

MATERIAŁY EDUKACYJNE DLA UCZNIÓW SZKÓŁ PONADPODSTAWOWYCH



**SCENARIUSZ LEKCJI: 1) POLSKIEGO 2) WYCHOWAWCZEJ
LUB EDUKACJI ZDROWOTNEJ**

NEL
KACZMAREK

TOMASZ
SCHUCHARDT

TAMARA
ARCIUCH

ANGELIKA
SMYRGAŁA

MIKOŁAJ
MATCZAK

OSKAR
RYBACZEK



UTRATA RÓWNOWAGI

Premiera 9 maja

CZAS: 98 min

KATEGORIA WIEKOWA: 15+

GATUNEK: dramat obyczajowy

PRODUKCJA: Dynamo Films, 2024

DYSTRYBUCJA: Dystrybucja Mówi Serwi

MUZYKA: Wojciech Frycz

OBSADA: Nel Kaczmarek, Tomasz Schuchardt, Oskar Rybaczek, Angelika Smyrgała, Mikołaj Matczak,

Maria Wróbel, Maksymilian Piotrowski, Pola Jodłowiec, Kamila Janik, Tamara Arciuch, Andrzej Kłak

ZDJĘCIA: Jakub Czerwiński

MONTAŻ: Filip Dziuba

SCENOGRAFIA: Jana Łączyńska

KOSTIUMY: Kamila Bukańska, Gabriela Greszta

CHARAKTERYZACJA: Kalina Stachera

MUZYKA: Wojciech Frycz

REŻYSERIA OBSADY: Ewa Łepecka

Film dofinansowany przez Polski Instytut Sztuki Filmowej

UTRATA
RÓWNOWAGI

NAGRODY

• NAGRODY ZDOBYTE NA 49. FESTIWALU POLSKICH FILMÓW FABULARNYCH W GDYNI:



Najlepszy debiut reżyserski lub drugi film - wyróżnienie Korek Bojanowski, wyróżnienie dla Nel Kaczmarek

- Don Kichot - Nagroda Polskiej Federacji Dyskusyjnych Klubów Filmowych Korek Bojanowski,
- Nagroda im. Janusza "Kuby" Morgensterna PERSPEKTYWA za rok 2024
- Nagroda Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego w kategorii Film za rok 2024.



NOMINACJE

- Mastercard offcamera – konkurs główny
- KINO NA GRANICY – konkurs główny
- Tarnowska Nagroda Filmowa Festiwal Polskich Filmów Pełnometrażowych
- 71. OKFA Ogólnopolski Konkurs Filmów Niezależnych – Konin – Konkurs główny
- 44. Koszaliński Festiwal Debiutów Filmowych Młodzi i film – konkurs główny
- Lubuskie Lato Filmowe – konkurs główny

OPIS DŁUŻSZY

Mimo że Maja poświęciła aktorstwu całe swoje życie, nie wierzy w siebie i swoje możliwości. Uważa, że jest w tej większości studentów, którzy nie znajdą pracy po szkole teatralnej. Dlatego chce rzucić szkołę i aplikować na marketing oraz zarządzanie. Wszystko zmienia się, gdy na jej drodze staje znany reżyser. Charyzmatyczny mężczyzna ma przygotować ze studentami przedstawienie dyplomowe. Dając Mai główną rolę w sztuce „Lady Makbet” zaskakuje wszystkich, ale też przywraca dziewczynie nie tylko miłość do aktorstwa, ale i wiarę w siebie. Jednak z czasem Maja boleśnie się przekonuje, że charyzmatyczny reżyser manipuluje nie tylko jej uczuciami, ale również relacjami i aspiracjami pozostałych młodych aktorów. Wkrótce się okaże, że to nie przedstawienie dyplomowe będzie głównym celem Mai, ale zdemaskowanie prawdziwej natury reżysera.

UTRATA
RÓWNOWAGI



FILM OPARTY NA PRAWDZIWYCH HISTORIACH

Film w interesujący sposób porusza ważny społecznie temat, który odbił się szerokim echem w mediach przed kilku laty i dotyczy przekraczania granic przez wykładowców wydziałów aktorstwa jak i reżyserów pracujących w teatrach.

Film jest pełnometrażowym debiutem fabularnym reżysera Korka Bojanowskiego.



RECENZJE:

Bez wątpienia to jeden z najciekawszych tegorocznych debiutów w polskim kinie. Mocny, bezkompromisowy, ale przemyślany. Interwencyjny, celnie punktujący problem, a zarazem nienachalny. To ważne, bo delikatny temat, jakim jest przemoc psychiczna, nękanie na wydziałach aktorskich szkół teatralnych i filmowych, wymagał odpowiedniej rozwagi oraz dojrzałości.

Kuba Armata, Interia

<https://film.interia.pl/raport-gdynia-festiwal-filmowy/news->

[-utrata-rownowagi-tak-lamano-aktorow-w-szkolach-filmowych-w-k,nld,7820520](https://film.interia.pl/raport-gdynia-festiwal-filmowy/news-)

UTRATA
RÓWNOWAGI



Opowiedziana historia jest jak cebula – ma wiele warstw, a z każdą kolejną chce nam się coraz bardziej płakać. Bo jak daleko ze swojej strefy komfortu możemy dać się wypchnąć? Dostajemy cztery pokrzywdzone postacie, które nie radzą sobie z tym, co ich spotkało. A jedna z nich została wyprowadzona poza granice swoich możliwości. Czy naprawdę w imię sztuki, "wyższego" celu jesteśmy w stanie poświęcić wszystko? Czy nasze granice powinny przestać mieć wtedy znaczenie? Czy powinniśmy pozwolić na ich przekraczanie? Na przekraczanie własnej przestrzeni osobistej? I czemu nikt nie reaguje, kiedy zazamkniętymi drzwiami dzieje się krzywda? (...) Film jest naprawdę dobrze zrobiony.

Talia Kurasińska, NaEkranie

<https://naekranie.pl/recenzje/utrata-rownowagi-recenzja-filmu-gdynia-2024>

"Jasne, jest to film, w którym ważnym wątkiem jest podejście do studentów i mobbing, jednak w żadnym stopniu nie jest on oceniający. Dyskusyjne moralnie zachowania znajdziemy w pojedynczych scenach, ale podstawą jest młodzińska energia i trwająca nieustannie konfrontacja uczuć, odegrana znakomicie.

Łukasz Kołakowski, Movies Room

<https://moviesroom.pl/newsy/filmy/przemoc-na-uczelniach-artystycznych-zobacz-zwiastun-utracy-rownowagi-film-ktory-wstrzasnie-twoimi-wyobrazeniami-26647>

UTRATA
RÓWNOWAGI



"Utrata równowagi" to nie jest "film interwencyjny" to bardzo przyzwoita narracja, która w wielu miejscach jest niejednoznaczna, daleka od prostej dydaktyki. Świetna jest Nel Kaczmarek w głównej roli.

Serio bardzo żałuję, że w Gdyni dostała tylko wyróżnienie bo dla mnie to była rola na nagrodę. Z resztą młoda obsada to naprawdę olbrzymi plus tej produkcji.

Zwierz popkulturalny

[https://www.facebook.com/photo.php?](https://www.facebook.com/photo.php?fbid=1078307970992167&set=a.454287626727541&type=3)

[fbid=1078307970992167&set=a.454287626727541&type=3](https://www.facebook.com/photo.php?fbid=1078307970992167&set=a.454287626727541&type=3)



UTRATA
RÓWNOWAGI



SCENARIUSZ LEKCJI POLSKIEGO

dla uczniów szkół ponadpodstawowych,
szczególnie dla klas starszych,
4 liceum/5 technikum.

**TEMAT: UTRATA RÓWNOWAGI W RELACJI: MISTRZ–UCZENNICA – HISTORIA MAI,
BOHATERKI FILMU UTRATA RÓWNOWAGI KORKA BOJANOWSKIEGO –**

AUTOR: MAŁGORZATA WIŚNIEWSKA

CELE LEKCJI:

Po lekcji uczeń powinien: umieć scharakteryzować i ocenić (z pomocą nauczyciela) przedstawione w filmie postawy studentów i ich mentora (w kontekście relacji: mistrz-uczeń);

spróbować wskazać i nazwać motywy kierujące postępowaniem bohaterów filmowych; wiedzieć, czym jest manipulacja w relacjach międzyludzkich oraz rozpoznawać jej symptomy i mechanizmy w filmie/życiu;

dostrzegać wpływ przemocowych relacji z dorosłym na charakter młodego człowieka i jego kontakty z rówieśnikami;

rozpoznawać związki między problematyką Makbeta Szekspira a sytuacjami zarysowanymi w filmie (Maja a Lady Makbet w przedstawieniu dyplomowym);

umieć porównywać bohaterów różnych tekstów kultury; zinterpretować obecne w filmie toposy.



Lady Macbeth

Charles Louis Muller (1815-1892)

UTRATA
RÓWNOWAGI

METODY I FORMY PRACY:

burza mózgów;
dyskusja kierowana;
heureza;
pogadanka;
przygotowanie do lekcji – praca domowa (przypomnienie sobie treści „Makbeta” Szekspira, sięgnięcie do notatek z lekcji – w ramach powtórzenia do matury);
praca w grupach;
interpretowanie tekstów kultury, formułowanie wniosków.

ŚRODKI DYDAKTYCZNE:

film Korka Bojanowskiego, Utrata równowagi Polska 2024;
plakat do filmu
materiały dydaktyczne do Makbeta Szekspira ze strony GWO (scenariusz: Lady Makbet – mistrzyni manipulacji);
materiały internetowe do filmu i o filmie:

<https://www.ofeminin.pl/swiat-kobiet/anna-paliga-oskarza-lodz-ka-filmowke-bicie-i-zastraszanie-jako-norma/1pb5h7s>

<https://www.filmawka.pl/utrata-rownowagi/>

<https://naekranie.pl/recenzje/utrata-rownowagi-recenzja-filmu-gdynia-2024>

<https://film.interia.pl/raport-gdynia-festiwal-filmowy/news--utrata-rownowagi-tak-lamano-aktorow-w-szkolach-filmowych-w-k,nld,7820520>

POJĘCIA KLUCZOWE:

manipulacja
mistrz i uczeń
świat jako teatr
człowiek jako marionetka

CZAS:

1-2 lekcje (scenariusz ma strukturę modułową, co pozwala nauczycielowi wybierać do realizacji jego fragmenty, zależnie od profilu, poziomu i zainteresowań klasy, jest zgodny z podstawą programową z języka polskiego i wymaganiami do nowej matury 2025)
Przebieg lekcji (po obejrzeniu przez uczniów filmu Utrata równowagi i zadaniu pracy domowej):

UTRATA
RÓWNOWAGI

1. Na początku lekcji nauczyciel prosi wychowanków o podzielenie się wrażeniami z filmu i określenie jego problematyki. Propozycje zapisuje na tablicy, np.:

- o skomplikowanych relacjach między reżyserem-opiekunem dyplomu i studentami;
- o wchodzeniu w dorosłość i zagrożeniach, jakie czekają na młodych ludzi;
- o trudnym procesie stawania się aktorem;
- o zawodzie aktora, jego blaskach i cieniach;
- o manipulacji, jej formach, mechanizmach i skutkach;

2. Następnie wyjaśnia uczniom okoliczności, które zainspirowały twórców do zajęcia się tematem nadużyć w szkołach aktorskich (w kontekście wymownego motta, które otwiera film), oraz przypomina pojęcie manipulacji:

Anna Paliga oskarża łódzką Filmówkę o mobbing

"Na wydziale aktorskim panuje absurdalne i niszczące przekonanie, że młodych należy >>łamać<< i >>przywyczajać do zaciskania zębów<<, a także że doświadczanie przemocy pomoże im w zostaniu lepszymi aktorami. Studenci, wychodząc do świata profesjonalnych planów filmowych, nie są przygotowani na stawianie oporu manipulacjom i zastraszaniu. To prowadzi do kontuzji, frustracji, zaburzeń odżywiania, załamań nerwowych..."

3. Komentując wypowiedź absolwentki uczelni, która odważyła się odkryć prawdę o nieuczciwych metodach pracy z przyszłymi aktorami, pytamy młodzież o to:

- jak powinny układać się relacje między nauczycielem-mistrzem a uczniami?
- czego oczekuje się od nauczyciela-mentora, zwłaszcza w zawodach artystycznych?
- na czym polega specyfika stawania się i bycia aktorem?



UTRATA
RÓWNOWAGI

W dyskusji kierowanej klasa powinna zwrócić uwagę, odwołując się do własnych przemyśleń, jak i doświadczeń bohaterki filmu i jej kolegów, że najważniejsze jest zaufanie, które buduje poczucie stabilności (równowagi) i bezpieczeństwa. Młody człowiek jest na progu świata dorosłych, często nie zna i nie rozumie jeszcze wszystkich jego zasad funkcjonowania, również pułapek i niebezpieczeństw, więc oczekuje psychicznego wsparcia i pomocy w postaci rad i wskazówek, nienaruszających jednak jego autonomii i godności jako jednostki. Kariera aktora szczególnie kryje w sobie element rywalizacji, walki o rolę, ambicji bycia najlepszym. Jak słusznie zauważa krytyk:

To nie są studia od -do. Kilka wykładów, ćwiczeń, a potem wolne. To czas, któremu trzeba się w całości podporządkować, gdzie nie ma miejsca na nic innego. Pochłaniający dosłownie każdą wolną chwilę. Stąd nie powinno dziwić, że bohaterowie żyją niejako w swoim świecie, łączą ich wyjątkowo bliskie relacje. Nie tylko spędzają ze sobą całe dni, ale odstaniają też wszelkie, nawet najbardziej netyczne emocje, poznają słabości, kompleksy więc łatwo się tu pogubić: albo zatracić w pysze i nadużywaniu swojej pozycji mentora mającego doświadczenie i władzę nad adeptami zawodu, albo poddać się zwątpieniu i zrezygnować.



Ellen Terry as Lady Macbeth
John Singer Sargent (1856–1925)

UTRATA
RÓWNOWAGI

4. Od rozważań ogólnych przechodzimy, metodą heurystyki, do historii Mai, zachęcając uczniów doprzyjrzenia się bohaterce i jej nauczycielowi:

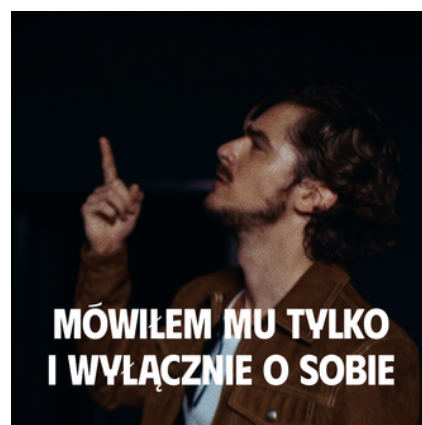
- czego dowiadujemy się o Mai na podstawie pierwszych scen?

Dziewczyna jest samodzielna i ambitna, startuje w castingach i dorabia po godzinach jako barmanka. Czuje się zdruzgotana, słysząc od agenta, że wprawdzie zagrała świetnie i dała z siebie wszystko, ale rolę dostała inna dziewczyna. Ma poczucie porażki. W rozmowie z przyjaciółmi z roku zdradza chęć zmiany kierunku studiów na pewniejsze psychicznie i finansowo – marketing i zarządzanie. Ta decyzja, jak i praca zarobkowa (ma w planach otwarcie własnego baru) ukazują bohaterkę jako osobę sprawczą, zadaniową, nie liczącą na rodzinne koneksje czy układy towarzyskie, ale przede wszystkim na siebie. Z drugiej strony, jest realistką, nie wyróżnia się specjalnie ani urodą ani talentem (w „Antygonie” występuje w Chórze), wydaje się jednak, że nosi w sobie lęk, ukryte kompleksy („Fatum! – taki los”, zwierza się Jackowi podczas nieformalnego pierwszego spotkania).

- kim jest Jacek? w jaki sposób wybiera swoją „ofiara”?

Nowy reżyser dyplomu, znany i uznany (w przeszłości!) artysta, zjawia się nieoczekiwanie 5 tygodni przed premierą i od razu zaprowadza własne porządki, zakłócając rytm dotychczasowych prób i ustaleń repertuarowych. Odznacza się pewnością siebie, swobodą zachowania, dużo wie o studentach, łatwo nawiązuje kontakt z młodzieżą, (od razu przechodzi z nimi na „ty”). Odrzuca fatalistyczną „Antygonę”, zgadzając się na propozycję Mai – „zajebistego Makbeta”. W ten sposób „wyróżnia” dziewczynę. podbudowuje jej zachwianą wiarę w siebie, sprawia radość, zyskując jej zaufanie i sympatię, które wkrótce wykorzysta przeciwko niej i jej kolegom (I etap manipulacyjnej gry).

Formułujemy wspólnie wnioski. Pierwsze sceny ustanawiają parę antagonistów i sygnalizują główny problem filmu, jakim jest nadużywanie władzy i stosowanie praktyk manipulacyjnych w relacjach.



UTRATA
RÓWNOWAGI

5. Kolejna, zasadnicza część zajęć – etapy manipulacyjnej gry prowadzonej przez Jacka wobec Mai i dyplomantów – wymaga dłuższego namysłu (10') i przedyskutowania w grupach.

Dlatego nauczyciel dzieli klasę na zespoły 4-5 osobowe i prosi o opracowanie tematu (z wykorzystaniem przykładów/cytatów z filmu). Młodzież nie musi nazywać metod wywierania wpływu, powinna skupić uwagę na przebiegu akcji. Z pomocą prowadzącego lidera przedstawiają wyniki ustaleń na forum klasy, a jedna osoba zapisuje je na tablicy, np.:

I – wybór ofiary

II – nowy casting (wprowadzenie zamieszania i napięcia: każdy student miał przygotować jedną scenę, nie wszyscy zdążyli, w tym Maja zarywająca noce w barze, czytając kwestie z kartki wie, że nie wypadła najlepiej, nie ma większej nadziei na rolę)

III – zacieśnienie związków z ofiarą, zaoferowanie wsparcia, wręczenie listy obsady z nieobsadzoną rolą Lady Makbet, zaoferowanie wyboru („nieoczekiwane” spotkanie w barze: „to nie jest miejsce dla ciebie”, „nie ma żadnego fatum”, „daj sobie szansę”), wywołanie silnych emocji (Maja płacze szorując toaletę). Jak zachowa się dziewczyna?

IV – początek konfliktowania grupy (Maja informuje o „decyzji” obsadowej – to ona zagra żonę Makbeta, „traci” przyjaciółkę Anię, typowaną do tej roli, studentka zastrzega wprawdzie, że „jedna rola nie zmieni jej planów”, ale wszyscy zdają sobie doskonale sprawę, że udany dyplom to przepustka do kariery.

V – weryfikacja manipulanty: mistrzowskie rozegranie sytuacji (dotknięta Ania sprawdza przeszłość nowego opiekuna, szuka jego słabych stron i znajduje – okazuje się, że powodem jego „zniknięcia” z życia publicznego było samobójstwo jednej z aktorek grających w prowadzonym przez niego widowisku (też w „Makbecie”). Dziewczyna jest pewna, że „facet wyleci”, jednak Jacek, jak przystało na zręcznego gracza i aktora, wykorzystuje demaskację na swoją korzyść: wyjawia „prawdę”, przedstawia się jako „ofiara” bezpodstawnych oskarżeń, udaje, że nie ma nic do ukrycia i na dowód swojej niewinności

proponuje nagrywanie wszystkich prób do spektaklu. Nawet pani dziekan w roli arbitra staje po stronie reżysera, choć jej komentarz – (dwuznaczny!): „jesteście w dobrych rękach” brzmi mało przekonująco. Wydaje się, że i ona „jest w sidłach” manipulatora.

UTRATA
RÓWNOWAGI

VI – podsycanie huśtawki emocjonalnej w Mai (ujawnienie prawdy z przeszłości Jacka niepokoi bohaterkę, wywołuje jej zakłopotanie, niepewność, co rzutuje na jej grę – wypada słabo w roli Lady Makbet manipulującej mężem, sprowokowana przez reżysera w czasie próby bije Makbeta (swojego chłopaka!)

w twarz. To podwójne kodowanie (życiowe i sceniczne) rozstraja studentkę i jeszcze bardziej uzależnia od mentora.

VII – wyłączenie z grupy, presja reguły wzajemności (pod pretekstem przymiarki kostiumów Jacek aranżuje spotkanie z Mają sam na sam, odkrywa przed nią swoją „prawdziwą twarz” rozbitego wewnętrznie człowieka, który nie przepracował traumy „winy” za śmierć aktorki, wzbudza w niej żal i współczucie, a nawet gotowość pomocy. Role się odwracają – teraz dziewczyna czuje się ważna i potrzebna, ale nie za darmo... „Co musisz wiedzieć? WSZYSTKO. Nieświadoma pułapki, w jakiej się znalazła, Maja odsłania

sekrety swoich przyjaciół (m.in. Kuby), co daje manipulantowi przewagę nad grupą i możliwość rozgrywania jej członków na swoją korzyść. Zdradzając kolegów, stając po stronie nauczyciela, tylko pozornie wzmacnia swoją pozycję. W rzeczywistości zostaje uwikłana w toksyczną relację, staje się ofiarą-zabawką w rękach wytrawnego gracza.

VIII – budowanie fałszywej siły ofiary-testowanie granic wpływania na drugą osobę (Maja gra coraz lepiej, czuje się silna, ale wie, że w dramacie Szekspira bohaterka się załamuje, popada w szaleństwo i znika ze sceny. Zaciera się granica między sceną a życiem. Jacek proponuje, żeby sama dopisała ciąg

dalszy... Podpuszcza ofiarę. Przeprowadza kolejny test, żeby sprawdzić stopień zależności ofiary. I Maja, która zatraciła granice między życiem a teatrem, zmienia priorytety, zaniedbując pracę w barze i

koncentrując się na próbach, w końcu włącza kamerę, wysyła esemesa („Już wiem, co się z nią [LadyMakbet] stało. Zostawiłam ci nagranie na kamerze”) zakłada sobie sznur na szyję i o mały włos nie traci życia... Dlaczego to robi? Bo chce być profesjonalistką? Bo chce zasłużyć na pochwałę mentora? Bo chce pokazać, że potrafi pójść krok dalej?

IX - napędzanie huśtawki emocjonalnej, nastawianie członków grupy przeciwko sobie (Jacek ponownie zmienia koncepcję dyplomu, tym razem na korzyść Mai, wysuwając jej postać na pierwszy plan, rodzi to

konflikty z kolegami i partnerem (Makbetem), który poważnie myśli o zawodzie aktora i któremu bardzo zależało na głównej roli w przedstawieniu dyplomowym, w efekcie dziewczyna jest przybita, nie wie, co robić, płacze się w sieci zastawionej przez nauczyciela, w końcu ujawnia przyjaciołom swoje obawy irozterki.

UTRATA
RÓWNOWAGI

IX – szukanie nowej ofiary, wprowadzanie negatywnych bodźców, rozbijanie solidarności (kolejną ofiarą Jacka będzie niepokorny, ale zdolny Kuba, ciągle spóźniający się na zajęcia i destabilizujący pracę mentora, który ujawni publicznie tajemnicę chłopaka, zdradzoną mu przez Maję podczas nocnych zwierzeń. Nieoczekiwanie zyska w Kubie sojusznika, kiedy pochwali go za lepszą grę w silnych emocjach ("Byłeś świetny!"), ale doprowadzi dziewczynę do obnażenia prawdziwej natury Jacka. To moment przełomowy w konflikcie między studentami i ich opiekunem.

X – Dyplomanci domagają się przerwania prób i interwencji dziekana, ale nie ma wśród nich jedności. Poraz kolejny wygrał manipulator, unikając odpowiedzialności za naruszenie granic prywatności i przemocowe metody prowadzenia zajęć

XI – ukaranie ofiary, dalsze antagonizowanie grupy (reżyser odbiera Mai główną rolę, powierzając ją Ani, kiedy dziewczyna desperacko walczy, nie daje za wygraną i zamyka konkurentkę na dachu uczelni, a następnie ujawnia kolegom całą intrygę Jacka, ten kompromituje ją przed wszystkimi: mówi, że sama wpisała się na liście obsadowej oraz że wymuszała na nim dodatkowe próby. W tych działaniach widać spryt i przebiegłość artysty, którego nie tak łatwo zdemaskować.

XII – przejrzanie metod manipulanta i ich odsłonięcie za pomocą intrygi (studentka rozpracowała taktykę reżysera i chce ją opisać w liście do władz, nieoczekiwanie natrafia na opór przyjaciół, którym bardziej zależy na dyplomie niż na prawdzie, sama więc wymyśla intrygę – nagrywa rozmowę z opiekunem i zanoszi jako dowód do pani dziekan, tymczasem agresor próbuje ratować swą pozycję dyskredytując zarówno Maję, jak i Ankę: przed samym występem krytykuje, obnaża ich słabości, konfliktuje, doprowadzając do zaaranżowanej przez bohaterkę tragedii, która go obciąży jako osobę odpowiedzialną za bezpieczeństwo podopiecznych. We wnioskach podkreślamy bezkarność manipulanta, znową milczenia wokół jego praktyk (dziekan zareagowała dopiero, kiedy doszło do wypadku i przemocy) oraz desperację Mai i cenę, jaką zapłaciła za walkę za prawdę.

6. W ostatniej fazie lekcji (albo na kolejnej godzinie) zastanawiamy się nad związkami między życiem a sceną, historią Mai i Lady Makbet, wykorzystując dotychczasowe ustalenia (podwójne kodowanie) i odwołując się do znajomości lektury (dyskusja kierowana), np.:

- zarówno wystawiana sztuka, jak i zarysowana w filmie sytuacja traktują o władzy, jej pokusach i zagrożeniach;

UTRATA
RÓWNOWAGI

- obydwie postaci ulegają przemianie, tylko kierunek i dynamika zmiany są odwrotne: z żadnej władzy, silnej i ambitnej manipulatrix żona Makbeta, odsunięta przez męża, samotna i niekochana popada w obłąd (kompulsywne mycie rąk z krwi) i popełnia samobójstwo; z kolei na początku niepewna siebie Maja, przeżywająca kryzys tożsamości, szukająca swego miejsca w zawodzie, czyli tak naprawdę w życiu, typowa „ofiara” manipulatora wzmacnia się po porażkach, uczy na błędach, ale i metodach przeciwnika, by w finale, stosując nieetyczne chwyt, dojść do celu;
- Maja „dopisuje”, zgodnie z sugestią mentora, ciąg dalszy losów Lady Makbet: nie zginie, czyli nie podda się, lecz dopełni zemsty i wymierzy sprawiedliwość;
- praca nad tekstem Szekspira kształtuje bohaterkę, zwłaszcza te wypowiedzi żony, w których dochodzi do głosu jej manipulatorska natura, Maja staje się pilną uczennicą Szekspirowskiej femme fatale, planując pułapkę i bezwzględnie rozgrywając ostatnią scenę.
- Lady Makbet przegrywa, natomiast „zwycięstwo” bohaterki okupione jest cierpieniem koleżanki, która trafia do szpitala z połamanymi nogami. Dyplom zostaje wstrzymany, ale sprawiedliwości staje się zadość: tym razem pani dziekan nie daje wiary słowom Jacka, posiada wszak nagranie-dowód w sprawie o manipulację i zastraszanie studentów;
- ważnym toposem obecnym w „Makbecie” i Utracie równowagi jest motyw theatrum mundi - świata jako teatru, życia jako gry na scenie, a ludzi w roli aktorów. W dramacie Szekspira pojawia się on w monologu króla tuż po otrzymaniu wiadomości o śmierci żony. Makbet wyraża w nim gorzkość człowieka oszukanego przez los, któremu wydawało się, że kontroluje swoje życie, tymczasem okazał się zabawką w rękach sił zła. Co gorsza, marionetką świadomą i w pełni odpowiedzialną za swoje decyzje. Na taką zabawkę-ofiarę w rękach demiurgicznego nauczyciela (w filmie Bojanowskiego) wyznaczona zostaje Maja. Inaczej jednak niż u Szekspira, doprowadza do zamiany miejsc. W finale to ona pociąga za sznurki. Z marionetki przeobraża się w reżysera.
- ciekawym przejawem intertekstualności jest też wykorzystanie motywu krwi: w renesansowej tragedii krew staje się wiodącym tematem, „Makbet” zaczyna i kończy się rzezią, jak pisał znany szekspirolog, profesor Jan Kott, w krwi, której nie można się pozbyć, unurzany jest cały świat. Krew to również klucz do zrozumienia choroby Lady Makbet (mania natręctw), jej ciągłego lęku i wyrzutów sumienia.

UTRATA
RÓWNOWAGI

A w filmie? Na znaczenie tego motywu naprowadza nas skaleczona podczas pracy w barze ręka Mai, potem pojawia się krew jako element charakteryzacji Lady Makbet, której bohaterka nie ściera dokładnie z włosów i twarzy. Co to znaczy? Może trwałe rany-ślady w psychice ofiary i innych osób zamieszanych w grę Jacka. Odnosimy wrażenie, że po spotkaniu z toksycznym opiekunem Maja i jej przyjaciele nie będą już tacy sami jak przedtem. Nie wiadomo, jaka czeka ich przyszłość, co z przedstawieniem dyplomowym...

- na trop symbolicznego znaczenia motywu krwi naprowadza nas plakat do filmu, którego analizę możemy zadać do domu albo omówić na lekcji, np.:

- Na plakacie Lady Makbet ma twarz Mai, po której spływa krew. Korona na jej głowie zostaje otwarta, odsłaniając wnętrze, w którym widzimy twarz Jacka - przemocowego reżysera spektaklu dyplomowego, manipulatora, który, jak Lady Makbet nad mężem, przejmuje kontrolę nad poczynaniami bohaterki, „siedzi w jej umyśle”. Na górze korony widzimy nogi Mai, która usiłuje zachować równowagę (aluzja do tytułu filmu), balansując na ostrych, spiczastych wierzchołkach pokrwawionego królewskiego insygnium. Za pomocą plastycznego skrótu plakat oddaje główny problem filmu, jakim jest władza demiurgicznego reżysera Jacka nad studentką (i odtwórczynią roli Lady Makbet) – Mają.

7. Na koniec zajęć warto poprosić wychowanków o wyrażenie w jednym zdaniu swojej opinii na temat wartości przekazu filmowego dla siebie/dla młodego człowieka wchodzącego w dorosłość. Uczniowie mogą to zapisać na karteczkach, zachowując anonimowość, albo podzielić się z innymi na forum klasy.

8. Alternatywna praca domowa:

Napisz „Jak dalej potoczą się, Twoim zdaniem, losy Mai?”

Forma dowolna



UTRATA
RÓWNOWAGI



SCENARIUSZ LEKCJI WYCHOWAWCZEJ

(ew. lekcji edukacji zdrowotnej)
dla uczniów szkół ponadpodstawowych ,
szczególnie dla klas starszych, 4 liceum/5
technikum.

TEMAT: UTRATA RÓWNOWAGI, CZYLI KTO WYGRAŁ TĘ "GRĘ" – NAUCZYCIEL CZY UCZEŃ. HISTORIA RELACJI I GIER EMOCJONALNYCH POMIĘDZY BOHATERAMI FILMU UTRATA RÓWNOWAGI KORKA BOJANOWSKIEGO.

AUTOR: BEATA BADZIUKIEWICZ

CELE LEKCJI:

Po lekcji uczeń powinien:

- umieć scharakteryzować i ocenić przedstawione w filmie postawy studentów i ich;
- spróbować wskazać i nazwać motywy kierujące postępowaniem bohaterów filmowych; wiedzieć, czym jest manipulacja w relacjach międzyludzkich oraz rozpoznawać jej symptomy i mechanizmy w filmie/życiu;
- dostrzegać wpływ przemocowych oddziaływań na zachowania drugiej osoby;
- umieć określać i nazywać reguły i zasady regulujące relacje między ludźmi, a w szczególności między nauczycielem a uczniem;

METODY I FORMY PRACY:

- burza mózgów; dyskusja kierowana; samodzielne korzystanie z Internetu i innych źródeł, wyszukiwanie informacji, sporządzanie notatek, prezentacja na forum klasy zebranych informacji; pogadanka
- przygotowanie do lekcji – praca domowa: prosimy uczniów, żeby przygotowali na lekcję informacje o osobach, które obserwują w mediach społecznościowych z wyjaśnieniem, dlaczego wybrały akurat te osoby i czego się od nich dowiadują, jaki mają na nich wpływ, czego się od nich uczą
- praca w grupach;
- interpretowanie scen filmowych;
- formułowanie wniosków.

UTRATA
RÓWNOWAGI

ŚRODKI DYDAKTYCZNE:

film Korka Bojanowskiego, Utrata równowagi Polska 2024;
materiały internetowe do filmu i o filmie:

<https://www.ofeminin.pl/swiat-kobiet/anna-paliga-oskarza-lodz-ka-filmowke-bicie-i-zastraszanie-jako-norma/1pb5h7s>

<https://www.filmawka.pl/utrata-rownowagi/>

<https://naekranie.pl/recenzje/utrata-rownowagi-recenzja-filmu-gdynia-2024>

<https://film.interia.pl/raport-gdynia-festiwal-filmowy/news--utrata-rownowagi-tak-lamano-aktorow-w-szkolach-filmowych-w-k,nld,7820520>

[https://www.filmweb.pl/film/Więzienny eksperyment \(2015\) - Filmweb](https://www.filmweb.pl/film/Więzienny_eksperyment_(2015)_-Filmweb)

POJĘCIA KLUCZOWE:

manipulacja, relacja nauczyciel i uczeń, decyzyjność, asertywność, pojęcie sukcesu i drogi do jego osiągnięcia, przyjaźń, lojalność

CZAS:

Zajęcia przewidziane są na 1-2 lekcje (scenariusz ma strukturę modułową, co pozwala nauczycielowi wybierać do realizacji jego fragmenty, łączyć ćwiczenia w zależności od poziomu i zainteresowań klasy oraz od tego jak nauczyciel chciałby poprowadzić lekcję wychowawczą)



UTRATA
RÓWNOWAGI

PRZEBIEG LEKCJI (PO OBEJRZENIU PRZEZ UCZNIÓW FILMU UTRATA RÓWNOWAGI I ZADANIU PRACY DOMOWEJ):

1. ROZMOWA KIEROWANA

Na początku lekcji prosimy uczniów, żeby podzielili się wrażeniami z filmu i określili jego problematykę.

Pozwalamy uczniom na formułowanie własnych opinii bez oceniania czy korygowania, tak aby ich zachęcić do swobodnych wypowiedzi.

Możemy wspierać dyskusję podpowiadając uczniom zagadnienia:

- relacje między studentami;
- relacje między opiekunem dyplomu i studentami;
- walka o role w spektaklu, jako walka o sukces;
- wchodzenie w dorosłość: trudności i zagrożenia;
- zawód aktora, blaski i cienie;
- manipulacja, jej formy, mechanizmy i skutki;
- potrzeba sukcesu i uznania;
- podejmowanie życiowych decyzji - o własnej przyszłości (konsekwencje)

2. ROZPOCZYNAMY DYSKUSJĘ DOTYCZĄCĄ RELACJI NAUCZYCIEL – UCZEŃ:

- czego oczekujemy od nauczycieli (kim powinni być dla ucznia, jakimi wartościami powinni się kierować, czego uczyć itd.)
- czego oczekujemy od uczniów (w tym wypadku studentów), jaka jest ich rola w procesie uczenia, jakich wartości od nich oczekujemy, czym powinni się kierować w relacji nauczyciel-uczeń;
- jak nasi uczniowie spostrzegają relację pokazaną w filmie (pomiędzy nauczycielem a studentami), czy ich zdaniem zostały przekroczone normy i w których momentach;
- jak oceniają relacje pomiędzy studentami: na początku filmu wydaje się, że tworzą paczkę przyjaciół, są pary, mieszkają ze sobą, co się z nimi dzieje w trakcie przygotowań do przedstawienia dyplomowego?
- jakimi wartościami kierowali się bohaterowie filmu;
- jakie są/powinny być granice między nauczycielem a uczniem, czy powinny być, do czego służą

Jeśli zajdzie taka potrzeba możemy wyjaśnić uczniom okoliczności, które zainspirowały twórców do zajęcia się tematem nadużyć w szkołach aktorskich:

UTRATA
RÓWNOWAGI

studentka Anna Paliga oskarżyła łódzką Szkołę Filmową o mobbing, który przejawiał się przekonaniem, że młodych trzeba “łamać”, że można ich obrażać, używać przemocy psychicznej i fizycznej, przekraczać ich granice, a wszystko po to, żeby “zostali lepszymi aktorami”. Po ujawnieniu tej historii wiele znanych aktorów i aktorek zaczęło opowiadać swoje wspomnienia z tego czasu. Możemy zachęcić uczniów do wyszukania tych wypowiedzi i razem z nimi je skomentować (np. niektóre z tych osób mówią o upokorzeniu, lęku, a ostatecznie rezygnacji ze szkoły).



3. ROZMOWA O AUTORYTETACH

Rozpoczynamy burzę mózgów dotyczącą tematu, kto współcześnie jest autorytetem dla młodego człowieka?

Kto im - naszym uczniom - mówi, jak żyć?

Kogo naśladują? Kogo słuchają?

Zapraszamy ich do przedstawienia swoich propozycji, mogą to być osoby z rodziny, nauczyciele, trenerzy, instruktorzy, osoby duchowne albo osoby ze świata mediów społecznościowych, influencerzy.

Szczególnie w przypadku tych ostatnich wzorców pamiętajmy, żeby nie oceniać, nie deprecjonować tych wypowiedzi, tylko z ciekawością podejść do tego, co mówią nasi uczniowie. Warto dopytać na ile ufają informacjom, które są podawane w Internecie, czy je sprawdzają, weryfikują, co decyduje, że mają zaufanie do tych konkretnych osób.

Ta praca może być realizowana w małych grupach, gdzie uczniowie wymieniają się między sobą zebranymi informacjami, a potem przedstawiciel grupy prezentuje na forum o czym rozmawiali albo każdy uczeń sam przedstawia swoje autorytety).

Dopytujemy dlaczego te osoby są dla nich ważne, czemu im ufają, czym się kierują obserwując lub słuchając danej osoby?

UTRATA
RÓWNOWAGI

4. NAUCZYCIEL – JEGO ROLA W KSZTAŁTOWANIU POSTAW MŁODYCH LUDZI

- Zbieramy spostrzeżenia o Jacku: co zaobserwowali, jak go na początku oceniali, co zdaniem próbował osiągnąć ze studentami.
- Czy od początku miał posłuch i autorytet, czy studenci byli mu posłuszni, czy próbowali zasłużyć na jego uwagę i względy.
- Jak układały się jego relacje z poszczególnymi osobami. Na podstawie tych wypowiedzi dopytujemy naszych uczniów o to:
 - Skąd wiedzą, komu mogą zaufać?
 - czy mieli takie sytuacje, że zaufali komuś, kto potem okazał się niegodny tego zaufania. Jak teraz wspominają co sprawiło, że poczuli to zaufanie, czym się kierowali.
 - I w drugą stronę: czy spotkali takie osoby, które na początku wzbudziły ich niechęć czy nieufność, a potem okazało się, że się mylili? I w tym wypadku co kierowało ich pierwszym wrażeniem, a co sprawiło, że zmienili zdanie?

6. DROGA DO SUKCESU:

Analizujemy z klasą historię głównej bohaterki Mai, która jest ambitna i pracowita, startuje w castingach i dorabia po godzinach jako barmanka. Pomimo słów uznania i tak nie otrzymuje roli. Planuje zmienić kierunek studiów na marketing i zarządzanie. Planuje otworzyć swój własny bar. I nagle dostaje główną rolę żeńską w sztuce dyplomowej. Zastanawiamy się z uczniami co tu się wydarzyło, skąd to wyróżnienie. Jak to się stało, że Maja otrzymuje taką szansę?

Czy to jest sukces?

Czym jest sukces?

Co się składa na sukces, jakie elementy?

Kto według naszych uczniów jest osobą, która osiągnęła sukces? (naukowcy, pisarze, aktorzy, piosenkarze, sportowcy itd.)

Co dla nich oznaczałoby osiągnięcie sukcesu?

Czy każdy musi osiągnąć sukces i dlaczego tak/dlaczego nie?

- Uczniowie mogą zastanawiać się indywidualnie, możemy też zaproponować pracę w grupach.

7. MANIPULACJA

Zaczynamy od definicji czym jest manipulacja – prosimy uczniów, żeby sami najpierw wymyślili, jak rozumieją to pojęcie, mogą podać przykłady, a następnie możemy przeczytać definicję:

UTRATA
RÓWNOWAGI

- Zbieramy spostrzeżenia o Jacku: co zaobserwowali, jak go na początku oceniali, co zdaniem próbował osiągnąć ze studentami.
- Czy od początku miał posłuch i autorytet, czy studenci byli mu posłuszni, czy próbowali zasłużyć na jego uwagę i względy.
- Jak układały się jego relacje z poszczególnymi osobami. Na podstawie tych wypowiedzi dopytujemy naszych uczniów o to:
 - Skąd wiedzą, komu mogą zaufać?
 - czy mieli takie sytuacje, że zaufali komuś, kto potem okazał się niegodny tego zaufania. Jak teraz wspominają co sprawiło, że poczuli to zaufanie, czym się kierowali.
 - I w drugą stronę: czy spotkali takie osoby, które na początku wzbudziły ich niechęć czy nieufność, a potem okazało się, że się mylili? I w tym wypadku co kierowało ich pierwszym wrażeniem, a co sprawiło, że zmienili zdanie?

6. DROGA DO SUKCESU:

Analizujemy z klasą historię głównej bohaterki Mai, która jest ambitna i pracowita, startuje w castingach i dorabia po godzinach jako barmanka. Pomimo słów uznania i tak nie otrzymuje roli. Planuje zmienić kierunek studiów na marketing i zarządzanie. Planuje otworzyć swój własny bar. I nagle dostaje główną rolę żeńską w sztuce dyplomowej. Zastanawiamy się z uczniami co tu się wydarzyło, skąd to wyróżnienie. Jak to się stało, że Maja otrzymuje taką szansę?

Czy to jest sukces?

Czym jest sukces?

Co się składa na sukces, jakie elementy?

Kto według naszych uczniów jest osobą, która osiągnęła sukces? (naukowcy, pisarze, aktorzy, piosenkarze, sportowcy itd.)

Co dla nich oznaczałoby osiągnięcie sukcesu?

Czy każdy musi osiągnąć sukces i dlaczego tak/dlaczego nie?

- Uczniowie mogą zastanawiać się indywidualnie, możemy też zaproponować pracę w grupach.

7. MANIPULACJA

Zaczynamy od definicji czym jest manipulacja – prosimy uczniów, żeby sami najpierw wymyślili, jak rozumieją to pojęcie, mogą podać przykłady, a następnie możemy przeczytać definicję:

UTRATA
RÓWNOWAGI

Manipulacja to działanie, które ma na celu wpłynięcie na myśli, emocje, przekonania i zachowania innych osób w sposób, który nie jest dla nich całkowicie świadomy i który nie jest zawsze w ich najlepszym interesie. Manipulacja może przybierać różne formy, w zależności od kontekstu i celu osoby manipulującej. Poniżej przedstawiam podział manipulacji na kategorie oraz rodzaje manipulacji, które są powszechnie stosowane w interakcjach międzyludzkich. Dzielimy klasę na zespoły, każdej przydzielamy jeden sposób manipulacji (możemy wybrać kilka), prosimy, żeby zapoznali się z treścią, a następnie wymyślili przykłady, jak taka manipulacja mogłaby wyglądać. Jeśli są podane przykłady niech znajdą swój dodatkowy. Następnie cała klasa szuka pomysłu czy i jak można by się bronić przed taką manipulacją.

A. MANIPULACJA EMOCJONALNA

Manipulacja emocjonalna polega na wywoływaniu u innych osób emocji, które sprawiają, że podejmują decyzje lub działają w sposób, który nie wynika z ich racjonalnego myślenia, ale z nacisku na ich uczucia.

Rodzaje manipulacji emocjonalnej:

- Szantaż emocjonalny: Manipulant wywołuje u ofiary poczucie winy, wstydu lub lęku, by skłonić ją do podjęcia pożądanego decyzji. Na przykład: „Jeśli mnie naprawdę kochasz, to zrobisz to dla mnie.”
- Gaslighting: Polega na wprowadzaniu drugiej osoby w stan wątpliwości co do jej własnych odczuć, percepcji i zdrowego rozsądku. Celem jest osłabienie poczucia własnej wartości i zaufania do siebie, podważanie kompetencji.
- Wykorzystywanie empatii: Manipulant może wykorzystać wrażliwość drugiej osoby, by wywołać współczucie i uzyskać coś na jej koszt. Na przykład osoba może celowo przedstawiać siebie jako ofiarę, by zyskać pomoc lub zrozumienie.

B. MANIPULACJA POZNAWCZA

Manipulacja poznawcza wpływa na sposób, w jaki osoby postrzegają rzeczywistość i interpretują zdarzenia.

Rodzaje manipulacji poznawczej:

- Przemilczanie informacji: Manipulant celowo pomija ważne szczegóły, które mogłyby zmienić sposób postrzegania sytuacji przez drugą osobę. Może to dotyczyć np. ukrywania konsekwencji jakiejś decyzji.
- Zniekształcanie rzeczywistości: Osoba manipulująca może przedstawiać wydarzenia lub fakty w sposób, który jest niezgodny z rzeczywistością, aby uzyskać pożądanego efekt. Przykładem może być tzw. „prawda na pół”, gdzie pewne fakty są podane w sposób, który nie oddaje pełnego obrazu.

UTRATA
RÓWNOWAGI

- Próba wymuszenia zgody: Polega na powtarzaniu tej samej informacji, aż druga osoba zacznie wierzyć w coś, co nie jest zgodne z rzeczywistością, lub zaakceptuje zdanie manipulanta.

C. MANIPULACJA SPOŁECZNA

Manipulacja społeczna to wykorzystywanie relacji międzyludzkich do osiągania własnych korzyści, często kosztem innych. Rodzaje manipulacji społecznej:

- Wywieranie presji grupowej: Manipulant stara się wymusić na innych osobach działanie w sposób zgodny z oczekiwaniami grupy, nawet jeśli nie czują się one komfortowo w tej sytuacji. Może to obejmować np. zachęcanie do działania wbrew własnym przekonaniom.
- Przeinaczanie opinii publicznej: Manipulowanie postrzeganiem opinii większości w celu przekonania jednostki do określonego zachowania lub decyzji. Może to polegać na sztucznym tworzeniu wrażenia, że coś jest powszechnie akceptowane lub oczekiwane.
- Kultywowanie zależności: Manipulant może próbować uzależnić osobę od siebie, np. oferując ciągłą pomoc, ale jednocześnie podkreślając, że tylko on może coś zrobić lub pomóc w danej sytuacji. Celem jest uzyskanie kontroli nad decyzjami i życiem drugiej osoby.

D. MANIPULACJA WERBALNA

Manipulacja werbalna polega na używaniu języka w sposób, który ma na celu wywołanie określonych emocji lub przekonanie drugiej osoby do czegoś.

Rodzaje manipulacji werbalnej:

- Kłamstwa i półprawdy: Osoba manipulująca może celowo wprowadzać drugą stronę w błąd, używając kłamstw lub półprawd, które mają na celu oszukanie drugiej osoby lub zniekształcenie jej postrzegania sytuacji.
- Sugestie i implikacje: Manipulant może sugerować pewne rzeczy, nie wyrażając ich wprost, ale dając do zrozumienia, co powinno się wydarzyć. Może to obejmować subtelny presję, by druga osoba podjęła określoną decyzję.
- Odwodzenie od odpowiedzialności: Często stosowana technika, polegająca na obwinianiu innych za własne niepowodzenia lub decyzje, by zrzucić odpowiedzialność na innych.

UTRATA
RÓWNOWAGI

E. MANIPULACJA PRZEZ KONTROLOWANIE DOSTĘPU DO ZASOBÓW

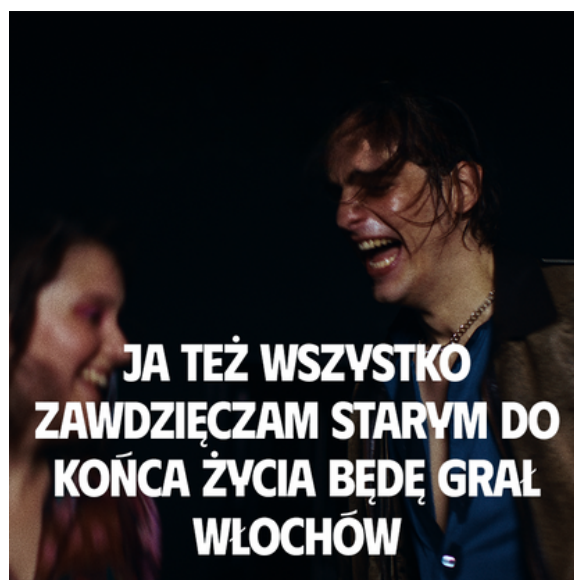
Manipulacja tego typu polega na kontrolowaniu dostępu do czegoś, co jest dla drugiej osoby ważne, np. pieniędzy, informacji, czasu czy emocji.

Rodzaje manipulacji przez kontrolowanie zasobów:

- Zatrzymywanie informacji: Osoba manipulująca może kontrolować przepływ informacji, nie dzieląc się ważnymi faktami, które mogą wpłynąć na decyzje innych.
- Ograniczanie dostępu do wsparcia: Manipulant może celowo ograniczać dostęp do pomocy, wsparcia emocjonalnego lub finansowego, aby druga osoba była bardziej zależna od jego decyzji lub pomocy.
- Kontrola nad czasem: Manipulacja może polegać na tym, że jedna strona kontroluje czas, w którym druga osoba może podejmować decyzje lub działać, zmuszając ją do działania w określonym momencie.

Manipulacja w relacjach międzyludzkich jest złożonym zjawiskiem, które może przybierać różne formy w zależności od intencji i celów manipulanta. Istotne jest, aby być świadomym takich działań, zarówno w roli osoby manipulującej, jak i manipulowanej, by unikać szkód emocjonalnych i psychologicznych.

Ważne jest też, by w przypadku manipulacji w relacjach międzyludzkich szukać pomocy, by zbudować zdrowe i oparte na zaufaniu więzi.



UTRATA
RÓWNOWAGI

8. ĆWICZENIA DOTYCZĄCE MANIPULACJI

Rozpoznawanie manipulacji w codziennych sytuacjach

Rozwijanie umiejętności rozpoznawania manipulacji w życiu codziennym.

Przedstawiamy uczniom

krótkie scenki przedstawiające sytuacje, w których może dochodzić do manipulacji emocjonalnej, poznawczej, werbalnej itd. (nauczyciel na podstawie podanych przykładów może sam wymyślić sytuacje bardziej pasujące do jego uczniów). Uczniowie pracują w grupach, analizując każdą scenkę i wskazując, jakiego rodzaju manipulacja może występować w danej sytuacji.

Scenka 1:

Kolega prosi Cię o pożyczkę na zakup czegoś, co nie jest bardzo pilne. Mówi: „Przecież znamy się już tyle lat, zawsze Ci pomogłem, teraz czas, abys ty mi pomógł. Jeśli teraz nie pożyczysz, nie wiem, czy będę mógł ci pomóc w przyszłości.”

Scenka 2:

Przyjaciół/przyjaciółka mówi: „Wiem, że to dla Ciebie ważne, ale jeśli mnie naprawdę lubisz, to wybierzesz teraz moją propozycję, bo ja wiem, co jest dla nas najlepsze.”

Scenka 3:

Koleżanka namawia cię na alkohol, a ty nie chcesz pić, argumentuje że: „przecież wszyscy to robią, wszyscy poszli na tę imprezę. Nie chcę się czuć, jakbym była dziwna. Jeśli nie pójdziesz, to na pewno będziesz mieć z naszą paczką problem.”

ALBO W POSTACI TAKICH WYPOWIEDZI:

1. „Jeśli nie pomożesz mi w tej sprawie, to nigdy już się do ciebie nie zwrócę z pomocą.”
2. „Jeśli mnie nie wspierasz, to znaczy, że wcale mi nie zależy.”
3. „Wiemy, że wszyscy ci mówią, że to złe, ale ja naprawdę uważam, że to najlepsze rozwiązanie.”
4. „Tylko ty potrafisz to zrobić dobrze, nikt inny się do tego nie nadaje, będziesz w tym najlepszy, jeśli

ALBO PRZYKŁADY SYTUACJI:

Sytuacja 1:

Twoja koleżanka regularnie prosi Cię o pomoc w nauce, ale nigdy nie odwzajemnia się, choć obiecała to robić. Zaczynasz odczuwać, że poświęcasz na to za dużo czasu, a ona nie traktuje tego poważnie. Jak powinieneś zareagować?

UTRATA
RÓWNOWAGI

Sytuacja 2:

Twój partner często manipuluje twoimi uczuciami, mówiąc, że jeśli ci zależy, to zawsze zrobi to, o co go prosisz. Często nie bierze pod uwagę Twoich potrzeb. Jak powinieneś postępować w tej sytuacji?

Sytuacja 3:

Twój kolega w klasie przekonuje cię, byś podjął decyzję w sposób, który jest dla niego korzystny, obiecując, że to będzie dla ciebie najlepsze. Jednak po chwili orientujesz się, że nie bierze pod uwagę Twojego zdania. Jaką strategię obrony przyjąć?

ZADANIE:

Uczniowie w grupach analizują, które z tych scenek zawierają manipulację i określają jej typ (np. szantaż emocjonalny, presja grupy, wykorzystywanie empatii). Następnie prezentują swoje odpowiedzi i uzasadniają je przed klasą.

9. PROPONUJEMY DYSKUSJĘ:

- na czym polegała manipulacja przeprowadzona przez Jacka wobec Mai i jej kolegów
 - proponujemy pracę w małych grupach: jak nauczyciel manipulował studentami, jakich używał metod, kogo wyróżniał, kogo konfliktował, komu i co sugerował itd.

Następnie na forum klasy każda grupa przedstawia swoją pracę i jeśli jest taka potrzeba możemy rozpocząć dyskusję lub podsumować pracę naszych uczniów.

(Pamiętamy, że Jacek wyróżnia poszczególnych studentów, chwali ich, daje im odczuć, że są wyjątkowi, a później mówi, że się pomylił, że nic nie potrafią. Daje Mai karteczkę z rolami wiedząc, że skorzysta z okazji, żeby wpisać siebie do roli Lady Makbet. Mówi jej, że bar to nie miejsce dla niej, że powinna być na scenie, zwraca ją z drogi rezygnacji z zawodu aktora. Jacek popycha swoich studentów do przeżywania silnych emocji, nastawia ich przeciwko sobie, wyróżnia pojedyncze osoby, zbliża się do nich pozornie otwierając się przed nimi, dzieląc się swoimi przeżyciami sprawia, że mogą poczuć się ważne i potrzebne. Wyróżniając Maję wyciąga od niej zwierzenia dotyczące kolegów, a potem wykorzystuje tę wiedzę do manipulowania ich emocjami (historia śmierci brata Kuby). Jacek mówi Mai, że jest świetna a potem jej to odbiera dając tę samą rolę Ance, a później Ance mówi, że nigdy nie będzie tak dobra, jak jej matka...

Mówi Mai, że jej chłopak w nią nie wierzy, nastawia ich przeciwko sobie.

UTRATA
RÓWNOWAGI

Jacek co chwila zmienia koncepcje związane ze sztuką, zmienia aktorów, role, zmienia treść sztuki, zakończenie - wplątuje studentów w konflikty i napięcia, co prowadzi do rozbicia jedności grupy. W momencie, kiedy Maja ujawnia manipulacje Jacka, ten odbiera ważność głosu ujawniając, że to ona wpisała siebie jako odtwórczynię roli Lady Makbet, co nastawia grupę przeciwko niej. Nie udaje jej się namówić kolegów do podpisania listu do władz uczelni).

Dopytujemy klasę, kto ponosi konsekwencje działań manipulantą: on sam czy „ofiara” jego działań?

Zdjęcie grupy studentów, gdzie Nel jest z boku, osamotniona

10. CZY ŁATWO ZMIENIĆ CUDZE ZACHOWANIE? JAK MOŻEMY WPŁYWAĆ NA ZACHOWANIE INNYCH LUDZI?

Bierzemy pod uwagę wyłącznie pozytywne przykłady, co możemy zrobić jeśli chcemy pozytywnie wpłynąć na inną osobę? Na przykład chcemy kogoś namówić, żeby zaczął się uczyć, zaczął dbać o siebie, zaczął uprawiać aktywności fizyczne albo bardziej dbał o siebie w relacjach itd.

Sposoby wywierania wpływu na inne osoby (wybrane)

- Komunikacja i perswazja: jasne, logiczne argumenty oraz skuteczne przekonywanie są podstawą wpływania na decyzje innych. Osoba, która potrafi przekonać drugą stronę do swojego punktu widzenia, zmienia w ten sposób jej zachowanie.
- Takt i empatia: Wyczucie w rozmowie i zdolność do dostosowania komunikacji do emocji i potrzeb rozmówcy często prowadzi do bardziej pozytywnego wpływu. Ludzie są bardziej skłonni zmieniać swoje zachowanie, gdy czują się zrozumiani i szanowani.
- Psychologowie opracowali różne techniki perswazji, takie jak tzw. „zasada wzajemności” (kiedy oferujemy coś innym, oni czują się zobowiązani odwzajemnić), „zasada społecznego dowodu słuszności” (ludzie są bardziej skłonni postępować w określony sposób, jeśli widzą, że inni robią to samo) czy „zasada autorytetu” (zachowanie osoby, która jest uznawana za autorytet, wpływa na innych).
- Motywowanie poprzez nagrody: Często stosujemy nagrody, by skłonić innych do zmiany zachowań.

Nagroda może być materialna (np. bonus w pracy) lub niematerialna (np. pochwała, uznanie). Dobre

rezultaty są częściej powtarzane, gdy są nagradzane.

- Pozytywne wzmocnienie: Chwaląc kogoś za pozytywne zachowanie, wzmacniamy to zachowanie i

zwiększamy prawdopodobieństwo, że zostanie ono powtórzone w przyszłości.

UTRATA
RÓWNOWAGI

- Zasada "małych kroków": małe zmiany prowadzą do większych: Ludzie mają tendencję do stopniowego zmieniania swoich nawyków, gdy zmiana jest wprowadzana w małych, łatwych do zaakceptowania krokach. Jest to metoda wykorzystywana np. w terapii behawioralnej czy w procesie wdrażania nowych strategii w firmach.
- Bycie przykładem: Często najskuteczniejszą metodą wpływania na innych jest po prostu bycie wzorem do naśladowania. Ludzie są bardziej skłonni do zmiany swojego zachowania, gdy widzą, że osoba, którą szanują, zachowuje się w określony sposób.
- Zasada społecznego dowodu: Ludzie mają tendencję do naśladowania zachowań innych, zwłaszcza tych, którzy są im bliscy lub postrzegani jako autorytety. Dlatego wpływając na innych, możemy używać przykładu osób, które zmieniły swoje zachowanie na pozytywne.
- Aktywne słuchanie: Często najskuteczniejszym sposobem wpływania jest uważne słuchanie drugiej osoby, zrozumienie jej potrzeb i obaw oraz dostosowanie swojego podejścia tak, aby mogła poczuć, że jej zdanie ma znaczenie.

Proponujemy dyskusję w klasie o tym, czy komuś z naszych uczniów udało się zmienić własne lub cudze zachowanie. Co na to wpłynęło? Czy łatwiej zmienić swoje czy cudze zachowanie?

Zmiana cudzych zachowań może być zarówno łatwa, jak i trudna, w zależności od sytuacji. Istnieje wiele sposobów wpływania na innych, takich jak perswazja, nagradzanie, modelowanie zachowań czy presja społeczna. Jednak efektywność tych działań w dużej mierze zależy od motywacji osoby, relacji z nią oraz jej gotowości do zmiany. Warto pamiętać, że zmiana zachowań często wymaga czasu, cierpliwości i delikatności, szczególnie jeśli chodzi o głęboko zakorzenione nawyki czy przekonania.

11. PYTANIE: KTO WYGRAŁ TĘ "GRĘ"?

Czy tą osobą był Jacek, który skłócił całą grupę i doprowadził studentów do skrajnych zachowań i emocji?

A może Maja, która doprowadziła do "obnażenia" metod Jacka, ale sprawiła, że Anka trafiła do szpitala, a koledzy nie wystawili przedstawienia dyplomowego?

Czy Maja się zmieniła?

Czy walcząc z Jackiem nie upodobniła się do niego?

Jak uczniowie oceniają tę przemianę?

Czy łatwo/trudno jest kogoś zmienić patrząc na sytuację przedstawioną w filmie?

Zdjęcie z filmu pokazujące starcie Schuchardta z Nel

UTRATA
RÓWNOWAGI

12. AMERYKAŃSKI EKSPERYMENT

Możemy poprzedni punkt rozwinąć przypominając najstraszniejszy amerykański eksperyment prof. Philipa Zimbardo inaczej Eksperyment Stanfordzki opowiedziany w filmie "Więzienny eksperyment" (dla chętnych).

Eksperyment Stanfordzki, przeprowadzony przez profesora Philipa Zimbardo w 1971 roku, miał na celu zbadanie, jak ludzie zachowują się w sytuacji presji. Do eksperymentu zaproszono 24 studentów, którzy zostali losowo przypisani do ról strażników lub więźniów i mieli funkcjonować w warunkach symulowanego więzienia.. Stworzono realistyczne warunki, w tym celę więzienną i mundury, a badanie miało trwać dwa tygodnie. Eksperyment szybko wymknął się spod kontroli: strażnicy stali się brutalni i sadystyczni, a więźniowie doświadczyli poważnego stresu i psychicznego upokorzenia. Z powodu rosnącej przemocy, eksperyment został przerwany po sześciu dniach. Eksperyment do tej pory budzi kontrowersje głównie z powodu braku etycznych standardów oraz wpływ na eskalację przemocy. Ponadto, eksperyment pokazał, jak łatwo można manipulować ludzkim zachowaniem w określonych warunkach, co wywołuje dyskusje na temat granic etyki w badaniach psychologicznych.

Możemy zaproponować klasie debatę dotyczącą pytania jak daleko można przesunąć ludzkie zachowania stwarzając warunki, którym osoby się podporządkują?



UTRATA
RÓWNOWAŻY

13. PODSUMOWANIE

Na koniec zajęć prosimy uczniów o wyrażenie swojej opinii dotyczącej wartości przekazu filmowego: czego można się dowiedzieć, nauczyć oglądając ten film. Czy pojawiają się im refleksje dotyczące funkcjonowania w świecie, również w świecie dorosłych. Czy ich zdaniem relacje w świecie zawodowym różnią się od relacji w świecie im znanym, czyli w społeczności nastolatków czy społeczności szkolnej?

Możemy o tym porozmawiać na forum klasy albo zostawić te pytania do przemyślenia samodzielnie.

O AUTORKACH:

MAŁGORZATA WIŚNIEWSKA

nauczycielka języka polskiego i wiedzy o kulturze w IX LO im. K. Hoffmanowej w Warszawie. Pionierka. edukacji filmowej w szkołach średnich, autorka materiałów metodycznych i edukacyjnych dla nauczycieli i uczniów, w tym scenariuszy lekcji filmowych i programu klasy kulturowo -filmowej w IX LO. Prelegentka i twórczyni cyklu filmowego Między tekstami kultury w kinie Muranów. Inicjatorka i współtwórczyni Ogólnopolskiego Festiwalu Filmowego 9 minut, który działa od 8 lat w IX LO i adresowany jest do uzdolnionych artystycznie uczniów szkół średnich.

BEATA BADZIUKIEWICZ

pedagog szkolny w warszawskim liceum, terapeutka, autorka artykułów, książek i materiałów dotyczących pracy z nastolatkami; osoba, która zaprasza do rozmowy, wspiera i wzmacnia młodych ludzi w rozumieniu siebie i własnej rzeczywistości, a w relacjach z innymi, również dorosłymi, w procesach komunikacyjnych, uważnym słuchaniu, zauważaniu i rozumieniu własnych potrzeb i umiejętności ich nazywania i wyrażania

IRENA KAMIŃSKA

Edukator filmowy, prelegentka, przez 15 lat prowadziła dział edukacji w Kino Świat. Twórczyni Edukacji Filmowej w kinie Muranów w latach 2000 do 2006. Autorka programów edukacyjny dla dzieci i młodzieży od wieku przedszkolnego po klasy maturalne.

UTRATA
RÓWNOWAGI

KONTAKT

POKAZY EDUKACYJNE MOŻESZ ZAMÓWIĆ W SWOIM NAJBLIŻSZYM KINIE
LUB POINFORMOWAĆ NAS, A MY ZORGANIZUJEMY KINO

Katarzyna Hardej
Specjalista ds. rezerwacji kin
dystrybucja@mowiserwis.pl
tel. 795 506 682

Justyna Basińska
Koordynatorka działu
jbasinska@mowiserwis.pl
tel. 887 874 916

FACEBOOK: <https://www.facebook.com/widzimisiewkinie/>
INSTAGRAM: <https://www.instagram.com/widzimisiewkinie/>
YOUTUBE: <https://www.youtube.com/@widzimisiewkinie795>
TIK TOK: https://www.tiktok.com/@widzimy_sie_w_kinie



UTRATA
RÓWNOWAŻY