

Le sentiment de frustration

Attendus de fin d'activités (BO 2015 Cycle 2 et 3 et BO 2018 Cycle 2 et 3)

**Participer avec pertinence à un échange.
Dire pour être entendu et compris.**



Unsatisfying © Parallel Studio

Titre
Unsatisfying

Thème
Insatisfaction

Genre et mots-clés
Comique, frustration, cuillère, domino, ballon

Cycle (pour le film)
2, 3

Durée
01 min 16 s

Réalisation
Parallel Studio

Musique
Samuel Barber

Production
Parallel Studio (France, 2016)

Activités pédagogiques

Le sentiment de frustration

Dialoguer avec la classe et comprendre la notion frustration.

La frustration est une notion plus complexe qu'il n'y paraît au premier abord.

Le dictionnaire Larousse définit la frustration comme « l'état de quelqu'un qui est frustré, empêché d'atteindre un but ou de réaliser un désir ». Frustrer quelqu'un correspondant à le « priver d'un bien, d'un avantage dont il croyait pouvoir disposer, qu'il pensait posséder. »

Mais comment les élèves définiraient-ils ce sentiment ? Comment le ressentent-ils ?

- Suite au visionnage du film, les élèves expliqueront ce qui « cloche » dans chaque scène ; puis, pourquoi cela crée un sentiment de frustration, d'insatisfaction (cf. activité « Questionner le film »). À noter que le titre anglais « Unsatisfying » signifie en Français « Insatisfaisant ».

Tous les élèves interviendront et confronteront leur vision à celle des autres. Une fois les raisons de la frustration dans le film comprises et formulées, les élèves, un par un, décriront une situation vécue et expliqueront pourquoi ils ont ressenti un sentiment de frustration ou d'insatisfaction...

Un château de cartes s'effondre au moment de poser la dernière carte ?

De façon plus large, proposer un débat sur la frustration.

Est-elle négative ? positive ?

Bien sûr, en général, la frustration peut être ressentie comme un désagrément voir une douleur, mais que serait une fête d'anniversaire si on ne l'avait pas attendue pendant plusieurs jours, quel goût auraient les bonbons si nous pouvions en manger à profusion, et quel serait notre plaisir si nous gagnions systématiquement à nos jeux préférés ?

Un point paradoxal mais essentiel de la frustration : cela nous dérange mais pourtant nous permet de nous améliorer ; c'est parce que je n'ai pas atteint le but escompté que je veux recommencer.

Je cours moins vite que d'autres donc je continue à m'entraîner...

Bien entendu, la frustration doit toujours être interprétée comme un moyen et non une conséquence, elle doit permettre de nous faire progresser dans nos limites.

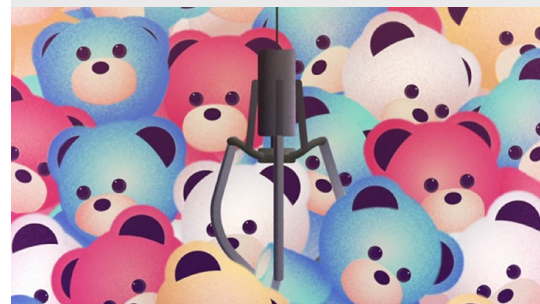
C'est pour cela que lorsque nous sommes en situation de compétition (sport, musique...), l'important est avant tout de chercher à se dépasser soi-même et non pas à dépasser les autres. Chaque personne doit prendre conscience de ses limites pour évoluer sereinement dans son environnement.



Unsatisfying © Parallel Studio



Unsatisfying © Parallel Studio



Unsatisfying © Parallel Studio