



5.06.2023



Zakończenie roku maturzystów - strona 2

“Wpada, wypada, ale zostaje?” - strona 2

Reportaż „Samoakceptacja – klucz do głowy młodych ludzi” - strona 9

W TYM NUMERZE:

UROCZYSTE ZAKOŃCZENIE ROKU SZKOLNEGO MATURZYSTÓW	2
„WPADA, WYPADA, ALE ZOSTAJE?”	2 - 3
DLACZEGO KRÓLOWA NAUK POWINNA ZOSTAĆ POZBAWIONA KORONY?	3 - 4
76. FESTIWAL FILMOWY W CANNES	4
ŻYCIE KOŁEM SIĘ TOCZY	5
CZŁOWIEK WSPÓŁCZESNY” - RECENZJA FILMU “BO SIĘ BOI”	6 - 7
„WERSY TWORZYŁY SIĘ SAME” - WYWIAD	7 - 8
SAMOAKCEPTACJA – KLUCZ DO GŁOWY MŁODYCH LUDZI	8-10

REDAKCJA

Red. nac.: Julia Ładniak

Zastępczyni red. nac.: Jakub Wiśniewski

Dziennikarze z klas 4F, 3F oraz 2F: Marcin Klonowski, Filip Walasik, Julia Kaczmarek, Julia Ładniak, Jakub Wiśniewski, Maja Niewiedział, Olga Kończczyńska, Magda Pełka

Skład: Nina Naworol

Opieka: Maciej Leciński

UROCZYSTE ZAKOŃCZENIE ROKU SZKOLNEGO MATURZYSTÓW

Julia Ładniak

W odświętnych strojach, z uśmiechami na twarzach, ale i z sentymentem. W piątek, 28 kwietnia, w auli szkoły odbyło się uroczyste zakończenie roku szkolnego uczniów klas IV.

Maturzyści pożegnali mury Czwórki, dziękując tym samym swoim wychowawcom za trud włożony w ich rozwój oraz wszystkim nauczycielom i pracownikom szkoły. W ciepłych słowach do absolwentów zwróciła się Pani Dyrektor Agata Gutorska, a także przewodniczący Samorządu Uczniowskiego – Julia Kaczmarek i Odys Dobrowolski. Pani Dyrektor wręczyła dyplomy za szczególne osiągnięcia w nauce i sporcie, wzorową

frekwencję, zaangażowanie w działania wolontariatu oraz pracę na rzecz szkoły i klasy. Medalem Szkoły wyróżniony został Szymon Krzyżański z klasy 4B.

Uroczystość pożegnania absolwentów przygotowała klasa 3F wraz z wychowawcą, Panią prof. Iwoną Miś.

Generacja maturalna 2023 doświadczyła zjawisk nieznanych w saski edukacyjnej i światowej – sporą część swojego czasu w czteroletnim liceum uczniowie spędzili przez komputerem na lekcjach zdalnych i w świecie zmagającym się z pandemią, z globalnymi kryzysami. Maturzyści w szkole żyli jednak nie tylko nauką. Podejmowali szereg cennych inicjatyw, angażowali się



w pracę Samorządu Uczniowskiego i wolontariatu. Zawsze byli kreatywni! Grzechem byłoby nie wspomnieć o realizacji innowacyjnego projektu, jakim był Dzień Kariery oraz dwukrotnie zorganizowanej Nocy Filmowej. Tegoroczni absolwenci z uporem dążyli do celu. Ilustracją tego niech będzie organizacja studniówki, która musiała odbyć się poza szkołą. I tu znakomicie sobie poradzili! Cała społeczność Czwórki serdecznie dziękuje maturzystom za dzielenie się swoimi pomysłami, za ten zapał i życzy powodzenia na dalszej drodze życia!

Fot. <http://www.lo4.poznan.pl/strona/art,1159,uroczyste-zakonczenie-roku-szkolnego-maturzystow>



„WPADA, WYPADA, ALE ZOSTAJE?”

Julia Kaczmarek

.5 Czerwca wystartuje pierwszy sezon Mocy Słowa. Jest to akcja mająca na celu uświadomieniu wszystkim słuchaczom, jak bardzo istotne są słowa, które wypowiadamy. Co wpada, wypada, ale zostaje?

Jest to autorski projekt ty zaproszone, dobrze naszej uczennicy i najświeższych absolwentów: Julii Kaczmarek, Marcina Klonowskiego i Odysa Dobrowolskiego. Całość opiera się na cyklu siedmiu odcinków, nagranych w naszej szkole, które zostaną opublikowane na Spotify oraz YouTube - Nibypodcast. Do rozmowy zosta-

ły zaproszone, dobrze znane wszystkim, szkolne psycholożki - Joanna Dziadkiewicz oraz Karolina Kreglewska.

W podcaście zostają odwrócone perspektywy, jest mowa o zależnej sprawczości i identyfikacji, o wpływach, presjach i obciążeniach, a także zagłębimy się w zlepek



różnych elementów naszej szarej rzeczywistości. Zostaną nam przedstawione techniki analizy i interpretacji słów, gestów i czynów, a nie dobrze nam znanych wszystkim tekstów kultury. Już na samym początku cyklu nie zabraknie rodziny, ani

rówieśników, wpuścimy też zapraszające tematy i te, które szukają uzasadnienia. Dlaczego? Czy wszyscy jesteśmy wyposażeni w detektor i co w nas rezonuje? W dalszych odcinkach spojrzymy na rozwijające się szczeble, zapalimy lampkę

i pomówimy o gniewie, kwitnięciu oraz o naturalnych przerwach. A na sam koniec dowiemy się, w czym tak naprawdę tkwi potęga słowa.

Gorąco zachęcam do bliższego poznania Nibypodcastu, gdy tylko pojawi się na naszych kanałach. Gwarantuję, że będzie to znajomość niezwykle ciekawa i wartościowa, o której długo nie zapomnicie.

Fot. Julia Kaczmarek



MOC
MOC
SŁOWA
MOC
MOC

DLACZEGO KRÓLOWA NAUK POWINNA ZOSTAĆ POZBAWIONA KORONY?

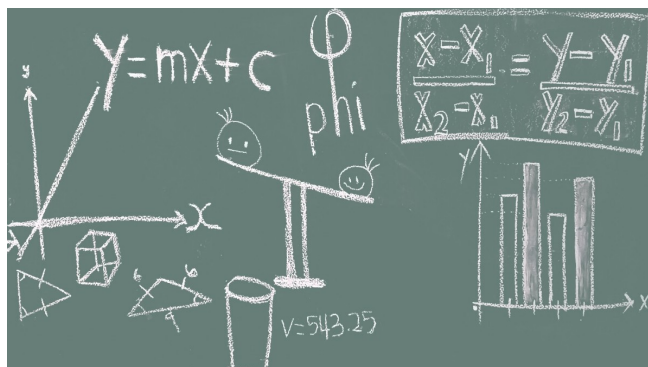
Jakub Wiśniewski

Ach, ta matma! Postawiona na niemal nienaruszalnym piedestale (głównie przez dorosłych, którzy sami jej nie rozumieją) jako królowa nauk. Skromnym zdaniem autora tych wypocin, powinna ona podzielić los Marii Antoniny Austriaczki, jednocześnie pozostając wspomnieniem – ważnym, ale przyprawiającym o gęsią skórę. Obracając się wśród błyskotliwej, licealnej młodzieży, do której swoją drogą sam należę, mającej nieco napięte stosunki z tą nauką, zastanawiam się, skąd wynika ta nasza przesłodka przyjaźń i czy w ogóle jest ona potrzebna?

Śledząc moje osiągnięcia matematyczne, czyli zdawanie z tego przedmiotu do następnej klasy, będąc w 2 klasie liceum na humanie – jestem właściwą

osobą na właściwym miejscu w wydawaniu ultimatum. Żeby nie wyszedł na totalnego ignoranta, mogę potwierdzić, że podstawowa wiedza jest użyteczna, ale logarytmów nie rozumiem do dnia dzisiejszego. Czy robi to ze mnie debila? Może tak, może nie. Wiem za to, jakie są cechy bohatera romantycznego. I szczerze? Chyba mi to wystarczy. Od podstawówki siedzę kilka razy po 45 minut w tygodniu na jakże wygodnych krzesłach, patrząc na tablicę wzrokiem niezbyt obecnym. Wiele razy spotykałem się z nauczycielami, którzy mówili mi, że bez matematyki daleko nie zajdę – tak, to ci sami ludzie, którzy liczyli moje kartkówki z maksymalnie 10 pkt. do zdobycia na kalkulatorze... Ironia losu, nieprawdaż?

Wiele osób robiło mi wywody



o tym, jak ten ukochany przedmiot uczy logicznego myślenia. Nie wiedzą oni jednak, że to ja musiałem dojść do tego, o co chodziło Słowackiemu z tą chmurą w „Kordianie”. Nie widzę też potrzeby uczenia się, czym jest parabola i do czego przyda mi się ona w dorosłym życiu. Mogę natomiast na jej podstawie napisać interpretację mojego humoru na tych zajęciach, odwołując się do tych przedziwnych i obowiązkowych

bazgrołów. Kiedyś trzeba będzie stanąć twarzą w twarz z rzeczywistością – licealne życie nie będzie trwało wiecznie (o zgrozo!), wtedy przyjdzie czas robić te wszystkie dorosłe głupotki. Pytanie stawiam, czy wtedy matma oraz pierwiastek z 52 przydadzą mi się? PITY obliczę elektronicznie, a jak będę chciał z dozą ambicji zaimponować innym „dorosłym” przyjaciółom, zapraszając ich na własnoręcznie

upieczone ciasto z przepisu z Internetu, użyję wagi kuchennej. Och, świecie! Jestem chyba gotowy!

Niemniej jednak te urocze robale w kształcie graniastopów, kół, trójkątów, kwadratów, pierwiastków i potęg będą tańczyły w zeszytach młodzieży przez bliżej nieokreślony czas

(czyli w cholerę długo). Tylko czekać na kolejne pokolenia humanistycznych chłopaków noszących motyle na szyjach, dumających nad sensem uczenia się matmy. Mój koszmar kończy się wraz z napisaniem matury z matematyki (oczywiście na poziomie podstawowym). Moja własna detronizacja tych zajęć odbędzie się

więc za około 830 dni, czyli za 2 lata i ponad 3 miesiące. Zostało mi jeszcze gdzieś z 19-920 tys. godzin na dumanie odnośnie mojego zdecydowania ulubionego przedmiotu. Może jednak czasami (naprawdę czasami) do czegoś mi się ta wiedza przyda? Ach, ta matma!

Fot. <https://pxhere.com/pl/photo/562631>

76. FESTIWAL FILMOWY W CANNES

Filip Walasik

zrzeszając cały filmowy świat.

Prezentowali tu filmy najwybitniejsi twórcy światowego kina: Francis Ford Coppola, Emir Kusturica, David Lynch, Lars von Trier oraz Akira Kurosawa i wielu innych. Andrzej Wajda wyjechał z pałacu festiwalowego ze Złotą Palmą za film "Człowiek z żelaza" a Roman Polański triumfował "Pianistą". Są to jedyni polscy twórcy, którzy zdobyli Złotą Palmę. Festiwal niezmiennie budzi wielkie emocje, inspirowanie i prowokuje,

Od 16 do 27 maja na Lazurowym Wybrzeżu znów odbędzie się jedno z najważniejszych - o ile nie najważniejsze (gdzie tam Oscarom do Złotej Palmy)- filmowych wydarzeń na świecie. W tym roku o główną nagrodę imprezy powalczą 19 filmów. Wśród nich nowy, bardzo oczekiwany film Wesa Andersona "Asteroid City", "The Old Oak" Kena Loacha- dwukrotnego laureata nagrody, "Perfect Days" cenionego niemieckiego

twórcy Wima Wendersa, "Monster" Hirokazu Koreedy, który w 2018 roku ujął jury filmem "Złodziejaszki", "About Dry Grasses" niezależnego tureckiego reżysera Nuri Bilge Ceylana, laureata Złotej Palmy za film "Zimowy sen" czy "The Zone of Interest" Jonathana Glazera, twórcy znanego "Pod skórą". Festiwal otworzy obraz "Jeannedu Barry" z Johnnym Deppem w roli głównej.

Wśród nominowanych obrazów nie ma filmów polskich reżyserów, ale obecne są polskie akcenty w dziele "The Zone of Interest". Zdjęcia do tego filmu w całości zostały zrealizowane w Polsce, ich autorem jest znany z "Zimnej wojny" Paweł Pawlikowski, nominowany do Oscara, Łukasz Żal. Obraz opowiada historię rodziny mieszkającej w bliskim sąsiedztwie obozu koncentracyjnego Auschwitz, jednym z wątków jest też historia pewnej dziewczyny, która pomagała więźniom obozu.

Z pokazów pozakonkursowych na uwagę zasługują dwa filmy: nowa produkcja Martina Scorsese "Killers of the Flower Moon" i kolejna część "Indiany Jonesa". Dziwić może brak dzieła Scorsese w konkursie głównym, ale reżyser (z powodów znanych chyba tylko sobie)

nie chciał, aby jego nowy film tam trafił.

Poza tym goście wydarzenia będą mogli oglądać filmy w kategoriach: "Un Certain Regard" (filmy w tej kategorii są nagradzane za ciekawe spojrzenie na podejmowany temat i oryginalne podejście do sztuki, jaką jest X muza), "Pokazy Specjalne", "Pokazy o Północy" i "Canneńskie Premier".

Przewodniczącym jury konkursu głównego został w tym roku Ruben Östlund, dwukrotny laureat głównej nagrody festiwalu (w tym rok temu za film "W trójkącie").

Teraz pozostaje tylko czekać aż filmy z Cannes trafią do polskich kin. Prawdopodobnie, żeby je zobaczyć, trzeba będzie trochę poczekać lub wybrać się do Wrocławia na festiwal "Nowe Horyzonty", nie bez powodu nazywanym "Polskim Cannes". Innym rozwiązaniem jest baczne śledzenie repertuaru kin studyjnych. Cały proces poszukiwań filmów z festiwalu wymaga dużego wysiłku, samozaparcia i cierpliwości. Przy najmniej w Polsce.

Fot. The official poster of the 76th Festival de Cannes



ŻYCIE KOŁEM SIĘ TOCZY

Maja Niewiedział

Rowerzysta a osoba poruszająca się na rowerze. Według słownika rowerzysta to osoba poruszająca się na rowerze, jednak w życiu czuć różnicę między tymi dwoma pojęciami.

Rowerzysta – jeździ, bo kocha. Każdy weekend spędza na tym wąskim, twardym siodełku zamiast na sofie przed telewizorem. Wszystkie ubrania ma pod kolor swojej dwukołowej wyścigówki, kask również. Lampki: przód, tył, lewy bok, prawy bok. Odcień światła jak najbardziej rzucający się w oczy, ale to akurat dobre i bezpieczne. Jak zostawia rower pod sklepem, zabezpiecza go bardziej niż jubiler najnowszą kolekcję z jadem cesarskim, który kosztuje ponad 3 miliony dolarów za karat. Właściciel przegląd miał ostatni raz w szkole podstawowej, jak szukali, kto rozprzestrzenił wszy, ale rower... Każda wiosna to przegląd. Przecież, jak stał 2 miesiące zimą w garażu przykryty kocem z kaszmiru, mogło dojść do wielu uszkodzeń takich jak obniżona temperatura siodełka albo chryпка dzwonka, bo dzwonił na zimnym. Ale dobra, ten tekst nie jest o wyśmiewaniu ludzi z pasją. Więc teraz jeszcze trochę dobrego o nich zanim tata się na mnie obrazi. Tak, mój tata jest rowerzystą i tak, mój tata podsunął mi pomysł na tę pracę. Ci ludzie zanim wyjadą z domu, planują swoją podróż od A do Z. Znają każdy szczegół trasy, nie ma niczego, co mogłoby ich zaskoczyć. Zanim wyjadą, znają już wszystkie zasady i prawa na



tamtejszych drogach. Niby jedzie w nieznane, prosto przed siebie, ale odnajduje się w danym rejonie i jego zasadach, jakby jeździł tam codziennie przez minimum parę lat.

Przejdźmy do osoby poruszającej się na rowerze, pseudonim „kot”, bo jeździ jakby miał 9 żyć. Jeździ, bo nie chce mu się iść, a przy okazji rower służy jako wózek na zakupy i to nie takie spożywcze do przedniego koszyka. To mogą być zakupy z Castoramy, Leroy Merlin: 2-metrowa drabina, przeróżne kije i badyle, łopaty, grabie. Rzeczy z Ikei też się tam zmieszczą spokojnie, nieraz widziałam, jak ludzie wieźli ze sobą krzesła i leżaki. Za to lampy na rowerze ani jednej. Ani stojącej, ani wiszącej, ani rowerowej. Jedzie ulicą, bo jego bagażnik rowerowy jest pojemniejszy od niejednego samochodu. Czy miętowy, cukierkowy Fiat 500 z uchylanym dachem zmieściłby dwumetrową drabinę i leżak? No nie. A stary składany Romet nie ma

z tym najmniejszego problemu. Wystarczy tylko kawałek jakiejś liny i drabina jest już przywiązana do ramy. Zdarza się, że jedzie zygakiem – twierdzi, że to przez nierówno obciążony bagażnik, ale żółte urządzenie, w które się dmucha (zwane też alkomatem) ma trochę inne wytłumaczenie dla tej krzywej jazdy. Ostatni raz kask miał na sobie pewnie w podstawówce podczas gry w unihokeja albo i nie. Za to wiwat dostawał i podczas gry i teraz podczas jazdy. Wtedy oklaski zakochanych dziewczyn z młodszej klasy, teraz rozdrażnionych aut. Planowanie trasy bardziej polega na rozmyślaniu, którego sąsiada spotka po drugiej stronie ulicy i czy zatrzyma się, aby poplotkować, czy będą jechali obok siebie na połowę szerokości ulicy i rozmawiali pedałując. Czy rower miał przegląd? Przegląd może nie, ale kolega kolegi kuzyna bardzo długo się jemu przyglądał zanim go "pożyczył" od sąsiada na szybki wyskok do miasta po masło. Ciekawe, czy sąsiad dalej cze-

ka aż tamten wróci z masłem.

Także, drogi kierowco, apel do ciebie: jak już zamkniesz okno po zwyzywaniu osoby poruszającej się zygakiem po ulicy, jak już wykrzyczysz, jak bardzo nienawidzisz rowerzystów, pamiętaj, że nie każdy jest taki sam. A jeśli jesteś kierowcą Fiata 500, to radzę zjechać z drogi na chodnik i przepuścić rower z drabiną i nawet nie próbować się negatywnie odezwać, bo to ty nie mieścisz drabiny w bagażniku.

Fot. <https://pxhere.com/pl/photo/1601957>

“CZŁOWIEK WSPÓŁCZESNY” - RECENZJA FILMU “BO SIĘ BOI”

Filip Walasik

“Zrobiłeś coś niesamowitego! Widziałem ‘Bo się boi’ już kilka razy, ten film jest olśniewający na wielu poziomach. Za pierwszym razem nic nie wiedziałem o filmie i po prostu wyruszyłem z tobą w podróż. Za drugim skupiłem się na jego technicznej doskonałości. Język filmowy, jakim się posługujesz, jest niezwykle oryginalny i niepowtarzalny. Takie podejmowanie ryzyka jest niespotykane. Nie ma dziś wielu filmowców, którzy potrafią dokonać czegoś takiego i na takim poziomie” – powiedział Martin Scorsese do Ariego Astera, reżysera “Bo się Boi”. Niech te słowa, pod którymi się podpisuję, będą sugestią, aby iść do kina i samemu

się przekonać o ich prawdziwości. Gwarantuję, że czekają Was niezapomniane przeżycia. Przed Wami trudny seans, prowokujący do myślenia, wymagający skupienia i wytrzymania trzech godzin w kinowym fotelu.

Film opowiada o mężczyźnie imieniem Beau. Beau to człowiek na wskroś współczesny – pełen wszelakich lęków i fobii, doświadczający nerwicy natręctw i wykazujący aspołeczne zachowania. Beau, jak w tytule się boi. Odczuwa strach przed wszystkimi i wszystkim. Osobą, której najbardziej się lęka jest jego matka. Ze swoimi słabościami musi się jednak skonfrontować, gdy otrzyma wiadomość o jej śmierci. Po tej infor-



macji wyrusza w podróż, która nie pozostawi go i - przede wszystkim nas - obojętnym.

W tym momencie kończy się możliwość opowiedzenia fabuły tego filmu. Kończy się zatem jego linearność. To, co dzieje się potem, reżyser pozostawił do samodzielnej interpretacji i wyciągnięcia wniosków, które dla każdego mogą być inne, w zależności od osobistych doświadczeń.

Widać, że Ari Aster odrobił lekcję z psychologii i psychoanalizy (zwłaszcza koncepcji Freuda), co można dostrzec w całym filmie, w którym pojawia się wiele scen odwołujących się do różnych elementów tej koncepcji. Sprawia to, że dzieło Astera to jazda bez trzymanki po umyśle głównego bohatera.

Film jest perfekcyjnie wyreżyserowany i zrealizowany. Dawno nie widziałem w kinie takich ruchów kamery, ujęć, które wywołują dreszcze na plecach, a także scenografii wychodzącej poza ramy naszej wyobraźni. Aster genialnie tworzy sceny i przyprawia je hipnotyzującym, niepokojącym klimatem, co można było zobaczyć we wcześniejszych filmach, szczególnie w dziele “Midsommar”. Jego talent, zarówno reżyserski, jak i

scenopisarski, osiąga w tym obrazie swoiste apogeum. Nie sposób nie docenić też jego pracy z obsadą. “Bo się boi” wiele by stracił, gdyby nie wcielający się w główną rolę Joaquin Phoenix, który zagrał fenomenalnie, oddając postaci część siebie, a co za tym idzie, zupełnie poświęcając się swojej roli. Phoenix w tym filmie bardzo wysoko zawiesił poprzeczkę także sobie samemu i jestem ciekaw, czy kiedyś ją przeskoczy.

Na uznanie zasługują też pozostali aktorzy: Patti LuPone, która w ostatnich trzydziestu minutach filmu daje aktorski popis, Amy Ryan perfekcyjnie odgrywająca cierpiącą i zagubioną po stracie syna matkę oraz Parker Posey w roli dawnej (czyżby?) miłości Beau.

“Bo się boi” gatunkowo uznawany jest za czarną komedię i horror. I mimo, że film ma w sobie mieszankę obu gatunków, przypisanie go do jakiegokolwiek z nich jest błędem. Ari Aster, tak jak powiedział Martin Scorsese, wynalazł własny gatunek - własny, niepowtarzalny i do bólu oryginalny - język filmowej opowieści. Nie znam we współczesnym kinie reżysera o tak wielkiej wyobraźni, dojrza-



łości, oryginalności w pomysłach i odwadze w kwestii mówienia własnym głosem w kinie. Dawno również nie widziałem filmu, który zrobiłby na mnie tak ogromne wrażenie jak "Bo się boi" pod względem konstrukcji fabuły, opowiedanej historii, zaskakiwania na każdym kroku i przekazywania przesłania. Równie dawno nikt nie uświadomił mnie tak mocno w kwestii potęgi, jaką może być wizualna narracja filmu. Każda scena jest tutaj przemyślana, wszystko z czegoś wynika, piętrzą się metafory i gdy wydaje się, że nie rozumiemy już nic, przychodzi zakończenie, które rozjaśnia nam postać

Beau Wassermanna. Poznajeśmy odpowiedzi, na pytania, między innymi, dlaczego Beau jest taki, jaki jest? Dlaczego się boi?

A czy my, znając już zakończenie i postawiwszy się na miejscu Beau, byśmy się nie bali?

Gdy idę spać, wciąż przed oczami pojawiają mi się sceny z tego filmu, nie mogę przestać o nim myśleć i nie mogę przestać go interpretować. Czy to nie świadczy o potędze (dobrego) kina?

Fot. <https://www.filmweb.pl/film/Bo+si%C4%99+boi-2023-10003754/posters>

„WERSY TWORZYŁY SIĘ SAME”

Marcin Klonowski

Wokalistka, maturzystka i debiutantka – to właśnie Julia Belter. Muzyka to nieodłączna lokatorka w jej domu, podobnie jak rockowe zespoły z lat 70 i 80. Czy wybrzmiewa to w jej pierwszej piosence? O rockowej refleksji, mocy, widowiskowości i tym, „Jaki byłby świat” z Julią Belter rozmawia Marcin Klonowski.

Marcin Klonowski: Twoja debiutancka piosenka przeleżała trochę w szufladzie, nim zdecydowałaś się ją zrealizować. Co Cię do tego ostatecznie przekonało?

Julia Belter: Wiele bliskich mi osób namawiało mnie do tego już od dawna, lecz ja jakoś nigdy nie czułam potrzeby publikowania swoich piosenek. Jednak, gdy nagrałam teledysk, dostrzegłam wielki potencjał w tym utworze. I tak, 4 kwietnia, zdecydowałam się umieścić nagranie na swoim koncie na YouTube. <https://youtu.be/AqnzN3oENJg>

M.K.: Ale to nie był Twój jedyny gotowy tekst, prawda? Miałas w czym wybierać. Dlaczego postawiłaś właśnie na "Jaki byłby świat"?

J.B.: Prawda, miałam w zanzardzu jeszcze parę tekstów, były one jednak bardziej pomysłami niż skończonymi utworami. Podczas pisania „Jaki byłby

świat” wersy tworzyły się same. Nie miałam najmniejszych problemów z doбором słów. Dzięki temu udało mi się stworzyć piękny tekst, a później również muzykę.

M.K.: A teledysk? Momentami stylizowany na starsze nagrania, wypada bardzo ciekawie. Ile czasu zajęła realizacja tego materiału?

J.B.: Muszę się przyznać, że demo nagrałam już dwa lata temu. Na tamten moment nie myślałam jeszcze o jego publikacji, natomiast sam teledysk powstał dość niedawno. Nagrywanie zajęło niecałe dwie godziny, najwięcej czasu poświęciliśmy na obróbkę. Dzięki pomocy Ani [Polowczyk] i Dominika [Kozickiego – przyp. red. x2], którzy są specjalistami w tej dziedzinie, udało nam się dokończyć go w jeden długi wieczór.

M.K.: Czas krótki, ale intensywny. W opisie teledysku widzisz nie tylko jako autorka słów i wokalistka, ale też kompozytorka muzyki. Widzimy Cię również we fragmentach wideo, grającą na gitarze.

J.B.: Tak, w „Jaki byłby świat” możemy usłyszeć nie tylko gitarę, jednak stanowi ona główny motyw utworu, w drugiej części wzbogacając go o solo gitaro-

we.

M.K.: A te instrumenty dopieszczające całość?

J.B.: Jest to piosenka o rockowym charakterze, więc oczywiście nie mogło zabraknąć basu czy perkusji. Dodatkowo możemy usłyszeć harmonijkę, która ma na celu urozmaicić utwór.

M.K.: Razem tworzą mocną, bardzo ciekawą melodię. Ale powiedz mi, nagrywając całość, na wszystkim zagrałaś sama?

J.B.: Jak wcześniej wspominałam, jestem autorką tekstu oraz muzyki, jednakże aranżacją nie zajmowałam się osobiście. Nie nagrywałam sama pojedynczych ścieżek głosowych każdego z instrumentów.

M.K.: Zatem jak to się stało, że trafiły one 'na taśmę'? Masz zespół, z którym je nagrywałaś?

J.B.: Zespołu nie posiadam. Przy pomocy programów muzycznych da się bardzo prosto nagrać melodię, później dograć wokal i piosenka gotowa!

M.K.: Czy można skorzystać z takiego nagrania w trakcie występów, dodając do tego gitarę i wokal na żywo?

J.B.: Czasem na koncertach używa się akompaniamentów, które wzbogacają występ na żywo. Gdy nie ma możliwości

zagrania z zespołem, jest to bardzo przydatna opcja.

M.K.: Na początku naszej rozmowy mówiłaś, że udało Ci się stworzyć piękny tekst. I rzeczywiście, trzeba Ci przyznać, że Twój debiut nie jest typowym 'umcaumca', które szturmem podbije radio i równie szybko z niego zniknie, zastąpione innym 'umcopodobnym' tworem. "Jaki byłby świat" należy do tego, może nieco niszowego, ale wyróżniającego się nurtu z potencjałem na wieloletnią rozpoznawalność. Widać, że chcesz coś słuchaczom przekazać.

J.B.: Tekst „Jaki byłby świat” ma skłonić słuchaczy do refleksji. Piosenka opowiada o tytułowym świecie, który byłby pusty i nudny, gdyby ludzie nie spełniali marzeń i nie robili rzeczy, które kochają. Zaznacza, aby zawsze kierować się sercem i nigdy się nie poddać.

M.K.: Jak myślisz, jakie reakcje on wywołuje? W końcu trafiłaś już do całkiem licznej grupy: niemal dwa tysiące wyświetleń w trzy tygodnie! To ładny wynik, a wydaje się, że Twój debiut idzie po więcej. Zdarza Ci się otrzymać od słuchaczy informację zwrotną?

J.B.: Jest mi bardzo miło, ponieważ piosenka wywołała pozy-

tywne reakcje – wiele osób pisało, że „Jaki byłby świat” to super utwór, gratulowali mi i życzyli dalszych sukcesów.

M.K.: Z takim głosem powinnaś mieć realne szanse, by te życzenia spełnić. Sam miałem okazję słyszeć Cię na żywo na Studniówce XVII LO w Poznaniu i już wtedy byłem pod wrażeniem Twojego wokalu. Z każdą sekundą nabierał mocy i coraz bardziej porywał tłum. Trudno się było nie przyłączyć i podobnie jest z „Jaki byłby świat”. Czuć, jak rozwijasz tu skrzydła w miarę śpiewania.



J.B.: Kiedy śpiewam, lubię zacząć łagodniejszym głosem, delikatnie. Wtedy finał piosenki staje się jeszcze bardziej widowiskowy. To świadomy zabieg, chociaż emocji na scenie nigdy nie da się zaplanować. Jedno jest jednak pewne: muzyka zawsze mnie porywa, dodaje skrzydeł i energii.

M.K.: Czy w takim razie możemy liczyć, że w najbliższym czasie Twoja szuflada otworzy się dla świata ponownie? Pracujesz nad skończeniem jakie-

goś z pomysłów?

J.B.: Mogę zdradzić, że po maturze, gdy będę miała więcej wolnego czasu, zamierzam skupić się na tworzeniu nowych piosenek. Mam wstępne pomysły, niektóre teksty są już nawet skończone. Mam nadzieję, że jeszcze w tym roku uda mi się opublikować nowe utwory w Internecie

M.K.: Uchylisz rąbka ich tajemnicy – gatunku, tematyki?

J.B.: Na pewno będą mieć roc-

kowy lub bluesowy charakter. Co do tematyki, mogę zdradzić, że najbliższa nowa piosenka będzie się różnić od tej debiutanckiej. Podejmie bardziej buntowniczą tematykę, lecz również skłoni do refleksji.

M.K.: A co dalej? Masz jakieś muzyczne marzenia?

J.B.: W przyszłości bardzo chciałabym wydać swoją płytę. Jest to moje marzenie, tak samo jak koncerty. Do tej pory udało mi się występować już na

kilku. Jest to niesamowite przeżycie. Na pewno chciałabym robić to dalej.

M.K.: Weszłaś w ten świat z klasą, więc z ochotą będę wypatrywać Twoich kolejnych kroków i utworów. Tymczasem wróć, po raz kolejny, do postawionego przez Ciebie pytania: „Jaki byłby świat”, do czego również wszystkich naszych czytelników gorąco zapraszam. <https://youtu.be/AqznN3oENJg>

Fot. Prywatne archiwum Julii

SAMOAKCEPTACJA – KLUCZ DO GŁOWY MŁODYCH LUDZI

Olga Kolszczyńska, Magda Pelka

Brak samoakceptacji to jeden z głównych problemów młodzieży w dzisiejszych czasach spowodowany presją ze strony rówieśników. Niska samoocena pojawia się także przez częste porównywanie się do innych. Mimo, iż jest to dość powszechne zjawisko, to także jedno z największych ograniczeń, jakie nakładamy sami sobie. Nawykiem, który warto wprowadzić do codzienności, jest bycie wdzięcznym. Zbyt często sku-

piamy się na swoich wadach i niepowodzeniach, przez co nie potrafimy docenić tego, co już mamy i co udało nam się osiągnąć. Często ludzie zapominają o tym, że nie ważne, co myślisz o sobie.

Trochę naukowego punktu widzenia

Badania na temat samoakceptacji przeprowadzane są już od dawnych czasów. W Internecie można znaleźć sporo wypowiedzi psychologów, specjalistów

i filozofów, dotyczących samoakceptacji wśród młodych dziewczyn i chłopców.

Najnowsze międzynarodowe badania realizowane we współpracy z WHO pokazały, że nastolatki w Polsce mają duży problem z postrzeganiem swojego wyglądu, zdrowia czy relacji z rodzicami. Te badania są wynikiem tego, że młodzi ludzie mają często niskie poczucie własnej wartości i porównują się do szczupłych, bogatych ludzi otaczających się luksusem. Samoakceptacja

stanowi istotny warunek akceptowania też innych ludzi.

Natalia Królak - edukator kulturalny odnosi się do badań WHO:

„Przerażają nas wyniki raportu opublikowanego przez WHO. Wynika z niego, że 52 proc. dziewczyn i 31 proc. chłopców w wieku 15 lat uważa swoje ciało za zbyt grube. Mało tego, ponad 64 proc. dziewczyn i aż 75 proc. chłopców nie czuje wsparcia ze strony znajomych. Podobnie wygląda sytuacja ze



wspieraniem ze strony nauczycieli: tylko 21 proc. nastolatków i 31 proc. chłopców odczuwa ich doping.”

Psycholog Aleksandra Musielak jest osobą, która przez swój zawód doświadczyła wielu sytuacji, w których słyszała skargi od młodych ludzi, lecz nie tylko, na temat niskiego poczucia własnej wartości i braku samoakceptacji:

„Zbyt dużo razy słyszałam; „nienawidzę swojego ciała”, „jestem za gruby”, albo „mam za małe piersi”. Brak samoakceptacji to nie tylko chęć zmiany własnego wyglądu i dopasowywanie się do panującego kanonu piękna. To często obniżone poczucie własnej wartości, przypisywanie sobie negatywnych cech i unikanie kontaktów z ludźmi. A to zachowania, które mogą doprowadzić

do stanów depresyjnych i aktów autoagresji. Z tym jako osoba pracująca z młodymi ludźmi chcę walczyć.”

Polskie nastolatki zajmują najmniej korzystne miejsce w rankingu, mając najwyższy wskaźnik negatywnego postrzegania własnego ciała. Młodzież plasuje się na przedostatnich pozycjach w rankingu oceny swojego zdrowia.

Teraz porozmawiajmy...

Przeprowadziłyśmy także wywiad z Panią prof. Iwoną Miś dotyczący właśnie samoakceptacji wśród uczniów IV Liceum Ogólnokształcącego im. Komisji Edukacji Narodowej w Poznaniu. Zapytałyśmy także o własną akceptację Pani profesor:

-Czym jest dla Pani samoakceptacja?

-Samoakceptacja to najlepsza

rzecz, jaką można zrobić dla siebie samego, dla mnie jest to rzecz niezbędna do życia. To jest taka równowaga między ciałem, duchem i samym sobą. Bez tego człowiek nie może się doskonalić i musi dążyć do zaakceptowania siebie.

-Czy zauważa Pani jakieś braki samoakceptacji wśród uczniów?

-Przykro mi to mówić, ale same braki. Moim zdaniem bardzo duża grupa młodzieży jest niedowartościowana i spowodowa-

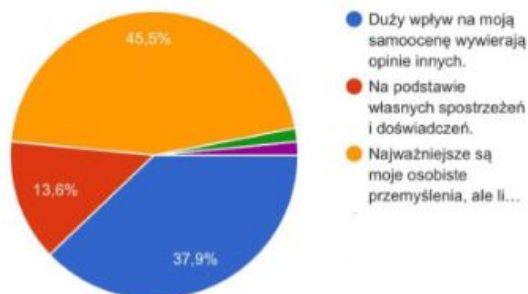
chodzi o samą wypowiedź, a wypowiedź ruchem. Widzę czasami, jak ktoś nie potrafi zrozumieć, że druga osoba jest mniej sprawna fizycznie. Co oczywiście nie jest powodem do wyśmiewania, pod żadnym pozorem nie wolno tego robić.

-Czy jako nauczyciel i wychowawca stara się Pani jakoś podnosić pewność siebie uczniów i ich wspierać?

-Staram się bardzo. Myślę, że każdy człowiek, który pojawił się na Ziemi ma prawo być i żyć

W jaki sposób budujesz swoją samoocenę?

66 odpowiedzi



ne jest to nadmiernym wymaganiem ze strony ich samych i rodziców.

-Czy uważa Pani, że wpływa to jakoś na pewność siebie?

-Zdecydowanie wpływa na pewność siebie, to jest, uważam, oczywiste. Nie trzeba nawet o to pytać.

-Jeśli chodzi o pewność siebie, gdy uczeń wypowiada się na forum klasy, to czy widzi Pani jak inni uczniowie oceniają jakoś w sposób negatywny tego mówiącego?

-To znaczy ja mam trochę inną specyfikę przedmiotu. Ja widzę trochę inaczej, może nie jeżeli

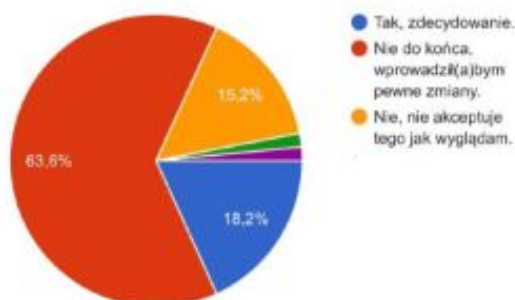
i każdy ma coś, co potrafi i co może wnieść i zaoferować innym. Bardzo lubię młodych ludzi, tylko czasem nie doceniać siebie samych. Nie można się doskonalić, jeśli sam nie akceptujesz tego, jaki jesteś, czy jak wyglądasz. Aby coś zmienić, najpierw trzeba to zaakceptować.

-Ma Pani pracę, w której wymagany jest kontakt z innymi ludźmi. Czy wpływa to jakoś na Pani samoocenę?

-Nie wydaje mi się, aby praca z ludźmi wpływała jakoś na moją samoocenę. Ja musiałam sama siebie pokochać i siebie zaakceptować, bez względu na

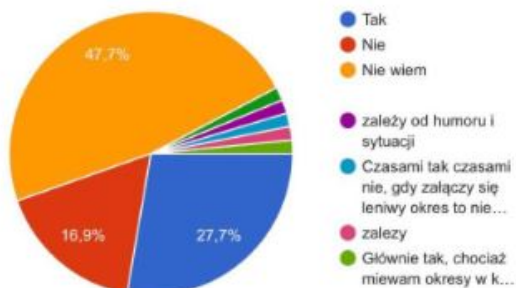
Czy w pełni akceptujesz swoje odbicie w lustrze?

66 odpowiedzi



Czy jesteś z siebie dumny(a)?

65 odpowiedzi



to, gdzie pracuję. Obojętnie co robię, to siebie kocham. Najważniejsza jestem ja i jeżeli ja siebie kocham i siebie rozwijam, to potrafię wtedy dać coś innym, w tym przypadku uczniom i nauczycielom.

-Czyli stawia siebie Pani na pierwszym miejscu, tak?

-Tak, najpierw siebie, później innych. Ja muszę być okej ze sobą, żebym mogła podzielić się tym, co potrafię z innymi. Miło mi bardzo, gdy mam tego odbiór.

Z perspektywy uczniów...

Nawiązując do rozmowy z prof. Miś, przeprowadziłyśmy ankietę

wśród uczniów IV LO, która miała przedstawić nam punkt widzenia młodzieży uczęszczającej do szkoły średniej.

W ankiecie wzięło udział 66 osób w wieku 15-17 lat. Są to uczniowie klas trzecich po podstawówce. Ankieta składała się z 7 pytań, zarówno zamkniętych, jak i takich, w których można było dodać własną odpowiedź.

Pierwsze pytanie dotyczyło sposobu budowania samooceny przez uczniów naszej szkoły. Aż 30 osób postawiło na swoje osobiste przemyślenia, a niewiele mniej - bo 25 osób uznało, że duży wpływ na ich samo-

ocenę ma opinia innych. Najmniejsza liczba osób (9) zaznaczyła odpowiedź, która mówi, że uczniowie budują swoją samoocenę na podstawie wyłącznie własnych spostrzeżeń i doświadczeń.

Na pytanie: Czy w pełni akceptujesz swoje odbicie w lustrze? 64% osób odpowiedziało „nie do końca, wprowadził(a)bym pewne zmiany”, 18% „tak, zdecydowanie”, natomiast „nie, nie akceptuję tego jak wyglądam” zebrało 15% głosów. Na podstawie tej ankiety możemy dostrzec jak, dużo młodzieży nie akceptuje tego jak, wygląda.

Następne pytanie dotyczyło tego, czy osoba ankietowana jest dumna z tego co robi, gdzie się znajduje w życiu. Mimo, iż trudność tego pytania była niewielka, znaczna większość uczniów (47,7 proc.) zaznaczyła odpowiedź „Nie wiem”. Drugą odpowiedzią w kolejności najczęściej wybieranych była odpowiedź „Tak, jestem z siebie dumny”, którą wybrało 27,7 proc. ankietowanych. 16,9 proc. osób zaznaczyło „Nie”, co oznacza, że nie są z siebie dumni. Pojawiały się także pojedyncze odpowiedzi, z których wynikało, że bycie dumnym z siebie zależy od innych czynników.

samooceny czy nawet brak pewności siebie nie pozwala nam poprosić o pomoc kogoś z rodziny, przyjaciół czy kogoś z bliższego grona. 36,4 proc. uczniów, w przypadku pojawienia się problemu, szuka wsparcia w najbliższych. Na szczęście znaczna mniejszość odpowiedzi wskazywała, iż ankietowani nawet nie podejmują próby rozwiązania danego problemu.

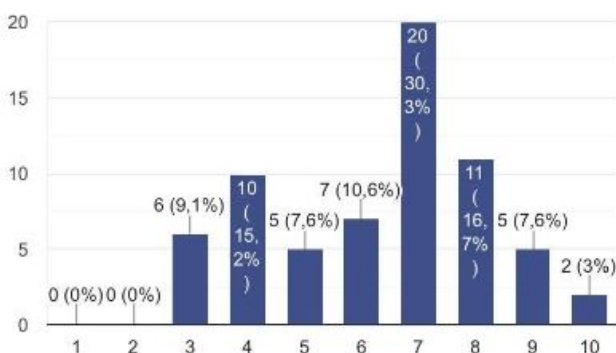
Na koniec zapytałyśmy ankietowanych o poziom ich samooceny. Dwadzieścia osób oceniło ją na 7 w skali od 1 do 10, sześć osób na 3, dziesięć na 4, pięć na 5, siedem na 6, jedenaście na 8, pięć na 9 i tylko dwie na 10.

Jak widać zdania są podzielone. Niektórzy oceniają siebie oraz swoją samoocenę dość wysoko. Z drugiej strony, spora część osób - jak wspomniała nasza bohaterka - pani prof. Miś ocenia siebie dość krytycznie.

Pamiętajmy, że nasza samoocena jest bardzo ważna dla nas samych i dla osób przy których jesteśmy.

Poziom twojej samooceny.

66 odpowiedzi



Jedno z ostatnich pytań odnosiło się do radzenia sobie w sytuacjach problemowych. Jak widać na grafice załączonej wyżej, większość ankietowanych, ponieważ aż 56,1 proc. samodzielnie stawia czoło problemom. Lecz nie zawsze jest to dobre rozwiązanie. Niekiedy nie jesteśmy w stanie sami poradzić sobie z jakimś wyzwaniem, a niestety zaniżony poziom