

Entretien

# «A l'heure actuelle, c'est le genre masculin qui est le plus fragile»

*Deux générations après la vague féministe, de nombreux hommes peinent à se définir et à trouver leur place dans la société. Inspiré par plus de vingt ans d'expérience sur le terrain, le psychiatre et psychothérapeute lausannois Alexis Burger consacre un ouvrage à l'identité masculine.*

*Texte: Tania Araman Photos: Christophe Chammartin*



## De quoi parle-t-on?

**Qu'est-ce que la virilité aujourd'hui?** Dans une société qui, en cinquante ans, a largement redistribué les cartes, comment les hommes peuvent-ils se définir? Dans son ouvrage *Le défi masculin\**, le psychiatre Alexis Burger explore le sentiment de perplexité éprouvé par le sexe (dit) fort à l'heure actuelle.

**Voilà plus de quinze ans que vous accompagnez dans le désert des hommes en recherche d'identité. Existe-t-il aujourd'hui une crise de la masculinité?**

Oui. Ce qui en soi n'a rien d'exceptionnel: l'histoire a connu de nombreuses remises en question identitaires, qu'elles soient masculines ou féminines. Prenez le XVIII<sup>e</sup> siècle par exemple: les hommes portaient des tuniques, des perruques et se poudraient la peau! Autant dire qu'il y a eu une grande évolution depuis... Mais le changement qui frappe la gent masculine actuellement est particulièrement profond.

### Pourquoi?

A cause de la redistribution des rôles initiée dans les années 1960 par les femmes. Même si, implicitement, la remise en question des genres avait déjà eu lieu durant les épisodes de guerre: c'étaient déjà elles qui faisaient tourner la baraque. Tout le monde le savait, mais ce n'était pas officiel et leur rôle était encore considéré comme secondaire. Il a fallu du temps pour que les perceptions évoluent. Quoi qu'il en soit, aujourd'hui, les hommes ne peuvent plus se dire: «Je gagne de l'argent, j'ai une situation, je suis capable de soutenir ma famille, donc je suis un mec.» D'où leur perplexité et leur difficulté à se définir.

### Les hommes sont-ils donc les victimes du développement de la condition de la femme?

Les victimes... ou les bénéficiaires! Ces rôles, ces comportements connotés genre, étaient très limitants et étouffants, pour les femmes, mais également pour les hommes. Ils sont désormais libres de se définir comme ils l'entendent et ils ont tout intérêt à saisir cette occasion. Mais cela nécessite un vrai travail sur eux-mêmes et il est naturel qu'ils passent par une phase de fragilité.

**Vous évoquez la notion de «fiasco» masculin. Qu'entendez-vous exactement par là?**

Le mot n'est pas de moi, mais du psychiatre irlandais Anthony Clare. Je le trouve très pertinent. L'homme a toujours été considéré comme le sexe fort. Sous-entendu, les femmes sont plus faibles émotionnellement, elles ne tiennent pas la route, elles changent tout le temps d'avis, etc. Or, statistiquement,

ça ne colle pas du tout. Les hommes se suivent davantage que les femmes, finissent davantage en prison, leur espérance de vie est plus basse, davantage d'entre eux deviennent toxicomanes ou anti-sociaux. A l'heure actuelle, c'est le genre masculin qui est le plus fragile. Ce qui augmente la confusion des hommes puisqu'on leur a toujours dit qu'ils devaient être forts, solides. En somme, tous les repères sur lesquels ils pouvaient s'appuyer pour se définir sont effacés. A cela s'ajoute une forme de honte, ressentie par de nombreux hommes.

### D'où vient cette honte?

Depuis les années 1990, les violences domestiques, les abus sexuels, la pédophilie sont très sévèrement condamnés, notamment dans le monde occidental. Et il s'agit, pour une grande majorité, de comportements masculins. Même si seule une petite fraction d'hommes en sont responsables, le sentiment de honte rejaillit également sur ceux qui sont innocents. Ils n'ont aucune envie d'être associés à ces actes qui les dégoûtent et se sentent dès lors moins libres d'agir à leur guise. Ils n'ont pas envie de passer pour des pervers. Aujourd'hui, un homme hésite à deux fois avant de parler à des enfants dans un parc, ou encore à aborder une femme. Par ailleurs, l'histoire a de tout temps été marquée par la violence masculine, à travers les guerres et les conquêtes. De quoi alimenter

la honte chez certains qui, dès les années 1960, ont essayé de se départir à tout prix de ce vieux style militariste. On a alors assisté à l'émergence d'hommes doux, non violents, aux longs cheveux, qui s'intéressaient à la musique, à l'art, à la culture et partageaient beaucoup de valeurs considérées jusque-là comme essentiellement féminines. On s'est finalement rendu compte que ce nouveau modèle ne convenait pas.

### Pourquoi?

Car dans cette optique de rejet de la violence, ces hommes reniaient également leur part d'agressivité et ne s'affirmaient pas assez. Bien que séduites au début, les femmes finissaient par s'en lasser. Un couple fonctionne sur l'énergie, et il n'y en avait plus assez. Moi-même, j'ai été un de ces hommes doux, je ne renie absolument pas cette période, mais j'ai finalement été rattrapé par mon agressivité. Cette dernière est inscrite dans nos organismes: on ne peut pas faire l'impasse. Ainsi, au lieu de chercher à s'en débarrasser, il s'agit de la transformer en quelque chose de positif, d'acceptable dans notre système de valeurs, tout en soutenant le mouvement de rejet de la violence.

### De quelle manière?

En reconnaissant et en acceptant cette part de nous-mêmes. En observant de manière réaliste les expériences que nous vivons, que ce soit nos crises de rage sur la route, les irritations propres à la vie domestique, les fantasmes de mort que nous entretenons parfois à l'égard de nos voisins... En nous familiarisant avec ce vécu, avec cette agressivité, nous pouvons peu à peu l'apprivoiser, verbaliser ce que nous ressentons, et nous rendre maîtres de nos moyens. Se rendre compte que d'autres hommes vivent des expériences analogues peut également aider: c'est l'un des avantages des groupes d'hommes que j'organise dans le désert.

**Ces groupes d'hommes, n'est-ce pas une façon de prendre sa revanche sur les mouvements féministes des années 1960?**

Pas du tout! Durant nos rencontres, j'observe très peu d'hostilité envers les femmes. Mais c'est vrai qu'au début, mon épouse, en tant qu'ancienne féministe, se méfiait. Elle a complètement changé d'avis aujourd'hui et

### Bio express

**Né en 1953 à La Chaux-de-Fonds, Alexis Burger a suivi des études de médecine** à l'Université de Lausanne.

**Formé à la psychiatrie**, à la Gestalt-thérapie et à la thérapie de groupe, il s'intéresse de longue date à la question de la masculinité et a mis sur pied en 2004 des voyages dans le désert saharien avec des hommes en quête d'équilibre et de mieux-être.

**Il est également spécialisé dans le traitement du burnout.** Il est marié depuis plus de trente ans et père de deux enfants.

elle me dit toujours que mon énergie est très positive au retour de mes séjours dans le désert. Je suis plus clair dans mes rapports avec elle. Et finalement, tout ça, c'est grâce au féminisme: il nous a permis de redistribuer les cartes.

La révolution masculine semble être déjà bien engagée: les hommes éprouvent moins de réticence à pleurer en public, à se faire la bise, à se prendre dans les bras... C'est exact et cette évolution est bienvenue. Mais elle n'est pas encore aboutie, puisqu'elle ne touche qu'une partie de la planète, généralement la mieux lotie, et pas toutes les classes sociales. Dans les banlieues, par exemple, on trouve encore aujourd'hui une logique assez machiste. Et même dans nos sociétés occidentales, on assiste parfois à des retours de flamme. Regardez Trump aux Etats-Unis, qui tente avec une arrogance toute mâle de s'imposer par la force! Par ailleurs, beaucoup d'hommes sont encore blessés dans la filiation masculine.

#### C'est-à-dire?

Si vous interrogez des hommes de mon âge sur leur père, vous obtiendrez souvent le même genre de description: un type sympa, mais toujours plongé dans son boulot, peu présent à la maison, qui n'évoquait jamais ses émotions et avec qui il était impossible de discuter de sexualité. Cette génération d'hommes sortait de la guerre et le plus important, pour eux, c'était de réussir leur vie professionnelle et de subvenir aux besoins matériels de leur famille. [Les pères d'aujourd'hui, eux, ont envie de construire une relation solide avec leurs enfants](#), et certains d'entre eux sont inhibés parce qu'ils manquent de modèle. C'est un autre point important sur lequel ils doivent travailler.



Selon Alexis Burger, le féminisme est une chance pour les hommes: ils peuvent grâce à lui se redéfinir.

#### Alors finalement, c'est quoi, être un homme aujourd'hui?

Il n'y a pas de modèle et c'est ça qui est fantastique! On n'a plus besoin de se conformer à un rôle. Le jugement social est beaucoup moins pesant qu'avant et ce qui vaut pour soi-même ne vaut pas nécessairement pour son voisin. Certains choisiront de privilégier leur vie de famille, d'autres seront davantage dans une démarche conquérante, une logique de carrière. Si un homme veut revenir aux

vieilles valeurs militaristes, libre à lui, tant qu'il n'impose pas son style de vie aux autres. Et ça vaut aussi pour le genre féminin. Qui peut dire ce qu'est une femme-type aujourd'hui? Là non plus, il n'existe pas de modèle... **MM**

\* **A lire:** «Le défi masculin. 20 ans de dialogue avec les hommes», Dr Alexis Burger, Ed. Favre. Disponible sur [www.exlibris.ch](http://www.exlibris.ch)

Publicité

# Merveille des océans: des animaux à trois coeurs

Pourquoi les pieuvres ont-elles trois coeurs?  
Rendez-vous sur [oceans.wwf.ch](http://oceans.wwf.ch)



SPINAS CIVIL VOICES

Protégeons les merveilles de la nature

