

VNITŘNÍ SVĚTY

BLOK 11. Jde o duši: podoby (14+), cca 33 min.

Snímky o tom, jak mohou vypadat psychické obtíže i tom, jak prožíváme, když nás trápí

1. Jaký film Tě nejvíce zaujal?

2. Nerozuměl/a jsi nějakému filmu? Kterému?

3. Experimentální film je druh filmové tvorby, který záměrně porušuje běžná pravidla natáčení a vyprávění příběhu. Může používat netradiční techniky, nemusí mít klasický děj a často zkoumá nové způsoby filmového vyjádření pomocí neobvyklých záběrů, střihů, zvuků nebo kombinací různých stylů. Experimentální postupy můžeš často vidět v klipech. Které z filmů byly experimentální?

(Pták, Obávám se)

4. Film *Pták* by mohl mít i jiné názvy. Napadají Tě nějaké?

5. Úzkost, nejistota a pocity odcizení mohou potkat každého z nás. Důležité je si je uvědomit a najít si způsob, jak s nimi pracovat. Co pomáhá Tobě, abys byl/a v klidu? Jsou to procházky, nebo nějaká aktivita, do které své emoce přetavíš (sport, péče o zvíře, malba, hudba, psaní, puzzle)?

6. Do jakého filmového žánru bys zařadil/a snímek *Prozkoumávačka*? (horor)

7. Ve filmu *Vyhoření* se dva mladí lidé potýkají se stavem celkového vyčerpání. Vyhoření není známkou slabosti a lze ho překonat. Co těmto postavám přináší úlevu? (setkání a přiznání svého stavu)

8. Apatie je stav, kdy člověk ztrácí zájem o věci, které ho dřív bavily, a může se cítit bez energie a motivace. Je to jako když máš pocit, že je Ti všechno jedno, nic tě nebaví a nemáš chuť cokoli dělat – je normální mít občas podobné pocity, ale nemělo by to trvat dlouho. Zažil/a jsi někdy apatii? Co Ti pomohlo, abys ji překonal/a?

Která postava z filmu *Apatie* zažívá tento stav nejsilněji? (Mladý muž, malíř.)

9. Je v některém z filmů hrdina, který je Ti blízký? Cítíš se někdy podobně jako on/a?

10. Ve filmu *Obávám se* představují děti v krátkých abstraktních situacích své obavy, vzpomeneš si na některé z nich? (Obava ze ztráty blízkých. Obava ze života v paralelní realitě, kterou není možné opustit. Obava z nedostatečnosti, neschopnosti přeskocit nízkou zidku trampolínového centra. Obava z nejistot a stísněnosti během zkoušení před celou třídou. Obava z pohledu motýlů, který je podobný vlastnímu pohledu, pohledu vlastní duše. Obava z tmy v hlavě, budoucnosti a konce lidstva.)

Pro pokročilé:

1. Které z filmů měly šťastný konec? (*Prozkoumávačka*, *Vyhoření*)

2. Které z filmů byly hrané? (*Prozkoumávačka*, *Vyhoření*)

3. Které filmy Ti lépe zprostředkovaly emoce, nálady a psychické stavy – experimentální, nebo hrané?