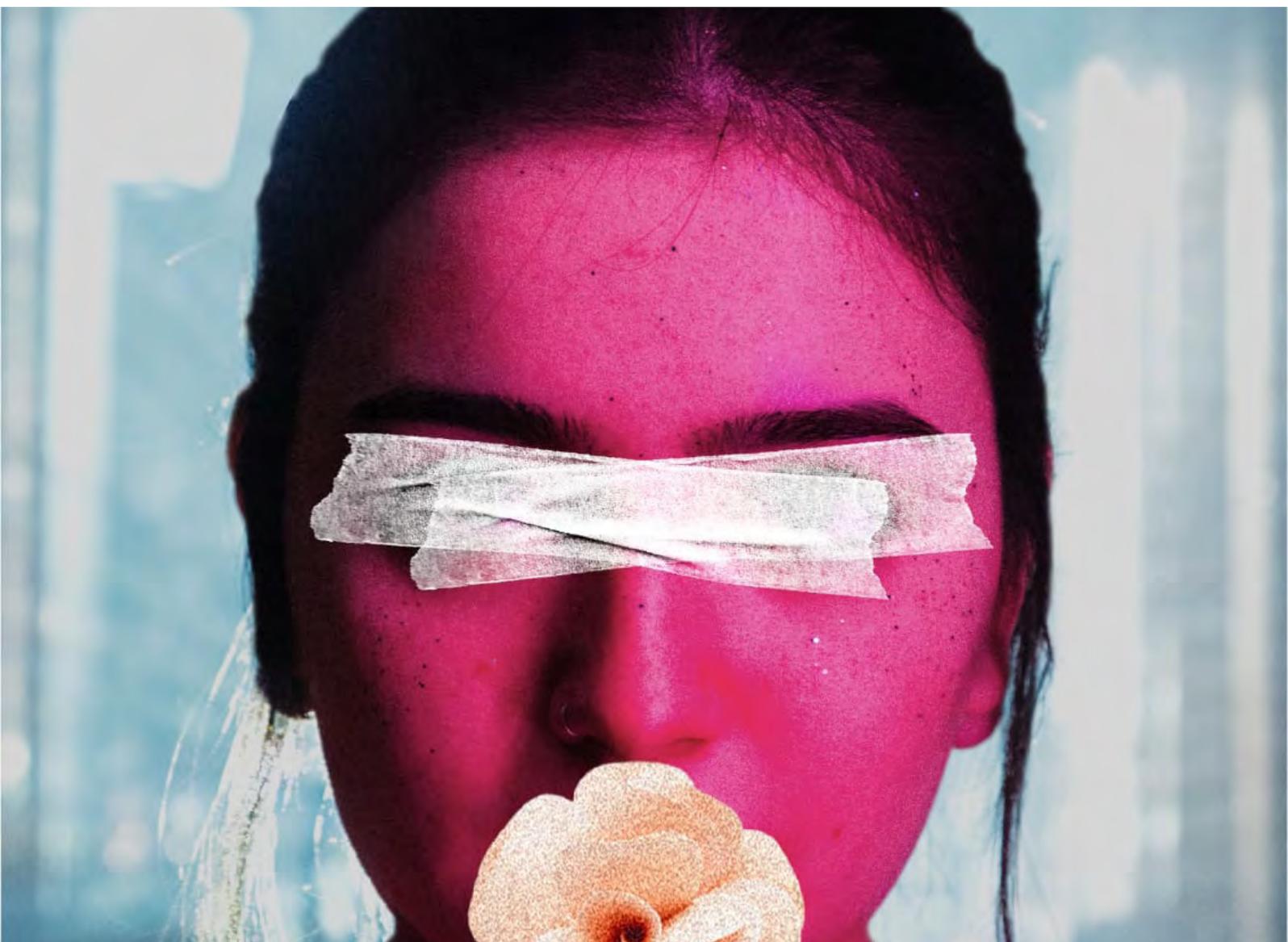




LUXEMBOURG CITY FILM FESTIVAL

DU 2 AU 12 MARS 2023



**PAULA**

**DOSSIER PÉDAGOGIQUE**  
14-19 ans

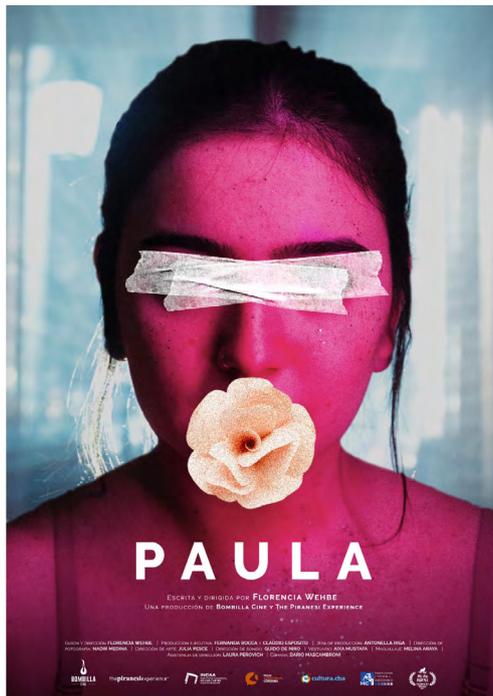
**PAULA**

ESCRITA Y DIRIGIDA POR FLORENCIA WEHBE  
UNA PRODUCCIÓN DE BOMBILLA CINE Y THE PIRANESI EXPERIENCE

<b>INTRODUCTION AU FILM</b>	<b>3</b>
Présentation du film .....	3
L'histoire de Paula .....	3
<b>AVANT LA PROJECTION : ANALYSE DE L’AFFICHE</b>	<b>4</b>
<b>ANALYSE DU GÉNÉRIQUE D’OUVERTURE</b>	<b>6</b>
<b>ANALYSE DU FILM</b>	<b>7</b>
De l'enfance à l'adolescence : l'imaginaire de la princesse .....	7
Distorsion de la réalité : miroirs, écrans et projections .....	10
De la proximité à l'effacement .....	12
La nourriture : entre dégoût et tentation .....	13
<b>THÉMATIQUES</b>	<b>14</b>
De génération en génération : pas à pas vers une sororité .....	14
Fiche d'information : troubles de conduites alimentaires .....	15

# PRÉSENTATION DU FILM

## FICHE TECHNIQUE



**Titre du film :** PAULA

**Réalisatrice :** FLORENCIA WEHBE

**Année :** 2022

**Pays :** ITALIE, ARGENTINE

**Interprètes :** Lucía Castro, Lara Griboff, Julieta Montes, Tiziana Faleschini, Liz Correa, Beto Bernuez, María Belén Pistone

**Production :** BOMBILLA CINE, THE PIRANESI EXPERIENCE

**Durée :** 90 MINUTES

## L'HISTOIRE DU FILM

Âgée de 14 ans, Paula est une adolescente mal dans sa peau, au point de haïr son corps. Afin d'exprimer ses sentiments et sa frustration, elle décide de créer un blog. Cette communauté virtuelle lui apporte du soutien et une oreille attentive avec qui partager ses problèmes. Elle y dévoile son quotidien, y compris des vidéos et photographies de ses proches prises à leur insu. Son obsession ne cesse de grandir et plonge l'adolescente dans le silence et la solitude.

*Paula*, c'est le portrait d'une jeunesse qui tente de se détacher des diktats de la beauté, c'est un appel à embrasser la sororité et l'amour de soi pour les générations d'aujourd'hui et celles à venir.

# AVANT LA PROJECTION : ANALYSE DE L’AFFICHE

En amont de la projection, nous t’invitons à observer attentivement l’affiche du film *Paula* et d’en extraire les informations qui te guideront vers une meilleure compréhension de l’histoire. Apprendre à lire des affiches de cinéma permet de développer à la fois **ton sens de l’observation et ton sens critique**, tout particulièrement à une époque où notre quotidien est dominé par les images.

Les affiches de films existent depuis le début de l’histoire du cinéma. D’abord dessinées à la main puis conçues numériquement, elles servent à promouvoir les films : tout comme une couverture de livre, l’affiche de cinéma est un visuel qui doit séduire le public et lui donner envie de découvrir l’œuvre.

**Sur la base de l’affiche du film *Paula* à la page 3, voici quelques pistes de travail. Fais l’exercice avant et après avoir regardé le film et compare tes réponses.**

- **Que vois-tu sur cette image ?**
- **Que fait le personnage ?**
- **Distingues-tu d’autres éléments ? Lesquels ?**
- **De quelle façon ces éléments sont-ils disposés sur l’image ?**
- **Quelles parties du visage sont cachées ? Pourquoi ?**
- **À ton avis, que signifie la présence de la rose ?**
- **Remarques-tu une couleur dominante ? Laquelle ? Qu’en penses-tu ?**
- **As-tu envie de voir le film ? Justifie ta réponse.**
- **À ton avis, de quoi l’histoire parle-t-elle ? Imagine l’intrigue.**
- **Au-delà de son aspect esthétique, l’affiche de cinéma offre une multitude d’informations écrites. À quoi correspondent les noms qui apparaissent ?**
- **Sur la partie basse de l’image sont affichés plusieurs logos : que représentent-ils ?**

## Analyse :

L’affiche du film *Paula* peut sembler au premier regard simpliste, voire même tape-à-l’œil, or elle est loin d’être anodine et regorge de significations cachées, tout comme de correspondances avec le film. En l’observant de plus près, il est possible d’identifier le personnage principal qui porte le prénom de Paula, prénom inscrit en majuscule dans le prolongement de sa nuque, au centre de l’image. Bien que l’héroïne du film soit représentée en plan rapproché, presque en gros plan, **son identité reste incertaine de par l’occultation de son regard et de sa bouche**. Ses yeux sont masqués par deux pansements disposés en croix, tandis qu’une rose ouverte lui couvre la bouche. Le buste est quant à lui coloré en rose et parsemé de paillettes.

D’une part, cacher les yeux de Paula est une façon d’évoquer **la vision biaisée qu’elle porte sur son propre corps**. Les pansements qui lui couvrent les yeux rappellent aussi la volonté de la jeune fille de **se rendre invisible à son entourage** et de **ne pas accepter** ses troubles alimentaires. D’autre part, les yeux comme la bouche sont deux organes qui jouent un rôle primordial dans les repas. Ils entrent directement en relation avec l’obsession de Paula, la nourriture : celle-ci est regardée puis ingurgitée. Ici, **la dissimulation des yeux comme de la bouche sert de parabole aux problèmes de l’héroïne**.

De plus, la **présence de la rose** recouvrant les lèvres n'est pas sans importance et suscite de l'intérêt. En effet, considérée comme la reine des fleurs, la rose a souvent été utilisée pour **représenter la beauté et la féminité**. Or, c'est en réaction aux diktats de la beauté idéale que Paula s'impose cette privation alimentaire. On peut notamment déceler là un **lien avec la religion catholique où la rose est riche de symboles** ; elle peut représenter la Vierge Marie, ou encore l'Incarnation. Pourtant, c'est cette même rose qui, en recouvrant la bouche de la jeune fille, empêche le passage de l'hostie, le corps du Christ : cette hostie-même que recrache Paula à l'église.



La **dominance de la couleur rose** sur l'image ne nous échappe pas : elle rappelle la fête à laquelle Paula, habillée de sa robe à paillettes, retrouve ses amies. Le rose peut être réduit à tort à une couleur simplement liée au genre féminin. Or, comme l'écrit Adrienne Rey sur Slate, « le rose est, aujourd'hui, souvent dénoncé comme **vecteur des inégalités hommes-femmes** »<sup>1</sup>. L'autrice définit d'ailleurs la couleur rose comme un « **symbole de résistance** » chez les milléniaux.

Outre le rose, on remarque que Paula est parsemée de paillettes, du visage à la poitrine. Les paillettes renvoient à la **féerie**, à l'**imaginaire des princes et princesses**, mais aussi à celui de la **fête** et de la **beauté superficielle**. Bien que l'affiche présente l'héroïne en beauté de par le maquillage et la couleur de rose qui attirent notre regard, elle **dénonce un mal-être profond** : celui de se priver de nourriture, un besoin primaire, dans le souci de correspondre à un idéal<sup>2</sup>. Ainsi, **l'affiche tend à faire la critique d'une « dictature » de la beauté pour laquelle des femmes sont prêtes à souffrir**.

Enfin, le visage mi-caché mi-découvert de Paula dissimule les expressions de l'héroïne, la rendant distante et non identifiable. Cette posture lui fait perdre toute humanité. Le portrait renferme l'héroïne sur elle-même. Obsédée par son poids, entraînée dans une sorte de **spirale infernale**, Paula semble n'être plus que le **reflet d'elle-même**. Elle s'efface peu à peu derrière un corps qu'elle rejette.

.....

<sup>1</sup> Adrienne REY, « La vie en rose ou l'avènement du 'millennial pink' », in Slate, 2017. [En ligne], page consultée le 15 décembre. URL : <https://www.slate.fr/story/152696/la-vie-en-rose-ou-lavenement-du-millennial-pink>.  
<sup>2</sup> Découvre la série de photographies d'Hannah Altman, « And Everything Nice », qui dénonce les stéréotypes de la beauté féminine avec des paillettes : [https://www.huffpost.com/entry/hannah-altman-glitter-photos\\_n\\_6715708?utm\\_hp\\_ref=media&ir=Media](https://www.huffpost.com/entry/hannah-altman-glitter-photos_n_6715708?utm_hp_ref=media&ir=Media).

# ANALYSE DU GÉNÉRIQUE D'OUVERTURE



Le générique est une partie du film qui permet de découvrir toutes les personnes ayant travaillé à sa création, comme les acteur·rice·s et le réalisateur ou la réalisatrice. On parle d'un générique d'ouverture, aussi appelé « début du film », et d'un générique de fin. Alors que les noms peuvent simplement se retrouver sous forme de texte ajouté sur les images ou sous forme de texte déroulant, certains films font parfois preuve d'originalité : en incluant des scènes supplémentaires, en faisant défiler le générique à l'envers, en le présentant sous forme de dessin animé, etc.

En ce qui concerne le film *Paula*, le générique d'ouverture commence quelques minutes après le début du film et transporte le public dans un univers coloré et fleuri. Le travail graphique rappelle l'art du collage où l'on combine plusieurs sources différentes. Le générique annonce d'ores et déjà les thématiques et les problématiques qui vont marquer l'histoire.

- Toutes les images ci-dessus sont tirées du générique d'ouverture du film.**  
**À ton avis, quel est le message véhiculé à travers ces collages ?**  
**À quelle(s) partie(s) du film peux-tu les associer ?**  
**Quels sont les points communs entre les images du générique et l'affiche ?**

# ANALYSE DU FILM

## DE L'ENFANCE À L'ADOLESCENCE :

## L'IMAGINAIRE DE LA PRINCESSE

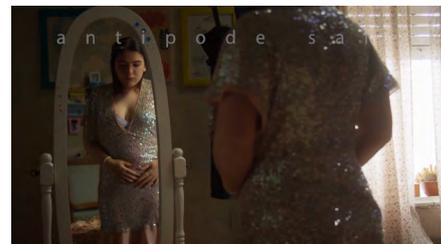
La structure du film *Paula* est simple et **linéaire** : nous suivons le quotidien d'une adolescente du nom de Paula qui s'apprête à fêter ses 15 ans. **Dans les pays latino-hispaniques, il s'agit d'un âge important dans la vie d'une fille car il marque le passage de l'enfance au statut de femme.** Pour célébrer cet anniversaire, les familles organisent une grande fête.

Dans le film, **Paula** est donc l'héroïne, l'**élément moteur** de l'histoire : tous les événements que nous observons et les personnages que nous rencontrons sont le résultat de ses actions et de ses pensées. Le début du film est marqué par la **robe à paillettes** que Paula souhaite porter. Celle-ci se révèle trop petite et le tissu craque. À partir de cet instant, le vêtement se transforme chez l'adolescente en une obsession et crée chez elle un besoin de mincir rapidement au point de se priver de nourriture. La robe devient l'**élément déclencheur** de son trouble alimentaire et reviendra au cours du film.

*Fais des recherches et trouve comment s'appelle cette fête d'anniversaire traditionnelle.*

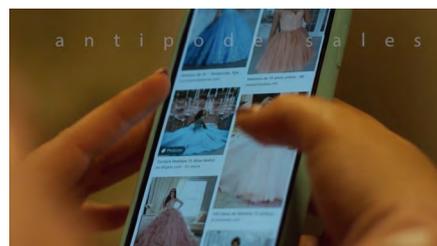
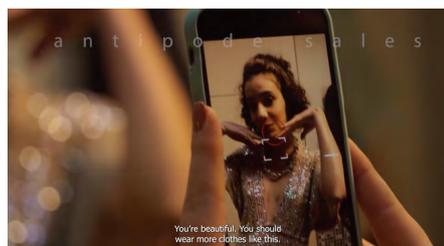
*Ci-dessous, les images représentent les moments où la robe à paillettes apparaît dans le film.*

*Te souviens-tu de ces scènes ? Décris les situations et les émotions de Paula pour mieux comprendre l'influence de la robe à paillettes sur l'héroïne.*



La robe à paillettes renvoie à la **féerie** et à l'**imaginaire des princes et princesses** que nous connaissons tou-te-s depuis l'enfance via le cinéma et les livres. Toutes ces histoires que l'on nous conte lorsque nous sommes enfants construisent notre représentation du monde, tout en véhiculant un idéal de beauté (la minceur, la grandeur), de comportement (pour les filles, la servitude et la gentillesse) et de destin (encore une fois pour les filles, épouser le prince charmant).

**En t'appuyant sur les images ci-dessous, retrouve des éléments et des situations en lien avec l'imaginaire de la princesse. Explique tes réponses.**



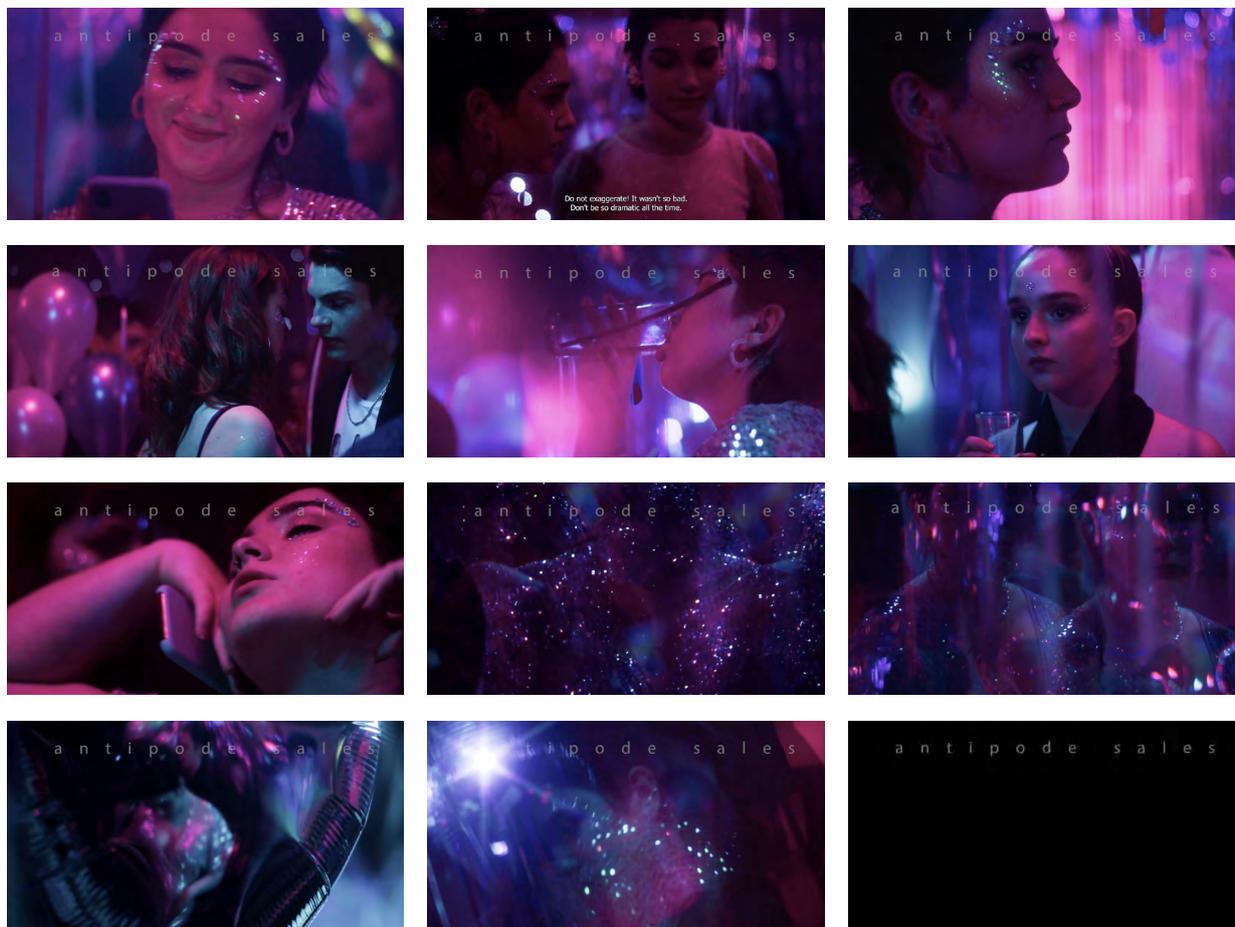
**La robe à paillettes joue un rôle important dans le film** : elle permet de se rendre compte de la pression que subissent les adolescentes et en particulier Paula pour correspondre à cette image de la femme que la société leur a montré comme modèle depuis toujours. Par ce rappel de l'enfance, la robe personifie les injonctions sociales auxquelles les filles sont soumises dès leur plus jeune âge : « **sois belle et tais-toi** »<sup>3</sup> ou encore « **il faut souffrir pour être belle** ». On peut voir à plusieurs reprises le groupe d'amies se maquiller dans les toilettes et discuter des vêtements qu'elles porteront à tel ou tel événement.

**L'héroïne a du mal à se plier à cette idéologie et en souffre énormément** : elle se sent mal dans son corps et cela se reflète dans ses rêves où elle se met à arracher sa propre peau pailletée. Paula est submergée, voire écrasée, par cette beauté stéréotypée qui la suit au quotidien à travers les paroles de son entourage, les réseaux sociaux, mais aussi les vitrines des magasins de vêtements où elle s'adosse en attendant ses amies. Toute cette pression la pousse à se priver de nourriture jusqu'à s'effacer elle-même.

**Avec tes propres mots, définis le terme « injonction sociale ».**  
**Te souviens-tu des injonctions sociales que subit Paula dans le film ? Cite-en.**  
**As-tu été ou es-tu confronté-e à des injonctions sociales dans ton quotidien ?**  
**Lesquelles ?**

<sup>3</sup> « Sois belle et tais-toi », réalisé en 1981 par Delphine Seyrig, est un documentaire composé d'une vingtaine d'entretiens menés par la réalisatrice avec des actrices françaises et américaines au sujet de leurs expériences professionnelles et de leurs relations avec les hommes au cinéma.

<sup>4</sup> Muriel VANDERBORGHT, « Stéréotypes de beauté : les déconstruire pour s'en libérer » in *Collectif contre les violences familiales et l'exclusion*, 2016.



**La longue séquence qui se déroule pendant la fête est révélatrice de cette désillusion qui s’amorce lors du passage de l’enfance à l’adolescence.**

Lorsque Paula réussit enfin à enfiler la robe à paillettes de sa sœur, elle décide de la porter pour l’une des soirées organisées avec ses amies. C’est pour l’adolescente un moment très attendu, le résultat de beaucoup d’efforts. Étincelante, Paula brille. Elle espère notamment que Facundo, le garçon dont elle est amoureuse, la remarquera. Elle danse le nez sur son téléphone et, sans le faire exprès, bouscule l’une de ses amies. Pour calmer les tensions, elle s’éloigne du groupe. En cherchant Facundo du regard, elle l’aperçoit dans les bras d’une autre fille. Déçue, Paula enchaîne les verres d’alcool jusqu’à être saoule. Elle se rapproche du couple mais Facundo ne lui prête pas attention et essaie d’embrasser sa partenaire. Sous le regard bienveillant de son amie, Paula cherche à le séduire en se caressant le visage et les cheveux. Mais l’ivresse prend le dessus et Paula s’évanouit.

Lors de cette séquence, nous retrouvons une **dominance de rose**, en écho à l’affiche. Les **paillettes** de la robe que porte Paula brillent et se démultiplient tel un **kaléidoscope**, tout comme son reflet qui se dédouble et se superpose. Le visage et le corps de Paula se reflètent autour d’elle, l’encerclent, se déforment sur les ballons gonflables jusqu’à devenir de plus en plus flous et sombrer dans le noir total : c’est le **désenchantement**.

**La réalisatrice use de toutes les possibilités visuelles pour modifier le reflet de Paula dans le but d’évoquer la perte de repères qui la conduit à l’ivresse et l’errance.**

## DISTORSION DE LA RÉALITÉ :

### MIROIRS, ÉCRANS ET PROJECTIONS

Tout au long du film, on suit le quotidien de l'héroïne et on voit sa perception d'elle-même changer. **La fragmentation de la réalité de Paula est montrée par plusieurs moyens** : les miroirs, les écrans de téléphone et les projections. Tout d'abord, **l'intervention du miroir envahit tout le film** : quel que soit l'endroit, privé ou public, l'adolescente s'accompagne de son reflet, comme un binôme inséparable.

**As-tu remarqué la forte présence des miroirs dans le film ?  
À ton avis, quel rôle cet objet joue-t-il ? Il peut en avoir plusieurs.  
Pour chaque image ci-dessous, note ce que le miroir crée comme effet ou symbole.**



Le miroir est un **motif cinématographique** qui traverse l'histoire du cinéma<sup>5</sup> car il offre de **multiples possibilités visuelles et symboliques**. L'utilisation de cet objet engendre des difficultés techniques car la caméra ne peut se positionner en face du miroir au risque de s'y refléter. Sa présence permet ainsi de démontrer un savoir-faire important. Dans le film *Paula*, le miroir accompagne le personnage principal qui est obsédé par son apparence. Son omniprésence renvoie au jugement des autres, réduisant ainsi l'héroïne à un **objet de regard**. À force de se regarder, elle s'examine en permanence et ne se laisse aucun répit : Paula est cernée et scrutée de partout par son propre reflet, comme dans un **palais des glaces**.

De plus, le miroir rappelle à Paula qu'elle ne correspond pas à l'idéal féminin qu'elle voit autour d'elle. Seule dans sa chambre, l'adolescente croise son propre reflet et s'y plonge pendant un moment. Ici, on retrouve l'une des qualités visuelles du miroir : l'objet permet de montrer **le champ et le contre-champ** d'une situation dans une seule image, alors que d'habitude nous aurions dû voir le visage du personnage, puis ce qu'il voit devant lui. L'association du reflet et de Paula qui s'observe permet de souligner **le mal-être de l'adolescente**. Absorbée par son reflet, **elle n'est plus que l'ombre d'elle-même**, une surface plane. La cinéaste souligne d'ailleurs ce désarroi, cet oubli de soi, en ne filmant plus que le reflet de Paula au lieu du personnage lui-même. Pour toutes ces raisons, le miroir symbolise à la fois **l'idéologie de la beauté et l'obsession de Paula pour son apparence**, les deux étant liés.

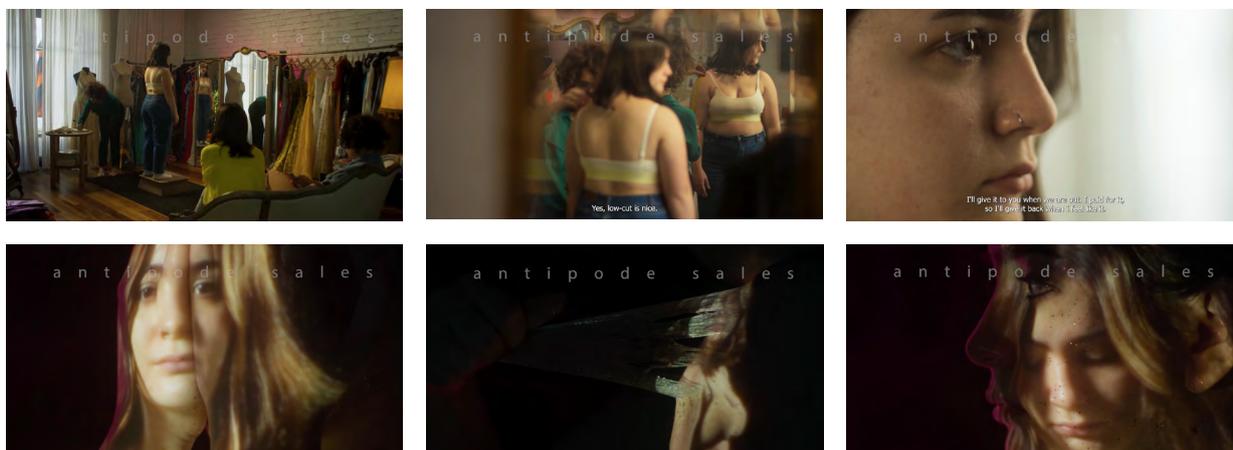
Alors que le film propose une multitude de miroirs différents, un seul se brise. Après une énième dispute avec sa mère au sujet des vêtements trop petits qu'elle lui achète, lui rappelant ses complexes, Paula s'énerve et lance un objet dans le vide. Il atterrit sur le miroir en face d'elle ; celui-ci se fissure, fragmentant le reflet de son visage en plusieurs parties.

**D'après toi, que signifie ce miroir brisé ?  
Est-ce un rejet de la société ? Un ras-le-bol de Paula ?**

<sup>5</sup> « Le Miroir au cinéma », in Arte. [En ligne], page consultée le 15 décembre 2022. URL : <https://www.arte.tv/fr/videos/052439-075-A/le-miroir-au-cinema/>.

Si l'on suit cette idée, il est intéressant de s'attarder sur la **séquence onirique** où **le corps de Paula devient une surface de projection**, à l'instar d'une toile de cinéma. Plongée dans le sommeil, elle se remémore le moment humiliant qu'elle a vécu avec sa mère et sa sœur dans un magasin. Alors que la vendeuse prend ses mensurations, Paula remarque que les rideaux de la vitrine sont entrouverts et craint que des passant-e-s l'aperçoivent dénudée. Personne ne lui prête attention. Au contraire, sa mère reste concentrée sur la confection du vêtement et finit par se disputer avec sa fille aînée car elle ne la trouve pas suffisamment impliquée. **Lors de ce rêve, les deux corps, à la fois son corps-souvenir et son corps-présent, se rencontrent, se confondent et se déforment.** La dualité est frappante car les corps ne semblent pouvoir se réunir. Les interprétations peuvent être multiples : Paula devient l'**image d'elle-même** et ne sait plus qui elle est vraiment ; elle se cache les yeux comme pour **rappeler sa gêne et sa solitude**, ou pour souligner **son refus de voir ou d'accepter son apparence** ; elle arrache sa peau recouverte de paillettes comme pour **se débarrasser de ce souvenir d'enfant et de cette pression sociale** ou bien pour **retirer des couches d'elle-même et mincir davantage.**

**Et toi, comment interprètes-tu ce rêve ? Explique ton raisonnement.**



En plus du miroir, Paula est toujours accompagnée d'un autre objet, **son téléphone**. Elle s'en sert pour alimenter son blog et recevoir des notifications de l'application qui l'accompagne dans son régime. **L'objet ne la quitte pas jusqu'à devenir une sorte de prothèse, de prolongement de son propre corps.** À l'inverse du miroir qui ouvre l'espace, **le téléphone réduit l'action sur une surface limitée**, qui correspond à celle de l'écran et plonge le reste de l'image dans le flou. Ce choix est représentatif de ce que voit Paula au quotidien : elle observe ses amies en les filmant avec son téléphone, modifie la couleur grâce aux filtres et transforme ainsi la réalité qu'elle perçoit. La réalisatrice va jusqu'à utiliser directement des images d'enregistrements, comme celle de la sœur de Paula qui se prépare dans la salle de bain. **Le téléphone devient une seconde réalité chez l'adolescente.**

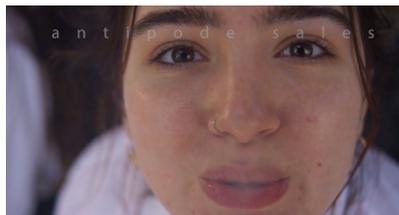
**Te rappelles-tu d'autres moments marquants qui impliquent le téléphone ?  
Que décide le père de Paula à la fin du film ? Pourquoi réagit-il ainsi ?  
Quelle différence d'usage du téléphone vois-tu entre le début et la fin du film ?**



## DE LA PROXIMITÉ À L'EFFACEMENT

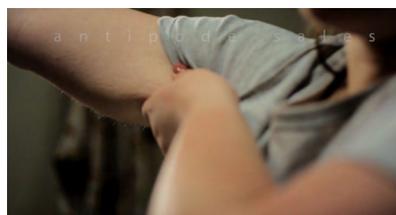
Lorsqu'elle ou il tourne un film, la réalisatrice ou le réalisateur doit **choisir la place qu'auront les personnages, les objets et les autres éléments du décor à l'image**. C'est le début de la mise en scène au cinéma. Ce choix est très important car **l'histoire diffère selon ce que l'on montre**.

*Décris les images ci-dessous. Te souviens-tu des situations ? Comment les personnages sont-ils représentés sur les images ? À quoi ressemble le décor ? Quels sont les effets produits ? Explique.*



La caméra ne se trouve jamais loin de l'adolescente. Souvent seule à l'image, elle est filmée de près de façon à ne laisser aucune de ses expressions nous échapper. La plupart du temps, la réalisatrice la montre en plan rapproché (c'est-à-dire de la tête à la poitrine) ou en gros plan. Le **gros plan** nous **rapproche des personnages** et nous renseigne sur leurs **émotions**. Dès l'ouverture du film défilent au ralenti les visages des adolescentes en gros plan : face caméra, elles nous regardent droit dans les yeux et nous transportent dans un moment suspendu. Elles sont **filmées en plongée**, ce qui produit un **effet de domination de notre regard**. Elles semblent subir le poids de notre jugement et celui de la société. Cependant, chacune tente de se révolter et de témoigner son désaccord en fumant en cachette. Alors que ses amies laissent simplement échapper de la fumée de leur bouche, **Paula la recrache en visant directement la caméra**. Le film se termine à nouveau par un gros plan sur le visage de Paula, à la seule différence que cette fois-ci, elle se situe à notre hauteur et nous **confronte dans un face-à-face final**.

*D'après toi, quel est le message de la fin du film ?  
Paula a-t-elle réussi à guérir de ses troubles alimentaires ?*

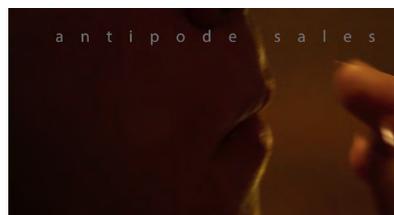


D'autres gros plans s'éloignent des visages pour diriger notre attention sur un élément spécifique. Par exemple, ci-dessus, les images soulignent les complexes de Paula afin d'aligner notre regard au sien. L'observation d'un corps fragmenté dont **les parties sont détachées de leur ensemble** est une façon de **déshumaniser le personnage**. Ici, il est surtout question de représenter la façon dont **Paula se focalise sur son poids au risque de s'oublier elle-même**. Cet effacement de soi s'observe à d'autres moments : on peut voir le visage mélancolique de Paula derrière la vitre ruisselante de pluie. Par un changement de focale, ses traits perdent progressivement de leur netteté pour n'être plus qu'une image derrière les gouttes de pluie.

## LA NOURRITURE : ENTRE DÉGOÛT ET TENTATION

**La nourriture tient un rôle central dans le film.** Dès le début de l'histoire, Paula développe une obsession autour de son poids et, par conséquent, de la nourriture. Elle cherche à maigrir le plus rapidement possible. Après plusieurs recherches sur Internet, elle télécharge une application sur son téléphone où sont donnés des conseils alimentaires quotidiennement. Sur la partie basse de l'écran s'affichent des messages d'encouragement. Bien que cette application apporte une sorte de « soutien » à Paula, elle s'immisce dans sa vie à une fréquence que celle-ci ne peut contrôler, ce qui la conduit à la fois vers la privation et la culpabilisation. **Obsédée à l'idée de maigrir, Paula développe un sentiment ambivalent autour de la nourriture : celle-ci lui provoque à la fois du dégoût et de la tentation selon les situations.**

*La mise en parallèle de ces deux situations permet de comprendre la différence de représentation de la nourriture et de réactions chez Paula.  
Peux-tu citer les différences ?*



Nous remarquons que **le très gros plan sur la bouche des personnages** revient plusieurs fois au cours du film. Cette partie du corps renvoie directement à l'action de manger et de mastiquer la nourriture mais aussi aux paroles parfois blessantes que peut avoir l'entourage de Paula au sujet de l'apparence en général. D'autre part, **la bande-son du film** rappelle tous ces bruits de couverts contre les assiettes et le broyage des aliments par les dents. Le son est amplifié lorsque la famille de la jeune fille mange autour de la table, et ce afin de souligner le dégoût de Paula. Ces bruits reviennent à d'autres moments du film : par exemple, quand Paula décide de se faire vomir dans les toilettes lors de la première fête. Nous entendons le bruit des couverts et de la mastication jusqu'à un son strident qui y met fin.

## DE GÉNÉRATION EN GÉNÉRATION :

## PAS À PAS VERS UNE SORORITÉ



Bien que Paula soit le personnage principal, plusieurs femmes gravitent autour de l'héroïne : sa mère, sa sœur et son groupe d'amies. Tous ces personnages représentent des générations de femmes différentes. Sur la base des images ci-dessus, nous te proposons de réfléchir et de répondre aux questions suivantes :

- **Quelles sont les raisons des conflits entre Paula et sa mère ?**
- **Quel est le comportement de la mère de Paula vis-à-vis de sa fille ?**
- **Quelle relation Paula entretient-elle avec sa sœur ?**
- **Comment sa sœur parle-t-elle des personnes grosses<sup>6</sup> ? Donne des exemples.**
- **Que pense sa sœur du mariage de son amie ?**
- **Que publie Paula sur son blog ? Pourquoi ?**
- **Comment ses amies réagissent-elles lorsqu'elles découvrent son blog ?**
- **Comment décrirais-tu le groupe d'amies de Paula ?**
- **Que fait Paula lorsqu'elle voit un garçon insister pour embrasser son amie ?**

En représentant toutes ces femmes d'âges différents, la réalisatrice montre que les injonctions de beauté traversent les générations qui les perpétuent inconsciemment mais que, progressivement, les mentalités évoluent et tentent de s'en détacher. C'est principalement grâce à la présence du groupe d'amies qu'une certaine sororité se dégage du film. Ensemble, elles partagent des moments à la fois d'amusement, de confidences, d'entraide et de réconfort. Elles s'échangent leurs vêtements, discutent de leurs règles, reprochent à Paula de critiquer son corps (« *Le problème, c'est que c'est trop court. Et vous voyez mes jambes, elles sont dégoûtantes. - Tais-toi. Ne sois pas stupide* » - Paula, je voudrais te frapper... »). Bien que Paula semble se trouver dans une sorte de rivalité féminine, notamment publiant des images dévalorisantes de ses amies, le film souligne l'importance de l'amitié entre les femmes<sup>7</sup> qui apprennent de leurs erreurs et ne se voient désormais plus comme des ennemies « naturelles » mais plutôt comme des personnes qui s'élèvent et se défendent l'une l'autre face aux épreuves de la vie.

“ La sororité renvoie à « **une relation horizontale, sans hiérarchie ni droit d'aînesse. Un rapport de femme à femme, ni fille ni mère (...)** », comme l'introduit Chloé Delaume dans son ouvrage collectif intitulé *Sororité*.<sup>8</sup>”

<sup>6</sup> Eva Perez-Bello, Daria Marx, « Gros » n'est pas un gros mot. *Chroniques d'une discrimination ordinaire*, Libro, 2018.

<sup>7</sup> Elisabeth CADOCHE, Anne DE MONTARIOT, *En finir avec la rivalité féminine*, Éditions Les Arènes, 2022.

<sup>8</sup> OXFAM France, « Sororité, Adelphité, Intersectionnalité : de quoi parle-t-on ? ». [En ligne], page consultée le 15 décembre 2022. <https://www.oxfamfrance.org/inegalites-femmes-hommes/sororite-adelphite-intersectionnalite-de-quoi-parle-t-on/>.

## FICHE D'INFORMATION :

### TROUBLES DES CONDUITES ALIMENTAIRES

Les troubles des conduites alimentaires sont des maladies complexes qui touchent de plus en plus d'adolescent-e-s, leur taux d'incidence se situe à 5%. Il existe différents types de troubles des conduites alimentaires, dont les plus fréquents et plus connus sont :

**L'anorexie mentale**, qui se caractérise par une recherche incessante de minceur, par une perception déformée de l'image du corps, par une peur extrême de la prise de poids / d'obésité, par une préoccupation excessive autour de la nourriture et par une alimentation restreinte, ce qui conduit à un poids corporel très faible.

En général, l'anorexie touche 0,9% des femmes et la boulimie 1,5%. Mais, à l'adolescence, les troubles sous des formes atténuées concernent une adolescente sur quatre et un adolescent sur cinq. L'anorexie commence souvent entre 14 et 18 ans, mais des formes plus précoces ont également été observées.<sup>9</sup>

**La boulimie**, qui se caractérise par des crises au cours desquelles la personne mange de manière compulsive de grandes quantités de nourriture suivies de comportements compensatoires tels que des vomissements, la prise de laxatifs, le jeûne ou l'exercice physique excessif. Ces crises de boulimie sont associées à un sentiment de perte de contrôle. Les personnes souffrant de boulimie ne sont pas en surpoids en raison des mesures compensatoires citées.

La boulimie touche environ 1,5% des 11-20 ans et concernerait environ trois jeunes filles pour un garçon. La boulimie débute généralement plus tard que l'anorexie mentale, avec un pic de fréquence vers 19-20 ans. La sévérité de la boulimie est variable.<sup>10</sup>

**Les accès hyperphagiques (« binge-eating » disorder)** qui se caractérisent aussi par des crises boulimiques. Ces épisodes de crises boulimiques ne sont pas associés à des comportements compensatoires (vomissements, prise de laxatifs...). En général, l'hyperphagie boulimique occasionne un surpoids ou une obésité et génère une souffrance psychique.

L'hyperphagie boulimique est plus fréquente (3 à 5% de la population). Elle touche presque autant les hommes que les femmes et elle est plus souvent diagnostiquée à l'âge adulte, mais il existe des formes précoces souvent plus sévères.<sup>11</sup>

#### LISTE DES SERVICES PROPOSANT DE L'AIDE PSYCHOTHÉRAPEUTIQUE AU LUXEMBOURG

Le service Psy Jeunes de la Croix-Rouge luxembourgeoise offre une aide psychologique et psychothérapeutique ambulatoire à des enfants, adolescent-e-s et jeunes adultes âgé-e-s de 0 à 27 ans. Voici le lien pour avoir plus d'informations concernant le service Psy Jeunes : [Psy-Jeunes - Croix-Rouge luxembourgeoise, Menschen helfen](#).

#### D'autres services proposant des aides psychologiques et psychothérapeutiques aux jeunes :

Arcus- Berodungsdéngscht, Tél : 40 49 49 500  
Solina - Service Haus 13, Tél : 49 04 20 410  
Erzéungs- a Familljenberodung, Tél : 46 00 041  
Fondation Pro Familia - Centre de consultation et de médiation familiale, Tél : 51727231  
Fondation Kannerschlass - Service ambulatoire, Tél : 59 59 59-64  
La main tendue - Centre d'Aide et d'Écoute, Tél: 26 50 23 39 84  
Hôpital de jour du service national de psychiatrie juvénile, Tél : 57123 8150

<sup>9</sup> <https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/nutrition-et-activite-physique/documents/article/troubles-des-conduites-alimentaires-un-adolescent-sur-quatre-concerne>

<sup>10</sup> <https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/nutrition-et-activite-physique/documents/article/troubles-des-conduites-alimentaires-un-adolescent-sur-quatre-concerne>

<sup>11</sup> <https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/nutrition-et-activite-physique/documents/article/troubles-des-conduites-alimentaires-un-adolescent-sur-quatre-concerne>

## CRÉDITS

### AUTEURES

Jillian Camarda

Pour la fiche d'information sur les troubles des conduites alimentaires :  
Malou Zeyen, Psychologue / Psychothérapeute, Service Psy Jeunes - Croix-Rouge Luxembourgeoise

### GRAPHISME

Les M Studio

## AVEC LE SOUTIEN DE



### ŒUVRE

Nationale de Secours  
Grande-Duchesse Charlotte

## LUXEMBOURG CITY FILM FESTIVAL



LE GOUVERNEMENT  
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG  
Ministère de la Culture



LUXEMBOURG CITY FILM FESTIVAL  
[www.luxfilmfest.lu](http://www.luxfilmfest.lu)