

Pourquoi aime-t-on autant les téléfilms de Noël ?

Les téléfilms de Noël sont devenus un rendez-vous pour nombre d'entre nous durant les fêtes de fin d'année. Tous les ans à cette période, les chaînes de télévision dégagent ces longs-métrages pour notre plus grand plaisir. Une question se pose alors, pourquoi est-ce qu'on les aime tant ?



Les téléfilms de Noël font un carton chaque année sur les chaînes de télévision. Et nous tous les ans, nous nous mettons devant avec un bon chocolat chaud enroulé d'un plaid bien doux. Ils nous procurent du plaisir et une grande satisfaction. Les histoires racontées ne sont peut-être pas les plus élaborées, et comportent même de nombreux clichés, mais ce n'est pas ce qui nous gêne. Au contraire, on les aime comme ils sont.

Pour comprendre pourquoi nous sommes aussi accros aux téléfilms de Noël, Virginie Ferrara, psychanalyste, nous a expliqué l'impact qu'ils ont sur nous, et pourquoi ils ont un tel effet. Puis Luc Vinciguerra, réalisateur des films de Noël *L'Apprenti Père Noël* et *L'Apprenti Père Noël et le flocon magique*, nous a donné son point de vue sur ces œuvres de fin d'année.

« Un film de Noël est un peu comme une case du calendrier de l'avent. » Luc Vinciguerra, réalisateur

« La Toussaint à peine terminée, les films de Noël accaparent déjà une majorité de nos chaînes télé » nous dit la psychanalyste Virginie Ferrara. Et elle a bien raison, puisqu'en 2020 TF1 et M6 ont commencé la diffusion de ces longs-métrages dès le 2 novembre. Et si nous y avons le droit tous les ans, selon le réalisateur Luc Vinciguerra c'est parce que ces œuvres réunissent la famille, tout comme la fête de Noël en elle-même. « **La période des vacances de Noël est propice aux sorties cinéma en famille. Programmer un film de Noël est donc parfaitement cohérent, commercialement parlant. D'autre part, les chaînes de télévision ont besoin de programmes spécifiques pour remplir leurs grilles de fêtes de fin d'année** ».

Nous sommes friands de ce genre car la période nous influence, tout comme nous regardons des films d'horreur à Halloween. Et en plus de nous plonger dans cette magie, elles permettent aussi de nous faire patienter avant le jour J. « **Pour les enfants, un film de Noël est un peu comme une case du calendrier de l'avent. Il contribue, comme la décoration du sapin, à cette fameuse « magie de Noël » et aide à patienter en attendant la venue du père Noël la nuit du 24 décembre** ».



Une analyse confirmée par Virginie Ferrara, qui explique que ces films sont le temps d'attente avant cette journée spéciale très attendue. A ce sujet, nous avons tenté de savoir si les réalisateurs des téléfilms de Noël étaient conscients de toute cette patience autour d'eux, et s'ils y intègrent des procédés bien précis dans leurs

œuvres. Ainsi Luc Vinciguerra, qui a réalisé *L'Apprenti Père Noël*, nous confie que la création du long-métrage découle d'un concours de circonstances, plutôt que d'une volonté de concevoir un film sur les fêtes de fin d'année.

Cependant, il mentionne que pour chaque film de Noël, les codes utilisés ne sont pas choisis au hasard, puisqu'ils visent toujours un public bien précis. Dans le cadre de son film, ce sont les enfants qui sont ciblés, il a donc dû y inclure tous les ingrédients qu'ils sont venus chercher en le regardant. A savoir **« la figure joviale et bienveillante du père Noël d'abord, mais aussi son traineau tiré par des rennes, sa fabrique de jouets, ses lutins et également tout ce qui « fait Noël » selon eux : les sapins, les guirlandes, la neige... et les cadeaux bien sûr ! »** Et lorsqu'ils s'adressent à un public plus adulte, les thèmes abordés sont eux aussi plus matures.

« En ces temps anxieux et dépressifs, les films de Noël ont, eux, valeur de pulsion de vie. » Virginie Ferrara, psychotérapeute

Parmi les sujets traités, il y a l'amour et la famille qui sont présents dans la majorité des films de Noël. Une fois encore, ce n'est pas anodin de retrouver ce dernier thème, puisque le 25 décembre est une fête qui justement réunit. La psychanalyste Virginie Ferrara explique que c'est pour cette raison qu'on aime les regarder. Cela nous rappelle ceux à qui on tient le plus, à savoir notre père, notre mère, ou notre frère et notre sœur si nous en avons. Donc ceux avec qui nous passons généralement les fêtes.

Et si par exemple, le personnage principal du long-métrage se déplace pour aller voir ses proches, c'est parce que nous le faisons aussi dans la vraie vie. **« Qu'elle soit élargie ou recomposée, chacun va organiser son déplacement** (pour retrouver sa famille, NDLR) **en fonction des lieux de vie de différentes régions. Les films de Noël montrent les mouvements et déplacements et un retour vers la matrice familiale »** nous explique-t-elle. Elle poursuit : **« Noël est le ciment qui donne souvent la seule et unique occasion de se retrouver ensemble et de consolider les liens ou parfois de réactiver les conflits. Dans ces films, le sentiment d'appartenance à un groupe et de se sentir relié à lui est prépondérant »**.



Quant au thème de l'amour, il est présent dans les œuvres car c'est celui qui nous fait le plus rêver. Et Noël est justement, une période où tous les rêves sont permis. Virginie Ferrara souligne par exemple, que le protagoniste va souvent ressentir une solitude, à cause d'un « **veuvage, un divorce, une rupture récente ou un célibat de longue date.** » Ainsi, nous en tant que téléspectateurs, nous allons pouvoir nous projeter et être rassurés « **car l'amour surgit toujours comme par miracle sous l'effet de l'esprit de Noël** ». On se dit donc, en regardant ces films, « pourquoi pas nous ? », car on s'y projette et cela nous soulage de voir qu'à un moment de notre vie, cette magie peut opérer. Et en cette période de crise sanitaire, il est très important d'être rassuré et réconforté.

« En ces temps anxieux et dépressifs, les films de Noël ont eux, valeur de pulsion de vie c'est-à-dire d'amour, de bienveillance, de générosité et de retrouvailles familiales, mais aussi de pause dans les conflits et parfois de bilan pour chacun de nous » nous explique Virginie Ferrara, et elle ne s'arrête pas là. **« Ils ont un pouvoir apaisant et de régulation émotionnelle car ils permettent non seulement de se reposer sans réfléchir et de pouvoir ainsi, à travers les rôles des personnages, projeter une quantité d'affects »**. Donc oui, parfois les téléfilms de Noël peuvent paraître mièvres, mais les messages positifs véhiculés font du bien.

Il a été prouvé que les téléfilms de Noël ont un impact bénéfique sur nous

Pour le réalisateur Luc Vinciguerra, s'ils ont un tel effet positif sur nous c'est parce qu'ils dégagent un peu de chaleur durant cette période de l'année, où le froid et le ciel gris sont à l'honneur. **« Il est probable que ces « pastilles » colorées et bienveillantes nous mettent un peu de baume au cœur. Tous les adultes que nous sommes ont été des enfants un jour et nous ne l'avons jamais complètement oublié. Un film de Noël dégage de la chaleur et de la lumière. Celle des guirlandes clignotantes et du feu de cheminée, mais aussi et peut-être surtout, de la chaleur humaine et des valeurs familiales rassurantes ».**

Mais y a-t-il une preuve scientifique que ces œuvres ont un réel impact positif sur nous ? Notre psychanalyste nous confirme que oui. **« Il a été démontré que les films de Noël agissent sur notre cerveau et notamment sur l'ocytocine, hormone de l'amour, de la confiance et du lien social,** nous explique Virginie Ferrara avant de préciser que **la dopamine et l'ocytocine s'activeraient d'autant plus chez ceux cultivant l'esprit de Noël. C'est d'ailleurs ce que ces films nous renvoient, de bons sentiments dans une société où le maître mot est la compétition, l'immédiateté en tout et la surconsommation des choses et des êtres donnant l'illusion que le bonheur se situe dans la quête sans fin de désirs ».** En parlant de quête, ce n'est pas non plus anodin si le personnage principal est souvent à la recherche de quelque chose. C'est d'ailleurs l'un des clichés dans les téléfilms de Noël.

Ce sont des oeuvres qui parlent à tout le monde



Si dans les longs-métrages de fin d'année les protagonistes sont à la recherche de quoi que ce soit, c'est parce que nous aussi, dans notre quotidien, nous sommes constamment en quête de quelque chose. Notre psychanalyste souligne à ce sujet que **« Le personnage principal c'est vous, c'est moi, c'est une personne lambda qui vit la vie que tout le monde plus ou moins vit »**. Une fois encore, l'identification rentre en jeu et c'est ce qui fait, que nous apprécions tant les regarder. **« Les personnages traversent des épreuves, ressentent des émotions et le téléspectateur peut totalement s'y projeter. C'est cela qui, malgré le côté guimauve du film, donne le sentiment que nous traversons tous les mêmes choses et avons tous les mêmes ressentis »**.

Et comme dit plus tôt, puisque Noël est synonyme de positivité et que tout est possible et réalisable durant cette période, c'est pour cette raison que ce thème est lui aussi présent dans les films. A ce sujet, Virginie Ferrara porte tout de même une nuance : **« L'intérêt de cela n'est pas de se bercer d'illusions mais de rencontrer des émotions qui peuvent être agréables et agir sur notre psychisme. C'est ce qu'on appelle la psychologie positive, à ne pas confondre avec la pensée positive, nous explique-t-elle. Elle s'intéresse surtout à la santé et à l'épanouissement au niveau individuel, groupal et social, c'est ce que ces films mettent en évidence, la façon dont chacun se sent relié à l'autre, à une famille et une communauté »**.

Ce sont donc pour ces raisons qu'on aime tant les films de Noël. Car ils nous coupent de notre quotidien, parfois angoissant. On s'identifie aux personnages qui passent par des épreuves douloureuses, et ils s'en sortent grâce à la magie que procure cette fin d'année. On se dit alors qu'on a aussi le droit au bonheur et que

nos problèmes vont passer. Ils abordent des thèmes qui nous font du bien, comme la famille, faisant référence à ceux que l'on aime.

Et en parlant d'amour, c'est l'un des sentiments qui nous procure le plus de bonheur. C'est pour cette raison que ces films en parlent. Et bien qu'ils soient parfois mièvres, ils nous permettent inconsciemment de nous sentir mieux. Et comme conclut Virginie Ferrara, « **en ces temps douloureux d'incertitude et d'insécurité, laissons-nous l'espace d'un mois, bercer par ces doux sentiments que dégagent ces films et tentons de faire de l'esprit de Noël, un moment de réconciliation avec soi-même afin de mieux rencontrer l'Autre** ».