

## ***Allez hop ! de Juliette Baily***

*Une jeune femme monte sur un plongeur. En se rapprochant du bord, elle se met à hésiter. Plus elle attend, plus la peur monte en elle. Dans sa tête, défile toute une série d'excuses pour éviter de se lancer. Jusqu'à ce que...*

### **Peur de se lancer**

Le film s'ouvre sur une femme, en haut d'un plongeur, qui hésite à sauter. Tu as sûrement déjà dû ressentir ce type de peur ! Peur de sauter d'un plongeur, peur de monter dans un manège ou même peur de parler devant toute ta classe. C'est un sentiment qui est tout à fait normal et que tout le monde ressent à un moment ou à un autre.

En premier lieu, beaucoup des paroles du personnage traduisent l'angoisse du plongeur (« C'est haut quand même ! »). Le personnage présente des éléments typiques de l'angoisse : elle s'imagine des scénarios catastrophes : « Et si je fais un plat sur le dos... », « Si ça se trouve, je peux mourir ! », sa respiration est haletante et elle se cherche des excuses pour ne pas le faire (on parle de conduites d'évitement) : « Je me suis couchée tard hier », « Si j'ai pas envie je vois pas pourquoi je devrais me forcer ».

Elle montre également des tics de comportement qui traduisent de son état (elle remet sa mèche de cheveux, réajuste son maillot de bain, regarde en bas, en arrière, se penche...). Elle tente de s'encourager (« Je peux y arriver ») mais ses doutes sont trop forts.

Et toi, quand tu as peur, quelles sensations physiques et mentales remarques-tu ? Après la peur de se lancer, il y a aussi la peur du regard des autres (« En bas ils doivent se demander ce que je fabrique », « Si je le fais pas ils vont me trouver nulle »).

Le réalisateur fait d'une situation en apparence anodine un festival d'impressions sensibles : doute, anxiété, puis soulagement et bien-être rythment le mouvement de la protagoniste, qui se dandine sur place tandis que nous entendons ses pensées s'agiter comme un mouvement de montagnes russes invisibles. La scène dure plus des 2/3 du film et représente un marqueur de l'intensité de ce combat intérieur.

Le court métrage nous plonge totalement dans une situation d'angoisse qui est assez commune. Dans toutes les situations de la vie, peu importe l'enjeu, nous faisons tous et toutes face à des situations de stress intense, ce qui est constitutif de l'humain.

### **Dépasser la peur**

La scène se tient dans un espace en 2 dimensions, dépourvu de ligne d'horizon, de la ligne marquant la surface de l'eau. Il en résulte un effet de perte de repère angoissant. Si le dessin d'Allez hop ! tient en un coup de crayon en ligne claire sur

un fond blanc, c'est pour s'accorder avec la situation, elle-même très simple. Le film ne montre que ce qui est important, sans représenter ce qui se passe autour.

On entend finalement un roulement de tambour juste avant qu'elle saute, comme si le dénouement approchait et qu'en même temps l'histoire allait enfin commencer. On remarque la disparition de la voix-off et des bruits de fond de la piscine au profit d'une musique douce et intérieurement enjouée. La jeune femme a vaincu sa peur, elle peut à présent savourer l'instant, le faire durer, sourire. Elle est à l'aise dans l'eau, on dirait même qu'elle danse.

Enfant ou adulte, tout le monde a peur, mais pas des mêmes choses. Et il faut savoir dépasser ses craintes pour grandir ou avancer.

Et toi ? As-tu déjà surmonté une de tes peurs ? Comment t'es-tu senti après ?

Après avoir douté et questionné son envie de sauter, le personnage à l'air finalement content de l'avoir fait, elle est sûrement fière d'elle. S'écouter et réfléchir à la situation sont très importants mais ne doivent pas être un motif pour s'empêcher de tester de nouvelles choses ou surmonter une étape de la vie.