

C'est la cinquième fois que Mehdi, Jérémie, Victor, Joffrey, Laurent et Lucas se retrouvent dans ces conditions. La petite bande de trentenaires s'est donné rendez-vous dans un troquet du 11^e arrondissement de Paris. Une fois attablés, ils ont pris le temps de commander des bières avant d'entrer dans le vif du sujet. Même si cette réunion en a l'apparence, elle n'a rien d'un simple verre du mercredi soir entre copains. En témoigne le petit carnet noir posé sur la table, sur lequel sont griffonnées au stylo les règles à respecter pendant leurs échanges : prendre la parole chacun son tour, ne pas couper les autres, parler de ses propres expériences en utilisant le pronom « je », ne pas se moquer, ne pas critiquer, ne pas juger. Bienvenue dans l'anti-Fight Club : ici, les hommes se retrouvent pour ouvrir leur cœur et s'accompagner dans leurs efforts pour devenir de meilleures personnes.

Ce soir, Victor Bonte, barbe de trois jours et petites lunettes rondes, a envie d'évoquer son rapport au consentement. « Je crois que, par le passé, je me suis montré insistant envers des femmes. Je n'ai peut-être pas prêté attention à certains signaux », confie le designer d'une voix hésitante. « Quand j'écoute des podcasts sur le sujet, ça m'amène à me poser des questions. Parfois, je regarde en arrière et j'ai l'impression de ne pas avoir été suffisamment à l'écoute. » Les autres accueillent ces paroles sans broncher, laissent Victor développer sa pensée jusqu'au bout. « Dans ce genre de cas, on creuse, on se demande ce qui l'a amené à cette prise de conscience. Le but n'est pas de résoudre une problématique, mais plutôt d'écouter et d'entrer en résonance », glisse Jérémie Claeys, illustrateur et réalisateur de podcasts. Ce soir, il a envie de parler des tâches ménagères, et se lance à son tour, après avoir demandé s'il pouvait prendre la parole : « Quand mes enfants sont arrivés, je me voyais plus comme une aide pour ma femme que comme son égal. On a eu des tensions autour des vêtements qui s'amoncellent

dans le panier à linge sale, au passage de l'aspirateur... Maintenant, j'essaie d'y penser avant qu'elle ne me le fasse remarquer », déroule le père de deux enfants.

Au-delà de ces confidences du mercredi soir, l'objectif de cette réunion est d'abord de digérer ensemble les secousses causées par le mouvement #metoo depuis 2017. Jérémie, Victor et les autres ont tous écouté en extenso le podcast de la journaliste Victoire Tuaillon « Les Couilles sur la table », produit par Binge Audio et consacré aux constructions sociales des masculinités, et ont commencé à questionner leur propre responsabilité dans les inégalités de genre. Et s'ils ont bien intégré les concepts de « charge mentale », de « safe place » et de « domination systémique », ils sont parfois sceptiques quand il s'agit d'appliquer ces notions nouvelles dans leur quotidien. « Depuis quelques années, ma femme s'intéresse énormément au féminisme. J'ai parfois l'impression qu'elle me renvoie à une image de masculinité paternaliste, privilégiée », regrette Laurent Bazart, 45 ans. « Même si on ne se comprend pas toujours, j'essaie d'en tirer des enseignements, notamment pour l'éducation de notre garçon de 8 ans. On joue beaucoup au foot tous les deux, comment le pousser à se dépasser sans utiliser de vocabulaire machiste ? », s'interroge l'illustrateur en free-lance, qui s'oblige désormais à bannir les mots comme « chochette » en présence de son fils.

C'est après avoir écouté un autre podcast de Victoire Tuaillon, « Le Cœur sur la table », dans lequel elle conseille aux « auditeuses » de créer des groupes de parole pour apprendre à écouter et à communiquer leurs émotions, que la bande de Franciliens s'est jetée à l'eau. Ils ont organisé leur première réunion en juin 2021, dans un parc, peu après s'être rencontrés dans le cadre de leur travail.

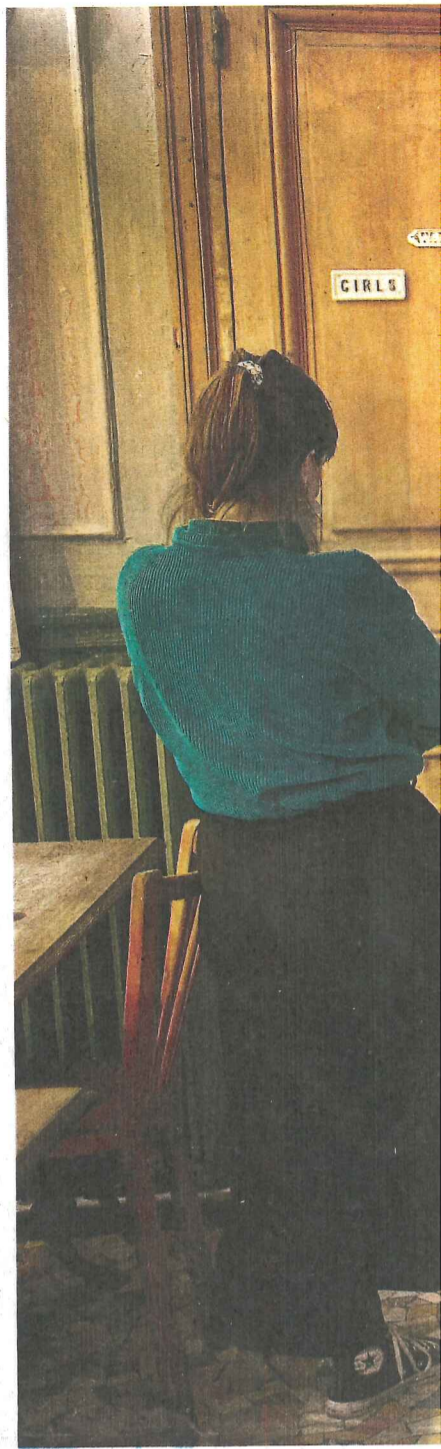
Jusqu'ici, les groupes de parole semblaient réservés à certaines problématiques précises : les vétérans, les alcooliques anonymes, les personnes touchées par le deuil... Depuis les années 1960, ils sont aussi de plus en plus utilisés par les psychologues, pour offrir un espace d'expression aux patients et à leurs proches. Dans les années 1970, les militantes

féministes françaises et américaines créent des « groupes de conscience », des lieux où les femmes sont invitées à partager leurs expériences de la domination masculine, dans un objectif à la fois intime et politique : il s'agit de comprendre leurs points communs et de faire émerger des solidarités militantes.

Aujourd'hui, de tels collectifs rassemblent des hommes de tous les âges, qui partagent leurs doutes sur leur place de conjoint ou de père de famille. A Nantes, depuis 2015, la caisse d'allocations familiales a mis en place un groupe d'échanges pour pères séparés ou en instance de séparation, coanimé par le psychologue Nicolas Peraldi. « Les participants ont beaucoup d'incertitudes quant à leur capacité à rester le père de leurs enfants après une séparation. Ils viennent avec des questions simples : comment occuper des tout-petits, comment gérer les devoirs, comment parler des relations aux garçons avec des adolescentes ? », liste le praticien. Alors que les hommes sont généralement moins enclins à consulter un psychologue (Nicolas Peraldi dit compter deux tiers de femmes au sein de sa patientèle en cabinet), ces groupes permettent aux participants de s'ouvrir sans avoir l'impression de se plaindre ou de demander de l'aide. « On assiste à une refonte de l'image paternelle, avec des pères plus sensibles, plus présents, plus proches de leurs enfants. Ils ont besoin d'en discuter pour trouver leurs repères », résume le psychologue. Cela n'empêche pas des débats entre ceux qui encouragent la virilité et la combativité de leurs fils et ceux qui tiennent à leur laisser le choix entre le foot et les poupées. L'exemple du film *Billy Elliot*, l'histoire d'un garçon féru de danse dont le père préférerait qu'il fasse de la boxe, revient souvent dans les discussions.

Dans ces espaces totalement libres, où le jugement et l'agressivité sont bannis, les participants s'autorisent à faire émerger des sujets presque toujours passés sous silence dans les conversations entre hommes. Julien Record, 43 ans, anime depuis deux ans des réunions organisées sur Zoom par la Coopération des hommes pour l'abolition du patriarcat, petite association féministe née en Loire-Atlantique en 2020. Joint

Depuis juin 2021, ce groupe de trentenaires se retrouve une fois par mois au Pur Café, (Paris 11^e), afin d'échanger sur les injonctions sociales à la virilité et les manières concrètes dont ils essaient de s'en détacher dans leur quotidien. BRUNO LÉVY POUR « LE MONDE »



ENQUÊTE

Où (en) sont les hommes ?

Le rapport au consentement, les tâches ménagères, l'éducation non genrée...

Dans le sillage de #metoo, des hommes explorent ces questions au travers de groupes de parole. Et tentent d'inventer un nouveau modèle de masculinité

par téléphone, il se souvient avec émotion de ce moment suspendu où un jeune homme a raconté des attouchements subis dans son enfance. Il n'en avait jamais parlé à personne. « Je n'ai pas voulu surréagir, mais j'ai été bouleversé par son courage. Sûrement parce que j'ai moi aussi vécu des attouchements quand j'étais petit. C'est très fort de se reconnaître dans le récit d'un autre quand on est longtemps resté seul avec son trauma », insiste le quadragénaire, qui aimerait désormais organiser des groupes transgénérationnels, pour ouvrir le dialogue entre vingtenaires et personnes âgées.

Pourquoi limiter ces discussions aux hommes ? Ces groupes de parole peuvent-ils entretenir une forme d'entre-soi masculin, d'espace où célébrer les valeurs viriles en se coupant des femmes et des minorités de genre ? C'est l'une des accusations faites au ManKind Project, association née aux Etats-Unis dans les années 1980 et revendiquant 3000 membres rien qu'en France. L'un des trois fondateurs, l'ancien marine Rich Tosi, aurait imaginé ce projet en observant la détresse des vétérans du Vietnam, revenus dans leur pays hantés par la honte et les souvenirs traumatiques. Selon le site de l'organisation, l'objectif était alors d'« aider les hommes à s'éveiller à leur pleine maturité ». Aujourd'hui, les membres du ManKind Project passent tous par un stage d'« aventure initiatique » de quarante-huit heures dans la forêt, les invitant à « se confronter à leurs blessures profondes ». Ils peuvent ensuite prolonger l'expérience en constituant des groupes de parole avec d'autres « initiés ».

« Le message des fondateurs, c'est qu'il faut qu'on se réapproprie notre force. Nous sommes des nouveaux guerriers, et notre combat, c'est à l'intérieur de nous-mêmes qu'on doit le mener pour épouser des valeurs de responsabilité, d'authenticité, d'ouverture », proclame fièrement Loïc (qui préfère taire son nom de famille), conseiller stratégique en vin dans le Vaucluse et référent communication du ManKind Project. Voilà dix ans qu'il prend part à des cercles de parole avec d'autres « initiés » près de chez lui. Il se dit désormais plus à l'écoute de son instinct, plus à l'aise avec ses émotions. « Juste après mon stage d'initiation, mon patron est revenu sur une augmentation de salaire qu'il m'avait promise. Je suis allé le voir pour exprimer



parole en ligne visant à « améliorer le bien-être mental, émotionnel et physique » de ses abonnés. Les réunions ont lieu sur Zoom et sont animées par des « facilitateurs » venus de toute la France. La plupart des groupes sont mixtes, mais celui autour de « l'enfant intérieur », organisé par Mathieu lui-même, est réservé aux hommes. Selon lui, l'objectif n'est pas de se couper des femmes, mais d'échanger autour des expériences de la masculinité pour s'autoriser de nouvelles manières d'être au monde. « Beaucoup d'hommes sont dans des injonctions à prendre le pouvoir sur les autres. Dans ces cercles, on apprend à discuter sans entrer en compétition. Et ça change tout dans les relations qu'on peut créer », insiste Mathieu Thomé. A l'avenir, il aimerait développer des cercles de parole en entreprise, pour amener les salariés à communiquer plus ouvertement.

Donner à voir des hommes assumant leurs fragilités, leurs incertitudes, leurs traumatismes : c'est l'ambition du documentaire *Make Me a Man*, réalisé par la cinéaste Mai Hua et par son conjoint, Jerry Hyde, thérapeute et organisateur de groupes de parole masculins depuis plus de vingt ans. Dans le long-métrage, neuf de ses patients âgés évoquent leurs ressentis les plus intimes autour de l'homosexualité, de l'expérience de la toxicomanie, des ruptures familiales ou d'abus sexuels subis dans l'enfance. Le film s'ouvre sur le visage de ces inconnus de

« Pendant toute mon enfance, j'ai entendu mon père me dire que si je pleurais, j'étais une fillette. J'étais coupé de mes émotions »

Mathieu Thomé, fondateur de Kalima, plate-forme de groupes de parole en ligne

ma colère calmement, il s'est enfoncé dans sa chaise et j'ai obtenu ce que je voulais trois jours après», se félicite-t-il.

Dans ces espaces, Loïc pense avoir appris à mieux gérer sa colère, à nouer des relations profondes, à demander de l'aide quand il en a besoin. Au fil des ans, il a même convaincu son père d'adhérer au Mankind Project. « Ça a totalement rebattu les cartes au sein de notre famille. A Noël dernier, il m'a fait une remarque assez sèche. Quelques minutes plus tard, il m'a pris à part, s'est excusé et m'a fait un câlin. Il n'avait jamais eu ce genre de réaction auparavant », assure-t-il, ému.

La Mission interministérielle de vigilance et de lutte contre les dérives sectaires (Miviludes) suit de près les initiations du ManKind Project, considé-

rées comme « éprouvantes physiquement et psychologiquement », et indique avoir recueilli « quatorze témoignages inquiétants entre 2018 et 2020, notamment sur le comportement à l'égard des épouses après les stages d'initiation », de « risque de violence », de « culte du secret » et de « formes d'embrigadement ».

Le développement des groupes de parole va aussi de pair avec l'expansion sans fin du développement personnel et les nouvelles injonctions à prendre du temps pour se reconnecter à soi-même entre deux journées de métro-boulot-dodo. Mathieu Thomé, 47 ans, en a même fait son métier, à la suite d'une période de questionnement existentiel entamée à l'approche de la quarantaine. A l'époque, ce Parisien d'1,90 mètre et 110 kg, crâne

rasé et barbe brune, pense avoir coché toutes les cases : il est père d'un petit garçon, gagne bien sa vie, occupe un poste à responsabilité dans une start-up de marketing. Il sent pourtant croître en lui une forme de malaise – comme une sensation de décalage entre ses désirs profonds et les attentes pesant sur ses épaules. « Pendant toute mon enfance, j'ai entendu mon père me dire que si je pleurais, j'étais une fillette, et que si j'avais peur, j'étais une mauvette. J'étais donc complètement coupé de mes émotions et ça me rendait malheureux », rembobine l'entrepreneur. Il entame alors une thérapie, commence à fréquenter des groupes de parole et apprend à « accueillir [sa] vulnérabilité ».

En mars 2020, il finit par créer Kalima, une plate-forme de groupes de

40 à 70 ans, assis face à la caméra. En réponse à la question « Pour toi, qu'est-ce qu'un homme ? », ils bafouillent sans y croire des explications lacunaires, comme « être protecteur » ou « ne pas avoir besoin d'aide ».

« Certains hommes sont complètement perdus, je peux le comprendre », commente Jerry Hyde, regard perçant, barbe blanche et bras couverts de tatouages. « Je suis né dans les années 1960, ma mère était femme au foyer, mon père était volage, séducteur. Aujourd'hui, les représentations ont changé et nous sommes nombreux à penser que nos pères ne sont pas des modèles à suivre. Mais il n'y a pas encore beaucoup de nouveaux modèles de masculinité enviables. Je veux dire à ces hommes qu'ils peuvent devenir eux-mêmes ces nouveaux modèles », conclut le thérapeute. Depuis une vingtaine d'années, il a pris l'habitude d'emmener certains patients en pèlerinage dans la Somme, sur les traces de leurs aïeux sacrifiés en 1916. Dans le documentaire, on observe ces anonymes marcher sous la bruine pendant des jours, s'imprégnant de l'atmosphère morbide des anciens champs de bataille. « La Somme représente la violence des hommes, l'explosivité dont ils peuvent être capables », résume Jerry Hyde. Les hommes de sa génération ont grandi dans la paix, mais ils ont hérité des traumas dissimulés par leurs aînés. Au travers des thérapies de groupe, Jerry Hyde veut les aider à renouer avec cette mémoire, et à regarder en face les conséquences dévastatrices des injonctions à la virilité à travers les âges.

Lorsqu'ils font le bilan depuis leur bar du 11^e arrondissement parisien, Mehdi, Jérémie, Victor, Joffrey, Laurent et Lucas se disent qu'il est sûrement trop tôt pour mesurer les effets de leurs réunions mensuelles. Il faudra tâtonner encore un peu pour s'approprier les révolutions féministes en cours. « Ce qui est sûr, c'est qu'on n'a plus besoin de quatre shooters de vodka pour se raconter nos problèmes », s'amuse Joffrey Escudier en enfilant sa veste. Il est 23 heures passées, les amis se lèvent bruyamment pour aller payer bières et burgers végétariens avant d'aller retrouver leurs familles respectives. « On est simplement le produit d'une époque où de nouvelles questions se posent, et on essaye de faire un petit pas pour s'adapter », concède Victor Bonte, pensif, en enfilant son casque de vélo.

« Tout au long du XX^e siècle, on observe un déclin de la virilité »

Dans son essai *Des hommes justes. Du patriarcat aux nouvelles masculinités* (Seuil, 2019), l'historien Ivan Jablonka analyse les ressorts de la domination patriarcale et appelle de ses vœux l'émergence de nouveaux modèles de masculinité.

D'où vous est venue cette réflexion sur la place des hommes dans notre société ?

Pendant l'émergence du mouvement #metoo, j'ai été frappé par le silence des hommes face à la prise de parole des femmes. Au XIX^e et au XX^e siècles, les pensées féministes étaient structurées par un objectif de « remise à niveau », qui consistait à donner aux femmes les mêmes droits que les hommes. Aujourd'hui, nous constatons que c'est nécessaire, mais pas suffisant. Il est urgent de repenser le masculin, d'en faire un objet de débat public. J'ai écrit *Des hommes justes* pour imaginer des masculinités compatibles avec les droits des femmes.

Selon vous, comment peut-on réinventer la place des hommes ?

L'enjeu est d'inventer des masculinités qui acceptent de partager le pouvoir, la parole et les richesses. Cela passe à la fois par des engagements politiques et par un examen de conscience. C'est à chacun de s'interroger : pour moi, qu'est-ce qu'être un bon père, un bon conjoint, un bon manager, un bon médecin ? Dans cette perspective, il est nécessaire d'envisager toutes les façons d'être un homme, de retrancher du masculin les attributs qu'on lui a imposés trop longtemps, comme la violence, la misogynie, le complexe de supériorité, le ricanement envers le féminin. Les réponses peuvent se trouver en nous. Quand on interroge les hommes sur leur parcours de genre, on se rend compte que leur masculinité est souvent plus riche et complexe que ne le laissent penser les modèles de virilité traditionnels.

Dans votre ouvrage, vous expliquez que cette remise en question actuelle de la virilité s'inscrit dans un mouvement historique global. Quelles en sont les causes ?

Tout au long du XX^e siècle, l'essor du féminisme s'accompagne du déclin de la virilité comme valeur sociale. La première guerre mondiale, son 1,3 million de morts côté français et ses gueules cassées participent de la remise en cause de la figure sacrificielle du soldat. Dans les années 1980, la désindustrialisation bouleverse les identités viriles dans les milieux populaires et ouvriers. Ces hommes sont touchés par le chômage de masse, dans un monde où la force physique est de moins en moins valorisée. De manière générale, notre époque est marquée par la contestation de certains comportements associés au masculin. Beaucoup d'hommes sont fatigués par la prison du genre et les phénomènes d'aliénation masculine, ces injonctions à travailler toute sa vie sans voir grandir ses enfants, à prendre des risques, à s'alcooliser, à conduire vite, etc. Le mouvement #metoo a bien sûr amplifié le phénomène. C'est ce qui nous amène à toutes ces réflexions sur la nécessaire transformation du masculin.