Eximia journal

www.eximiajournal.ro

Vol. 14/2025

PLUS COMMUNICATION

International Communication & PR

Eximia Journal
Vol. 14, 183-193, 2025
ISSN: 2784-0735
www.eximiajournal.com

Awareness of Mental Journey in Filipino Film

Kamalayan ng Pangkaisipang Paglalakbay sa Pelikulang Pilipino

Gaihe, Mae Ann, EdD
Catipay, Trina Marie A.,DA
Largo, Rowena C., EdD
Alvarado, Elsie T., DA, PhD
Bacalla, Lita, A, DA, PhD

Departamento ng Filipino
Cebu Normal University, Osmeña Blvd., Cebu City

Abstrakt

Ang pelikula ay isa sa pinakamakapangyarihang midyum ng sining na nagdadala ng malalim na impluwensiya sa lipunan. Bilang anyo ng panitikan na nagbibigay ng malaking impluwensiya sa bawat indibidwal, isang mapagkukunang libangan kundi isa ring mabisang paraan upang ipahayag ang kultura, kasaysayan, at panlipunang reyalidad ng isang bansa. Sa Pilipinas, ang industriya ng pelikula ay patuloy na nagbabago at umaangkop sa makabagong teknolohiya upang makasabay sa pandaigdigang kompetisyon at dahil na rin sa makabagong teknolohiya na kung saan higit na mapapadali ang paghahatid ng mga kaalaman at higit na mauunawaan at makatutulong sa madaliang pagtugon. Ang pinakaimportanteng bagay sa buong mundo ay maaaring dalhin ng guro sa silid- aralan sa pamamagitan ng paggamit ng educational media, ang konseptong abstrak ay maaaring ipakita sa pamamagitan ng pelikula. Layunin ng pag-aaral na masuri ang kamalayan ng mga piling pelikula sa nagwagi sa Gawad Urian na tinitiyak na mabigyan ng kasagutan ayon sa tema, bisang pangkaisipan, at epekto sa mental na kalusugan at damdamin. Ginamit ang "Descriptive Research Method " na naglalaman ng mga nararapat na impormasyon na kailangan sa pamamagitan ng pagsusuri sa nilalaman (Content Analysis) bilang paraan sa pagsisiyasat sa mga piling pelikula na nagwagi sa Gawad Urian na nakatuon sa tema, bisang pangkaisipan, epekto ng mental na kalusugan, damdamin at interbensyon. Batay sa kongklusyon, ang mga pelikula ay isang makabuluhang sining at intrumento o tulay na tunay na nagbibigay ng kamalayan sa iba't ibang pangyayari sa lipunan na magsisilbing gabay, repleksyon at nagbibigay kamulatan sa kasalukyang panahon. Ang mga pelikula ay naglalahad ng kwento at nag-uudyok rin nang higit na malalim na pag-unawa at pagkilos para sa ikabubuti ng bawat mamayang Pilipino at lipunan na kumilos para sa patuloy na pagbabago at pag-unlad ng kamalayan pangkaisipan sa paglalakbay, pagtangkilik at pagpapalaga sa mga pelikulang Pilipino.

Susing-salita: Pelikula, tema, bisang pangkaisipan, epekto ng mental na kalusugan, damdamin, interbensyon

Abstract

Film is one of the most powerful mediums of art that carries a profound influence on society. As a form of literature that significantly impacts individuals, it is not only a source of entertainment but also an effective means of expressing a nation's culture, history, and social realities. In the Philippines, the film industry continues to evolve and adapt to modern technology to keep up with global competition and facilitate the faster dissemination of knowledge, making information more accessible and responsive to societal needs. The most important things in the world can be brought

into the classroom by teachers through the use of educational media, as abstract concepts can be effectively presented through film. This study aims to examine the awareness of selected Gawad Urian-winning films, ensuring answers are provided based on their themes, intellectual impact, and effects on mental health and emotions. The "Descriptive Research Method" was used, incorporating content analysis as an investigative approach to assess these award-winning films based on themes, intellectual impact, mental health effects, emotions, and interventions. The study concludes that films are a significant art form and a bridge that genuinely raises awareness of various social events, serving as a guide, reflection, and enlightenment in contemporary times. These films narrate stories and also provoke a deeper understanding and action for the betterment of every Filipino and society, encouraging continuous change and intellectual growth through the appreciation and support of Philippine cinema.

Keywords: Film, theme, intellectual impact, effects on mental health, emotions, intervention

Introduksyon

Ang pelikula ay isa sa pinakamakapangyarihang midyum ng sining na nagdadala ng malalim na impluwensiya sa lipunan. Bilang anyo ng panitikan na nagbibigay ng malaking impluwensiya sa bawat indibidwal, isang mapagkukunang libangan kundi isa ring mabisang paraan upang ipahayag ang kultura, kasaysayan, at panlipunang reyalidad ng isang bansa. Sa Pilipinas, ang industriya ng pelikula ay patuloy na nagbabago at umaangkop sa makabagong teknolohiya upang makasabay sa pandaigdigang kompetisyon at dahil na rin sa makabagong teknolohiya na kung saan higit na mapapadali ang paghahatid ng mga kaalaman at higit na mauunawaan at makatutulong sa madaliang pagtugon. Ang pelikula bilang bahagi ng panitikan ay pinakamabilis na panghatak ng atensyon sa mga mag- aaral. Batay sa naging karanasan at obserbasyon ng mga mananaliksik, mahirap magturo dahil sa kakulangan ng materyal na gagamitin, kawalan ng interes ng mgamag- aaral, kakulangan sa kaalaman at pagtangkilik ng dayuhang pelikula sa halip na tangkilikin ang sariling atin at kinakailangang pagtuunan ng pansin ang halaga ng lokal na pelikula bilang isang makapangyarihang kasangkapan sa pagpapalaganap ng pagkakakilanlan bilang Pilipino.

Ang pinakaimportanteng bagay sa buong mundo ay maaaring dalhin ng guro sa silid-aralan sa pamamagitan ng paggamit ng educational media, ang konseptong abstrak ay maaaring ipakita sa pamamagitan ng pelikula. Ayon pa rin sa kanya ang pelikula ay makapagpapagaan ng komunikasyon at ang proseso nito ay maging epektibo ang pagkatuto ng mga mag-aaral. Samakatuwid dahil sa pelikula ay mapapadali ang pagtuturo at pagkatuto. Ipinaliwanag na ang pelikula ay isang *educational landscape*. Ito ay kagamitang pagtuturo na lilinang ng mga kakayahan ng mga mag-aaral. Patunay lamang na maaaring gamitin sa indibidwal o pangkatang gawain. Tunay na mahalaga ang pelikula sa lipunan dahil ito ay nagtataglay na maglahad ng mga kwentong may kabuluhan. Ito ay nagpapahayag ng mahahalagang isyu sa lipunan gaya ng maraming pelikulang Pilipino ang tumatalakay sa kahirapan, korapsyon, diskriminasyon, at iba pang suliraning panlipunan. Sa pamamagitan ng mga pelikulang ito, napupukaw ang damdamin at kaisipan ng manonood upang mas magkaroon ng kamalayan sa kanilang kapaligiran. Ang pelikula ay nagiging salamin ng reyalidad na maaaring makapagbigay ng inspirasyon o babala sa mga tao tungkol sa kanilang hinaharap.

Ang kamalayan ay tumutukoy sa estado ng isip kung saan ang isang tao ay may kakayahang makaranas, makaintindi, at makapagproseso ng impormasyon. Ang kamalayan sa pelikula ay isang

mahalagang aspeto na dapat na bigyan ng halaga dahil hindi lamang ito tungkol sa sining at aliwan kundi isang malakas na kasangkapan para sa edukasyon, aktibismo, at pagpapahayag ng katotohanan. Sa pamamagitan ng pelikula, maaaring mamulat ang tao sa mas malalalim na isyu, lumawak ang kanilang pananaw, at mas lumakas ang kanilang boses sa lipunan. Ang kamalayan sa pelikulang Pilipino ay mahalaga dahil ito ang nagbibigay ng mas malalim na kabuluhan sa mga kwentong Pilipino, na hindi lamang para sa aliwan kundi para rin sa pagpapalawak ng kaalaman, pagpapalakas ng pagkakakilanlan, at pagbibigay-liwanag sa mahahalagang isyu sa ating lipunan.

Ang kamalayan o sikolohiya ay tumutulong sa pagpapalalim ng emosyon, pag-ugali at pagdesisyon upang gawing kompleks at relatable ang mga tauhan sa pamamagitang ng pagpapakita ng iniisip at nararamdaman. Ito rin ay lumilikha ng emosyonal na konekyon sa manonood na nagpaparamdam ng takot, saya, lunkot, galit at pag-asa at ang sikolohiya o kamalayan ay may mahalagang papel sa pagtatakda ng emosyon sa pamamagitan ng musika, sinematograpiya at aktuwal na pagganap ng mga artista. Sa pagsusuri ng lipunan at kultura ay tumutulong ang sikolohiya o kamalayan na mailarawan ang epekto ng kultura, kasaysayan at panlipunag isyu ng isang indibidwal o grupo na ipinapakita ang epekto ng kahhirapan, distarura giyera at iba pang suliranin sa pag-iisip ng tao. Pinapakita rin ang pagpapataas ng antas ng pagtanggap at pag-unawa na ang pelikula ay tumutulong upang alisin ang *stigma* sa mga sikolohikal na sakit at maipakita na ang mental na kalusugan ay kasinghalaga ng pisikal na kalusugan

Sa kasalukuyang panahon, maraming kabataan ang naaapektuhan ng mga temang karahasan, imoralidad, at materiyalismo na madalas ipakita sa mga pelikula. Ang kawalan ng tamang gabay mula sa magulang at guro ay maaaring magdulot ng maling interpretasyon sa mga mensahe ng pelikula dahil dito, nagiging mahalaga ang papel ng *censorship at media literacy* upang matiyak na ang mga pelikulang pinapanood ng kabataan ay may maayos at positibong epekto sa kanilang pag-unlad.

Ang pagkilala ang mahuhusay na pelikulang Pilipino, ang Gawad Urian, isang prestihiyosong parangal na iginagawad sa pinakamagagandang obra sa industriya ng pelikula sa bansa. Ayon sa Manunuri ng Pelikulang Pilipino, layunin ng Gawad Urian na itaas ang antas ng diskurso hinggil sa kalidad ng pelikulang Pilipino at pasiglahin ang diyalogo sa pagitan ng mga tagalikha ng pelikula at ng publiko. Ang ganitong pagkilala ay mahalaga upang hikayatin ang mga Pilipinong manonood na suportahan ang sariling pelikula at bigyang-pansin ang kahalagahan nito sa pagbubuo ng pambansang pagkakakilanlan. Sa pamamagitan ng mga gantimpalang tulad ng Gawad Urian, nagkakaroon ng motibasyon ang mga direktor, manunulat, at artista na pagbutihin ang kanilang mga likha. Maraming *independent filmmakers* ang lumilikha ng de-kalidad na mga pelikula na may malalim na nilalaman at may layuning imulat ang publiko sa mahahalagang isyu. Ang pag-usbong ng *digital filmmaking* ay nagbigay ng bagong pag-asa sa mga baguhang direktor at prodyuser na nais ipakita ang kanilang talento sa paggawa ng pelikula. dapat bigyang-halaga ang mga pelikulang nagpapakita ng yaman ng ating kultura at kasaysayan. Ang papel ng publiko sa industriya ng pelikula ay hindi lamang bilang manonood kundi bilang tagapagtaguyod ng de-kalidad na sining. Kung magiging mas mapanuri ang mga Pilipino sa kanilang pinapanood, mas mahihikayat ang mga gumagawa ng pelikula na lumikha ng mas makabuluhang mga obra. Mahalaga ang pelikulang Pilipino sapagkat ipinapakita ang mga isyung panlipunang patuloy na bumabagabag sa bansa. Bilang natatanging bagay na nagbubuklod sa mga Pilipino, naging

instrumento ang mga pelikulang ito upang gisingin ang kamalayan ng mga tao sa tunay na mukha ng lipunan. Ang kahalagahang- pangkatauhang inilalarawan sa mga pelikula ay nakatutulong upang mapaigting ang mga ginintuang- aral na napulot at sa gayon ay kung ang ginagawa ng bawat indibidwal ay nakabubuti ba o nakasasama sa kapwa at sa uri ng lipunang ginagawalan.

Ang pelikulang Pilipino ay makatutulong sa guro sa paghubog ng mga mag- aaral na maging mapanuri sa paghusga sa kagandahan at sining upang makita ang kahalagahan at kabuluhan nito. Ang pelikula ay may malaking kaugnayan at kahalagahan sa buhay ng bawat tao sa kadahilang naiuugnay ng tao ang kanyang mga karanasan sa mga pelikula at sa pamamagitan nito nagkakaroon ng pagkakataon ang tao na makapagnilay upang mabigyang katumpakan ang kanyang ginagawa.

Paglalahad ng Suliranin

Layunin ng pag-aaral na masuri ang kamalayan ng mga piling pelikula sa nagwag**i** sa Gawad Urian na tinitiyak na mabigyan ng kasagutan ayon sa tema, bisang pangkaisipan, at epekto sa mental na kalusugan at damdamin.

Metodolohiya

Ginamit ang "Descriptive Research Method" na naglalaman ng mga nararapat na impormasyon na kailangan sa pamamagitan ng pagsusuri sa nilalaman (Content Analysis) bilang paraan sa pagsisiyasat sa mga piling pelikula na nagwagi sa Gawad Urian na nakatuon sa tema, bisang pangkaisipan at epekto ng mental na kalusugan, damdamin at interbensyon mula sa mga pelikulang 1999-Bata, Bata... Paano ka Ginawa? 2000- Bayaning Third World, 2003- Dekada'70, 2006- Ang Pagdadalaga ni Maximo Oliveros at 2008- Tirador.

Pagtatalakay at Mga Natuklasan

Sa bahagi ito inilalahad ang mga datos na nalikom, ang pagsusuri at pagpapakahulugan nito.

Tema

Ang tema sa pelikula ay ang pangunahing paksa na nais iparating ng pelikula sa mga manonood. Ito ang nagsisilbing sentral na mensahe na bumabalot sa kwento, mga tauhan, at mga pangyayari sa pelikula. Ipinaliwanag nina Bordwell at Thompson kung paano ang tema ay isang mahalagang elemento sa pelikula. Binibigyang-diin nila na ang tema ay maaaring ipahayag sa pamamagitan ng *visual storytelling*, *dialogue*, at *character development*. (Bordwell & Thompson,

2017). Tunghayan ang mga tema mula sa piling pelikula. Bata, Bata... Paano ka Ginawa? Bayaning Third World, Dekada'70, Ang Pagdadalaga ni Maximo Oliveros at Tirador.

Sa pelikulang "Bata, Bata... Paano ka Ginawa?" ay matutunghayan ang temang Feminismo at solong ina na pinangungunahan ni Lea ay humarap sa paghuhusga ng lipunan bilang isang solong ina, sakabila ng mga paghuhusga ng mga tao ay ipinakita na maging matatag at may paninindigan bilang isang babae. Pinatunayan niya na kaya niyang buhayin at palakihin as mabuti ang kanyang mga anak maging iba man ang mga ama nito at pinalaki niya na malapit sa isa't isa. Ayon kay Aguilar (1998), Ang mga babaeng Pilipino ay madalas inilalarawan bilang isang ina at asawa subalit ang kontemporaryong pelikula ay nagpapakita ng pagsisisikap na lumaya mula as patriyarkal na sistema. Ito ay isang katotohanan na kung ang mag-asawa ay hindi na magkasundo ay nanaisin pa na maghiwalay at ito na ang mga pangyayari kung sadyang hindi na maaayos pa ang relasyon at ang pipiliin ng mga modernong kababaihan ay lumaya na.

Talahanayan 1
Tema

Bata, Bata… Paano Ka Ginawa?	**Bayaning Third World**	**Dekada '70**	**Ang Pagdadalaga ni Maximo Oliveros**	**Tirador**
Feminismo	Nasyonalismo	Diktatura	Gender identity	Kahirapan
Solong ina	Kasaysayan	Aktibismo	Pagtanggap ng lipunan sa LGBTQ+	Krimen

Samantalang ang "Bayaning Third World" ay napapalooban ng temang nasyonalismo at kasaysayan na ang mga pangyayari sa pelikula ay inilalantad ang iba't ibang pananaw at pagpapakahulugan ng kasaysayan gayundin ang pagpapakita ng paghubog ng kasalukuyang panaho as pag-intiindi sa nasyonalismo at kasaysayan. Dito ay binubuhay ang iba't ibang pagpapakahulugan kay Rizal bilang marti, rebolusyonaryo at kahit isang taong may pagdududa as rebolusyon at ito ay nagpapamalas ng komplkadong papel ng kasaysayan sa pagtataguyod ng nasyonalismo. Ayon kay White (1973) , ang kasaysayan ay hindi isang simpleng pagtatala ng mga totoong pangyayari kundi isang pagsasalaysay na gumagamit ng mga literaryong elemento gaya ng banghay at ang mga histoyaryador ay hindi lamang nagdodokumneto ng nakaraan kundi lumilikha rin ng kahulugan mula as isang mahalagang pananaw. Ito ay nagbibigay ng pagsusuri kung paano binubuo at binabago ang kasaysayan batay as iba't ibang pananaw na nauugnay sa pelikulan kung saan ang kasaysayan ni Rizal ay inilalahad as iba't ibang lente.

Ang "Dekada'70" naman ay kakikitaan ng temang diktadura at aktibismo nang mabatid ni Amanda Bartolome na isa sa kanyang mga anak ay pinatay as pagiging aktibista laban sa

diktadurya. Ipinakita ang matinding sakit at hirap ng maraming Pilipino noong Martial Law. Ito ay maiuunay as pag-aaral ni Santos(1983) na nagkaroon ng epekto ng Batas Militar as iba't ibang sektor ng lipunan dahil hindi naging madali ang naging karanasan ng mga tao as panahong ito sapagkat sila ay dinadakip, kikulong, pinahihirapan at kung minsan ay pinapatay na nadulot ng matinding pangamba sa mamamayang Pilipino.

Sa pelikulang "Ang Pagdadalaga ni Maximo Oliveros" ay nagpapamalas ng relasyon ni Maximo sa isang pulis at ang relasyon ng kanyang pamilya at komunidad ay naglalahad ng mga pagsubok at pagtanggap ng gender identity at LGBTQ+. Nagkaroon ng tensyon sa kanyang identidad bilang isang bakla at pagiging isang ganap na lalaki as kanyang pamilya at komunidad. Mahirap para sa kanyang ama at mga kapatid ang kanyang pagkatao ngunit sa bandang huli ay naging protektibo nang maramdaman na posibleng malagay sa panganib si Maximo at ipinakita rin ang uri ng kanyang komunidad at ang pagtanggap sa kanyang pagkatao. Isang katotohanin din na ang pagtanggap as LGBTQ+ ay maaaring iba-iba sa uri ng komunidad ngunit sa makabagong panahon ngayon ay tinanggap at binigyan ng karapatan ang mga LGBTQ+.Ayon nga kay David (2019),sinusuri kung paano inilalarawan as pelíkula ang karanasan ng LGBTQ+ sa bansa.

Ang "Tirador" na pelikula ay naglalahad ng temang kahirapan at krimen na makikita sa mga pangyayari ng pag-aabuso sa mga kabataang mahihirap at nagpapakita ng kawalan ng hustisya sa mga nasa laylayan ng lipunan. Ito ay nagpapakita sa kasalukuyan na hanggang sa ngayon ay masasasihan na ang kahirapan at krimen talamak pa rin sa mahihirap na komunidad. Ito ay napapatunay na sinuri ni David (2014) na may ugnayan ang kahirapan at sistema ng hustisya ng bansa at ang kahirapan at krimen ay dulot ng kawalang ng oportunidad ng edukasyon at trabaho.

Sa kabuuan, ang mga pelikula ay isang sining at instrumento na magbigay kabatiran sa mga kaganapang nagaganap sa uri ng lipunan na ginagawalan at magsilbing gabay at repleksyon sa kasalukuyang panahon na nagdududlot ng epekto sa bawat mamamayang Pilipino.

Bisang Pangkaisipan

Ang bisang pangkaisipan at tumutukoy kung paano nakaaapekto sa pananaw at pag-iisip ng manonood.

Ang pelikulang "Bata, Bata... Paano ka Ginawa?" ay mula sa nobela ni Lualhati Bautista ay nagpapakita ng katotohanan sa buhay na ang pagiging dalagang ina tulad ni Lea sa lipunang Pilipino ay hindi naging madali. Dito ipinakita ang kahalagahan ng responsibilidad at pananagutan ng mga magulang at ang mga hamon sa pagpapalaki sa anak. Gaya ni Lea na may dalawang anak na magkaiba ang ama, ipinakita ang pagmamahal at pagrespeto sa bawat isa ay sadyang mahalaga kaysa sa sundin ang istriktong paniniwala tungkol sa tradisyunal na pamilya. Ayon kay Medina (2001), ang pamilyang Pilipino ay patuloy na nagbabago dulot ng modernisasyon at pagbabago as pananaw sa *gender roles* sa kanyang pag-aaral, binibigyang-diin niya na ang pagiging *single mother* ay hindi dapat na ituring na handa sa pagbuo ng isang maayos at masayang pamiya. Ito ay sadyang tunay sa bawat isa na may karapatang mamuhay na masaya anuman ang naging buhay ng isang ina.

Eximia Journal
Vol. 14, 183-193, 2025
ISSN: 2784-0735
www.eximiajournal.com

Talahanayan 2
Bisang Pangkaisipan

Epekto	Bata, Bata… Paano Ka Ginawa?	Bayaning Third World	Dekada '70	Ang Pagdadalaga ni Maximo Oliveros	Tirador
Nagustuhan.	Nagpapakita ng katotohanan. sa buhay	Higit na nauunawaan ang pagkabayani ni Rizal.	Naipapakita ang tunay na katotohanan ng. pamilya sa panahon. ng disktatura	Pagtanggap sa. LGBTQ+ Community	Ipinapakita ang ang tunay na buhay ng mga mahihirap
Naidulot sa lipunan.	Minumulat ang mga magulang at mga anak. tungkol sa halaga ng. pagmamahal sa pamilya.	Pinalalakas ang diwang. makbayan sa paglalahad. ng iba't ibang uri ng. kabayanihan.	Pinapakita ang halaga ng paninindigan at pagkakaisa ng pamilya. sa panahon ng kaguluhan.	Itinuturo ang halaga ng. pagkakapantay-pantay. at paggalang sa kapwa.	Ngabibigay ng kamulatan hinggil sa sa totoong lagay ng kahirapan at paano lulutasin
Kaugnayan sa Sitwasyon.	ang mga bata na lumaki sa blended families natutong magmahal. kahit magkaiba ang magulang.	Mga guro,sundalo nars at iba pang Ppopesyon na naglilingkod sa sa bayan	mga ina sa sumusuporta. sa mga anak na aktibista. o may paninindigan.	Pamilyang tinanggap. ang mga anak anuman ang kasarian.	Pamilyanng naghihirap na patuloy na nagsisikap upang makaraos sa buhay

Sa "Bayaning Third World" ay isang postmodernong pelikula na tinatalakay ang buhay at kabayanihan ni Rizal na ipinapakita nga kanyang kontribusyon as kasaysayan at ipnapakita rin ang iba't ibang pananaw as kanyang pagkatao. Sinuri ang ideya ng kabayanihan ni Rizal, hindi lamang ang kanyang kamatayan kung hindi ang mga nagawang reporma at adhikain. Sabi nga ni Ocampo (1990), na si Rizal ay hindi perpektong bayani ngunit isang batang may kahinaan at kalakasan tulad ng iba, gayundin kay Schumacher (1991) na ang tunay na diwa ng kabayanihan ni Rizal ay makikita sa kanyang intelektwal na ambag sa pagpapalaya ng kaisipan ng mga Pilipino. Gaya rin ng mga guro, sundalo, nars at iba pang propesyon na naglilingkod sa bayan.

Samantalang ang "Dekada'70" ay isang malakas at makapangyarihang kuwento na kung saan ang isa ay nagmamatyag sa kanyang anak na lumalaban as panahon ng diktatura. Matutunghayan sa pelikula kung paano naapektuhan ng batasmilitar ang pamilya ng bawat

mamamayang Pilipino at kung paano ang magkaiba ang pananaw ng magulang as kanyang anak sa politika. Ayon kay Ileto (1999), ang panahon ng kasaysayan ng Pilipinas ay nagbibigay-daan sa pag-usbong ng militanteng aktibismo sa hanay ng mga kabataan. Ang papel ng mga ina sa pagbubuo ng pulitikal na kamalayan sa loob ng pamilya ay isang mahalagang aspekto na binibigyang-diin ni Roces (2012) sa kanyang pag-aaral sa papel ng mga kababaihan sa panahon ng Martial Law. Pinapakita ang tunay na katotohanan ng pamilya sa panahon ng diktatura at pagsuporta, paninindigan at pagkakaisa ng pamilya sa panahong ito.

Ang pelikulang "Ang Pagdadalaga ni Maximo Oliveros" ay isang sensitibong usapin dahil ito ay tumatalakay sa *gender identity* mula sa isang konserbatibong lipunang Pilipino. Pinapakita ang buhay ng isang batang bakla na puno ng pagmamahal ng pamilya na dumanas ng diskriminasyon na kinakalingang harapin mula lipunan ngunit pinakita ng pamilya ni Maximo ang matibay na paninindigan at pagmamahal buhat sa kanyang pamilya. Para kay Garcia (2008), ang konsepto ng bakla sa kulturang Pilipino ay may natatanging aspekto na naiiba sa Western na ideyang *homosexuality*. Sa kanyang aklat, ipinaliwanag ang pagiging bakla as Pilipinas ay hindi lamang tungkol sa sekswalidad kundi may kaugnayan din sa *gender expression* at *roles* sa lipunan. Itinuturing pa rin ang halaga ng pagkakapantay-pantay ang panggalang sa kapwa.

Ang "Tirador" ay isang matapang na paglalantad na paglalahad ng kahirapan sa Maynila na nag-uudyok ng krimen at pagkasangkot sa mga *illegal* na gawain. Ipinapakita rito ang naging buhay ng mga kabataan na napilitang pumasok sa mundo ng krimen upang matugunan ang pangangailangan upang mabuhay sa gitna ng korapsyon. Sa pag-aaral ni Bourdieu (1986), kanyang pinaliwanag ang kapital- ekonomiko, sosyal at kultural ay may malaking papel sa kapalaran ng isang indibidwal. Ang kakulangan ng kapalit ay nagiging dahilan sa pagkakulong sa siklo ng kahirapan at kriinalidad. Dagdag pa ni Coronel (2011), ang sistemtikong korapsyon sa Pilipinas ay isa sa mga pangunahng dahilan ng hindi pagkakapantay-pantay sa oportunidad. Ito ay nagbibigay ng kamulatan sa totoong lagay ng kahirapan at paano lulutasin. Ang pamilyang naghihirap ay patuloy na nagsisikap upang makaraos sa buhay.

Sa kabuuan ang bisang pangkaisipan na nagsasaad sa epekto ng limang pelikula na "Bata, Bata... Paano ka Ginawa?", "Bayaning Third World", "Dekada'70", "Ang Pagdadalaga ni Maximo Oliveros" at " Tirador" ay nagbibigay ng kamalayan as iba't ibang aspekto ng katotohanan o reyalidad sa Pilipinas gaya ng pamilya, lipunan, kasaysayan, politika at identidad na makikita sa mga pelikula ay natutulungan ang mga manonood na maintindihan ang mga kaganapan sa lipunan at ganyakin o hikayatin na mag-isip at kumilos para sa pagbabago at paggawa ng tamang mga desisyon para as maayos, masagana at mapayapang buhay.

Epekto sa Mental na Kalusugan, Damdamin at Interbensyon

Ang epekto ng mental na kalusugan at damdamin ay nagsasaad ng mga pagbabago sa sikolohikal, kognitibo at emosyonal na estado ng isang tao at ang interbensyon ay estratehiya o sistematikong aksyon na isinasagawa upang matugunan o mabawasan ang mga suliranin.

Sa pelikulang "Bata, Bata... Paano ka Ginawa?" ang mga pangyayari na nangyari kay Lea ay nakadudulot ng pagkapagod at pagkabalisa at nakaapekto din sa damdamin gaya ng pagkalito at kalungkutan dahil hindi madali ang pinagdadaan ni Lea sa pag-aaruga sa mga anak kung kaya

upang maibsan ang mga ito ay may mga interbensyon gaya ng pagsasagawa ng counseling upang mapanatili ang *well-being* at pagtuturo ng *self- care emotional* reselience sa pamamagian ng *therapy.* Ayon sa World Helath Organization (WHO, 2020), mahalaga ang pagpapalaganap ng *mental awareness programs* upang mas lalong maunawaan ng mga tao ang kahalagahan ng kalusugang pangkaisipan.

Talahanayan 3
Epekto sa Mental na Kalusugan, Damdamin at Interbensyon

Epekto	Bata, Bata… Paano Ka Ginawa?	Bayaning Third World	Dekada '70	Ang Pagdadalaga ni Maximo Oliveros	Tirador
Mental na Kalusugan	Pagkapagod at Pagkabalisa.	Magkasalungat na paniniwala sa pagkatao ni Rizal	Takot sa Martial Law	Krisis sa pakakakilanlan	Depresyon
Damdamin.	Pagkalito at kalungkutan.	Pagtataka at pagnanais na malaman ang katotohanan	Matindng lungkot	Takot, sakit at pagtanggap	Pangamba at pagkabigo
Interbensyon sa metal at damdamin.	Pagsagawa ng counseling sa single mothers para. mapanatili ang well- being at pagtuturo ng self- care emotional resilience gaya ng. therapy	Magsagawa ng Psychoeducation tungkol sa kasaysayan. at magsagawa ng pagsusuri. upang maunawaan	Couseling at Therapy. at pagbibigay ng kwento. art therapy para maproseso. ang emosyon.	LGBTQ+ counseling. at community-building activities upang. suportahan ang pagtanggap sa sarili	Social programs at livelihood training at mentoring para magbigay inspirasyon

Habang "Bayaning Third World" naman ay magkasalungat na paniniwala sa pagkatao ni Rizal dahil na rin sa may kanya-kanyang pananaw ang mga tao na nagdudulot ng pagtataka at pagnanais na malaman ang katotohanan kung kaya maaaring magsagawa ng psychoeducation tungkol sa kasaysayan upang malaman ang katotohanan at magsagawa ng pagsusuri upang maunawaan na higit na mahalaga na ituro ang kasaysayan gamit ang masusing pagsusuri upang maging malinaw ang pag-unawa.

Ang "Dekada'70" ay nagdulot ng takot dahil sa Martial Law at matinding lungkot kaya mainam ang *counseling* at *therapy* gaya ng pagkukuwento at art theraphy para mas madali na maproseso ang emosyon. Ayon sa APA (2015) ang Philippine Psychological Assocaiton ay nagsasabi na ang epektibong paraan upang matulungan ang mga indibidwal na dumanas ng takot ay magkaroon ng *historical awareness programs* na makatutlong sa pagpapaliwanag ang epekto ng Martial Law sa kaysaysayan at sa *mental health*.

Samantalang ang pelikulang "Ang Pagdadalaga ni Maximo Oliveros" ay nagpapakita ng krisis sa pagkakakilanlan na nagdulot ng takot, sakit at pagtataggap na nangangailangan ng LGBTQ+ counseling at Community – Building activities upang matulungan ang pagtanggap sa sarili. Para kay Tan (2001) ay makatutulong sa diskriminasyon sa LGBTQ+ sa Pilipinas.

Ang panghuli ay "Tirador" na kakikitaan ng depresyon na naging dahilan ng pangamba at pagkabigo kaya ang *social programs* at *livelihood traning* gayundin ang *mentoring* ay makatutulong sa pagbibigay ing inspirasyon. Sa pag-aaral ni Jocano, (1997), ipinaliwanag niya kung paano nakaaapekto ang panlipunang pagpapahalaga sa mental at damdamin sa kalusugan ng mga Pilipino, lalo na sa mahihirap na sektor.

Sa kabuuan ang epekto ng mental na kalusugan at damdamin mula sa limang pelikula na "Bata, Bata... Paano ka Ginawa?", "Bayaning Third World", "Dekada'70", "Ang Pagdadalaga ni Maximo Oliveros" at "Tirador" ay napapalooban ng iba't ibang anyo ng kamalayan o sikolohikal na hamon na kinakaharap ng mga tauhan sa pelikula. Malinaw na naipakita ang pagkapago, pagkabalisa, takot at depresyon na ang dahilan ay ang panlipunang isyu tulad ng patriyarka, kasaysayan, diktatura, diskirminasyon at kahirapan upang mabigyan ng solusyon ay nangangailangan ng interbensyon gaya ng counseling, therapy, psychoeeducation at community-Building activities para mapanatili ang emotional resilience. Ito ay nagpapatunay lamang na ang tamang suporta ng lipunan, institusyon at organisasyon ay sadyang napakahalaga upang mapanatili ang malusog na pag-iisip at emosyon ng bawat indibidwal.

Kongklusyon

Ang mga pelikula ay isang makabulhang sining at intrumento o tulay na tunay na nagbibigay ng kamalayan sa iba't ibang pangyayari sa lipunan na magsisilbing gabay, repleksyon at nagbibigay kamulatan sa kasalukyang panahon. Ang mga pelikulang ito ay naglalahad ng kwento at nag-uudyok rin nang higit na malalim na pag-unawa at pagkilos para sa ikabubuti ng bawat mamayang Pilipino at lipunan na kumilos para sa patuloy na pagbabago at pag-unlad ng kamalayan pangkaisipan sa paglalakbay, pagtangkilik at pagpapalaga sa mga pelikulang Pilipino.

Rekomendasyon

Iminumungkahi na higit pang mapalakas ang kahusayan at papel ng pelikulang Pilipino bilang sining at tulay ng kamalayan at patuloy na pagsuporta ng pamahalaan at pribadong sektor ang produksyon ng mga pelikulang may temang panlipunan. Mahalaga rin na isama sa kurikulum sa paaralan upang mapalalim ang pag-unawa ng kabataan sa kasaysayan at isyung panlipunan. Dapat rin na magkaroon ng mag diskusyon, simposyum upang mabigyang- tuon ang epekto ng mga pelikula sa mental na kalusugan at emosyon ng mga manonood. Hikayatin din ang mga manunulat na at direktor na gumawa pa ng mga pelikula na nagpapakita ng reyalidad ng buhay na makapupukas sa isipan at damdamin ng mga Pilipino. Suportahan din amg mga institusyon at organisasyon para sa intenbensyon upang matulunga ang mga indibidwal na apektado sa mga isyung ipinakita sa mga pelikula.

Eximia Journal
Vol. 14, 183-193, 2025
ISSN: 2784-0735
www.eximiajournal.com

References

[1] Aguilar, D. (1998). *Toward a nationalist feminism.* Ateneo de Manila University Press.
[2] American Psychological Association. (2020). *Psychological first aid: Field operations guide* (2nd ed.).
[3] Bourdieu, P. (1986). The forms of capital. In *Handbook of theory and research for the sociology of education.*
[4] Coronel, S. (2011). *Pork and other perks: Corruption and governance in the Philippines.* Philippine Center for Investigative Journalism.
[5] David, J. (2019). *LGBTQ+ representation in Philippine cinema.*
[6] David, R. (2014). *Poverty and social justice in the Philippines.*
[7] Garcia, J. (2008). *Philippine gay culture: Binabae to bakla, silahis to MSM.*
[8] Ileto, R. (1999). *Pasyon and revolution: Popular movements in the Philippines.* Ateneo de Manila University Press.
[9] Jocano, F. (1997). *Filipino values system: A cultural definition.* Punlad Research House.
[10] Medina, B. (2001). *The Filipino family*. University of the Philippines Press.
[11] Ocampo, A. (1990). *Rizal without the overcoat.* Anvil Publishing.
[12] Roces, M. (2012). *Women's movements and the Filipina.* University of Hawaii Press.
[13] Santos, B. (1983). *Martial law and society in the Philippines.* University of the Philippines Press.
[14] Schumacher, J. (1991). *The propaganda movement.* Ateneo de Manila University Press.
[15] Tan, M. (2001). Survival through pluralism: The politics of sexual identity in the Philippines. *Journal of Homosexuality*.
[16] White, H. (1973). *Metahistory: The historical imagination in nineteenth-century Europe.*
[17] World Health Organization. (2020). *Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak.*