



Filmoteka Szkolna

Fotografia jako sposób na rozwijanie samoświadomości, uważności na inne osoby, oraz empatii - lekcja wychowawcza poświęcona tematyce rozwijania inteligencji emocjonalnej wśród młodzieży z wykorzystaniem filmu „Rezerwat” w reż. Łukasza Palkowskiego - Materiały metodyczne

Jola Pisarek

ETAP EDUKACYJNY gimnazjalna, ponadpodstawowa

PRZEDMIOT godzina wychowawcza

CZAS 2 lub 3 godziny lekcyjne (w zależności od czasu, którym dysponuje nauczyciel)

Cel główny:

psychoedukacja w zakresie inteligencji emocjonalnej uczniów

Cele szczegółowe:

- rozwijanie kompetencji komunikacyjnych młodzieży
- rozwijanie inteligencji emocjonalnej i zdolności empatii młodzieży
- przyjrzenie się swoim pasjom i korzyściom osobistym oraz społecznym, które z nich wynikają
- zdobycie wiedzy o sposobach generowania emocji w fotografii i w filmie, czyli wzrost kompetencji medialnych młodzieży w zakresie rozumienia przekazu audiowizualnego

Metody pracy:

- Praca w grupach,
- Praca w parach,
- Dyskusja,
- Burza mózgów,
- Praca z materiałami pochodzącymi z serwisów filmowych,
- Robienie zdjęć.

Środki dydaktyczne:

- Film *Rezerwat* - zdjęcia i wybrane sceny
- Kadry z filmu – ze stron internetowych serwisów filmowych, np. http://www.filmpolski.pl/fp/index.php?galeria_filmu=1518389
- Aparaty fotograficzne lub komórki, albo jeden aparat fotograficzny, którym dysponuje nauczyciel
- Rzutnik multimedialny

Przebieg pierwszej lekcji:



1. Ćwiczenie integracyjne

Cel – integracja klasy i stworzenie odpowiedniej atmosfery do pracy z tematem postrzegania i rozumienia własnych emocji oraz emocji innych ludzi.

Na początku pierwszej godziny zajęć uczniowie mają za zadanie przywitać się z całą klasą, powiedzieć coś o sobie, przedstawić się wypowiadając swoje imię. Mają je jednak wypowiedzieć w taki sposób, żeby jak najlepiej wyrazić swój aktualny nastrój, emocje, których doświadczają w związku z warsztatem. Jeśli ktoś jest smutny wypowiada swoje imię w smutnym tonie, jeśli ktoś jest wesoły i ma mnóstwo energii w taki sposób przedstawia się grupie.

Po przedstawieniu się wszystkich uczniów nauczyciel podsumowuje ćwiczenie zadając klasie pytanie: Czy łatwo jest wyrazić swoje emocje, przekazać je innym? Jeśli tak/nie to, dlaczego? Jakie korzyści z wyrażania emocji płyną dla nas i dla naszego otoczenia? (istotne jest, aby nauczyciel skoncentrował się w podsumowaniu tego ćwiczenia na korzyściach wynikających z wyrażania własnych emocji oraz dostrzegania emocji u innych – tym sposobem zachęci młodzież do pracy i do ich swobodnego wyrażania emocji w trakcie zajęć).

Percepcja emocjonalna to umiejętność rejestrowania, obejmowania uwagą i rozszyfrowywania wiadomości emocjonalnych, gdy są wyrażane w różnych kontekstach obejmujących wyraz twarzy, ton głosu i dzieła sztuki. Ludzie, którzy umieją odbierać emocje, są lepiej poinformowani o swym środowisku, a więc mogą się do niego lepiej zaadaptować. Osoba, która potrafi odczytać subtelne wyrazy twarzy świadczące o irytacji, ma większe szanse, by poradzić sobie z potencjalnie konfliktową sytuacją społeczną, niż osoba, która nie ma umiejętności dostrzegania takich emocji.

Uwaga! Nauczyciel musi wziąć pod uwagę fakt, że nie wszystkim może udać się to ćwiczenie, być może nie wszyscy uczniowie będą chcieli się przywitać w taki sposób. W takiej sytuacji warto podsumować te trudności podkreślając korzyści pokazywania własnych emocji. W związku z tym nauczyciel może zapytać: czy boimy się pokazywać czy mówić o swoich emocjach i dlaczego? (obalenie stereotypów) i jak wyrażanie emocji stawia nas w świetle innych (jesteśmy bardziej autentyczni)? Mówienie a tym bardziej odczuwanie swoich emocji jest właściwe i dobre, dla nas jest wskazówką w podejmowaniu decyzji odnośnie preferowanych przez nas rozwiązań. Wyrażanie i rozumienie emocji to podstawa empatii: jeśli wyrażamy swoje emocje, potrzeby to inni ludzie wiedzą, jak zareagować, jesteśmy dla tych osób bardziej autentyczni.

2. Wstęp teoretyczny o emocjach:

Cel: krótkie zapoznanie uczniów z rodzajami emocji.

Nauczyciel przekazuje uczniom wiedzę o emocjach, o ich cechach charakterystycznych, o ich rodzajach: pozytywne i negatywne, o funkcjach emocji oraz kontekstom, które im towarzyszą. (na koniec scenariusza została podana literatura dotycząca zagadnienia emocji i inteligencji emocjonalnej, a poniżej główne informacje, które mogą być pomocne w przekazywaniu uczniom wiedzy).

Nauczyciel wprowadza listę emocji, pytając jednocześnie uczniów o kontekst im towarzyszący, czyli jakie reakcje pojawiają się w ciele przy okazji doświadczania różnych emocji, co mamy ochotę zrobić, kiedy doświadczamy konkretnych emocji? Z czym nam się kojarzą konkretne emocje?

Lista emocji jest niezbędna w kontekście kolejnych zadań praktycznych, przewidzianych na 2 część lekcji.



Filmoteka Szkolna

Emocje (łac. emovere) – świadome lub nieświadome silne, względnie nietrwałe, gwałtowne uczucia (stany afektywne) o silnym zabarwieniu i wyraźnym wartościowaniu (o charakterze pobudzenia pozytywnego lub negatywnego), poprzedzone jakimś wydarzeniem i ukierunkowane, np. gniew, wzruszenie, trema.

Trzy istotne cechy procesów emocjonalnych:

- znak emocji, czyli ich pozytywny lub negatywny charakter,
- natężenie emocji, które wiąże się z wielkością wpływu tego procesu na zachowanie, tok myślenia,
- treść emocji, które określa znaczenia bodźca i usposabia do konkretnego zachowania (lęk do ucieczki, a gniew do zachowań agresywnych).

Emocje uznajemy za prawdziwą, jeśli składają się na nią 3 elementy:

- poznawcze doznanie uświadomione przez osobę (np. radość),
- konkretne jej przejawy w zachowaniu (np. głośny śmiech, łzy),
- określone reakcje fizjologiczne (np. przyspieszone bicie serca).

Możemy wyróżnić emocje podstawowe i złożone. Paul Ekman z Uniwersytetu Stanowego Kalifornii w San Francisco odkrył, że wyraz twarzy zdradzający 4 emocje (strach, złość, smutek i zadowolenie) rozpoznawany jest we wszystkich kulturach na świecie, w tym przez ludność nieznaną ani kina, ani telewizji, co wskazuje, że można te emocje traktować jako podstawowe i tym samym uniwersalne. Ekman pokazywał zdjęcia twarzy wyrażające różne emocje przedstawicielom odległych kultur (np. przedstawicielom plemienia Fore żyjącym w górach Nowej Gwinei) i stwierdził, że w każdym miejscu na Ziemi ludzie bez trudu rozpoznają właśnie te cztery emocje.

W dalszym ciągu jednak nie ma całkowitej jasności odnośnie tego, które emocje są podstawowe, a które złożone.

Emocje można także podzielić ze względu na ich znak na emocje pozytywne (przyjemnościowe) i i negatywne (przykre). Poniżej przykłady emocji pozytywnych:

akceptacja, ciekawość, czułość, dobroć, duma, ekscytacja, entuzjazm, euforia, harmonia, miłość, nadzieja, oczekiwanie, pewność, podniecenie, pożądanie, radość, rozkosz, rozluźnienie, serdeczność, smutek, spokój, szczęście, ulga, uniesienie, uwielbienie, wesołość, wzruszenie, zachwyty, zadowolenie, życzliwość i **negatywnych:**

agresja, bezradność, lęk, napięcie, niechęć, nienawiść, niepokój, obawa, obojętność, obrzydzenie, odraza, odrzucenie, pogarda, przerażenie, przygnębienie, rozczarowanie, rozgoryczenie, samotność, strach, upokorzenie, uraza, wrogość, wstręt, wstyd, wściekłość, zakłopotanie, zaskoczenie, zawiść, wstyd, zazdrość, zażenowanie, zdenerwowanie, złość, żal.

W zależności od czasu jakim dysponuje nauczyciel oraz ciekawości ze strony uczniów nauczyciel przekazuje większy lub mniejszy zasób wiedzy o procesach emocjonalnych!

3. Wstęp do rozmowy o fotografii i pasji robienia zdjęć:

Cel: połączenie pasji uczniów i emocji, których doświadczają w trakcie ich realizowania z wykorzystaniem tych pasji (a konkretnie fotografii) do treningu w zakresie rozumienia własnych i cudzych emocji.



Nauczyciel zadaje uczniom pytania: Kto robi zdjęcia i dlaczego? Kto lubi robić zdjęcia i dlaczego? Co lub kogo najczęściej fotografujemy? Jakie emocje kojarzą nam się z fotografowaniem, jakie sami odczuwamy kiedy fotografujemy, kiedy realizujemy własne pasje?

Podsumowanie: nauczyciel podkreśla aspekt pozytywnych emocji, które pojawiają się w momencie realizowania własnych pasji, ze szczególnym naciskiem na emocje towarzyszące robieniu zdjęć.

Uwaga! Nauczyciel musi pamiętać, że zadając pytania o pasję, mogą się pojawić uczniowie, którzy tej pasji nie mają lub nie chcą z jakiegoś powodu podzielić się nią z klasą. Trzeba to uszanować i spróbować zapytać o to uczniów z drugiej strony: co sprawia im radość? co powoduje, że dobrze się czują? jaki sposób spędzania wolnego czasu sprawia im przyjemność?

4. Synteza tematu emocji i fotografii, czyli jak wyglądają emocje?

Cel: wytworzenie różnego rodzaju skojarzeń zmysłowych określających różne rodzaje emocji, uruchomienie wyobraźni uczniów poprzez wytworzenie jak największej ilości obrazowych skojarzeń z tematem emocji.

Nauczyciel proponuje uczniom, aby wybrali sobie jakieś konkretne emocje z listy (może być jedna pozytywna i jedna negatywna emocja) i wpisanie ich w wyszukiwarkę internetową z opcją: grafika.

Podsumowanie: po wykonaniu tego ćwiczenia każdy z uczniów opowiada klasie o wynikach jego poszukiwań w sieci, o tym jaką emocję wpisał i co mu wyszło (jakiego rodzaju zdjęcia, jakiego koloru, co na nich było).

Uwaga! Jeśli nauczyciel chce mieć większą kontrolę nad tym co wyszukują uczniowie proponuje prace w grupach (każda grupa wyszukuje i podsumowuje znalezione informacje o emocji pozytywnej i negatywnej).

Przebieg drugiej lekcji (praktyczna praca z filmem i z aparatem):

5. Krótki wstęp do filmu *Rezerwat*

— o czym jest, czyją historię opowiada, jak powstał (kilka informacji o filmie jest niezbędnych, ponieważ uczniowie nie będą oglądać całego filmu tylko pracować na jego fragmentach).

Ważne jest, aby nauczyciel opowiedział w skrócie historię głównego bohatera - fotografa, który często uwiecznia na swoich zdjęciach emocje ludzi, którzy go otaczają.

Dodatkowo (w zależności od czasu) nauczyciel pyta uczniów o to, w jakich momentach filmu najczęściej odczuwają emocje? Które filmy są najbardziej emocjonalne i dlaczego? Co według uczniów robią filmowcy, żeby pokazać czy też wzmocnić te emocje?

6. Praca z fragmentami filmu *Rezerwat*.

Nauczyciel dzieli klasą na 5 grup i każdej z grup pokazuje określone zdjęcie bohaterów filmu *Rezerwat*. Zadaniem kolejnych grup jest określenie jakiej emocji doświadcza w danym momencie bohater filmu oraz wymyślenie krótkiej historii z tą emocją w roli głównej (czyli określenie co wydarzyło się przed i po konkretnym kadrze). Każda grupa ma do opracowania konkretny obrazek, konkretny kadr. W ramach podsumowania po zaprezentowaniu przez każdą z grup wymyślonych emocjonalnych historii nauczyciel pokazuje fragmenty z filmu – prawdziwy kontekst poszczególnych zdjęć.



7. Ćwiczenie praktyczne utrwalające wiedzę o emocjach:

Cel: praktyczny sprawdzian wyrażania i odczytywania emocji przez młodzież z wykorzystaniem fotografowania się uczniów nawzajem.

Po zapoznaniu się uczniów z różnego rodzaju emocjami oraz kontekstem, który wiąże się z ich występowaniem (znak emocji, reakcje z ciała, kontekst sytuacyjny generujący różnego rodzaju emocje) nauczyciel proponuje uczniom ostatnie ćwiczenie z wykorzystaniem aparatów fotograficznych lub komórek z aparatem (jeśli nauczyciel chce mieć kontrolę nad materiałami, które będą efektem tego ćwiczenia wykorzystuje do robienia zdjęć jeden, szkolny aparat).

Uczniowie dobierają się w pary (nauczyciel nie ingeruje w ten dobór). W tym ćwiczeniu ważne jest, aby uczniowie czuli się swobodnie i dobrze także dobieranie się w parę warsztatową z kimś znajomym jest jak najbardziej pożądane. Jedna osoba z pary jest fotografem druga modelem (osoby w zależności od chęci mogą się później zmienić). Osoba, która jest fotografowana wybiera sobie jakąś konkretną emocję i stara się przekazać ją na zdjęciu. Po skończonym ćwiczeniu wszystkie zdjęcia są po kolei wyświetlane (np. na rzutniku) i kasa zgaduje jaką emocję przedstawiają.

W podsumowaniu ważne jest, aby nauczyciel zapytał uczniów, które role były dla nich bardziej odpowiednie: czy rola fotografa czy modela? W której roli czuli się najlepiej i dlaczego

Uwaga! Nauczyciel musi pamiętać o tym, że nie każdy uczeń łatwo zgodzi się na wykonanie tego ćwiczenia. Warto wtedy zaznaczyć, że jesteśmy w różnym stopniu ekspresyjni, że niektórzy pokazują emocje bardziej, niektórzy mniej.

Jeśli któryś z uczniów wyraża opór przed ćwiczeniem i nie chce w nim uczestniczyć to proponujemy mu, aby opowiedział, jak wyglądałaby jego fotografia, czyli np. jakiego koloru by była (czarno-biała?), co by przedstawiała? jaki szczegół byłby najbardziej istotny w tej fotografii? (na podstawie tego opisu klasa wykorzystując wiedzę z poprzednich ćwiczeń próbuje odgadnąć jaka emocję chciał przekazać na tym zdjęciu konkretny uczeń).

8. Podsumowanie zajęć.

W ramach podsumowania pracy uczniów nauczyciel zadaje wszystkim pytanie: W czym aparat może nam pomóc a w czym przeszkodzić, jeśli chodzi o kontakty z innymi ludźmi, z rówieśnikami? Jakie jest podobieństwo pomiędzy fotografią/filmem, jeśli chodzi o dostrzeganie emocji innych ludzi?

Uwaga! Istotne jest, aby ostatnie pytanie nauczyciela skierowane do uczniów brzmiało: z jakimi emocjami kończycie warsztat? Jest to bardzo ważne pytanie i informacja zwrotna o temat emocji, które warsztat wywołał i jeśli są one negatywne lub niepokojące nauczyciel dostaje wskazówkę, że konkretnym uczniem być może musi jeszcze po warsztacie porozmawiać.

Literatura:

- Carr, A. (2004). *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu i ludzkich siłach*. Poznań: Wydawnictwo Zysk i S-ka.
- Ekman P., Davidson R. (2000). *Natura emocji*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Goleman, D. (1997). *Inteligencja emocjonalna*. Poznań: Media Rodzina.