumentarni

Žanr: biografski, avanturistički

Godina: 2022.

Trajanje: 23.00

Poveznica: <https://www.croatian.film/hr/films/59770>

NAGRADE:

Star Film Fest – najbolji studentski film i najbolji film po ocjeni publike, 2023.

Student World Impact Film – pohvalno priznanje, 2023.

Filmski festival „Uhvati film – Seize the film“ Novi Sad – najbolji studentski film, 2023.

SINOPSIS

Biografski film o putopiscu koji je obišao svijet bez ijednog koraka.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se početka filma, opišite nekoliko uvodnih kadrova.

(kadrovi iz neke afričke države, ljudi s ulovom ribe na obali, slon, deve, čovjek sa žičanim instrumentom, djeca skaču pjevajući neku pjesmu, zatim lagana kretnja kamere po nečijem stanu, brojni magneti, bočice s kamenjem i glas koji priča o najdražem putovanju)

Odredite ulogu tih početnih kadrova.

(uvode nas u priču o osobi koja voli putovati, gledamo suvenire i bočice s kamenjem i slušamo muški glas koji govori o važnosti svakog putovanja jer se na njima uči, ona mijenjaju čovjeka; vidimo skupinu djece koja jedu slatkiše i slušamo o siromašnim ljudima koji cijene litru vode)

U filmu postoje kadrovi koji gledatelja iznenade, opišite prvi.

(slika sitnog mladog muškarca u krevetu, leži na boku, uz njega su stariji muškarac i mlada žena, stavljaju ga u invalidska kolica, ubrzo shvatimo da su to njegov otac i asistentica, ona mu pomaže pri higijeni i odijevanju, ne očekuje se da takva osoba ima veze s početnim kadrovima s putovanja, on je putopisac potpuno različit od onoga kako to obično zamišljamo)

Razmislite kojim postupkom saznajemo kako je Slaven stradao, preporučite kratko.

(čujemo njegov glas, no prikazuju se slike sadašnjeg života u stanu, asistentica mu pomaže u odijevanju, vidimo ga u njegovoj sobi prepunoj postera s putovanja, zapravo vidimo posljedice njegove nesreće, osobu koja ne može hodati, treba pomoć pri kretanju i neprekidno se izmjenjuju kadrovi s putovanja s njegovim svakodnevnim životom u stanu i gradu u kojem živi)

Navedite još neke kadrove u filmu koji su vas iznenadili ili šokirali.

(kadrovi vozila pomoću kojega se Slaven kreće, scena vježbanja, scene s putovanja, podizanje na planinu, on s djecom, on u pustinji, njegova priča o stradanju, priče o djevojkama i seksu, tekst na kraju filma iz kojeg saznajemo da je bio na pet kontinenata, išao od Istre do Istanbula u svom vozilu...)

Prisjetite se postupaka njegovih roditelja u filmu, interpretirajte njihovu ulogu u ovoj priči.

(organizirani su, sve u stanu prilagođeno je Slavenu, ima lift kojim izlazi i ulazi u stan, vedri su i šale se, ali vrlo brižni prema njemu jer ga opominju da treba uzeti kapu, oni su mu očita potpora i sve su učinili kako bi njihov sin mogao ostvarivati svoj san)

Nabrojite neke poteškoće invalidnih osoba o kojima Slaven u filmu govori.

(osjećaj za toplo i hladno, stolica i mokrenje, nesamostalnost i potreba

prilagodbe na različite asistente koji su njegove ruke i noge)

Opišite ulogu mlade djevojke koju vidimo u nekoliko kadrova u filmu.

(ona je Slavenova asistentica, neprekidno je uz njega, pomaže mu, ide s njim na putovanja, njihov odnos je otvoren i topao, pun zafrkancije i smijeha, ona je iznimno važna u njegovu životu)

Prisjetite se boja i zvukova u filmu, interpretirajte njihovu ulogu.

(boje na putovanjima jarke su, puno je svjetlosti, glazba i pjesme također su vrlo dinamične, dočaravaju egzotičnost njegovih putovanja, boje i glazba pridonose vedrini i optimističnom ozračju filma)

Opišite kako ste doživjeli putopisaca iz filma, navedite nekoliko njegovih osobina i obrazložite svoj izbor.

(hrabar je jer nije lako putovati u njegovim uvjetima, temeljit jer se za svako putovanje pripremi, duhovit i vedar jer se neprekidno šali, optimističan jer tješi one koji mogu hodati i jer ni dvanaest godina poslije nesreće ne gubi energiju, strpljiv jer se morao prilagoditi različitim asistentima)

Prisjetite se nekih njegovih inspirativnih poruka i savjeta iz filma.

(svako putovanje te mijenja jer nešto učiš, njegovi prijatelji se previše žale, on ih tješi, on nije bolestan, on je ozlijeđen, ljudi ne cijene dovoljno zdravlje, svoje ruke i noge, sretan je kad ga sunce grije)

Prisjetite se kadrova koji prikazuju Slavenova putovanja, opišite kako ona izgledaju.

(prilagođena vozila, nekoliko ljudi koji mu pomažu, nose ga do nekog odredišta, no on ne dopušta da ga fizička ograničenja sputavaju, penje se na planine, putuje u pustinjske krajeve, u udaljena mjesta i druži se s djecom i ljudima, veseo je i šali se, vidi se da mu putovanja gode)

Objasnite ozračje i ton filma.

(iznimno je optimistično, iako Slaven otvoreno govori o svojim problemima, on je danas zapravo realizirana osoba, radi ono što voli, mnogobrojna putovanja obogatila su ga i usrećila, mnogima koji ne koriste dovoljno mogućnosti koje imaju trebao bi biti primjer jer zaista zna kako dobro iskoristiti dan)

Ukratko osmislite poruku ovog filma.

(nema granica ljudskim snovima, volja je ono što je najvažnije u životu, Slaven je dokaz da čovjek može postići mnogo, ne treba unaprijed stvarati sliku o čovjeku, predrasude sužavaju naš pogled na ljude)

Izdvojite neke kadrove koji su vas posebno impresionirali i objasnite razloge. (individualni odgovori učenika)



Fotografija iz filma – snimka zaslona

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju.

Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

A

Molit ću razrednicu da mi dodijeli nekog drugog.

Osobe s invaliditetom imaju probleme, no mogu mnogo više nego što nam se čini na prvi pogled. Ne bismo trebali unaprijed stvarati slike o bilo kojoj osobi i njezinim sposobnostima, nije dobro ukopati se u sažaljenje i bježati od takvih ljudi. Predrasude imaju svi ljudi, no to treba osvijestiti i boriti se protiv njih. Svakom čovjeku treba pristupiti otvorena uma i srca. Slaven je dokaz da za čovjeka nema prepreka.

B

Pričat ću s Krešimirom i iskreno ću mu reći što me muči.

Dobro je iskreno razgovarati, no potreban je oprez jer lako možemo povrijediti osobu s invaliditetom. Ljudi koji nemaju ograničenja često ne razmišljaju o poteškoćama takvih osoba, ne razumiju ih i nehotice kažu nešto što ostavlja trajne posljedice. Potrebno je razgovarati, slušati ih, ali ih i čuti, njihove potrebe, želje i mogućnosti. Tolerancija i dogovor čine čuda.

C

Ništa neću reći i nastojat ću odraditi zadatak što bolje.

Šutnja nije dobro rješenje ni u kakvom odnosu, ona rađa frustraciju. Na

samom početku zadatka osoba je nezadovoljna i lako je moguće da će to nezadovoljstvo rasti. Svatko ulazi u zadatak s određenim očekivanjima i dobro ih je znati, u protivnom se mogu dogoditi nesporazumi koji vrlo lako dovede do ljutnje i svađe. Sve što nas muči dobro je s nekim podijeliti, posebice ako se radi o osjećajima. Mladi često razmišljaju o vlastitim potrebama, no bitno je znati i što druga osoba s kojom nešto radimo želi. Zato šutnja nije dobro rješenje.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženje)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

1. Osmislite sljedeće Slavenovo putovanje.
2. Osmislite četiri pozitivne poruke osobi prema kojoj imate neku odbojnost.
3. Izradite rebus povezan s polaznim problemskim tekstom.

IZVORI:

Internetska platforma croatian.film. (n.d.). croatian.film. <https://www.croatian.film/hr/>
Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

Hrvatska radiotelevizija – Projekt Drugi. (n.d.). *Predrasude i stereotipi* [Web-stranica]. <https://projektdrugi.hrt.hr/animirani-filmovi/projekt-drugi-predrasude-i-stereotipi/>

UNICEF. (n.d.). *U borbi protiv predrasuda ključna je uloga odraslih*.

<https://www.unicef.org/croatia/price/u-borbi-protiv-predrasuda-kljucna-je-uloga-odraslih>
Škole.hr. (n.d.). *Predrasude*. <https://www.skole.hr/oznaka/predrasude/>

TEMA: PRIJATELJSTVO I OSJEĆAJ IZDAJE

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Idem u vrlo zahtjevnu srednju školu, puno učimo, no razred mi je odličan. Po-
mažemo jedni drugima, zajedno učimo i rješavamo sve školske obveze, a vikendi
nam služe za druženje. Organiziramo tulumе u nečijem domu ili idemo u klubove
i dugo plešemo. Ritam u školi je zahtjevan i treba uspostaviti ravnotežu, pa nekad
malo i popijemo. Odgovara nam ta izmjena obveza i zabave, ozbiljnog rada i od-
mora, ma baš smo odlična ekipa.

Ipak, nešto se čudno događa u ekipi. Već dulje vrijeme njih nekoliko za vri-
jeme druženja neprekidno negdje nestaju, a kad se vrate, smiju se, glasni su i ima-
ju neke tajne znakove. Među njima je i Marko, moj najbolji prijatelj. To me brine
jer je postao čudan, mijenja raspoloženja i sve češće dolazi u sukob s mnogima iz
razreda. Jedan dan nitko od njega ne može doći do riječi, drugi dan doslovno spava
na klupi. Nikada nije bio agresivan prema meni, a neki dan jedan naš bezazleni
razgovor pretvorio se u svađu i završio šamarom na mom obrazu. Poslije se ispriča-
vao, no zaista me šokirao. To više nije on. Već dugo slutim o čemu je riječ, a jučer
sam shvatio da su moje slutnje opravdane.

Sjedio sam s njim u klupi i izvadio sam njegovu bilježnicu iz fizike kako bih
provjerio točnost zadaće. To uvijek radim jer on najbolje u razredu zna fiziku, no
umjesto rezultata u njoj sam našao paketić. Odmotao sam ga, a unutra je bio bijeli
prah. Brzo sam sve vratio u njegov ruksak, ruke su mi toliko drhtale da je vjerojat-
no pola toga ispalo na pod. Ne znam što da radim, zaista sam uplašen. Što će biti
s Markom ako ovako nastavi?

(izmišljena priča, autorica Đurđica Radić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i likovima je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila. Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.		
A Pravit ću se da ništa ne znam, ja to ne konzumiram i ne zanima me.	B Reći ću nekom prijatelju/ prijateljici iz razreda.	C Ispričat ću Borninoj mami, razrednici ili psihologinji.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **BROD U BOCI**

Redatelj: Karlo Gagulić

Scenarij: Karlo Gagulić

Glazba: Darko Malčević, Edvard Abazi, Luka Lemo, Anja Žužul

Montaža: Karlo Gagulić, Lukas Džida

Produkcija: Blank, filmski inkubator

Filmski rod: igrani

Žanr: drama

Godina: 2020.

Trajanje: 16:20

Poveznica: <https://www.croatian.film/hr/films/20591>

NAGRADE:

Nagrada publike (25. Filmska revija mladeži & 13th four river film festival), 2020.

SINOPSIS

Noa dolazi iz Splita u Zagreb u novu školu. Međutim, tragedija koja se dogodila u Splitu i dalje ga proganja.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu i obrazložite ih.



Fotografija iz filma – snimka zaslonu

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se početka filma, opišite prve kadrove.

(glavni lik spava, nemirno sanja, vrti se u krevetu, zatim se čuje ženski glas koji ga budi, on neljubazno odgovara, gleda u mobitel, zatim se čuje školsko zvono i vidimo ga u hodniku te u razredu)

Promislite o filmskom postupku prikazivanja nemirnih mladićevih snova.

(pretapanjem kadrova vidimo ga u krevetu, a istodobno idu scene s nekog druženja, sve to upućuje na stanje nemira i tjeskobe, nešto ga muči)

Opišite postupak kojim upoznajemo glavnog junaka i reakciju učenika u razredu.

(razrednica učenicima predstavlja novog učenika Nou Bačića, došao je u Zagreb iz Splita, što je po govoru jasno već iz prve rečenice, zatim se on kratko predstavlja, učenici galame i nepristojno komentiraju poziv plavokose Nike da sjedne pored nje)

Prisjetite se trenutka u filmu kad se jasno vidi da ga nešto muči, pričajte scenu i razgovor koji slijedi nakon toga.

(na satu povijesti učenici slušaju i zapisuju, nastavnik priča, a nakon što prozove Nou, mladić naglo ustaje i istrčava iz razreda. U sljedećem kadru slijedi prepirka s majkom za stolom, na njezino oštro pitanje zašto je otišao sa sata povijesti pravda se da mu je pozlilo, iz prepirke saznajemo da zapravo nije mogao slušati o povijesnoj osobi koja se utopila, navodi da mu se svaki dan vraća ista slika, ovo je zapravo aluzija na tragediju koja mu se dogodila, izgubio je prijatelja)

Objasnite na temelju njezinih postupaka ulogu razrednice u filmu.

(blaga prema Noi, daje mu dobronamjerne savjete, upućuje ga na Niku jer im daje zajednički zadatak, oštra prema komentarima iz razreda)

Opišite postupak kojim saznajemo što je Noina trauma.

(za vrijeme izrade prezentacije Nika inzistira da joj ispriča što ga muči, on joj priča o Luni i Borni, svojim prijateljima iz Splita, kadrovi koji slijede prikazuju Lunin rođendan, Noin glas dočarava luđi tulum s puno alkohola i opojnih sredstava, glasna glazba i ples, mladi ljudi skaču, Borne nema, pa ga zatim vidimo s trojicom koja ga mlate i bacaju u more jer im duguje novce. Noa nije znao da je Borna toliko u problemima, peče ga savjest jer nije bio s prijateljem. Na kraju scene Nika zagrlila Nou, on plače)

Razmislite o značenju kadra na kraju te scene.

(on se zapravo povjerio nekom bliskom, doživio je katarzu, izbacio iz sebe nešto što majci nije mogao reći, saznajemo da ga je ostavila s ocem i otišla živjeti u Zagreb, on joj to zamjera i nisu u najboljim odnosima)

Promislite o kadrovima Noinih vraćanja u prošlost, opišite razliku zadnjeg prisjećanja na Bornu.

(Nika, Luna i Noa sjede i puše uz more, na mjestu Bornina stradanja, pojavljuje se Bornin lik i čuju se Noine riječi da je sad sve u redu)

Prisjetite se boja u filmu i objasnite njihovu upotrebu.

(velik dio filma je u mraku, posebice kadrovi proslave rođendana, premlaćivanja te bacanja u more i utapanja, na kraju filma, kad Nika, Luna i Noa sjede uz more, kadar je pun sunca i svjetlosti jer film ima optimističan kraj)

Protumačite značenje naslova filma.

(individualni odgovori učenika vezani uz traumu glavnog junaka, simbolično se on osjeća zatočenim poput broda koji ne može izaći iz boce, ne zna izlaz iz situacije i treba mu pomoć, simbolika se može odnositi i na stanje njegova stradalog prijatelja, on se nije mogao izvuci iz dugova i problema s drogom)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju. Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Pravit ću se da ništa ne znam, ja to ne konzumiram i ne zanima me.

Ovom reakcijom zapravo bih ostavio prijatelja u problemu. On se očito s tim teško nosi i gubi kontrolu. Njegova gruba reakcija i šamar bili su znak za uzburku. On negira i umanjuje problem, ali zapravo traži pomoć, no ne može to izreći. U prvo vrijeme promjene nisu vidljive, no vremenom takva osoba mijenja ponašanje, društvo i uzore. Šutnjom i ignoriranjem ona ostaje u tom zatvorenom krugu i to nije dobro rješenje.

B

Reći ću nekom dobrom prijatelju/prijateljici iz razreda.

Brige o bliskoj osobi dobro je podijeliti s nekim. Razgovorom možda dođete do nekog pametnog rješenja, no može se dogoditi da ta osoba ispriča nekom, možda svojim roditeljima, a oni ispričaju nekoj drugoj nedobronamjernoj odrasloj osobi i da nastane još veći problem.

C

Ispričat ću Borninoj mami, razrednici ili psihologinji.

Dobro je posavjetovati se s nekom odraslom osobom. Majka i otac najviše su zainteresirani za probleme svoje djece, no možda baš njihova reakcija



Fotografija iz filma – snimka zaslona

bude burna i za Bornu loša. Roditelji često misle da znaju što je za njihovo dijete najbolje, a naprave suprotno. Stručne osobe u školi možda su bolji izbor, one će vas uputiti što dalje činiti, obaviti će razgovor s njegovim roditeljima i dati im savjete kome se javiti.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

1. Napišite pjesmu u žargonu vezano uz polazni, problemski tekst.
2. Osmislite nekoliko slogana protiv konzumiranja opojnih sredstava.
3. Napišite Noi pismo ohrabrenja i utjehe.

IZVORI:

Internetska platforma [croatian.film](https://www.croatian.film/hr/). (n.d.). [croatian.film](https://www.croatian.film/hr/). <https://www.croatian.film/hr/>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

Uvodić Vranić, L. (2011). *Prijatelju, kako si?* Profil.

TEMA: SLOMLJENO SRCE

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Maja je oduvijek vjerovala da postoji osoba koja je njezina srodna duša, tragala je uporno i ... pronašla je! Ivica je bio sve o čemu je sanjala, blag i pažljiv, nasmijan svakoga dana, spreman ostvariti svaku njezinu želju. Pronašla ga je još kao djevojčica, u osmom razredu. Cijelu srednju školu njihova ljubav bila je svima kao iz romana. Oni su svima bili par iz snova. Sretni i zaljubljeni, dovoljni sami sebi. Planirali su budućnost, fakultet i zajednički stan, smišljali imena djece i kućnih ljubimaca.

Odjednom – šok! Ivica je našao novu ljubav. I to Majinu dobru prijateljicu. Ona je bila potpuno slomljena. I zaista ništa nije slutila. Bio je nešto tiši i manje s njom, no učili su, bližila se matura i to je bilo normalno. Danima nije dolazila u školu, zanemarila je sve prijateljice jer joj je godinama Ivica bio omiljeno društvo, hodala je ulicama vrlo zapuštena i odsutna. Tea, djevojka s kojom sjedi u klupi, prepala se jer joj je Maja rekla da je očajna, da joj se svijet srušio i da njezin život više nema smisla. I da uopće više ne želi ni riječi o toj temi progovoriti.

Tea je bila uplašena i zbunjena. Što učiniti, kako pomoći?

(izmišljena priča, autorica Đurđica Radić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i osobama je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila. Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.		
A Neću ništa nikom reći, to će nju proći.	B Popričat ću s prijateljicom, nastojat ću pružiti utjehu.	C Obratit ću se za savjet razrednici ili pedagoginji.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **ORNAMENT DUŠE**

Redatelj: Irena Jukić Pranjić

Scenarij: Irena Jukić Pranjić

Montaža i glavna animacija: Zoran Mudronja

Pomoćna animacija: Veronika Sever

Glazba i zvuk: Darko Rundek

Izvršni producent: Dragan Švaco

Producent: Vinko Brešan

Produkcijaska kuća: Zagreb Film

Filmski rod: animirani

Filmski žanr: drama

Godina: 2011.

Poveznica: <https://zagrebfilm.hr/filmovi/ornament-duse/>

NAGRADE:

Festival hrvatske animacije – najbolji scenarij i režija, 2011.

SINOPSIS

Film vizualizira izreku koja se često koristi u govoru, u kojoj ljudi kažu da je neki događaj, krajolik ili običaj „utkan” u njih. Osobnost i karakter svakog od likova filma prikazuje se raznolikim ornamentom koji pulsira, utkan unutar vidljive aure koja je izgledom gotovo identična fizičkom izgledu tih istih likova.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.
(individualni odgovori učenika)

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se prvih kadrova filma, opišite detalje koje ste uočili.

(na plavoj podlozi nastaju različiti vijugavi bijeli ornamenti, sjetna glazba i vrlo brzo naslov filma; zatim jedna djevojka u ruci drži knjigu, čita na plavom krevetu, gleda kroz prozor, uz glazbu zvuci kao da je u prirodi, negdje u šumi)

Sjećate li se naslova knjige, opišite svoje misli kad ste vidjeli taj naslov.

(Marguerite Duras, Ljubavnik – priča o zabranjenoj ljubavi petnaestogodišnje Francuskinje i dvanaest godina starijeg bogatog Kineza u Indokini, vjerojatno će film govoriti o nekoj sretnoj ili nesretnoj ljubavi, bit će naglašeni osjećaji, sudeći po glazbi i bojama, ljubavna tema)

Prisjetite se boja tijekom cijelog filma, koja prevladava, objasnite razloge njezine dominacije u filmu.

(plava boja vezuje se uz metafizičnost, duhovnost, čovjekov unutarnji svijet, introspekciju i pogled duboko u osobnost lika, može simbolizirati nebo i more, dakle neku beskonačnost, vezivala se uz mnoge bogove i mitologiju, neki je povezuju uz mir i tišinu, a neki uz melankoliju i bijeg u snove; tonovi boja su pastelni i prigušeni, s naglaskom na kontrast između pozadine i ornamentata koji se nalaze na leđima likova; boja stvara osjećaj tišine, sporosti i smirenog ritma, plava je kontrast ornamentima i nositelj tihe atmosfere; dakle duša je slojevita i neiscrpna, to upravo sugerira plava boja)

Navedite zvukove kojih se sjećate, odredite im ulogu.

(zvuk je suptilan i reduciran, no postoje i brojni ambijentalni zvukovi šuma, kapi vode, titraja, cvrkuta ptica, sata koji otkucava, zvuka navijanja s nekog sportskog događaja, zvukovi su usklađeni s animacijom, uz svaki lik koji se u filmu pojavljuje veže se neki drugi zvuk ili melodija; zapravo nema realističnih zvukova okoline i time se naglašava da se radnja ne odvija u stvarnom prostoru, nego u unutarnjem, psihološkom svijetu)

Opišite glazbu u filmu i odredite joj ulogu.

(ona je nenametljiva, meditativna i ambijentalna, bez neke jasne melodije koja bi se lako pamtila, više je temeljena na ozračju, ona prati kretanje ornamentata, kad se crtež širi, pulsira ili mijenja, tada glazba postaje glasnija ili složenija, ona ne opisuje radnju nego stanja likova i djeluje kao neki unutarnji glas duše, glazba i zvuk ne objašnjavaju sliku, oni je nadopunjuju i produbljuju crtež i time film postaje neka vrsta audiovizualne meditacije)

Opišite ritam i ozračje filma, navedite čime je sve postignut.

(film ima spor, ujednačen ritam, bez naglih rezova, proizlazi iz kretanja linije i zvuka, ne toliko montažom, tišina također ima ulogu stvaranja prostora za promišljanje i emocionalne odjeke)

Navedite što je središnji izražajni element ove filmske priče.

(u ovom filmu nema dijaloga i klasične radnje, nema realističnih zvukova, priča je ispričana linijom, dakle crtež je osnovni izražajni element, on je vrlo stiliziran i minimalistički, linija je mekana, ritmična i fluidna, često se kreće u ritmu glazbe i pulsira i to daje dojam da crtež „diše“; likovi su pojednostavljeni, prikazani poput arhetipova za određenu skupinu ljudi, naglasak je stavljen na unutarinja stanja, manje na fizički izgled)

Opišite postupke snimanja filma.

(najčešće je lik prikazan sprijeda, često simetrično postavljen u kadar, time se postiže osjećaj smirenosti i neposredan odnos s gledateljem, lik je tu kao simbol, ne kao pojedinac, kamera je u visini očiju, izostaju gornji i donji rakurs jer se naglašava neutralnost i univerzalnost prikaza, nema naglih promjena kadrova i rakursa, kamera je većinom statična, a dojam kretanja ostvaruje se animacijom ornamenata, pulsiranjem linija i promjenom oblika i nijansi boja)

Navedite kakvi su postupci montaže u filmu.

(montaža je fluidna, s postupnim prijelazima pretapanja, umjesto naglih rezova autorica koristi vizualnu transformaciju oblika, što dodatno naglašava unutarinje promjene; montaža prati unutarinju logiku osjećaja, a ne uzročno-posljedičnu priču)

Prisjetite se što svi likovi u ovom filmu nose na leđima, objasnite taj autorski postupak.

(likovi na leđima imaju različite ornamente, oni su spojeni u neku vrstu kaleidoskopa, predstavljaju ono što zovemo dušom, aurom, čovjekov unutarinji svijet i svaka osoba ima svoj poseban ornament, nešto što ga inspirira i daje mu smisao u životu, što ga gura, poput one starice čiji ornament nju doslovce gura uz stubište ili čovjeka na blagajni čija je duša i zvukom i oblikom nalik na brojeve, računanje; osobnost likova prikazuje se kroz raznolike ornamentne strukture koje pulsiraju i stapaju se s vidljivom aurom lika, kao metafora unutarinjeg bića)

Protumačite ulogu crteža u ovom filmu.

(u filmu nema riječi, on govori crtežom, dakle crtež je metafora duševnih stanja, vizualni prijevod apstraktnih pojmova: osjećaja, karaktera i unutarinjeg svijeta likova; ornament duše postignut je upravo crtežom)

Objasnite što djevojku inspirira, u kojim kadrovima njezina duša zatitra, zaigra, probudi se.

(scena kad pije kavu s majkom, scena kad crta, scena s mladićem u kojeg je zaljubljena)

Objasnite različite reakcije na crteže koje je djevojka izložila u galeriji.

(djevojka iz svoje duše iznjedri umjetnička djela, svatko od likova na umjetnost reagira svojom dušom, svatko ornamente s crteža pretvara u svoj jezik, njihov smisao tumači na svoj način, to autorica prikazuje raznim simbolima i zvukovima)

Navedite neke od primjera tumačenja ornamenata i prisjetite se zvukova.

(neki likovi ni ne primjećuju ornament ili ga doživljavaju kao dekoraciju, za njih je crtež nevažan, nerazumljiv i nevidljiv u metaforičkom smislu; neki likovi su crtežom zbunjeni ili uznemireni, ne znaju ga protumačiti i boje se emotivne bliskosti; časna sestra čuje duhovnu glazbu i vidi stilizirani križ, mornar čuje harmoniku i vidi valove mora, dečko s naočalama zvuk i linije nalik računalnim igricama, dečko duge kose čuje rock-glazbu; nije problem u crtežu nego u pogledu promatrača jer razumijevanje duše zahtijeva vrijeme, pažnju i empatiju)

Protumačite kraj filma vezano uz ornament.

(na kraju filma ornament se raspada, prekida i fragmentira, linije gube pravilnost i sklad, srce joj je slomljeno, dečko je otišao, kraj ljubavi označio je kraj njihova svijeta)

Objasnite moguću autorsku poruku.

(svaki čovjek nosi jedinstveni ornament u sebi, to je samo njegov splet karaktera, iskustava, misli, osjećaja i doživljaja, taj ornament je nevidljiv u stvarnosti, no presudan je za identitet te osobe; prava vrijednost osobe ne vidi se izvana, nego u unutarnjem svijetu; film nas poziva da stanemo i promatramo, suština neke osobe ne može se izreći riječima, nego se osjeća i doživljava)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju. Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

A

Neću nikom ništa reći, to će nju proći.

Ovo nije dobro rješenje, možda osoba ubrzo preboli nesretnu ljubav, no može se dogoditi da pati, zapostavi obveze, povuče se u svoj svijet, osami se. Tada svakako treba reagirati, nešto poduzeti. Nismo svi isti, netko će se brzo vratiti u društvo, no ima osjetljivih pojedinaca kojima treba pomoć. Tuga je dobra i potrebna, no svaki osjećaj ima svoje vrijeme i ako predugo traje,

može se iz toga razviti mentalna neravnoteža. Treba svakako pratiti ponašanje osobe, ako duže vrijeme ne pokazuje ni za što zanimanje, potrebno je reagirati, pomoći.

B

Popričat ću s prijateljicom, nastojat ću pružiti utjehu.

Treba biti oprezan, naime ovo može biti dobro rješenje, ako ste jako bliski. Međutim, može i naljutiti osobu koja pati, ona se tada još više može zatvoriti u svoju emotivnu čahuru u koju nikoga ne pušta i tada je to zapravo veća šteta od koristi. Ona razgovor u najboljoj namjeri može shvatiti kao neko pametovanje i pretjerano miješanje u ono što ju jako boli, može to doživjeti kao stanoviti napad i zaista treba biti jako strpljiv. Nikako se ne smije umanjivati i relativizirati problem s izjavama poput one da ima još ljubavi, nije kraj svijeta, nije ona/on jedini na svijetu, jer nesretnoj i tužnoj osobi tada se čini da je kraj svijeta.

C

Obratit ću se za savjet razrednici ili pedagoginji.

Ovo je najbolje rješenje, to su osobe koje su sigurno već imale takve učenice ili učenike, koje će znati što učiniti i kako postupiti. Ponekad je dovoljno kratko razgovarati i sve postane jasno, odrasle osobe imaju više iskustava, profesionalnih i osobnih, mogu objektivnije sagledati situaciju, prepoznaju iz svog osobnog ili profesionalnog života neki slučaj i mogu predložiti razumne korake. Nesretnu mladenačku ljubav ne treba podcjenjivati, patnje u tom slučaju mogu izgledati vječne i neprolazne, odrasle osobe znat će dati neki koristan savjet.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženja)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

- 1.** Napišite i uglazbite uz pomoć umjetne inteligencije tužnu ljubavnu pjesmu.
- 2.** Osmislite vaš ornament duše, vizualizirajte ga crtežom ili kratkim videom.
- 3.** Proučite sažetke savjetnika o prekidima veze i osmislite nekoliko konkretnih savjeta za osobu koja pati.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

IZVORI:

Zagreb film. (n.d.). Zagreb film. <https://zagrebfilm.hr/>

Mentalno zdravlje. (n.d.). *Mentalno zdravlje*. <https://mentalnozdravlje.hr>

Kako si?. (n.d.). *Kako si? – portal s psihološkim člancima i e-savjetovalištem*. <https://www.kakosi.hr>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiče, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

TEMA: STRAH OD RATA

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Oksana je sitna djevojka koja ima velike snove. Izvrсна je učenica, obožava kemiju i sanja kako će se jednoga dana baviti otkrivanjem novih spasonosnih lijekova. Farmacija je njezina velika ljubav, njezin san, svi planovi vezani su uz fakultet u Kijevu. Jučer su sirene zaustavile sve njezine snove. Susjedna zgrada srušena je do temelja, jedna je susjeda poginula. Oksana je u zadnji tren uletjela u podrum. Osjetila je srce u trbuhu, nije mogla udahnuti dovoljno od ogromnog straha, noge su joj se tresle kao dva pruta. Najgore je bilo to što tate nije nigdje bilo. Svi odrasli muškarci negdje su pozvani.

Dodatni stres stvarala je mama koja je pripremila torbu za nju i objašnjavala joj da hitno mora na put. Poslat će Oksanu teti u Poljsku. Oksana se jako, jako boji, no još će joj gore biti ako ode i više ne bude vidjela svoje roditelje. Ona je njihova mezimica, oni su cijeli njezin svijet. Satima je plakala, molila mamu da ju ne šalje, uvjerala ju da neće izlaziti iz podruma, no mama je bila neumoljiva. Govorila je da ih napadaju zvijeri, psovala je avione, proklinjala rat i bila uporna. Oksana mora iz te ludnice van. Djevojka je bila očajna. Zaboravila je na farmaciju i lijekove, zaboravila na planove za fakultet, ostao je samo strah. Za sebe, za svoj, mamin i tatin život. Što sada da radi, ne može otići, ne može ih ostaviti. A opet... jako, užasno se boji, ima osjećaj da će pasti u nesvijest od ogromnog straha.

(izmišljena priča, autorica Đurđica Radić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i osobama je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila.

Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.

A

Odmah bih se javio/
javila na raspolaganje
vojsci i nikako ne bih
napustio/napustila svoj
dom.

B

Pobjegao/pobjegla bih
što prije iz ratnog ludila.

C

Nekome bih se obratio/la
za pomoć.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **RAT U UKRAJINI**

redateljica: Yana Skydan

Scenarij: Viktoriya Skydan

Produkcija: Greater Brighton Metropolitan College

filmski rod: dokumentarni

Godina: 2022.

Trajanje: 23 minute

Poveznica: <https://filmskanastava.hfs.hr/portfolio/rat-u-ukrajini/>

NAGRADE:

Nagrada publike (27. Filmska revija mladeži & 15. Four River Film Festival), Žuta zastava (27. Filmska revija mladeži & 15. Four River Film Festival) – nagrada za promicanje nenasilja na filmu, 2022.

SINOPSIS

Kratki dokumentarni film govori o ratu u Ukrajini i želi pokazati kako se život svih Ukrajinaca promijenio nakon 24. veljače 2022. Taj dan započeo je ruski napad na mnoge ukrajinske gradove, što je zapanjilo čitav svijet. Kroz potresnu ispovijest same autorice, ovaj film slama srce i tjera u plač.



Fotografija iz filma – snimka zaslonu

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove uz obrazloženje.

Definirajte rat, objasnite razgovarate li s nekim o ovoj temi, podijelite neka svoja promišljanja.

Navedite osjećaje i asocijacije koje povezujete s ratom.

(individualni odgovori, iznimno bolna tema, ovaj dio sata jako važan, rat je ekstremno jak čimbenik narušavanja mentalne ravnoteže, potrebno verbalizirati što više raznih stavova, čuti razna mišljenja)

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se što ste prvo vidjeli.

(natpis upozorenja, znak da u filmu može biti uznemirujućih kadrova, scena nasilja i razaranja)

Opišite prve kadrove filma.

(najprije oblaci i krilo aviona uz riječi mlade pripovjedačice koju ne vidimo, kako je lijepo vratiti se kući, zatim iznimno lijepi prizori ukrajinskih krajeva, slike skijališta i žitnih polja, prizori gradova i čujemo nabrajanje imena: Kijev, Lavov, Odesa, Harkiv, sve izgleda kao turistička reklama za njihovu zemlju, uz sentimentalnu, neprizornu glazbu)

Navedite kojim planovima su snimljeni prvi kadrovi i objasnite taj filmski postupak.

(snimljeni su iz gornjeg rakursa, nižu se totali i polutotali, razlog je želja za što boljim i cjelovitijim prikazom ljepota te zemlje, zatim se krupno pokazuje glavni simbol, zastava, sve kako bi se gledatelj divio njihovoj povijesti, tradiciji, ljepotama ukrajinske prirode i gradova)

Prisjetite se što je slijedilo nakon tih prvih kadrova.

(kadrovi prikazuju svakodnevni život Ukrajinaca prije rata: šetnje i doručak, druženja, telefonski razgovor, detalj omiljene torte, prizori u gradu, također dosta idilično prikazano, glazba pojačava taj dojam)

Što se nakon toga vidi i čuje, opišite kako završava taj dio filma.

(crna pozadina i zvuk sirene, nakon toga privatna snimka s mobitela, obitelj koja se budi uz zvuk sirene, bijeg u podrum, potpuno suprotne slike od onih s početka filma, pripovjedačica objašnjava da od toga dana više ne može spavati i slijede prizori rušenja, bombardiranja, požara, čuju se eksplozije, snimke razaranja smjenjuju se sa snimkama iz podruma ili metroa, vidimo ljude koji slave tužnu godišnjicu braka)

Prisjetite se koji motiv izdvaja autorica kao simbol promjene, kao znak da je došao rat i opasnost te pokušajte objasniti što bi taj njezin postupak značio u filmskoj priči.

(motiv zastora na prozoru njezine sobe, sada mora uvijek biti spušten kako je šrapneli ne bi pogodili, uvodi osobno ratno iskustvo, tako priča postaje potrebnija i autentičnija)

Opišite kakva je glazba u ovom dijelu filma i koja joj je uloga.

(tužna, neprizorna glazba, pojačava dojam patnje i stradanja, kaosa i razaranja svega iz razdoblja mira)

Slijede razgovori s raznim ljudima, navedite neke i opišite kako su snimljeni.

(učiteljica, vojnik, dijete, ranjena žena, svi govore svoja iskustva iz tih dana, blizi ili krupni plan još više nam dočarava njihove osjećaje: strah, tugu, patnju, zabrinutost, ali i prkos, odlučnost, želju za borbom)

Pokušajte navesti čime je sve realiziran ovaj film, o kakvim se snimkama radi i objasnite što bi bio razlog za takvu redateljsku odluku.

(dron, profesionalne televizijske kamere, nadzorne kamere, privatne snimke, mobiteli, jer autorica želi dokazati da je sve istinito, autentično, da se zaista događaju te strahote, da ne izmišlja)

Navedite neke vama posebno potresne prizore i objasnite svoj izbor.

(čovjek koji plače i mrtvi ljudi koji leže po cesti, čovjek koji pokazuje ruksake svoje ubijene djece i vesele scene dok su još živi, koje su u suprotnosti s očevom pričom, razoreno kazalište, mrtvi i ranjeni ljudi na nosilima, majka koja u bolnici plače nad mrtvom bebom i pita zašto, ogromna rupa u nekoj velikoj zgradi, gomile zapaljenih automobila na hrpi, cijela naselja razorena)

Opišite kraj filma.

(dinamična izmjena kadrova razaranja i patnje te velikog broja ljudi koji se sprema braniti svoj dom, veliki broj ukrajinskih zastava, uz dinamičnu glazbu ukrajinskog glazbenog sastava Okean Elzy i pjesmu Neću odustati od borbe, prikazuje se odlučnost u otporu i želja da se obrani dom, a film završava riječima Slava Ukrajini i Slava herojima)

Odredite filmski rod ovoga filma i pokušajte se sjetiti na kojem mjestu od toga odstupa.

(dokumentarni film, prikazuje što se događa, izjave običnih ljudi, cilj mu je raznim snimkama prikazati stradanja ljudi u Ukrajini, no u jednom dijelu prikazuje žute crteže ljudi u razorenim zgradama i automobilima, ljudi koji su ondje nekada bili, a sada ih nema, to su elementi animiranog filma)

Na temelju ovog i ostalih filmova koje ste pogledali s ratnom tematikom, izrecite svoje stavove o ratu, mišljenje o tome ima li opravdanih ratnih sukoba, predložite neka svoja rješenja.

(individualni odgovori učenika)

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju.

Ako ste promijenili mišljenje, obrazložite razlog promjene.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Odmah bih se javio/la na raspolaganje vojsci i nikako ne bih napustio/la svoj dom.

Rat i oružje sigurno nisu dobro rješenje za djecu, maloljetnim osobama on oduzima mladost i bezbrižnost. Tu odluku maloljetna osoba i ne može donijeti bez pristanka svojih roditelja. Rat je čista destrukcija i razara sve što je u miru stvoreno. Mladi često bez razmišljanja pristupaju vojsci, zapravo ne znaju što ih čeka. Rat je najveći izazov za mentalno zdravlje ljudi i treba dobro promisliti u ovoj situaciji, ne zaboraviti posljedice koje donosi. Roditelji tada biraju rastanak sa svojom djecom jer žele spasiti njihov život.

B

Pobjegao/pobjegla bih što prije iz ratnog ludila.

Ovo je rješenje kojim ćeš sačuvati svoj život i izbjeći ratne strahote, ali ako je ostatak tvoje obitelji ostao u vašem domu, vjerojatno ćeš se osjećati loše, mislit ćeš da je tvoj postupak izdajnički, nećeš imati mira gdje god stanovao/stanovala. Rat je stanje koje zapravo nikada ne nudi dobro rješenje, postoje samo loša i ona još lošija. Civili, djeca i starci trebali bi biti izuzeti od ratnih stradanja, a suvremenim načinom ratovanja strada upravo sve više civila. Odlaskom iz mjesta ratovanja možeš nastaviti svoje školovanje, možeš sanjati u miru, ali ti snovi zasigurno neće biti ružičasti.

C

Nekome bih se obratio za pomoć.

To je možda ipak najbolje rješenje, postoje stručnjaci koji djeluju u kriznim situacijama, ljudi koji se na taj način stavljaju na raspolaganje sredini u kojoj žive. Stručnjak bi možda preporučio uključivanje u izradu nekih predmeta potrebnih ljudima u to vrijeme, naime radna terapija okupira ljude i može ublažiti strah. Volontiranje i humanitarne aktivnosti također mogu pomoći, kao i psihološka savjetovanja, vježbe disanja, psihoterapijske metode i art-terapija.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori učenika uz obrazloženje)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka.

1. Napišite antiratnu pjesmu.
2. Osmislite kratki govor u kojem ćeš se obratiti diktatorima koji pokreću ratove.
3. Proučite tko su i zašto bili najveći mirotvorci tijekom povijesti.

IZVORI:

Filmska naSTAVa, (2020.) [Internet], <raspoloživo na: <https://filmskanastava.hfs.hr>>, [24. listopada 2025.]

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

Peace Maripo. (n.d.). *Peacemakers*. <https://www.peace.maripo.com/peacemakers.htm>
Nobel Prize. (n.d.). *Nobelova nagrada za mir* (tablični prikaz dobitnika).

TEMA: SUOČAVANJE S TEŠKOM BOLEŠĆU

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Petra je sjedila na klupi u parku, pregledavajući poruke na mobitelu. Sunce je polako tonulo iza krošnji, a hladan vjetar donosio je miris jeseni. Nije joj bilo jasno zašto se Mirjana danima ne javlja. Uvijek su bile nerazdvojne, a sada je jednostavno nestala. Idu u istu školu, razred do razreda, vide se, no to je sve nekako na brzinu, u prolazu. Prije su jako puno vremena provodile zajedno, družile se. Sada se Mirjana ispričava jer ima puno obaveza u školi, mora pomagati mami, ide do bake. Uglavnom, malo se druže. Dugo je sjedila i razmišljala o njihovu prijateljstvu.

Odjednom je ostala u šoku. Marko, najveći brbljavac u razredu, napisao je u zajedničku grupu kako Mirjana boluje od teške bolesti. Saznao je to od svoje mame, koja je medicinska sestra na onkologiji. Ukočeno je zurila u ekran. Riječi su joj se razlile po ekranu. Sjetila se Mirjanina umornog pogleda, sporog hoda i čudnog kašljanja. Osjetila je krivnju i tugu. Kako nije primijetila? Zašto nije više pitala, pomnije promatrala, slušala što govori? Bila je istodobno ljuta na Marka jer je to, kao prava baba, napisao, i na sebe jer ništa nije slutila.

Što sada, kako se ponašati, što učiniti? Mirjani svakako treba podrška, no što će joj reći, kako je saznala za njezinu bolest? I želi li ona uopće o tome razgovarati? Treba li se praviti da je sve u redu i glumiti bezbrižnost ili treba otvoreno govoriti o novonastaloj situaciji? Zaista nije znala što bi bilo najbolje, što treba učiniti.

(izmišljena priča, autorica Đurđica Radić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i osobama je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila. Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.		
A Napisat ću u grupu da je glupost to što je Marko objavio o Sandri.	B Razgovarat ću s Petrom otvoreno o njezinoj bolesti.	C Potražit ću savjet razrednice ili pedagoginje o tome kako postupati u ovoj situaciji.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **DAVID**

Redateljice i scenarij: Valentina i Natali Ban

Glazba: Tino Trkulja

Filmski rod: dokumentarni

Žanr: biografski

Produkcija: Dom mladih Rijeka

Godina: 2019.

Trajanje: 15 minuta

Poveznica: <https://filmskanastava.hfs.hr/portfolio/david/>

NAGRADE:

Nagrada stručnog žirija za najbolji dokumentarni film
(24. Filmska revija mladeži & 12. Four River Film Festival), 2019.

SINOPSIS

Topla obiteljska priča o mladiću Davidu kojemu je vježbanje u trenutku promijenilo život. Prijatelj, majka, otac i brat portretiraju hrabrog Davida, a zatim i on govori o svojem životu, ambicijama i snovima.

DOJMOVI O FILMU

Što možete reći o ovom filmu, kako vam se svidjela ova priča, obrazložite. Koje asocijacije i osjećaji su se pojavili tijekom filma, navedite neke od njih.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU STILSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se prvog kadra filma i što slijedi nakon toga.

(vidi se detalj, poruka na mobitelu, najavljuje se priprema nekog filma i knjige, ne zna se tko ju šalje, slijedi nekoliko kadrova putovanja, kamera ide s lijeva na desno, prekrasan sunčani dan, nekoliko vedrih, osunčanih kadrova prirode)

Opišite zadnje kadrove u filmu, protumačite taj filmski odabir, simboliku tog motiva.

(ponovno motiv putovanja koji može simbolizirati život, opet vožnja automobilom, sada je noć, suprotni kadrovi od početka filma, kamera je iz unutrašnjosti automobila usmjerena na kontrolnu ploču i cestu, možda noć označava neizvjesnu budućnost, no cesta simbolizira putovanje, život koji se nastavlja, kao i borbu sa zloćudnom bolešću)

Prisjetite se naslova i odabira rakursa, protumačite taj filmski postupak.

(snimljen iz žablje perspektive kroz stablo bez lišća, riječ David zapravo signalizira ime osobe o kojoj će govoriti film, rakurs sugerira da će biti riječ o snažnoj osobi, taj se rakurs upotrebljava za nekoga tko je jak i moćan)

Objasnite koji postupak autorica bira u prikazivanju Davida.

(intervju, ne čujemo pitanja, nižu se priče prijatelja, majke, oca i brata, od njih saznajemo da je David jako dobra osoba, odličan prijatelj, divan sin, izniman učenik, brat izjavljuje da je on osoba kojoj jedino može potpuno vjerovati, svi ističu njegovu dobrotu i hrabrost)

Protumačite što se vidi za vrijeme govora prijatelja i članova Davidove obitelji.

(za vrijeme njihova kazivanja pojavljuju se fotografije malog dječaka, video-snimci, taj postupak zove se intermedijalnost, to znači da se u film ubacuje neki drugi medij, prvi put ga kao odraslog vidimo dok govori otac, snimljen u prirodi sa psom)

Protumačite montažni postupak u ovom filmu.

(u ovom filmu montažne sponje su rezovi, između je crnina, oblik kratkih intervjuja kojim se ostvaruje portret osobe)

Prisjetite se kada David napokon govori u kadru i objasnite taj postupak.

(nakon što majka najavi da prolaze teško razdoblje, a brat da su tek sada postali prava obitelj i znaju cijeniti istinske vrijednosti, negdje u šestoj minuti filma, dakle na sredini; razlog je iščekivanje i držanje gledatelja u neizvjesnosti, nastoje probuditi radoznalost)

Opišite što David govori o sebi.

(mladić, 19 godina, student, voli glumu i pisanje, no tada šok, ne može glumiti jer ima tumor na desnom talamusu, pao je dok je vježbao u dvorištu, pukla mu je kapilara koja je hranila tumor i završio je u bolnici, sve to govori vrlo mirno iako se radi o zloćudnom tumoru)

Objasnite kakva je glazba u filmu.

(gotovo cijelo vrijeme glazba je pozadinska, čuje se zvuk gitare koji stvara ozračje dok slušamo priču o ovom hrabrom mladiću, na kraju filma čuje se glazba s radija koji vidimo u kadru, glazba je glasnija, pjesma je ljubavna)

Jedan je kadar u filmu bez glazbe u pozadini, objasnite razlog tog postupka.

(na kraju filma, kada Davidov brat opisuje najdražu uspomenu vezanu uz Davida, bio je to trenutak kada ga je kao malog zagrlio jer nije mogao podnijeti da mu brat plače i da je nesretan te je on napokon prestao plakati, vjerojatno kako bi se naglasila poruka o važnosti i snazi bratske ljubavi, ali i da se čuje tihi komentar autorice, čuje se riječ slatko)

Protumačite ozračje i ton filma.

(borba s teškom bolešću izrazito je teška tema, no film je zapravo optimističan, članovi obitelji su složni, David staloženo govori o stanju u kojem se nalazi, odlučan je nastaviti sa svojim ambicijama, želi glumiti ili objavljivati svoje knjige, prihvaća bolest, no ne odustaje od snova, navodi gledatelje na propitivanje o pravim vrijednostima u životu)



Fotografija iz filma – snimka zaslona

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju.

Ako je odgovor potvrđan, obrazložite svoj stav.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Napisat ću u grupu da je glupost to što je Marko objavio o Petri.

To nije dobro rješenje jer je njegova objava, iako možda nije dobronamjerna, istinita. To može samo potaknuti sve u grupi da šire vijest dalje, a to sigurno nije nešto što Petra želi. Bolesna osoba treba sama odlučiti komu će i što govoriti, to nije nešto o čemu se čavrlja u dokolici.

B

Razgovarat ću s Petrom o njezinoj bolesti.

Ni to se ne čini kao dobro rješenje, Petra možda ne želi ni s kim razgovarati o svom trenutačnom stanju. Svaki bolesnik doživljava svoju bolest na svoj način, treba osobu pustiti da sama odluči s kim će i koliko informacija dijeliti o dijagnozi i tijeku bolesti. David je primjer iznimno hrabre i snažne osobe, nisu svi takvi. Postoji razlog zašto nije ništa govorila i to treba poštovati.

C

Potražiti ću savjet razrednice ili pedagoginje o tome kako postupiti u ovoj situaciji.

Stručne osobe u školi vjerojatno imaju iskustva s različitim teškim situacijama, saslušat će i dati neko konkretno rješenje. Nekad je razgovor dovoljan da se smisli dobar plan, nešto što će biti dobro za sve u ovoj situaciji.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori, obrazloženje odluka)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka:

- 1.** Napišite pismo podrške svojoj bolesnoj prijateljici/prijatelju.
- 2.** Snimite reklamu za lijek koji liječi sve bolesti.
- 3.** Napišite akrostih posvećen Davidu.

IZVORI:

Filmska naSTAVA, (2020.) [Internet], <raspoloživo na: <https://filmskanastava.hfs.hr/>>, [28. listopada 2025.]

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/Filmski-Prirucnik-Marina-Zlataric.pdf>

Kelly, R. (n.d.). *Šetnja sunčanom stranom: 52 mala koraka do sreće*.

Frankl, V. E. (n.d.). *Čovjekovo traganje za smislom*.

TEMA: TERAPIJA FILMOM

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Neprekidno razmišljam o Ani ovih dana. Ne želi se više sa mnom družiti, to mi je nedavno na kavi rekla. Smrzla sam se. Potpuno šokirana, uporno sam pokušavala doznati razloge te njezine odluke. Na sva moja pitanja odgovarala je kratko, samo s da ili ne. Nema razloga, mora raditi na sebi, mora malo promisliti o svom životu i svemu oko nje. Ne zna kad će to proći, samo treba mir i samoću. Ne znam što da mislim, jako sam tužna. Znamo se jako dugo, bile smo prijateljice još u vrtiću. Imamo toliko uspomena, igrale smo se po cijele dane, skupljale sličice i popunjivale albume, bile učiteljice i prodavačice, kuhale zelene voćke i lišće u dvorištu njezine bake. Pa zatim po cijele dane učile lakirati nokte i krale maminu šminku, čitale strašne priče, spavale jedna kod druge i dijelile tajne o dečkima. Toliko druženja, zafrkancije i smijeha. Toliko putovanja i susreta, sve smo jedna o drugoj znale, baš smo bile bliske.

A sada... Srela sam Anu neki dan, nije me vidjela. Jedno vrijeme hodala sam za njom, baš sam zabrinuta i ne mogu shvatiti što se dogodilo. Učinilo mi se da priča sama sa sobom, čudno se smješkala i pomicala glavu. Nije me primijetila, očito je bila u nekom svom zamišljenom svijetu. Saznala sam da se ne javlja nikomu od naših prijatelja, a imamo ih zaista puno. Potpuno se osamila. Jako sam uplašena, ne znam što učiniti, komu se obratiti, kako joj pomoći...

(izmišljena priča, autorica Đurđica Radić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i osobama je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila. Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.		
A Produžit ću dalje, nije to moj problem, bolje se ne petljati.	B Nazvat ću njegove/njezine roditelje i reći ću im što sam uočio/uočila.	C Potražit ću stručnu osobu u školi i ispričat ću mu ovo iskustvo.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **MELANKOLIJE**

Redatelj: polaznici radionice dokumentarnog filma 13. Škole medijske kulture "Dr. Ante Peterlić"

Mentor: Damir Čučić

Scenarij: polaznici i mentor

Filmski rod: dokumentarni

Žanr: biografski

Godina: 2011.

Trajanje: 14:27

Poveznica: <https://smk.hfs.hr/filmovi-s-radionickih-programa>

SINOPSIS

Film donosi ulomke iz romana Melankolie Marka Filipovića, u ispovjednom tonu govori o svojim zebnjama i strahovima, tugama i bolima.

DOJMOVI O FILMU

Što možete reći o ovom filmu, kako vam se svidjela ova priča, obrazložite. Koje asocijacije i osjećaji su se probudili tijekom filma, što ste osjećali?

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se početka samog filma, navedite što ste prvo vidjeli i čuli.

(rečenica na crnoj podlozi: "...Pjevao sam o zidu i prijateljstvu onih koji se nalaze s druge strane...", potpis Marko Filipović, zatim glas radijske voditeljice koja najavljuje gosta Marka Filipovića, autora romana Melankolie, a zatim u krupnom kadru vidimo mušku osobu koja se vozi u automobilu, Marka)

Pokušajte što detaljnije okarakterizirati junaka ovog filmskog uratka, opišite kako izgleda, govori i kako se ponaša.

(četrdesetak godina, visok i naočit, plavih očiju, odjeven u majice i traperice, pomalo sneno izgleda, polako govori, mjestimice nerazumljivo, djeluje smireno, pospano i usporeno; kasnije saznajemo da su uzrok toga tablete bez kojih ne može)

Razmislite što Marka muči i navedite kako to u filmu saznajemo.

(Markovo mentalno zdravlje je narušeno, imao je halucinacije, često je bio u bolnici, ne može bez tableta jer počne buncati, gubi se; saznajemo to ulomcima iz njegova autobiografskog romana te razgovorima sa skupinom ljudi, polaznicima radionice dokumentarnog filma)



Fotografija iz filma – snimka zaslona

Objasnite što ili tko je Melankolie i kako je dočarana.

(potreba za ljubavlju i pripadnošću koju je izgubio, pojavljuje se u njegovim teškim stanjima i vraća ga iz ponora, vraća mu vjeru, prikazana je kao mlada i krhka ženska osoba, pojavljuje se u nekoliko kadrova, uvijek je povezana s nježnim osjećajima, to njegovo stanje naglašeno je i nježnom glazbom)

Jeste li zapamtili neku izreku, misao, rečenicu koja zorno opisuje tu osobu, navedite neke značajke njegovog načina govora i izražavanja.

(Marko čita ulomke iz svoje knjige, na nekim mjestima poetičan, lirske opise vezani su uz ženu i ljubav, negdje slikovito opisuje svoje mentalne poteškoće i bijedu društva u cjelini, iskren je i ogoljuje se do kraja, opisuje sve poteškoće ljudi s problemima vezanim uz narušeno mentalno zdravlje, on je hipersenzibilna osoba koja često ne može bez lijekova proživjeti dan; izražava zadovoljstvo što je u filmu, osjeća da ga se vidi i čuje, da je uvažan, kraj filma je optimističan jer se nada svjetlijim danima)

Razmislite o prostoru u filmu, navedite boje koje prevladavaju i objasnite što je autore filma nagnalo na odabir baš tih mjesta za snimanje, objasnite uloga prostora.

(bijeli dugi hodnik i bijele, mjestimice prljave keramičke pločice, bijeli strop, prostorija s krevetima, asocijacija na bolnicu; svjetiljke, stara zgrada, korov, polupani prozori, krupni kadar razbijenog prozora, nešto poput skladišta punog smeća; kadrovi prostora dočaravaju njegovo psihičko stanje)

Prisjetite se nekih kadrova koji dočaravaju Markovo stanje i odredite im vrstu.

(krupni kadrovi: muha, pauk, polupani prozor, prljave pločice, voda koja teče iz slavine, oljušteni zid, luk, smeće, stare novine, mesni doručak, natpis: ulaz)

zabranjen i obavezno zaključati. Svi ti kadrovi pomažu u dočaravanju teškog stanja glavnog junaka, odražavaju njegove osjećaje koji su tmurni i toliko teški da ne može bez pomoći lijekova)

Navedite kakvi su zvukovi u filmu, ima li glazbe i odredite njihovu ulogu u filmu.

(Markov glas je vrlo ugodan, kada se pojavi djevojka koja simbolizira Melankolie, čuje se ugodna jazz-glazba, kada Marko priča o svojim mentalnim tegobama, čuje se zvuk razbijenog stakla, zvuk također prati tisuću slojeva Markove osobnosti)

Smatrate li da se danas u našem društvu dovoljno otvoreno govori o mentalnom zdravlju, obrazložite svoj stav.

(Danas je ova tema još uvijek u našem društvu nešto što se zaobilazi i izbjegava; ljudi negiraju ili omalovažavaju mentalnu neravnotežu, misle da ne treba preувелиčавати, guraju pod tepih svoje probleme ili probleme svojih bližnjih, a ako shvate da im treba pomoć, često nabavljaju lijekove na svoju ruku, bez liječnika, što može biti jako opasno i dodatno pogoršati njihovo stanje; psiha je iznimno složena i kao što treba stručnjak za operaciju ruke ili srca, potreban je i stručnjak za vraćanje mentalne ravnoteže)

Pokušajte objasniti što je uzrok takvom stanju i što bi moglo dovesti do promjene.

(Razlog je stav da se osobu poput Marka proglasi ludom i stigmatizira, predrasude su prejake i zato ljudi izbjegavaju ovu temu, a jedini način kako to promijeniti je razgovor i učenje jer se svakome od nas može dogoditi stanje mentalne neravnoteže, stres dovodi do teških stanja, umjesto osude potrebna je pomoć)

Objasnite kako Marko iz filma popravljа svoje mentalno zdravlje.

(Piše roman, glumi u filmu i otvoreno govori o svom stanju, iskreno priča o svom životu, osjeća povezanost s polaznicima, ima dojam da je važno to što radi, doživi neku vrstu katarze)

Sjećate li se zadnje Markove riječi u filmu, pomaže li mu film, obrazložite svoj stav.

(zadnja riječ je smijeh, film završava optimistično, otvorenim dijeljenjem misli i osjećaja, vjerom da se može uživati u malim stvarima, posebice u razgovoru s nekim))

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisanu situaciju.

Ako je odgovor potvrđan, obrazložite svoj stav.



Fotografija iz filma – snimka zaslona

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Produžit ću dalje, nije to moj problem, bolje se ne petljati.

Osoba koja odjednom tako promijeni svoje ponašanje sigurno je doživjela neki stres, gubitak ili joj se dogodilo nešto loše. Možda nema nekoga komu se može povjeriti, možda joj je preteško nositi se s problemima i zato bježi u svijet mašte.

Razgovor s tobom mogao bi:

a) osobu uplašiti i navesti da se još više zatvori, tvoj dobronamjerni čin može protumačiti kao napad

b) otvoriti put otkrivanju onoga što tu osobu muči, zajedno biste mogli otići školskom psihologu na razgovor ili se razgovorom može otvoriti i biti spremna na pomoć

B

Nazvat ću njegove/njezine roditelje i reći im što sam uočio/uočila.

Roditelji najbolje poznaju svoju djecu, najviše ih treba zanimati što se s njima događa. Ipak, moraš biti spreman na njihove različite reakcije:

1. Omalovažit će tvoju zabrinutost, sve što si im rekao/rekla relativizirat će i uvjeriti te da nisi u pravu jer je njihovo dijete samo malo umorno. Sve će okrenuti na šalu.

2. Reakcija na tvoja opažanja bit će izrazito gruba, vikat će na tebe, grubim riječima objasniti će ti da s tobom nešto nije u redu, umišljaš i pričaš gluposti i laži. Prijetit će ti, tražiti da se makneš od njihova djeteta i uvjeravati te da pomoć zapravo treba tebi.

3. Pažljivo će slušati što pričaš, bit će zainteresirani, uplašeni i motivirani da se njihovu djetetu pomogne. Reagirat će pozitivno, bit će zahvalni.

C

Potražiti ću stručnjaka i ispričati ću mu ovo iskustvo.

Liječnik, psiholog ili neka druga osoba, stručnjak u području mentalnog zdravlja, racionalno će sagledati tvoju priču, dobit ćeš savjete što učiniti i komu se javiti.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori, obrazloženja odluka)

KREATIVNI ZADATAK

Izaberite jedan od triju ponuđenih zadataka:

- 1.** Osmislite koncept moguće terapije nekom drugom vrstom umjetnosti.
- 2.** Napravite plakat za film koji se bavi art terapijom.
- 3.** Izradite rječnik osjećaja s njihovim definicijama

IZVORI:

Škola medijske kulture “Dr. Ante Peterlić”, (2020.) [Internet], <raspoloživo na: <https://smk.hfs.hr>>, [30. listopada 2025.]

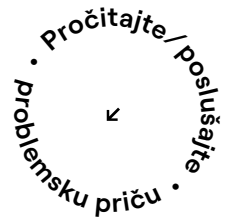
smk.hfs.hr – Medijateka. (n.d.). *Medijateka*. <https://smk.hfs.hr>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC-pdf>

Milivojević, Z. (2016). *Emocije*. Mozaik knjiga.

TEMA: UZNEMIRAVANJE I KORIŠTENJE POVLAŠTENOG POLOŽAJA

(predviđeno trajanje 45')



POSTAVLJANJE PROBLEMA

Ana (23), studentica književnosti, živi u manjem gradu i završava zadnju godinu studija. Tiha je, povučena i često luta gradom u potrazi za inspiracijom, ona naime voli pisati priče. Njezin profesor Marko (45), poznat po svom oštroumu i zanimljivim predavanjima, ali u ovoj priči i po tomu što ponekad zadrži pogled na Ani trenutak predugo.

U početku je mislila da umišlja. Kad ga je prvi put srela na tramvajskoj stanici, na putu do kuće, pomislila je da je to slučajnost. Sljedećeg dana susrela ga je u parku, nakon nekoliko dana u njezinoj omiljenoj knjižari, pa u kafiću u kojemu rado boravi. Njegov pogled bio je blag, prijateljski, no ustrajan i njoj pomalo neugodan.

Polako joj se strah uvlačio u kosti. Izbjegavala je mjesta na koja je izlazila, promijenila put kojim ide do fakulteta, no i dalje ga je vidala. Sada je bila svjesna da to nije slučajnost. Položaj u kojemu se našla zaista je neugodan. Profesor je zahtjevan, njegov je predmet na fakultetu vrlo važan i nije ga lako položiti. Mnogi su se studenti namučili dok su ga svladali. Ana taj predmet voli, mislila je odabrati temu diplomskoga rada iz tog područja, no sada više nije sigurna da to želi.

Zaprepasti se kada jednoga dana ugleda njegov odraz u izlogu jer je stajao na drugoj strani ulice. Požuri se, no on ide za njom. Gotovo potrči, on također ubrzava korak, uporno prati njezin ritam hoda. Ana jako ubrza, potrči i sva zadihana zamakne u zgradu u kojoj živi njezina najbolja prijateljica. Sada je sigurna, profesor nema dobre namjere! Srce joj bubnja, ne zna što učiniti. Tko će joj povjerovati, je li luda, ne zna što da misli?

(izmišljena priča, autorica Đurđica Radić – svaka sličnost sa stvarnim događajima i osobama je slučajna)

Razmisli što bi ti u ovoj situaciji napravio/napravila. Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora i usmeno obrazložite svoj izbor.		
A Držat ću to za sebe, to su moji problemi.	B Razgovarat ću otvoreno s tim profesorom.	C Obratit ću se prodekanu za studente.

NAJAVA FILMA I PROJEKCIJA

Naslov filma: **ŠUTIM**

Redateljica: Sara Horvatić

Scenarij: Sara Horvatić

Glazba: Severina: *Tvoja prva djevojka*; Dino Dvornik: *Ti si mi u mislima*;

Urban: *Sama*

Oblikovanje zvuka: Đorđe Stevanović

Produkcija: Sara Horvatić

Filmski rod: igrani

Žanr: drama

Godina: 2023.

Trajanje: 18.05

Poveznica: <https://www.croatian.film/hr/films/73040>

SINOPSIS

Barbara je šutljiva studentica koja glasno progovara fotoaparatom i bori se protiv onih koji su na povlaštenom položaju. Izložba njezinih fotografija govori više od tisuću riječi.

DOJMOVI O FILMU

Iznesite svoje dojmove o filmu uz obrazloženje.

RAZGOVOR O TEMI FILMA I IZBORU FILMSKIH IZRAŽAJNIH SREDSTAVA

Prisjetite se početka filma, opišite prvih nekoliko kadrova.

(mlada djevojka stoji na vrhu zgrade i fotografira (polutotal), vrlo je koncentrirana; vidimo je zatim na raznim mjestima u gradu, kamera je statična, razni rakursi, kadrovi nalik fotografiji; nakon toga izrađuje fotografije u mračnoj komori, i dalje je vrlo pažljiva i fokusirana, očito je vrlo posvećena tom poslu)

Prisjetite se zvukova u početnik kadrovima, protumačite ih.

(osim pozadinskih zvukova gradskih sredina neprekidno se čuje zvuk fotoaparata jer ona cijelo vrijeme fotografira, u jednom trenu čuje se zvuk mobitela, ona pročita poruku i samo spremi mobitel u džep)

Pokušajte objasniti postupak vezan uz naslov filma, trenutak pojave, simboliku i boju slova.

(nakon dvije i pol minute upoznavanja s glavnom junakinjom, ona zatvori vrata tamne komore, na trenutak je potpuni mrak na ekranu, slijedi zvuk mobitela i crvenim slovima na crnoj pozadini napisan je naslov Šutim; asocijacije bi

mogle biti da će u filmu biti govora o nekoj tajni, djevojka je nešto na fotografijama vidjela, saznala je nešto važno za razvoj radnje ili nekog od likova)

Opišite postupak kojim saznajemo više o glavnoj junakinji.

(Barbaru upoznajemo u razgovoru s prijateljima, saznajemo da je savjesna studentica, sve zadatke napravi na vrijeme i najbolje, prijatelji je hvale jer su tra ima samostalnu izložbu i mole za pomoć, potrebne su im njezine instrukcije za zadatak ili da zamoli profesora za odgodu predaje rada)

Usporedite Barbaru i njezine prijatelje.

(oni su vrlo opušteni, brbljavi i ne baš zabrinuti za zadatke, pjevaju karaoke i zabavljaju se, ona je neprekidno zabrinutog lica, tiha, namrštena, na riječ miljenica nervozno reagira, tajanstvena je i nešto je muči)

Objasnite koji kadar prikazuje Barbarin trenutni položaj na fakultetu, prisjetite se rakursa.

(ispred učionice ispadaju joj fotografije, ona čučne i kupi ih, pogled na profesora iz donjeg rakursa, on iz gornjeg hvali njezine radove. Položaj kamere jasno pokazuje njegovu nadmoć)

Navedite riječ na koju Barbara burno reagira i objasnite razlog.

(Prijatelji stalno ističu njezinu uspješnost, navode kako je najbolja na godini, no riječ miljenica izbacila je iz ravnoteže, više i izjuri iz kafića potpuno uzrujana)

Prisjetite se pjesama koje se čuju u pozadini i objasnite njihovu ulogu.

(Dino Dvornik, čuje se stih „Ti, ti si mi u mislima” i za vrijeme odjavne špice stihovi iz Urbanove pjesme Sama: „kako polako postaje, kako polako postaje jača od svega”, glazba i ovi stihovi autorski su komentar radnje)

Objasni simboliku predmeta važnih za razvoj filmske priče.

(fotoaparata kojim Barbara progovara, njezina izložba su fotografirane poruke



Fotografija iz filma – snimka zaslona

koje glasno odjekuju te mobitel kojim ona zapravo šuti, ne odgovara ili samo piše poruke, on leži pored nje na krevetu, tijekom cijelog filma čuje se njegov zvuk)

Objasnite u kojem kadru i kojim zvukovima je posebno naglašena Barbarina uznemirenost.

(trenutak kada profesor stoji iznad nje i gleda radove njezine prijateljice, jasno se čuje gutanje i kucanje srca, ona je ukočena, širom otvorenih očiju, vidno uplašena i destabilizirana)

Opišite ozračje i ton filma.

(u središtu je studentica Barbara, očigledno je nešto muči, za razliku od bezbrižnih prijatelja ona je vrlo ozbiljna, djeluje zabrinuta, no u telefonskom razgovoru saznajemo da je odlučna oko nečega što namjerava, kadrovi u sobi dok leži u krevetu pokazuju njezinu potištenost, prvi kadar na otvorenju izložbe također to potvrđuje, stoji sama vrlo zabrinutog izraza na licu)

Opišite trenutak kad je jasno da se radi o uznemiravanju, u kojem kadru je to vidljivo.

(tek kada na izložbi bijelo platno padne i na crnoj podlozi vidimo iz gornjeg rakursa bijela slova poruka s mobitela, zatim Barbaru koja mirno gleda prema profesoru, profesora koji guta knedle, znoji se i vidno mu je neugodno, zatim publiku koja šuti i ukočeno promatra poruke)

Objasnite značenje riječi na kraju filma.

(riječ ŠUTI jasno govori da je Barbara odlučila progovoriti, smogla je snage i smislila kako nekome tko ima moć može održati lekciju, pretvorivši njegove poruke s mobitela u fotografije, glasno je viknula u ime svih potlačenih)



Fotografija iz filma – snimka zaslona

POVRATAK NA POSTAVLJENI PROBLEM

Prisjetite se početne, problemske priče.

Razmislite želite li promijeniti svoj prethodni izbor reakcije na opisane situacije.

Ako je odgovor potvrđan, obrazložite svoj stav.

REAKCIJE NA PROBLEMSKU PRIČU I ŠTO ONE ZNAČE

A

Držat ću to za sebe, to su moji problemi.

Ponašanje profesora nije u redu, nikako nije dobro o tomu ne pričati, mentalno zdravlje može se tako samo dodatno narušavati. Strah, tjeskoba i zabrinutost nisu dobri osjećaji ako dugo traju, to osobu može paralizirati. Podijeliti ovo s nekom osobom od povjerenja puno je bolje, ona će saslušati i možda dati neki pametni savjet. Bitno je paziti komu se povjeravamo, opasno je ako osoba širi priču dalje, pri tom se često dodaju detalji i to napravi više štete nego koristi. Takva teška stanja najgore je držati u sebi, tako se samo gomilaju tjeskoba i frustracija i osoba se nađe kao u nekakvom duhovnom kavezu.

B

Razgovarat ću otvoreno s tim profesorom

Ovo nije dobro rješenje jer upravo je profesor osoba koja svojim uhođenjem dokazuje da nema dobre namjere. On je osobu doveo u stanje tjeskobe i zabrinutosti i sigurno će negirati sve optužbe na njegov račun. Može doći do manipulacije, uvjeravanja da se radi o potpunoj gluposti. Ili može doći do ucjene, osoba u poziciji moći u stanju je tražiti neke usluge za prolaznu ocjenu iz njegova predmeta.

C

Obratit ću se prodekanu za studente ili dekanu.

Ovo je najbolje rješenje. Oni će porazgovarati s profesorom, a studentici dati neki konkretni savjet. I trebali bi jamčiti da će ocjena iz kolegija biti ostvarena korektnim ispitivanjem. Možda fakultet ima osobu koja je povjerenik za zaštitu dostojanstva, ona također treba biti upoznata s ovom situacijom. Postoji i mogućnost aktiviranja vanjskih tijela, poput inspekcije ili pravne službe. Time se može spriječiti da se ovakvo ponašanje ponovi, štite se studentska prava te se uvodi red.

ZAKLJUČCI

(individualni odgovori, obrazloženja odgovora)

KREATIVNI ZADATAK:

Izaberite jedan od triju ponuđenih odgovora:

- 1.** Osmislite dijalog između studentice i profesora koji završi pozitivno za oboje.
- 2.** Vi ste psiholog, ponudite studentici nekoliko metoda za osnaživanje ličnosti.
- 3.** Pronađite na internetu udruge koje se bave zaštitom studentskih prava, istražite ih.

IZVORI:

Internetska platforma croatian.film. (n.d.). croatian.film. <https://www.croatian.film/hr/>

Zlatarić, M. (2023). *Filmski priručnik za vrtiće, osnovne i srednje škole*. HAVC Filmska pismenost. <https://filmskapismenost.hr/wp-content/uploads/2023/12/FILMSKI-PRIRUCNIK-MARINA-ZLATARIC.pdf>

Carnegie, D. (n.d.). *Psihologija uspjeha II*.



Hrvatski
audiovizualni
centar
Croatian Audiovisual Centre