Oulun kansainvälinen lasten- ja nuortenelokuvien festivaali
Oppimateriaali elokuvaan

KATSE YLÖSPÄIN

Elokuva on osa Käännekohtia-lyhytelokuvapakettia.

Elokuvaa suositellaan yli 14-vuotiaille.

Oppimateriaalin on laatinut Jere Anttonen.

Vastauksia voi pohtia ja tehtäviä toteuttaa joko itsenäisesti, pienryhmissä tai luokan kesken.

Infolaatikko:
Aivosairauksien yhteydessä esiintyy myös katatoniaa. Monien sairauksien, esimerkiksi aineenvaihduntasairauksien ja keskiaivojen vaurioiden yhteydessä voi lisäksi esiintyä sulkutilaa yksinomaisena oireena. Somaattinen neurologinen tai metabolinen sairaus, kuten enkefaliitti, aivoverenkiertohäiriö, kehitysvammaisuus tai päihteiden käyttö voivat johtaa katatoniaan. Sulkutilalla tarkoitetaan tilannetta, jossa potilas on aivorunkovaurion takia halvaantunut. Luonto tukee terveyttämme monin tavoin. Tutkimusten mukaan luonnossa vietetty aika vahvistaa mielenterveyttä. Se suojaa masennukselta, lievittää stressiä ja parantaa mielialaa. Lapsuuden vihreä asuinympäristö pienentää sairastumisen riskiä useisiin psykiatrisiin häiriöihin ja sairauksiin.

Lähteet:
Duodecim-lehti (2016) https://www.duodecimlehti.fi/duo13234/katatonia ,
https://www.duodecimlehti.fi/duo11507
THL & Sitra: Terveyttä luonnosta https://terveyttaluonnosta.fi/luonnon-terveyshyodyt/

Kysymyksiä/tehtäviä

1. Elokuvasta:
    a) Miten Chiena yrittää saada yhteyden isoäitiinsä?
    Lukemalla isoäidille tämän omaa päiväkirjaa.

    b) Miksi Chiena lähtee puistoon?
    Koska hän lukee isoäidin päiväkirjasta, että isoäiti on etsinyt Chienaa puistosta.

    c) Kenet hän tapaa puistossa?
    Valokuvaajan, joka tuntee Chienan isoäidin.

    d) Mitä Chiena oivaltaa puistossa?
    Chiena oivaltaa, että penkillä makoilu ja taivaan ja luonnon katselu rauhoittavat mieltä ja kehoa. Luonto on kaunis.

e) Miten Chiena saa yhteyden isoäitiinsä?
Näyttämällä isoäidille kuvaa luonnosta ja kertomalla omasta oivalluksestaan, sekä kertomalla että haluaa lähteä luontoon isoäidin kanssa.

2. Sairastaminen ja välittäminen:
Millaisilla pienillä teoilla voi osoittaa tukea ja läsnäoloa läheiselle, vaikka yhteinen keskustelu ei olisikaan mahdollista?

3. Aistit ja luonto:
    a) Kuvaile jotain lempimuistoasi jostain luontopaikasta
        i. Miltä siellä näytti?
        ii. Miltä siellä tuoksui?
        iii. Miltä siellä tuntui jaloissa ja sormissa ja kehossa?
        iv. Millainen olo sinulla tuli siitä paikasta?

    b) Millaista luontoa näet tai koet juuri nyt? Kuvaile mahdollisimman tarkasti kaikkia aisteja käyttäen.

4. Videotehtävä:
    a) Kuvaa yksin tai yhdessä parin kanssa noin 30–60 sekunnin rauhoittava luontovideo lähiluonnosta. Kirjoita tai kerro millainen tunnelma videota kuvatessa oli, ja mitä tunsit sitä kuvatessa.