

## INTRODUCCIÓN

¿Quién no ha tenido nunca un complejo por su aspecto físico? Tener complejos es humano, ya que nace de nuestra condición de seres imperfectos y de que somos conscientes de ello. El problema es cuando esta obsesión por lucir una imagen perfecta deriva en una patología, la dismorfofobia, ese miedo a exponer las “deformidades” del cuerpo y la incapacidad de ver nuestro cuerpo tal y como es en la realidad. Y esto puede pasar sobre todo en la adolescencia, la época en la que el cuerpo se define y la personalidad aún no está muy formada. Los jóvenes son muy vulnerables y necesitan la aprobación de los demás para pertenecer al grupo, y sobre todo mantener su autoestima. Sin embargo el entorno escolar es el que más puede influir en el carácter del acomplejado, expuesto a las burlas de los compañeros por ciertas características físicas que pueden acabar en apodosos humillantes. Este es el marco y la situación de nuestra película grabada en un solo plano secuencia.

## TEMA

El título de este corto “Complejos” hace obvio el tema del que trata. La Real Academia Española de la Lengua define el complejo así: *“Conjunto de ideas, emociones y tendencias generalmente reprimidas y asociadas a experiencias del sujeto, que perturban su comportamiento”*. Los complejos pueden ser de tres clases: físicos, psicológicos y sociales. Esta película se centra en los primeros, como aquellos pensamientos irracionales sobre sí mismo, o sobre una característica física concreta, que nos impiden disfrutar de la vida de una forma sana, porque influyen de una forma negativa en el sujeto creando inseguridad y baja autoestima. Los complejos surgen como respuesta a la comparación a los estereotipos de belleza que nos imponen las modas de la sociedad. Superar los complejos es un proceso complicado en este entorno, y pasa por aprender a quererse uno mismo, aceptándose tal y como uno es, buscando lo positivo de nuestra personalidad y valorando más el interior que la apariencia externa.

## COMPLEJOS

### FICHA TÉCNICA

Título original: **COMPLEJOS**  
Dirección y realización: **Alumnos de IMAGEN Y EXPRESIÓN curso 2012-13**  
Duración: **8'**  
Producción: **IES EUROPA Ponferrada**  
Año: **2014**

### SINOPSIS

Todos tenemos nuestros complejos, pero si podemos, nos cebamos con las imperfecciones físicas del que está a nuestro alrededor.



## OBJETIVOS PEDAGÓGICOS

- Conocer la existencia de los complejos físicos, psíquicos y sociales.
- Reconocer los problemas psicológicos que puede generar un complejo mal asumido.
- Analizar la actitud propia con respecto a nuestros propios complejos y buscar soluciones.
- Reflexionar sobre la gravedad de las consecuencias de reírse de los complejos ajenos.
- Potenciar el dar más valor al interior de las personas por encima de la imagen externa.
- Utilizar los medios audiovisuales para tratar temas educativos de una forma más directa y atractiva.

## PREGUNTAS PARA EL DEBATE TRAS EL VISIONADO

### HABLEMOS DEL TEMA

- ¿Tienes algún complejo físico? ¿Te impide disfrutar de algunos momentos de tu vida? ¿Has llegado a estar excesivamente obsesionado con alguna imperfección física de tu cuerpo?
- ¿Piensas que vivimos en una sociedad en la que se valora en exceso la apariencia externa?
- En tu centro escolar ¿conoces algún caso de alguien del que se rían sus compañeros por su aspecto físico?
- ¿Es normal tener complejos? ¿Y si son obsesivos? ¿Qué podemos hacer para superarlos?
- ¿Opinas que las chicas tienen más presión que los chicos por tener un cuerpo perfecto? ¿Por qué? ¿Tienen ellas más complejos? ¿Son distintos los complejos según el sexo?



### HABLEMOS DEL CORTOMETRAJE

- En este corto todos tienen complejos, pero se ríen de los de los demás. ¿Suele pasar eso? ¿Cuál es la razón?
- ¿La imagen que tiene sobre sí misma la chica nueva, se ajusta a la opinión de los demás compañeros? ¿Por qué? ¿Cómo llamarías a eso?
- El vídeo tiene una estructura circular: empieza con el profesor y se cierra con él. ¿Por qué sucede eso? ¿Qué efecto se pretende conseguir?
- ¿Crees que las imperfecciones físicas de los actores son reales o ficticias? ¿Piensas que la grabación de este corto ha supuesto una terapia de aceptación de los complejos de los actores?

### HABLEMOS DE CINE

- ¿Cuántos planos tiene este cortometraje? ¿Sabes cómo se llama este recurso cinematográfico? ¿Por qué crees que se ha grabado así?

## LARGOMETRAJES RECOMENDADOS SOBRE EL TEMA

**KLASS** (2007) Ilmar Raag. *Amrion*

**NUNCA ME HAN BESADO** (1999) Raja Gosnell. *Fox Pictures*

**JUNO** (2007) Jason Reitman. *Fox Searchlight Pictures*