



Les films de Noël (B1-B2)

- ❖ Quelles sont les caractéristiques d'un « film de Noël » ?
- ❖ Avez-vous pour habitude d'en regarder ? Pourquoi ?
- ❖ Présentez brièvement votre film de Noël préféré.

DOCUMENT DÉCLENCHEUR

Pourquoi on raffole des films de Noël

Parfois mal joués, souvent très prévisibles, ils sont régulièrement moqués. Et pourtant très regardés.



Maman j'ai raté l'avion, Le Grinch, Love Actually, La Princesse de Chicago... Chaque mois de décembre, les films de Noël envahissent nos écrans. Parfois mal joués et souvent très prévisibles, ils sont rarement pris au sérieux. Pourtant, on les regarde toujours beaucoup. Plaisir coupable ou assumé, pourquoi attendons-nous avec impatience ces productions de fin d'année ?

Les films de Noël sont connus pour suivre un même type de scénario. Les intrigues et les décors sont en général extrêmement similaires. L'aspect prévisible qui en découle est communément moqué par le public. Mais c'est précisément ce qui plaît à notre cerveau, qui aime prédire la façon dont un film se terminera –un aspect particulièrement bienvenu en ces temps incertains de Covid-19. Selon la thérapeute Kati Morton, « savoir à quoi s'attendre est très relaxant. Ces films montrent une vie bien plus facile, libre de tout ce qui est inconnu et complexe dans une vie ordinaire. »

La spécialiste suppose qu'un plus grand nombre de personnes souhaiteront regarder des films de Noël cet hiver qu'habituellement, car ils présentent des façons simples de résoudre des problèmes complexes, comme trouver un partenaire, faire son deuil ou avoir envie ou non de voir sa famille.

« Tout est résolu en seulement une heure et demie ! », s'amuse Kati Morton, alors que ces étapes demandent des mois, voire des années, dans la vie réelle. Or, d'après la coach de vie Anita Kanti, notre cerveau, même s'il ne se l'avoue pas toujours, raffole des fins heureuses dans les films. Celles-ci nous donnent du courage et permettent de faire preuve de résilience.

Les films de Noël agissent comme des antidépresseurs

En dehors de leur aspect prévisible, c'est le caractère positif des films de Noël qui semble nous attirer, explique la thérapeute Saniyyah Mayo. « Les gens aiment penser à des choses positives. Les films positifs peuvent améliorer notre moral lorsque nous traversons des périodes difficiles. » Les films *feel good* comme ceux de Noël peuvent nous aider à nous sentir mieux, en agissant comme des antidépresseurs.

Ils sont en effet capables de modifier le niveau de nos hormones. D'après certaines recherches, les comédies romantiques en particulier pourraient activer la partie de notre cerveau qui libère de la dopamine (surnommée « l'hormone du bonheur ») et de l'ocytocine (parfois appelée « l'hormone de l'amour »).

Pour Tamara Makana Chock, professeure spécialisée en psychologie sociale des médias et de la communication, les films de Noël répondent à nos besoins d'évasion en période de stress. Ils permettent de nous échapper de notre quotidien et de relâcher notre pression, le temps du film. Bien qu'ils soient souvent peu réalistes, ils nous font rêver et penser à un monde meilleur, dans lequel tout est bien qui finit toujours bien.

Slate.fr, 15/12/2020

<http://www.slate.fr/story/198157/pourquoi-on-raffole-films-de-noel-previsible-cerveau-bonheur>





CONVERSATION

LEXIQUE

- Prévisible
- Moqué(e)
- Prendre qqch/qqn au sérieux
- Une intrigue
- Découler
- Prédire
- Raffoler
- Faire preuve de
- La résilience

PROPOSITIONS DE QUESTIONS

- ❖ Pourquoi les films de Noël sont-ils si populaires ? Qu'en pensez-vous ?
- ❖ Est-ce le cas dans votre pays ? Pourquoi ?
- ❖ Existe-t-il d'autres habitudes « incontournables » du mois de décembre ? Si oui, lesquelles ?

Devoir (oral) : Présenter l'histoire imaginaire d'un film de Noël à succès ! (2 minutes)

Devoir (écrit) : Sous la forme d'un article de presse spécialisée, faire la critique d'un film. (150 mots)

