

# A MONSTER'S CALLING

An under-the-bed monster wanders through the house, wreaking havoc on three slumbering children, one by one. Shadowy and slippery, this wily monster of insecurity takes the shape of everyone's biggest fears. For a teenage girl tormented by images from popular media, not measuring up is her worst nightmare.

Where do these monsters—or monstrous insecurities—come from? And why do they have such power over us? Designed for young audiences, this sly and humorous animated film encourages discussion about the nature of personal anxiety and body image. *Without words.*

# L'APPEL DU MONSTRE

Un monstre rôde dans la maison, ombre insaisissable venue troubler le sommeil d'un gamin et de ses deux soeurs. Avec une terrifiante habileté, il s'infiltra tour à tour dans leurs pensées pour réveiller leurs plus grandes peurs. Pour l'adolescente, la pire crainte serait de ne pas correspondre à l'idéal de beauté véhiculé par les médias.

D'où viennent ces monstres qui nourrissent leur sentiment d'in sécurité ? Pourquoi exercent-ils tant de pouvoir ? Conçu pour de jeunes spectateurs, ce film d'animation plein d'humour favorisera les échanges sur l'origine des angoisses suscitées par leur image corporelle. *Film sans paroles.*

Director/Réalisation : Louise Johnson  
Producer/Production : Michael Fukushima

5 min 26 s  
Order no./No d'ld. : C0001 019

**IN CANADA/AU CANADA : 1-800-267-7710**  
**IN THE US/AUX ÉTATS-UNIS : 1-800-542-2164**

[www.nfb.ca/monsterscalling](http://www.nfb.ca/monsterscalling) / [www.onf.ca/appeldumonstre](http://www.onf.ca/appeldumonstre)

© 2001 National Film Board of Canada A licence is required for any reproduction, television broadcast, sale, rental or public screening. Only educational institutions or non-profit organizations who have obtained this video directly from the NFB or an authorized distributor have the right to show this video free of charge to the public.

© 2001 Office national du film du Canada Une licence spécifique est requise pour toute reproduction, télédiffusion, vente, location ou représentation en public. Seuls les établissements d'enseignement et les organismes à but non lucratif ayant obtenu cette vidéocassette de l'ONF peuvent en faire la présentation publique gratuite.

National Film Board of Canada  
P.O. Box 6100, Station Centre-Ville  
Montreal, Quebec H3C 3H5  
Printed in Canada / Imprimé au Canada



# A MONSTER'S CALLING L'APPEL DU MONSTRE



VHS

C0001 019

A National Film Board of Canada Production  
Une production de l'Office national du film du Canada



## INTRODUCTION

The fundamental purpose of this film is to explore the nature of anxiety and to distinguish it from *legitimate* worries and concerns. This difference is key to understanding the teenage girl tormented by her fears of not meeting a cultural ideal. The classic example of anxiety pertaining to body image is that of the anorexic obsessed about being overweight: the person has no legitimate need to worry about being fat, but fact has no bearing on anxiety.

In the film, the anxiety of the first two children has to do with monsters. We know that monsters don't exist but that young children perceive them, nevertheless. The sound of the banging shutter may have aroused the fear of the little girl. For the boy, the shadow of the tree may have led to the spectre of the monster. The teenager, being older, ignores the "under-the-bed monster" until it discovers a clue to her anxiety in the fashion magazines: she is insecure about being flat-chested. In your discussions after screening the film, be sure to establish that everyone has anxieties and that they change throughout life. This understanding is intended to help teens look at their own insecurities in a broader perspective.

## Pre-viewing questions

1. Think of the word *anxiety*. Give examples of common ones.
2. Describe how an anxiety can come about.
3. Are some fears reasonable and healthy? What is the difference between fear and anxiety? (It may help to provide this example: a poor person may have a real fear of not having enough money, but the same worry in a rich person would be an anxiety.)
4. Are people afraid of different things at different ages? Why?
5. Name some common anxieties for girls. For boys.
6. Such anxieties can affect behaviour, activities and interests. Think of examples.
7. Are many teenage boys and girls unhappy with their bodies?
8. Is dissatisfaction over looks usually based on fact or self-perception?
9. Describe the current "ideal" body type for young men and women. Who do you think has set this standard?

## Post-viewing questions and activities

1. The teenage girl is insecure about her body and looks: her weight, the size of her breasts and waist, her hair, skin, makeup and sex appeal. She's concerned with how others see her, and her self-esteem is strongly related to her desire to be popular and to project the right look. Her environment tends to dictate a thin body and a small waist, but large breasts. Do you agree that this fits society's current ideal? What are boys of the same age anxious about in terms of body image, self-esteem and acceptance by male and female peers?
2. Each decade and its pop icons set a standard for the ideal body type for males and females. Here are some examples:

1950s - Marilyn Monroe, Clark Gable  
1960s - Twiggy, Rock Hudson  
1970s - Farah Fawcett, Clint Eastwood  
1980s - Madonna, Mel Gibson  
1990s - Tyra Banks, Brad Pitt  
2000s - Britney Spears, Justin Timberlake

Have students choose one of these decades or cultural icons and describe the "look." Have them find advertising from the era to determine how pervasive it was. Did other media stars of the time project the look? Other questions to think about: Did fashion play a role? Was the body type common? Easy to attain? Did these images change over time? Does it make sense that people strive to achieve these changing images of the ideal male or female body? Create a chart or table to demonstrate the variations over time.

3. The Narrative
  - Tell the story from the monster's point of view... From that of the teenage girl. (Try to elicit what the monster finally symbolizes for this modern teenage girl.)
  - Imagine that each of the three kids comes to you for advice about dealing with their anxieties. Would you tell them to just "get over" their fears?
4. Medical research demonstrates the link between nutrition, normal growth and a healthy body. What must a balanced diet include for each of the following?
  - Clear skin; muscle tone and strength; strong bones and teeth; healthy hair; energy.  
What helps prevent the following?
  - Weak bones, frequent fractures and osteoporosis; high cholesterol; cardiovascular disease; anemia and low energy.
5. Study three magazines popular with the females and males in your class. Explore these questions about the covers: How many of the articles advertised deal with body image or self-esteem? What language is used to

entice the reader? Is the tone generally positive or negative? Is the element of fear present in the choice of words? Inside the magazine: What percentage of the articles is devoted to the achieving the right look... especially the right body? In the ads, do the models conform to today's image of the perfect body? How do you think these magazines contribute to a teenager's body image and self-esteem?

Emphasize the fact that photos of models that appear in magazines do not represent reality. The photo session to get that one perfect shot may take hours or days. And the photos are then airbrushed to eliminate the slightest imperfections.

6. Today's teenagers lead hectic lives. Many have a full-time school schedule, a part-time job, extracurricular activities, along with responsibilities at home. They often eat on the go. What healthy fast food could replace the usual high-fat, high-calorie fast foods? (The nutritional content of food served at restaurant chains is available from the restaurant or on various web sites.) What lunches and healthy snacks could be brought from home?
7. Many teenage boys are pushing their bodies to create the muscled abs (the famous 'six-pack') and legs of older models and actors featured in the media. In the race to bench press the most, they are doing damage to their skeletal structure. Invite an orthopedic doctor, a sports physiotherapist or a professional trainer to class to speak about safe weight lifting for growing bodies.

For more teaching ideas, go to this NFB webpage:

[www.nfb.ca/monsterscalling](http://www.nfb.ca/monsterscalling)



story, direction,  
animation/  
scénario, réalisation,  
animation

**Louise Johnson**

digital animation/  
animation numérique

**Jean-Jacques Tremblay**

music and sound/  
musique et son

**Judith Gruber-Stitzer**

picture editing/  
montage image

**Gordon Hashimoto**

sound editing/  
montage sonore

**Jacqueline Newell**

digital imaging  
specialist/  
spécialiste en imagerie

numérique  
**Normand Gauthier**

foley/bruitage  
**Karla Baumgardner**

**Elana Medicoff**

recording/  
enregistrement

**Geoffrey Mitchell**

**Patrick Viegas**

re-recording/mixage  
**Jean Paul Vialard**

producer/producteur  
**Michael Fukushima**

executive producer/  
producteur exécutif

**David Verrall**

5 min 26 s

## INTRODUCTION

Le premier objectif de ce film consiste à cerner la nature de l'anxiété afin d'établir ce qui la distingue des peurs et inquiétudes *légitimes*. Cette distinction est essentielle à la compréhension des tourments de l'adolescente, qui craint de ne pas correspondre à un certain idéal culturel. L'anorexie offre un exemple classique d'anxiété liée à l'image corporelle. Les personnes qui en souffrent sont obsédées par leur poids, même si elles n'ont aucune raison légitime de s'inquiéter. Or, l'anxiété ne repose jamais sur la réalité des faits.

Dans le film, l'anxiété des deux premiers enfants s'explique par leur crainte des monstres. Nous savons que les monstres n'existent pas mais que les jeunes enfants en imaginent parfois la présence. Le bruit des volets a peut-être effrayé la fillette, tandis que le garçon a pu trouver menaçante l'ombre portée d'un arbre. Plus âgée, l'adolescente ne s'effraie pas aussi facilement. Mais le monstre découvre dans les revues de mode ce qui pourrait la rendre anxiète : sa poitrine peu développée. Après la projection, expliquez que nous avons tous des motifs d'anxiété qui changent avec le temps afin de mettre en perspective les inquiétudes propres à l'adolescence.

## Questions à poser avant la projection

1. Qu'est-ce que le mot *anxiété* évoque pour vous ? Donnez-en des exemples courants.
2. Qu'est-ce qui provoque l'anxiété ?
3. Y a-t-il des peurs légitimes ou nécessaires ? Quelle est la différence entre peur et anxiété ? (Vous pourriez donner l'exemple de gens pauvres qui ont peur de manquer d'argent, ce qui serait plutôt une source d'anxiété chez des gens plus riches.)
4. Nos peurs changent-elles avec l'âge ? Pourquoi ?
5. Qu'est-ce qui provoque l'anxiété chez les filles ? Chez les garçons ?
6. L'anxiété agit sur nos réactions, nos intérêts, nos activités ? Donnez des exemples.
7. Filles ou garçons, les adolescents qui n'aiment pas leur corps sont-ils nombreux ?
8. Leur insatisfaction repose-t-elle sur la réalité ou sur une perception erronée ?
9. Décrivez le "corps idéal" d'une fille et d'un garçon. Qui a établi cette norme ?

## Questions à poser avant la projection

1. L'adolescente du film se préoccupe de son image et de son corps. Tout l'inquiète : son poids, sa taille, sa poitrine, ses cheveux, sa peau, son maquillage, sa capacité de séduction. Comme elle s'inquiète aussi de ce qu'on pense d'elle, son estime de soi est étroitement liée à son désir de plaire. Dans son entourage, on semble privilégier les corps minces à taille fine mais à forte poitrine. Croyez-vous qu'il s'agit des normes actuelles du corps idéal ? Qu'est-ce qui préoccupe les garçons du même âge en matière d'image corporelle, d'estime de soi et d'acceptation par leurs amis des deux sexes ?

2. Chaque décennie a glorifié certaines vedettes, hommes et femmes, dont le corps correspondait à l'idéal du moment. Par exemple :

- 1950 : Marilyn Monroe, James Dean
- 1960 : Brigitte Bardot, Steve McQueen
- 1970 : Farah Fawcett, Clint Eastwood
- 1980 : Madonna, Mel Gibson
- 1990 : Cindy Crawford, Brad Pitt
- 2000 : Britney Spears, Ricky Martin

Faites choisir aux élèves l'un de ces duos et décrire l'image qu'ils projettent. Demandez-leur de chercher dans la publicité de l'époque l'influence exercée par cet idéal corporel. D'autres vedettes l'ont-elles adopté ? Autres pistes de réflexion : Quel rôle jouait la mode ? Ce modèle de corps était-il répandu ? Était-il facile à suivre ? Comment ont évolué les modèles corporels ? Est-il normal de vouloir ressembler à un idéal en constante évolution ? Créez un tableau qui en illustre les variations au fil du temps.

### 3. L'histoire

- Racontez l'histoire du point de vue du monstre, puis de l'adolescente.
- Le monstre a si bien rempli sa tâche que son patron veut envoyer d'autres monstres hanter d'autres maisons. Rédigez la petite annonce que ce patron passerait dans les journaux pour recruter des candidats.
- Pourquoi faut-il au monstre quelques tentatives avant d'effrayer l'adolescente ? (Qu'est-ce que le monstre symbolise aux yeux de cette adolescente d'aujourd'hui ?)
- Si chacun des trois personnages vous demandait conseil sur les moyens de surmonter leurs anxiétés, leur diriez-vous simplement de " ne pas s'en faire " ?

4. La recherche médicale a établi un lien clair entre nutrition, croissance et santé. Que doit comporter une alimentation équilibrée pour favoriser ce qui suit :

- Peau saine, tonus et force musculaire, dentition et ossature solides, cheveux en santé, énergie physique.

Et comment prévenir ces problèmes :

- Faiblesse des os, fractures et ostéoporose, excès de cholestérol, maladies du cœur, anémie, faible énergie.

5. Étudiez en classe trois magazines populaires chez filles et les garçons. Questions à propos des *couvertures* : Combien d'articles annoncés portent sur l'image corporelle ou l'estime de soi ? Quels mots servent à attirer les lecteurs ? Le ton est-il positif ou négatif ? Le choix des mots évoque-t-il certaines peurs ? Pages intérieures : Quel pourcentage d'articles portent sur l'image idéale – surtout le corps idéal ? Dans les publicités, les corps des mannequins correspond-il à cet idéal ? Ces magazines favorisent-ils chez les adolescents l'estime de soi et l'acceptation de son corps ?

Insistez sur le fait que les photos de mannequins ne représentent aucunement la réalité, qu'il faut parfois plusieurs jours pour réussir une photo qui sera ensuite retravaillée numériquement pour en éliminer les moindres imperfections.

6. Les adolescents d'aujourd'hui sont très occupés : école, emploi à temps partiel, activités parascolaires, responsabilités familiales. Ils mangent donc souvent hors du foyer. Quels aliments prêts à manger peuvent remplacer les menus riches en calories et en graisses des chaînes de restauration rapide ? (On trouvera le contenu nutritif de tels menus auprès des chaînes en question ou sur Internet.) Quels goûters ou aliments santé peut-on rapporter de la maison ?

7. Beaucoup d'adolescents s'efforcent de muscler leurs jambes ou leurs abdominaux à l'image d'acteurs adultes ou de mannequins. Mais en abusant de ce genre d'exercice, ils peuvent endommager l'ossature de leur corps. Invitez un orthopédiste, un physiothérapeute ou un entraîneur professionnel à expliquer comme adapter l'usage des poids et haltères à des corps en pleine croissance.

Pour d'autres idées d'enseignement,  
visitez cette page Web de l'ONF  
[www.onf.ca/appeldumonstre](http://www.onf.ca/appeldumonstre)