



SJÄLANÖD

Regi: Linnea Bäckström

Målgrupp: åk 9-gymnasiet

Längd: 2.33 minuter

Region: Värmland

Språk: Svenska, textad på franska

Se filmen på: filmriket.com/playtjanst/



.....

Filmen består av klipp på en ung tjej. Hon ligger i en säng, står vid ett fönster, ligger och sitter i ett badkar. Ljudeffekter, ljuseffekter och musik är pålagda. En berättarröst pratar om hur det var innan och hur det är nu, om vad som är normalt och inte. Om att inte orka mer.

.....

Frågor att jobba med efter att ni har sett filmen:

- Regissören använder olika sätt att gestalta psykisk ohälsa. Vad ser du? Vad hör du? Vad ser/hör du inte (vad utelämnas i filmen)? Vad får det dig att känna?
- Hur tolkar du följande scener: Väggen med bilder, badkaret, pappersregnet, fönstret.
- Det är inte lätt att hantera psykisk ohälsa, varken hos sig själv eller någon annan. Vad kan en utomstående göra när någon drar sig undan, är nedstämd, pratar om att den är ful och äcklig, skadar sig, slutar äta, eller på något annat sätt mår dåligt? Diskutera!
- Personen i filmen säger "Det är kanske inte normalt att vara så här ledsen ibland." Hur påverkas vi av vad som anses normalt? Om det är vanligt att må dåligt av olika anledningar, kan det då ses som normalt?

Gör egna filmprojekt:

Tips om hur man gör film hittar du på filmriket.com.

1. Välj en känsla (försök välja något annat än "glad" och "ledsen"). Gör en kort film (1-2 minuter) där du med hjälp av olika bilder, miljöer, kroppsörelser, kostym, rekvisita och musik försöker beskriva känslan. Använd inte ord, varken skrivna eller talade. Titta på varandras filmer och gissa vilka känslor ni har valt.
2. I filmen finns en voice over, en berättarröst. Den påverkar tillsammans med bilderna hur vi förstår filmen, och vi uppfattar den som karaktärens tankar. Byt känslofilm med någon annan. Skriv en voice over till den nya filmen. Det kan vara en berättelse, en dikt eller liknande. Spela in din text och redigera ihop den med filmen. Blev budskapet samma? Hur påverkas bilderna av orden?