Fiche d’exploitation pédagogique n° 2

L’Ombre que l’on nourrit

Des miroirs amers de la jalousie



Dossier : *L’Humain en questions*
Texte : Jeannot Scheer
Mise en musique : Suno
Analyse : Phil Sarca
Niveau conseillé : élèves de 15 à 20 ans
Entrée pédagogique : lecture, écoute, émotions, comparaison sociale, réseaux sociaux, estime de soi, argumentation, éducation aux médias.

Les miroirs amers de la jalousie

Thème abordé
La jalousie amoureuse, l’envie sociale, la comparaison avec autrui et avec soi-même, les réseaux sociaux, la responsabilité personnelle face à ses émotions.

Problématique possible
La jalousie vient-elle réellement des autres ou de la manière dont nous nous regardons nous-mêmes ?

Structure argumentative sous-jacente

1. La jalousie naît du doute.
Un message, une absence, un retard suffisent à fabriquer des scénarios. Le soupçon transforme progressivement la relation et pousse chacun derrière son « rempart ».

2. Elle transforme le bonheur de l’autre en blessure personnelle.
Le rire, la réussite ou le talent d’autrui cessent d’être perçus pour eux-mêmes : ils deviennent une menace ou une injustice.

3. La comparaison ne concerne pas seulement les autres.
Le pont introduit une idée plus inattendue : on peut jalouser celui que l’on était autrefois ou celui que l’on aurait voulu devenir. L’« ombre » n’est donc plus seulement extérieure : elle vient de nous.

4. Les réseaux sociaux amplifient cette comparaison.
Des existences soigneusement mises en scène deviennent des « miroirs trafiqués » auxquels nous comparons notre quotidien réel.

5. L’émotion peut être transformée.
La coda ne prétend pas supprimer la jalousie : elle propose de la reconnaître, de la nommer et de convertir l’envie stérile en mouvement personnel.

Pistes d’exploitation en classe

Le mot **« nourrir »** dans le titre offre déjà une entrée pédagogique : si une émotion est nourrie, cela signifie-t-il que nous avons une part de responsabilité dans son développement ?

On pourra distinguer **jalousie et envie**, puis demander aux élèves quels mécanismes leur sont communs : comparaison, sentiment d'injustice, peur de perdre, manque de confiance.

Le passage sur les réseaux sociaux permet enfin une exploitation très actuelle : **comparaison entre une vie vécue et une vie publiée**.

Questions et activités

1. Pourquoi la jalousie est-elle représentée comme une « ombre » ?
2. Qui la nourrit : les autres, les circonstances ou nous-mêmes ?
3. Comment la jalousie modifie-t-elle la perception du bonheur et du succès des autres ?
4. Expliquez l'expression **« miroirs trafiqués »** appliquée aux réseaux sociaux.
5. Peut-on être jaloux de son propre passé ou de son avenir rêvé ?
6. Discutez : **La réussite d'autrui diminue-t-elle réellement la nôtre ?**
7. Activité : transformer cinq publications idéalisées de réseau social en ce que pourrait être leur « hors-champ » réel.
8. Écriture : terminer la phrase : **« L'envie devient utile lorsque… »**
