



## LA MEVA GERMANA PERFECTA



Proposta didàctica de Ramon Breu

### SINOPSI

*La meva germana perfecta* és el primer llargmetratge de Sanna Lenken, guionista i directora sueca i ens parla d'una preadolescent, la Stella (Rebecka Josephson), que viu completament eclipsada per la seva germana gran, la Katja (Amy Deasismont), una patinadora sobre gel d'èxit a qui tothom admira. A poc a poc, la Stella se n'adonarà que la seva germana amaga un problema invisible als ulls dels seus pares i del seu entorn.

La Stella és l'autèntica protagonista de la pel·lícula, interpretada per una jove actriu d'onze anys, neta d'Erland Josephson, un dels actors preferits d'Ingmar Bergman. La noia se n'adona que la seva germana, pressionada per la seva activitat física pateix d'anorèxia i de bulímia, dos trastorns alimentaris que afecten al voltant del 10 % de les dones en els països occidentals.

Quan els pares intenten ajudar la Katja ho fan amb poc encert i és en aquell moment en què el drama es torna més asfixiant, quan els personatges mostren la realitat d'aquesta greu malaltia. Stella, probablement la persona més conscient de la gravetat del problema, s'enfonsa com la resta de la seva família, però per tornar a aixecar-se i tenir la certesa que la seva idealitzada germana es podrà recuperar.

En realitat, *La meva germana perfecta* plasma algunes vivències personals de la directora Sanna Lenken. Quan s'estrenà el film, la cineasta va explicar que ella va viure la malaltia de molt a prop, va patir anorèxia i la seva germana va estar sempre molt preocupada per ella perquè creia que acabaria morint-se.

La pel·lícula no només reflecteix el dolor i el patiment de la malalta, sinó també la desorientació i l'esquinçament emocional de la família, i de la germana petita que en algun moment vol seguir també les passes de la gran.

L'anorèxia és només un dels temes del film, els altres són l'amor entre germanes, una fonamental per combatre la malaltia, l'afany de superació i la lleialtat als éssers estimats. El suport familiar és l'element fonamental per a la Katja, qui finalment intentarà millorar i superar el problema

## **FITXA DE LA PEL·LÍCULA**

Títol original: Min lilla syster (My Skinny Sister)

Any: 2015

País: Suècia

Durada: 105 minuts

Direcció: Sanna Lenken

Guió: Sanna Lenken

Producció: ARTE, Film I Väst, Fortune Cookie Filmproduktion

Fotografia: Moritz Schultheiß

Muntatge: Hanna Lejonqvist

Música: Per Störby Jutbring

Intèrprets: Rebecka Josephson (Stella); Amy Deasismont (Katja); Annika Hallin (Karin); Henrik Norlén (Lasse); Maxim Mehemet (Jacob); Ellen Lindbom (Iga); Hugo Wijk (Henrik); Noam Asseraf (Andrés); Karin de Frumerie (Larare).

## PANTALLA D'ACTIVITATS

1. Escriviu la sinopsi del film.
2. Com és la Stella? I la Katja? Descriviu la seva família així com la vida que porten.
3. L'incident de l'ou de la Katja que es menja la Stella, què ens va mostrant sobre el desenvolupament de la història?
4. Quan la Stella és conscient de l'anorèxia de la seva germana?
5. El pare li proposa a la Stella que s'integri en un grup de biologia, que és una altra de les seves aficions, en comptes del patinatge sobre gel. Ella, però, s'hi nega. Per què? Per què el pare li fa aquest suggeriment?
6. Per què la Katya no vol anar al restaurant ni menjar amb la família?
7. Quin significat té la seqüència en què la Stella trenca el mirall dels lavabos de l'institut?
8. Per què creieu que els pares accepten que la Katja es vulgui curar sola?
9. Per què, en els minuts finals de la pel·lícula, la Stella diu que ja no li interessa el patinatge sobre gel?
10. Quin significat té la darrera escena en què la Stella i els seus amics deixen anar uns escarabats a la muntanya?
11. Realitzeu un debat a classe sobre *La meva germana perfecta* i intenteu arribar a conclusions sobre l'anorèxia entre els adolescents.

## LLENGUATGE I TÈCNiques AUDIOVISUALS

1. En els primers instants de la pel·lícula la Stella té entre les seves mans un escarabat. Es tracta d'un pla de detall. En què consisteixen els plans de detall?
2. *La meva germana perfecta* està plena de primers plans sobre la Stella. Quina funció fan aquests plans? Per què creieu que la directora va decidir fer servir aquesta mena de plans tan curts?
3. En els minuts 46 i 77 observem uns tràvelings frontals sobre la protagonista. Què és un tràveling? Quans tipus de tràvelings hi ha?
4. Recordeu la banda sonora del film? Torneu a sentir-la almenys en els darrers minuts de la pel·lícula. Què us suggereix? Creieu que està ben escollida?

Vegeu el blog de suport: <http://lenguatgecinematografic.wordpress.com/>

## TRÀVELING DE LECTURES

### A DE ANOREXIA

*Tiene 17 años y no voy a dar sus datos personales, porque no sé si quiere salir a la luz pública. Digamos que se llama A., aunque su nombre ni siquiera empieza por esa letra; pero he pensado que es una vocal que le iría bien, porque es la A de anorexia, la A de angustia. Y también la A de análisis, por la formidable capacidad intelectual de esta muchacha para juzgar su realidad; y la A de admiración, la mía, mi asombro y mi admiración más absolutos ante la carta que he recibido de A., tan bella, tan conmovedora y tan madura (...).*

*Me pide A. que intente convencer a las adolescentes de que “querer parecerse a una top-model no es nada sano”. Ella es anoréxica desde los 14; pesa 45 kilos y, aunque es de una suprema delgadez, se ve “gorda y fea”. Llegó a estar con 38 kilos y la hospitalizaron. Ahora es también bulímica, “porque se puede ser anoréxica y bulímica a la vez”, esto es, se pueden tener crisis de glotonería compulsiva e imparable (hay quien llega a devorar basuras) seguidas de temporadas de ayuno absoluto: “le quito comida del plato a mi hermana pequeña. Me doy lástima”.*

*A. intentó suicidarse pero no lo logró (“ni en eso tuve éxito”): a sus 17 años ha recorrido ya un largo camino en el infierno. Ese itinerario tan duro y doloroso se le nota en la madurez de su carta (“es un trastorno tonto y egoísta, pero no puedo luchar contra ello”), en su lucidez. “No quiero que enfermen más chicas”, dice A., “no quiero que nadie pase por esto”. Ésa es la razón por la que me escribe, ya digo, para que lo explique, utilizando el altavoz de este periódico, que la obsesión por perder kilos es la puerta hacia ese infierno en el que ella habita: “A mí no me hacen caso, y lo entiendo: una anoréxica aconsejando a las jóvenes no adelgazar es algo irónico. Y más con la pinta que yo tengo”.*

*Tiene razón A.: últimamente ha habido un terrible incremento en la cifra de adolescentes que enferman de anorexia. Como todos los desórdenes mentales graves, la anorexia y la bulimia son dolencias muy complejas cuyos mecanismos aún no se comprenden claramente. Probablemente haya unas causas psicológicas, unas condiciones anímicas, pero también puede haber una influencia química y biológica. Tal vez una dieta idiota y fulminante, llevada a cabo por una adolescente sana para lograr embutirse en cuatro días dentro de un bikini dos tallas más pequeño de lo debido, puede provocar en ese cuerpo inestable y en pleno cambio puberal un desajuste bioquímico de tal calibre que dispare los mecanismos letales de la anorexia y la bulimia. Y así, pasarse todo un fin de semana comiendo tan sólo un triángulo de quesito en porciones o una manzana (conozco muchachas que hacen esto) sería como jugar a la ruleta rusa, como meterse un pico de caballo en la vena: una estupidez y además un riesgo incalculable de quedarse en el intento, con la*

*cabeza reventada por la bala o enganchada para siempre al tormento de la droga dura.*

*Dice A: "Sufro leyendo las revistas en verano y al pasar por tiendas dietéticas, porque yo empecé por ahí. Entrar fue una tarea muy fácil pero salir es muy difícil". Es lo mismo que podría decir un yonqui, un drogadicto. Si ahora mismo me está leyendo alguna muchacha de la edad de la frontera de la carne; si te está creciendo el pecho, las caderas; si no te gusta tu cuerpo, que ha cambiado tanto en pocos meses y quisieras tener el vientre en tabla de una modelo despampanante, quiero que sepas que, hagas lo que hagas, jamás podrás tener la línea escultural de la mujer de las fotos. Pero hay algo más crucial que debes saber, y es que eso no importa en absoluto; que tu cuerpo, aunque no lo creas, es bonito; que te acostumbrarás a él, y acabará gustándote. Y lo que es aún mejor: que te gusta y gustará a los demás, esto es: que te amarán.*

*Porque la belleza, la belleza real, la del día a día, la del placer y del amor auténtico, no está hecha de muslos de mármol y nalgas exquisitas, sino de una expresión, de una vitalidad, de una inteligencia; del sentido del humor, de la ternura, de la palabra adecuada en el momento adecuado, del calor y el atractivo infinito de una sonrisa. ¿Lo estoy haciendo bien, querida A.? Recuerda: una dieta loca y mucho ejercicio físico, dice los médicos, te hacen candidata a la anorexia, esto es, a la enajenación y el sufrimiento: "Me odio y me doy asco". Al finalizar su carta, A. dice: "hágame el puñetero favor de ser feliz". Habría que hacerle caso.*

Rosa Montero. *El País*. Citat a Cañete, E. / Fernández, D./ Rodríguez, D. (1997)  
BAOBAB. Llengua Castellana 4t d'ESO. Barcelona: Castellnou

### Activitats

- 1.- Quina diferència hi ha entre l'anorèxia i la bulímia? Segons la vostra opinió, quines causes socials influeixen en l'aparició de l'anorèxia?
- 2.- Per què creieu que A va arribar a intentar suïcidar-se?
- 3.- Per què creieu que Rosa Montero diu que A és una persona madura malgrat els anys que té?
- 4.- Comenteu aquesta frase: "La belleza real no está hecha de muslos de mármol, sino de inteligencia, ternura y calor". En què consisteix per a vosaltres la bellesa?
- 5.- Escriviu una carta a A per explicant-li els vostres sentiments sobre el text que heu llegit.

## COSSOS ARTIFICIALS

La bellesa és qüestió de genètica o de programes informàtics? Cada dia les revistes ens mostren centenars de fotografies d'aparença gairebé perfecta. Moltes de les persones que veuen aquestes fotos pensen que són desgraciades per no ser així o per no conèixer gent així. En realitat, la seva única mala sort és no conèixer un dissenyador gràfic que pugui retocar les seves fotografies. Retocar una foto no consisteix només a canviar el color dels ulls. Moltes fotografies que veiem cada dia a les revistes i als anuncis han estat tan retocades que gairebé no s'assemblen a la realitat que reflecteixen.

Quan es tracta d'una portada de revista, de campanyes de publicitat o de les fotografies d'una publicació tipus Playboy, el retoc es transforma en una operació de cirurgia estètica d'alt nivell: la forma de la cara es fa més fina, s'esborren tots els porus per suavitzar la pell fins a semblar de porcellana, es treuen les arrugues, s'eliminen les bosses de sota els ulls, es compensen les ombres molestes, es ressalta el color dels ulls, es redueix la cintura, es fan créixer els pits, es treuen les venes, s'augmenten els malucs o les natges...

A partir d'una fotografia vostra o de la premsa, sotmeteu-la a les tècniques del programa Photoshop i mostreu la imatge abans i després del tractament. Abans, però, i perquè us serveixi de referència observeu aquest vídeos:

<http://www.youtube.com/watch?v=iYhCn0jf46U>

<http://www.youtube.com/watch?v=tGBj13QtN-E>

[http://www.youtube.com/watch?v=hS\\_\\_gzZpQLE&feature=related](http://www.youtube.com/watch?v=hS__gzZpQLE&feature=related)

[http://www.youtube.com/watch?v=1\\_IpUu55Ae4&feature=related](http://www.youtube.com/watch?v=1_IpUu55Ae4&feature=related)

Després responeu les següents qüestions:

1. Si ens comparéssim amb les noies que apareixen en els anuncis, seria una comparació adequada i justa?
2. Creieu que aquestes imatges retocades són habituals en el nostre entorn? Quin efecte poden tenir en nosaltres?
3. Quins prejudicis poden generar la comparació entre fotografies de models retocades i el nostre aspecte? Què caldria fer?
4. Qui es beneficia de la insatisfacció amb el propi cos que moltes persones tenen?

**Conclusió:** Determinats mitjans de comunicació garanteixen implícitament que les dones primes seran més felices, tindran més èxit professional i social i, en general, viuran millor. Per això, un missatge que es repeteix de manera constant és el de la necessitat d'aconseguir un cos perfecte i prim, que s'associa a èxit i felicitat, com si una cosa digués a l'altra de manera automàtica.

La publicitat ofereix de manera continuada un model de perfecció que no existeix. Amb el maquillatge és possible aconseguir certs resultats però són necessaris temps i uns professionals que no estan a l'abast de tothom.

Els efectes del maquillatge i de l'anomenat Photoshop formen part de les manipulacions que hi ha darrere dels anuncis publicitaris i els mitjans de comunicació. A l'hora d'observar les imatges de models i noies que apareixen a les revistes i en els anuncis publicitaris cal tenir present totes les manipulacions i el treball professional que hi ha al darrere. Una persona normal, del carrer no pot comparar-se amb aquestes models, ja que es tractaria d'una comparació injusta.

Rastrejant la Xarxa:

<http://www.lavanguardia.com/de-moda/belleza/corporal/20150521/54431367467/una-mujer-con-anorexia-difunde-un-video-para-alertar-sobre-la-enfermedad.html>

<https://www.youtube.com/watch?v=Xrp0zJZu0a4#t=120>

<http://videos.lavanguardia.com/20141111/54419199619/que-cambiaras-de-tu-cuerpo-las-sorprendentes-respuestas-de-ninos-y-adultos.html>

<http://www.lavanguardia.com/salud/20120501/54287796366/peligros-chicas-barbie.html>

## **CONTRACAMP: ASPECTES DIDÀCTICS PER AL PROFESSORAT**

### **Elements de debat i relacions que es poden establir**

- Les causes i les conseqüències de l'anorèxia i la bulímia
- Pressió esportiva i anorèxia.
- El paper de l'entorn (família, amics, amigues) en un cas d'anorèxia.
- L'acceptació del propi cos.
- La valoració de les capacitats intel·lectuals i afectives per sobre de les físiques.
- El culte al cos.
- El suport i l'acompanyament en les malalties alimentàries.

## **Objectius formatius**

- Comprendre el film.
- Reflexionar sobre les malalties alimentàries.
- Fer-se preguntes sobre les causes que porten a patir anorèxia.
- Reflexionar sobre com s'imposen socialment els models i els cànons de bellesa del cos de les dones.
- Observar actituds de solidaritat i acompanyament a les persones afectades d'anorèxia i bulímia.
- Reflexionar sobre la necessitat de construir i d'afermar la pròpia identitat davant les pressions socials.

## **Criteris d'avaluació**

- Visionat atent, correcte i respectuós del film.
- Respondre adequadament a les qüestions de comprensió i de llenguatge cinematogràfic de forma reflexiva i interessada.
- Capacitat per relacionar i entendre les diferents problemàtiques socials i polítiques plantejades en el film.
- Identificar els temes i subtemes del film.
- Lectura dels textos de la proposta didàctica i realització adequada de les activitats.
- Participació activa en els debats que es puguin suscitar.
- Expressió escrita i oral correcta de les feines proposades.