



„BEN NIE MA LEKKO” – scenariusz spotkania w kinie

Krótkie streszczenie:

Film opowiada o 12-letnim Benie – wrażliwym, inteligentnym chłopcu, który kocha gotować i gra w zespole rockowym. Jest też nastolatkiem z nadwagą, przez co doświadcza dokuczania i zawstydzania ze strony rówieśników, szkoły, a czasem nawet – dorosłych. Punktem zwrotnym jest jego zauroczenie koleżanką Klarą. Ben chce jej zaimponować i przestać być obiektem drwin, dlatego postanawia schudnąć. Próbuje diet, zmienia nawyki, ale szybko odkrywa, że problem nie sprowadza się tylko do wyglądu.

Najważniejsza idea:

Dojrzewanie jako poszukiwanie odpowiedzi na pytania: „Kim jestem? Jak postrzegają mnie inni? Czy mogę być lubiany i akceptowany taki, jaki jestem?” – budowanie tożsamości.

Wątki dodatkowe:

- różne role, jakie pełni jedzenie: pożywienie dla organizmu, źródło samokontroli, hobby i pasja, rozładowywanie napięcia (zaburzenia odżywiania, uzależnienie);
- grupa rówieśnicza jako najważniejszy punkt odniesienia dla nastolatka – możliwość poszukiwania w niej wsparcia, ale i ryzyko ostracyzmu, wykluczenia, wyśmiania;
- sposoby radzenia sobie z bullyingiem, z hejtem, z przemocą rówieśniczą;
- sztuka jako sposób wyrażania swoich emocji, rozładowywania napięcia, budowania relacji, przekazania własnej filozofii życiowej;
- jak się zmienia ciało, jak się w nim czuje nastolatek, jaki obraz ciała dominuje w social mediach;
- estetyka filmu – jak wpływa na widza ten typ animacji, co twórcy mogli chcieć przekazać poprzez taki styl.

PRZED FILMEM

1. Zwrócenie uwagi na główny wątek filmu i odwołanie się do przeżyć bohatera, które mogą być też bliskie nastoletnim widzom.
2. Podkreślenie, że w czasie filmu mogą pojawić się trudne emocje i myśli. Zapewnienie, że po projekcji będzie przestrzeń, żeby o nich porozmawiać.
3. Ukierunkowanie uwagi młodych widzów na wątki główne/poboczne.

Zapowiedź osoby prowadzącej: *Za chwilę obejrzymy film, który opowiada o bohaterze poszukującym odpowiedzi na pytania, które – być może – stawiają sobie również niektórzy z Was. Problemy, które się pojawiają w filmie, mogą w szczególny sposób poruszyć, dlatego po*

projekcji chciałbym/chciałabym zaprosić Was do rozmowy o tym, co zauważycie i uznacie za ciekawe, ważne albo trudne.

W trakcie oglądania filmu spróbujcie zwrócić uwagę na kilka rzeczy:

- *Kim jest główny bohater; jak się czuje na początku filmu, a jak – w jego trakcie?*
- *Jak inni ludzie wpływają na to, co Ben myśli o sobie?*
- *Co mu pomaga, a co utrudnia codzienne funkcjonowanie?*

Nie musicie tego zapamiętać idealnie, chodzi o to, żebyście zauważyli i po filmie o tym porozmawiamy.

Wskazówki dotyczące zachowania grupy

Kiedy grupa jest żywa/hałaśliwa

Ustal z grupą kontrakt, np. powiedz: *Umówmy się na jedną rzecz: każdy może mieć swoje zdanie, ale zachowujemy się i mówimy tak, żeby nikogo nie ranić. To również wiąże się z tym, że nie przeszkadzamy sobie nawzajem.*

Kiedy grupa jest cicha i nie chce współpracować

Sformułuj komunikat typu: *Możecie słuchać, nie musicie teraz nic mówić, to też jest w porządku. Wystarczy, że będziecie uważni i zaciekawieni tym, czego doświadczał Ben.*

PO FILMIE

1. Pozwolenie widzom na podzielenie się pierwszymi przeżyciami po projekcji.

- *Moje pierwsze wrażenie po obejrzeniu filmu;*
- *Czy był moment, który okazał się dla Was trudny albo poruszający? (Jeśli jest cisza: Kto miał trudny moment – ręka w górę. Kto miał moment, który dał do myślenia – ręka w górę).*

2. Poprowadzenie dyskusji wokół tematów głównych i pobocznych.

Lp.	Pytania/refleksje	Przykładowe odpowiedzi – inspiracje do rozmowy
1	Jak opisalibyście głównego bohatera? Spróbujmy znaleźć jak najwięcej określeń.	nastolatek, kolega, muzyk, gra na instrumencie, lubi gotować, jest grubszy, jest wesoły, jest koleżeński, jest bystry i ciekawy świata
2	Zauważamy, czy widzowie podkreślają <u>wygląd bohatera, jego uczucia, jego pasje?</u>	podkreślenie, parafraza udzielanych odpowiedzi
3	Co to jest TOŻSAMOŚĆ? Czy znacie to słowo? Z czym Wam się kojarzy? Czy można zmienić tożsamość, czy można ją zbudować?	Tożsamość to odpowiedź na pytanie: „Kim jestem?”. To sposób, w jaki myślisz o sobie i rozumiesz siebie – jako osobę z własnymi: • wartościami (co jest dla mnie ważne), • przekonaniami (w co wierzę), • zainteresowaniami (co lubię),

		• relacjami (z kim się utożsamiam), • marzeniami i celami (kim chcę się stać). Tożsamość to poczucie, że wiesz, kim jesteś – nawet jeśli jeszcze tego szukasz.
4	Dlaczego Ben chce zmienić swoje życie? Czy Ben jest szczęśliwy? Co sprawia, że jego nastrój się zmienia?	wpływ zauroczenia, chęć zaimponowania obiektowi westchnień, wpływ rówieśników na myślenie o sobie, wpływ komentarzy ze strony dorosłych
5	Co robił dotychczas Ben, a jakich zmian chce dokonać? Co wpływa na jego samopoczucie i w jaki sposób? Które z tych sposobów pomagają, a które – na dłuższą metę – szkodzą?	dieta, rozwój zainteresowań, przebywanie wśród ludzi, którzy go akceptują, dopasowywanie się do oczekiwań innych
6	Dlaczego ludzie czasem udają kogoś, kim nie są? Czy znacie przykłady takich zachowań, nie tylko z dzisiejszego filmu? Dlaczego trudno pokazywać siebie innym?	• Jak ludzie prezentują siebie innym w social mediach? • Jak pokazują się w różnych grupach rówieśniczych? • Jak ulepszają/upiększają swoje ciało, jak próbują dopasować się do trendów?
7	Jakie wrażenie zrobiła na Was ta animacja? W jaki nastrój Was wprowadziła? Jak podoba Wam się ta estetyka? Jak myślicie – czemu autorzy wybrali taką wizję?	piękno świata przedstawionego, próba uchwycenia istoty piękna i brzydoty, brutalność rzeczywistości, odarcie ze złudzeń – cechy charakterystyczne dla wieku nastoletniego
8	Czy jest coś, co moglibyśmy doradzić Benowi? Co moglibyśmy powiedzieć osobie, która przeżywa to, co główny bohater?	• Podsumowujemy myśli formułowane przez widzów podczas całej dyskusji; • Możemy podkreślić realność trudu związanego z poszukiwaniem tożsamości w okresie dojrzewania, z byciem sobą, z pragnieniem bycia osobą akceptowaną i lubianą.

3. Treści wrażliwe (co może być trudne dla młodzieży):

- wstyd i niezadowolenie z własnego ciała – uczeń/uczennica może przypomnieć sobie sytuacje wyśmiewania czy zawstydzania, poczuć zawstydzienie lub smutek, ponieważ odnajdzie swoje doświadczenia w Benie;
- presja społeczna i porównywanie się – widz może poczuć lęk przed oceną, napięcie podczas scen pokazujących, jak opinia innych wpływa na samoocenę;
- doświadczenie odrzucenia lub braku akceptacji – niektóre sceny mogą uruchomić poczucie samotności, wspomnienia wykluczenia czy trudnych relacji rówieśniczych.

KOŁA RATUNKOWE W SYTUACJACH PROBLEMOWYCH

śmiech/ bagatelizowanie

Komentarz osoby prowadzącej: *Czasem śmiech pojawia się, gdy coś jest dla nas trudne. Możemy spróbować przyjrzeć się, co się pod nim kryje.*

raniące i złośliwe komentarze z sali

Komentarz osoby prowadzącej: *Zatrzymajmy się, spróbujmy powiedzieć to w sposób, który nikogo nie rani.*

zejście z tematu

Komentarz osoby prowadzącej: *To ciekawe, o czym mówisz. Wróćmy teraz do pytania: „Co ten film mówi o zdrowiu?”.*

cisza i brak odpowiedzi

Komentarz osoby prowadzącej: *Możecie tylko o tym pomyśleć, nie musicie odpowiadać na głos, spróbujcie to zrobić we własnej głowie. Kto się zgadza – ręką w górę.*

PODSUMOWANIE:

Istotą dyskusji jest zachęcenie młodych widzów do refleksji i formułowania własnych przemyśleń. Wiek nastoletni to czas, kiedy młodzi widzowie często słyszą, co „powinni”, a rzadko mają przekonanie o tym, że to oni są ważni i słyszani. Warto z zaciekawieniem pochylić się nad głosami młodzieży – autentyczne zainteresowanie pozwoli im na coraz bardziej świadomą refleksję i wgląd w swoje emocje.

Młodym ludziom może być trudno posługiwać się własnym przykładem i odsłaniać się, mówić o własnych uczuciach. Doskonale, jeśli będą potrafili dostrzec analogię między sobą a filmowymi bohaterami i nazwać ją – pozwoli to w sposób bezpieczny opracowywać trudne treści i zagłębiać się w analizę proponowanych wątków.

Na koniec warto sparafrazować najważniejsze wątki poruszone w czasie dyskusji: można zacytować pokrótce wypowiedzi poszczególnych uczestników, by docenić ich wkład.

Przykładowe podsumowanie:

Historia Bena pokazuje nam, jak trudno jest odpowiedzieć na pytanie: „Kim jestem?”. Czasem na pierwszy plan poszukiwania tożsamości wysuwać się będzie cielesność, czasem – nasze zainteresowania, czasem – to, z kim spędzamy czas. Ważne, by umieć dokonywać wyborów, które będą nam służyć i będą w zgodzie z nami. Cieszę się, że udało Wam się poczynić tak wiele własnych spostrzeżeń i że chcieliście się nimi podzielić.