



Materiały dydaktyczne

FILM SANG-IL LEE

# KOKUHO

Szanowni Państwo,

Jako nauczyciele i wychowawcy szukamy nieustannie inspiracji do pracy z młodzieżą, obserwując jak szybko zmienia się świat wokół nas i jak bardzo uczennicom i uczniom potrzebne są ponadczasowe wartości moralne. Odpowiedzią na tę potrzebę może stać się film „**Kokuho**” w reż. Sang-il Lee. To niezwykle poruszająca, mądra i pięknie zrealizowana opowieść o dojrzewaniu, ambicji i presji sukcesu, tematach, które dotyczą dziś młodych ludzi wyjątkowo intensywnie.

Film przedstawia historię utalentowanego młodego aktora teatru Kabuki, Kikuo Tachibany, oraz jego rywalizacji z rówieśnikiem Shunsuke. Obaj chłopcy stają wobec ogromnych oczekiwań środowiska, rodziny i trenerów, którzy pragną uczynić z nich kolejnych „*kokuho*”, czyli *skarby narodowe*. W kulturze japońskiej termin ten odnosi się do jednostek wybitnych, mistrzów swojej sztuki, w filmie pełni jednak także funkcję metafory ideału, do którego bohaterowie próbują dążyć, często kosztem własnego szczęścia, zdrowia psychicznego i relacji.

To właśnie ten aspekt sprawia, że „*Kokuho*” staje się cennym materiałem edukacyjnym, idealnym do pracy nie tylko na języku polskim, ale również podczas lekcji etyki, godzin wychowawczych czy zajęć z edukacji zdrowotnej. W przygotowanym scenariuszu lekcji „*Presja sukcesu – czy muszę być Skarbem Narodowym?*” proponuję zestaw aktywności, które pomagają młodzieży zrozumieć różnice między **zdrową ambicją a toksycznym perfekcjonizmem**, a także dostrzec koszty emocjonalne nieustannego spełniania cudzych oczekiwań. Uczniowie analizują filmowe sceny z perspektywy narastającej presji, identyfikują sygnały ostrzegawcze perfekcjonizmu i próbują zrekonstruować alternatywną, bardziej harmonijną ścieżkę rozwoju bohatera.

To doskonała okazja do rozmowy o tematach, które młodzi ludzie na co dzień noszą w sobie, ale rzadko mają przestrzeń, by je nazwać: lęku przed porażką, porównywaniu się do innych, presji rodziców, nauczycieli, rówieśników, trudności w rozpoznawaniu własnych potrzeb, kosztach nadmiernego perfekcjonizmu.

Film, dzięki temu, że pokazuje konsekwencje psychicznego przeciążenia, otwiera pole do rozmowy o odporności emocjonalnej, budowaniu własnej wartości, stawianiu granic i szukaniu równowagi między rozwijaniem talentu, a dbaniem o siebie. Wymienione treści

wpisują się w podstawę programową wielu przedmiotów, szczególnie w obszarach dotyczących analizy emocji, relacji, autorefleksji i odpowiedzialności za własny rozwój.

Ważną zaletą „Kokuho” jest także to, że pozwala młodzieży spojrzeć na problem presji z dystansu, bohaterowie bowiem żyją w innym kręgu kulturowym, ale ich dylematy są uniwersalne. Dzięki temu uczniowie chętniej mówią o własnych doświadczeniach, a film staje się bezpiecznym pretekstem do ważnych rozmów.

Zachęcam, by zabrać młodzież do kina na „Kokuho”, a następnie zrealizować załączony scenariusz lekcji. Jestem przekonana, że to doświadczenie nie tylko wzbogaci ich kompetencje kulturowe i emocjonalne, ale także pomoże lepiej zrozumieć siebie, własne motywacje, granice i potrzeby. Filmowa historia opowiedziana przez japońskiego reżysera porusza i inspiruje, a przede wszystkim daje młodym ludziom poczucie, że **nie muszą być „skarbami narodowymi”, by zasługiwać na szacunek i akceptację.**

**Anna Równy**  
**metodyczka i trenerka edukacji filmowej**

**OPRACOWAŁA** | Anna Równy

**TEMAT** | Presja sukcesu – czy muszę być Skarbem Narodowym (Kokuho)? Jak odróżnić zdrową ambicję od toksycznego perfekcjonizmu? - „Kokuho” w reż. Sang-il Lee.

**ADRESACI** | uczennice i uczniowie szkół ponadpodstawowych

**PRZEDMIOT** | język polski, etyka, edukacja zdrowotna, godzina wychowawcza

**CZAS TRWANIA** | 45 minut

**FILM REKOMENDOWANY PRZEZ ZESPÓŁ EDUKATORÓW FILMOWYCH**

### CELE LEKCJI

**Uczeń / uczennica:**

- rozpoznaje i nazywa presję, stres, perfekcjonizm i ambicję;
- zastanawia się nad kosztami sukcesu oraz drogami budowania własnej wartości;
- potrafi odróżnić zdrową ambicję od toksycznego perfekcjonizmu;
- poznaje techniki radzenia sobie z presją;
- określa problematykę utworu;
- prezentuje własne przeżycia wynikające z kontaktu z tekstem audiowizualnym.

### POWIĄZANIE Z PODSTAWĄ PROGRAMOWĄ

Uczeń/uczennica:

**Język polski:**

I.2.5) odczytuje pozaliterackie teksty kultury, stosując kod właściwy w danej dziedzinie sztuki.

**Etyka:**

I.2.2) rozpoznaje i nazywa podstawowe emocje oraz uczucia; posługuje się nazwami emocji i uczuć do charakteryzowania przeżyć własnych oraz przeżyć innych osób – rzeczywistych i fikcyjnych;

1.2.9) wykorzystuje pojęcia dyskursu etycznego do analizowania przeżyć, działań i postaw bohaterów powieści, opowiadań, filmów, spektakli teatralnych, gier komputerowych;



II.1.2) identyfikuje i analizuje problem szczęścia, rozważa relację szczęścia do moralności;

II.1.3) identyfikuje i analizuje moralne aspekty przyjaźni, charakteryzuje przyjaźń jako relację międzyosobową, ocenia wartość przyjaźni.

Edukacja zdrowotna:

V.2) wyraża i komunikuje swoje uczucia i buduje prawidłowe relacje w rodzinie i innych grupach społecznych; nawiązuje bezpieczne relacje interpersonalne, zachowując uważność na siebie i drugiego człowieka; wyraża wdzięczność;

VI.1) omawia, w jaki sposób jest odpowiedzialny za własny rozwój; wymienia kompetencje, które pomagają w prowadzeniu świadomego i szczęśliwego dorosłego życia;

VI.3) omawia etapy bliskiej, długotrwałej relacji, w tym koleżeńskiej, przyjacielskiej, romantycznej, małżeńskiej, partnerskiej, i sposoby dbania o nią; odróżnia zachowania prawidłowe od przemocowych w relacjach.

### **METODY I FORMY PRACY:**

- mapa myśli,
- „burza mózgów”,
- rozmowa kierowana,
- karty pracy: praca w parach, w grupach, indywidualna.

### **MATERIAŁY POMOCNICZE:**

- film „Kokuho”,
- karty pracy.

### **PRZED LEKCJĄ:**

Lekcja powinna się odbyć po obejrzeniu filmu „Kokuho” w reż. Sang-il Lee.

Nauczyciel/nauczycielka przed lekcją drukuje odpowiednią ilość kart pracy.



**PRZEBIEG LEKCJI**

Nauczyciel/nauczycielka zaczyna od swobodnej rozmowy z uczennicami i uczniami, jakie emocje towarzyszyły im podczas oglądania filmu „Kokuho”.

Osoba prowadząca wyjaśnia pojęcia **kokuho (国宝)** – „skarby narodowe”, odnoszące się do mistrzów w danej dziedzinie, ludzi uznawanych za wyjątkowych. W Japonii jest ich w sumie 116. W filmie ten tytuł funkcjonuje symbolicznie – jako ideał, do którego bohaterowie próbują dążyć, często kosztem siebie.

Prowadzący/prowadząca zadaje pytania:

- *Jakie oczekiwania nakładano na Kikuo i Shunsuke? Kto decydował o ich drodze?*
- *Jaką cenę bohaterowie płacili za osiągnięcia?*
- *Czy bohaterowie sami chcieli być „skarbnymi narodowymi”, czy raczej byli do tego popychani?*
- *Czy presja sukcesu prowadzi ich bardziej do rozwoju, czy autodestrukcji?*

Uczennice i uczniowie dzielą się swoimi przemyśleniami na forum.

Nauczyciel/nauczycielka rozdaje **Kartę pracy nr 1** i prosi młodzież o wypełnienie jej w parach, tak jak siedzą w ławkach (mapa myśli). Po upływie 5 minut wybrani uczniowie i uczennice prezentują swoje wnioski. Osoba prowadząca porządkuje odpowiedzi i wskazuje sygnały ostrzegawcze perfekcjonizmu, np. strach przed błędem, rezygnacja z pasji, porównywanie się do innych.

Następnie nauczyciel/nauczycielka zadaje pytania („burza mózgów”):

*Jak rozpoznać przekroczenie granicy między zdrową ambicją a toksycznym perfekcjonizmem?  
Jak zadbać o siebie w sytuacji presji?*

Prowadzący/prowadząca odnosi zebrane wypowiedzi młodzieży do filmu „Kokuho”, podkreślając, że pokazuje on bohaterów, którzy z czasem gubią siebie i swoje prawdziwe potrzeby, podporządkowując wszystko sztuce Kabuki.



Nauczyciel/nauczycielka dzieli młodzież na grupy 4-osobowe. Każda grupa otrzymuje **Kartę pracy nr 2**. Czas na wykonanie zadań: 10 minut. Po upływie wyznaczonego czasu grupy prezentują efekty swojej pracy.

Nauczycielka/nauczyciel podsumowuje lekcję, zwracając uwagę, że bycie „skarbem narodowym” nie jest obowiązkiem. Najważniejsze jest rozwijać się w zgodzie ze sobą, a nie kosztem siebie. Kończy lekcję rundą podsumowującą, w trakcie której każdy w klasie kończy zdanie: „*Żeby nie być ofiarą presji sukcesu, mogę...*”.

### **Praca domowa dla osób chętnych**

Ćwiczenie do autorefleksji i samopoznania: Gdzie dziś umieszczam siebie na Barometrze Ambicji?





**Karta pracy nr 1**

Uzpełnij tabelę.

	Przykłady z obserwacji	Przykłady z mojego życia
ZDROWA AMBICJA	1.  2.  3.  4.  5.	1.  2.  3.  4.  5.
TOKSYCZNY PERFEKCJONIZM	1.  2.  3.  4.  5.	1.  2.  3.  4.  5.





**Karta pracy nr 2****1. Barometr Ambicji – analiza scen z filmu „Kokuho”**

Wybierzcie 5 kluczowych scen z filmu „Kokuho” ukazujące Kikuo i umieśćcie je na barometrze (kolory oznaczają poziom presji), następnie wypełnijcie załączoną tabelę.

**Toksyczny perfekcjonizm 80–100**

**Wysoka presja 60–79**

**Zdrowa ambicja 40–59**

**Motywacja i rozwój 20–39**

**Spokój i równowaga 0–19**

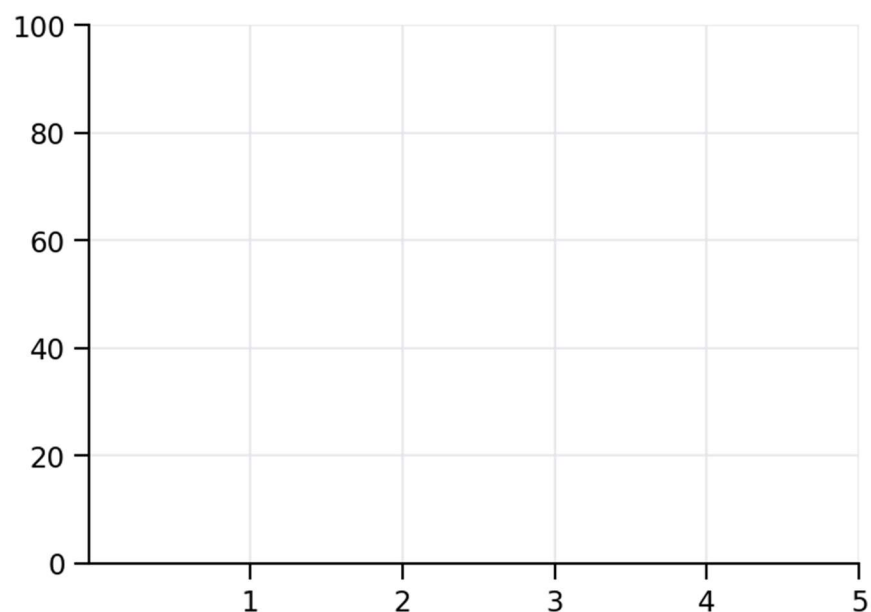


Scena	Presja (0–100)	Uzasadnienie	Ambicja czy perfekcjonizm?

## 2. Krzywa presji – wykres

Przenieście wartości z tabeli i narysujcie linię zmian presji Kikuo Tachibana.

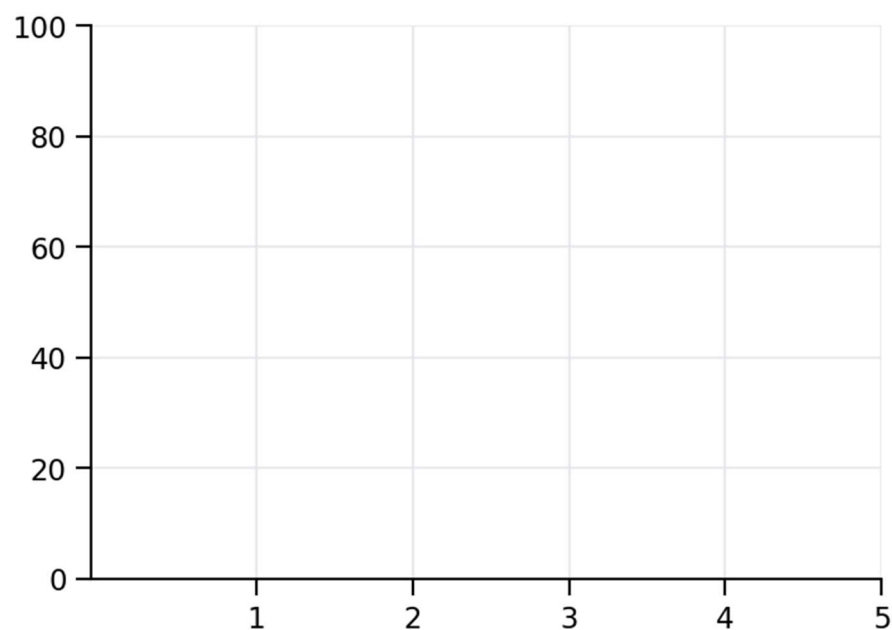
### Siatka wykresu – Barometr Ambicji (5 scen)



## 3. Alternatywna ścieżka bohatera

Narysujcie alternatywną linię – jak wyglądałaby ścieżka Kikuo, kierującego się zdrową ambicją?

### Siatka wykresu – Barometr Ambicji (5 scen)



#### 4. Wnioski



- Który moment był punktem zwrotnym w życiu Kikuo?

- Co najbardziej zwiększało jego presję?

- Jakie wnioski z diagnozy, analizy i rekonstrukcji ścieżki sukcesu bohatera możecie odnieść do własnego życia?

